

LÍŠNICKÝ ZPRAVODAJ

LÉTO 2021



Hurá na kupačku na Spálený Mlýn / Vítání občánků 2019-2021 / Uklidili jsme si Líšnici

Další covidové jaro ve škole a školce / Letní tvoření s Martinou / Prázdninové rady do zahrady



KOMWAG®

Komwag, podnik čistoty a údržby města, a.s.

Odpady

svoz
likvidace
odpadkové koše
zanáška popelnic

KONTEJNERY:

- od 3–30 m³
- všechny druhy odpadu

Čištění

chodníků a ulic
strojní čištění
ruční metení
odstraňování graffiti
zimní údržba
posypový materiál

Zeleň

zahradnické práce
sekání trávy
údržba mobiliáře
ostatní komunální služby



Komwag, podnik čistoty a údržby města, a.s.

Perucká 2542/10, 120 00 Praha 2 • komwag@komwag.cz • www.komwag.cz

tel. Praha: 236 040 000 • tel. Mníšek pod Brdy: 737 242 200

Volejte zdarma: 800 566 924



KÁMEN
ZBRASLAV

BETONÁRNA KYTÍN

**Dodávky čerstvého betonu včetně dopravy
a uložení čerpadlem**

Chouzavá 206, 252 10 Voznice (8 km od Dobříše)

 Expedice 602 727 028

 Dispečink 602 364 639

 obchod@kamenzbraslav.cz

Otevírací doba:

Po-Pá 7:00-15:30

So 8:00-12:00



Vážení sousedé,



opět vás zdravím ze stránek líšnického zpravodaje. Máme před sebou prázdniny a zasloužené dovolené. Věřím, že si toho všeho v pohodě užijeme a že se v sobotu 18. září budeme moci opět potkat na Líšnickém festivalu. Vzhledem k tomu, že situace kolem koronaviru je stále nejistá a nevíme, co bude na podzim, budeme festival připravovat na místní úrovni a jeho program směřovat spíše k společnému setkání doprovázenému hudbou místních a regionálních hudebníků.

Jsem ráda, že se, byť v omezeném rozsahu, na jaře uskutečnily dvě již tradiční akce – Líšnický blešák a Burza výpěstků. Chtěla bych touto cestou moc poděkovat organizátorkám, spolku Matky na tahu a Ženy 50+. Obrovskou radost mi udělalo i Vítání občánků, ale o tom na dalších stránkách...

Přeji vám pěkné a ničím nerušené léto!

Hana Navrátilová



Z úřadu

Investiční akce

S využitím dotace ze Středočeského Fondu obnovy venkova bychom rádi v letošním roce zrealizovali tyto projekty:

- **Oprava parkovacího stání u hřbitova**

Předpokládané náklady cca 500 000 Kč.

- **Workoutové hřiště**

Předpokládané náklady 165 000 Kč.

- **Hřiště pro školku v areálu nové budovy**

Předpokládané náklady 272 000 Kč.

- **Výstavba vodovodu a kanalizace Varadov**

Ze Středočeského Fondu včasné přípravy projektů jsme získali dotaci ve výši 500 000 Kč na přípravu projektové dokumentace na výstavbu vodovodu a kanalizace na Varadově. Celkové náklady jsou ve výši cca 1 100 000 Kč. Práce na projektové dokumentaci budou zahájeny na podzim letošního roku.

- **Rekonstrukce rybníku**

Během prázdnin by měly být obnoveny práce na rekonstrukci rybníku na návsi. Firma, která zakázku na rekonstrukci vyhrála se díky covidové pandemii potýká s nedostatkem pracovníků. Přislíbila ale, že termín dokončení akce stihne. Tato situace nás také velmi mrzí, mysleli jsme si, že na jaře bude náš rybník opravený. Bohužel situace ve stavebnictví obecně je v současné době velmi problematická, navíc se prudce zvedly ceny stavebních materiálů. Toto všechno nás odrazuje od ukončení spolupráce a vyhlášení nového výběrového řízení. Proto prosíme o trpělivost, věříme že se brzy krásného zrekonstruovaného rybníku dočkáme.

Zeleň v obci

V průběhu jara jste jistě zaznamenali práce na úpravě zeleně v obci. Došlo k dendrologickým zásahům, ošetření a prořezání některých vzrostlých stromů. Setkávala jsem se s dotazy, jestli stromy nejsou prořezávány moc, nebo naopak málo. Stromy byly ošetřeny podle posudku paní dendroložky, která všechny stromy pečlivě prohlédla a zkontrolovala.

Co se týče zeleně, je naše obec ve stavu, do kterého se mnohé jiné snaží dostat. Centrum obce je díky našim předchůdcům krásné, zelené a stromy zde jsou majestátní. Naší snahou bude vždy o stromy pečovat a udržovat je v dobré kondici, ke kácením budeme přistupovat vždy, když už nebude jiné možné řešení. Bude-li nutné některé stromy pokácet, vysadíme za ně odpovídající náhradu, abychom vzácné dědictví předali našim potomkům.

Mám radost, že mnozí z vás máte o zeleň v obci zájem, není vám lhostejná a záleží vám na každém stromu. Na druhou stranu se také setkávám i s těmi, kterým stromy vadí, protože jim padá listí do zahrady, či stíní. Chápeme obavy o možné pády stromů a ohrožení nemovitostí v sousedství. Proto velmi dbáme na jejich pravidelnou kontrolu a údržbu. Život ve stínu stromů je příjemný, zatímco život na poušti je skoro nemožný.



Líšnický zpravodaj LÉTO 2021 Čtvrtletník vydává obec Líšnice (www.obeclisnice.eu)

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

Příjem inzerce na adrese: inzerce@mirsa.cz. **Nově také zpravodaj na webu: lisnickyzpravodaj.eu.**

Redakční kruh: Dominika Rýparová (šéfredaktorka), Tomáš Humhal, Tomáš Fiala, Hana Hrazdířová, 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 červenci 2021.

Nový strom v krajině – výsadba lípy

Text & foto: Matiskovi z Osady u Spáleného Mlýna

Stromy ve volné krajině vždy byly a jsou důležitým potkávacím místem a významným krajinným prvkem. Také my, osadníci z Osady u Spáleného Mlýna a obyvatelé Líšnice a Klínce, jsme jeden tento „prvek“ přidali do krajiny. Jedná se o NAŠI společnou lípu srdčitou (*Tilia cordata*), která bude ukrývat a chránit malá tajemství pro budoucí generace, a to nejenom v podobě důležitého krajinného prvku.



Jak to vlastně začalo a proběhlo? V rámci úprav soukromého pozemku, který leží na rozcestí mezi Klínčickou cestou (jducí od hřbitova směrem k chatám, a tím i k Líšnici) a odbočkou do „Osady Údolí

stínů“, se zrodil tento nápad a bylo vybráno ideální „potkávací místo“. Lípa dostala do vínku od každého něco: živný hnůj od kraviček z Klínce (z farmy Trachtových), ornici od nedalekého rybníka (od Kulhánků), který kdysi patřil ke Spálenému Mlýnu, kompost vyrobený zahradníky v Praze a spoustu dalších drobností, včetně tajných přísad, které ale nesmíme prozradit...

Průběh výsadby můžete shlédnout na přiložených fotkách. Jámu vyhloubil bagr, zahradníci navezli hnůj a navezení zeminy a výsadbu jsme již zvládli všichni společně. Každý si přihodil trochu zeminy, děti statečně sešlapávaly výsadbovou jámu, aby zemina po výsadbě příliš nesedala, zakulovali jsme a vytvořili ochranu proti okusu zvěře. Celé „díl-



ko“ jsme pak zalili výbornou vodou ze studánky u rybníka u Kulhánků.

Přejme si všichni, ať se lípě daří. Kdo budete mít cestu kolem, zastavte se. V budoucnu plánujeme i posezení (lavičku) s výhledem do okolí.



Chvála Sysifových dědiců

sousedský fejton

Text: Dalibor Matušinský
Foto: Dominika Rýparová

Některé lidské činnosti, jakkoliv vykonané důkladně, pečlivě a dokonale, nejsou nikdy hotovy. Svě o tom vědí zahradníci, kteří svádějí každodenní boj s plevelem, mnohé zkušenosti mají naše milované manželky, nacházející ponožky či jiné části

oblečení v místech, která jim pro výskyt prádla nepřipadají vhodná či kuchaři, kteří sotva něco naservírují, už aby začínali nanovo.

Jednou z nekonečných prací, ne zrovna lákavou, ale o to potřebnější, je neustálé uklízení odpadků všeho druhu, které někteří lidé, z důvodu, který je mi utajen, pohazují po svém okolí. A právě do tohoto úkolu se na

začátku dubna, bez ohledu na zuřící epidemii a osvěžující jarní déšť, zapojily desítky starších, mladších i úplně nejmladších občanů Líšnice. Přiznávám, že jsem o celkovém počtu brzy ztratil přehled, protože přicházeli stále noví a noví a vyráželi na jednotlivé lokace obce, aby naši vesnici zbavili povalujících se plastů, papírů, skla a všeho, co na ulici nebo do příkopů nepatří.



Bylo vás tolik, že nám nestačily pytle na odpad a pracovní rukavice. Nedali jste se zastavit nízkými teplotami, deštěm, větrem ani kručícími žaludky a zcela nezištně (tatranku pro děti a malou lahvičku vody nelze považovat za odpovídající odměnu) jste sesbírali hromadu odpadků, včetně raritních úlovků, jako je celá kolekce lahví od skotské whisky nebo koloběžka. Po vašem zásahu byla Líšnice jako nová, čistá a ne-



poskvrněná, radost pohledět. Vřelé díky vám všem.

Věřím, že se nenecháte odradit těmi sobeckými jedinci, kteří než aby vhodili prázdnou láhev do kontejneru na separovaný odpad, mrští jí do křoví, plechovky od energetického nápoje se s energií z ní pocházející zbaví vyhozením z okna jedoucího automobilu a obal od brambůrků nechají unášet větrem jako vzpomínku na mládí, a že i příště přijde-



te, abychom si doma uklidili. Za vaši ochotu, o které nepochybuji, vám ještě jednou, tentokrát předem, děkuji.

Neboť jak napsal již kolega Kollár:
Pracuj každý s chutí usilovnou
na národu roli dědičné,
cesty mohou být rozličné,
jenom vůli všickni mějme rovnou!

