

Několik slov od náčelníka

O první zprávu jsem vás ošidil. Stál jsem nad prázdným Wordem s nadpisem Zpráva náčelníka a nevěděl, jak začít. Zkusím vám to vynahradit.

Z různých stran slyším na naši jednotu chválu. Ať už konkrétně na jednotlivce a oddíly nebo dost neurčitě: „Ona ta vaše jednota je taková sokolská.“

Mám radost z nového oddílu žen a omlazení dosavadního oddílu žen. Mám radost z široké základny cvičitelů a pomahatelů, z úspěchů šplhounů, skipperů a z činnosti vzdělavatelů a turistů. Obzvláště mám radost ze společných aktivit a ze společně stráveného času nad rámeček běžného cvičení. Když si jdeme jen tak zaházet diskem, zahrát volejbal, tenis nebo vyrazíme společně na brusle, vycházku nebo se Sokolem do divadla, máme k sobě zas o kousek blíž.

Chvála a úspěch se však mohou stát ukolébavkou na loži z vavřínů. Byla by škoda nechat se uchlácholit úspěchem a polevit. Abychom dostáli věčné nespokojenosti, musíme se stále ptát, co bychom mohli udělat lépe a kde bychom mohli ještě přidat.

Každého jistě napadne spousta případů, já zmíním dva.

Jednou z výzev, které jsou ve spoustě jednot po celé republice aktuální, je udržení si dorostenců a dorostenek. Je přece škoda potkat na ulici bývalého šikovného cvičence s cigaretou nebo horším nešvarem. V uchování si dorostu ať už jako cvičenek a cvičenců, nebo aktivních cvičitelů spočívá budoucnost každé jednoty. Byla by škoda, kdyby po nás zůstala potopa. Krom vlastních dorců na nás leží ještě jedna výzva. Z menších obcí a měst často odcházejí cvičenci a cvičitelé do Prahy za vzděláním, a pokud pravidelně nejezdí domů za svými, sejde jim Sokol z očí a postupně i z mysli. My Libeňáci máme mimořádnou příležitost pozvat tyto přesporní sokoly k nám. Podělit se o to, co umíme my, a nechat se poučit o zvyklostech odjinud.

Druhou výzvou je poznávání se navzájem. Provázání vztahů mezi oddíly a námi všemi mezi sebou. Jednotlivci i celé oddíly si můžou zacvičit spolu. Dorci mohou vyzvat florbalisty, fotbalisty nebo basketbalisty na společný zápas. Muži naše Cheerleaders na společně zvedačky. Naši bratři a sestry, kteří jsou ve Skautu, vyrazit společně s Jilmáky nebo Veverkami na výpravu. Rodiče dětí přijít cvičit mezi nás. Jak by asi vypadalo společné vystoupení na Akademii Cyrwheel a Skippingboys? V přední řadě musíme myslet na nejstarší cvičence. Nesmíme se od sebe distancovat a pobývat tu spolu v nevědomosti o sobě navzájem. Naše mezigenerační setkávání nesmí skončit na úrovni dítě, dospělý. Pokud mě někdo ze čtenářů neznáte a chcete poznat, rád se představím.

Taky budu rád za jakoukoli zpětnou vazbu ohledně mého prvního půlroku ve funkci.

Tot' pro tyto zprávy vše. Jsem tu pro vás.

náčelník

Zpráva náčelnice

Mám radost, že od září se stavy ve všech oddílech úctyhodně naplnily. Žádný oddíl nezmírá, naopak některé přetékají a kapacitně nestačí (předškoláci, Káňata). I to je známkou dobře odvedené práce. Díky!

Sokol má také nezastupitelné místo v libeňském komunitním životě. Kde jinde si Vaše dítě udělá úkoly, naučí se kotoul i péct bábovku, vyrazí na sobotní výlet a pomůže s realizací plesu, na který si můžete jít zatančit. A další týden to můžete vzít se Sokolem do divadla. A pak zase do tělocvičny. A seznámit se přitom s dalšími Libeňáky.

Jsem ráda, že libeňskému Sokolu se daří, minimálně ženské složky rok od roku posilují. Letoškem počínaje nabízíme dokonce tři oddíly pro ženy. Pro pořádek si v nich udělejme pořádek. Všechny tyto oddíly ještě nabízejí volná místa.

- ženy (bývalá Věrná garda): rozcvičení, taneční formy, cvičení s náčiním, posilování a protahování úměrné věku + společenské vyžití
- ženy - kondičního cvičení: pravidelné střídání lekcí aerobiku, posilování, zdravotního cvičení, relaxace, pilates, BOSU

- ženy - všestrannost: pokračování pro odrostlé dorostenky :-), cvičení na nářadí, posilování, jóga

I naše další oddíly pokračují ve své činnosti. Aktuálně v hodinách vrcholí nácvik na akademii. Mladší žákyně předvedou pódiovou skladbu s míči, starší žákyně pak taneční vystoupení v rytmu Babety. Průřez našich gymnastek zacvičí na kladině a cvičitelky a spřátelené ženy obléknou baletní trikoty. Doufám, že i tento rok se Vám program tělocvičné akademie bude líbit.

Do konce roku nás ještě čeká zpestření hodin ve formě Mikuláše a loutkového divadla, viz termínová listina.

S přáním klidného závěru roku 2019 Ája

Zpráva oddílu žáků a dorostenců

Nejprve se vrátíme k tomu, co se událo od posledního vydání Zpráv libeňského Sokola v dubnu letošního roku a co jsme napsali do Zpráv žactva vydaných v září 2019.

Stručný návrat do jara a léta 2019

- **Cvičení venku** (park, zahrada sokolovny) s atletickými disciplínami **začalo začátkem května** a trvalo až do prázdnin.
- **Dětský den** se ve **čtvrtek 30. května** za krásného počasí konal na tradičním místě v libeňském parku na louce u studánky. Sedmadvacet stanovišť si přišlo vyzkoušet 202 dětí, kterým se věnovalo 52 pořadatelů z řad cvičitelského sboru a našeho žactva. Došlo i na projížďky kánoemi po slepém rameni Vltavy a nakonec přišlo vystoupení šermířů ze skupiny Streitax.
- **Přebor ČOS všestrannosti staršího žactva a dorostu 8.–9. 6. Praha. Jindřich Skokan** se mezi 11 staršími žáky IV. umístil na 9. místě a **Richard Kloubský** byl v dorostu celkově 8. z 15.
- O víkendu **21.–23. 6. se 23 pracantů sešlo na tábořišti turistických oddílů** v Tajanově u Velhartic, aby posekali a odvozili trávu z louky, vykopali odpadovku a latrínu, postavili nové lávky přes strouhu a vybudovali sklípek.
- **Zakončovací táborák – čtvrtek 27. června** – za krásného počasí se u ohně na dvoře sokolovny sešlo cca 125 účastníků. Zpívali jsme písničky, povídali o dění v uplynulém roce, opékali buřty. Zahrála se také písnička ze soutěže vzdělavatelky (nový text na danou melodii – Doupalovi s tahací harmonikou). Žáci si vyhlásili výsledky svých soutěží: **Zimní soutěž – šplh**. Mezi 49 mladšími žáky, kteří šplhali 4,5 metru na tyči, ve svých ročnících vyhráli: F. Novák, V. Böhm, Š. Novák a J. Motyčka. Pod 10 vteřin se ještě dostali: Š. Majer, T. Novotný, H. Höschl, R. Hvízďálek, O. Srichom, M. Dušek, P. Ettel, J. Šíma, M. Patkaň a O. Doupal. Mezi 27 staršími žáky (lano 4,5 metru) zvítězili

