



DROUŽKOVICKÝ SETKÁVACÍ INFORMÁTOR

2/2017 listopad 2017

JAK JDE ČAS

Centrum funguje téměř nepřetržitě již od června 2014. Přestávku máme vždy jen mezi vánočními svátky a Silvestrem. Jak jsme již zmiňovali v předešlých číslech, stále se snažíme nabídku aktivit rozšiřovat buď podle zájmu nebo podle lektorů, kteří jsou k dispozici. Speciálním případem, vymykajícím se těmto dvěma možnostem, je kroužek karate. Zde naše cesta začala díky známému, který karate vyučuje v Jirkově. Zájem z jeho strany byl, prostory u nás se mu líbily a tak jsme se dohodli, že by mohli svoje aktivity rozšířit i do Droužkovic. Globus vyhlásil program na podporu neziskových organizací, do kterého jsme se přihlásili s tím, že máme zájem vybavit tělocvičnu. Vybavení spočívalo hlavně v nákupu zíněnek pro karate, což je drahá záležitost a pořízení stálo téměř 30 000,- Kč. Náš projekt byl podpořen částkou 80 000,- Kč. Jenže se známým najednou nebyla řeč a my jsme začali opět od začátku a hledali lektora. Přes všechny peripetie se nám to nakonec povedlo a naším novým kolegou je nyní pan Viktor Procházka. Na první ukázkovou



hodinu jsme se dohodli na sobotní dopoledne 1. 7. 2017. Pan Procházka přijel se svými svěřenci a s dalším vedoucím, aby ukázali, co se děti budou učit a co mohou umět. Mě osobně zaujalo, že přijeli 3 chlapci a 3 děvčata. Do té doby jsem si myslela, že karate je jen pro kluky. Byla jsem mile překvapena z plné tělocvičny zájemců – přišli se podívat děti s maminami či tatínky, babičkami a dědečky. Zájemci si rovnou po ukázce vyzvedli přihlášky a rozešli jsme se do svých domovů. První lekce byla 5. 9. a od té doby kroužek funguje pravidelně každé úterý a čtvrtek.

L.Dolejšková

DĚTSKÝ KLUB TETY LAŽKY

Jak jsme již informovali v minulém čísle, funguje dětský klub v čase, kdy maminky cvičí TABATU. Od září se změnil čas a dětský klub se tomu logicky přizpůsobil. Funguje tedy pravidelně (pokud je zájem o tuto službu) v pondělí a ve středu od 18:00 – 19:00 hodin. Činnost klubu se odvíjí od počtu dětí. Někdy připravím nějakou baštu a jen si tak povídáme, někdy trochu trénuji jejich mozečky formou spojovaček buď s čísly nebo s písmenky a podobně, nebo holky řeknou samy, co chtějí dělat. Úžasný je, když pustí uzdu fantazii a vymýšlí hádanky a vtipy a očička jim svítí a nemohou se dočkat, až na ně přijde řada a pak ty výbuchy smíchu!!!! Můžeme také napsat úkoly, abychom ten čas využili (pokud to bude v mých možnostech). Je pravda, že i sem do klubu chodí samé holčičky. Třeba se u nás časem objeví i kluci..

L.Dolejšková



BARBORA HORÁKOVÁ ANGLIČTINA PRO DĚTI I PRO DOSPĚLÉ

Jmenuji se Barbora Horáková a ve spolku SETKÁVÁNÍ – ŽIVÝ VENKOV působím letos druhým rokem. Každé úterý zde vedu kurzy anglického jazyka pro zvědavé děti a nadšené dospělé.

Pocházím z Chomutova a po absolvování střední školy jsem se rozhodla vyjet do zahraničí na zkušenou. Prvním rokem jsem pracovala jako au-pair v anglické rodině v Manchesteru UK. Anglie mě okouzila a jeden rok se protáhl na sedm let. Zpět domů mě přivedl stesk po domově, rodinném zázemí a přátelích.