Ke všem návštěvníkům přírody mám velkou prosbu: nechme žít narozená mláďata

Text & foto: Ing. Jaroslav Novák,
myslivce a člen Honebního
společnosti Čisovice-Líšnice

Na našich polích, loukách a v leších probíhá každoročně intenzivní kladení (rození) mláďat. Než odrostou, ale i poté, na ně čeká v přírodě mnoho životně nebezpečných situací. Ohrožuje je mnoho predátorů. Jsou to hlavně volně žijící dravci, krkavci, lišky a kuny. V posledních letech se po jejich bok řadí velké množství toulajících se psů bez doprovodu, nebo psi, s kterými jejich pán sice jde, ale je mu úplně jedno, co jeho pes puštěný z vodítka v přírodě dělá.

Páníček mnohdy vůbec neví, jestli se pes jenom probíhá, nebo intenzivně honí zvěř, či loví. Jedná se hlavně o zvěř bažantí, zaječí a srnčí. Mláďata v případě kontaktu se psem nemají nejmenší šanci na přežití. Nemůžeme se divit. Vždyť pes je od přírody lovec. Tuto vlastnost má zakódovanou ve svých genech. Na naši lesní a polní zvěř působí mnoho civilizačních tlaků (např. motorismus, zástavba, velký pohyb lidí v přírodě, aj.), které způsobují již několik desetiletí její rapidní úbytek. Všichni přeci chceme, abychom se mohli při procházce v přírodě podívat, jak



Takhle dopadla březí srna s nalitými struky (pár dní před porodem), kterou volně pobíhající psi zardousili v jednom výběhu pro koně v Líšnici

se nedaleko od nás pase srnčí zvěř, či zajíci. Pastvou pro oči jsou nádherně zbarvení bažanti na jaře, kdy u nich probíhá čas jejich lásky, tzv. tok.

Proto vás všechny prosím, abyste v době kladení mláďat, ale i jindy, venčili své čtyřnohé kamarády na vodítku, abyste se pohybovali hlavně po veřejných cestách a nevstupovali na cizí pozemky. Tato prosba patří i vůdcům koní. Na jejich vyjíždkách můžeme také často vidět, že je doprovází volně pobíhající psi, mnohdy mimo vliv svého pána.

Také v případě, že objevíte nějaké

mláďe, a myslíte si, že je opuštěné, tak ho nechte být a v tichosti od něj odejděte, protože jeho máma o něm moc dobře ví a opustila ho jen proto, že jste ji vyplašili. Srna se ke svým srnčátkům vrací několikrát za den, aby je nakojila. Když potom v létě, či na podzim uvidíte dospělou srnu s jedním, nebo dvěma srnčaty (jsou o poznání menší než srna-máma) budete mít radost z nového života.

V přírodě vás může potkat ještě jedna nepříjemnost, která se týká právě vašich čtyřnohých kamarádů. Je to černá zvěř, která přes den odpočívá a je ukryta v porostech na polích, loukách a v leších. Pokud se budete pohybovat po veřejných cestách se svým pejskem na vodítku, je velmi malá pravděpodobnost, že dojde k přímému kontaktu. V případě volného pobíhání může pes zaběhnout do porostu a při setkání s dospělými jedinci to může mít pro psa fatální následky. Je to jen proto, že bachyně brání svá selata i sebe sama. Lesní a polní zvěř je od přírody plachá. Ví o vás na poměrně velkou vzdálenost, a když vás navěští, uteče.

Zamyslete se, prosím, nad tímto článkem. Děkuji!

Věžní hodiny v opravě

Od svého nástupu do duchovní správy líšnického kostela se potýkám s problémy, které líšnické kostelní hodiny pronásledují. Hned v roce 2010 se řešila oprava spáleného motoru, pak elektroniky a zase znovu motoru. Vícekrát jste mě na stojící hodiny upozorňovali a já zcela chápu vaše rozhořčení. Dovolte mi pár slov.

Věžní hodiny na kostele v Líšnici byly slavnostně posvěceny kardinálem Miloslavem Vlkem 4. listopadu 2001. Částka k pořízení byla vysoká a bylo ji možno uhradit jen díky příspěvkům občanů Líšnice a okolí. Hodiny byly instalovány firmou Hainz, která je ležícím odborníkem v tomto oboru.

V současné době hodiny stojí – a to už dlouhou dobu. Firma Hainz zde byla již od března třikrát a stále se zprovoznění nedaří. Byl opět spálený náťahový motor, opraven výrobcem a znovu nefungoval správně. Nyní je objednan zcela nový motor. Jakmile ho firma obdrží, přijde ho nainstalovat.

Ukazuje se, že hodiny potřebují pravidelný servis, a to ne jen promazání, jak bylo původně deklarováno, ale kontrolu správného chodu firmou. Takový servis je zřízen na hodiny



v Mníšku. Pro mě to znamená zajistit přístup na věž, financování servisu provádí městský úřad. Případně mi to tak správné, protože věžní hodiny poslouží všem občanům obce, ne jen věřícím.

Prosím vás ještě o chvíli strpení. Věřím, že se podaří firmě dát hodiny do

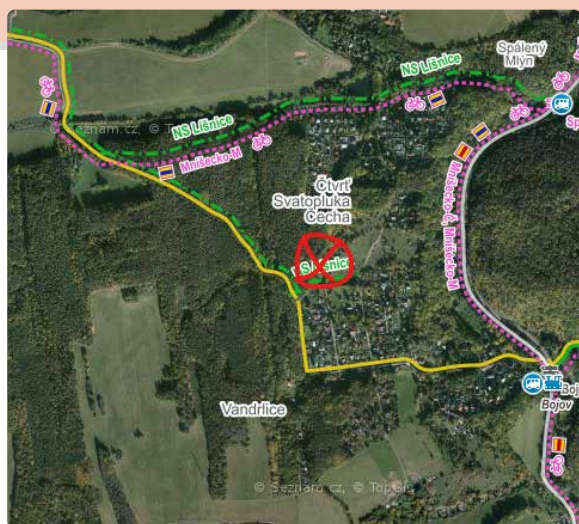
pořádku a ve spolupráci s Obecním úřadem nastavíme takový režim, který zajistí spolehlivý chod i zvonění věžních hodin v Líšnici.

S pozdravem Jan Dlouhý, farář

Černá skládka na Vandřlici: historie se opakuje

Text: Radka Endrlová

Jednu černou skládku se před lety podařilo zlikvidovat, teď se na stejném místě hromadí odpad, který do lesa rozhodně nepatří: suť, kancelářská židle – již odklizená, sklo, plasty, atd. Připomínám, že shromažďování odpadu na místech, která k tomu nejsou určena, je sankcionováno dle zákona pokutou až do výše 50 000 Kč.



1928
GOLFOVÝ KLUB LÍŠNICE



Nabídka pracovního místa:

Golfový klub Líšnice hledá pracovníka na pozici údržba golfového hřiště. Možnost celoročního úvazku.

Náplň práce: sekání trávy, údržba sportovních ploch a pracovních strojů

Více informací na telefonu 725 387 687 paní Kamberská.

Trochu se smočit



Text & foto: Dominika Rýparová

Mít bazén na zahradě je určitě fajn, ale mít ve vsi rybník, kde si můžete zpříjemnit horké dny a ještě každé odpoledne potkat jiné známé, to je fajn ještě víc. Když jsem se v roce 2013 do Líšnice stěhovala, slychávala jsem: „Líšnice je fajn, jen to koupání tam chybí.“ Rybník na Spálenáku skutečně moc lákavě nevydal. Myslela jsem si, že jsem se s postupem let stala odvážnější. Když jsem ale na břehu začala potkávat čím dál tím víc lidí, došlo mi, že to nebude mít na svědomí Japonec Samoseto a začala jsem pátrat...

V roce 2013 do Líšnice totiž přišli i Kulhánkovi. „Prosím tě, hlavně nepiš o nás! O rybníku klidně, ale o nás už se toho napsalo až moc,“ směje se Vífa, vnuk někdejšího majitele pozemků kolem rybníka. Je to docela lákavé ho neposlechnout. Všimli jste si té maringotky na druhém břehu? Těch kamenných zídek? Dřevěných vrátek? Taky vás překvapila studánka v místě někdejší bahnitě kaluže? Tak to všechno je dílo Kulhánkových a dalo by se toho napsat skutečně hodně. Ale slíbila jsem, že zůstanu u té vody.

Když se vyřešily majetkové záležitosti, začal Vífa se svou ženou Luckou trávit na břehu líšnického rybníka čím dál tím víc času. Na jaře začali pravidelně čistit dno od bahna a přidávat do vody bakterie, které (naprosto bez chemie a špatných vlivů na život v rybníku i kolem něj)

nedovolily sinicím zabrat vodní hladinu. „Dlouho jsme to dělali vlastními silami, za podpory známých. Loni jsme zkusili poprosit o pomoc s jarním úklidem na Facebooku obce. Přišlo pár lajků, ale osobně nedorazil nikdo. Letos jsme to zkusili jinak – celou zimu se sem chodila otužovat spousta lidí, tak jsem vytisknul plakátky a dal je na místa, kudy chodili do vody. V den D jsme navařili boršč a spoustu čaje, ale ráno bylo zamračené a studené a nikde nikdo,“ líčí jarní úklid Vífa Kulhánek. Kolem desáté se ale dobrovolníci začali scházet. „Bylo to úžasné, přišlo snad 30 lidí a za chvíli bylo hotovo. Patří jim obrovský dík,“ doplňuje ho jeho žena.

Bahna je také rok od roku méně – podařilo se obnovit záchytný rybníček nad horní hrází, který zastaví příliv hlíny a listů při silných deštích, a bakterie likvidují účinně veškerý rozkládající se materiál na dně. Rostlinný i živočišný. Rybník

je totiž bohatě obydlený amury, okouny, škeblemi a dokonce i několika kapry.

Přibýlo i zpevnění břehů a vstup do vody – proto je v rybníku zakázáno plavit koně. „Po každé koňské koupačce břeh citelně ubyl. Proto jsme to zakázali,“ vysvětlují Kulhánkovi. K luxusu přispívá i nedaleká studánka s pitnou vodou a vlastní „toitoika“. Její původ není zrovna poetický – majitele vedly k jejímu zřízení neustálé smrduté pozůstatky po rozpořehovaných plavcích. „Koupil jsem přes kamaráda repasovanou budku, dohodl jsem se s obcí na zajištění servisu a je po problému,“ směje se Vífa.

Nabízí se otázka, proč to prostě dělá. Tolik práce, starostí, financí. „No... aby to tu bylo hezký, ne?“ Kdysi mi někdo řekl, že nevěří na tyhle nezištné dobré skutky. Sedím ve stínu starých stromů, za mnou se leskne hladina rybníka, kolem září barevná mozaika rozličných květů, v plecháčku od Kulhánkových dcery Magdy mám vodu ze studánky, je mi dobře a věřím, že dobří lidé jsou a vždycky budou.



