

LÍŠNICKÝ ZPRAVODAJ

JARO 2024



Líšnice ožila masopustními maskami / Jak jsme vynesli Moranu / Líšnice už má dva nejvýše oceněné hasiče

Letošní líšnický ples na Řitce / S myslivci do jarní přírody / Tipy pro volný čas

BLUE RENT
Na cestách jako doma!



www.bluerent.cz

Pronájem od
1290,-/noc

- Prodej
- Servis
- Pronájem

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



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.



Vážení sousedé,



zdravím vás ze stránek jarního vydání zpravodaje. Hned v úvodu bych chtěla moc pogratulovat celému týmu redakční rady zpravodaje a zejména jeho šéfredaktorce Dominice Rýparové ke skvělému 5. místu v celostátním kole soutěže „Radniční listy roku 2023“. Velmi si vaši práce vážíme a děkujeme, že se ve svém volném čase našemu zpravodaji věnujete.

V současné době již byla konečně zahájena rekonstrukce hlavní silnice v naší obci, na kterou jsme všichni tak dlouho čekali. Sledujte prosím webové stránky obce, kde jsou vloženy informace, a nadále budeme přidávat další, ohledně provozu v době uzavírky, autobusových spojů a dalším postupu prací. Prostřednictvím SMS rozhlasu vás budeme upozorňovat na doplnění nových informací.

Vaše starostka Hana Navrátilová

Z úřadu



Zrušení tradičních obecních akcí? Netýká se to všech

Dlouho jsme zvažovali, jak v letošním roce přistoupíme k organizaci tradičních obecních akcí. S ohledem na rekonstrukci silnice a dopravní omezení, které z toho vyplývá, jsme se nakonec rozhodli pro letošní rok zrušit Líšnický festival. Na tuto akci se sjíždí mnoho lidí i z okolí a v době rekonstrukce naší silnice a dalších probíhajících stavebních akcí v okolí by bylo velmi komplikované všechno skloubit dohromady.

V případě příznivého počasí a umožní-li to probíhající stavební práce kolem rybníka, uspořádáme již tradiční Výlov pstruhů. Předpokládaný termín výlovu je v sobotu 20. 4. od 14:00. Definitivní termín ještě upřesníme na webových

stránkách obce a SMS rozhlasem.

Stejně jako v loňském roce uspořádáme i letos ve spolupráci s hasiči Pálení čarodějnic, které proběhne v úterý 30.4. od 18:00 na návsi před hasičskou zbrojnicí. Na další obecní akci se následně uvidíme až v prosinci na Rozsvícení vánočního stromu, kdy už bude hotovo a život v Líšnici se zase vrátí do normálu.

Zrušení obecních akcí však nesouvisí s konáním akcí organizovaných spolky a dobrovolníky, pokud se rozhodnou je uspořádat. Tyto akce obec vždy ráda podpoří a s organizací pomůže.

Výstavba tůní v průhonu pod hřbitovem

Průhon pod hřbitovem je velmi problematický kvůli vsakování povrchových vod a následnému natékání vody do obce. V roce 2017 byla zpracována tzv. Studie odtokových poměrů, která mapuje území Líšnice se zaměřením na vznik eroze a řešení jejího omezení, a to ať už změnou způsobu využití půdy, tak technickými opatřeními.

Jedním z těchto technických opatření je vytvoření tůní v ploše mezi Líšnicí a hřbitovem, na které se nám podařilo v minulých letech zpracovat projektovou dokumentaci a zajistit stavební povolení. V letošním roce se z dotace

Středočeského kraje ze Středočeského Fondu životního prostředí a zemědělství podařilo zajistit i dostatečné finanční prostředky na realizaci.

V rámci této akce bude pod hřbitovem vybudován systém několika tůní a kolem nich přírodní park. Tůně budou zadržovat vodu a ta přebytečná bude odvedena do dešťové kanalizace. Mělo by tak dojít ke zlepšení retence vody na území a zamezení jejímu průtoku obcí. Práce budou zahájeny v září 2024.



Kontejner na BIO odpad

S ohledem na to, že kompostárna v Líšnici ukončuje svůj provoz, jsme pořídili velkoobjemový kontejner na BIO odpad, který jsme umístili před vjezd do areálu statku. Do tohoto kontejneru můžete dávat veškerý BIO odpad ze zahrad. Kontejner bude průběžně vyvážen. Tento způsob likvidace BIO odpadu již velmi dobře funguje v osadách, tak věřím, že i v samotné obci bude využíván.

Termíny svozů velkoobjemového a nebezpečného odpadu v roce 2024:

Jarní svoz:

Velkoobjemový odpad
Nebezpečný odpad

24. 5. 2024 - 26. 5. 2024 obvyklá sběrná místa
sobota 25. 5. 2024 před hasičskou zbrojnicí 9:00 - 10:00

Podzimní svoz:

Velkoobjemový odpad
Nebezpečný odpad

18. 10. 2024 - 20. 10. 2024 obvyklá sběrná místa
sobota 19. 10. 2024 před hasičskou zbrojnicí 9:00 - 10:00

Vítání občánků 2024

V úterý 27.2. jsme do naší obce přivítali nové občánky narozené od prosince 2022 do února letošního roku. Tentokrát jsme uvítali nejméně dětí za poslední dobu, a to čtyři chlapce a dvě dívky. Rodičům i děťátkům přejeme hodně zdraví a šťastný život.



(Skoro)medaile pro zpravodaj

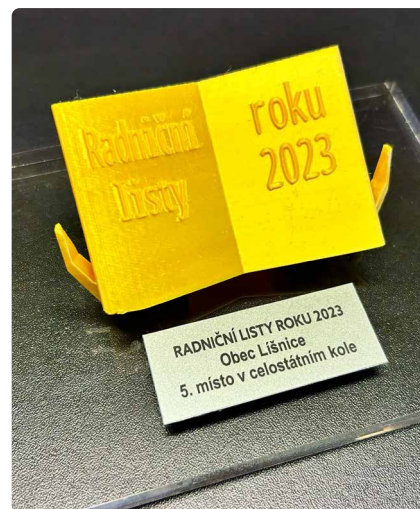
Líšnický zpravodaj nedávno zaznamenal významný úspěch: v konkurenci 86 radničních listů se mu podařilo získat prestižní 5. místo v kategorii municipalit do dvou tisíc obyvatel. Toto ocenění je výsledkem hodnocení společností Kvalikom, která soutěž organizovala již počtvrté. Porota se jednomyslně shodla na vysoké obsahové kvalitě našeho plátku, který „podává ucelený obraz o životě v naší obci“.

Porotci ocenili především to, že zpravodaj informuje obyvatele Líšnice objektivně a komplexně a obsahuje praktické informace o životě v obci. Kladné hodnocení získal přesah do regionálních témat i texty o aktivitách místních spolků a zájmových skupin. Zpravodaj klade důraz na edukativní obsah a nabízí podrobné informace o hospodaření obce a realizovaných projektech. Obsahuje také řadu odlehčených témat, rozhovorů a fotografií, díky čemuž

je čtení poutavé a zábavné. „Texty článků jsou kvalitní, gramaticky správné a splňují nároky na čtivost a atraktivitu,“ píše se v souhrnném hodnocení společností Kvalikom.

Mezi podněty ke zlepšení zaznělo zkvalitnění fotografií (proto prosíme všechny nadšené fotografy, aby se nestyděli a s chutí nám poslali své úlovky z obecních akcí), dodržování periodicity a modernizace grafiky. My se za redakci domníváme, že porotě unikl jednotný grafický vizuál celé obce, ale bereme si všechny podněty ke zlepšení k srdci.

Děkujeme všem, kteří se na tvorbě zpravodaje podílejí!



Proč číst obecní zpravodaj?

Radniční listy spojují spojení mezi samosprávou a občany, zvyšují transparentnost rozhodování a podporují komunitní soudržnost. Informují o dění v obci, edukují a nabízí prostor pro zpětnou vazbu. Motivují k aktivní účasti na komunitním životě, upevňují místní identitu a předcházejí sociální izolaci.

Život v Líšnici

Co od nás potřebují zvířata

Začalo jaro a nejen my lidé začínáme zase sřet energií. Všude všichni raší a na svět začínají přicházet mláďata. Vlivem teplého počasí leckdy i dříve, než byste čekali – v Čisovicích se narodila první selátka prasete divokého už v lednu! Jak můžete přírodě teď prospět? Stačí se držet několika jednoduchých pravidel.

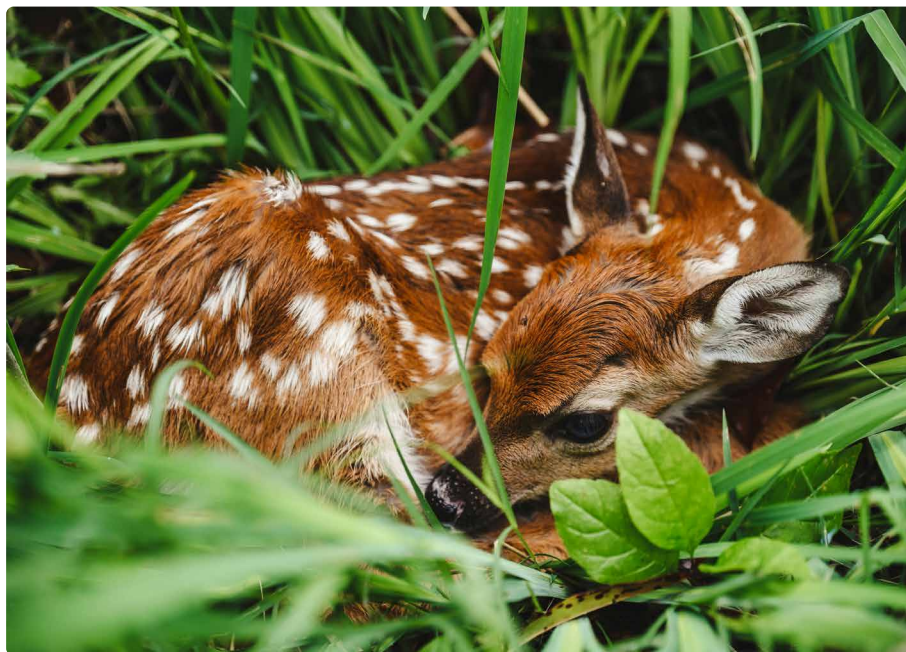
Text: Dominika Rýparová

Foto: Archiv Honitby Čisovice

Na mláďata savců nikdy nesahejte!

Opakuje se to stále dokola, ale lidé si nedají říct. Pokud ve volné přírodě narazíte na mládě bez očividného zranění, okamžitě se od něj vzdalte. Není opuštěné, ovšem kvůli vám by o matku skutečně přijít mohlo, případně by ho mohl zabít stres vyvolaný vaší dobrou vůlí zachraňovat. Zvířata nejsou lidé a svému životu jsou velmi dobře přizpůsobená.

Nejčastěji narazíte na srnče nebo zajíce, s nimiž matka v prvních týdnech života vůbec nezůstává, aby



nepoutala pozornost dravců či predátorů. „Takové srnče nemá vůbec žádný tělesný pach, pes, který cítí dospělou srnu na 200 metrů, projde těsně kolem, aniž by si mládě vůbec všiml,“ vysvětluje Jiří Fořt, nájemce místní honitby. Hospodář Vlastimil Lizánek ještě doplňuje: „Je

zcela běžné, že srna porodí dvojčata, která se první týdny vzájemně vůbec nesahejí. Matka mezi nimi přechází a krmit je maximálně třikrát denně – má velice výživné mléko, není třeba se o mládě nijak bát.“

Záchranné akce, byť dobře míněné,



pak často končí úhynem mláděte. Proto se do toho nikdy nepouštějte sami a vždy se raději poradte s myslivci či záchrannou stanicí. To platí i v případě, kdy je mládě poraněné.

Není radno sahat ani na malá selátka – ta jejich matka velmi bedlivě střeží a můžete si být jistí, že není daleko. První dva tři týdny nemají její potomci vyvinutou termoregulaci, nesmí se namočit nebo prochladnout a na jakékoliv ohrožení bude bachyně reagovat agresivně. Pokud by se vám omylem podařilo „do hnízda“ dostat, začne vás matka varovat cvakáním zubů. Poslechněte ji!

