

KOMPOST

Strakonický měsíčník o ochraně přírody

září 2013

Environmentální akce, reporty, přírodovědná pozorování, ekoporadenské tipy, botanika, zoologie, úvahy, recenze, recepty, tipy na odbornou literaturu i beletrii, zdravý životní styl, náměty na tvořivé činnosti, poezie.

Ekoporadna při Šmidingerově knihovně
Pobočka Šmidingerovy knihovny Za Parkem
Základní organizace ČSOP Strakonice
CEGV Cassiopeia Strakonice

Vážení čtenáři,

pokud máte také pocit, že období odpočinku uteklo až příliš rychle, nabízíme vám možnost zpomalení. Poďte společně s námi na chvíli usednout a rozhlédnout se do blízkého i vzdálenějšího okolí. Září je pro nás měsícem velkých příprav, neboť se chystají akce podzimní a také ty, které se konají přes zimní sezónu. Některé projekty se ujaly, jsou úspěšné a budou probíhat již několikátým rokem. U jiných se bude třeba zamyslet nad tím, proč nefungují tak, jak bychom si představovali. Nebereme to jako tragédii, naopak si myslíme, že to takhle v životě chodí. Někdy prostě neodpovídá zpětná vazba věnované energii. Jindy je tomu zase přesně naopak a nepatrné natuknutí způsobí veliké haló. Asi je dobré o těchto souvislostech vědět a zařídit se podle toho.

Z obsahu tohoto čísla:

Povodně - za málo, nebo za hodně?	2
Stromy běžné a zajímavé? - XVIII.....	3
Ochrana přírody - 5. díl - V kanceláři	4
Nový režim ochrany dřevin.....	5
Veget na pokračování - 19. díl.....	6
Morčák velký blízko nás.....	7
Environmentální senzitivita.....	8
O náhonu a jezeru u Slaníku.....	8
Nová zelená úsporám.....	9
„Paměť strakonických stromů“.....	9
Stromy, zahrada a kousek dětství....	10
„Gaia vrací úder“.....	12
Jak dr. Říha, M. Šimek aj. putovali...	13
Nové informační publikace.....	13
Questing.....	14
Na břehu moře.....	15
Jak se dělá kantela?.....	15
Zatoulanci na hromadné vycházce...	16
Má příroda smysl pro humor?.....	16
(Ne)všední pochutiny z brambor.....	17

Uvědomujeme si také, jak nevděčné oblasti lidské společnosti se věnujeme, a ne očekáváme bouřlivé změny. Celkově je obtížné s čímkoli (pro nás) cenným operovat ve společnosti, která se hodnotově často dostává na samé dno, a kde (řeceno jazykem dnešním) i za špatné počasí mohou



Foto -jj-

„nepřízřusobiví“ spoluobčané a mnoho dalších virtuálních zlořádů. Za mohutného přispění institucí, ovlivňujících veřejné mínění, se tak skutečné problémy odsouvají do pozadí. Novodobým sportem se stává hledání a pojmenovávání skutečností, které mohou za naši nepříznivou společensko-ekonomickou situaci. Pojdme raději nazývat věci pravými jmény, nastavit sami sobě zrcadlo a působit na okolí změnami, které jsou nám nejbližší.

Váš Kompost. -jj-



Ohlédnutí

Povodně – za málo, nebo za hodně?

Události tohoto léta i posledních dvou desetiletí nám vyslaly jasný vzkaz – povodně nejsou nic mimořádného, ale naopak něco, s čím je do budoucna třeba počítat. Ať se nám to líbí, nebo ne. Globální podnebí se mění a dle posledních výpočtů i měnit bude. Srážek nepadá více, než tomu bylo doposud. Výrazně se však mění jejich rozložení. Bude přibývat intenzivních dešťů, přívalemových srážek i déletrvajících period sucha. Druhá podstatná věc, která k tomuto stavu výrazně přispívá, je hydrologický stav naší krajiny. Úspěšně dokončujeme to, co hospodaření minulého režimu započalo. Krajina není schopná vodu zadržet, při intenzivních srážkách zpomalit a rozdrobit povodňovou vlnu. Vybetonovaná koryta řek fungují přesně naopak a nezabrání tomu ani ty nejpropracovanější kaskády přehrad. Pouze tak průšvih odpluje z bodu A do bodu B a tam udeří s ještě větší ničivostí.

Na první pohled by se mohlo zdát, že je situace beznadějně ztracená a vlastníkům nemovitostí v záplavových zónách nezbu-
de, než před každým větším deštěm plnit další a další pytle s pískem. O změnách klimatu už toho bylo napsáno dost. Spou-
tu toho však zmůžeme i s vodou, která již na zemský povrch dopadla. Pravdou však je, že se většinou jedná o systémová
opatření, která se týkají zejména osob a institucí hos-
podařících s půdou.

Vezměme to trochu pozpátku – od míst, kde voda ve
velkých masách nabírá na síle a ničí – v korytech vel-
kých řek. Záplavy (zejména jarní) byly vždy přirozenou
součástí koloběhu vody v přírodě. V místech, kde
k rozlivům periodicky docházelo, se vytvořily specifické
biotopy – nivy. Zde voda neškodila, spíše naopak, na-
pomohla tyto části krajiny modelovat. Absorpční
schopnost říčních niv je sama o sobě obrovská. Příroda
nám v nich sama napověděla, která část krajiny patří
periodickým záplavám. Ve většině případů však došlo
ke změně v jejich využívání – přeměnou na pastviny,
hospodářské lesy, ornou půdu, v těch nejhorších přípa-
dech k parcelaci a výstavbě. Pozitivním příkladem mů-
že být niva řeky Lužnice v CHKO Třeboňsko. Konkrétní
dopady na zpomalení povodňových vln se dočtete



Potok Peklov u Nihošovic při letošních povodních, foto -jj-

např. v [této práci](#). Velmi sporná jsou moderní protipovodňová opatření, spočívající pouze v rozšíření profilu toku. Zabraňují
sice v rozlití na konkrétním místě (větším městě), zvětšují však rychlost a kinetickou energii vodní masy. Budování poldrů
naráží na značnou finanční náročnost a nejistou účinnost. Podobná negativa (včetně těch ekologických) má budování dal-
ších přehradních nádrží. Na malých tocích je možností podpora meandrování a strukturovanosti toku (střídání hlubších a
mělkých, rychlejších a pomalejších míst), případně vhodné zásahy na údržbu či podporu vzniku mokřin.

Půjdeme-li dále od toku směrem k okrajům povodí, hrají důležitou roli vlastnosti zemského povrchu, ovlivňující zasakování,
odtok a zásobu srážkové vody. K povodňovým škodám velkou měrou přispívají nešvary současného zemědělského hospoda-
ření. Pokračující snaha o likvidaci remízku, mezi a rozptýlené zeleně nebo naopak neochota k provedení těchto ochranných
zásahů - v mnoha případech nešťastně nastaveným systémem zemědělských dotací. V některých lokalitách jsou rozhodující
zvolená agrotechnická opatření – rozorání trvalých travních porostů, setí/sázení po spádnici, nevhodné oseední postupy,
zhuštění podorničí těžkou mechanizací. Kromě zrychleného odtoku vody mají tyto zásahy dalšího společného jmenovatele
– vodní erozi půdy. Ta samotné zemědělce připravuje o to nejcennější, co mají, ale zdá se, že to je pořád málo. Podobná
situace, i když ne tak „do očí bijící“, je v našich lesích. I když mají smrkové porosty poměrně dobré intercepční (srážky zachy-
távající) vlastnosti, voda, která dopadne na zemský povrch, už má poměrně snadnou cestu k cíli. To hlavně kvůli mnohdy
chybějícímu bylinnému a keřovému patru, erozně odkrytým svážnicím atd. Situaci by zlepšil posun druhové skladby směrem
k listnatým nebo smíšeným lesům, a to zejména na svažitých pozemcích (s odpovídající výsadbou melioračních a ochranných
hlubokokořenících dřevin). Legislativně by bylo přínosem výrazné omezení či zákaz holosečného hospodaření a nahrazení
hospodařením výběrovým.

V intravilánech obcí a v městském prostředí můžeme jít cestou podpory hodnotných dřevin a zeleně všeobecně. Betonová
plocha znamená samozřejmě většinový odtok vody bez šance zadržetí. Samostatnou kapitolou, která má co dočinění se
svědomím každého z nás a některými historickými souvislostmi, je náš pohled na
vhodnost pozemků k výstavbě. Je více než zřejmé, že události posledních desetiletí by

měly tento způsob nahlížení zásadním způsobem změnit. Ať se jedná o nákup nemovitostí starších, výstavbu nových nebo opravu těch povodní již poškozených. Napsáno bez obalu – financování pořízení nebo opravy bydlení na rizikovém pozemku (ať již z peněz sbírek nebo daňových poplatníků) je nerozumné a nemělo by být ve všeobecném povědomí podporováno.

Povodně budou i nadále součástí tohoto světa. Záleží jen na nás, zda je budeme brát jako ukazatel nepříznivého stavu krajiny a budeme investovat málo do systémových změn, nebo hodně do nápravy škod. -jj-



Překopávky

Stromy běžné a zajímavé? - XVIII.

„Stromy bíle oděné a pionýrské“.

Bříza bělokorá (*Betula pendula*)

Popisování bříz jsem si odkládal dlouho. Jejich rozlišování není na první pohled jednoduché, stejně tak jako hledání různých druhů v naší krajině. Začneme s břízou bělokorou (*Betula pendula*). Je jednou z našich nejčastějších bříz. Najdeme ji všude od jihu Středozemního moře až po chladné krajiny Skandinávského poloostrova či Sibiře. Je stromem skromným, proto ji najdeme jako pionýrskou dřevinu na důlních výsypkách nebo jako doprovodnou dřevinu lesů či parků. Není stromem dlouhověkým. Mohutné břízy jsou většinou do 100 let staré a většinou je to na jejich kmenech znát v podobě různě odlomených větví nebo celých vršků. Z toho důvodu je lepší nesázet břízu příliš blízko bytných domů. Jednak je nutno počítat s tím, že bříza často klame kmenem a najednou máme vedle domu takřka 30 metrů vysoký strom. A také proto, že bříza si za větru nějakou větev ráda odhodí. Břízu bychom také našli na seznamu alergenních stromů. Dlužno však říci, že pyl ze stromů je roznášen daleko do krajiny a nemá smysl je kvůli němu kácet. Pro obsazení bříz ve městě hovoří její odolnost a nenáročnost, rychlý růst. Je také stromem, který dokáže snášet velké teplotní extrém, které dosahují lidská sídla oproti otevřené krajině. Její trojúhelníkovitě vejčité listy s hrubým pilováním se za vlhka hůře hrabou, ale zase se v půdě dobře rozkládají. Drobné nažky se dvěma křídélky se dostávají i do vzdálených míst. Na písčítých půdách jsou často prvním základem pro vznik životodárného humusu. Svou roli sehrává bříza i v lidské potřebě. Snad každá žena zná pojem březový šampon, březová voda. Borka tohoto druhu břízy je bělavá, často rozbrázděná od samého základu kmene. Její dřevo dobře hoří a je klasickým palivem. Petr Ondřej Matthioli o ní píše: „Římané starší břízy toliko užívali k trestání nešlechtných lidí, a i nyní všude k těm, jim jí užívají, takže netoliko starým lidem, ale i dětem panna březovka velmi dobře jest známa“. Na jiném místě se dozvíme: „Moc její jest lámati kámen v ledví a v měchýři“. Jak vidět, bříza má opravdu rozličné použití. Kde ve Strakonících břízy najdeme? Zatím drobné břízy byly vysazeny ve spolupráci s OŽP MÚ Strakonice za areálem čističky odpadních vod, kde časem snad vytvoří bělokmenou alej. Pěkné, vysoké břízy se nalézají nedaleko lávky přes Mlýnskou stoku u restaurace Splávek. Ke zdejší břízám je však dlužno říci, že jim zcela určitě neprosívá oloupání kůry od vandalů. Další z vysokých vzrostlých stromů jsou při Čelakovského ulici, jiné v parčíku u nádraží ČD. Zde zůstaly z dob minulých, dnes už se obyčejné břízy moc „nenosí“. Zřejmě odešly s dobou „Mrazíka“. Važme si našich bříz, ponechejme si a neničme, co je naše.