Po návratu jsem působila v jazykové agentuře a vyučovala zaměstnance ve firemních kurzech, další dva roky jsem vyučovala na Základní škole v Jirkově. Momentálně jsem zaměstnaná na plný úvazek jako učitelka anglického jazyka na Střední Průmyslové škole v Chomutově a již druhým rokem dálkově studuji na Pedagogické fakultě Západočeské univerzity v Plzni.

Ve volném čase se věnuji tanci a svým dvěma psíkům, se kterými rádi s přítelem vyrážíme na toulky do přírody.

B.Horáková

Jakékoliv dotazy týkající se centra SETKÁVÁNÍ zodpovíme na tel. 606 388 057 nebo 737 177 432

KOHO HLEDÁME

Z důvodu rozšíření nabídky možností centra hledáme a prosíme o spolupráci. Pokud víte o někom, kdo by měl zájem o následující aktivity, hledáme

1. lektora (ku) na výrobu svíček a vonných mýdel
2. lektora (ku) pro cvičení rodičů s dětmi
3. lektora (ku) cvičení bodybalance – bodyfor ming
4. lektora (ku) tanec pro děti
5. lektora (ku) točení na hrnčířském kruhu
6. lektora (ku) šití
7. lektora (ku) pedig
8. lektora (ku) patchwork

a další, co koho napadne a jsou zde k té činnosti vhodné prostory.

Pokud máte další nápady, jak využít volný čas a prostory centra, dejte nám prosím vědět buď na tel. 606 388 057 nebo e-mailem setkavanidrouzko-vice@gmail.com nebo na facebooku <https://www.facebook.com/groups/zivyvenkov/>.

Místa pro nejružnější aktivity a činnosti je tu stále dost.

T · · Mobile ·

LETNÍ PŘÍMĚSTSKÉ TÁBORY

Stejně jako každé léto již od roku 2014 jsme nabízel i letos příměstské tábory pro děti ve věku od 5 – 12 ti let. Tentokrát jsme nabídli celkem 7 týdenních termínů, kterých se zúčastnilo 24 dětí. S vedením táborů nám pomohly třeba paní starostka z jedné nedaleké obce, paní ze školství v aktivním věku i v již důchodovém věku.



Pro děti byl připraven různorodý program, který jsme přizpůsobili počasí. Jeden den z týdne jeli do lesoparku za zvířátky, jedno dopoledne se jejich ručičky seznámily s keramickou hlinou a prací s ní. Jeden den využili k návštěvě chomutovských hasičů profesionálů, kde se jim páni hasiči vzorně věnovali a provedli děti dle slov paní vedoucí tábora „od půdy až po sklep“. Za to jim patří velké poděkování!!! Další naplánovanou aktivitou byla výroba

loutky z polotovaru – barvení a spojení jednotlivých komponentů ve výsledný celek – loutku. Po obědě byl vždy zasloužený odpočinek v tělocvičně, kde některé děti zmožené po dopoledni usnuly při pohádce.

Děti ze třetího turnusu měly možnost využít celodenní výlet do Techmanie v Plzni, který organizovala MAS SZK. Všechny děti se zúčastnily a vrátily se nadšené a plné dojmů.



Věříme, že dětem se u nás líbilo a těšíme se na příští rok, že zase některé využijí právě náš příměstský tábor v Droužkovicích.

L. Dolejšková

BOJOVNÍCI Z DROUŽKOVIC

Začátek školního roku nepřinesl dětem v Droužkovicích jen radost z toho, že konečně mohou opět do školy. Sdružení SETKÁVÁNÍ – ŽIVÝ VENKOV jim zajistilo možnost stát se karatistou! A název sdružení měl možná i vliv na to, že venkov po zveřejnění informace opět ožil a akce se setkala s nadšením.

Přihlásilo se k deseti nebojácných dětí. Měly štěstí, protože byly nejrychlejší. Ostatní děti den co den vyčkávají, zda někdo odpadne, aby jej ihned nahradily. Ale štěstí jsem měl i já, jako trenér. Protože ti, co se přihlásili, během pouhých dvou měsíců prokázali neskutečný pokrok.

