

LÍŠNICKÝ ZPRAVODAJ

PODZIM 2022



Líšnický festival 2022 / Naši prvňáčci / Pořďte dárky z Líšnice

Rozhovor s Klárou Švejcarovou o dortech a pečení / Cvičením proti refluxu / Podzimní tvoření

Vážení sousedé,



Jsem ráda, že mám tu čest vás jako starostka obce opět pozdravit ze stránek Líšnického zpravodaje. Jménem sdružení nezávislých kandidátů Volba pro Líšnici bych Vám moc ráda poděkovala za vaši důvěru a velkou podporu, kterou jste nám ve volbách vyjádřili. Tímto veškeré volební klání končí a věřte, že v zastupitelstvu naší obce budeme pro vás

pracovat všichni jako jeden tým bez ohledu na volební výsledky.

Od listopadu již opět začnou probíhat pracovní jednání, na která jste samozřejmě jako vždy srdečně zváni. Pokud nenastanou covidová omezení, přesuneme se na zasedání zpět do základní školy.

Budeme se na vás těšit!

Vaše Hana Navrátilová



Z úřadu

Výsledky voleb do obecního zastupitelstva

Účast ve volbách: 52,09 %

SNK Volba pro Líšnici

1493 hlasů

73,87 % hlasů

5 zastupitelů

1. Hana Navrátilová
2. Jan Abt
3. Ing. Ondřej Hrazdira
4. Ing. Tomáš Humhal, Ph.D.
5. Mgr. Martin Süß

NK Změna pro Líšnici

528 hlasů

26,12 % hlasů

2 zastupitelé

1. Ing. Karel Kašpárek
2. Roman Mach

Zbrusu nové zastupitelstvo



Na prvním ustavujícím zasedání zastupitelstva obce Líšnice, které proběhlo už v běžném režimu 17. 10. 2022 v prostorách základní školy, se sešli noví reprezentanti obce. V sedmičlenném týmu se objevily také tři zbrusu nové tváře.

Ve funkci starostky pokračuje rozhodnutím zastupitelstva Hana Na-

vrátilová, na pozici místostarosty zůstává Jan Abt, který do funkce navrhl jako svého protikandidáta Ondřeje Hrazdiru. Přesto zastupitelé šesti hlasy rozhodli pro Jana Abta.

Dalším bodem jednání bylo obsazení stávajících výborů a ustanovení nových. Aktuálně tak v obci fungují vedle výboru finančního a kontrolního,

ho, které mají spíše formální a kontrolní funkci, i Výbor pro výstavbu a životní prostředí, Výbor pro školu a sport a Výbor pro spolkovou a zájmovou činnost. Zastupitelstvo rozhodlo také o odměně pro neuvolněného místostarostu (20 000 Kč hrubého na měsíc) a předsedy jednotlivých výborů (2 000 Kč hrubého na měsíc).

Výbory a jejich obsazení

Finanční výbor

Předseda: Tomáš Humhal

Členové: Marie Kabrnová, Dalibor Matušinský

Kontrolní výbor

Předseda: Karel Kašpárek

Členové: Eva Vodáková, Martina Szilvási

Výbor pro výstavbu a životní prostředí

Předseda: Ondřej Hrazdila

Členové: Andrea Abelová, Jan Abt

Činnost: Příprava stanovisek, formální záležitosti pro jednání úřadu + rekonstrukce, novostavby, projekty ke zlepšení životního prostředí, černé skládky, atd.

Výbor pro školu a sport

Předseda: Martin Süß

Členové: Dominika Rýparová, Mi-

roslava Engelová

Činnost: záležitosti týkající se školy (aktuálně výstavba hřiště za školou, provozní řády, harmonogram používání), fitness workout hřiště, pořádání závodů apod.

Výbor pro spolkovou a zájmovou činnost

Předseda: Roman Mach

Členové: Jiří Vozka, Martin Süß

Činnost: podpora spolků, využití obecních prostor a vybavení, granty, kontrola zákonných náležitostí



Posledním bodem byla diskuze s veřejností. Zde padl dotaz na zastoupení Varadova v obecním zastupitelstvu. Zastupitelé konstatovali, že z Varadova o zapojení do komunální politiky bohužel nikdo neprojevuje zájem, čímž vyzývají případné dobrovolníky, aby se neváhali ozvat.

Výraznou část zasedání věnovali přítomní i parkovišti u dálnice na úrovni Řitky. Řešil se jednak vrak, který zde zabírá dle odhadu přítomných dvě parkovací místa, kterých je v běžném provozu nedostatek. Vrak má stále platnou technickou kontrolu, majitel je znám, na místě

neprovádí žádnou trestnou činnost, není v moci zastupitelstva a dokonce ani policie nechat vůz odtahnout. Řeč přišla i na plánované rozšíření z aktuálních 300 m² až na dvojnásobek – aktuálně se jedná s Čisovicemi o příspěvku, otázkou je jednání i s Řitkou, protože obyvatelé obou obcí odstavnou plochu také využívají.

Dalším podnětem ze strany veřejnosti bylo i umístění kamery v prostorech pumptracku, kde se schází mládež ze širšího okolí a zanechává na místě odpadky i nevhodné kresby. Poslední položkou jednání byl dotaz na využití zrekonstruované márnice na hřbitově, která je zatím prázdná. Zmíněna byla i možnost vytvoření kolumbária. Stěžejní je ovšem zájem občanů.

Nové tváře ve vedení obce

V sedmičlenném zastupitelstvu se letos objevila tři nová jména. Zeptali jsme se jich, proč se nevďěčné role v komunální politice rozhodli ujmout a jaké mají plány.

Tomáš Humhal, předseda Finančního výboru

(na fotce zastupitelů uprostřed)

Jaká byla tvoje motivace jít do politiky, která nepřináší slávu ani peníze?

S přibývajícím věkem cítím více a více pocit „občanské odpovědnosti“. Uvědomuji si, co minulé generace pro nás udělaly a zanechaly nám, a rád bych v tom pokračoval. Asi většina práce není na první pohled vidět, ale je to kolektivní práce,

která se ukáže především v budoucnu. A pak si člověk může říct, že se na tom také nějakou částí podílí, a mít z toho dobrý pocit.

Jaké budeš mít v zastupitelstvu funkce a máš už nějaké cíle?

Povedu finanční výbor, který zejména provádí kontrolu hospodaření s majetkem a finančními prostředky obce. Můj cíl je, aby obec s finančními prostředky nakládala efektivně a hospodařila s péčí řádného hospodáře.

Roman Mach, předseda Výboru pro spolkovou a zájmovou činnost

(na fotce zastupitelů zcela vpravo)

Proč jste se rozhodl ujmout nevďěčné role zastupitele?

Děkuji za otázku. Sám nevím. Manželka mi říkala, že mě zabije, jestli budu radním, ale ještě žiju... Teď vážně. Důvod je vcelku jednoduchý. Nikdy nemá vládnout jedna parta, protože se potom zahledí sama do sebe. Neříkám, že to dělají špatně. Ale chci vnést do zastupitelstva případný jiný pohled, protože mi připadá, že se někdy zapomíná na nás starousedlíky.

Stal jste se předsedou Výboru pro spolkovou a zájmovou činnost - máte už nějaké plány?

Na tuto otázku zatím ještě nedokážu úplně odpovědět. V první řadě se zkontaktuji s jednotlivými spolky,

abych věděl, jaké jsou jejich potřeby a vize. Jsem nový a potřebuji se chvilku zorientovat.

Martin Süß, předseda Výboru pro školu a sport, člen spolku Osada Spálený mlýn

(na fotce zastupitelů druhý zprava)

Proč ses rozhodl kandidovat?

Mám rád místo kde žiju, kde moje děti chodí do školy a kde následující roky budeme trávit společný čas, a myslím si, že je potřeba se o něj starat. Není možné předpokládat, že to udělá někdo za nás.

Jaké budeš mít v zastupitelstvu funkce a máš už nějaké cíle?

V první řadě bych se rád zorientoval v nové roli zastupitele. Předsedám Výboru pro školu a sport. V oblasti školství nás čeká dořešení povrchu hřiště u školy a jeho využití pro mimoškolní účely, z oblasti sportu například výběr a umístění multifunkčních strojů na cvičení.

Angažuješ se ve Spáleném mlýně, kde i žiješ. Výtka, že obec nevy- chází dost vsříc i Varadovu a Van- drlici zaznívala celkem často. Jaké problémy řešíte? S čím je potřeba pohnout?

Rozhodl jsem se kandidovat, aby se "nezapomínalo" ani na chatové oblasti a řešení jejich problémů. Jsem členem spolku Osada Spálený mlýn z.s., kde nás dlouhodobě trápí stav cest - zde ale narážíme na

vlastnickou strukturu - a kvalitu pitné vody. Bohužel to nejsou záležitosti, které se dají vyřešit hned, nicméně bych si rád zachoval optimismus. Jedna z věcí, které by se mohly do-
táhnout dříve, je např. kamerový systém u popelnic. Nemyslím, že by kamery pomohly uklízet nepořádek okolo popelnic, ale třeba někoho přesvědčí, aby tam ten čurbes ne-
dělal.

V příštím roce plánujeme obnovit hřiště na volejbal a pravidelně se setkávat při hře. Vnímám jako velmi důležité právě setkávání lidí a jejich vzájemnou komunikaci. Rád bych touto cestou pozval čtenáře na zasedání zastupitelstva, abychom slyšeli od Vás, co řešíte a co Vás tíží.

Lišnický festival 2022

V sobotu 17.9.2022 proběhl jedenáctý ročník Lišnického festivalu. Jsem moc ráda, že i přes celkem nepříznivé počasí jste se festivalu zúčastnili v hojném počtu, což je pro pořadatele vždy opravdu velkou odměnou. Příprava a organizace takové akce stojí všechny organizátory nemalé úsilí. Děkuji, že jste se počasí nezalekli a přišli jste. Fotky z festivalu i z fotokoutku jsou ke stažení na webových stránkách obce, malou fotogalerii si můžete prohlédnout dále ve zpravodaji.

Co se chystá v Lišnici?

Lišnický vánoční strom

Věřím, že se po dvouleté covidové pauze budeme opět moci vrátit k další tradiční akci, kterou je „Rozsvícení vánočního stromu“ a to v neděli 11. 12. 2022 od 15:00 na návsi. Připraveny budou opět stánky, občerstvení, svařák, teplý cider a nebude chybět vystoupení kapely Bartet s vánočními koledami.

Lišnický ples 2023

Rok 2023 zahájíme Lišnickým plesem, který se uskuteční v sobotu 11. 2. 2023 od 19:00 opět Na Farmě v Klínci. Doprava tam i zpět bude zajištěna, stejně tak jako bohatá tombola a fotokoutek. K tanci již tradičně zahraje kapela PARTY LEADERS Martina Hrubého. Podrobnosti k plesu a k rezervacím vstupenek budou zveřejněny koncem roku a předprodej vstupenek bude zahájen 1. 1. 2023.

Vítání občánků

Ve čtvrtek 15.9.2022 proběhlo vítání občánků. V období od července 2021 do září 2022 se do Lišnice narodilo devět dětí. Z tohoto počtu bylo sedm dívek a dva chlapci. Přejí všem rodičům hodné a zdravé děti a dětem hodné a tolerantní rodiče. Mám velkou radost z toho, že s některými z rodičů jsem se při této příležitosti potkala již podruhé a věřím, že ti, kteří se letos zúčastnili poprvé, ještě minimálně jednou svou účast někdy v budoucnu zopakují. Budeme se těšit zase na příští rok!



Líšnický festival: Mokrý, ale veselý

Foto: Kamil Jursa

Letošnímu festivalu počasí sice příliš nepřálo, ale kdo přišel, ten rozhodně nelitoval. Kromě stánků s občerstvením a drobnostmi pro radost byla opět připravená i zábava pro děti - vedle tvořivých dílniček a oblíbeného malování na obličej slavilo obrovský úspěch zastavení s balónek - je libo pudla nebo meč? K tomu bohatý hudební doprovod a milá společnost a o zábavu pro všechny generace je postaráno.



Během odpoledne a večera hráli na líšnické návsi i Robert Křestan & Druhá tráva.



Chybět nemohl ani tradiční podzimní stánek našich školáků.





Malování na obličej aneb rukopis tvořivé paní učitelky Kačky Hozmannové z líšnické školy.



Na své zákusky a prý nejlepší štrůdl v Líšnici pozvaly sousedy i Ženy 50+.





Zábava vydržela až do pozdních večerních hodin se skupinou Ivan Hlas trio.

Exotické léto v osadě Spálený Mlýn



Letní sezóna 2022 v Osadě Spálený Mlýn je za námi a my bychom se s Vámi rádi podělili o to, co vše se u nás událo.

První událostí léta bylo sousedské setkání a večerní promítání. Hlavním tématem celého večera bylo Peru. Jeho přírodu a tradice jsme mohli obdivovat nejen na fotografiích a videích, ale mohli jsme kousek Peru i ochutnat. Programem večera byla ukázka přípravy tradičního peruánského jídla a letního koktejlu. Peruánskou kuchyni nám představila jedna z našich osadnic pocházející z Peru. Celý proces přípravy pokrmu Ceviche komentovala v rodné španělštině, a dodávala tak celému večeru ještě větší peruánskou atmosféru. Celý komentář byl pro nás všechny průběžně překládán, a tak si každý odnesl nejen zajímavý zážitek, ale i nový recept. Po osvěžujícím občerstvení následovalo promítání o cestách Martina Mykisky a jeho zážitcích z této exotické země.

Cesty Martina však v Peru nekončí. V letních dnech po setmění se konalo další promítání o Jižní Americe, tentokrát jsme však obdivovali krásy Bolívie. Promítací večery se konají na hřišti pod rybníkem, kde je vždy připraveno hlediště z lavic a stolů a plátno, které je šité z kusů látek a napnuté na stromy. Na realizaci



promítacích večerů se podílí několik členů našeho spolku, rádi bychom jim tímto poděkovali.

Prázdninový čas byl zakončen dětským dnem. Počasí, i přes všechny špatné předpovědi, vyšlo a my jsme se sešli v poměrně velkém počtu. Připraveno bylo 12 stanovišť, na jednom si děti vyzkoušeli svou paměť, na druhém zas své schopnosti střelby a rovnováhy, a nebo mohly ověřit své taneční dovednosti. Na

každého účastníka čekala nejen sladká odměna, ale i odznáček s osadním piktogramem. Děkujeme všem dětem a jejich rodičům za účast a zábavný letní den v osadě.

