



Slovo starosty

Vážení pozoráci,

držíte v ruce mimořádné vydání zpravodaje, které vychází v souvislosti s pandemií nákazy virem COVID 19 a mělo by nám pomoci ji společně lépe zvládnout. Najdete zde spoustu tipů, konkrétních doporučení a zásad, které, když je budeme všichni spolehlivě dodržovat, můžeme minimalizovat ztráty na životech a co nejdříve vrátit život do běžného režimu. Vyzývám Vás, abyste striktně plnili nařízení vlády, ministerstev i obce. Jsme ve výjimečné situaci a ta si žádá řadu osobních omezení a disciplíny. Děkuji všem dobrovolníkům, kteří se od prvního dne zapojili do boje proti koronaviru, pomáhají seniorům s nákupy, šijí pro všechny roušky, věnují materiál na šití, jezdí jako kurýři, nebo obstarávají nedostatečné desinfekční prostředky. Zvedla se obrovská vlna sounáležitosti, díky které věřím, že se nám podaří nelehké období společně překonat. Děkuji Vám za to.

Buďme pevní, disciplinovaní a zároveň laskaví, ať z této situace vyjdeme bezpečně, bez ztrát na životech, silnější a semknutější než dříve.



 Aleš Krč
starosta městyse Pozořice

Vostrý pozořický kočičky

Začalo to nenápadně. Zatímco páteční zprávy oznamovaly narůstající počty nemocných koronavirem a vláda nejspíše zvažovala vyhlášení krizové situace, v Pozořicích se rozvrnely první šicí stroje. A pak se strhla lavina, kterou lze jen těžko popsat.

Domácnost rodiny Sobotkových se přes víkend stala pokusnou laboratoří. Hlavní vývojář MUDr. Ing. Martin Sobotka nonstop zkoumal možnosti sterilizace roušek v domácích podmínkách. V troubě se pekly papírové roušky, na plotně bublaly roušky textilní. A v pondělí byly na radnici připraveny první roušky, v obalu zajišťujícím sterilitu a bezpečí pro nositele.

Kdo roušky vyrábí?

Perfektně zorganizovaná armáda švadlen vedená pevnou rukou Jájí Sobotkové. Víc než 30 žen denně usedá i na 11 hodin denně k šicímu stroji. Poklid domáci karantény vyměnily za hrbení u šicího stroje s žehličkou v zádech. Díky nim dodáváme roušky občanům



z Pozořic a daří se zabezpečit i ty, kteří se starají o nás občany - hasiče, policisty, zdravotníky, pracovníky vodáren, prodavačky, pečovatelky v sociálních službách.

Distribuce roušek

Než Vám rouška přistane v poštovní schránce, pořádně si pocestuje. Z domácností dárců ke ke švadlenám, od švadlen k balíčkářům a od balíčkářů k Veronice Muselíkové, která roušky posílá do světa. Celý tento koloběh funguje jako dobře namazaný stroj. V pohybu jej udržují kurýři - „Mistři světa ve skoku pro něco“. Jsou rychlí, operativní, nikdy nebrblají, vypátrají každou adresu a všichni bychom je chtěli mít doma. Stačí jeden telefon a dovezou bleskově cokoli kamkoli.




A nakonec nesmíme zapomenout na všechny, kteří v prvních dnech zaplavili Pozořice spoustou papírových roušek, před obchodem vydesinfikovali desítky rukou, darovali materiál, který v těchto dnech mizí z prodejních pultů závratnou rychlostí.

Během čtyř dnů takhle skvělá parta dokázala s úsměvem na rtech zdánlivě nespílitelný úkol: předat alespoň jednu roušku do každé rodiny.

Nyní si můžete objednat roušky i pro další členy rodiny.



