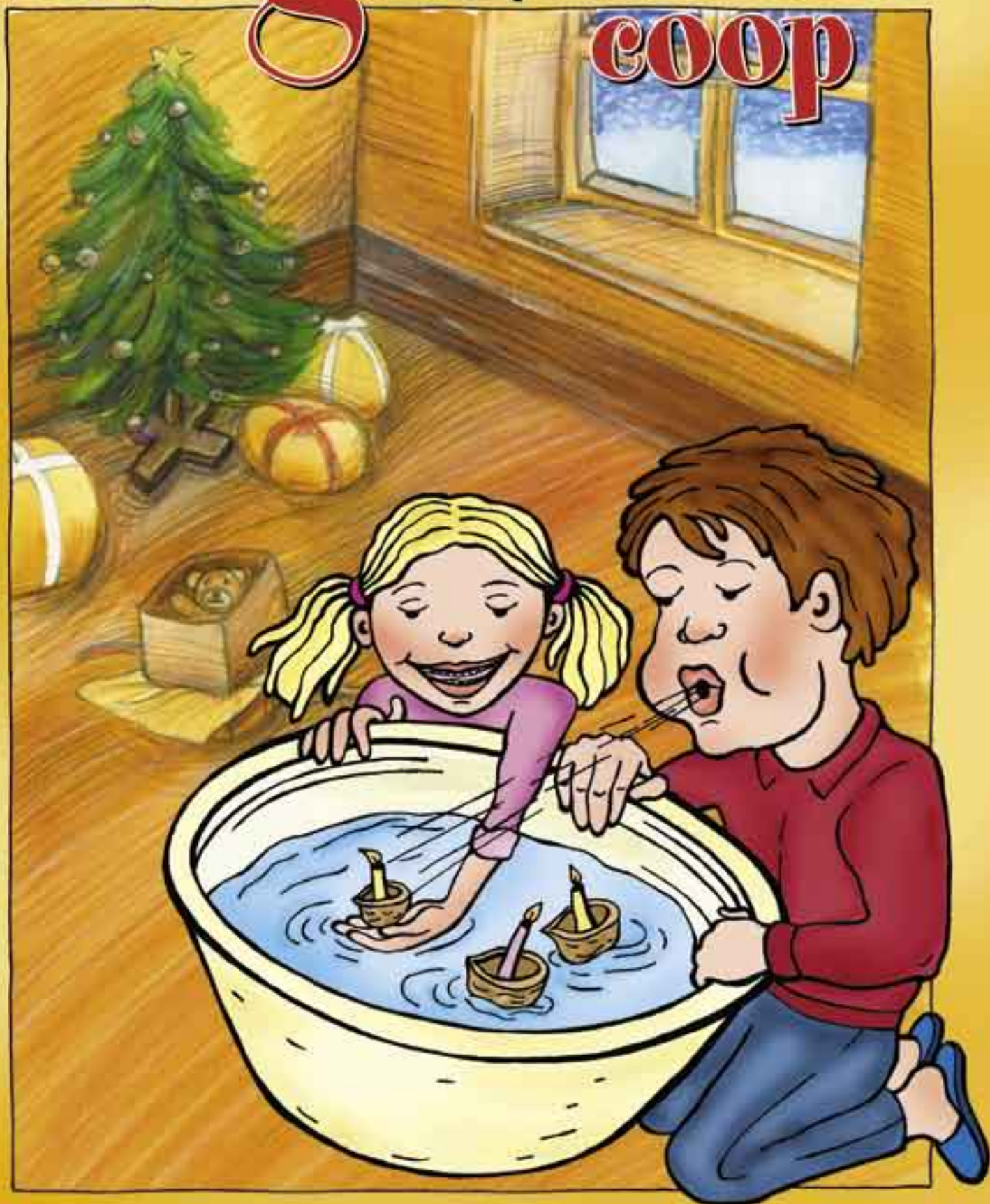


magazín

coop





Milé děti,

dny jsou teď úplně kraťoučké a večery a noci naopak čím dál delší, vidíte. Sluníčko totiž dělá léto na jižní polokouli, a nás proto čeká zima, nejchladnější měsíce v roce. Až slunce doběhne k obratníku Kozoroha, rychle se nadechne a začne se zas pomalu vracet k nám na sever. Ten nejkratší den, kdy je od nás nejdál, bude letos 22. prosince a už dva dny nato budou Vánoce! Představte si, jakou mají ty děti na druhé straně zeměkoule smůlu. Zatímco u nás v té době sněží, ony nemohou dělat o vánočních prázdninách sněhuláky, lyžovat a bruslit.

I celé předvánoční období je u nás krásné. Hezky doma uklidíme, pečeme cukroví, na stůl dáme adventní věnec a každou neděli zapálíme jednu svíčku. Všechno se třpytí a voní. V ten den, kdy mají svátek Barborky, můžeme uříznout větvíčku třešně, dát ji do vody a ona nám právě o Vánocích vykvete. A hned druhý den je zas vpoledvečer všude plno Mikulášů s čerty a anděly a ti vám určitě přinesou něco sladkého na zub. Že už se Vánoce nemůžete dočkat? Nebojte se, ony tu budou coby dup i se stromečkem, kaprem a především dárky, na ty se samozřejmě všechny děti těší nejvíc. Zkrátit tu dobu čekání si přece můžete četbou nového Magazínku, také tím, že pomůžete s přípravami anebo vy sami vyrobíte nějaký hezký dárek.



Líbí se vám, jak jsme vyzdobili naše prodejny českých a moravských spotřebních družstev? To proto, že spolu s vámi a vašimi rodinami také to předvánoční období prožíváme. Celý rok jsme se snažili, abyste u nás dostali to nejlepší, a věříme, že i díky nám budou vánoční svátky u vás doma co nejkrásnější, přejeme si, abyste byli všichni i v příštím roce veselí a šťastní.

Vaše redakce



Vánoční soutěže o ceny

Stejně jako minulá čísla časopisu Magazínek COOP vám i toto zimní vydání přináší mnoho soutěží, křížovek, úkolů i hádanek. Pokud se jich budete chtít zúčastnit, pošlete své správné odpovědi či své příspěvky na adresu naší redakce. Budete-li mít štěstí při losování či se váš výtvar zalíbí naší odborné porotě, můžete se těšit na opravdu krásné výhry.



Kde se tentokrát skrývají naše soutěže?

- ▶ **Malujeme zimní pohlednici** str. 3
- ▶ **Kouzlíme s ořechy a oříšky** str. 7
- ▶ **Křížovka „Znáte ořechy?“** str. 10

Na všechny vaše odpovědi na jednotlivé soutěžní otázky i na vámi vytvořená díla se budeme těšit **do 31. ledna 2007** na adrese: **DELEX, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň**. Nezapomeňte připojit vaše jméno, adresu a věk, abychom vám mohli poslat ceny.



