

ECHO



www.novinyecho.cz

Ročník 17/číslo 9/26. března 2010

ČESKÉ REGIONÁLNÍ NOVINY

24 000 výtisků

www.e-nachodsko.cz

portál náchodského regionu

www.e-nachodsko.cz

Hledáme spolehlivého
distributora

novin **ECHO**
pro oblast

PROVODOV - ŠONOV

TEL.: 602 103 775

email: echo@novinyecho.cz

Sváreční a vzduchová technika
Přehovské náměstí, Náchod tel. 491 427 345



Multifunkční svářečka
www.svarecky-kompresory.cz

ELEKTRO ABC NÁCHOD

VELKOOBCHOD - MALOOBCHOD

JARNÍ ÚKLID SKLADU
TOTÁLNÍ VÝPRODEJ

Českých bratří (u gymnázia)
www.abcnachod.cz
tel.: 491 428 428

VESTAVNÉ
SPOTŘEBIČE
SE SLEVOU AŽ 54 %

Laštovic

NÁCHOD, Komenského 366 Tel.: 737 195 195
HRONOV, Hostovského 270 Tel.: 602 158 585
N. MĚSTO n.M., Nádražní 32 Tel.: 602 122 102
JAROMĚŘ, Husova 149 Tel.: 737 000 222
RYCHNOV n.KN., OD Tesco Tel.: 603 143 938

Podnikáte? Pak máme pro Vás úsporu nákladů!

30% SLEVA
na Vaše volání!!!
Pouze do 31.3.2010
Více info na prodejních



Ve Skalici i v Náchodě Morana pohořela...

PŮJČKA
50 až 250tis
Akční nabídka splátek pro rok 2010!
150tis. již od 2 174 Kč/měs
250tis. již od 3 623 Kč/měs
bez poplatků předem
pro klienty v registrech, matky na MD nebo OSVC
Hledáte-li půjčku, neváhejte nás kontaktovat na linkách:
733 713 326 nebo 733 713 327
jsme tu pro Vás každý všední den od 7.00 do 19.00

Gate
JAZYKOVÉ A VZDĚLÁVACÍ KURZY, BÉŽNÉ,
ODBORNÉ I ÚŘEDNÍ PŘEKLADY A TLUMOČNÍ
Zájemcům o studium jazyků nabízíme kurzy:
NĚMČINY (1. – 4. ročník + konverzační kurz)
ANGLIČTINY (1. – 4. ročník + konverzační kurz)
Jsme kvalifikovaní lektori a soudní překladatelé a po celou dobu existence
naši školy (20 let) vyučujeme své studenty osobně. Je tím zaručena maximální
zainteresovanost na kvalitě výuky a její kontinuita.
Přihlásit se můžete na našich webových stránkách přihlašovacím formulářem
(www.gatenachod.cz),
telefonicky (N.J.: 491 420 945, mobil 603 440 969, A.J.: 491 423 077, mobil 605 211 991; 603 493 780),
e-mailem (N.J.: lada.petrankova@gatenachod.cz, A.J.: jan.moucha@worldonline.cz), nebo se přijďte
podívat do našich kurzů osobně (Husovo náměstí 789, Náchod, 1. patro).

**PODLAHOVÉ CENTRUM
NÁCHOD**
prodej – pokládka – rozvoz

- koberce bytové a objektové
- krytiny PVC a linoleum
- plovoucí podlahy
- korkové podlahy
- laminát, dřevo
- chemie, lišty, doplňky

na všechny podlahové krytiny nabízíme pokládku
za zvýhodněné ceny a dopravu **ZDARMA**

Podlahová centrum Náchod, Orlická ul. 821, Náchod
Tel.: 603 812 653, e-mail: podlahy.nachod@seznam.cz

Morana, Mora, Mořena, Mařena, Marzena nebo Kostroma je figura představující smrt, pravděpodobně bytost ze slovanské mytologie nebo pohanská bohyně smrti. Je velmi známá i v dnešním folklóru. Uctívali ji staří Slované a Baltové. Je zosobněna zimou, na jaře končí její vláda, proto se topí nebo bije. Není možné ji však považovat za čistě bohyni smrti nebo za nějakou ohybnou státní. Je prý velmi krásná. Tradičním pohanským rituálem praktikovaným i dnes je vynášení Morany a její upálení a posléze její utopení.

Tak tomu bylo i v České Skalici, jak tento obřad zachytil objektiv Ivana Vávry. Součástí akce byl i řemeslný jarmark v Barunčíně škole. Přítomni byli i milí hosté z polského partnerského města Bardo. Realizátorem této pohanské reminiscence byl místní folklorní soubor Barunka.

Stejný příběh se odehrál i v Náchodě, kde Morana skončila svoji vládu v řece Metuji. Očividným svědkem byl za hledáčkem svého nikonu Josef „Pepa“ Voltr.



ŽÁDNÉ STROMY NEROSTOU DO NEBE

a občas je nutné toto jejich putování i výrazně zkrátit.
Povolení ke kácení dřevin rostoucích mimo les je v pravomoci městských a obecních úřadů příslušného katastru. A vedou se o tom přesné úřední statistiky. Tak například, v loňském roce 2009 bylo v Červeném Kostelci vydáno 66 správních rozhodnutí o povolení kácení dřevin mimo lesní porosty. Po těchto povoleních již k nebi nerostlo 201 stromů... (r)

O₂ Internet
Poradíte si domů internet bez dalších poplatků
za pevnou linku, bez závazku a jen za 600 Kč měsíčně
Stavte se pro nabídku dalších služeb O₂

O₂ Prodejna
Krámská 20
547 01 Náchod
tel.: 491 431 332
e-mail: o2@o2.cz

A Telefonica company

Více možností. O₂

Akční cena platí na 12 měsíců při aktivaci nové služby O₂ Internet do 31. 3. 2010

**Prodejna
strojů
a nářadí**
Běloveská 168,
Náchod

ČEKY
dimartino
profesionální
postřikovače
velký výběr
příslušenství
renovační
náhradní sady

MALOOBCHOD - VELKOOBCHOD
tel. 491 423 669, www.ceky.cz

VŠ Mix
okna patří k životu

GE Money
Multiservis
Možnost i na splátky

slevy až
35%

- OKNA
- MARKÝZY
- ROLETY
- ŽALUZIE
- PARAPETY
- ZASKLÍVÁNÍ LODŽIÍ
- GARÁŽOVÁ VRATA
- DVEŘE
- ZIMNÍ ZAHRADY
- SÍTĚ PROTI HMYZU

Je čas na výměnu!

☎ 491 520 241 www.VSMIX.cz email: info@vsmix.cz
Kde nás najdete: VŠ MIX s.r.o., Dvorská 27, 549 31 Hronov

VZPOMÍNKA

Se zármutkem v srdci vzpomínáme na **pana Jana Cohornu** z Nového Města nad Metují. Dne 24. března 2010 uplynulo 25 let od jeho smrti.

Manželka a děti s rodinami,
vnučata

VZPOMÍNKA

Vzpomínáme 1. výročí úmrtí **pana Aleše Kalouse** (rybáře), který zemřel náhle 29.3.2009 ve věku 47 let.

Děkují.

Matka **Eva Kalousová**,
sestra **Lada Raková** s rodinou

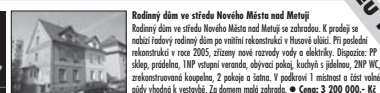
SENIORI V DUBNU

Svaz důchodců v Náchodě nabízí Vám všem seniorům programové čtvrtky v klubovně Harmonie II, Rybářská 1819.

- * 1.4. ve 14 hodin Přípravy za bylinek od švýcarské firmy JUST nám nabídnou paní Bubeníčková
- * 8.4. od 14 hodin JARNÍ VESELICE V HARMONII - za hudebního doprovodu pana Čížka si můžete zatančit i zazpívat. Občerstvení zajištěno
- * 15.4. ve 14 hodin Tři země jihoem. indiánů - 2. část Bolívie, snímky z cesty doplní vyprávěním pan Nývlt
- * 22.4. ve 14 hodin „Cesty po severozápadu USA“ - další pokračování budeme sledovat na snímcích a při vyprávění pana Macha
- * 29.4. ve 14 hodin O posledních bojích v roce 1945 v Bělovsi nám bude vyprávět pan Samek

Přijďte se mezi nás pobavit všichni, kdo máte zájem o naše programy, neboť jsou i pro nečleny Svazu důchodců. Na Vaše návštěvy se těší členové výboru MO SD v Náchodě.

Kulturní akce Klubu vojenských důchodců
„CESTOMANIE PO ČESKU“ se bude konat 21. dubna 2010 od 15.30 hodin v restauraci „Vatikán“ a na programu bude promítání snímků ze zájezdu „Severní Čechy“ 9.-13. září 2009 (2. část)
Přijďte mezi nás zhlédnout záznam z pětidenního výletu. Srdce Vás zve a na hojnou účast se těší Rada Klubu vojenských důchodců Náchod



Realitní tým ve středě Nového Města nad Metují
Rodinný dům v krásné zahradě a bazénem v České Skalici. K prodeji za 860 000 Kč.
Rodinná vila s kaskádovou zahradou a bazénem v České Skalici. K prodeji za 3 350 000 Kč.
Stavební pozemek s jihozápadní orientací v klidné části Bezděkov nad Metují. K prodeji za 399 000 Kč.
Bytový dům v Jungmannově ulici nedaleko náměstí v Hronově. K prodeji za 2 990 000 Kč.
Prodej hezkého, plně vybaveného bytu o velikosti 2+1 v Dobrušce. K prodeji za 5 900 Kč/měs.

info: 777 602 884

www.realityeu.com



PRO BEZPEČÍ VÁS I VAŠICH BLÍZKÝCH ONEMOCNĚNÍ SRDCE LZE PŘEDCHÁZET!

Ischemická choroba srdeční je navzdory poměrně komplikovanému názvu asi větší než z nás dobře známa. Její důsledky pro naše zdraví jsou příliš vážné a výskyt v našem nejbližším okolí příliš častý, než aby ji bylo možné jen tak přehlédnout. Tato choroba je příčinou takřka třetiny úmrtí v našem státě a u stejné početné skupiny životy významně zhoršuje.

„Ischemie“ znamená nedostatečné prokrvení, které je nezbytné pro správné fungování každého orgánu v našem těle. Pokud se tato porucha dotkne natolik důležitých orgánů, jakým je srdce, dojde k přímému ohrožení našeho života. Nedostatečné prokrvení bývá způsobeno poškozením cévy tukem uloženým do jejích stěn.

V „zanesené“ cévě může vzniknout i krevní sraženina, která cévu náhle výrazně zúží nebo dokonce úplně uzavře. Důsledkem je pak náhlý vznik obtíží - srdeční infarkt. Z hlediska postiženého se infarkt projevuje zpravidla sraženou bolestí za hrudní kosti.

Typické jsou i některé další doprovodné příznaky - nevolnost až zvracení, opocení, „horší dech“, pocit strachu.

Pokud má postižený příznaky infarktu myokardu, měl by zůstat v klidu, vsedě nebo v polosedě. Nezbytné je okamžitě zavolat linku 155. Postiženého je třeba nepřetržitě monitorovat - sledovat, zda reaguje a zda normálně dýchá. Pokud by došlo ke ztrátě vědomí (postižený přestává reagovat, mohou být křeče, lapání po dechu), je třeba postiženého okamžitě položit na záda na rovnou podložku a zahájit nepřímou masáž srdce. O vývoji situace je vhodné informovat dispečink záchranky (155), kde vám navíc také poradí, jak přesně postupovat při poskytování první pomoci.

Cévní katastrofám předchází především nevhodný životní styl - kromě kouření je to nedostatek pohybové aktivity, příliš vysoký příjem potravy a její nevhodné složení - nadměrné množství živočišných tuků (obsažených v masle, tavených sýrech, skrytých v masě, uzeninách a dalších živočišných produktech) a jednoduchých cukrů (obsažených ve sladkostech a bílém pečivu).