T. Ryba, J. Pikálek, M. Novotný a V. Šmejkal a pod 12 vteřin ještě vyšplhali T. Kléger a T. Ettel. Mezi 21 dorostenci a cvičiteli, kteří šplhali na laně ze sedu a bez přírazu, se pod 10 vteřin dostali: D. Unzeitig, A. Novotný, J. Kudroň, R. Kloubský, O. Fojtík, J. Kubišta, M. Seifert, D. Hrnčířik, D. Novotný a Š. Hejnic. V celoroční soutěži **O nejvěrnější docházku** byli nejpilnější **P. Ettel, R. Kloubský a J. Novák, kteří ze 78 hodin nevynechali ani jedinou. V. Kadlec a T. Kléger dorazili 77x, T. Ettel 74x, T. Novotný a J. Kubišta 71x, J. Pikálek a M. Novotný 70x, P. Patočka 69x, Š. Novák a O. Fojtík 68x a A. Novotný 67x.** Celkem bylo zapsáno 121 cvičenců (55 mladších žáků, 33 starších žáků, 13 dorostenců a 20 cvičitelů), 56 z nich přišlo alespoň 31x. Celoroční průměr docházky byl 48,8 cvičence v hodině.

V létě se naše turistické oddíly vydaly na své tábory (Tajanov u Velhartic). První tentokrát jely Veverky 29. 6. – 13. 7. (cca 6 vedoucích a 12 děvčat), které spolu se 17 pomocníky z řad Jilmu a cvičitelů nejprve tábor dostavěly. Pak už si užívaly své 2 týdny tábora. Následně na 2 týdny dorazilo 20 Káňat s cca 5 vedoucími. Další týden (27. 7. – 3. 8.) na tábořišti pobývalo 7 bývalých Jilmáků s rodinami. Celkem se dostavilo 19 lidí (9 dospělých a 10 dětí). Na další tři týdny pak dorazilo 5 Jilmáků, u kterých se prostřídalo 8 vedoucích. Celkem tedy 8 týdnů táborů se 75 táborníky.

O víkendu 23.–25. 8. se pak tábor za účasti Jilmáků a 11 pomocníků z řad vedoucích, cvičitelů, rodičů a hostů zbouřal. Podsady a nářadí se uložily do stodoly v Tajanově, kulatina zakryla na tábořišti a kazivé a potřebné věci se odvezly do Prahy.

• Během letošního léta **postupně začaly práce na opravách sokolovny.** V oknech na chodbách, kde jsou jednoduchá okna, se mění sklo za dvojité ditermové. Na podzim se pak ještě takto zateplí okna na zadních schodištích ze šaten do sálu. Začala také oprava vstupních dveří, které se nyní nově natírají (fládr). Na přelomu srpna a září proběhla oprava poškozených částí omítky na fasádě. Taktéž byly upraveny svody okapů a natřeny malé stříšky nad postranními vchody. V sokolovně se očistily kryty výbojek hlavního sálu a z gruntu byly očištěny obklady ve sprchách u šaten. V Alšově sále se namontovalo nové osvětlení. Na začátku prázdnin jsme vytáhli vodovodní potrubí s kohoutem na zadní stěnu sokolovny, a připojenou hadicí jsme tak mohli lépe zalévat trávník na zahradě sokolovny. Ten je teď ve skvělém stavu. Na pražské památkáře jsme již před 2 roky zaslali požadavky na opravu vřátnice, sborovny a kanceláře. Do dnešního dne i přes několikeré urgency nemáme jejich odpověď!!! Během zimy a jara jsme zaslali požadavky na zdvojení oken na chodbách, na opravu fasády a lakování vstupních dveří. Zde si již magistrát vyžádal doplnění žádostí, které jsme odeslali. Na 2 akce přišel

návrh na stanovisko a u oken i závazné stanovisko. U zbylých dvou akcí i přes marné urgencye (telefon neberou, na e-maily neodpovídají) nic.

Ve spolupráci s architektky ze studia Archicraft jsme připravili revitalizaci severní části dvora přiléhající ke kostelu. Zde již máme závazné stanovisko magistrátních památkářů a jsme v jednání se stavebním odborem ohledně stavebního povolení. Příští léto by tak mohla úprava dvora proběhnout. Letos na jaře a v létě jsme se stejnými architektky připravili návrh na rekonstrukci šaten. V této chvíli je návrh na posouzení na NPÚ a u magistrátních památkářů.

Opět jsme byli úspěšní při získávání grantů – 200 tisíc od magistrátu na energie, od městské části 20 tisíc pro turistické oddíly (provoz tábora, oprava klubovny) a 411 tisíc na cvičení dětí (energie, nové závodní dresy, náradí a náčiní), dalších 552 tisíc jsme získali z výzvy MŠMT Můj klub. Bohužel z těchto grantů nelze hradit opravu a údržbu sokolovny.

Co všechno jsme už stihli na podzim

Po letech stagnace počtu cvičenců přišel letos na podzim výrazný nárůst. Už na první hodině bylo 47 cvičenců, na druhé 65, 2x jsme se v září dostali na 72 a v říjnu bylo maximum 81 a minimum 56. Celkem už máme 40 nových tváří, ale rádi uvítáme další zájemce o cvičení (mladší i starší žáky). Děkujeme a těšíme se. Ve cvičebním roce 2016/2017 bylo zapsáno 111 cvičenců (mladší + starší žáci, dorostenci, cvičitelé) a průměrná účast v hodině byla 43,75, v roce 2017/2018 bylo zapsáno 102 cvičenců a průměr se zvedl na 46,05, loni bylo zapsáno 121 a průměr 48,8. Otázka zněla, zda letos dosáhneme na průměr přes 50. V září bylo zapsáno 118 cvičenců a průměr byl 59,5, v říjnu bylo zapsáno 123 cvičenců a průměr byl 67,6. Otázka teď zní, zda dosáhneme celoročního průměru přes 60.

MI. Žáci (2010–2013) cvičí v út a čt v 17–18, st. žáci a dorostenci (2002–2009) v út a čt v 18–19. Pro cvičitele a dorostence možnost úterního cvičení mužů a čtvrtěční košíkové (oboje 19–20). Třetím rokem nabízíme kondiční cvičení pro dorostence – po a čt v 19–20.

