



Starški list

2015/32

Kóždy lěto podaja so Wotrowske
džěci w meji k Swjatej Mariji při
Lipicy. Tute lěto mějachu wosebje
rjane wjedro, jako ze swojimi
pisanymi kwětkami wjesele přez
wjes ke groće nóżkowachu. Mejski
kěrluš klinčeše tam wosebje derje.
Po zhromadnej modlitwje stykachu
swoje kwětki do wazow před
wołtarkom.
Wulět zwjazachu ze snědanju na
łuće a knjez Brycka powědaše
džěcom wo nastaću groty.
Wulkotne to městno za
wotpočowanje a modlenje.



wudaće: lěćo 2015/32
wudawaćel: Serbske šulske towarstwo z.t. Póstowe naměsto 2
02625 Budyšin
tel.: 03591 550216
faks: 03591 550220
info@sorbischer-schulverein.de
www.sorbischer-schulverein.de
zamołwitej redaktorce: Marja Jaworkowa/Monika Süßowa
tel.: 03591 550215
fota: SŠT, D.Statnik str. 10/11 w němskim džělu
© 2015 Serbske šulske towarstwo z.t./Sorbischer Schulverein e.V.

Lubi starši,

za zdžerženje našeje strowoty trjebamy poprawom jenož runowahu našeje žiwjenskeje energije džeržeć. Ale kak to zdokonjamy?

Džensa předstajimy Wam alternatiwne hojenje k šulskej medicinj, kotrež so mjenuje TCM. Tute zložuje so na tradicionalnu chinsku medicinu. Zawěsće sće hižo wo slědowacych hojenskich terapijach čitali: akupunktura, balanca mjez Yin a Yang, hojenska móc zelow, chinska dietetika, róla meridianow, meditacije z pomocu praweho dychanja z wotpowědnymi pohibami abo cyłe čěło wopřijace masaže a dalše. Nochcemy Was wobwliwować, ale skerje Was pohnuwać, wo zachowanju strowoty cyłeje swójbje a wo hojenskich metodach přemyslować. Poskitkow je wjele, ale za kóždeho tón prawy rozsud namakać, je za nas lajkow na polu mediciny často jara čěžko.

Přeju Wam rjane léčne prózdniny, šulskim nowačkam wjele wjesela a Bože žohnowanje.

Wutrobnje Was hižo džensa na 10. swójbny swjedźeń 06.09.2015 do Hórkow přeprašam.

Waša

Ludmila Budarjowa

Ludmila Budarjowa
předsydka SŠT



Wobsah:

Móže TCM mojemu džěsću pomhać? - MUDr. Uta Libšowa	2
Džen maćerjow a nanow - Malešecy	5
Kak hoji duch? - Sonja Rybarova, mać z Malešanskeje pěstowarnje	6
Z dobrej jědžu a pohibom do léća - Chróscicy	8
To našim džěćom tyje - Němcy	10
Jědź za brjuch a wóčko - Barby w jědži - Wotrow	12
Dobra zhromadnosć při mejemjetanju - Ralbicy	14

Může tradicionalna chinska medicina (TCM) mojemu džěsću pomhać?

Může tradicionalna chinska medicina (TCM) mojemu džěsću pomhać?

Zakładne zwěšćenje zwoprědka: Naša moderna šulska medicina je w zaštych 100 lětach k tomu přinošowała, zo přeco mjenje džěći zemrěje, žiwjenski čas čłowjeka so stajnje bóle podlěši, šansy za hojenje a wuhojenje žiwjenjastrašnych chorosców stupaja. Wona njemóže a njesmě so přez druhe terapije narunać.