Líšnický blešák potřetí

Text & foto: Matky na tahu

Přes nepřízeň počasí, školku uzavřenou kvůli koronaviru i vrtkavá vládní nařízení se v květnu povedlo uspořádat třetí ročník líšnického blešáku. Letos se nám dokonce podařilo jednu z líšnických „tažných“ matek přesvědčit k rozjezdu vlastního občerstvovacího stánku a věci sebrané v tradičním stánku „Hadrárna“ dostaly ještě druhou šanci hned následující den v Černolicích a nakonec putovaly na charitu do Berouna.

Další novinkou bylo i konání na hřišti za školou, protože náves okupovaly v sobotu 22. května kontejnery na velkoobjemový odpad. Přestože to znělo jako dobrý plán, že by lidé před vhozením do kontejneru nabídli své poklady druhým, líšnická náves by automobilový provoz, deky s bleším sortimentem a všetečné děti skutečně nepojala. Nakonec i staré ledničky a matrace by příliš odváděly pozornost od méně atraktivních ceností, proto jsme tábořiště nechaly rozbit za školou.

Účast odpovídala očekávání – tak nějak přiměřená situaci, žádné nebezpečné davy. Reakce sousedů byly rozporuplné, někdo nadšeně vítal možnost promluvit s reálnými stvořeními nad rámec vlastní rodiny, někdo se obával šíření viru z čerstvě zavřené školky a i my samy jsme od objevení čtyř případů covidu mezi školkáčky intenzivně řešily, zda akci neodpískat. Vzhledem k tomu, že už vše bylo zařízeno a děti školkou povinné (letos spíš podarované) do soboty prošly testováním a zůstávaly ve čtvrté školkové karanténě (na kterou plynule navázala pátá a další test), rozhodly jsme se akci uspořádat a nechat rozhodnutí na zodpovědnosti všech dorazivších.



Máme dojem, že se podařilo. Virus se v nových rodinách nerozšířil ani nepotvrdil, dětský hrnčířský kruh, kabát Hugo Boss i sbírka Pokémonů našly nového majitele a mnoho návštěvníků odcházelo s nečekanými úlovky zdarma. K dostání byly i kouzelnické hůlky, obří netřesky, sazenice rajčat či historické kabelky. Když akce v poledne končila, bylo vidět jen spokojené tváře a plné ruce. A přesně to jsme měly v plánu!

Tak zase za rok!



PS: Děkujeme paní Monice Perkové, že se nebála a na vlastní náklady zřídila párkovač. Doplnila tak oblíbené palačinky od Andrey Rákosníkové o slaný ekvivalent. Perkapárky, jak jim pracovně říkáme, měly úspěch.





Líšnice v obrazech



ilustrace: Barbora Vodáková

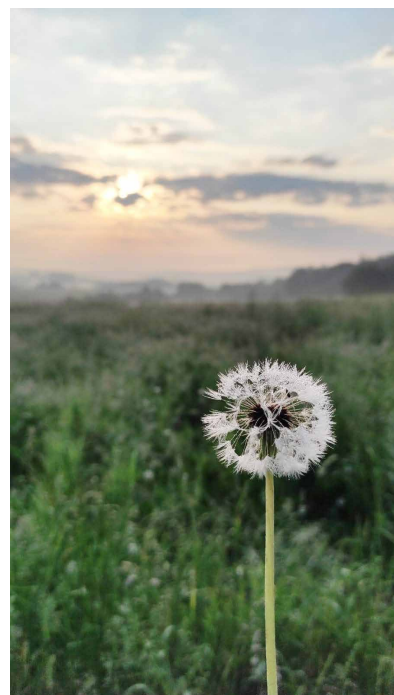


foto: Barbora Humhalová

Vítání občánků po coronavirové pauze

Text: Hana Navrátilová, starostka

Foto: archiv obce

Ve čtvrtek 17.6. jsme mohli po dvou letech konečně opět zorganizovat Vítání občánků. Během té doby se v Líšnici narodilo 22 dětí, za což jsme moc rádi. Vítání se uskutečnilo v areálu nové školy na zahradě školky. Vzhledem k počtu dětí jsme je rozdělili na dvě skupiny podle věku dětí. Setkání to bylo moc příjemné a milé. Někteří rodiče přislíbili svou účast i na příštím Vítání! Tak jenom doufáme, že to nebude zase za další dva roky a že se situace zlepší natolik, abychom toto krásné přivítání nejmenších občánků Líšnice mohli organizovat každý rok, nebo i častěji, podle počtu našich novorozeňátek...



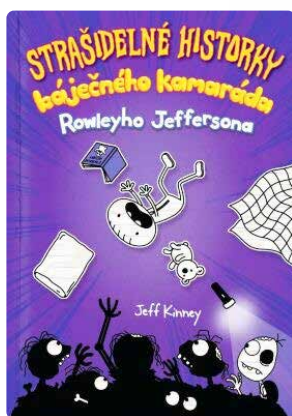
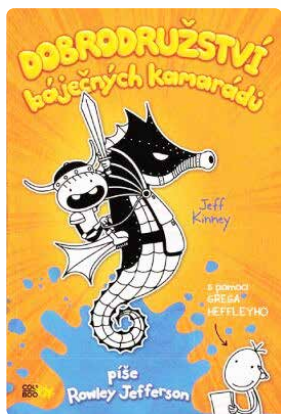


Knihovní novinky

Vážené líšnické čtenářky a čtenáři,

věřím, že poslední krátkodobé uzavření knihovny bylo už konečné a že už nebude nutné knihovnu zavírat.

Na několik posledních týdnů před prázdninami chodily do knihovny i děti ze školní družiny. Mohly si vypůjčit volné pokračování oblíbené série příběhů autora Deníku malého poseroutky. Americký spisovatel **JEFF KINNEY** pokračuje ve veselých historkách i v novinkách **DOBRODRUŽSTVÍ BÁJEČNÝCH KAMARÁDŮ** a **STRAŠIDELNÉ HISTORKY BÁJEČNÉHO KAMARÁDA ROWLEYHO JEFFERSONA**. Tyto knihy se určitě hodí i na čtení o prázdninách.



Pro dospělé čtenáře nedávno vyšla kniha vzpomínek na oskarového režiséra Miloše Formana od jeho ženy **MARTINY FORMANOVÉ** s názvem **NALAKUJ TO NARŮŽOVO**. S pomocí deníku zpracovává svůj smutek a prázdnotu ze ztráty člověka, po jehož boku strávila dvacet tři let a s nímž vychovala dva syny. První zápis je ze srpna 2018, poslední z pandemického února 2021. S nadsázkou, sebeiro-

ní a upřímností autorka popisuje cestu k zotavení. Kniha obsahuje bohatý fotografický doprovod.

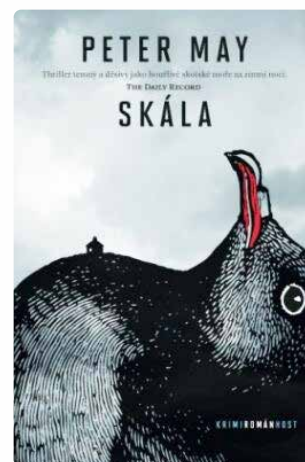


Od **ROBERTA BRYNDZY**, známého autora detektivek, vychází tentokrát kniha úplně jiného žánru, v níž autor dokazuje, jak dokáže být vtipný. **NE TAK ÚPLNĚ SOUKROMÉ E-MAILY COCO PINCHARDOVÉ** líčí, jaké to je, když po čtyřicítce začínáte úplně znovu.



Na závěr výběru novinek alespoň jedna detektivka od skotského novináře a spisovatele **PETERA MAYE** s názvem **SKÁLA**. Dějištěm detektivního románu je skotský ostrov Lewis, drsné odlehlé místo, bičova-

né větry, pokryté vřesovišti. Na ostrov přijíždí nedávnou ztrátou syna poznamenaný detektiv Fin Macleod, jenž prožil na ostrově dětství a teď se má podílet na vyšetřování brutální vraždy. Je to napínavý příběh o temnotě lidských duší a o tom, jak je obtížné uniknout minulosti.



Přeji všem dětem příjemně prožité prázdniny a dospělým dovolené. Když si přijedete vypůjčit na léto knihu, budu ráda. V létě, od 1.7. 2021 do 31.8. 2021, bude knihovna otevřena každý pátek od 17.00 do 19.00 hod.

Helena Žbáňková, knihovnice





Jaro v líšnické školce a škole

Text: Mgr. Alena Fialová,
ředitelka ZŠ a MŠ Líšnice

Foto: archiv školy a školky

Konečně spolu! 30. dubna 2021 jsme se konečně po dlouhé době mohli potkat zase všichni ve škole a ve školce. Vybaveni rouškami, respirátory a antigenními testy jsme se s radostí pustili do práce. Děti se na školu i na sebe navzájem nesmírně těšily, po vyučování nechtěly odcházet domů a z počátku, kdy se v základní škole učilo ještě rotačně, ukápla dokonce v pátek nějaká ta slzička, že se zase jde na týden domů...

Počáteční strach z testování byl úplně zbytečný. Dodnes bývá ve škole pondělí tím nejoblíbenějším dnem právě proto, že se ráno testujeme. Z dětí se stali zdatní mladí chemici a jsou tak šikovné, že by mohly okamžitě začít pracovat v odběrovém centru.

Ve školce to žije

Ve školkách se testovalo jen z počátku, když byly otevřené pouze pro předškoláky. Po úplném otevření mateřských škol se od testování malých dětí upustilo, možná i proto se nám nákaza v měsíci květnu rozšířila v obou třídách MŠ a museli jsme opět na dva týdny zavřít.

Nyní je již našťěstí vše v pořádku a školkáčci si zase vesele hrají ve školce a užívají si prázdninový provoz a vzpomínají na společné vý-

lety. Kromě výšlapu na mníšeckou Skalku, výletu na farmu či celodenního putování po Zvířátkově si školkáčci užili i úžasné koloběžkové závody. Paní učitelka Bára Brožová a slečna učitelka Linda Veberová stihly ke všemu i dokončit svá odborná studia (obě s vyznamenáním!), a tak je jaro ve školce opravdu veselé. Všem školkáčkům přejeme pevné zdraví a našim milým kolegyním ze srdce gratulujeme!



Slečna učitelka právě složila státní zkoušky

Škola naživo

Ve škole se paní učitelky i děti pustily do práce s obrovským elánem. Všem nám chyběl osobní kontakt



Pátáci zpracovávají konec světové války

a nikdo již nechtěl hledět do monitoru a poslouchat své kamarády a paní učitelku jen přes mikrofon. Kromě běžné výuky se ve třídách rozjely i různé projekty, jelikož ty tvoří osu našeho badatelského přístupu ke vzdělávání. Se staršími dětmi jsme různé projekty realizovali i během distanční výuky, kdy žáci spolupracovali v on-line skupinách, ale naživo je to prostě naživo.

