



ZPRAVODAJ

FRYMBURSKÉ
OZVĚNY

51

Vydává KaSS v Novém Hrádku

2/91

-Když se to Tyrš dozvěděl, strávil neklidný večer. A neklidnou noc. Ulehl, ale nemohl usnout. Jak situaci řešit? Vstal a chodil ode dveří k oknu a zpět. Bylo dávno po půlnoci, když ještě seděl u stolu, hlavu v dlaních. Bylo mu zima. Mimoděk si trochu zacvičil, aby se zahřál. Díval se oknem vzhůru k blednoucímu nebi.

A najednou - jako blesk - projela celou jeho bytostí osvobozující myšlenka.

Proč se dobývám na univerzitu, kde pro mne není místo? Proč chci zakládat divadelní spolek, o který nikdo nestojí? Proč nevykročím tam, kde je volné místo, kde je mne třeba? Proč se nepokusím o skutek v oboru, který ovládám?

Zakládají se spolky pro povzbuzení české kultury: Hlahol, Umělecká beseda...Proč nevytvořit český spolek, který by měl za účel vychovat národ k renesančním cílům? K zdatnosti tělesné? K výši mravní?

Nedávná pokolení žila své léta pokorně skloněna před útlakem a zakrněla, páteř ohnutou, pohled v zemi. Proč se nepokusit o generaci občanů zdravých těl, vztyčených hlav, silných svalů, statečných myslí? Cožpak není nutné začít konečně s přípravou pokolení, které jednou splní pravé poslání tohoto zotročeného národa, to jest dosažení svobody?

František Kožík -

Věvec vavřínový

Tolik citát z knížky o životě Miroslava Tyrše Věvec vavřínový. Ano, tak nějak mohl vzplanout plamínek, který se posléze vytrvalou péčí podařilo Miroslavu Tyršovi a Jindřichu Fügnerovi rozdmýchat v mohutný oheň sokolského nadšení

A Sokol budiž hlavním tématem prvních letošních Frymburských ozvěn. Úvod patřil Fr. Kožíkovi. Další články pro vás napsali ti, kdož skutečně sokolskou výchovou prošli od dětství do dospělosti. Všichni se shodují v tom, že Sokol nezahynul, naopak, znovu se probouzí k plnému životu. V duchu slyším šumot křídel, a vidím nad rychle plynoucími mraky předjarního nebe kroužit tmavý bod. Věřím, že brzy najdu sokolí pírkó i na našem cvičišti.

A mimochodem, nechcete si tu knížku půjčit?

Jana Ptáčková

Malé vzpomínání.

Život mne i mého muže odvál z rodného hnízda v Novém Hrádku. Více nežli tři desetiletí trvalo, nežli jsme se opět vrátili tam, kde byl náš jediný opravdový domov. Do hor kde je blíže k nebi, ale také k lidem. Kde žili lidé našeho mládí a krásných vzpomínek. Lidé, o kterých jsme věděli, že dovedou být v případě nouze nápomocní, kteří netrpí panelákovou lhostejností, ale dovedou být přáteli a sousedy podle starého českého zvyku.

Vzpomínky na mládí jsou nejsilnějším zážitkem, který v lidském životě přetrvává a pomáhá překonávat různé úskalí. A mé nejsilnější dojmy? Vyrůstala jsem se třemi sestrami, které žily sokolským duchem. Již moji strýcové byli při zakládání sokolské jednoty v Novém Hrádku r. 1896.

Dvacátá léta našeho století byla těžká a tvrdá k lidem a jejich práci. Obtížně se buchovala nová republika, ale nadšení a elán těch dob uměl překonávat nesnáze. Jako malému dítěti zůstala mi v paměti vzpomínka na slavnostní otevření sokolovny. Teprve po desetiletích jsem se dočetla ze zápisů o obrovském úsilí členů, kteří se v době, kdy koruna měla velkou cenu, všichni svorně zavázali složit příspěvek 200,-- Kčs. Buď určenou sumu složili, nebo v hodinách odpracovali. /Denní mzda 9,-- Kčs !/ Ano byli tady také velcí mecenáši, kteří přispěli obrovskými finančními částkami, aby konečné úsilí bylo korunováno. Čas dává zapomenout i když by se mu někdy nemělo tolik pomáhat.

Sokolovna, to bylo centrum společenského života nejen pro Nový Hrádek, ale i pro široké okolí. Obětavá, dobrovolná práce, které odměnou byla radost z úspěchů a osobní uspokojení. Každý se snažil přispět podle možností ze svého, nikdo nenatahoval ruku, co mu to osobně vynese. Krásné chvíle výletů s vyzdobenými koňskými spřeženími na cvičení do okolních vesnic, večerní tajné výlety buď pěšky, nebo na lyžích, slety okrskové a župní, vše dobrovolné, bez příspěví státních peněz. Co jsme se našetřili korunu ke koruně, abychom mohli jet na slet do Prahy, sice v dobytčích vagonech, ale jeli jsme.