 Tereza Jiráčková
místostarostka městyse Pozořice

*Všichni znají pověsti české,
hrdé, drsné, někdy i hezké.
Kdo by však věřil pověře,
že se Blaník někdy otevře.*

*Ač zdá se Vám to k nevíře,
v Pozořicích máme své Blanické rytíře.
Celý svět ve válce s pandemií,
naše vostrý kočky roušky šijí.*

*Šijí ve dne v noci jako draci,
jsme jim moc vděční za tu práci.
U stroje tráví hodiny a hodiny,
cíl: „ROUŠKU DO KAŽDÉ RODINY“.*

*Lékaři, důchodci, prodavači,
už se tu další zájemci tlačí.
A Havel nekreslil to srdce nadarmo,
když to ty holky dělají pro druhé a zadarmo.*

*Tímto chceme říci velké díky svoje,
a další zájemkyně zve do odboje.
Snad přinese to svoje ovoce,
tak roušky noste, jsou šité od srdce!*

Těžko předvídat, co nás v následujících dnech, týdnech či měsících čeká. Co si o to myslí psycholog a co by nám poradil. Zeptali jsme se Mgr. Tomáše Kršňáka

Milan Petr (MP): Ahoj Tomáši, co nás tedy v následujících dnech čeká. Pár dnů uplynulo, pořád se něco děje, ale co bude za pár dnů, až budeme jen sedět a čekat?

Tomáš Kršňák (TK): Právě jen sedět doma, čekat a sledovat zprávy bychom neměli. Kdekdo si dnes totiž libuje v tom, čím horší zprávu přinese. Pro některé lidi je pak o to těžší se se současnou situací vyrovnat.

Je dobré si uvědomit, že k největším zdrojům stresu patří právě neznámé a nejistota.

MP: Jsou tyto naše pocity přirozené? Jak se s nimi vypořádát?

TK: V současné době máme hodně obavy o své zdraví, zdraví svých blízkých nebo i o ztrátu zaměstnání. Můžeme se na tuto situaci podívat tak, že jsou dvě skupiny problémů. Jedny jsou ty, které nemohu ovlivnit, nebo jen v minimální míře – tam patří třeba současná situace a to, že se jako lidé cítíme ohroženi. A pak je druhá skupina věcí, které určitě ovlivnit můžeme. A to jsou třeba pravidla, která bychom měli dodržovat. Dodržujeme hygienu, používáme ochranné pomůcky a omezujeme na přechodnou dobu osobní kontakt s dalšími lidmi atd.

A teď se zamyslete a zkuste vymyslet jednu věc, mohli byste i tři, nebo i více co je na tom dobrého. Třeba pro mě, pro rodinu, pro děti... Můžeme být spolu víc jako rodina. Máme na sebe více času. Chtě nechtě se musíme o děti více zajímat, jsou doma a naši pozornost si vyžadují. Musíme s nimi dělat věci do školy, musíme s nimi vytvářet nějaký program. Nemáte v knihovně nějakou knížku, kterou byste si rádi přečetli? Neříkejte, že nemáte někde v počítači hromadu fotek, které si potřebuje rozřadit a promazat. Šťastní ti, co mají zahrádku a mohou na ni něco udělat atd. Dělejte radost sobě, dělejte radost lidem, které máte rádi. Nesledujte celý den zprávy (stačí třeba ráno a večer).

Co nezměníte, tím se pokud, možno netrapte, ale neignorujte to a minimalizujte hrozbu pro vaše zdraví. A zaměřte se na to, co z toho já mohu získat dobrého. Může to být cokoliv, co vám aspoň trochu dělá radost.

Snažte se dodržovat co nejvíce ze svých každodenních zvyků a rituálů. Začněte od pravidelného vstávání, snídání, ranního cvičení. Strukturujte si den, udělejte si alespoň základní plán dne, čemu se budete věnovat.



A nezapomeňte také na kontakty s ostatními lidmi a jejich udržování. Zejména s rodiči a seniory. Existuje řada možností, jak se s nimi spojit na dálku a uděláte jim tím určitě radost.

MP: Kam nebo na koho se mám obrátit, pokud mám pocit, že se nic nelepší?

TK: Dříve než začneme obvolávat krizové linky a červený kříž, tak začneme u sebe a snažme si pomoci sami nebo své pocity sdílejte se svými blízkými. Sdílená starost, poloviční starost.

MP: Až to všechno překonáme vyjdeme z toho posílení?

TK: Je třeba si přiznat, že současný nebo jinak omezený režim nás nejspíše čeká ještě nějakou dobu. Ale věřím, že nás to nejen posílí, ale také donutí dělat některé věci jiným způsobem. Zamysleme se více nad svými prioritami a možná budeme i vnímavější k tomu, abychom nechodili do práce s chřipkou a nenakazili kolem sebe spolupracovníky.