Těšíme se na viděnou v osadě!

Výbor spolku

Osada Spálený Mlýn

(Pavel Matiska, Martin Süß, Andrea Abelová, Alena Vaněčková a Pavel Němec)



K otužování nás přivedli naši psi

Během covidu, když jsme museli všichni sedět doma na zadku maximálně vyrazit na malé katastrální procházky, stalo se otužování společenskou módou. Tato vlna mě nechala úplně chladného, minula mě na sto honů, ve vyznavačích zimního koupání jsem viděl kosmonauty z jiné planety. Představa vstupu do ledové vody ve mně vyvolávala cestu k trýznivé sebevraždě. I během letního koupání, když jsem ucítil chladno na zádičkách, končilo pro mě cachťání. Do opravdu zimní vody jsem se za život ponořil jen jednou, na vině byly ostré brusle.

S pořízením naší čtyřnohé Neli nás s manželkou potřeba společných procházek přilákala k rybníku u Spáleného mlýna. V létě, když voda v rybníce byla vyhřátá na přijatelnou teplotu běžné populace se naše venčení obohatilo o osvěžující koupačku. S odcházejícím létem nastalo ale dilema, choulostivé tělíčko se začalo podvědomě bránit, hlava ale litovala opojných chvil vodní beztlíže. V některých rodinách se neohroženým hrdinou udávajícím směr stává manželka. Moje žena Lucie se odmítla smířit s tím, že sezóna koupání končí. Nemohl jsem se nechat zahanbit, nezbylo mi tedy nic jiného, než ji následovat, můj vnitřní padavka si musel dát pohov.

Jak to u pejskařů bývá, začali jsme chodit venčit naše psy se sousedy Lucíí, Adamem a jejich Rysou, kteří na dráze otužilců pluli už pár let. Sdílený zážitek posiluje odvahu ducha, postupné pravidelné

podzimní venčení dvakrát v týdnu s koupáním začalo bavit nejen nás, ale i naše čtyřnohé kamarády. Dokud se na stromech na podzim drželo listí a voda se nepřibližovala deseti stupňům, byla to pořád celkem brnkačka. S nástupem zimy už šla sranda stranou, vstup do vody začal vyžadovat opravdový morál. Ucítil jsem potřebu něco si o zdravém otužování zjistit, najít svou cestu k zimnímu koupání, objevit fígl zvládnutí stresové situace ataku ledové vody, dožít se ve zdraví alespoň Vánoc.

Můj ověřený návod praxí prvních krůčků otužilce

O studenou vodu z mého pohledu vlastně nejde, všechno je v hlavě, v mentální přípravě. Chladná voda je jen prostředek k meditačnímu zastavení, potlačení všech rušivých myšlenek, soustředění se na svůj dech. První ataka po zanoření rozbuší vaše srdce, studená voda se změní ve svěrák, máte pocit, že vás rozmačká jako kus papíru. Obranou je dech. Snažím se potlačit potřebu zrychleného dýchání. Představuji si, že s každým nádechem čerpám energii, s výdechem se nechávám vodou obejmout jako svojí milou, postupně se uvolňuji, tělo poznává, že dnes to ještě nezabalíme. Délku pobytu bych nechal na individuálním stavu trénovanosti, od desítek sekund u začátečníků k několika minutám u pokročilých. Plavání je až vyšší level otužování a zraje bych s ním nezačínal.

Sousedský fejeton

Opravdovou euforickou odměnou otužilce je výstup z vody, když náruč vodní hladiny propouští ven nového človíčka. Překvapí vás horkost vašeho těla, endorfiny omámí hlavu, naskočí vám úsměv přeživších a zaplaví vás energie vašeho vnitřního reaktoru. Uvědomíte si, že pro tento pocit tuto stresovou zkoušku podstupujete. Přiblíže se na sebe culíme s ostatními postiženými kamarády na břehu. Cítíme vzájemnou sounáležitost očištěných bytostí, spojení s přírodou, teď už nám hladina připomíná opuštěnou hebkou rozestlanou peřinu.

Nechodíme po celý rok k rybníku sami, rozhodně nás není z okolí málo, přeju každému dalšímu odvalu, aby sebral sílu, překonal sám sebe a okusil opojení celoročního koupání.

PS: nemohli bychom prožívat své zážitky s vodou bez laskavého svolení i citlivé péči o rybník majitelů Lucie a Vítky Kulhánkové, tímto jim moc děkujeme.

Michal Janů

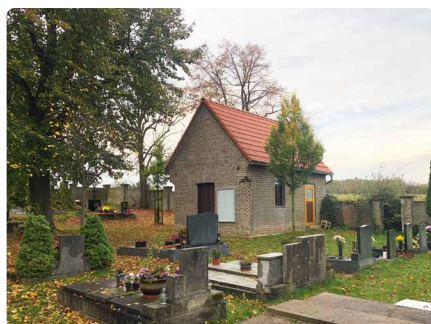
Jak to vidí parťáci

Lucka J.: Kdo nám nevěří, ať si ledové koupání ověří.

Lucka L.: Správně se ponořit, Vítkův kámen pokořit, včas se vynořit a dál si v Líšnici spokojeně žít.

Adam L.: Víte jak poznáte správného otužilce? Když odchází, má na sobě tři ponožky (nemyslím páry).

Jak využít márnici



Co s ní? Dotaz padl na prvním zasedání nového zastupitelstva a kromě návrhu, aby si tam šel někdo lehnout, vážná odpověď nezazněla. A tak na hřbitově stojí zrekonstruovaná márnice, která

už dávno svému účelu neslouží. Opravila se, aby nespadla.

Jenže jak využít malý prostor, kam už stěží nějaký nebožtík zavítá?

Budete se divit, ale pár možností by bylo. Například zřídit v ní zázemí pro smuteční obřady. Nebo kolumbárium, kde se ukládají urny ze zrušených hrobů nebo ty, které tam chtějí vystavit pozůstalí bez nutnosti zřizovat hrob. Či modlitebnu, místo, kam se můžete uchýlit, když potřebujete být sami, zavzpomínat na někoho, kdo už tu není. Kostel není pro každého a mimo to je po většinu času zamčený.

Informativní sousedský fejeton

Dobře. Všem otevřená modlitebna je poněkud odvážný a nejspíš nereálný projekt. Pokud víte, co se děje v obcích se zděnými autobusovými zastávkami, pokud víte, že na nedalekém parkovišti u dálnice přespává v autě jakýsi vágus a že mládež zvládne udělat bordel i na pumtracku, zvát k posezení na hřbitově zcela bez dozoru asi nebude nápad roku.

Ovšem zázemí pro venkovní obřady či kolumbária se mi vzdávat nechce. O co jde? Jedním z dozvků minulého režimu je mimochodem úpadek pohřebnictví. Na obřiz bylo nejen náboženství, ale i smutek

a truchlení. Pracující člověk je čistě statisticky hodnotnější než ten, který pečuje o umírajícího doma, oplakává ho několik dní nebo místo práce řeší pohřeb a rozloučení. Umírání se stalo záležitostí nemocnic a ústavů k tomu určených, pohřeb organizuje pohřební služba a stát vám věnuje den volna. Po revoluci přišla se svobodou slova a pohybu i možnost odmítnout staré pořádky. Třeba uniformní obřad v krematoriu. Výsledkem je klesající počet pohřbů a poměrně velké množství uren doma na knihovně. Ono to celé tak nějak ztrácí smysl, když si přijdete jako loutka, která to nakonec všechno jen draze zaplatí.

Na svůj první pohřeb jsem šla ve 29. Předtím se to nikdy nehodilo. Ve 29 mě to poslalo do kolen. I proto, že jsem netušila, co teď. Vybírali jsme parte ze vzorů, z nichž mi všechny přišly hnusné. Vybírali jsme rakev a všechny byly stejně nevkusné. Doma jsme hledali oblek, který brácha nosil tak maximálně na ples. Následovala řeč, ve které úředník spletl jméno a pak 200x upřímnou soustrast a vyzvedněte si urnu. A víte co? Stojí doma na knihovně, protože mamka usoudila, že by mu na hřbitově byla zima. A tak si chodíme pohovořit, děti si strejdu prohlížejí a já už léta přemýšlím, jestli to neřict aspoň jeho nejlepším kamarádům, že pláčou sice hezky, ale na špatném hrobě.

Je to smutné a ono opravdu nelze víc, než to obrátit v humor. Ale

jako novinářka jsem se tématu českého pohřebnictví začala věnovat souvisleji. Pohřeb je silný a mimořádně očistný rituál. Když se udělá dobře. Málokdo ví, že není nutné slepě následovat instrukce pohřebních služeb. Případně že dnes existují i úplně jiné pohřební služby. Třeba Goodbye.cz umožňuje objednat obřad on-line, vybrat si, co vy přesně chcete. Agentura Pohřební průvodci pro vás nejen udělá vysoce osobní pohřeb, ale zařídí i právní a úřední záležitosti a bude při vás, když vám bude nejhůř. Organizace Ke kořenům vám zase poradí, jak splynout s přírodou, udělat si rituál rozloučení přesně tak, jak vy chcete, třeba v sokolovně nebo na kopci, který měl zesnulý rád. V nabídce jsou dnes ekologické rakve, rozložitelné urny se sazenicí stromu. Smuteční květiny se vážou bez plastu, vkusně a z místních květů, i s ohledem na to, aby se nákladná květinová výzdoba nakonec neházela jen do kontejneru, protože co s ní, když se nevejde na hrob. Není nutné loučit se u rakve, ale možná silnější prožitek nabídne samotné uložení do země nebo rozptýlení - mimochodem víte, že popel zesnulého je možné rozptýlit všude, pokud k tomu máte svolení majitele pozemku a neodporuje to morálním zásadám? Mě osobně také zaujala možnost vybrat si ekologickou rakev a tradiční rubáš namísto slavnostních oděvů a rakví jako z filmů o Draculovi. Neláká i vás pohřeb na čerstvém

vzduchu, na místě, kde váš blízký spočine, s osobními vzkazy, svíčkami posílanými po vodě, proslovy nejbližších?

"A byla jste někdy na našem hřbitově?" ptají se mě přítomné dámy během zasedání zastupitelstva. Byla. Ale pro jistotu se jdu podívat znovu. Líbí se mi. Se vzrostlými stromy, trávou mezi hroby... Ale ano. Péči by potřeboval. A ano, je pravda, že o hřbitov se zajímají jen starousedlíci, kteří tam mají své rodiny. A to je chyba. Hřbitov je záležitostí nás všech. Pojďme si ho udělat krásným! Máte nápady? Ozvěte se mi!

Dominika Rýparová

Ke kořenům

Organizace Ke kořenům propaguje moderní pohled na pohřebnictví. Není nutné jezdit do dalekých krematorií s rudými oponkami a unylými řečníky, nejhezčí rozloučení jsou tam, kde k tomu máte vztah. Krásný pohřeb vás nemusí zruinovat. Nemusí dokonce ani být organizačně náročný. Nepotřebujete k němu ani úřední povolení, můžete vynechat cokoliv z toho, co se vám přičí. Pohřeb má být osobní a symbolický a měl by ukončit existenci tělesné schránky návratem Zemí, ke kořenům květin a stromů. Jejich myšlenky jsou velmi inspirativní a uvidíte, že přemýšlet o svém pohřbu nemusí být vůbec morbidní a nemístné.

www.kekorenium.cz

Poděkování, výročí, narozeniny

Děkuju.

Milí mí Líšničtí! Moc pěkně děkuju za hlasy v obecních volbách. Strašně mě to potěšilo, ale vím, že někoho nepotěšilo, že jsem se „nedostala“ k mandátu. To nevadí. To jsou volební počty a propočty, a upřímně, nedalo se čekat, že by to dopadlo jinak. Ale právě o to víc si vážím vašich hlasů a slibuju, že nepřijdou vniveč. Budu stále aktivní občankou!;), budu stále aktivní v diskuzích při zasedáních obecního zastupitelstva. Víte, že kolikrát takové „poňouknutí“ od veřejnosti přináší jiný, další impuls do obecní politiky?

Ještě jednou děkuju. Čas letí jako bláznivý a možná... příště... budu na kandidátce výš.

S láskou Marie Kabrnová

Irena a František Rákosníkovi oslavili letos v říjnu zlatou svatbu a Fanda také svoje osmdesátiny!

Že prý nejlepší léta přicházejí, když ta dobrá už jsou pryč. Dívat se na život optikou těchto brýlí není vůbec marné.

Takže Vám, Irenko a Fando, přejeme do vašich nejlepších let, abyste nepromarnili ani chvíli, kdy se kolem Vás bude dít něco hezkého a radostného, a to nejen za nás, ale za všechny líšnické sousedy.

Hanka a Ondra Hrazdírovi

Vážená redakce,

prosím o otištění přání k narozeninám Václavu Pitelkovi, který se dožívá 80. roků 1. října. V Líšnici žije od pěti let. Přejeme mu hodně zdraví, které potřebuje!

Sestra Marta s rodinou
Sestra Dana s rodinou



O zvířátkách a dětech

Jednoho dne se zvířátka z líšnického lesa rozhodla, že si budou opět hrát na školu. Domluvila se s místními dětmi, že děti budou školáčky a zvířátka jejich rodiče. A protože to byli čtvernožci moderní, vybavili se auty všech barev a tvarů a malé školáky dováželi až před práh školy.

Od předchozích her se však situace drobně lišila: protože přibýlo dětí, bylo potřeba do hry zahrnout i druhou budovu školy, která se řídila trochu jinými pravidly, než byla zvířátka zvyklá. Především nebylo tak jednoduché děti dopravit až před práh. Pravidla hustého lesa totiž říkala, že se vždy ráno a odpoledne musí všechny dopravní prostředky nechávat na vyhrazené pasci. Některé party zvířátek a dětí, které si měly hrát v hezčí, ovšem vzdálenější budově, musely někdy i dvakrát denně dojít o 200 kroků dále než zvířátka se staršími dětmi. Ach to vám byla dálka! A hlavně nespravedlnost!

A jak to tak bývá, nejdříve chytrý lišák a pak i mnoho dalších zvířátek začalo porušovat pravidla a začalo vozit děti až ke škole po lesní pěšině. Co na tom, že byla úzká a křivolaká a tvořily se na ní zácpy, které nakonec neumožňovaly ani

cestu ke škole, ani od ní? Tehdy se do věci vložila správkyně lesa se svou veleradou a lízátkovou reformou zamezila vjezdu povozů po pěšině. Vždyť řešení složitých dopravních situací zabere více času než 200 kroků! Budte rozumná, má milá zvířátka!