5. ročník se v květnu zabýval koncem 2. světové války. Žáci podrobně zpracovávali téma Pražského povstání či příběh Nicholase Wintonna. Ve 4. třídě se děti učí o středověku, o životě na hradech, ve středověkých městech a na vesnicích. A tak nyní zpracovávají tematiku středověké Líšnice a objevují pomocí naučných stezky, kronik a článků ve zpravodajích kouzlo lokální historie.



Koloběžkové závody ve starší třídě MŠ

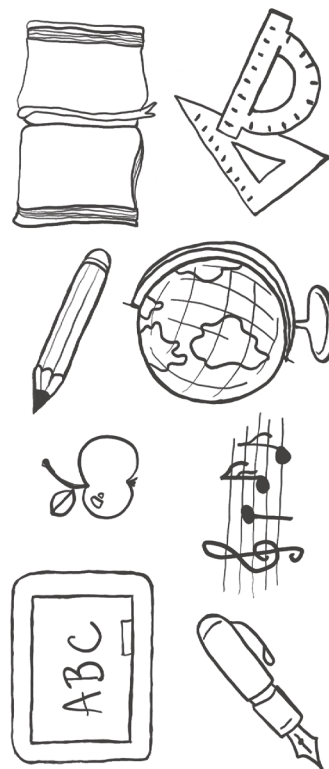


Historie Líšnice nás baví

Druháčci se snažili v rámci celoročního projektu Cestování časem najít rozdíly mezi hrady a zámky a prvňáčci napsali svůj první dopis páfákům ke dni dětí. Snažíme se učit co nejvíce venku, kde nejen sportujeme, ale také se plnohodnotně učíme a výtvarničíme. Plně jsme obnovili i činnost družiny, kde jsme společně oslavili Den dětí, vyšli jsme si na výlet do Klínce či opekli buřtíky u kamene.



Rádi se učíme venku



První dopis prvňáčků

U nás ve škole a ve školce se život začíná vracet do normálních kolejí. Jsme za to nesmírně vděční a věříme, že se situace bude měnit už jen k lepšímu a k lepšímu. Totéž přejeme i všem čtenářům a k tomu ještě hodně zdraví, veselou mysl a krásné léto!



Výroba hradu byla zábava



Den dětí jsme oslavili zmrzlinou!

Kalendář: Léto v zahradě

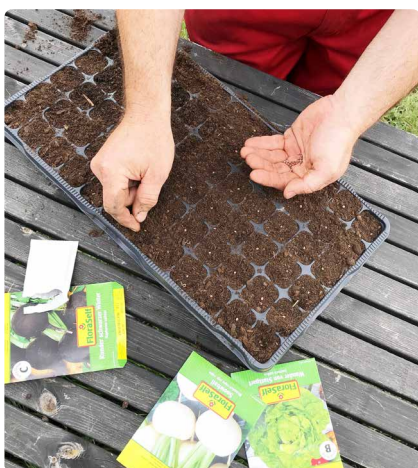


Text & foto: Tomáš Trejbal, Přírodní zahrady

Letní měsíce v zahradě jsou o sklizni a zpracování úrody a hodně o péči a údržbě. Málo se ovšem ví, že se i v létě dá sít hodně druhů zeleniny a sázet tak na místa uvolněná po první úrodě. Co nás čeká a co dělat v létě v ovocné, zeleninové, ale i okrasné zahradě?

Vyjmenovat, co vše se v létě ze záhonů sklízí, by vydalo na dlouho. Teď jsme sklídili poslední saláty jahody, maliny, rybíz a spoustu dalšího. A už se nezdáříteblíží období rajčat a cuket na všechny způsoby.

Tip: Jak ze záhonů sklízíme, postupně doséváme plodiny pro další vlny sklizně. Buď přímo na uvolněné místo, nebo s předstihem do sadbovačů.



V červenci se dá sít asijská listová zelenina (Mibuna, Mizuna, Pak Choi a další), fazol keříčkový, fenykl bulvový (sladký), květák, mangold, mrkev a ředkev.

Záhony udržujte bez plevelů, okopávejte a zalévejte. Plevel představuje konkurenci pro rostliny, které v záhonu chcete pěstovat. V průběhu léta záhon okopávejte. Jednak tím pádem plevel nenecháte růst, ale hlavně narušíte kapilární cesty, kterými se ze záhonů odpařuje voda.

V letních dnech potřebují citlivé rostliny vodu téměř každý den. Ideální na zalévání je dešťová voda. Pokud máte studniční, případně městskou, je lepší ji nechat před zaléváním odstát.

Tip: Zalévejte brzy ráno, případně později večer. Rostliny by při denní záливce dostaly teplotní šok, zastavily by se v růstu, případně by úplně zašly.

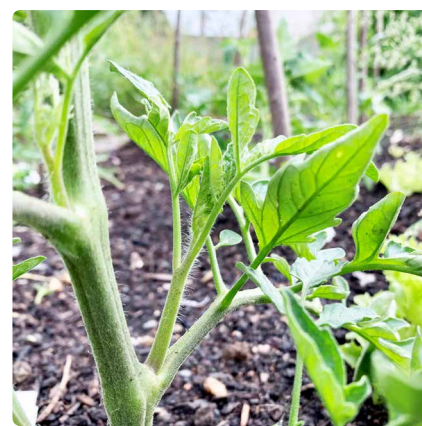
Tip: Stromy a keře zalévejte méně často, ale vydatně. Častěji zavlažujte čerstvě zasazené dřeviny. Ty zakořeněné to bez záливky většinou zvládnou. Zaléváním pomáháte zakořenění a růstu rostlin, ale i v množství plodů, které rostlina udrží.

Tip: Mulčujte! Mulčování je pokrytí prostoru záhonu nebo kolem rostlin vrstvou organického materiálu. Může to být kůra, dřevěná štěpka, sláma, tráva ze sekačky, nebo

řeba rozdrčené šišky. Vrstva mulče snižuje ze záhonu odpar vody a omezuje růst plevelů.

U tyčkových rajčat průběžně vylamujte boční výhony - zálístky. Jedná se o výhony, které vyrážejí nad listy, rostlinu vysilují a zbytečně zahušťují. Chcete, aby co nejvíce energie šlo do násady nových květů a plodů. Zahuštěné rostliny jsou také častěji napadány plísní.

Tip: Zálístky vylamujte, jakmile dorostou do velikosti 4-10 cm. Držte



rostitně jen jeden hlavní výhon.

Tip: V průběhu léta rajčata zbavte listů ve spodní části rostliny. Opět vám to pomůže k větší vzdušnosti a oddálíte napadení plísní.

Jakmile už se začne plíseň na rajčatech objevovat, zbavte rostlinu napadených listů a připravte si postřík z mléka a vody namíchaných v poměru 1:10, který na plíseň funguje výborně. Počítejte jen s tím, že přírodní postřík je potřeba alespoň dvakrát opakovat.

V červnu až červenci je ideální čas na řez ořešáků a jedlých kaštanů. V tomto období už z ran neróní tolik



mízy a řez se stačí zahojit do zimy, aby nehrozilo namrznutí stromu, případně vstup houbových onemocnění.

Tip: Veškeré rány ošetřete stromovým balzámem, nebo štěpařským voskem.



V průběhu léta po odplození je potom ideální čas na řez peckovin (třešně, višně, meruňky, mandloně, broskvoně, švestky, blumy, pološvestky a další slivoně.

Tip: U meruňky je ještě lepší provést řez v červnu. Bude mít vyšší násadu květů v příštím roce.

Přibližně ke konci června až začátku července probereme plody ovocných stromů.

Tip: U stromků, které jste zasadili teprve na podzim, nebo na jaře nenechávejte plody žádné, aby se zbytečně nevysilovaly.

Tip: Jabloně (hrušně) probírejte, jakmile mají plody v průměru asi 2 cm. Odeberte všechny malé a poškozené a ty, které rostou ve dvojici. Plody na stromě by měly být od sebe asi po 10 cm.



Léto je období množení bylinek dřevitými řízkami. Množit tak můžete třeba rozmarýn, tymián, yzop, saturejku, nebo třeba myrtu. Stačí uříznout asi 10 cm dlouhý kousek větvičky - řízek, dát ho do vody, nebo ještě lépe do malého květináčku se substrátem.

Přes celé léto se dají kupovat a sázet keře a trvalky. Pohlíďte si jen, aby měly dost vláhy a nepřeschly vám. Při zasazení rostliny z květináče na zahradu je třeba ji zalévat každý den a nejlépe i přistínit.

Tip: Lepší je s výsadbou počkat až na konec léta, kdy teploty klesnou na snesitelnější úroveň.

Na konci léta se snižujícími se teplotami zakládáme také nové záhony pro okrasné trvalky i zeleninu, zakládáme trávníky nebo květnaté louky, jejichž doba se hezky vrací.

Ať vám vše roste, máte úsměv na rtech a hlinu na rukou!

Tomáš Trejbal, Klíneč



Propagátor permakultury a přírodních zahrad, přední muž Klubu přírodních zahrad, který umí nejen dobře poradit, ale takovou zahradu i navrhnout. Nově vede i kurzy pro zahradnické nadšence a spustil projekt Jedlý balkon i pro městské pěstitele.

www.prirodnizahradytrejbal.com

tomas.trejbal@live.com

+420 720 755 506



Jak dát žumpě druhý život

Foto: Denisa Čermáková

Máte na zahradě nevyužitý starý septik? Máte? A co si z něj udělat sklep, nebo možná ještě lépe zahradní jezírko/biotop, tak jak to například udělali naši sousedé z růžové bytovky. Zeptali jsem se jich, jak na to.

Co vás inspirovalo k tomu, aby ze septiku vzniklo jezírko?

Bohužel zahrada v zadní části bytovky nebyla vůbec líbivá a navíc má trochu nudný tvar obdélníku. Dlouho jsme přemýšleli, co vlastně s ní. Pak jsme jednou při kopání trávy narazili na starý, již delší dobu nevyužívaný, septik a říkali si, že bychom jej mohli využít. Známi nám říkali: "Udělejte z něj vinný sklep!", ale s ohledem na naše zdraví, jsme zvolili raději jezírko, které bude navíc sloužit pro sběr dešťovky ze střechy bytovky na zalévání zahrady.



Jak dlouho vám trvala celá stavba?

Asi rok - začínali jsme s bouráním v dubnu 2020 a pak dál podle počasí a ročního období.

Na kolik vychází takové jezírko?