Nic bakterije abo wiry su w TCM kaž tež w klasiskim přirodnym hojenju wažne, ale teren, w kotrymž baci le přebywaja. Tutón teren je čłowjek

ze wšěmi swojimi organami, substancami, začućemi, myslimi, sownami a swojoraznosćemi. Hdyž je strowy, knježi harmonija, je chory, předleža disharmonije. Chroniske, degeneratiwne, banalne a z njedostatka wusutkowane chorosće su klasiske pady za TCM. Drje najznačiša terapija je akupunktura, kotraž so wosebje za lěkowanje bolosców zasadži. Pola džěći wužiwa so město jehličkow laser abo tež akupresura.

Tak kaž rěki přez krajinu běža a so woda w jězorach hromadži, přepruďža žiwjenska energija Qi čěto na



transportnych čarach a rozdželi so w organach. Hdžež njeje Qi, tam tež njeje žiwjenje. Džěl tuteje žiwjenskeje energije – spočatnu energiju - dóstanjemy wot našich staršich do kolebki položenu a přetrjebamy ju w běhu našeho žiwjenja. Čim ekcesiwnišo smy žiwi, čim spěšnišo přetrjebamy tutu energiju. Wšědna potřeba energije (w TCM „poporodna energija“) so přez zežiwjenje (70%) a přez dychanje (30%) wuruna. Su tute wot kwality abo mnóstwa njedosahace, ma so na spočatnu energiju wróćo sahnyc. Tohodla maja w TCM pohibowanje (dychanje) a zežiwjenje wosebity woznam. Štož pohibowanje nastupa, je najlěpje, zo kóždy džen znajmjeńša hodžinu na čerstwym powětrje přebywaš a so z wjeselom a radosću pohibuješ. To njetrjeba žadyn wukonowy sport być, dosaha, hdyž město awta jednorje koleso wzamy abo pěši puće wobstaramy! Za džěci rěka to: wonka so hrajkać abo sportować město jenož při kompjuteru abo telewizoru sedžeć.

Naše wašnje žiwi być a naš wobswět postajeja potajkim našu strowotu rozsudnje sobu. Štó pak je hižo rady zwólniwy, swoje žiwjenske wašnje přeprowować, zabywši hakle tež něšto změnić?

Hdyž sej naš nowy a chwatniwy čas wobhladamy, hdžež zwostanje najebać wšěch pomocnych srědkow w domjacnosći přeco mjenje časa za swójbu; hdžež nowe medije, kaž internet a mobilne telefony stajnu zwjazanosć do cyłeho swěta zmóžnjeja a z hororowymi powěścemi atakuja; hdžež nam nócne wobswětlenje, hara a njeličomne elektriske nastroje w spanskej stwi wjace wokřewjacy spar njezmóžnjeja; hdžež starši swoje džěci do šule woža a so wšědnje přeco mjenje



pohibuja; hdžež so fast food a soft-drinki na kóždym rózku tunjo předawaja, ale za to čerstwa zelenina a počasej wotpowědne poľnohódne zežiwjenje so droho předawaja; hdžež pjekarjo mjeztym jenož hišće z hotowej naměšanej muku pjeku a stare zornowe družiny so lědma hišće plahuja; hdžež prodrustwo přeco wjace insekticidow a pesticidow

zasadzuje, zo by wjetše žně měło; hdžež přeco wjace chemiskich substancow na wiki přińdu a hdžež zubni lěkarjo přeco hišće amalgam do zubow pjelnjeja a ščěpjenske srědky aluminium wobsahuja; - w tajkim času njetrjebamy so přez přiběrace chroniske chorosće džiwać!



W zapadnej medicinje so čłowjek z mašinu abo mechanizmom časnika přirunuje, potajkim staraja so wšelacy specialisća wo wšelake džěle čěła. Z tym je w tutym strowotniskim systemje čěžko, chorosć jako mylenje cyłkowneho organizma spóznać. W TCM widži so pacient jako čłowječe stworjenje, zawjazane do swo-

jeho socialneho wobswěta a jako džěl tutoho uniwersuma. Cil kóždeje terapie je indiwiduelne spěchowanje swójskeje regulacije k wobnowjenju runowahi mjez Yin a Yang.