Chvilí se opravdu dbalo na dodržování pravidla, které říkalo, že pěšinu mají využívat jen ti, kdo nemohou jinak, neboť u ní žijí a vůz by museli skrze pěšinu nejspíš odnést. Navíc velerada upozorňovala, že postavit na pěšinu zátarasy může být nebezpečné i pro samotné školáčky. Co když se v lese poraní a oněch 200 kroků pro ně bude vysilujících, že do školy ani nedojdou? Co když některé zvířátko zaspí a ohrozí začátek školní výuky svého svěřence?

Jenže mazaný lišák o tom nechtěl ani slyšet. A pak se k němu připojila další zvířátka. Když může on, proč my ne? Stávalo se běžně, že se vydávaly touto cestou i dva dopravní prostředky stejně urputně, ovšem proti sobě. A to vám musím říct, to je na lesní pěšině fakt oříšek. Některá zvířátka to pochopila, nechtěla dělat problémy a pochopila, že těch pár kroků je vlastně skvělé po všem tom rodičovském sezení v kanceláři či ve voze. I to k péči rodičů o děti ze školy totiž patřilo. Možná i chtěli ukázat svým kamarádům, že to jde

a že se nemusí bát lesních přízraků mezi parkovací pasekou a školou a že i když hrozně pospíchají, je to vlastně pohodlnější, a kdo ví, co ještě.

Jenže mezi vytrvalými neposlušnými zvířátky se objevil jeden nešvar. A když říkám jeden, musím dodat, že mu propadlo zvířátek více: zakázanou cestou jezdí několik fantomů, kteří pěšinu zdolávají opravdu velmi rychle. Zřejmě s pocitem, že je v té rychlosti nikdo neodhalí...

Velerada má však pár indicií a podezírá smečku prasat. Je to o to nepříjemnější, když si uvědomíte, co takové prase divoké se svými zbraněmi v rychlosti daleko převyšující normu může napáchat na majetku, ale hlavně na našich milých dětech.

Ať už je fantomem prase či jiné zvíře, bude dobré, když s tím přestane. Pokud tu chceme všichni společně fungovat, nikdo z nás si nemůže dělat, co chce! My, ostatní zvířátka, se nechceme bát o zdraví našich dětí. Prosíme fantomy, aby si vybíjeli svou energii třeba právě rychlou chůzí oněch 200 kroků z parkovací paseky ke škole a nebo rytím žaludů v okolních lesích. Tím nikoho neohrozí!

Tak tě pic!

Jarda Novák ml.

Jak jsme si zametli před vlastním prahem

Lidé jsou zvláštní tvorové. I když nejsem studovaným sociologem, nebo možná právě proto, je pro mne poučné sledovat, jak se náš živočišný druh chová. Jedním z jeho pozoruhodných zvyků je vyhledávat místa, která jsou hezká a lákavá – například proto, že jsou čistá, plná zeleně a květin – a během svého pobytu jejich čistotu a lákavost poničit.

Tento povahový rys se bohužel nevyhýbá ani návštěvníkům a pohříchu ani obyvatelům naší obce, a tak se její trávníky a příkopy postupně plní nejrůznějším odpudivým odpadem. Přitom lze vysledovat, kdo se v daném místě pohyboval.

Zatímco v okolí silnice od zastávky na Štrakonické nalezneme obaly od bonbónů, krabiček od cigaret, plechovek a PET lahví od piva, okolí golfového hřiště nabízí láhve od whisky. Zde zřejmě někdo

demonstruje svůj společenský status a ekonomickou situaci odhazováním obalů od dražšího nápoje, nežli je Braník.

V odlehlejších místech pak můžeme nalézt kanystry s neidentifikovatelnou kapalinou, pneumatiky a stavební suť.

A v těch úplně nejdálejších i nepotřebný nábytek.

Líšnice se tak během roku čím dál více podobá smetišti, a to přestože dvakrát ročně mohou všichni naložit objemný i nebezpečný odpad do k tomu určených kontejnerů. A to zcela zdarma.

Za to, že přerod vesnice ve skládku ještě nebyl dokonán, vděčíme dobrovolníkům, kteří ve svém volném čase pohozené odpady sbírají a vlastními silami odnášejí, kam patří. Aby na to nebyli sami, sešli jsme se počátkem září na již tradiční

akci Uklidme Česko a zlikvidovali odpady, které se během uplynulého půl roku nahromadily. I tentokrát to byly desítky pytlů plných převážně plastů, plechovek a skla a Líšnice byla zase na chvíli jako nová. Velice děkuji všem, kdo nelitovali svého času a věnovali sobotní dopoledne práci pro nás všechny.

Je to pravda činnost poněkud Sisyfovská, ale nezbytná. A jak známo a v praxi ověřeno, v uklizených a čistých obcích není jen méně odpadu, ale i kriminality a nežádoucích jevů obecně. Za to, jak se nám v Líšnici žije, vděčíme lidem, kteří dohlédnou dále, než k plotu u své zahrady. Těm všem díky.

Jo, a již předem vás zvu na jarní úklid obce – a nebojte se, určitě toho k úklidu bude dost.

Dalibor Matušinský

Novopečení prvňáčci

Ty tam jsou roky, kdy v obci fungovala jen malotřídka. Líšnická základní škola se rozrostla na plnohodnotných pět tříd, které místní zvládají zásobovat každý rok partou zbrusu nových prvňáčků. Ti letošní zamířili k paní učitelce Ole Chase a my jim přejeme hodně studijních úspěchů!

Foto: Archiv ZŠ Líšnice



Adam Štrach



Adam Tomášek



Alice Macháčková



Anastasia Fushchych



Eliška Süssová



Emma Luisa Müllerová



Emma Miková



Jonáš Folber



Josefína Nováková



Kristýna Karvánková



Nicolas Orlovs



Patrik Prokop



Sebastián Strachota



Vanesa Ťuiková



Vendula Šlingrová



Viktorie Králová



Školní novinky



Strašidelný Halloween u prvňáčků.

S novým školním rokem se v naší krásné školičce vzdělává již skoro sto děvčátek a chlapců. Škola samozřejmě od rána do odpoledne a všichni jsme rádi, že můžeme zase svobodně a normálně žít, učit, hrát si, prostě fungovat... Ale nebyli bychom to my, kdybychom se dále nerozvíjeli a neměnili, a proto vás dnes seznámíme s novinkami, které jsme v letošním školním roce pro děti nachystali.

Text: Mgr. Alena Fialová, ředitelka školy

Foto: Archiv ZŠ Líšnice

Začneme-li u stavebně technických věcí, tak největší péči dostala stará školní budova. Je celá krásně vymalovaná. Ve všech třídách jsme volili bílou barvu, chodby jsou do poloviny vymalovány světle béžově. Celá škola nyní působí velmi světlým dojmem. Ten podporuje i výměna svítidel v chodbě a velké třídě. Původní zářivky ze 70. let již nevyhovovaly světelností, ale především se staly nebezpečnými. Nyní jsou již všechny staré zářivky vyměněné a děti si užívají správného a zdravého osvětlení. Vše jsme završili výměnou dlažby v hlavní chodbě a škola nyní působí čistým a moderním dojmem.

V současné chvíli se na pozemku pod starou školní budovou zaměřuje nové školní hřiště. To je pro děti velký dar, na který čekalo mnoho gene-



4. třída na zámku v Dobříši.

rací líšnických školáků. Děti budou mít konečně plnohodnotné sportoviště, na kterém budou moci plnit požadavky na ně kladené v rámci výuky tělesné výchovy.

Novinkou je i stále se rozrůstající oddělení školní družiny. Od letošního září máme tři oddělení, ve kterých pracují čtyři paní vychovatelky. Jsme rádi, že zde může trávit smysluplně svůj volný čas již na sedmdesát dětí. I zájmové činnosti, kterých již tradičně nabízíme mnoho, mají své nováčky. Letos je to úžasný kroužek kynologie vedený naší maminkou paní Alenou Štrachovou, a po dlouhé době se vrací i naše paní kucharka Michaela Semerádová, která otevřela kroužek cukrářiny. A tak to ve škole každé úterní odpoledne



Anče provázela děti celou školou v přírodě.

voní jako v ráji.

Plánujeme také první celoškolský výlet pořádaný společně s cestovní agenturou. Chystáme se navštívit Cífkův statek ve skanzenu v Třebízi, kde pro nás bude připraven program Vánoce na statku. Kromě staročeských zvyků, zapomenutých tradic a koled, se kterými se děti na statku seznámí, si tam také vyrobíme drobné vánoční dekorace a dárčky. Pokud bude o takové výlety ve škole zájem, rádi bychom je pořádali i v budoucnu. Nikterak tím samozřejmě nejsou dotčeny naše tradiční třídní výlety do muzeí, divadel, na koncerty či do přírody.



Lektorka kynologického kroužku paní Alena Štrachová a její psí doprovod.

A co jsme od začátku roku již stihli?

Druháčci a třetáčci odjeli již třetí zářijový týden na školu v přírodě do malebné krajiny na rozhraní Jizerských hor a Krkonoš, kde v cha-



Malí cukráři v akci.

lupě s neméně malebným názvem Prdek strávili nezapomenutelný týden. Kromě nádherné přírody, lesů plných hub, zajímavých výletů a čistého vzduchu si užili i hry v duchu Krkonošských pohádek, kterými je provázela Anče, návštěvu horské služby i noční bojovku pro nejdůležitější.

V pátek 23. 9. jsme celá škola absolvovali ekologický program na zámku v Dobříši, kde jsme se zabývali tématy Les a Voda. V naší ekologické výchově pokračujeme i nadále, a to spoluprací s naší obcí, kdy se podílíme na obnově pokáceného lesa sběrem žaludů. Vzhledem k tomu, že obec nabídla všem zúčastněným třídám nádherné odměny, sbírají dětičky doslova jako o život!



Školní stánek na Líšnickém festivalu.



Žaludy, žaludy, žaludy...



Na škole v přírodě



Na rozhledně Štěpánka.



Školáci bydleli na chatě se slibným jménem Prdek.



Nahlédnutí k Sovičkám



Předškoláček s Kačkou.

Hurá do školky!!! Pojdte se s námi podívat, co se děje ve starší třídě naší mateřské školy. Po prázdninách jsme se sešli v hojném počtu a třídu Soviček naplnili do maximální možné kapacity, je nás tedy celkem 28. Děti se těší zdraví, a tak se můžeme plně věnovat všem plánovaným akcím, činnostem a projektům.

Text: Bc. Jaroslava Marhoulová, učitelka MŠ Líšnice

Foto: Archiv MŠ Líšnice

Od poloviny září jsme začali jezdit na plavecký výcvik do Dobřichovic, který si děti už v loňském roce velmi oblíbily. Zkušené lektorky se dětem věnují každou středu v dopoledních hodinách. Plavání chápeme jako

základní a život zachraňující dovednost, proto jsme rádi, že se školáčky účastní v tak hojném počtu.

Každý čtvrtek se děti společně s paní učitelkou a speciální pedagogkou Kačkou Hozmanovou přesouvají do „velké školy“ do třídy druháčků, kde procvičují předškolní dovednosti. Získávají tak potřebné návyky pro dobrý start v první třídě. Odpoledne pak mají možnost navštěvovat kroužek angličtiny s paní lektorkou Monikou.

Naše třída je zapojena do projektu „Se Sokolem do života, aneb svět nekončí za vrátky, cvičíme se zvířátky“, ve kterém úspěšně pokračujeme již druhým rokem. Nyní se k nám připojila i třída mladších dětí.

V projektu se děti učí vnímat pohyb jako přirozenost a součást jejich života, a to díky motivaci, při které je všemi aktivitami provází postavička zvířátek.

Jedním z dalších úspěšných projektů, který s předškoláky realizujeme, je program s názvem „Úvod do digitálního světa“. Děti se v jeho rámci účastní herních aktivit s obrázky, sítěmi,



Vycházka spojená se sběrem přírodnin.

robotickými hračkami, včetně nově pořízeného dřevěného robota Cubetto. Vše je formou her, bez použití počítačů. Děti pracují samostatně i ve skupině. Učí se programovat, orientovat se v prostoru i rovině, zapisovat souřadnice, postupovat podle pokynů atd. Vzdělávání v oblasti digitalizace rozvíjí logické a analytické myšlení a děti dobře připravuje na vzdělávání nejen v oboru matematiky a informatiky.



Chystání svačinky pro kamarády.

Nezapomínáme ani na environmentální vzdělávání. V projektu Recyklohraní rozvíjíme vztah dětí k životnímu prostředí formou tematických her, praktických činností a menších projektů. Naším cílem je prohloubit znalost dětí v oblasti předcházení vzniku, třídění a recyklace odpadů a šetrné spotřebě vody.

V příštím čísle se můžete těšit na střípky ze života našich nejmenších školáčků z nového pavilonu.



Cvičení Se Sokolem do života.



Lekce plavání v Dobřichovicích.



Učíme se správně třídit odpad.



Pokusy s barvami.



Orientace na čtvercové síti pomocí souřadnic.

Cukrárnu tu nemáme, dobré dorty ale ano

Rozhovor



Ti, kdo Kláru Švejcárovou neznají osobně, si jí mohli všimnout na líšnických akcích. Tradičně na nich mívá stánek s cupcaky – minidortíky s vrstvou krému nahoře a zdobením. Jsou i žádanou cenou v tombole na líšnickém plese. K tomu navíc peče dorty, které jsou víc než cukrovinkou spíš uměleckým dílem. Rozhovoru se Klára dlouho bránila s tím, že nemá co zajímavého říct. Samozřejmě že řeč nestála a já se mimochodem dozvěděla, proč jsou moje dorty vždycky fláskem. Svě řemeslo Klára i přes svou obrovskou skromnost skutečně ovládá. A že má zlaté ručičky, u ní platí dvojnásob...

Text: Dominika Rýparová

Foto: Dominika Rýparová a archiv KŠ

Kdy ses začala pečení věnovat?

