

Motto:

Na cizí chyby se vrhá jako tygr, na vlastních sedí jak slepice na vejcích.

Číslo 133

Zima

2020

ročník

XXXVII

Vydáno: v listopadu 2020



DOBŘÝ DEN!

Krajanský čtvrtletník v Kitcheneru, Waterloo a Guelphu

KUKS: SVĚTOVÁ PAMÁTKA



Sochařská rezervace "Braunův Betlém" je neodmyslitelným prvkem kuského okolí

**Matyáš Brown
Sochař**

**Tvůrce sousoší
sv. Luitgardy a sv. Iva
na Karlově mostě**

**Vytvářel parky, zámky,
jež soutěžily s krásou
Versailles**

**Zámek Kuks je
zařazen do Světového
památkového fondu.**

**Tento fond zachraňuje umělecká
díla, jejichž ztráta
by znamenala ochuzení lidstva.**

Sochař Matyáš Braun a zámek Kuks.

Matyáš Braun

byl podporován hrabětem Františkem A. Šporkem z Lysé n/L. Špork přivedl Brauna do Čech z Itálie. Víme, že se Braun narodil 15.2. 1684, ale neví se kde; zemřel v Praze 15.2.1738. Špork přivezl Brauna do Čech v roce 1704, ještě s dalšími známými umělci.

Hrabě Špork byl romantik, osvícenec, milovník umění. Nechal umělce tvořit bez obav o živobytí. Svá panství budoval ve francouzském stylu.

M. Braun začal pracovat na panství v Lysé n/L., kde vznikaly zahradní labyrinty, loubí a listnaté chodby,

spolu se sochami. Dodnes je jeho genius vidět i na palácích palácích jiných šlechticů, jako Thunovští, Vrbovští, Clam-Gallase, na velkopřevorství Maltézkých rytířů a také ve městech Teplice a Litomyšl.

Zámek KUKS: leží v okrese Trutnov v Krkonošském podhůří na břehu Labe. (dokončen v 18. století).



Hrabě F.A.Špork



Co obsahoval? Hlavní zámeckou budovu s kaplí, nádherná schodiště a také řadu menších budov. Navíc dětské hřiště se 40 trpaslíky.

Také tam byly lázně, později změněné ve starobinec pro zaměstnance.

Dále jsou v tomto komplexu stáje s lapidariem, kde jsou dnes umístěny Braunovy sochy.

Další zajímavostí je lékárna z roku 1712, která je řemeslně úplně překrásná, jak materialem tak i provedením. Velmi moderní na tu dobu, jaksi s ohledem na nemocného co přišel. Bohatí platili, chudí neplatili. Založili ji Jesuité.

Největší pozornost však neustále zaujímají Braunovy sochy na pozemku zámku a v blízkém okolí.



Skupina soch před zámkem blízko Kaple

Kuks: Sochy vytvořené M. Braunem jsou umístěny v Podkrkonoší, v tichých lesích v údolí řeky Labe. Zde se nalézala studánka, o níž se tvrdilo, že uzdravuje. Hrabě Špork vytvořil kolem studánky lázně, zámeček, knihovnu, divadlo, kolonádu a hostinec. Na břehu Labe také vyrostl mohutný hospital, kde byli umístěni staří, nemocní lidé ze Šporkova panství. Kolem Kuksu je park se zahradami a s bohatou uměleckou výzdobou.

V roce 1701 byla založena Poustevna sv. Františka, kterou obýval skutečný poustevník, později v Novém lese přibýly další poustevny.