Na Hrádku byla velmi silná sokolská jednota a pevní lidé, kteří dovedli jít až k vytčenému cíli. Důkazem byly župní slety. S přípravou prvního se započalo v r. 1927. Bohužel tento slet postihl cvičiště na Šibeňáku pod javorcem celodenní déšť. Náklady obrovské - počasí nepříznivé. Každý odznak, každá neprodaná cigareta, vše bylo pečlivě zaevidováno a různě prodáváno, aby byl deficit co nejméně bolestivý.

A ten druhý župní slet? V r. 1939? Jediný povolený slet v okleštěné republice. Tisíce lidí přišlo naposledy manifestovat za svobodu vlasti sem na samé hranice proti Hitlerovi, jehož pochopové se již roztahovali ve vedlejší Olešnici. Nikdo z těch, kteří se tenkrát zúčastnili na ten den nezapomněl. To nebyla jen záležitost sokolů, ale celého Hrádku. Nikdo z členů nemohl cvičit, bylo třeba nakrmit davy, obsluhovat ve stáncích a šatnách /většinou stodolách/, udržovat pořádek a zdravotnickou službu. Byli zde i v okolí lidé, kteří to zvládli. Byl tady ředitel měšťanské školy Vojtěch Koláč, v té době starosta Podkrkonošské župy Jiráskovy, člověk vysokých duševních hodnot. Župa sahala až ke Ivoru králové a Trutnovu. Pro N. Hrádek bylo velikou ctí, že do šela této obce byl vybrán člověk z našich řad. Jako pedagog - češtinář stál tak vysoko nad námi, že jsme se ve škole neodvážili při jeho hodinách zazlobit. Stačilo, když se při výkladu odmlčel a ihned byl zase pořádek. Kdo prošel jeho hodinami češtiny, získal nejen lásku k jazyku, ale v něm skrytou i lásku k vlasti. Za sokolskou ideu bojoval, za tuto ideu i v koncentračním táboře zahynul. Nejen on, ale i druzí sokolové. Škoda, že jejich pamětní deska visí nyní ve společnosti boudy na hřbitvu. Zapomínáme - zapomínáme. Mnoho těch, kteří znali ideu sokolství a pochopili, že větším osobním štěstím je dávat nežli brát, odešlo do květinové zahrady vedle kostelíčka, ze které již není návratu.

Když skončila druhá světová válka, propuklo nové nadšení a úsilí. Mladí nastoupili na místa těch, kteří nenávratně odešli. Byla jsem tehdy náčelnicí jednoty i okrsku. Chodili jsme pěšky na valné hromady v okolí, pomáhali jsme se zakládáním nových jednot. Cvičilo se, zpívalo, hrálo divadlo. Život byl jásavý tanec - bohužel příliš krátký. Přišel únor roku 1948 a poslední všesokolský slet. Nastalo opět stíhání, zatýkání, vyakčňování ze sokolských řad a nové žaláře. Další doba sokolského temna.

Dík těm, kteří se ve všech podmínkách věnovali a i dnes nezištně věnují sportovní výchově mládeže. Je jich mnoho i kolem nás. Vždyť jen ve zdravém těle je zdravý duch. Bude náš národ opět schopen hledat duševní hodnoty našich slavných předků? Budeme umět vyměnit lacinou podívanou a nataženou ruku za hluboké citové prožitky? Věřím, že v té staré budově, která ještě stále dominuje z jedné strany naší obci, dříme duch minulých časů, který najde cestu k těm, kteří chtějí slyšet. Vždyť nejdražší životní hodnoty - přátelství, lásku, obětavost a podobné - nelze nikde koupit, ale musíme je nejprve vypěstovat sami v sobě, abychom mohli věřit v jejich návratnost.

Milada Světlíková

S O K O L - první český tělovýchovný spolek, byl ustaven na popud Ir. Miroslava Tyrše 16. 2. 1862 pod jménem Tělocvičná jednota pražská neb SOKOL pražský. Jeho prvním starostou a také obětavým mecenášem byl Jindřich Flügner, prvním náčelníkem jeho zeť Dr. Miroslav Tyrš, český výtvarný historik a estetik, profesor dějin umění na Universitě Karlově.

Podle pokrokových ideálů Tyršových měl SOKOL vytvořit bratrstvo k boji za svobodu, demokracii a k národnímu zápasu za osvobození z útisku rakousko-uherské říše. Tyto ideály zapustily hluboko své kořeny v českých zemích a nemálo přispěly k vytvoření samostatného československého státu po I. světové válce, i k osvobození našich zemí z hitlerovského nacismu za II. světové války. Z malých začátků vyrostlo mohutné hnutí, jehož největší rozmach nastal v předvečer II. světové války v roce 1938. V té době měl SOKOL přes 639.000 členů organizovaných v Československé obci sokolské, kterou tvořilo 44 žup s 2541 jednotami.

