

Z redakční pošty



príspevky zverejnené v této rubrice nevyjadřují názory členů Redakční rady a nejsou redakčně upravovány.

PODĚKOVÁNÍ

V letošním roce se uskutečnily dvě významné vzpomínkové akce. Nejprve to byly 30. 5. 2009 oslavy 100. výročí narození genmjr. in memoriam Josefa Knopa a 3. 10. 2009 připomenutí 65. výročí příchodu paraskupiny BARIUM do Žamberka. Rozhodně se nedá říci, že by jejich příprava a provedení byly jednoduchou a rutinní záležitostí. Škoda také byla, že při vzpomínkové akci 30. 5. bylo velmi špatné počasí, které nám zdaleka neumožnilo předvést celý program, který jsme měli připravený. Ještěže 3. října se na nás počasí více než usmálo, a tak návštěvníci mohli nerušeně sledovat celý program.

Bylo pro mne ctí, že jsem byl Radou města pověřen tyto akce vytvořit a uskutečnit. Proto jsem si k sobě vybral lidi, o kterých jsem věděl, že se na ně mohu plně spolehnout, že nebudou „pouhými vykonavateli“, ale aktivními a tvůrčími spolupracovníky. Záměrně je zde uvádím v abecedním pořadí: Ing. Vladimír Fabián, Martin Mimra, Vladka Šulcová a Zuzana Zváčková. Bez nich bych opravdu tyto akce nemohl uskutečnit. Mají můj obdiv a dík.

Děkuji panu starostovi, Radě města a pracovníkům Městského úřadu za podporu a vstřícnost. V neposlední řadě děkuji panu vikáři Oldřichu Kučerovi za sloužení mši za Josefa Knopa, Josefa Šanderu a Josefa Žižku, městským složkám ANIMO a FIDIKO za spolupráci při vlastním průběhu slavností, Městskému muzeu v Žamberku za poskytnutí prostor a za pomoc při realizaci výstav, které byly součástí oslav. Děkuji také paní Janě Fialové za tlumočení při návštěvě plk. J. Athilla, žamberským skautkám a skautům, kteří se významně a zásadně podíleli na přípravě areálu, stavbě stanů a dalších pracích a jejich následnému úklidu a odnášení věcí, kdy zůstávali takřka poslední na místě, ZUŠ v Žamberku, jmenovitě panu Tyrnerovi a jeho orchestru, který svým vystoupením na pietních aktech velmi významně přispěl k jejich důstojnému průběhu, a také dalším učitelům a žákům ZUŠ, kteří vystupovali na vernisážích výstav v muzeu.

Nemohu opomenout Technické služby Žamberk, které prostřednictvím pana Vrkoče velmi ochotně a rychle plnily naše požadavky, 1. FC Žamberk s jejich spoluprací a zapůjčením laviček, SDH Žamberk a provozovatele Autocampingu za vytvoření zázemí pro vystupující členy Klubů vojenské historie, Městské policii a Policii ČR za pomoc při jízdách historických vozidel a dalším, kteří se jakýmkoli způsobem podíleli na zdárném průběhu akcí.

Vladislav Severin, vedoucí organizačního výboru



Nečekaná sněhová nadílka 15.10.2009 v Žamberku  
foto: V. Kalous



foto: Hana Sklenková

PODĚKOVÁNÍ

Děkuji panu Jaroslavu Tajbrovi, řediteli ZŠ 28.října v Žamberku, za uspořádání vzpomínkové akce 15.10.2009 k výročí poprav y mého otce Čenka Dolečka v Drážďanech. Vzpomínka se uskutečnila u hájenky na Luhu, kde byla celá rodina 11.3.1943 zatčena gestapem. Poděkování rovněž patří učitelkám a všem žákům, které neodradilo ani velmi nepříznivé počasí. Všichni ušli 8km a potom dokázali pozorně naslouchat a ptát se. Tuto důstojnou vzpomínku vnímám jako úctu ke všem, kteří položili životy za svobodu své vlasti.

H.Faltusová – Dolečková s rodinou



PODĚKOVÁNÍ PĚVECKÉMU SBORU KORÁLKY

V neděli 18.10. se v kunvaldském kostele sv. Jiří konal již VIII. benefiční koncert na opravu omítky kostela. **Děkujeme touto cestou pěveckému sboru KORÁLKY ze Žamberka** za krásné hudební vystoupení. Dále děkujeme Domovu pod hradem Žampachem za taneční vystoupení, kterým obohatili náš benefiční program. Děkujeme za snahu a nadšení se kterým všichni účinkující vystupovali na tomto koncertě i v minulosti na mnoha dalších benefičích v Kunvaldě. Velmi tím pomohli k dokončení omítky kostela sv.Jiří.

Za farnost Kunvald Marta Gregušová

UPOZORNĚNÍ

**OSTEOPOROSA (odvápňení kosti)**  
Denzitometrické měření hustoty kostní tkáně na poliklinice v Žamberku.

**Dne 2.12.2008 a 3.12.2009** máte možnost si nechat přeměřit na periferním denzitometru hustotu kostní tkáně. Jedná se o spolehlivou metodu která osteoporosu vyloučí, případně potvrdí. Vyšetření je bezbolestné, celkové trvá asi 5 minut.

**Objednání k vyšetření v ordinaci ortopedie na poliklinice v Žamberku je nezbytné - tel. 737 505 133 nebo 465 676 840, nebo osobně v ordinaci.** Vyšetření není hrazeno ze zdravotního pojištění. 9.12.2009 se toto vyšetření uskuteční na ortopedii v Červené Vodě.



OSTEOPOROTICKÉ MINIMUM

- Osteoporóza - „řidnutí kostí“ -- nemoc postihující kosti a způsobující jejich snadnou lámavost
- Základ pevných a zdravých kostí se vytvoří do 25-30 roku věku
- Po 30. roce kostní hmoty již jen postupně ubývá
- Osteoporóza může postihnout ženy i muže, obvykle po 45-50 roce věku
- Riziko pro ženy je výrazně vyšší
- Nejčastější obtíž, kterou vás Osteoporóza postihuje, jsou zlomeniny způsobené i relativně malým násilím a následné omezení vašich každodenních aktivit
- Nejčastější osteoporotickou zlomeninou je zlomenina krčku kosti stehenní, předloktí nebo kompresivní zlomeniny obratlů
- Největší pravidelné úbytky kostní hmoty postihují ženy, a to v a po menopauze
- Již probíhající úbytek kostní hmoty však můžete správnou životosprávou významně zpomalit (pravidelný přísun vápníku)
- Osteoporóze se tedy můžete účinně bránit prevencí a v případě postižení ji lze také úspěšně léčit
- **Klíčovými faktory pro prevenci osteoporózy jsou zdravý životní styl, dostatečný přísun vápníku, vitamínu D a dalších minerálů a pravidelný pohyb**

MUDr. Miloš Jansa