Protože jsou tréninky veřejnosti nepřístupné, poodhalím vám, co se za zdmi malé tělocvičny děje, jak trénink probíhá. Již po vstupu do tělocvičny se z tělocvičny stává „Dojo“ – místnost bojových umění. Z dětí se uklonou při vstupu do Dojo stávají karatisté. Dvakrát týdně se vždy 1,5 hodiny nevěnujeme jen technikám karate. Drilování úderů, kopů a krytů, prokládáme hrami, při kterých rozvíjíme pohyblivost, rychlost, mrštnost, flexibilitu. Musím říct, že se v těchto pasážích často stávám učencem. Děti (pardon, karatisté) přicházejí s vlastními nápady, a ihned se snažíme rozvíjet komunikační dovednosti, abych i já pravidla pochopil.

Do 31. října evidujeme 2568 vstupů.

Ano, karate není jen sportovní disciplína. Je to také disciplína v komunikaci (nepřekřikujeme se, vysvětluje jen tázaný), disciplína morálky. Disciplína ovládání svého těla, i často roztěkané mysli.



V září přišla na první tréninky divoká děčka. Po dvou měsících konečně pokaždé z tréninku odcházím s dobrým pocitem, že děláme něco smysluplného. Je neskutečné vidět ty samé osůbky, jak nehnutě stojí v řadě, se soustředěným pohledem. Při provádění technik kolikrát tak čistých, že nemám co opravovat a mohu se jen kochat uměním karate.

A pokud se vám doma plaší psi a na kroužku keramiky padají výtvoři z políček, omlouváme se. To jen při nejtvrděších úderech zaznívá z hrdel dětí energický výkřik „Kiai!“. No a nebo jsme se jen při

hraní her trochu rozdováděli. Je to tak. Trenér netrenér, v každém chlapovi zůstává kus dítěte a často se nechám zápalem hry unést.

Etiku karate ovšem ctíme jak v Dojo, tak mimo něj. Etika je shrnuta v Dojokun. V pěti bodech, které pramení z buddhismu a byly základem chování v klášteře Shaolin.

Dojokun:

1. Hitotsu! Jinkaku kansei ni tsutomeru koto.
Snaž se o dokonalost svého charakteru.
2. Hitotsu! Makato no michi o mamoru koto.
Buď věrný a spolehlivý.
3. Hitotsu! Doryoku no seishin o yashinau koto.
Dbej o zdravé usilí.
4. Hitotsu! Reigi o omonsuru koto.
Respektuj ostatní.
5. Hitotsu! Kekki no yu o imashimuru koto.
Vyvaruj se násilného chování.

Chtěl bych závěrem poděkovat všem dětem za to, jak se snaží být každý trénink lepší (a také jsou!). Rodičům za to, že dětem dali příležitost k tomuto nádhernému sportu, bojovému umění. V neposlední řadě sdružení SETKÁVÁNÍ – ŽIVÝ VENKOV za poskytnutí prostor, hmotnou podporu (tatami, cvičební pomůcky) a za veškerou další spolupráci.

Viktor Procházka

NÁVOD PRO ZAČÁTEČNÍKY S KERAMIKOU JE TO JEDNODUCHÉ

Přípravné práce

Před vlastní prací s hlínou si připravte miskou s vodou na zvlhčování hlíny a rukou, dřevěnou nebo plastovou podložku na modelování, kuchyňský váleček, špachtle, štětec, očko, nůž, hadr pro práci s hlínou, prázdné kelímky, vykrajovátko na cukroví, na zdobené - různé druhy látek, párátko, špejle – vše máte v naší dílně k dispozici.