V Novém Hrádku byla založena Tělocvičná jednota SOKOL z popudu zdejšího majitele tkalcovny v Dolích Josefa Tošovského /byl to bratr dědečka nynějšího předsedy Státní banky československé/. K ustavení jednoty došlo dne 24. května 1896. Do jednoty se tehdy přihlásilo 30 členů. Život jednoty byl poznamenán nejen nízkou životní úrovní obyvatel Nového Hrádku, ale i nepochopením a nepřízní některých jeho občanů. Přes to život v SOKOLE probíhal čile. Cvičilo se, pokud nebyly podmínky ve volné přírodě, v sále hostince, který zdarma k tomu účelu propůjčil Václav Lepš. Potřebné cvičební nářadí si pořizovali cvičenci z vlastních prostředků a z výtěžků různých akcí, které pořádali. Jedno takové veřejné cvičení bylo připraveno ~~na~~ i na den 26. července 1914 v sadě u Novotných na náměstí /nyní u Drašnarů/. Vyhlášená mobilizace v tento den toto veřejné vystoupení nejen přerušila, ale SOKOLA připravila i o všechny těžko nastřádané peníze. Téměř všichni členové jednoty odešli postupně do války. Mnozí se z války již nevrátili. Prvním z nich byl náčelník jednoty Ferdinand Vondřejc z Krahulčího. Někteří se navraceli jako příslušníci legií, vytvořenými v zahraničí představiteli I. odboje - pozdějšími presidenty T. G. Masarykem a Dr. E. Benešem.

Činnost SOKOLA, za války v roce 1915 potlačená, byla v neobvyklé míře obnovena po válce - v Novém Hrádku v listopadu 1918. Na počátku dvacátých let začal se uskutečňovat dávný sen zdejších SOKOLŮ.

Majitel zdejších tkalcoven Josef Suchánek a obchodník Josef Fiala zakoupili ze svých prostředků pozemky pro stavbu sokolovny a hřiště. Ine 13. října 1923 rozhodl výbor jednoty, že se postaví sokolovna svépomocí. Přes zimu se již svážel konskými potahy materiál. Pozemek byl svažitý a tak nepředstavitelné množství zeminy bylo přemístěno jen pomocí krumpáčů, lopat a koleček a přirozeně namáhavou ruční prací. Pracovalo se zdarma denně po večerech, v sobotu odpoledne a o nedělích. A to se ve zdejších tkalcovných tehdy pracovalo 60 hodin týdně! Pracovali nejen muži, pracovaly i ženy a děti. Za necelých 10 měsíců po odhlasování stavby, počátkem srpna roku 1924, byla sokolovna předána

svému účelu. Tilo bylo korunováno uspořádáním zájezdu Jiráskovy sokolské župy Podkrkonošské, spojené s mohutným vystoupením členů župy na nově vybudovaném cvičišti, které shlédlo několik tisíc nadšených příznivců sokolské myšlenky. Tato akce sama o sobě znamenala další stovky hodin bezplatné práce a organizačního úsilí.

Vybudováním prostor sokolovny, jakož i úpravou přilehlých částí pozemků, získala jednota podmínky pro činnost ještě rozsáhlejší, než tomu bylo doposud. Těchto podmínek členstvo dostatečně využívalo. Konala se místní i okrsková cvičení, sokolovna se stala střediskem veškerého kulturního dění Nového Hrádku i okolí. V roce 1929 byl v Novém Hrádku uskutečněn i slet Jiráskovy sokolské župy Podkrkonošské, která tehdy měla přes 10.000 členů. K tak rozsáhlé činnosti bylo členstvo jednoty vedeno nejen velkým nadšením pro sokolskou myšlenku, ale i snahou zmenšiti dluh váznoucí na sokolovně v hodnotě několika set tisíc korun, který zákonitě vznikl i přes veliké oběti, které již dříve členové přinesli, a to i přes značnou finanční pomoc majitele tkalcoven Josefa Suchánka. V roce 1927 byl v sokolovně jednotou zahájen i provoz němého kina, což byl další velký přínos pro obyvatele Nového Hrádku a okolí, ale i pro hospodaření jednoty Sokola.

Činnost sokolské jednoty v Novém Hrádku neustala ani po okupaci Československa hitlerovskou armádou. V roce 1939 byl zde dokonce uspořádán župní slet - poslední vůbec v republice, než došlo k II. světové válce. V dalším roce byl v Bukovci vybudován lyžařský skokanský můstek. I to znamenalo oživení společenského života v Novém Hrádku, ale hlavně krásnou náplň volného času pro mladé lidi, hezkou podívanou pro příznivce bílého sportu. Není bez zajímavosti, že největší počet různých akcí - celkem na 140 - bylo uspořádáno v roce, než došlo k rozpuštění Československé obce sokolské a zákazu činnosti SOKOLA hitlerovskými okupanty. K zákazu došlo v dubnu 1941, nad majetkem SOKOLA byl Němci ustanoven správce - naštěstí slušný člověk.