● V září a začátkem října se za příznivého počasí cvičilo venku (park u Rokytky, zahrada sokolovny), kde jsme pokračovali v soutěži **Letní disciplíny** (atletika) a opět začala celoroční soutěž **O nejvěrnější docházku** s každoměsíčním vyhlášováním a rozdáváním diplomků za 100% docházku. **Od 15. října** cvičíme **už jen v sokolovně** – kromě gymnastiky nezapomínáme na rozcvičku a hry. Také jsme začali nacvičovat na **akademii**. Mladší mají drobné gymnastické cvičení na náradí, starší pak chystají úpolová cvičení. Akademie se mohou zúčastnit všichni kluci (a my bychom si to i přáli). Cvičitelé si připravují vystoupení s expandéry a muži se představí na bradlech. Po akademii

pak začne Zimní soutěž, která se bude skládat ze dvou disciplín – Hody do okna a Skok vysokodaleký.

- Připomínáme, že za pozdní příchod či absenci úboru vybíráme pokutu 1,- Kč (u starších 2,- Kč) do fondu odměn za docházku.

- **Nabízíme všem žákům možnost účasti na výletech, které pořádají naše turistické oddíly. Káňata zvou mladší žáky, Jilmáci žáky starší. Mladší děvčata mohou chodit do Káňat, starší do Veverek.** Všechny oddíly též samozřejmě nabízejí i členství – což znamená úterní (Veverky), středeční (Jilm) či čtvrteční (Káňata) **schůzky** v klubovně a **výpravy**, které se konají cca 1x měsíčně. Vyvrcholením celoroční činnosti je pak **letní tábor. V roce 2020 to bude opět Tajanov u Velhartic na Šumavě.** Informace u vedoucích oddílů.

- Líbilo se vám **cvičení mužů** na loňské akademii? Klidně se můžete stát členem oddílu – berou další zájemce (muže 18–50). Cvičí se v úterý 19–20.

- Před 2 lety byl ustanoven **oddíl šplhu** (osmimetrové lano ze sedu bez přírazu). Někteří již splnili limit 12 vteřin pro účast na mistrovství republiky v tomto sportu. Též berou další zájemce od staršího žactva až po muže. A pozor – šplhají i ženy.

- **Výsledky závodů, fota, dopisy a další informace** najdete jednak **na vývěskách v a na sokolovně** a také **na www.sokol-liben.cz a na www.sokol.cz.**

- **Děkujeme za zaplacení příspěvků na druhé pololetí roku 2019**

- **O kluky se stará náš mužský cvičitelský sbor v tomto složení:**

Cvičitelé: J. Novák (49), T. Novák (48), V. Voráč (42), V. Jakoubek (40), M. Kubů (36), O. Fojtík, J. Dobis (34), M. Seifert (33), J. Kudroň (31), J. Příbyl (28), J. Kubišta, F. Benedikt (27), M. Příbyl, L. Křemen (26) a naši mladí pomahatelé:

D. Unzeitig, R. Kloubský, D. Novotný, A. Novotný, J. Kerhart a P. Boháč. Od konce října dostalo každé družstvo žáků (děleno dle ročníků narození) své stálé cvičitele. V říjnu si někteří pomahatelé začali dělat kurs na cvičitele a vyslali jsme i další nové zájemce o tuto užitečnou činnost.

- O víkendu **13.–15. 9.** vyrazily naše turistické oddíly na poprázdninové **setkání oddílů pobytu v přírodě na Jurenkovu osadu u Studence.**

- **Čtvrtek 19. září – 19. ročník Běhu strmého do zámeckého vrchu.** V parku se i přes poměrně chladné počasí postupně sešlo 175 běžců – historicky třetí nejvyšší účast. A taky kvalita byla značná, takže padl i letitý traťový rekord 37,3 a nově je tak 36,4 (Tomáš Nushart). Obsazeny byly všechny kategorie a kromě rekordu absolutního padl i rekord v kategorii dorostenců (V. Paleta 39,1).

Část z 30 pořadatelů se postarala i o doprovodný program, jenž se letos odehrával jako testování zdatnosti (Olympijský odznak zdatnosti) v rámci celosokolské akce Týden spolu v pohybu.

Cvičitelé se po Běhu strmém sešli na pracovní schůzce, kde si rozdělili pořadatelství akcí a další úkoly.

- V sobotu **28. září** proběhla v naší jednotě **2. Noc sokoloven**. Od 18 hodin do půlnoci byly postupně připraveny následující aktivity: prohlídka sokolovny včetně podzemních chodeb, hry v klubovně, ukázkové cvičení mužů, malé občerstvení a čtení sokolských pohádek našeho náčelníka ve Filipově síni, tři živé obrazy v tělocvičně, luštění šifer a další. Podívat se přišlo asi 150 lidí. Pořádal náš vzdělavatelský odbor, tedy Anka a Sop.

- V neděli **29. září** se naše malá krojově cvičební delegace zúčastnila slavnostního **svěcení nového praporu Sokola Prosek**.

- V neděli **6. října** bylo v rámci **Dne architektury** naší secesní sokolovnou při dvou komentovaných prohlídkách provedeno asi 50 zájemců. Pořádali Anka a Sop.

- V úterý **8. října od 18 do 19 hodin** proběhl v sokolovně a okolí **pietní akt k Památnému dni sokolstva**, který se koná na počest cca 1500 zatčených a posléze umučených sokolů při akci gestapa 8. 10. 1941. Vzdělatelka Anka, náčelník Pepišta a radní Městské části Praha 8 pan Švarc pronesli proslovy, malý cvičitelský sbor krásně zapěl dvě sokolské písně, byly položeny květiny k pamětní desce před hlavním sálem. Pak si asi 100 přítomných vybralo z cca 200 lodiček se jmény občanů Prahy 8 padlých ve druhé světové válce a po zapálení svíček v lodičkách jsme tyto vypustili na začátku parku po Rokytce. I proto se tomuto aktu také říká Večer sokolských světél.

Našemu setkání předcházela pietní akt v Tyršově domě, účastnilo se ho 7 krojovaných libeňských členů.

- **Podzimní výlet libeňského Sokola** (již 59. v pořadí) se konal za nádherného podzimního počasí **v sobotu 12. října**. Po ranním srazu na Palmovce jsme metrem odjeli na Kačerov a z místní nové vlakové zastávky do Staré Hutě u Dobříše, odkud jsme pokračovali směrem k památníku Karla Čapka ve Strži. Tam jsme se napojili na naučnou stezku vedoucí krajinou okolo památníku. Na louce jsme si dali svačinu a zahráli hříčku Ostrovy (přenášení lidí „vorem“ z ostrova na pevninu) a po krátké cestě lesem přišla na další louce hra Kousni hada do zadku. Pak už jsme jen sestoupili k říčce Kocábě a ejhle. Lávka je stržena a odhozena u břehu. Vedoucí Jilmu vlezli do říčky a lávku usadili. Pak už rychle chvátáme na sraz v přírodě pražských žup na hrázi huťského rybníka. Je tu 161 lidí z 10 jednot. Z Libně nás je 76!!! Na nástupu zpíváme 2 písničky,

dostáváme zadání Jazykohrátek (přesmyčky děl Karla Čapka), říkáme si Pamatovačku, tipujeme počet zrněk v jedné makovici (správný počet byl 4027!), fotíme se. Pak následuje Modrá stuha v rybníce (smočilo se 52 lidí). Po obědě na ohni se přesouváme na louku za památníkem a hrajeme hru Pošťák (10 družstev se předepsaným způsobem snaží 30 minut doručovat zásilky obíháním asi 200metrového okruhu, přičemž každá je doručována jiným způsobem a má jinou bodovou hodnotu). Po hříčce pak došlo i na připomenutí Památného dne sokolstva a následné pouštění lodiček se svíčkami po přilehlém potoce. Pak už jen rozdání Pamětních lístečků, rozloučení, přesun na parkoviště k autobusu a cesta domů. Děkujeme Sokolu Dobříš za přípravu setkání.

