

# Z P R A V O D A J

pro obyvatele, rekreanty a návštěvníky



**Kunratice - Lipnice – Studený**  
**Listopad 2021 - ročník XXVI. - číslo 11**

---

---

## **Jak jsme v naší obci rozdělili své hlasy při volbě do Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR**

K volbám se dostavilo z 206 možných voličů 142 tj. téměř 69,27%. Odevzdáno bylo 142 platných hlasů a takto jsme je rozdělili mezi politické strany a hnutí:

<b><u>Strana</u></b>	<b><u>Hlasy</u></b>	<b><u>Procenta</u></b>	<b><u>Strana</u></b>	<b><u>Hlasy</u></b>	<b><u>Procenta</u></b>
Ano	38	26,76%	KSČM	6	4,22%
Piráti +STAN	28	19,71%	ČSSD	4	2,81%
SPOLU	19	13,38%	Nevolte Urza.cz	2	1,40%
SPD	14	9,85%	Zelení	2	1,40%
PŘÍSAHA	11	7,74%	Otče	2	1,40%
Volný blok	7	4,92%	APB	2	1,40%
TSS	7	4,92%			



### **Se starostou na kávu**

Vážení spoluobčané, dovoluji mi, abych Vás po delší době pozval na setkání a posezení u kávy, kde bychom si mohli popovídat o problémech, námětech a vůbec všem, co je pro Vás důležité.

Setkání se bude konat ve čtvrtek **18.11. 2021 od 18:00 hod. v Pohostinství u Pavla.**

### **Dne 27.11. 2021 od 13:00 hodin se po loňské pauze uskuteční již tradiční adventní dílnička u Vítka**

- výroba vánočních dekorací
- výroba adventních věnců

Přijďte si odpočinout od předvánočního shonu a pomoci dětem s výrobou vánočních dekorací. Kdo má doma věnce, přineste si ho sebou.



### **Dne 27.11. 2021 od 17.00 hod. rozsvítíme adventní strom, tentokrát na novém místě u Obecního úřadu v Kunraticích.**

Přijďte se s dětmi zúčastnit této slavnostní události, společně se naladit na předvánoční atmosféru a zaspívat si. Na zahřátí bude připravený teplý čaj a svařák.

**Při této příležitosti, budete mít možnost zakoupit si originální keramické výrobky, (ale nejen ty), z dílny našich žen.**

## TURNAJ VE STOLNÍM TENISE

Turnaj se bude hrát tentokrát společně, na sále budou připraveny dva stoly, na jednom změří své síly muži a na druhém ženy. Kdo se turnaje ještě nezúčastnil nebojte se a přijďte si zahrát.



KDY: V sobotu 4. prosince od 15:00 hod.

KDE: V Pohostinství u Pavla

Podpora kamarádů, fanoušků a sportovních nadšenců vítána.

### MIKULÁŠSKÁ NADÍLKA

Ve neděli 5. prosince 2021 se uskuteční mikulášská nadílka.

Sejdeme se u kovárny č.p. 55 v Kunraticích v 16:50 hod. Poté se společně přesuneme do staré pískovny v Kunraticích.



\* \* \* \* \*

V měsíci listopadu oslaví své jmeniny:

**Karel, Emerich, Imrich, Martin, Romana,  
Nikola, Kateřina a Ondřej**



Životní jubileum oslaví:

**Špatenková Anna, Urbanová Olga  
Marcinová Františka, Durgala Pavel**

*Všem oslavencům přejeme hodně zdraví,*

*šťěstí, lásky a úspěchů.*

\* \* \* \* \*

### **Zubní pohotovost na měsíc listopad ordinační hodiny od 8:00 – 10:00 hod.**

6. – 7.11.2021	MUDr. Charvát Pavel	J.Š.Baara 692/26 Děčín V	412507588
13. – 14.11.2021	MDDr. Bolfík Ondřej	Varšavská 1863/7 Děčín VI	737501440
20. – 21.11.2021	MDDr. Barcal Pavel	J.Š.Baara 692/26 Děčín V	412507588
27. – 28.11.2021	MUDr. Plyushchakov Oleksandr	Myslbejkova 404/23 Děčín I	732329007