Když byly synovi dva roky, chtěla jsem mu udělat dort. Svůj první v životě, nikdy před tím jsem žádný

nepekla. Bylo to celkem zajímavé, protože jsem pekla podle receptu, který jsem neměla vyzkoušený, někde v řetězci jsem si nakoupila takové ty malé, jednotlivě balené marcipány a společně s kamarádkou jsme to tu rozvalovaly a potahovaly dort. Byla jsem na sebe tehdy ne skutečně pyšná! Dneska, když ten dort vidím, směju se. Pro dvouleté dítě tak akorát. Myslím, že pak jsem zase vůbec nepekla, až když mu byly tři, upekla jsem další. A tam to začalo. Řekla jsem si, že bych chtěla umět víc.

Jak jsi na to šla?

Pocházím z Českého Ráje, z Turnova, kde jedna moje známá má výrobnu dortů a dělá i různé kurzy. Na jeden z nich jsem se přihlásila a naučila se ty skutečné základy. Jak všechno spojit k sobě, aby to dobře vypadalo, co používat za náplně, jak potahovat, protože potáhnout dort je velké umění, aby nikde ne-



zůstávaly sklady. Pak jsem začala péct dorty pro kamarádky a jejich děti.

Kde se tahle touha v tobě vzala?

Jsem původně zlatnice, takže mě baví modelování, kreslení a tvoření. Ta má pekařina je vlastně přidružená k tomu, že můžu něco modelovat. Začala jsem se proto víc soustředit na tematické dorty, největší zájem je o ty dětské. Občas je docela těžké splnit jejich přání, protože to často znamená kýč jako blázen. Ale dítě má radost a to je hlavní. (smích) Navíc mám to štěstí, že jsem měla neuvěřitelně šikovnou maminku. Uměla všechno od háčkování, vaření, pletení, šití – vyrůstala jsem v době, kdy co si člověk neudělal sám, to neměl. Možná mám něco i po ní. Teď už je to 20 let, co tu není. Talent po ní má určitě i moje sestra, která je vyučená cukrářka a má v Lomnici nad Popelkou cukrárnu. Mohli jste ji potkat i loni v Líšnici na festivalu, kde nabízela klasické české zákusky.

Bude z tebe taky profesionální cukrářka?

Měla jsem velké plány, že až mi Anetka nastoupí do školky, využiju zbytek rodičovské dovolené k tomu, abych zjistila, jestli by o to vůbec byl zájem a jestli bych si mohla otevřít skutečnou výrobu – kdyby někdo z čtenářů věděl o pěkných prostorách, ať se mi určitě ozve! Cukrárnu bych úplně nechtěla, protože to je velmi náročné, ale zakázková výroba by mě lákala. Jenže přišla tato zajímavá doba a nejsem si jistá, na čem všem budou lidé šetřit. Chtěla bych se živit tím, co mě baví, ale pokud mě to neuživí, zábava jde stranou. Je to takový začarovaný kruh. Ovšem teď mám před sebou pár volných dnů, kdy Anetka snad bude ve školce a já nemám žádné pečení, tak se chystám proniknout víc do modelování postaviček.

To je asi celkem těžká disciplína...

Loni jsem pro Dádu modelovala

jeho miniverzi, kterou si chtěl nechat – stojí tady na knihovně. Je už trochu zaprášený a spadlý. Teď bych se chtěla posunout dál, umět zachytit mimiku, posunout se směrem k té dospělé cukrářině. Péct dorty na různé kulatiny, tematické.



(Klára mi na talíři ukazuje i zkušební hlavičky modelované z fondánu.)

Potřebuju vymodelovat tisíc takových hlaviček, abych to dostala do ruky. Tyhle už jsou na vyhození, ale pořád je tu mám jako vzor. To jsem byla na kurzu, kde nás učili, co a jak. Těch kurzů mám za sebou už několik, ale bohužel jsem zjistila, že v nabídce je velké množství těch, které vedou nějaké maminky, které samy za sebou mají nějaký kurz a za 14 dní už vedou vlastní. Na to je potřeba dávat velký pozor, protože to pak samozřejmě není ono. Není to levná záležitost, takže si vybírám. Před spoustou let jsem byla třeba na kurzu cupcaků u Míši Landové, která je neuvěřitelná a je mi příjemná i po té lidské stránce. Letos na jaře jsem zjistila, že dělala porotkyni v pořadu Peče celá země! Ta mi zase dala základ cupcaků – jak je péct, jak je zdobit, a pak už jsem si hledala různě na internetu, na Pinterestu, začala jsem si je i sama vymýšlet. Od toho jsem se dostala i k tartaletkám, u nichž jsem nejdřív plánovala také nějaký kurz, ale nakonec jsem právě na Pinterestu narazila na různá videa a zkusila to sama. S dítětem doma to tedy není úplně ono, ale to asi nemusím nikomu vysvětlovat. (smích)

Jak takový cukrářský kurz vypadá?

To samozřejmě hodně záleží na zaměření. Já si vybírám kurzy spíš jednodenní víkendové, protože nemám hlídání. Začíná se kolem desáté ranní a končí se někdy kolem páté, podle toho, co se učíš. Třeba ten můj první kurz v Turnově vypadal tak, že Markéta měla upečené a rozkrojené korpusy, připravené krémy, my jsme si udělali jen jednu dávku krému, abychom věděli, jak postupovat, protože i to je trochu alchymie. Vždycky pak děláš jen kousek, aby sis všechno vyzkoušela. Lektorka potom ukazuje, jak tam dát krém, jak to pospojovat, aby se ti to nerozletělo do stran a byl to krásný válec s rovnými stěnami. Učila nás, jak rozválet fondán, jak pak s ním dort hladce potáhnout.

Fondán nebo marcipán – co je lepší?

Já pracuji s fondánem. Z marcipánu se špatně modeluje, protože je z mletých mandlí a je proto hodně porézní. Jeho možnosti jsou omezené. Když jsem byla malá, modelovalo se jenom z něj, ale vrcholem pak byly holubičky na svatebním dortu a to je také jeho maximum. Ani potažení marcipánem není úplně ideální, protože teplem měkne a pak se trhá a nedělá to dobrotu. Určitě je to chutné, ale myslím, že třeba moje hmota, která se jmenuje Smart Flex Velvet, má příchuf mandlí a je opravdu dobrá. Najdou se určitě lidé, kterým to nechutná, ale mně se to ještě nestalo. Čistě marcipánový dort jsem dělala jen jednou, byl dvoupatrový a na základě téhle zkušenosti jsem řekla, že už nikdy. (smích)





Co je tím tajemstvím, aby byl dort krásně potažený?

Je k tomu potřeba poměrně dost vybavení a je nutné dát tomu čas. V tu chvíli si nemůžu odejít hrát s Anetkou, když za mnou přijde a já zrovna plním dort krémem, protože to se musí udělat najednou. A když potom potahuji, musím vyválet fondán, dort mám připravený v lednici a můžu ho vytáhnout, až když je připravený fondán, a co nejrychleji ho pak musím potáhnout a hladítky ho vyhladit, udělat hrany, což je to, co odlišuje domácí dorty od těch profesionálních. Ale to všechno stojí čas a finance.

Čas si umím představit, ale finance?

(Klára otevírá několik dvířek v kuchyni a ukazuje mi všechno, co k výrobě dortů potřebuje.)

Mám dvě plné skříně všeho možného od potravinářských barev, štětců, vykrajovátek, formiček, dortových forem všech tvarů a velikostí. V Líšnici jsem navázala spolupráci s Petrem Rathausem, šikovným truhlářem, který mi vytváří podložky na dorty, které pak také potahuju fondánem, aby k sobě všechno barevně ladilo a doplňovalo se. Dál potřebuju otočné talíře, od kamaráda sklenáře mám na míru vyrobené skleněné tácy, na kterých dorty sestavuju. Plus samozřejmě fondán. V pracovním mám ještě spoustu krabic. Tím, že dělám dorty s figurkami, musím mít i vyšší krabice, kolem 30 cm. Jedna taková krabice stojí třeba 70 Kč.

Ty si tedy fondán barvíš sama?

Ano, kupuju si bílý a dobarvuji si ho dle potřeby. Třeba u cupcaků se snažím barvit hmotu ovocnými pyré, protože nejsem velkým zastáncem barviv. I když kupuji ty skutečně kvalitní, pořád jsou to barviva. Jenže to nejde u všeho. Pyré ředí fondán a pro modelaci je pak nepoužitelný.

Jak dlouho jeden takový dort trvá?

Pokud mám dort na objednávku, dělám si figurku i poměrně dlouho dopředu, klidně měsíc, protože musí vytvrdnout. Ona není k jídlu. Sníst se samozřejmě dá, ale dobré to není, protože je velmi tvrdá, aby vydržela. Tu figurku dělám tak šest hodin, protože to musím dostat do ruky, abych proces zrychlila. Samotný dort je na tři dny. Nejdřív si upeču korpus, který se musí do druhého dne odležet, jinak se drobí, špatně se s ním pracuje. Další den si udělám krémy a dort naplním, povrch musí být dokonale připravený. Poslední den už ho potahuji a dozdobuji.

Vždycky jsem se snažila všechno udělat co nejlépe, aby byl skutečně čerstvý. A dorty jsou moje Achillova pata...

Vždycky jsem se snažila všechno udělat co nejlépe, aby byl skutečně čerstvý. A dorty jsou moje Achillova pata...

Ano, to je chyba, protože pak se ti všechno rozjíždí. Pokud si děláš dort ke kafi s krémem nebo čokoládou, určitě stačí ho udělat den předem. Pokud už ho chceš potáhnout, něco na něj dát, pak musí být zatuhlý, jinak bude ujíždět do stran, sesedat. Také šlehačkové krémy rozpouští fondán, takže nikdy nesmí pod fondán. Teď je velmi moderní (a i moje nejoblíbenější) kombinace čokoládového korpusu z belgické čokolády plněný krémem z mascarpone nebo jogurtu, třeba s ovocem, ale šlehačka v nich nikdy nesmí přijít do kontaktu s fondánem, proto musím udělat ještě jeden krém na bázi másla – nemusí to být ten klasický, já dělám třeba s bílký. Ten se dává na povrch, aby se šlehačkové krémy k fondánu vůbec nedostaly.

Jenže kde tak dlouho dort skladovat?

To je oříšek, musí být v lednici. V zimě jsme pak měli jídlo z naší ledničky na terase a doma trůnil dort. Teď už mám druhou ledničku.

Na který dort jsi nejvíc hrdá?

Miluju dorty pro děti s večerníčkovou tematikou. Letos jsem dělala naší Anetce dort s tématem pejska a kočičky. Zaskočilo mě, že ho chtěla, ale mluvila o tom skoro celý rok. Bohužel často zapomínám fotit, ale zkusím ho najít.

Rozhovor končíme listováním v Klářiných albech na Facebooku. Je tam všechno: Pejska a kočička, lyžaři,

lego, želva, housle, obří BeBe sušenka, svatební "nahé" dorty, rodinné dorty, kdy každé patro patří jinému členovi rodiny, jeden z dortů zdobí i naprosto realistický vysavač. Neodolám a položím Kláře poslední otázku:

A co nějaké to Peče celé Česko?

Ani náhodou! To bych neustála psychicky. (smích)

Je libo dort od Kláry?

Pokud Kláru nepotkáte cestou do školky a nechce se vám ani čekat třeba na předvánoční trh, kde bude 11. 12. od 15:00 prodávat mimo svých legendárních cupcaků i slaný karamel nebo sirup do svařáku, ozvěte se jí na e-mail: klara.hartmanova@seznam.cz. Cena dortů se pohybuje kolem 2000 Kč, cupcaky dle množství.

Vaječný koňak podle Klářiny maminky:

- 5 ks žloutky
 - 2 ks mléko TATRA
 - 1 ks mléko SALKO
 - 1 ks vanilkový cukr
 - 1 ks vanilkový lusk
 - 0,5 l tuzemský rum (podle chuti každého z nás)
1. Ve větším hrnci smíchejte TATRA mléko, SALKO mléko, žloutky a semínka z vanilkového lusu. Pro výraznější aroma dejte do hrnce i slupku vanilkového lusu.
 2. Směs můžete v hrnci za stálého míchání metličkou zahřát na 85 °C, což je teplota pasteurizace. Přiznám se, že já nezahřívám a recept nechávám přesně podle instrukcí mé maminky („pasterizuji“ přilítím většího množství rumu)
 3. Po dosažení 85 °C hrnec odstavte a nechte vychladnout. Nikdy nelijte alkoholické přísady do ještě horké směsi, protože by se vám z ní všechn alkohol odpařil a to nechceme, že?
 4. Nakonec přidejte rum a promíchejte. Vaječný koňak přelijte do lahví s uzávěrem a dejte do lednice vychladit.

Dárky z Líšnice

Každý rok je to stejné: co by asi tak měl našim nejbližším ten Ježíšek přinést? Žijeme v době přebytku a už jen málo skutečných přání lze splnit na Vánoce. Domovy se plní hezkými ale nepotřebnými věcmi a občas se v nadílce objevují dárky pro dárky. Jenže ono ani pusto prázdnou pod stromečkem tu pravou atmosféru Vánoc také neudělá.

Dárky by měly být osobní, originální a ideálně s přesahem. Třeba takovým, že podpoříte sousedy, propagujete svou ves a ještě ušetříte na dopravě - a to jak penězi, tak v tom ekologickém smyslu slova. Co lze v Líšnici sehnat?

Annie handmade



Za značkou stojí Anička, maminka dvou malých dětí a zdravotní sestra, která ve "volném" čase ráda vytváří hezké a praktické doplňky. Věnuje se tvorbě především háčkových a drhaných výrobků. Většinou na zakázku, přesně dle přání zákazníka.

www.anniehandmade.cz

Ateliér Divokrásno



Magdalena pro vás štětcem a akvarely vypráví příběhy z divoké přírody obklopující její dílnu v brdských lesích, které pak ožívají na hrnečcích, plecháčcích, termoskách, a rozkvétají i v jejím malém papírnictví. Pro Líšničáky nabízí nově i vyzvednutí v Líšnici u rodičů.

www.divokrasno.cz

Dorty od Kláry



Cupcaky nebo dorty pod stromeček praktické nejsou, ale takový poukaz na ně? Mňam! Mimo to Klára na předvánoční trh vezme i své svařákové sirupy a slaný karamel. Ideální dárek pro kamarádku.

