

vydání 1, ročník 1,
leden 2012



KABRŇÁK

Plesová sezona...

Informace o vás a pro vás – to je první internetový magazín
pro všechny jihomoraváky – www.kabrnak.cz

Křížovka,
sudoku,
horoskop

HC Kometa Brno

Jak to bylo na začátku

Zajímavosti z Brna
a okolí – tipy
na výlety, kulturní akce

Jak zaručeně zhubnout a být fit?

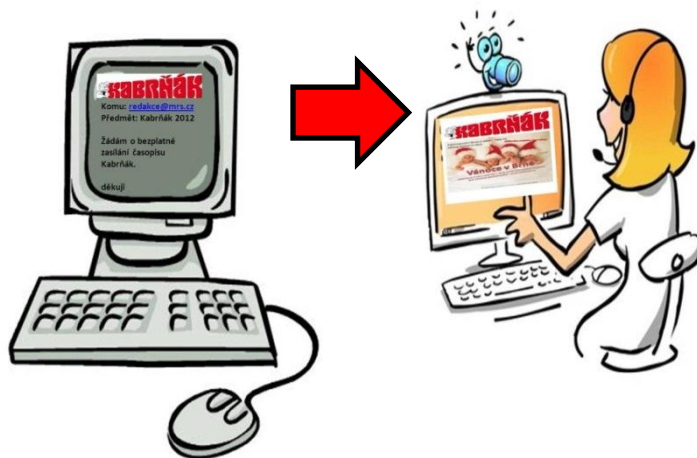
Přinášíme tipy na efektivní hubnutí podle moderních metod



To však není jediná novinka, kterou jsme pro naše čtenáře připravili. Nově **se můžete připojit se svými zážitky**, recenzemi, zaslat tip na článek, reportáž, či vlastní fotografie, které byste rádi zveřejnili. **Napište nám** také, jaká rubrika vám chybí, budeme snažit o její zpracování, ale již teď vás můžeme seznámit s aktuálně žádanými: Horoskop, kalendář, křížovka o ceny, sudoku, domácí mazlíčci, Zdraví a fit, Historie, Tradice, Cestování, Rekordy, Recepty, Nabídka zaměstnání, Bydlení, Brno info, Kultura, Jazyková okénka, Taháky do školy, Sport a možná i další, v každém případě vše z Brna, okolí a vašeho kraje.

Jdeme s dobou

Protože si jasně uvědomujeme, že **internet** a veškerá elektronika prakticky **ovládá svět** a navíc chceme usnadnit práci našim věrným čtenářům, při shánění čerstvého vydání Kabrňáka, rozhodli jsme se pro revoluční řešení a od roku 2012 plánujeme **vydávat Kabrňáka elektronicky**. Jak to bude probíhat? Do své e-mailové schránky obdržíte **Kabrňák newsletter**, který vás upozorní na právě vydané číslo spolu s obsahem. Stačí nám zaslat požadavek o bezplatném odběru na e-mailovou adresu: redkace@mrs.cz, předmět: **Kabrňák 2012**.



Rubikon

V roce 49 před našim letopočtem překročil Julius Caesar severoitalskou řeku Rubikon a tím porušil zákon. Římské právo totiž zakazovalo kterémukoliv generálovi překročit řeku se stálým vojskem. Podle římského historika Suetonia zde byla pronesena slavná fráze „Kostky jsou vrženy“ (Alea acta est). Toto rčení mimo jiné znamená jasné a stručné označení stavu či situace, kdy nelze couvnout či vzít rozhodnutí zpět a v podobném smyslu se užívá i slovní spojení překročit Rubikon.

V současné době nabývají tato slova stále větší aktuálnosti

Jsou ještě stále tolerovatelné korupční a jiné aféry vlády? Jsou nově přijímané reformy skutečnými reformami, nebo se jen jedná o další ožebračování střední třídy?

Pravděpodobně každý z nás si stále častěji klade další otázku. Nebyla už překročena ona hranice trpělivosti, nebyl překročen onen Rubikon? Každopádně kostky jsou vrženy a události minulých týdnů – obstrukce v parlamentu, další aféry ministrů, demonstrace před parlamentem a propady ekonomiky – mohou být právě vyústěním a následkem porušení dohod s voliči. Takové dohody jsou více než zákony a jejich ignorování zcela zákonitě může vést k občanské neposlušnosti a nepokojů.

Zopakuje se historie a opět budou plná náměstí? Opět se bude cinkat klíči? Tentokrát to bude pravděpodobně mnohem horší...

Kabrňák

PORTA.S®
JEDNIČKA NA RENOVACE V EVROPE

- renovace dveří, zárubní, schodů a kuchyňských linek
- vysoká kvalita, dlouhá životnost
- vchodové i bezpečnostní
- dodávka nových dveří
- posuvné dveře

Odborný závod PORTA.S®
Jílkova 126, Brno-Zidenice, tel.: 547 230 018
Bratislavská 9, Hustopeče, tel.: 519 413 250
mobil: 608 808 096 e-mail: info@surman.portas-renovace.cz



Z Brna a okolí

Kulturní akce, zajímavosti,
pozvánky, informace k z
kraje

[Kalendář akcí](#)



Historie

Osobnosti, okamžiky,
které změnily svět

[Napoleon Bonaparte](#)



Křížovky

Křížovka o ceny,
sudoku, a další kvízy

[Křížovka o ceny](#)



Zábava

Vtipy, básničky, kalendář
a další

[Červená karkulka](#)



Horoskop

Výklad znamení,
horoskopy, snář

[Jaký je Kozoroh?](#)



Recepty

Co vařit, nápady, tipy a
triky z kuchyně a světa
gastronomie

[Španělská kuchyně](#)



Zdraví a fit

Zdraví, hubnutí, nemoci

[Hubnutí podle
moderních metod](#)



Huštěárny

Taháky do školy,
pomůcky k učení,
slovníčky, vzorce a další

[Italské fráze a slovíčka](#)



Sport

Motosport a jiné sporty,
zajímavosti ze
sportovního světa

[HC Kometa Brno](#)



Cestování

Zážitky z cest, tipy na
výlety a dovolenou, foto
ze světa

[Las Vegas](#)



Z říše zvířat

O zvířatech, jak je chovat
a vychovat, zajímavosti o
zvířatech

[Proč pes neposlouchá?](#)



Bydlení

Trendy, tipy a triky na
lepší bydlení

[Výběr podlahy](#)



Tradice

Tradice, zvyklosti,
zajímavosti

[Domácí zabijačka](#)



Rekordy

Informace z České knihy
rekordů

[Největší krasohled](#)



Z Brna a okolí

[Zpět na obsah](#)

Kulturní akce, zajímavosti, pozvánky, informace k z kraje
VÝBĚR ZAJÍMAVÝCH AKCÍ V KRAJI A OKOLÍ

BRNO

2. 11. – 26. 2.

Skleněná krása aneb **Historie** (nejen) **vánočních ozdob**

Palác šlechticů, Moravské zemské muzeum

3. 11 – 5. 2.

V plném spektru – výstava fotografií

Fotografie 1900 – 1950 ze sbírky MG v Brně

Pražákův palác, Husova 18, Brno

3. 11. – 4. 3.

Z pohádky do pohádky

Uměleckoprůmyslové muzeum (Podesta)

Vstupné volné

BOSKOVICE

15.1.2012 – 15.00 h.

Divadlo - O PEJSKOVI A KOČIČCE

Místo konání: Boskovice, Zámecký skleník

Hravé divadlo Brno představí v zámeckém skleníku pohádku

"O PEJSKOVI A KOČIČCE" V dramizaci populární knihy J.

Čapka jsou divadelně zpracovány tři příběhy pejska a kočky.

Nápadité představení s patřičnou dávkou humoru působí na

rozvoj dětského chápání a etiky mezilidských vztahů,

podněcuje fantazii a estetické citění.

Vstupné: 70Kč, rodinné 200 Kč

HUSTOPEČE

21. 1. 2012 – 20 h.

Koncert rockových a metalových kapel (Hustopeče)

M-klub, Herbenova 4, vstupné 50 Kč, vystoupí Alice in the

Chains revival /Bánská Bystrica, SK/, Rice of Cthulhu

/Hustopeče/, After Alls.

27. – 28. 1.

Hustopečské skákání MOSS logistics 2012

Sportovní hala Hustopeče, vstup volný

Nejvýznamnější sportovní akce města - mezinárodní halové

závod ve skoku vysokém

Hustopečská hala bude opět hostit olympijské a světové

medailisty, nejlepší současné atlety i slavné sportovní legendy.

JIHLAVA

12. 1. – 17.00 h.

AYURVÉDA

Přirozená očista těla a mysli, v souladu s roční dobou a naším

typem. Přednáška paní Ivany Georgievové.

Městská knihovna Jihlava

13. 1.

DEPECHE MODE REVIVAL LIVE, Music Club Jihlava

Vstupné 80 Kč

KYJOV

21. 1. – 18 h.

Koncert EVY A VAŠKA

Populární pěvecká dvojice vystoupí v sále DK.

Vstupné 160 Kč, na místě 180 Kč.

MIKULOV

15. 1. – 15 h.

Pálení vánočních stromečků

Turol, Mikulov

Nevíte, kam s uschlým stromečkem? Občanské sdružení 7

DNÍ nabízí řešení a opékání donesených vuřtů k tomu.

29. 1. – 10 h.

Valentýnská výtvarná dílna

učebna CEV Pálava, Mikulov

Rukodělné aktivity určené mladým a zamilovaným,

výroba drobných dárečků. Vstupné dobrovolné.

POHOŘELICE

26. 1. – 18 h.

Novoroční vystoupení Funny Angels

Sál radnice

ROSICE

20. – 22. 1.

Domácí zabijačka – gastronomický víkend

Areál koupaliště Rosice

Můžete se těšit na tlačenko s cibulí, teplé škvarečky,

ovárek, zabijačkové polévky, opékané jitrnice a jelita se

zelím, zabijačkový guláš, vepřové vrbce, pečená kolena a

další.

29. 1. – 14.30 h.

Karneval v Cristale

Karneval pro děti s bohatým kulturním programem -

soutěže, rej masek, veselé hry a vystoupení.

KD Cristal

BYSTRICE NAD PERŠTEJNEM

19. 1. – 10 h.

Sněhurka a sedm trpaslíků

Divadlo pro děti, Velký sál KD Bystřice n. P.

28. 1.

Pyžamový turnaj

Ve volejbale smíšených družstev

Sportovní hala, Sokol Bystřice n. P.



Plesová sezona 2012

...více...



Ivančice jsou město na jižní Moravě ležící 20 km jihozápadně od Brna při soutoku řek Jihlavy, Oslavy a Rokytné. Mají rozlohu 47,57 km² a čítají asi 9 400 obyvatel. Na východě jejich katastru se nachází i zbytek slavného ivančického viaduktu.

Historie

Ivančice byly založeny počátkem 13. století. Svého vrcholu dosáhly v 16. století, kdy zde sídlili českobratrští biskupové a pracovala zde tajná tiskárna. Po roce 1848 se Ivančice staly centrem hospodářského života celého okolí.

Kultura

Expozice Vladimíra Menšíka

Expozice Vladimíra Menšíka byla v Ivančicích otevřena již 9. října 1999 k jeho nedožitým 70. narozeninám, v prostorách nově opravené historické budovy staré radnice. Je sestavena z osobních věcí, rodinných fotografií, dokumentů a ukázek z mnoha filmů, v kterých tento známý herec účinkoval.

Expozice Alfonse Muchy

Expozice Alfonse Muchy byla slavnostně otevřena 24. července 2003 v den 143. výročí umělcova narození. Je věnována životu a dílu tohoto významného secesního malíře, grafika, dekorátéra a také zakladatele české školy klasického fotografického aktu.

Slavní rodáci

Jan Blahoslav, biskup, Alfons Mucha, malíř, Vladimír Menšík, herec, Guido Adler, hudební skladatel, Václav Novotný, historik, profesor UK, Baneš Metod Kulda, spisovatel, Karel starší ze Žerotína, šlechtic, politik, spisovatel, Jan Procházka, spisovatel, scenárista, Jakub Svoboda, malíř

Historické památky

Radnice – dům pánů z Lipé je renesanční palác postavený na gotických základech původní tvrze. Dnes je zde sídlo městského úřadu. Naproti městskému úřadu stojí renesanční budova, kde visí pamětní deska věnovaná významnému secesnímu malíři Alfonsi Muchovi, který zde prožil své dětství a mládí.

Farní chrám Nanebevzetí Panny Marie je gotická stavba pocházející ze 14. a 15. století. Hranolovitá věž kostela tvoří dominantu města. Původně stála samostatně a měla strážní funkci.

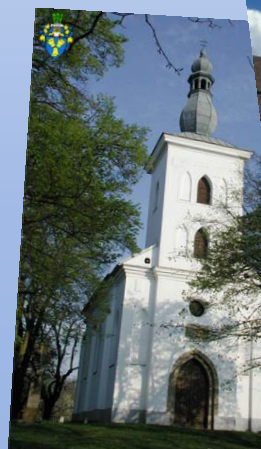
Palackého náměstí bylo vyhlášeno městskou památkovou rezervací. Je zde řada historických domů. V popředí stojí barokní mariánské sousoší z r. 1726, a kašna se soškou sv. Floriána.

Románský kostel sv. Petra a Pavla – Pro svou výjimečnou architekturu nemá na území naší republiky obdoby. Byl postaven kolem roku 1160, renesanční loď pochází z r. 1505.

Poutní kaple sv. Jakuba stojí na jednom z nejvýše položených míst nad Ivančicemi. Původní stavba vznikla r. 1481. **Křížová cesta** je z 19. století. Každý rok se zde konají svatojakubské pouti.

Židovský hřbitov patří k nejstarším v České republice. Je zde 1500 zachovaných náhrobků z poloviny 16. stol. do r. 1946. Pohřebiště obětí rasové perzekuce ve 2. světové válce

Viadukt přes řeku Jihlavu byl postavený v r. 1870 pro železniční trať Brno – Vídeň, je vysoký 42 m a 360 m dlouhý. V 19. st. byl nejvýznamnějším technickým dílem svého druhu na území Rakouska-Uherska. Bohužel r. 1999 byl tento most sejmut a část s jedním pilířem byla ponechána jako technická památka.