- Do celoroční soutěže **Sokolské dny v přírodě** jsme zaslali počty dní prožitých na výpravách a táborech v přírodě v létě 2019 – bylo jich celkem 98.
- V neděli **3. listopadu** se sešlo 34 pracantů na pravidelné podzimní brigádě. Odpracováno bylo 170 hodin. Venku jsme posekali trávnik a taras, vyčistili dlažbu za sokolovnou, opravili branky na florbal, přezuli přívěsný vozík, vyřezali veškeré náletové dřeviny u plotu ke kostelu (a zpracovali je v drtičích), vykopali jámu u větracích průduchů u zdi sokolovny, kde došlo po letních bouřkách k částečnému propadu terénu (a následně je budeme v dalších týdnech opravovat), proházeli se materiál z kompostérů a uklidili jsme za vraty. V sokolovně se uklidilo podschodí v 1. patře a za šatnami, otřely se veškeré traverzy u hrazd, lan a šplhacích tyčí, zkontrolovalo a opravilo se veškeré nářadí, opravily se florbalové hokejky, opravilo se obložení v sále a na galerii, zkontrolovaly se kryty a uchycení zářivek v sále, vyklidil se prostor před vstupem do archivu, zavěsilo se šibřinkové osvětlení, otřeli jsme vršky šatnových klecí, opravili petlice u šatnových skříněk, uložili nově zakoupené skládací stoly a židle, natrvalo se zavěsila cvičební šála na traverzu hrazdy, opravil se kryt větrací šachty v Alšově sále, v archivu pokračovalo sepisování jeho obsahu, do nových bradel se vložila doskoková deska, přibyla druhá krabička na magnézium, oškrábala se omítka s plísní na schodišti před archivem, umyli jsme desky basketbalových košů a nakonec přinesli do sálu piáno, které bude potřeba na akademii.
- Ve čtvrtek **7. listopadu** se 10 zájemců zašlo v rámci cyklu Se Sokolem do divadla podívat do Divadla **Na zábradlí** na představení **Mýcení**.
- V pátek **9. listopadu** se 7 členů z řad dospělých podílelo na 2. místě župní plavecké štafety v závodě O pohár starostů pražských žup.
- V sobotu **10. listopadu** byli 2 naši žáci členy vítězné župní plavecké štafety v závodě O minipohár starostů pražských žup.

- V sobotu **10. listopadu** se konal další ročník (již 39.) tradiční hry **Vyzvědači**. Celkem 36 hráčů z řad Jilmu, Veverek a hostů rozdělených do třech družin vyzvíдало na dvou cizích územích odpovědi na zadané otázky. Domácí družina je však přítom nesměla načapat. Vyhrála žlutá před modrou a zelenou.
- V neděli **11. listopadu** proběhla **brigáda turistických oddílů** – 21 přítomných uklidilo klubovnu, loděnici a dílnu, omotalo asi 10 florbalových hokejek omotávkou, zametlo okolo sokolovny, opravilo plachtu na doskočišti a vyčistilo jeho okolí, vyčistilo okapové gajgry a změřilo šířku chodeb katakomb pro opravu.
- V neděli **11. listopadu** se konal **župní doškolovací sraz cvičitelů** – z Libně 4.

A co nás čeká v nejbližších dnech a měsících ?

23. 11. – sobota 16:00 – **Akademie** – ke 135. výročí založení libeňského Sokola.

Mladší žáci budou cvičit na náradí, starší žáci mají úpolová cvičení. Není potřeba se hlásit, vystupují všichni. Předvedou se samozřejmě i všechny ostatní oddíly libeňského Sokola. Přijďte se podívat. Těšíme se!!! Vstup volný.

Starší žáky a dorostence prosíme o pomoc od 9:00 do 11:30 s přípravou sálu – děkujeme.

5. 12. – čtvrtek – **Mikuláš** v sokolovně. Od 16 hodin pro oddíly Rodičů a dětí a Předškolňat, od 17 hodin pro žactvo. Máte-li zájem o mikulášský balíček pro vaši ratolest, zajděte si jej objednat a zaplatit do matriky (út a čt 16–18:45) nejlépe do konce listopadu.

8. 12. – sobota – **Rychlý šplhoun** v Sokole Kobylisy – přihlášky cvičitelům do 3. 12.

17., 18. a 19. 12. – út, st, čt – Vánoční nadílky turistických oddílů.

19. 12. – čtvrtek – **Vánoční loutkáři** – představení na vánoční motivy sehraje osvědčený soubor Vhlavědrát.

19. 12. – čtvrtek – **poslední cvičení v roce 2019.**

2. 1. – čtvrtek – **první cvičení v roce 2020 pro zájemce (ještě jsou prázdniny).**

3. 1. – pátek – proběhne **Silvestr cvičitelů.**

7. 1. – úterý – **zahájení cvičení pro všechny žáky.**

8. 2. – sobota – **Šibřinky** – odpoledne maškarní pro děti, večer taneční zábava pro dospělé (živá kapela, předtančení, tombola, občerstvení).

11. a 13. 2. – úterý, čtvrtek – **Nominační závůdky žáků** (výběr nejlepších pro závody všestrannosti).

15. 2. – sobota – **Memoriál Jana Vorla** – gymnastický závod pro dorostence a muže.

Únor, březen, duben – **nácvik vybraných žáků na závody všestrannosti**

8. 3. – neděle – **Jarní brigáda.**

18.4. – sobota – **60. Jarní výlet libeňského Sokola.**

24.–26. 4. – pátek – neděle – **Závody všestrannosti.**

Ale to už jsme daleko v příštím roce. Pro zbytek letoška, kromě výše uvedeného, se můžete inspirovat i příspěvky od Vítka Jakoubka – Sokolská kapka krve a Se Sokolem do divadla, kde se můžete jednak zapojit do užitečného a prospěšného dárcovství krve nebo se naopak jít s ostatními Libeňáky pobavit do některého z divadel, případně od naší nové vzdělavatelky Anky Holanové, která tak jako před lety obnovil Pepa Kubišta cvičení mužů, se teď o totéž pokouší na poli vzdělavatelském. Zájemci mohou v sokolském kroji chodit na různé pietní a slavnostní akce, byly obnoveny vycházky do města a do muzeí, jsou vyhlašovány různé drobné soutěže pro děti a pro dospělé. Tak se zkuste připojit. Nabídka platí pro všechny libeňské sokoly.

Program máme opravdu bohatý, mimo vlastní cvičení dáváme mnoho nabídek s různým zaměřením. Stačí si jen vybrat a připojit se k nám. Těšíme se.