A tak činnost v sokolovně i na hřišti pokračovala dále, i když ne tak intenzivně. Ustavil se klub české házené, hrála se divadla, na "černo" při reprodukové hudbě si mladí občas i zatančili. Taneční zábavy byly zakázány! Hnědy terror a esesácké řádění se nevyhnulo ani Novému Hrádku. A v Novém Hrádku byl to právě SOKOL, který přinesl největší oběti. Člen naší sokolské jednoty a starosta sokolské župy - ředitel zdejší měšťanské školy - Vojtěch Koláč byl nacisty umučen v Osvětimi v roce 1942, v témže roce podlehl utrpení v Terezíně pokladník sokolské jednoty Josef Světlík a v roce 1944 byl v Gribo umučen náčelník místní jednoty a okrsku Josef Vondřejc. Mývalá náčelnice zdejší sokolské jednoty Mašla Lepšová útrapy koncentráku přežila a jak jsem slyšel z úst její spoluvězenkyně Wiesnerové z Náchodě pomohla přežít i dalším spoluvězenkyním tím, že mezi nimi udržovala optimismus. V koncentráku se cvičila sokolské prostná a zpívaly se i sokolské písničky! I další členové zdejší sokolské jednoty byli zatýkáni a vyšetřováni a jen jejich solidarita je uchránila od koncentráků.

A co bylo podstatné na dlouholeté činnosti S O K O L A ?
Zejména pro mladé lidi, ale i pro starší a staré, vytvářel hodnotnou náplň pro jejich volný čas, vychovával je ke slušnému životu v kolektivu, vytvářel podmínky pro utužování

jejich zdraví, vychovával je k lásce k pravdě a vlasti, k odvaze a ušlechtilému zápolení. Takto vypěstované hodnoty působily potom dlouhodobě často v tvrdém boji o existenci.

Antonín Přibyl

Podarí se na Novém Hrádku návrat k důslednější sokolské výchově?

Český národ jako jeden z prvních na světě pochopil prospěšný vliv tělesné výchovy nejen na fyzické, ale i na duševní zdraví národa. Již v minulém století Dr. Miroslav Tyrš se svými spolupracovníky vypracoval ucelenou koncepci všenárodního sokolského tělovýchovného hnutí, které se velmi brzo ujala a díky tisícům nadšenců zapustila kořeny na českých městech i vesnicích. Národní a demokratické ideály Sokola hluboce pronikly do vědomí lidí a staly se posléze majetkem celého národa. O tom by nám dnes mohli bohužel vyprávět asi jen děčové a babičky /kromě nezaujatých historiků/. Sokolské výchova spojená s pravidelným cvičením a provozováním sportu měla spolu s další nezištnou prací pro Sokol /divadlo, kultura, písně, akademie, slety, .../, vše uskutečňované v přátelském bratrském duchu /tykání, vzájemná úcta, slušnost, apolitičnost, demokratičnost, vnitřní ukázněnost, .../, nepřímý, ale o to silnější a efektivnější vliv na mravní i morální výchovu všech, zvláště mladých Sokolů. Masovost sokolského hnutí /podle příkladu Sokola vznikly i další podobné organizace/ kladně ovlivnila výchovu téměř celého národa. Především po 1. světové válce se sokolské hnutí rozšířilo na Slovensko. Naši krejčané zakládali sokolské jednoty na celém světě. Paradoxem zůstává, že tyto jednoty jsou jedinými, které se dodnes důsledně řídí sokolskými ideami. Sokolské hnutí se stalo příkladem obdobným hnutím na celém světě /např. Tyršovo gymnastické názvosloví dodnes používají ~~xx~~ světové tělovýchovné školy atd./.

Správnost sokolských myšlenek potvrdila i naše historie. Jako první z legionářských jednotek vznikla na Rusi v 1. světové válce sokolská rota "Nazdar". Po získání národní samostatnosti plnily sokolské prapory funkci národní armády /odražení útočících Maďarů na jihu Slovenska/. Národní a demokratickou sílu Sokola si dobře uvědomovali nacisté. Mezi prvními organizacemi rozpustili Sokol. Persekuce a oběti tisíců zatčených sokolských pracovníků jsou velmi dobře zapsány v srdcích našich národů. Obdobně jako nacisté naložilo se Sokolem po XI. všesokolském sletě v roce 1948 totalitní "komunistické" zřízení. Tneto zločin musí naše historie ještě objektivně zhodnotit. Jak to dopadlo s t.zv. sjednocením čs. tělovýchovy je všeobecně známo a sami se o tom přesvědčujeme na Novém Hrádku. Zpolitizování ČSTV, formálnost a prosazení vedoucí úlohy strany/prostřednictvím byrokratických "odborníků" v aparátu ČSTV/, změna cílů /preferenze reprezentace, honba za "úspěchy" bez ohledu na zdraví,.../ a další chyby málem úplně rozbily naše tělovýchovné hnutí /Uvázáním u bouďy psa nevychováš!/. To, že se něco zachovalo, může děkovat především tomu, že se řadu let žilo ze sokolské podstaty i majetku, že spousty bývalých Sokolů nepřestaly pracovat a nakonec se podařilo vychovat v mnoha především místních jednotách pár obětavců, kteří "drží štafetu dál." Sokolský duch ale musel zmizet. Trochu oživení /bohužel nárazového/ přinesly do tělovýchovy nákladné a halasně oslavované Spartakiády. Kdo se zúčastnil některého z všesokolských sletů i spartakiád, může srovnávat.