Braun vytvářel reliéfy jako: "Vidění sv. Huberta", "Narození Páně", "Klanění pastýřů", "Příchod tří králů", "Kristus a Samaritánka", rovněž "Zarmoucená Hagar", socha: "Kajícnice sv. Maří Magdalena". Dále se zastavíte u sochy "sv. Jana Křtitele", poustevníků Onufria a Juana Garinuse



Příchod tří králů
Braunův Betlém



Kajícnice Máří
Magdalena
Braunův betlém
Nový Les



Poustevník Garinus,
se jako pokání musel
stále plazit jako zvíře.
Oblast pousteven

"Osobní vzpomínky": Josef a já jsme navštívili Kuks v roce 2006, při příležitosti sokolského sletu. Co jsem si tenkrát napsala: "Kuks je impresivní, zvláště zámek, který je na druhé straně údolí. Sochy neřestí jsou výmluvnější než ty ctnostné. Ctnosti točí oči k nebi, ale neřestem dal Braun chytrácká vzezření a vtipné symboly. Braunův Betlém v lese je krásná procházka. Jeho hermit je fanaticky správný. Sochařská zátiší jsou vrcholem dlouholetého souznění dvou osobností – umělce Matyáše Brauna a jeho mecenáše hraběte Šporka. Dodnes můžeme být svědky jejich tichého rozhovoru, který nám otvírá pohled do jiného světa než je náš přítomný.

Pokračování

Braunovy světoznámé sochy na zámku Kuks**Moudrost****CTNOSTI :**

Láska, Trpělivost, Víra,
Moudrost, Statečnost,
Cudnost, Píle, Štědrost,
Upřímnost, Spravedlivost
Střídmost. Naděje.

Žena zobrazená se třemi tvářemi. Z minulosti se učí pro současnost. Tvář v zrcadle poukazuje: Pamatuj na budoucnost, a had obtáčející ruku je symbolem chytrosti.

**Láska**

Láska je zde
zobrazena jako
láska mateřská.

**Pýcha****NEŘESTI**

Pýcha, Lakomství,
Smilstvo, Závist,
Obžerství, Hněv,
Lenost, Zoufalství,
Lehkovážnost,
Pomluva, Lstivost,
Podvod

Žena v pyšném postoji a v bohatém oděvu si na čele drží vějíř z pavích per. U nohou má páva jako symbol pýchy.

**Lenost**

Ospalá dívka se líně
opírá o symbol lenosti
a hlouposti-osla.

Sochy byly tesány kameníky z pískovce.

Většinou jsou umístěné okolo hlavních budov zámku,
Ale najdeme je i ve výstavních síních uvnitř zámku,
Chcete-li vědět více; informací je spousta na **“Google.cz”**

Ž české filmové historie:

Kdo by si nevybavil krásnou tvář mladé ženy **Jany Brejchové**? Jako Marilyn Monroe vyzařovala sex, Jana B. vyzařovala nevinnost mládí.

Jana Brejchová se narodila v roce 1940. Během svého života se objevila v 70 filmech a TV programech. Pamatuji si ji z filmu "Vlčí jáma" kde J. Štěpničková hrála stárnoucí, zahořklou ženu. Byl to otřesný film podle knihy Jarmily Glazarové.

Jana byla provdaná 4x, její první manžel byl Miloš Forman, o kterém se říkalo, že se oženil s nejkrásnějšími pražskými herečkami (také byl ženat 4x).

**Jana Brejchová**

Příběh Jany Brejchové a její rodiny je vskutku tragický. Její třetí manžel byl Vlastimil Brodský, dobrý herec, většinou hrál melancholické, zádumčivé role a on sám také byl spíše samotář. Manželství se rozpadlo, a později se V. Brodský zastřelil.

Manželé měli dcerku, Terezu Brodskou, je to krásná mladá žena, také herečka. Tereza řekla "Mamince nemám co odpouštět, i když bych nechtěla žít jako ona. Byla schopná pálit mosty bez ohledu na to, kolik lidí udělá nešťastnými". Když se Tereza narodila, rodiče Brodští ji dali na výchovu k tetě a strýci, s nimi Tereza žila do šesti let. Vnímala je jako maminku a tatínka. Jana si vzala Terezu k sobě když šla Tereza do první třídy. Tereza to nemá mamince za zlé – říká vtipně: "Naši mi říkají, že jsem flegmatická, ale já vám něco řeknu: - mně je to jedno!". Tereza žila s maminkou Janou, dokud se

maminka nerozvedla s V. Brodským a vdala se za pana Hanzlíka – Tereza byla nešťastná a odstěhovala se.

