

Celou akci provádí na své náklady Ředitelství silnic a dálnic. První etapa skončí v polovině května a obsahuje dvě fáze.

Profesionální hasič navštívili seniory

PELHŘIMOV – Profesionální hasič z Pelhřimova navštívili proseedské seniory. Posluchači se dozvěděli nové informace o činnosti profesionálních i dobrovolných hasičů a překvapilo je, že požáry nejsou až tak častou situací, kvůli kterým hasiči vyjíždějí. Přednášející dokázal seniory do přednášky zapojit. Zkoušeli například vymyslet, co hasiči dělají, když zrovna nehasí. Zpestřením přednášky se stala ukázka hasičské výbavy. Diváci si tak mohli prohlédnout, a dokonce vyzkoušet oděv a pomůcky hasičů.

Policisté převzali ocenění od prezidenta

TŘEBÍČ – Tři policisté z Třebíče převzali z rukou prezidenta republiky prestižní ocenění Zlatý záchranný kříž. Iveta Vávřová, Michal Dunda a Petr Dvořák vlouli v dubnu zachránili při náročném zásahu dva lidské životy. Slavnostní udělení ocenění Zlatý záchranný kříž za rok 2013 se konalo na Pražském hradě. Dva policisté trebičského obvodního oddělení a policista oddělení služební kynologie získali nejvyšší ocenění v kategorii nejlepší záchranný tým. Dva profesionálního týmu.

V Osově Bítýšce plánují výstavbu obchvatu

OSOVÁ BÍTÝŠKA – Výstavba obchvatu Osově Bítýšce na žďársku se blíží. Od odklonu frekventované silnice středem obce mimo zástavbu si lidé slibují především zvýšení bezpečnosti. Do tamní školy chodí 210 dětí, a jen 60 z nich je místních. Dalších 150 přijíždí z okolních obcí, většina z nich autobusy, a musí přecházet přes silnici, a musí přecházet přes silnici. Obec sice nechala instalovat zpomalovací radar, ale ne všichni řidiči ho respektují.

mla havat, a vlnit pu henu, auy
s havavou v vavavou, vavavou
vavavou v vavavou, vavavou

Co říkáte potom moderním rychlým snídaním, jako jsou například cereálie v mléku, chléb s nutelou, müsli v jogurtu...?
Nejsem zásadně proti, pokud tímto způsobem zpestříme jídelníček, u cereálií a müsli je však nutné hlídat zbytečné množství přidaného cukru. Nutelou považují za sladkost, k snídaním tedy jen výjimečně, třeba za odměnu.

Stává se, že sami rodiče se snaží potomka ve stravování krotit. Mají mu odepřít veškeré sladké, pití tolik oblíbených sladkých nápojů...? A hlavně, řešit to po dobrém, nebo „po zlém“?
Jsem u problému, kdy už musíme řešit, že nějaký nesprávný návyk vznikl. A „po zlém“ to nevyřešíme. Dokážeme jedině,

Velkou část dne ale tráví děti ve školních lavicích, bez pohybu. Jak řešit stravování tam?
I když děti sedí a nevydávají větší množství energie považujeme za velice významnou. I myšlení a tvůrčí činnost vyžaduje spoustu sil, a energii doplnit musíme.

Navíc stále platí, že větší příjem energie by měl být v dopolední části dne. Svačiny by samozřejmě neměly být přehnané, neměly by být jen prázdnými kaloriemi, tak, jak

mla havat, a vlnit pu henu, auy
s havavou v vavavou, vavavou
vavavou v vavavou, vavavou

také nezdravě ztužené tuky.
Samozřejmě také odnaučiči, u někomu funguje zajímavá činnost, u někomu sport nebo jóga.