A kdo vlastně vyhrál v minulém čísle?

• **„O nejkrásnější náramek“:** Štěpánka Galleová (19 let), Pavla Mušková (10 let), Ondra Motyka (9 let), Zuzana Bartoňová (7 let), Martina Šafusová (14 let), Hana Křížková (10 let), Radka Káčerková (15 let), Adéla Richterová (12 let), Kamila Havlíková (14 let), Kristina Doanová (5 let), Petra Varhoutová (12 let), Anna Možnarová (11 let), Ivana Hroudová (11 let), Šárka Gardlíková (13 let) a Jana Kopová (10 let).

• Hádáme a luštíme „Kočkovité šelmy“

(tajenka „Levhart“): Míša Pekárková, Iveta Vaněčková, Klaudie Kuczková (8 let), Jana Kapová (10 let), Eva Hrdonková (7 let), Ládík Hořejší (7 let), Michaela Novotná (9 let), Sandra Magnusová (13 let), Lenka Toušová (13 let) a Pavel Tyl (8 let).



• **Příběhy vlaštovek Barborky a Kryštůfka:** Aleš Nejedlý, Danuška Víšková (9 let), Petra a Aneta Johnovy (13 a 10 let) a Kateřina Komorousová.

Navíc posíláme zvláštní cenu pro žáky 5. třídy ZŠ Trhová Kamenice.



POZOR! Elektronickou verzi našeho Magazínku COOP najdete i na internetových stránkách **www.coop.cz/magazinek!**

ZÁKAZNICKÝ MAGAZÍN MAGAZÍNEK COOP

Zvláštní vydání Zákaznického magazínu pro zákazníky prodejen českých a moravských spotřebních družstev

- **REGISTROVÁNO POD ČÍSLEM:** MK ČR 8002
- **VYDÁVÁ:** COOP Centrum družstvo, Na Poříčí 30, 110 00 Praha 1
ŘEDITEL: Ing. Josef Holub
REDAKCE COOP: Hana Svobodová, Jitka Wohrabová
tel.: 221 733 006 (105), fax: 221 733 001
e-mail: redakce@coop.cz, www.coop.cz
- **REDAKČNÍ ZPRACOVÁNÍ:** Ing. Jaroslava Mašková
ILUSTRACE: Bc. Alena Červená, Alena Větrovská
GRAFICKÁ ÚPRAVA, SAZBA: Stanislava Pelíšková
DELEX, s. r. o., Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň
ŘEDITEL: Mgr. Roman Pešíř
tel.: 378 218 112 (113), fax: 377 325 972
- **INDIVIDUÁLNÍ OBJEDNÁVKY:** Ing. J. Mašková
e-mail: maskova@dolphin.cz, tel.: 602 436 066

Vánoční pohlednice

Něco málo z historie: První zmínky o pohlednicích pochází z 18. století, kdy francouzský rytec Demaison vydal pozdravné dopisnice s předtištěným textem. V roce 1840 byla pak ve Velké Británii vytištěna 1. poštovní známka – do té doby bylo poštovné placeno příjemcem. Tři roky poté začal vánoční blahopřání zasílat Američan H. Colle a vyskytly se první fotografické pohlednice. Rok 1861 se proslavil patentem na korespondenční lístek (rovněž USA). V roce 1866 začal vánoční pohlednice vyrábět londýnský tiskař R. Tuck. V té době byly pohlednice většinou ručně kolorovány štětcem. 1. října 1869 byl poprvé zaveden korespondenční lístek do poštovního provozu (Rakousko-Uhersko) a vzhledem k jeho nízké ceně (2 krejcarý za korespondenční lístek oproti 20 krejcarům za obálku, dopis

a známku!) se jen v Rakousko-Uhersku během prvních třech měsíců prodalo téměř 3 miliony lístků. Za první evropskou pohlednici je považován lístek, na nějž tiskař A. Schwartz z Oldenburgu přetiskl 16. 7. 1870 obrázek z prusko-francouzské války a následně jej odeslal. První pohlednice na našem území se objevila v roce 1873 a byla na ní zobrazena Sněžka. Období mezi začátkem 19. století až do počátku 1. světové války je považováno za tzv. „Zlatý věk pohlednic“ (jen v roce 1896 jich prošlo světem asi 2,5 miliardy a v létě roku 1898 bylo posláno ze Sněžky skoro 140 tisíc ks pohlednic). Dnes se asi s nejstaršími pohlednicemi již málokde setkáme. Techniku litografie, světlotisku, autotypie a knihtisku po roce 1920 (což platí až dodnes) nahradila většinou pohlednice fotografická... Zdroj: <http://stare.pohlednice.sweb.cz/>

POŠLI SI SVOU POHLEDNICI

Každému jistě udělá radost, když si na něj alespoň jednou za rok vzpomenete. Proto jsme pro vás připravili vánoční pohlednici, kterou můžete poslat svým příbuzným, známým nebo kamarádům. Nejprve si ji vystříhnete a nalepte na tvrdý papír. Potom napište na druhou stranu svůj pozdrav a pohlednici vložte do obálky.