Křížovky

Křížovka o ceny, sudoku, a další kvízy

[Zpět na obsah](#)

Oslavíme Silvestra, jak se sluší, patří. Napijeme se, nácpe se klidně za dva, za tři. Druhý den je Nový rok, uděláme správný krok, když si dáme... (pokračování v tajence)

	NIČIT OHNĚM	TÝKAJÍCÍ SE NONETA	MUŽSKÉ JMÉNO	LEŠNÍ ZVÍŘE		ŘÍMSKÁ BOHYNĚ ÚRODY	KÁZEŘSKÝ RÁD (zkratka)	NEPŘIPO- JIT	OBLÉKAT		VÍKO	PRVNÍ ŽENA	RYCHLOST- NÍ ZKOUŠKA (zkratka)	VOJENSKÝ VÝSLOU- ŽILEC	JIHO- EVROPAN	ZADNÍ ČÁST KRKU
MOŽNÁ					ZASKLENÝ OTVOR VE ZDI					ŽEBRAVÝ MNICH ZASTĚNÁNÍ						
KALABA					1. DÍL TAJENKY CHEM. ZN. ÁSTATU											
TROPICKÝ PLOD							DĚTI DOMÁCKÝ JOSEF						HÁDANKA PŘIDÁVAT SŮL			
CESTOVAT VZDUCEM						ROZKAZ MASNÝ VÝROBEK						MLÁDĚ PRASETE BABIZNA				
OPUCHLINA					TYP KARO- SERIE AUT SDRUŽENÍ ROSTLIN						CHEMICKÝ PRVEK (B) ZÁLIBA (zastarale)				2. DÍL TAJENKY	ZÁKLADNÍ VZOREK MÉRIDLA
ZKRATKA SOU- HVĚZDÍ VOLANS				JÍST (dětský) OZDOBNÉ ROSTLINY						HONOSNÉ BUDOVY ČINITI						
ZNAČKA ABVOLTU			ZKROPIT OBYVATEL SUMATRY						SBOR MINISTRŮ PTÁK							
TÁBOROVÝ OHNĚ							VLHČIT ROSOU OSTROVNÍ STÁT							SOL MIZ. SLÁBIKA OTÁZKA 2. A 4. PÁDU		
	VÝZVA K TICHU	ČÁST MOLEKULY ŽEN. DOM. JM. (Aika)					ZÁVĚR ETYL- ALKOHOL						SPODNÍ ČÁST LODI SEVERSKÝ PAROHÁČ			
VZLETNÝ PŘEDNES						STARÝ HUDEBNÍ NÁSTROJ NUŽE					EKVÁDOR. PROVINCE CELNÍ KÓD ITALIE					
3. DÍL TAJENKY												OCAS				
ROVNĚŽ					ZLIKVIDO- VAT (ohoř)							SOUPEŘ				POMŮCKA: DERVIS, LURA, EL ORO

Vylosování, kteří nám zašlou správný text tajenky, **obdrží ceny redakce**. Tajenku nám pošlete **nejpozději do středy 25. 1. 2012** na adresu: Moravská reklamní, spol. s r. o., Příkop 6, 602 00 Brno, nebo e-mail: info@mrs.cz, předmět: Křížovka. **Nezapomeňte uvést svoji adresu a telefonní spojení.**

MANTILA
REPRO

samoobslužné
ČB kopírování



- černobílé a barevné kopírování
- velkoplošné kopírování
- vazba dokumentů, laminace
- tisk z PC, grafické práce,
- dárkové a propagační předměty
- velké množstevní slevy

Žižkova 5, Brno, tel./fax: 541 215 515, GSM: 777 815 090

Moravské nám. 4, Brno, tel.: 542 210 555, GSM: 777 815 010

www.mantilarepro.cz

copy@mantilarepro.cz

Zde může být
vaše reklama.

[Jaké jsou
podmínky?](#)

SIMPLY CLEVER

ŠKODA



Nová ŠKODA Citigo Život v pohybu



Staňte se skutečnými pány svého času s novým vozem ŠKODA Citigo. Užívejte si prostor, komfort a bezpečí velkého vozu při nízké spotřebě a překvapivé manévrovatelnosti. Do centra, na nákupy nebo do přírody se tak nyní můžete vydat, kdykoliv chcete a potřebujete.

Kombinovaná spotřeba a emise CO₂ modelu ŠKODA Citigo: 4,5-4,7 l/100 km a 105-108 g/km

Váš autorizovaný prodejce vozů ŠKODA:

Autosalon HORA CZ a.s.

Štouračova 1a

635 00 Brno

www.autosalonhora.cz

AUTOSALON HORA

	9			3	8	1		6
5			7			8	3	
8	3	1	5	9			2	
7	8			6	3			5
			1				8	3
3	1	5	8		2	9		4
	6	3	2	1	7		9	
			8	3	4		6	7
9		2				3		

		9	1	6	8	3		
3	2				4	9		8
5	1				9	7	4	
7	8				6		9	
2		5	9	8			6	4
		4	3	2		8		7
8	5		6	1			3	
		3	8					2
6	9		7		3	5	8	1

		8			1		2	
4		2	6	8			1	9
1				7				4
5	4			1	2			
3	8		5	6			9	
						4	6	5
8		5		9			4	7
7					6			8
		4	7		8			1

						9		
			7	4			5	
5		4						
9				7		1		
		7				5		
					1			
	5				4			
4			2					5
								9



Horoskop

Výklad znamení, horoskopy, snář

[Zpět na obsah](#)

KOZOROH (22. 12. - 19. 1.)

Osoba narozená ve znamení Kozoroha je největší realista. Má silnou vůli a velké ambice. Je odolný na rány osudu. Projevuje velkou rozhodnost při realizaci sebou vybraných cílů. Snaží se neukazovat sebemenší náznak slabosti.

Kozoroh je pracovitý a disciplinovaný

Práci vykonává poctivě a pečlivě s velkou dávkou osobní disciplíny. Občas překvapuje své okolí originálními nápady. Velmi si váží svoji individualitu a samostatnost. Uctívá inteligenci a klidný přístup k životu. Neustále se vzdělává, aby získal lepší pozici pro kariérní postup. Má rád peníze. Mezi negativní vlastnosti Kozoroha patří zlomyslnost, konzervatismus, přebujelá ambice a jistý chlad.

Je tichý, opatrný, ale přátelský a milý

Většinou je dosti tichý a opatrný, ale pro své přátele je milý a přátelský. Bojí se rizika a improvizací. Občas mu chybí přizpůsobivost v nových a nečekaných situacích. Na vše nové potřebuje čas a klid. Své neúspěchy prožívá velmi silně. Často má zcela bezdůvodně komplexy. Nerad ukazuje své city a proto je považován za velmi uzavřeného člověka.

Nerad ukazuje své city

Jestli v osobním životě narazí na správného partnera, tak dokáže milovat věrně a hluboce. Ve vztahu ho nejvíce zajímají city, fyzická stránka není pro Kozoroha až tak důležitá. Většinou má dobré zdraví. Má veliký úspěch jako politik, spisovatel, teolog, archeolog, historik, advokát, pokladník, horník, zemědělec, asistent a laborant.

Planeta: **Saturn**

Živel: **Země**

Roční období: **Zima**

Přátelská znamení zvěrokruhu: **Panna, Lev**

Šťastná čísla: **3, 24**

Kámen: **Zirkon, podle talmudu – Onyx**

Kov: **Olovo**

Květina: **Sněženka, Azalka**

Bylina: **Máta**

Strom: **Buk, Jabloň**

Pták: **Sova**

Barva: **Tyrkysová**

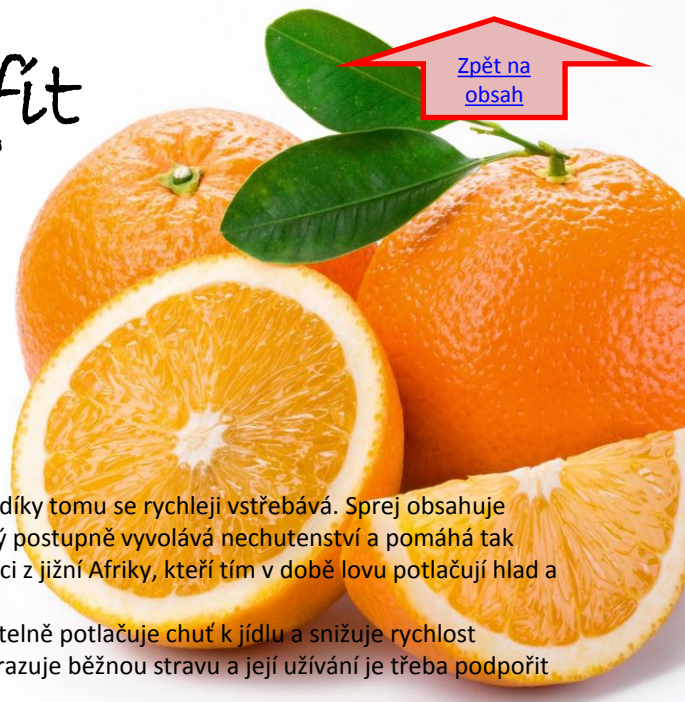
Tkanina: **Plyš**



Zdraví a fit

Zdraví, hubnutí, nemoci

[Zpět na obsah](#)



HUBNUTÍ PODLE MODERNÍCH METOD

1. Přípravky na hubnutí

Sprej Hoodia – stačí stříknout do úst a potlačí chuť k jídlu

Velmi zajímavá báze přípravku, který se aplikuje pod jazyk a díky tomu se rychleji vstřebává. Sprej obsahuje výtažek ze stonku kaktusovité rostliny Hoodia gordonii, který postupně vyvolává nechutenství a pomáhá tak zvládnout chuť k jídlu. Tento stonek běžně požívají domorodci z jižní Afriky, kteří tím v době lovu potlačují hlad a žízeň.

Vědci z rostliny izolovali účinnou látku (P- 57), která prokazatelně potlačuje chuť k jídlu a snižuje rychlost absorpce potravy v lidském organismu. Pochopitelně nenahrazuje běžnou stravu a její užívání je třeba podpořit celkovým životním stylem.

Látky obsažené v rostlině Hoodia gordonii dokáží regulovat tvorbu pocitu hladu a sytosti. Tyto unikátní sloučeniny působí v mozku v centru sytosti. Bylo prokázáno, že díky Hodii lze dosáhnout snížení kalorického příjmu až o 30 %.

Alli – zabraňuje vstřebávání části tuku z potravy

První klinicky ověřený volně prodejný lék registrovaný EU na snížení hmotnosti je dostupný pouze v lékárnách. Funguje na bázi mechanismu, který blokuje funkci enzymů v trávicím systému, které rozkládají tuk na jednodušší stravitelné součásti. Nevstřebaný tuk následně odchází přirozenou cestou ven z těla, díky čemuž tělo přijímá méně kalorií a člověk následně hubne. Celkově alli pomáhá zhubnout o 50 % více než samotná dieta, ale nemá vliv na rychlost metabolismu a neovlivňuje chuť k jídlu. Je určený osobám starším 18 let s indexem tělesné hmotnosti BMI 28 a více, ale především těm, kteří jsou ochotni změnit svůj dosavadní životní styl. Vzhledem k mechanismu účinku alli je důležité dodržovat dietu s nízkým obsahem tuku a zvýšit fyzickou aktivitu. Pokud jste ochotni toto dodržovat, pak je alli určitě vhodnou kombinací pro trvalý úbytek váhy.

Tumescentní liposukce – moderní technika odstranění tuků

Pokud chcete hubnutí urychlit, potom je zde rychlá metoda tumescentní liposukce, díky které se zbavíte přebytečného podkožního tuku v problémových partiích takřka ihned. Slovo tumescence je latinské slovo, které znamená nabobtnat. Vybraná oblast těla se napustí speciální roztokem (3 až 5 litrů), které místo znecitliví. Lékař je pak schopný udělat zákrok skoro bezbolestně při bdělém stavu. V tekutině je přidán kromě anestetika i adrenalin, který omezí krvácení.

Díky tumescentní liposukci se podaří odstranit 3 až 4 litry čistého tuku s minimálním krevní ztrátou. Takže už den po operaci můžete jít domů a dělat běžné denní aktivity jako chůze nebo řízení. 4. den po liposukci už je můžete i do práce skoro bez omezení. Bohužel ani tato metoda není trvalá, takže je po zákroku nutné dodržovat zdravou životosprávu, protože tukových buněk se nikdy nezbavíte.

Voňavé krystaly – převratná metoda v hubnutí

[Zpět na obsah](#)

Další zázračný "přípravek na hubnutí" je na světě. Podle vědců voňavý prášek dokáže přesvědčit lidský mozek, že tělo víc jídla už nepotřebuje. Když si tento jedlý prášek nasypete na potravu, jeho silné aroma způsobí, že už po pár soustech budete mít pocit, že máte dost. Ke koupi je v několika umělých příchutích, jako je sýrová, cibulová, kakaová, banánová, jahodová, křenová nebo kávová.

V Evropě, konkrétně ve Velké Británii, by se prášek jménem Sensa měl začít prodávat příští rok. Během půlročního testování na více než 1 400 osobách se dobrovolníkům podařilo v průměru shodit dvanáct kilogramů. Kontrolní skupina, která užívala krystalky bez vůně, zhubla v průměru jen o jedno kilo. Teď se podle listu Telegraph chystá pětiletá studie tisícovky dobrovolníků.

Zvýrazní chuť

Odborníci tvrdí, že tento způsob hubnutí má oproti tradičním dietám mnohé výhody. Vůně jídla – která odpovídá za více než devadesát procent 'chuti' toho, co jíme – se dá opravdu úspěšně použít, aby lidé jedli méně. I zdravé a nízkokalorické, ale chuťově nevýrazné jídlo totiž s příchutí lépe chutnálo.