V souvislosti s prasaty se vplatí ještě jedna rada – pokud nechcete s bachyní a její rodinkou trávit celé jaro na zahradě, zajistěte si pozemek tak, aby tam nemohla vůbec přijít. Jakmile jsou selátka na světě, dobrovolně neodejde. „Není nutné budovat nový plot, stačí, pokud zhruba do výšky 60 cm natlučete vodorovně dřevěná prkna s cca dvacetimetrovými mezerami. Pro prase je to vizuální zábrana podobná padlému stromu a nebude se dovnitř dobývat,“ doporučuje Jiří Fořt. Pokud už ji na pozemku máte, budete muset počkat, až sama odejde. Není potřeba se bát – bachyně si místa v blízkosti lidských obydlí vybírají tak, aby tam měly klid, bezpečí a stravu, a nebudou na vás chodit útočit, avšak vyžadují soukromí.

Na ptáčata klidně sáhněte a dejte je do bezpečí

Naopak ptákům lidský dotek nevadí

a leckdy může zachránit život. „Lidé si často představují, že ptáčata sedí v hnízdě, až jednoho dne roztáhnou křídla a odletí. Tak to samozřejmě není a než se naučí létat, tráví nějaký čas mimo hnízdo na větvích,“ vysvětluje Vlasta Lizánek. Pokud najdete ptáče na zemi, posadte ho na větev, kde nebude vydáno na popas kočkám a jiným predátorům.



Mějte domácí mazlíčky pod kontrolou

U koček to samozřejmě není tak snadné a těžko jim vysvětlit, že ptáci či malý zajíc do jídelníčku nepatří. Bohužel kočky patří k šelmám, které ani neloví z hladu, ale i čistě pro potěšení. Velkým problémem jsou divoce žijící kočky, pro které jsou mláďata snadným zdrojem obživy a dokáží skutečně vybit celé vrhy. Pokud se s nimi dá něco dělat, není to krmení chudáčků zdivočelých koček, ale jejich kastrace. To ostatně platí i pro kočky s jasným majitelem – pokud od nich nechcete kofata,



postarejte se, aby se nenarodila. U zdivočelých koček je velkou výhodou, že se následně nemnoží, ale zároveň si hlídají i teritorium a nepouštějí do něj další kočky. Škody pak nejsou tak ničivé, i když jsou stále citelné.

V případě psů je to jedno-



dušší – při procházce si držte psa na vodítku a nenechávejte ho šmejdít v křoví nebo hluboké trávě – a to ani v případě, že „je hodný a nic nedělá“. Mláďata potřebují soukromí. „Pokud chcete psa nechat proběhnout a nemůžete zaručit, že vás poslechne na slovo, jděte na posekanou louku nebo jiné místo, kde vidíte na zhruba 200 m do okolí,“ doporučuje Vlastimil Lizánek.

Důvod navíc není jen ochrana zvěře, ale i samotných psů. V okolí se totiž mezi liškami začala šířit prašivina – jde o napadení zákožkou svrabovou, roztočem, který je přenosný jak na psy, tak i kočky nebo přímo člověka. Stačí, pokud pes proběhne stejnou křovinou jako nakažená liška a lehce se škrábne o trn. „Jde o velmi bolestivé a nepříjemné onemocnění se zdlouhavou a finančně náročnou léčbou. To určitě svému psovi udělat nechcete,“ varuje Jiří Fořt.

Nechodte mimo cesty

Stejně jako vaši čtyřnozí miláčci, držte se na cestách i vy. Pak máte jistotu, že nikde nepřekvapíte prasečí rodinku ani vyděšené srnče. Myslete na to i v létě, kdy se nedoporučuje prozkoumávat houštiny a odlehlá místa u vody – tam se mohou chladit poraněná prasata nebo tam hledá útočiště jiná zvěř. Nechte zvířatům trochu soukromí.

Spolupracujte s myslivci

Základem je dbát jejich instrukcí a všem problémům pokud možno předcházet. Váháte-li, ochotně vám poradí. Pokud v přírodě něco způsobíte, ať už vy či váš pes nebo kočka, nebojte se zvednout telefon a zavolat jim. Nic se neří tak horké, jak se uvaří.

Samostatnou kapitolou je pak sladění zemědělských prací s rytmem přírody. Blíží se chvíle, kdy na lukách vyroste tráva, ve které se zabydlí šťastné samice s mláďaty, ale ke slovu nutně přijdou sekačky. Ideálně spolupráce mezi myslivci a sekajícími vypadá tak, že se domluví termín sekání a brzy ráno se jde zvěř vyháňet. „Nejde rozhodně o procházku loukou, je to fyzicky náročné. Podařilo se nám domluvit spolupráci s dronařkou, která nám hlásí, kde zůstala nějaká zvěř. Musíme tam doběhnout a zvířata zvednout a dostat do bezpečí. Musí se to udělat bezprostředně před sečením, jinak by se zvěř zase vrátila zpět,“ vysvět-



luje myslivecký hospodář Vlastimil Lizánek. Pokud se zemědělci pustí do sečení bez předchozí přípravy, zůstávají za nimi rozsekaná těla srnčat, selat i zajíčků. „Je to nevýhodné i pro ně, protože pokud se mrtvé zvíře zabalí do balíku sena, je celá dávka znehodnocená a na vyhození. Ze stejného důvodu, prosím, nenechávejte na posečené seno kálet psy,“ dodává hospodář. Kromě toho mají mláďata volně žijící zvěře svou chovnou hodnotu: u srnčat je to sedm až osm tisíc korun, u selat deset tisíc za jedno. Nejde tedy jen o škodu na zvěřině, ale zanedbatelná není ani finanční stránka.

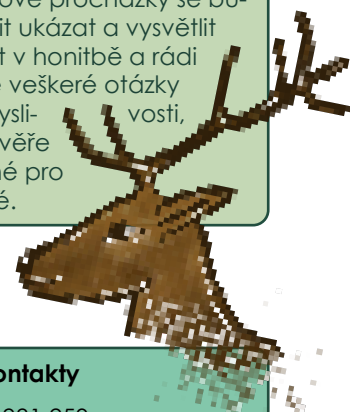
Jinou možností spolupráce je nabídnutí pozemků mimo zástavbu, které nezvládáte obhospodařovat. „Mohou to být různé louky, políčka či strouha, které bychom mohli využít pro péči o zvěř. Ozvěte se, domluvíme se,“ nabízí řešení Jiří Fořt.

Příklady plotů zabezpečených proti divokému praseti



Procházka naší honitbou

V neděli 21. 4. sraz v 8:00 u hasičárny v Líšnici. Během cca dvouhodinové procházky se budeme snažit ukázat a vysvětlit naši činnost v honitbě a rádi zodpovíme veškeré otázky ohledně myslivosti, honitby a zvěře v ní. Vhodné pro malé i velké.



Užitečné kontakty

Jiří Fořt 720 981 250

Vlastimil Lizánek 776 469 500

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

Srnčí/dančí (v kůži, bez běhů a hlavy) 100 Kč/kg

Jelení (v kůži bez běhů a hlavy) 90 Kč/kg

Morano, Morano, jdi už do spaní, přichází jaro, budeš v zapomnění!

Jak se lépe rozloučit se zimou než tradičně? V sobotu 16. března se na návsi uskutečnilo tradiční vynášení Morany. Tuto oblíbenou jarní akci spojili hlavní organizátoři Jarda Novák ml. a Jirka Vozka s průzkumem jarní přírody určeným především dětem. Vrcholem odpoledne bylo vynesení Morany, symbolu zimy a smrti a její upálení na rybníku. Akci završilo společné opékání buřtů a přátelské veselí.

Foto: Miroslava Engelová

Vynášení Morany je starý slovanský obřad, jehož kořeny sahají hluboko do minulosti. Její podstatou je vyhnání zimy a přivítání nového života, který přináší jaro. Obřad Morany, symbolizující zimu, se tradičně koná na konci zimního období a liší se region od regionu. Například na Valašsku se figurína Morany motá z proutí, v Českém Krumlově zase Moranu pronáší městem maskovanými průvod.

Věděli jste, že se slaví také v zahraničí?

Slovensko

Morana se často vyrábí také ze slámy a starých oděvů, ale obřad může zahrnovat i symbolické bičování země proutěnými biči, což má za cíl probudit úrodnost půdy.

Polsko

Zde se tato tradice nazývá „Topienie Marzanny“ a rituál probíhá podobně jako v České republice.



Ukrajina

Vynášení zimy je spojeno s předvelikonočním obdobím masopustu a zahrnuje rozloučení se se zimou prostřednictvím různých lidových veselí, průvodů a také pálení či utopením figuríny zimy.



Rusko

Koncem zimy se slaví Maslenica, což je týden plný oslav, během kterého se lidé loučí se zimou a končí spálením slámové postavy symbolizující zimu.



Vlasti zdar, ohni zmar!

Líšnice má už dva Zasloužilé hasiče



Nejvyšším oceněním dobrovolných hasičů se od podzimu pyšní dlouholetý člen SDH Líšnice pan Jaroslav Rákosník. Už v roce 2017 si stejný titul vysloužil pan Jaroslav Novák. Jak se vlastně k hasičům dostali, na který požár nikdy nezapomenou a proč by byli rádi, aby tradice dobrovolných hasičů převzali mladí Líšničáci?

Text a foto: Dominika Rýparová

Scházíme se s oběma Zasloužilými hasiči na návsi v hasičárně – tu si mimochodem postavili hasiči sami k výročí SDH v roce 1957 na místě původních kůlen, kde stávala i obecní váha. Přidává se k nám také starosta SDH Líšnice pan Josef Hájek, který je známý svou láskou k historii. Pánové na sobě mají uniformy a ze zdi na nás shlíží několik generací dobrovolných hasičů. Během rozhovoru si čím dál tím víc uvědomuju, že hasičárna je plná vzpomínek a do velké míry se tu psala i historie celé Líšnice...

Jaké pro vás bylo předávání titulu?

Jaroslav Novák (JN): Já si titul přebíral před sedmi lety a pořád na to vzpomínám. Naposledy jsme byli v Příbyslavi, kde se ocenění předává, na podzim 8. listopadu, kdy si ho přebíral tady Jaroslav a my jsme samozřejmě jeli s ním. Víte, je to nesmírně dojemné, mně se ještě dnes svírá krk! Potkáte tam velké osobnosti, třeba pana Rychlého, kterému je dnes už 91.

Máte možnost se setkávat nějak pravidelně?

Josef Hájek, starosta SDH (JH): Každý rok se pořádají krajská setkání Zasloužilých hasičů.

JN: Loni se konalo v Mněšku a byla to krásná akce plná milých setkání. Mnozí se skutečně neviděli celý rok, navíc se vydařilo počasí. Tato setkání jsou organizována krajským sdružením po jednotlivých okresech. Loni připadla organizace na okres Praha-západ. Další krásnou akcí je dnes již tradiční Masarykova vatra, která se koná vždy 28. 10. v Klínici u hasičské zbrojnice na počest vzniku Československé republiky v roce 1918. Zakladateli jsou Zasloužilý hasič Zdeněk Rychlý z SDH Bojov, dnes je mu 91 let, je to nestor našeho hasičského hnutí, kterému obětoval celý život, a starosta Okresního sdružení Praha-západ Josef Myslín z SDH Čisovice. Součástí tohoto svátku je tzv. Spanilá jízda, při které zástupci všech hasičských sborů našeho okrsku společně objedou obce Čisovice, Bojov, Líšnice, Trnová, Jíloviště a Klíнец a u pomníku padlých položí kytky a všichni se potom sejdeme na vatře, která už si našla v našem kalendáři pevné místo. Letos to bude ještě slavnostnější, protože si budeme připomínat 160. výročí založení nejstaršího českého dobrovolného hasičského sboru ve Velvarech. Tuhle tradici stále držíme.