Jana Brejchová poslední léta svého života strávila v nemocnici, už nechodila, i když občas byla schopná reagovat na návštěvy.

Dcera Tereza maminku navštěvovala do poslední chvíle než její maminka – Jana Brejchová – zemřela.

**Terezka**

Odešla Dana Zátopková, legenda oštěpu.

Dana Zátopková byla olympijskou vítězkou v roce 1952 v Helsinkách. Její manžel byl Emil Zátopek, který vyhrál 4 olympijské medaile v běhu tamtéž.

Daně bylo 97 let když zemřela, do poslední chvíle jí dobře sloužil mozek i když tělesně byla unavená.

Sportovci, přátelé vzpomínají na Danu jako na elegantní, přívětivou ženu, která si uchovala humor až do posledních dnů. V nemocnici si zpívala, někdy vypila sklenku vína.

Její poslední odpočinek bude vedle manžela, v tzv. Valašském Slavíně v Rožnově pod Radhoštěm.

Máme pár čtenářů – dopisovatelů z republiky a jsme vděční za jejich zájem a informace. Mirek V. nám píše: "Děkuji za DD a s potěšením jsem četl Vaše vzpomínky na prošlá léta. Mé vzpomínky: V září 1938 lokálka přivezla do Ledče n/S za tmy asi tři vagony a v nich byli uprchlíci z Mostu. Všichni byli železničáři. I když jsme měli být 1+1, tak je rodiče přivedli k nám a spali u nás. Jmenovali se Moravcovi.... Já stále vzpomínám na přítele Bubáka už dlouho není mezi námi žádný styk." (Slibuji, že Mirkovi napíši jak to s panem Bubákem dopadlo Eva).

Dále nám píše Jaroslav M. 5.října:" Situace u nás vzhledem k množství nákazy covid-19 je poměrně vážná. V množství případů na 100 tisíc obyvatel jsme hned na druhém místě v EU. Celkově nakažených je přes 80 tisíc a zemřelo 711 lidí, převážně starších občanů. Mimo jiné se také nakazila zpěvačka Hana Zagorová, uzdravila se. Ještě připomenu, že v březnu zemřela v 80letech zpěvačka Eva Pilarová. Její maminka se letos dožila 105 roků. Srdečně zdravím!

Příspěvatelé na DD:

A. Bělohradský, Mr.& Mrs.Branisa, E. Holomek, Lukšičkovi, Paldusovi, Strakovi,

Na jazykové školy pro děti: A. Bělohradský, Strakovi

Děkujeme.

Blanka Michale 
 Real Estate Sales Representative

Direct: 519.500.3316
 office: 519.662.4900

www.blankamichale.com
realestate@blankamichale.com





**Prodám nebo
celoročně pronajmu**

Byt 4+1 s balkonem, výtahem, sklepem atd.
 v malém městě Volary, Č.R. v centru
 Šumavy s plnou socialní vybaveností
 (školy, doktoři, zubaři) atd

**Dotazy na
cowboy.lad@seznam.cz**

PŘEJEME VŠEM ŠTASTNÉ VÁNOCE**Z I M A**

Se zimou to není tak jednoznačné. Někteří z nás jí mají rádi, někdo jí toleruje a mnoho lidí se příchodu zimy děsí a přímo jí nenávidí. Zářivé barvy podzimu se ztrácejí se spadánými listy a ustupují smutným odstínům šedivé a černé. Ale také přijde oslepující bělost čerstvě napadaného sněhu, modř zimní oblohy a stříbrný třpyt ledu a rampouchů.

O to lépe chutná šálek čaje s rumem nebo sklenice grogu, když se promrzlí vracíme domů ze zimní procházky.

Lída Baušová

Úvodní slovo generálního konzula České republiky v Torontu,
PETRA BURIÁNKY.



Vážené dámy, vážení pánové, milí přátelé!