Vedle stravování hraje hlavní „preventivní“ roli před obezitou pohyb.
Máte pravdu. Právě nedostatek pohybu také stojí za těmi dnešními čísly. Byly dělány stravovací studie, jak se děti stravovaly před 10 lety a dnes, a naštěstí se výživové zvyklosti alespoň nezměnily k horšímu. Je dokonce patrná snaha obohatit dětský jídelníček o větší množství ovoce a zeleniny. Narůst války u dětí je ale zřejmý z čehož vyplývá, že dětem chybí výdej energie, a za dnešní hlavní problém opravdu považujeme nedostatek pohybu.

Protipólem obezity je podvýživa a s ní spojená porucha příjmu potravy – anorexie a bulimie. V čem se nejvíc

mla havat, a vlnit pu henu, auy
s havavou v vavavou, vavavou
vavavou v vavavou, vavavou

Protipólem obezity je podvýživa a s ní spojená porucha příjmu potravy – anorexie a bulimie. V čem se nejvíc

nejsou v současnosti nejvíce ohroženi?
Anorexie a bulimie jsou poruchy příjmu potravy, které se nejvíce vyskytují u mladých žen. Anorexie je porucha, při které dochází k extrémnímu snížení příjmu potravy, což vede k vážnému podvýživnému stavu. Bulimie je porucha, při které dochází k opakovanému zvracení nebo vyvolání průjemů po jídle. Tyto poruchy jsou závažné a vyžadují odbornou pomoc.

Protipólem obezity je podvýživa a s ní spojená porucha příjmu potravy – anorexie a bulimie. V čem se nejvíc

Přijeli poprvé do Třebíče a z vítězili



Foto: Antonín Zvěřina

LOUTKOVÁ divadla stále lákají diváky.
Předsedkyně poroty Blanka Šefřmová ze Svitav upozornila, že se v Praze na Artamě (odborný útvar pro oblast profesionálních uměleckých aktivit a estetické výchovy dětí a mládeže při Ministerstvu kultury ČR) hovoří o Třebíči jako o významné divadelní scéně. Třebíč je členem

mla havat, a vlnit pu henu, auy
s havavou v vavavou, vavavou
vavavou v vavavou, vavavou

Je i odlišný přístup k jejich léčbě?
Určitě. Léčba obezity může spočívat v tom, že se klient naučí správné stravovací návyky. Říká se tomu, že se klient naučí, jak se stravovat. To znamená, že se naučí, jak si vybrat zdravé potraviny, jak si připravit jídlo, a jak si vybrat zdravé potraviny.

Vedle stravování hraje hlavní „preventivní“ roli před obezitou pohyb.
Máte pravdu. Právě nedostatek pohybu také stojí za těmi dnešními čísly. Byly dělány stravovací studie, jak se děti stravovaly před 10 lety a dnes, a naštěstí se výživové zvyklosti alespoň nezměnily k horšímu. Je dokonce patrná snaha obohatit dětský jídelníček o větší množství ovoce a zeleniny. Narůst války u dětí je ale zřejmý z čehož vyplývá, že dětem chybí výdej energie, a za dnešní hlavní problém opravdu považujeme nedostatek pohybu.

Protipólem obezity je podvýživa a s ní spojená porucha příjmu potravy – anorexie a bulimie. V čem se nejvíc

mla havat, a vlnit pu henu, auy
s havavou v vavavou, vavavou
vavavou v vavavou, vavavou

Protipólem obezity je podvýživa a s ní spojená porucha příjmu potravy – anorexie a bulimie. V čem se nejvíc

nejsou v současnosti nejvíce ohroženi?
Anorexie a bulimie jsou poruchy příjmu potravy, které se nejvíce vyskytují u mladých žen. Anorexie je porucha, při které dochází k extrémnímu snížení příjmu potravy, což vede k vážnému podvýživnému stavu. Bulimie je porucha, při které dochází k opakovanému zvracení nebo vyvolání průjemů po jídle. Tyto poruchy jsou závažné a vyžadují odbornou pomoc.