O titulu Zasloužilého hasiče

Titul Zasloužilý hasič je výběrové vyznamenání, které se uděluje členům - hasičům, kteří svou celoživotní prací přispěli k rozvoji dobrovolného hasičstva. Uděluje se zpravidla po pěti letech po udělení medaile Za mimořádné zásluhy při dodržení délky 40 let členství a dovršení 65 let věku. Titul vznikl v roce 1978 jako nejvyšší ocenění dobrovolných hasičů – tehdy ještě pod názvem „Zasloužilý člen požární ochrany“. Od roku 1991 je udělen v podobě „Zasloužilý hasič“ Výkonným výborem SH ČMS. Předání titulu probíhá v Centru hasičského hnutí v Příbyslavi, při předání titulu je člen zapsán do Pamětní knihy Zasloužilých hasičů. Nositel titulu obdrží medaili, diplom a klopový odznak.

Pokud vím, držte jich víc...

JN: Ano, teď nejbližší bude 4. května – to je svátek svatého Floriana a v kostele Všech svatých v Líšnici se koná Floriánská děkovná mše, v níž vzpomínáme na všechny hasiče, na jejich záslužnou práci a připomínáme si odkaz sv. Floriána, patrona hasičů. Této mše se zúčastní zástupci jednotlivých sborů našeho okrsku se slavnostními prapory a další významní hosté. Po mši všichni přejdeme průvodem do líšnické hasičské zbrojnice.





Jaroslav Rákosník (JR): A za sebou máme i masopust, to je krásná tradiční akce. Na jaře pak ještě stavění máje.

JH: A pak dětský den, ten je tu hodně oblíbený. Kdysi to bývaly i plesy a výroční schůze v kolibě na golfu nebo předtím v hospodě U Křížů, ale dnes už nejsou prostory, kam bychom mohli pozvat víc lidí.

Jak dlouhá je vlastně historie líšnických hasičů?

JN: Za tři roky si budeme připomínat 150. výročí založení. Na okrese jsme po Jílovém druhým nejstarším sborem. Náš sbor byl založen v roce 1877. Děkujeme našim předkům a nesmíme tuto obrovskou tradici zničit.

JH: Naše pamětní kniha říká, že po velkých požárech stodol způsobených tábořením pruského vojska přišli lidé s myšlenkou hasičstva. Právě tehdy byly tady v Líšnici zakoupené dvě džberové stříkačky, které tu mimochodem stále ještě jsou. Později se tedy ukázalo, že potřebám hašení nestačily, tak se pořídila stříkačka z čisovického velkostatku. Tady na zdejší škole působil jako podučitel pan Josef Hořejší, který byl seznámený s tím, jak se zakládají hasičské sbory – díky němu se tu muži naučili stříkačku obsluhovat, zakoupilo se i další technické vybavení a uniformy. Částečně si na to vybrali peníze mezi sebou, částečně je podpořil císař František Josef, který byl donátorem našeho sboru. Tehdy přišlo z Vídně asi dvacet zlatek. Vladar myšlenku dobrovolných hasičských sborů podporoval, proto je najdete v zemích bývalého Rakouska-Uher-

ska téměř všude. Dobrovolní hasiči tu potom cvičili, byli voláni i k požárům po okolí, protože tehdy byli jediní. Dva roky po nás vznikl ještě sbor v Mníšku a v Čisovicích.

To je milé prvenství...

JH: Hasiči z Líšnice také podporovali myšlenku hasičstva pořádáním různých kulturních akcí. Traduje se, že když naši hasiči uspořádali ples v Klínci, tak místní ženy zatlačily na své muže, aby se pochlapili a založili také svůj sbor. Dvacet let po nás! (smích)

A navíc měli výsledky. Dodnes mě udivuje, že už pět let po založení SDH Líšnice udeřil při jarní bouři blesk do kostelní věže, sjely se sem i sbory z Mníšku a Čisovic a společně to celé uhasily – vůbec nechápu, jak to s tehdejšími vybavením hasiči mohli zvládnout. Měli jen ruční stříkačky tažené koňmi, netuším, jak tam dotáhli vodu. Co mě skutečně fascinuje je, že se hasiči už v září téhož roku účastnili děkonné mše za novou věž! Dneska by se dva roky papírovalo. (smích) Přitom to byl tak velký požár, že se rozlily zvony!

Jaký je vztah mezi dobrovolnými a profesionálními hasiči? Spolupracují?

JH: Ano, naše zásahová jednotka, kterou zřizuje obec a jejími členy jsou převážně členové SDH (mají s obcí smlouvu), vyjíždí na základě výzvy profesionální záchranné hasičské stanice, v našem případě stanice v Řevnicích nebo na Kladně, když je potřeba do katastru dané obce jako záložní tým (když jsou však její členové doma).

JN: Někdy jsou dobrovolní hasiči na místě první. Také když profesionálové dostanou oheň pod kontrolu, nechají ho pak dobrovolné hasiče dohasit, dohlédnout na to, že je už všechno v pořádku.

JH: Když hoří jen nějaká králíkárna nebo kůlna a profesionálové musí třeba k nehodě nebo většímu požáru, předají to celé místní zásahové jednotce.

Vybavíte si nějaké zásahy nebo požáry?

JN: Ano, já mám v hlavě jeden z roku '61, kdy jsem u hasičů ještě ani nebyl. Dívali jsme se u babičky na televizi na válečný film, kde houkala siréna. Jenže ona houkala i venku. Když nám to došlo, vyběhli jsme ven a viděli, že hoří kravín. Vyváděl se už ven dobytek – pro mě jako pro kluka to byl silný zážitek. A další pak následoval o mnoho let později, když hořela panu Matysovi stodola.

JR: To je nějakých dvacet třicet let.

JN: Tehdy mi volal jeho soused přímo domů. Dorazili jsme tam skutečně jako první a byla to hrůza. Uvnitř bylo uskladněné seno, sláma, traktor. Byly tam i ovce, chudinky, některé i uhořely. To je hrudný zážitek, na který nikdy nezapomenu. Bez-moc těch lidí, kteří spoléhají, že jim nějak pomůžete.

JH: To byl tak velký požár, že se táhla voda právě z rybníka. Naštěstí to nebylo tak daleko. To bylo asi to nejhorší, co jsme tu měli.

JN: Na požár kravína se taky čerpal voda z rybníka, ale tehdy musely stát cestou tři stříkačky, protože to bylo daleko a nebyla tak výkonná technika jako dnes.

JR: To mi připomnělo, že se přesně kvůli takovým situacím dělala námětová cvičení. Simuloval se požár někde dál od vody a cvičilo se při-



vádění vody na delší vzdálenost.

JH: V Čisovicích se trénovalo, jak překonat železniční trať. Poslední cvičení, které si pamatuji, byla evakuační škola.

Podobnou funkci mají i hasičské závody, že?

JR: Na ty jsme jezdili také. Neumisťovali jsme se nějak na předních místech, ale do okresních kol jsme se dostávali.

JH: Tak jsem se vlastně dostal k hasičům já. Přemýšlel jsem, jak se tady ke klukům přidat, styděl jsem se jim říct, že chci mezi ně, až jsem šel jednou z práce kolem a oni na mě zavolali: „Hele, pojď s námi cvičit!“ Nechal jsem jen doma tašku a mazač jsem za nimi na bývalé fotbalové hřiště u Řitky a učili jsme se rozmotávat hadice. Tehdy byly ještě konopné, když se namočily, byly nesmírně těžké a nedaly se už sbalit. Mokrý se jen složil natřikrát a nesly se přes rameno jako klády. (smích) Proto jsme vždycky všechno zkoušeli pětkrát nasucho a až pak jsme je namočili.

Jak jste se vlastně dostali k dobrovolným hasičům vy?

JR: Já už jsem jako malý kluk jezdil s panem Macháčkem cvičit na Korýtku – jsem u hasičů už od roku 1965!

JN: Já od roku '68. Hned jsem byl zvolen jednatelem a tuto funkci jsem vykonával téměř 40 let.

Zmínil jste Korýtku, to je dnešní golf – kde se tam cvičilo?

JR: Všude! (smích) Tehdy to byla pastvina, kam už ti páni doktoři chodili hrát.

JH: Bylo to dohodnuté tak, aby se tam dobytek pásal, když se nehrálo. Tenkrát nebyla taková technika, proto se i hodilo, že krávy nebo kozy ze vsi trávu spásly.

JR: U hasičů byl i můj táta, byl velitel. Cvičil jsem za mladé hasiče, pak už za muže. Měli jsme tu dokonce i družstvo žen a dětí. Když jsem se oženil, vedla ženy právě moje manželka s paní Andělovou, děti jezdily i na tábory s hrou Plamen.

JN: Hlavně nezapomeň říct, že jsi 35 let dělal velitele sboru!

JR: No ano, on to nikdo nechtěl dělat, tak co mi zbývalo. (smích) Vzpomínám třeba na to, jak jsme sehnali tu naši „vejřfasku“ – až v Nitrě u vojáků.

JN: V Líšnici měl chatu plukovník

z Ministerstva národní obrany pan Námisňák, moje máma všechny chataře znala, dělala tajemnicí MNV, tak se ho zeptala, že bychom potřebovali nějaké auto. A on řekl, že to není problém. Fanda Macháček ml. a tady Jaroslav si pro něj dojeli do Nitrý.

JR: To bylo v třiasedmdesátém roce!

Do té doby tu hasiči auto neměli?

JN: Byla tu stará americká sanita, Dodge, kterou pan Macháček, dlouholetý předseda, vozil i ženské k porodu. To jsem ještě ani u hasičů nebyl. Jeho syn, Fanda Macháček, nás tímhle autem vozil na fotbal a my kluci jsme se na to nesmírně těšili. A ono to vážně jelo! Mezi Řitkou a Líšnicí i stovkou! A mně se to tak zalíbilo, že jsem se dal k hasičům. Ale bylo to i osobností pana Macháčka st. On nebyl jen předseda, byl i varhaník, výborný muzikant, kapelník – protože hrajou na housle, trávil jsem s ním spoustu času.

Musím se vás zeptat na sekyrkové cvičení, to je taky takový místní unikát...

JH: Na ten jsme už zestárlí. (smích)

JN: To vzešlo od Líšničáků z okresu Ústí nad Orlicí, protože ke stému výročí založení SDH Líšnice u Prahy v roce 1977 byly osloveny s pozváním všechny Líšnice v celé republice k účasti na naší oslavě. Z asi sedmi se zpátky ozvaly dvě: Líšnice u Milevska a Líšnice v Orlických horách, u Žamberka. Navázali jsme krásná přátelství, scházeli se při kulačinách a půlkulačinách. V Orlických horách bylo sekyrkové cvičení na

vysoké úrovni, cvičilo jich ho kolem čtyřiceti.

JH: A stále cvičí velmi dobře. Bývají někdy na hasičských dnech v Litoměřicích.

JN: Poskytli nám veškeré materiály i dobovou hudbu.

JR: Karel Mašek nám vyřezal sekyrky z překližky.

JN: Hasičská sekyrka je dost těžká, pro cvičení nebezpečná. A to by pak nemohly cvičit ani děti.

A jaký je vůbec zájem o hasičství mezi dětmi?

JH: Zájem by byl, ale my bychom potřebovali někoho, kdo to s nimi umí a kdo se tomu bude věnovat. Je to obrovská zodpovědnost a těžko se to dnes kloubí s prací. Občas mi někdo říká, že už má v práci volněji a že se teď dá k hasičům, ale zatím z toho nic nebylo. Přes děti to táhne i rodiče – ti přijdou třeba na dětský den, Běh pro jablko, pálení čarodějnic, stavění máje a spolu s dětmi se zapojí. Měli jsme tu skvělou zdravotědu s Andreou Orlov. Jirka Vozka má jako dendrolog plán na různé akce pro děti. V předjaří organizuje Jaroslav Novák ml. vynášení Morany jako oslavu přicházejícího jara a konce zimy. Děti si samozřejmě opečou buřty a nakonec Moranu spálí na rybníce. Na dětském dnu mají hezké zastavení myslivci. Nemusíte být hasič, abyste mohli přijít s nějakým nápadem, všichni jsou vítáni, stačí se ozvat našemu veliteli Karlu Maškovi. Každý první pátek v měsíci je členská schůze tady v hasičárně, tak se zastavte!