2. Diety

Dělená strava

Jedna z nejoblíbenějších diet. Potraviny se dělí **do tří skupin** – na **sacharidové** (obiloviny, některé druhy ovoce a zeleniny), **bílkovinné** (maso a masné výrobky) a **neutrální potraviny** (tuhy a mléčné výrobky).

Zatímco při trávení bílkovinných potravin je potřeba kyselého prostředí, při trávení sacharidových potravin je tomu naopak. Proto by se měly konzumovat odděleně. Jinak se netráví optimálně. Neutrální potraviny můžete jíst samotné nebo je libovolně kombinovat s bílkovinnými i sacharidovými. Ideální střídání bílkovin a sacharidů je po dnech.

Pokud budete hledat recepty v různých knihách o dělené stravě, spočítejte si, kolik je v nich energie (k tomu vám pomohou různé tabulky, které seženete třeba v knihkupectvích). Tyto recepty bývají na energii, bohužel, nepřírozeně skoupé. Zároveň si dejte pozor a jednotlivé potraviny opravdu vybírejte podle jejich energie. Špatné pochopení principů dělené stravy totiž může způsobit naopak přibírání na váze – je lepší sníst více nízkonoenergetického jídla než jen kousek prorostlé slaniny!

**SLEVA až 5000 Kč**

NA NOVÉ, POVRCHOVĚ POŠKOZENÉ CHLADNIČKY, PRAČKY,
MYČKY, SPORÁKY A KUCHYNSKÉ VESTAVBY

VYSTAVENO 500 SPOTŘEBIČŮ



PRODEJ, OPRAVY, NÁHRADNÍ DÍLY



Brno, Křenová 19 (bývalá Mosilana)
tel.: 543 235 156 • www.chladservis.cz

odvoz starého spotřebiče

Brussova dieta: Místo jídla pijte zeleninové šťávy

[Zpět na obsah](#)

Původně vznikla pro nemocné rakovinou, dnes se ale používá i jako detoxikační nebo odtučňovací dieta. Originální Brussova metoda trvá 42 dní, během nichž se tělo absolutně očistí. Dnes už se používá spíš jen jako pročištění na jeden až dva dny v týdnu, protože dvaadvacetidenní půst je přeci jen moc. Jídlo je během dietního dne nahrazeno zeleninovými šťávami a bylinkovými čaji. V praxi to znamená, že když nebudete nic jíst, budete mít jen velmi málo energie. Proto se v těchto dnech doporučuje příliš nespportovat, aby nedošlo ke kolapsu organismu.

Neznamená to ale, že si lehnete na gauč a nebudete nic dělat! To byste se totiž nejspíš zbláznily touhou po jídle. Je potřeba i nadále zachovat normální denní režim. Při jakémkoliv hubnutí je potřeba pít dostatek tekutin a přijímat minerály a vlákninu, což je u této diety vlastně jejím základem. Pokud kouříte a cigaret se nehodláte vzdát, na tuhle dietu rovnou zapomeňte, není pak účinná.

Vzhledem k tomu, že se nejí vůbec nic, nejspíš budete trpět návaly nepřekonatelného hladu, a to může být značně deprimující. Dalším rizikem je ospalost, únava a celkově špatná nálada. Je důležité, abyste si takto lehký den ordinovala opravdu jen jeden, maximálně dva v týdnu.

Tip: Pokud si nedovedete představit celý den opravdu vůbec nic nesníst nebo máte malé děti či aktivní zaměstnání, přidejte zeleninové šťávy do svého jídelníčku třeba místo jednoho velkého jídla. Hned vám bude lépe!

Intervalová dieta - Tělo si ani nevšimne, že hubne

Vyhlašenými tloušťky jsou Američané a právě odtud přichází intervalová dieta. V té se střídají různě dlouhé odtučňovací fáze s fázemi, kdy se jíst může. Tento princip se i podle odborníků poměrně dobře dodržuje – jednou za čas se totiž můžete pořádně najíst, aniž byste dietní systém porušily a došlo tak k dalšímu jojo efektu. Intervalová dieta má tři odtučňovací fáze, tři, pět a desetidenní, během kterých by váš energetický příjem neměl přesahovat 1200 kcal denně. Mezi nimi je vždy pět dní pauza, takže tělo si ani nestačí všimnout, že mu něco neposkytujete, a nebude tak trpět návaly hladu a spínat nouzový režim známý od hladovějících diet. Jakmile tělu něco chybí, má tendence přeměnit každou možnou kalorií na tukový polštářek.

Tři fáze diety

První fáze – tři dny: Je potřeba přijímat hlavně bioaktivní látky, ty najdete třeba v zelené a červené zelenině (salát, řepa) a v ovoci s vysokým obsahem draslíku (banány, ananas).

Druhá fáze – pět dní: Konzumuje se hlavně zelenina, ovoce, tofu a rýže. Důležitý je i pitný režim, doporučuje se pít syrovátku, která je bohatá na minerály. V této fázi se zrychluje látková přeměna.

Třetí fáze – deset dní: V tomto období je nejdůležitější odbourat tuky a přijímat co nejvíce vitamínu C ze zeleniny a ovoce (černý rybíz, maliny a angrešt, červená paprika).

Během cca dvou měsíců, kdy budete fáze opakovat, by se měla váha stabilizovat, a když dietu nebudete porušovat (ani zde není vhodné dávat si v pětidenních přestávkách buček), tak by výsledná váha měla zůstat.

zde může být
váše reklama

Pozor! I zde jsou rizika. Tato dieta patří stejně jako většina ostatních k těm deficitním, tedy těm, kterým příjem energie minimalizují na 1200 kcal (5000 kJ) denně. Podle odborníků to je nejnižší možná hranice. Takže se nesnažte jíst ještě méně, nebo to s vaším zdravím nedopadne dobře.

Tip: Pozitivem této diety je, že vás donutí zamyslet se nad tím, co vlastně jíte, a to může být jediné dobře.

Pokud to s hubnutím myslíte vážně, zajděte za odborníkem, který vám sestaví dietní program na míru. „Určitě je ale při jakékoliv dietě důležité dodržovat pitný režim, tedy vypít aspoň 2 litry nejlépe neslazených tekutin denně,“ upozorňuje diabetoložka Magdalena Kuzníková. „Já osobně doporučuji vody neperlivé nebo jen jemně perlivé, aby se trávicí trakt ještě zbytečně nezatěžoval bublinkami,“ dodává.

3. Zábaly

Zábal na hubnutí s výtažkem řas *Laminaria Digitata*

Díky vysoké koncentraci rozdrcených řas *Laminaria Digitata* se v tomto zábalu aktivuje spalování kalorií a přebytek tuků v organismu.

Proč si dopřát zábal s řasami *Laminaria Digitata*?

- Zábal, jenž napomůže Vašemu hubnutí
- Zpevnění pokožky
- Zvláčnění, uklidnění, změkčení pokožky
- Aktivace a spalování kalorií a přebytečných tuků v organismu

Účinné látky zábalu s řasami *Laminaria Digitata*

Řasy obsahují minerální soli, jód, jsou bohaté na vitamíny skupiny B, a vitamín C. Řasy významně stimulují krevní oběh, napomáhají lepšímu odvodu nahromaděných nečistot.

Hubnoucí zábal z bahna Mrtvého moře

Proč si dopřát zábal s bahnem z Mrtvého moře?

- Navrácení elasticity pokožky
- Hladkost pokožky
- Detoxikace pokožky
- Zpevnění kůže
- Snížení stavu celulitidy
- Působení na uvolněnou pokožku, ve kterých se hromadí tuk
- Zformování postavy
- Odkyselení organismu
- Podpora lymfatického systému
- Sjednocení barvy pokožky
- Jako bonus pozitivně působí na bolesti svalů, modřin, léčí záněty šlach

Účinné látky zábalu z bahna Mrtvého moře

Bahno z Mrtvého moře obsahuje vysoký podíl minerálů, jako je hořčík, draslík, bromid aj. Bahno díky svému složení vstřebává nadbytek Vašeho tuku, ale také odumřelé buňky z povrchu Vaší pokožky. Navíc pročišťuje pleť, a to do hloubky.

Zábal na hubnutí z hroznového vína

[Zpět na obsah](#)

Chcete navrátit mládí, hladkost, elasticitu Vaší pleti? Chcete preventivně bojovat proti známčkám stárnutí? Pak si dopřejte výjimečný zábal z hroznového vína.

Proč si dopřát zábal z hroznového vína?

- Navracení a podpora elasticity, hladkosti pleti
- Vyhlazení pleti
- Ochrana buněk
- Výtažek z hroznových jadérek má výjimečně vysoký podíl nenasycených mastných kyselin a vitamínu E. Díky tomu je Vaše pokožka chráněna před stárnutím způsobeným vlivem světla. Výtažek z hroznových jadérek navíc pečuje o to, aby byla Vaše pokožka hladká.

Průběh procedury zábalu z hroznového vína

Na začátku, ale také na samém závěru si dopřejete aromatickou koupel celého těla (dle salónu). Následně, tj. po počáteční koupeli a osušení, Vám masérka, či terapeutka těmi nejjemnějšími tlaky rukou uvolní a zklidní tělo. Následuje jemný, účinný peeling, při kterém bude Vaše tělo zbaveno veškerých odumřelých částíček kůže, šupinek. Poté Vám masérka provede aromatickou masáž, a to za pomoci naplněných bavlněných sáčků jemným pudrem z hroznů a hroznových jadérek. Na úplný závěr přijde maska z hroznového vína, která jen podpoří zpevnění, vypnutí a vyživení pleti. Po potřebné době působení masky Vám masérka vetře výživné tělové mléko.

Účinné látky zábalu z hroznového vína

Jadérka z hroznů – představují jedinečný zdroj síly. V jadérkách je přítomné velké množství hydrofilních antioxidantů, jenž jsou schopny pohlcovat volné radikály až padesátkrát silněji, než kupříkladu vitamín E, a také až osmnáctkrát silněji, než vitamín C. V hroznovém vínu převažují sacharidy (glukóza a fruktóza) a vitamíny skupiny B. Fruktóza představuje ovocný cukr. Glukóza zase cukr hroznový.

Hroznové víno obsahuje vitamíny A, B1, B2, C, E, dále vlákninu, minerály vápník, draslík, železo a již zmíněné antioxidanty, jako je vitamín A, E, C, B2, B15, selen, mangan, zinek, karotenoidy, bioflavonoidy. Mezi jedinečné antioxidanty, obsažené v hroznovém vínu se řadí katechin, quercetin a resveratrol. Katechiny, které efektivně štěpí tuky, mají pozitivní vliv na hubnutí. Napomáhají spalování tuků, chrání buňky v lidském těle, působí proti ukládání cholesterolu v cévách. Quercetin dokáže rozpouštět krevní sraženiny a má navíc protizánětlivé vlastnosti. Resveratrol pozitivně ovlivňuje hladinu cholesterolu v krvi a s velkou pravděpodobností má i protinádorové účinky.

Medový zábal na hubnutí

Proč si dopřát zábal ze zlatavého medu?

- Detoxikace organismu, nejen na povrchu pokožky, ale také z hloubky tělesných tkání.
- Očištění a osvobození těla od veškerých usazenin, jenž se na Vaší pokožce, ale i v její hloubi nahromadily z potravin, léků, okolního životního prostředí.

Účinné látky medového zábalu

Med obsahuje vitamíny A, B1, B2, B6, B12, C, D, H, K, E, P, monosacharidy, hroznový cukr, tj. glukózu, ovocný cukr, tj. fruktózu, dextriny, oligosacharidy, enzymy, bílkoviny, barviva, jako je karoten, flavon, minerální látky vápník, hořčík, fosfor, draslík, sodík, síra, železo, chlór, křemík, mangan.

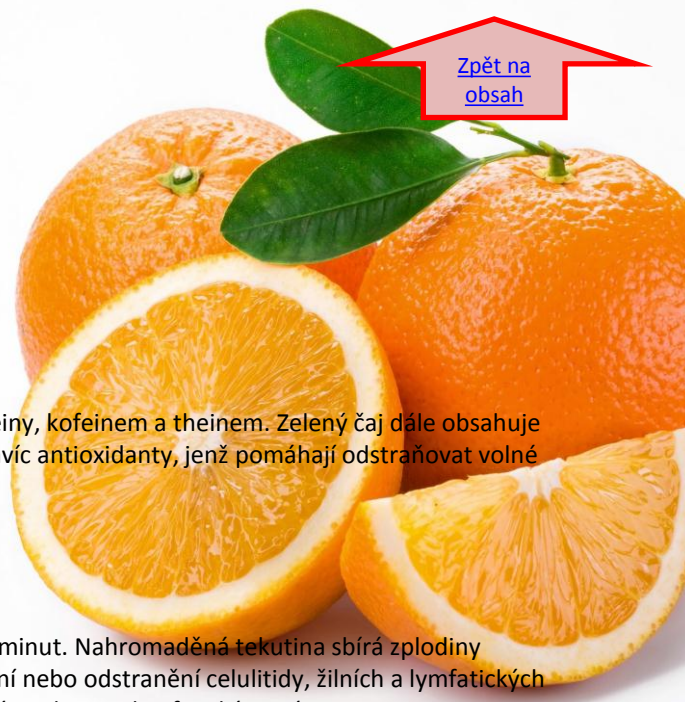


Zábal na hubnutí ze zeleného čaje

[Zpět na obsah](#)

Proč si dopřát zábal ze zeleného čaje?

- Posílená, vyhlazená pokožka
- Vyrovnaná látková výměna
- Blahodárný účinek na pleť
- Vláčná a hebká pokožka
- Hydratovaná a regenerovaná pokožka
- Stimulace a uvolnění pokožky
- Revitalizační a napínací efekt na pokožku
- Účinné látky zábalu ze zeleného čaje
- Zelený čaj doslova zásobí naše tělo zeštíhlujícími proteiny, kofeinem a theinem. Zelený čaj dále obsahuje velké množství vitamínů, jako je B, B2, B3, B7, C, D. Navíc antioxidanty, jenž pomáhají odstraňovat volné radikály z těla.