Vedle stravování hraje hlavní „preventivní“ roli před obezitou pohyb.
Máte pravdu. Právě nedostatek pohybu také stojí za těmi dnešními čísly. Byly dělány stravovací studie, jak se děti stravovaly před 10 lety a dnes, a naštěstí se výživové zvyklosti alespoň nezměnily k horšímu. Je dokonce patrná snaha obohatit dětský jídelníček o větší množství ovoce a zeleniny. Narůst války u dětí je ale zřejmý z čehož vyplývá, že dětem chybí výdej energie, a za dnešní hlavní problém opravdu považujeme nedostatek pohybu.

Protipólem obezity je podvýživa a s ní spojená porucha příjmu potravy – anorexie a bulimie. V čem se nejvíc

nejsou v současnosti nejvíce ohroženi?
Anorexie a bulimie jsou poruchy příjmu potravy, které se nejvíce vyskytují u mladých žen. Anorexie je porucha, při které dochází k extrémnímu snížení příjmu potravy, což vede k vážnému podvýživnému stavu. Bulimie je porucha, při které dochází k opakovanému zvracení nebo vyvolání průjemů po jídle. Tyto poruchy jsou závažné a vyžadují odbornou pomoc.

Radnice udělila ceny

HAVLÍČKŮV BROD (zt) – Již šestým rokem udělovala havlíčubrodská radnice Kulturní a Sportovní ceny města. Věřenost zaslala 23 sportovních a jedenáct kulturních nominací, z kterých vzešlo celkem sedm vítězů. Nad rámec bylo předáno i mimořádné ocenění in memoriam Oldřichu Bínovi za dlouhodobý přínos městu v oblasti sportu.

Nejlepším sportovcem do 18 let se stala tenistka Petra Melounová. V roce 2013 byla halovou mistryň České republiky dorostu ve čtyřhře. Výrazný mezinárodní úspěch zaznamenala loni na turnaji ITF Safina cup, kde nadaná tenistka bodovala i. mistrem ve dvouhře i čtyřhře.

Nejlepším sportovcem města byl vyhlášen Jan Kopecký, který v mládežnickém reprezentaci

mla havat, a vlnit pu henu, auy
s havavou v vavavou, vavavou
vavavou v vavavou, vavavou

Protipólem obezity je podvýživa a s ní spojená porucha příjmu potravy – anorexie a bulimie. V čem se nejvíc

nejsou v současnosti nejvíce ohroženi?
Anorexie a bulimie jsou poruchy příjmu potravy, které se nejvíce vyskytují u mladých žen. Anorexie je porucha, při které dochází k extrémnímu snížení příjmu potravy, což vede k vážnému podvýživnému stavu. Bulimie je porucha, při které dochází k opakovanému zvracení nebo vyvolání průjemů po jídle. Tyto poruchy jsou závažné a vyžadují odbornou pomoc.

Vedle stravování hraje hlavní „preventivní“ roli před obezitou pohyb.
Máte pravdu. Právě nedostatek pohybu také stojí za těmi dnešními čísly. Byly dělány stravovací studie, jak se děti stravovaly před 10 lety a dnes, a naštěstí se výživové zvyklosti alespoň nezměnily k horšímu. Je dokonce patrná snaha obohatit dětský jídelníček o větší množství ovoce a zeleniny. Narůst války u dětí je ale zřejmý z čehož vyplývá, že dětem chybí výdej energie, a za dnešní hlavní problém opravdu považujeme nedostatek pohybu.

Protipólem obezity je podvýživa a s ní spojená porucha příjmu potravy – anorexie a bulimie. V čem se nejvíc

nejsou v současnosti nejvíce ohroženi?
Anorexie a bulimie jsou poruchy příjmu potravy, které se nejvíce vyskytují u mladých žen. Anorexie je porucha, při které dochází k extrémnímu snížení příjmu potravy, což vede k vážnému podvýživnému stavu. Bulimie je porucha, při které dochází k opakovanému zvracení nebo vyvolání průjemů po jídle. Tyto poruchy jsou závažné a vyžadují odbornou pomoc.