Masopust 2024: Medvěd, bába s nůší a ti druzí



Všichni se usmíváme ... Pozor, vyletí ptáček

Rok se s rokem sešel a znovu měla přijít tolik rozporuplná Popeleční středa (což se samozřejmě děje odedávna). Tento magický den, který v tomto roce připadl na 14. února, zahajuje období půstu, které končí až za velmi dlouho, a to o Velikonocích. Co s tím? Východiskem z této situace je trochu si užít, dokud půst nevyukne.

Text: Luděk Žůrek, člen SDH

Foto: Karel Žbánek a Martin Žebro

V Líšnici to již tradičně řešíme Masopustem, který probíhá pod záštitou Sboru dobrovolných hasičů. Letos se konal 10. února (tj. poslední sobotu před Popeleční středou) a jedná se vlastně o průvod masek, který začíná před hasičskou zbrojnicí a projde celou vesnicí. Než se však masopustní průvod vydá na svoji pouť, masopustní principál žádá paní starostku obce o dočasné propůjčení symbolického klíče od obce (tj. do úterní půlnoci). No a pak již může principál zavelet:

**Maškary, chaso i občané vážení,
čeká nás dnešní den závažné snažení,
projdeme s průvodem přes naši vesničku,
tam, kde nám otevřou, zpíváme písničku.
Tam, kde nám nalejou, dáme si panáka,
skočíme mazurku, polku či dupáka,
ale už dost řečí: Přeji všem kuráž,
průvode nelejkuj a konečně vyraž!!!**

Myslivec s medvědem, bába s nůší, drábové, další a další masky vyráží za zvuku muzikantů kupředu, doprovázeni pojízdou Šatlavou. Kromě masek se přichází pobavit i mnoho civilistů – všichni, i cyklisté, jsou vítáni. Procesí se vine od domu k domu, přímo na ulici i na dvorech se tančí, zpívá. Nelze říci, která maska je nejlepší, je úžasné, kolik nápadů a šikovnosti museli všichni vynaložit na jejich výrobu. Stejně tak nelze určit, kde jsou nejlepší hostitelé – všude se účastníci masopustního průvodu mají luxusně. Každopádně, všichni zaslouží naše poděkování za to,

že investovali svůj čas i prostředky do této akce. Ta byla navíc podpořena krásným počasím. Nevěřili byste, kolik úsilí bylo třeba vynaložit na to, aby modrá obloha spolu s teplotami kolem 13 stupňů byla objednána právě na 10. února.

Masopustní průvod je završen zastřelením medvěda, který symbolizuje tuhou zimu. Při tomto ceremoniálu již nemusí mít slovo masopustní principál, ale důvěru zpravidla dostává ten, který se ještě udrží na nohou a je schopen artikulovaně hovořit. Muzika hraje tuš a proslov končí slovy:

**Medvěde, připrav se, už zvoní ti hrana.
Drábe, ať skolí ho pořádná rána !!!
Myslívče, PAL !!!**

Medvěd je zastřelen, muzika hraje smuteční pochod a to ukrutně zvíře je odneseno na márách do propadlišť dějin. Jaro může konečně začít. No a nám nezbyvá než to, abychom se až do Velikonoc postili. A také se těšit na další Masopust, na který jste všichni srdečně zváni. Protože Popeleční středa 2025 připadne na 5. března, zapište si do kalendáře termín příštího Masopustu – 1. březen 2025. Těšíme se na Vás!



... dle pradávnych zvyklostí žádám ctěné konšely o klíč k líšnické farnosti ...



Masky přicházejí. Některé vzbuzují vůni čokolády a oříšků.



Před Šatlavou bývá narváno, na rezervaci se čeká fronta.



Věžnice Sing-Sing dala frekventantům vycházky za vzorné chování.



Na ulici není k hnutí, veselí se mladí staří, s nimi všichni hospodáři.



Průvod – muzika, masopustní principál, medvěd a někde v dálí Šatlava.



Medvědovi se nechce do propadliště dějin, ale proti přesile nemá šanci.



Procesi začalo před hasičskou zbrojnicí a s úsměvem na líci prošlo celou vesnicí.



A už ho nesou, tou starou cestou, kudy on chodíval s chlupatou vestou ...

Obecní ples tentokrát na Řitce

K zimní sezóně už nějaký ten pátek patří i ples obce Líšnice. Po uzavření klínecké farny se letos přesunul, proto plesový autobus zajišťující bezpečný přesun hostů na místo konání vyrazil letos do Řitky.

Foto: Šimon Kostelník

„Moc děkuji všem, kdo jste přišli, a že vás bylo opravdu hodně, až byla zaplněna všechna místa v sále. Mám

z toho velkou radost a do organizace dalšího ročníku se vrhám s o to větším nadšením. Dle slov mnoha z vás byla Sokolovna v Řitce dobrou volbou, napsala k plesu starostka Hana Navrátilová. Na všechny tanečníky a tanečnice se budu těšit zase druhou sobotu v únoru 2025,“ vzkazuje.

My vám přinášíme alespoň krátkou fotoreportáž – ostatní fotografie najdete na webových stránkách obce.



Vzpomínka na Vánoce

Ačkoliv už máme v těchto dnech hlavu plnou jara, ve zpravodaji nesmí chybět ještě jedna líšnická tradice: rozsvěcení vánočního stroměčku o druhé adventní neděli. Nechyběla živá hudba, občerstvení, výstava betlémů v hasičárně, svařené víno, dekorace vyrobené našimi školáky... Zkrátka dokonalá vánoční atmosféra, kterou korunovaly i třpytivé sněhové vločky.

Foto: Dominika Rýparová



Vánoční koncert naší školy

K milým předvánočním povinnostem školáků i pedagogů naší školy patří i tradiční vánoční koncert ZŠ Líšnice. Premiéru si zde odbyvají v kostýmech andělků prvňáčci, ostatní žáci se ladí do stylu Ladovské zimy. 21. 12. 2023 bohužel chyběla kvůli nemoci hlavní organizátorka, ředitelka školy Alena Fialová, která shodou okolností v tento den slaví i narozeniny. Atmosféru krásného vánočního setkání ovšem zkalil masakr na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy. Tím se stal koncert takovým manifestem lidské souznělosti.. Vánoce mají přece spojoval.

Foto: Martin Novák, Dominika Rýparová



Na vlnách tónů

Naše malá škola a školka se od ostatních běžných institucí tohoto typu v mnohém liší. Za pravdu nám dávají nejen rodiče našich absolventů, ale především samy děti, které již brány naší školky a školy opustily a zakusily každodenní školní realitu někde jinde. Různých specifik bychom našli mnoho, dnes se však zaměříme na jednu konkrétní aktivitu, kterou je hudba.

Připravila a z fotoarchivu školy vybrala Alena Fialová, ředitelka ZŠ a MŠ Líšnice

Hudba provází líšnickou školičku odjakživa. Pamětníci rádi vzpomínají na pana ředitele Jaromíra Tobolu, který s dětmi s láskou za doprovodu houslí zpíval a nacvičoval s nimi řadu kulturních vystoupení. Lásku k hudbě pak nejen u dětí rozvíjela paní ředitelka Mgr. Jana Čiháková, která sice s dětmi sama nezpívala, ale zajišťovala jim bohaté hudební vyžití.



Paní učitelka Tereška Lišková jako žákyně líšnické školy vystupuje na Dni matek, květen 2001

Od 90. let 20. století se v naší škole drží tradice různých hudebních kroužků. Ve škole skoro nepřetržitě fungoval a funguje pěvecký sbor, který za posledních 25 let zpíval pod vedením učitelů a učitelek naší školy, mezi něž patřili např. manželé Marklovi, Slávka Jírovcová, Hana Millerová či současná vedoucí pěveckého sboru paní učitelka Veronika Kopecká. Ke konci 90. let pak započala tradice individuální i skupinové výuky na různé hudební nástroje.



Vystoupení flétnistů na školní akademii v roce 2013, větší na účinkujících v letošním roce maturuje



Veronika Kopecká a Kuba Noll nacvičují se školním orchestrem, červen 2019

Tradičně se zde vyučovala a stále vyučuje hra na zobcovou flétnu, jejíž výuku po paní učitelce Simoně Marklové před téměř pětadvaceti lety přebrala tehdy ještě studentka a dnes současná paní ředitelka Alena Fialová a přidala k výuce flétny zobcové i flétnu příčnou. Po ní totéž vyučovala paní učitelka Tereška Mašková (dnes Lišková) a flétnička se ve škole i ve školce učí čile dodnes. Ovšem nejen flétny zněly v naší škole!



Vystoupení našich žáků v České televizi, prosinec 2011

Uděláme-li průřez historií výuky hudby na naší škole, zjistíme, že se zde vyučovala např. hra na akordeon, klasickou kytaru, housle a samozřejmě klavír. Ten u nás vedly dvě úžasné muzikantky, operní pěvkyně, sopránistky Gabriela Jelínková a Štěpánka Hraničková, které též nabízely výuku klasického zpěvu. Před šesti lety jsme začali spolupracovat s tatínkem naší žákyně, sympatickým a šikovným jazzovým bubeníkem a líšnickým občanem Kubou Nolem, a tak řada školních dětí začala bubnovat. Kuba zjistil, kolik je ve škole malých hudebníků a společně s paní učitelkou Verunkou Kopeckou dali dohromady školní orchestr. Nástrojové zastoupení bylo vskutku široké – od bicích a basové kytary, které tvrdí muziku, přes klávesy, housle, flétnu, hoboj či hornu. Své nezapomenutelné vystoupení orchestr předvedl na školní akademii v červnu roku 2019.



Vašek Mašek učí hrát na folkovou kytaru nejen Majdu Novákovou a Sáru Kubátovou, březen 2024

Nejslavnější jsou samozřejmě naše vánoční koncerty v kostele Všech svatých v Líšnici. Tradici vánočních koncertů založila před zhruba třiceti lety paní ředitelka Čiháková, přičemž tradice byla přerušena pouze v covidových letech. Vystoupení našich dětí, ke kterým během let přibýly

neodmyslitelné „Ladovské kožíšky“, je nejen pro rodiče a ostatní příbuzné, ale i pro mnoho dalších líšnických občanů tím pravým začátkem Vánoc. A naše pásma koled a vánočních písní se dostala až do médií. Na pozvání líšnického občana pana Vladimíra Mertlíka jsme se mohli v letech 2011 a 2012 zúčastnit benefičního koncertu Podepsáno srdcem, a tak naše děti zpívaly v přímém přenosu v České televizi i v Českém rozhlase. V současných letech s dětmi kromě Líšnice zpíváme tradičně v Mníšku pod Brdy, ať už v tamějším kostele na dobročinných koncertech, nebo během knoflíkového trhu pod širým nebem, a vystoupili jsme i v Domově pro seniory pod Skalkou.



Vystoupení pěveckého sboru na vítání občánků, únor 2024

Nejvýraznější osobou vánočních koncertů bezesporu je, i když se pravidelně schovává vzadu, pan Václav Mašek z Řitky. Ten naše koncerty doprovází hrou na kytaru od samého počátku. Začal ve chvíli, kdy v kostele jako první hráčka vystupovala jeho starší dcera Tereška, a za tři roky bude v kostele doprovázet již svého nejstaršího vnuka. Vašek naše školní zpívání doprovází nejen v kostele, ale i na různých dalších vystoupeních. Velké díky mu patří i za zvučení školních akademií. V letošním školním roce rozšířil spolupráci s naší školou ještě o kroužek kytary.

V posledních více než deseti letech má hudbu v naší škole pod palcem paní učitelka, houslistka, zpěvačka, hudební skladatelka a dirigentka Příbramské filharmonie paní Veronika Kopecká. Dětem se věnuje nejen během hodin hudební výchovy, ale vede také pěvecký sbor, se kterým pravidelně vystupuje např. na vítání občánků či na krásné květnové akci Noc kostelů. Pravidelně dochází i do obou tříd mateřské školy a vždy se aktivně podílí na přípravě všech školních i školkových vystoupení.

Vážení čtenáři, ze školy vám zasíláme pár melodických pozdravů a až budeme někde společně s dětmi vystupovat, určitě si nás přijďte poslechnout. Těšíme se na vás!