Dovolte mi, abych Vás všechny co nejsrdečněji pozdravil jménem svým i jménem všech kolegů na Generálním konzulátu v Torontu.

Do města Toronta jsem přicestoval 8.zářím 2020, ale ihned po příletu jsem se musel odebrat do 14denní karantény. Není to jednoduché začínat misi v novém místě tím, že trávíte dva týdny v izolaci, ale mám pro toto opatření plné pochopení. Naštěstí

dnes je mnoho způsobů jak komunikovat a jak sledovat události a jak se postupně zapojit do činnosti a dění na konzulátu. Přesto se již nemohu dočkat dne kdy já se konečně plně zapojím do práce a také se osobně setkám s řadou z Vás.

Hlavním úkolem Generálního konzulátu České republiky v Torontu je bezpochyby mnohovrstevnatý rozvoj vztahů mezi oběma našimi státy, ochrana a prosazování zájmů České republiky a jejich občanů ve všech kanadských provinciích, které jsou v působnosti našeho konzulátu. Jedná se tedy nejen o běžnou konzulární agendu, ale též o ekonomickou, vědeckou, kulturní a obecně veřejnou diplomacii, o navazování co nejtěsnějších kontaktů mezi firmami, školami, kulturními a dalšími institucemi našich zemí.

Jsem přesvědčen a rád bych o to též požádal, že mimořádnou roli v našem úsilí může a také sehrává naše početná, úspěšná a aktivní krajanská komunita v Kanadě. Těším se na brzká setkání, na vzájemnou spolupráci, výměnu názorů a hledání cest, jak se ještě lépe pochopit, porozumět si, abychom společně využili ten nesmírný potenciál, který nám pomůže i nadále co nejlépe rozvíjet vztahy mezi Kanadou a Českou republikou. Dovolte mi, abych na tomto místě poděkoval všem našim krajanům i všem našim občanům, kteří zde v Kanadě toho učinili tolik dobrého a prospěšného pro Českou republiku, pro Kanadu a pro naše vzájemné vztahy. Upřímně se též těším na spolupráci s našimi honorárními konzuláty v Calgary a Winnipegu.

Budu velmi rád, když se budete na náš Generální Konzulát obracet s vědomím, že naší snahou je co nejrychleji odpovědět na Vaše dotazy a poskytnout Vám pomoc a podporu. Budu rád, když budete vnímat GK jako instituci, která je Vám blízká a otevřená. Těším se na osobní setkání a na naši spolupráci.

Srdečně zdravím.

Petr Buriánek, Generální Konzul

Závan z minulosti : Vánoce našich předků:V
Á
N
O
C
E2
0
2
0**Pražské Jezulátko**

Většina z nás si pamatuje, že jako děti jsme se těšili na Ježíška, že nám přinese dárky. Ježíšek byl ústřední postavou vánoc. Časy se změnily a tak i vánoce .

Čtyři týdny před vánoce se slavil Advent, kdy křesťané očekávali příchod Spasitele a uctivali narození Ježíše Krista. Oslava adventu byla ustanovena v 8. století. Byl viděn jako duchovní meditace – čas ticha. Advent trval 4 týdny. Starodávne zvyky se udržely hlavně na venkově. Lidé se scházeli doma, v hlavní světnici, kde bylo teplo a světlo. Předlo se, vyprávěly se pohádky, pověsti, zpívalo se, ale bez hudebních instrumentů, ty ztichly. Těmto shromážděním se říkalo přástky. Ráno se šlo do kostela na pobožnost, nazývanou Roráty. Ženy s sebou nosily voskové svíčky různých tvarů, jež samy vyráběly. Advent byl čas úklidu a také zabijaček a pečení cukroví. I duchové mrtvých předků se někdy objevovali, aby poučili žijící.



Vánoce jsou rámovány narozením Krista Pána 25.12.

a svátkem Tří králů 6. ledna. Rušný společenský život se zpomalil na konci listopadu s umlčenou hudbou. Nejpopulárnější ze světců byl **sv. Ondřej**, který byl slaven 30. listopadu. Byl to patron nevěst, sedláků, rybářů, obránce zdraví.