NOVÁ SOUTĚŽ: „MALUJEME ZIMNÍ POHLEDNICI“



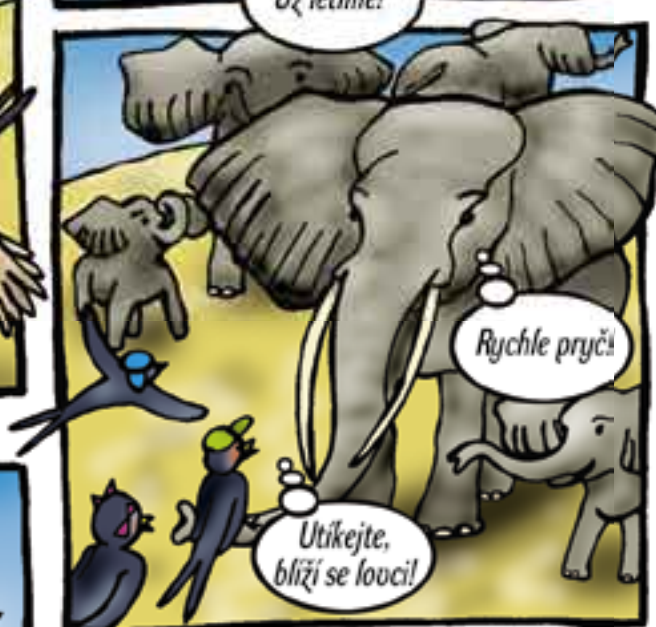
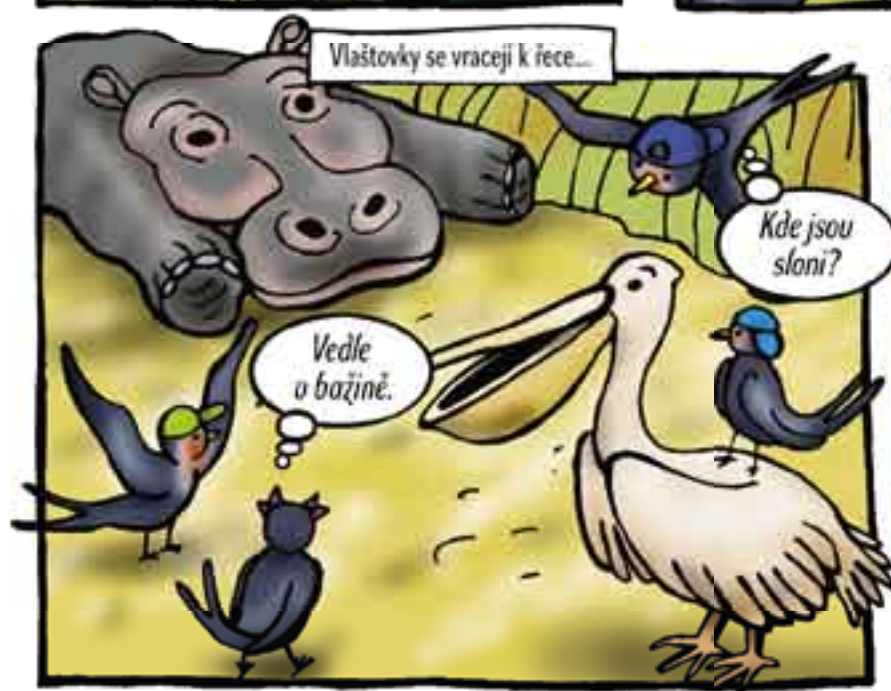
Tající sníh, rampouchy, sněhové vločky... Zima umí vykouzlit opravdu nádherné věci. A protože my o vás víme, že většina z vás dokáže krásně malovat, rozhodli jsme se vyhlásit novou soutěž. Vaším úkolem bude zachytit kouzlo zimy pomocí obrázku – tedy namalovat či nakreslit jakoukoliv zimní pohlednici a tu nám poslat **do 31. ledna 2007** na adresu: **DELEX, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň**. Dejte si však záležet

nejen na přední straně pohlednice, ale vytvořte i stranu zadní. Umístěte správně adresu příjemce (tedy toho, komu svou pohlednici chcete poslat) a to se všemi potřebnými náležitostmi, vykreslete místo, kam se lepí poštovní známka a vyznačte stranu, na kterou se píše samotný dopis či přání. Z vašich výtvorů budou odbornou porotou vybrány vítězné pohlednice a jejich autorům poté zašleme krásné ceny. Nezapomeňte tedy proto připojit vaše jméno, adresu a věk.

Příběhy vlaštovek Barborky a Kryštůfka

Vlaštovky Barborka a Kryštůfek v minulém čísle Magazínku COOP postavily nové hnízdo ve stáji u koníka, protože to staré měly ve stodole, která shořela, když ji zasáhl blesk. Pak se rozloučily se svými přáteli a spolu se svými dětmi a dalšími vlaštovkami vyrazily na jih. A my dnes budeme sledovat jejich cestu a dobrodružství v horké rovníkové Africe.





Naše vlaštovky a jejich kamarádi v Africe teď mají na to vyprávění, co zažili, času dost. Jak se ale u nás v Čechách přiblíží jaro, rozloučí se s tropy a vrátí se daleko na sever. Tak je to každý rok. To už si ale, milé děti, budeme v našem Magazínku povídat jiné příběhy.

VOŇAVÉ VÁNOCE

Pomerančové koule s hřebíčkem

Co potřebuji? pomeranč, hřebíčkové koření, mašle, 2 napínáčky

Jak na to? Nejprve pomeranč omotej mašlí, aby jej bylo možné někam zavěsit. Aby mašle neklouzala, připíchni ji nenápadně dole a nahoře napínáčkem. Poté zapichuj jednotlivé hřebíčky do pomeranče – přitom můžeš tvořit různé znaky nebo pokrýt kořením klidně i celý pomeranč. Tato voňavá ozdoba vydrží zhruba 6 týdnů.



JAK SE PLETE VÁNOČKA?

1 Vykynuté těsto jemně prohněteme a rozdělíme na osm stejných dílů.

2 Jeden díl dáme stranou a ze zbývajících sedmi vyválíme stejně dlouhé a silné válečky.

3 Čtyři válečky si položíme vedle sebe a upleteme z nich cop. Splétání začínáme uprostřed tak,

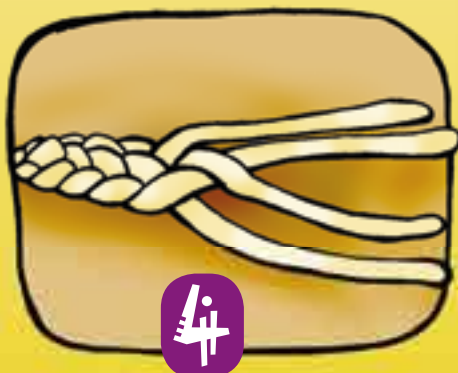
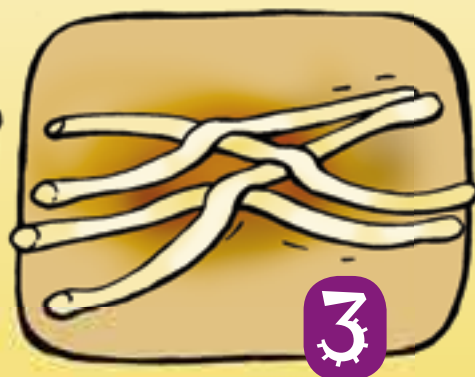
že nejdříve přehodíme dva vnitřní válečky, potom přidáme postranní a pleteme pravidelně až na konec pramenů.

4 Druhou polovinu upleteme obdobně. Konce válečků spojíme s stiskneme.

5 Pečicí plech pokryjeme papírem na pečení a spodní sple-

tený díl vánočky na něj položíme. Druhé patro vánočky spleteme ze tří pramenů jako klasický cop a umístíme na spodní část vánočky.

