

# ZPRAVODAJ

## Svijanského Újezda



### Naši jubilanti v měsíci říjnu

paní Melichová Milada	75 let
pan Ardelt Jan	75 let
paní Havlová Zdeňka	70 let
paní Kašťáková Ivana	60 let
paní Pelantová Jindřiška	50 let

*Přejeme oslavencům pevné zdraví a mnoho osobních úspěchů.*

### Kontejner na železo

bude přistaven do prostoru návsi 24. 10. – 28. 10.

### Knihovna

bude uzavřena 22. 10. , 29. 10. a 5. 11.

### Ordinace MUDr. Jiřího Trněného

Prosí zájemce o **očkovaní proti chřipce**, aby si předem domluvili termín. Očkování bude probíhat od 7. října každý den mimo čtvrtka v době od 12:00 do 12:30.

### Dočasná úprava otevírací doby na poště v Pěňčíně

V termínu **7. – 11. října** dochází k úpravě hodin pro veřejnost na poště v Pěňčíně: pondělí a středa 13:00 – 18:00, úterý, čtvrtek a pátek 10:00 – 12:00 a 13:00 – 16:00.

### Cimbálový večer

Obecní úřad pro Vás připravil večer s Cimbálovkou Dušana Kotlára v Hospůdce v Chaloupkách, v pátek 18. 10. od 18:00 do 21:00. Z důvodu kapacity se prosím přihlaste na obecním úřadě do 8. 10. Vstupné je zdarma.

### Divadlo Praha

V neděli 1. 12. pojedeme již tradičně do Prahy do divadla Palace na představení **NEPERTE SE, PROSÍM VÁS!** Tři sourozenci se sešli v advokátní kanceláři, aby si vyslechli otcovu poslední vůli. Délka představení je 115 minut + 20 minut přestávka. Odjezd od obecního úřadu v 11:00 a odjezd z Prahy v 18:00. Hodnota vstupenky je 599,- Kč, ale pro naše občany je cena vstupenky 300,- Kč.

### **Podzimní kurz šití pro začátečníky i pokročilé**

bude v Základní škole ve Svijanském Újezdu, pět sezení po třech hodinách.

Každou středu od 16:45 do 19:45, **zahájení kurzu ve středu 9.10. 2024, ukončení 18.12. 2024**. Kurzovné 360,- Kč, za jedno setkání, platba v hotovosti.

#### **Co nás čeká? Jak budeme pracovat? Na co se těšit?**

Každý šije ve svém tempu, podle obtížnosti zvolené práce. Volba výrobku podle vlastního uvážení. Těšit se můžete na radost z tvoření a získání nové dovednosti.

**Co s sebou?** Šicí stroj, látku, nitě, nůžky a pomůcky na šití. Několik šicích strojů k dispozici. Více informací na **731 284 403**.

Na setkání a společné tvoření s vámi se těší lektorka kurzu Hana Rejzková 😊.

### **Obličejová jóga**

Ve čtvrtek 17. října od 18:00 v tělocvičně ve Svijanském Újezdu se bude konat hodinový seminář nebo workshop Face yoga. Cvičení, které pobaví, při kterém omládnete. Je vhodné jak pro ženy, tak pro muže. Často řešíme povadlá víčka operací a při tom stačí 14 dní cvičit a výsledek se dostaví. Cvičení zabrání tomu, aby se povadlá víčka vracela a museli jste podstupovat další operaci. Svaly na obličejí jsou také svaly, které ochabují, je třeba s nimi pracovat, cvičit, protahovat, uvolňovat. Každý má určitý stereotyp pohybu v obličejí, mimiku, která může vrásky vytvářet. Často se vytváří rýha mezi obočím úplně zbytečně. Cvičení obličej rozjasní, rozsvítí, vyhladí. Cena semináře je 250,- Kč . Přihlásit se mohou zájemci na tel 724 288 236. Děkuji Eva Kozáková

### **TABATA**

každou středu od 18:00 se v tělocvičně cvičí komplexní TABATA. Více informací o trenérce a typu cvičení na [www.vanclovi.cz](http://www.vanclovi.cz).

### **Akce v okolí:**

#### **Závod padesátek na 121 minut**

SOPKA 2007, z.s. pořádá v **sobotu 5. října** od 13:00 závod padesátek na 121 minut. Upozorňujeme občany, že v době od 13:00 do 17:00 bude uzavřena komunikace mezi Nechálovem a Kojeckem.

#### **Podzimní traktoriáda**

SOPKA 2007, z.s. pořádá v **sobotu 19. října** od 13:00 v Důni podzimní traktoriádu. Občerstvení zajištěno.

**Střížovice – 5. 10.** – Střížovické dožínky – 2. ročník od 9:00 – 17:00

**Vlastibořice – 18. 10.** od 18:00 v KD cestovatelská přednáška Pavla Bičíkové  
Laponskem na lyžích i pěšky

**Pěnčín – 19. 10.** – Pěnčínské slavnosti od 10:00 v KD Pěnčín

**Sokolovna Nechálov – 26. 10.** Adaptace od 20:00

***Připravujeme 29. 11. od 17:00 na hřišti rozsvícení vánočního stromu***