Lidé žili s přírodou a ptali se přírodních úkazů na svou budoucnost – ptali se vody, stromů, ale i zvířat. Na příklad jeden ze zvyků byl zatřást kurníkem a když slepice odpoví kdákáním – to je dobré znamení, ale střež se kokrhání. Ženy pletly zelené

Pokračování

věnce do kostela. Dodnes se tento zvyk udržel – na vánoce chceme mít zelené větvičky v domě. Když si ustříhnete 4. prosince větvičku z třešně – tak vám do vánoc vykvete.

Dávno než se objevil sv. Mikuláš, chodily ženy v bílých šálách, s košíky ve kterých byly dárky, po domech a odměňovaly hodné děti. Ženám se říkalo **“barborky”**. Barborky někdy recitovaly modlitbu anebo jen mumlaly ‘mulisi, mulisi’ což původně bylo ‘modli se’.

Svatý Mikuláš byl slaven 6. prosince. Skutečný světec sv. Mikuláš žil v Myře, v Turecku kolem 3tího století. Proslavil se svou dobrotou. Je dodnes slaven. 6tého prosince přichází sv. Mikuláš, oblečen jako skutečný biskup, v komži, mitře, ornátu s berlou v ruce. Je doprovázen andělem a čertem, čert trestá a anděl naděluje. Mikuláš je zpovědník a soudce provinilců. Tento svátek je ve velkých městech – jedním z nich je Praha –oslavován velkoryse, světly, trhy a výzdobou.



Vánoční stromek: po prvé je zaznamenán v roce 1812 v Praze. (Mezi lidem se ujímal pomalu.) Stromek byl ozdoben domácím cukrovím, ovocem, ořechy, později se pod stromečkem začaly objevovat dárky. Stromek musel mít světýlka a světélka se udržela dodnes. Vše to z křesťanské víry, že světlo zobrazuje Ježíše Krista – **světlo boží**.

Sv. Lucie (13.prosince)

V předvečer výročí její smrti chodily hrůzostrašně vystrojené Lucky s dlouhými papírovými zobáky a obrovským nožem v ruce a strašily děti. Hrozily jim metlou nebo koštětem. Některé huhlaly, že zlobivé děti strčí do pytle a odnesou. (V našich zemích se moc neujaly a dneska jsou hlavně v severní Evropě.)



Vánoce začínají 24.12. a do vánoc patří hody – lidé začínali jíst když se na nebi objevila první hvězda. Snažili se odhalovat budoucnost (vzpomeňme **K. J. Erbena** – **báseň “Hoj, ty Štědrý večere, ty tajemný svátku; Cože komu dobrého neseš na památku?”**)

Pokračování

Na stůl se dal bílý ubrus a na něm všechny plody jež země dala. Začínalo se modlitbou a potom se podával chleba s medem. Štědrost se projevovale k lidem, zvířatům i neživé přírodě.

Dárky naděloval malý Ježíšek tajně. Nejvíce se těšily děti z dárků a rodiče se radovali z jejich potěšení.

Chodilo se na půlnoční, zpívaly se koledy, skvost lidového umění. Velmi populární a i dodnes je pastorale Jana Jakuba Ryby: Hej mistře. Koledy byly doprovázeny nástroji jako housle, dudy, píšťaly, cimbálek, harfíčka. Koledníci dostávali výslužku.

Důležitou součástí Vánoc byly **betlémy**, jež se přestěhovaly do lidských příbytků. Betlémy byly různé – papírové, dřevěné, i polychromované. Napodobovaly skutečné scenerie – na kamenech byl mech a také tam byli pastýři, kteří se starali o stáda oveček. Vždy byli přítomní darovníci. Ti přinášeli v košíkách vánočky, vejce, drobnou drůbež, jablka, ořechy. Mnohé betlémy jsou složité, většinou obrážejí tehdejší život. V republice jsou muzea betlémů, nejslavnější z nich je betlém Třebechovický.