Bříza bělokorá na ostrově naproti Křemelce ve Strakonících, foto -vh-

Bříza pýřitá (*Betula pubescens*)

Druhý popisovaný druh břízy není v našich zeměpisných šířkách příliš rozšířený. Bříze pýřité jsou vlastní spíše severské kraje. U nás se omezuje na zamokřenější půdy, kde se mísí s vrbou, střemchou a jinými dřevinami. Na rozdíl od břízy bělokoré je stromem menším. Její listy jsou na jaře hustě chlupaté, později olysají. Tvarem jsou spíše široce vejčité, opět hrubě pilovité. Semenem je nažka s dvěma blanitými křídélky. Borka nebývá klasicky bělavá, může být hnědavá nebo mírně šedá, nerozpraskaná do vysokého stáří.

Bříza papírovitá (*Betula papyrifera*)

Zde jsem předal vedení článku Evě Legátové, která si popisovanou břízu sama našla a určila.



Bříza papírovitá u dětského hřiště na Podskalí ve Strakonících, foto -vh-

Ve Strakonících roste na Podskalí u prolézaček jeden strom břízy papírovité. Podle pana Václava Větvíčky má tato bříza na kmeni a silných větvích nejbělejší kůru ze všech bříz. Kůra je tvořena tenkými vrstvičkami, které se papírovitě odlupují. Bříza papírovitá pochází ze Severní Ameriky. Pěstuje se od roku 1750; je velmi odolná, protože i na původních stanovištích musela čelit nástrahám drsného počasí. Kůra, odlupující se ve větších plátech, se užívala ke krytí obydlí indiánských obyvatel Ameriky, „šily“ a lepily se z ní nádoby na tekutiny, a jak napovídá anglické jméno – Canoe–birch, potahovaly se jí kanoe. Listy jsou vejčité, na bázi tupě zakončené nebo srdčité, 4 - 10 cm velké. U strakonické břízy nejsou zdaleka tak srdčité jako na obrázku v knize, což nás při určování trochu zmátlo. Kromě barvy kůry je to však právě velikost listů, která na této bříze upoutá na první pohled. Jedním z určovacích znaků je také tvar plodů – nažek – a podpůrných šupin v jehnědách. Stejně jako jiné břízy je i tato bříza ekologicky značně přizpůsobivá, takže snáší suché i zamokřené či živinami chudé půdy. Stanoviště u Otavy by jí tedy mělo naprosto vyhovovat. Množí se ze semene, vysévaného časně zjara (v březnu a dubnu); někteří praktici vysévají březové semeno „na sníh“. Bříza papírovitá se také používá jako podnož pro roubování velkolistých bříz. První zmínka o jejím pěstování v Čechách je z roku 1865; tehdy se uvádělo, že roste v zámeckém parku v Hluboké nad Vltavou. **-vh-, Eva Legátová**

Použitá literatura:

VĚTVIČKA, Václav: Stromy a keře, Aventinum, 2005
POKORNÝ, Jaromír a kol.: Stromy, Aventinum, 1998

Ochrana přírody – 5. díl – V kanceláři

Významná část z nás tráví svůj pracovní čas v interiérech k tomuto účelu speciálně zařízených – v kancelářích, na úřadech, v ordinacích, školách a ostatních institucích. Ať už se jedná o práci ve státní správě nebo v soukromém sektoru, máme šanci ovlivnit svou ekologickou stopu této nemalé části našeho života. I když se z manažerské pozice o takových opatřeních rozhoduje lépe, ani řadový zaměstnanec nemusí zůstat pozadu a vznášet v této oblasti podněty. Argumentem v takovém případě může být i „zelené PR“ celého subjektu, které působí pozitivně směrem ven z podniku. Rozsah článku nám patrně nedovolí probrat všechna možná opatření, která jsme schopni provést. Pro více informací můžete pročíst např. tento web: <http://zeleneuradovani.cz>

Kancelářské potřeby

Spotřeba papíru, ale i ostatních kancelářských komodit se může jevit jako drobnost, ale pokud násobíme počty kanceláří, zaměstnanců a doby fungování, dostáváme se k číslům, která by nás měla zajímat. Papíru každý z nás spotřebuje asi 130 kg za rok. Na výrobu recyklovaného papíru se spotřebuje 5x méně vody a o 40 % poklesne uhlíková stopa. V dnešní digitální době bychom se měli zaměřit především na to, jakou část dokumentů je nezbytně nutno uchovávat v papírové podobě. Výrobky z recyklovaného papíru jsou označeny tříšipkovým symbolem a dnes jsou již běžně dostupné. Více k tomuto tématu např. [zde](#). U ostatních kancelářských potřeb můžeme svou pozornost věnovat např. použitému materiálu, vyměnitelnosti náplní, použitým obalům atd. Nakupovat bychom měli výrobky s delší životností a výrobky s ekoznačkou. Vyhýbat bychom se měli materiálům jako je hliník, PVC nebo výrobkům, ve kterých jsou použity toxické chemikálie. Přednost by měly mít materiály přírodní, výrobky bez zbytečných obalů a s přijatelnou vzdáleností dovozu.

Kancelářská technika – nákup a provoz

Nákup elektroniky bude vždy už ze své podstaty ekologicky nešetrný. O to více bychom se měli zamýšlet (a to platí zejména u počítačů) zda hardware nebude díky bouřlivě se rozvíjícímu softwaru za několik málo let zastaralý. Životnost mnohé elektroniky se tímto způsobem zkracuje na zlomek životnosti fyzické. Druhou důležitou oblastí je spotřeba energie po celou dobu života výrobku. Při nákupu nám mohou pomoci dva certifikáty – „Energy star“ (je udělován produktům, které vyhovují stanoveným kritériím ohledně své spotřeby elektřiny) a „TCO“ certifikace, která se kromě životního cyklu výrobku, spotřeby energie a kvality obrazu zabývá i intenzitou elektromagnetického záření. Po uvedení spotřebiče do provozu můžeme některými snadnými opatřeními podstatně snížit jejich energetickou náročnost. Ve většině

případů nejsme v zaměstnání tlačeni možnou finanční úsporou, o to více by se v nás mělo probudit naše spotřební svědomí. Při změně některých našich návyků v užívání elektroniky mohou být finanční i ekologické přínosy poměrně znatelné. Známa je například spotřeba energie u spotřebičů zdánlivě nečinných v tzv. pohotovostním režimu. Tomu můžeme zabránit při každém odchodu z práce, odjezdu na víkend či na dovolenou odpojením spotřebiče ze sítě nebo pořízením zásuvkové lišty s vypínačem. U osobních počítačů a monitorů je také mnoho možností nastavení úsporných režimů nebo režimů „spánku“ např. při poledních pauzách nebo poradách. Do oblasti elektroniky spadá také druh použitých svítidel. I zde je možné mnoho ztratit nebo naopak získat – s novými typy úsporných svítidel. Po skončení životnosti elektroniky, se z nich stává díky obsahu těžkých kovů nebezpečný odpad. V dnešní době již je povinností prodejců elektroodpad na základě recyklačních poplatků zpětně odebírat a umožnit tak recyklaci. U starších spotřebičů využijeme sběrného dvora, elektroodpad se stává cenou druhotnou surovinou.

Zařízení interiéru

Pokud máme to štěstí a můžeme mluvit do zařízení našeho pracovního prostoru, naše pozornost by měla směřovat do vybavení kanceláře nábytkem, druhu použitých podlahových krytin a nátěrových hmot. U nábytku je tou nejšetrnější volbou masivní dřevo, nástavbou je certifikace výrobního procesu v souladu s principy udržitelného rozvoje lesů FSC (více [zde](#)).

Pokud je materiálem dřevotříska, rizikovou látkou je formaldehyd (pravděpodobně karcinogenní) a měli bychom volit výrobky bez této přísady. Na pozoru bychom se měli mít také před nábytkem z exotických druhů dřeva. Co se podlahových krytin týče, přednost bychom měli dát přírodě blízkým netoxickým materiálům (dřevo, korek, přírodní linoleum, keramické dlaždice). Nebezpečným materiálem je PVC s rizikovými přísadami ftalátů. Při nákupu nátěrových hmot upřednostňujeme prostředky ředitelné vodou s minimem škodlivin, zejména těkavých organických látek.

Ostatní šetrné postupy

Jako samozřejmost už dnes vyznívá třídění odpadů na pracovišti, přesto se ještě asi najde nemalá část těch, kteří třídění z několika málo neopodstatněných principů odmítají. Situaci můžeme usnadnit zřízením nádob na separované druhy odpadů nebo vytrvalou osvětou a vysvětlováním. Některé další opatření budou předmětem dalších dílů tohoto seriálu. Řeč bude např. o šetrných čistících prostředcích, energetických úsporách při provozu bytové jednotky nebo jídle (v tomto případě na poradách, v kantýnách apod.). K některým tématům použitelným i pro tuto oblast už jsme se naopak dostali. Snadno si tedy odvodíme, jak se co nejšetrněji dopravovat do zaměstnání nebo jak přistupovat k úsporným energetickým opatřením v rámci celé budovy. -jj-



Tříšipkový symbol recyklovaných výrobků, certifikáty Energy star a FSC

Nový režim ochrany dřevin rostoucích mimo les a povolování jejich kácení

Upozorňujeme občany města, že dne 15. července 2013 nabyla platnosti nová prováděcí vyhláška č. 189/2013 Sb., o ochraně dřevin a povolování jejich kácení. Nový předpis přináší některé zásadní změny, které mění dosavadní režim kácení dřevin a procesu jeho povolování.