A teď ještě něco k provozu sokolovny:

Z důvodu dlouhodobější nemoci vrátného hledáme zájemce o několikaměsíční záskok. Práce na 8 hodin (střídavě ranní a odpolední) za 13 350,- Kč hrubého. Blíže viz inzerát v těchto Zprávách.

Dále hledáme zájemce o nájem kanceláře v 1. patře sokolovny. Jedná se o prostor cca 42 metrů čtverečních (2 průchozí místnosti). Blíže viz inzerát v těchto Zprávách.

**11. 11. 2019
602 284 198**

Jiří Novák (Jirkan), starosta a místonáčelník

oddíl Ženy – všestrannost

Loni po sletu se řada našich žen nesmířila s představou konce společného cvičení a rozhodly jsme se pod vedením náčelnice Áji Krásové věnovat čtvrteční večery i nadále Sokolu. I přes provizorní podmínky se ženská všestrannost v Libni rychle uchytila, cvičilo se pravidelně dokonce i o prázdninách a nezastavilo nás ani mateřství zakládající vedoucí oddílu. Od září tedy již jako oficiální oddíl cvičíme každé pondělí a čtvrtek od 19 do 20 hodin, přičemž přidanou pondělní hodinu nestíhají všichni, takže tradičně bývá komornější. Hlavní náplň činnosti tvoří cvičení na náradí či s náčiním, za příznivého počasí atletika a hry. Věnujeme se ale i posilování, tanci, akrobacii, plavání či outdoorovým aktivitám, zkrátka celé sokolské všestrannosti.

Mám velkou radost, že kromě běžných cvičebních hodin se nám daří zapojovat členky i do dalších aktivit v jednotě i jinde, vedle cvičitelské činnosti a vedení turistických oddílů se tak podílíme na organizaci vzdělávacích akcí (např. Noc sokoloven, Památný den sokolstva), pomáháme na brigádách v sokolovně i na tábořišti, jezdíme na výlety (PVLS, JVLS, srazy pobytu v přírodě), účastníme se závodů (Běh strmý, plavecká štafeta, závody všestrannosti, Zálesácký závod zdatnosti), chodíme Se Sokolem do divadla a určitě se s námi potkáte i na tělocvičné akademii, šibřinkách a dalších akcích Sokola Libeň.

Protože každý umí něco a něčemu jinému se zase rád přiučí, je v našem oddíle místo pro všechny ženy, které mají chuť si občas zacvičit a zkusit něco nového bez ohledu na výkonnost.

Za všechny libeňské Borkyně

Jana Dubská (dubina13@seznam.cz)

Zpráva oddílu mužů

Po velice volných prázdninách jsme se vrátili do pevnějšího řádu. Hlavní cvičební hodina je sice v úterý, ale vidáme se prakticky denně.

Bratr Jan Dobis začal letos v září učit tělocvik a matematiku na libeňském gymnáziu. Řekněte sami, nechtěli byste jako tělocvikáře ve škole sokola?

Doufejme, že jeho působení ponese sladké ovoce a že se mu podaří třeba i obohatit řady našich dorostenců a dorostenek.

Bratři Lukášové Rychtecký a Křemen usilovně trénovali sestavy na bradlech a kruzích a poprvé reprezentovali jednotu v Sokolu Radotín na Chlapáckém dvojboji. Pevně doufám, že v tréninku vytrvají a na jaře se zúčastní celé série závodů všestrannosti.

Teprve loni jsme vynalezli škopek. Totiž kád' s vodou, do které se chodíme za sokolovnu tužit vždy po cvičení. Už jsme uspořádali několik soustředění ve Vltavě pod Trojským mostem a individuálně trénujeme ve sprchách a horských říčkách. Pokud otužování nepřezeneme, zúčastníme se otužileckého memoriálu Alfréda Nikodéma 26. 12.

Krom všestranného cvičení se také setkáváme s bratry z jiných jednot. Nově k nám zavítal bratr Radek Calda ze Sokola Radotín a Vít Bábel ze Sokola Ústí nad Labem.

Asi největší radostí pro mě je, že se námi inspiroval Sokol Praha VII, kde náčelník Jiří Braný zavedl letos v září cvičení mužů v podobném ražení, jako je to naše. Cvičí každý čtvrtek, doufejme, že se jim bude dařit a že budeme moct zanedlouho uspořádat nějaké přátelské klání.

Josef Kubišta

Sokolská kapka krve

V roce 2018 skončil 3. ročník projektu Sokolská kapka krve. Akce, která si klade za cíl rozšířit povědomí o nutnosti dárcovství krve nejen mezi sokolskou veřejností a podnítit nové a udržet staré dárcy krve. Sokolské jednoty hlásí počet odběrů a počet dárců za každé pololetí a výsledky jsou uveřejňovány na webu a v časopise Sokol. Zúčastněné jednoty také na závěr každého ročníku obdrží diplomy a první čtyři jednoty i věcné ceny. Akce se již dostala do širšího sokolského povědomí, byl představen nový plakát a je v plánu i odznak pro každého účastníka.

O zvyšujícím se zájmu svědčí i to, že v loňském roce darovalo 151 účastníků celkem 400 odběrů. Zvítězil jako předchozí roky Sokol Komárov z župy Jungmannovy, kde 28 dárců darovalo krev 79krát. V letošním roce je velmi potěšitelné, že se do projektu zapojilo mnoho nových jednot a počet

odběrů za první pololetí překonal čísla loňského roku. Nejinak je tomu v Libni, kde se prakticky **zdvojnásobil počet dárců**, což je skvělé!

Celkem letos zatím darovalo 131 dárců celkem 216x a zúčastnilo se 34 jednot. Ve vítězném Sokole Komárov absolvovalo 23 dárců 40 odběrů, v druhém Sokole Příbram 8 dárců 14 odběrů a **Sokol Libeň** obsadil **4. místo**, kdy zde 8 dárců absolvovalo 11 odběrů. V našem Sokole krev darovali: F. Dostál, H. Doupalová, T. Dragoun, V. Jakoubek, A. Hrdličková, M. Kubů, J. Přeč a L. Zubáková.

Projekt ale pokračuje dále a je možné se zapojit i v druhém pololetí, do jehož konce jistě alespoň jeden odběr ještě stihnete. Počty odběrů za druhé pololetí t. r. zasílejte prosím na e-mail vit.jakoubek@sokol-liben.cz do 31. 1. 2020.

Mysleme na to, že darovaná krev může zachránit lidský život a to přeci stojí za nějaké nepohodlí a námahu. Dejme ostatním pocítit, že sokolové nejen cvičí, ale i pomáhají!

Vít Jakoubek, zdravotník jednoty

Se Sokolem do divadla

V lednu 2019 jsme začali 7. sezonu libeňského chození do divadel. Již 7. rokem tedy navštívujeme společně nejrůznější divadelní představení. Chodíme na činohru i operu, do divadel velkých, ale i do méně známých menších. V roce 2019 jsme již zhlédli slavnostní operu Libuše v Národním divadle, představení Shakespearovy Sonety v poetické vinárně Viola a hru Mýcení v Divadle Na zábradlí. Do konce roku nás ještě čeká představení Dlouhá vánoční cesta v Divadle Troníček.