Přez naše wonkowne wobstejnoscě wobwliwowane žiwjenje wužada so čěło stajnje k najwysim wukonom, tež w regulaciji. Móžnosć k regulaciji čěła zdžeržec a skrućic, je hłowny cil hojenja z metodami TCM. Wulki swójski podžěl móža pacienća přez prawidlowne pohibowanje na čerstwym powětrě, strowe poľnohódne zežiwjenje a redukowanje wonkownych mylenjow runje w času džěcatstwa zdokoneć a z tym njesnadnje k nawróćenju a zdžerženju runowahi přinošować. Je pak runowaha sylnje mylena, móže so tuta často z cyłotnymi metodami TCM zaso nawróćic.

Uta Libšowa, MUDr./Univ. Bratislava

Hłowne wuprajenja chinskeje dietetiki:

- Počasaj wotpowědnje po móžnosći čerstwe produkty jěsć (žane srědky za konserwowanje a barby, ničo do plastiki zapakowane).
- 70% žiwidłow měło ze zeleniny a poľnohódneho zorna wobstać.
- Pomaľu a nic pře spěšnje jěsć.

- Prawidlownje w měrnej atmosferje jěsć (žadyn telewizor, radio, handy abo tablet při blidže).
- Rano kaž kejžor, připoľdnju kaž kral a wječor kaž prošer jěsć.
- Pić hakle po jědži.
- Cokora a młokowych produktow so pasć, dokelž „sliny“ produkuj a tute běh energije haća.

Džen mačerjow a nanow

Witaj-pěstowarnja „K wódnemu mužej“ Malešecy

Skónčnje běše tak daloko. Popołdnjo z mačerjami a nanami so bližeše.

Cyle hordže přepoda mi naša džowka Marija samopaslene přeprošenje za tutón swjedzeń.

Wšitcy běchmy jara napjeći, što nas tu wočakuje. Wšako běše to přenje zarjadowanje za nas a našu Mariju, dokelž je wona nowa w pěstowarni. Marija bě tež cyle zbožowna, dokelž bě papa ekstra zašo wot džěła přišoł a tak smy wšitcy tři w čerwjonej a žoltej drasće do kraja barbow šli.

Jako džěci swoje znate spěwy a rejki přednjesechu, widzáchmoj, kak horde a zbožowne wone na to běchu, wšitko staršim pokazać móc. Džěci so tež wjeselachu, zo móžachu

zhromadnje ze staršimi rejować a zo njeběchu wšitke tak strachočiwe kaž mój. Po tym wočakowaše nas wulke dołhe blido, nastajene ze wšelakimi chlěšćenkami w žoltej a čerwjonej



barbje. Tute su džěci z kubłarkami přihtowali a z wulkej prócu tykančki a wafle pjekli, twarožki wukałali, čerwjeny a žolty puding warili, pomazki namazali, melony a ananasy nakrali atd. Samo KIBA dawaše k piću. Při tutej rjanej zhromadnosći namakachu tež starši čas k bjesadže.

Wutrobny džak za rjane popołdnjo wšěm kubłarkam, knj. Jaincowej, Helene a wosebje našim wulkim małym.

Anett Petter, Sven Endler a Maria



Kak hoji duch?

Přinošk mačerje, kotraž ma džěćo w Malešanskej pěstowarni

Mała holca přińdže pišćo do kuchnje a skorži přez brjušebolenje. Starosci-
wje položi mać ruce na brjuch džěsća,
majka městno, kotrež boli a hižo su
bolosće nimale zabyte. Bjez toho, zo by
to wědźała, přenese mać ze swojej lu-
bosću energiju na swoje chore džěćo a
přinošuje k wolóženju bolosćow. Tutón
jednory princip su terapeuti (tak mje-
nowani hojerjo duše) perfekcionowali
a přesadźa jón hižo zdawna při hojenju
z duchownej energiju.