Nový rok se příliš neslavil. Tři králové znamenali konec vánoc.



My tři králové jdeme k vám, štěstí, zdraví vinšujem' Vám



Informace pro čtenáře D.D. o činnosti odbočky Sdružení KWG:

Vzhledem k dané situaci máme pro vás několik změn v činnosti naší odbočky. Na náš dotaz na ústředí ČSSK jsme se dozvěděli, že výkonný výbor odbočky zůstává ve funkci až do příští schůze a nových voleb, takže se souhlasem všech členů výboru do té doby zůstáváme beze změny.

Další bod se týká **členských poplatků**. Aktivita sdružení se prakticky zastavila, ale poplatek je za členství v organizaci, ne za akce, které organizace poskytuje, zůstává tedy nezměněn \$15 na další rok a bude to předmět debaty až se znovu sejdem. Prosíme tedy členy, kteří ještě nezaplatili na tento rok, aby tak učinili a zaslali šek na adresu pobočky. Letos nepřidáváme "žebračku" do DD, ale ti co zatím nezaplatili budou mít obálku a také výtisk Dobrého Dne označen červenou tečkou.

Další informace:

Zájezdy do divadla se nekonají, Nové divadlo zatím nehraje

Promítání českých filmů je dočasně zastaveno

Slavnostní vánoční oběd pro seniory se letos nekoná

Učitelka české jazykové školy pro děti resignovala a jelikož se zatím nepodařilo najít náhradu, **česká škola se zastavuje na neurčito**

Slovenská škola je činná, ale pokračuje virtuálně.

Jazykové školy v současné době nepotřebují finanční podporu, proto vás přestáváme žádat o příspěvky na tento účel. Peníze vybrané za tento rok budeme držet na jejich účtu v pokladně Sdružení až do doby, kdy o ně požádají.

Dobry Den bude vycházet pravidelně a doufáme, že ještě hodně dlouho. Tímto chceme poděkovat manželům Kratochvílovým za jejich neúnavnou práci na vydávání tohoto časopisu. Je to v současné době jediné, co nás spojuje.

Pokud na DD chcete přispět, pošlete šek na adresu uvedenou na poslední straně DD. Děkujeme.

Výbor K-W-G odbočky ČSSK

**Česká a Slovenská škola:**

Slovenská škola pod vedením **Blanky Michale** pokračuje už deviaty rok a tento rok se děti učia "online". Zaregistrovaných je 14 žiakov. Online" učenie trvá iba 30 minut a samozrejme je to úplne iné, ako keď sa žiaci videli v minulých rokoch v triede.

"Naším gólom je aby Slovenská škola pokračovala a už sa veľmi tešíme, keď budeme zase spolu v triede." Česká škola pod vedením učitelky **Mirky Pirové** fungovala 9 let. "Týmto by sme sa z celého srdca chceli poďakovať Mirke za všetok čas, ktorý deťom venovala".

Blanka Michale

**A když jsme u těch škol, připomeňme si školy našich předků:
Osmdesát žáků na jednoho učitele, výprasky metlou, ale přesto byly školy
chloubou národa:**

Přeplněné třídy, metla v ruce nepřiliš vzdělaného učitele, ale také místo, kde se všechny děti naučily číst a psát.



