

LÍŠNICKÝ ZPRAVODAJ

ZIMA 2024



Vánoce 2024 a první sníh v Líšnici / V rybníce jsou nové ryby / Práce na tůních pod hřbitovem jsou v plném proudu

Fara začíná žít / Myslivecký závěr roku / Na Halloween dorazilo 252 dětí

BLUE RENT
Na cestách jako doma!



SERVIS OBYTNÝCH VOZŮ



- Posezónní servis
- Roční kontroly
- Kontroly těsnosti
- Revize plynu
- Servis **ALDE, Truma**
- Montáže příslušenství: **markýzy, nosiče, hydraulické vyrovnání vozu, a další..**
- Montáže solárních panelů
- Mytí a úklid obytných vozů
- Parkování
- Odvoz vozu na servis a zpět (do 30 km ZDARMA)

10%

Čisovice 306, 252 04 Čisovice
+420 777 656 272 servis@bluerent.cz

**SLEVA
NA SERVISNÍ PRÁCE**



Robert Macho Reality

Robert Macho

Master of Real Estate

+420 775 572 535

reality@robertmacho.cz

www.robertmacho.cz

Pražská 1616, Mníšek pod Brdy

Váš průvodce realitním trhem



Správná doba pro nákup nemovitosti je právě teď! Ceny jsou po krizi stále na nízké úrovni, ale s postupně klesajícími sazbami hypoték znovu porostou.



Vážené susedky, vážení susedé,

přeji vám krásný adventní čas, pohodové svátky a spokojený nový rok. Končící rok byl pro nás všechny, s ohledem na rekonstrukci silnice, velmi náročný a jsem ráda, že se nyní vše vrátilo do „starých kolejí“ a můžeme si trochu odpočinout. Další a poslední etapa nás čeká zhruba na přelomu března a dubna 2025, s ohledem na počasí a začátek stavební sezóny. Bude dokončen poslední úsek od kostela ke statku, včetně dešťové kanalizace, a následně bude zrekonstruována silnice až ke sjezdu na dálnici. Pak už si budeme užívat novou silnici bez omezení.

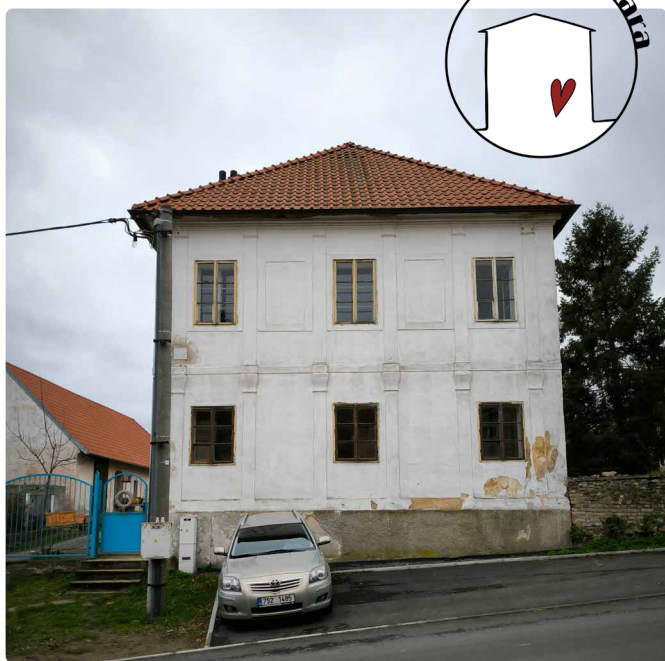
O projektech, které se realizují, nebo probíhá příprava jejich realizace, vás budou informovat páni místostarostové na dalších stránkách zpravodaje. Čeká nás toho ještě hodně a chystají se samé pěkné projekty, které zase o něco zlepší náš líšnický život.

Ráda bych touto cestou poděkovala skupince našich úžasných žen, které připravily nádherný halloweenský pochod a následně krásnou vánoční výzdobu Naší fary. Měla jsem možnost účastnit se jejich whatsappových meetingů a z těch nápadů, námětů a krásných výrobků, které tam prezentovaly, mi opravdu přecházel zrak. DĚKUJI!

Také děkuji všem, kteří se aktivně zapojují do dění v obci, tedy do přípravy zpravodajů, brigád, organizace akcí a tak podobně a dávají nám zpětnou vazbu, aby se nám zde lépe žilo. I to je pro nás velmi důležité a podnětné.

Na závěr musím poděkovat za velkou účast na letošním Rozsvícení vánočního stromu. I přes nepřízeň počasí vás přišlo opravdu hodně a vážíme si toho. Všichni jsme si to, myslím, skvěle užili a po roce (jelikož nebyl festival) byla zase možnost potkat se se sousedy a společně si popovídat. Nakonec vyjádření jedné z účastnic akce: „Já na akce do Líšnice vždycky moc ráda jezdím, protože je tady jedinečná atmosféra. Taková nikde jinde není.“

Vaše starostka Hana Navrátilová



Děkujeme také všem, kdo si v neděli 15. 12. mezi úklidem a pečením cukroví našli čas a přišli se podívat na slavnostně vyzdobenou „Naší faru“. Jsme moc rádi, že máte o dění okolo fary zájem, a těší nás jakákoli nabídnutá pomoc. Se zprovozněním fary bude ještě hodně práce a určitě neplánujeme vše řešit dodavatelsky. Spíše naopak, co půjde, rádi si uděláme sami. V lednu bychom měli mít k dispozici plány stavebních úprav, na jejichž základě budou postupně probíhat rekonstrukční práce. Pokud budete mít chuť se zapojit, ozvěte se nám (jakýmkoli způsobem na obecní úřad).

Krátké zprávy

Poplatky pro rok 2025

Poplatky za komunální odpad, psy a nájemné z hrobového místa se nemění a zůstávají ve stejné výši. Také splatnost poplatků zůstává stejná:

Poplatky za svoz komunálního odpadu pro rok 2025 jsou splatné do 31. 1. 2026.

Poplatek za psa je splatný do 30. 6. 2025.

Nájemné z hrobového místa dle uzavřených smluv.

Tabulku s částkami pro lepší přehlednost zveřejníme začátkem ledna na webových stránkách obce.

Líšnický ples

V sobotu 8.2.2025 se na vás budeme opět těšit na Líšnickém plese. Zase ve stejný čas a na stejném místě, tedy Sokolovna Řitka od 19:00. Ani kapela se nemění – Party-leaders Martina Hrubého.

Co se týče svozového autobusu, zatím nevím, jak se nám podaří domluvit se s novým dopravcem. Pokud byste věděli o nějakém řidiči autobusu, který by nás mohl svést, dejte prosím vědět. Autobus bychom si mohli případně zapůjčit z Čisovic.



Hej, zpomal!

Na základě požadavků obyvatel obce a analýzy dopravní situace, včetně několika řešených dopravních nehod, jsme se rozhodli umístit retardéry na vybraná místa pro zvýšení bezpečnosti.

Text: Ondra Hrazdira, zastupitel

Foto: Dominika Rýparová

Konkrétně byly instalovány dvě dvojice retardérů:

- na komunikaci od křižovatky u Oříšku ke Kamení,
- na cestě od penzionu Spálený Mlýn do stejnojmenné chatové osady.

Další dvojice retardérů je plánována na nově zrekonstruované komunikaci na severu obce.



Naše silnice jsou na mnoha místech úzké a nepřehledné. Proto prosíme o ohleduplnou a bezpečnou jízdu – zpomalme pro klid a bezpečí všech účastníků provozu!

Stavba tůní zahájena!

V listopadu bylo předáno staveňišťě akce „Líšnice – opatření pro retenci vody v krajině“ stavební firmě AQUASYS, spol. s r.o. Stavba zahrnuje vytvoření šesti tůní spolu s doprovodnými úpravami v prostoru mezi obcí a hřbitovem. Firma ihned zahájila práce a začátkem prosince už došlo na kácení dřevin a hrubé zemní práce. Rozsah projektu a velikost budoucích nádrží jsou už teď patrné – při procházce ke hřbitovu si toho určitě všimnete.

Text a foto: Ondra Hrazdira, vodohospodář

Co všechno se postaví? Projekt zahrnuje pět hlavních částí:

Převod vody: Dešťová voda, která nyní bez využití odtéká a v obci způsobuje problémy, bude pomocí propustků svedena z příkopů podél cesty do tůní.

Vodní tůně a terénní úpravy: Šest tůní organických tvarů bez zpevněných břehů se zahlubí přibližně dva

metry pod současný terén. Celková plocha bude 1 700 m². Přebytečná zemina se využije k úpravě břehů a okolí. Největší tůň vznikne obnovou staré, nefunkční nádrže.

Stežka pro pěší: Mezi tůněmi provede pěší stežka, ideální pro klidné procházky.

Odtokové potrubí: Přebytečná voda z tůní bude odváděna novým potrubím do dešťové kanalizace a následně do Líšnického potoka.

Vegetační úpravy: Na začátku bylo nutné kácení dřevin, ale na závěr dojde k nové výsadbě.

Akce spolufinancovaná Středoevropským fondem životního prostředí a zemědělství bude dokončena ve druhé polovině příštího roku. Po obnově rybníka na návsi je to další významný krok ke zlepšení vodních poměrů v Líšnici. Už nyní plánujeme další projekty, které pomohou zmírnit sucho, erozi a další problémy, se kterými se naše území potýká.



Tak je konečně máme. Se vším všudy

Když jsme se po dlouhých letech skutečně dočkali chodníků, po kterých lze bezpečně projít obcí a neuskakovat projíždějícím závodníkům do rigolů, stala se Líšnice ještě o kus světovější. S vydlážděným pruhem země určeným pro bezpečnost chodců přišel do Líšnice trend překážkové chůze přes psí exkrementy.

Nad výtvary koňskými se na stránkách zpravodaje durdili čtenáři nedjednou. Řekněme si ale na rovinu, že slápnout do koňské koblihy je úplně jiná liga, než kráčet po světě s psím bobkem na podešvi. Ano, i po koních by si jejich majitelé měli uklízet, ale pejskaři všech zemí, spojme se a sbírejme nejen žaludy dětem do školy, ale i šišky na chodnících.

Ano, chápu, že jde o záležitost nechtutnou a vysoce smradlavou, ale stejně jako je naše pokolení odpadávna ochotné očišťovat pozadí dětí či stařešinů, postarejme se i o pozadí našich chlupáčů. V po-

rovnání s dříve zmíněným je to vlastně sranda (doslova), byť někdy je to maso (nebo spíš to maso bylo, ale teď to leží na chodníku). Věřte mi, že o tom vím hodně a zážitků s tím mám až nad hlavu.

Třeba když můj pes Nero prohrál souboj s průjmem přímo před dveřmi řeznictví. Řeknu k tomu jen to, že spoluvenčící kamarádka toužící po psovi v tu chvíli toužit přestala. Znáám i ty chvíle, kdy vyrazíte ven a pytlík zůstane doma. Nebo s sebou máte dva a váš pes zrovna ten den jde třikrát. Pořádit si psa je holt starost.

Určitě nejsem propagátorem sběru psích výrobků i v polích a lukách či v křoví, kam lidská noha nevkróčí. Uvědomme si, že z čistě přírodního produktu učiníme jeho vložením do igelitu nerozložitelný odpad – mimochodem přemýšleli jste nad tím, co si o nás jednou naši potomci či mimozemšťani pomyslí, až ve vykopávkách najdou psí lejna v pytlíku?

Nicméně pokud váš miláček položí kabel uprostřed chodníku, kašlete na ekologii a postarejte se o to!

Že to někdy pesjek zvládne nepozorovaně nebo že zrovna nastanou neočekávané okolnosti, za kterých nelze ošemetnou situaci vyřešit, je asi pochopitelné, ale aby na dvacet metrů chodníku leželo pět hnědých překvapení pěkně za sebou, to už je i na milovníka psů mého formátu trochu moc. Přece jen nemusíme mít v Líšnici úplně všechno jako v Praze.

Dominika Rýparová, ha!

PS: Pokud vám někde chybí koš s pytlíky pro psy určený, stavte se na úřadě, rádi vám jeden objednájí. A pokud neuklízíte kvůli svým ekologickým zásadám, tak vězte, že k dostání jsou i sáčky kompostovatelné (a dokonce se už ani nerozkládají v ruce jako kdysi).

Do boje s vodní řasou povolány ryby

Po rekonstrukci rybníka na návsi jsme zaznamenali zvýšený výskyt řas a vodních rostlin, které mohou narušovat estetický dojem z jinak úspěšného projektu. Poslední novinkou je nasazení nových druhů ryb. Prosíme, buďte trpěliví a nové obyvatele nelovte. Rybník pracuje na své obnově!

Text a foto: Jan Abt, Ondra Hrazdira, členové Výboru pro výstavbu a životní prostředí

Bujný růst řas a vodních rostlin je dán obnažením dna po odtěžení sedimentů, kam se ukládal fosfor, stejně jako konstantním přítokem dusíkatých látek z konvenčně obdělávaných polí. Přestože vodní rostliny ne-

jsou nutně znakem znečištěné vody – často právě naopak mohou indikovat její vysokou kvalitu a dále ji zlepšovat – pracujeme na tom, aby rybník zůstal chloubou naší vesnice. Ve spolupráci se společností VENTURA-VENKOV s.r.o. jsme proto zahájili kroky k omezení jejich růstu a stav se již uspokojivě zlepšuje.

V létě jsme do vody aplikovali speciální bakterie a enzymy, které snižují množství živin dostupných pro řasy a rostliny. Na nátoku jsme umístili sáky se zeolitem, který na sebe váže přebytečné živiny.

Se sousedy jsme pravidelně prováděli mechanické odstraňování řas. Od jara jsou v rybníce okouni, kteří

pomáhají s redukcí nepůvodní střevličky východní. Během září, při čišťení stavby na přehradě Orlík jsme získali a dovezli desítky drobných ryb pro vytvoření přirozené rovnováhy druhové skladby a nakonec jsme 29. listopadu do rybníka nasadili kapry a amury ze sádek v NedrahoVICÍCH u Sedlčan, kteří přirozeně pomáhají s regulací vodní vegetace.