Naša towaršnosť je normy, prawi-
dła a tabulki nastajiła. My jako starši
smy sej je přiswojili a mamy je za
prawe. Hdyž njewotpowěduje džěćo
ze swojim zadžerženjom formje, so

nas zhotowjeného kašćika hodźało.

Kelko z nas su so sami w swojim
džěćatstwje z temu „Nic dobry dosć



za staršich być“ rozestajeli? A budźmy
sprawni, kelko čerpja a zadžerža so
džensa hišće tak. Chcemy wšitke naroki
na nas spjelnić, pod strachom, nic lu-
bowani a připóznaći być. Smy sami wo-
por našeho zadžerženja a energetisce
damy našim džěćom tute zadžerženje
dale.

Hdyž zrozumimy, čehodla so nam a
našim džěćom něšto stanje, móžemy
to z našim nowym hladanišćom a
hlubokej změnu w nami, našej duši a
našim duchu změnić. Njewinuj ženje
nikoho druheho za twoje njezbožo a
horjo. Pytaj přičinu w twojim živjenju,



jako njestrowe woznamjeni. Wob-
chadźamy z nim tak, zo by so do wot

jednanju, zadžerženju a myslenju. Wotstroń to, změń to a změni so twoje žiwjenje a žiwjenje twojeho džěšća.

Hdyž chorosc naše džěci kruće džerži, njepołożmy wustrowjenje jeno do lěkarskich rukow, ale pytajmy tež w nami nutřka za pućom hojenja. Wobhońmy so, pruwujmy a rozšěrmy naš horicont. Wułamajmy so ze stajenych normow a zwažmy sej, z nami samymi so zetkać.

Z lěta 2004, po wobzamknjenju zwjazkowego wustawowego sudnistwa, je hojenje ducha připóznate powołanje. Mjeztym zo w druhich modernych krajach (Jendźelska, Brasilska, Awstriska, Šwicarska) hižo lětadołho lěkarjo a hojerjo hromadže džělaja, su pola nas w Němskej wobmyslenja ze

stron šulskeje mediciny wulke. Runje za ludži, kotrymž šulska medicina hižo nadžiju njećini, je duchowne hojenje šansa.

Sonja Rybarova, www.wundergeschehen.de



Poćeženja, kotrež našim džěcom žiwjenje wobćežuja:

- Za naše džěci často podhódnoćene poćeženje je spanske městno. Je tutón energetisce přeceženy (wodowe žiły, geologiske poćeženja, elektrosmog ...), njenamaka małe čěło měra a njemóže so tak regenerować.
- Wjele mylenjow su přez čěžko-metale zawinowane. Amalgam je skradžny imunowy- a čuwowy jěd. Džěci a chori reaguja jara spěšnje na jědy. W času samodruhoty wo-

teda mać 40-60% cyłkowneje koncentracije žiweho slěbra w jeje čěle přez placenta na džěco, pozdžišo přez jeje mloko.

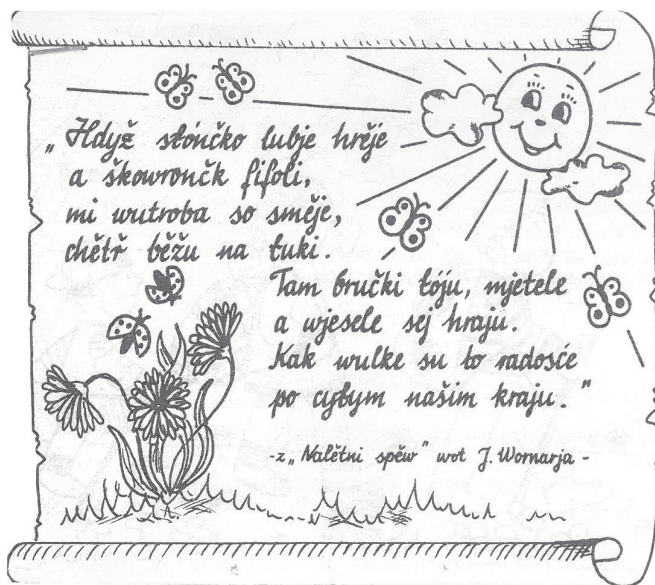
- Sćěwki na sćěpjenja, kotrež alergisku reakciju w imunowym systemje wuwabja, nas přiběrajcy zaběraja.
- Přiměrjenje džěci na nowe wobliwowania kaž elektrosmog (handije, elektronika atd.) zawostaja slědy pola našich džěci.