Kontakt: klara.hartmanova@seznam.cz

Brašnářství Věra Kašpárková



Věděli jste, že v Líšnici sídlí jeden z tradičních a i v zahraničí vyhledávaných výrobců vybavení pro trampy, skauty i zapálené ortodoxní turisty? Nejoblíbenějším výrobkem zůstává klasická „usárna“ či „italka“ a drobnější věci jako KPZ, patrонтаšky, tělové peněženky a různé obaly – na nože, polní lahve, ešusy, sekery, zápisníky, mapy... Vše už jen kusová výroba na základě konkrétní objednávky.

www.vkbrasnarstvi.cz

tel.: 732 918 301, e-mail: info@vkbrasnarstvi.cz

Golfový klub Líšnice



Golf k Líšnici prostě patří a originální dárek seženete i na našem hřišti. Třeba pro negolfisty jsou v nabídce dva vouchery: Ochutnávka golfu (590 Kč) a Já se ten golf naučím (2990 Kč). S trenérem si pak obdarovaný může projít hřiště a seznámit se se základy hry, nebo se rovnou pustit do tréninku v šesti lekcích.

Kontakt: paní Klára Kamberská, tel. 725 387 687

Nahod' vohoz



Šlíte z dětí, které odmítají nosit cokoli jiného než seprané tričko s oblíbenou pohádkou? Už nemusíte, v Líšnici má sídlo a také výdejnu e-shop, kde seženete všechny části oděvu na jednom místě. A navíc i něco pro dospělé: licenční oblečení, stejně jako řadu originálních dárkových předmětů (skleniček, samolepek, klíčenek, oblečení s potiskem), nově nabízí i gravírování laserem.

www.nahodvohoz.cz

Tátův sad



Cidery, limonády a mošty z Tátova sadu potěší každého gurmeta. Můžete si namíchat degustační bednu podle vlastní chuti. A pro sousedy z Líšnice navíc vždy za výhodné ceny. Stavte se tam!

www.tatuvsad.cz

VW-eshop



Michal je už od mládí milovníkem vozů Volkswagen. Své vozy si rád hýčká a ladí do detailů, proto se rozhodl založit e-shop, kde lze sehnat vše na jednom místě: od klíčenek a samolepek přes autokosmetiku až po autodily. A nejen pro VW, sežene tu i vše pro značky Škoda, Audi či Seat. Nabízí i čištění interiérů a to vše také ve formě poukazu.

www.vw-eshop.cz

Zrození k pohybu



Je obdarovaným někdo, koho trápí bolesti zad nebo o sebe jen rád pečuje? Pak mu radost udělá poukaz na individuální lekci s Mirkou Engelovou, voucher na speciální on-line lekci nebo dárková karta na cokoli dle své volby.

www.mirkaengelova.cz

Nejen kytky



Lucka Kulhánková, alias Lucka z maringotky nebo Nejen kytky tvoří překrásné kytice, věnce a jiné dekorace ze všeho, co příroda a její zahrada dají. Každou něžnou duši pohládí poukaz na pugét či sezónní věnec. Cena od 300 do 500 Kč či dle dohody.

Kontakt: tel. 603 457 414, lucka.kulhankova@gmail.com

Včelař Dan Stauch



Med, medovina, panenský včelí vosk nebo výrobky z vosku přímo z Líšnice? Stačí zaklepat na Dana Staucha. Medovinu vede v několika příchutích: od klasické, přes zázvorovou, bitter, chilli až po "líšnickou" - nedoslazovanou. K tomu med a ozdůbky z včelího vosku a nikdo neodolá. Medovinu seženete za 150 Kč, med za 220 Kč a ozdůbky od 10 Kč.

kontakt: stauch@seznam.cz

Více radosti



Tu vám dá Míša Mrázková, certifikovaná konzultantka KonMari metody, profesionální organizátorka a průvodkyně na cestě za jednodušším životem s méně věcmi. Věnovat svým blízkým můžete konzultaci s ní, on-line kurz nebo třeba originální samolepky k organizaci domácnosti.

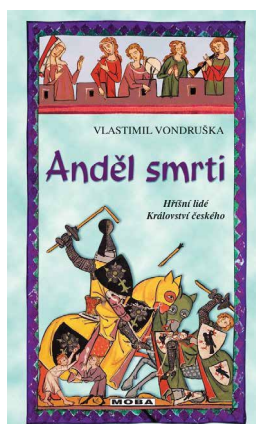
www.viceradosti.cz/eshop



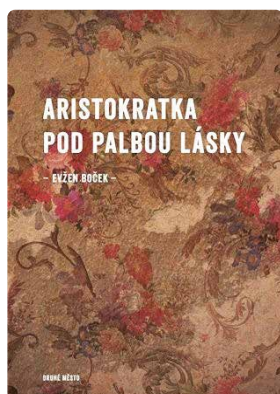
Novinky z knihovny

Vážené líšnické čtenářky a čtenáři, v tomto čísle Líšnického zpravodaje bych vás ráda seznámila s několika novinkami ve fondu obecní knihovny.

Nemůže mezi nimi chybět historický detektivní příběh z pera **Vlastimila Vondrušky**. Vychází již třicátý román z cyklu **Hříšní lidé Království českého** pod názvem **Anděl smrti**. V něm se opět setkáme s Oldřichem z Chlumu, panošem Otou a Divišem, kteří řeší na hradě Bezděz záhadné zmizení Smila z Turboře, který nenastoupil do manské služby.

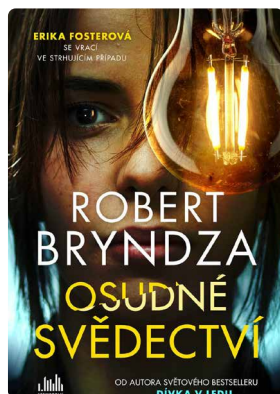


Mezi humoristickou literaturu určitě patří avizovaný poslední, tedy šestý, díl knihy od **Evžena Bočka** **Aristokratka pod palbou lásky**. Z královského výletu do Nizozemí si Marie III. Kostková přiveze kromě zážitků a fotky s Jejím Veličenstvem královnou Beatrix také milostnou „šmodrchanici“, která se vystříbří až na samém konci příběhu.

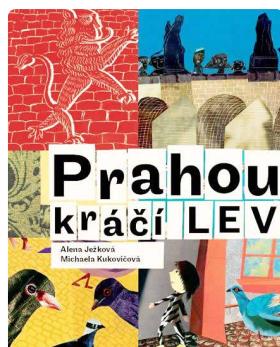


K žádaným detektivkám patří **romány Roberta Bryndzy**. V jeho nově vydané knize se autor vrací k postavě inspektorky Eriky Fosterové, která vyšetřuje brutální vraždu

Vicky Clarkeové. Zavražděná žena měla svůj vlastní podcast o skutečných zločinech a byla na stopě sexuálnímu predátorovi, který loví mladé studentky v okolí jižního Londýna.



Pro děti ze základní školy v rámci akce Čtení pomáhá je kniha **Aleny Ježkové** **Prahou kráčí lev**. Autorka napsala pohádkový příběh, který dětem (spolu s jejich rodiči) pomůže objevovat historické krásy Prahy.



Pro naše nejmenší „čtenáře“ je připravena **Tlapková patrola - Hvězdné tlapky**. Zábavné příběhy jsou plné pohybu, kamarádství a spolupráce mezi všemi Tlapkami.



Také bych chtěla připomenout, že je možné si v knihovně zapůjčit čtečku. K dispozici je pět kusů.

Budu se na vás těšit.

Helena Žbáňková, knihovnice

Informace o fondu knihovny naleznete na webové adrese www.lisnice.knihovna.cz.

Provozní doba knihovny v budově Obecního úřadu:

úterý 14.30 - 15.30

pátek 17.00 - 19.00



Hřejivé kulturní tipy pro syčravé podzimní dny

Chladné počasí a brzké svečeřivání většinou přeje kulturnímu životu, protože co taky dělat, když je venku zima, mokro a tma... I umělci se na toto období těší, jelikož je příslibem vytopených a přeplněných klubů a burácejících divadelních sálů. Jenže bejvávalo, zpívá se v lidové písni. Divadla, kina a kluby dnes řeší, jestli za měsíc vůbec zvládnou vytopit sály a zda budou diváci ochotni zaplatit vyšší vstupné. Organizátoři zatím neplánují moc akcí dopředu, protože kdo ví... My ale věříme, že bude líp, a aby vám to čekání na lepší časy rychleji utíkalo, máme pro vás aspoň pár kulturních a humorových perliček, které jsme objevili. Udělejte radost sobě, svým blízkým a také svým oblíbeným umělcům a nenechte je (a kulturu) zhyznout. Vyrazte na koncert, divadlo nebo třeba originální přednášku a zahřejte se smíchem. Všechny tipy jsou vyzkoušené a opravdu to funguje.

Připravil: Tomáš Fiala

Hudba

Michal Horák v Příbrami



26. 11. 2022 od 18:00, Pojistka Club Příbram (Nám. T. G. Masaryka 3 Pasáž Horymír, Příbram)

Pamatujete si stydlivého kluka s piánem a kytarou, který nás bavil v lžáku na našem Líšnickém festivalu v roce 2016? Michal Horák byl už tehdy talentovaný písničkář a dnes se může pyšnit vítězstvím v kategorii Objev roku soutěže popularity Český slavík.

U fanoušků zabodoval i v anketě Žebřík, kde obsadil 2. místo v kategorii Objev roku, což jen potvrzuje, že jeho tvorba, která navazuje na písničkářskou tradici dua Svěrák-Uhlíř a dělá z něj zdatného konkurenta jmen jako Pokáč nebo

Voxel, prostě a jednoduše baví. Horák u Supraphonu vydal již dvě, kritikou i fanoušky vřele přijatá, řadová alba, Michalovo cédéčko (2019) a Michalalbum (2021). O stoupající popularitě tohoto hudebníka svědčí přes 21 000 000 views na YouTube, ale i vyprodané koncerty nebo silný ohlas fanoušků na jeho sociálních sítích.

Foto: Lusiet Levá

Divadlo

Upokojenkyně



Divadlo V.A.D., Kazimír Lupinec

3. 11. 2022 od 19:30, Kulturní středisko U Koruny, Praha Radotín

KKC Koruna v Radotíně vás srdečně zve na groteskní absurdní komedii Upokojenkyně z prostředí domova seniorů, ve které není nouze o překvapivé paradoxy ani o černý humor. Nadsázka, ironie, realita? Přijďte a přesvědčíte se sami. Soubor V.A.D. patří dlouhodobě k opravdovým perlám amatérského autorského divadla a každý kus rozhodně stojí za zhlédnutí.

Foto: Archiv divadla V.A.D.

Hrdý Budžes (20 let od premiéry)



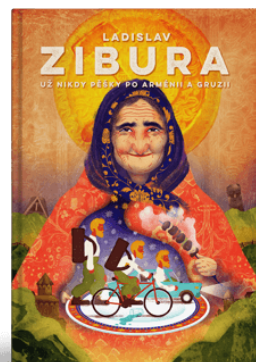
7. listopadu 2022 od 19:00, Divadlo A. Dvořáka Příbram

Helenka Součková (Bára Hrzánová), hrdinka příběhu a žákyně druhé třídy základní devítileté školy nás zkoumavým i naivním pohledem osmiletého dítěte sugestivně provází tragikomickými roky husákovské normalizace tak, jak se na počátku 70. let promítala do světa dětí i dospělých. Od premiéry tohoto dnes již kultovního představení letos uplynulo rovných 20 let, ale Bára Hrzánová dokáže stále zahrát malou Helenku s takovým nasazením, že jí to prostě musíte věřit.

Foto: Archiv Divadla A. Dvořáka Příbram

Přednáška

Ladislav Zibura – Naposledy



pěšky po Arménii a Gruzii

13. listopadu 2022 od 18:00, Divadlo A. Dvořáka Příbram

Excentrický poutník a hvězda AZ kvízu Ladislav Zibura se v létě 2017 vydal probádat Arménii, Gruzii a Náhorní Karabach. Očekává nenáročný výlet, situace se mu však brzy vymkne z nohou. Ať už se princ Ládk zrovna otráví alkoholem, zabloudí na minové pole nebo zachraňuje život štěňátek, vším proplová s neobyčejnou lehkostí. Příběh jeho pěší, cyklistické a stopařské výpravy je svědectvím o jednoduchosti života a půvabu svobody, u kterého se budete smát od začátku až do konce. Nečekejte popisy historie nebo památek. Cestovatelská projekce Ladislava Zibury je plná humoru, lidských příběhů a lidové moudrosti.



Reflux

Na špičce volně prodejných léků jsou i ty, které tlumí pálení žáhy a drobné žaludeční obtíže. Za nepříjemné pocity může často reflux. Při něm se nestrávená strava i žaludeční šťávy vrátí ze žaludku zpět do jícnu. Kyseliny oslabí sliznice a vzniká zánět, který se projeví pálením. Víte, co všechno může být spouštěčem a jak reflux řešit?

Text: Miroslava Engelová, Zrození k pohybu

Foto: Andrew Neel, Pexels.com



Na trávicí obtíže způsobené refluxem má vliv i stres, kouření, káva nebo sedavé zaměstnání. Dlouhé sezení navíc nedovoluje bránici správně fungovat. Pomůže i cvičení.

Nejprve trocha fyziologie. Když vložíme jídlo do pusy, začíná jeho cesta rozmělněním v ústech a sliny začínají s jeho rozkladem. Při polknutí pokračuje dál do jícnu, odkud se díky peristaltice posouvá do žaludku. Než do žaludku vstoupí, musí zaklepat na dvířka a ta je vpustí. Za normálních okolností se dvířka otvírají jen jedním směrem. Při refluxu se však dveře rozbíjí a mění se na lítačky. Funkčnost dvířek zajišťuje bránice.

Bránice je svaly-šlachová blána oddělující orgány hrudního koše a břicha. Upíná se na hrudní kost a žebra a dosahuje až do oblasti třetího bederního obratle – má tvar kupole a je mimo jiné zodpovědná i za náš vzpřímený postoj. Při nádechu, kdy plíce mají zvětšit svůj objem, kle-

sá do břišní dutiny, při výdechu se vrací zase zpět. Bránice je hlavním nádechovým svalem. Poblíž středu bránice jsou dva otvory. Jedním prochází dolní dutá žíla, tím druhým právě jícen. Pokud vše správně funguje, bránice jícen uzavírá a utěsňuje a brání tak navrácení potravy ze žaludku zpět do jícnu. Už chápete? Rozbité dveře způsobil nefunkční uzávěr bránice.