Tak to je obtížná otázka. Na klíč to může být i přes půl milionu. My jsme si to naše dělali v podstatě sami. Požádali jsme tedy o pomoc s odtažením několikátunových překladů jímky našeho souseda Karla Kabrnu a hydroizolaci dělala odborná firma

pana Vostárka, rybniky.cz, která již jedno jezírko ve vesnici dělala, takže jsme i viděli, jak to ve finále vypadá (můžeme ji vřele doporučit, dokonce teď pracují na novém pavilonu goril v pražské Zoo). Ale jinak je vše poctivě „home-made“. Pohybujeme se okolo 150 000 Kč.

V rohu stojí nějaký domeček...

Ano, to je technická místnost pro filtrační zařízení. Ale má mnohem víc funkcí. Je v něm podzemní sklípek

na ovoce a zeleninu a říkali jsme si, že jej využijeme i jako domeček na hraní pro dceru. Také se nám vždycky líbily skalničkové střešní zahrady, které jsou dost finančně náročné, tak alespoň takto můžeme mít malý kus doma.

Plánujete ještě něčemu dát recyklační život po životě?

V Líšnici asi už ne, ale předěláváme poblíž starý včelín na chatu. Je tedy pořád co dělat.

Sezóna cyklistiky je v plném proudu Je to sport vhodný pro každého?

Text & foto: Mirka Engelová, www.elementpohybu.cz



Pozice, kterou na kole zaujmeme, funguje podobně jako předklon. Hrudník a pánev se k sobě přibližují a páteř se stáčí do tzv. C oblouku. Dolní končetiny jsou neustále pokrčené, tedy zaujímají tzv. trojitou flexi, která je typická pro kročnou fázi při chůzi. Ramena a lopatky mají tendenci putovat dopředu. A to nejlepší na závěr: pro lepší orientaci se hlava a krční páteř dostane do záklonu. Co vám tato pozice připomíná? Ano, to jak sedáváme v kanceláři u stolu.

Pokud je vaše zaměstnání sedavé, při cyklistice jen vyměníte židli za sedlo. Pozice však zůstane stejná s tím rozdílem, že pracují nohy, v pokrčení a ve zkrácení. Neustálé zkracování a přetěžování jedné části ovlivní celkové držení těla a to můžete pocítit bolestí krční páteře, beder, zad, ramene, karpálních tunelů, hlavy atd.

No a co teď?

Aby tělo regenerovalo potřebuje kompenzace. Pokud celý den sedíte v předklonu je fajn si vybrat sport, kde spíš tělo napřimujete a podporujete extenzi dolní končetiny – tedy její zanožení, tzv. stojnou fázi.

Jenže cyklistika je sport oblíbený. Dokáže nahradit i jízdu autem. Tělo vyplavuje adrenalin. Pohyb na čerstvém vzduchu. Je to nádhera.

Jak na kolo, aby bylo k užítku i tělu?

Jednoduše. S přípravou. Platí tu stejné pravidlo jako před během. I před nasednutím na kolo se protáhněte! Pokud sem tam popojíždíte, striktnost je menší, ale i tak vám cviky rozhodně neuškodí, ba naopak.

1. Pánev

Rozhýbat pánev je základ. Často je na kole stočená sedacími kostmi dopředu (to když jsou záda ohnutá do zmíněného C, pánev je vlastně podsazená). Jenže vy potřebujete sedací kosti natočit lehce dozadu a dolů (tak, aby směřovaly šikmo dolů) a pomůže vám náklon těla. Tím napřímíte bederní páteř a bedra získají stabilitu. Pozor na velké prohnutí v bedrech! Pojďme ji uvolnit:

Ruce na pánev (trny kyčelní) a naklopte ji lehce dopředu a dozadu. Pánev se stáčí kolem kyčle. Postupně rozsah zmenšete až najdete svůj střed (neutralitu). Když sedíte na kole, cílem je neutralitu udržet i v náklonu.

Teď začněte pánev stáčet dopředu a zároveň krčte nohy, páteř je napřimovaná a jako celek se dostane do lehkého náklonu. Jste v pozici sedu na kole.

2. Hrudník

Při jízdě na kole je typická pozice do zabalení. Proto je důležité hrudník lehce rozpohybovat. Začít můžete

pohybem rukou – kroužíte jimi. Po té lehce podřepnete, ruce dáte na stehna, lehce se odtlačíte a vyhrbíte, po té napřímíte, jako skokan na lyžích. Vyrolujete nahoru, chodidla zapustíte do podložky, jedna ruka za hlavu, druhá pod spodní žebra a půjdete do lehkého záklonu. Hlídáte bedra, ta nejdou do zkrácení. V závěru napřímíte – představte si teleskopickou tyč, která od středu páteře stoupá nahoru a zároveň klesá dolů.

Při samotném sedu na kole si představujte, že se chce vaše hrudní kost podívat dopředu, ale spodní žebra musí zůstat schovaná pod tričkem. Lopatky se chtějí roztáhnout a lehce zajet dolů k pánvi. Pokud vnímáte aktivitu pod spodním úhlem lopatky, máte vyhráno. Trapézky jsou volné.

3. Dolní končetina a chodidlo

Volnost kotníku je pro oporu nezbytná. Proto než si obujete boty, je fajn s nohou lehce zakroužit, přejít přes srolovaný ručník, míček. Kolena při jízdě směřují dopředu.

4. Napřimění

Po jízdě na kole je dobré se na 5 min položit na záda a prodýchat oblast kolem páteře. Zároveň nechte tělo jakoby těžknout do podložky. Při náročnějším či delším tréninku je dobrou kompenzací procházka.

Pokud jste vášniví cyklisté, určitě nepřestávejte. Pokud chcete ale mít z jízdy na kole dlouhodobé potěšení, kompenzace je prioritou. Denně stačí 5-10 min.

Letní tvoření

Text & foto: Martina Krumphanslová

Horké, letní dny jsou tady. S nimi přichází i žně. V krajích posekaných polí, tam, kam se stroje nedostanou, najdete úplné zlato. Obilné klasy, pozlacené sluncem. Ať už si přinesete domů, pšenici, žito, oves nebo ječmen, z každého klasu se dá vykouzlit dekorace, co vám připomene léto na hodně dlouho! Zkuste například...

...Zlatavý věnec

Takový letní krasavec poslouží jako skvělá dekorace i v moderních interiérech. Pokud ho však přizdobíte v rustikálním stylu, rozjasní i vaši chalupu či domek.

Budete potřebovat:

- Klasy, snopy obilí
- Floristický drátek
- Zahradnické nůžky
- Přízdoby na věnec dle fantazie (pentle, květiny,...)
- Slaměný základ (koupíte hotový, nebo ho vytvoříte sami - stočte snop slámy do kruhu a omotejte provázem nebo drátkem)



Postup:

1. Na slaměný základ upevňujte pomocí floristického drátku, jednotlivé malé snopy z klasů a fixujte je postupně na slaměný základ
2. Klasy obilí přikládejte střídavě na strany základu a na střed. Pěkně kolem dokola, hustě.
3. Až budete mít klasy po celém obvodu, umístěte na věnec stuhu nebo rezný provázek. Poslouží k pohodlnému zavěšení.
4. Hotový věnec pěkně vystavte na obdiv okolí. Já ho mám zavěšený i jako poděkování naší přírodě, za to, že s námi lidmi, má v mnoha případech svatou trpělivost



Nebeská váza

K létu patří stejně jako zlatá pole i blankytné nebe. To přesně se stalo inspirací pro proměnu starého nevzhledného sádelníáku ve skutečný interiérový skvost...



Budete potřebovat:

- nádobu na přetvoření
- vodou ředitelné barvy (odstín modrá, bílá)
- rukavice
- štetce a houbičky na mytí nádobí

Postup:

1. Omyjte nádobu a osušte ji.
2. Pomocí štětce a jednoho odstínu barvy překryjte plným nátěrem celý povrch nádoby. Nátěr nechte uschnout.
3. Následně pomocí štětce a houbičky nanášejte vrstvy druhého odstínu a překrývejte nerovnoměrně základ tak, aby propojením obou odstínů vašich základních tónů vznikly i půltóny.
4. Své dílo nechte uschnout a mezi tím přemýšlejte, čím vše dodekorujete. Fantazii se meze nekladou. Taková krása nebeská, totiž může zdobit i moderní domov!



M ART- studio

Neboli **M art** ina Krumphanslová je interiérová dekorátérka a stylistka, která spolupracuje s časopisy o bydlení i tvoření. Má ráda **moderní minimalismus, skandinávský design, i rustikální styl**. Interiéry doplňuje autorskými dekoracemi i nábytkem. Kromě jiného je také floristka, švadlenka, čalouník. Nebojí se vzít do ruky brusku ani vrtačku. Je to člověk s citem pro útulno a krásno. Když před Martinu postavíte obyčejnou věc, ona z ní vykouzlí věc zcela jinou, neobyčejnou, originální. Mezi její interiérové projekty patří například Kafe Plechofka v Mníšku, kde v šedivém industriálním prostředí nedaleko benzínové stanice, vykouzli oázu klidu. Více najdete na webu ateliéru chvadlene-madlene.cz a martstudio.cz nebo na facebooku M ART studio.

S partou na Madeiru nebo sama na Mallorcu?

Bohužel nemám na výběr

Cestování s Vilmou



Text & foto: Vilma Tůmová

Čtyři dny před odjezdem na Madeiru mi volá Jirka z Expedition Clubu, že se Madeira kvůli kovidu ruší. Co se dá dělat, trénink nošení těžkého batohu přijde vniveč. Jenže v úterý večer volá znovu, že se mohu přidat k běžeckému kempu, který se bude konat na Mallorce. Že bych měla po horách ještě běhat? Prozkoumávám internet, co je ta Mallorca vlastně zač, a zjišťuji, že se tam nachází krásné pohoří Tramuntana. Délka asi 120 km a dá se přejít za šest až sedm dní. To by mohlo být fajn, ale úplně sama? Ze zrušeného zájezdu se nikomu nechce, tak se připojím k běžcům. Ve čtvrtek mě čeká přesun do Brna a druhý den brzy ráno letíme z Vídně.

19. 2. 2021 pátek

Ostrov nás vítá sluníčkem, 20°C ve stínu a zralými pomeranči na stromech. Přemísťujeme se pronajatým autem do příjemného penzionu v Sa Pobla, závistivě zamáčknu slzu, přebalím batoh a za chvíli už mne vysazují na začátku treku v Pollenca.