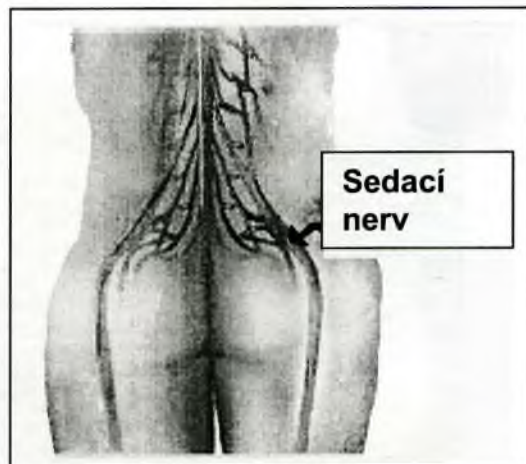
Povinná školní docházka byla uzákoněna v roce 1774 za vlády Marie Terezie. Učební pomůcky ani učebnice takřka neexistovaly. Menší děti psaly na břidlicové tabulky. Trvalo několik desítek let, než byl ustanoven standard pro všechny školy. Škola jako samostatná budova s třídami a lavicemi se objevila až v polovině devatenáctého století. Trvalo to nějaký čas než si na školu zvykli jak žáci tak i rodiče. Po celé 19té století se rodiče zdráhali posílat děti do školy, protože je potřebovali doma jako pomocníky. (Moje maminka šla sloužit jako děvečka k sedlákovi když jí bylo 12 let. – EK). Třetina dětí zůstávala doma hlídat menší děti, dobytek nebo pomáhat na poli. Negramotnost byla vymýcena ke konci 19tého století. Kromě čtení a psaní se děti učily počtům, náboženství, ručním pracím; později se do osnov připojil dějepis, zeměpis, přírodopis. Děti ze zámožnějších rodin měly soukromé učitele a skládaly zkoušky aby dokázaly, že učivo doma zvládly. V mnoha městech existovaly městské a církevní školy při klášterech. V druhé polovině 19. století vznikly dvouleté a čtyřleté učitelské ústavy. A teprve v roce 1870 byly zakázány jakékoliv tělesné tresty.

Zdraví a jídlo:**Sciatica – Ischias**

Sciatica je často nadmíru bolestivá. Proč se najednou objeví?

Sedacl (sciatický) nerv je nejmohutnější nerv v našem těle. Sestává z mnoha menších nervů, které se rozvětvují z dolní části páteře a běží dolů v těle, aby se spojily v důlku nad hýžděmi. Tam se spojí a vytvoří gigantický nerv, který je tak tlustý jako palec u ruky. Sciatica neboli ischias je lékařský výraz, který popisuje bolestivý zánět sedacího nervu.

Nejčastější příčinou je degenerace disku (obratle), který se tenčí jak stárneme (spinal stenosis). Tím se stlačí nerv vycházející z páteře a to způsobí zánět.



Sciatica je provázena ostrými bolestmi, ale také se může cítit jako tupá, neustálá bolest v hýždí a často také v noze od zadní části stehna až do lýtky. Obvyčně postihuje jen jednu stranu těla. Léčení: Led, vitamin C, ultra-sound může zmenšit otok. Někdy též pomůže obvaz ovinutý kolem zad, dále určité léky a v některých případech i manipulace páteře. Když nic, ani léky proti bolesti nepomáhají, lékař může doporučit corticosteroid injekce, které potlačí zánět. Jejich účinnost je ale jen dočasná a nemohou se často opakovat. Allevio Pain Clinic v Torontě také může provést zákrok, kterým přeruší kompromisovaný nerv a tím i cestu, která vede bolest do mozku (radiofrequency neurotomy). Ani tento zákrok ale není trvalým řešením, nerv si časem najde novou cestu a znovu se spojí. Co můžeme dělat preventivně? Pravidelně cvičit se zvláštní pozorností na posílení břišních a zádočných svalů. Udržovat správnou pozici při sezení a zajistit si dobrou podporu dolní části zad. Zvedat těžká břemena tak, aby práci dělaly nohy, ne záda, a vyhnout se tomu zvedat a otáčet se najednou.

Kdo jste prožil a přežil sciaticu, informujte nás, co Vám pomohlo. "Děkujeme".

Dobří a někdy i zvláštní lidé žijí mezi námi:

Mnohé naše články nám připomínají dobré skutky, jež lidé vykonají pro zraněná či uštvaná zvířata.