Naším cílem je vytvořit harmonický ekosystém, který do budoucna umožní například rybolov pro místní mládež v režimu „chyt a pusť“. Prosíme proto o trpělivost a respektování tohoto procesu – rybník nyní pracuje na obnově své biodiverzity.



Náves už svítí

Druhá adventní neděle patří v Líšnici už tradičně rozsvěcení obecního stromečku. Je až dechberoucí, jak povyrostil ten živý u hasičárny, a tak oslavy adventu v naší vsi jsou plné radosti i pro milovníky přírody a všechny ztepilé jehličnany v okolí.

Foto: Dominika Rýparová

Akci zahájilo vystoupení dětí z místní základní školy, na které navázala kapela Antikvartet se svým vánočním repertoárem. Mimochodem, hudebníci nešetřili slovy chvály na malé zpěváky. Po nich už zazněla slavnostní fanfára trubačů, která je třešničkou na dortu mnoha obecních akcí, a náves rozzářil vánočně ozdobený strom.

Nechyběla ani tradiční výstava betlémů, na které byly k vidění kromě toho unikátního vyřezávaného od Josefa Hájka i raritní kousky - řeba betlém z korálků nebo jesličky postavené v lahvičce od francovky.

Proti mrazu bojovali líšničtí statečně horkými nápoji i pokrmy a obzvlášť oblíbená byla místa u elektrických "ohňů".

Dětem udělaly největší radost tradiční Rákosníkovice palačinky i možnost utéct dospělým do tmy. To bylo to nejdobrodružství!





Sejdeme se... na faře!

Obecní fara ještě zdaleka nemá konečnou podobu, ale už žije společenským ruchem. 12. prosince se tu sešli starostové obcí Mníšeckého regionu a v neděli tři dny poté se dovnitř podívali i všichni sousedé. A kdo vstoupil, nestačil se divit.

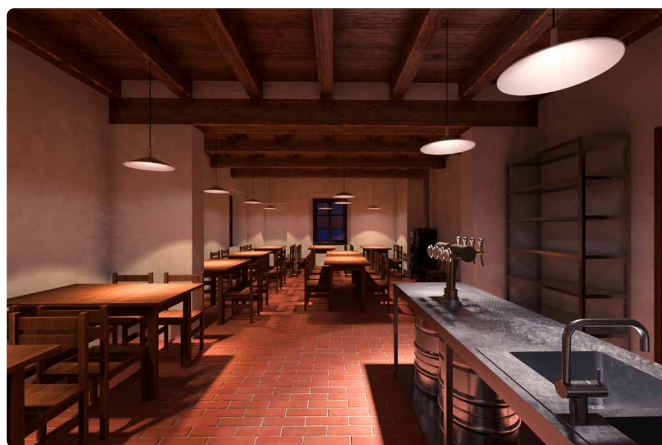
Foto: Barbora Humhalová, Hana Hrazdírová, Dominika Rýparová

„Starostové z obcí Mníšeckého regionu se scházejí pravidelně čtyřikrát do roka, pokaždé v jiném místě. U nás se setkání naposledy událo v roce 2018, kdy jsme improvizovaně využili školu, ale vzhledem k tomu, že Líšnice žádné prostory vhodné pro podobné akce neměla, ujímaly se pořádání okolní vsi a města za nás,“ říká starostka obce Hana Navrátilová. Naše fara se setkala s nadšením a starostové prý plánují i další schůzi realizovat v Líšnici. „Stále jde o velkou improvizaci, protože na faře aktuálně není ani toaleta ani tekoucí voda, takže si budou muset pár let počkat, ale z chvilky máme radost,“ usmívá se starostka.

Na nedělní akci pro veřejnost dorazily všechny generace Líšničáků – pro ty nejmenší tu byl připravený koutek s tvořením, pro ty odrostlejší zase skvělé občerstvení. Nadšení u všech budil betlém s živými aktéry – králíky doplnili i méně běžní indiští běžci (však také v Líšnici žijí už několik let) a příležitostně i mourovatá kočka.

V patře si návštěvníci mohli prohlédnout vizualizaci fary a plánované přestavby obecního úřadu. Je skutečně na co se těšit. Milovníky architektury zajisté potěšily původní barevné stropy, zachovalé dřevěné schody nebo praktická spíž na schodišti. „Podívat se přišel i pan farář Dlouhý a byl nadšený,“ prozrazuje s pýchou starostka obce.

Na faře odvedli místní sousedé obrovský kus práce a spolek žen z Přátel Líšnice si dal obrovskou práci s výzdobou prostor. Podařilo se jim skutečně vykouzlit z chátrající fary místo, kde se budou místní rádi scházet. Naše fara je místem se silným géniem loci, které má potenciál vystřelit společenský život v obci vzhůru k výšinám.



Vizualizace Naší fary

Předvánoční setkání starostů z regionu





První veřejná akce na faře pro obyvatele Líšnice



Hubertská mše B dur tentokrát v Mníšku pod Brdy

Stalo se již tradicí, že některou podzimní neděli je v naší farnosti sloužená Hubertská mše. Letošní rok nebyl výjimkou. 6. října 2024 zazněly v slavnostně myslivecky vyzdobeném mníšeckém kostele sv. Václava krásné tóny lesních rohů (lesnic) doprovázené velmi pěkným zpěvem. O tuto kulisu se postarali Povltavští trubači a chrámový pěvecký sbor.

Text: Jaroslav Novák st.

Foto: Archiv J. Nováka st.

Zazněla Hubertská mše B dur. Hudbu složil Petr Vacek, textem ji opatřil Josef Selement. Můžeme ji slyšet jako hudební doprovod k celé liturgii nebo v koncertním provedení jednotlivých částí. Všichni přítomní měli možnost prožít krásnou mši svatou, slouženou naším panem farářem Janem Dlouhým. V úvodní části jsme slyšeli tři sólové rohy, které vábí sv. Huberta, zazněl zvonek a vešel kněz se svým doprovodem mnoha ministrantů.

Ještě než pan farář zahájil mši svatou, slyšeli jsme při zpěvu: „Huberte, patrone, ochraňuj nás! Vyslyš naše prosby, stůj při nás.“ Další velmi působivý zpěv nám v části Kyrie říkal: „Poklekňme, myslivci, na kolena, zpytujeme svoje svědomí! Obratme svoji mysl k Hospodinu, učíme před ním pokání.“ V části mše, kdy se přinášejí dary, jsme slyšeli také pěkný zpěv s nádherným doprovodem lesnic: „Milosrdný Bože, přicházíme k Tobě, na kolena padáme. Pokorně prosíme, žehnej nám. Ať se dílo podaří, příroda nás obdaří. My prosíme Tebe, dej nám hodně zvěře v honitbách.“ V závěrečné části mše sbor zpíval za hudebního doprovodu výzvu pro myslivce: „A nyní myslivci se opětně do svého díla dejme, co Pán Bůh svěřil nám, to



poctivě ochraňujeme. Svou mysl obratme jen ke skutkům dobrým a bohulibým, s pomocí Huberta se naše dílo podaří.“

Hubertská mše byla sloužena za všechny žijící i nežijící myslivce, lesníky a všechny, kteří se starají o přírodu. V kázání a v přímlovkách zaznělo mnoho ušlechtilého. Svými slovy bych to shrnul asi takto: „Pane, na přímlovu sv. Huberta nám sešli sílu, abychom dobře pečovali o Tvé dary a byli dobrými hospodáři ve vztahu ke zvěři, přírodě a jejímu bohatství, abychom vše s úctou k našim předkům zachovali i pro naše následovníky.“

Na závěr mše pan farář všem přítomným udělil požehnání a za zvuku sólových rohů se svým doprovodem odešel. Následoval dlouhotrvající potlesk do posledního místa obsazeného kostela. Poté se Povltavští

trubači s přítomnými farníky rozloučili před kostelem zahráním několika signálů, hlaholů a skladeb starých mistrů.

Osobně jsem během října a listopadu aktivně absolvoval se svojí ženou osm hubertských mší v různých kostelech našeho kraje s různými trubači a pěveckými sbory. Každá měla své kouzlo, ale ta naše v Mníšku (v roce 2025 bude zase v kostele Všetech svatých v Líšnici) měla nádhernou atmosféru a pro mě byla největším zážitkem. Asi je to dáno tím, že většinu lidí, kteří se hubertské mše zúčastnili, znám, se souborem Povltavských trubačů vystupují 12 let a s místním chrámovým sborem mám velmi dobré vztahy. Krásné dopoledne jsme zakončili přátelským posezením v Oáze na farní zahradě.



Divokrásný příběh

Už když jsem tento rozhovor přepisovala, napadlo mě, že by si ho mělo přečíst co nejvíc lidí. Je plný radosti, lásky, tvořivé energie a co víc, napsal ho život sám. Dojímal mě nejen svým silným příběhem, ale i upřímným vztahem matky a dcery, které jsou jedna druhé oporou. Lucku Kulháňkovou můžete znát z Instagramu jako Lucku z maringotky. A nebo od rybníka na "Špáleňáku", kde už roky buduje svou zahradu a váže nádherné kytičky z lučního kvítí. Její dcera Magda Krupilová si dobyla srdce milovníků všeho krásného svou značkou Divokrásno a na sítích ji dnes sledují desítky tisíc fanoušků. Bok po boku jste je mohli potkat třeba ve stánku na proslulých Hrnčářských trzích v Berouně a nově se čas od času potkají i on-line: Lucka je totiž autorkou limitovaných kolekcí drobných keramických ozdob, které obměkčí i srdce dvoumetrového kamionáka. Současný úspěch ale holky rozhodně zadarmo nemají...

Text: Dominika Rýparová

Foto: Archiv Magdaleny Krupilové



Která z vás začala s podnikáním dřív?

Magda: To asi já. Vlastně jsem začala mnohem dřív. To ještě nebylo Divokrásno ale Rezcykl. Značku jsem postavila na Vaškovi, svém muži, který je uměleckým kovářem. To byl rok 2018. Tehdy jsme s manželem pracovali na statku u Abtů, já jsem razítkovala krabice logem Tátův sad a najednou jsem řekla: „Já chci mít taky svoje razítko!“ Představila jsem si, že bych měla doma krabičky a etikety a balila bych něco svého.

Rezcykl jsem ale poznala skrze plecháčky s tvými malbami...

Magda: Vašek o to moc nestál, tla-



čila jsem ho do toho, protože jsem si myslela, že já sama nic neumím. Když zjistil, že mám uměleckou školu, povzbuzoval mě, abych malovala. Dal mi první plátna a já šla na kurz olejomalby portrétů do Prahy. Když mi náš kocour Milan rozšlapal po celém baráku červenou olejovou barvu, mamka mi dala svoje staré akvarely a já to zkusila s nimi. Malovala jsem pro Tátův sad jablka, kamarádce koně, přáníčka, plakáty... Všechno originály, které jsem jen rozdávala. První hrnek jsem udělala v roce 2021 a na Divokrásno jsem se přejmenovala o rok později. Pod tímhle jménem už jsem fungovala bez manžela a on si oddechnul.

Lucka: Mně se líbí, že na to Magda šla po malých krůčkách a postupně to nabralo ten správný směr.

Magda: Myslím, že se to vyplatilo. Nepůjčila jsem si pět milionů, abych rozjela byznys, ale měla jsem dvě práce a dávala si peníze stranou. Nakreslila jsem pro charitu obrázek krocana a oni mi ho poslali zpátky na hrníčku. A mně došlo, že tohle je ono. První plecháčky jsem dělala opět pro kamarádku, co má koně, a vlastní lis jsem dostala od rodičů a Vaška k Vánocům. Pak jsem si

z každé výplaty dávala stranou třeba dva tisíce, a když zbylo, koupila jsem si hrnky a všechny je zakazila. Za měsíc jsem si zase koupila deset hrnků a zkusila to znova. Tak se to pomaličku rozjelo. Dávala jsem hrnečky na Facebook, přes skupinu Sousedé od Berounky. Potom jsem se rozhodla založit si vlastní webovku jako Rezcykl, ale muselo to dozrát. Stávalo se mi, že mi volala kamarádka, která mi s tím pomáhala: „Víš, že máš už měsíc objednávku na e-shopu?“

Lucka: Vnímala jsem to jako takové nárazové akce, které si pak musely sednout. Musela sis je zpracovat. Byly to raketové starty směrem vzhůru, teď mám nápad, ale postupně šla energie zase dolů. A pak zas strmě vzhůru a zase dolů. Až to skončilo vyhořením.

Magda: Asi půl roku jsem byla úplně na dně. Neměla jsem vůbec sílu dělat něco víc. Měla jsem na práci hodinu nebo dvě, ale rozjet byznys za dvě hodiny denně? Navíc jsem měla i fyzicky náročnou práci. Nejdřív jsem na statku zvedala sudy, pak jsem si našla místo ve velkoobchodě s květinami, kde jsme vykládali kamiony, a druhou směnu jsem

měla v restauraci, kde jsem dělala servírku. Vstávala jsem v pět, složila kamion, v poledne jsem jela do restaurace, kde jsem byla do čtyř, a pak dítě, škola, úkoly a teprve potom malovat a dělat hrníčky.

Kdy se to zlomilo?

Magda: Před třemi lety, kdy jsem jela na první trhy. Byly to jarní trhy v Dobřichovicích. A tehdy to začalo. Takže mám za sebou tři roky opravdové práce, i když značku mám pět let, e-shop čtyři, před třemi lety první trh... A mamka to měla vlastně podobně.

Lucka: Pro mě byl zlomový rok 2020. Viděla jsem na Magdě, že je na dně. Do toho umřela babička, o kterou jsem se starala, mohli jsme se přestěhovat na stálo do Líšnice, protože do té doby jsme byli vázaní na Počernice, kde mi chyběl prostor, nebyla tam zahrada. Jezdili jsme na víkendy do Líšnice k rybníku, postavili si tam maringotku, brali s sebou i kocoura.