Snažíme se vybírat představení tak, aby na ně mohli jít a užili si je všichni. Pojd'te sami či s sebou vezměte také svou ratolest a můžete při té příležitosti poznat také některé jiné libeňské sokoly. Dítě můžete poslat i samotné, vyzvednete si je pak před divadlem po představení nebo je dopravíme po dohodě někam do Libně. Dopisy o představeních děti dostanou od svých

cvičitelů v hodinách nebo e-mailem, visí také na nástěnce ve vestibulu a jsou k dispozici na internetových stránkách jednoty.

Pokud máte čas a chuť, přijďte, rádi vás uvidíme.

Za ostatní organizátory Vít Jakoubek

AED v Libeňské sokolovně

Od loňského září je v libeňské sokolovně k dispozici automatický externí defibrilátor (AED).



Přístroj je umístěn ve vrátnici pod lékárníčkou a je určen k pomoci při neodkladné resuscitaci, konkrétně při určité poruše srdečního rytmu, tzv. fibrilaci. Přístroj je schopen sám určit, zda srdeční rytmus postiženého je takto postižen, a pokud ano, pak elektrickým výbojem obnoví přirozený srdeční rytmus. Přístroj mluví česky a instruuje vás, co máte dělat. S přístrojem se zájemci mohli seznámit při školení neodkladné resuscitace v červnu a listopadu t. r. ve sborovně a nejbližší další termín je 3. 1. 2020. Pokud máte ve svém mobilním telefonu nainstalovanou aplikaci „Záchranka“, pak cestu k našemu sokolskému defibrilátoru najdete i tam.

Vít Jakoubek, zdravotník jednoty

Zprávy z oddílu R+D

Velmi nás těší, že i v tomto školním roce jsme se sešli na našem cvičení ve velkém počtu. Některé děti nám již povyrostly a přešly do oddílů předškoláků, a tak jsme do našich řad přijali nové děti a rodiče, kteří měli o cvičení zájem. V současné době je nás celkem 95 párů.

Děti si s rodiči na hodinách zahrají hry, někteří se seznámí, někteří zdokonalí na nářadí či náčiní formou dráhy, kterou se snaží zdolat.

V říjnu se někteří zúčastnili závodů na Spartě, kde závodily rodinné dvojice ve slalomu, hodů i běhu.

17. 11. nás čeká míčový trojboj v sokole Karlín a 23. 11. akademie, kde bychom vám rádi ukázali něco z toho, co všechno už umíme.

5. 12. proběhne mikulášské cvičení, po kterém bude vánoční divadélko.

Poslední cvičení v tomto roce bude 19. 12.

Johana Šmídová

Zpráva z oddílu Šplhu

Sezona velkých cen šplhu 2019 je na samém konci a nás čeká Mistrovství České Republiky. Sezóna byla pro náš Sokol velice úspěšná, a to zejména díky Patriku Valutovi a Adamu Novotnému. Tito borci vyhráli, co mohli. Patrik Valut se zúčastnil sedmi velkých cen z devíti pořádaných a z toho byl 5x zlatý, 1x stříbrný a 1x čtvrtý. Doufejme, že se mu bude i nadále dařit a forma vyvrcholí na MČR 2019. Adam Novotný se zúčastnil pěti velkých cen, z nichž 3x bral zlato a 2x stříbro. U Adama byl jeho výkon poznamenán zraněním, ale už je vyléčen a pilně se připravuje na vrchol sezony. Naši jedinou zástupkyní z řad něžného pohlaví je Markéta Kolářová, která se zlepšuje závod od závodu. V rámci jednoho měsíce se jí podařil čas snížit o necelé 2 s, což je naprosto vynikající, a můžeme doufat, kde se její čas zastaví na MČR. Celkem je z našich řad kvalifikováno 5 mužů, 5 dorostenců a 1 žena. Pokud chcete vědět, jak to vše

dopadne, přijďte nám fandit a držet palce 14. 12. 2019 do OC Harfa. Pokud Vás zajímá šplh v Libni, kontaktujte ondrej-fojtik@seznam.cz nebo josef.kubista@sokol-liben.cz, kteří rádi poskytnou veškeré informace, které budete potřebovat. Všeobecné informace o šplhu naleznete na www.svetsplhu.cz. Doufejme, že se uvidíme na mistrovství a vaše povzbuzení nám přinese nějakou tu medaili.

Za oddíl šplhu Ondra

Zpráva o činnosti vzdělavatelského odboru

Od září, kdy vyšly minulé zprávy, jsme měli pěkně rušno! Podzim bývá pro vzdělavatele nejvíce nabitý akcemi a výročími. Zvládli jsme ale všechny z nich, zejména díky mnoha pomocníkům z řad cvičitelů, členů, dětí a jejich rodičů.

V sobotu 28. září jsme se připojili k Noci sokoloven. Zhruba sto padesát návštěvníků si prolezlo budovu odshora až dolů, podívalo se na ukázky cvičení mužů a leccos si také samo vyzkoušelo, dalo si kávu a zákusek v kavárně v historické Filipově síni a poslechlo Sokolské pohádky, předčítané naším náčelníkem br. Josefem Kubištou. Vrcholem večera byly živé obrazy, které jsme nakonec zpodobnili čtyři: nejdříve jsme stavěli sokolovnu, v obraze Tyršův sen vyobrazili antickou myšlenku propojení kultury těla i ducha, ztvárnili scénu Socha svobody ze slету před sto lety a nakonec ukázali všechny cvičební úbory, co v archivu máme, při scéně „Sokol dříve a dnes“.

Celý večer byl plný veselí, smíchu a přátelské atmosféry, přišli se podívat rodiče a kamarádi našich dětí, ale také úplně neznámí návštěvníci. Čilý ruch také zapůsobil na redaktory Sokolského zpravodaje, který vysílala Česká televize o týden později (lze najít na webu ČT v archivu pořadu, byl vysílán 5. 10.)

O týden později jsme se poprvé zúčastnili **dnů architektury**. Každý rok se na tematické trase otevřou jiné budovy a letos, při ročníku věnovaném secesi, organizátoři požádali naši jednotu o několik prohlídek sokolovny s výkladem. Uvítali jsme okolo padesáti návštěvníků.

Osmého října si připomínáme památný den sokolstva. Je to den, kdy v roce 1941 během německé okupace proběhl velký „zátah“ na vedení Československé obce sokolské, žup a větších jednot a vedení bylo pozatýkáno a posláno do koncentračních táborů. Z 1500 zatčených (včetně žen) se jich po válce vrátilo domů 46! Na dvacet tisíc členů bylo pro svou příslušnost k Sokolu vězněno, popraveno, umučeno v koncentračních táborech, někteří padli během pražského povstání.

Památku jich všech jsme si připomněli na pietním aktu u pamětní desky v sokolovně za účasti pana radního Prahy 8 pro kulturu Michala Švarce. Vzdělavatelka představila jednotlivé libeňské členy, kteří se konce války nedožili, pan radní povyprávěl o úloze Sokola pro občany Libně a náčelník zdůraznil morální sílu Sokola v této době. Celý pietní akt doprovodil zpěvem sbor cvičitelů pod vedením Dana Kadlece.