6 Zbylý díl těsta rozdělíme na polovinu a z každé uválíme váleček a stočíme. Položíme na předchozí patro vánočky a propíchneme zhruba třemi špejlemi – zabráníme tak případnému sesunutí.



Vyrábíme ozdoby z ořechových skořápek

Co potřebujeme?

ořechové skořápky, barevný papír, nůžky, fixy, provázek, lepidlo

Jak na to?

Nejprve si na papír předkreslíme vánoční motivy podle svého uvážení (zvonečky, zvířátka atd.) a vystříháme je. Na konci provázku uděláme větší uzlík a provázek spolu s obrázkem vlepíme mezi rozpůlené ořechové skořápky. Necháme zaschnout a pověsíme na vánoční stromek nebo větvičku.



Skořápkové lodičky se svíčkou a voskem

Co potřebujeme?

ořechové skořápky, zbytky svíček nebo vosk, malé svíčky nebo knoty, nůžky

Jak na to?

Ustříháme si buď asi 1,5 cm dlouhý kousek knotu, nebo si připravíme malou svíčku. Staré svíčky nastrouháme (popř. máme již předem koupený vosk na svíčky), rozejdeme je a vzniklým voskem zalijeme vnitřek skořápky. Do lodičky před úplným zatuhnutím vložíme knot nebo zapícheme malou svíčku.

NOVÁ SOUTĚŽ: „KOUZLÍME S OŘECHY A OŘÍŠKY“



Z vlašských, lískových i jiných ořechů se dá vyrábět mnoho věcí: obrázky, sošky, ozdoby, svíčky, dekorace na stůl nebo spousta dalších výtvarů. Přichystali jsme tedy pro vás novou „oříškovou“ soutěž. Vaším úkolem bude poslat nám jakékoliv dílko, při jehož výrobě použijete ořechy. Na vaše příspěvky se budeme těšit až **do 31. ledna 2007** na adrese: **DELEX, Denisovo nábřeží 4,**

301 00 Plzeň. Připojte zároveň i svoje jméno, zpáteční adresu a věk, abychom mohli všem výhercům zaslat krásné ceny.

Toulky po českých krajích

Většina z nás odjinud si myslí, že náš nejvýchodnější, Moravskoslezský kraj je především průmyslový region. Pravda, kořeny průmyslu tu sahají hluboko do historie, neboť v druhé polovině 18. století zde začali rubat uhlí a nedlouho nato začaly na Ostravsku dýmat hutě, železárny a koksovny. V tomto kraji, který tvoří části státní hranice s Polskem a Slovenskem, se však nachází značné přírodní bohatství. Pyšní se také množstvím kulturních památek, kterým tu věnují značnou pozornost.

Ve srovnání se všemi ostatními kraji v republice tu žije nejvyšší počet obyvatel a také hustota zalidnění vysoce převyšuje republikový průměr (Česká republika 130 obyvatel na km², Moravskoslezský kraj 230 obyvatel na km²). Přes 60 % obyvatel žije ve městech nad 20 000 obyvatel a i to je také u nás výjimečné. Nejvyšší hustota zalidnění je na Ostravsku (1 453), nejnižší na Bruntálsku (63).

Pro turisty je na západě regionu velmi přitažlivý civilizací nepříliš dotčený masiv Jeseníků s vysokou kvalitou čistoty ovzduší a řadou velmi pozoruhodných přírodních míst. Návštěvníci tu najdou téměř ideální podmínky pro rekreaci i náročnou horskou turistiku, letní i zimní sporty, možnosti lázeňské léčby, a to například v Karlově Studánce nebo v Klímkovicích.

Východní část regionu vyplňuje horský masiv Beskyd, který rovněž poskytuje pestrou nabídku milovníkům letních i zimních sportů. Tento region je známý jako Valašsko. Jeho hlavním magnetem je neopakovatelný stavební sloh a folklor – kolorit dřevěných staveb, zachování tradiční řemeslné výroby, lidových zvyklostí a obyčejů. O Valašsku se však často mluví i díky jeho slavnému rodákovi, herci Bolku Polívkovi, který se k němu hrdě hlásí.

Na jihu oblasti se rozkládá Podbeskydská pahorkatina, kde jsou jednak pískovcové a jednak vápencové oblasti, ve kterých se nacházejí vzácné rostliny a živočichové. Vápencový vrch Koutouč se proslavil svou jeskyní Šipka, kde byla nalezena dětská čelist pravěkého člověka. Mezi dvěma hlavními horskými pásmy se táhne nížinná oblast Moravské brány. K řadě historických pamětihodností tu patří nejen jednotlivé stavby, ale i zachovalé soubory městské architektury v Novém Jičíně, Štamberku a Příboru. Tam jsou také městské památkové rezervace, ve Fulneku, Bílovci a Odrách památkové zóny.

Většinu kraje odvodňuje řeka Odra a její přítoky Opava, Ostravice, Olše do Baltského moře. Pouze z části Nízkého Jeseníku kolem Rýmařova a na Novojičínsku odtékají potoky a říčky do povodí řeky Moravy, a tedy Černého moře. Na řece Stonávce u Českého Těšína se rozkládá známá a rekreanty oblíbená Těrlická přehradní nádrž. Ostravsko je z hlediska těžby surovin známé našimi největšími ložisky černého uhlí.

Na Opavsku jsou zas významná ložiska sádrovce, který se u Koberic, na jediném místě v ČR, těží. Snad že průmyslová činnost předchozích generací se tolik negativně podepsala na některých částech tamní krajiny, velkou péči věnují ochraně svého přírodního bohatství. Jsou to především tři chráněné krajinné oblasti: Beskydy (rozlohou 1 160 km² včetně zlínské části největší CHKO v ČR), Jeseníky a Poodří. Kromě toho je zde přes 130 maloplošných chráněných území.



h - Moravskoslezský kraj

Značnému zájmu návštěvníků se těší i kulturní památky, z nichž řada se pyšní názvem „národní“. Je to například zámek Hradec nad Moravicí, který je tvořen komplexem budov tzv. Bílého a tzv. Červeného zámku. Bílý zámek stojí na místě slovan-ského hradiště, kde byl později postaven přemyslovský knížecí hrad. Na renesanční zámek s okrasnou zahradou byl přestavěn koncem 16. století a dnešní empírovou podobu získal po požáru zhruba o dvě století později. Téměř o sto let nato pak ještě přibyl mimo jiné Červený zámek, inspirovaný hradními stavbami německého středověku.

Zámek Bruntál je pozoruhodným spojením renesančního a barokního slohu z pozdně gotického hradu. Svůj originální půdorys ve tvaru lomené téměř kruhové výseče a honosné arkádové nádvoří získal při renesančních úpravách a do dnešní barok-ní podoby byl upraven v druhé polovině 18. století. V sálech, pokojích a reprezentativních místnostech zámku je instalováno původní vybavení, knihovna a zbrojnice, pozoruhodná je rovněž zámecká zahrada.