Magda: Když jsme si volaly, máma říkala: „Ach jo, zas musíme jet domů.“ No a najednou nemusela. Najednou měla svobodu. Nakonec dala i výpověď v práci – mimochodem dělala zubní laborantku, odtud má tu svou preciznost, protože celý život seděla u mikroskopické práce, kroutila si tam drátěčky kolem sádrových odlitků. Jenže ta svoboda se obrátila spíš v takovou existenční krizi, protože už nebylo potřeba starat se o babičku, do práce se vrátit nechtěla, ale co teď?

Lucka: Magda mě do podnikání tlačila už dávno, ale já nechtěla.



Měla jsem pocit, že na to nemám. Magda je jiný typ než já. Já jsem chaotik, Magda má ráda tabulky, jasné plány, další kroky. A to já neumím. Už když byla malá, chtěla po mně tabulku, kde budou různé úkoly, ona mi bude pomáhat a odškrtnout si je. Ale já nebyla schopná!

Magda: Jsem taky chaotik! Ale mám ráda plán. Mám ráda tabulky, jen nejsem schopná se jich pak držet.



Ale nakonec sis nechala od dcery dodat odvahu?

Magda: Táta se v té době kvůli mámě hodně trápil. Byla smutná, nevěděla, co se sebou. Měl z toho strach. Říkal mi: „Zkus jí, prosím, nějak pomoci. Ona potřebuje něco dělat, ale já nevím co.“ Zrovna byl Víkend otevřených zahrad, tak jsme sedly do auta a objely je.

Lucka: Když jsem viděla, že i ti, kdo na internetu působí jako naprostí profesionálové, jsou lidé z masa a kostí a dělají prostě jen to, co umějí, dodalo mi to odvahu.

Magda: Mamka najednou viděla, že i oni dělají chyby, že taky zasaď kytku někam, kde se jí nedaří, že to nebo ono jí roste doma a třeba i lépe. Jely jsme domů autem a já jsem jí říkala: „Mami, rozjedeš to!“ Byla obrovsky motivovaná a do týdne byla vymyšlená nejen kytky, udělala jsem letáčky, nálepky, vizitky, v plánu byl i samoobslužný stánek s přebytky ze zahrady. A do toho se vložil táta: Kačenka (Lucka) potřebuje záhon? Tak ho uděláme. Jeden bude mít čtyři metry a bude jich tam patnáct v terasách!

Lucka: Tak jsem se pustila do zahrady, vázala jsem kytky, sušila je, dělala jsem nejrůznější věnce – ty mě moc bavily, jenže vypěstovat všechno od semínka, usušit, uvázat, to bylo tolik času a práce, že ve výsledku byly tak drahé, že by

byly neprodejně. Navíc jsem pro ně nemohla najít ty správné dekorace. Prosila jsem pořád Magdu, aby mi z velkoobchodu přivezla nějaké drobnosti na věnce, ale bylo to strašné. V té době jsem začala s mechovými věnci, které tenkrát nikdy nebyly, a potřebovala jsem je něčím vyšperkovat...

Magda: A všechno bylo strašné! Plastové, obarvené, nevkusné, drahé. A máma hledala dokonalý doplněk.

Lucka: Tenkrát jsem ze samotvrdnoucí hmoty poprvé zkusila houby. Úplně se rozpadly!

Magda: Já si jako první pamatuju vajíčka! Sádrové odlitky z centimetrových papoušcích vajíček. Mamka do nich skalpelem vyřízla díрку dva na dva milimetry, vypláchla je proudem vody, nalila do nich sádro, zapíchla drátek, a když to zatushlo, píchla je do ručně motaného prouťeného hnízdečka. Když se potom na trhu někdo pohoršoval nad tím, že věnec stojí 850 Kč, říkala jsem si, že kdyby věděli, že jen výrobou vajíček strávila máma čtyři hodiny, nedivili by se.

Lucka: Zkoušela jsem to dál se samotvrdnoucí hmotou, a pak jsem vnučce k Vánocům koupila keramickou hlínu. Rozleželo se mi to v hlavě, kousek jsem si od ní vzala a řekla si, že zkusím houby z ní. Našla jsem si fotky skutečných hub, protože nikde jinde jsem inspiraci nenašla. A hned mi v hlavě začalo šrotovat, co ještě by se dalo...

Magda: V tom si myslím, že jsme si s mámou podobné, že máme spoustu nápadů. Voláme si a pořád nás napadají další a další věci. „A co kdybys zkusila ještě tohle? A co tohle? A taky bys mohla tohle!“

Jenže jak najít to, co bude fungovat?

Magda: Jedna věc je nápad, druhá funkce. Jak ten nápad využít? Lidí si občas myslí, že maluju hrnečky, jenže já maluju a pak hledám, kde všude ty ilustrace využít. A to samé mamka se zápichy. Nejdřív to byly jen ozdoby do věnců, ale posouváme to pořád dál. Teď máme v plánu ozdoby na vánoční stromek s muchomůrkami.

Lucka: Těch nápadů je moc, ale je potřeba vždycky vymyslet i to, jak to udělat. Třeba u těch ozdob je otázka, kolik toho unese kolíček, jak to udělat, aby vše drželo, jak má. A tak je to se vším. Jak to udělat, aby to



bylo funkční? Je jednoduché vymyslet houbu, ale co s ní?

Magda: Ale někdy je to i docela poetické. Nedávno jsem měla sen, jak provlékám látkový ubrousek keramickým kroužkem. Otevřela jsem oči a řekla si: „Vymyslela jsem mámě nový produkt!“ Krásně by to doplnilo to mé nádobí, obě děláme stolování, už vidím tu nádhernou sadu.

Lucka: Jenže já to nestíhám vyrábět!

Magda: Jenže to přece není problém! To jsou limitované edice, exkluzivní zboží. Není důvod se stresovat. Musím říct, že máme skvělé zákazníky. Dokážou naši práci ocenit, jsou nesmírně podporující, nejsme pro ně jen producent nějakého zboží. Často mi píšou i kvůli úplně jiným věcem – třeba kvůli vlasům, jestli si bělím zuby, jaký používám make-up. A na trzích vidím, že naše produkty jsou pro ně odměnou, něco, co si zaslouží. A přesně tak to je.

Lucka: A někdy nás překvapí, komu a proč se ty věci líbí. V Berouně kolem našeho stánku chodil takový zamračený řidič dodávky, nosil nějaké krabice. Přišlo nám, že kouká, co to máme za hlouposti. Když procházel potřeť, zastavil se a koupil si zápich s dýní! Jindy se u hub zastavila paní a říkala: „Jé, to je nádherný, to by se líbilo dědečkovi!“ „On je houbář?“ zeptala jsem se. „No, on moc rád houbáří, já bych mu to dala do kolumbária. Není to hloupý? Nebudu za blázna?“ Ujistila jsem ji, že když

se půjde podívat na hřbitov třeba v Německu, najde tam na hrobech mnohem zřeštěnější věci. Nakonec se rozhodla udělat mu tam malou zahrádku, vzala si tři houbičky a dědeček měl, myslím, radost.

A co ty květiny, stíháš ještě vázat?

Lucka: Ano, letos jsem dělala i několik svateb, což je obrovská věc. Včera jsem udělala svou poslední letošní svatbu a teď si odpočinu, protože je to obrovská nálož. Není to jen květiná pro nevěstu, ale i pro maminky, pro babičky, třeba dvacet květin na stůl, výzdoba. To už je takový objem, že na to moje zahrada nestačí a musím dokupovat v zahradnictví. Na druhou stranu si ode mě kupují sušené květiny i jiní zahradníci.

Jak ses k tomu velkozahradničení vůbec dostala?

Lucka: Do dvaadvaceti jsem byla zahradou nepolíbená. Máma mi občas něco ukazovala, ale mně to bylo jedno, nebylo to moje. Poprvé jsem začala s pěstováním kytěk doma v Počernicích na okně někdy v roce 2018. Tehdy jsme začali postupně budovat i zahradu v Líšnici, kde mě poprvé napadlo, že bych se něčím takovým chtěla živit. Ale úplně první zkušenost jsem měla z Toušeně – v areálu starého cukrovaru, kde sídlí i naše firma, jsme zakládali naši první zahradu. Tam jsem si poprvé rýpla do svého a zjistila jsem, že je to také obrovsky kreativní práce, když nemusíte poslouchat někoho jiného, co máte kde vyplet. Manžel si tam nejdřív u kanceláře založil vinici, vedle jsme udělali skalku z obrovských pískovcových valounů, zasadili borůvky... dneska, už je to džungle.

Magda: My jsme začaly zahradničit spolu. Byla jsem těhotná a přestěhovala se z Prahy do Řevnic. Na zahradu jsem utíkala před problémy doma. Volaly jsme si s mamkou, co sázíme, kde to nejlépe poroste, co dát do stínu. Stavěly jsme si každá svou kamennou zídku. Někdy mamka přijela pomoci mně, někdy já jí. Sblížilo nás to.

Lucka: Začala jsem jezdit do velkoobchodu s květinami v Hlavenci, kousek od Toušeně. Neměla jsem tehdy auto, tak mě tam ráno manžel hodil a já tam chodila s jejich katalogem a četla si, co se kam hodí, kdy to kvete, dokud pro mě zase nepřišel. Všechno měli v latině, tak jsem se jí naučila také.

Magda: Ze začátku jsi nakupovala různé keře, aby brzo udělaly pará-

du, ale postupně jsi přidávala kytky k řezu a nejrůznější extra špeky. Táta pak chodil po zahradě a říkal: „Hele, nastříhej mi něco pro manželku tady pana X.“ Máma si mi stěžovala, že to neumí, učila se vázat kytky podle YouTube.

Lucka: Když jsme potom začali jezdit častěji do Líšnice, kde jsme měli v plánu velkou zahradu, řekli jsme si, že by bylo fajn mít i patřičné vzdělání. Našla jsem v Hloubětíně soukromou zahradnickou školu a zjistila jsem, že tam je i floristický kurz. Začali jsme s manželem chodit do večerní školy. Oba máme rekvalifikační kurz na zahradníka a já ještě floristiku. Měla jsem skvělou vyučující, která mě propojila ještě s další, a obě mě toho hodně naučily. I když nejdůležitější je stejně ta praxe, která ti ukáže, na co si dávat pozor, co funguje, ale i co na zahradě nevyroste a jaká výhoda je mít na vazby rovné dlouhé stonky.

Magda: Právě ve velkoobchodě, kde jsem pracovala, jsem viděla narcisy nebo hyacinty třikrát vyšší než ty ze zahrady. Jenže jsem poznala i tu druhou stránku. Zahradnice měly od veškeré té chemie sežrané ruce. Nebo i to, že v platu kytěk byla půlka mrtvá, tak se to celé vzalo a hodilo do kontejneru. Nikdo to neřešil. Občas jsem nějaké dovezla mamce, ona je zachránila, já je malovala... Byl to čas, kdy se mezi námi spravilo všechno, co v pubertě skřípalo. Úplně jsme se propletly. Teď vlastně obě řešíme svoje ateliéry, obě řešíme, jak je budeme vytápět, obě jsme už myšlenkami v další sezóně. Pořád jsme každá sama sebou, ale fungujeme spolu. Je to dokonalá symbióza.



Líšnický Pochod plný tajemství přilákal 252 dětí

Rádi bychom se s vámi podělili o úžasný zážitek, který jsme společně zažili 9. listopadu 2024 na tradičním halloweenském Pochodu plném tajemství. Tuto akci jsme uspořádali my, Kamarádi Líšnice, s podporou našich skvělých partnerů. Halloween se stal v Líšnici oblíbenou podzimní událostí, která přináší radost dětem i dospělým.

Text a foto: Mirka Engelová a spol.

Na dvoukilometrové trase čekala na děti různorodá stanoviště, kde se setkaly s tajemnými postavami. Mohly tak narazit například na vodníka, hejkalka, tanečnice, čarodějnice, žalářníci, pavoučí ženu nebo bílou paní. Každé druhé stanoviště nabízelo nejen zážitky, ale i sladkou odměnu za odvalu.

Letos se pochodu zúčastnilo 252 dětí, což nás nesmírně potěšilo. Zájem o akci stále roste, a jsme rádi, že si děti odnesly spoustu krásných vzpomínek. Za dokončení trasy je čekala dřevěná medaile a poukaz na cukrovou vatu od Šroubků.

Na startu i v cíli jsme připravili občerstvení, které zajistili ochotní dobrovolníci. Celou akci jsme zakončili veselou diskotékou v hasičárně, kde si účastníci užili zábavu až do večera. Hasiči se také starali o bezpečnost dětí po celé trase.

Pro všechny návštěvníky byl připraven fotokoutek, odkud si mohli odnést památku na tento kouzelný večer. Pokud máte vlastní fotografie z akce, budeme rádi, když nám je pošlete na e-mail: myzlisnice@gmail.com.

Děkujeme všem, kdo se na organizaci podíleli, i těm, kteří přišli a užili si s námi večer plný dobrodružství. Vaše nadšení nás motivuje k tomu, abychom tuto tradici udrželi i v příštích letech.

Akce byla financována kromě vlastního vkladu i štedrými sponzory, kterým za to velmi děkujeme.

Těšíme se na vás příští rok!





Halloweenské občerstvení pro děti od dětí

Text, foto: Jana Snášelová

Obrázek nakreslila: Johanka Snášelová

Letošní přípravy na Halloween pro nás byly trochu netradiční. Organizátoři se obrátili na některé líšnické ženy, aby napekly pečivo, které by doplnilo letošní nabídku občerstvení. Očekávala se totiž velká účast.

Po poradě s vnučkou Johankou jsme se rozhodli, že přidáme do letošní nabídky občerstvení cukroví ve formě ozdobených dýní.