První z příčin je špatné držení těla a špatný dechový stereotyp. Z toho vyplývá, že bránice pracuje jen na půl plynu a neplní tak svoji funkci. Jako pohybový trenér se při řešení refluxu zaměřuji právě na toto. Často se reflux objeví u těhotných žen, obézních lidí, při sedavém zaměstnání, u lidí citlivých ke stresovým situacím, u dětí, kde neprobíhá vývoj fyziologicky či získávají odchylky způsobem života (časté sezení v autosedačkách typu vajíčko nebo tzv. raketových kočárcích, časté nošení v klubičku, čas strávený u telefonu, dlouhé sezení ve škole). Ve všech těchto případech mají lidé větší sklon k nefyziologickému držení těla a chybnému dechovému stereotypu. Svou roli hrají ale i další vlivy, jako strava, kouření, alkohol, stres či léky.

Prevence a léčba refluxu

Pokud jsou vaše obtíže pouze mírné a občasné, začněte úpravou životního stylu. Základem je omezení kouření, alkoholu a kávy. Chybou nebude ani práce se stresem, redukce nadváhy a úprava jídelníčku, tak aby obsahoval více vlákniny, méně solí, umělých přísad a dráždivých látek. Je třeba osvojit si i zvyk jíst pomalu a jídlo vychutnávat, jíst nejpозději dvě až tři hodiny před spánkem, odpustit si šlofíčky hned po jídle a hlídat si těsné oblečení, které tělu neprospívá.

Druhým pilířem péče o sebe sama při refluxu je rozumné cvičení, ideálně pod vedením fyzioterapeuta nebo pohybového specialisty. Cílem je napřímení těla a změna dýchání. Není třeba „makat“ a budovat svaly, ale naopak tělo uvolnit, zpevnit a dovolit mu, aby fungovalo tak, jak je to pro něj nejvýhodnější.

Jak cvičení vypadá? Jde o nenápadné, ale poměrně náročné cviky. Je běžné, že chvíli trvá, než pohyb zvládnete zcela kontrolovat a provést podle instrukcí:

1. Posadte se na židli na sedací kosti, pánev a hrudník nastavte nad sebe, hlava je ve stejné linii a jako by chtěla podepřít strop.
2. Kořeny dlaní jemně opřete o spodní žebra, prsty se dotýkají hřbetu pánve.
3. Zkuste se nadechnout tak, aby se prostor břicha lehce opřel do vašich dlaní. Intenzita nádechu je jemná, udáváme aktivitu 30 %. Sérii několika nádechů opakujte ideálně alespoň třikrát denně.

Pokud je reflux již dlouhodobý, tedy chronický, je dobré navštívit lékaře, který vás vyšetří, může provést endoskopické vyšetření či odebere tkáň pro přesnější prozkoumání. Při neléčení může dojít k jícnovým vředům, krvácení a dalším nebezpečným změnám. Poslední možností řešení je operace, kdy se jícen stáhne antireflexní páskou, která plní funkci bránice u zdravého člověka.

V případě zájmu mě můžete kontaktovat na

info@mirkaengelova.cz.

Více informací najdete na

www.zrozenikpohybu.cz.

Pokud hledáš výživového terapeuta, doporučuji Karolínu Hamplovou,

www.karolinahamplova.cz

Příznaky refluxu

a jeho projevy

- pálení žáhy
- poruchy polykání
- bolest v oblasti žaludku
- bolest za hrudní kostí
- zápach z úst
- eroze zubů
- kašel
- plicní infekce

Záhadný a tajemný Český Les



Jezero Laka

KDO JE VILMA?

Vilnu Tůmovou můžete potkat na toukách 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 s humorem sobě vlastním.

Text a foto: Vilma Tůmová

2. 7. 2022 sobota

Karty mi předpověděly samotu, tak hurá do lůna přírody. Autobus mi jede v osm ráno. Bohužel ne ze Smíchovského nádraží, ale z Florence. Proč tedy stojím na Smíchově? Ostatní řidiči autobusů mě uklidní tvrzením, že ten můj občas staví i na Smíchově. Mám kliku, za půl hodiny přijíždí a pan řidič ani nechce zaplatit za psa. Ruby je kabrhák, zvládne bez problémů pět hodin v autobuse a její jízdenku můžu projít v cukrárně v Prášilech.

Konečně zase na cestě...

Je příjemně, vedro jsme nechali v nížinách a stoupáme k jezeru Laka. Pusu mám modrou od prv-

ních borůvek a v uších mi zní Zuzana Navarová. Od jezera scházím dlouhých deset kilometrů po asfaltu do Železné Rudy a ještě netuším, že asfalt mi bude dělat společnost po většinu mé cesty. Proti mně se valí hordy cyklistů i trekařů, přecházejících Šumavu na těžko. Na nocovišti asi stráví noc na stojáka. Mým směrem nejde nikdo. Už je po šesté, v nohách 19 kilometrů a rozlámané tělo, nezvyklé nosit těžký batoh, si říká o odpočinek. I když... Letos jsem snížila váhu batohu z 15ti na 13 kg. Věci, vaříč, stan a spacák váží sedm, 3 l vody a zbytek jídlo. Za Železnou Rudou hledám houštinku na spaní. Ruby usíná hned jak se nžere a mě už se taky klíží oči.

3. 7. 2022 neděle

Ráno jsem jako čečetka, i když nás večer uspávala diskoška z Železné Rudy. Na Čertovo jezero jsou to tři kiláčky, skoro nikdo tu není, v klidu si můžu uvařit vodu na zalití mšili. Mám nový lihový vaříč, ale když je dovařeno, nevím, jak líh uhasit. Šfouknout nejde. Nakonec ho smetu ze stolu do hlíny a je uhašeno. Tuším, že tahle metoda není úplně obvyklá a bude třeba ji vypilovat. K Černému jezeru je to krpál nahoru a dolů ještě větší. Jsou tu davy, a tak prcháme 20 km z kopce směr Český les. Jé bonbon! A zabalený! Cukry se musí doplňovat...

Mizím z červené asfaltové značky a pokračuji kolem hranic po signálkách. Hned se jde veseleji a jako bonus se můžu v Chodské Úhlavě i umýt. Dělá se dusné vedro, možná je to tím, že jsme hodně klesly. Letos jdu na pohodu, a proto končím už v pět na krásném místě s rozhledem do kraje. Dokonce je tu všude nastlaná měkká sláma. Pomalu se nořím do snu, když zaslechnu vrčení motoru. A staví u mě? Hrábnu po pepřáku, Ruby může zbořit stan, jak se rve ven. U auta stojí švarný lesník a prý, že tu mají honitbu. Vždyť nejsem v lese! Nakonec mi dovolí posunout se jen o pár desítek metrů mezi kuláče sena. Tam mě snad netrefí. Když balím stan, cítím závan močůvky. Kolíky smrdí a podlážka stanu začíná nasákávat. Že by to pěkné místo pokryté slámou, bylo původně hnojště?

28 km

4. 7. 2022 pondělí

Noc už proběhla v klidu, ale když ráno vylezu ze stanu, muchničky berou útokem všechny mé odkryté tělní otvory. V amoku balím a utíkám do Všerub. Po menším bloudění, kdy procházím místním kravínem, se mohu konečně v deset nasnídat. Chuf mi spraví pochoutkový salát, rohlík a kofola. Ruby dostává kus kuřecího salámu. Pokračuji do České Kubice. Ten asfalt už mě vážně štve, vezmu to zkratkou. Hm, polom. V pět jsem v Kubici v hospodě a odměňuji se malým pivem a nakládáním hermelínem. Teď už jen najít tu studánku s potůčkem. Myju se, peru a když se vrátím ke stanu, leží zmučlaný na zemi. Ruby se asi dobý-





Počasí pod psa.

vala dovnitř. Lítá kolem, jak jí žerou komáři a nemůže se bránit. Rychle končíme ve stanu obě.

31 km

5. 7. 2022 úterý

Vstáváme po sedmé a čeká nás 600 m převýšení na Čerchov. Místo po červené značce a asfaltu volím modrou, jeví se z počátku jako strmý krpál, ale pak přechází v romantickou pěšinku, která se houpe mezi skalami a stoupá po starých kamenných schodech porostlých huňatým mechem. Na Čerchově je zatím pusto, ale v hospodě už mají otevřeno. Jsem první zákazník, což budu v průběhu své cesty ještě několikrát. Holt hlad je hlad. Dávám si výpečky se zelím a bramborovým knedlíkem. Pan hospodský je asi bývalý pionýrský vedoucí, zpestřuje mi oběd bojovkou „najdi si svůj výpeček“. Po usilovném hledání se mi podaří tři kousky vypátrat. Přijíždí první autobus s turisty, jdu načepovat vodu a Ruby rozjíždí svůj tradiční koncert. Jak se dostanu na rozhlednu, když jí vadí i minuta mé nepřítomnosti? Ale na hysterické psy tu jsou zařízení a Ruby si může užít výhledy z Čerchova se mnou. Čeká nás asfaltka do Capartic a davy proti nám. Včera jsem potkala všehovšudy čtyři lidi. Těším se na kávičku v capartické

hospůdce a překvapení! Je zavřeno, ale přání se plní. Ujdu kilometr a u cesty stojí malíčký kiosek s milou paní, která vaří kávu a prodává tatranky. Není ten život pěkný?

Za Caparticemi začíná nejhezčí etapa našeho putování. Úzkou pěšinkou stoupáme na hřeben, výhledy se otevírají na obě strany. Zpráve stékají všechny potoky a řeky do Dunaje, z levé do Labe. Přicházím ke hradu Starý Hernštejn. Dole schovávám batoh a vybíhám nahoru. Ruby dnes zvládá už druhou rozhlednu, a to jsou tady drátěné rošty. Cestou lesem si uvědomím, že budu mít asi málo toaletního papíru, a ejhle! Před mnou leží paklík papírových kapesníků. Pak ale v euforii ztrácím červenou značku a chvíli trvá, než se najdu. Za Závistí se pomalu rozhlížím po místu na spaní, pokud možno s teplou sprchou. A je to tady! Cestu přetíná potůček, hloubka 10 cm. Dneska bude vana.

29 km

6. 7. 2022 středa

Blaženě se nořím do snu, když zaslechnu šelest. Asi nějaké zvířátko, jen aby se Ruby nevzbudila. Ale ne, málem zbořím stan. Vylézám ven a vidím jen rychle se vzdalující záda dvou poutníků, kteří dostali zálsku na stejné místo. Znovu zabírám a znovu

Z potůčku se vyklubala řeka Mže.

šustot. Ruby nafe jako smyslů zbavená a je slyšet jen dusot kolem stanu. Je mi mdlo a doufám, že to byly jen srnky. Ještě dlouhou dobu mám nastrožené uši a spraví to až prášek na spaní. Ráno si jdu lehnout do potůčku a po osmé vyrážíme. Čeká nás táhlé stoupání z Rybníka do osady Pleš. Po hodině stavím na snídani, už jsem si tak navykla a vlastně ani ráno nemám hlad. Míjíme rozkvetlé louky, kde dříve stávaly německé osady. Z české vojenské základny tu zbyly jen ruiny a na kopci rozhledna Zvon patřící armádě. Na Pleši nemohu minout přívětivou hospůdku, nabíjím elektroniku a po poledni frčím dál. Těším se v Železně na kávičku a dortík a on je tu jen night club. Nevadí, na pumpě kafe mají a milá paní prodavačka mi zaníceně líčí, že tady vlci roztrhali v oboře daňka a že má i foto. Děkuji, nechci vidět.

„Uklidněná“ odcházím a jsem ráda, že nevím, co to včera v noci dusalo kolem stanu. Cesta vede podél potůčků a nivních luk. Slibuji Ruby i sobě párek v rohlíku na rozvadovské pumpě. Když tam po šesté večer dorazíme, tyhle dobroty nevedou. Beru zavděk polívkou v předražené restauraci, Ruby dostává vodu. Už nám zbývá jen zastanovat, ale ouha. Červená značka prochází hlubokou tůň a brodit se mi nechce. A hele, je tu ještě jedna,

vede skoro kilometr po výpadovce, než zahne do lesa. Jelikož má zítra celý den přšet stavím stan blízko přístřešku, ať mám jednodušší balení. Ruby dostává kromě granulí za odměnu ještě paštiku. Večer je krásný, ale komáři nás zahánějí do stanu. Je zvláštní, když večer ztichnou ptáci i vítr, tak les bzučí jako vysoké vedení. Že by hmyz v noci nespál?

30 km

7. 7. 2022 čtvrtek

Zatím neprší, rychle balím. Chci si ohřát vodu na vložky, ale sirky jsou vlhké. Snídám patifu s polystyrénem a sirky si strkám do podprsenky. Začíná drobně mžít, déšť se mění v liják. Dnes žádná civilizace, jen pusté lesy, rozlehlé louky a zaniklé vesnice na informačních tabulích. Při vši fantazii si nedokážu představit, že tu jedna vesnička navazovala na druhou a cestu lemovala obdělávaná políčka. Hloupé je, že si v dešti není kam sednout. Po 17 km přicházíme k obědovému přístřešku. Vařím si vodu na polévku, ale s jednou lihovou kostkou jí sotva ohřeju. Drtím mezi zuby tvrdé nudle a zbytek polévky dám raději Ruby. Poslední lihovou tabletu si schovám na snídani a polévku k večeři. Aspoň mám představu, na kolik jídel celá tuba lihu vyjde. Vyrážíme v dešti dál, co taky jiného, když je zima a v botách to čvachtá. Chci se co nejvíce přiblížit k Broumovu, kde se snad zítra naobědvám. A hele, na párezu je lahvička se zbytkem repelentu. Dík. Po 33 km stavím stan u potůčku, ze kterého se vyklube řeka Mže. Vylézá sluníčko a my s Ruby zalézáme uondané do tepla.

33 km

8. 7. 2022 pátek

Ráno se jdu vnořit do Mže. Za ten pocit čistoty to stojí. Máme spulnocležnice. Kousek od nás si večer postavily stan a měly štěstí, že to Ruby zaspala. Skoro celou noc drobně mžilo, i spacák je nechutně vlhký. Ale promočené ponožky a vložky do bot jsem v něm trochu usušila. Stoupám do kopce, snad se rychle zahřeju. Stezka je zničená těžkou technikou, obcházím hluboké rigoly plné vody a raději si dva kilometry zajdu po lepší cestě. V jedenáct jsem v Broumově a paní hostinská kvůli mně otevírá o půl hodiny dříve. Konečně pořádné jídlo. Bramboračka, jehněčí guláš s knedlíky a kávačka s domácím koláčem.