Hlína

Možností je pravá keramická hlína, kterou máme v keramickém kroužku. Výrobky z této hlíny můžete nechat jen uschnout, ale ty potom nejsou vodě

odolné. Pokud je ale necháte venku na dešti, nebudou vám radost dělat dlouho. Jinak necháte výrobky vypálit v keramické peci při mnoha stech stupních. Existují různé druhy hlíny podle barvy a hrubosti zrna. Pokud máte na výběr, pořídte si raději světlejší a hrubozrnnou.

Zpracování hlíny

Hlína by měla být natolik zvlhčená, aby při modelování nepraskala po okrajích a byla pružná. Pokud chcete hlínu zvlhčením zjemnit, vezměte si menší hrudku hlíny do dlaně a promačkávejte ji postupně oběma rukama. Zkoušejte, zda hlína na okrajích nepraská. Když je dost mokrá, musíte se zbavit případných vzduchových bublin, aby výrobky nepraskaly. Vymodelujte z hlíny kouličku. Potom ji několikrát „obouchajte“ o podložku. Nebojte se ji hodit silou z větší výšky. Pak znovu vyválejte kouličku a zabalte ji do mokrého hadru.

Šlikr

Pro přilepování vymodelovaných částí k sobě budete potřebovat „hliněné lepidlo“ - šlikr. V kelímku špachtlí nebo štětcem rozmíchejte hlínu s trochou vody asi na konzistenci řidšího jogurtu.

Modelování

Můžete modelovat jen tak, nebo můžete vytvořit mističky nebo třeba šnečka z hliněných válečků, které vyválíte na podložce. Nebo můžete lepit nádoby z plátů, které vyválíte pod hadrem na podložce a nožem seříznete. Další možnost je modelování zvířátek a postaviček z jednotlivých částí slepených šlikrem.

Vydlabávání

Nádoby se dají vytvořit také vydlabáváním očkem. Vymodelujete žádoucí tvar a potom vydlabete vnitřek očkem. Nakonec můžete tvar domodelovat rukama. Jakmile tento úkol úspěšně zvládnete, můžete se pustit do lepení.

Lepení

Když potřebujete lepit jednotlivé části výrobku k sobě (válečky, pláty, části postavičky), pomůže vám jednak mechanická síla, trocha hlíny, ale hlavně lepení šlikrem. Obě lepené plochy zvrásníte nožičkem nebo špachtlí, natřete vrstvou šlikru a přimáčknete k sobě.



Dokončovací práce

Když máte výrobek vymodelovaný a slepený, můžete uhladit stěny vlhkýma rukama. Můžete dozdobit obtisknutím různých částí špachtle, vyrytím nějakého vzorku párátkem a podobně. Pokud budete chtít výrobek vypálit v keramické peci, musíte ho nechat proschnout alespoň den. Také by neměl být tlustší než 2 nebo 3 centimetry. Pokud tomu tak je, zkuste ho zespoda trochu vydlábnout očkem.



Glazura

Pokud máte výrobek z keramické hlíny vypálený v peci, můžete ho naglazovat. Glazury jsou prášky rozpustné ve vodě, které při druhém vypálení v peci zesklaví a vytvoří lesklý povrch, který znáte z kupovaných výrobků. Nesmí být ale natřená spodní plocha výrobku, aby se dno nepřipeklo k podložce.

Pokud máte chuť a čas, přijďte mezi nás do keramické dílny třeba si to jen osahat nebo se staňte dalším fandou práce pro radost v keramické dílně. Těšíme se na Vás

L. Dolejšková

ŠIKULÍK – ŠIKULINKA

Kroužek „šikulík“ vznikl z popudu paní Renaty Vaňousové. Časem se k ní přidala paní Věra a děvčata vyráběla s dětmi krásné dárky pro maminky a tatínky. Zájem ze strany dětí celkem byl. Je to příležitost, kdy se nejen místní děti mají možnost setkat a více poznávat. Časem se situace měnila, časový fond vedoucích se zmenšoval, až nakonec děti neměly možnost setkat se společně každý pátek.