Z dobrej jědžu a pohibom do lěča

Serbska pěstowarnja Chróšćicy

Naša Chróšćan pěstowarnja je so před 10 lěta na projekće Tiger Kids za strowe zežiwje- nje džěci wobdžě- liła. Tutón projekt poskičeše a wuho- towaše chorobna kasa AOK. Knjeni Pöpelowa je tehdy w němskim poskit- ku tutón program z džěćimi intensi- wne w našej pěstowarni zawjedła a přez wjacore lěta wutwarila. Tež džen- sa hišće wužijemy wšelake elementy a

tiger džěci wopytuje a sej wob- hladuje, što su sej k snědani sobu



hrajajo džěci ze strowym zežiwje- njom zeznajomnymi. Pleńčatko

přinjesli. Hladajo na strowe zežiwje- nje jim praji, hač je wšo derje tak abo hač je lěpje, hdyž n. př. slódkosće zaso wróćo do tobołki tygnu. Džěci dóstanu wšědnje napoj, čerstwy sad a zeleninu. Wone su jara derje dopołdniši ritual płodowego taler- ja přiwzali. Naš magiski płodowy taler je stajnje poľny płodow a so džěćom přeco zaso poskiča. Staršim, kotřiž prawidłownje za pjelnjenje talerja džěćom sad a zeleninu sobu

dawaja, so na tutym městnje wutrobnje džakujemy. Z tym su woni tež wulki přikład za swoje džěči. Stajnje zaso dožiwjamy, kak hordže džěči swój sad jako dar za wšěch wupa-kuja. Runje w přěnich lětach džěcatstwa so wašnje zežiwjenja wuwije.

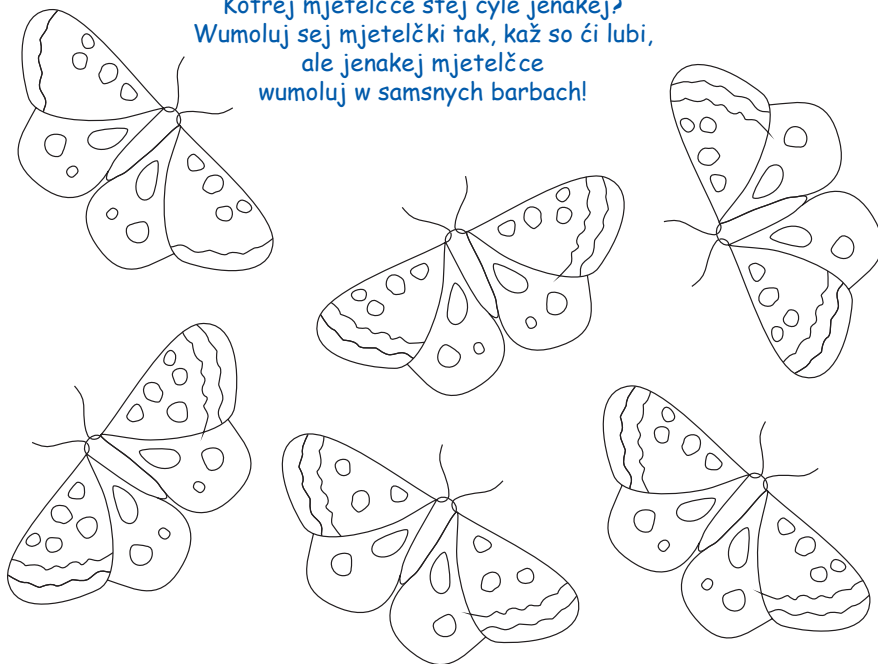
Tež sport a hrajkanje słušeja k wšědnemu dnjej. Nowe pohibowanske hry wabja džěči hišće bóle do hibanja. W přichodnych lětnich měsacach budžemy wosebje na to džiwać, zo džěči dosć pija (žadyn słódki čaj) a swoju kožu před slóncom škitaja. Wažne je nam dale,