Foto -jj-

Největší změnou pro občany je, že povolení orgánu ochrany přírody ke kácení dřevin rostoucích mimo les již nemusí mít občané, kteří chtějí pokácet dřeviny rostoucí v zahradách. Za zahradu je dle předpisu považován pozemek u bytového domu nebo u rodinného domu v zastavěném území obce, který je stavebně oplocený a nepřístupný veřejnosti. **Pozor! Tato změna se netýká dřevin rostoucích v zahrádkářských koloniích, u chat či obdobných rekreačních zařízení, průmyslových podniků, u budov firem, apod.**

Dále se povolení nevyžaduje pro dřeviny o obvodu kmene do 80 cm měřeného ve výšce 130 cm, pro zapojené porosty dřevin o celkové ploše do 40 m² a dřeviny pěstované na pozemcích vedených v katastru nemovitostí ve způsobu využití jako plantáže dřevin. **Tyto uvedené skutečnosti platí však za předpokladu, že se nejedná o dřeviny, které tvoří součást významného krajinného prvku nebo stromořadí.** V těchto krajin-

ných útvarech se podmínky pro povolení kácení prováděcím předpisem zpříšňují oproti původní právní úpravě. **Stromořadím se** pro účely této vyhlášky rozumí souvislá řada nejméně deseti stromů s pravidelnými rozestupy; chybí-li v některém úseku souvislé řady nejméně deseti stromů některý strom, je i tento úsek považován za součást stromořadí; za stromořadí se nepovažují stromy rostoucí v ovocných sadech a plantážích dřevin.

Náležitosti žádosti o povolení kácení dřevin a oznámení o kácení dřevin se prakticky nemění.

Právní předpis taktéž stanovuje, ve kterém se kácení dřevin provádí, a to v období vegetačního klidu. **Zdejší orgán ochrany přírody na základě zkušeností povoluje kácení v období od 1.11. do 31.3. Doporučujeme i občanům, kteří ve smyslu nové prováděcí vyhlášky nemusí o povolení žádat, aby toto období taktéž respektovali. Při kácení dřevin ve vegetačním období může dojít k ohrožení hnízdicích ptáků a některých savců a tím i k porušení stále platících a neměnicích se ustanovení o obecné ochraně rostlin a živočichů, zákona č. 114/1992 Sb., o ochraně přírody a krajiny, ve znění pozdějších předpisů.**

Občanům města, kteří ve smyslu nové prováděcí vyhlášky nemusí žádat o povolení ke kácení, nabízíme bezplatnou konzultaci v terénu a posouzení, je-li konkrétní kácení dřevin opravdu nutné a nezbytné. **Ing. Ondřej Feit, OŽP Strakonice**

Veget na pokračování – 19. díl – Základní postupy v kuchyni – tepelné úpravy pokrmů

V návaznosti na minulý díl našeho seriálu, ve kterém byla řeč o nakupování, si v tom dnešním rozebereme základní kulinářské postupy. Toto téma budeme probírat zejména v některých souvislostech postupů racionální výživy a specifík bezmasé kuchyně v oblasti tepelných úprav potravin.

Pokrmů bez tepelné úpravy

Na jejich konzumaci je založen styl vitariánství (jiným názvem raw veganství) s filozofií jídelníčku, ve kterém nejsou potřebné živiny (vitamíny, enzymy, antioxidanty) degradovány tepelnými úpravami. Pro potřebu našeho seriálu budeme vycházet z informace, že by pro zlepšení našeho zdraví bylo výhodné zastoupení syrových potravin v jídelníčku zvyšovat. Toto se týká zejména zeleniny, ovoce, ořechů, naklíčených luštěnin či obilovin. Neméně důležitá je i pravidelnost příjmu těchto potravin nebo pokrmů z nich připravených. Pro větší atraktivnosti jídel bez tepelné úpravy můžeme tyto suroviny ochucovat neagresivními druhy pochutin (bylinkami apod.). Klademe důraz na to, aby ochucování nepotlačilo jejich přirozenou chuť. Pro zvýšení výživné hodnoty např. zeleninových salátů je vhodné přimíchat za studena lisované (panenské) oleje. Můžeme připravovat také pomazánky, pasty, studené koláče, dezerty apod.

Vaření

Základní postup, využívaný zejména pro suché suroviny. Varem získávají vodu a zlepšuje se přístupnost živin. Upravujeme tak zejména obiloviny a luštěniny, výrobky z nich. Doba varu by se neměla prodlužovat nad dobu nezbytně nutnou a u potravin s velkým obsahem vitamínů (zejména zeleniny) bychom měli přistupovat spíše k šetrnějším úpravám. U luštěnin zkrátíme dobu vaření dostatečně dlouhým procesem máčení, případně můžeme využít tlakového hrnce.

Vaření v páře

Poměrně šetrný postup, který dobře využijeme např. u zeleniny, u které se snažíme zachovat její barvu a strukturu. Výzkumy udávají i lepší zachování živin u takto upravovaných potravin (v řádu desítek procent), vždy však záleží na době úpravy.

Smažení

Jedná se o úpravu pokrmů při vysokých teplotách, která je všeobecně přijímána jako zdraví neprospěšná. Zvyšuje chuťovou atraktivitu pokrmů, neboť tuk je nositelem chuti. Pokud nebudeme smažení využívat příliš často a dodržíme některé zásady, dá se využít jako kulinářský doplněk. Klíčový je druh tuku, který ke smažení použijeme. Tzv. kouřový bod je teplota, při které dochází v tuku k degradujícím pochodům a vzniku nebezpečných (v mnoha případech) rakovinotvorných látek. Uvádíme nejčastěji používané tuky a v závorce jejich kouřové body. Nejlepším druhem tuku ke smažení je řepkový olej, který vyniká nejen vysokou teplotou přepalování (kolem 250°C), ale i dobrým zastoupením mastných kyselin. Využitelný je ještě slunečnicový olej (230°C) a olivový olej (240°C) – zde však musíme být obezřetní a ke smažení nepoužívat panenské (za studena lisované) oleje, které mají kouřový bod výrazně nižší. Sádlo s kouřovým bodem 188°C je ke smažení nevhodné a to také kvůli nepříznivému za-



Ne všechny tuky jsou pro smažení vhodné, foto - zdroj: prozeny.blesk.cz

Nejlepším druhem tuku ke smažení je řepkový olej, který vyniká nejen vysokou teplotou přepalování (kolem 250°C), ale i dobrým zastoupením mastných kyselin. Využitelný je ještě slunečnicový olej (230°C) a olivový olej (240°C) – zde však musíme být obezřetní a ke smažení nepoužívat panenské (za studena lisované) oleje, které mají kouřový bod výrazně nižší. Sádlo s kouřovým bodem 188°C je ke smažení nevhodné a to také kvůli nepříznivému za-

stoupení mastných kyselin. Ještě hůře je na tom máslo, které se díky obsahu vody a bílkovin přepaluje již při 130°C. Při smažení by nemělo docházet k výraznému hnědnutí nebo dokonce černání potravin. Zeleninu bychom měli smažit spíše zprudka a krátce (restovat), aby nedocházelo k tepelné degradaci vitamínů rozpustných ve vodě. U vitamínů rozpustných v tucích naopak dojde k jejich uvolnění do tuku a jejich zachování (platí zejména u kořenové zeleniny).

Grilování

Využíváme ho jako doplněk v letních měsících. Před pořízením grilu bychom měli mít na paměti jednu důležitou věc. Volit grilovací plochu tak, aby nedocházelo ke styku grilovaných potravin s ohněm, respektive odkapávající tuk nehořel a nekontaminoval potraviny karcinogenními sloučeninami. Ideální jsou grilovací kameny, které zároveň nevyžadují při grilování velké množství tuku, a teplotu můžeme snáze korigovat. U nekyselých jídel můžeme použít alobal, který zabrání styku ohně s potravinou. Nevhodné jsou grily s roštem nebo přímé opékání potravin nad ohněm.

Pečení, gratinování

U těchto úprav platí podobná pravidla jako u smažení. Nemělo by docházet k příliš velkým barevným změnám pokrmu. Teplotu zmírníme podléváním, tento postup se pak spíše blíží dušení.

Fritování

Vzhledem k velkému množství použitého tuku a vyššímu riziku přepalování zcela nevhodný postup. Opatrní bychom měli být zejména v restauračních zařízeních, kde nemáme nad tímto procesem kontrolu a měli bychom se fritovaným potravinám raději vyhnout. Rizikové jsou tyto úpravy u potravin bohatých na škrob (hranolky, chipsy). U nich jsou barevné změny potravin doprovázeny vznikem akrylamidu a dalších nebezpečných látek.

Blanšírování (spaření)

Postup, který se dá využít u některých druhů zeleniny pro oddělení slupek, odstranění nežádoucích chutí u syrových plodů atd. Jedná se o spaření nebo krátké vaření a následné zchlazení studenou vodou. Za předpokladu krátké doby této úpravy se jedná o relativně šetrný postup. -jj-

Morčák velký blízko nás

O kachnách jsem již psal (v [čísle 6/2013](#)). Ale o té dnešní dosud ne. Vlastně bych si jí ani moc nevšímal, nebýt toho, že v dobách horka jsem se svou ženou vlezl do naší řeky Otavy a spokojeně se cachtal. Mé převalování ve vodě neušlo zraku kachen divokých a s nimi ani čtyřem doprovodným kachnám, morčákům velkým (*Mergus merganser*). Celé hejtno se zvedlo a zvědavě připlavalo na vzdálenost 4 - 5 metrů, žvatlalo a kvákalo. Morčáci otvírali svoje dlouhé zobáky a já jsem ležel ve



Morčák velký - soutok Otavy a Volyňky ve Strakonících, foto -vh-

vodě a díval se na tu ptáčí krásu. Když je člověk na břehu, zvířata mají přirozený strach. Ale když je ve vodě a kouká z něj jen hlava, ptáci, zdá se, ztrácejí bázeň. Ostatně něco podobného psal ve svých knihách dnes už pozapomenutý Rudolf Luskač. Například v knize „Revír bez hranic“. Jen ty konce byly většinou v knize jiné, u lovce končí tradičně - úlovkem. Ale také někdy jen pozorováním. Morčáka velkého většinou nepovažujeme za domácí kachnu, ale ve Strakonících na Otavě se tento druh již zabydlel. O tom by bylo možné se přesvědčit prohlížením databáze pozorování ptactva na webu ČSO. Morčák velký nepatří mezi klasické kachny, je kachnou potápivou a zároveň rybožravou. V létě se většinou vyskytuje na Otavě v rozmezí Střelských Hoštic až Sudoměř. Zde různě vyvádí své mladé. Vidět malá kachňata morčáka se většinou ve Strakonících nepodaří. Musí se z města ven. A tak jsem je jednou pozoroval u zmiňovaných Střelských Hoštic, podruhé zase v chobotech u Přeborovic. Prostě, zdá se u nás býti doma. Mladí ptáci, kachňata se objeví někdy v květnu. V zimě vidíme početná hejna krásně vybarvených kačerů i elegantních prostých kachen na řece Otavě, třeba na jejím soutoku s Volyňkou. Někdy se mezi ně připlete kachna divoká, jindy zase plachý kormorán velký. Dospělí ptáci nás k sobě moc nepustí. Střeží si naši pozici a nezdá se jim ani dlouhé zaměřování fotoaparátem. Stačí chvilka a krásná kachna se rychle ponoří, aby se vynořila o 10 - 15 metrů dále. Klidně i při okraji ledu nebo v proudu řeky. Někdy si chytne rybu, většinou tak do 15 cm. A po nějakém čase se zase ztratí, aby se objevila jinde na řece. Třeba u Staré řeky u Strakoníc. Ale ať je to tak, nebo tak, morčák velký je u nás již ptákem celoročním. Ostatně, kdo máte chuť, je teplo, voda klidná, sejděte kousek po proudu, lehněte si do vody nebo se posadte na břehu a jen se dívejte. Stojí to za to. -vh-

Environmentální senzitivita

Na počátku odpovědného jednání k okolí či sobě je kladný vztah. Ten se utváří převážně v dětství. Otevíráme proto letos bránu programům prožitkovým, určeným pro malé děti. Naším cílem je zaměření na environmentální senzitivitu. Environmentální senzitivita - podivné cizí sousloví, neznamená nic jiného než citlivost k přírodě, vztah k přírodě, dovednost ji vnímat a prožívat. Po prožitku následuje další krok – umět přírodu ocenit, vážit si jí. K tomu je potřeba také praktická znalost, pochopení vztahů...