Obdovně jako v celé republice, jsme na tom s tělovýchovou i na Novém Hrádku. Díky několika obětavcům pravidelně cvičí ženy s dorostenkami, žákyně a rodiče /spíše matky/ s malými dětmi. Velmi aktivní je lyžařský oddíl. Zbytek tělovýchovy představuje skupina zájmových sportů /vesměs bez účasti mládeže/. Mužské pohlaví pravidelně necvičí vůbec /gymnastika/. Mládeži se dále věnuje pouze Svazarm /cyklotrial/ - pokud je mně známo. Zapomněli jsme téměř všichni, že mládež bude taková, jakou ji vychováme? Dnes již snad neplatí, že jaká je dnes naše mládež, že ta-

kový bude zítra Nový Hrádek /okres, celá republika/?
Již mnoho let vynakládají státní, městské i vesnické správy ve vyspělých zemích značné prostředky na organizování volného času mládeže placenými profesionály bez ohledu na existenci řady mládežnických organizací /skaut,--/.
Práce s mládeží se intensivně věnují i církve a to především na poli sportu a tělovýchovy. Vše nemůže zachránit pouze rodina, škola, učňovské internáty resp. vojna.

Mládeži, která je vždy /z biologické podstaty/ plná elánu, snahy po vyniknutí, kritičnosti proti stávajícímu, tendencí vše novelizovat, imponovat okolí, se musí poskytnout prostor pro realizaci jejích snah. Pokud tento prostor nemá, najde si jej sama a to zpravidla nepřilíš vhodným způsobem. Mezinárodní zkušenosti poukazují na rostoucí neslušnost, neukázněnost, neúctu. To vše časem přechází v lajdáctví, chuligánství, výtržnictví, předčasný alkoholismus, kouření, drogy a nakonec i k erotice. Někdy tato "výchova" končí i tragicky /zločinnost/. Dobře prováděná tělovýchova a sport, která nejen zvýší fyzickou odolnost, může přispět u mládeže k získání a utvrzení správnějších kritérií na dobro a zlo, odpovědnost, cílevědomost i ukázněnost. Naučí vytrvalosti, odolnosti, dá smysl "Fair play" pro soutěžení, naučí i prohrávat /to jsme v reprezentaci již zapomněli/. To vše může zamezit resp. alespoň oddálit většinu negativních projevů u mládeže. Povězte, prosím Vás /dnes již starší Sokolové/, svým dětem a vnoučatům, v jakém duchu byla vedena sokolská čvičení i všechny akce. V Sokole nebylo nikdy místo pro politiku, pokrytectví, lež a násilí. Nikdy se nikdo neptal co za tu práci bude a v neposlední řadě jim povězte, jak jsme se všichni do Sokola těšili.

Závěrem mně dovoluňte pár poznámek k řešení situace na Novém Hrádku. Nejde přeci o to, aby se "TJ Sokol Nový Hrádek" přejmenoval na "Sokol Nový Hrádek", i když by to nebylo, vzhledem k tradicím a majetku bývalého Sokola na škodu. Jde o to, aby do naší jednoty postupně pronikal v nových podmínkách sokolský duch a idee, - duch demokratický a apolitický. Duch vzájemné úcty a bratrství. Bude

také nutno přehodnotit možné úseky budoucí činnosti vzhledem k moderním podmínkám /např. Skeaboard atp./. Vzhledem k demoralizaci celé společnosti /i nás/ to nebude lehké. Sokolské hnutí zatím nemá i neoficiální podporu společnosti, státních a místních orgánů. Snad se nám jí v brzké době dostane. Čeká nás nejtěžší období, než se podaří naplnit sokolovnu a hřiště především mládeží a z ní vychovat odpovědné vedoucí. Neodsuzujte starší Sokoly z našeho městečka. Myslí to jistě velmi dobře. Využijte jejich zkušeností a hlavně sami, dle svých možností, začněte neodkladně pomáhat.

Ing. Otokar Krásný

16. leden 1991

Na podzim 1990 se dožila 100 let poslední náčelnice Československé obce sokolské Marie Provazníková. V lednu 1991 zemřela. O vánocích pronesla svou poslední výzvu k sestrám a bratřím na celém světě a zvláště v Československu. Nabádala je, aby si vzájemně důvěřovali, protože důvěra vede k lásce mezi lidmi. Víra a láska dává naději na morální obnovu člověka a nový rozkvet sokolstva. Toto předsmrtné přání považují za úkol pro nás zbývající, kteří ještě měli sokolskou výchovu od dětství.