Oldřich Přibyl

Zdravotnická zařízení bez poplatků oceňují zejména senioři

Pacienti v krajských zdravotnických zařízeních budou mít i nadále možnost přijímat dar Královéhradeckého kraje na zaplacení regulačních poplatků. Jako krajská radní pro zdravotnictví jsem zjistila, že celý systém prokázal ulehčení situace zejména seniorům. Právě tuto věkovou a sociální skupinu hrazení zdravotnických poplatků nejvíce zatěžuje. Potvrdilo se tak moje přesvědčení, že celý systém je správný a lidé jej sami diferencují. Vím, že pro někoho není problém regulační poplatek zaplatit a ten to také učí. Pro určité skupiny obyvatel však tento poplatek znamená neustálé výdaje. Poplatek za návštěvu lékaře, poplatek za pobyt v nemocnici, poplatek za nákup léků... Každý rozumný člověk rychle pozná, že zde je nejvíce otevírána peněženka právě seniorům. Hrazení regulačního poplatku je věcí našeho osobního postoje. Zdravý člověk v produktivním věku počítá jinak, než důchodce se zdravotními obtížemi. A já jsem na základě vlastní zkušenosti vždy solidární s těmi, kteří jsou v důchodovém věku a zdraví jim už tolik neslouží. Člověk má právo na důstojnost v každé situaci. Součástí této důstojnosti je i solidarita se seniory, která může být vyjádřena i formou uhrazení regulačních poplatků v krajských zdravotnických zařízeních formou daru Královéhradeckého kraje.



deckého kraje. Regulační poplatky nemohou snižovat dostupnost zdravotní péče pro ty, kteří ji nejvíce potřebují.

PharmDr. Jana Třešňáková, radní Královéhradeckého kraje pro zdravotnictví

Průmyslové objekty minulosti i současnosti (1)

Fakulta architektury - Výzkumné centrum průmyslového dědictví při ČVUT v Praze zahájila zásluhou práce. Shromažďuje po celé republice až po současnou historické údaje včetně fotografické dokumentace o průmyslových objektech. Protože se podílím na získávání uvedených materiálů, rád bych se o výsledky ptám v Náchodě alespoň stručně podílel i s členy ECHA. Na obsáhlejší text i více fotografií není zde dost místa. Mnoho lidí dnes už ani neví, k čemu různé objekty našich předků sloužily. Rada z nich již neexistuje.

Zlomovým obdobím byla krize kolem první světové války, kdy se některé firmy „položily“. Další všeobecná změna nastala v období roku 1948-50, kdy došlo k všeobecnému znárodnění a konečně po roce 1990, kdy byly prováděny restituční a prodejní objekty. V seriálu jsou zahrnuty tovární objekty od obce Babi až po Bražec. Předložený materiál pochází z informací obchodních rejstříků, ročenek nebo časopisů firem, starých reklamních kalendářů, prostudováním dobových fotografií, písenných dokladů u dětí původních majitelů a informací z knihy „Náchod“ z roku 2004, Mgr. L. Baštecká a kolektiv.

Použil jsem i svých vzpomínek a mnou pořízených nových fo-

tografií řady objektů. I tak některá údobí rozličných podniků nejsou dostatečně objasněna, nebo byly uvedeny nepřesné informace a bylo nutno se spolehnout na vzpomínky živých důvěryhodných pamětníků.

Protože Náchod byl znám jako město textilu, bylo nutno pro tuto činnost vyskylit odborníky. Proto roku v ruce s uváděním textilních továren do provozu byla v Náchodě už roku 1880 otevřena c.k. odborná škola tkalcovská. Nejdrív byla umístěna v Krámské ulici v domě Izáka Picka. Dvouleté studium probíhalo formou večerních a nedělních kurzů. Od roku 1892 škola přemístila do nové budovy na Kládké ulici. Bylo zavedeno denní vyučování a byly zde již dvě praktické dílny. Studium absolvovala také většina budoucích majitelů textilů. Roku 1928 byla škola modernizována a vybavena v dílnách ručními i mechanickými stavy. Od roku 1951 byla škola přejmenována jako RPS strojírenská pro textil.

Připravil Antonín Samek

Pokud máte ještě nějaké další poznatky o uvedených objektech, sdělte je prosím na adresu samek.belovs@seznam.cz nebo do redakce ECHA.

Cirkus Jo-Joo v Náchodě

Na hostování Prvního českého Národního cirkusu Jo-Joo v Náchodě u Kauflandu se od 14. do 18. dubna mohou těšit malí i velcí milovníci i obdivovatelé cirkusového umění. Cirkus se vrací po zimním turné v Hong Kongu, kde účinkoval v rámci zimní lední revue v Ocean Parku.

Během svých produkcí v ČR představí show plnou scénických efektů a skvělý

artistických a drezérských výkonů. Jmenujme například vystoupení Sedm Státních, kde diváci zhlédnou výcvik poněkud s pumami medovými, lasovou show a výcvik psů. Představí se Haluna, akrobatka z mongolského Ulánbátaru, která je nositelkou stříbrného klauva v kategorii Juniorů na festivalu v Monte Carlu 2003. Spatříte budete moci také výcvik tygrů sibiřských pouze pomocí bambusových

hůlek nebo leoparda na vodítku. Nebudou chybět prvky klasické artistiky jako visutá hrazda v podání ukrajinské artistky Roxy. Představí se také nové přírůstky cirkusových zvířat - mladá tygřice Tajga a zcela malíček Puma medová. KP



Střední škola hotelnictví a podnikání
SČMSD, Hronov, s. r. o.
www.hshronov.cz

TALÍŘ VE ZNAMENÍ VELIKONOC

Chcete-li zachovat velikonocní zvyky a tradice, začněte s pečením svátečních sladkostí v pravý čas. Již na **Zelený čtvrtek** by se na vašem stole měly objevit jídáše a na **Bílou sobotu** má bytem vonět čerstvě upečený mazanec. V neděli na **Boží hod velikonocní** se podle tradice nemá pracovat, jen vařit a hodovat, také k obědu se mají podávat ty nejlepší sváteční pokrmy, především jehněčí maso. A jak vypadá velikonocní talíř v jiných zemích? Během Velikonocní neděle a pondělí nesmí při snídani na žádném italském stole chybět tradiční pečivo - kynutý sladký koláč s mandlemi zvaný velikonocní holubice. Velkopáteční jídelníček v mnoha britských domácnostech tvoří hlavně sladké bochánky s rozinkami, které chutí velmi připomínají české mazance. V Řecku se po ukončení půstu konzumují jehněčí špičky a k nim červené víno. K hodování zde ale patří i jídla, která by možná konzervativnější strávníky odradila. Například tradiční skopová stříčka plněná grilovanými skopovými vnitřnostmi, nebo polévka s vejci a vnitřnostmi, které ostatním evropským nosům mohou poněkud páchnout. O něco nudnější je velikonocní stůl ve Spojených státech. Tam se tradičně hostům předkládá pečená šunka s čerstvým zeleným chřestem. Tak co, nejste na tom tak špatně, že? Čtenářům nabízíme moderní velikonocní recept na úpravu jehněčího masa.

Velikonocní jehněčí ramínko s rajčaty, olivami a piniovými oříšky

600 g jehněčího ramínka bez kostí, 2 stroužky prolisovaného česneku, 4 lžíce olivového oleje, 4 lžíce suchého bílého vína pod maso a 200 ml na podlití, 1 snítka oregana, hrst piniových oříšků, 2 lžíce strouhaného parmazánu, 400 g třešňových rajčatek na větvičce, 2 hrsti černých oliv. Jehněčí maso obalíme v marinádě z oleje, bílého vína, prolisovaného česneku a snítky oregana. Necháme v chladu 4 hodiny. Troubu předehřejeme na 200°C. Maso osolíme, opepíme, vložíme do pekáčku, zprudka zapечeme a potom snížíme teplotu o 20°C. Podlijeme vínem a zbylou marinádou, pekáček přikryjeme alobalem a pečeme doměkka asi 45 minut. Během pečení maso otáčíme a přeléváme vypěčenou šťávou. Ke konci pečení odstraníme alobal, přidáme rajčátka a olivy, maso posypeme parmazánem s piniovými oříšky a společně dopečeme.

Další recepty ke každému článku našeho gastronomického cyklu najdete čtenáři na webu ECHA v sekci Partneři.

Text připravují žáci a pracovníci

Střední školy hotelnictví a podnikání SČMSD, Hronov, s. r. o.



SKVĚLÉ NÁPOJE

aneb TEPLICKÁ

HOTELOVKA doporučuje

Crustas - vylepšený koktejl

Jedná se o nápoje, které především zaujmou svým netradičním ozdobným podáním. První receptura pochází již z 50. let 19. století, kdy Jerry Thomas, známý autor publikace o michánských drincích, ve své knize píše, že „crusta je vylepšený koktejl“. Pojmenování tohoto nápoje je odvozeno od cukrové ozdoby, která na sklenici vytváří „ledový škraloup“, anglicky - crust.

A jak takovou ozdobu vyrobit? Jednoduše. Okraj sklenky potřeme řezem citrónu a pak ji ponoříme do vrstvy krystalového cukru. Tim nám vznikne po okraji skla krásný bílý cukrový prouček. Poté oloupeme slupku z poloviny citrónu nebo pomeranče tak, abychom vytvořili dlouhou efektní nepřerušovanou spirálu, kterou vložíme do nápoje. Skupina drinků crustas se podává ve sklenkách na stopce typu miska nebo špička.

Whisky Crusta

Nejprve udláme na sklenice cukrovou korunu. Poté si připravíme dlouhou spirálu z pomerančové kůry a vložíme ji do skla. Do šejkru s ledem přidáme 6 cl Four Roses Bourbon whisky, 1 kávovou lžičku curaca, maraskina, citrónové šťávy, cukrového sirupu a nakonec jednu lžičku angostury (barový bitter). Vše promícháme a přes sítko nalijeme do připravené sklenky. Ale velmi opatrně, abychom neporušili cukrovou ozdobu. Vložíme barevné brčko a... „na zdraví“...

Pohodu při sklenice dobrého moku přejí Bc. Soňa Šrůtková a Mgr. Vlasta Drobná, Střední škola hotelnictví a společného stravování, Teplice nad Metují, www.souteplienm.cz

Domov důchodců a Ústav sociální péče Česká Skalice pořádá v ÚTERÝ 30. BŘEZNA 2010 od 8 do 17 hodin v budově ústavu sociální péče TRADIČNÍ VELIKONOČNÍ VÝSTAVU.

Přijďte načerpat velikonocní náladu a inspiraci z výrobků, které jsme pro Vás připravili.....zdobená vajíčka, výšivky, papírové zápisčky, modrotřevé hůlky, polštáře a plno jiných výrobků z různých materiálů...

Těšíme se na Vaši návštěvu



NEJVĚTŠÍ A NEJROZSÁHLEJŠÍ NABÍDKA ČESKÉHO NÁBYTKU V REGIONU

česká kvalita za polskou cenu - např. trojdielná skřín š. 180 v ceně 8.330,- nyní akce za 6650,- a mnoho dalšího nábytku

VŠE PRO VÁŠ INTERIER:

nejlevnější české kuchyně, matrace, koupelnový nábytek, sedací soupravy, koberec, ložnice, spotřebiče - kompletní sortiment do bytů a kanceláří s možností dopravy, montáže i individuálních úprav vlastní truhlárnou

DŮM NÁBYTKU TREMAK Komenského 303, NÁCHOD, 491 433 827
DŮM NÁBYTKU TREMAK, Pelcovo náb. 462, Rychnov n.K., tel. 494 535 092



CO NOVÉHO VE DRUŽINĚ?