Začíná mé osamělé putování po Mallorce. Pomalu stoupám kamenitou cestou mezi olivovníky výš a výš. „Mojj“ běžci se kolem mne mihnou, zamávají a jsou pryč. Nastoupávám další a další metry, tělo sténá pod osmnáctikilovým batohem a rozřesené nohy odmítají poslouchat. Myslím, že se projevuje únava ze

včerejší probdělé noci, vždyť jsme vstávali před druhou ranní. Zastavuji na nádherné vyhlídce na okolní hory a starobylý klášter pode mnou. Mám za sebou první den a nic se nemá přehánět. Sedím na skále, večerším housku z domova a pod hřejivými paprsky slunce se mi klíží oči. Jenže v tom se zjevuje chlap s batohem! A jak to, že odchází z kopce dolů, když tam nevede stezka? Že on se tam schová, počká, až usnu a pak mě ve stanu umlátí klackem? Místo spánku se připlíží strach a bušení srdce. To bude noc!

20. 2. 2021 sobota

Nikdo mne neutloukl, jupíí! Ráno jsem odměněna i svítáním a valící se mlhou v údolí. Čeká mě sestup do Lluc. Vyrážím před devátou a proti mně se začínají objevovat první turisté. U cesty vyvěrá pramen, který je sveden do kamenného koryta, procházejícího vsí. Plním všechny lahve, do nich kapky na čištění vody a za čtyři hodiny se můžu napít. Naštěstí mám v camel bagu na pití vody dost.

Sedím s kávičkou a čokoládovým croissantem uprostřed starobylého kláštera, kde stojí kromě pamětihodností i krátek s dobrotami a kávou. Všechno kolem kvete a voní, v kašně zurčí voda, přede mnou vrabec zobe drobečky z rohlíku, slunce nepálí, ale hřeje. Takhle vypadá štěstí?

Vedle krámku je ve zdi i zásuvka na nabíjení. To je tedy luxus. Po prohlídce kláštera začínám opět nastou-

pávat ztracené metry. Jenže doháním partu omladiny, která, když vidí bábu s batohem, co je rychlejší než oni, také zrychlí. A je po klidu. Naštěstí, ve snaze jim uniknout, ztrácím značku, ale odměnou je ticho. Za chvíli je bohužel zase doháním. Je úžasné, kolik krásných míst na kempování tu cestou vidím. Uprostřed lesů, lidskou rukou vytvořené kruhové kamenné podesty, pokryté měkkým mechem. Později se na naučných cedulích dočítám, že to byla místa, kde se kdysi pálilo dřevěné uhlí.

Ale už jsem nahoře a přede mnou se otevírá nádherný výhled na modré moře a bílé hory kolem. A také spoustu lidí. Asi to bude tím, že je sobota. Když pak odbočím z hlavní trasy, jdu zase sama. Stále klesám, ach jo. Místo v mapě avizovaného pramene, nacházím kamenné koryto plné zelených řas. Ale další studánka už nezkáme. Plním opět všechny lahve a dokonce si umyjí zasolený obličej a od potu ulepené ruce. Zbytek hygieny mám v plánu spáchat u jezera Cúber. Jenže když sem dorazím, piknikují zde desítky lidí, parkoviště plné aut a o koupačce nemůže být ani řeči. Aspoň odměním unavené omláčené nohy studenou koupelí a utřím pryč. Už je po šesté, úpěnlivě hledám místo na spaní, ale jako na potvoru, nic. Sice nacházím pěknou





kamennou boudu, ale je na ní značka „jen pro krávy“ a také zde již někdo zanechal nepříliš voňavé lidské „stopy“. Raději pokračuji dál. Nakonec stavím stan ve vysokém houšti mezi stromy a s vrazedným sklonem jako bonus. To jsem zvědavá, kde se ráno probudím. K večeri mám polévku a místo ukolébavky cinkají zvonce pasoucích se ovcí.

21. 2. 2021 neděle

Celou noc jsem ve stanu jezdila nahoru a dolů. Jakmile jsem se vysoukala výš, zase jsem sjela do embryonální polohy. Nikdy více se nepustím na šikmou plochu! Už jste někdy jedli müsli zrcátkem, když lžice není k nalezení? Krásně mi to ráno začíná. Nejdřív lžice, pak se celá pokecám pastou na zuby a do třetice se spálím o vaříč. A to jsem ještě nevyrazila. Vlastně dnes je třetí kritický den! To by štymovalo.

Cesta vede převážně dolů po chodníku z valounů a nohy v barefootech hrozně trpí. Už vím, jak to bylo s Malou mořskou vílou, když při každém kroku cítila bodání nožů. Nebyly to nože, puchýře to byly. Do toho mi batoh nějak záhadně ztěžkl a ramena ani necítím. Cesta je lemovaná kilometry a kilometry kamenných zdí, kolik práce to muselo dát? Proti mně stoupají nedělní výletníci a také spousta horolezců. Vítr, který se zvedl včera v noci, nabývá na síle. Doufám, že dole bude mírnější, ale ne, je jen teplejší.

Před starobylym městečkem Biniaraix odkládám batoh na zídku, abych si svlékla nějakou tu vrstvu a najednou frnk, pláštěnka na batoh se vznáší a usedá hluboko do zahrady pode mnou na jeden z pomerančovníků. Tak to bychom měli.

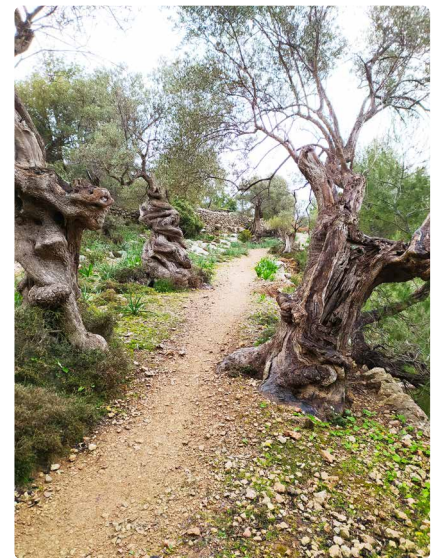
Co přijde dál? Aspoň se odměním sklenicí čerstvého pomerančového džusu a mezi zahradami plnými zralých pomerančů, pomel a citronů, rázuji do Sólteru. Zde by měla jezdit pověstná tramvaj, která spojuje městečko s mořem, ale nic takového tu dnes k vidění není. Uličky jsou pusté, krámy zavřené, před katedrálou párek mladých cyklistů. A já se tak těšila na něco dobrého na zub. Nakonec mám štěstí u paní v obchodě s potravinami. Nejen že mi „uvaří“ skvělou obloženou bagetu, ale ještě mi nabije mobil. Oběd završuji dortem a kávičkou a s plným žaludkem se začínám hrabat do šilného kopce nad městem. Cestou mjíjím obrovské, několik metrů hluboké jámy, stěny vydlážděné valouny. Vypadají jako domy stavěné opačným směrem, dolů pod zem. Mudruju, k čemu tohle mohlo být? Odpověď přichází o pár kilometrů dál na naučné tabuli. Šlo o vápenné pece, kde se vyrábělo nehasené vápno. Teplota v takové peci dosahovala až 800°C.

Obloha začíná černat a vítr nabývá na síle. Nikde pořádné místo na zakempování a asi se blíží bouřka. V poslední chvíli zastavuji na kopečku u obrovské borovice a jdu obhlédnout vhodné místo pro stan. Jenže když se vrátím, batoh nikde. Lítám jako splašená po celém kopci a nakonec ho najdu položený jen o kousek dál. Asi už jsem opravdu unavená. Stavím stan, vařím polévku a tiše doufám, že na mě nikdo nepřijde. Všude kolem je napsáno „privado“. A k tomu všemu mám spálený obličej. Vždyť bylo celý den pod mrakem?

22. 2. 2021 pondělí

Noc nestála za nic. Vítr se snažil vyrvat kolíky ze země a ještě začalo pršet. Stan je moký a pokrytý prachem, ze kterého je mazlavé blátíčko. Balím v jemném mženi a vyrážím do Deia. Na zastávce, hezky schovaná, upíjím kávu, ale když chci zvednout batoh, vidím, že ležel na hadičce od camel bagu. Minimálně půl litru vody se mi vyliilo do vnitřku pláštěnky. Voda vně i uvnitř, to je žůžo.

Dnešní značení cesty stojí za prd. Nejen, že v přírodě stále pátrám po červené značce, ale červená není zakreslena ani v mapách v mobilu uprostřed města. Cestičku nakonec najdu schovanou za hotelem. Než se vymotám z města, je jedenáct. Čeká mě přes tisíc metrů převýšení, poprchává, občas hledám cestu. Vše je kluzké a musím hledět na každý krok. Dnes mi dělají společnost jen horské kozy a nahoře je, místo výhledů na moře, jen šedá mlha a víchr. Odpoledne se dobelhám do Valldemossy, která je pověstná svým kartuziánským klášterem a pobytem skladatele Frederika Chopina se spisovatelkou George Sandovou. Bohužel krásné městečko vypadá jak po morové ráně. Osmalý duchodce v roušce krmí holu-



by, zavřené obchody i restaurace, prázdné domy, smutno. Objevují jedinou pekárnu se zbytky od rána a jsem vděčná i za to málo.

Začínám zase stoupat a hledám místo na spaní. Naštěstí mi to dnes netrvá dlouho, stavím stan a hledám kabel do powerbanky. Mobil už je v úsporném režimu, je nejvyšší čas ho dobít. Prohledávám celý batoh, jednou, dvakrát, třikrát a nic. Jsem na mapách v mobilu naprosto závislá, zvlášť když je tu tak špatné značení. Nevím, co dál. Zítra zkusím poslepu dojít do dalšího města a tam mobil dobít. Když se nepodaří, musím cestu vzdát. To byl tedy den. Déšť, vítr, mlha a ještě tohle!

23. 2. 2021 úterý

Mobil je na deseti procentech, zapínám ho už jen v největší nouzi. Musím dorazit do Esportes a pak se uvidí. Cesta je dnes značena občasnými mohylami z kamenů, takzvanými mužiky, a sem tam se značkovač utrhne ze řetězu a udělá červenou šmouhu. V poslední chvíli si jedné všimnu, jinak jsem skončila v úplně jiném údolí. Děkuji nahoru a ani mi nevadí, že chvíli nato bloudím půl hodiny, než se dokáži vrátit na neviditelnou stezku. Kromě špatného značení je kámen úrazu i v tom, že jdu přechod opačným směrem a trasa je značena z druhé strany. Když přijdu na rozcestí, je šipka pouze mým směrem, ale nikdo mi neřekne, na kterou stranu se mám vydat já.