Protože je vždy škoda ukončit něco, co je již zaběhnuté a je o to zájem, ujala jsem se tohoto kroužku. Minule se sešlo 9 dětí – holčiček, což mi přijde pěkné. Kroužek je v čase od 15:30 – 17:30 hodin a vyzkoušela jsem si, že udržet pozornost dětí tak, aby něco tvořily, jde cca 40 minut. Pak se rozprchnou a zde přichází správný čas na „pohybovky“ v jakékoliv formě. Již 2 x se k nám přidala paní

Jitka s Janičkou a dětem se úžasně věnuje. Tento čas využijeme také na loutkové divadlo a uvidíme, třeba se k nám přidají i další děti, které zatím šikulíka



nenavštěvují, ale budou mít chuť se přijít podívat na loutkové divadlo a třeba časem vytvoříme něco společně.

L. Dolejšková



TABATA JE

Intenzivní a efektivní cvičení
Prvky kardiovaskulární i silové
Posiluje svaly
Zpevňuje tělo
Zrychluje metabolismus
Spaluje tuky
Pomáhá snižovat nadváhu

Cvičení pro každého, kdo má zájem zpevnit svoje tělo a zhubnout, je pravidelně v pondělí a ve středu vždy v čase od 18:00 – 19:00 hodiny pod vedením Pavlíny v přízemí budovy bývalé školy.
Cena za lekci je 90,- Kč.

FYZIOTERAPEUTICKÉ MASÁŽE

Podarilo se nám zajistit služby fyzioterapeutky, která dojíždí k nám do centra a to v pondělí. Je ale zapotřebí se vždy dopředu domluvit a vždy musí být alespoň dva zájemci. Paní je profesionální, vystudovanou fyzioterapeutkou s potřebným vzděláním, kvalifikací i praxí a provádí:

- klasickou masáž částečnou (celá záda + krční páteř) v trvání 30 min. (cena 220 Kč),
- lymfatickou drenáž (horní nebo dolní končetiny) v trvání 60 min. (cena 520 Kč). Termíny vypisujeme na facebooku, proto doporučujeme sledovat nás ve skupině „DROUŽKOVICE - SETKÁVÁNÍ ŽIVÝ VENKOV“. V případě zájmu nás samozřejmě můžete kontaktovat telefonicky, mailem nebo osobně a termín si dohodnout.

KNIŽNÍ ÚTULEK

nezapomeňte, že i nadále v centru funguje tzv. knižní útulek. Knihy nepatří do sběru ani na skládku. Pokud máte takové, které již nepotřebujete, stále je můžete přinášet. Již je jich zde několik knihoven (knihovnou myšleno regálová skříň). Stejně tak si

ale můžete ty knihy, které jsou zde k dispozici, přijít vypůjčit. Nebo, pokud se Vám některá z nich hodí, můžete si ji nechat. A jsou tu zajímavé kousky. Knihovní regály jsou v přízemí, ale také v prvním patře budovy. Stačí jít a podívat se a vybrat si.

přijďte mezi nás

Pondělí

Keramika pro dospělé	8:00 - 12:00
Keramika pro děti	15:30 - 17:30
Němčina pro začátečníky dospělé	15:00 - 16:00
Kreativní pondělky s Luckou	17:30 - 19:30
Cvičení Tabata	18:00 - 19:00

Každé první pondělí v měsíci Pedikúra
9:00 - podle potřeby obj. se na tel. 606 388 057

Fyzioterapeutické masáže každé pondělí od 15:30
je nutné se předem objednat na tel. 737 177 432

Středa

Angličtina pro pokročilé začátečníky	9:00 - 10:30
Keramika dospělí	8:00 - 12:00
Cvičení Tabata	18:00 - 19:00

Nevyhovuje Vám nabídka nebo čas? Řekněte nám to.
Centrum je tu pro Vás!
tel: 606 388 057, setkavanidrouzkovice@gmail.com
nebo osobně v 1.patře ve „škole“.