4. Přístroje

Slidestylér – nohavice

Jedná se o efektivní lymfatickou drenáž. Ošetření trvá 45 minut. Nahromaděná tekutina sbírá zplodiny metabolismu a tkáně se tak očišťují. Používá se ke zmírnění nebo odstranění celulitidy, žilních a lymfatických otoků dolních končetin nebo ke zpevnění pokožky. Masáží se aktivuje lymfatický systém.

SPM Vacupress – baňky

Vakuová energie s hloubkovým účinkem. Podtlakem se kůže nasaje do skleněných baněk a tukové buňky se natáhnou do takové míry, že jejich stěny se stanou průchodnějšími a pronikne přes ně více kyslíku, čím se zrychlí spalování tuků a zplodiny tohoto metabolismu se odvedou lymfatickou soustavou.

Bodystar – elektrody

Přístroj, je účinný při ošetření celulitidy i lokální obezity, vhodný pro formování postavy nebo pro relaxační elektromasáž celého těla – se svým rozsáhlým využitím bude vysoce prospěšně sloužit Vám i Vaším zákazníkům. Jde aplikovat jako isotonní program, kterým se zpevňuje poprsí, břicho a hýždě nebo na celulitidu či povislý zadeček.

VacuShape – chůze

Procedura probíhá formou svižné chůze na běžecském pásu po dobu 30-ti minut, problémové partie se přitom nachází v podtlakové kabině. Programově řízeným podtlakem je krev nasávána do kapilár v podkoží, kde působí jako přepravní médium a odvádí tuk z tukových buněk ke svalům, tam je možno tuk spálit. Podtlakem je aktivován nejenom metabolismus tuků, ale i lymfatický systém, který zajišťuje lepší odvádění metabolických zplodin. Pleť je při pravidelné aplikaci hladší a jemnější.

**zde může být
vaše reklama**

5. Cvičení

[Zpět na obsah](#)

Zumba – tanec je nejzábavnější hubnutí

Tanec je nejlepší způsob, jak dostat tělo do formy, pobavit se a spálit přebytečné kalorie. Zumba je tanec, při kterém zároveň posilujeme. Co si přát před létem víc.

Zumba je poměrně mladý fitness program inspirovaný latinskoamerickými rytmy. Vznikl v devadesátých letech a jeho otcem je choreograf Alberto „Beto“ Perez z Kolumbie. Kombinuje latinskoamerickou hudbu s tanečními a aerobními pohyby. Zumba motivuje tělo k účinnému spalování tuků, posilování všech svalových skupin, využití maximálního rozsahu pohybu a posílení kardiovaskulárního systému. Kromě toho je Zumba díky svému tanečnímu základu zábavná a co se na hodinách naučíme, můžeme s úspěchem použít i na večírku. Jako každý pohyb zlepšuje i náladu, odbourává stres a zvyšuje sebevědomí.

Kurzy Zumby najdete ve všech větších městech a bývají většinou plné. I to svědčí o tom, že tenhle trénink funguje a baví.

Spinning

Spinning je energicky účinné skupinové cvičení na stacionárním kole, které spojuje hudbu, motivaci a představivost.

Spinning je nejúčinnější a vysoce motivující kardio-vaskulární cvičení posledního desetiletí. Lekce probíhají na speciálních kolech – spinnerech. Každý jezdec si volí zátěž, která mu vyhovuje. Tempo určuje rytmický hudební doprovod.

Spinning probíhá pod vedením zkušených lektorů, kteří jsou držiteli certifikátu J.G.S.I.

Spinning je nenáročný na koordinaci pohybů, nezatěžuje kloubní systém a směřuje k celkovému procvičení svalů nohou a hýždí, ale také paží a svalů trupu. Již po několika cvičebních hodinách je znát úbytek tukových zásob a zlepšení fyzické kondice.

Spinning klade důraz na správnou techniku jízdy na kole. Získané návyky lze velmi dobře uplatnit v terénu na kole horském i silničním. Standardní spinningová lekce trvá 55 min. Po krátkém rozjetí následuje hlavní část lekce, v závěru se věnujeme protažení.



senk®

skvělá okna za nízké ceny

**OKNA
DVEŘE
ZIMNÍ ZAHRADY
VRATA**

SPECIALISTA



www.senkokna.cz

◆ DŘEVO 68/88

◆ DŘEVOHLINÍK

◆ PLAST **deceuninck**

zendow 5K

◆ **IC**
Inoutic Prestige

◆ **HLINÍK**

RC **sapa:**

◆ GARÁŽOVÁ VRATA

◆ **LOMAX**

◆ VNITŘNÍ DVEŘE **STELI**



Sport

Motosport a jiné sporty, zajímavosti ze sportovního světa

[Zpět na obsah](#)



HISTORIE KLUBU

V únoru **1953** byl slabý hokejový tým **RH Brno**, hrající Krajský přebor, rozhodnutím ministra národní bezpečnosti **Karola Bacílka** posílen, vyčleněn jako sportovní **rota ozbrojených složek MNB**, spadající administrativně i hospodářsky do **RH Praha** (Ústřední dům RH Praha).

Po dohodě s tělovýchovnými orgány byl tým zařazen pro sezónu **1953/54 do nejvyšší hokejové soutěže**, do Přeboru republiky.

Do RH Brno přešli hráči **TJ Spartak Brno Zbrojovka** (Bronislav Danda, Slavomír Bartoň, Bohumil Sláma, Zdeněk Chocholatý, Jiří Zamastil, Arnošt René Machovský a Zdeněk Trávníček), **TJ Spartak GZ Královo Pole** (Vlastimil Bubník, Ladislav Olejník a František Vaněk), Čeněk Liška a Stanislav Sventek z **Plzně**, Jiří Kolouch z **Českých Budějovic**, Zdeněk Návrat z **Ostravy** a Bohumil Prošek z **Kladna**. Koučem mužstva byl **Václav Řezáč** z Prahy,

hrajícími trenéry Vlastimil Bubník a Bronislav Danda. Technickým vedoucím mužstva byl Václav Lamač z Prahy. Letní přípravu absolvovali hráči v oddíle kopané RH Brno, pod vedením výborného trenéra **Josefa Eremiáše**.

23. 2. 1953: Přátelsky: TJ RH Brno – TJ Spartak Brno Zbrojovka 2:4 (1:3,1:1,0:0), branky domácích dali Prošek a Liška, za hosty Štemprok, Střecha, Kartouz a 1 byla vlastní.

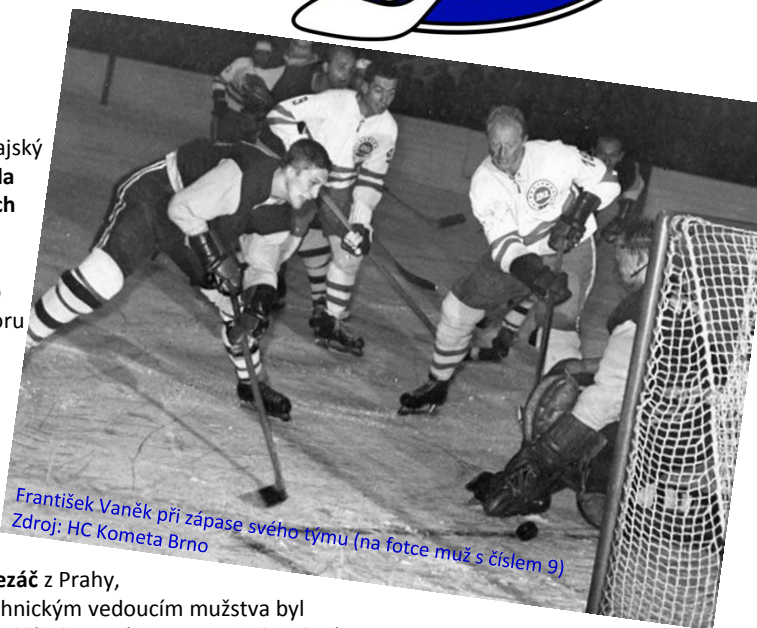
29. 10. 1953 odehrál posílený tým RH Brno **historicky první přátelský zápas v Praze**: TJ Spartak Šverma Jinonice – TJ RH Brno 2:4 (2:1,0:3,0:0), branky hostů dali Bartoň 2, Zamastil a Návrat. Sestava: Jiří Kolouch a Zdeněk Trávníček – Ladislav Olejník, Bohumil Sláma, Zdeněk Chocholatý, Stanislav Sventek – Jiří Zamastil („C“), Bronislav Danda, Vlastimil Bubník – Čeněk Liška, Zdeněk Návrat, Slavomír Bartoň – Bohumil Prošek. První branku vsítil Slavomír Bartoň.

16. 11. 1953 odehrál tým RH Brno **první zápas v Přeboru republiky**: TJ Dynamo Karlovy Vary – TJ RH Brno 1:6 (1:4,0:1,0:1), branky hostů dali Bubník 3, Danda 2 a Bartoň. Mužstvo hostů přijelo pouze s 10 hráči v sestavě: Kolouch – Olejník, Chocholatý, Sláma – Bubník, Danda, Zamastil („C“) – Prošek, Bartoň a Liška.

18. 11. přátelsky po cestě z Karlových Varů: **Baník Kladno-RH Brno 0:18** (0:4,0:6,0:8), branky hostů dali Bartoň 5, Danda 4, Bubník a Olejník po 3, Zamastil 2 a Prošek.

27. 11. PR: První zápas Přeboru republiky na domácím ledě: RH Brno-Spartak Plzeň LZ 14:3 (3:1,2:0,9:2), branky domácích dali Bartoň a Bubník po 4, Danda, Prošek a Zamastil po 2. V sestavě byli i obránce Sventek a v útoku Arnošt (René) Machovský.

Přihlíželo 9.000 diváků.



František Vaněk při zápase svého týmu (na fotce muž s číslem 9)
Zdroj: HC Kometa Brno



V létě roku 1955 přešla velitelská i hospodářsko-ekonomická pravomoc z Prahy na středisko RH v Brně. 15. 5. 1962 – přešel kompletní oddíl LH TJ RH Brno do civilní TJ ZKL Brno, která do té doby oddíl ledního hokeje neměla.

25. 11. 1976 – přejmenování podniku i Tělovýchovné jednoty na **Zetor Brno**.

Léto 1990 – 1992 – **HC Zetor Brno** (odtržení od TJ Zetor Brno)

1992 – 1994 – HC Královopolská Brno

1994 – 1995 – HC Kometa Brno

1995 – 1996 – HC Kometa BVV Brno

1996 – 1998 – HC Kometa Brno

1998 – 1999 – HC Kometa Brno, a.s.

1999 – 2002 – HC Kometa Brno, hokejový klub Brno, o.s.

2002 – 2005 – HC Kometa Group, a.s. Brno

2005 - HC Kometa Brno

Z archivních materiálů zpracoval Jiří Klíma,
Brno, únor 2009.

[Zpět na
obsah](#)



Jaroslav Holánek při tvorbě ledové plochy
Zdroj: HC Kometa Brno



Stadion za Lužánkami, Zdroj: HC Kometa Brno

Zima 2011

Dopřejte si náš pestrý

ZIMNÍ SERVIS

Volkswagen

Zimní servisní prohlídka za:

99,- Kč

V rámci Zimní servisní prohlídky provedeme pečlivou kontrolu technického stavu Vašeho vozu.

Zkontrolujeme:

- brzdovou soustavu
- výfukový systém
- kola a pneumatiky
- chladicí systém včetně klimatizace
- stěrače a ošťikovače
- baterii (napětí a stav elektrolytu)
- klínový řemen a stav motorového oleje
- světla včetně správného nastavení a houkačku

Volkswagen Service®



AUTO BAYER

Autorizovaný servis Volkswagen

Bučovická 299, 684 01 Slavkov u Brna

tel: 544 227 122-3, fax: 544 227 347

e-mail: info@autobayer.cz

www.autobayer.cz

otvírací doba servisu:

Po-Pá 7.00 – 18.00

So 8.00 – 13.00



Z říše zvířat

[Zpět na obsah](#)

O zvířatech, jak je chovat a vychovat, zajímavosti o zvířatech

PROČ TEN PES NEPOSLOUCHÁ?

Co od svého psa očekáváme

Pro převážnou většinu majitelů psů je z hlediska poslušnosti psa plně dostačující, když pes přiběhne na první zavolání, netáhá za vodítko, na vycházce neobtěžuje ostatní lidi tím, že za nimi běhá a vyskakuje na ně a podobně.

Každý si také přeje, aby jeho pes se k ostatním psům choval uměřeně, tj. zbytečně je nekontaktoval způsobem, ze kterého pak vznikají mezi psy různé pŕtky a rozepře, končící vrčením, někdy i rvačkou.

Chování psa se s věkem mění

Je třeba rozlišit chování u štěněte, u psa v období dospívání a u psa v dospělosti. Každé z těchto období má svá specifika a je třeba je při výchově citlivě respektovat. U štěněte je převažujícím rysem hravé chování, kterým se připravuje na budoucí život plnoprávného člena smečky. Období dospívání mezi sedmým až desátým měsícem věku je pak přechod k tomu, že u psa se plně začíná rozvíjet vrozené smečkové chování.

Psovi je vrozeno smečkové chování

Je nutno si uvědomit, že pes je smečkový tvor, vrozeně uzpůsobený k životu s ostatními příslušníky smečky, která může ve volné přírodě u divoce žijících psů čítat i několik desítek jedinců. U psa chovaného v bytě mu smečku plně nahrazují dospělí členové rodiny popřípadě další psi v domácnosti.

Pes má vrozenou schopnost se plně podříditi autoritě vůdce smečky, ale na druhé straně má vrozeno v každé jednotlivé situaci vystoupat na společenském žebříčku ve smečce aspoň o jeden stupeňk výše.

Tyto dvě vrozené vlohy se dají při výchově psa dobře využít

- Buďme tedy svému psu autoritou, buďme při výchově důslední a pes se nám odmění tím, že se podřídí pravidlům, která stanovíme. Tato pravidla však musí být neměnná, nelze psovi dovolit to, co jste mu minule zakázali a naopak.
- Když majitel psovi dovolí, aby v některých situacích převzal vůdčí roli, vystoupal na společenském žebříčku nad svého majitele, pes se této úlohy rád ujme. Neumí však s rolí velet člověku zacházet, nevzná se v ní a věřte, že je v této úloze nešťasten. Pes je spokojený, když mu člověk život organizuje a řídí. Dejme životu svého psa pevný řád, stále stejná, nikdy se neměnicí pravidla. Každá situace musí být řešena stejnou, vždy neměnně se opakující sekvencí úkonů. Nepřipustíme ani jednu situaci, ve které nám bude náš pes nadřazen. Uvidíte, že vztah psa a jeho majitele bude harmonický, pro psa se život stane čitelný a srozumitelný a pes i jeho majitel v něm budou šťastni a spokojeni.