Po vzpomínání u pamětní desky jsme si vyzvedli u vrat lodičky a vyrazili je k Rokytce pustit po vodě. Během tohoto večera sokolských světel by se měla pustit jedna lodička se svíčkou za každého sokola, který za války přišel o život. U nás se jich pustilo 186 se jmény obyvatel Libně a blízkého okolí.

Děkujeme všem zúčastněným. Je důležité nejen se dívat do budoucnosti, ale také myslet na minulost; na to, co bylo dobré a co je třeba následovat, a na to, co se mělo udělat jinak a vyvarovat se toho.

Co nás čeká?

V den akademie bude již tradičně připravená výstava v Alšově sále. Bude věnována ženám sokolkám; letos to je 150 let od doby, co první ženy šly proti dobovým konvencím a utvořily Tělocvičný spolek paní a dívek pražských, který o několik let později splynul se Sokolem.

Stěžejní osou celé výstavy budou panely zapůjčené z ústředního vzdělavatelského sboru ČOS doplněné předměty z našeho archivu. Návštěvníci si prohlédnou dobové i současné cvičební náčiní a úbory, cvičební metodiky, fotografie a osobní předměty významných libeňských žen.

Výstava bude věnována památce sestry věčné náčelnice Milady Věry Decastellové, která by se v den akademie dožila rovného sta let.

Vzdělavatelská soutěž

Další cvičební rok znamená další vzdělavatelskou soutěž! Tentokrát se tematicky váže k Památnému dni sokolstva.

Úkol zní: sepište příběh některé ze sokolských osobností druhé světové války.

Pravidla soutěže:

***Účastní se týmy 2–6 soutěžících**, z nichž jsou nejvíce tři starší 15 let.

*Příběh má minimální délku **půl strany A4** a využije **minimálně tři zdroje** informací (knížky, archivy, vyprávění, internet).

*Informační zdroje budou vypsány na konci příběhu.

*Příspěvky můžete posílat e-mailem vzdělavatelům nebo napsané na papíře vhodit do vzdělavatelské schránky vedle nástěnky. Nezapomeňte připsat jména všech členů týmu.

Příběhy můžete sepisovat a odevzdávat až do vánočních prázdnin, tj. nejpozději v pátek 20. prosince.

Pokud budou autoři souhlasit, publikujeme příběhy na nástěnce a v župním časopise Vzlet.

Pokud nevíte, kde začít, rádi Vás nasměrujeme na zajímavou osobnost nebo poradíme, kde shánět informace.

Sokolská stráž

Libeňští krojovaní nezahálí a vyšlou účastníky na skoro každou velkou akci! Kde jsme reprezentovali na podzim?

O víkendu 14.–15. září proběhl v Děčíně sokolský festival Tyršův Děčín, v jehož rámci krojovaní uspořádali pietní akt u Tyršovy sochy a vedli průvod na zámek, kde se narodil. Kromě toho jsme se ale prošli nádhernou přírodou údolí Labe, vyzkoušeli Fit testy, zahráli si spoustu her a potkali mnoho sokolských přátel. Pojeďte za rok s námi!

Pietní akt 8. října v Tyršově domě proběhl s účastí osmi libeňských krojovaných, z nichž někteří potom přeběhli do jednoty položit květiny i k našemu památníku.

Oslavy vzniku republiky 28. října slavili na Vítkově mezi jinými také čtyři Libeňáci. Po Vítkově jsme se přesunuli na sokolský Běh republiky, kde jsme startovali závod, povzbuzovali běžce na trati a stáli čestnou stráž při vyhlášení vítězů. V závodu navíc startovali dva naši cvičitelé.

Anka Holanová, vzdělavatelka
jednoty

Zpráva z oddílu Skipping Boys

Věřím, že když se řekne slovo Ropeskiipping (Jump Rope), tak u nás v Sokole budou všichni vědět. Jedná se o trikové či rychlostní skákání přes švihadla různých délek. Skupina Skipping Boys vznikla právě v naší sokolovně před 11 lety – v roce 2008, kdy jsme na Akademii měli své první vystoupení. Od r. 2014 jezdíme na mezinárodní soutěže a od r. 2015 na soutěže světové. Za poslední rok jsme se do soutěžení trochu více obuli i proto, že jsme mezi sebou přivítali nové, mladé a nadějně tváře.

Na konci loňského roku se v Bratislavě konalo mistrovství Evropy, kde se nám podařilo získat krásné 4. místo.

Jarda si z vánoční soutěže dětí do 14 let v Klánovicích odvezl od každé medaile po jedné.

Mezinárodní soutěž v Černošicích byla velmi úspěšná a na krku se nám houpalo 9 zlatých medailí.

Prázdniny tradičně patřily mistrovství světa, letos v norském Oslu. MS se pyšnilo rekordní účastí – bezmála 1000 soutěžících z 26 zemí v 92 týmech. 3. místo za single freestyle si odvezl Jan Dostál v kategorii 15+ let a 2. místo za stejnou disciplínu v kategorii 12–14 let Jaroslav Brož. Jako tým jsme skončili v show na vynikajícím 8. místě!

V říjnu jsme byli vybráni asociací Czech Jump Rope, kam jsme se letos přidali, abychom jeli reprezentovat ČR na jednu z největších soutěží za poslední roky, China open. Společně s dalšími skokany z naší země jsme domů z Pekingu přivezli celkem 19 medailí za druhá a třetí místa.

Chtěli bychom i touto cestou poděkovat Sokolu Libeň, že v sokolovně můžeme už 11. rokem trénovat! Zázemí, které díky Libni máme, nás dělá lepšími a lepšími a samozřejmě i viditelnějšími :) – Děkujeme za reprezentační oblečení, které nám Sokol letos před MS nechal pořídit.

Pokud se o nás chcete dozvědět více, můžete nás sledovat na Instagramu, Facebooku a Youtube – @skippingboys

Za Skipping Boys

Jan Dostál

Oddíl předškolních dětí

Trénujeme, až se z nás kouří

Všichni jste si jistě všimli, že děti pilně nacvičují na akademii. Nebojte se, po akademii už přijde jiná náplň hodin.

Dne 5. 12. přijdou do hodiny nebeské bytosti. Prosím, nezapomeňte zakoupit dětem lísteček, aby nebeské bytosti mohly vaše dítě obdarovat (informace budou na nástěnce a webu).

Co nás čeká v zimě?

Budeme pilně nacvičovat na gymnastické závody. Pokud tedy máte zájem, aby se Vaše dítě závodů zúčastnilo, tak se prosím přihlaste na hodině. Formu před samotnými závody budeme pilovat některé pátky od 16:00. Termín gymnastických závodů je 4. 4. 2020.