Sáhli jsme tentokrát po zkušenosti ochránáře a pedagoga – Josepha Cornella. V knize „Objevujeme přírodu“ od Cornella je popsán systém prožitého učení. Cyklus má čtyři fáze. Autor chce nejprve skupinu uvolnit a naladit na další aktivity, pak se soustředit na smyslové hry a prožitky, následně využívat plné pozornosti a učit se konkrétním věcem, dovednostem, nakonec sdílet či vyprávět příběhy lidí – přírodovědců, ochránců... Uvádět dobrý příklad. Mluvit o vlastním zážitku a zkušenosti.

Tentokrát jsme ale nezůstali jen u tohoto přírodovědce, zkusili jsme jít dál a pracovat výtvarně s prožitkem přímo v místě, kde se s přírodou setkáváme. Využili jsme myšlenky a nápady landartu. Landart znamená tvoření v konkrétním, živém prostoru místo v galerii. Pomáhá také hledat vztah k místu, k materiálům, se kterými tvoříme, doplňuje krajinu, upozorňuje na něco, co je nám obvykle skryto na první pohled...

Mnozí umělci jako Andy Goldsworthy, David Nash, Michael Singer mají něžný přístup k přírodě – používají při tvoření materiály, jako jsou kameny, klacky, půda, led, stébla, bahno. Dotvářejí krajinu svým dílem, dokreslují její krásu, připomínají pomíjivost či hodnotu.

Tento rok se pokusíme prožitek přírody nabídnout i nejmenším dětem na Strakonicku. Pedagogové zapojení do projektu budou inspirováni pro další vlastní tvorbu podobných umělecko-prožitkových programů v přírodě. Poukázat na důležitost prožitku pro současné děti je naším cílem. Aktivitami na zvyšování environmentální senzitivity se oddalování přírodě můžeme trochu postavit – tento proces totiž mohou zpomalit nebo dokonce i změnit... -pt-



Foto -pt-

O náhonu a jezeru u Slaníku - zastavení u Otavy 7.

Když se řekne Slaník, hodně rybářů si připomene slanickou pískovnu.

V minulém zastavení jsem skoro vykročil po proudu řeky Otavy ze Slaníku pryč. Ale přece jen zde chvíli ještě zůstaneme. Opomenout slanickou pískovnu by byla chyba. Zvláště vzpomeneme-li na některé rybáře, kteří zde tráví spoustu času při očekávání úlovku. Pro ně je pískovna místem odpočinku a možností nenadálého loveckého zážitku. Díky spojení pískovny s řekou slouží tato uměle vytvořená nádrž útočiště pro ryby při velké vodě. Pískovna vznikla odtěžením říčního písku a šterku v minulém století a těžba zde skončila někdy v letech osmdesátých. Pamatuji si ještě plovoucí bagr a putování aut naložených pískem. V té době byla pískovna místy hluboká, ale dnes jsou některá místa přirozeně zazemněná a uprostřed pískovny můžeme vidět hromádku kamení postavenou od místních plavců.



Slanická pískovna, foto -vh-

Z ryb kromě obligátního kapra je možno vidět plotice říční, cejny velké, okouny říční a z mých mladých let si pamatuji rovněž „nenáviděné“, ale krásné ježdíky obecné. Ale nemusí se chytat jen ryby. Za pohled stojí i to, co se děje na vodní hladině, a tak je možno pozorovat labutě velké, kachny divoké, přelet volavek popelavých nebo daleko menších konipasů horských. Či čápů bílých, občas se pokoušejících zahnížit ve Slaníku. Není to tak dávno, co jsem zde pozoroval luňáka červeného. Díky vzrostlým stromům v okolí náhonu je zde možno slyšet žluvu hajní. Romantiky zaujmou porosty stulíku žlutého a entomology zase hmyzové, povětšinou složení z nápadných zástupců vážek. Kromě velké vážky ploské je zde k vidění šidélko brvonohé, šidélko proužkované a občas se vzduchem prožene velké šidlo. Motýlkáři zaznamenají povětšinou četná hejna bělásků, hlavně běláška řepového a řepkového. Ty je možno vidět i na mělčině u náhonu v obci, sající v bahně vodu. Občas se objeví skvělý le-

tec, babočka admirál. Měkkýší fauna hojná není. Občasný nález uchatky toulavé (*Radix peregra*), uchatky nadmuté (*Radix auricularia*) a v zarostlých částech pískovny plovatky bahenní (*Lymnaea stagnalis*) - to je skoro vše, co je zde možno z vodních šneků nalézt.

Pokud nás pískovna omrzí, můžeme svou pozornost obrátit k nedalekému náhonu. První, co nás upoutá při příchodu k vodě, bude zřejmě hemžení na mělčinkách. To prchají početné ouklejky pruhované, občas společně s nevelkými ploticemi. Píščinky jsou doménou drobných hrouzek obecných. Občas se do hejnků připloune malý okoun říční. Pod kameny se skrývají drobní korýši, blešivci a pijavky. U spadlých kusů dřeva je možno pozorovat drobné potápníčky (*Laccophilus variegatus*) nebo příkopníky (*Acilius sulcatus*). Nad vodní hladinou při troše štěstí zahlédneme dva druhy našich motýlic. Motýlici obecnou a motýlici lesklou. Když budeme bez pohybu, uvidíme je klást vajíčka při ponořeném větroví a rostlinách. Lesklí modří samečkové si hlídají úpěnlivě svůj vzdušný prostor, a tak nad vodní hladinou panuje čilý rej. Občas se mezi motýlice přimotá šidélko ruměnné nebo šidélko široskvrnné. Pokud budeme sedět delší dobu, sami se staneme nejspíše potravou pro všude přítomná lidově zvaná „hovada“. Ale ve skutečnosti půjde ponejvíce o bzikavku dešťovou. Malí trapiči se líhnou také úspěšně v zapomenutých loužích po větší vodě. Jsou jich tam stovky. Na loužích i větší vodní ploše můžeme pozorovat i bruslačky obecné, které drobný vodní hmyz loví na hladině a rychle se pohybují. Jako zajímavost můžeme vidět také vodoměrku štíhlou, která se většinou pohybuje na vodě poblíž břehu jako nenápadná tyčinka s několika tečkami na hřbetu. Z měkkýší fauny nás zaujme drobný zemounek lesklý (*Zonitoides nitidus*) nebo nahý měkkýšek, slimáček hladký (*Deroceras laeve*). Hodně času se nechá prožít na slanicí pískovně a v jejím okolí. Příjemný hájový porost na březích poskytuje úkryt před ostrým sluncem a stále je na co koukat, čemu se obdivovat. Rozhodně je zajímavé zkusit návštěvu této lokality v různých ročních obdobích a zdánlivá jednotvárnost tohoto místa je pryč.



Hrouzek obecný v mlýnském náhonu tekoucím ke Slaníku, foto -vh-

-vh-

Nová zelená úsporám

Od poloviny srpna 2013 mohou majitelé nebo stavitelé rodinných domů žádat o finanční prostředky z druhého kola projektu Zelená úsporám. Stát v něm rozdělí necelé dvě miliardy korun, což je pouze zlomek minulé výzvy. Projekt poběží do vyčerpání uvolněné částky – nejpozději však do 29. listopadu. Kromě nižší alokace a faktu, že se dotace budou týkat pouze rodinných domů, má Nová zelená úsporám několik dalších specifik.

Dotace jsou tentokrát nastaveny motivačně – čím větší energetická úspora, tím vyšší dotace. Pokud navíc zkombinujete více úsporných opatření dohromady, dotace ještě vzroste. Vedle dotací na konkrétní úsporná opatření můžete v rámci druhého kola získat peníze i na odborné posudky, projektovou dokumentaci či na zajištění odborného technického dozoru.

Finanční prostředky z druhého kola můžete získat na tato opatření: **zateplení domu, výměna oken a dveří, výměna kotle, tepelné čerpadlo, větrání s rekuperací tepla, solární systémy na ohřívání teplé vody a přitápění, dotace na stavbu úsporných a pasivních domů.**

Nedílnou součástí každé žádosti musí být projektová dokumentace a energetický posudek. Obě dvě záležitosti mohou zpracovat pouze autorizované osoby, kterých je omezený počet, což podle nejnovějších informací představuje komplikace. Žádost pro dotaci se podává výlučně elektronicky. Informační systém všechny žádosti generuje a bude z něj patrné, kolik dotáčních peněz ještě zbývá. Samozřejmě, že celý proces je doprovázen poměrně složitým papírováním s nutností vyplnit mnoho různých formulářů a dokladů. S tím vám může pomoci specializovaná firma. S jejím výběrem byste však měli být velmi opatrní a vše důsledně podložit smlouvou.

Více informací včetně přesných návodů naleznete na oficiálních stránkách projektu [Nová zelená úsporám](#).

-jj-

„Paměť strakonických stromů“

O nenahraditelnosti vzrostlých stromů v krajině i v obcích jsme psali v Kompostu už mnohokrát. A stejně tak i o tom, že mnozí z nás k nim mají velmi silný vztah i "jen tak", z prosté sympatie k nim. Nejen, že jsou nutné pro zadržování vody v krajině, pro mikroklima, pro kvalitu půdy, pro ptactvo a další tvory atd., ale jsou navíc i krásné, inspirující, jsou spojeny s našimi vzpomínkami, setkáváme se s nimi podobně jako se známými a milými lidmi a chybí

nám každý, který zmizí nebo je mu ublíženo přílišným ořezáním, narušením kořenů nebo třeba poškozením kůry. Úctu k nim vzbuzuje už jen to samo, že mnohé z nich jsou o hodně větší i starší než my sami... Můžeme vidět u malých dětí, jak vcházejí pod převislé větve s podobnou zvědavostí a radostí jako do tajemné jeskyně nebo útulného domu. Pokud ale často slyší od dospělých lamentace nad spadlým listím nebo nad tím, že strom stíní do okna, postupně se tomu přizpůsobí a přestanou o tom přemýšlet - proto je důležité, s jakými názory se setkávají častěji a od koho je slyší. V našem kroužku MOPÍků se scházejí rodiny, kde dobrý vztah k zeleni je samozřejmostí a společné chvíle v lese nebo v přírodní zahradě se řadí k tomu nejhezčímu, na co se všichni těší, od babiček až po vnoučata. Svědčí o tom i velice oblíbený MOPÍkovský tábor, který se koná každoročně na Chvalově a je vždycky obsazen hned po vyhlášení termínu.