Krysa – je chudák. Nikdo ji nemá v oblibě, i když si nějak matně vzpomínám, že kdysi naše “Mother Theresa zvířat”, Jitka D., měla doma ochočené krysy, které způsobně seděly na rameni mladých žen, jež žijí v domě. Nu a nyní se dozvídáme, že Magava, ohromná africká krysa, dostala v Anglii řád za statečnost. V Cambodii objevila 39 zakopaných bomb a 28 dalších nebezpečných výbušnin.

Krysy jsou trénovány v Belgii, a Magava je neúspěšnější z celé skupiny. Organizace APOPO tvrdí, že vyčistila 141,000 čtverečných metrů půdy v Cambodii, Angole, Zimbabwe a Mozambiqu. Musíme pochválit jak lidi, které to napadlo tak i ty krysy!

**Nezachránil jsem Vám život, bylo to vaše lano.**

Další záchranu jsme objevili v našem blízkém městě – Torontu. 24. září, dva dělníci myli okna ve vysokém věžáku. Seděli na sedačkách kolem 20.tého poschodí. Pojednou se utrhly dva nosné kabely a oba muži se zoufale drželi provazů. Naproti v restauraci u okna seděli bratrance Tony Estrela a Daniel Vieira, viděli co se stalo, duchapřítomně zavolali 911 a další dělníky kteří pracovali na různých poschodích budovy. Tony a Daniel utíkali do zmíněné budovy, dostali dovolení se vyšplhat na střechu, k nim se připojilo ještě pár dělníků. Společně ohodnotili situaci. Viděli, že jeden z umývačů oken skončil na rampě okna, ale druhý umývač stále visel na provaze uvázaném na střeše.



Skupina mužů spolu s Tonym a Danielem vytáhla provaz, na kterém dělník visel, nahoru na střechu. Muž byl zachráněn.

Brzy přijela Zachraná služba a pomohla muži, který se držel rampy okna.

Nejen hodní, ale šikovní, pohotoví lidé pomohli v hodině hrůzy.

Tony Estrela a Daniel Vieira.

KRAJANSKÉ TELEVIZE:

ČESKÁ TELEVIZE NOVÁ VIZE

producentka Markéta Slepčíková, tel (647) 892-6912

E-mail: novavize.ca@gmail.com

webová stránka: www.novavize.com

Adresa: Nová Vize, 7 Auburn Ave. Toronto ON, M6H 2L6

POZOR na změny ve vysílání:

PREMIERA sobota 21.00 h ; **REPRÍZY:**

úterý 9.00 h. ráno, středa 3.00 h. ráno, čtvrtek 12.00 h. poledne,
sobota 6.00 h. ráno

SLOVENSKÁ TELEVIZE SLOVENSKÝ SVET

Producentka Katarina Homolová, tel (647) 233-3105

E-mail: slovenskysvet@gmail.com

POZOR na změny ve vysílání:

PREMIERA sobota 10.30 h. ráno; **REPRÍZY:**

středa 3.30 a 7.30 h. ráno, čtvrtek 23.30 h.
sobota 6.30 ráno



Na shledanou

Na jaře



Redakční rada **Dobrého Dne** se těší na Vaše komentáře. Všechny příspěvky pečlivě čteme. Oceňujeme, když nám občas pošlete finanční podporu, protože náklady se každým rokem zvyšují. Jestliže DD nečtete – dejte nám vědět a my Vás vyřadíme z adresáře. Také můžete napsat na obálku: "Back to the sender" a poslat zpět. **Šeky vyplňujte takto:** Pay to: The Czech and Slovak Association of Canada - a adresujte:

K-W-G branch, 550 King St. N. PO 42053, Waterloo, ON, N2L 6K5, Canada

Pište nám na adresu:

Eva Kratochvil, 59 College Ave W

Guelph, ON N1G 1S1, Canada

e-mail: ekratoch@sympatico.ca

telefon: 519 821 3321

Redakční řada

Lída Baušová, Lída Dejmková, Jiří Karger, Marie Lomičová

Zodpovědná redaktorka: Eva Kratochvílová

Výtvarní umělci: Lída Baušová a Ing. Josef Kratochvíl