Naučme svého psa, aby nám rozuměl:

Život nás lidí je pro psa komplikovaný a ve své podstatě nesrozumitelný. Naším světem je svět slov, je založen na verbální komunikaci. Nesnažme se se svým psem komunikovat mnohoslovnými povely, které opakujeme s vysokou kadencí. Pro běžnou komunikaci plně vystačíme s deseti až patnácti povely. Naučte psa těmto povelům rozumět, povel vydávejte jen jednou a jeho splnění důsledně vyžadujte. Mezi jednotlivými povely musí být časová prodleva.



ZDE MŮŽE BÝT VAŠE REKLAMA

Nepřenášejte na psa své nálady, nikdy nedopustíte, abyste jednou psovi něco dovolili a podruhé jej za totéž pokárali. Pes nám přestane rozumět. Pes, který člověku nerozumí, tak ten neposlouchá.

Za jednoduché příklady může sloužit například vítací rituál při příchodu majitele domů, vyskakování na člověka, vynucování si pozornosti ze strany psa apod. Na druhé straně je třeba si uvědomit, že pes je živý tvor a má svá práva, není to hračka, ke které se uchylujeme jen tehdy, když máme zrovna chuť si s ní pohrát.

Situační chování psa

Pes neplánuje budoucnost, nehodnotí minulost. U psa se existuje situační chování. Pes se v dané situaci chová podle vzorce, kterým danou situaci řeší na základě předchozích zkušeností tak, aby mu jeho reakce přinesla prospěch. Je jen na nás, abychom toto při výchově svého psa využili. Je na nás, abychom při výchově vštípili psovi do paměti správné vzorce, kterými na konkrétní situaci reaguje.

Psa vždy informujeme, zda je jeho zvolené řešení správné, nebo špatné. Pokud pes něco provede správně, VŽDY mu musíme sdělit ono kouzelné slůvko „to bylo dobře“, popřípadě jej jen pohladit. Na to NIKDY nezapomeňte, ani po splnění sebe-jednoduššího povelu. To, že pes poslechne, nepovažujte za samozřejmé.

Příklad první: Pes se dostane k misce, ve které máme naše jídlo. Začne je žrát. Máme tři možnosti: Zareagujeme ještě v okamžiku, když pes projevil úmysl, nebo se na něj oboříme v okamžiku, kdy už má část našeho jídla v žaludku. Třetí naší reakcí je pak to, že jej mu vyčiníme až s odstupem času, když zjistíme, že miska



je prázdná a pachatel spokojeně odpočívá v pelišku.

Jediná správná reakce je první, pes získá zkušenost, že toto jednání se mu nevyplatilo, a vzorec chování si opraví. Pokus o krádež našeho jídla nebyl úspěšný a ještě dostal vyhubováno.

V obou dalších případech se pes do krádeže pustí znovu, protože úspěch (jídlo mám v bříšku) se dostavil a převáží nad rizikem podniku (dostanu do kožichu). S tímto rizikem pes ve svém vzorci chování počítá a akci považuje za úspěšnou a příště se do krádeže pustí znovu. Jsou majitelé, kteří krádeže jídla řeší tak, že mají na lince půl metru od kraje čáru a veškeré jídlo je vždy „za čarou“, mimo dosah psa. Jediné správné je psovi nechat naše jídlo v dosahu a jen si je pohladit a psa okřiknout již v okamžiku, kdy projeví úmysl. Tedy: pokud pes se snaží nám sebrat něco, co je naše, nenecháme se strhnout k tomu, že věc dáme z jeho dosahu. Právě naopak, necháme ji tak, aby ji mohl pes sebrat a v okamžiku, kdy se o to pokusí, dejte povel fuj. Pokud budeme takto důsledně postupovat vždy, je možno nechat psa klidně celé dopoledne samotného s naším jídlem v dosahu a ani se jej nedotkne.

[Zpět na obsah](#)

**OKNO STYL**
Mezi nebem a zemí. Dokonalá okna

**Plastová okna a dveře,
garážová vrata, příslušenství**

pobočky

Brno, Veslařská 103/317
tel.: 775 872 709

Brno, Bayerova 23
tel.: 774 635 606

Blansko, Masarykova 14
tel.: 775 872 704

Tišnov, Brněnská 185
tel.: 775 872 702

Kuřim, Tišnovská 305
tel.: 775 872 709

Zlín, tř. Tomáše Bati 5146
tel.: 775 872 712

**Žďár nad Sázavou,
Strojírenská 371**
tel.: 775 872 705

Svitavy, nám. Míru 48
tel.: 733 539 151

plastová okna z německých profilů
aluplast®

**stále *
SLEVY
až 55%**

*** více o slevách a akčních nabídkách na
www.oknostyl.cz**

Tím také vyřešíme žraní odpadků a exkrementů v případě, když je pes venku na volno. Mnozí majitelé se odstranění tohoto problému s poslušností vyhnou jednoduše tak, že psovi nasadí na vycházce koš, protože když jej okřiknou, pes jen zvýší rychlost požírání, a pokud se majitel ke psovi přiblíží, tak s „kořistí“ uprchne do bezpečné vzdálenosti a tam ji s jistým „šibalským“ výrazem ve tváři – to jsem tě zase doběhl – urychleně spořádá. Nejhorší možnou reakcí majitele je následný výprask, který psovi udělí poté, co se mu jej podaří dostihnout. Jediné, čeho výpraskem docílí, je, že výrazně zhorší přivolání psa.

Příklad druhý: Tahání na vodítku. Pes je na vycházce na vodítku, něco jej zaujme a pes vyrazí příslušným směrem. Pokud se jedná o psa váhy nad 15 kilo a majitel má ještě navíc psa na krátkém vodítku, povede se psovi pohnout majitelem. Ten musí nejprve několika kroky napřed dohnat a předejít své vychýlené těžiště a pak teprve začíná v záklonu brzdit pohyb psa. Nebo také můžeme někdy vidět psa na napnutém vodítku s obojkem zařezaným do krku, který za sebou vláčí svého majitele. Zde se v obou případech opět jedná o chování, které psovi přináší prospěch, tentokrát v tom, že na vycházce napínáním za vodítka projevuje nadřazené dominantní chování. Prospěch spočívá v tom, že pes je ten, kdo určuje směr pohybu, majitel se mu podřizuje.

Náprava je snadná, zde ale v tomto případě nejde jen o nápravu tahání za vodítko, zde je škubání a napínání vodítkem jen jedním z obrazů celkového vztahu psa a majitele. Tím, kdo řídí nejen v této, ale pravděpodobně v dalších situacích, není člověk, ale pes. Zde se musí individuálně posoudit celkový vztah mezi psem a jeho majitelem, a ten kdo musí změnit své chování, je vždy v první řadě člověk.

Nezaměňujme přísnost a důslednost

Při výchově svého psa budme důslední ihned poté, co si jej přivedeme poprvé domů. Pozor, nikdy nezaměňujte důslednost a přísnost. Přísnost není na místě, pes není náš podřízený. Nedělejme nikdy svému psu šéfa. Na místě je důslednost v tom smyslu, že životu psa dáme pevný řád s neměnnými pravidly, kterým se pes naučí rozumět. Berme psa jako svého partnera, kterému nahrazujeme vůdce smečky, který mu poskytuje sociální zázemí, pocit jistoty, bezpečí, ochranu, zajišťuje smečce dostatek potravy.

Pes, který svého majitele přijme za svého přirozeného vůdce, pes, který se svému majiteli naučí rozumět, ten svého majitele poslechne na slovo, protože podřízení se řádu a pravidlům je mu vrozeno.

RNDr. Karel Zelníček

1A Hotel pro psy
Brno, Botanická 24
tel.: 720 396 746
www.1a-hotelpropsy.cz

[Zpět na
obsah](#)

**BALKON SYSTEM, s.r.o.**
výrobní, prodejní a montážní firma

ZASKLÍVÁNÍ LODŽIÍ, ZÁBRADLÍ
výroba • prodej • pozáruční servis
CERTIFIKOVÁNO přímo od výrobce
www.balkony.cz

informace na čísle: **+420 844 158 746**
+420 777 151 205
info@balkony.cz



S TOUTO INZERCÍ SLEVA 10 %

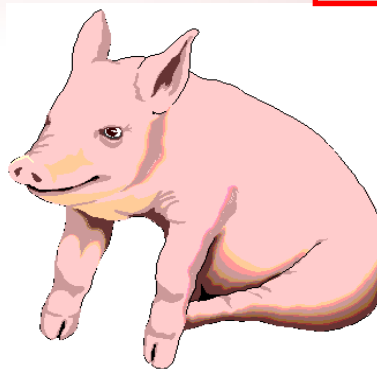
**ZDE MŮŽE
BÝT
VAŠE
REKLAMA**



Tradice

Tradice, zvyklosti, zajímavosti

[Zpět na obsah](#)



Slovácká zabijačka

Je večer. Měsíček v úplňku září na krajinu i malované domečky na Slovácku. Z nebe se snáší velké sněhové vločky. Zvony na vesnickém kostele hlasitě vyzvánějí. Je světlo téměř jako ve dne díky hvězdám, které ozařují krajinu, a je příjemné bezvětrí. Pod podrážkami našich bot sníh jemně křupe, z dálky se ozývá štěkání venkovských oříšků a v korunách stromů si ještě hledají hlasitě své místo někteří opeřenci.

Vykrmený vepř v chlívků ještě nic netuší

Naše cesta zasněženou krajinou je překrásná, romantická a mírumilovná. Nastal večer, kdy je potřeba domluvit podrobnosti s venkovským řezníkem, který další den ráno připraví o život vykrmeného vepře, který v tuto chvíli v chlívků nic netuší. Nastala doba, kdy pašák s prvními mrazíky a vločkami sněhu odejde z tohoto světa. Když jsme odcházeli z naší chalupy, byla již v mísách připravena velká dávka uvařených krup potřebných velikostí, v kuchyni u sporáku se blýskal dobře vymytý vylávaný hnědý hrnec na krev a rovněž další pomůcky, o kterých se budu zmiňovat dále, již zely čistotou a srovnané v řadě u pomůcky zvané „šibenice“ čekaly na úsvit a své použití.

Řezník brousil nože a vyptával se na pašíka

Řezníka jsme zastihli v plné práci. Jednu zabijačku dokončil a na naši se chystal. Brousil nože všech druhů a tvarů, dotazoval se na váhu prasete, zjišťoval, zda bude dostatek přírodních střev, a samozřejmě chtěl znát i další požadavky včetně naložení a využití masa, klobásek a dalších pochutin. Bylo dohodnuto - v 5 ráno příštího dne dorazí do domu s připravenou jateční pistolí a dobře vysušenými náboji, aby skončil čuník byl co nejrychlejší. Zbývá tedy ještě potvrdit účast dalších dvou pomocníků – jeden z nich bude míchat teplou krev a druhý přiváže provaz na nohu zvířete a ve vhodném okamžiku za něj prudce zatáhne tak, aby se prase položilo na bok. Smutný to obřad je připravován, ale jinak to asi nejde.



Slovácko sa nesudí a Černí baroni

V tuto chvíli snad bude dobré, když na chvíli přejdeme od věcí emocionálních k věcem racionálním. Tu správnou atmosféru zabijačky jste již jistě všichni četli v díle Zdeňka Galušky Slovácko se nesudí a také jste měli možnost podívat se na zabijačkový rituál v seriálu České televize Černí baroni.

Prase domácí obecně

Co se týče prasete domácího, je to domestikovaný savec, vyšlechtěný z prasete divokého a podle původu a tělesných znaků se plemena prasete domácího dělí na evropská (prase klapouché, prase krátkouché), asijská (prase prikulené, prase čínské) a středozezemní prase (románské a prase kadeřavé). V České republice se chovají hlavně plemena prasete bílého ušlechtilého, landrace, přeštické černostrakaté a importovaná plemena.

10 milionů obyvatel, 3 miliony prasat

Je zajímavé, že již v r. 2005 byl počet obyvatel České republiky kolem 10 mil. obyvatel a u nás se chovalo téměř 3 miliony prasat. Byli mezi nimi samci prasete nazýváni řezanci – tedy vykastrovaní, ale také nevykastrovaní kanci. Je tedy vždy důležité podívat se do zařízení, které je nazýváno chlívek, kterého to prase se v něm nachází, protože jak výše uvedeno, prasata jsou různá co do původu užitkových vlastností i povahy. Navíc když připustíme, že oslovení „prase“ se v lidské společnosti už dlouho používá jako nadávka, označujeme tak člověka, který je nečistotný, zanedbaný nebo se nevhodně chová, a v této souvislosti je třeba také připomenout, že rituál zabijačky přinesl do českého jazyka a mezilidských vztahů ještě jedno zajímavé rčení, které říká, že může být někdo označen v lidové mluvě v přirovnání pitomý jako necky. Nechci vůbec komentovat, že již v roce výše uvedeném bylo vlastně na každého třetího občana žijícího v této republice jedno prase...