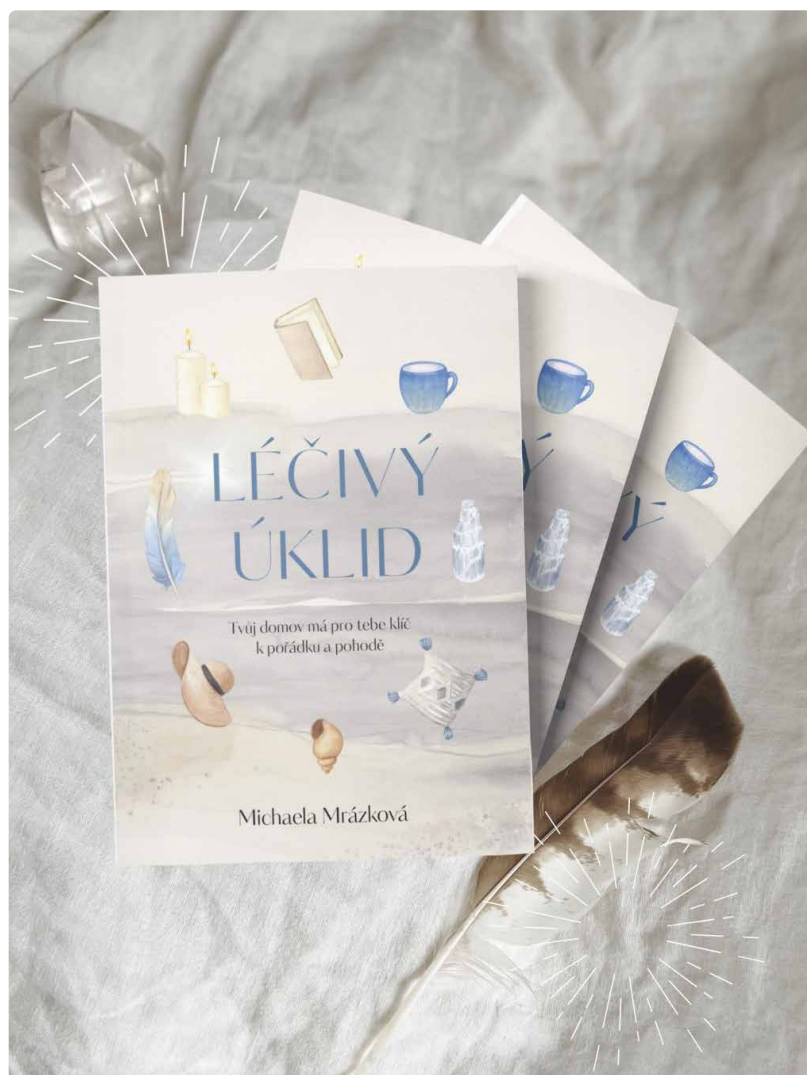
Mým úkolem bylo upéct cukroví ve tvaru dýně a slepit ho marmeládou. Děti se pak pustily do zdobení, jak ukazují přiložené fotografie. S výsledkem jsme byli spokojeni, věříme, že stejně, jako všichni návštěvníci líšnického Halloweenu.



Tip na knihu z Líšnice

Michaela Mrázková už na stránkách Líšnického zpravodaje jednou zazářila. Tehdy mluvila o zázračné metodě úklidu podle Japonky Marie Kondo. Jak čas běžel, uvědomovala si, že co funguje v Japonsku, neznamená zaručený úspěch v Česku. Striktní metoda třídění a organizování probouzela u jedněch perfekcionistařské sklony, u těch, kdo úklid nejvíc potřebovali, zase strach s tím vůbec začít. Pustila se proto do hledání vlastní cesty a přišla s konceptem Léčivého úklidu. Ten teď představuje v čerstvě vydané knize Léčivý úklid, která je k dostání nejen v knihkupectvích, ale i na Míšině webu www.lecivyuklid.cz. Na stránkách knihy najdete nejen rady, jak uklidit přesně podle svých potřeb, ale autorka se tam s vámi podělí i o vlastní příběh, kde úklid doma pomohl i k velkému životnímu úklidu, překonání vnitřních bariér a plnění snů. Věděli jste například, že nepořádek na půdě vás může brzdit v rozletu? Nebo že chaos v domácnosti může souviset s rodinnou historií? Tohle čtení rozhodně není jen o gruntování.

Poslechněte si také podcast s Michaelou Mrázkovou na webu časopisu Kondice, kde nejen o své knize, ale i své cestě k novému konceptu Míša mluví!



Očima našich pátáků

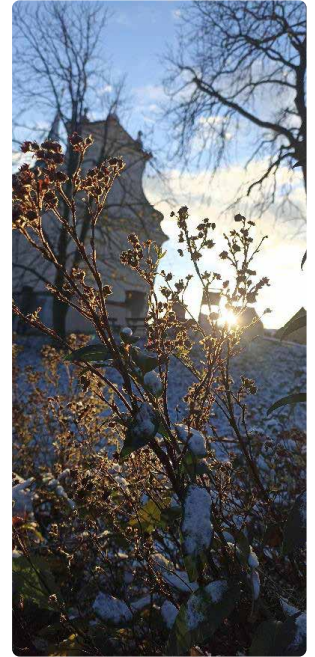
V tomto čísle vás o dění ve škole informují sami žáci. Čím žijí a co je baví?

Text a foto: 5. třída ZŠ Líšnice

První letošní sníh v naší Líšnici

V noci na 21. 11. 2024 napadl první letošní sníh. Pátáci si vyšli první a druhou hodinu ven, aby nafotili plno krásných sněžných fotek s paní učitelkou Martinou Müllerovou. Prošli okruh ke kostelu, potom k rybníku a zpátky do školy. Sněhu nebylo tolik, abychom postavili sněhuláka, ale všichni si to moc užili a těší se na další sněhovou pokrývku v naší Líšnici.

Nella Procházková, Daniela Linhartová



Tančí celá škola – StarDance 2024

Letos druhým rokem uspořádal televizní pořad StarDance soutěž pro všechny školy v ČR. Děvčata ze 4. a 5. třídy se této soutěže také zúčastnila.

Tento úžasný tým vedla bývalá žákyně ZŠ Líšnice Adélka Šťastná, která připravila choreografii podle těchto podání:

1. Všichni účastníci soutěže tančí na stejnou skladbu,
2. Z videa, které natočily soutěžní páry ze StarDance, musí každá soutěžící skupina použít minimálně tři taneční prvky do své choreografie.

Ještě nevíme, jak jsme se umístily, ale naše choreografie byla tutově nejlepší!

Magdaléna Nováková, Sára Kubátová, Mirka Meteleshko



Plavecká škola v přírodě

V pondělí 14. 10. 2024 jsme se se čtvrtou třídou vydali na plaveckou školu v přírodě k Srbům u Kladna. My už jsme na ni jeli druhým rokem, ale čtvrtáci poprvé. Cesta trvala asi 45 min. Po příjezdu jsme se ubytovali v nádherných pokojích. Najedli jsme se a po polední pauze jsme šli plavat. Trenéři rozdělili každou třídu do dvou skupin.

Každý den jsme plavali čtyři vyučovací hodiny, tedy 20 hodin dohromady. Při poslední lekci jsme se učili motýlka. Většina z nás se ho naučila, na což jsme moc hrdí.

V pátek jsme jeli domů. Plavání nás velmi bavilo.

Sofie Mužíková, Kateřina Urbanová



Kroužky

U nás ve škole v Líšnici máme mnoho nových kroužků. Přibyla nám španělština, kterou učí Doris Rosio. Zároveň učí i latinsko-americké tance. Můžeme si zkusit individuální hodiny piana, které učí dcera paní ředitelky Evelína Fialová. Nesmíme zapomenout na šikovné ručičky s Maruškou Filovou.

To, že tady jsou nové kroužky, neznamená, že jsme zapomněli na ty tradiční, třeba na pečení s Michaelou Semerádovou, sbor s Veronikou Kopeckou, který nás provází již spoustu let, keramiku s Kateřinou Hozmanovou, deskové hry s Veronikou Šroubkovou, sportovní hry s Lenkou Veverkovou a Disco Dance s Kateřinou Brožovou a Šárkou Šebkovou.

V této bohaté nabídce senzačních



kroužků vůbec nebylo lehké si vybrat.

Karolína Šroubková, Karolína Brožová

Bubnovačka

Některé třídy naší školy se v týdnu od 18. do 22. listopadu 2024 připojily k celorepublikové akci Bubnovačka, která se letos konala již čtvrtým rokem. Pořádá ji centrum Locika za účelem zmírnit domácí násilí a naučit děti umět si říct o pomoc. Akci podpořil i náš prezident Petr Pavel.

V prvním ročníku se připojily zhruba čtyři tisíce lidí, letos to bylo 156 018 lidí a 1 200 škol a školek. A proč zrovna Bubnovačka? Aby každý z nás byl pořádně slyšet.

Richard Mikloš, Tadeáš Pojkar, Sebastian Putala





Fotbalový turnaj školy

To, že má naše obec zrekonstruované velké hřiště u školy, už určitě všichni vědí. Co se ale možná ještě ke všem nedoneslo, je fakt, že tohle hřiště neslouží jen pro účely školní družiny, tělocviků a volnočasových aktivit. Letos se zde již podruhé konal fotbalový turnaj. Stejně jako v loňském roce byla účast hojná, a tak proti sobě, v sobotu 12. října, nastoupilo hned šest týmů.

Text a foto: Magdaléna Bicanová

Diváci mohli v akci vidět tým rodičů, tým paní učitelek, tři dětské manšafy a mužstvo mládeže složené z absolventů líšnické školy. Oproti předchozímu ročníku bohužel chyběl nejsilnější soupeř, kterým je tým dobrovolných hasičů. I tak ale fanoušci nebyli ochuzeni o několik napínavých zápasů – góly padaly jeden za druhým, rozhodčí nestíhali pískat a o konečném skóre rozhodovaly poslední vteřiny. Zlatý úspěch

si ovšem mohlo připsat jen jedno z družstev.

Stejně jako na každém jiném fotbalovém zápase ani zde nebyli všichni zúčastnění ochuzeni o správnou atmosféru vesnického přeboru. Jako první se jistě každému vybaví stánek s občerstvením. Ten stál na pódiu, a tak si na místě, kde většinou vidíme spíš školní akademie a předávání vysvědčení, mohl každý ulovit párek v rohlíku nebo cukrovou vatu z rukou dvou skvělých kuchařů – tatínek líšnických školáků – za dobrovolný příspěvek. Aby se diváci nenudili při přestávkách mezi zápasy, mohli také několikrát zhlédnout vystoupení roztluskávaček. Tanečnice si samy secvičily choreografii, ve které nechyběly ani náročné gymnastické prvky, a s pompony v rukách při každé volné chvíli vyrazily v doprovodu energické hudby a bouřlivé podpory diváků na hrací

plochu.

Od začátku do konce se vzduchem nesl sportovní duch, za kterého by se nemusely stydět ani tribuny Edenu. Díky tomu snad škola nebude muset pověsit kopačky na hřebík a tradice turnaje bude pokračovat i v příštích letech.

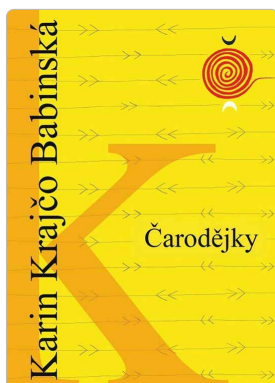




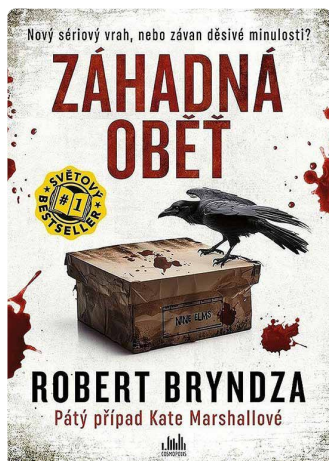
Novinky z naší knihovny

Vážené líšnické čtenářky a čtenáři, na závěr letošního roku uvedu několik statistických údajů o naší knihovně. Přihlášeno je 96 čtenářů, z toho 67 dětí do 15 let. Za celý rok si tito uživatelé vypůjčili 1 721 knih. Na výběr mají naši čtenáři z 2 665 titulů, které si mohou vypůjčit osobně nebo vyhledávat na webových stránkách knihovny.

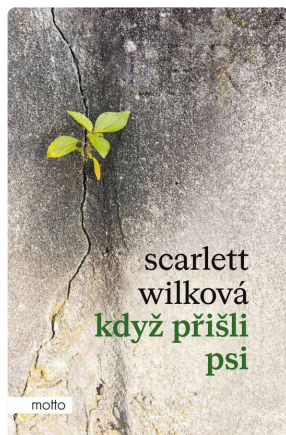
Z nově vydaných knih bych nabídla román Karin Krajčo Babinské Čarodějky. Hlavními hrdinkami jsou dvojčata Debora a Táňa, přesto jsou každá úplně jiná. Táňa je slavná zpěvačka, žijící v přepychu velkoměsta, Debora žije ve staré chalupě uprostřed lesa, kde spolu sestry vyrostly a kde ženy jejich rodu - léčitelky i čarodějky, žily už po šest generací. Tragédie, při níž Debora málem přijde o život, donutí sestry postavit se temné minulosti i svým vlastním stínům.



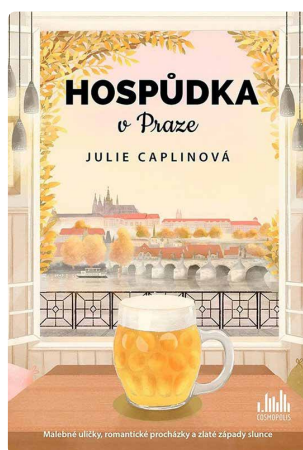
Detektivní román Roberta Bryndzy Záhadná oběť začíná v roce 1988, kdy z londýnské chudinské čtvrti zmizela školačka. O třicet let později se pokouší případ vyřešit detektivní kancelář Kate Marshallové a Tristana Harpera.