Při příležitosti výstavy „Pobočka - Ekoporadna - Kompost“ jsme v hale ŠK na zámku připomněli i dlouhodobou akci „Paměť strakonických stromů“, která začala v roce 2008 a trvá dosud. Příspěvek, který jsme vybrali pro toto číslo Kompostu, patří k těm prvním, které byly pro akci připraveny. Za těch několik let jsme jich nasbírali od dospělých i dětí celou řadu a máme je vystaveny v půjčovně pobočky Za Parkem. Celá výstava by se do prostor této malé knihovny nevešla, a tak vystavené příspěvky obměňujeme podle ročních dob nebo podle toho, co se v našem okolí právě odehrává. Pokud byste nám chtěli poslat i svoje příspěvky, můžete svůj vztah ke stromům vyjádřit jak v povídce nebo v básni, tak i formou výtvarného díla - to záleží na každém z vás. Protože mnozí z autorů si přejí zůstat v anonymitě, uvádíme jména jen u dětí (ale na požádání je většinou prozrazujeme těm, koho ten který příspěvek zaujal). Nemusí se přitom jednat jen o stromy strakonické, ale o jakékoliv. A další možnost, jak se můžete o svoji radost ze stromů podělit, je i tady, na stránkách Kompostu. -ah-

Stromy, zahrada a kousek dětství

Prožil jsem pěkné dětství. Mám z něj spoustu vzpomínek a některá pluje na povrchu mysli jako lodička z kůry po vodě. Často jsme jezdili s rodiči na víkend k babičce žijící v nedaleké obci u Strakoníc. Byly to někdy trpké chvíle, zrovna když hodina odjezdu se kryla s pohádkami v televizi. Ale zase na druhou stranu u babičky a dědy byl jiný svět. Svět velkého stavení s temnými kouty na půdě, mňoukajícími kočkami a radostným psem Astou, který byl mým dlouholetým společníkem na mých toulkách po kraji.

Někdy na chalupě bydleli i moji bratřenci a sestřenice. Bylo-li léto, často jsme trávili volné chvíle na zahradě pod starou třeš-



Foto -ah-

ní. Bylo její samozřejmostí, že nás oblažovala krásnými tvrdými červenými plody, ale co hlavně, že pod ní byl z celé velké zahrady ten nejlepší stín. Jako by to všechno nestačilo, našel se ve stodole kus řetězu a prkno akorát tak na houpačku a nebylo v blízkosti lepšího stromu. Třešeň jakoby mláďla. I tehdy, když jsem byl sám, rád jsem tam sedával a pozoroval život na zahradě. Skotačení králíků mezi zeleninou, babičku pokládající past na krta, který byl stejně puštěn, než jej babička našla, nebo pyšného bažanta chodícího okolo plotu, jako by on byl ten pravý majitel zahrady. V úporné zahradnické dřině za každého počasí zde bylo místo klidu. Donesl jsem si sem talíř s jídlem, nějakou knížku z "padlé" westernové knihovny a těšil jsem se cvrkotem stromu, mňoukáním špačků a bzúčením dědových včel...

Zatáhly se však mraky. Babička zestárla, děda na tom byl zdravotně špatně, a tak se velké soukromé zahrady vzdali. Dostala nového správce z družstva. Moc dlouho to netrvalo a bylo rozhodnuto. Snad proto, abychom na zahradu nelezli, třešen pokáceli. Jednu neděli jsem přijel a u plotu zela díra, u ní hromada kompostu, kterou správce snad ani nedocenil, a celkově smutno a pošmurno. Následovaly další stromy, padly javory v okolí pozemku. Snad to nás pohnulo k činům. Dětská mysl je vynalézavá a krutá. Skutečnosti, které jsme nechápali, se zosobnily ve správci. Začal dětský boj. Na zahradě se stále něco dělo, jednou byly hadice na vodu děravé, podruhé v uhlárně skleníku řádil rarach nebo nepoužívaný bazének byl znovu plný vody k radosti žab. Dostával jsem výplatu od mého táty, i když jsem mnohdy za ledacos nemohl. Děti se spojily.

Nakonec jsem zůstal u babičky a dědy sám. Příbuzní už sem nejezdili. Trochu jsem povyrosl a bylo mi správce líto. A co bylo dál? Děda umřel, babička zestárla a ještě ve svých devadesáti letech chodila na zahradu a pracovala jen tak pro nového majitele. Byl to soukromník, který pozemek po roce 1990 koupil. Pamatuji si na její klidné oči, kapičku potu u nosu a shrbenou postavu. Co se jí asi prohánělo hlavou? Možná zrovna celá zahrada v její mysli povstala a babička byla šťastná i ve svém pokročilém stáří. Alespoň často vyprávěla o zahradničení, dědově roubování stromů a povídkách sousedů, kteří jej v těžkých chvílích nemoci navštěvovali. Zahrada dnes opět obrostla javory, třešeň tam však není. Stejně tak chybějí dvě přívětivé túje a jablko, kterou k mému jménu (bylo to Vilémovo jablko) děda odkudsi těžce nemocný dovezl.

Možná nějaká stará fotka zůstala, ale pamětníci mizí a stromy i lidé na fotografiích ztrácejí jména. -vh-



Pozvánky - září 2013

Ekoporadna při Šmidingerově knihovně zve:

Farmářské trhy

Pátek 13. a 27.9. od 14 do 18:00, I. nádvoří strakonického hradu

Přijďte si po prázdninách a v předvečer strakonické pouti nakoupit čerstvé farmářské zboží. Aktualizovaný seznam prodejců [zde](#). Všechny produkty s kontrolou původu a kvality.

Na měsíc říjen připravujeme:

Zelené otazníky (další cyklus besed), **Kurzy zdravého veg(etari)ánského vaření**, **Vaříme bez cholesterolu** (přednáška s ochutnávkou). -jj-

Pobočka ŠK a ZO ČSOP zvou dospělé i děti:

Hraní na kantely (vyrobené při akcích ŠK), případně i další nástroje

Neděle 15. 9. - od 18.00 na pobočce Za Parkem ve spolupráci s o. s. Spona. K poslechu nebo i zpěvu zveme také veřejnost.

Tvořivý podvečer – Paličky ze svazků bylin

Pondělí 16. 9. - 17:00 – 19:00 hod. na pobočce Za Parkem (lze přijít kdykoliv **mezi 17. a 19. hodinou**, třeba jen na podívání). Potřeby budou připraveny, ale hodilo by se přinést i vlastní: tenký provázek, nůžky, rostlinný materiál (na vyzkoušení stačí i stébla trávy nebo jiné rostliny s rovným stonkem). **TP povede p. Božena Legátová z Chanovic.**

Promítání a vyprávění „Fotografie z letních cest do přírody“

Středa 18. 9. - Od 17.00 v promítacím sále strakonického gymnázia. Téma: Slovensko, Chorvatsko, Vysočina... Se svými snímky se mohou připojit i ti, kdo se předem ohlásí v půjčovně Za Parkem nebo na hrdlickova@knih-st.cz, 380 422 720.

Questingová cesta parkem „Poklad Rennerových sadů“

Čtvrtek 19. 9. – **zážitková objevná hra** na pomezí moderní šipkované a geocachingu. 8 – 13 hod. pro školy, mezi 13. – 18. hod. pro děti i dospělé (třeba i celé rodiny). Start v půjčovně Za Parkem. S sebou nic než tužku a papír, přijít lze kdykoliv během odpoledne, hra trvá nejméně 30 minut. Ve spolupráci s CEGV Cassiopeia. Počítá se s pokračováním (info v půjčovně).

Pěší výlet "Symbióza rybníků a stromů"

Neděle 22. 9. 2013 - s povídáním o péči o vysazené stromy. **Trasa:** Štěkeň - rybník Záhořčí - rybník Močidlo - rybník U Křížku - lesní nádrže U Antonína mezi Štěkni a Slatinou - výhled na rybníky Vítkovský a Barachovec - zpět do Štěkne. Vede a místopisné zajímavosti přiblíží **PaedDr. Václav Žitný**. Sraz: v 11:15 na náměstí před OÚ ve Štěkni (vlak ze Strakonice jede v 10:23). Zpět do Strakonice buď pěšky (např. přes Slatinu), nebo vlakem z Čejetic.

Schůzky přírodovědného kroužku MOP

Hlavně pro děti předškolního a mladšího školního věku s někým dospělým z rodiny. Lze chodit i nepravidelně. Sraz **každý týden v pátek (kromě 6. 9.) v 16:00 před hradem u kanceláře CIAO**. Při kroužku se může scházet i skupinka dospělých bez dětí, případně také oddíl starších školáků. Chodíme hlavně ven, někdy i do klubovny apod., podle toho, kdo přijde a jaké vyjde počasí. **Na 13. 9. je domluvena návštěva u koziček a dalších zvířat na hradě** (budeme moci i k nim za ohradu), **ukázka rozebraných ptačích budek** a vyprávění o péči o ně. Při dalších schůzkách si řekneme zážitky z prázdnin, připravíme si **vlastní pouť** a jiné radosti.

Výstava kvetoucích rostlin na určování, akce Burza nápadů na cestování, Paměť strakonických stromů a Nejmilejší knihy - v půjčovně pro děti a dospělé na pobočce Za Parkem.

Více na www.csop-strakonice.net, hrdlickova@knih-st.cz nebo na 380 422 720. -ah-

Fórum zdravého města

Pondělí 30. 9. od 17:00 v Domě kultury. Město Strakonice zve srdečně všechny občany na diskuzní fórum. Pojdme společně hledat desatero současných nejvýznamnějších problémů města Strakonice v těchto oblastech: rozvoj města a podnikání, životní prostředí, volný čas, kultura a sport, sociální oblast, zdravotnictví a zdravý životní styl, výchova a vzdělávání, doprava, prevence kriminality, bezpečnost, veřejný pořádek, aktivní věk 55+. Pomozte vybrat aktivitu, která získá šek na 10 000 Kč.



Drobné smetí

Fotogalerie prázdninových akcí

Tři prázdninové akce si můžete připomenout [zde](#), [zde](#) a [zde](#).

Zápisy z přírodovědných výletů

O prázdninách se konaly i dva přírodovědné výlety, zápisy z nich naleznete [zde](#) a [zde](#).

Problematická vyhláška ohrožující dřeviny

Byla tématem i dvou prázdninových čísel časopisu Ďáblík. Nejen tyto informace můžete čerpat [zde](#) a [zde](#).