Kostel Nanebevzetí Panny Marie v Opavě je nejvýraznější gotickou kulturní památkou Opavy, která svou mohutností a pře-devším dvojicí různě vysokých věží výrazně zasahuje do panoramatu města. Na výzdobě interiéru se podíleli především slezští umělci.

Kaple sv. Kříže v Opavě představuje významný doklad slezské cihlové gotické architektury. Svůj dnes zažitý název – švédská kaple – získala v souvislosti s využíváním objektu Švédy v období třicetileté války k protes-tantským bohoslužbám. V interiéru kaple se dochovaly kvalitní, velmi ceněné nástěnné malby z první poloviny 15. století.

Centrum kraje, Ostrava, byla založena už koncem třináctého století a její historické jádro najdeme nedaleko soutoku řek Lučina a Os-travice. K jejímu rozvoji však došlo až v polovině 19. století, kdy se stala jedním z našich nejprůmyslovějších a dodnes nejvýznam-nějších měst, kde se často rodí něco pozoruhodného, zejmé-na v oblasti kultury.

V posledních letech došlo na Ostravsku k výrazné-mu útlumu těžby černého uhlí a rovněž vysoké pece a koksovny prošly přerodem. V Dole Michal byla těž-ba ukončena v roce 1994, ale je přístupný veřejnos-ti. Stejně tak Důl Hlubina a koksovna Vítkovických železáren, kde ruch umklk rovněž v devadesátých letech minulého století a dnes jsou návštěvníky ce-něny jako důkaz svérázné industriální archi-tektury. Tvoří nezastupitelnou dominantu v panoramatu města nazývanou „os-travské Hradčany“.

V tomto kra-ji se narodila řada velikanů světo-vé vědy, kteří tu mají své pa-mátníky a mu-zea. V Hynčicích

to byl Johann Gregor Men-del (zakladatel nauky o dědičnosti), v Pří-boře psycholog Sigmund Freud, ve Fulne-ku zas působil Jan Amos Komenský před svým odchodem do vyhnanství.

Rodným domem významného české-ho buditele a historika 19. století Fran-tiška Palackého je objekt bývalé staré školy v Hodslavicích na Novojičínsku, ve kterém byla instalována expozice věnovaná jeho životu a dílu.

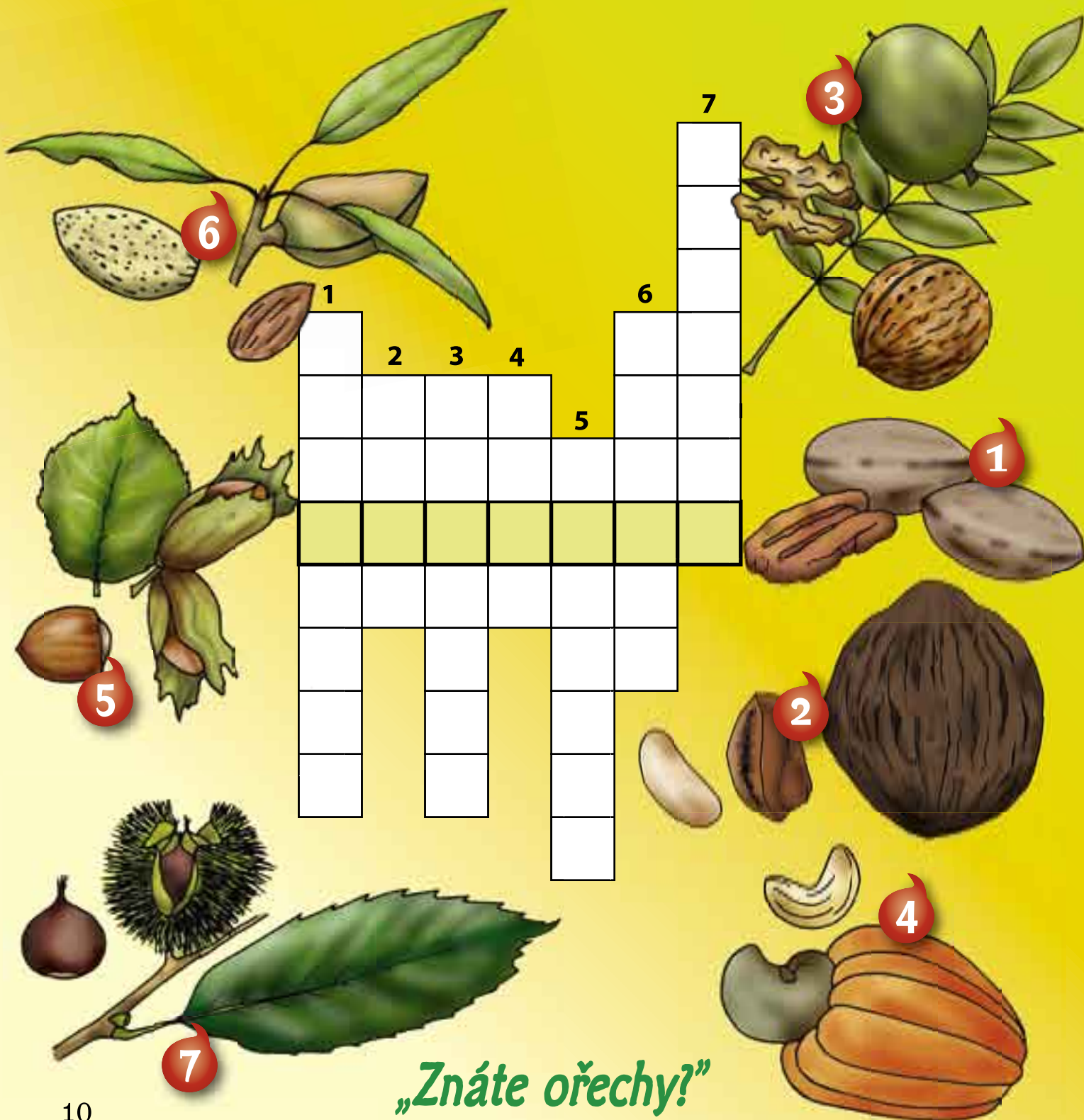




Křížovka aneb Hádáme a luštíme

Ořechů je mnoho druhů a v posledních letech se i ty méně známé vyskytují v téměř všech našich obchodech. Naše dnešní křížovka vám proto pomůže se v nich vyznat a hlavně je umět správně pojmenovat. Doplníte-li jednotlivé zobrazené ořechy do příslušných kolonek křížovky (vždy v množném čísle a bez slova „ořechy“), v tajence se vám objeví název pro pražená semena lusků podzemnice olejné. Pozor však na jednu věc: Podzemnice olejná je (podobně jako hrách nebo fazole) luštěnina, a proto i ořechy skryté v tajence se řadí k zelenině.