zo su džěči počasej wotpowědnje zdrasćene a so tak wjele kaž móžno wonka na čerstwym powětrje hibaja a so w ćopłóće njeprěnapinaja.

Angela Młynkowa, wjednica



Kotrej mjetelčce stej cyle jenakej?
Wumoluj sej mjetelčki tak, kaž so ći lubi,
ale jenakej mjetelčce
wumoluj w samsnych barbach!



To našim džěćom tyje

Witaj-pěstowarnja „Pumpot“ Němcy

W našej pěstowarni džiwamy na strowe zežiwjenje, projekty, kiž su zwjazane z přirodu a na to, zo so džěći wjele pohibuja. Při snědani a swačinyje starši na strowe zežiwjenje kedźbuja, dokelž so tuta jědź wot doma sobu přinjese. K wobjedu prócuje so naša kucharka knjeni Piwarcowa wo strowu a wuwáženu jědź.

Zhromadnje z předšulskimi džěćimi přewjedzechmy w zańdženych tydženjach projekt k temje „wotučenje



přirody - dyrdomdej w zahrodže“. Džěći zhotowichu plakaty z nadpisom „Što trjebaja rostliny, zo bychu rostli?“. Přewjedzechmy wšelake eksperimenty, mjez druhim „puć k swětle“, „móc schadženka“ a „kak pija rostliny?“.

Naša hrjadka w zahrodže dósta

nowu zemju. Džěći přesadźichu truskalcowe rostliny, wusychu radiski, morchej a pětřilku. Jako małe myto smědža pozdžišo płody žnjeć a zjěsć.

Džěći hladaja a staraja so wo swoju hrjadku a přewzaja zamołwitosć za

*Leon Jaratsch (4 lět) hordže na schadženki slónčnych róži pokazuje:
„Kuck mal, das ist bei uns gerostet.“*

rostliny. Tyje jim připódlu, zo su wonka na čerstwym powětrje.

Džěćom tyje, hdyž móža so wjele hibać. Předšulske džěći jědu jónu wob tydžeń do Wojerec do sportownje zakladneje šule při worjole. Tam ze sportowymi pedagogami sportoweho kluba Wojerecy sportuja a so wubědźuja. Mjeńše džěći so w pěstowarni abo na zahrodže wuběhaja a nadosć hibaja. Tež spěwanje a rejoywanje je jara wažne. Při tym so samo džěći, kiž rady njesportuja, k rytмам čumpaja.

Při wuchodźowanju wotkryja džěći přirodu a cyle njeposřednje dožiwja, kak wona wotuća. Při hrajkanju w pěsku namakachu kastaniye, z kotrymiž běchu sej w nazymje tam hrajkali. Mjeztym běchu kastaniye we

wložnym pěsku schadželi. Z wulkim zapalom sadžichu je do kwětkacych horncow. Nimale wšědnje wobkedźbujaja džěci, kak wone rostu a wjesela so nad tym. Někotryžkuli je sej schadženk sobu dom wzał a budže zawěšće raz w chłódku kastanije sedźeć móc. Tež symjo slónčneje róže smy wusyli, zo bychmy wobkedźbowali, kak wone schadźa a so k rjanej kwětcu wuwije. Smy hornicy na wšelake městna w domje a zwonka domu stajili. Tak móžemy wuwice při rozdželných wuměnjach wobkedźbować.

Džěci wuknu tak na najwšelakoriše wašnja sej přrodu hladać a česćić.