## ***Přichází podzimní počasí a čas ponurý tak trošku pozitivního, co vám pomůže přelstít***

### ***vlastní mozek. Poradíme, jak na to:***

Positivní myšlení je populární koncept a mnohým z nás už může připadat jako omílané klišé. To ale nic nemění na tom, že mnoho vědeckých studií potvrdilo nesporný přínos pozitivního myšlení na naše fyzické i psychické zdraví. Víme, že pozitivní myšlení zlepšuje náladu, zvyšuje sebevědomí, upevňuje mezilidské vztahy, a co víc – může zabránit rozvoji hypertenze, deprese nebo dalším onemocněním, která jsou spojena se stresem. Jako jakákoli jiná změna v životě, i změna myšlení vyžaduje naši vědomou snahu, odhodlání a trénink.

**Vyberte si:** Je na vás, zda se rozhodnete myslet pozitivně, nebo dáte přednost negativním myšlenkám. A to nezávisle na tom, v jaké situaci se právě ocitáte. Většinu událostí v našem životě nemáme pod kontrolou, soustředíme se proto na to, co pod kontrolou máme. A tím je náš přístup.

**Žijte vědomě:** Bez uvědomění si vašich myšlenek, pocitů a způsobů chování nezměníte svůj život zamýšleným směrem. Zastavení se, zpomalení a přemýšlení nad tím, co prožíváte právě teď, čím se zabýváte a jak se cítíte, to vše je samo o sobě léčivé, a nejen pro naše myšlení.

**Užijte si od rána každý den:** Začněte den oblíbenou písničkou (třeba díky budíku v mobilu), voňavým čajem nebo výbornou kávou. Myslet můžete také na událost, na kterou se přes den těšíte, a může to být klidně oběd s kamarádkou. Je pravděpodobné, že se váš den bude v pozitivní náladě odvíjet i nadále.

**Obklopte se pozitivními lidmi:** Dobrá nálada je nakažlivá, je totiž mnohem jednodušší myslet optimisticky v prostředí lidí, kteří jsou dobře naladěni. Pozitivní lidé nás vyslechnou a podpoří. Pokud chcete opravdu přemýšlet s lehkostí, vyhýbejte se lidem, kteří jsou většinu času negativní a táhnou vás dolů.

**Hleďte dobro:** Celý život budete čelit překážkám, ztrátám, prohrám, a to nezávisle na tom, jak moc pozitivně myslíte. Navrhujte tyto události přejmenovat na výzvy. Výzvy, které vám dovolí sbírat nové zkušenosti, vyjít z vaší komfortní zóny a rozvíjet vaše schopnosti.

**Dejte si pauzu:** Odpočinek je důležitý, nicméně teď mám na mysli pauzu od sociálních médií. Nejnovější studie prezentují děsivá čísla: dospělí tráví na sociálních sítích v průměru dvě hodiny denně, dospívající až osm hodin. To je čas, kdy jsme vystaveni vlivu negativních zpráv nebo se nevědomky srovnáváme s „dokonalými“ životy našich přátel či známých tváří.

**Buďte tady a teď:** Doslova tady a teď, ne dnes, ne tuto hodinu, ale právě teď a právě tady. Soustředte se na chvíli, kde sedíte, co kolem sebe vidíte, slyšíte, jak se cítíte. Vaše negativní myšlenky se zpravidla týkají událostí, které se staly, nebo strachu z těch, o kterých si myslíte, že přijdou. Buďte proto co nejčastěji v přítomnosti, která je jedinou realitou.

**Projevujte vděčnost a laskavost:** Upřímně děkujte v duchu sobě nebo slovně jiným, buďte laskaví k lidem kolem sebe. Vděčnost a laskavost přinese radost nejen nám samým, ale také lidem kolem nás. Studie potvrzují, že lidé vyjadřující svoji vděčnost jsou ostatním sympatičtější, více otevření a také méně neurotičtí.