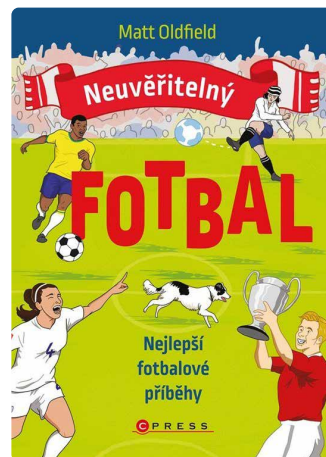
Mistrovsky napsaný román z poválečných Beskyd od Scarlett Wilkové se jmenuje Když přišli psi. V dojemném příběhu se střídá několik postav a jejich osudy v době, kdy nevěděli, komu věřit. Mihli se zde partyzáni, Němci, Rusové a nakonec i komunisté.



Spíše pro čtenářky je určena kniha ze série Romantické útěky od Julie Caplinové s názvem Hospůdka v Praze. Příběh Anny, která získala vytoužené místo stážistky v pražském pivovaru a při svém pobytu poznává i kouzlo naší země.



Pro děti jsou to dva díly knihy Neuvěřitelný fotbal a Neuvěřitelný fotbal 2 od Matta Oldfielda. Soubor nejzajímavějších, úsměvných i podivných historek z fotbalové světa, které se opravdu staly.



Milé čtenářky a čtenáři, přeji vám příjemné prožití vánočních svátků s vašimi blízkými a dobrou knihou! V novém roce hlavně pevné zdraví a v osobním životě pokud možno klid a pohodu.

Helena Žbáňková, knihovnice





Zima na blátě, za kulturou v kabátě...

...pravdivě praví pravá prapranostika, stará tak, že si ji už nikdo nepamatuje. Ale při té letošní zimě je opravdu trefná. Kaluže a louže, všude to klouže, cesty proměněné v bahenní lázně a pořád ne a ne přimrznout. Na příjemné procházení to není, ale tím spíš to člověka svádí k nějakému tomu kulturnímu povyražení. Tak honem ven z mravního bahna a podívejte se kolem sebe, jestli někde v suchu a teple někdo něco nehraje, nebo na něco nehraje nebo se něco nehraje. Pár velmi různorodých tipů vám i tentokrát nabízíme na této stránce, ať máte po televizních svátcích důvod zvednout se ze sofátka, nasadit sváteční škorňe a vyrazit za kulturou. Užijte si pohodový konec roku zvesela a kulturně!

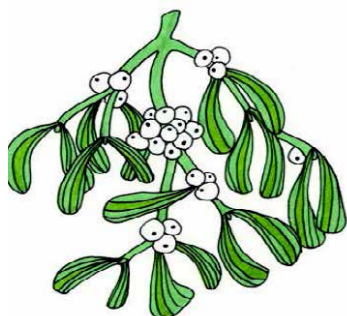
Připravil Tomáš Fiala

Hudba

Bára Hrzánová a Condurango

24. 1. 2025 od 20:00, Kulturní dům Dobříš

Originální latinsko-americká hudba z Budějic! Kapelu Condurango založila počátkem 80. let na DAMU herečka Bára Hrzánová. Postupem času se kapela rozšířila o mladou krev v podobě Antonína Holuba, Matyáše Mejzra a Nicholase Roye Arthofera, ale také o legendárního akordeonistu Mária Bihářího. Hudba Báry Hrzánové a Ivoše Nováka rozeznává nejen Bářiny autorské texty, ale také díla známých spisovatelů a básníků.



Divadlo

Kubula a Kuba Kubikula

12. 1. 2025 od 15:30, Kulturní dům Dobříš

Pohádka o potulném medvědáři, jeho malém medvídkovi a přátelském strašidlu. Mrzne, až praští, a medvědář Kuba Kubikula se s medvídkem Kubulou vydávají na dobrodružné putování světem. Koho a co na své cestě potkají a jak jim z bryndy pomůže strašidlo, které si sami vymysleli, se děti dozvědí v pohádce plné písniček, legrace, napětí a fantazie.

Kino

Vlny

18. 12. 2024 od 20:00, Kino Radotín

Jedinečná šance vidět dobový film Vlny režiséra Jiřího Mádlu na plátně téměř půl roku po premiéře. Výpravný snímek ukáže napínavé a doposud utajené příběhy novinářů Československého rozhlasu. Na konci 60. let, kdy zněl z rádiových vln rokenrol a studentské revolty měnily svět, nastoupí starší z bratrů do prestižní redakce rozhlasu. Záhy se ocitne v nebezpečném souboji redaktorů a tajných služeb. Film je inspirován skutečným příběhem skupiny novinářů mezinárodní redakce Československého rozhlasu a jejich odhodláním přinášet nezávislé zprávy za každou cenu i během bouřlivého konce šedesátých let.

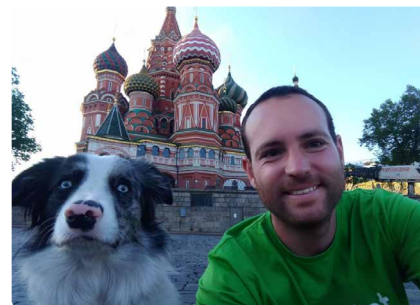


Besedy, přednášky

Slávek Král – Stopem se psem v Asii (v rámci víkendového Festivalu cestovatelů ZabalSe)

11. 1. 2025 od 13:00, Divadlo A. Dvořáka Příbram

33 000 km dlouhá procházka se psem po 19 státech euroasijského kontinentu. Slávek a fenka Corey vyrazili stopem do Japonska. Ve Vladivostoku je nepustili na trajekt a skončili ve Střední Asii. V Polsku je málem napadl medvěd, v Rusku je zavřeli a vyhostili do Kazachstánu, pracovali jako youtubeři pro hostel v Kyrgyzstánu. Okradli je v Tádžikistánu. Udělali prvovýstup hory v Pamir Highway. Nedobrovolně se ubytovali na vojenské základně u afghánských hranic. Půjčili si oslíka do hor nebo navštívili ty nejděivnější města v Turkmenistánu. Pili (tedy jen Slávek) v Iránu a přes Banát se vrátili domů. Pěšky, stopem, ve stanu, člověk a pes, krásných pět měsíců. Nevěříte? Přijďte se tomu zasmát!



Přednáška – Pařížská škola a českoslovenští umělci v meziválečné Paříži

16. 1. 2025 od 18:00, školní jídelna ZŠ Lety, Karlštejská 571, Lety

Přednáška Letovské akademie s Monikou Sybolovou z Národní galerie Praha. Představí fenomén Pařížské školy a známé i méně známé autory a autorky z tehdejšího Československa, kteří žili a tvořili v Mecce moderního umění, jako je Georges Kars, Otakar Kubín, Jan Zrzavý, František Zdeněk Eberl či Edita Hirschová. Přednášku můžete brát jako pozvání na výstavu Národní galerie Praha, která je ke zhlédnutí do 2. 3. 2025 ve Valdštejské jízdárně.

Zima je náročná i pro zvěř, berte na ni ohled

Zima a začátek jara je pro zvěř nejtěžším obdobím v roce. Kvůli nedostatku světla a tepla je schovaný hmyz, přestává růst nová vegetace a ta stávající má nízký obsah živin. Proto se z velké části musí spolehnout na vlastní tukové zásoby. V tomto období je pro zvěř velmi důležitý klid a minimum fyzické námahy.

Myslivci v době nouze musí zvěři pomáhat a předkládají jí výživnou a dobře stravitelnou potravu (seno, oves, ječmen, pšenici, kukuřici, siláž, senáž, ovoce, zeleninu, okopaniny, letninu) v nejlepší kvalitě. Shnilé, nebo jinak znehodnocené krmivo zvěři jen ubližuje. Při déle trvajících mrazech je nutné nabídnout i čerstvou vodu.

V naší intenzivně obhospodařované krajině jí sama příroda moc nenabídne. Máte chuť zvěři sami nějak pomoci? Prosím, konzultujte to, smístitními myslivci. Nemůžeme mluvit za všechny, ale v naší honitbě se určitě dohodneme.

Skutečně každý může pro zvířata v okolních lesích a na polích udělat dva důležité vstřícné kroky:

1. Nenechávejte psi při procházkách přírodou volně pobíhat. I pokud by váš mazlíček zvíře nedohnal, stojí

ho útěk cennou energií a v sázce je i zdraví.

2. Zkuste to letos bez pyrotechniky. Pokud to bez ní nejde, vydržte, prosím, do 31. 12. a zkuste alespoň ubrat na intenzitě.



Foto: Dávid Bencz: <https://www.pexels.com/cs-cz/foto/tri-hnedi-zajicki-2830981/>

Spárkatí zločinci?

Nyní v médiích hodně rezonují škody na lesních a polních porostech způsobené spárkatou zvěří. Hlavním pachatelem je zejména zvěř vysoká (hlavně jelen), daněk a prase divoké. Myslivci jsou mnohdy obviňováni, že loví málo, a dokonce byla k odsřelů divočáků povolána policie.

Zvěř si za miliony let vyvinula denní cykly příjmu potravy (pastvení), odpočinku a chování. V dnešní krajině se ale mnohdy potřeby zvěře kříží s ekonomickými zájmy člověka. Zvěř potřebuje 3 K – Klid, Kryt, kde se může schovat a odpočívat, a Krmivo. Již od covidu je zatížení krajiny ve dne v noci extrémní, zvěř nemůže dodržovat své pravidelné cykly a hledá co nejklidnější místa, kterých bohužel není mnoho. Tam pak způsobuje největší škody. Mnohdy jsou ta nejklidnější místa hned na kraji lidského osídlení. Zvěř proto svou aktivitu posouvá do stále pozdějších nočních hodin, a navíc je více vystresovaná. Ještě ke všemu je dnešní krajina plná energeticky hodnotných plodin a biomasy obecně. Příroda to má ovšem vymyšlené tak, že spárkatá zvěř je přirozeným omezovačem růstu zelené hmoty. Pokud by to tak nebylo, všude by byl nakonec les. Takže i intenzivním zemědělstvím podporujeme růst populací spárkaté zvěře.

Myslivci při lovu musí brát v potaz sociální struktury lovené zvěře. Tlupy vedou staré samičí kusy (bachyně, laně...), které dbají na hierarchii a řád. Ulovením vedoucího kusu dojde k rozpadu tlupy, dalšímu množení (hlavně u prasat) a nárůstu škod. Stejně tak jsou potřeba staří kňouři a jeleni, kteří zajistí, že se nepáří velmi mladé samice a samci. Chaotický lov opět vyvolá u zvěře obranu v podobě intenzivního množení. Pro-

to myslivci loví dle věkových struktur a pohlaví a nestřílí na vše, co vystrčí „nos“.

Škodám proto nemohou zabránit jenom myslivci sami, stejně jako jim bez podpory nezamezí ani zemědělci nebo lesníci. Zvěř je součástí přírody, má právo na život, a naším úkolem není ji vybit ale najít takový model, který udrží krajinu živou a pestrou pro všechny.



Encyklopedie loveckých plemen z naší honitby:

Rozdělení loveckých psů:

- **ohaří** – nejpočetnější skupina loveckých plemen, dělí se ještě na kontinentální a anglické, využívají se především v honitbách s drobnou zvěří, pracují s „vysokým nosem“ a „vystavují“, kromě všech psů s ohařem ve jménu sem patří i všichni setři a pointerslídiči
- slídiči
- honiči
- barváři
- normiči
- přinašeči



Plánovaná akce: Vypouštění zajíce polního

V prosinci budeme vypouštět ve spolupráci s honebním společenstvem 20 kusů (přesněji deset párů) zajíce polního, aby se do naší populace dostala nová krev a zlepšil se celkový zdravotní a početní stav této drobné zvěře. Pokud se nám to podaří, tlak predátorů na drobné živočichy nebude tak velký a dá nám to velkou šanci vrátit zpět do naší přírody koroptev polní. Více drobné zvěře navíc přiláká i jiné vzácné druhy, jakými jsou např. výr velký nebo jestřáb lesní. Tím bude zdejší příroda bohatší, pestřejší a věříme, že pro všechny i zajímavější.

Máte kus nevyužitě země?

Pokud vlastníte pozemky v katastru naší honitby a nemáte pro ně využití nebo byste je rádi využili smysluplněji, budeme rádi, když nás kontaktujete. Plánujeme krmná políčka, hmyzí louky, remízky a tůně. Pro zvěř představují oázy klidu s potravní nabídkou po celý rok.

Ceník zvěřiny

Máte chuť na jelení guláš nebo kančí se šípkovou? Objednejte si maso přímo od našich myslivců

Prase divoké (celé v kůži)	45 Kč/kg
Smčící/dančí (v kůži, bez běhů a hlavy)	100 Kč/kg
Jelení (v kůži bez běhů a hlavy)	90 Kč/kg

Český fousek

Český fousek provází české myslivce po staletí – jeho historie sahá až do 14. století. Je to pes velmi odolný a vytrvalý a je upotřebitelný pro práci na poli, v lese i na vodě. Od nepaměti hlídal stavení, svého pána a jeho rodinu a samozřejmě také lovil. Fousek miluje děti a rodinu, je to pes inteligentní, snadno cvičitelný, ale také ostrý a ostražitý.

Český fousek patří mezi ohaře, kteří se původně specializovali na práci na drobné zvěři. Jejich úkolem je se k zvěři přiblížit a ztuhnout, takzvaně vystavit, aby se mohl lovec přiblížit a zvěř ulovit. Ohař ji poté přinese. Během posledních 50 až 60 let se skladba zvěře v honitbách výrazně proměnila. Dříve statisícové populace zajíců, králíků, bažantů a koroptví zmizely a narostly počty spárkaté zvěře. Přesto je i dnes český fousek užitečným pomocníkem jak při lovu kachen, bažantů, tak při doselech spárkaté zvěře, jako je srnec, jelen a daněk.