Manuela Michałkowa, praktikantka

Nowe hrajkanišćo

Lětsa na dnju džěsća bě wjeselo pola nas wulke. Skónčnje móžachmy nowe hrajkanišćo za najmjeńšich wotewrěć. Woni maja nětko suwadło, čumpjel a pěskowy kašćik w zahrodze před pěstowarnju sami za sebje. Wjetše džěci dóstachu nowe nastroje za balancowanje, krosnowanje a čumpjeli. Wutrobny džak wšem, kiž su twar hrajkanišća zmóžnili, wosebje wšem sponsoram, Serbskemu šulskemu towarstwu z.t., młodžinskemu hamtej a měšćanskemu zarjadej města Wojerecy.

Diana Libšowa, wjednica



Jědź za brjuch a wóčko - barby w jědźi

Serbska pěstowarnja „Džěćacy raj“ Wotrow

Strowe zežiwjenje je často tema w našej pěstowarni. Kóždy dzeń so do-połdnja jako mały přikusk čerstwy



sad abo zelenina poskićuje. Starši za skupinu stajnje dosć sadu a zele-niny sobu sćelu. Kubłarka potom za blidom jabłuka, kórku abo druhi sad z džěćimi kraje. Džěći rady roz-krate jabłuko, morchej abo krušwy chmutaja. Tež džěći, kiž hewak rady sad a zeleninu njejědža, so při tym spěšnje natyknu a do jědže dadža.

Kaž hižo rozprawjachmy, zaběramy so w tutym lěće přewažnje z barba-mi. W jutrownych prózdninach smy sej k tomu něšto cyle wosebiteho wumyslili. Tak nasta ideja, z džěćimi

zhromadnje slódnú snědań zhoto-wić a nic jenož někajku, ale snědań, kotraž je cyle pisana a swjedzeń za wóčko. Po jutrach štwórtk sej z džěći-mi wšitko rozrěčachmy, hladachmy do pisanych knihow z receptami a pytachmy za najslódnějšimi a najpi-sanišimi móžnosćemi. Napisachmy sej nakupowansku lisćinu a kubłarka přewza nakup.

Holcy kaž hólcy běchu pjatk rano cyle rozpjeršeni a njeměrní, dokelž chcychu wšitcy naraz něšto pomhać. Do třoch małych skupin rozdžěleni zapřijachmy wšitke džěći, tež tych najmjeńšich w žlobiku. Jedna skupi-na něšto zelene k piću spřihotowa, SMOOTHI. Džěći so dźiwachu, zo so zelena solotej k piću hodži.

Tu za was recept: 1 citróna, 3 čerwjene jabłuka, 150g zelena solotej a 100 ml wody – citrónu wobělič, wšitko wumyć, zmikso-wać a sej słódžeć dać!

Druha skupina za kóždeho jednu pomazku přihotowa. Z wulkej fan-taziju, zahorjenosću a wušiknosću

nastachu wulkotne pomazki. Wužiwali su džěci swětło- abo čmowožółty twarožk, zelene a čorne oliwy, žółty majs, zeleny hroch, oranžowu morchej a druge pisane přidawki. Čerwjeny ketšup so wězo tež derje hodži.

Třeća skupina formowaše kreatiwny motiwy ze zwarjenych nudlow, kaž mjetelčku abo štom. Bě to jara rjany napohlad. Po našich přihotach so wšitcy k wulkej taflí zesydachmy a dachmy sej pisane jědže a zelene piće zesłodžeć.

Póndželu popołdnu smědžachu sej tež hortowe džěci pisanu swačinu přihotować. Wušiknje a z mnoho dobrymi idejemi sej pomazki pokładžechu. Wšitkim je jara

zesłodžalo, tež hdyž bě někotrym žel, jich kreaciju zjěsć.

Gabriela Hórnikowa



Što čini nam brjušebolenje?

Jědž, kotruž móžeš ćežko požiwać (do přeco mjeńšich kuskow rozdžěleć), kotraž je skažena abo špatnje spřihotowana, móže ci bolosće načinić.