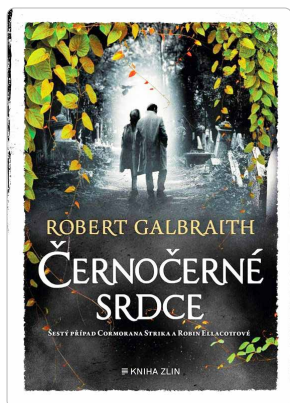


Novinky z naší knihovny

Vážené líšnické čtenářky a čtenáři,

dříve než vám představím nové přírůstky v naší knihovně, uvedu pár čísel z konce minulého roku. Knihovna má v současnosti (po vyřazení tří set nepůjčovaných titulů) 2 615 svazků. Registrováno je 91 čtenářů, z toho 48 dětí do 15 let. Ti si za rok vypůjčili 1 974 knih.

A nyní k novým přírůstkům: první z nich je detektivní román Roberta Galbraitha (pseudonym J.K. Rowlingové) Černočerné srdce. V šestém románu je opět hlavní postavou vyšetřovatel Cormoran Strike a jeho spolupracovnice Robin. Řeší případ, v němž poukazují na temné stránky médií a nebezpečí sociálních sítí.



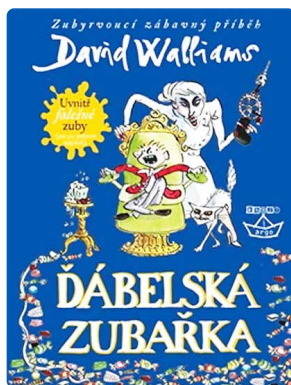
Oblíbené mezi našimi čtenářkami jsou romány Jany Poncarové. K dalším jejím knihám přibyl příběh Podbrdské ženy, který vykresluje nelehké lidské osudy tří generací žen na pozadí událostí minulého století.



Další knihou, na kterou bych chtěla upozornit, je rozsáhlý román Hodiny uznávaného anglického prozaika Iana McEwana. Je to intimní příběh chlapce Rolanda Bainesa o lásce, lítosti i neklidném hledání odpovědí v době, kdy svět počítá náklady 2. světové války a kdy se železná opona již spustila.



Pro dětské čtenáře jsem vybrala nový příběh Davida Walliamsa Dábelská zubařka. Do města se přistěhuje nová zubařka paní Kousavá a začnou se dít podivné věci. Humorný i strašidelný příběh s fantastickými prvky je určen starším dětem.

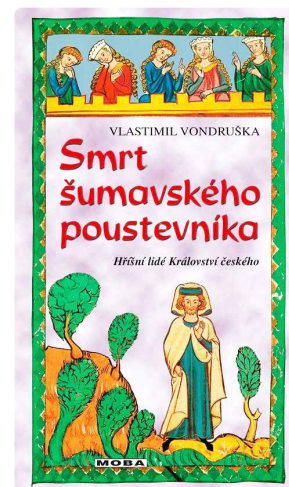


Příjemné jarní měsíce i s knihou přeje Helena Žbáňková, knihovnice

Pro mladší děti jsou to Mimoni. Do knižní podoby je podle animovaného filmu přepsal Sadie Chesterfield. Hlavními hrdiny jsou Mimoni Kevin, Stuart a Bob.



Koncem března, v měsíci čtenářů, vyjde dlouho očekávaný 3. díl trilogie Karin Lednické Šikmý kostel. Také Vlastimil Vondruška se představí dalšími historickými detektivkami. Nejprve to bude Smrt šumavského poustevníka a v dubnu pak Smrt rodu Janoviců.



Příbramská knihovna také v nejbližší době přiveze nový výměnný soubor padesáti knih. Můžete si tituly prohlédnout na našich webových stránkách www.lisnice.knihovna.cz nebo knihovnu navštívit osobně. Budu ráda, když si přijdete vybrat.

Už je tu jaro je tu, lidi šílí

A právě proto je třeba myslet také na uklidnění a potěchu ducha i duše, v čemž vám nejlépe pomůže pořádný kulturní prožitek z nějaké té umělecké akce. Pavouky, mech a suché listí je nutné po zimě vymést nejen ze zahrady, ale také z našich hlav, které se nám už začínají zanášet pracovními i soukromými problémy a starostmi. Užijte si tedy první zahřátí jarním sluníčkem a hned, jak zapadne, honem za kulturou. V okolí Líšnice se toho chystá dost, co stojí za vidění a slyšení. Pár takových akcí jsme našli a nabízíme v našem tradiční kulturním přehledu. Přejeme vám veselá a barevná jaro.

Připravil Tomáš Fiala

Hudba

Prago Union & Live Band + Support: DUCK

5. 4. 2024 od 20:30, Společenský sál KD Dobříš

Koncert legendární rapové skupiny Prago Union, kterou jako support podpoří dobříšský rodák DUCK. Prago Union je česká hip-hopová grupa, která tu už dvacet let úspěšně vypráví zhudebněné storky, v jejímž čele rýmuje její charismatický lyrik Kato.

„Vždycky se radujem, když se lidi sejdou, jen do rytmu se hejbou a nikam nejdou.“



Foto: archiv skupiny Prago Union

Lenka Filipová

16. 4. 2024 od 19:00, Velká scéna Divadla A. Dvořáka Příbram

Lenka Filipová je česká zpěvačka, šansoniérka, kytaristka, hudební skladatelka a textařka. Zamilovaná, Prý se tomu říká láska, Za všechno může čas... Není třeba říkat víc.

Štěpán Rak a jeho kytara

25. 4. 2024 od 19:00, Sál Dr. Fürsta, Dobřichovice

Štěpán Rak je znám především jako kytarista, skladatel a improvizátor. Na koncertě se představí ve všech těchto uměleckých oblastech. Jako skladatel uvede ukázky ze svých celovečerních autorských pořadů „Chvála čaje“, „Kytara napříč žánry“, „S kytarou kolem světa“, „Domov můj“ a dalších.

Soul Sisters

23. 5. 2024 od 19:00, Zámek Dobřichovice - pivnice U Věže

Kapela složená ze čtyř energických a zkušených muzikantů, kteří hrají v žánrovém fusion, v němž se prolíná soul, jazz, pop i latin music. To vše navíc balí do zajímavých aranží i rytmů. Nabídnou vám slavné hity Stevie Wondera, Arethy Franklin a mnoha dalších.

Divadlo

Blbec k večeri

9. 4. 2024 od 19:00, Kulturně komunitní centrum Koruna – Praha Radotín

Francouzská komedie Francise Verbera v hlavních rolích s Pavlem Kikinčukem a Danielem Rousem. Pierre Brochant je nakladatel, jehož přátelé mají velmi rádi drsnou zábavu. Každý týden je pořádána takzvaná večere blbců, kdy každý účastník přivede co nejvýstřednějšího hosta a baví se jeho hloupostí. Tentokrát má Pierre něco extra - ministerský úředník Francois Pignon je snad opravdu „králem blbců“. Co se však nestane... to se dozvíte až v divadle.



Foto: archiv divadla Pluto

Pašt na myši - Agatha Christie

26. 4. 2024 od 19:00, Velká scéna Divadla A. Dvořáka Příbram

Nejslavnější detektivka všech dob se v Anglii hraje nepřetržitě od své premiéry v roce 1952. Co je důvodem? Jde o originální, přitažlivý, napínavý příběh, prvotřídní postavy, znamenitý humor a překvapivé rozuzlení. A i když ho třeba znáte, připočtete si k tomu po všech stránkách poctivou divadelní práci včetně znamenité výpravy a skvělých herců, takže stojí za to přijít, i kdybyste předem věděli, kdo je vrah! A víte to doopravdy? V roli paní Boylové se představí nenapodobitelná Naďa Konvalinková.

Kino

Dejvické divadlo v kině: Elegance molekuly

7. 4. 2024 od 19:00, Bio Řevnice

Přímý přenos divadelního představení Dejvického divadla. Otto Wichterle měl svoji slavnou historku o tom, jak na stavebnici Merkur sestrojil přístroj na odstředění prvních kontaktních čoček. Hra Petra Zelenky hledá takový „Merkur“ v životě chemika Antonína Holého. Příběh o silné vizi, předvídavosti, štěstí a odměně, která přišla příliš pozdě. Hra byla oceněna v rámci Cen divadelní kritiky jako nejlepší poprvé uvedená česká hra roku 2018.

Besedy, přednášky

Poutní místa Česka s Michalem Bařínkou

4. 4. 2024 od 18:00, školní jídelna ZŠ Lety

Poutní místa nejsou jen na slavné Svatojanské cestě. Michal Bařín-

ka, vzděláním církevní historik, vás srdečně zve na besedu věnovanou poutním místům Česka inspirovanou jeho novou publikací. V knize i na přednáškách vysvětluje také místní zajímavosti a kuriozity, které návštěvník bez odborného vzdělání běžně nezjistí, či sám nerozpozná.

Santini – život a dílo barokního architekta

23. 5. 2024 od 18:00, školní jídelna ZŠ Lety

Dozvíte se o klíčových stavbách Jana Blažeje Aichel Santiniho, jako je kaple Svaté Anny Samořetí v Pannenských Břežanech, poutní kostel Svatého Jana Nepomuckého na Zelené Hoře či zámek Karlova Koruna. Proniknete do barokních principů architektury a specifík Santiniho díla. Pod odborným vedením si definujete výjimečnost tohoto barokně gotického stavitele v rámci českých zemí a Evropy. Přednáší Monika Symbolová, kurátorka Národní galerie Praha.



Foto: www.santini.cz

Tip na výlet? Čertův most

Přemýšlíte nad krátkým výletem jen tak po okolí? Čertův most je ideální. Dostanete se k němu skrze anglický park dobříšského zámku, podél Sychrovského potoka, který přibližně v tom místě ústí do Huňského rybníka.

Text a foto: Dominika Rýparová

Ke kamennému mostu se váže místní legenda o čertu, který tu pomohl ševci přejít přes rozvodněný potok, aby řemeslník zvládl včas dodat hotové boty zámecké paní, a v tom místě pokácel kmen stromu. Jiná verze říká, že švec se zavázal, že pokud ďábel přes noc postaví most přes nedalekou roklí, upíše mu svou duši. Ďábel souhlasil a začal s výstavbou mostu. Avšak švec se začal o svou duši obávat a vymyslel plán, jak ďábla přelstít. Na radu své ženy nechal před domem hřát kohouta, aby začal zpívat ještě před východem slunce. Ďábel uslyšel kokrhání a v domnění, že už je ráno, přestal pracovat a zmizel, aniž by most dokončil. Díky lsti byla ševcova duše zachráněna a most, ač nedokončený, tu zůstal stát jako připomínka této události.

Ve skutečnosti byl Čertův most postaven v roce 1864 kvůli překonání terénní nerovnosti v zahradě dobříšského zámku. Žádný potok pod ním netekl ani tehdy. Právě to, že most tak úplně nebyl potřeba a materiál, ze kterého je postavený – struska vzniklá při zpracování železné rudy z nedaleké Staré Hutí, dodává mostu nádech tajemna. Struska je totiž černý porézny materiál s lesklými sklovitými ploškami a masivní most (měří 36 m na délku, 6 m na šířku a pne se nad roklí sedm metrů hlubokou) působí uprostřed lesa skutečně jako zjevení.

Když už budete v Dobříši, stavte se tam třeba ve stylové kavárně Velbloud na náměstí, kde na vás dýchne atmosféra první republiky, nebo vezměte nejmenší výletníky do herničky v café Puntík. Za návštěvu stojí i místní knihovna. Dětské oddělení tu mají vybavené místy k válení i hracím koutkem pro milovníky počítačových her. A cestou zpátky to vezměte zase přes pobočku sítě kaváren Tady & Ted. Dobříš je vážně fajn!



Přes Pyreneje až do cíle

KDO JE VILMA?

Vilmu Tůmovou můžete potkat na toulkách po okolí Líšnice s výmarským ohařem Ruby. Bez pohybu a přírody si neumí svůj život představit.