Správné znění tajenky nám pošlete nejpozději **do 31. ledna 2007** na adresu: **DELEX, Denisovo nábreží 4, 301 00 Plzeň**. Nezapomeňte napsat svoje jméno, zpáteční adresu a věk. Vylosovaní výherci obdrží krásné ceny.



„Znáte ořechy?“

PŘEDSTAVUJEME SPORTY

Lední hokej

Lední hokej (někdy prostě jen hokej) je týmový sport hraný na ledě. Je to jeden z nejrychlejších sportů na světě. Hráči na bruslích dosahují vysokých rychlostí a vystřelený puk někdy přesáhne i rychlost 160 km/hod.

Lední hokej vznikl v Kanadě, ale rozšířil se i do Evropy a i do Asie. Hokej hraje na hokejovém hřišti šest hráčů za každý tým, všichni hráči mají na nohou brusle. Cílem hry je vstřelit více gólů než soupeř. Hraje se malým, tvrdým gumovým kotoučem, který se nazývá puk. Ten byl v počátcích tvořen například zakulacenými dřevěnými destičkami nebo i zmrzlým koňským trusem – dnešní hokejové puky jsou však již našťěstí zhotoveny pouze z vulkanizované pryže.

Hráči kontrolují puk **hokejkami** – dlouhými holemi s čepelí, které jsou na konci zatočeny na jednu stranu. Hráči také mohou měnit směr pohybu puku svým tělem, včetně rukou či bruslí. Zde platí dvě výjimky: hráč nesmí přihrát rukou puk svému spoluhráči mimo obranné pásmo a nesmí vstřelit puk do branky úmyslně čímkoliv jiným než hokejkou. Jeden z šesti hráčů je brankář a jeho hlavním úkolem je nepustit puk do branky. **Brankář** má speciální vybavení a má zvláštní práva – např. může přihrát puk a tím zastavit hru. Každý tým může mít na soupisce **maximálně 22 hráčů**, z nichž 2 jsou brankáři. Střídání hráčů je možno kdykoliv, a to i během hry. Zbýlých pět hráčů se dělí na tři **útočníky** a dva **obránce**. Útočnické pozice jsou levé křídlo, střední útočník a pravé křídlo. Útočníci spolu většinou hrají v útočných řadách, kde jsou vždy stejní tři útočníci spolu. Často se vyměňuje celá pětka hráčů najednou. Optimální délka jednoho střídání je okolo jedné minuty. Většina týmů hraje na čtyři útočné řady a tři obranné dvojice. To se však může v různých zemích měnit. Důležitou součástí hry jsou **rozhodčí**. Bývají tři – jeden hlavní a dva čároví. Hlavní má na starost regulérnost hry (fauly).

Řádné utkání se skládá ze **tří dvacetiminutových třetin** čistého času a dvou patnáctiminutových přestávek. Družstva si po každé třetině vymění strany.

Hrazení neboli **mantinely** okolo hřiště napomáhají udržet puk ve hře a díky nim hra často trvá několik minut bez přerušení. Když je hra zastavena, pokračuje se vzhazováním. V hokeji jsou dvě základní pravidla, která omezují pohyb puku. Je to zakázané uvolnění a postavení mimo hru.

Zakázané uvolnění: Pro účely tohoto pravidla je hřiště rozděleno střední červenou čarou na dvě poloviny. (Místo, kde se družstvo, které mělo kotouč v držení, naposledy dotklo kotouče, je rozhodující pro posouzení, zda došlo či nedošlo k zakázanému uvolnění.) Jestliže hráč vystřelí, odpálí či usměrní kotouč z vlastní poloviny hřiště za brankovou čáru soupeře, hra se přeruší pro zakázané uvolnění.

Postavení mimo hru: Hráči útočícího družstva nesmějí vjet do útočného pásma dříve než kotouč. (Rozhodujícími hledisky při posuzování postavení mimo hru jsou: postavení bruslí hráče a poloha kotouče.) Dojde-li k přestupku proti tomuto pravidlu, hra se přeruší a následuje vzhazování.

Zbývající vlastnosti hry jsou do značné míry závislé na **přesných pravidlech**, která jsou použita. Dvě nejdůležitější jsou od **IIHF (Mezinárodní hokejové federace)** a od severoamerické **NHL (týmy z USA a Kanady)**, která je často považována za **nejlepší profesionální ligu na světě**. Pravidla českého hokeje vycházejí z pravidel Mezinárodní hokejové federace.



Recepty želvičky Amálky

V letošním roce jste se mohli na této stránce věnované vaření setkávat s naší velkou odbornicí na kuchtění – želvičkou Amálkou. Jelikož však tato dáma dosáhne počátkem příštího roku neuvěřitelného věku 133 let (ve svém želvičkovském rodném listě má napsaný rok narození 1874), rozhodli jsme se nechat ji odpočinout a svěřit vaření její nástupkyni. Zkušená kuchařka želvička Amálka pro nás tedy naposledy vybrala z dopisů vámi poslaných, a to tentokráte recepty na vaření na téma: „Moje nejoblíbenější polévka“. Autory zveřejněných receptů samozřejmě čekají krásné výhry.



Královská česnečka

(Kristina Doanová,
5 a ½ roku)

Co potřebuješ?

6 brambor, 1,3 l vody,
100 ml smetany,
8 stroužků česneku,
2 lžíce sekané petr-
želové natě, 1 lžíce
Vegety, 1 lžíce másla,
1 lžíce hladké mouky,
1 lžičku kmínu, starší
chléb.



Jak na to? Očištěný česnek prolisujeme. V hrnci rozpustíme máslo, opražíme na něm česnek, zapražíme mouku, promícháme a přilijeme vodu. Přidáme očištěné a nakrájené brambory a uvaříme doměkka. Vmícháme smetanu, dochutíme Vegetou, kmínem a petrželovou natí, vše rozmixujeme. Chléb nakrájíme a opečeme na tuku na pánvi. Hotovou polévku přímo na talíři ozdobíme chlebem a petrželkou.

Jahodová polévka (Kristýna Štíhová, 13 let)

Co potřebuješ? 250 g čerstvých jahod nebo 1 jahodový kompot, 0,5 l mléka, 0,5 l vody, 1 lžíce Solamylu, cukr.