Jak vypadá vedení českého fouska k lovecké upotřebitelnosti, tedy do absolvování zkoušek, aby byl platným pomocníkem myslivce? Základní jsou tři typy zkoušek – podzimní, lesní a vodní práce. Podzimní zkoušky jsou zaměřeny na ovladatelnost psa, klid před zvěří a po výstřelu a přinášení a dohledávání drobné zvěře vč. kachny z hluboké vody. Lesní zkoušky se zaměřují na slídění, šoulání, vlečky a dohledávky srstnaté zvěře vč. lišky. Součástí je i práce na podbarvené stopě (tzn. ke značení je využita barva, tedy krev zvěře), kterou pes musí sledovat všemožným terénem na trase delší než 500 kroků. Vodní práce se specializují na vyhledávání a nahánění zvěře v rákosí a přinesení kachny. Ve všech zkouškách se hodnotí poslušnost. Další úrovní jsou Všeobecné zkoušky, které kombinují tři dříve uvedené do jedné dvoudenních zkoušek. Jednotlivé úkoly se bodují a podle bodového rozpětí pes uspěje v první, druhé anebo třetí ceně, případně neuspěje vůbec.

Chovatelé psů se sdružují v chovatelských klubech, které také stanovují požadavky na uchovnění. Český fousek vyžaduje i klubové ověření vloh, tedy vlastností, které jsou fouskovi tzv. geneticky dány a jsou testovány přímo klubem. Dále jsou kromě absolvovaných výstav, požadovány zkoušky a hodnocení v závislosti na tom, zda jde o psa či fenu. Cílem tohoto náročného procesu je zachovat zdravé a pracovitě fousky i pro další generace.

Zajímavost: Proč mají fousci zkrácený prut (ocas)?

Fousek je nadšený do práce a žádný terén pro něj není překážkou. Dlouhý prut by měl neustále zraněný.



Užitečné kontakty

Jiří Fořt 720 981 250

Vlastimil Lizánek 776 469 500

Cestovatelský kvíz pro světoběžníci

Bavíte se rádi nad cestovatelskými deníky naší sousedky Vilmy Tůmové? Nebo vás stejně jako mě inspirovala k odvážnějším cestám? Připravila jsem si pro ni pár otázek na tělo. Odpovědi jsou, jak také jinak, vtipné a svěží. Ostatně jako všechny texty na jejím cestovatelském blogu vilminyvilomeniny.cz.

Připravila: Dominika Rýparová

Foto: Archiv Vilmy Tůmové

Vzpomenete si na svou vůbec první zahraniční dovolenou? Byla jste vždycky takový dobrodruh?

Za hranice všedních dnů jsme jezdili už s malými dětmi. Dovolená v Chorvatsku byla vždycky proložena výšlapky v Julských Alpách. Ale opravdové dobrodružství nastalo až v roce 2006, kdy jsem se dvěma přáteli vyrazila do Nepálu na trek kolem Annapuren. Po příjezdu jsme zjistili, že v Nepálu nastal převrat a pro místní obyvatele platí zákaz vycházení. Káthmándú jsme měli jen pro sebe, jenže do hor bylo nutné dojít pěšky z Pokhary. Himaláje byly liduprázdné, za tři týdny jsme potkali jen tři další turisty. Při přechodu sedla v nadmořské výšce 5 500 m jsem dostala horskou nemoc, která se projevila obrovskou bolestí hlavy a částečným oslepnutím, takže o kochání to moc nebylo – viděla jsem tak dva metry před sebe. Ale jakmile se začalo klesat, zrak se zlepšoval.

Zabalila jste se ideálně nebo tam byl nějaký přešlap?

Do Nepálu jsem měla batoh tak těžký, přes 25 kilo, že mi kamarádi půlku věcí v hotelu vyházeli, abych ho vůbec



Fotka z cest, která vždycky vykouzlí úsměv na tváři (Vietnam)

uzvedla. Kravin nepočítaně, například bible, abych měla co číst.

Kam jste poprvé vyrazila úplně sama a co se vám honilo hlavou? Do zahraničí? Po Česku?

Poprvé sama jsem vyrazila s mou psinou Ruby na přechod Šumavy. Tížil mne hrozně těžký batoh, ani jsem nemohla vstát. To jsem jí ještě nosila žrádlo. Zpočátku jsem docela bloudila, v noci se bála, ale dokázala jsem si, že to zvládnou, a to byl začátek všeho.

Zapomněla jste doma někdy něco skutečně zásadního?



Island

Cestou na Ukrajinu jsem na Slovensku zjistila, že nemám spacák. Naštěstí mne zachránili známí z Bratislavy.

A jak je to naopak se ztrátami během vašich výšlapů? Máte vždy všechno pod kontrolou, nebo už se ztrátami tak nějak počítáte?

Ztráty a zapomínání jsou mojí slabou stránkou. V Nepálu se mi kamarád vracel několik kilometrů pro foťák. Ve Vietnamu jsem v každé hospodě nechala buď telefon nebo brýle, případně peněženku. Dospělé děti na mne musely všude dohlížet, ale postupně jsem se naučila vždycky zkontrolovat místo, které opouštím. Ale i tak je to fuška. Před pár dny jsem zapoměla kabelku se všemi věcmi u kamarádky v Děčíně. Zajímavé je, že se mi většinou všechny ztracené věci vrátí, nebo je najdu.

Zdoláváte často místa vzdálená davům turistů, narazila jste takhle mimo civilizaci někdy na nějaký skutečně zajímavý předmět?

V Himalájích jsme na vyschlém dně řeky našli zvláštního černého trilobita.

Kdy jste na sebe byla vážně hrdá?

Tak tahle vlastnost mě nějak mívá. Ani když jsem přešla Pyreneje, nebyla jsem hrdá. Věděla jsem, že kdyby nebylo celý měsíc ideální počasí, neměla bych šanci. Potěšil mne syn, se kterým jsme stopovali měsíc pověstnou Carretera Austral v Chile z Patagonie až do Puerto Montt, lezli po horách, sjeli na raftu třetí největší řeku na světě a zažili hodně dobrodružství. Při loučení na letišti, protože on ještě pokračoval dál, mi řekl, že je na mě hrdý, protože žádný z jeho kamarádů by to nezvládl.

Kdy jste si sáhla vážně na dno?

Nejhorší jsou chvíle, kdy visíte v pustině na řetězech na skále, a víte, že stačí jeden chybný krok a je hotovo. Nebo v noci někdo obchází kolem stanu a řve, aby vás vyděsil. Teď na Madeiře celou noc lilo, kolem tloukly hromy a blesky, podlážkou zatékalo do stanu, všechno vlhké a vy se modlíte, aby už bylo ráno.



Mallorca

Stalo se vám někdy pověstné cimrmanovské „krát dvě to mělo být“? Zažila jste nefalšovaný hlad?

V Chile jsme si nesli zásoby na 14 dní a šetřili úplně vším, protože všude kolem byla naprostá pustina. Dojedli jsme i plesnivý chleba, a když jsem si večer chtěla dopřát pár rožinek, syn mě okřikl, že jsem rozežraná. Ale tělo si zvykne a je jen s podivem, jak málo mu stačí.

Jaké nejpodivnější jídlo jste kde jedla? Stálo za to, nebo



Fotka, které se skoro nedá věřit (USA)

jste si ho měla raději odpustit?

Měla jsem pizzu z lamy, celkem to šlo a pak také na Islandu žraloka. Maso se zakope do země a nechá se tam delší dobu uležet. Byl to hnus. Smrad zkaženého masa a chuf děsná.

Co byste nesnědla ani v případě krajní nouze?

Myslím, že bych snědla všechno. :)

Kam byste se chtěla podívat, kdybyste měla neomezené možnosti?

Chtěla bych se vrátit do Chile. Když si vzpomenu na zavěšený ledovec uprostřed džungle, kde tohle uvidíte? Viděla jsem jen kousek té zvláštní země. Nahoře pouště, dole ledovce a sopky. Moc milí lidé a všichni, které jsme potkali, znali Českou republiku, někteří tu i byli.

Je nějaké místo, kam už byste se naopak nikdy podívat nechtěla?

Každé místo stojí za vidění, ale neláká mne severní ani jižní pól. Na mě je tam moc zima.

Jakou frázi je podle vás užitečné se naučit v jazyce země, kam míříte? A kterou umíte v nejvíce variantách?

Jazyk není moje silná stránka. Celoživotně si procvičuji angličtinu, takže se nějak domluvíme. Všude se snažím naučit pozdravit a poděkovat.

Představte si, že jste právě vyhrála týden v pětihvězdičkovém hotelovém resortu all inclusive někde na pláži, podmínkou je ale celý týden vůbec nic nedělat. Pojete?

No jasně, taková nabídka se neodmítá. Plavat můžu? Bez pohybu bych nevydržela. :-)

VPN: Nutnost nebo zbytečnost?

VPN (Virtual Private Network) je virtuální soukromá síť, která zajišťuje šifrované spojení mezi vaším zařízením a internetem. Stojí za to do ní investovat nebo jde o reklamní tah?

Text & ilustrace: technologický nadšenec Martin Kašpárek

Jak VPN funguje?

Když se připojíte k internetu, veškerá vaše komunikace prochází přes poskytovatele internetu (ISP), jako jsou O2, T-Mobile nebo Vodafone. ISP vám přidělí IP adresu, která slouží k identifikaci a umožňuje komunikaci s ostatními zařízeními na internetu.

Co je to IP adresa?

IP adresa je jedinečný číselný identifikátor přiřazený každému zařízení připojenému k internetu. Je to digitální ekvivalent adresy vašeho domova.

Příklad fungování internetu:

Když zadáte adresu webové stránky (např. www.mhjoloviste.cz), váš ISP přeměruje tento dotaz na servery, kde je stránka zaregistrována. Váš ISP tak může sledovat, které webové stránky navštěvujete, a uchovávat tyto údaje dle zákona o telekomunikacích.

Na vyžádání mohou poskytovatelé tato data vydat například policii. Lidé v USA jsou na tom o dost hůř, protože poskytovatelé tam mohou data předat nejen FBI, ale také je prodat třetím stranám, například reklamním agenturám, které vám následně mohou podle těchto dat zobrazovat cílenou reklamu. Nemusíte se ale bát, v EU nám tohle nehrozí díky GDPR, které prodej těchto dat zakazuje.

Ochrana pomocí VPN

VPN šifruje vaši komunikaci a přeměruje ji přes VPN server. To znamená, že váš ISP nevidí, co na internetu vyhledáváte. To však neznamená, že se stanete anonymním uživatelem internetu. Jediné, čeho tím dosáhnete, je, že váš poskytovatel internetu nebude vědět, které webové stránky navštěvujete. To je všechno. Problémem se ovšem stává to, že tato data zase vidí poskytovatel VPN služby. I když většina VPN služeb tvrdí, že data ihned mažou, není vždy jisté, zda to skutečně dělají.

Buď budete věřit svému poskytovateli internetu, který může vaše data předat pouze policii, nebo si zaplatíte externí VPN firmu a budete věřit jí.

Proč ve skutečnosti NEpotřebujete VPN služby?

Šifrovaná komunikace:

Určitě jste z internetových reklam několikrát slyšeli, že když se připojíte například v McDonald's na veřejnou Wi-Fi, může vás někdo špehovat, zjišťovat, co vyhledáváte, a dokonce získat vaše přihlašovací údaje. Používáním jejich VPN byste měli být v bezpečí. To platilo do roku 2010. Od té doby většina webových stránek přešla z protokolu HTTP na HTTPS. „S“ na konci znamená SECURE (zabezpečené). To zajišťuje, že komunikace mezi vaším zařízením a webovou stránkou je šifrovaná. Pokud by vás někdo chtěl „odposlouchávat“, místo vašich přihlašovacích údajů uvidí jen změř znaků.

Použití HTTPS poznáte podle zámečku vedle adresy v prohlížeči. Moderní prohlížeče vás navíc varují, pokud se pokusíte navštívit stránku, která používá nezabezpečený HTTP. Přes 80 % stránek dnes používá HTTPS. Ty, které jej nepoužívají, mají většinou pádný důvod. Proto pravděpodobnost, že narazíte na HTTP stránku, je velmi malá. VPNku tedy vážně nepotřebujete, když se připojíte na veřejnou Wi-Fi síť.

Vojenské šifrování:

Některé VPN služby se chlubí vojenským šifrováním, ale tato šifrování jsou často open-source, tedy volně dostupná všem. To neznamená, že by šifrování bylo špatné nebo dokonce nebezpečné, vůbec ne. Je to jen marketingově přehnaně zdůrazněná běžná funkce.

Ochrana před reklamními trackery:

Další funkcí VPN je ochrana před reklamními trackery třetích stran. Tyto programy sbírají cookies z různých webových stránek, skládají váš reklamní profil a následně vám zobrazují cílené reklamy. Cookies jsou malé textové soubory uložené ve vašem prohlížeči, které uchovávají informace o vašich návštěvách webových stránek. Pomáhají webům zapamatovat si vaše preference, přihlašovací údaje a sledo-

MARTIN KAŠPÁREK

Lišnický rodák, nadšenec do umělé inteligence, zapálený programátor a také dobrovolný hasič SDH Jíloviště, pro který vytvořil i web hasici.jiloviste.cz nebo mhjoloviste.cz.

vat vaše aktivity pro lepší uživatelský zážitek a cílenou reklamu.

VPN vás může proti těmto trackerům (sledovačům) ochránit, ale moderní prohlížeče již začínají poskytovat vlastní ochranu. Postupně omezují možnosti těchto trackerů. Pokud se chcete zbavit všech reklam na internetu, používejte blokátory reklam, které si stačí nainstalovat do prohlížeče. Prohlížeč Brave má blokátor reklam zabudovaný.

Hlavní důvod pro používání VPN:

Většina běžných uživatelů používá VPN hlavně z jednoho důvodu, kterým je změna lokace. Mnoho platform, jako je Netflix, Disney+, nebo klidně internetové vysílání České televize, má geograficky omezený obsah. To znamená, že určitý obsah je dostupný pouze v některých regionech. Pomocí VPN se můžete připojit k serverům v těchto regionech a sledovat daný obsah.

Důležité závěry:

Anonymita na internetu

Na internetu nikdy nebudete zcela anonymní, ani při použití šesti VPN služeb najednou.