Co potřebujete na klasickou zabijačku

A v tuto chvíli je třeba se zamyslet nad tím, co všechno dále potřebujete, abyste takovou klasickou zabijačku zvládli. Rozhodně se neobejdete bez kotle, ve kterém budete vše vařit. Také se neobejdete bez již zmiňovaných

uvařených krup a dalšího koření – cibule, pepře, nového koření, bobkového listu, soli, octa a zeleniny - mrkve, petržele, celeru, atd. Ze všeho nejdůležitější se hned v prvopočátku jeví pomůcka, které se říká necky nebo také troky, vantroky atd. Jedná se o podlouhlou, nahoře širší, obvykle dřevěnou nádobu, která se dříve používala k ručnímu praní prádla, k zadělávání těsta, ale také k paření prasat. Necky byly obvykle vyrobeny z dřevěných prken tvořících boky a čela. Existují i necky, dnes už velmi vzácné - vydlabané z jednoho kusu dřeva, které vlastnila právě moje rodina. Pokud dorazí řezník včas a střízlivý, je dostatek horké vody a prase v chlívku pokorně čeká na definitivní ortel, pak se může začít. Nebudeme morbidně popisovat, co se děje v samotném počátku. Činíme tak z toho důvodu, že srdce prasete mnohdy nahrazuje velmi účinně v lékařství srdce lidské, a tak zachovejme alespoň z tohoto důvodu vůči tomuto zvířeti pietu a nepitvejme se v tom, kdo je v daném okamžiku větší prase, zda ten, kdo ho chce skolit, nebo to ubohé zvíře.

Na dvorku se line vůně vařeného masa

Pokud se již v tuto chvíli přeneseme o kousek dále, je na dvorku překrásná vůně linoucí se z vařeného masa, které je v kotli se slanou vodou. Ovárek z vařené hlavy, jazyka, plece a laloku, ledvinky, játra, no už i mně v tuto chvíli teče slina po bradě. Nastal okamžik, kdy je možno plnit střívka (dobře vyčištěná) a nařezaná na požadovanou délku a z jedné strany zašpejlovaná. Právě se dostává ke slovu ruční pístová narážečka, která s velkou elegancí vyrábí jednu jitrnici za druhou. Jitrnice jsou tradičním zabijačkovým pokrmem a jsou stejně oblíbené jako jelítka. Pokud máme za sebou tuto část zabijačkové rapsodie, pak se můžeme pustit do výroby tlačanky a huspeniny. Pravděpodobně největší trpělivost si vyžaduje příprava zlatově zbarvených škvarečků. Vyškváření tukové tkáně je nejen aromaticky lákavé pro široké okolí, ale samotný spolutvůrce tohoto obřadu musí udržet dlouho své chuťové pohárky na uzdě, protože příprava škvarečků může probíhat jen tak, že se sádlo s kousky masa nakrájí na kostičky, které se následně vhodí do rozpáleného kotle.

Tip na lahodné škvarky od našich předků

Vzpomínáme si, že na samotný závěr naši předkové nalévali do kotle ještě kapku mléka, což neuvěřitelně vzpěnilo již tak roztavený tuk, ale škvarky pak byly tak měkkoulinké jak vata a překrásně zbarvené do zlatavých barev všech odstínů. Neochutnat ani jeden kousíček, to byl neřešitelný problém i pro mnoho zarytých vegetariánů a posléze i škvarková pomazánka natřená na čerstvý chléb v nás vzbuzovala pocity naprosté blaženosti a stravovacího uspokojení. Dobře si vzpomínáme, že vedle dobře využitých klobásek byly právě ony škvarky naším každodenním večerním předkrmem i ve městě, kde jsme později bydleli a kde mnoho lidí vůbec nemělo možnost „okošťovat“ tuto pravou slováckou kuchyni.

Pravá svičková = vepřová panenka

Na celé zabijačce nás vždy zajímala i velmi vzácná část onoho zvířete, kterou nazývali svičkovou. Teprve později jsme zjistili, že svičkovou má nejen prase, ale i skot. U skotu se nazývá panenská svičková, v případě prasete vepřová panenka. Řečeno odborně, jedná se o tzv. malý bedrovec, což je stíhlý sval umístěný u páteře jako úzké břicho s dlouhou šlachou a odstupuje od těla dvanáctého hrudního a prvního bederního obratle. A teď považte, člověk žádnou svičkovou nemá. Tento sval mu často úplně chybí. No ještě že máme prasata a skot.

Na stole je připravena večeře. Vzorky již výše popsaného voní a připadají nám téměř jako uměle vytvořené. Jedna jitrnička hezčí než druhá, jelítka do červena zbarvená, polévka tmavá i světlá a uprostřed stolu pocukrovaná bábovka. Kolem stolu plno lidí s pohárky slivovičky v ruce, velká legrace, jeden humorný příběh střídá druhý a i v takovém hluku pod stolem chrápe pes a na peci černý kocour. Je opět večer. Všechny děti a mladiství jsou zaháněni do postelí. Právě tuto generaci čeká následující den náročný úkol – doručit všem přátelům a známým tzv. výslužku. O tomto obřadu již věděli a také jej důrazně dodržovali staří Řekové a Římané, kteří svým hostům dovolili odnášet domů různé dárky a samozřejmě i v podobě různých speciálně připravených jídel.

zabijačková polévka, do papíru zabalená jelita

Je ráno. Svítá. V kuchyni babička s dědečkem cinkají s konvičkami, kastrůlky a my se pomalu probouzíme. Je čas. Vydáváme se na cestu – v konvičce zabijačková polévka, do papíru zabalená jelita, jitrnice a tlačanka a nějaký ten škvarek. Máme práci na celý den obejít naše přátele a známé. Vždy jsme odměněni nějakou tou korunou, takže ani my nepřicházíme zkrátka.

Příští týden možná k nám přijde s výslužkou soused nebo někdo další, a tak vlastně máme čerstvou zabijačku po celé zimní období. Nevíme, jestli mohou tuto

atmosféru a překrásné lidové zvyky nahradit prejty, tlačanky a škvarky samozřejmě všechny označené jako „domácí“, které můžeme kdykoliv (bez ohledu na roční období) a bez jakékoliv doprovodné kulisy nakupovat v kterémkoliv supermarketu. Platební karta má obrovskou výhodu v tom, že je okamžitě použitelná a umožní vám vlastně téměř cokoliv. Jedno si ale nekoupíte, a to je hloubka onoho prožitku, který byl popsán výše a který jsme prožívali my, kdy ještě supermarket a platební karty byly neznámým pojmem.

Agentura 3 Petři jako vepři





Historie

[Zpět na obsah](#)

Osobnosti a okamžiky, které změnily svět

NAPOLEON BONAPARTE

Každoročně 2. prosince si mnoho Evropanů připomíná událost, která se zapsala do historie válečnictví, a ona událost se odehrála právě v našem regionu. Mám na mysli bitvu, která je v zahraničí známá též jako bitva u Austerlitz, bitva tří císařů u Slavkova. Stojí za to si připomenout alespoň základní informace a v krátkosti se vrátit k tradičním rekonstrukcím bitvy v dobových kostýmech a s replikami dobové výstroje a výzbroje, které pořádají kluby vojenské historie z celé Evropy. Hlavní pozornost však budeme věnovat mýtům a skutečnosti, které se dotýkají osoby Napoleona Bonaparta. Možná některé informace budou pro vás nové a velmi překvapivé.

Bitva tří císařů

Začátkem prosince (2. 12.) 1805 se na návrších a v údolích východně od Brna odehrála jedna z nejvýznamnějších událostí evropských dějin 19. století a zároveň jedna z nejproslulejších bitev. Nasazenými silami a počtem mrtvých a raněných se slavkovský řež stal na dlouhou dobu nejohroženějším a největším válečným střetem v českých zemích. Armáda Francie čítala 73 400 mužů a armády spojenců (Rakousko a Rusko) nasadily do boje 85 400 mužů. Spojenci stříleli z 250 děl a Francouzi ze 150 děl. Spojenci byli prokazatelně v přesile, měli o 12 000 mužů více a 100 děl navíc. Napoleon Bonaparte se ukázal jako dokonalý stratég. Sbor maršála Soult kryt mlhou nepozorovaně dorazil až k Pracím a zaútočil na pratecký kopec. Právě tento překvapivý úder spojence doslova rozprášil a poté byly jednotlivé skupiny napoleonskými vojsky obklíčeny a přinuceny ke kapitulaci.

Šestáho prosince 1805 pak bylo na slavkovském zámku podepsáno příměří a následoval tzv. přešpurský mír. Samotný Napoleon Bonaparte si cenil vítězství v této bitvě nejvíce ze všech, které dosud absolvoval.

ABSOLVENT VOJENSKÉ ŠKOLY, PRVNÍ KONZUL, POPRVÉ CÍSAŘ

Narodil se ve městě Ajaccio na Korsice a absolvoval elitní vojenskou školu v Paříži. Od mládí jako by ho přitahovaly revoluce a vyšší společnost. Na Korsice se zamíchal do revoluce a musel uprchnout. Ve Francii se stal dělostřeleckým důstojníkem a poprvé vynikal v taktice a v boji a byl povýšen na brigádního generála. Krátce nato byl jmenován velitelem Pařížského okruhu armády. Zaútočil úspěšně proti Itálii a Rakousku. „Pořádek“ udělal i v Egyptě, kde rozvrátil moc mameluků, ale nakonec se musel stáhnout do Evropy.



Od roku 1800 vykonával funkci prvního konzula – jmenoval členy státní rady i soudce. Poprvé pocítil, jak chutná moc. Choval se velmi odpovědně a prosadil velmi pokrokové reformy. Vydal občanský zákoník a ovlivnil celý evropský právní systém. Rovněž ozdravení francouzské ekonomiky bylo radikální. Druhého prosince 1804 se Napoleon Bonaparte stal francouzským císařem Napoleonem I. Obřadu se zúčastnil i papež Pius VII. Korunu si však překvapivě císař vložil na hlavu sám. Od této chvíle jako by se jeho krev proměnila ve střílný prach.



Následuje invaze do Velké Británie, kontinentální blokáda – chtěl dosáhnout hospodářského kolapsu Británie, ale největší užitek z toho mělo Rakousko, které hospodářsky velmi posílilo. V té době Napoleon ukázal i smysl pro spravedlnost a všechny vlivné lidi, kteří se z blokády neoprávněně obohatili, přísně potrestal. Kéž bychom dnes u nás měli Napoleona. Veleúspěšný byl i při tažení proti Rakousku, kde se projevila jeho vyzrálá taktika právě v oné bitvě tří císařů u Slavkova.

První větší problémy měl Napoleon ve Španělsku, kde sice zvítězil, ale za cenu obrovských ztrát lidských i finančních. Zákeřní Rakušané této situace chtěli využít, ale Napoleon opět zvítězil a František I. mu musel dát za ženu svou dceru Marii- Louisu Habsbursko-Lotrinskou.

Nenasytý válečník

Napoleon byl nenasytý válečník a vydal se na tažení do Ruska, ale tento jeho krok mu zlomil vaz. Z Ruska se vrátil s jednou desetinou svých vojáků. Tato invaze pro něj končí katastrofou. I přesto se pokusil opět doplnit stavy vojáků, ale v roce 1813 v tzv. bitvě národů u Lipska byl poražen a v roce 1814 byl protifrancouzskou koalicí vykázán na ostrov Elba. Ani tam se nevzdával a vrátil se do Francie tajně a na 100 dnů se opět zmocnil trůnu. Po prohrané bitvě u Waterloo musel abdikovat.

Zajímavé je, jak se o jeho návratu vyjadřovala média.

Myslím, že s novinářskou špinavostí se setkáváme dodnes, no konečně posuďte sami.

FRANCOUZSKÉ NOVINY PSALY

Le monitor o Napoleonově útěku z Elby v roce 1815:

- 9. 3. psaly o Napoleonovi jako o obludě, jež uprchla z ostrova Elba!
 - 10. 3. napsaly, že korsická obluda se dostala na pevninu!
 - 13. 3. se Napoleon dostal do Lyonu a označovaly ho jako tyрана.
 - 18. 3. byl 60 km před Paříží a už o něm psaly jako o uchvatiteli moci.
 - 19. 3. v novinách stálo, že Bonaparte postupuje, ale do Paříže se stejně nedostane (byli si sebou nějak moc jistí).
 - 20. 3. Napoleon bude zítra v Paříži (už žádný tyran nebo obluda)!
 - 21. 3. už ho uznávali jako císaře Napoleona, protože se dostal až do Fontainebleau.
 - 22. 3. Včera večer prý Jeho císařská Výsost vstoupila do Paříže!
- A nadšení národa je nepopsatelné! (To je najednou změna!)

Tak tady vidíte, jací byli francouzští novináři za Napoleona.



ZDE MŮŽE BÝT VAŠE REKLAMA

MÝTY A SKUTEČNOST NAPOLEON BONAPARTE A JEHO RODINA

Marie Luisa

Napoleonova druhá a věrná manželka – Maria Luisa, dcera rakouského císaře Františka I. Po bitvě u Lipska (1813) byl Napoleon vykázán na Elbu a Maria Luisa zbaběle utekla i se svým synem – Napoleonem Františkem Bonapartem přezdívaným Orlik zpátky do Rakouska. Morální zásady Maria Luisa porušila a opustila ho.

Josefína

Napoleonova první manželka – Josefína de Beauharnais – s tou se po 13 letech manželství Bonaparte v roce 1809 rozvedl. Bonaparte chtěl strašně dědice, kterého mu Josefína nemohla dát, proto ji opustil a vzal si druhou manželku Marii. S tou měl syna.

Josefína umřela roku 1814 a paradoxem je, že pokračovatelem dynastie se nestal potomek Napoleona, ale právě Josefíny. Její dcera Hortensie si vzala za muže Napoleonova bratra Ludvíka a jejich syn se později stal císařem pod jménem Napoleon III. Ve vyhnanství na sv. Heleně Napoleon napsal: „Josefína je jedinou ženou, kterou jsem kdy miloval. Stále vládne mému srdci a stýská se mi po ní.“



MYLNÁ PŘEDSTAVA O NAPOLEONOVĚ VÝŠCE

Navzdory tradičnímu zobrazení Napoleona Bonaparta není pravda, že byl nějak zvláště malý. Po jeho smrti v roce 1821 byla zaznamenána jeho výška – 5 stop a 2 palce. Jednalo se však v té době o používané francouzské palce. V přepočtu na palce britské byl vysoký 5 stop a 6,5 palce. To z Napoleona činí 1 metr a 68 cm vysokého muže a díky tomu byl vyšší než průměrný Francouz 19. století. Ke špatným převodům se ještě přidal špatný výklad Napoleonovy francouzské přezdívky „Le petit coporal“. Nefrankofonní země překládají „petit“ jednoduše jako malý, ačkoliv přezdívka vznikla na základě Napoleonova úzkého přátelství s jeho vojáky. A nakonec: Napoleon býval vždy obklopen svou elitní gardou, jejíž členové vždy měli minimálně 6 stop.