Pro děti I. tříd ve ŠD Komenského v Náchodě jsme 1. března připravili „Kameval a rej masek“ (viz. fotografie). Na programu byla přehlídka masek, následovaly soutěže a hry, malé občerstvení a na závěr nechyběla dětská diskotéka a polybové hry. Všichni prvníáci byli spokojeni a už teď se těšíme na „Dny velikonocních tradic a zvyků“, které budeme pořádat ve dnech 29. - 31.3. 2010. S dětmi plánujeme vyrábět jamy a velikonocní dekorace, malovat vajíčka a zdobit různými technikami kufátka, slepičky a zajíčky. Připomeneme si také básničky o jaru a velikonocní koledy. Veselé velikonoce a svátky jara přeji vychovatelky Flašková a Rejzková

OD PODZIMU DO JARA

pozvánka na „Výstavku obrázků, drobných výrobků...“ které děti vytvořily ve Školní družině ZŠ Komenského Náchod. Výstavka potrvá od 29. března do 18. dubna 2010 v náhodské knihovně - dětské oddělení

MĚNÍME SVŮJ STYL - Zastavení páté

Ze života se vytváří pohoda a spokojenost a ženy i muži před zrcadlem přísahají, že by to chtěli změnu, nový impuls, novou energii... Chceme nejen vzbudit Váš zájem, ale zejména nahradit slova „chtěla bych, chtěl bych“ jedním výrazem: „Chci“. Našími průvodkyněmi na cestě k nové vitalitě i osobní spokojenosti byly Dita Sodomková a Soňa Schärferová. V minulých dílech seriálu novin ECHO jsme se věnovali metodám formování postavy pomocí přístrojů Vacuum a Myostim, úloze ultrazvuku při péči o tělo, vysvětlili, že tyto služby jsou určeny pro ženy i muže. Víme již, že se dá efektivně tvarovat postava i bez nutnosti tělesné driny. Zmínili jsme aromaterapii, masáže proti celulitidě i čokoládovou masáž. Co ještě zbývá?

Podělit se s Vámi o názory čtenářů ECHA, kteří tyto procedury absolvovali...

* Moc jsem tomu nevěřila, ale když mi deca dala k narozeninám dárkový poukaz, tak jsem to zkusila. Nejtěžší bylo dojet si do Náchoda autobusem a neupadnout potom na zledovatělém chodníku. Potom už to bylo všechno moc příjemné. Moc se mi líbilo, jak se o

mě Dita se Soňou staraly. Měla jsem u nich zábal a masáž, protože mě vždycky zlobila krční páteř. Všechno kolem krásně vonělo a myslím, že jsem si trochu zdřímala. Pak jsem se k nim ještě dvakrát vypravila znovu, protože mi bolesti od páteře tolik nevytvářely. Bylo to všechno o moc lepší. A lávové kameny krásně hřály...

P.M. (59) Hronov

* Čokoládu mám pořád ráda. Jen teď už vím, že je dobrá nejen k jídlu, ale i k masáži. Co bych víc psala... Zkuste to taky a určité se mnou založte FUN KLUB čokoládových masáží! J.H. (28) Náchod

* Když si mě manželka loňské léto několikrát přehléla takovým tím pohledem, však víte a okomentovala navíc prohlášením, že se ty moje trička sraží až už je pere na čtyřicet či méně, pochopil jsem. Neraď bych čekal, až se neohnu ani k zavazání tkaničky. Začal jsem cvičit a kondička šla nahoru. Kondička šla nahoru, ale objem pasu moc dolů nešel. Cvičit chci, ale padesát sklápovaček před cestou do práce, to se mi moc nechťelo. Naštěstí se našla příjemná alternativa v podobě přístroje Myostim. Cvičím to za mě a tak mám šanci, že za nějaký čas budu vlastně už jen ty čtyři pneumatiky, co mám obuté na autě. A trička, co se hned tak nesraží, se budou taky hodit... A.H. (43) Nové Město n.M.



AŽ SE LÉTO ZEPTÁ...

co dělali členové OS Aquanauts Nové Město nad Metují v zimě, odpoví: Trénovali. Pro většinu potápěčů nemilujících české vody seveřně ledovým příkrovem je právě zima možností ověřit a upevnit potápěčské dovednosti v pohodlí krytých plaveckých bazénů.

Novoměstští Aquanauti tak pilně trénovali v bazénu v Dobrušce. Co na tom, že na dně bazénu nenajdete hlubší místo než okolo 4 metrů. Potápění je to příjemné, i když by místo kachliček určitě byla lepší nějaká ta podmořská scenerie či zarybněné vody českých písků. Jaro ťuká na dveře a za ním stojí ve frontě léto... Tak, správně upevnit potápěčskou masku a pod vodu, s vědomím toho, že těžko na cvičišti, lehkou na bojišti...!

foto Mirek Brát www.aquanauts.cz



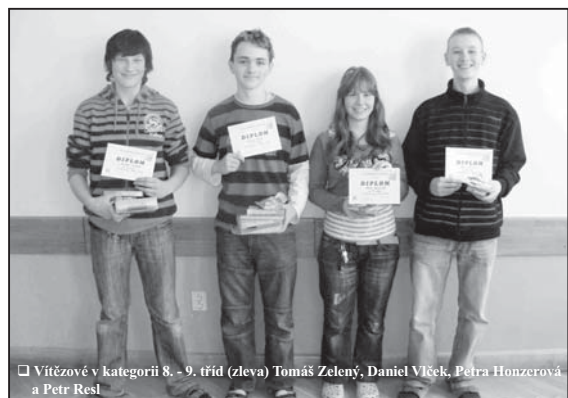
3. ROČNÍK PIŠKVORKIÁDY

Na naší Základní škole v Komenského ulici v Náchodě se stal turnaj v piškvorkách již pěknou tradicí. V letošním školním roce proběhl již jeho třetí ročník. Do soutěže se přihlásilo rekordních 126 žáků druhého stupně. Někteří žáci tento turnaj odehráli poprvé, někteří byli účastníky všech tří ročníků. V kategorii 6. a 7. tříd v turnaji nastoupilo 79 hráčů, v kategorii 8. - 9. tříd 47 hráčů.

Soutěž probíhala v několika kolech, kdy jednotliví hráči odehráli své zápasy v nalosovaných skupinách. Z každé rozlosované skupiny postupovali jeden až dva hráči. Tímto systémem soutěž probíhala od listopadu loňského roku až do března letošního roku, kdy v každé kategorii zůstali poslední čtyři hráči. Ti odehráli závěrečné kolo dne 10. března.

Vítězem v kategorii 6. a 7. tříd se stal Vojtěch Novák ze 7. D. Další místa obsadili: Lucie Šnorbertová ze 7. D, Tomáš Tyler ze 7. D a Vojtěch Mrovec ze 7. D. V kategorii 8. až 9. tříd vyhrál Daniel Vlček z 9. D (obhájil vítězství z minulého ročníku), na druhé příčce se umístil Tomáš Zelený z 9. C, na dalších místech pak Petra Honzerová z 8. C a Petr Resl z 9. A.

Všichni účastníci finále byli odměněni diplomem a pěknými věcnými cenami, na které finančně přispělo SRPDS při naší škole, kterému tímto děkujeme. Lenka Mařá



□ Vítězové v kategoriích 8. - 9. tříd (zleva) Tomáš Zelený, Daniel Vlček, Petra Honzerová a Petr Resl

Velikonoční výstava

ZŠ a MŠ J. Zemana v Náchodě pořádá ve dnech 29.3.-30.3.2010 výstavu v době od 9-17 hodin v prostorách Městské knihovny prodejní Velikonoční výstavu výrobků svých žáků. Slavnostní vernisáž začíná v neděli 28.3. v 15 hodin. Srdečně zvou všichni zaměstnanci a žáci školy. Přijďte se potěšit jarem. kp



Pomozte poznat historii

Krajina a lidé očima našich předků - Náhodsko, Lípí a okolí ve starých fotografiích a pohledech. Občanské sdružení Lipový list připravuje výstavu pro všechny, kteří mají rádi staré pohledy nebo fotografie. Cílem akce je ukázat staré obrazové dokumenty objektů, krajiny a lidí žijících v této oblasti.

Materiály by měly být starší jak padesát let.

Občanské sdružení prosí všechny, kteří mají takové pohledy nebo fotografie a chtějí je ukázat ostatním, aby kontaktovali organizátory výstavy na telefonních číslech:

722 711 921, 728 463 460 Zapůjčené materiály budou po digitalizaci okamžitě navraceny. Děkujeme. Lipový list

Druháci navštívili radnici

V hodinách prvouky jsme se nejprve učili o svém městě a potom se vydali na vycházku městem. Společně se svými třídními učitelkami jsme si prohlédli zbytky městských hradeb a řekli si k čemu sloužily. Vycházka pokračovala prohlídkou náměstí a zastávkou u budovy staré radnice, kde stojí pískovcový práný. Toto místo středověké hanby nás velmi zaujalo a nikdo z nás by nechtěl takový trest zažít na vlastní kůži. Vyvrcholením vycházky byla návštěva nové radnice. Budovou nás ochotně provedla paní místostarostka ing. Pavla Maříková.

Prohlédli jsme si informační centrum, místnost s velkým stolem, kde zasedá městské zastupitelstvo a nahlédli i do pracovny pana starosty. V největší místnosti radnice, obřadní síni, jsme se posadili na židle s městským znakem a s údivem prohlíželi krásnou výzdobu. Na stěnách byly znaky řemesel a podobizny významných osobností, které měli vztah k našemu městu. Ukázali jsme si městský prapor se znakem města a nový koberec, který je kopií toho původního z roku 1905. Někteří vzpomínali na vítání občanů a jiní na svatbu svých známých v této síni. Po krátké besedě s paní místostarostkou jsme se rozloučili, poďěkovali za milé přijetí a s novými informacemi a zážitky se vrátili zpět do naší školy. A z rohu radnice za námi ještě dlouho hleděl rytíř Hron, zakladatel našeho města...

2.A a 2.B ZŠ T.G.M.Náchod



TISKARNA & KARTONÁŽKA
BAUCH NAVRÁTIL
NOVÉ MĚSTO NAD METUJÍ

MÁTE PROBLÉMY S VLHKOSTÍ ?

Naše stavební středisko odstraňuje problémy se vztlínající vlhkostí pomocí systémů **Freezeq** a **Xypex**. Tyto systémy jsou vysoce účinné a zároveň šetrné ke zdivu a statice objektu. Na provedené aplikace dáváme záruku až 20 let.

Kontaktujte prosím pana Šefce,
tel. 603 208 170
sefc@bauch-navratil.cz

Rádi Vás navštívíme a připravíme nezávaznou nabídku řešení problémů s vlhkostí.

Michal ŠKORPIL
servis osobních a dodávkových vozů FORD

Nabízíme kompletní servis vozů značky FORD:

Jarní servisní prohlídka vašeho vozu:

- kontrola klimatizace
- přezutí a vyvážení kol
- výměna náplní
- servisní prohlídky
- prodej náhradních dílů
- opravy karoserií a lakování
- přípravy STK a emisí
- geometrie a diagnostika
- kompletní servis klimatizací
- pneuservis

Českoskalická 252, Náchod, Tel.: 491 543 089, 608 823 694, michalskorpil@tiscali.cz
www.ford-skorpil.cz

PS STAV
PRODEJ A MONTÁŽ
PLASTOVÝCH A HLINÍKOVÝCH OKEN A DVEŘÍ

AKČNÍ NABÍDKA:

■ nyní sleva pro všechny **-30%**

Firma je zapsána v seznamu odborných dodavatelů "ZELENÁ ÚSPORÁM"

PS - STAV SEDLÁČEK s.r.o., Na Hamrech 1444, 547 01 Náchod
Tel., fax: 491 423 238, 774 351 607, e-mail:ps.stav@tiscali.cz, www.ps-stav.cz

DRŽITEL ISO 9001

Novinka!
REHAU CENEO-revoluční nuto v leteckém průmyslu a FI
Koefficient až UF=0,85 W/m2K!!!
Vhodné pro nízkoteplotní a pasivní domy.
REHAU IMPRESSIVE-nový šestikamenný profil

KOZÁK - KOZÁKOVÁ prodej stavebního systému KNAUF

Vám nabízí prodej

- sádkokartonů
- tepelných izolací
- zateplení fasád
- maltové směsi
- omítky Terranova
- desky dřevotřískové a cetris
- okna Velux
- dveře PORTA, KRONODOOR

Provádíme

- montáž sádkokartonů

Běloveská 391, Náchod, tel./fax: 491 427 767

Nemůžete sehnat práci!
Svárečská škola Nové Město n. Metují

umožňuje absolvování svářečských kurzů
2K111, 2K311, 2K135, 2K141, EN 287-1...

za velmi nízké ceny!!!