Setkání ČSOP na Rokycansku

Proběhne ve dnech 6. - 8. září. Pozvánku naleznete [zde](#). -jj-



Literární okno

„Gaia vrací úder“

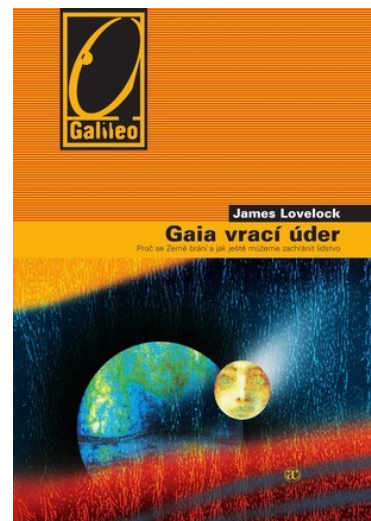
„Kdo je Gaia? Co je? To Co je tenká sférická slupka země a vody mezi žhavým jádrem Země a svrchní atmosférou, která ji obklopuje. Ono Kdo je vzájemně na sebe působící tkáň živých organismů, které ji postupně zabydlují už přes čtyři miliardy let. Kombinace Koho a Čeho a způsob, jakým se navzájem nepřetržitě ovlivňují, byl přílehavě pojmenován „Gaia“. Jak říká James Lovelock, je to metafora Země. Řecká bohyně, od jejíhož jména je název odvozen, by na nové využití svého jména měla být pyšná....“ Těmito slovy začíná Crispin Tickell předmluvu ke knize „Gaia vrací úder“ a pokračuje: „Představa o tom, že Země je naživu, v metaforickém slova smyslu, má dlouhou historii“. Vypočítává pak jména takových myslitelů, jako byl Leonardo da Vinci, Giordano Bruno, James Hutton, T. H. Huxley, V. I. Vernadskij. V roce 1972 tyto představy rozvinul J. Lovelock a vzbudil, jak se dalo čekat, velmi rozporuplnou odezvu.

V roce 2001 bylo při mezinárodním setkání vědců uvedeno toto: „Systém Země se chová jako jednotný samoregulační systém složený z fyzikálních, chemických, biologických a lidských prvků. Interakce a zpětné vazby mezi jednotlivými komponenty jsou komplexní a vykazují časovou a prostorovou variabilitu na mnoha úrovních“.

Stojíme před otázkou, jak dosáhnout takového vztahu mezi lidstvem a Zemí, který by měl charakter symbiózy. Nechceme zničit ani Zemi ani sami sebe. J. Lovelock se zamýšlí nad tím, co všechno hrozí a co jen málokdo chce slyšet a něco kvůli tomu měnit. Co můžeme ovlivnit my sami, co by Gaia přivítala a co ji naopak nutí vracet nám naše údery.

Vnímání Země jako něčeho živoucího, nám blízkého, je patrné i z dětské knížky „Tobiáš Lolness“, o které jsme psali minule. Nebo třeba z veršů uveřejněných v některých z dřívějších čísel. To, že Gaia dovede reagovat na naše činnosti pružně, s vlastním vkladem, je uklidňující (pro někoho až moc) a zároveň zavazující. Země se k nám i přes naši neúctu a nezodpovědnost chová vstřícně, ale je vyčerpaná a je nutné, abychom víc než na naše vlastní potřeby začali už konečně myslet na to, co potřebuje ona.

-ah-



Kterak pan doktor Říha, M. Šimek, J. Fousek a další kamarádi putovali po Šumavě

„...To je blázen, říkali zase o mně lidé, kteří se dozvěděli, že hodlám putovat po Šumavě o dovolené s oslem. Nic už mě nemohlo zastavit, naopak, zatvrdil jsem se. **Když jde někdo opilý po silnici, motá se a případně nepřetržitě falešně zpívá či spíše řve, nikoho to neudivuje. Když jdete po silnici a vedete osla, tak se za vámi otočí skoro každý...**“ Mnozí z vás jistě poznali slova z úvodní kapitoly knížky Miloslava Šimka a Josefa Fouska „Putování s oslem“. Vyšla v roce 1994 v nakladatelství ŠULC a SPOL. Čtenáři v té době znali tytéž příhody i z časopisu „Mladý svět“, kde vycházely na pokračování, a kdo je tady od nás, věděl z ústního podání ještě mnohem víc. **Vždyť jedním ze stálých účastníků těchto výprav byl pan primář MUDr. František Říha, CSc. (12. 9. 1931 – 22. 2. 2012), velice oblíbený dětský lékař ze strakonické nemocnice.**

O něm si nikdo netroufal říci, že je blázen, ale zvědavost to pochopitelně budilo, když takový vážený pán každé léto na pár dní sebral ranec, položil ho k ostatní výbavě na vozík tažený oslem Honzou a hurá cestou necestou s partou kamarádů za dobrodružstvím. Osel si občas postavil hlavu, a tu se prý pan doktor obvykle chopil své tahací harmoniky a zahrál mu do ouška. M. Šimek to v knize vylíčil tak, že: „... Honza chvíli předstíral, že neslyší, pak už to ale nemohl vydržet a raději znovu vyrazil svým osobitým tempem kupředu...“ Pokud to vypadá, že jsem tenhle úryvek zařadila jako příklad porušování práv zvířat, což by se zrovna na stránkách Kompostu dalo i čekat, pak musím říct, že je to jinak. Chtěla jsem jen připomenout pana doktora, kterého jsem i já sama poznala v dětství osobně a měla jsem ho ráda. O oslíkovi Honzovi si myslím, že mu tahání vozu tak moc nevadilo, ani jiné občasně nepohodí včetně těch pár písniček z harmoniky. Nikdo nežijeme úplně bezstarostně, ani my, ani domácí zvířata, ani ta z přírody. A pokud by všichni měli ke svým svěřencům stejně dobrý vztah jako pan Šimek a jeho kamarád fotograf Milan Wágner k Honzovi (kterého vlastnili společně), určitě by bylo na světě líp.



Honza, když jakožto oslí „penzista“ pobýval v jednom hospodářství poblíž zámku Kratochvíle, nakonec zažil i pohyb ve volné krajině – jenže právě to je v civilizovaném světě podobně problematické jako chov: „... Jistě se tam měl dobře, všichni ho měli rádi, pobíhal vlastně volně a to se mu stalo osudným. Nažral se na poli popráškované kukuřice. A byl konec. Když přišel dopis s tou zlou zprávou, bylo mi hrozně smutno... Pro sedlo jsem si nikdy nedojel. Neměl jsem odvahu spatřit ta místa. To pole. Neměl jsem odvahu vůbec o tom mluvit. Já vím, byl to jenom osel, ale byl to náš kamarád. Dobrý kamarád. Značnou část svého života jsem si myslel, že to, co právě prožívám, není nic jiného než jakási příprava na něco, co teprve přijde. Dnes vím, že je třeba si vážit každého okamžiku v životě, protože pak už nepříjde nic. Alespoň na tomto našem pozemském světě. **Dnes už vím, že dny strávené s věrnými přáteli a s oslíkem Honzou patří v mém životě k těm nejhezčím...**“



Dr. Říha a M. Šimek, z knihy „Putování s oslem“

připsáno: „Knižka na léto a na léta“.

Prázdniny skončily, vzpomínky na ně zůstanou. Stejně je to s příběhy zaznamenanými v knížce „Putování s oslem“, na jejímž obalu je u názvu

A ještě něco: tahle kapitola patří k těm, které se týkají osobností spjatých s naším regionem, a to nejen kvůli zmínce o dr. Říhovi. Co měl se Strakonickem společného pan Miloslav Šimek, o tom napíšeme příště podrobněji. -ah-

Nové informační publikace ekoporadenského fondu

Do knižního fondu Ekoporadny bylo v poslední době zapsáno větší množství nových publikací, které souvisejí s ekoporadenskou tematikou. Přinášíme jejich přehled se stručným popisem. Pod aktivním odkazem každé z nich naleznete katalogizační lístek dokumentu s dostupností, vydavatelem, rozsahem a klíčovými slovy.

[Finanční nástroje péče o přírodu a krajinu](#) - přehled jednotlivých opatření a nástrojů k jejich podpoře.

[Řízení ekologicky šetrné nemocnice s důrazem na eliminaci toxických látek a nakládání s odpady](#) - sborník z konference z roku 2012 zaměřené na environmentální management zdravotnických zařízení, rizikové chemické látky ve zdravotnictví (ftaláty, rtuť) a zdravotnické odpady.

[Občané sobě](#) - příběhy lidí, kteří se zapojili do rozhodování o životním prostředí a pomohli svému městu či obci.

[Prevence odpadů](#) - rady a zkušenosti se snižováním produkce odpadů v obci.

[Jak ušetřit za odpad](#) - deset tipů pro obce.

[Integrované povolení - řekněte nejbližší továrně svůj názor](#) - příručka aktivního občana pro zapojení se do legislativních procesů souvisejících s výstavbou a provozem prů-

myslových podniků.

[Silniční stromořadí v české krajině](#) - koncepce jejich zachování, obnovy a péče o ně.

[Energetická \[r\]evoluce](#) - trvale udržitelná energetická koncepce pro Českou republiku.

[SO-PRO](#) - Solární technologické teplo - příručka pro navrhování zařízení pro výrobu solárního tepla pro vybrané průmyslové procesy.

[Emise z lokálních topenišť se zřetelem na POPs](#) - odborná práce na téma znečištění persistentními organickými látkami vznikajícími při vytápění domácností.

[Územní plán bude tvůj pán!](#) - od územního plánování po stavební povolení - kdy a jak se účastnit.

[Bohouš a Dáša: Klima v tísni](#) - populárně-naučná publikace o změnách klimatu nejen pro pedagogy a jejich žáky.

[Chytrá energie](#) - konkrétní plán ekologických organizací, jak zelené inovace a nová odvětví mohou postupně proměnit energetický metabolismus české ekonomiky - a srazit znečištění, dovoz paliv i účty za energii.

[Kodaňská diagnóza](#) - zpráva světa o nových poznatcích klimatologie.

[Potenciál úspor energie v obytných a administrativních budovách do roku 2050](#) - publikace shrnuje výstupy dvou podrobných analýz - první je o potenciálu úspor energie v obytných budovách (rodinných a bytových domech), druhá se zabývá možnými úsporami energie v administrativních budovách.

[Čisté teplo](#) - jak Státní energetická koncepce může (a měla by) zajistit vytápění českých domů, a přitom srazit spotřebu uhlí i plynu - a snížit tak dovoz z Ruska, exhalace skleníkových plynů, rodinné účty za energii i devastaci země.

[Domy ve vatě](#) - program energetické nezávislosti - při zateplování domů a budov.

[Suroviny v popelnici](#) - spotřeba materiálů v české ekonomice a její důsledky pro odpadové hospodářství.

[Co mají společného vlk hřivnatý, děti v brazilském slumu a kuře ze supermarketu?](#) - české velkochovy a expanze sóji v Latinské Americe.

[Okna do divočiny v české krajině](#) - proč a jak by v České republice mohlo vzniknout několik větších území, kde se lidské zásahy omezí na naučné stezky a přístřešky pro turisty.

[Dražší a dražší](#) - proč by Česko mělo do své ekonomické politiky zařadit snižování naší závislosti na fosilních palivech.