KONEC ŽIVOTA NA OSTROVĚ SV. HELENY

Napoleon Bonaparte se vzdal Velké Británii v naději na politický exil, ale britská vláda rozhodla o jeho deportaci na ostrov sv. Heleny, kde strávil zbytek svého života jako zajatec Britů. Na tomto ostrově 5. května 1821 zemřel.

Napoleon Bonaparte se narodil v noci ze 14. na 15. srpna a měřil 168 centimetrů. Autor tohoto článku se narodil stejný den a jeho výška je rovněž stejná, ale dosud ho nikdo nikam nedeportoval a stále ještě žije.

„Napoleony“ má v různých modifikacích mnoho zemí, a jak je vidět, někdy se o nich povídají úplné nesmysly.

Nechť žijí Napoleonové...



Vtipy, básničky, kalendář a další

V pohledném stavení na konci vesnice,
bydlela sedmkrát trestaná světica,
od mládí fandila procházkám v šeru,
na jejich památku vlastnila dceru.

Křehounká dívenka s nosem jak okurka,
červeným od rumu – no prostě Karkulka.

Ráno, když maminka dcerušku spatřila,
dala jí facku a potichu pravila:

„Rychle si oblékni červenou sukénku,
babička za lesem dostala žloutenku.“

Karkulka:

„Nač je mi maminko červená suknice,
ta jenom přiláká vilného myslivce!
Jestli mě znásilní, tak jako včera,
nebudu už tvoje nevinná dcera!?!“

Matka:

„Nedávej bázlivým myšlenkám průchod,
než bába za léky utratí důchod!
Dones jí guláše aspoň půl hrnka
a bába vyskočí zas jako srnka!“
Popadla Karkulka aktovku s jídlem,
běžela lesem, jak píchnutá šídlem.
Navzdory vábívé červené sukýnce,
nestřetla na cestě vilného myslivce.
Svalnaté nohy a kvalitní pohorky,
brzy jí donesly do známé chaloupky.



Karkulka:

„Co je to za fóry, tak brzo po ránu,
vlk se tu placatí v bábině županu!“

Vlk:

"Jen pojd' dál, děvenko a nestůj u dveří,
s bábou jsem posnídal, ty zůstaň k večeři!
Máš pěkné tvářičky, jak žádná druhá,
zato tvá bába byla dost tuhá!!

Karkulka:

„Tak to sis vybral kvalitní potravu!
nejseš ty blbečku tak trochu na hlavu?!?
Pozdě mě nazýváš spanilou dívenkou,
sežral jsi babičku s infekční žloutenkou!!!“
Lesem se ozývá zoufalé vytí,
jak se vlk pokouší vyvolat blití.



Recepty

Co vařit, nápady, tipy a triky z kuchyně a světa gastronomie

[Zpět na obsah](#)



ŠPANĚLSKÁ KUCHYNĚ

Španělská kuchyně je rozmanitá i svou barvou, i surovinami. Je prakticky dost podobná všem středomořským kuchyním, a proto není až tak světová, jako třeba italská či francouzská. Navíc Španělsko je dost velkou zemí (ne že by Francie nabyla) a každý region má svoji tradiční kuchyni, známé jsou jen některé hlavní pokrmy, a více je Španělsko známo pro svůj tradiční nápojový lístek, kterému jasně vévodí španělská vína. Obecně základními prvky španělské kuchyně jsou vždy čerstvé suroviny a to z moře – mořské plody, ryby, rýže, zelenina, olivový olej extra virgin, maso, brambory, chilli, rajčata, olivy, cibule a česnek.

Paella

Tradiční pokrm španělských rodin je velice pestré a je dost podobné našemu rizotu – to také často připravujeme ve stylu „co dům dá“. To stejné je paella, nicméně základ je vždy nějaká ta „mořská potvora“, zelenina a rýže. Co je určitě důležité – pokud dáme do paelly rybu, nikdy nesmíme dát i jiné maso. Tím je na mysli drůbež, vepřové nebo dokonce hovězí. To již by nebyla pravá paella, ale jakýsi podivný mix. Paella je jídlo chudých a nejčastěji se opět připravuje v jižních částech země. Vznikla jako pokrm nemajetných rybářů, kteří právě do rýže a vlastní zeleniny dali i to, co chytili, tedy mořské plody a ryby. Dalším důležitým faktem je to, že pravá paella není ostrá, což si spousta lidí, nejspíš pro její typickou barvu myslí.

Gazpacho

Studená zeleninová polévka, která je vhodná jako předkrm a ideální pokrm pro horký letní den. Na její přípravu jsou potřeba zejména rajčata, dále papriky, okurky, česnek, cibule a další.

Empanada, panada

Původně španělský pokrm je dnes znám jak ve své domovině, tak sousedním Portugalsku, tak některých státech Jižní Ameriky. Jde o pečenou kapsu z těsta, ve které jsou různé náplně. Většinou mleté maso, šunka či tuňák. V některých přímořských oblastí jsou empanady vyhlášené plněné rybami nebo plody moře.

Tortilla (vyslovuje se tortija)

Kdo by řekl, že tortilla patří do španělské kuchyně? Jistě, že většina by tortillu zařadila do klasické mexické kuchyně, což nebudeme zpochybňovat, nicméně je nutno podotknout, že jsou tyto placky původně španělské. Ale vlastně jen co se nápadu a vzhledu týče. Španělské tortilly jsou totiž jiné, než ty mexické, které jsou známé i u nás, jako kukuřičné placky, které se plní masovými a zeleninovými náplněmi. Španělská tortilla je placka z vajec a zeleniny, což je vlastně taková naše omeleta a slouží jako příloha k rybám nebo masu.

Tapas

Jsou to takové španělské jednohubky. Podávají se celý den a jejich hlavními prvky jsou sýry, olivy a šunka nebo mořské plody a zelenina. V barech jsou k dostání zdarma k nápoji.

Turecký med - turrón

A opět jeden velký omyl – předpokládáme, že turecký med pochází z Turecka, nicméně jeho původem je Španělsko. První zmínky o této sladké pochoutce, kterou seženeme snad na každé pouti, jsou již z 12. století. Španělsky se turecký med nazývá turrón, a právě možná odsud pramení český název. Medem je pochoutka nazvaná nejspíš pro sladkost, kterou má a také pro lepivost.

Sangria

Sangria je světově proslulý nápoj, který se hodí na horký letní večer – nakrájené kousky ovoce s cukrem a přelité červeným vínem. U nás si lze zakoupit jakousi „hotovou sangrii“ ale ta nemá s tou pravou tolik společného.

Grenadina

Dalším typicky španělským nápojem je grenadina, šťáva z granátových jablek přelitá vodou nebo sodou. Pokrmy a potraviny, se kterými se můžeme ve Španělsku setkat

Jamón serrano – sušená šunka. U nás známé prošuto. Osolená kýta se nechá ve sklepě dozrát a vysušit.

Chorizo – velice pikantní klobásy, často užívané jako tapas.

Flan – dezert podávaný nakonec jsou jakési sušenkové placky, na kterých je silná vrstva vanilkového pudingu.

Recepty španělské kuchyně

Gazpacho

Na studenou polévku bude potřeba **půl kila čerstvých rajčat a konzerva loupáných rajčat, nadrobno nakrájená menší cibule, dvě papriky, nejlépe červené, salátová okurka, česnek, olivový olej, sůl, pepř, cukr a ocet.**

Rajčata i papriky na krájíme na malé kousíčky a vložíme je spolu s cibulí, česnekem do mixéru a rozmixujeme. Poté rozmixujeme rajčata z konzervy s okurkou a přimícháme do první hmoty. Podle chuti přidáme ocet, cukr, sůl i pepř a následně necháme v lednici řádně vychladnout.

Paella

Receptů na paellu můžeme najít mraky, nejtypičtější je ale ta s mušlemi a krevetami. Na ni bude potřeba: 300 g očištěných a nakrájených chobotnic, sépií, slávek, několik černých mušlí, krevety, cibule, asi 5 stroužků česneku, zeleninový vývar (kostka), asi gram šafránu, dvě deci bílého vína, fazolové lusky, hrášek, červenou papriku, rýže, pepř a sůl. Nejprve uvaříme mořské plody tak, aby byly měkké (mušle musí být řádně omyty a nesmí být otevřené), následně nadrobno nakrájenou cibuli osmahneme, přidáme česnek, koření fazolové lusky, nakrájenou papriku a hrášek, zalijeme vínem a povaříme. Po chvíli přidáme mořské plody a necháme podusit. Poté přidáme rýži (nevařenou), přelijeme zeleninovým vývarem a vaříme, až je rýže hotová. Následně ji ochutíme solí, pepřem a přidáme šafrán pro obarvení. Chvilku povaříme a můžeme podávat.



Far

Koláč, který je velice tučný, ale také velice chutný. Když ochutnáte jen kousek, zapomenete na svou štíhlou linii rádi. Na jeho přípravu budete potřebovat: 250 g cukru, 250 g polohrubé mouky, 130 g slanečného másla či klasického a lžičku soli, litr plnotučného mléka, 6 vajec, pár lžic rumu, vanilkový cukr a balíček sušených, vypeckovaných švestek.

Nejprve vejce rozklepeme do mísy a za stálého šlehání přisypáváme oba cukry. Poté mléko ohřejeme a zamícháme do něj kousky másla a až je rozpuštěné, sundáme z plotny a vmícháme do něj rum a necháme zhládnout. Až je mléko studené, vmícháme jej do cukru a vajec. Následně vmícháváme mouku a našleháme. Do pečlivě vymazané a vysypané formy naklademe na dno švestky a přelijeme těstem. Pečeme asi 70 minut na 200 stupňů a v polovině teplotu snížíme o 20 stupňů.



ITALSKÁ SLOVÍČKA A FRÁZE



Dobrý den
Jak se máš?
Dobře (mám se dobře)
Jak se jmenuješ?
Jmenuji se...
Na zdraví!
Veselé Vánoce
Rozumíš mi?
Rozumím
Díky
Jistě
Ano
Ne
co se děje?
Jsi hrozně sexy
měj se

rodina

muž
žena
dítě
matka
otec
dcera
syn
bratr
sestra
babička
dědeček
bratranec
sestřenice
vnučka
vnuk
tchyně
tchán

To je moje žena/můj muž.
Ne, to není můj otec.
Jsem ženatý/vdaná.
-svobodný/á
-rozvedený/á
-vdovec/vdova

čísla

jedna

Buongiorno /bondžórno/
Come sta? /kome sta/
Sto bene /sto bene/
Come ti chiami? /kome ty kjami?/
Mi chiamo.../mi kjamo../
Cin! Cin! /čin čin/
Buon Natale! - /bon natale/
Mi capisce? /mi kapiše/
Capisco. /kapisko/
Grazie! /gracje/
Certo /čerto/
Sì
No
Cosa succede? /koza sučede/
Sei molto sexy /sej molto seksy/
Stammi bene /stami bene/

la famiglia

il uomo
la donna
bambino
la madre
il padre
la figlia
il figlio
il fratello
la sorella
la nonna
il nonno
il cugino
la cugina
la nipote
il nipote
la suocera
il scuocero

È mia moglie, è mio marito.
No, quello non è il mio padre.
Sono sposato/sposata.
celibe
divorziato/a
vedovo/a

numeri

uno

dva
tři
čtyři
pět
šest
sedm
osm
devět

měsíc

leden
únor
březen
duben
květen
červen
červenec
srpen
září
říjen
listopad
prosinec

den

pondělí
úterý
středa
čtvrtek
pátek
sobota
neděle

barva

tmavá
světlá
černá
modrá
hnědá
šedá
zelená
oranžová
červená
žlutá
bílá
fialová

due
tre
quattro
cinque
sei
sette
otto
nove

mese

Gennaio
Febbraio
Marzo
Aprile
Maggio
Giugno
Luglio
Agosto
Settembre
Ottobre
Novembre
Dicembre

giorno

lunedì
martedì
mercoledì
giovedì
venerdì
sabato
domenica

Il colore

scuro
chiaro
nero
blu
marrone
grigio
verde
arancione
rosso
giallo
bianco
viola



Cestování

Zážitky z cest, tipy na výlety

LAS VEGAS



[Zpět na obsah](#)

Dostat se do Států přímo z Prahy není jednoduché. Zatímco třeba ve Frankfurtu jsou Američané, kteří požadují vyplnění jednoduchého formuláře typu – proč, kam, co... a dokonce ti půjčí i tužku, nemáš-li svoji, v Praze jsou bohužel Češi. Prostě, dej volovi funkci a vytvoří úřad! Když si dovolí dostavit se k odbavení pouze hodinu před odletem v bláhové naději, že poletí, má smůlu. Paradoxem je, že „je vyloučen z přepravy“, aniž k ní byl vůbec přijat, a stěžovat si může jít snad na lampárnu!

Cesta do USA – kdo a kdy balil kufry? Běžná otázka

Strašák o vyloučení z přepravy však funguje dál. Nejprve se musí absolvovat pohovor, v němž je člověk zasypán až několika přehrášlemi mnohdy nesmyslných otázek. Kdo a kdy balil zavazadla, co jsi od koho přijal, co ve věcech může připomínat zbraň (přitom kufry se kontrolují a vylamují se zámky, těm co si je zamknou), zda byl kufr trvale v dohledu (kvůli tomu snad budu cestovat v zavazadlovém prostoru dálkového autobusu) atd. Dál projdeš, až když se vyzpovídáš ze svých hříchů. Ve výdeji palubních vstupenek se dozvíš, že jsi kandidát na vyloučení z přepravy, když nebudeš včas u nástupu do letadla. Brána se údajně zavírá 1,5 hodiny před odletem, což ti napíše i na palubní vstupenku. Následuje osobní a pasová kontrola a opět jsi ve spárech těch všemocných, co vylučují z přepravy.