Možnost provedení všech kurzů
v rámci projektu „Vzdělávejte se“, hrazených z fondů EU.

Tel. 777 169 140, Ing. Zdeněk Bašta, www.svarskola@okstavebni.cz

Největší výrobce Tažných zařízení v ČR.

Výroba, Prodej a Montáž Tažných zařízení pro osobní, dodávková a nákladní vozidla

Nejnižší ceny Tažných zařízení

odborné poradenství, montáž, servis u výrobce, prověřené kvalitou výroby ISO, prodej a montáž se 17 letou tradicí na trhu.

!!!POZOR AKCE!!!

Nyní při každém namontovaném tažném zařízení:
DÁREK Díle vlastního výběru
- produkt od firmy LIQUI MOLY.

Nebo možnost zapůjčení automobilu do 25 km ZDARMA!!

SVC Náchod, s.r.o. Průmyslová zóna Vysokov 179, 549 12 Náchod - Vysokov

Kontakty: Tel. 491 421 021, Tel./fax/záznamník: 491 421 022
Fax: 491 420 265 Mobil: 603 360 607
e-mail: svc@svcnachod.cz, www.svcnachod.cz

Hledám

důchodkyni nebo důchodce

k ošetřování domácích zvířat.

Květen-říjen.
Tel. 776 49 49 07

TEXTIL TISK
potisk triček a pracovních oděvů

Potisk textilu včetně jeho dodání pro:

- firmy • školy • hasiče • kapely
- kluby • sdružení • organizace
- letní tábory • srazy a setkání
- sportovní a kulturní akce

tel.: 602389987 info@textil-tisk.cz
www.textil-tisk.cz

Přijmeme zaměstnance na pozici

technika přípraváře.

Nutná znalost AUTOCAD.
Praxe z přípravy nabídek v oboru vodohospodářství vítána.

Pracovní místo Česká Skalice.

Nabídky s životopisem zašlete na **horkel@vodacz.com**

STRAVOVÁNÍ

Jidelna - Mlýnská 191, Náchod

Nabízíme rozvoz obědů pro firmy, provozny, prodejny a soukromé osoby.

VARÍME KLASICKÁ ČESKÁ JÍDLA

Cena již od 45,- Kč.
Bereme stravenky
Volejte 728 386 034

Vhodné pro důchodce a matky na mateřské

ROZVOZ ZDARMA
Trasa: Náchod, Nové město n. M., Česká Skalice, Hronov, Červený Kostelec

ŽALUZIE

www.zaluziejansa.cz

MARKÝZY, ROLETY, ŽALUZIE, SÍTĚ...

SLEVA 20%
na nízké žaluzie

602 106 333
ales.jansa@seznam.cz
ZÁRUKA 3 ROKY

Pešta klempířství

Klempířské a pokrývačské práce

mobil 777 155 344
E-mail: stanislav.pesto@worldonline.cz
www.strechy-pesto.cz

NOVINKA:
Práce mobilní přívěsovou plošinou IP14-3

Přijmeme řidiče traktoristy

k obsluze moderních traktorů **CASE 280 PS, 190 PS, 140 PS**

Místo výkonu práce Velichovky

Předpoklady:

- středoškolské vzdělání s maturitou technického směru
- 10 let praxe
- spolehlivost a zodpovědnost, pracovitost

Písemné nabídky se životopisem zasílejte na email: **zdena.pasakova@karsit.cz**
nebo se osobně dostavte na personální oddělení KARSIT HOLDING, s.r.o. Jaromírova 91, Jaroměř, 551 01

POSPÍCHAL
STŘECHA A PODKROVÍ

Kladská ul. Náchod (výpadek směr Hronov)
tel./fax: 491 421 787
www.pospichal-strechy.cz

- CRC kanadský asfaltový šindel, IKO belgický asfaltový šindel
- Okapové střešní systémy Cu, Ti-Zn, Fe-Zn, Al, Plast
- Plechové střešní krytiny (Lindab, Satjan, Ruuki)
- Asfaltové střešní pásy a fólie (zemní, střešní, speciální)
- Izolace Rockwool, Ursa
- OSB desky a palubky za super ceny! (od 59,- Kč/1m²)

jsme výhradní dovozci do ČR značek:

UKO **CRC** **BOORING EXCELLENCE**

prodáváme následující sortiment za ceny výrobců:

EUREKO **VELUX** **ROCKWOOL** **URSA** **Etornit**

NOVÉ V SORTIMENTU dřevěný program pro kůtily: SPÁROVKY & LIŠTY

VÝKUP DRUHOTNÝCH SUROVIN

P+P

Pavel Plíštil

VÝKUP STARÉHO PAPIRU

ul.17.listopadu po, st, pa 8 - 14.30 hod.
Červený Kostelec út, čt 8 - 16.30 hod.
so 8 - 12 hod.

tel.: 776 68 76 35

ÚVĚROVÉ CENTRUM

NEBANKOVNÍ PŮJČKY NA KOKOLIV

- ✓ až 200.000,- Kč
- ✓ možnost kombinace více produktů
- ✓ AKČNÍ NABÍDKA!!!
- ✓ až 30.000,- Kč bez dokládání příjmu a nahlášení do registru

NEBANKOVNÍ HYPOTÉKY

- ✓ i bez doložení příjmů
- ✓ bez registrů
- ✓ odhad zdarma
- ✓ vyplacení úvěrů i exekucí

Nemovitost může být i třetí osoby.

tel.: 773 461 131
777 061 131
491 417 180

www.cfservis.cz

TRIGA REALITY realitní kancelář nabízí:

Nám.TGM č.p. 82, Dvůr Králové n. L.

- byt 2+1 v OV v Náchodě (65m²), zděný, rekonst., stylové, centrum 1,140.000,- Kč
- byt 2+1 v OV v Náchodě (69m²), zděný, u centra, možná sleva! 1,280.000,- Kč
- byt 2+1 v OV Jaroměř-Josefov (68m²), nový byt, klidná část 730.000,- Kč
- byt 3+1 v OV v Náchodě (64m²), plast.okna, zděné jádro, centrum 1,050.000,- Kč
- byt 3+1 v OV v Náchodě (67m²), lodžie, u centra, plastová okna 1,250.000,- Kč
- byt 3+1 v OV v Náchodě (74m²), dům i byt pro komp. rekonstrukci 1,030.000,- Kč
- byt 3+1 v OV v Náchodě (68m²), Běloveská ul., lodžie, před rek 1,029.000,- Kč
- dr.byť 1-1 Nové Město n.M. (33m²), zděné, pěkné místo, rekon. 750.000,- Kč
- dr.byť 2-1 v Náchodě Plhov (43m²), zateplení, plastová okna 850.000,- Kč
- dr.byť 3-1 v Náchodě Na Brance (79m²), zděný, rekon., 2xbalkoní, 1,189.000,- Kč
- dr.byť 3-1 v Náchodě Karlův kopec (79m²), zděný, lodžie, plast.okna 1,299.000,- Kč
- dr.byť 3-1 v Náchodě (78,5m²), plast. okna, jádro původní, sleva 940.000,- Kč
- dr.byť 3-1 Červený Kostelec (70m²), Koubovka, zděné, klidné 1,399.000,- Kč
- rodinný řad. dům Nové Město n.M. 5+1, 1+1 (250m²), super místo 1,590.000,- Kč
- rodinný dům Nové Město n.M. 2,950m², ke kompl.rekonstrukci 1,599.000,- Kč
- rodinný řadový dům Česká Skalice 4+1 (300m²), klidné, super stav 2,880.000,- Kč
- rodinný dům novostavba Slavětín n.M. (829m²) 4+1, super místo 2,390.000,- Kč
- rodinný dům novostavba Opocno 7+kk (972m²), zděné, klidné 2,600.000,- Kč
- RŘD v Jaroměři, podnikání + bydlení, hlavní tah HK-Polsko, výlohy 2,700.000,- Kč
- st. pozemky v Červeném Kostelci (14505m²+les), klidné, u centra 400,- Kč/m²

775 777 073 www.trigareality.cz 774 777 073

DOPAS Náchod s.r.o., nabízí

- přistavení, odvoz, případně pronájem kontejnerů o objemu 2-7 m³
- nosič kontejnerů Liaz nebo Avia
- přepravu sypaných hmot
- odvoz a likvidaci eternitu a azbestocementových směsí
- zemní práce

Kontakt: Dopas Náchod s.r.o.,
Na Skalce 208, Náchod,
Tel.: 603 412 554, 491 428 612 fax.: 491 421 128

PUŠŤME ŠTIKU DO PARLAMENTNÍHO RYBNÍKU!

VOLME

VĚCI VEŘEJNÉ

S lidem strany Věci veřejné za náš kraj
panem Janem Hrdinou

se můžeme setkat ve čtvrtek

8. dubna od 17 hodin v Náchodě

v restauraci POD MONTACÍ v Běloveské ulici
nad prodejnou KONZUM

IZOLACE VHLKÉHO ZDIVA

- BEZ BOURÁNÍ (SYSTÉM DRYBAND)
- ZARÁŽENÍ NEREZOVÝCH DESEK
- STROJNÍ PODŘEZÁVÁNÍ
- CHEMICKÉ INJEKTÁŽE

dále opravy komínů, pűčování odvlhčovačů....

Venclik J. 604 715 135 jirivenclik@seznam.cz www.venclik.com

TESAŘ 2010 v Jaroměři

Střední škola řemeslná v Jaroměři uspořádala ve dnech 16. a 17. března 2010 české kolo soutěže dovednosti v oboru Tesař.

Soutěž se uskutečnila pod záštitou hejmana Královéhradeckého kraje Bc. Lubomíra FRAN-

CE, za přispění celostátního Cechu klempřů, pokrývačů, tesařů a firem pracujících v oboru.

Soutěže se účastnilo 16 družstev z celých Čech. Úkolem dvoučlenných soutěžních družstev bylo vyrobit model valbové střechy - v časovém limitu 9 hodin, dle výkresové dokumentace za dodržení tesařských pravidel a uspět v písemném testu.

Nezávislá porota pod vedením Lukáše Důra rozhodla takto: Na třetím místě se umístili Jan Zvěřina a Matěj Věinhold ze Střední školy strojní, stavební a dopravní v Liberci. Druhé místo obsadili Josef Bimbaum a Josef Kočka ze Střední odborného učiliště stavebního v Plzni. Šampióni se v této soutěži stali Jiří Špreňar a Michal Tautz, zástupci Střední školy řemeslné v Jaroměři. Vítězné družstvo na soutěži připravil Bc. Ladislav Kubias.

Doprovodným programem byla soutěž v bowlingu. Vítězem se stal Tomáš Pechar ze Střední odborné školy a Středního odborného učiliště v Turnově.

Děkují všem, kteří se podíleli na přípravě a organizaci této soutěže.

Zdeněk Vítek, zástupce ředitele
pro OV SŠ řemeslné, Jaroměř

**Jen dobrým hospodařením můžeme udržet dostupnou zdravotní péči**

Rozhovor s MUDr. Jiřím Veselým, kandidátem do Poslanecké sněmovny PČR

● Jako předseda Zdravotního výboru se v posledních letech věnujete problému krajského zdravotnictví. Chcete se této oblasti věnovat i na celostátní úrovni v případě úspěchu ve volbách do Poslanecké sněmovny?

Na regionální úrovni se v poslední době mnohé podařilo. Díky pomoci kraje se výrazně stabilizovala ekonomická situace náhodské nemocnice a po letech příprav se konečně brzy započne i s její tak potřebnou rekonstrukcí. Bohužel i přes naše apely na ministryni zdravotnictví nedošlo k naprávě špatně nastaveného systému financování regionálních nemocnic. Navíc ministerstvo zavedlo komplikovaný atestační systém, který vyhání mladé lékaře do zahraničí. Pokud nedojde k rychlé naprávě, budou se muset pro nedostatek lékařů uzavírat celá oddělení nemocnic. Tyto problémy lze systémově řešit pouze na celostátní úrovni.

● Velká část problémů je způsobena nedostatkem financí v tomto resortu. Kde byste hledal v době krize potřebné prostředky?