[Důvody pro zateplování domů: desetitisíce pracovních míst v Česku](#) - potenciál zlepšování energetické náročnosti budov, porovnání objemů podpory a investic, přínos programů na podporu snižování energetické náročnosti v budovách pro zaměstnanost.

[Voda živá](#) - publikace vydaná v rámci projektu „Voda živá“ ukazuje vztah mezi chemickými látkami používanými v domácnostech a v průmyslu, zátěží povrchových vod a jejich potenciálem se znečištěním se vyrovnat.

[Jak nakupovat šetrné dřevo](#) - dopady těžby dřeva, alternativy, certifikace.

[Šetrné dřevo doma i v lese](#) - příručka pro spotřebitele, jak nakupovat šetrné dřevo. O šetrném lesním hospodaření. -jj-

Questing – „Poklad Rennerových sadů“

Hráli jste někdy šipkovanou nebo jste třeba fandové geocachingu? Ve Strakonících si můžete nově vyzkoušet prožitkovou cestu za pokladem Rennerových sadů, která výše zmíněné hry může připomínat. Této poznávací cestě se říká questing. Quest neboli „hledáčka s pokladem“ je poznávací trasa, popsána na samostatném listu papíru (obvykle prostřednictvím veršů), která vede návštěvníka po jednotlivých zastaveních, kde hledá indicie pro vyluštění tajenky a k pokračování v cestě. Když projde celou trasou, získá znění tajenky a ta jej dovede k pokladu.

I v našem parku najdete cestu s několika zastaveními. Bystrá hlava zaručeně rozluští hádanky vedoucí k cíli – pokladu. Instrukce ke hře si můžete vyzvednout v půjčovně pobočky Šmidingerovy knihovny Za Parkem či v Ekoporadně, případně v ekocentru Cassiopeia. Objevná cesta zabere okolo půl hodinky času, hodí se pro děti i dospělé nebo skupiny. A co k tomu potřebujete? V podstatě jen oči, hlavu a chuť se projít, něco nového poznat o Strakonících.

Hlavní den hledání pokladu je vyhlášen na čtvrtek 19. 9. 2013 a tímto zveme na dobrodružnou cestu i vás. V dopoledních hodinách je trasa questingu určena zejména pro děti z třídních kolektivů z okolí, které se tak mohou lépe poznat v nové třídě či se dozvědět nové informace ze strakonické historie. Podívat se na park jinými očima. Dopoledne se dětem věnuje Cassiopeia. Od jedné hodiny do šesti je možné na trasu vyrazit s rodinou, přáteli či domácím mazlíčkem. Pokud se chcete o questingu dozvědět něco více nebo se i do tvorby tras zapojit, kontaktujte nás – ekocentrum Cassiopeia (Petra Tůmová, tumova@cegv-cassiopeia.cz) nebo pobočka Za Parkem (Alena Hrdličková, hrdlickova@knih-st.cz).

Hra bude pokračovat i po 19. 9. – více informací v příštím čísle nebo na pobočce Za Parkem. -pt-



Foto -pt-

Na břehu moře

Kdo by neměl rád moře? Touha mnoha lidí často se k němu podívat je pochopitelná, jen kdyby to neznamenal tak velkou zátěž pro životní prostředí. Můžeme tedy jen opakovat to, co bylo řečeno v [čísle 6/2013](#) – najít si častěji i jiná hezká a bližší místa, a když už přecejeme cestujeme daleko, je dobře myslet i na budoucnost. Dnes přímořské země z cestovního ruchu žijí, ale pokud budou mít problémy ohledně čistoty a dostatku vody apod., zájem o ně opadne a současníci se už těžko budou vracet k životnímu stylu svých rodičů a prarodičů.

V básničkách od Konstantina Biebla, které jsme pro toto číslo Kompostu vybrali, se můžeme potěšit jak představou mořského břehu, tak autorovou fantazií a schopností pohrát si s naším krásným jazykem - toho si ovšem užijeme hlavně tady u nás, doma. A i bohatou obrazotvorností si člověk zachová spíše tak, že se nehoní pořád za něčím novým. Je hezké se umět zastavit, zasnít, nechat myšlenky jen tak plynout a vytvářet neobvyklá spojení... Děti tohle umí jedna radost, to všichni známe. A vymyšlení legračních básniček je baví zrovna tak. Kdo v roce 2005 sledoval akci MÚ „Rok stromu“, možná si ještě vybaví například milé dílko strakonického školáka Filipa Kadlece (tehdy žáka ze sekundy, viz dále) o jedlích a jedlíkovi. **-ah-**

Večer u moře

*Na břehu moře ležíme sami.
Jen měsíc, jenž sestoupil z hor,
teď ve vodě stojí po kolena.
Vždycky milovat budu
pohled tvých přivřených očí
a křehkost údů.
Ač sama snem, tys jediná
mezi mořem a nebem
skutečná pevnina,*

*po které jdou mé ruce a mé rty -
a konce nedojdou.*

Akord

*Spí myrty s mírnými lístky
i s mírnými stíny
spala stará zahrada
jas jasan v snách
rybíz vybízí rty Filipíny
a tráva vstávala zrána na hradbách*

Škála

*Tyčinky v tichých i bílých liliích
ve světlezeleném světle zeleně
Lolo Lolo
tma padá na jantar jak zlatá
harfa v barvách sálá
žluť smutku purpur strun
Jdou loukou tmou*

Konstantin Biebl

Jedle

*Táta jedl,
máma jedle,
malý jedlík
stojí vedle.
Nebudte však
z toho vedle,
je to jedlík,
a ne jedle.*

Filip Kadlec

Šípkovaná v Rennerových sadech

*Když bývaly tu ještě hradby
a po nich zablácené rumišťe,
pak přičiněním městské rady
se začlo pomýšlet i na příště...*

*Že mělo by tu povstat něco,
co o nedělích srdce zahřeje,
tak aby mělo naše město
cestičky k procházkám a aleje.*

*Antonín Šlehover se směle
postavil za ty světlé myšlenky.
Na jeho radu měšťan Renner,
daroval městu svoje pozemky.*

*I vyrostly tu nové stromy
a kolem cest i krásné květiny.
To nestály tu ještě domy
park dotýkal se širé krajiny.*

*Rok osmnáct set třicet sedm
přinesl překvapení: altánek.*

*Ten potom sloužil k hudbě, zpěvu
a jako stříška v době přeháněk.*

*Dnes už se nekoná nedělní korzo
a hraje se tu už jen ve svátek.
Však park má stále svoje kouzlo
a plno historických památek.*

*A plno rozmanitých stromů
a inspiraci, nápady a fantazii
- a to je poklad, co si domů
odnáší všichni, kdo jej navštívili.*

-ah-, k článku o questingu

Filip Kadlec a jeho knížečka „Drogy dNEs“

Filip Kadlec, zmíněný v předchozím článku, se už od svých 17 let radí k našim regionálním autorům, protože napsal pro mládež brožurku o drogách. Máme ji ve fondu knihovny, půjčujeme ji a upozorňujeme čtenáře, že Filip je od nás ze Strakonice a že při přípravě této publikace nejen srozumitelně zformuloval důležité informace, ale vytvořil i grafiku a byl mnohokrát zván do škol, aby o prevenci drogové závislosti, o práci v dětském zastupitelstvu a i o jiných tématech včetně ochrany životního prostředí s žáky besedoval. Dnes, po 5 letech, studuje psychologii a rád by ve svých aktivitách zaměřených na práci s mládeží pokračoval i ve svém budoucím povolání. **-ah-**



Listovka

Jak se dělá kantela?

Tento jednoduchý hudební nástroj bývá z javorového nebo jasanového dřeva. Jeho původ je snad spojen s finskou historií, ale názory na to se různí. Může být naladěný pentatonicky a sloužit k intuitivnímu hraní – v takovém případě ladí každá struna se všemi ostatními a je jedno, hraje-li hudebník, nebo člověk méně nadaný nebo maličké dítě nebo třeba někdo se zdravotním hendikepem... Kantelu lze ale naladit i tak, aby se na ni dal hrát doprovod ke zpěvu písniček.

Když jsme se do vlastnoruční výroby pustili při akci Šmidingerovy knihovny „**Dlabej a hrej**“, dostali jsme **od lektorů (pana Karla Hanzíka z Příbrami a Františka Langmajera z Katovic)** jen to základní - kus fošny vyříznutý do oválného tvaru, dlátko, paličku a brusný papír. Podívali jsme se na hotovou kantelu, postavili jsme se každý ke svému stolu a pustili se do práce tak, jak kdo uměl. Nic moc nám k tomu neřekli. Nebylo to totiž potřeba. Stačilo se poddat tomu, jak nás materiál vedl sám. Začátečníci se nemuseli bát, že něco zkazí, protože miskovité prohloubení se nedělá tak mělké – zvětšuje se postupnou prací. Když se někdo trefil do dlátka nešikovně a sklouzlo mu šikmo, všiml si, že se dřevo neodštíplo tak čistě jako jindy a že je potřeba pracovat pěkně po letech. A že se nic nestalo, protože se při dalším prohlubování chyba napraví.



Foto -ah-

Ve chvíli, kdy jsme ztenčili fošnu natolik, že by hrozilo proděravění a byl tedy čas skončit a pokračovat už jen brusným papírem, měli jsme už všichni cvik a pod rukama samé hladké tvary, radost pohledět, polaskat, přivonět... A po napnutí strun i poslouchat. Kantely znějí tiše, ale výrazně – a pokud je jich několik najednou, je to obzvláště milá a příjemná hudba. Proto také jsme se začali pravidelně scházet. Poprvé jsme mysleli, že si zkusíme zahrát a že to bude všechno. Ale pak se nám to moc líbilo a usoudili jsme, že se musíme sejít znova, že to jinak snad ani nejde. Že by bylo hezké si navíc i zpívat, přibrat i další nástroje, přicházet s nápady na nové písničky... A tak zveme sebe navzájem i zájemce z řad veřejnosti (třeba jen na poslouchání) skoro každý měsíc, a to většinou v neděli večer, kdy se to tak nějak patří, aby se člověk zastavil a jen tak pro radost dělal něco „neužitečného“. My dobře víme, že i takové chvílky jsou zapotřebí a že při ohlédnutí zpátky za uplynulým časem se zrovna tyhle vybaví jako něco zvlášť vzácného a hezkého. -ah-

Zatoulánci na hromadné vycházce

Již několikátým rokem chodím ve volných chvílích venčit psi svěřence strakonického útulku. Vyvětrat hlavu potřebuje čas od času každý, a když přitom ještě můžete vykonat dobrý skutek, je to jasná volba - tak jsem to od samého začátku bral. Bylo v tom asi taky trochu zvyku. Po odchodu našeho psiho člena rodiny tam na druhou stranu mi hodina denně na čerstvém vzduchu chyběla. Od té doby, kdy jsem poprvé zazvonil u brány útulku, už v Otavě za plotem proteklo hodně vody. Času na návštěvy ubylo, ale snažím se za útuláčky docházet, jak je to možné. Víím, že za těch několik málo let se okruh venčitelů rozšířil, což je výborná zpráva. Psích nalezců však neubývá, proto je každá ruka dobrá. S touto myšlenkou jsme vymysleli ve spolupráci s kroužkem MOP a útulkem prázdninovou akci s názvem „Venčící návštěva psiho útulku“. Chtěli jsme co nejvíce zviditelnit tuto možnost pomoci, ke které nepotřebujete finanční ani materiální prostředky. Stačí trocha volného času.