Kandidát na vyloučení z přepravy je každý

Slabé povahy se stresují ve frontě před svou bránou, která byla a zůstává zavřena i 1,5 hodiny před odletem! Z přepravy jsou tak vlastně už potenciálně vyloučeni všichni! Teprve půl hodiny před odletem se brána otevře. Následuje druhý pohovor, v němž se zpovídáš těm samým lidem, kteří se mezitím přesunuli!

„Vegas je Vegas.“

Naštěstí už mají vyčerpaný svůj repertoár, a tak už neukážou mnoho ze svých „grifů“. Po další osobní kontrole konečně následuje vytoužený nástup na palubu. Bravo, naši pražští soudruzi, neklamali jste! Už chápu, proč to u nás tak vypadá, když jsou ministerstva v Praze! Cesta je dlouhá, ale slovy božského Káji: „Vegas je Vegas.“

Dokonalý systém taxislužby

Zajímavá je organizace taxislužby před letištěm: dva až tři muži vybavení vysílačkami posílají koordinovaně lidi a taxíky na stání, označené čísly. Funguje to perfektně, jedinec dostane osobní auto a skupiny pasažérů mohou mít i dodávku. Pěšky se tu dá pohybovat jen těžko, protože město je rozlehlé. Taxametr je funkční a ceny nejsou přemrštěné: \$ 3,3 za přistavení a \$ 1,2 za míli (1,6 km) samozřejmě plus místní DPH. Obvykle se jim nechává \$ 2 – 3 zaslouženého spropitného. Taxikáři jsou obvykle Afroameričané nebo Hispánci. Jsou většinou příjemní a ochotní, snaží se komunikovat se zákazníkem. Pojem Česká republika je tu však neznámý, ani působení našich hokejistů a modelek neobjevilo naši zemi pro obyčejný lid. Zřejmě bychom si měli trochu poopravit své sebevědomí. Ale všichni se zeptají, jestli nejde o Československo. Při další diskusi nemohou pochopit (mimořádně docela logicky), proč se vlastně něco tak malého ještě drobí? Taxikáři vezmou klienta, i když se jim to „nehodí“. Jednou jsem bral taxi před nóbl hotelem, kde běloch taxikář čekal spíše na někoho movitějšího. Když jsem se k němu blížil, bylo patrné, jako by se snažil být menší a ještě menší, až by byl nejmenší na světě. Přesto jsem ho nepřehlédl a musel jsem se vyrovnat s něhou výčitkou v jeho očích. Vzal mě sice bez reptání, ale celou cestu nepromluvil. Nakonec vzal peníze a beze slova odjel.

Zdarma je v USA jen použití toalet a to jen některých

Smůla je mít v cizině zdravotní potíže. Bohužel zprvu nevinné pálení a svědění v oku, které mi přivodila buď předimenzovaná klimatizace letadla, anebo bacil v dobré kondici, postupně přešlo v infekci doprovázenou silným otokem. Nešlo to rozehnat ani darem od přítele ophtalmoseptonexem. V noci jsem toho moc nenaspal, jednak to bolelo a navíc aklimatizace devítihodinového časového rozdílu je svízelná. Ledové obklady na utišení bolesti jsou dobrá věc. Vzal jsem proto na milost i automat na led, který stál na chodbě poblíž mého pokoje, a bavit se tím, že mi zpříjemňoval pobyt neustálým vrčením a lomozením. Led byl zcela neamericky zadarmo. Když sleduji napsaný text, tak si uvědomuji, že pořád





DOPRAVNÍ SPOLEČNOST PROMOVIJÍCÍ:
- pravidelnou vnitrostátní dopravu - 40% JMK
- mezinárodní linky - cestovní kancelář

ITÁLIE	od 950,-
CHORVATSKO	od 990,-



píši o penězích, ale asi to bude tím, že o tom je Amerika. Zadarmo je tady jen použití toalet (ovšem kromě „TOI“ boxů). I nabíjecí rám na telefon či notebook na letišti žádá 3 \$ za půlhodinové připojení.

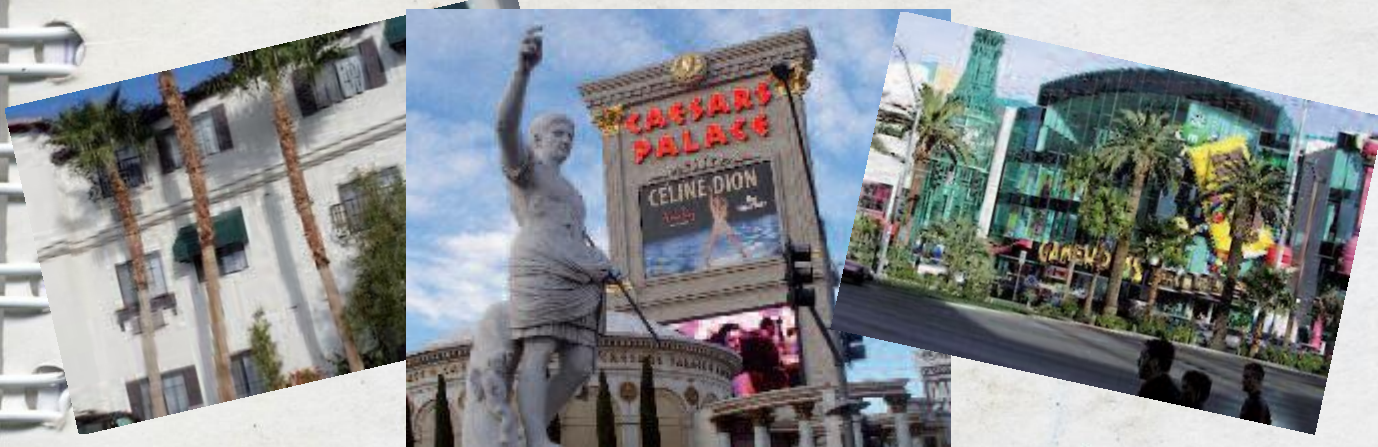
Zpět na
obsah

Zdravotnictví v USA? Placení i práva na pohřební obřad a darování orgánů

Na lékařské pohotovosti (Quick Care) mě nejdříve přijal sympatický chlapík a představil se křestním jménem. Z toho soudím, že to byl buď praktikující medik, nebo zdravotní bratr. Sepsal se mnou nacionále, míry, váhy, alergie a mnou navrženou diagnózu. Netradiční bylo jen subjektivní určování stupně bolesti na stupnici od jedné do deseti. Pak si mě odvedla paní starající se o finance. Chtěla ID (dokument totožnosti) a číslo zdravotní pojišťky. Jako nepojištěnci mi vyměřila předpokládanou částku za ošetření 95 \$. Musel jsem podepsat souhlas s další úhradou v případě, že bude úkon dražší. Pak mi dala ke studiu podmínky ošetření, které jsem musel podepsat. Bylo to asi šest oboustranně hustě popsaných listů s právníckými kličkami. V této souvislosti mi dovolte ocenit stručnost románů Mistra Jiráska. Při letmé četbě mě potěšilo, že mám i svá práva pacienta týkající se pohřebního obřadu, darování orgánů atd.

V ordinaci jste vy doma

Akceptovali mou platební kartu a poté jsem byl vrácen zpět do čekárny. Z ordinační části do čekárny vklulhal zdatný chasník. Držíc se za pozadí si hlasitě stěžoval na poskytnutou péči. Nerozuměl jsem sice všemu, ale všechna slova, kterým jsem rozuměl, byla sprostá. Na začátku své verbální eskapády nezapomněl specifikovat, komu jsou určena – a to jakési „japonské sviní“. Zatímco si můj předpacient sedl a nechal se litovat svou manželkou, přemítal jsem, zdali to byl dobrý nápad sem chodit. Vtom jsem přišel na řadu a byla mně přidělena jedna z vyšetřovacích místností. Od tohoto okamžiku jsem tam byl doma já a každý, kdo tam vstupoval, vždy způsobně klepal.



Za chvíli přišla doktorka s asiatskýma očima. Ale její široká tvář a jméno Tan Tran mě alespoň na chvíli uchlácholily. To není Japonka, ale Číňanka! Sděbila mi, že mám infekci, což jsem vlastně už nahlásil. Zřejmě si mrška jedna přečetla tu moji anamnézu! Ještě štěstí, že jsem nenárokoval třeba amputaci ruky! Dále mně chtěla nabídnout způsob léčby. Navrhovala, že mi dá injekci antibiotik do pozadí hned a poté vypíše recept na antibiotika v kapslích.

Američané mají vsutku odlišný humor

V tuto chvíli jsem už přesně věděl, kdo byla ta „japonská svině“. Abych odlehčil napjatou situaci, pokusil jsem se o naivní vtip: „Proč mi chcete dávat injekci do pozadí, když mě bolí oko?“ Zachovala kamenný výraz a odpověděla mi, že to je standardní postup při infekci. Jak dopadl ten její „standardní postup“, jsem už viděl v čekárně. Pokusil jsem se ji obměkčit a navrhnout jí, aby raději použila oční mast s antibiotiky, jak je tomu zvykem u nás. Ona však trvala na svém, opírajíc se o jakousi šílenou teorii o tom, že infekce se mohla jen v oku „vyrazit“. Nakonec, nemaje alternativních nabídek, jsem s léčbou souhlasil. Hned přišla sestra, vykonala ortel a nařídila mi, abych zůstal dvacet minut sedět. Poté přišla další žena s papíry o poskytnuté péči a potvrzením o převzetí receptu, které jsem musel podepsat. Tím bylo ošetření hotové. Věnovalo se mi až pět lidí, ale do oka se nepodíval nikdo – úžasná efektivita! U nás se ti do oka podívají a stačí k tomu jen doktor a sestřička. Pozitivem bylo, že pozadí mě sice trochu bolelo, ale jen do druhého dne. Byl jsem pamětlivý povelu exekutorky: „Relax“ a uvolnil jsem svalstvo (asi na rozdíl od toho sprostáka, co nerozezná Číňanku od Japonky). Dále je pravda, že otok mi za dva dny splasknul, nicméně pro léčení oka jsem musel navštívit doma opravdového specialistu.

Z cest pana Zdeňka





Bydlení

Trendy, tipy a triky na lepší bydlení

[Zpět na obsah](#)

VÝBĚR PODLAHY

Široká nabídka podlah nás nutí popřemýšlet o vhodné volbě těchto krytin. Věnujme se prozatím alespoň dvěma základním – dřevěná, nebo dlážděná? a přibližme si je trochu více.

Dřevěná

Dříve byla dřevěná podlaha spojována s velkou náročností na údržbu. Dnes se díky různým ochranným složkám těší stejné oblibě jako její konkurentky, a stejně tak není na údržbu náročná. Pozor si však dejte na správný výběr dřeviny – pro rozdílnou tvrdost nejsou všechny vhodné do určitých prostor. Měkká podlaha ve vlhkých místnostech může nabobtnat. S výběrem by vám měl poradit prodejce. Znalý poradce vás také upozorní na špatně vyschlé dřeviny, které mohou následně prskat.

Kabříák radí:

Do koupelny, na WC a uzavřených prostorů s minimálním množstvím světla doporučíme raději dlažbu. V obývacím pokoji se dobře zabydlí podlaha dřevěná.

Dlážděná

Dlažba je tradičním podlahovým materiálem, který je maximálně odolný proti mechanickému opotřebení, působení chemikálií i dlouhodobému vystavování vodě. Dlažba snese vysoké zatížení a bez následků odolá i dlouhodobému tlaku například nožek těžké kuchyňské linky. Dlážděné podlahy jsou vynikající volbou pro místnosti s podlahovým vytápěním.

PODLAHY Liška

- PLOVOUCÍ PODLAHY – laminátové a dřevěné
- KOBERCE • PVC • PARKETY (i renovace)
- SPORTOVNÍ PODLAHY

*Všem našim
zákazníkům děkujeme
za projevitou přízeň
a úspěšný rok 2011.*



*Přejeme krásné prožití
vánočních svátků
a vše nejlepší
v roce 2012.*

Cejl 12/14, 602 00 Brno
Parkování u prodejny ve dvoře

Tel.: 538 728 956
Mobil: 603 473 300
E-mail: info@podlahyliska.cz
www.podlahyliska.cz



Rekordy

Informace z České knihy rekordů

[Zpět na obsah](#)

Za největším krasohledem, rekordy a výlety do Brna!

Krasohled je slovo vyvolávající v člověku libé představy o krásném pohledu na krásné věci. Krasohled neboli kaleidoskop bývala kdysi docela běžná věc určená nejen pro děti. Dnes už zdaleka ne každý ví, jak takový krasohled vypadá. Prohlédnout si ho - a navíc ve velmi neobvyklé podobě - budou moci návštěvníci brněnského veletrhu Regiontour. Na ploše věnované Muzeu rekordů a kuriozit bude totiž vystaven největší krasohled na světě.



Martin Titz před dokončením krasohledu

Jeho výrobcem, který se díky tomu zapsal do České knihy rekordů, je Martin Titz z Havlíčkova Brodu, který zhotovil obří kaleidoskop dlouhý 212 cm. Tohle monstrum má navíc průměr 60 cm, takže by se do něj klidně mohl ukrýt dospělý člověk.



Ale k tomu neslouží!

Krasohled - jak už sám název napovídá, má posloužit k tomu, aby se člověk pokochal.

Možná si řeknete, že něco takového - při tomhle rozměru - vlastně ani nejde. Ale kdepak! Pelhřimovský obr má kliku, vše je zpřevodováno, takže když zatočíte (jde to zlehka!) v kaleidoskopu se otáčí podle vašeho přání.



A co víc - na brněnském výstavišti se budete moci o druhém lednovém víkendu pokochat i pohledy na nejkrásnější místa naší vlasti. Tolik námětů na výlet či dovolenou nikde jinde takhle pěkně pohromadě nenajdete.

A navíc pelhřimovská Agentura Dobrý den vystaví i největšího medvěda, nejmenší medaili (to abyste si raději vzali lupu!) a velkou fotogalerii zachycující unikátní okamžiky, při kterých vznikaly počiny později zapsané do České knihy rekordů.

Miroslav Marek, Agentura Dobrý den Pelhřimov,
www.dobryden.cz