Cestu z krize si dle mého nelze představit bez změny v přístupu k veřejným financím. Ti, kteří se o tyto prostředky v úlevě voličů starají, by k hospodaření s nimi měli přistupovat více odpovědně. Stejně jako to funguje v každém rodinném rozpočtu, i stát musí vyhodnotit, co je důležité a co méně. Cesta vede hlavně přes šetření prostředků tam, kde se jimi zbytečně plýtvá v největší míře. My dnes víme, že se jedná nejen o předražené dálnice, ale například i o současnou vládu prosazovanou ekonomice superzákazku za více než sto miliard korun, která by však podle některých expertů mohla stát o 60 miliard méně. Uspokojení prostředky je poté nutné investovat do budoucna ve formě podpory školství a budování infrastruktury, v našem regionu zejména dopravní. Jen dobré hospoda-

ření nám umožní

zvýšit podíl finan-

ci směřujících do

zdravotnictví ze

současných 6,9%

HDP na 8-10%

úroveň ostatních

evropských států.

Jen pokud se bu-

deme ke státním

financím chovat

podobně jako v

Německu, můžeme si udržet obdobnou kva-

litu a dostupnost zdravotní péče. Ta je závislá

zejména na udržení fungující sítě nemocnic.

Jich počet by se z mého pohledu již neměl

snížovat (dnes v ČR připadá jedna nemocni-

ce na 54 tisíc, v Německu na 39 tisíc obyva-

tel), v rámci stávající sítě je však nutno zvýšit

jejich specializovanost a kooperaci. JH

**Kolekce medailí mladých barmanů**

Koncem února se čtyřčlenné družstvo Střední školy hotelnictví a podnikání SČMSD Hronov zúčastnilo barmanské soutěže Ahol Cup Ostrava 2010. Soutěžním úkolem byl tentokrát long drink a povinný vylosování pre dinner drink. Každý soutěžící si připravil předem celkem deset míchaných nápojů. Při samotném klání si vylosoval jeden z nich, který musel pokud možno bezchybně namíchat.

V kategorii družstev obsadili vynikající první místo žákyně školy Štěpánka Nývltová a Pavlína Kobrová. V kategorii jednotlivců se umístili Pavlína, Štěpánka a Miroslav Klappa z zlatém pásmu a benjamínka Lenka Pohlová si přivezla stříbrnou medaili. kp



(zleva) Pavlína Kobrová, Miroslav Klappa a Štěpánka Nývltová
Foto: Kateřina Fuchsová

„ATOMOVÝ PŘESPOLNÍ BĚH“

Atletický oddíl SK Čtyři Dvory České Budějovice se stal v sobotu 20. března 2010 pořadatelem mistrovství České republiky v přespolním běhu všech kategorií od nejmladšího žactva až po dospělé. Běželo se kolem zámku v parku v bezprostřední blízkosti Jaderné elektrárny Temelín, takže to bylo velice zvláštní prostředí. Těchto přeborů se zúčastnila také čtveřice atletů z tréninkové skupiny Jiřího Vondřejce z Náchoda, závodci za Hvězdu SKP Pardubice. Nejdříve se na start postavila dorostenka Anna Zikmundová, která trenéra velice mile překvapila a v závodě na 2600m skončila z 30 startujících na 14. místě časem 11:09 min. V dorostenec-ké kategorii chlapců na 3700m z 50 startujících skončil Michal Kopecný na 19. místě v čase 13:01 min. a Zdeněk Rozinek po velice bojovném a vyčerpávajícím závodě na 22. místě časem 13:09 min. Posledním ze čtveřice se postavil na start juniorů Miloš Cvejn a na trati v celkové délce 6300m z 34. závodníků skončil na 10. místě, takže cíl, který určil trenér, byl splněn a to umístění alespoň jednoho svěřence do 10. místa v pestřízmí závodě tohoto mistrovství.

Nyní se již budeme pomalu připravovat na hlavní sezonu, kde část tréninkové skupiny odlétá na čtrnáctidenní soustředění do Tuniska a druhá část bude mít individuální plány a polykat nezáživné kilometry v Náchodě. Jiří Vondřejec - trenér

**Návštěva „Krakonošovy zahrádky“ aneb s dětmi na horách**

Žáci prvního stupně ZŠ T.G.Masaryka v Náchodě se již druhým rokem vypravili na týden (27.2.- 6.3. 2010) ozdravný pobyt na chatu Grizzly v Krkonoších. I když se nedá zrovna říct, že by dopolední hodiny matematiky a českého jazyka probíhaly tradičním způsobem, děti se i přes to na horách ledačemu užiteč-němu přiučili.

Každé z dětí se po několika dnech výcviku nakonec dokázalo zdánlivě vypořádat s nemalým sklonem sjezdovky, se samostatným nástupem na lyžařský vlek a i s jeho opouštěním. Ke konci týdne už bylo jejich lyžařské umění dokonce na takové úrovni, že si poradily i se slalomem a sjezdem vskutku jako opravdoví závodníci.

Kromě toho však děti zakusily i řadu jiných radovánek na sněhu jako třeba závody na pekáčích nebo spřátelení se se psy plemene husky. Po dohodání venku následoval program i v chatě, nechyběl ani karneval či diskoteka nebo nejruznější společenské hry.

A komu by to bylo snad málo, měl možnost i po večeri provětrat lyže na osvětlené sjezdovce. Avšak na stezku odvahy osvětlenou pouze hvězdami a světlem svíček si už samostatně troufl jen málokdo. Nakonec však nikdo o bludný kořen nezakopl a všichni si mohli už z

podperin svých postýlek vyslechnout pohádku na dobrou noc. Avšak i nám zazvonil zvonec a návštěva „Krakonošovy zahrádky“ byl konec. Přivezli jsme si však spoustu krásných zážitků a těšíme se již na nové v příštím roce.

Ivana Maršíková, Ivana Nováková



CELKOVÉ POŘADÍ - ZÁKLADNÍ KOLO					
Pořadí	Družstvo	zápas	body	kuželky	průměr
1.	NOVASPOL	50	94	17311	346,2
2.	HOTEL HÝNEK	50	84	16396	327,9
3.	HRBE-KOHO	50	83	16091	321,8
4.	KUCHYŇSKÉ STUDIO "TRIO" HK	50	82	15640	312,8
5.	MARCI BOBO	50	78	14702	294,0
6.	TEAM PYROMANS	50	76	16028	320,6
7.	STAMPÁČSTÍ MEDVĚDI	50	74	15465	309,3
8.	VELLA	50	68	13841	276,8
9.	DUŠEK AUTOMA	50	66	14206	284,1
10.	DĚLOVÁ KOULE	50	64	13983	279,7
11.	BC MLYN	50	64	13475	269,5
12.	AUTO-MOTO CENTRUM	50	63	13918	278,4
13.	SNĚŽKA	50	62	13207	264,1
14.	TF PRESS	50	61	13613	272,3
15.	SOUK NÁCHOD	50	53	13225	264,5
16.	NEDOHOZ	50	52	13188	263,8
17.	AJKO	50	44	11747	234,9
18.	TEAM PYROMANS 2	50	43	8957	179,1
19.	KERAMICI	46	41	11423	248,3
20.	TRUHLÁŘI-DŘEVOMORKY	50	38	13101	262,0
21.	HOTEL VYHLÍDKA	50	36	10962	219,2
22.	MG SLAVIE	50	36	10275	205,5
23.	MEDIASERVIS	50	36	8927	178,5
24.	FATYMA	50	30	8110	162,2
25.	TRUHLÁŘSTVÍ NÝVLT	50	28	7603	152,1
26.	ECHO "STARS"	50	26	10945	218,9
27.	TRUHLÁŘSTVÍ V+V	50	24	8939	178,8
28.	BERÁNCI	50	20	6180	123,6
29.	RAPTOR	50	8	3995	79,9
30.	ELEKTRO COMP	50	8	3731	74,6
31.	SVOFE TEAM	50	6	957	19,1
32.	MORÁVEK	50	2	2240	44,8

* SOUKROMĚ * ŠIKOVNĚ * ROZUMNĚ * RYCHLE *

BYTY

* **Pronajmu dlouhodobě 2+kk s balkonem**, 47,77m² ve 2.NP v Náchodě na Lipínu naproti hospodě, nájemné 4.000,-Kč + inkaso, kauce 18.000,-Kč, tel.:608 90 30 50.

* **Pronajmu dlouhodobě družstevní byt 1+1 s balkonem**, ve 2.NP panelového domu v Náchodě, sídlu u nem. ul.Modrá. Nájemné - 3.500,-Kč + inkaso, kauce 25.000,-Kč, tel.: 608 90 30 70.

* **Pronajmu dlouhodobě novou garsonku s terasou**, 31,30 m² v 1.NP v Náchodě na Lipínu naproti hospodě, nájemné 2.900,-Kč + 1.900,-Kč inkaso, kauce 14.400,-Kč, Tel.:608 90 30 50.

* **Pronajmeme v N.Městě n/Met.** nové byty a kanceláře. Cena a další info v RK, tel.602 204 002 - Ideal Realty

* **Hledáme ke koupi byt** v os. vl. 1+1, 1+kk, 40m², 550tis. v Náchodě nebo Velkém Poříčí. Tel.: 773 55 90 14

* **Prodám byt 3+1 v OV** v centru Nového Města nad Metují. Zateplený panelový dům s výtahem, byt ve 4. patře, JV orientace, nová okna. Volný 11/2010. Tel. 605 201 087.

* **Hledám byt v Náchodě 3+1 a chalupu**. Spěchá. Tel.: 773 777 073

* **Prodám v Náchodě pěkné byty 2+1 a 1+1** v OV cihla nedaleko centra, zateplený, plast. okna. Tel.: 608 245 634

* **Výměním DB 1+3 (SUN Náchod)** za 1+1 nebo menší 1+2 s doplatkem v Náchodě. Byt je po rekonstrukci. Výhled na Bražec. Možnost jen prodeje. RK nevolat. Tel. 774 70 55 57

* **Pronajmu čast. zařízený byt 1+1 s velkou ložnicí** v Novém Městě n.M., po celk. rekonstrukci. Byt je v klidné části, přesto v blízkosti centra. Nutno vidět. Nájemné 4.000 Kč + inkaso + 15.000,- vratná kauce. Tel.: 777 136 918

* **Koupím byt nebo rod. domek** Náchod a okolí. Zpracováním se. Tel. 774 777 073

* **Pronajmu garzonku v Novém Městě nad Metují**, 4.p. výtah. Cena dohodou. Tel. 608 223 669

* **Pronajmu byt 3 + 1 Branka Náchod**. Nájemné 3500 + služby. Kauce. Volný od 1.5.2010. Tel. 603 997 309

* **Pronajmu dlouhodobě slunný byt 3+1** ve Velkém Poříčí. Volný od 1.6.2010. Kauce nutná. Tel.:777 588 150

* **Nabízím pronájem 1+KK**, Náchod, St. Město ve zděném domě. Nájemné 5.900 Kč včetně energií. Tel. 608 23 23 11

* **Prodám DB 2+1 54,5 m²** v Náchodě „U Bílé růže“, zateplený, plastová okna. 920 tis.Kč, dohoda možná. Tel.:608 481 804

* **Pronajmu byt 2+kk** v centru Náchoda, 48 m². Tel.:606 949 222

* **Pronajmu byt 2+1 (cca 65m²)** v Náchodě po rekonstrukci, nájem 5000 Kč + služby, kauce 12.000 Kč. Tel. 604 774 115

* **Pronajmu 2+1 velký slunný byt** na atraktivním místě, kuchyně s jídelnou, 2 velké pokoje, předstíh, komora zasklená ložnice, WC, koupelna. Nová plast okna, kuch. linka, sporák, lino atd., půda, sklep, kabel. TV, internet a telefon. Vratná kauce volný od 1.4. Tel. 602 790 044

* **Prodám byt 2+1, OV, plyn**, Velké Poříčí, 800 000 Kč, tel.605 889 722

* **Pronajmu byt 3+1** v Náchodě na Pílhově, částečně zařízený, ideální poloha, nájem 4.000 Kč + služby + kauce. Tel. 608 383 154

* **Hledám příležitostný podnájem** - na 2 až 3 v noci v týdnu v Náchodě nejblíže centra. Prosím nabídněte na 737 429 985