Bezpečnost

VPNky jsou určitě dobrým nástrojem a ano, zvýší vaši bezpečnost na internetu, ale nejsou tak kouzelné a všemocné, jak je někdy marketing zobrazuje. Největší hrozbou na internetu jste vy sami. VPN vás neochrání před viry a dalšími hrozbami.



Zimní harmonie:

Jak posílit energii prvku vody podle tradiční čínské medicíny

Zima je obdobím, kdy v tradiční čínské medicíně přichází na scénu prvek vody, který je spojen s ledvinami a močovým měchýřem. Představuje esenci života, vitalitu, moudrost a výdrž. V zimních měsících je voda obzvláště důležitá, protože podporuje naše tělo v čase, kdy se nachází v klidovém, více introvertním stavu a regeneruje. Zima je časem, kdy bychom měli o prvek vody pečovat, abychom byli zdraví, silní a vyrovnaní nejen fyzicky, ale i psychicky.

Text a foto: Mirka Engelová

Tradiční čínská medicína považuje je zimu za období, kdy je potřeba zaměřit se na výživu, odpočinek a regeneraci. Prvek vody potřebuje k posílení teplo, klid a vyváženou energii.

1. Jídlo a pití

V zimních měsících bychom měli zvolit výživnou, teplou a snadno stravitelnou stravu. Prvek vody se posiluje potravinami, které zahřívají, ale nejsou příliš těžké a podporují činnost ledvin, tedy například černé fazole, řasy, miso polévky, zelenina v teplých pokrmech nebo masové vývary. Snižte příjem syrových a studených jídel, protože tělo je v zimě citlivější na chlad. Důležité je také pít teplé nápoje, jako jsou bylinné čaje nebo zázvorová voda.

2. Pohyb a aktivita

V zimě je doporučeno neprovádět náročné a vyčerpávající cvičení, které by mohlo prvek vody oslabit. Místo toho je lepší se zaměřit na jemné cvičení, jako je tai chi, jóga

nebo procházky na čerstvém vzduchu, které podporují vnitřní energii, prospívají ledvinám a udržují tělo v rovnováze. Cvičení by mělo být pomalé a uklidňující, s důrazem na balnac a plynulost pohybů.

3. Spánek a regenerace

Zima je ideálním časem pro hluboký odpočinek. Je důležité si dopřát dostatek kvalitního spánku, protože prvek vody je těsně spojen s regenerací a obnovou. Doporučuje se chodit spát dříve, ideálně kolem 22:00, a spát alespoň osm hodin. V zimních měsících je klidný spánek klíčem k podpoře energetických rezerv těla.

Jak vypadá oslabený prvek vody?

Když je prvek vody oslaben, objevují se často problémy s ledvinami nebo močovým měchýřem, což se může projevit častým močením, bolestí v oblasti ledvin, únavou nebo celkovým vyčerpáním. Četné jsou také sklony k depresím, nervozitě nebo psychickým výkyvům. Další fyzické projevy oslabení vody mohou zahrnovat zimomřivost, suchou pokožku, vlasy nebo nehty, které se snadno lámou, nebo problémy s klouby.

Jak podpořit prvek vody pomocí fytoterapie?

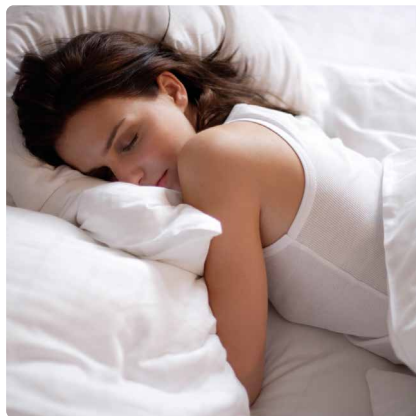
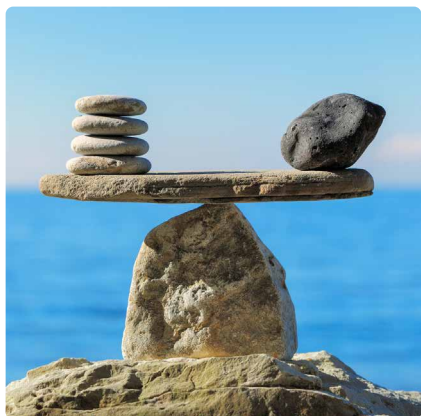
Na trhu jsou dnes k dostání speciální produkty, které vám v zimních měsících pomohou obnovit rovnováhu a dodat energii. Mně se osvědčily tyto preparáty firmy Energy, které jsou v souladu s tradiční čínskou me-

dicínou a zaměřují se na výživu ledvin a močového měchýře:

- **Renol:** podpora ledvin a močového měchýře, detoxikace
- **Mycoren:** doplnění jin
- **Cytosan:** pročištění organismu, ochrana proti přetížení toxinů
- **Fytomineral:** doplnění minerálů, regenerace těla
- **King Kong:** posílení vitality, zvýšení imunity
- **Probiosan:** harmonizace střevní mikroflóry a posílení imunity

Pokud si nejste jisti, který produkt by byl pro vás nejvhodnější, ráda vám pomohu vybrat ten nejvhodnější právě pro vás. Pro více informací a poradenství se na mě neváhejte obrátit prostřednictvím mých webových stránek: www.mirkaengelova.cz.

Zima je časem pro regeneraci a péči o tělo. Podpořte svůj prvek vody, posilte ledviny a užívejte si zdraví a vitalitu po celý rok!



Toužíte po změně či se chcete nechat hýčkat? Zkuste to s Karolínou Hamplovou

Jedním z nejhezčích dárků, které můžete dát sobě i svým blízkým, je prostor pro péči o sebe sama. Nemůžete se rozhodnout, čím začít? Mohl by vás zaujmout koncept Karolíny Hamplové, která na podzim přestěhovala své studio „Jsem Karolína“ do Mníšku pod Brdy

Text: Dominika Rýparová

Foto: Barbora Martišová, Ateliér Maniola

Čím je koncept tak unikátní? Karolína propojuje péči o tělo i se službami pro mysl a duši. Kromě masážních kurzů má na kontě diplomy z oblasti výživového poradenství, psychosomatiky nebo mentálního coachingu. „Jsem od přírody zvědavá, a tak jsem se od jednoho postupně dostávala k druhému. Po letech studií jsem přišla na to, že pokud k sobě začneme přistupovat komplexně, můžou se dít skutečné zázraky,“ usmívá se energická majitelka salonu.

Z její praxe je cítit, že základem byla vlastní životní zkušenost: prala se s kily navíc, nezdravými návyky i velkými zdravotními problémy. Postupně objevovala oblasti, které jí pomohly na cestě za spokojeným a naplněným životem, a rozhodla se o svou cestu podělit s klienty.

„Mohu vyslechnout příběh, mohu pomoci s tělem, navést k tomu, že život nemusí být jen takový, jaký je, ale že jsou jednoduché nástroje, jak ho změnit. Jsou to postupné malé změny, kterými můžeme dosáhnout rapidního obrátu. Když dobře jíme, nezapomínáme na odpočinek, hezky se staráme o tělo a jsme s ním propojení, když nic nebolí a když máme cíl, za kterým jdeme, všechny dílky puzzle do sebe zapadnou,“ říká Karolína Hamplová.

Jádrem služeb v salonu jsou manuální lymfodrenáže. Jde o specifickou techniku, při které se jemně stlačují body klíčové pro správné proudění lymfy. Tím se usnadňuje odvádění toxinů, urychluje se hubnutí, posiluje se imunita, nastartují se léčivé procesy, ale může dojít i k úpravě trávicích obtíží nebo zmírnění úzkostných stavů. Lymfa sama ovšem není všemocná, proto je někdy vhodné zasáhnout i do jídelníčku, pochopit, co konkrétně vašemu tělu nedělá dobře a co mu chybí. „Strava nejsou jen kalorie a kilojouly, ale informace, které do svého těla dostáváme a které nás nějak programují,“ shrnuje svou filozofii. Své klienty nenutí jít do vážení a propočítávat, ale vede je k dlouhodobě udržitelnému způsobu stravování, který si snadno udrží i mimo domov nebo v nároč-



ných obdobích. Pro ty, kdo cítí, že potřebují změnou provést krok za krokem, nabízí ucelený program Restart. Protože překážky na cestě za lepší tělesnou kondicí mohou být i v hlavě, doplnila si Karolína také vzdělání v oblasti koučinku. „To znamená, že někomu říkám, co má dělat, ale že vyslechnu jeho příběh, pak si vytyčíme určité pilíře a já jsem na té cestě průvodcem,“ vysvětluje absolventka Mindset Coachingu a Mindset Health Coachingu.

Po dlouhém zvažování zařadila do své nabídky i služby pro krásu: maderoterapii a lifting obličeje. „Dlouho jsem se tomu bránila, ale nakonec jsem pochopila, že i péče o krásu je pro nás ženy cestou, jak se cítit dobře ve svém těle. Navíc si troufám tvrdit, že tyto služby by měl provádět ten, kdo rozumí lymfatickému systému,“ směje se Karolína, jejíž salon najdete v nově zrekonstruovaných prostorách v prvním patře mníšské Sokolovny.

Více informací o poskytovaných službách najdete na webových stránkách www.jsemkarolina.cz. Pro první objednání volejte na tel.: 702 097 161, nebo pište na e-mail: zeptejse@jsemkarolina.cz.



POMŮČKA: KAHAU LATO LOPE, RO	ZATÁČKA	1. DÍL TAJENKY	INICIÁLY ZPĚVAČKY ROSSOVÉ	NÁZEV PÍSMENE	OBYVATEL ČÁSTI BELGIE		NOČNÍ PTÁK	DOMÁCKY EDUARD	INICIÁLY MODERA- TORA ROSÁKA	ŠKRABOŠKA		ZÁKUSEK	JMÉNO PROZAIKA PAVLA	5. DÍL TAJENKY	BIBLICKÁ HORA
NESKRÝ- VANÉ UZNÁNÍ						KOMORA POLSKEHO PARLA- MENTU					ITALSKÁ DÁMA				
POVRCH PEČIVA						POLSKÁ ŘEKA					OBRUS				
						CHYBA					BOJOVÉ VOZIDLO				
ZNAČKA LUMEN- HODINY			ČÁSTI VĚT						ČERNOBÍLÝ PTÁK						
			ŽENSKÉ JMÉNO						SEVRĚNÍ						
BĚLOVESKÁ MINERÁLKA				NĚMECKY „BABIČKA“				KARETNÍ HRA					ANGLICKY „NEBO“		
				TYČE VOZŮ				DESET DEŠÍTEK					VÝZVA		
DĚLA							PLÁTĚNÉ PŘÍSTŘEŠÍ					JAPONSKÁ POTÁPĚČKA			
					ÚSKOKY		PŘEDLOŽKA					ČILI			
STROMO- RADÍ					UMĚLÁ HMOTA					ZNIČENÝ					
	JMÉNO HEREČKY MEDŘICKÉ	PULZ				ČÁST SKELETU					NIKOLI			6. DÍL TAJENKY	AMERICKÝ PAPOUSEK
		2. DÍL TAJENKY				HLUBOKÝ HLAS					OMASTEK				
PÁR				DRUH GIBONA				PRACOVÍŠ- TĚ TOPIČE							
				CENNÉ POUKÁZKY				4. DÍL TAJENKY							
ČESKÉ MĚSTO			LEHKÉ DŘEVO						OPAK LÍCE				SLOVENSKY „AR“		
			FARMA						DOMÁCKY ELIŠKA				SMRTÍČÍ VIRUS		
MINERÁL							PÍSNÍČKÁŘ SAMSON					PRAMÁTI LIDSTVA			
							KVĚTEN					SMYČKA			
MILENEC						TLAČENICE					ODVĚTVÍ				
						VELKÝ OŘECH					HALDA LISTIN				
	TEXTILNÍ ROSTLINY				DOMÁCKY KAREL					ÚJMA					
	ŠARVÁTKY				JEDNOTKA ČASU					CYKLO- HEXANON					
KARABÁČ				LETECKÉ JEDNOTKY					KORÁLOVÝ OSTROV					7. DÍL TAJENKY	DRUH PCHÁČE
				SKLAD OBILÍ					NEPATRNÁ ČÁSTKA						
PŘEDLOŽKA S 2. PÁDEM			RIVAL				CITO- SLOVCE POCHYB					BA			
			ŠERÍKOVÉ FIALOVÝ				ČIPERNÁ					STYL			
PROTOŽE								ŠĚF					SNAD		
								POLSKÝ FOTBA- LISTA					OCHRANA ZBOŽÍ		
JMÉNO ATLETA ZÁTOPKA					UMĚLÉ VLÁKNO						VEGOVO JMÉNO				
					KOUPACÍ NÁDOBA						VESELÍ				
	SOUČÁSTI OBLEČENÍ	ŠTVANICE				NÁSEP				UMĚLÝ ČLOVĚK					
		3. DÍL TAJENKY				ČINIT				NA JAKÉ MÍSTO					
TEMNOTA				LISTNATÝ STROM					ÚZKONOSÁ OPICE						ASIJSKÝ STÁT
				PAMLSKY					DRUH OŘECHŮ						
CELNÍ KÓD RUMUN- SKA			INU				POKLES					KLAMY			
			ŽLUTO- HNĚDÉ BARVIVO				TVOJE					ŽABÍ ZVUK			
IZOLÁTOR								ZUŘIVOST					EVROPAN		
								ZNAČKA AMERICIA					ZNAČKA ASTATU		
SUŠENKA					VYMŘELÝ KOČOVNÍK					POSVÁTNÁ					
POLNÍ PLOŠNÉ MÍRY					NÁMĚT					USEDLÝ STARŠÍ MUŽ					

Zimní tvoření

Nízké teploty, pošmurno a bláto ven příliš nelákají, přesto se nudit doma nemusíte. Zaměstnejte ruce i hlavu a tvořte. Využijte to, co doma běžně máte, a pro zbytek se vydejte ven. Může to být skvělá motivace, jak se dostat na čerstvý vzduch.