Zachovejme si zdravý rozum.

Jídelní lístek 23. 3.–27. 3. 2020

Pondělí – Vývar s nudlemi

- A – Vepřové maso na pepři, rýže
- B – Kuřecí maso na kari, těstoviny

Úterý – Květáková

- A – Segedínský guláš, knedlík
- B – Kuřecí maso na pórku, rýže
- C – Řáholecký salát, 2 ks rohlík

Středa – Jarní

- A – Smažený holandský řízek, brambor
- B – Vepřové maso na zázvoru, rýže

C – Sojové maso na zelenině, rýže

Čtvrtek – Bramborová s houbami

- A – Hamburské hovězí maso, knedlík
- B – Vepřové maso po srbsku, rýže
- C – Vlašský salát, 2 ks rohlík

Pátek – Gulášová

- A – Kuře pečené, brambor
- B – Maso dvou barev, rýže
- C – Bublanina s ovocem

Na objednávku:

V1 – Smažený vepřový řízek, brambor

Cena obědu s dovážkou je 75 Kč

RESTAURACE FANDA, V Zámku 328

Telefon pro objednání: **608 708 856**



**Pozořický zpravodaj 2/2020
mimořádné vydání**

vydáno: 20. 3. 2020

vydává: Městys Pozořice

Na Městečku 14, 664 07 Pozořice

IČO: 282375, ev. č. MK ČR E 10239

tel.: 544 226 046, e-mail: info.pozorice@email.cz

www.pozorice.cz

redakce: Milan Petr, Tereza Jiráčková, Aleš Krč
design, DTP: Pavel Beneš
štábní podpora: Josef Hajkr, Manželé Sobotkovi



Důležité informace připíchněte na ledničku

Jak se virus šíří?

Hlavní cestou šíření viru je **kapénková infekce** – tedy drobné kapičky vznikající hlavně při kašli a kýchání. V této podobě je virus životaschopný asi **3 hodiny**, ale na běžném povrchu (plastik, karton apod.) až **24 hodin**, některé povrchy jej udrží naživu i **2-3 dny**, tankovací pistole až **9 dnů!**

Seznam - zdaleka ne kompletní - vysoce rizikových povrchů: **kliky, madla v dopravních prostředcích a nákupní košíky v obchodech, tankovací pistole, peníze, obrazovky telefonů a tabletů, klávesnice a PC myši, klíče, pracovní stoly a mnoho dalších.**

Jaké jsou příznaky onemocnění COVID-19?

Vysoká teplota, kašel, dušnost, bolest svalů a kloubů, únava – připomínají běžnou chřipku.

Co je tedy třeba dělat nebo nedělat:

Omezit veškerý pohyb a všechny osobní kontakty všech z nás na nejnutnější minimum. Pokud jdete na procházku (např. s dětmi nebo se psem), nepřibližujte se k ostatním výletníkům na vzdálenost menší než **2 metry**.

Na nějakou dobu (týdny, možná měsíce) zrušte návštěvy přátel, příbuzných, návštěvy dětí u kamarádů a jakékoli další setkávání, byť třeba venku, na čerstvém vzduchu.

Dodržovat hygienická opatření – kašlat a kýchat do kapesníků nebo v nejhorším rukávu na lokti. Nikdy do dlaní, které podáváme na pozdrav a bereme do nich společné věci. **Hygiena a ochrana má nyní přednost před zdvořilostí. Ruce si raději nepodávejte, zato si je mnohokrát denně důkladně umývejte a dezinfikujte.**

Vyskytnou-li se u vás příznaky

Nejezděte k lékaři, ale podle pokynů Ministerstva zdravotnictví volejte:

- nejprve svému **praktickému lékaři**
- Krajskou hygienickou stanicí Brno (tel. **773 768 994**, pouze v pracovní dny od 08:00 - 17:00), nebo kteroukoliv jinou. Telefonní čísla jsou na stránkách Ministerstva zdravotnictví
- nebo na **informační linky** Státního zdravotního ústavu **724 810 106, 725 191 367, 370**
- můžete volat i nově vytvořenou linku **1212** (až pak 112)
- <https://koronavirus.mzcr.cz/>