Úterý

Keramika pro dospělé	8:00 - 12:00
Keramika dospělí	17:00 - 20:00
Angličtina pro děti	15:00 - 16:00
Angličtina pro dospělé pokročilí	16:10 - 17:10
Jóga	16:20 - 17:20
Karate	17:30 - 19:00

Čtvrtek

Keramika pro dospělé	8:00 - 12:00
Angličtina pro pokročilé začátečníky	16:00 - 17:30
Karate	17:30 - 19:00

Nabízíme využití prostor pro narozeninovou párty
Vašich dětí. Cena je 500,- Kč za celé odpoledne.

Děkujeme obci Droužkovice za finanční spoluúčast na provozu komunitního centra.

..... aktualizovaný rozvrh

Pátek

Keramika pro dospělé 8:00 - 12:00

Šikulík 15:30 - 17:30

Zde je ještě volný prostor pro další aktivity

Pro zájemce o hlídání dětí ve věku od 1 roku nabízíme tuto možnost v prostorách centra v pondělí a ve středu 18:00 – 19:00 hodin. Cena je 40,- Kč.
Info na tel. 606 388 057

Sobota

Fotografický kroužek s Dominikou - tel. 774 514 104

Zde je ještě volný prostor pro další aktivity

Kdo z lektorů či cvičitelů, kteří se na činnosti podílejí, nebyl osobně jmenován, ať se prosím nezlobí.
Je to proto, že nás je prostě zapojeno hodně.
Ale neznamená to, že by nás nemohlo být ještě víc.

DĚKUJEME VÁM VŠEM

Neděle

Keramika pro dospělé 14:00 - 17:00

Zde je ještě volný prostor pro další aktivity

VŠECHNO NĚCO STOJÍ - I U NÁS SE PLATÍ

ALE NENÍ TO NIC STRAŠNÉHO

Základní poplatek je 20 Kč za každý jeden „vstup“. Je to příspěvek na provozní náklady, na obnovu vybavení apod. Podle toho, jak hodně je konkrétní aktivita náročná na materiál, se odvíjí konečná cena. Nejnáročnější je keramika - za tu zaplatíte 50 Kč, pokud spotřebujete do 0,5 kg hlíny. Pokud spotřebujete víc, pak si dopláćíte materiál, 1/2 kg za 10 Kč.

Můžete využít i „množstevních slev“ - např. za 20 vstupů na keramiku zaplatíte 700 Kč (+ příp. doplatek za materiál nad základního 0,5 kg).



Ústecký kraj

Zveme vás na 2. prosince od 9 do 12 hod. do Droužkovic „za školu“, kde budeme ve spolupráci s MAS Sdružení Západní Krušnohoří pořádát předvánoční

Venkovský farmářský trh.

Agrární komora pro vás bude mít připravené výrobky domácí zabijačky, sváteční atmosféru dotvoří vůně svařeného vína a prodej vánočního zboží.

Od 12 hod pak bude losována tombola. Hlavní cenou bude kýta z prasátka.

Po celou dobu bude přístupné volnočasové centrum SETKÁVÁNÍ - ŽIVÝ VENKOV.
Hrát bude 4.cenová.

Dále Vás zveme na 3. prosince od 15 hodin do kostela sv. Mikuláše v Droužkovicích na

Adventní koncert duchovní hudby.

kde zazní díla Antonína Dvořáka, J. Myslivečka, W. A. Mozarta a dalších.

Účinkovat bude ženský sbor z Příbrami Krásky, na varhany doprovází Vladimíra Štěpánová
Před vlastním koncertem nám zazpívají vánoční písně děti z MŠ Droužkovice.

Upečeme společně pecen?

Upečeme, pokud postavíme pec. Postavíme, pokud bude za co. Snažíme se, aby bylo za co.

A uvítali bychom i Vaši pomoc. Finančně můžete přispět na

<https://www.darujme.cz/projekt/1200329>, kam lze příspěvek poslat, případně ho v hotovosti věnovat v kanceláři MAS SZK, z.s.