Text & foto: Martina Krumphanslová, M ART studio ©

Skleněný les



Využijte obyčejné číré sklo a vytvořte z něj neobyčejné. Takové jako z kouzelného lesa. Hodí se do moderních i rustikálních domovů. Na každém stole bude vypadat neofře. Tento nápad využijete nejen o svátcích, přijde vhod kdykoli, kdy budete chtít ohromit prostřenou slavnostní tabulí nebo originálním doplňkem.

Budete potřebovat:



- Číré sklenice na destiláty, zavařovací sklenice
- Kousky zelených větvíček
- Zahradnické nůžky
- Svíčky (tenké, silné nebo čajové)
- Tavnou pistoli

Postup:

1. Zelené větve nastříhejte na drobnější. Jako míru berte výšku skleněné nádoby.



2. Nahřejte tavnou pistoli a větvičky připevňujte bodově na sklo tavným lepidlem.



3. Do ozdobených sklenic vložte svíčky, nebo nalijte drink. Využití je čistě na vás.

Vánoce jsou srdeční záležitostí



Vánoce a láska patří k sobě, stejně jako láska a symbol srdce. Ozdoby ve tvaru srdce vám připomenou, proč jste se u stroměčku o Vánocích s rodinou sešli.

Budete potřebovat:



- Papír – karton, listy ze staré knihy, barevné papíry třeba s vánočním motivem
- Tenký provázek
- Nůžky
- Kancelářskou sešivačku

Postup:

1. Z papíru nastříhejte proužky. Vezměte vždy čtyři a sestříhejte tak, aby byl každý o dva centi-

metry kratší než ten předchozí.



- Následně proužky přeložte na půlku a vložte je do sebe. V přehybu je k sobě zafixujte sešívačkou.



- Jednotlivé proužky začněte postupně ohýbat směrem vně. Pěkně jeden po druhém.



- Všechny proužky k sobě opět zařadíte sešívačkou.



- Nakonec připevněte tenký provázek na zavěšení.



Královské ořechy



Když se rozhodnete pod stromeček nadělit finanční hotovost, vždy je tu otázka jak. Pokud letos toužíte po originálnějším pojetí obalu na finance, máme pro Vás tip: schovajte bankovky nebo i jen přání k Novému roku do skořápek ořechů.

Budete potřebovat:



- Skořápky ořechů, rozlousknuté na polovinu
- Barvu ve spreji
- Podložku, skvělou službu udělá plato od vajec
- Finanční hotovost nebo přání PF
- Lepidlo
- Ozdobnou stužku, dekorativní přízi, zbytky nevyužité bižuterie/ pásky všeho druhu

Postup:

- Vyberte větší ořechy, nejlépe vlašské královské, které mají o dost větší skořáčku. Rozlousk-

něte je opatrně na půl, vyndejte jádra a očistěte skořápky do čista. Skořápky položte na podložku a přestříkejte sprejem. Nechte barvu uschnout.



- Přání nebo hotovost složte a vložte do přebarvené skořápky.



- Skořápky k sobě přilepte. Nakonec je převažte ozdobnou stužkou.



Kdy už přijde Ježíšek?

Připravily: Dominika Rýparová, Barbora Humhalová



A je to tady. Už jen chvíli a bude tu. Kdo? No přece Ježíšek! Těšíte se tak jako já? Ach jo. Ať už zacinká! Víte co? Pojďme se zatím trochu pobavit. Co víte o Vánocích v ostatních zemích?

Tipneš si, kdo nosí dárky v těchto zemích?

Spojovačka

Ať je to ten nebo ten, ať jsou tady dárky

- | | |
|-------------|--|
| 1. Rakousko | A. Christkind (Ježíšek) |
| 2. Francie | B. Père Noël (Otec Vánoc) |
| 3. Finsko | C. Befana (Létající čarodějnice) |
| 4. Švédsko | D. Joulupukki (Vánoční kozel) |
| 5. Itálie | E. Дед Мороз (Děda Mráz) |
| 6. Japonsko | F. Hotei-Osho (Laskavý buddhistický mnich) |
| 7. Ukrajina | G. Ultomte (Vánoční skřítek) |



Víš, že v Německu mají Ježíšky vlastně dva? Dětem na severu země nosí dárky Weihnachtsmann, tedy Vánoční muž podobný Santa Clausovi, na jihu se děti těší stejně jako v Rakousku, až přijde Christkind, tedy Ježíšek.

Tipovačka

Kdo to jak dělá

Zkuste si tipnout, která z postav...

1. ...přijde se Sněhurkou
2. ...přiletí na koštěti
3. ...vleť otevřeným oknem
4. ...strká dárky do bot u krbu
5. ...bude si s vámi chtít pod stromečkem zatancovat



Řešení: 1A, 2B, 3D, 4G, 5C, 6F, 7E



Řešení: 1. Děda Mráz, 2. Befana, 3. Christkind, 4. Père Noël, 5. Jultomte

Nejrozšířenější koleda světa

Věťte nevěťte, ale originální verze je ta německá, která vznikla ve vesničce Oberndorfu na Štědrý den 1818. V kostele se totiž rozbily varhany a hrozilo, že tradiční půlnoční mše bude bez hudby. A to by přece nešlo.

Farář si vzpomněl na svou vánoční básničku v šuplíku a poprosil varhaníka, aby k ní narychlo složil jednoduchou melodii, která by se dala zahrát na kytaru. Povedlo se a píseň tak nadchla každého, kdo ji slyšel, že se postupně rozlétlá po celém světě.

Spojovačka

- | | |
|---------------------------------------|------------------|
| 1. Silent night, holy night | A. Francouzština |
| 2. Stille Nacht, heilige Nacht | B. Němčina |
| 3. Douce nuit, sainte nuit | C. Angličtina |
| 4. Noche de paz, noche de amor | D. Japonština |
| 5. Kiyoshi kono yoru, hoshi wa hikari | E. Španělština |

Řešení: 1C, 2B, 3A, 4E, 5D



Ono v té japonštině by to mělo vypadat spíš takhle:

きよしこの夜 星はひかり
救いの御子はまぶねの中に
眠りたもういとやすく



Nejzábavnější vánoční zvyky

Některé tradice jsou trošku nudné, třeba a o tom, že nesmíte celý den jíst, abyste viděli zlaté prasátko, že? Některé máme rádi, i když jsou trošku nebezpečné – už jste někdy lili doma olovo? Ale některé jsou tak veselé, že je až škoda, že je nemáme. Tyhle posbírala cestovní agentura Fischer a jsou opravdu úplně jiné než ty naše.

Kakající poleno

Ve španělském Katalánsku nosí dárky dětem Caga tió, dřevěné poleno s namalovaným obličejem. Děti věří, že jim dárky vykaká, proto mu od 8. prosince nosí dobroty, aby pěkně rostlo a zvládlo nadělit pěknou hromadu dáreků.

Na večeři do KFC

Tak takhle slaví Štědrý večer v Japonsku. Nesmějte se, ono je to tak, že Japonci klasické Vánoce jako my neslaví a jejich kuchyně je úplně jiná než ta, kterou známe my. V roce 1974 je ale do rychlých občerstvení nalákal povedený slogan a od té doby jsou prý ochotní čekat na štědrovečerní pohoštění ve frontě před KFC i celé hodiny.

Na Vánoce se neuklízí

V Norsku se žádné gruntování do poslední chvíle nekoná. Všechna košťata a smetáky se musí schovat. Kdyby je totiž našla nějaká čarodějnice, nasedla by a letěla škodit lidem.

Koupačka pro otužilce

Tenhle zvyk je sice z Řecka, ale ani tam není 6. ledna, kdy místní slaví Vánoce, zrovna teplo. Kněz hodí do moře kříž a odvážlivci se za ním vrhnou do studené vody. Kdo ho uloví, ten bude mít celý rok štěstí.

Místo cukroví červi

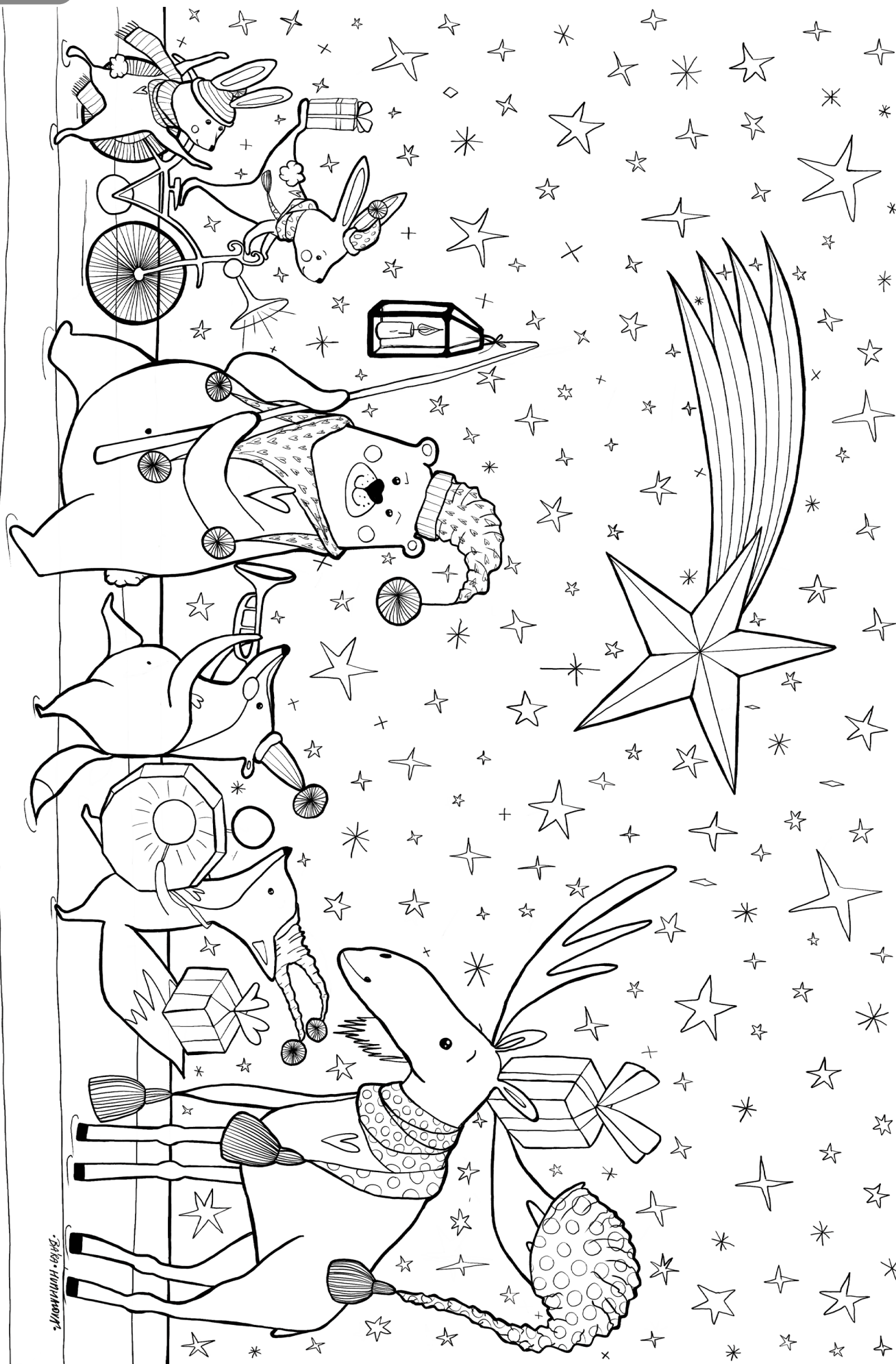
V Jihoafrické republice zase nosí štěstí, když o Vánocích sníte smaženou vánoční housenku. No, ten rok vás už nic asi nepřekvapí.

Vánoční okurka

A ještě jednou štěstí. V Německu patří na stromeček i okurka. Dříve ta skutečná kyselá, dnes skleněná nebo dřevěná. Které dítě ji najde jako první, to dostane o dárek víc. A když ji najde dospělý? Bude mít celý rok štěstí.

Grilovačka pod rozkvetlým stromem

Tak vypadají oslavy na Novém Zélandu. Vždyť také v čase, kdy se tu klepeme zimou, mají na jižní polokouli léto. Proto se večeří venku, grilují se plody moře, maso a zelenina, a pod rozkvetlým stromem pohutukawa (železnec ztepilý) se zpívají vánoční koledy. Kdepak zelený smrček či jedlička.



© 2014 MAMMUT.ORG



Inzerce



Lišnický zpravodaj ZIMA 2024

Čtvrtletník vydává obec Lišnice (www.obeclisnice.eu)

Příspěvky přijímáme na adrese: zpravodaj@obeclisnice.eu nebo osobně na obecním úřadě.

Jakékoli přetiskování textů či obrazových materiálů je povoleno pouze s písemným svolením vydavatele i autora. Přesná pravidla pro uveřejňování příspěvků najdete na webu obce: www.obec-lisnice.eu/zpravodaj. Právo rozhodnout o jejich otištění si vyhrazuje redakce zpravodaje.

Příjem inzerce na adrese: inzerce@mirsa.cz.

Informace pro inzerenty: www.obecnizpravodaj.eu

Nově také zpravodaj na webu: www.lisnickyzpravodaj.eu.

Redakční kruh: Dominika Rýparová (šéfredaktorka), Tomáš Humhal, Tomáš Fiala, Hana Hrazdířová, Radka Endrlíková.

Ilustrace: Barbora Humhalová

Grafické zpracování a tisk: mirsa.cz.

Evidenční číslo periodického tisku: MK ČR E 19173.

Náklad: 400 ks. Toto číslo vychází v říjnu 2024.

RE/MAX prodává nejvíce realit na světě.

RE/MAX
Horizont



**Realitní služby,
jaké si přejete.**

Jaroslav Pýcha

Váš certifikovaný realitní makléř
jaroslav.pycha@re-max.cz

☎ 722 490 490

Více o mně na www.jaroslavpycha.cz

TĚŠÍM SE NA SPOLUPRÁCI

Slevy na skladové vozy!