Ale tež, hdyž přespěšnje abo přewjele nadobo jěš, móže to požiwanke organy nadměrnje synnje napinać. Tute organy w brjuše dyrbyja potom wjace džělać, zo bychy jědž předžěłali, zwužitko-

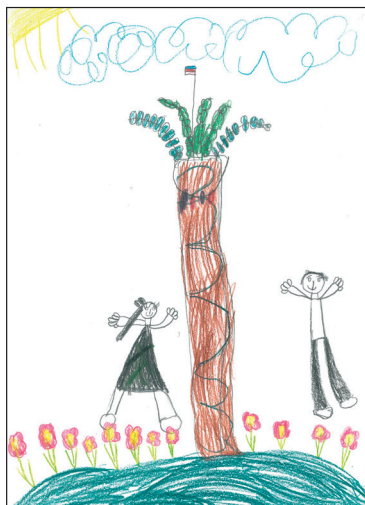
wali a zaso z čěła wustorčili. Tute požiwanke džěło, kotřež wuprózdnjenje črjewow pak spomali abo pospěši, móže brjušebolenje wuskutkować.

Ale tež napjatosc, strach abo styk móža k mylenjam w požiwanju wjesć a brjušebolenje činić. Wosebita kedžbnosc je při syntetiskim cokorje, kaž je wón w mnoho słódkosćach nutřka, trěbna.

Dobra zhromadnosť při mejemjetanju

Serbska pěstowarnja „Dr. Jurij Młynk“ Ralbicy

W Ralbičanskej pěstowarni haji so dobra tradicija mejemjetanja jako swjedzeń za cyłu swójbu. Lětsa bě so termin na pjatk před Swjatkami položil. Přihot na zahrodže bě staršiska přirada přewzała. Tam njebě jim žana próca přewulka. W zahrodže steješe wulki stan a blida běchu ze samopječeny-
mi tykancami staršich kryte. Holcy wulkeje skupiny njetrjebachu tute



chu. W 15.00 hodź započa so swjedzeń z programom džěci a kofejpicom. Kóždy skupina přednjese mały přinošk, haj samo ći najmjeńši ze žłobika. Starši a wowki a džědojo běchu wězo horde, swoje pjerachi rozpjeršene a napjate před publi-
kumom dožiwić. Wulka skupina zakónči z wjacorymi spěwami a rej-
kami wokoło mejki. Hólcy w svojich bělych košlach běžachu wo wjeršk mejki napřemo. Jako přěni doběža Filip Žur. Wuzwoli sej za swoju mejsku kralownu Mathildu Šewcec. Mejski porik nawjedowaše swjedženski ćah, kotryž ćehnješe spěwajo přez zahrodu.



připołdnjo spać. Kubłarki je najrjeńše serbske wuslěkane zdrasći-

W Za džěci přizamknjachu so tójšto zaběrow: šminkowanje, hry z bule-
mi, wšelake poskitki za pohibowa-
nje, stan za čitanje a wotpočowa-
nje, plackowej mužej, lód, hudźba. Kubłarki kaž starši běchu zhromad-
nje aktiwni a so z džěćimi zaba-



Matej, 6 l t

wjachu. Rjenje na tajkim swjed enju je zhromadna rozmo wa star ich a wum na nazhonjenjow, hdy  so d e i derje zabawjeja. W 17.30 hod . predstavjachu star i hru „Pintla k”. W itcy wobd  leni a p ihladowarjo m ejachu p i tym wulke wjeselo. K wje eri so hi ce ko baski pra achu. Wjednica domu wa e e sej wosebje dobru podp eru a pomoc ze stron star ich. Mejemjetanje b  woprawd e dopokaz dobreje zhromadnos e mjez p estowarnju a star iskimi domami.

W r a Burkhardtowa, wjednica

*Wysoki  tom steji we wsy w m odej meji
z wjer kom, w ncom py eny; meju w itcy wi imy.*

(Felix Hajna)