V poledne jsem v Esportes a dívá divoucí, krámky otevřené, lidé na ulicích, městečko žije. Všichni nosí poctivě respirátory, ostatně jako všude, kam jsem přišla. Přímo přede mnou se zjevuje bistro, kde vaří teplá jídla, a já jsem jak utržená ze řetězu. Ano, dám si rybu, tuňákový salát také a ta rýže vypadá skvěle. Pak jdu nakoupit vodu, obhlédnout památky a mobil se zatím nabíjí u paní v bistro. Než vystoupám nad město, vše se znovu zahálí do studené mlhy. To jsou mi tedy panorámata! Přicházím ke kamennému korytu plnému vody. Do čistoty má daleko, ale konečně se můžu po několika dnech trochu umýt. A zase mi není přáno! Celý den nepotkám živáčka a tady sedí tři chlapi? Z očisty je bohužel jen takové bububu. Stan stavím v lese nad mořem, kde mě celou noc uspává hukot vln rozbíjejících se o skály.

24. 2. 2021 středa

Konečně se probouzím do sluneč-

ného rána. Sbíhám do městečka, kde mi slečny v informační kanceláři nechají ochotně dobít mobil. Nabírám vodu, sedím na sluníčku, piji kávu a čekám, až bude nabito. Cesta dnes vypadá dobře a po dlouhé době potkávám v horách nějaké lidi.

Když vyšplhám nahoru na útesy, značení končí. Sem tam se objeví kamenný mužík, a tak musím jít pomalu, s očima na stopkách, od jednoho k druhému. Cesta tu není, jen hladká skála. A najednou konec! Stojím na příkrém srázu, pode mnou hluboká propast a nevím jak dál. Naštěstí se v tu chvíli zespoda vynořují dvě hlavy, které mi ochotně ukazují cestu. Sešplhávám opatrně po skále, s těžkým batohem a hůlkami to vůbec nejde snadno. Po dlouhých minutách jsem celá zpocená dole, jenže značka opět žádná. Jen rozložitě ztrouchnivělé stromy popadané jeden přes druhý, ostrá tráva po bradu a zrádné díry po vyvrácených kořenech. Pomaličku, krok za krokem, hledám podle mapy v mobilu ztracenou pěšinku. Najednou se odnikud vynořuje známá kamenná mohylka a mně padá kámen ze srdce. Stačilo jedno chybné šlápnutí...

Scházím ze skal do zalesněného údolí a jsem ráda, že to mám dnes za sebou. Zítra mi do Sant Elmu zbý-

vají necelé dvě hodinky. Stavím stan na útesu s nádherným výhledem na okolní krajinu a moře pode mnou. K večeri mi stačí čerstvě utržený pomeranč, plný sladké šťávy a na dobrou noc navlíknout jehlu, prošívat puchýře, aby z nich odtékla voda a kůže se zatáhla.

25. 2. 2021 čtvrtek

Dnes už nespěchám. Člím na východ slunce nad mořem, a pak pomalu sestupuji do Sant Elm. Poprvé potkávám stejného poutníka, jako jsem já, jen jde opačným směrem. Daruji mu svůj přebývací pytlík s müsli a také cenné informace, kde hledat vodu. Po týdnu se mívám se vítáme, oni pokračují dál na vrchol a já dolů k pobřeží. V městečku objevuji na břehu moře restauraci, kde jsou ochotni mi něco uvařit. Ukazují prstem na cosi v jídelním lístku a nechávám se překvapit. A jsem! Obrovská pánev plná rýže a plodů moře. I když tu mořskou havěť zrovna nemusím, je to výborné. Asi že hlad je nejlepší kuchař. Pak jen máchám nohy v chladném moři, upíjím kávu a sleduji odlesky na vodě. Vlny tiše šplouchají o kameny, na hladině se pohupuje pár loděk a já vím, že jsem na konci. Cítím tichou radost a těším se na běh všedních dnů.



Kdo jsem?

Jmenuji se Vilma Tůmová, výška 154 cm, váha 51 kg, ideální míry do tanku.

Do Líšnice jsem se přistěhovala před pěti lety z Čisovic a nelituji. Jelikož mám sedavé zaměstnání, trávím svůj volný čas hlavně venku se svými dvěma psy, sběrem bylinek, běháním nebo cvičením jógy. Prostě chvíli neposedím. Vždycky jsem ráda cestovala, ale po rozchodu jsem objevila nový rozměr cestování. Zpočátku se mnou jezdily mé dospělé děti, například do Vietnamu nebo stopem po Chile, ale nakonec jsem sebrala odvahu a vyrazila sama. Jak vše dopadlo si můžete přečíst v mých vyprávěních.

Chvála řemesla



Mlynáři Rudolf Dubský a jeho syn Jindřich

Text & foto: Dominika Rýparová

Když na druhém kruhovém objezdu z našeho směru v Příbrami uhnete na Rožmitál pod Třemšínem, dojde za necelých 10 minut do malé vsi jménem Bohutín. Kromě kostela, ve kterém kdysi hrál i slavný Jan Jakub Ryba, tu najdete i zcela funkční mlýn rodiny Dubských. Stavít se tu můžete pro kvalitní mouku z lokálního obilí, i za zážitkem – prohlídka původního mlýnu rozkládajícího se ve třech patrech skutečně stojí za to!

Zatímco mlýn stojí v Bohutíně od nepaměti (první zmínky jsou prý z roku 1309 a historicky podložené záznamy se datují do roku 1541), rod Dubských do něj přišel v roce 1913 z Moravy. Dědeček Rudolfa Dubského, dnes nejstaršího muže rodu, se pustil do přestavby a vylepšování a do roku 1948 vybudoval moderní mlýn s elektrickým motorem a Francisovou turbínou (typické vodní kolo tu proto nehledejte, zato náhonu se vyhněte – v Litavce se vykoupaly údajně všechny děti z rodu, naštěstí bez následků). Díky v té době velmi pokrokové technologii mlýn kombinoval klasický vodní pohon s elektřinou. Dodnes je turbína schopná vyrobit i dost energie pro spotřebu obytných částí mlýna, což je ve starých kamenných domech citelná pomoc.

Jak už to tak bylo, po roce 1948 přišlo znárodnění. Protože mlýn ne-

mohl být využitý pro velkovýrobu, do roku 1963 se v něm alespoň šrotovalo. A pak až do revoluce stál. Rodina Dubských směla po celou dobu ve stavení zůstat, ale dívat se na celé dílo zkázy nebylo pro dědu v roli pouhého správce objektu lehké. Vydání mlýna také neproběhlo dobrovolně a rodina se ocitla na seznamu lidí s nepřátelským smýšlením. Současný nejstarší mlynář Rudolf byl hned po základní škole vyloučen ze vzdělávacího procesu a zamířil do zemědělství. V 60. letech se mu díky přímluvě vlivného známého a uvolnění poměrů v časech socialismu s lidskou tváří podařilo alespoň vyučit se údržbářem zemědělských strojů, ale na obor mlynářství si musel počkat až po revoluci.



Na prohlídku do mlýna

Po telefonické nebo e-mailové domluvě si lze ve mlýně domluvit i prohlídku. Mlynář vás provede celkem třemi patry mlýna, kudy vedou přes různé zásobníky, čističky a stolice fascinující a respekt budící kapsové výtahy a dřevěné trubky na svod obilí i hotové mouky. Prohlídka dýchá atmosférou legendární scény z filmu Na samotě u lesa – vše dřevěné a původní, i s panem otcem, ale žádný pepný a dobře utajený příběh jsem nezaznamenala.

Druhý dech

Mlýn znovu spustil v roce 1991. „Myslím, že jsme tátovi prodloužili život. Byl ročník 1913, ale chtěl vidět mlýn zase v pořádku a v našich rukách. Dožil se 94 let!“ vzpomíná Rudolf Dubský. Restituce v jejich případě rozhodně nebyla jednoduchá – i když mlýn fungoval naplno už v roce 1993, soudní proces se táhl ještě v roce 2000. „Pak nám někdo říkal, že jsme byli snad třetí nejdelší případ v republice. Měli jsme problém s vodou a náhonem z Litevky, ke kterému se povodí nechtělo vyjádřit,“ vysvětluje Rudolf Dubský.

A když někdo říká, že za komunistů bylo líp? „Doporučil bych mu, aby se přestěhoval někam, kde komunisti dodnes vládnou. Čína nebo KLDŘ,“ uzavírá zcela klidně Rudolf Dubský a jeho syn Jindřich se začíná smát. „Víte, za komunismu jsem chodil domů v jednu odpoledne a měl jsem volno na koníčky a sport. Nic jsem nemusel, nic jsem nepotřeboval, ono taky nic nebylo,“ doplňuje svého tátu. Práce ve mlýně nikdy nekončí, pořád je potřeba něco dělat. Tak v tom ohledu tenkrát líp bylo.

Když si do mlýna přijedete pro mouku (vlastní zrno shánět nemusíte, dávají tu stejně přednost ověřenému dodavateli z Milína), prodá vám ji někdo z Dubských osobně. Rudolf, Jindřich nebo nejmladší mlynář Tomáš. Míří sem nejčastěji lidé z okolních měst, ale výjimkou nejsou ani stálí zákazníci z Ústí nad Labem, malé pražské pekárny nebo speci-



alizované podniky italských nebo dokonce islandských majitelů. Na mouku od Dubských můžete narazit i v bezobalových obchodech nebo třeba na farmářských trzích na Nápavce. Když budete mít chuť, zkuste se tu poptat i po konopné mouce – její mletí totiž vyžaduje speciální technologii a bohutínský mlýn se jí pyšní.

Co je tu k dostání?

Běžné mouky (hladká, polohrubá, hrubá, pšeničná chlebová, grahamová nebo žitná) tu seženete kolem 20 Kč za kilo. Vybrat si můžete mezi tří- a pětikilovým balením. Za stejnou cenu dostanete i krupici nebo krupičku, ale balení je menší – kilo nebo dvě. Speciální mouky

jsou k dostání v menších baleních a vybrat si můžete třeba špaldovou (55,-/kg), ječnou (44,-/kg), kukuřičnou (40,-/kg), pohankovou (40,-/0,4kg) nebo zmiňovanou konopnou (73,-/kg). Koupit si tu můžete i některá semínka, ovesné vločky, mák nebo kmín. A třeba přijdou vhod i otruby – v nabídce jsou ty jedlé i pro zvěrstvo.

Děti a závislost na telefonu: Co je normální a co už je moc?

Text & foto: PhDr. Michaela Miechová, psychologka a majitelka poradny Mojra.cz

Ať se nám to líbí nebo ne, digitální technologie začínají být nedílnou součástí našich životů. Zejména pro děti jsou už něčím naprosto samozřejmým. Přinášejí mnoho dobrého, v mnoha ohledech dokáží ulehčit naše životy, ale stejně jako jinde, i tady platí, že všeho moc škodí.