Ráda bych moc poděkovala všem cvičitelům a pomahatelům, kteří se podílejí na vedení hodin. Čas Vaším dětem věnují ze svého volna a bez nároku na honorář. Bez jejich pomoci by nebylo možné zvládnout na sále větší počet malých cvičenců, a že jich letos zase máme. :-)

Dana Cejpková

mobil: 606551223

e-mail: cejpkova.dana@seznam.cz



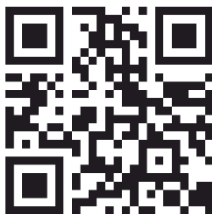
turistický oddíl

Po táboře jsme v září opět zahájili pravidelný program. A v našich řadách přivítali osm nových tváří. I nadále se ale najde místo pro pár dalších kluků, a naopak je k tomu velmi příhodná situace. Kromě středečních schůzek jsme podnikli již několik výprav, tou první byl hned zpočátku září sraz pobytu v přírodě na Jurenkově osadě u Třebíče. Tam jsme si mohli vyzkoušet leccjaké tábornické praktiky – střelbu ze vzduchovky, lezeckou stěnu, všechny myslitelné varianty hodů a trefovaček i jsme se dozvěděli o nových trendech v cyklistice a svezli se na elektrokole. Říjen si pro nás přichystal PVLS a připomenutí si Památného dne sokolstva pouštěním svítiliček lodiček po vodě.

Další den jsme se pak vydali obhlédnout krásnou podzimní přírodu u Dobříše. V listopadu se k našim klukům přidaly Veverky i další hosté a všichni si v hojném počtu 34 hráčů zahráli napínavé Vyzvědače, pátrací i běhací hru v uličkách Starého Města. A co nás čeká dál? **14. 12. (so) Vánoční jednodenní výprava** do okolí Prahy, **15. 12. (ne) Odpolední vycházka** po Praze (14–17:30), **18. 12. (st) Vánoční nadílka** v klubovně (16–20) – zve me i bývalé členy, **11. 1. (so) Výprava Okolí Prahy**, brusle nebo běžky, **12. 1. (ne) Hry v sokolovně**, hry v sále, deskové a karetní, promítání. A v zimě pojedeme na hory buď na pololetní **30. 1. – 2. 2. (čt–ne)**, nebo na jarní prázdniny **22. 2. – 1. 3. (so–ne)**. Podle zájmu a sněhových podmínek.

Přijímáme nové členy! Máte syna, vnuka, známého či souseda ve věku 10–15 let? Myslíte, že by potřeboval partu opravdových kamarádů, v níž by se zároveň naučil mnohému do života? Jilm je otevřen všem zájemcům, stojíte-li o více informací, napište nám na jilm@sokol-liben.cz nebo se rovnou přijďte podívat na schůzku, které se konají každou středu od 17 hodin v klubovně libeňské sokolovny.

Na všechny stálé i nové členy se v následujících měsících těší Ledňáček, Sop, Sekáč, Kondor, Daněk, Hrnda a Matěj.



Turistický oddíl Veverky

Kdo jsme?

Veverky jsou turistický oddíl pro holky od 10 do 15 let, ve kterém chodíme do přírody, učíme se o ní zábavnou formou, hrajeme hry, ale hlavně získáváme nové kamarády. Schůzky máme každý týden v úterý v 16:30–18:30, jednou až dvakrát za měsíc jezdíme na výpravy na den či déle, v zimě lyžujeme a na jaře jezdíme na vodu. Vrcholem celého roku je čtrnáctidenní tábor v podsadových stanech a tee-pee, kde si holky samy vaří a učí se samostatnosti.

Ohlédnutí za podzimem ve Veverkách

Po prázdninách nám přibyla v oddíle spousta nových tváří v členských řadách. Nyní máme v oddíle zapsaných 17 členek a moc nás těší aktivní zapojení všech nováčků, ale i ostřílených veveřčích členek.

V září jsme se zúčastnily druhého Celostátního srazu v přírodě na Jurenkově osadě, kde jsme měly možnost poznat kamarády i z jiných Sokolů a například si i vyzkoušet vaření v Setonově hrnci.

Říjen byl tradičně ve znamení PVLS a podzimních prázdnin, které jsme letos strávily v Dolním Lánově. Během pěti dnů se Veverky snažily přelstít tamější mafii v čele se samotným Al Caponem.

Poslední zatím proběhlou akcí jsou Vyzvědači a brigáda, kdy jsme si jeden den zahrály s oddílem JILM výzvědnou hru na Starém Městě a v neděli poté jsme přiložily packy k dílu při úklidu v sokolovně.

Co nás v nejbližší době čeká?

7. 12. Vánoční jednodenní výprava, která bude plná vůní cukroví, skořápkových lodiček a koled

17. 12. Vánoční schůzka Veverek, na které si rozdáme dárečky a popřejeme si veselé svátky

V zimě pojedeme na hory buď na pololetní **30. 1. – 2. 2.** (čt–ne), nebo na jarní prázdniny **22. 2. – 1. 3.** (so–ne). Podle zájmu a sněhových podmínek.

Rády přivítáme nové členky.

Více informací najdete na www.toveverky.webnode.cz či nás můžete kontaktovat na e-mailu toveverky@gmail.com.

Kaktus, Liška, Markét, Vydra

Foerstrovo komorní pěvecké sdružení

DOBŘÁ PŘÍPRAVA SE VYPLATÍ...

Čí příprava? Foerstrovek. Oficiální název zní Foerstrovo komorní pěvecké sdružení.

Příprava na co? Na koncerty a vystoupení v ČR i zahraničí.

Místo příprav? Filipova síň libeňské sokolovny.

Pokud se zúročí veškerá snaha, píle, entuziasmus, úspěchy se dostaví. Ten nejčerstvější je z Rivy del Garda.

V říjnu Foerstrovky zazářily na mezinárodní soutěži IN...CANTO SUL GARDA. Získaly zlato ve své kategorii /ženské sbory/, sbormistr pan Jaroslav Brych obdržel cenu pro nejlepšího sbormistra.

Vyvrcholením všech soutěží bývá usilování o Grand Prix. V konkurenci vítězů dalších kategorií /Maďarsko, Litva, Švédsko, Brazílie atd./ se Foerstrovkám podařilo cenu získat. Takže trojnásobný úspěch.

Opakování – matka moudrosti. Proto často zdůrazňujeme: velice si vážíme podmínek, které máme vytvořeny díky T.J.Sokol-Libeň. Alespoň trochu se snažíme Sokolu poděkovat. Například tím, že na úplný úvod letošní slavnostní AKADEMIE 23.11. v 16 hodin Foerstrovky zazpívají, že se pečlivě starají a snaží se průběžně zvelebovat Filipovu síň, kde mají skvělé zázemí již cca 27 let.

místostarostka D.Černíková
členka FKPS





Hledáme spolehlivého zedníka nebo stavební firmu, kteří by byli schopni drobnějších stavebních úprav v naší sokolovně. Konkrétně se jedná o dozdění dveří, zpracování sádkartonových podhledů a přípravu omítek na malování.

V případě, že někoho takového znáte, prosíme vás o předání kontaktu panu tajemníkovi Pavlu Pejšovi.

Tel.: 723803442, e-mail: sokol@sokol-liben.cz

Hledáme zástup za nemocného vrátného

Jde o brigádu (DPP) v délce cca 1–2 měsíce.

Pracovní doba je 8 hodin denně od pondělí do pátku.

Směny jsou střídavě týden ranní a týden odpolední.

Mzda je 13 350 Kč.

Práce je vhodná zejména pro aktivní seniory.