Jak na to? Solamyl rozmícháme v části mléka, dáme do vařící vody a důkladně povaříme. Pak přidáme zbytek mléka a rozmixované jahody a podle chuti přisladíme. Polévku podáváme vychlazenou – s piškoty nebo sušenkami.

Hrachová polévka (Adéla Richterová, 12 let)

Co potřebuješ? 300 g předvařeného hrášku, kousek slaniny nebo párku, ½ l vody, sůl, majoránku, 4 stroužky česneku, 1 mrkev, 1 petržel, 1 lžíce hladké mouky, celý pepř, 3 kuličky nového koření, bobkový list, starší rohlíky.

Jak na to? Slaninu nebo párek osmažíme dokřupava, zasympeme hladkou moukou a zalijeme vodou. Přisypeme hrášek a vaříme do úplného změknutí. Přidáme koření, nastrouhanou mrkev, petržel a rozdrcený česnek a vše rozmixujeme. Podáváme s pečenými rohlíky pokrájenými na kostičky.

Cuketová polévka (Pavla Vaňková)

Co potřebuješ? 1 středně velkou cuketu, 1 cibuli, ½ l vody, 2 stroužky česneku, 1 kostku slepičího vývaru, petrželovou nať, 1 vejce, máslo, starší rohlíky.

Jak na to? Na másle zpěníme pokrájenou cibuli, přidáme nastrouhanou cuketu a zalijeme vodou. Přichutíme Masoxem, prolisovaným česnekem a vaříme do změknutí. Do téměř hotové polévky vmícháme vejce a podle potřeby dosolíme. Posypeme petrželkou a těsně před podáváním i osmaženými kostičkami rohlíku.



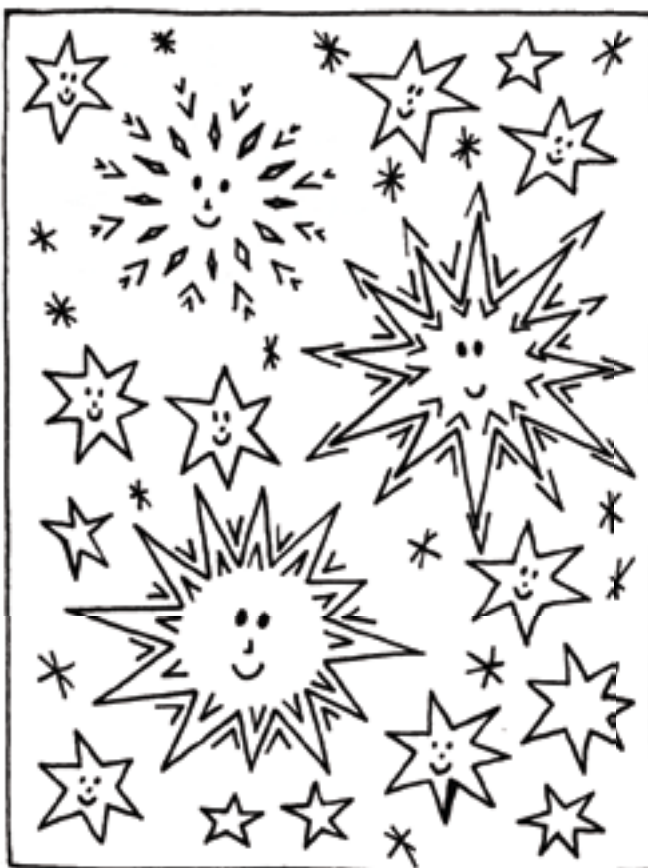
Poznejte co chutná

AMYLON

BALENÉ VÝROBKY

- KLASICKÉ PUDINGY
- INSTANTNÍ VÝROBKY
A ŠKROB
- MOUČNÉ SMĚSI
- BRAMBOROVÉ VÝROBKY
- KUČYŇSKÉ PŘÍSADY





Vybarvi a najdi 5 rozdílů

POZNEJ LIDSKÉ TĚLO - ZÁHADNÝ MOZEK

Proč se vám zamotá hlava, když vstanete?

Toto je velice častý jev. Když se postavíte, krev potřebuje o něco vyšší tlak, aby se natlačila do mozku, než když ležíte. Jakmile tedy změníte polohu, vaše tělo krevní tlak automaticky upraví. Někdy jej však neupraví okamžitě, a proto máte na okamžik závrať.

Je pravda, že když se na problém vyspíte, vyřešíte ho lépe?

Existují důkazy, že je to pravda, ačkoliv to nefunguje za všech situací. Výzkumy však ukázaly, že krátkodobá paměť je o minimálně 15 % účinnější ráno než večer. Takže když si během dne něco někam odložíte a večer to nemůžete najít, počkejte do rána.

Můžou se mozkové buňky obnovovat?

Dříve se věřilo, že mozkové buňky se obnovit nemůžou. Ale vědci nedávno objevili nové nervové buňky v mozku dospělého člověka a dospěli tak k závěru, že lidský mozek se může obnovovat během celého života.

Texty byly použity z publikace

„Lidské tělo podivuhodné a záhadné 2“ z nakladatelství Ivo Železný.

Jak je mozek rychlý?

Než si člověk uvědomí nějaký konkrétní objekt, trvá mu to méně než půl vteřiny (250 až 450 milisekund).

Zajímavosti:

- Lidský mozek tvoří jen 2 % lidské váhy (váží pouze 1,4 kg), ale 20 % krve, která odchází od srdce, ho vyživuje.
- Nejvíce mozkových buněk máte ve 2 letech.
- Odborníci se domnívají, že váš mozek vyrobí tolik elektřiny, kolik spálí dvacetiwattová žárovka.
- Mozek spotřebuje desetkrát více kyslíku než ostatní části těla dohromady.
- Levá strana mozku odpovídá za slovní zásobu, pravá strana za zabarvení hlasu.



Jmelí – ODKUD SE VZALO A CO JE VLASTNĚ ZAČ?