Když čas dovolí, putuje českou krajinou, ale ráda nakoukne i za humna kdekoli po světě. Nesnáze na cestě řeší humorem sobě vlastním.

A nově sdílí své zážitky i na blogu vilminyvilomeniny.cz

Přesně před rokem vyšly v našem zpravodaji humorné cestovatelské zápisky z Pyrenejí. Letos se Vilma vrátila na místo činu, aby hory skutečně kompletně přešla. Vybrala pro vás něco ze svých zápisků a fotek, které by samy o sobě vydaly na knihu a všechny je najdete na blogu vilminyvilomeniny.cz.

Je konec září 2023, chci zkusit dojít zbývajících 550 km přes Pyreneje ke Středomoří. V tuto dobu bývá již v horách sníh a mráz. Dojdu? Nevím, nějak to dopadne...

Text & foto: Vilma Tůmová

23.9.2023 sobota

V Barceloně jsem těsně před půlnocí a snažím se přivolat Ubra, jak mě doma naučili. Za pomoci dvou mladých Čechů to zvládnou. Teď už ho jen najít. Víte, kdy jsem jela naposledy taxíkem? Ne? Já taky ne! Lítám po letišti jako vyděšená slepice a hledám mezi desítkami černých nablýskaných taxíků ten svůj. V mobilu ho vidím, ale nedaří se mi k němu přiblížit. Pán píše, že čeká před kanceláří Avis - ??? Nakonec si nešťastnou tetu najde sám a včas mě zaveze na nádraží Nord, odkud v jednu jede autobus do Zaragozy.

Z okénka vozu překvapeně pozoruji ulice plné letně oblečených lidí, cyklistů a otevřených restaurací. Už bez problémů přeseďmám v Zaragoze na vlak do Huescy a dále na bus do Sabinaniga. Vystupuji na zastrčené zastávce, kde se kromě mne krčí starší paní. Skouknu jízdni řády, jestli do Torly přece jen něco nejede, a pro jistotu se jí ptám. Za čtvrt hodiny?! Jeden jediný autobus denně, který v žádném jízdni řádu nenajdete. Za hodinku jsem v Torle, kupuji plynovou kartuši a ptám se prodavače, jestli do výchozího bodu k parkovišti, vzdálenému dvě hodiny chůze, nejede kyvadlový autobus. Dojezdil před 14 dny. Párek Španělů nabízí, že mě svezou. Jenže silnice je zavřená kvůli plnému parkovišti a musíme se vrátit zpátky do města. Taxík není dostupný, takže po hodině jízdy stojím opět na začátku a musím pěšky.

Slunce se mě snaží zahřát, ale i tak je dost chladno. Jde se dobře, batoh sedí a má i s vodou do 15 kilo. Poslední hodina a půl k chatě Goriz je očištěc. Nemůžu popadnout dech a každých deset metrů musím zastavit a vy-



dýchat se. Buď je to převýšením nebo ze mě nemoc vysála všechnu energii. Je sobota šest večer, všude mraky lidí. Snad hodinu čučím ve frontě na check-in a klepu se strachy, že mě bez rezervace pošlou šupem dolů. Ale recepční se mě zžlí, můžu postavit stan. Odměním se radlerem a vlažnou sprchou. Zavírají se mi oči, na chatě začíná večírek a u stanu bučí kráva.

17,5 km, ↑1300 ↓200

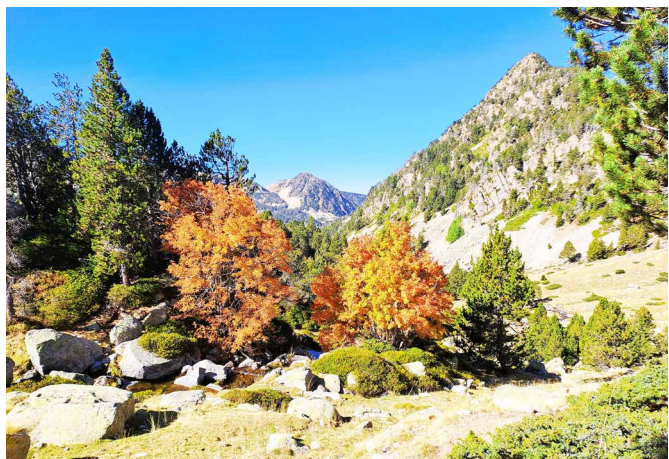


24.9.2023 neděle

Nemůžu se rozhodnout, jestli mi byla zima nebo teplo, když spím ve výšce nad 2000 m. Ráno vyrážím v devět jen s malým batůžkem na Monte Perdido (3 355m), druhou nejvyšší pevninskou horu Španělska. Lapám po dechu, nohy se klepou slabostí, ale jdu. Pod vrcholem začíná sníh a krok vážne všem. Půjčuji jednu hůlku klukovi zakleslému za kamenem, klouže to nahoru i dolů. Čtyři kilometry mi trvají skoro čtyři hodiny. Nahoře se otevírá horizont bílých a šedých skal s prohlubněmi zelených údolí a modrým okem jezera. Stálo to za to.

Dnes skutečně nejdu sama, na vrchol se drápou desítky turistů. Pár chrabrých mužů si všimne kolabující tety, dávají na mě pozor a ujistují se, že jsem ok. Není se co divit, někteří lidé jedou z Monte Perdida po zadku. V pět jsem v chalupě, většina lidí už odešla. Platí zde pravidlo, že staný se staví po západu slunce a po východu se musí zase zbourat, takže stavím znovu stan. Dávám si horkou sprchu a pak už jen sedím na slunci s radlerem a kusem brambory s vajíčkem a jsem ráda, že už vůbec nic nemusím. Na cestě ke stanu vytrosím klíček od skřínky, kde mám batoh. Sice mi ji pán otevře, ale propadá mi kauce 5 EUR. Je toto možné? A ve stanu se mi zatím vyleje špatně zavřená láhev s vodou.

8 km ↑1120 ↓1120



25.9.2023 pondělí

Jelikož v okolních stanech dělají všichni kravál, vstávám už v půl sedmé. Můj pokřik „klíid“ se májí účinkem. Než všechno pobalím, je osm. Budu taky muset vstávat dřív. Oproti včerejšku šlapu sama a je to nezvyk. Volím kratší, ale náročnější trasu, doporučenou v případě hezkého počasí. Po šotolinovém srázu se nejde zrovna bezpečně, přidávají se kluzké řetězy, nejraději bych se vrátila. Jak se chytnout, když se musím držet jen rukama, nohy visí nad propastí a batoh mne svou vahou odklání od stěny? Kéž by někdo šel kolem. Cesta pokračuje po bělostných skalních platech protkaných lesknoucími se tenkými čůrky z vodopádů. Nastoupávám do výšky 2700 m a bláhově si myslím, že mám nejhorší za sebou.

Začíná brutální sešup do Pinety. Každý ze čtyř kilometrů jdu hodinu, nohy vypovídají službu. Cítím fest pravé koleny. Snažím se mu ulevit, takže mě chytá i levé. Sotva lezu, skoro nic jsem dnes nejedla, nemám hlad ani chuť. Ze skal se šoupu po zadku nebo po řetězech. Hůlky mě několikrát ochrání před výronem.

Ale dole mě vítá chaloupka s milým dědou, který umí pár

slov francouzsky. Pokojíček, horká sprcha, večeře a radler. Co chítí více? Přichází týpek mého věku, bílé kalhoty, bílá košile, čepice i batoh? A šup, už ho mám na pokoji. To je radost, jsem roztahaná úplně všude. Jde taky GR11, má ji rozdělenou na pět částí a v každém ubytování ho čeká kufr s čistými věcmi. Nechápu, asi mu ho shodí vrtulníkem. Nakonec se nenápadně stěhuji do vedlejšího prázdného pokoje a doufám, že už nikdo nepříjde. Večeře je opulentní, ani mi nevadí, že je až v osm, jak je tady zvykem. Jehněčí s bramborem, salát, těstoviny a puding.

12 km, ↑800 ↓1800

O týden později...

2.10.2023 pondělí

V noci se ke mně nese tmou hluboké bručení medvěda, ale naštěstí se z něj vyklube kráva. K ránu svítí do stanu měsíc tak, že vůbec nepotřebuji čelovku. Po úbočích jsou roztroušené maličké kamenné vesničky, většinou liduprázdné. V jedné na mě pomrkává kavárnička. Dostanu silného logra a jak mi chutná.

Odpoledne už slunce dělá, co může, aby mě usmažilo. Naštěstí jsem namočená jako houba a po 22 kilometrech scházím do Tavascanu. Místo pro kempování tu nikde není, volím průvodcem doporučený hotel, který nabízí hikerům dobré ceny. Za 40 eur se snídaní dostávám krásný pokojík s koupelnou, jenže to by tu nesměla létat masařka. Zavírám se s ní v koupelně a mydlím jí hlava nehlava ručnícem. Ale co to? Sklenička na policiče padá přímo na hranu bidetu. Sklenička přežije a kus bidetu padá k zemi. První myšlenka je vše zatlouct a ráno zmizet. Ale to nemůžu, karma by mě dohnala. Beru zkroušeně střepy do jedné ruky, peněženku do druhé a jdu se přiznat. Bzzz, bum bum, vysvětluji panu hoteliérovi. A stane se zázrak. Pan hoteliér se usměje a mávne rukou.

Po horké vaně a poprvé umytých vlasech se v koupelně pouštím do vaření. Těstoviny už jsou skoro hotové, když kolem závitu vařiče začínají šlehat plameny a škvaří se i zavírátko. Plameny rychle sfouknu a když už vychladlý vařič z bomby sundám, je na odpis. Jenže bomba uchází dál. Co s ní, abych se neudusila? A nemůžu vybouchnout, když rozsvítím? To jsou nervy, tohleto. Stavím bombu zvenčí na parapet okna, snad do rána ujde.

21,2 km ↑1365 ↓1754



O další týden později...

9.10.2023 pondělí

Vyrážím na pohodu až před osmou. Sestupuji šíleným krpálem do Planoles, těšíc se na kávičku s croissantem. Všude je zavřeno a v krámku mají jen čocku a rýži. Kupuji si posledního nanuka a sušenky a vleču se zpátky na kopec. Je opět horko, ale jsem na něj připravená. Dopoledne pochoduji ve stínu lesa, jen mne na úzké pěšince zaskočí kráva. Nejde obejít, chvíli jí ženu před sebou, než chudák raději vrazí hlavu do křoví. Cesta pokračuje po pastvinách až do Nurie, lyžařského střediska, které vypadá jako internátní škola pro zlobivé děti. Je tu cca 50 kempovacích míst a dokonce mám spolunocležníka. V létě tu musí být narváno, kam asi všichni ti lidé chodí na záchod?

24,5 km ↑1270 ↓1100

O čtyři dny později...

13.10.2023 pátek

Vyrážím za vichřice a za rohem je úplně bezvětrí. Sypu si to 12 km z kopce po betonce. Nade mnou zase modře vymalováno a pode mnou peřina z mraků. Dobrou hodinu mne provází hrozivé chrochtání prasete, připomínající sloní troubení. Proč furt tak chrochtá? Po osmi kilometrech stopnu švarného Ukrajince podnikajícího léta v Chile a jelikož je tam teď prý nebezpečno, žije ve Španělsku. Vysazuje mne v Albanyi před malou kavárnou, kde se nacpu sendvičem, croissantem, kolou a kávou, doplním vodu a dobiju elektroniku. Čeká mě stoupání v poledním žaru, což by tak nevadilo, ale proč na mě pořád sedají mouchy? Vždyť jsem se myla! Jen si nemůžu vzpomenout kdy.

Jeden kamarád mi popřál, ať si užívám cestu. Abyste měli představu, jak takové užívání vypadá. Když jdu nahoru, lapám po dechu, mám rudo před očima a modlím se, abych tam už byla. Když jdu dolů, koukám pod nohy, abych se nezabila. A ty krátké chvíle, kdy si vykračuju po rovině a mohu se kochat, ty si fakt vychutnávám.