* **Výměním státní byt 3+1** v Pardubicích za menší - Broumov, Teplice n.M Police n .M, Hronov Volný od 1.7.2010 tel.737917416

* **Prodám byt 3+1 v OV** v Náchodě. Cena dohodou. Tel. 774 995 907

* **Prodám byt 3+1 v Novém Městě n.M.**, cena dohodou. TEL.:739 569 982

* **Koupím byt na Náhodsku** nebo Broumovsku. Tel. 739 486 403

* **Pronajmu byt 1+1 a garsonku** v Hronově. Tel. 608 11 00 41

* **Pronajmu lidem byt 1+1 65 m²** u Nového Města n.M., příroda, garáž. Kauce. TEL.:602 13 42 13

* **Prodám pěkný zděný byt 2+1** v Hronově. Tel.: 608 909 140

* **Dlouhodobě pronajmu pěkný slunný byt 3+1 s balkonem** v Náchodě - St.Městě. Nájem + inkaso 8000,-Kč. TEL.:602 462 397

* **Pronajmeme byt 1+kk** v Náchodě na sídl. u nem.. Tel.:608 976 956 777 29 40

* **Pronajmu byt 1+1** blízko centra, v Náchodě, povinná kauce 20 tis.Kč. TEL.:608 86 98 85

* **Pronajmu byt 2+kk** v Náchodě, Palachova ul.1457, nájem 5000,-Kč+ 1500,-Kč služby. TEL.:773 061 233

* **PRONAJMU velký slunný byt 2+1** v Náchodě na dobrém místě. Velká kuchyn s jídelnou, +2 velké pokoje + předstíh + komora + zasklená ložnice + WC + koupelna nová plastová okna, lino, kuch. linka, sporák atd. půda + sklep + kabel.TV + internet + telefon. Kauce. volný cca 1.4.2010. Tel 602 790 044

* **Prodej bytu v OV 2+1** v 1.patře cihlového domu v Polici nad Metují. V ceně je byt, jednotka, spoluhl. podíl na společných částech domu, na pozemcích a také na nebyt. jednotce - prodeje na přízemí. Cena 770.000 Kč. TEL.:606 951 546

* **Pronajmeme byty v Náchodě** vedle náměstí v ulici Riegrova: byt 2+1, 50 m², 5400,-Kč + inkaso, byt 1+1, 40 m², 4800,-Kč + inkaso. Kauce 10 000,-Kč, velmi dobrý stav bytů, parkování vozidla zajištěno ve dvoře. TEL.:777 152 750

* **Pronajmeme byty v Hronově** u Husova (bývalá Jednota). Velmi dobrý stav, parkování zajištěno a areálu. Byt 4+kk, 75 m², 5900,-Kč + inkaso, byt 1+kk, 34 m², 4600,-Kč + inkaso, byt 2+kk, 44 m², 5100,-Kč + inkaso. Kauce 10 000,-Kč. TEL.:777 152 750

* **Dlouhodobě pronajmu garsonku 30m²** v Novém Městě n.M. Dům je zateplen, plastová okna, možnost připojení internetu. Volný ihned. Při nástupu kauce 15000,-. Tel. 608 323 373

* **Zrek. dům u Náchoda** k bydlení s podnikáním, Dolní Radechová, 1.NP prodejna s výlohou, 2.NP nadstandard. byt 4+kk, 98,3 m², dům po celk. rek. 3,5 mil. Kč. RK Lord 776 761 391.

* **Prodám byt 1+1 v OV** v Náchodě Pílhově ve 3. p., byt je v dobrém a čistém stavu, bezbariérový přístup s výtahem, Cena 699.000 Kč. Tel. 603 511 861, RK nevolat

NEMOVITOSTI

* **Prodám pozemek v Lhotě** u Nahořan, poblíž Rozkoše. Cena dohodou. Tel. 777 110 667

* **Prodáme rodinný dům řadový**, krajín, v Bělčovicích u Sokolovny, 120 m obyt. plochy, cena dohodou, info na tel. 775 667 130.

* **Koupím garáž v Červeném Kostelci** platba hotově. Tel.775 975 331

* **Sháním pro rodiče RD** ve Velkém Poříčí do 1,5 mil. Tel.: 608 883 012

* **Sháním chatu**, chalupu n. byt v Úpici, Č. Kostelci a okolí. Zvhotovost. Tel.777 072 072

* **Hledáme ke koupi** nebo do pronájmu halu o zast. pl. 2000m², okr. NA s možností příjezdu kamionu. Tel.: 607 939 657

* **Sháním RD nebo chalupu** do 30 km od Náchoda se zahradou, menší opravy nevadí. Tel. 604 336 337

* **Nabíděné RD** v Náchodě, Hronově a blízkém okolí do 3mil., platba v hotovosti. Tel.: 608 667 734

NEMOVITOSTI
nákup - prodej
www.somos-real.cz
tel. 602 110 736

* **Prodám RD (starek)**, obsahuje bytovou jednotku 3+1 a dále rozsáhlé hospodářské zázemí. V centru obce Horní Radechová, zahrada 1300 m², cena dohodou. RK nevolat! Tel. 605 715 294

* **Prodám ve Chvalkovicích** perfektní stavební pozemek 1500 m², oplocený, zástavový, vybudován umělý rybníček, částečně sadové úpravy. Tel. 604 336 337

* **Prodej RD v bloku**, 4+1 s garáží, sklepem a teras. zahradou v centru Náchoda, ul. Sokolská. Jedná se o klidnou část obce a přitom 5 min do centra. Cena 1.9 mil. TEL.:725 646 413

* **Prodám stavební pozemek** o výměře 5,5 arů v těsné blízkosti nádraží ČD ve Starčovicích. Cena dohodou. Tel. 732 554 301 RK nevolat

* **PRODÁM GARÁŽ** v Červeném Kostelci, Československá ul. (u čistíčky odpadních vod). Tel. 602 268 992

* **Pronajmu zahradní domek** v Náchodě Bělovsi. 2+1 45 m², ÚT, velká koupelna, venkovní terasa - vše nové. Nájem 5300,-Kč + energie podle měřidel. Kauce 5000,-Kč. TEL.:777 737 127

* **Prodám větší rodinný dům** nedaleko centra Hronova. Byty 4+1 a 1+1, velké zázemí včetně garáže. Zahrada 1200 m². Telefon 772 232 122

* **Prodám dům v obci Mezilezí** u Nového Města nad Metují. Dům se nachází ve středu obce a má k dispozici dvě bytové jednotky o velikosti 3+1. V roce 2009 kompletní rekonstrukce střechy a přízemního bytu (nová koupelna, omítky, elektroinstalace, rozvod vody a odpadů). Dům je podsklepen, vytápění uštědřeno na tuhá paliva (nový kotel Viadrus). Dům je kompletně zateplen. Cena dohodou. Tel. 728 079 790

* **Prodám zahradu s chatou a garáží** v Novém Městě nad Metují. Plocha parcely 3050 m². Cena dohodou. Telef. 605984484

* **Koupím garáž na Brance**. Platba hotově. Tel 731421292

* **Prodáme stavební parcelu** v N. Městě n. Met., na Františku. Celková výměra 2 154 m². Veškeré sítě přímo na pozemku (el., plyn, voda, kanalizace, internet), kompletní napojeno, vč. komunikace. Možnost začít ihned stavět. Lze rozdělit na dvě samostatné stavební parcely. Tel.:773 585 555

* **PRODÁM RD 4+1 s balkonem**, bytová část 100m², celá plocha domu podsklepená - suterénní místnosti. Lokalita: klidná část Broumova, zahrada s pergolou, celková plocha pozemku 750m². Dům po rekonstrukci; vybavení: elektro kotel a kotel na tuhá paliva, bojler, atd. Cena: 1.680,- tis. Kč vč. vnitřního vybavení. Tel.: 605 435 678

* **Prodám stavební parcelu** v obci Libechy v ulici Riegrova: byt 2+1, 50 m², 5400,-Kč + inkaso, byt 1+1, 40 m², 4800,-Kč + inkaso. Kauce 10 000,-Kč, velmi dobrý stav bytů, parkování vozidla zajištěno ve dvoře. TEL.:777 152 750

* **Koupím RD nebo chalupu** na klidném místě. Tel. 605 212 203

* **Prodám nový nízkoenergetický RD** v Polici n.M. 4+K, možnost splátek. Tel. 603 525 531

* **Prodám rod.dům 5+1** v České Skalici, celý podsklepený, 3 garáže, 2 byty. Jedná se o cihlový dům, který byl postaven v letech 1991-1993. Dům je nutno zkolaudovat. Cena 1.650.000,-Kč. TEL.:775 061 233

* **Prodám rod.dům 4+1** v Jasném čp.269, celý podsklepený. Cena 1.699.000,-Kč. TEL.:775 061 233

* **Prodám nájemní dům** v Hronově se 4 byty, Havlíčkova ul.240. Velký podílný prostor pro další 4 byty. Cena 2.500.000,-Kč. TEL.: 775 061 233

* **Nabízím nový nízkoenergetický RD** 5 km od Nového Města. Kolaudace podzim 2010. Tel. 603 525 531

* **Pronajmu s možností odprodeje** rod.dům 4+1 v Jasném čp.269, celý podsklepený. Nájem 5000,-Kč + služby. TEL.:775 061 233

* **Prodám rod.dům 4+1** v Jaroměřu, Albánská ul.198. Cena 2.560.000,-Kč. TEL.:775 061 233

NEBYTOVÉ PROSTORY

* **Nabízím do pronájmu** zařízenou diskotéku, byt, hernu na hrací automata a garáž. Celková plocha 240 m². Nájem za vše jen 13.000 Kč. e-mail: milansan@seznam.cz nebo 732 135 805

* **Pronajmu garáž v Náchodě**. Tel.:732 167 291

* **Pronajmeme v Č.Skalici** kancelář, prodejnu, popř. prostory pro kosmetiku, pedikuru, masáže atd. Cena dohodou. tel.602 204 002

* **Pronajmeme kancelářské prostory** v budově Itálie na Kamenici v Náchodě. Celkem 4 kanceláře o celk.výměře 91 m². Možno dohromadu nebo jednotlivě. K dispozici kuchyňka, WC, výtah. TEL.:777 152 750

* **Pronajmeme obchodní prostor** (prodejnu) v Náchodě, ul. Riegrova, naproti lékárně při výjezdu z náměstí. Kolaudováno na prodejnu potravin s obětívením včetně hygienického zázemí. Celková plocha 100 m². Prodejní plocha 74 m². Tel. 777 152 750

* **Pronajmeme zavedený bar a restauraci** „K“ v Náchodě na Kamenici. Volné ihned. TEL.:777 152 750

PRODEJ

* **Levně prodám židlička**, dvoupotýnkový vařič, žehlička, válečky na malování, starý (starožitný) šicí stroj, obrazy. Tel. 604 740 452

* **Prodám sendvičové izolační panely** stěnové a střešní, 100x200, 100x240 cm,tl.8 cm 275 Kč/m², tl 10 cm 300 Kč/m², na stavbu montované garáže, dílny, na stěny, opláštění, střechy, podhledy, tel.728 527 366

* **Prodám očištěné cihly** z bouráčky cena 3,- Kč/ks. tel: 607 666 422

* **Prodám nové plastové vchodové dveře** 98 x 198 cm, bílé hladké 98x198 cm, 1/4 izol. dvousloj kosoševce, 3/4 bílý plast, zat.2 cm polistiren, hliník. práh, cena 4500 Kč, tel.728 527 366

* **Prodám nejnovější model plyníky cigarety**! 220V. Plynulá regulace hustoty tabáku. Autostop, výpne plyníku po naplnění dutinky, Stačí nasypat tabák do zásobníku, nasadí dutinku a stisknout start, za pár sekund vypadne hotová cigareta. Mašinka je schopna naplnit 20 kusů za 3 minuty. Absolutní novinka na trhu. Žárarka a servis 24 měsíců. Náklady na 20 kusů cigaret cca 30 Kč. Super cena 1560 Kč. Tel. 420608494625