Mé vzpomínky na Sokol začínají v době, kdy mi bylo asi 5 let. Na X. sletu 1938 jsem cvičila ještě žákyně. Po válce 1945 - 1948 jsem cvičila jako žena a poslední 2 roky jako cvičitelka. V posledních letech první republiky stavěla naše jednota Sokol Dejvice II sokolovnu. Protože se zúčastnila celá naše rodina, dobře vím, že sokolovna vyrostla z dobrovolných příspěvků a z dobrovolné práce členů.

Za války byli v Praze nejlepší Sokolové zatčeni a posláni do koncentračních táborů a jiní se podíleli na protinacistickém odboji doma. Po válce se za 3 svobodné roky obnovila

rychle celá činnost Sokola, takže již v roce 1948 mohl být slavný XI. Vsesokolský slét, bohužel již s předznamenáním únorového komunistického puče. Zažila jsem oba slety, 1938 a 1948, oba byly velkým vzepětím národní svornosti v době ohrožení, ale bohužel vedení státu toto odhodlání promarnilo. Jak nacisti, tak bolševici považovali Sokol za natolik nebezpečný, že ho zakázali a členy pronásledovali.

Je neštěstím pro Sokol, že většina těch dobrovolných cvičitelů, vzdělavatelů a jiných pracovníků je již po smrti. Nadějí Sokola jsou ti, kteří jako žáci zažili období 1945 - 1948, ti by ještě mohli pro návrat Sokola hodně udělat. Ale i ti, co sami Sokol nezažili, mají mezi svými předky jistě členy nebo členky Sokola, kteří nelitovali času ani námahy a s nadšením pracovali pro dobro svých dětí, své obce a svého národa. Myslím, že toto dědictví nás zavazuje, abychom sokolskou myšlenku vzkřísili a pokusili se zasívat do duší našich dětí smysl pro pravdu, čest, schopnost pomáhat druhým, pracovat nezištně pro dobro společnosti a přinášet oběti pro svou vlast. Marie Provazníková ve svém posledním projevu citovala názor jednoho z největších členů Sokola presidenta T. G. Masaryka: "Dobrý Sokol, to znamená uvědomělý Sokol, je hlavním článkem demokracie."

Domnívám se, že když po mnoho desetiletí až dosud prospívá Sokol v Americe, Kanadě, Francii, Rakousku a v jiných zemích, byla by pro nás ostuda, kdyby v rodné zemi Sokola se činnost, po obnovení svobody nevzkřísila.

Dr. Jaroslava Pružinová

Stárnutí nemusí znamenat ochablé svaly a zřícenou tělesnou schránku. Velká většina z nás se narodila s dokonalým tělem, od něhož se očekává, že bude fungovat 70 a více let. To však vyžaduje alespoň jeho základní údržbu.

Pomyslete na všechny své orgány, stlačené dlouholetým sezením, na trpící páteř a jednostranně namáhané svaly při vaší práci, a cvičte.

U nás na Novém Hrádku jsou možnosti ke sportu individuálnímu i kolektivnímu pro děti i dospělé. Na sokolovně probíhají pravidelná cvičení a sporty.

Informace můžete získat prostřednictvím vývěsní skřínky TJ Sokol nebo vyvěšovaných plakátů.

Zveme všechny zájemce na různé sportovní akce i pravidelná cvičení!!!

Za ZRTV Martinková Lidmila

Proč obnovujeme Sokol

Tuto otázku si klade řada našich spoluobčanů, především střední a mladší generace, kteří znají jen ty formy tělovýchovy, jak je nastolil podle sovětského vzoru bývalý režim. Tento tělovýchovný systém se jim zdá samozřejmý a vyhovující, zatímco pojem Sokol mnohým z nich nic neříká.

Naproti tomu členům sokolských rodin zaplanou oči, když zaslechnou některou ze sokolských písní, které burcovaly v minulém století naše národy z dlouhodobého ponižujícího útlaku k uvědomění si své národní svébytnosti, k boji za národní svobodu a nezávislost. Přes 40 let se tyto písně nesměly hrát ani zpívat.

Jak se někdo domnívá, ani ve snu nás nenapadá, že bychom měli nahradit, vyměnit nebo dokonce likvidovat dosavadní tělovýchovné a sportovní struktury. Nejde nám o pouhou obnovu 3.356 našich jednot, nebo získání původního vlastnictví 1.177 sokoloven. Bylo již mnohokrát zdůrazněno, že oceňujeme a vážíme si všeho dobrého, co bylo na poli tělovýchovy a sportu po likvidaci Sokola dosaženo, a to nejen vynikajících sportovních a tělovýchovných výkonů, ale i obětavé práce řady dobrovolných cvičitelů a tělovýchovných pracovníků, kteří přes všechny objektivní potíže udržovali a rozvíjeli, mnohdy na vysoké odborné úrovni, slevné tradice našeho tělocviku a sportu. Mnozí z nich si zachovávali ve svých srdcích

a myslích sokolský duch až do dnešních dnů. Chceme se všemi děl spolupracovat, ať již v sokolských řadách, nebo mimo ně. V tom případě pak na vyšší úrovni, než kdykoliv dříve.