Foto Strakonický deník

Jelikož se pomoc týká živých tvorů, je třeba dodržet určitá pravidla, aby vše proběhlo v pořádku a bez zbytečných komplikací. Se psem by neměla vyrazit osoba mladší 18 let bez doprovodu. Další podmínkou je nepouštět psa po celou dobu procházky z pětmetrového flexi vodítka (které mu umožní dostatek pohybu) a zdržet se snah o jeho výcvik. Při přebírání psa vyplníte v útulku několik kontaktních informací včetně důležitého čísla mobilního telefonu, který byste měli mít na procházce s sebou - to pro případ, že by si pro psa někdo přišel. Po domluvě s obsluhou útulku můžete upřesnit, s kterým psem byste rádi procházku absolvovali. Samozřejmě že bude zohledněn váš fyzický fond a kynologické zkušenosti. Venčit můžete přijít ve standardní otevírací době útulku (více [zde](#)), individuálně je samozřejmě možné domluvit se i jinak. Břehy Otavy za ČOV a přilehlé louky nabízejí několik zajímavých procházkových tras a uvidíte, že hodinka je tak akorát. Psi vám určitě předají část své energie a nemělo by se stát, že byste odcházeli unaveni.

A jak dopadla naše venčící akce? Dorazilo přes 40 účastníků, včetně zástupců tisku a regionální televize. To umožnilo procházku 11 psům. Samozřejmě nás taková účast moc potěšila, a tak se ještě v útulku na podobné akci určitě sejdem. -jj-

Má příroda smysl pro humor?

Ve svátečním vánočním čísle Kompostu v závěru roku 2012 jsem psala o dětech a přírodě - jak k ní mají velice osobní vztah. Jeví se jim to tak, že si se stromy, květinami, zvířaty, sluníčkem nebo třeba s vodou mohou povídat, očekávat od nich nějaké reakce na vlastní jednání, tak jako s lidmi. Že s nimi může být i legrace. Podobně pohlížejí věřící lidé na Boha, který nejen že se o nás zajímá a záleží mu na nás, ale dovede si s námi i bezstarostně pohrát.

Komu letos na jaře kroupy potloukly zahrádku (což se stalo i nám), koho postihla vel-

ká voda nebo jiná pohroma, sotva se z toho může radovat, ale na druhé straně přichází člověku na mysl i to, že mohlo být ještě mnohem hůř a že vlastně ani nevíme, čeho jsme byli ušetřeni. A tak bych přece jen radši napsala o tom, co můžeme zažít příznivého. Právě uplynulá doba prázdnin k tomu byla jako stvořená, aby nám příroda projevila své sympatie, vzápětí aby nás řádně potrápila, ale pak nám to zase vynahradila, jak se na osobnost se smyslem pro humor sluší.

Moc se mi líbí, jak o tom napsal v jednom svém vyprávění Ota Pavel – mám na mysli deníkové záznamy z výletu do hor, v kterých se můžeme dočíst o únavných dnech v zimě a dešti vystřídaných podivuhodným výjevem při západu slunce, jako by za odměnu (viz úryvek v Kompostu [č. 4/2013](#)). Sama jsem něco podobného zažila mockrát, nebo o tom aspoň slyšela. Dobře to znají třeba vedoucí dětských táborů. Duha, konec bouřky, hvězdnatá noc a další úkazy přicházejí až nápadně často v tu pravou chvíli, kdy jako by byly začleněny do připravených her a dodržely předem domluvený scénář.

Podobně bych mohla mluvit o nedávné svatbě naší dcery v blatenském parku – o tom, jak shovívavě se chovaly dešťové mraky a posílaly své přepršky na minutu tak, jak se hodilo, aby nás moc nevymáchaly... O bujarém kvákání kachen a o houfu kachňátek na můstku u zámku, zkrátka o opravdu veselých a milých zážitcích... Připomněly nám i mnoho jiných, které jsme zažili dříve – třeba cyklistické putování po Strakonicku doslova mezi kapkami deště, kdy jsme po celou cestu projížděli loužemi, jak těsně před naším příjezdem lilo, ale my sami jsme nemuseli vytáhnout pláštěnky ani na chvíli. Nebo jindy, o dovolené v Bílých Karpatech, naopak přšelo denně skoro od rána do večera, a moc se nám to líbilo. Protože déšť v čistých a voňavých bukových lesích, to je krásný zážitek. A tak věříme, že podobné radosti jste zažili o dovolené (nebo jindy) i vy... **-ah-**



Jedlý Kompost

(Ne)všední pochutiny z brambor

Žádná jiná potravina nepatří k měsíci září více než brambory. Z hlediska výživových hodnot si na nich ceníme především vysokého obsahu draslíku a vitamínu C. Navzdory zažitému přesvědčení mají brambory díky vysokému obsahu vody nízkou energetickou hodnotu (300 kJ/100 g), např. oproti dietně vnímané rýži. Pozitivem brambor je také vysoký obsah vlákniny. Přinášíme několik receptů na přílohy nebo hlavní jídla z brambor, které jsou spíše netradiční obměnou běžných postupů a mohou být dle fantazie libovolně doplňovány.

Bramborová kaše mnohokrát jinak

1/2 - 1/3 brambor nahradíme dle fantazie chuťově nebo barevně výraznou zeleninou. Doporučit mohou celer, mrkev, brokolici atd. Pro zjednodušení můžeme zeleninu vařit společně s bramborami nebo je dle tvrdosti přidat do jednoho hrnce k bramborám v průběhu vaření. Pro postupy racionální kuchyně volíme rostlinné mléko namísto kravského.

Bramborový mišmaš

Základem pro tuto přílohu, případně hlavní jídlo, je na oleji orestovaná cibule. Dále postupujeme opět dle fantazie nebo dostupných surovin. Přidáváme pokrájenou kořenovou zeleninu – mrkev, petržel, celer a libovolné další (spíše tvrdší) druhy zeleniny. Směs necháme krátce orestovat a poté zalijeme vroucí vodou – tak, aby bylo vše potopeno, ne více. Osolíme a necháme dusit do vyvaření vody a částečného rozvaření brambor. Pokrm je tedy na pomezí kaše a salátu. Pro chuťově výraznější variantu přidáme několik stroužků česneku a aromatické bylinky – např. libeček. Do směsi se hodí také luštěniny - čerstvý hrášek apod.

Bramborákový víceboj

Není univerzálnějšího receptu, než toho bramborákového. Základní zdravější postup předpokládá nastrouhání brambor nahrubo a přidání klasických dalších ingrediencí – česneku, majoránky, pepře. Nasolením brambory pustí šťávu, kterou zahustíme celozrnnou hladkou moukou. Pojiví účinky dokonalé, vajec netřeba. Od této chvíle může z klasických bramboráků vzniknout nevšední pokrm – přidáním listového špenátu, kyselého zelí, uzeného tofu, cukety, dýně... Určitě sami vymyslíte mnoho dalších možností. Jako bonus můžeme přidané suroviny mezi sebou kombinovat.

Zapékané brambory „co dům dal“

Recept, který snese zabudování všech možných doma zbývajících a nesusoudných surovin. Vrstvíme je na olejem vylitý plech či do zapékačích mýsy. Dosrodu může přijít větší množství cibule, mezipatra tvoří na tenké plátky pokrájené brambory, nezapomeneme vždy osolit a případně ochutit bylinkami. Mezi bramborové vrstvy klademe libovolné druhy zeleniny, luštěnin nebo čehokoli dalšího. V polovině zapékání pokrm zalijeme rostlinnou smetanou – osolenou, případně ochucenou česnekem (pokud není součástí směsi) a bylinkami (oregáno, tymián, bazalka...). Pečeme do lehkého zhnědnutí okrajů vrchní vrstvy brambor.



Foto -jj-

Nabízíme k pronájmu

160 let starý dům v Chráněné krajinné oblasti Blanský les. Nájemce má k dispozici 160 m čtverečních obytné plochy (v přízemí a prvním patře), zahradu, sad a stodoly. Kuchyně a záchod s koupelnou jsou nově rekonstruovány. Vytápění je kombinované: akumulční kamna a lokální topeniště na dřevo. V osadě Třešňový Újezdec, kde se dům nachází, bydlí 30 stálých obyvatel, kruhová náves je tvořena domy ve stylu selského baroka uprostřed s kapličkou, je zde minimální automobilový provoz (děti běhají samostatně po návsi od tří let). Středisková obec Lhenice je vzdálena 3 km. Zde je lékař, zubní lékař, dětský lékař, samoobsluha, mateřské centrum, multifunkční hřiště, škola, školka, skatepark a milá paní starostka. Vzdálenosti: České Budějovice 30 km, Prachatice 17 km, Český Krumlov 29 km, Netolice 13 km. Součástí nemovitosti je samostatný vejmínek, který využívá občas jako chalupu majitel s tříletou dcerkou a partnerkou.



Dispozice 4+1, cihlový dům, cena 6000 Kč + 4000 Kč poplatky

Více informací a fotogalerie [zde](#).

Pomocí následujících kontaktů nás můžete oslovit s jakýmkoli nápadem, námětem, dotazem či příspěvkem. Rádi byste uspořádali akci s environmentální tematikou? Nebo byste se (byť třeba jen minimálně) zapojili do našich činností na ochranu přírody? Ozvěte se nám...

Ing. Jan Juráš -jj-

Ekoporadna při ŠK, Inf. centrum NO a EU, Husova 380

Po - Čt: 7:30 - 16:00, Pá - po domluvě

tel.: 380 422 721, 721 658 244

E-mail: jan.juras@knih-st.cz

Mgr. Alena Hrdličková -ah-

Pobočka ŠK Za Parkem, Husova 380

Po a Čt: 13:00 - 18:00, St: 8:00 - 12:00 (otevírací doba půjčovny pro děti a dospělé)

tel.: 380 422 720

E-mail: alena.hrdlickova@knih-st.cz

CEGV Cassiopeia -pt-

Husova 380 (Pobočka ŠK)

tel.: 734 578 561

E-mail: strakonice@cegv-cassiopeia.cz

Ing. Vilém Hrdlička -vh-

Základní organizace Českého svazu ochránců přírody

Strakonice, Zámek 1

E-mail: posta@csop-strakonice.net

Kompost - Strakonický měsíčník o ochraně přírody

Příspěvky v tomto čísle - Jan Juráš, Alena Hrdličková, Vilém Hrdlička, Petra Tůmová, Ondřej Feit

Grafika - Jan Juráš

Logo Kompost - Monika Březinová

Kresby - Ivana Jonová

Jazyková úprava - Alena Hrdličková

Kontakt - jan.juras@knih-st.cz, 380 422 721

Publikované články vyjadřují výhradně názory autorů



Anticopyright 2013