Moře už není daleko, občas zahlédnu kaktus, juku nebo vzduch provoní eukalypty. V kempu jsem v pět, jdu se vysprchovat a pak při vychlazeném radlerovi závistivě pokukuji po dětech výskajících v bazénu. Nemám plavky, to jim nemůžu udělat. Čekání na večer v osm se vyplatí. Cpu se kuřecími špízky a nechce se mi nikdy přestat.

24 km+4 km stopem, ↑1650 ↓1260

O další čtyři dny později...

17.10.2023 úterý

V noci začalo poprvé přšet. Zbývá 12 km, cesta se houpá a kdybych se nestavila na špinavé pláži smočit nohy v moři, jsem za chvíli u majáku. Na Cap de Creus je to kousek, jenže tak špatně značené, že popobíhám podle mapy v mobilu a snažím se trefit do malé budky nad mořem. I když turistů je u majáku dost, na skalnatý výběžek nikdo nejde. Stojím tu, vlny bijí o ostré útesy a co cítím? Těžko říct.

Úlevu, dojetí. Každá cesta nás trochu promění, ale jak, se ukáže později. Asi ve mně bude doznívat ještě pár dnů po příjezdu domů. Jestli splnila moje očekávání? Žádné jsem neměla, jen jsem věděla, že to bude těžké. A bylo.

Svačím na parkovišti a mudruju, jak se co nejrychleji dostat do Cadaques. V tom vidím nasedat do auta manželský pár, přitochím se k okénku a oni Poláci. Mohou mě kousek popovést a z popovezení je jízda až do Cadaqueés, bílého městečka na břehu moře, kde tvořil a žil Dalí. Jsem vyplašená z té spousty lidí posedávajících po hospůdkách a procházejících se po promenádě. Tolik jsem jich nepotkala za celý měsíc.

Než přijede autobus, suším na zastávce stan, což je vítanou příležitostí pro babku z Kanady zapříst se mnou rozhovor. Bohužel zapřádá i v autobuse, a to je po měsíci bobříka mlčení na jednoho dost. Podaří se mi zmizet ve vlaku z Figueres do Girony, jenže pak si mě zase najde. My máme stejný hostel??? Paní už tu pár dnů bydlí, ráda mě dovede. Jde najisto, a po 20 minutách začíná pátrat v mapě. Kouknu do mobilu, šly jsme na opačnou stranu! Už se nenechám zvíkat a podle navigace bezpečně dojdu do hostelu a pak tiše prosím recepčního, ať mě k ní nedává do pokoje. Chápavě pokývá hlavou a strčí mne i do jiného patra. Padá tma, venku je krásných 26°C, a to ještě stojí za procházku v úzkých uličkách podél řeky. Usínám umytá a vypraná v čisté posteli.

12 km, ↑1460 ↓560

Přátelé, kamarádi, neodpusťte si ještě malé matematické shrnutí mé cesty, které stejně nedokáže vyčíslit, jakou krásu i těžkosti jsem prožila. Za všechno jsem vděčná a šla bych znovu. Stálo to zato!

Shrnutí cesty:

počet km pěšky	530,4 km
počet km stopem	21,2 km
stoupání	28 850 m
klesání	31 452 m
počet dnů	25
průměr km za den	21,2 km



Pustte se do toho od podlahy aneb Zdravé chodidlo je základ

Lidské chodidlo se vyvíjelo miliony let a je díky unikátní konstrukci podporující stabilitu a pohyb vpřed základem pro správné držení těla a pohyb. Jeho anatomie zahrnuje 28 kostí propojených klíčovými klouby, což umožňuje odpružení a adaptaci na nerovný terén. Problémy v nejspodnější části nohy jsou zodpovědné za celou řadu zdravotních obtíží ve zdánlivě nesouvisejících částech těla.

Text: Miroslava Engelová

Foto: archiv autorky

Takovou malou zajímavostí je, že průměrný člověk se zdravými nohama ujede za svůj život vzdálenost srovnatelnou s obvodem Země. Tento úžasný výkon je možný díky evolučnímu vývoji, na kterém příroda pracovala více než čtyři miliony let.

Přechod od života na čtyřech končetinách k chůzi po dvou nohách byl rozhodujícím momentem lidské historie, protože umožnil rukám věnovat se jiným činnostem. Lidská noha se od té opičí liší třemi klíčovými charakteristikami: palcem rovnoběžným s ostatními prsty, trojrozměrnou klenbou a výrazně velkou patní kostí. Chodidlo je tak schopné efektivně podporovat tělo při chůzi a tlumit nárazy.

Noha funguje na principu klínu a spirály: uspořádání kostí podobné konstrukci klenby chrámu sv. Víta zajišťuje stabilitu nohy, spirální princip stojí na spolupráci svalů holeně a lýtků. Obojí pak přispívá k velmi stabilnímu postavení chodidla na podložce. Naše nohy a chodidla jsou skutečně mistrovskými díly přírody, která nám umožňují prozkoumávat svět kolem sebe. Aby plnila svou funkci efektivně, je důležité, aby byla uvolněná a aktivní. U mnoha lidí tomu ale tak není.

Nefunkční chodidla mohou mít za následek širokou škálu zdravotních problémů, od bolestí při chůzi až po narušení celkového držení těla. Mezi typické příznaky patří nesprávný postoj, bolesti při stání, nejistota při chůzi, a dokonce i bolesti kolene, kyčle a bederní oblasti. Tyto problémy mohou vyplývat z nesprávného zatížení chodidla a nedostatečné podpory. Patologické rysy jako plochá noha, Hallux Valgus, kladívkové prsty či patní ostruhy mohou mít závažný vliv na kvalitu života.



Trápí vás chodidla?

Ozvěte se Mirce!

Studio Zrození k pohybu

Ke škole 1389, Mníšek pod Brdy

(vchod z ulice V Edenu)

www.mirkaengelova.cz

tel.: +420 724 508 314

Cviky pro zdraví vašich chodidel

Pravidelné cvičení a péče o chodidla mohou předcházet řadě problémů a zlepšit i vaše pohybové schopnosti. Zde jsou dva základní cviky, které můžete zařadit do své rutiny:

1. Masáž chodidla

Tento jednoduchý cvik zlepšuje prokrvení a poskytuje uvolnění unaveným svalům. Pravidelná masáž může výrazně přispět k celkovému zdraví vašich chodidel.

2. Noha jako spirála

Spirála nohy je cvik zaměřený na navrácení pružnosti a správné funkce chodidla:

- Sedněte si a chytněte pravou rukou patu a levou přednoží

- Jemně točte patu směrem ven a přednoží dovnitř. Pokud je vaše klenba vyšší, mírně ji natahujte od sebe, při nízké klenbě naopak přibližujte k sobě a zpět. Soustředte se na pocit „sešroubování“ v chodidle.

Tyto cviky jsou důležité pro udržení správné funkce a flexibility vašich chodidel, což má přímý vliv na držení těla a prevenci zranění. Nezapomínejte, že pravidelná péče o chodidla, včetně vhodné volby obuvi a pravidelných masáží, je klíčem k aktivnímu životnímu stylu a dobrému zdraví pohybového aparátu. Pravidelná péče o chodidla se vám bezpochyby vyplatí dlouhodobě.



Pozvánka

Jarní zlepšováky

Možná s přibývajícím světlem sršíte energií a možná vás chytlo i jarní uklízení a zkrášlování domova. Vybrali jsme pro vás dva jednoduché tipy, které vám vykouzlí úsměv na rtech. Tak pojďte na to!

Text & foto: designérka Martina Krumphanslová, M ART studio a atelier Chvadlene Madlene©

Závěs ze silonek



Staré silonky letí většinou do koše. Zkuste je ovšem využít jako skvělý materiál pro vytvoření dekorativního, praktického závěsu, například na květiny.

Budete potřebovat:

- Staré silonky
- Nůžky
- Květináček, sklenici, plechovku...
- Substrát
- Rostliny (sukulenty, hrnkové bylinky...)

Postup:

Vezměte silonky a na podložce je urovnejte. Pak je podélně nastříhejte na proužky.



Natáhněte proužky, jak nejvíc to jde. Krásně se zakulatí a promění se ve šňůry. Budete jich potřebovat sudý počet.

Šňůry rozložte vedle sebe na podložku a svažte vždy dvě vedlejší k sobě.



Svazování opakujte i v dalších řadách nad prvními uzly, volte dvě sousední nesvázané šňůry. Počet šňůrek i řad uzlů přizpůsobte velikosti nádoby, kterou chcete pověsit.



Nakonec šňůrky ve spodní části svažte dohromady a úhledně zastříhnete. Horní část svažte dále od horní strany nádoby.

Tip: Tento závěs využijete i v kuchyni – ustříhnete si delší šňůry a dovnitř posadíte velkou mísu. Ovoce nebo zelenina se v závěsu budou vznášet a vy budete mít vitamíny hezky po ruce.

Netradiční stojánek na fotky



Neválí se vám náhodou doma staré vidličky z alpaky? Jíst s nimi možná nechcete, kredenc, kde je vystavit, asi také nemáte – co na to jít ale jinak a dát jim novou funkci?

Budete potřebovat:

- Starou ozdobnou vidličku
- Kleště
- Písek na nádobí a houbičku

Postup:

Vidličku pořádně očistěte. Doslova zázrakem se pomocí písku na nádobí zašlý šedo-hnědý odstín stane opět zářivě stříbrným a vaše vidlička se bude lesknout jako stříbro!



Chopte se kleštiček a ohněte vnější bodce směrem dolů. Vnitřní bodce zase směrem nahoru.



Nakonec bodce ještě mírně v koncích zatočte.



Tip: Na hotový stojánek ze staré vidličky můžete umístit fotku, nebo ho využít na poznámky.



Cesta na Sever

V lednu se děti z naší školy a školky zabývaly zimou a životem na severu naší planety. Protože je Skandinávie mou srdeční záležitostí, švédštinu jsem vystudovala, ve Švédsku jsem byla na studijním pobytu a aktuálně také ze švédštiny překládám, nabídla jsem se, že dětem o tomhle krásném kousku planety něco povím. Mnohé z dětí byly u toho (a bylo to s nimi super), ale napadlo mě, že by možná i malí čtenáři zpravodaje ocenili malou ochutnávku z toho, o čem jsme mluvili. A kdoví, třeba si děti i rády ověří, co si zapamatovaly. Jdeme na to?

Text & foto: Dominika Rýparová



Přírodovědné okénko

V kvízu se nám dvakrát objevil los, na kterého budete ve Švédsku narážet na každém kroku. Když jsem se připravovala na školčáčky, dozvěděla jsem se o něm spoustu zajímavých informací. Věděli jste, že...

... losi žili kdysi i u nás? Dnes přes naše území spíše přecházejí, případně sem zabloudí. Někde můžete najít i informaci, že jich u nás žije kolem padesáti. Ve Švédsku je to 300 až 400 tisíc!

... jejich nejbližším příbuzným je srnec obecný? Kdo by to byl řekl, když si vezmeme, že v kohoutku mají i více než dva metry stejně jako na délku a dospělý samec může vážit až 700 kg? Genetika ale mluví jasně.

... dokážou běžet rychlostí až 50 kilometrů za hodinu? Tedy jako auto. Mimochodem jsou také častou příčinou dopravních nehod.

... jsou dobří plavci? Vzhledem k jejich velikosti i tenkým nožkám je to skutečně překvapení.

Kvíz na rozehrání

1. Jaké je hlavní město Švédska?

- A) Oslo
- B) Helsinky
- C) Stockholm
- D) Kodaň

2. Které zvíře je typické pro švédskou přírodu?

- A) Klokani
- B) Žirafy
- C) Losi
- D) Tučňáci

3. Jaké barvy jsou na švédské vlajce?

- A) Červená a bílá
- B) Modrá a žlutá
- C) Zelená a černá
- D) Oranžová a fialová

4. Jak se řekne švédsky „Ahoj!“?

- A) Hola
- B) Hej
- C) Bonjour



D) Hallo

5. Jaké je typické švédské jídlo?

- A) Sushi
- B) Pizza
- C) Köttbullar (masové kuličky)
- D) Špagety

6. Jaký slavný seriál pochází ze Švédska?

- A) Spongebob v kalhotách
- B) Pippi Dlouhá punčocha
- C) Pokémon
- D) Teletubbies

7. Typický švédský suvenýr?

- A) Dřevěný tulipán
- B) Malovaný kámen
- C) Cokoliv s losy
- D) Hedvábný šátek

Řešení na strane 30



Vybarvi si!