Nám totiž naši geniální zakladatelé Dr. Miroslav Tyrš a Jindřich Fügner spolu s našimi minulými generacemi zanechali všestranné závažné úkoly. Pokládáme za svou lidskou a národní povinnost obnovit toto naše poslání, které tvrdě prověřoval čas a jehož úspěchy obdivoval kdysi celý svět. Nikdo nemůže sokolstvu upřít výrazný podíl na vysoké kulturní a morální úrovni našich národů.

Bratrství, sesterství a mezilidské vztahy, to je, co nás Sokoly zdobilo a co celému národu schází. Jsem nenapravitelný optimista a pevně, neochvějně věřím v náš úspěch! Naše národy Sokolstvo potřebují možná víc než v minulosti!

Ing. M. Červinka, Sokolský věstník

1/91, str. 7

Jedna z myšlenek M. Tyrše, že totiž "v zdravém těle zdravý duch", natolik vstoupila do skupiny lidových rčení, že už Tyršovo autorství bylo docela zapomenuto. Je to pravda - zdraví je něco jako základní kapitál. Cesty k udržení či obnovení zdraví jsou mnohé. Jedna z nich se jmenuje racionální výživa. Není to v podstatě nic jiného, než určitý návrat ke stravovacím zvyklostem předcházejících generací. Hlavní rozdíl vidím v omezení množství masa, a naopak ve větší konzumaci obilovin, luštěnin, případně sojových jídel. Ráda bych vám nabídla v několika příštích číslech inspiraci pro přípravu bezmasých jídel. A nakonec - je to výhodně i z finančního hlediska. Však - zkuste a uvidíte.

Kroupy s hráškem

300 g krup, 12 dkg másla, 150 g hrášku, 4 plátky slaniny, 4 vejce, 100 ml mléka, sůl, pepř, 100 g stouhaného sýra, tuk na vymazání a strouhanka na vysypání zápékačské misky.

~~Předem namočené kroupy uvaříme ve slané vodě - doměkka. Do tukem vymazané a struhankou vysypané zapékačí misky dáme polovinu másla, na ně vrstvu uvařených krup, na kroupy vrstvu hrášku, pak plátky slaniny /předem lze opéct/, opeříme a přikryjeme druhou vrstvou krup. Vejce rozkvedláme v osoleném mléce a zalijeme kroupy. Vrch pokrmu poklademe máslem a v troubě započeme asi 20 minut. Potom rozdělíme na porce a posypeme sýrem.~~

Zelenina ve vločkách

50 g vloček, 2 větší celery, sůl, polohrubá mouka, 1 vejce, tuk na smažení. Ovesné vločky opražíme bez tuku na teflonové pánvi /lze i na kastrolku/ necháme vychladnout a umeleme. Celer oloupáme a uvaříme ve slané vodě téměř doměkka. Nakrájíme na plátky 0,5 cm silné, obalujeme v polohrubé mouce, vajíčku a umletých vločkách. Smažíme na oleji po obou stranách. Druhá možnost - obalené plátky narovnáme na dobře vymaštěný plech, pokapeme olejem a v troubě započeme. Podáváme s bramborem a zeleninovým salátem. Stejně můžeme obalovat i květák, mrkev, cibuli.

Na závěr mi dovozte pozvání na následující pořady KaSSu.

15. 2. v 18.30 začne ve staré škole vernisáž výstavy
"O SOKOLU"

na které nás paní ing. Trejbalová z ČOS Náchod seznámí s jed-
ním sjezdů obnovené ČOS v Praze ve dnech 25. a 26. ledna 1991.
Výstava je přístupná v PO, SO a NE od 9.30 do 11.30 a od
14 do 16.30 hod. ST a PÁ 15 - 16.30.

Další údaje na plakátu.

1. 3. v 18.30 začíná opět ve staré škole beseda s ing.M.Rajmontem
"PATOGENNÍ ZÓNY A JEJICH VLIV NA ZDRAVÍ"

Během následujícího víkendu je ing. Rajmont ochoten vyhledat
zóny v bytech všem, kdo o to budou mít zájem.

22. 3. v 18.30 zahájíme výstavu fotografií Luboše Doležala
"ÚPLNĚ NORMÁLNÍ FOTOGRAFIE"

Výstava bude opět ve staré škole a otevřena bude jako obvykle.

V dubnu se znovu sejdeme s ing. Vlastimilem Šubrtem na téma
GAIA /velký/, tentokrát se dozvíme o možnostech řešení současné
celosvětové ekologické krize. Přesný termín včas oznámím.

27. 4. v 18.30 přivítáme mezi sebou RNDr. Jiřího GRYGARA CSc.,
který nám bude vyprávět "O VESMÍRU"

Beseda bude doplněna diapozitivy. Sejdeme se tradičně ve staré
škole.

