



Leden už je na svém sklonku a zimu můžeme potkat jenom na horách. Plno z vás si pamatuje zimy, kdy byly sněhové závěje do pasu a led na rybníce držel několik týdnů vkuse. Tomu už dávno není pravda a tak se musíme spokojit s tím, když se nám zima ohlásí mrazíky lehce pod nulou a občas nasněží v nížinách pár milimetrů. Příroda navenek spí, ale touto dobou už někde hluboko bují a chystá se na jaro. V tomto čase i my více spíme, snažíme se držet v teple a jsme „línější“. To všechno je normálním projevem lidské „hybernace“, kdy si také potřebujeme odpočinout, nabrat síly a přirozeně se sklidnit.:-)

Už brzy nás totiž čekají masopustní reje, zabijačky, karnevaly a různé jiné kejkle, které předchází jarnímu půstu. Buďte proto teď na sebe laskaví, jezte „zahřívací“ jídla, vitamíny v podobě zelí, kapusty a řepy pro posílení imunity, která je teď výrazně oslabená. A opatrujte se!



**NÁVŠTĚVA STAROSTY HOSTOMIC,  
PANA JANA BOMBY,  
A ŽÁKŮ ZŠ**



**S  
L  
A  
D  
K  
É  
Z  
A  
K  
O  
N  
O  
Č  
N  
Í  
N  
E  
R  
O  
U  
K**



*Za zákusky děkujeme cukrárně  
Somnium Všeradice*