

XV. ročník vánočního turnaje TJ SOKOL Jasenná ve stolním tenisu

Oddíl stolního tenisu TJ SOKOL Jasenná uspořádal XV. ročník turnaje ve stolním tenisu pro všechny věkové i výkonnostní kategorie. Turnaj se konal 27. 12. 2012 v místní sokolovně na třech stolech.

Turnaje se zúčastnilo celkem 24 hráčů a hráček, z toho osm žáků do 15 let, pět hráčů neregistrovaných, šest hráčů registrovaných, tři ženy a dvě žákyně. Každá z těchto skupin hrála systémem „každý s každým“, takže všichni měli možnost si pořádně zahrát. Poté se hrála i soutěž ve čtyřhře, které se účastnilo celkem 6 dvojic.

Výsledky:

Ženy + žákyně

1. Jana Machovská
2. Gábina Kovářová
3. Karla Řezníčková

Žáci

1. Daniel Vavříčka
2. Lukáš Vávra
3. Jan Kovář

Registrovaní hráči

1. Jan Urbiš
2. Jakub Urbiš
3. Petr Chromčák

Neregistrovaní hráči

1. Jiří Mikuláščík
2. Vladimír Londa
3. Miloš Urbiš

Čtyřhry

1. Jana Machovská,
Gabriela Kovářová
2. Daniel Vavříčka,
Tomáš Vavříčka
3. Vít Spisar,
Vladimír Londa

K soutěži ve čtyřhře je třeba dodat, že první tři dvojice měly stejný počet bodů a o vítězi zde rozhodl nejpříznivější poměr vyhraných a prohraných setů.

O dobrou organizaci se postaral zejména pan J. Vávra, který také hrál, ku pomoci mu byla také J. Machovská. Bylo zajištěno i malé občerstvení. Všichni hráči obdrželi drobné věcné ceny.

Za TJ Sokol Jasenná Jana Machovská

XII. Setkání heligonkářů Púchovské doliny a okolí

Blahopřejeme panu Josefu Polčíákovi a panu Svatopluku Filgasovi z Jasenné i jejich kolegovi Janu Hnilovi k velkému úspěchu při vystoupení na XII. Setkání heligonkářů v Lúkách pod Makytou dne 26. 1. 2013. Setkání se zúčastnili poprvé a jejich vystoupení mělo velký ohlas. Záznam z této akce najdete na www.youtube.com, kde zadáte do vyhledávače „heligony Lúky 2013“ – vystoupení Jaseňanů začíná ve 3:02:00 h.

O medu a skořici

Je zjištěno, že směs medu a skořice léčí většinu nemocí. Dnešní vědci jej doporučují jako velmi účinný lék na všechny druhy nemocí. Med může být užíván bez jakýchkoliv vedlejších účinků. Vědci zjistili, že ačkoliv je med sladký, jestliže se bere ve správných dávkách jako lék, nemůže ublížit ani diabetickým pacientům. Týdeník World News, vycházející v Kanadě, ve svém vydání uveřejnil následující seznam nemocí, které mohou být léčeny medem a skořicí jako výsledek studií západních vědců.

Nemoci srdce

Smíchejte med a mletou skořici a mažte na chléb místo džemu nebo marmelády a jezte pravidelně k snídani. Snižuje to hladinu cholesterolu v krvi a cévách a chrání pacienty před infarktem. Ti, kteří už infarkt prodělali a budou jíst toto denně, budou se držet míle daleko od dalšího infarktu. Pravidelné snídání tohoto druhu ulevují při zadýchávání a posilují srdeční tep. V Americe a Kanadě různé domy s ošetrovatelskou péčí léčí takto své pacienty, kteří jsou ve věku, kdy cévy a žíly ztrácejí svou pružnost a mohou se ucpávat. Med a skořice vracejí cévám a žilám jejich pružnost.

Artritida

Artritidní pacienti mohou denně, ráno a večer, jeden šálek horké vody s 2 lžičkami medu a 1 malou lžičkou skořice. Berou-li to pravidelně, může se vyléčit dokonce i chronická artritida. Dle výsledků průzkumu dělaného na universitě v Copenhavenu bylo zjištěno, že ze 100 pacientů léčených 1 lžící medu a lžičkou skořice před snídaní, 73 nemocných bylo úplně zbaveno bolesti a do měsíce nemocní, kteří se nemohli pohybovat, začali chodit bez bolesti.

Infekce močového měchýře

Rozpusťte 2 lžice medu a 1 lžičku skořice ve sklenici vlažné vody a vypít. Tím se odstraní infekce měchýře a močových cest.

Cholesterol

2 lžice medu a 3 čajové lžičky skořice smíchané s 2 dcl horké vody, které podávali pacientům s vysokou hladinou cholesterolu, dokázaly snížit hladinu cholesterolu o 10% do 2 hodin. Podává-li se 3x denně, je vyléčen i pacient s chronicky vysokou hladinou cholesterolu. Dle informací zmíněného časopisu i samotný pravý med, je-li užíván denně, zabraňuje zvyšování cholesterolu.

Nachlazení

Ti, kdo trpí na časté nachlazení, by měli užívat 3x denně 1 lžici vlažného medu s 1/4 lžičky skořice po dobu 3 dnů. Tím se vyléčí nachlazení, chronický kašel a pročistí průdušky.