Programy na květen a další měsíce uvedu v příštím čísle.

To by mělo vyjít v dubnu a bude zaměřeno na převážně na proble-
matiku životního prostředí. Příspěvky do 2. čísla zasílejte,
prosím, do konce března.

3. Frymburské ozvěny chceme věnovat dětem a jejich literární
činností, a je plánováno zhruba ke Dni dětí. Uzávěrka bude
10. května.

1. letošní číslo vychází v únoru 1991.

Spolupracovali na něm Eva Hlaváčková a Sláva Ptáček, jimž,
stejně jako váženým přispěvatelům, moc děkuji.

Jana Ptáčková

Cena tohoto výtisku je vzhledem k 35 % nárůstu cen papíru
stanovena na Kčs 3,--.

Z A S T U P I T E L S T V Í K O M E R Č N Í B A N K Y

Dne 7. 11. 1990 zahájilo v naší obci svou činnost zastupitelství Komerční banky. Občané Nového Hrádku a blízkého okolí si brzy našli cestu do budovy obecního úřadu, kde je zastupitelství umístěno, neboť si uvědomili výhody, které jim toto zastupitelství přináší.

Jedná se především o tyto služby:

- nákup devizových prostředků a možnost jejich uložení na devizový účet
- zakládání běžných účtů soukromým podnikatelům
- ukládání peněz za mimořádně výhodných podmínek

Největší výhodou však je, že občané jsou obslouženi prakticky bez čekání a mohou v klidu s pracovníky banky projednat své záležitosti.

Vedení Komerční banky v Náchodě vyhodnotilo činnost všech svých zastupitelství v roce 1990 a je pro nás jistě potěšitelné, že zastupitelství v Novém Hrádku je hodnoceno na třetím místě spolu se zastupitelstvím v Novém Městě nad Metují těsně za Jaroměří a Broumovem /Ale např. před Červeným Kostelcem/.

Vzhledem k tomu, že činnost zdejšího zastupitelství je výhodná jak pro občany Nového Hrádku, tak i pro Komerční banku, dohodli se zástupci našeho obecního úřadu a Komerční banky na další spolupráci. Zastupitelství Komerční banky v Novém Hrádku bude tedy i nadále otevřeno každé úterý od 15.30 do 18.00 h v budově obecního úřadu.

Jaké novinky pro nás Komerční banka připravila?

Především podstatné zvýšení úrokových sazeb u termínovaných vkladů od jednoho měsíce do 5 let. Například při uložení peněz na 5 let se uložená částka zvýší o 130 %, což je zvýšení, které nemá u nás obdoby. Navíc úroková sazba roste s růstem inflace, takže se nikdo nemusí bát o znehodnocení svých peněz.

Další novinkou je možnost uložení valut formou termínovaných vkladů /minimálně však v hodnotě 1000 USD/ na 3, 6 a 12 měsíců za úroky, které poskytují banky v té zemi, jejíž měnu občan ukládá.

Například US dolary je nyní možno uložit na 1 rok za 5,8 % a německé marky za 8,0 %. Tyto sazby se mohou každý týden měnit v závislosti na vývoji v té které zemi. Občan však vždy dostane takový úrok, na který zní smlouva.

Aby si každý mohl udělat názornou představu o tom, jak budou v Komerční bance zhodnoceny jeho peníze, uvádíme přehlednou tabulku pro případ, že si uložíte 10.000,-- Kčs.

<u>Doba uložení</u>	<u>Úroková sazba</u>	<u>Úrok v Kčs</u>	<u>Celkem Kčs</u>
1 měsíc	5,5 % p.a.	46,--	10.046,--
2 měsíce	7,0 % p.a.	117,--	10.117,--
3 měsíce	9,0 % p.a.	225,--	10.225,--
4 měsíce	9,5 % p.a.	317,--	10.317,--
5 měsíců	10,0 % p.a.	417,--	10.417,--
6 měsíců	10,7 % p.a.	535,--	10.535,--
7 měsíců	11,0 % p.a.	642,--	10.642,--
8 měsíců	11,3 % p.a.	753,--	10.753,--
9 měsíců	11,5 % p.a.	862,--	10.862,--
1 rok	14,0 % p.a. -	1475,-- -	11.475,-- -
	15,0 % p.a.	1586,--	11.586,--
2 roky	15,5 % p.a. -	3507,--	13.507,--
	16,5 % p.a.	3734,--	13.734,--
3 roky	16,5 % p.a.	6023,--	16.023,--
4 roky	17,5 % p.a. -	9175,--	19.175,--
	18,5 % p.a.	9699,--	19.699,--
5 let	18,5% p.a.	13079,--	23.079,--

Tam, kde je uvedeno procentní rozpětí, záleží konkrétní úroková sazba na výši úločky.

Každé čtvrtletí bude Komerční banka vyhodnocovat, zda se jí zastupitelství v naší obci vyplatí. Záleží proto na zájmu všech občanů Nového Hrádku a okolí, zůstanou-li u nás tyto služby zachovány.