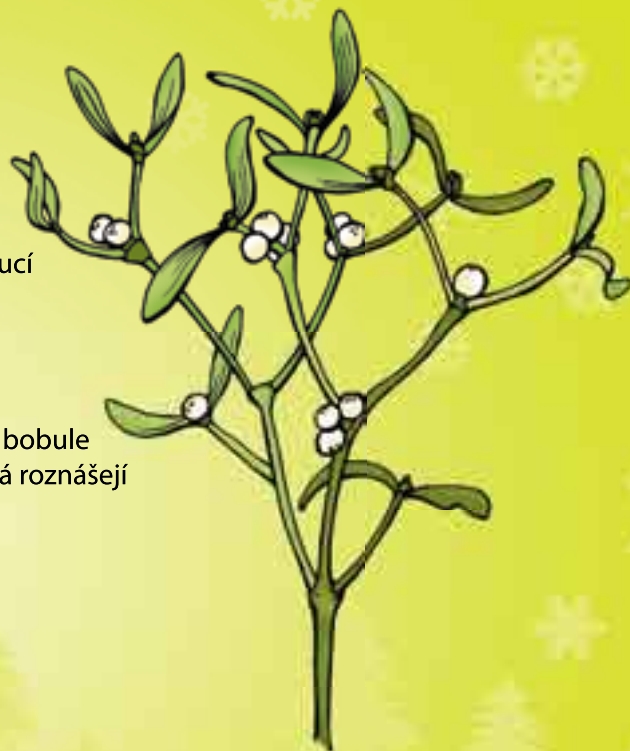
Jmelí bílé je vidličnatě větvený, vytrvalý, stálezelený keřík rostoucí v korunách stromů, na nichž parazituje. Na hostitelském stromu vytváří korunu v průměru až okolo 1 m. Kořeny jmelí pronikají kůrou stromů a odčerpávají vodu a minerální látky. Vlastní živiny si však jmelí vytváří fotosyntézou, takže svého hostitele příliš neobtěžuje. Plodem jmelí jsou velmi lepkavé bílé nebo nažloutlé bobule o velikosti hrachu obsahující semeno. Pomocí těchto semen, která roznáší ptáci trusem, se rovněž jmelí rozmnožuje.

Podle druhu hostitelských rostlin rozlišujeme tři poddruhy:

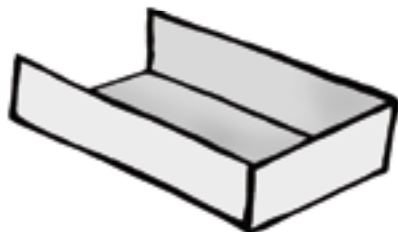
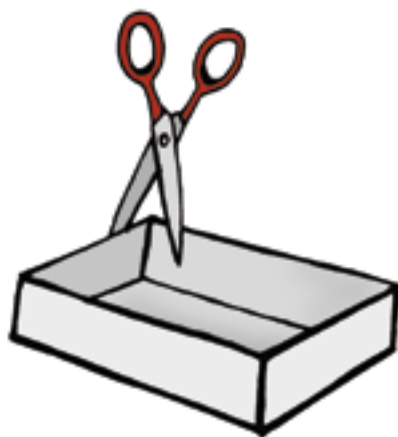
- jmelí bílé pravé (roste na lípě, topolu, jabloni, akátu, javoru, vrbě, dubu a jiných stromech)
- jmelí bílé borovicové (roste na borovici a smrku ztepilém)
- jmelí bílé jedlové (roste na jedli bělokoré)

Jmelí obsahuje látky, které snižují krevní tlak a podporují rozšiřování cév. Používá se proto k výrobě léků proti arterioskleróze.

Jmelí je symbol, v jehož kouzelnou moc věří lidé už od pradávna. Zavěšené jmelí prý přináší do domu štěstí a lásku, chrání proti zlým duchům a čarodějnicím. Kouzelná moc se zvyšuje, je-li jmelí darováno. Zvyk líbat se pod jmelím pochází od Keltů, kteří věřili, že jmelí zajišťuje plodnost.



Můj originální adventní kalendář z krabiček od sirek



Co potřebuji?

24 prázdných krabiček od zápalek, tvrdý karton, nůžky, okopírovaný obrázek andílka (24 kopií), lepidlo na papír

Jak na to?

Nejprve si nechte udělat kopie andílka, které si doma vymalujete sami pomocí barevných fixů nebo pastelky. Z vnitřní části krabiček od zápalek odstříhnete vždy jednu úzkou stranu (jako vidíte na obrázku vlevo).

Andílky poté nalepte na tvrdý papír, pečlivě vystříhnete a přilepte na horní část krabiček od zápalek. Nyní zasunete vnitřní části krabiček do vnějších. Do vyznačeného místa napište číslice od 1 do 24. Nakonec andílkovi ohnete nožičky (v místě přerušované čáry) a postavte jej na výšku.

Nyní zbývá již jen naplnit krabičky malým překvapením (např. balenými čokoládovými bonbony) a adventní kalendář je hotový!



Můj domácí mazlíček

V minulém čísle jsme vás vyzvali, abyste nám posílali fotografie vašich domácích mazlíčků. Na naši adresu dorazilo velké množství nádherných fotografií, a nebylo tak opět jednoduché vybrat ty nejkrásnější.

Naše odborná porota se proto rozhodla vybrat a odměnit tentokrát celkem 10 autorek fotografií, jejichž výtvořiny vidíte na této stránce. Všechny tyto výherkyně se mohou těšit na krásné ceny.



Brigita Caisová



Hana Čížková



Š. Vlčková



Gabriela Schusová



Věrka Kašparová



Markéta Smětáková



Denisa Příbylová



Zuzana Klášková



Kristýna Grögerová



Adélka Bartoňová

O dětskou kuchařku



1000x

**Milé maminky
a tatínkové,
babičky a dědové,**

máte právě skvělou příležitost získat pro svou ratolest pěknou kuchařku „**Vaříme s opičkou Štěpánkou**“ plnou receptů pro šikovné malé kuchtíky, která se jistě bude hodit při dlouhých zimních večerech zejména v předvánočním období.

Nic však není tak docela zadarmo. Vaším úkolem je:

a) **zakoupit** co nejvíce potravinářských výrobků se značkou „COOP Quality Standard“ v libovolném počtu od těchto uvedených značek:



RANKO
(mléčné výrobky)



VAROMA
(potraviny určené
k dalšímu zpracování)



KAPÍTO
(nealko nápoje)



DLE GUSTA
(koření, rybí konzervy,
suché plody)



NOVÝ DEN
(čaje a kávy)



CVACK-CVACK
(slané pečivo
a suché plody)



b) **vystříhnout EAN kódy** (tj. čárové kódy včetně čísel pod nimi), nejlépe ze dvou až tří výrobků od každé z těchto značek,

c) vložit vystřižené kódy do obálky, označit ji značkou „**ŠTĚPÁNKA**“ a zaslat na adresu **COOP Centrum - marketing, Na Poříčí 30, 110 00 Praha 1**. Nezapomeňte na obálku uvést čitelně vaše jméno a celou zpětnou adresu.

Soutěž není časově omezena, odměny jsou zasílány do vyčerpání zásoby 1000 ks. Odměnu získává každý zasílatel, který v obálce dodá minimálně celkem 14 ks čárových kódů. Průběžné informace o odměněných výhercích najdete na www.coop.cz.