* **Pšenici, tritikáta** - výborné krmivo pro domácí chov, pěstované bez umělých hnojiv, 250 Kč/q, srot plus 50 Kč/q, brambory KARIN pěstované bez um.hnojiv a herbicidů, 5,-Kč/kg - i k sátek. Tel. 732 381 524

* **Prodám sedací soupravu** v super stavu, dva roky starou. Sedáčka má rozměry 230x280x160cm a je ve tvaru U, kratší strana slouží jako lenoška. Je dost velká a proto ji prodávám, do nového bydlení se mi nevejde. PC 14500Kč, při rychlém jednání sleva. Tel.:774 824 241

* **Prodám kvalitní překatovanou zemi**nu, vhodná pro konečnou úpravu zahrad, 1 m²/400,- Kč. Dovezu. Tel: 777 222 232

* **Prodám NOVÝ STAVEBNÍ ROZVADĚČ** CENA:7000,- Tel.: 739 529 291

* **Prodám vykrmená prasata**, cena 35,-Kč/kg, nebo v půlkách 53,-Kč/kg. Tel.:776 191 392

* **5 litrů MICROPOLU** nahradí 2 tuny vápná! Dále nabízíme mnoho dalších stavebních přísad pro vlhkosti bezpečné společnosti PTB COMPAKTUN. Informace: www.gktrade.cz, tel. 603 707 850

KOUPIM

* **Koupím půdní dlažbu**, vše z pískovce, litinové zábradlí, kovové ploty a brány.Platím hotově.TEL.: 776 139 418

* **Koupím malou cirkulárku** na dřevo i nefunkční. Tel. 604 73 40 20

* **Koupím jakékoliv kapesní a náramkové hodinky** např.zn.PRIM aj. TEL.:777 559 451

* **Koupím starožitné i starší fotoaparáty** a objektivy v jakémkoliv stavu i příslušenství. Koupím také stereokotočky, mikroskopy a jiné fotopříslušenství. Slušné jednání platba v hotovosti. Tel. 777 559 451

* **Íhned zaplatím za Vaše staré hračky**, bachelitová autička ltes, Kaden a aut. na bodven, autodráhy, modelové železnice, válečky O, H0, TT, N, Z aj., hodiny, hodinky, foto přístroje, rádia, knihy, vyznamenaná a řády LM aj. staré nepotřebné i poškozené předměty. Tel. 608 811 683

* **Provedu odhad vašich poštovních známek** a pohledů, případně vykoupi. Kupuji řady, odznaky a vyznamenaní. Tel. 602 735 593

* **Koupím veškeré starožitnosti** např. obraz, sklo, porcelán, hodiny, mince, pohlednice, knihy i celou pozůstalost. Peníze na ruku. Příjezd kamkoliv. Tel. 606 56 49 30

RŮZNÉ

* **ŠPANĚLŠTINA v Náchodě** pro studenty i dospělce, výuka ve firmách v rámci profesní, dočasných studentů i k maturitě. Dlouholeté zkušenosti a bohaté výukové materiály. Více na 722 786 560

* **Zavedená firma** rozšiřuje působnost po celé ČR. Za kvalitní práci nabízíme nadstandardní příjmy. Tel. 603838710

* **Zdravé a nenásilné hubnutí**, žádné drastické diety. Hubnete zdravě a bez potíží a bezpečně. Více na www.hubnete.cz/dou nebo www.snidejzdrave.cz/dou

* **Aktivní důchodkyně** (63) hledá přívýdělek (práce v obchodě, vrátnice atd.). Společlivost. Tel. 774 351 290

* **Pohlídám Vaše děti**. Společlivost, diskretnost, osobní schůzka předem. 190Kč/h. TEL.: 731 736 663

* **Daruji neomezené množství hlíny**. TEL.:739 814 111

* **Hlídní dětí** (kvalifik. učít. MŠ, 30 let praxe), hlídání pejsků, čištění oken, koberců a úklidy, sekání trávníků. TEL.:605 145 004

* **www.hubnete.cz/prosezdavri**

* **Na práci v kanceláři**, popř.z domova přijímáme nové, ambiciózní a šikovné kolegy. Možnost nástupu ihned. Tel. 773 586 293

* **Peníze Vám nepůjčujeme**, ale vrátíme Vám významnou část ročních výdajů. Schůzka v Ná. Tel.: 724 427 070

PŘÍLEŽITOSTNÁ PRÁCE

* **Hledáme ženy a muže** pro prodej knih - výdělek 20 000 - 30 000,-Kč. Tel. 773 803 359

* **Práce z pohodlí domova** - www.cinnozdoma.cz/jobzdoma

AUTO-MOTO

* **Prodám Škoda Fabia 1.2 HPP** combi, r.v.2004, bílá barva, naj.121 tis.km, airbac, servo, centrál, zamýkání zpátečky, výborný stav, malá spotřeba, 107 tis.Kč. TEL.:777 104 584

* **Koupím starý motocykl**, moped a náhradní díly. Platím hotově. TEL.: 773 207 158

* **Prodám letní pneumatiky** GOOD YEAR EFFICIENT GR/P 195/65 R 15 918 komplet 4 ks za 2000,-Kč. TEL.:737 847 235

* **Prodám Škoda Felicie**. Cena 608 145 555

* **Přestavby aut na LPG**, www.autonaplyn.cz, www.elektroskutr.cz, Jaroměř 777 962 205

* **Montáž a servis LPG Náchod**. Provádíme montáž LPG zařízení do všech tuzemských a zahraničních vozidel, výmě

AUTO-MOTO SERVIS

v areálu firmy AUTOPRODEJ ROHAN



- AUTO-MOTO SERVIS
- PNEUSERVIS
- GEOMETRIE
- DIAGNOSTIKA
- ODTAHOVÁ SLUŽBA

náhradní vozidlo
(v případě ponechání vozidla v servisu)

www.autoprodejrohan.cz
tel.: 491 453 453

Restaurace U Medvěda ve Stárkově
Vás zve na koncert

HONZY VYČÍTALA
se skupinou GREENHORNS

v sobotu 27.3. od 20 hod.
v nově zrekonstruovaném sále.

Rezervace vstupenek
na tel.č. 775 034 437

Těšíme se na Vaši návštěvu

PAMIX OKNA PLASTOVÁ

vysoká kvalita za rozumnou cenu

- profi Skomor, Thyssen Elite a Prestige od DECEUNNCK
- protivý systém splňuje normu 73 0540-2
- dodávány dvojsklo 4x16x4, U-1,0 Wm²/K, plněné argonem
- kování HANHAUS autopilot s mikrovětrací
- montáž, doprava a zaměření v ceně
- dodávky
- základní kupón slevy pro další dodávky

Vážíme si našeho zákazníka!

S okny dále dodáváme žaluzie, rolety venkovní i vnitřní, síť proti hmyzu, parapety vnitřní i venkovní, zimní zahrady

tel.: 731 409 826, 739 144 541, www.pamix.cz
e-mail: hradec@pamix.cz, nachod@pamix.cz

Renov Nábytek

Renovace nábytku

- vestavěné skříně
- kuchyně na míru
- renovace kuchyní

* u vás ukážeme * poradíme * spočítáme
* počítačové návrhy * návštěva technika je bezplatná a nezávazná *

TGM 384, Česká Skalce
tel.: 491 487 409 mob.: 776 74 20 74
www.nachodsko.com/renovnabytek

NEBANKOVNÍ PŮJČKY

snadno a rychle

739 275 119

www.pujcime-vam.cz

HLEDÁME SPOLUPRACOVNÍKY

Potřebujete peníze?

Vykupujeme a ihned vyplácíme starož. předměty všeho druhu - nábytek, obrazy, hodiny, sklo, porcelán, kov, dřevo, pohlednice, šperky, bižuterie, zbraně apod.

ANTIK - Hrašeho 15 (naproti Geodezii), NÁCHOD, TEL. 606 314 319

Výkup i z pozůstalostí, z půdy, i při stěhování.

PO - zavazeno, ÚT - ČT 9.30 - 17.00
PÁ 9.30 - 13.00

POZŮSTALOST VETEŠ

KOUPÍM - ZLIKVIDUJU
VYKLIDÍM PŮDU, SKLEP, DŮM

608103810, 606270421

NEJVYŠŠÍ CENY

za střešní nábytek a nepotřebnou věť nabízejí:

P.Vágnér, Pihovská 862, Náchod
Mobil: 608 10 38 10, 606 27 04 21

Výhodné ceny při stěhování,
prodeji nemovitostí či likvidaci pozůstalostí.

Pronajmeme zavedený bar a restauraci „K“ v Náchodě na Kamenici.

Volné ihned.

TEL.: 777 152 750

Realitní kancelář RAKO reality s.r.o. - expozitura Náchod

Adresa provozovny: Náchod, Kamenice 112
Tel./fax: 491 422 272

Česká Černá - RD s garáží 10km od Náchoda ve velmi dobrém stavu se zahrádou.....1.750mil.
Nové Město n/Net - prodej zděné chaty s garáží, vl. zahrada 3 058m², vč. bazénu, traktoru.....1.190mil.
Broumov - podkolepný RD 4+1 s garáží na pěkném klidném místě se rovinatou zahradou.....1.780mil.
Náchod - zděná chatka 2+kk v údolíčku z jedné strany krytá lesem s klidné části Babi.....230tis.
Lachov - domek u Teplic n/Net. vhodný pro rekonstr. k bydlení i rekreaci s pozemkem.....2.290mil.
Zdobův - zděný domek na konci obce na klidném místě 2km od Teplicko-Adršpáš. skal.....999tis.
Kramolna u Náchoda - rodinný dům pro značnou rekonstrukci s pozemkem o výměře 594m².....2.400mil.
Hronov - řadový rodinný dům 4(5)+1 na Příčnici se zahrádkou, dům je v dobrém stavu.....2.290mil.
Kramolna - rodinný dům 5+1 po kompletní rekonstrukci s pozemkem o výměře 1 284m².....3.399mil.
Nový Hrádek - rodinný dům 3+kk k bydlení i rekreaci, 200m od lyžařského vleku.....950mil.
Dolní Radechová - RD 4(5)+1 se zahrádkou, dvougaráž v klidné části obce, volné.....1.999mil.
Javor u Teplic n/Net - zděná chalupa s pozemkem o výměře 3 058 m², pěkná lokalita.....1.090mil.
Náchod - pronájem komerčních prostor, 450m² 20tis./měs.
Broumov-Spořilov - DB 3+1.....880tis.
Velké Poříčí - byt 2+1 v OV, 56,5m².....850tis.

Náchod-Pihov - pronájem B 3+1 vč služeb.....5 500,- Kč/měs.
N. Město n/Net - byt v OV 3+1 s garáží.....1.570mil.
Náchod - pěkný byt 2+1 v os. vl.....990tis.
Náchod - pronájem v centru prostor pro drobné služby v 1. patře, plocha 18m², volné.....3 000,- Kč/měs.
Nové Město n/Net - rodinný dům 4(3)+1 pro rekonstr. ve Vrchovinách, ihned obyvatelný.....2.290mil.
Velké Poříčí - rodinný dům se zahrádkou o výměře 429m², dobrý příjezd, slunné místo.....1.390mil.
Hroty - zděný domek vhodný k bydlení i rekreaci, koupelna, WC, pozemek 586m².....1.260mil.
Náchod - dva byty na Pihově v os. vl. 4+1, 72m², 1.250mil.
a byt 2+kk pro rekonstr. 47m².....1.100mil.
Náchod - byt 3+1 v OV v LNP.....970tis.
Sedlňov - pronájem bytu 3+1 v Ort. horách 4 500,- Kč/měs.
Horní Kostelec - zděný domek vhodný k bydlení i rekreaci se zahrádkou, výhled do zeleně.....590tis.
Nové Město n/Net - byt 2+1 v OV, 1.199mil.
Náchod - pronájem bytu 1+2+1 na Kamenici.....3tis./měs.
Náchod - pronájem obchodu s výlohami dále výrobních, sklad, kancelářských prostor.....Info v RK
Náchod - byt v OV 4+1 přestavěný na 2+1 1.290mil.
Nové Město n/Net - byt 3+1 do OV.....1.150mil.
Červený Kostelec - RD v klidné části obce 4(3)+1 s garáží a pozemkem o výměře 935m².....2.190mil.
Police n/Net - st. pozemek o výměře 739m².....420 000,- Kč
a novostavba RD 5+1.....2.660mil.