Radnice udělila ceny

HAVLÍČKŮV BROD (zt) – Již šestým rokem udělovala havlíčubrodská radnice Kulturní a Sportovní ceny města. Věřenost zaslala 23 sportovních a jedenáct kulturních nominací, z kterých vzešlo celkem sedm vítězů. Nad rámec bylo předáno i mimořádné ocenění in memoriam Oldřichu Bínovi za dlouhodobý přínos městu v oblasti sportu.

Nejlepším sportovcem do 18 let se stala tenistka Petra Melounová. V roce 2013 byla halovou mistryň České republiky dorostu ve čtyřhře. Výrazný mezinárodní úspěch zaznamenala loni na turnaji ITF Safina cup, kde nadaná tenistka bodovala i. mistrem ve dvouhře i čtyřhře.

Nejlepším sportovcem města byl vyhlášen Jan Kopecký, který v mládežnickém reprezentaci

mla havat, a vlnit pu henu, auy
s havavou v vavavou, vavavou
vavavou v vavavou, vavavou

Protipólem obezity je podvýživa a s ní spojená porucha příjmu potravy – anorexie a bulimie. V čem se nejvíc

nejsou v současnosti nejvíce ohroženi?
Anorexie a bulimie jsou poruchy příjmu potravy, které se nejvíce vyskytují u mladých žen. Anorexie je porucha, při které dochází k extrémnímu snížení příjmu potravy, což vede k vážnému podvýživnému stavu. Bulimie je porucha, při které dochází k opakovanému zvracení nebo vyvolání průjemů po jídle. Tyto poruchy jsou závažné a vyžadují odbornou pomoc.

Vedle stravování hraje hlavní „preventivní“ roli před obezitou pohyb.
Máte pravdu. Právě nedostatek pohybu také stojí za těmi dnešními čísly. Byly dělány stravovací studie, jak se děti stravovaly před 10 lety a dnes, a naštěstí se výživové zvyklosti alespoň nezměnily k horšímu. Je dokonce patrná snaha obohatit dětský jídelníček o větší množství ovoce a zeleniny. Narůst války u dětí je ale zřejmý z čehož vyplývá, že dětem chybí výdej energie, a za dnešní hlavní problém opravdu považujeme nedostatek pohybu.

Protipólem obezity je podvýživa a s ní spojená porucha příjmu potravy – anorexie a bulimie. V čem se nejvíc

nejsou v současnosti nejvíce ohroženi?
Anorexie a bulimie jsou poruchy příjmu potravy, které se nejvíce vyskytují u mladých žen. Anorexie je porucha, při které dochází k extrémnímu snížení příjmu potravy, což vede k vážnému podvýživnému stavu. Bulimie je porucha, při které dochází k opakovanému zvracení nebo vyvolání průjemů po jídle. Tyto poruchy jsou závažné a vyžadují odbornou pomoc.

Radnice udělila ceny

HAVLÍČKŮV BROD (zt) – Již šestým rokem udělovala havlíčubrodská radnice Kulturní a Sportovní ceny města. Věřenost zaslala 23 sportovních a jedenáct kulturních nominací, z kterých vzešlo celkem sedm vítězů. Nad rámec bylo předáno i mimořádné ocenění in memoriam Oldřichu Bínovi za dlouhodobý přínos městu v oblasti sportu.

Nejlepším sportovcem do 18 let se stala tenistka Petra Melounová. V roce 2013 byla halovou mistryň České republiky dorostu ve čtyřhře. Výrazný mezinárodní úspěch zaznamenala loni na turnaji ITF Safina cup, kde nadaná tenistka bodovala i. mistrem ve dvouhře i čtyřhře.

Nejlepším sportovcem města byl vyhlášen Jan Kopecký, který v mládežnickém reprezentaci