Chci roušku:

objednávejte prostřednictvím **formuláře na webu** městyse nebo na FB pomocí SMS na tel.: **605 454 217** nebo na mailu veronika-muselikova@seznam.cz

Chci darovat materiál:

volejte: **605 904 605** Alena Zpěváková můžete kontaktovat i přes FB

Chci šít roušky:

volejte: **603 223 353** Jaroslava Sobotková můžete kontaktovat i přes FB

Chci se stát kurýrem:

volejte: **603 269 824** Markéta Hynková můžete kontaktovat i přes FB

Potřebuji konzultaci:

možnost telefonické konzultace s psychologem (nejedná se o krizovou linku)



Mgr. Tomáš Kršňák
tel.: **607 417 939** Po a St 9:00-11:00
mail: t.krsnak@seznam.cz

Otvírací doby:

Prodejna potravin Hruška

Po–Pá - 6.00–18.00 hod.
Sobota - 7.00–18.00 hod.
Neděle - 7.00–14.00 hod.
Senioři nad 65 let 7.00–9.00 hod.

Pošta 8.00–12.00, 13.00–16.00
Senioři nad 65 let 8.00–9.00

Zdravotní ordinace: před návštěvou obvodních lékařů je nutné telefonicky se objednat. Lékaři jsou připraveni většinu požadavků řešit telefonicky nebo mailem.

Úřad Městyse Pozorice bude veřejnosti uzavřen. Pouze podatelna bude provozu v Po a St 8.00–11.00 hod. Prosíme konzultujte svou návštěvu předem telefonicky nebo e-mailem.

Nákup potravin a dovoz léků pro seniory zdarma až ke dveřím

Objednejte den předem do 15:00 hod.:
tel.: **723 990 864** (přednostně SMS)
tel.: **544 226 046**
e-mailu: pozorice@pozorice.cz - do předmětu zprávy uveďte heslo: **NÁKUP**, do e-mailu napište nákupní seznam, jméno a adresu doručení.

Nákupy budou distribuovány Po–So 8:30–12:00 hod.

Omezení autobusové dopravy

Autobusy jezdí jako o jarních prázdninách

Používejte roušky!

Lepší jakákoliv rouška, než nic
85 % částic zachytí **chirurgická rouška**
80 % částic zachytí vaše **domácí rouška**
0 % částic zachytí rouška, **kteřou nemáte**

Ocitli jste se v krizové situaci?

volejte na úřad městyse tel.: **544 226 046**, pokud to bude v našich silách, pomůžeme.

Whatsapp skupina



pro mimořádné události - najdete na www.pozorice.cz - doporučujeme nainstalovat na chytrý telefon, je to nejrychlejší způsob komunikace.

Používejte dezinfekci!

Bezdotykové dávkovače jsou na těchto místech: **potravin y Hruška, lékárna, radnice, zdravotní středisko, Jezera zastávka na točně.** Používejte je!



Před vstupem



obchod, ordinace, MHD, úřad...



Při odchodu



Pozořické víření

Minule jsem psal:
„Buďme hrdí Pozoráci!“
Není už žádné budme.
Jsme hrdé Pozořice, plné
hrdých Pozoráků! Od
pátku třináctého, kdy
jsme si trochu nevinně
řekli, že je třeba něco
dělat, protože v této
zemi za vás stát nic
neudělá, nastala nová
realita. Během dne
se z pár izolovaných
ostrůvků maminek stala
textilní velkovýroba
roušek, ve které pracuje
téměř 45 lidí. Vyrábí
a tisknou se návody,
letáky, skupujeme
chemikálie na dezinfekci,
vyrábí se stojany na
dávkočáky. Makají
s námi lidé ze Šumic,
Tvarožné, Kovalovic
a Sivic. Posíláme roušky
policistům do Šlapanic.
Píší tento text před
půlnocí, zatímco Aleš řeší
nařízení shora, Tereza
ladí nákupy pro seniory,
Ben mění plakáty
otevírací doby Hrušky
pro seniory a další a další
spoluobčané šijí.
Lidi, jste skvělí!

✍️ *Milan Petr*