Blíží informace o uvedených nemovitostech a široká nabídka dalších nemovitostí k prodeji, nájmu i pronájmu je připravena v naší kanceláři Rako a to denně od 8.00 do 16.00 hod. nebo na tel. č. 491 422 272, 608 66 77 34, 608 88 30 14, 608 66 77 34,

www.rako-reality.cz

Potřebujete peníze?

Půjčka bez poplatků,
rychlé vyřízení, vyplatíme i exekuce

777 009 465,
775 966 055

POTŘEBUJETE PŮJČIT?

Nebankovní úvěry bez poplatků.
Pro zaměstnance, důchodce, podnikatele.

773 923 040

Nebankovní půjčky

pro zaměstnance, důchodce, MD, podnikatele

tel. 723 041 274

čerpání a vedení úvěrového účtu zdarma

Uklidové práce

firma Kovalský
Jarní úklidy
čistění oken, koberec, autočalounění
telefon: 608 880 801
e-mail: martinkovalsky@seznam.cz

VÖRWERK
- servis, náhradní díly
- spotřební materiál (sádky, filtry, koberce)
- výkup a prodej

od 29. března 30 - 50% AKCE

na záclony a bytové textilie

- závěsy, ubrusy, ručníky, osušky, deky a polštáře české kvality

dřevěné dekorativní sošky, vázy a porcelán

ASIA SHOP
T.G.M. 33, NÁCHOD - vedle radnice
(možno vchod z tržnice 1.patro po schodech nahoru)

Truhlářství KRATĚNA

tel: 603879913 / 604230493

Nahořany

OKNA DVEŘE DŘEVOSTAVBY PALUBKY SECA

VAŠE PODNIKÁNÍ NEMÁ HRANICE INZERUJTE V POLSKU!

ECHO
Tel. 602 103 775

VCHODOVÉ - INTERIÉROVÉ DVEŘE

MASIV - BOROVICE

MONTÁŽ A DOVOZ DVEŘÍ
křídlo dveří - plně 995,-Kč

CENY BEZ DPH
křídlo dveří - prosklené 1779,-Kč

skladem 200 ks dveří
Borové dveře se zárubní - dýhované 2820,-Kč

Náchod - Parkány 466 (vedle Byt.družstva), mobil 603 345 236 www.dvere.inu.cz

TRUHLÁŘSKÉ POTŘEBY PRAŽÁK

prodej, zaměření a montáž dveří SAPELI a KRONODOOR

BROUŠENÍ FAB KLÍČŮ

- prodej nábytkového a stavebního kování
- plošných materiálů
- kuchyňských desek
- parapetů
- bytových doplňků
- veškerý sortiment truhlářské výroby

!!! FORMÁTOVÁNÍ PLOŠNÝCH MATERIÁLŮ !!!

Týrsova 200, NÁCHOD - kování 491 424 115, 491 520 154, 491 520 155, 491 520 156
Poděbradova 230, Náchod - plošný materiál 491 423 666

SAARGUMMI

Sealing the future

EVROPSKÝ LEADER VE VÝROBĚ A INOVACÍCH TĚSNICÍCH SYSTÉMŮ
PRO AUTOMOBILOVÝ PRŮMYSL SPOLEČNOST SAAR GUMMI CZECH s.r.o.

přijme uchazeče na pozici:

TECHNIK ASISTENT

- pozice je vhodná pro nové absolventy technických vysokých škol

Náplň práce:

- 1/2 roční zaškolení na různých odděleních ve firmě
- poté nástup na společně vybranou pozici

Požadujeme:

- VŠ vzdělání, nejlépe strojínského směru
- analytické myšlení
- komunikativní znalost AJ nebo NJ
- samostatnost a iniciativu

Nabízíme:

- prostředí rychle se rozvíjející a stabilní zahraniční společnosti
- nadprůměrné finanční ohodnocení doplněné benefity
- možnost osobního a profesního růstu
- možnost vzdělávání v oboru

Písemné nabídky se strukturovaným životopisem zasílejte na adresu:
Saar Gummi Czech s.r.o., personální oddělení, Stofin 105, Červený Kostelec
nebo na e-mail: personalni@sgc.cz, tel.: 491 467 441



STAVEBNÍ BYTOVÉ DRUŽSTVO NÁCHOD

- nabídka služeb při správě vašeho bytového fondu
- nabídka zkušeností pro společenství vlastníků jednotek

KVALITA A ZKUŠENOST

SBD Náchod, Parkány 311, 547 01 Náchod www.sbdnachod.cz

RESTAURACE NA KOUPALIŠTI V NÁCHODĚ

**OTEVÍRÁME
2. DUBNA 2010
OD 14 HODIN**

**Sobota 3. dubna 2010
od 10 hodin**

AKCE:

- uzená kýta na rožni • steaky na grilu • domácí zákusky

Navečer živá hudba Skupina FONTÁNA

tel.: 603 422 845

ECHO V KUCHYNI

JIDÁŠOVO UCHO NA ŠPEKU S JÁTRY

Na pánvi rozežeháme sádlo, na něm orestujeme nakrájenou cibuli a na kostičky nakrájená vepřová játra. Orestované vyndáme do misky. Na tutéž pánev dáme na kostičky nakrájený špek a pokrájené Jidášovo ucho (to 2 hodiny předtím máčeme ve vodě). Když nabýde, vyřezáme tvrdé středy a pokrájíme. Ucho se špekem podlijeme trochou vody a chvíli dusíme. Do hrnce dáme rozežhát sádlo, na kterém z hladké mouky a sladké mleté papriky vytvoříme jíšku. Přidáme játra, ještě chvíli restujeme, zalijeme vodou a prováríme omáčku. Vmícháme Jidášovo ucho se špekem, podle potřeby dolijeme vodu a stále prováríme. Dochutíme soli, pepřem, bazalkou, pažitkou, majoránkou a maggiem.

Vhodnou přílohou jsou houskové knedlíky. Tak, ať Vám chutná...

přeje Ladka Škodová

PODKOVÁŘSKÉ DNY

Ve dnech 12. a 13. března 2010 Střední škola v Jaroměři pořádala již třinácté Podkovářské dny. V pátek začal program výkladem o úpravě a ošetření strných kopyt. Přednášející byl MVDr. Rostislav Hyška. Po obědě pokračovali praktické ukázkou úpravy rohovní a podkování strných kopyt. Následovalo předvedení úvazů končetin u neklidných koní. Předváděl Karel Kysilka, učitel odborného výcviku SŠ řemeslné v Jaroměři.

V pátečním podvečer sledovali účastníci soutěž ve výrobě podkov. Soutěžící měli za úkol vykovat ortopedickou podkovu.

V této soutěži se na třetím místě umístil Petr Mačát, druhé místo získal Ondřej Beran a nejlepší podkovu vykoval Tomáš Kverek.

V pátečním dnu probíhala také soutěž žáků ve volném kování.

Žáci odvedli zdařilé práce a nejlepší návrh a realizaci s názvem „přibor“ předvedl Jan Celer, na druhém místě byl vyhodnocen Ladislav Věbr za práci „had“, třetí místo patří Janu Mikulcovi za práci s názvem „svícen“. Všichni ocenění žáci byli ze SŠ řemeslné v Jaroměři.

Sobotní program byl celý věnován metodě Strasser. Dr. Medicíny veterinární Hiltru-

da Strasser z Německa, seznámila přítomné s vlastním vytvořeným programem pro chov koní a ošetřování kopyt. Praktickou ukázkou korektory kopyt předvedl Václav Vědra, člen Divadla na Vinohradech, známý příznivec koní.

V sobotním dopolední se také konala ukázká natažení ráfů na loukoťové kolo, kterou předvedli žáci SŠ řemeslné z Jaroměři pod vedením



učitele OV Aleše Nývity.

Program vyvolal soutěž v hodu podkovou na cíl o **PODKOVÁŘSKÝ DŽBÁN**. Třetí místo obsadil Martin Jiroušek z Úpice, druhé místo získal Jakub Filip z Turnova a vítězem se stal František Najman z Mladé Boleslavi.

Podkovářských dnů se účastnili zástupci polských, slovenských, česko-německých a českých sdružení podkovářů.

V hodnocení podkovářského setkání účastníci ocenili připravený program a vyjádřili svá přání pro příští Podkovářské dny v SŠ řemeslné v Jaroměři.

Na závěr děkují všem pracovníkům a žákům Střední školy řemeslné v Jaroměři za přípravu a zdáný průběh Podkovářských dnů.

Zdeněk Vítek, zástupce ředitele pro OV SŠ řemeslné, Jaroměř

kplasty s.r.o.
Husitská 11, Nové Město nad Metují
kplasty@kplasty.cz, tel.: 491 470 497-8 fax: 491 470 185

PLASTOVÁ OKNA
výroba - montáž - servis

„KVALITA PROVĚŘENÁ ČASEM“

DVD PŮJČOVNA ZAHÁLKA



**Riegrova 197, NÁCHOD
v domečku naproti Lékárně**

- Nové filmy každý týden
- Půjčovné od 30,- Kč/ 1 den 2 + 1 ZDARMA
- Půjčujeme v pátek nebo v sobotu až do pondělí - CENA ZA 1 DEN
- Výprodej DVD á 40,- Kč

po - pá 10.00 - 20.00
so 9.00 - 12.00 13.30 - 20.00
ne 13.30 - 20.00

TEL.: 607 540 701

**Končí Vám fixace u Vašeho úvěru
a nejste spokojeni s Vaší bankou?
Výhodné refinancování úvěru přes
Modrou pyramidu
sleva -0,2 % na úrocích**

* více informací na pobočce Modré pyramidy v Náchodě

KONTAKT:

Gen. reprezentant **Lenka REMETOVÁ**

Modrá pyramida stavební spořitelna

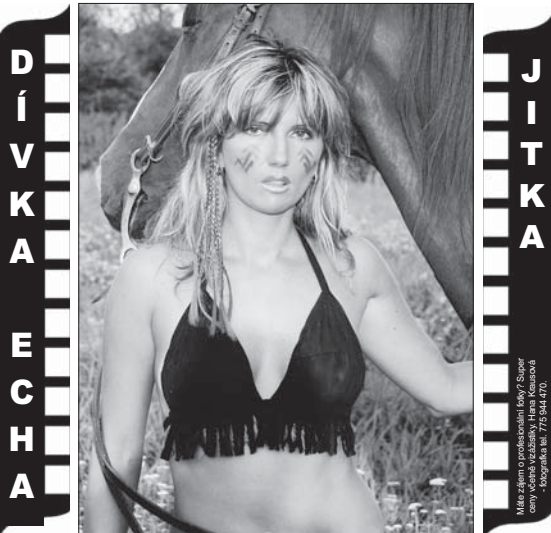
tel.: **606 202 921, 777 202 921**

Pasáž MAGNUM, Kamenice 113, Náchod

kancelář: středa od 9.00 - 17.30 h



Modrá pyramida
stavební spořitelna



KAM S NÍM?

Nerudovskou otázku řeší studie úprav Parku A. Jiráskova v Hronově. Otázka směřuje k betonovému torzu bazény, který se zde nachází. Kam s ním? Studie hovoří o třech variantách řešení: První předpokládá vznik železobetonového skateparku, druhá varianta pamatuje na vznik nového amfiteátru s hledištěm a jevištěm, třetí alternativa by nejraději místo bazénového torza viděla umělé jezírko se samočisticí zónou zeleně, ve kterém by se omezený počet lidí mohl i koupat. Co však bude znamenat výraz omezený počet až neomezené zavlažné na Hronovsku horké letní počasí, o tom studie nehovoří...

(r)

Navštivte Solární a masážní studia

N.Město n.M. 608 834 049
Broumov 739 449 407
Č.Skalice 724 869 260

- * slevové zákaznické karty
- * špičková solární kosmetika
- * příznivé ceny
- * nápoje zdarma
- * získáte permanentku zdarma

možnost vyzkoušení nového účinného vibromasážního stroje na formování postavy

*** Při předložení tohoto inzerátu - 30% sleva!**