Čeká mě výstup na Dyleň a odtud



Čerchov

je to kousek do úplného středu Evropy. V nohách mám 33 km a kdybych neměla strach o pravou holen, která mě loni vypekla, šla bych nejradši dál.

Hledám skryté místo na stan, ale sotva ho postavím, zaslechnu vrčení auta. A Ruby řafne! Bleskurychle jí sevru čumák, auto projede a za okamžik se pomalu vrací. Jako by někoho hledali. Sedíme jak pěny. Pomalu se uklidňuji a zavírají se mi víčka. Když v tom zaslechnu přímo za stanem ostré šteknutí, ve kterém poznám srnce. Ruby! Šfouchám do ní, a nic. Snažím se harašit, hlasitě tleskám a srnec se našťěstí rozhodne změnit destinaci. A Ruby???

Upadám do neklidného spánku, když mě ve vteřině vzbudí praskání větví a v nepravidelných intervalech vysoké hrdelní ječení. Ruby! Cloumám s ní, i nějaký ten kopanec padne a ona? Dělá, že spí. Spouštím ovčáky čtveráky a do taktu ze všech sil tleskám. Nakonec se to cosi vzdaluje hlouběji do lesa a já až do rána držím bobříka bdění. Zato Rubinka je do růžova vyhajaná.

33 km

9. 7. 2022 sobota

Budím se před sedmou, má začít přšet, rychle balím a vyráží. Ještě odbočit pro minerálku ke Kyseleckému prameni a hurá k poutnímu areálu Panny Marie Loreťanské nad

Hrozňatovem. Jenže to by kousek od areálu nesmělo být hrachové pole. Nakonec se odtrhnu, prošmejším hřbitůvek a těším se na oběd do Hrozňatova. Dnes se celý den soustředím na způsob chůze, protože mě včera zase chytla holen. Je to dřina. A fakt každou nohu pokládám jinak. V nově otevřené pizzerii jsem opět první host. Objednávám si smažák s hranolky, což panu majiteli radost neudělá, jelikož má italského kuchaře. Kdyby mi to řekl včas, dala jsem si pizzu. Do Chebu řepeme posledních 7 kilometrů v hustém dešti, ale vlak nečeká. Cesta končí, v nohách mám přes 210 km. Jako trénink na podzimní přechod Pyrenejí by to mohlo stačit.



Střed Evropy

Kreativní podzim

Tvořit z přírodnin je velký relax, přinášíme vám tip, jak si odpočinout a přitom vytvořit něco krásného, originálního, stylového. Udělejte si chvilku pro sebe a pusťte se do toho!

Text & foto: designérka Martina Krumphanslová,
M ART studio a ateliér Chvadlence Madlene©

Vážka jako živá



Materiál:

- Nažky javorů
- Malé odlistěné větvičky
- Lepidlo nebo tavnou pistoli
- Nůžky
- Vodové barvy
- Štětec nebo popisovače

Postup:

1. Ostříhnete holé větvičky tak, aby na jednom konci zůstaly rozdvojené.
2. Vezměte nažky z javoru, odstříhne-

te z trsu dvojice plodů, které budou tvořit křídélka. Nezapomeňte na to, že vážka má dva páry křídel.

3. Nažky můžete nechat v původním odstínu nebo je natřít barvami či pokreslit popisovači dle libosti. Nechte zaschnout.

4. Pomocí lepidla nebo tavné pistole křídélka na větvičku přilepte. Pracujte ale s citem, křídla vážky jsou velmi křehká, ať je nepolámete!

5. Hotové vážky můžete zavěsit do prostoru, nebo nechat samostatně jako ozdobu, případně je využít jako dekoraci při balení dárků.



Pokreslené listy



Materiál:

- Listy různých barev a tvarů
- Permanentní popisovače

Postup:

1. Barevné listy rozložte na stůl a papírovou utěrkou z nich seřete případnou vláhu.
2. Rozdejte popisovače případným spolutvůrcům a dejte se do práce. Všechno je povoleno: kytky, obrazce, mandaly, tečky, čárky, zkrátka vše, co vás v danou chvilku napadne.

3. Aby se listy časem nekroutily, můžete je vylisovat. (ponechte je na nějaký čas zatížené v pořádně tlusté knize).

4. Ozdobené listy můžete vložit samotné do vázy, zavěsit je jako girlandu do okna nebo na stěnu nebo je využít k dalšímu tvoření, třeba na přizdobení podzimního věnce.



Kytice, která zahřeje (a nezvadne)



Postup:

1. Z příže umotejte klubíčka, velká, střední i malinká. Upevněte je na kusy floristického drátku.
2. Živé květiny odlistěte a zastříhněte, připravte je na vázání kytice.
3. Květiny skládejte do pugétu, prokládejte vlněnými klubíčky a doplňujte dekorativní zelení. Nakonec zavažte lýkem nebo slabší stuhou tak, aby kytice držela pohromadě.
4. Ozdobte dekorativním úvazem ze stuhu.



Materiál:

- Vlnu nebo přízi různého druhu i barev
- Floristické drátky
- Stuha
- Květiny (živé i látkové, je to čistě na vás)
- Doplnková zeleň

Co se zahradou na konci vegetačního roku?

Každý podzim a nástup zimy přináší do naší zahrady spoustu změn. Listí opadává nebo již spadlo, květy pomalu, ale jistě ničí mráz a příroda se ukládá k zimnímu spánku. Dny se zkracují, světla a sluníčka je čím dál tím méně a vše kolem odpočívá. Pro přírodu a zahradu to však není nic depresivního, jak se může zdát. Je to vlastně jen bilancování předchozího vegetačního období, ukládání a sřídání energie na zimu a očekávání dalšího jara. Čím vlastně v tuto dobu zahradě pomoci? Jak ji mohu na zimu nejlépe připravit?

Text & foto: Pavel Matiska, botanik a zahradník

Květinové záhony

Letničkové záhony na zimu vyčistíme, a ideálně zryjeme, abychom ještě zničili co nejvíce ozimých plevelů, které začínají v této době růst. Při té příležitosti půdu přihnojíme např. kompostem nebo základními minerálními hnojivy (Cererit, NPK). Pozor na důležitou věc. Letničky nesnáší přímé hnojení chlévským hnojem. Způsobili byste tím velké problémy s chorobami a škůdci v dalším roce. Pokud na záhoně již máte vysazené dvouletky, nezbývá nic jiného, než přerýtí ponechat až na pozdní jaro, kdy dvouletky dokvetou. Trvalkové záhony je vhodné ponechat trochu svému osudu. Částečně můžete ostříhat zatažené a odumřelé nadzemní části (listy, stonky). U trvalek příliš neplatí pravidlo, mít záhon na podzim krásně vyčištěný. Paradoxně právě zbytky stonků a listů vytváří důležitý ochranný kryt pro kořeny a pupeny, které jsou těsně pod zemí. Vyčištěním záhonů jim tuto ochranu seberete. Trvalky na podzim určitě nekypříme, ale můžeme na záhony přidat trochu kompostu či rašeliny (k těm, které mají rády kyselé pH – kapradiny, ostřice, čechravy, čemeřice, dlužichy, škornice apod.).

Zeleninové záhony

Podzim je čas sklizně všeho, co jsme vypěstovali. Co nezvládneme spotřebovat ihned, můžeme uskladnit v mírně vlhkém sklepě (ideálně ve vlhkém písku) při teplotě 2 – 4° C (mrkve, petržel, celer, červenou řepu, zelí, apod.). Některou zeleninu



můžeme klidně ponechat na záhoně i přes menší mrazíky (růžičková kapusta, petržel, pórek, červená řepa, mangold). Pokud máme ze záhonů vše sklizeno, je vhodné je připravit na příští sezónu zrytím, případně vylepšit zapravením hnoje nebo kompostu. Hnůj (ideálně koňský) ovšem dáváme jen na plochy,

kde budeme pěstovat zeleninu I. tratě (košťáloviny – zelí, kapusta, kadeřávek; plodová zelenina – rajčata, okurky, papriky, dýně; z ostatních také celer, kukuřice, pór). Ostatní zelenina přímé hnojení hnojem nesnáší (cibulové, kořenové a luskové zeleniny). Na podzim se také vysazuje česnek (klidně až v prosinci) u kterého platí pravidlo čím později, tím lépe. Nechceme, aby v teplých zimách příliš narostl nad zem a tím mohl výrazně namrznout v jarních měsících.

Trávník

Zelené travnaté porosty většinou nevyžadují zvláštní pozornost. Určitě je důležité mít na zimu posekáno,



Lístí na trávě by nemělo ležet déle než tři dny.

protože vyšší tráva by přes zimu polehla a začala zahnívat. V tuto dobu již trávníky nehnojíme, aby dobře vyzrávaly a moc nerostly. Pokud jste zastánci chemie, je možné trávníky na zimu ošetřit fungicidy proti plísni sněžné (přípravek Ortiva, mělo by být ideálně nad 10°C), ale není to většinou nutné. Vždy pak záleží na průběhu zimy. Naopak je potřeba pravidelně hrabat listí, aby na trávníku dlouho neleželo (max. 3 dny).

Okrasné keře a stromy

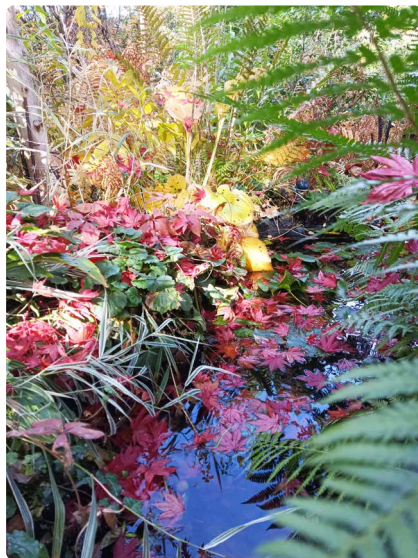


Stromy a keře se zbavují listí a není dobré od nich v tuto chvíli příliš zasahovat řezem. Ponechte to raději až na časné jaro. Stálezelené listnaté (bobkovišně, kaliny, ptačí zoby, hlohyně, apod.) a jehličnaté (jalovce, zeravy, cypřišky, cypřišovce, tisy, atd.) dřeviny je možné ještě prořezávat, ale raději maximálně do konce listopadu. Jehličnany v úzkém tvaru (zejména jalovce) je potřeba před zimou svázat, aby je sních nerozklesával a trvale nepoškodil. Na zimu dřeviny rozhodně nehnojíme ani není třeba výrazně zalévat (maximálně u stálezelených a jehličnatých dřevin v případě, že bude sušší počasí).

Ovocné keře a stromy

Ovocné dřeviny jsou na tom podobně jako okrasné. Je možné ještě prořezávat drobné ovoce (maliny, angrešty, rybíz, josty), ostatní již moc ne. Peckoviny řez v tuto dobu již nemají rády a jádroviny ho preferují až během pozdní zimy a časného jara (únor, březen). Během zimních měsíců (prosinec, leden) je možné k dřevinám přidat uleželý hnůj nebo kompost, případně povápnit. Do jara se vše pěkně dostane do půdy a strom bude růst lépe. Můžeme použít i minerální hnojiva, ale raději až v předjaří, aby je rostliny stihly využít, než se vyplaví (platí to zejména u dusíku).

Jezírka, rybníčky a vodní plochy



Z jezírek vyndejte co nejvíce organického odpadu. Zahnívající listí by mohlo v zimě pod ledem škodit vodním organismům.

Jestli máte na zahradě vodní plochy (koupací nebo okrasná jezírka či malé rybníčky) je nyní správný okamžik odstranit co nejvíce organického materiálu (zejména spadané listí), který se do vody dostane. Kdybychom ho tam ponechali, mělo by to špatný vliv na vodní organismy a rostliny. Pod ledem se díky rozkladu organického materiálu (bakterie ho rozkládají pořád i při nízkých teplotách) a za nepřístupu kyslíku vytváří jedovaté plyny (amoniak, metan), které jsou velice nebezpečné pro veškerý život. Pokud máte v jezírku ryby, určitě je již nekrmte a přes zimu nechte hladové. Nakrmené špatně přežijí zimu (potrava se jim při nízkých teplotách ve střevech zanáší a uhynou). Bahenní rostliny je vhodné sestříhat až na jaře, protože fungují dobře jako výměník plynů

mezi vodou a vzduchem při zamrzlé hladině. Pokud máte nějaký pohyblivý vodní prvek (vodopád, potok), ponechte ho zapnutý co možná nejdéle do zimy, klidně i přes zimu, pokud není výrazný mráz. Dobře to okysličuje vodu a brání anaerobnímu (bez přístupu kyslíku) rozkladu organické hmoty.

A kam potom se vším tím zahradním odpadem?



Ideální odpovědí je „kompostování veškerého bioodpadu“. Kompostování? Co to vlastně je a k čemu je dobré? Určitě stačí vytvořit na zahradě koutek, kam mohou veškerý bioodpad navozit, proložit zeminou a nechat přirozeně zetlít. Výsledkem je pak zemina (kompost), kterou mohou využít na zeleninové nebo květinové záhony. Důvodem kompostování je i energetická soběstačnost zahrady. Co tam naroste, zase vrátím zpět do půdy. Navíc je kompost hodně živý organismus a živí další živočichy, kteří ho využívají. Díky permanentnímu rozkladu, při kterém vzniká teplo, (dokonce i za velkých mrazů) je v kompostu život celou zimu a hojně ho využívají k přezimování i větší zvířata (ježci, ještěrky). Navracená organická hmota v půdě udržuje živiny a sama je díky následnému rozkladu také dodává.

Závěrem bych chtěl všem, kdo se chtějí starat o zahradu, popřát co nejvíce trpělivosti a očekávané radosti z vaší práce. Není nic hezčího, než když se vám všechno povede podle vašich představ a zahrada bude vzkvétat pro vaši radost a radost sousedů. Ať se vám vše podaří a budeme se společně těšit na další vegetační sezónu.

I podzim Lišnici sluší!