**Šach mat stresu pomocí gumového náramku:** Dejte si na zápěstí gumový náramek. Kdykoliv si uvědomíte, že přichází negativní myšlenka, natáhněte náramek druhou rukou tak, aby vás při jeho uvolnění guma mírně štípla na zápěstí. Poté si připomeňte svoji oblíbenou písničku, obličej člověka, kterého máte rádi, nebo si uvědomte, za co jste v životě vděční. Technika posiluje vaši všímavost, štípnutí na zápěstí přerušuje negativní myšlenku, kterou následně nahradíte myšlenkou, kterou si sami vyberete. Obvykle trvá dva týdny, než se naučíte včas registrovat negativní myšlenky a vyvinete schopnost je nahrazovat pozitivními. Co dál? Věnujte se aktivitám, které vás baví, dopřejte si dobré jídlo, dostatek spánku. Chodte do přírody. Hýbejte se. Pomoci si můžete i doplněním vitaminů a minerálů, které organismu často chybí. Dopřejte si dávku hořčičku, vitaminů řady B nebo v zimním období vitaminu D3.

**Nějaký čas jsme Vám v našem zpravodaji nabídli historii a přiblížili osudy lidí, kteří zde žili před námi, především z Lipnice a Studeného. Pojdme nyní nahlédnout do historie Kunratic. Udělejme si tzv. „Procházku starými Kunraticemi“ Vzácný materiál shromažďuje již několik let p. Matěj Hronský s chalupy č.p. 31, v Kunraticích. Nashromážděné poznatky se objeví jako tzv. „seriál“ v několika dalších zpravodajích.**

Pojdme se projít Kunraticemi. Ale tak trochu zvláště, nohama zůstaneme v přítomnosti, ale pohledem a v myšlenkách se pokusíme vrátit o nějakých 200 let zpátky do minulosti, do roku 1843, ze kterého máme první podrobný plán Kunratic. Budeme si představovat, že nestojíme na asfaltu, ale na prašné kamenité cestě, která tehdy vedla vesnicí stejně jako dnes, i když byla o něco užší. Pomiňme úplné začátky v dobách založení obce, jelikož o nich nic konkrétního nevíme. Můžeme dovozovat, že Kunratice vznikly tak zvanou lokací – ve středověku tehdy pro naše kraje nejobvyklejším způsobem, kdy se majitel půdy dohodl s lokátorem, aby založil novou ves. Lokátorem mohl být nižší šlechtic, panský úředník, měšťan nebo i šikovný poddaný.



*Pohled na Kunratice od jihu, 30. léta 20.století.*

Založení nové vesnice nebyl jen administrativní úkon, lokátor musel především zajistit podmínky, aby lidé mohli na novém místě žít. Tedy zajistit přístup, pokud bylo třeba tak vykloučit les a potom vytyčit co nejspravedlivěji jednotlivé pozemky. A potom to nejdůležitější – musel najít a přilákat nájemce, tedy budoucí obyvatele nové vsi.

Jelikož tehdy bývalo zvykem uzavírat lokátorské smlouvy především ústně, až na výjimky se žádné nedochovaly. Pouze z německého názvu obce Kunnersdorf se můžeme dohadovat, že Kunratice založil nějaký Kunert, tedy Konrád.

Kunratice, jak vidíme z pozdějších pozemkových map, byly založeny jako tzv. lánová ves, jednotlivé pozemky se táhly souběžně dlouhými úzkými pásy od cesty daleko za ves. Když sedláci obdělávali svá nejvzdálenější pole, museli z domu až tři kilometry daleko.

Jak přesně se Kunratice po svém založení rozrůstaly, kdy se ustálil počet statků na dvaceti, jak a kdy vznikla menší zahradnická hospodářství, která měla oproti statkům menší plochu orných polí a luk a neměla potažní dobytek, a kdy byly postaveny první domky bez zemědělského zázemí, tzv. domkářství, nevíme.

Domy stály zpočátku o něco výše, dál od potoka, který cesta do značné míry kopíruje. Až postupem času se v důsledku rozvoje a zahušťování zástavby století stavěly domy přímo u potoka, tehdy mimochodem zvaného Weissbach, Bílý potok.

První zpráva o počtu hospodářství pochází až ze začátku 17. století, zřejmě krátce před rokem 1613, kdy bylo v Kunraticích 20 statků a 3 zahradnictví, 11 domků a mlýn. Zatímco počet statků a zahradnictví zůstal poté až do konce 19. století téměř neměnný (jedinou výjimkou je v roce 1822 postavené zahradnické hospodářství čp. 84 za lesem u Lipnice), počet domků postupně narůstal. Ještě do vypuknutí třicetileté války byly postaveny tři další, a bylo jich tak 14, celkem tedy 38 domů, o výměnách z těch předválečných dob zprávy nemáme.

*pokračování příště*