Spousta dětí před obrazovkou telefonu nebo počítače tráví celé dny. Všechnu jejich aktivitu ale samozřejmě nemůžeme házet do jednoho pytle. V současné době jsou počítače hojně zapojovány do výuky, vřetevnické konverzace se přesouvají do on-line prostředí a internet může být zdrojem užitečných informací. Na druhé straně bezcílné scrollování a pasivní konzumování obsahu není rozhodně ideální náplní všedních dní.

Pozor na varovné signály!

Na smartphonech, sociálních sítích, počítačových hrách i internetu jako takovém si lze vypěstovat závislost. Měli byste zpozornět, pokud si u své-

ho dítěte všimáte toho, že jeho on-line aktivity jsou centrem veškerého dění a všechny ostatní zájmy, koníčky a přátelé jdou stranou. Varovným signálem také je, pokud se vaše dítě na čas strávený u počítače/telefonu vysloveně těší, nemyslí na nic jiného a zároveň je velmi podrážděné v případě, že je mu tato kratochvíle odeprána.

Tráví-li dítě celý den sezením před počítačem, mobilem nebo tabletem, je to obrovský nápor pro oči i pohybový aparát. Stejně jako se dospělým doporučuje vybalancovat sedavý způsob zaměstnání pohybem, ani děti by na fyzickou aktivitu rozhodně neměly zapomínat. Celodenní působení modrého světla může také narušit spánkový režim dítěte.

Jak nastavit pravidla?

Nabízí se otázka, jak se něčemu takovému vyvarovat? Rodiče mají mnohdy mylnou představu, že řešením je absolutní zákaz telefonu i počítače. Bohužel to obvykle příliš nefunguje, ba naopak. Pravidla a hranice jsou sice namístě, ale měly by být reálné. Velmi pomáhá, pokud jsou vy-

sledkem vzájemné diskuze mezi vámi a dítětem. Z dlouhodobého hlediska daleko lépe funguje, když jsou dítěti pravidla vysvětlena a dostane třeba také na výběr z více možností. Prosté příkazy a zákazy nejsou dostačující.

Dospěláci, buďte svému dítěti vzorem

Na závěr je potřeba připomenout ještě jednu věc: děti už od mala dospěle rády napodobují a přejímají vzorce chování svých rodičů. A tak když dítě u svého rodiče vidí, že je telefon příjemný zdrojem odpočinku, že maminka nebo tatínek věnují té malé barevné blikající věšičce spoustu pozornosti, nebude chtít zůstat pozadu.

Chytré telefony i počítače jsou dobrými sluhý, ale špatnými pány. Není nic špatného využívat výhody, které s sebou nové technologie přinášejí, neměly by se ale stát jedinou aktivitou dětí ani rodičů.



Psychologická poradna online

Poznáš naše pěvce?

PŘIPRAVILA: RADKA ENDRLOVÁ

Letní prázdniny jsou ideálním časem pro sledování přírody. Tyhle tři opeřené kamarády možná potkáš každý den na vaší zahradě.



„Po paloučku skáče kos, celý černý, žlutý nos. Hop a skok, žádný krok, kos tak skáče celý rok.“

Kos černý



Náš nejběžnější pták. Sameček je zbarven černě, samička hnědě. Živí se především žížalami, hmyzem, nepohrdne též ovocem – jahodami, jeřabinami, třešněmi, jablky. Někteří kosi u nás zůstávají na zimu, jiní táhnou přezimovat do západní a jižní Evropy. Rádi si staví hnízdo ve větvích, na jaře jim můžete pomoci svázáním větví keřů k sobě, aby se jim v nich lépe stavěla hnízda. Do připravených budek se kosům moc nechce, ale někdy využijí polobudky. Obvykle kosice snášejí dvakrát do roka (v březnu a v květnu) čtyři



až sedm vajíček, na snůšce pak sedí 14 dnů. Mláďata kosí rodiče krmí hmyzem asi tři týdny. Oba rodiče velmi aktivně hájí svá mláďata před nepřítelem.

Špaček obecný



Je zavalitější nežli kos. Má tmavé zbarvení s kropenatěním a kovově zeleným odleskem, mladí jedinci jsou světlejší. Je to společenský pták, proto ho často spatříte ve velkých hejnech. Živí se zejména hmyzem, červy, housenkami, bobulemi. K hnízdění využívá dutiny stromů, budky, pukliny. Samička klade pět až sedm vajec, na kterých se oba rodiče po půl hodině střídají v sezení – to trvá asi 12 dnů. Mláďata pak vychovávají 20 dnů. Je to tažný pták, takže ho na podzim čeká dlouhá cesta za teplem.

Pěnkava obecná



Pestře zbarveného samečka pěnkavy obecné poznáte snadno, samička je méně nápadná. Je to semenožravý pták. Hnízdo staví samičky v korunách stromů z jemného rostlinného materiálu. Do hnízda snáší tři až šest vajíček, na kterých pak sedí 15 dnů. V období vyvádění mláďat loví také hmyz. O potomstvo se starají oba rodiče. I pěnkavy se na podzim vydají na jih.





křížovka

TAJENKA: LETNÍ PRANOS- TIKA	KON- STRUKCE NESOUCÍ STŘECHU	RYCHLÉ TANCE	NÁZEV ZNAČKY DUSÍKU	TEKUTINA VYLUČOVA- NÁ KŮŽÍ	POMŮCKA: AARA, KLKY SOHO	POKROPIT	VEJČITÁ KŘIVKA	PREZENT	ZNAČKA INDIA	VYBAVENÍ		OKRASNÉ KEŘE	JMÉNO PROŽAIIKA PAVLA	2. DÍL TAJENKY	DUMASŮV MUŠKETÝR
ZRNITÁ TKANINA					UDIVENÍ ŠKRABOŠKY						SETNINA ŠVÝCARSKÁ ŘEKA				
SLAVNÝ TVŮRCE															
TYČ VOZU			ODĚV SOUDCŮ ČLÁNKY						POHÁDKO- VÝ PRINC ČÁST RUKY						
DĚDINA				TULENÍ KOŽIŠINA ANTICKÉ MINCE				STEJNOPIŠ MALÝ NÁBOJ					MLÁDKOVY INICIÁLY HRY S ČÍSLY		
	OHRAZENÝ LES	ŠETRNOST 1. DÍL TAJENKY					ŘASA ZUBNÍ POVLAK					KLAMY PAPEŽSKÁ LISTINA			
OHONY						HRUŠ ZÁPISY						ŠÉF SLOŽKA			
STŘEVÍCE					OHRADA ÚTOK					PLAVIDLO DRUH SPOJENÍ TRÁMŮ					ROZHODČÍ
ZRAKOVÉ ORGÁNY				LIHOVINA Z RÝŽE KAZIT					SELHÁNÍ ÚLOMKY						
SOLMIZAČ- NÍ SLABIKA			EDÉM MOŘSKÝ PTÁK					RUSKÁ ŘEKA ROČNÍ OBDOBÍ					NUŽE MUŽSKÉ JMÉNO		
BIBLICKÁ HORA						LOTR ÚPĚTI	L É T O					INSTINKT KTERÁ			
	DOPRAVNÍ MOŽNOST ČTVŘT LONDÝNA														
ŠUMIVÉ VÍNO					ČÁSTI NOHOU PODNIK V PEČKÁCH					TUMÁTE PLEMENA					MASTEK
TAMTA				TOHLE AFRICKÝ STÁT					ODVEDE- NEC VRCH						
ZNAČKA HELIA			ŠKODLIVÍ MOTÝLI HODNĚ					MORAVSKÝ KRAJ DVORANA					TAHLE ZÁVAN VĚTRU		
ACETÁTY							NÁVŠTĚV- NIK ZÁKLADNÍ TEKUTINA					NÁDECH PROUD			
	NICKA TALISMAN					VŘENÍ PROMYS- LENÝ POSTUP					CVIKY NA HRAZDĚ MARAST				
PŘEDLOŽKA					PŘÍSTAVNÍ HRAZE ŠEDIVÁ					SOSNOVÝ LESÍK SPĚCHY					
NĚMECKÉ MĚSTO				SET ČERNÁ KÁVA					CHUCH- VALCE ZÁSOBOVA- CÍ ODDÍL					POMŮCKY KOVBOJŮ	PRIMITIVNÍ NÁSTROJ
ZKRATKA SVĚTOVÉHO POHÁRU			TRHÁVA STŘELA JIHO- EVROPAN					TVOJE UMÍNĚNÝ NESOUHLAS				PSOVITÁ ŠELMA FIREMNÍ ČÍSLO			
TVOŘENÉ KEŘI							MONGOL. PASTEVCÍ ZNAČKA AMERICA						PACINOVO JMÉNO POLNÍ MÍRA		
METEORO- LOGICKÁ PŘEDPOVĚĎ															
MOHUTNÝ ASIJSKÝ STROM					PLEVELNÉ ROSTLINY						ALŽÍRSKÝ PŘÍSTAV				

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

RE/MAX
Horizont

Zahodte své starosti, nabízíme:

- ▶ 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

BETON ČISOVICE
D4 exit 14 Řitka

Nabízíme

- písky
- šterky
- betony
- okrasné kačírky
- transportbeton

Objednávky

- 605 875 531
- betoncisovice.cz

Hledáme posily
pro Líšnický zpravodaj

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

Ozvěte se nám!
zpravodaj@obeclisnice.eu

Pro každého od 12 klidně do 120 let se u nás něco najde.



TJ SOKOL HLÁSNÁ TŘEBAŇ
POŘÁDÁ LETOS PRO VAŠE DĚTI

**LETNÍ SPORTOVNÍ
PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR**

MALÍ (5-7LET) A VELCÍ (8-10LET) SPORTOVCI



- CO VAŠE DĚTI ČEKÁ? *PROGRAM 7:30-16:30
- *ZKUŠENÍ VEDOUCÍ *SPORTY S TRENÉRY
- (MÍČOVÉ HRY, GYMNASTIKA, ATLETIKA, FOTBAL, TANEC,..)
- *LEKCE ANGLIČTINY KAŽDÝ DEN
- *ZÁZEMÍ NOVĚ ZREKONSTRUOVANÉ TĚLOCVIČNY
- *POBYT VENKU V KRÁSNÉM OKOLÍ *DOBRODRUŽSTVÍ
- *KVALITNÍ STRAVA PO CELÝ DEN



- 1.turnus: 12.-16. 7.
- 2.turnus: 2.-6. 8.
- 3.turnus: 9.-13. 8.



CENA: 3250KČ, SLEVA PRO ČLENY SOKOLA A
SOUROZENCE: 2900KČ.
REZERVACE MÍST, INFORMACE: MONIKA PUTALOVÁ
TEL: 605 473 391, MONI.PUTALOVA@GMAIL.COM

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