... jejich paroží váží 60 kg a má rozpětí až dva a půl metru?

... chovali se také na maso a mléko? Dokonce se věřilo, že jejich mléko má zázračnou moc. Plánem bylo využít je i pro osobní dopravu. Nakonec ze všeho sešlo, losům se v zajetí příliš nedařilo a chov se nevyplácel. Patří prostě do přírody!

Kde se bere kuřátko? Od vajíčka ke slepičce....

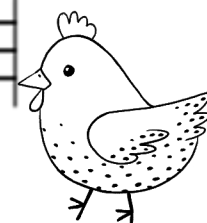
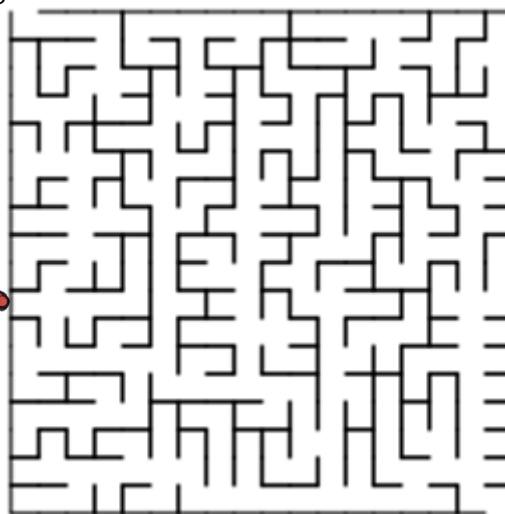
Připravila Radka Endrlová

Symbolem jara jsou mláďata. K Velikonocům nejvíce patří kuřátka, zajičci, koloušci a jiné živočišné druhy. O mladých zajičcích a koloušcích jsme tu už psali, ale o kuřátkách jsme si ještě nic nepověděli.

Kuřátka si buď vysedí slepička sama, nebo si je můžeme nechat vylíhnout v umělé líhni. Pokud máme slepičku, které se sedět na vajíčkách moc nechce, můžeme se do "sezení", pustit my.



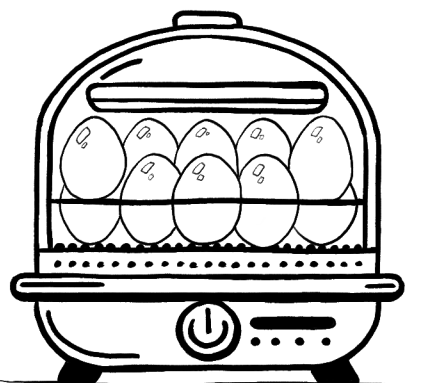
Přes bludiště za maminkou...



Od vajíčka ke slepici

Co budeme potřebovat? Nejprve musíme sehnat oplodněná vejce (tedy od slepičky, kterou chrání kohoutek), líheň, vodu, elektřinu a hlavně čas.

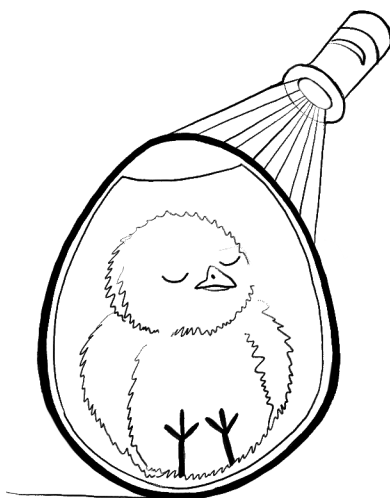
1. Čistá vajíčka vložíme do líhně, přidáme vodu, kterou budeme během líhnutí hlídat, aby se zcela neodpařila, a vše zapojíme do elektřiny.



2. Poté budeme 10 dní kontrolovat líheň, zda nám vajíčka otáčejí a jestli je uvnitř dostatek vlhkosti.

Vlhkost při líhnutí je důležitá, dostatek vody způsobí zkrěhnutí skořápky a kuřátko se bude lépe líhnout ven.

3. Po deseti dnech vajíčka prosvítíme třeba baterkou a vyřadíme vajíčka, kde není vidět kuřátko. Zbýlá vajíčka vrátíme do líhně a kontrolujeme dalších 11 dnů.



4. Po 21 dnech to všechno vypukne - a to doslova: začne líhnout. S tím přichází největší práce. Po vylíhnutí je třeba kuřátka držet v teple, čistotě a neustále jim podsouvat jídlo a pití.



Velmi si pochutnají na obilném šrotu, milují vajíčka natvrdo nastrohaná a k nim kopřivy, pampelišky a jiné nadrobno nasekané byliny.



5. Po pár týdnech už budou dostatečně velká, jemné peří vymění za tužší peříčko a mohou pak vesele ke slepičkám do kurníku. Je lépe kuřátka nastěhovat ke slepičkám v noci: ráno se probudí do nového prostředí a dospělé slepice si na ně také lépe zvyknou.

Od dubna můžete žádat o Příspěvek na bydlení

Od 1. dubna 2024 lze požádat o Příspěvek na bydlení za 1. čtvrtletí letošního roku (leden až březen).

Do žádosti se uvádějí příjmy a náklady za výše uvedené období. Za náklady lze považovat například nájemné, zálohy a doplatky za elektřinu nebo plyn, vodné a stočné, poplatky za odpady a podobně.

Příspěvek na bydlení (dále jen PnB) je sociální dávka, která má pomoci rodinám nebo jednotlivcům s nízkými příjmy pokrýt jejich náklady na bydlení. Může se přitom jednat o bydlení v nájemním nebo družstevním bytě, v bytě v osobním vlastnictví nebo o bydlení v rodinném domě.

Od roku 2022 může vzniknout nárok na PnB rovněž vlastníku stavby pro individuální či rodinnou rekreaci.

Kdo má nárok žádat?

Nárok na příspěvek na bydlení má vlastník bytu nebo osoba, která byt užívá na základě služebnosti (věcného břemena) nebo nájemce a podnájemce celého bytu, jestliže 30 % příjmů rodiny nestačí k pokrytí nákladů na bydlení a zároveň těchto 30 % příjmů rodiny je nižší než příslušné normativní náklady stanovené zákonem.

Kontakt

Pro více informací se obraťte na tel.: 739 735 447, nebo přijďte osobně na MÚ Mníšek pod Brdy, kde vám pomůžeme se sepsáním žádosti a přílohami.

Lukáš Říha, sociální pracovník
města Mníšek pod Brdy

1. C), 2. C), 3. B), 4. B), 5. C), 6. B), 7. C)
Řešení kvízu ze strany 28:

Tajenka křizovky:
Možná bíle!, ale od rána jsem si vydělal už sto euro.

Proč se senioři stávají tak často obětmi podvodníků?

V dnešní době jsme svědky zvýšené trestní činnosti páchané na seniorech. Jde o podvody, vystupňovaný tlak, hrozby, lži, krádeže, ale i agresivní útoky. Pachatelé se cíleně zaměřují na seniory proto, že jsou pro ně „snazší“ oběti kriminality. Podvodník, případně agresor, se chová ke své oběti sofistikovaným způsobem s dopředu dobře promyšleným plánem.

Text: PhDr. Mariana Račková Ph.D., psychologka online poradny MOJ-RA

Pachatelé se opírají o několik vymyšlených legend. Velmi často oslovují seniory telefonicky, představují se jako jejich příbuzní a žádají půjčení peněz na různé účely, případně navštěvují seniory přímo u nich doma a vydávají se za pracovníky, kteří přišli odepsat plyn, vyměnit elektroměr, zvýšit důchod, vyplatit výhru apod. Do stejné kategorie patří také podomní prodej či podvodní řemeslníci nebo falešní příslušníci policejního sboru, kteří kontrolují pravost bankovek, nebo přišli oznámit nehodu jejich příbuzného a inkasovat pokutu.

Z trestně-právního hlediska se jedná o specifickou kriminalitu páchanou na seniorech, a to ekonomickou – podvod, zpronevěra, majetkovou – krádež, zničení majetku, užívání majetku třetí osobou nebo násilnou – loupež, porušování domovní svobody, ublížení na zdraví. Bohužel senioři tuto trestnou činnost v mnoha případech neoznámí, protože se stydí, nebo si dokonce neuvědo-

muji, že se stali obětmi podvodníků.

Proč jsou senioři „lehčí“ oběti?

Mezi rizikové faktory patří sociální izolace a samota - často jde o ovdovělé či osaměle žijící jedince, pro které je příznačné stereotypní chování, málo rozvinuté a uplatňované kritické myšlení, ale i fyzická slabost a bezbrannost, kvůli které jsou snadněji zastrašitelní. Senioři mohou navíc mít zvýšený práh důvěřivosti a být příliš zdvořilí, což může být lehce zneužito podvodníky. Ti zhuště využívají své charisma, zdvořilé chování a smyšlené příběhy k tomu, aby své oběti přesvědčili. Senioři bývají náchylnější důvěřovat autoritám (lékaři, právníci, úředníci, ...). Podvodníci se proto vydávají i za nejruznější „odborníky“ a mohou získat citlivé údaje, prospěch, peníze. Situaci nijak nezlepšují ani nedostatečné digitální dovednosti, kvůli kterým mohou senioři lehce podlehnout dojmu, že se jedná o využití zcela legitimních online služeb.

Speciální kategorií jsou tzv. romantičtí podvodníci, kteří si s obětmi vytvoří emocionální vazbu skrze komplimenty, lichotky a pozornost. Poté nastupují se svými požadavky a získávají to, co chtějí (finance, majetek...).

Podvodníci (ať už jsou to jednotlivci nebo skupiny) se vždy budou zaměřovat na nepoctivou manipulaci, lži a získávání výhod na úkor svých obětí. Jedinou ochranou je kombinace technických opatření a vzdělávání veřejnosti, zejména seniorů.



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



Služby hodinového manžela!

- montování, úprava a přemístování nábytku
- stavební práce, elektroinstalace, údržba a oprava
- instalaterské práce, výměna propan-butan lahvi
- likvidace hmyzu a hlodavců
- údržba zeleně, sekání a štípání dřeva
- dezinfekce, deodorizace, odstraňování plísní
- zařízení oprav vozidla a STK

773 150 070

pomocniknahodinuklinec@gmail.com

www.pomocniknahodinu.cz

cena 490 Kč/hod.



Hledáme posily
pro Líšnický zpravodaj

- Píšete? Fotíte? Kreslíte?
- Máte dobré nápady?
- Zajímavé kontakty?
- Chcete si vyzkoušet, jak se dělají noviny?

Ozvěte se nám!
zpravodaj@obecclisnice.eu

Pro každého
od 12 klidně do 126 let
se u nás něco najde.

Líšnický zpravodaj JARO 2024

Čtvrtletník vydává obec Líšnice (www.obecclisnice.eu)
Příspěvky přijímáme na adrese: zpravodaj@obecclisnice.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 Endřelová.

Ilustrace: Barbora Humhalová

Grafické zpracování a tisk: mirsa.cz.

Evidenční číslo periodického tisku: MK ČR E 19173.

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

NOVĚ
OTEVŘENÝ
PSÍ SALON

FOTBAL

OBECNÍ
ÚŘAD

PSÍ
SALON
KLÍNEC



PSÍ SALON KLÍNEC

PAVLÍNA ŠKVOROVÁ

Objednat se můžete na tel.:

737 961 766

Vašeho pejska vyčešu, vykoupu, vysuším, ostříhám,
podrbu za ušima a pohladím.

www.psisalon-klinec.cz

WWW.SRBA.CZ

Již od roku 1991 jsme
Vaším spolehlivým
servisem a prodejcem

Zastupujeme značky:

Alfa Romeo

Fiat

Fiat Professional

Jeep

Opel

Volvo

**VYBÍREJTE ONLINE ODKUDKOLIV
ZAMILUJTE SE V JÍLOVIŠTI A MODŘANECH.**

Srba[®]
SERVIS
ZALOŽENO 1991