Foto: Dominika Rýparová



Foto: Barbora Humhalová



Foto: Martina Krumphanslová

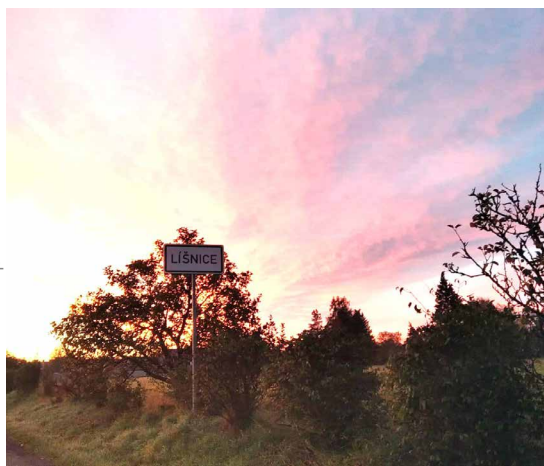


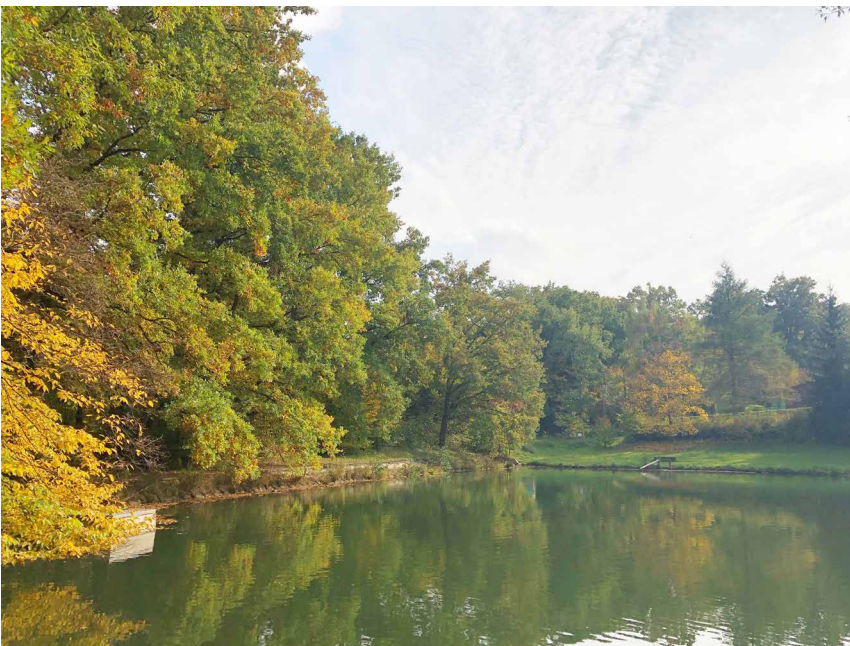
Foto: Dominika Rýparová



Foto: Dominika Rýparová



Foto: Dominika Rýparová

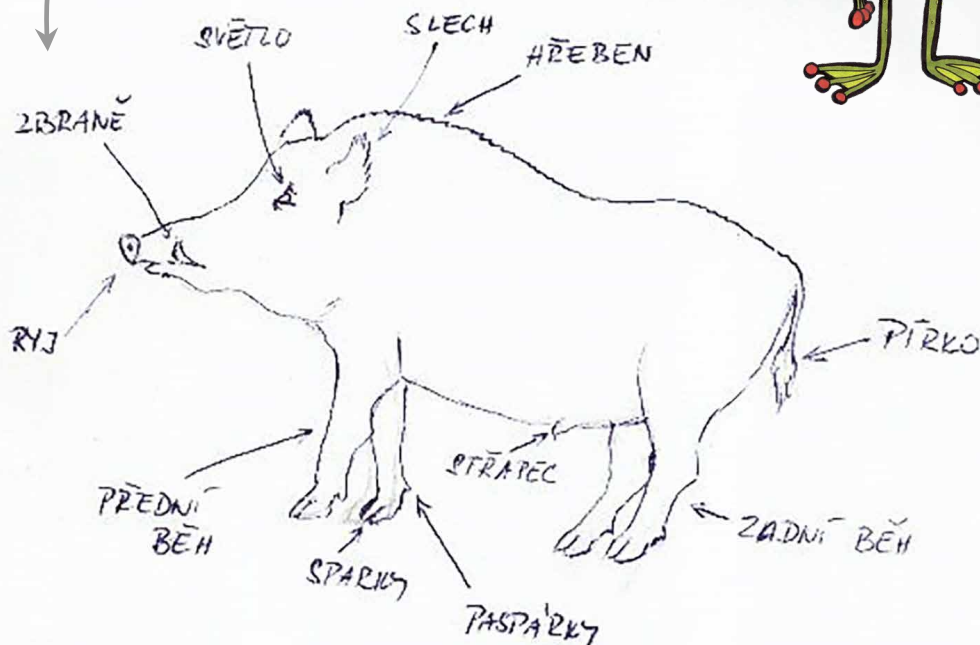


TEST LÁSKY Chcete vědět, jestli vás miluje více vaše žena, anebo váš pes? Stačí je oba na pár hodin zavřít do bedny a ... (viz tajenku).					BRAŠNA	ROZRÝVAT PLUHEM	POTOM	SPZ OLOMOUCE	STRAŠPYTEL		PODPORA	JMÉNO HERCE ALDY	TENHLE	2. DÍL TAJENKY	MALÁ POHOVKA
				ŠTÍHLÝ LISTNATÝ STROM						POSCHODÍ					
				OKOLKY						OLEJAN					
				OBVAZOVÝ MATERIÁL						DOMÁCKÝ OLDŘICH					
								PŘEPADOVÁ JEDNOTKA							
								TRÁPIT							
	NEJNÍŽŠÍ HODNOTA	1. DÍL TAJENKY	TROSKA LÓDI												
			ASIJSKÝ STROM												
VÝSLEDEK MUTACE							MÍČ						DOVEDNOST		
							DĚLIT						ČESKÝ BASNÍK		
JMÉNO ZPĚVAČKY BARTOŠOVÉ						TRAPER						ŽABÍ ZVUK			
						JAK MOC						TERÉNNÍ ZÁVOD			
VÝKLENEK VE ZDI					CENINA						ÁBELŮV BRATR				
					SPÁR						NEVÝRAZNĚ				
BĚLOVESKÁ MINERÁLKA				MOŘSKÁ RYBA						ANGLICKÝ „PYCHA“					
				DRUH LIŠKY						LETITĚ					
MOJI			VÍŘIT SEDLINU						SLOVENSKÝ „SLŮNĚ“						
			VTĚKÁNÍ						ČÁSTI ZAD						
VYROBIT								POKLES						3. DÍL TAJENKY	TĚTÍ
								ZNAČKA KOSMETIKY							
CENT							KMÍNOVÝ LIKER					ANTOUŠEK			
							BAHENNÍ PTÁK					PŘÍTOK LABE			
	ŽEBRO					TRAVINA							SPOJKA		
	PROTIKLAD					DOMÁCÍ ZVÍŘE							ZNAČKA BICYKLŮ		
ŠKRABKA NA PLUH						VOLIÉRY					ARABSKÝ NAČELNÍK				
						PORCE					ÚČTY				
SPZ PEL-HŘIMOVA			PLOD KDOULONÉ							ZPĚVNÍ PTÁCI					JMÉNO PAPEŽŮ
			CHRÁNĚNÍ							ZAKRSLÉ STROMY					
ODDĚLENÍ NEMOCNICE				STANY					HORNÍK						
				KANADSKÝ ZPĚVÁK					DOST						
PRAŠEK Z ČEMEŘICE								HRÁTI NA KYTARU							
								KOLPORTÉR							
	SEMÍNKA							SPOLEČENSKÁ SKUPINA					ZNAČKA EUROPIA		
	FOTEL							SET					JEJDA		
UZENKY						NĚMKA						INICIÁLY BASNÍKA SLÁDKA			
						NOŘIT POD HLADINU						PORÁŽET			
DOMÁCKÝ KATEŘINA					ONY						NÍZKÁ DŘEVINA				ŽÁDNÁ VĚC
					SETNINA						KLOUDNÁ				
OZVĚNY				SLAVNOSTI KOVBOJŮ						KUS HORNINY					
				ZÁSTUP						ŠVÉDSKÁ KLDINA					
ZKRATKA SEVEROVÝCHODU			VZTEK						PRAŠTITI						
			CITO-SLOVCE MEČENÍ						CITO-SLOVCE HUČENÍ						
NIČITI							ČLOVĚK ZBAVENÝ VOUSŮ								
POKRÝVAT OSIVEM							NATE!								POMŮČKA: KYCHAVKA PRIDE PTOSA

Milé děti,
rok se s rokem sešel a je tu opět podzim. 3. listopadu slaví svátek svatý Hubert, patron myslivců. Proto se v tomto čase konají různě po republice hony, slavnosti a mše k jeho počtě. Myslivost je velká věda, kromě toho, že správný myslivec musí vědět mnoho o lese, zvířatech, zbraních i zákonech, používá i vlastní jazyk. Takhle by vám myslivci popsali divočáka:

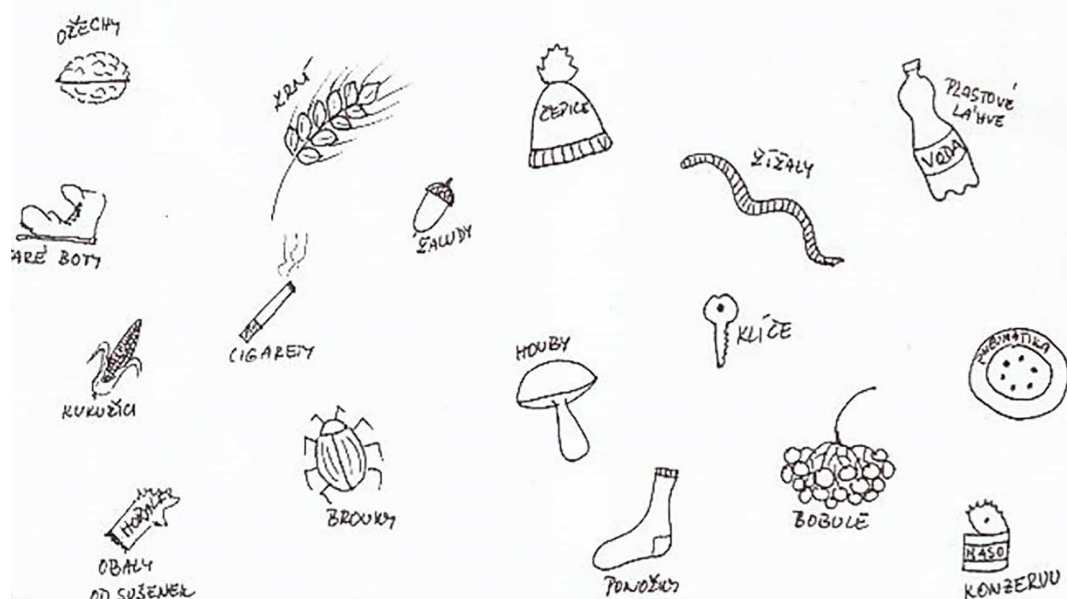


Říká se, že dobré prase, všechno spase. Ale není to pravda. Divočák rozhodně nesežere všechno, co v lese najde. Na čem si podle tebe pochutná a co do lesa vůbec nepatří?



VYBARVI DIVOČÁKA A NAUČ SE MYSLIVECKOU MLUVOU POPSAT JEHO STAVBU.

VYBER Z NABÍDKY, CO BUDE DIVOČÁKOVÍ CHOTNAT:





Takovým symbolem podzimu a přípravy zásob na dlouhou zimu je i veverka. A hehe! Nechala mi tu pro vás vzkaz...

Dost už bylo čtení, co si takhle něco vyrobit?

Ahoj děti,

brzy bude zima. Já si na zimu dělám pilně zásoby, jak jste na tom vy? Sbíráám  a suším si je mezi , Dále hledám  a  různých stromů a bylin. Občas nějaký  či  zapomenou a pak z něj vyklíčí nový . Velkou pochoutkou jsou smrkové , Občas můžete ode mě nějaké ohlodané šišky pod smrkem najít. Nepohrdnu žádným  jsou sladoučké jako . Také sbíráš  na čaj?  na výbornou polévku či  na cukroví?

Měj se hezky veverka Zrzečka.

Podzimní lucerna

Potřebuješ:

sklenici na zavařování

různé listy

tempery

tenký drátek



Postup:

Listy potřís různými barvami a obtiskni na sklenici. Pozor! Vždy počkej, až předešlý otisk uschne!

Nakonec si z tenkého drátku můžeš udělat ucho svítilny; obtoč drátek kolem hrdla sklenice a vytvoř poutko či držátko dle své potřeby.

Je hotovo!

Líšnický zpravodaj PODZIM 2022 Čtvrtletník vydává obec Líšnice (www.obeclisnice.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. Nově také zpravodaj na webu: www.lisnickyzpravodaj.eu.
Redakční kruh: Dominika Rýparová (šéfredaktorka), Tomáš Humhal, Tomáš Fiala, Hana Hrazdírová, Radka Endrlová.
Ilustrace: Barbora Humhalová **Grafické zpracování a tisk:** mirsa.cz. Evidenční číslo periodického tisku: MK ČR E 19173. Náklad: 400 ks. Toto číslo vychází v listopadu 2022.
Informace pro inzerenty: www.obecnizpravodaj.eu

Inzerce

**Chystáte se prodat nemovitost?
Chcete ji prodat bez starostí?
Zavolejte mi, rád přijedu za Vámi.**

RE/MAX
Horizont

Zahod'te své starosti, nabízím:

- Profesionální zpracování prezentace nemovitosti
- Zajištění účinné inzerce na největších realitních serverech
- Férové a profesionální jednání
- Právní servis přes certifikovanou advokátní kancelář
- Bezpečnou úschovu peněžních prostředků
- Předání nemovitosti novému majiteli
- Kompletní servis spojený s prodejem nemovitosti



Jaroslav Pýcha

722 490 490

Váš certifikovaný realitní makléř

Více o mně na www.jaroslavpycha.cz.

V této lokalitě hledáme:

**Rodinný dům
Byt v OV s balkonem
Chatu zděnou i dřevěnou**

jaroslav.pycha@re-max.cz

Srba Servis e-shop

Nové nebo ojeté auto snadno a rychle
z pohodlí vašeho domova

Je to jednoduché

1

Vyberte si a objednejte vůz na našem e-shopu

ESHOP.SRBA.CZ

2

Po vyřízení platby Vám vůz dovezeme **zdarma** po celé ČR

3

A Vy můžete zvesela jezdit

