

Srpen 2020

NÁŠ ČASOPIS PLNÝ ZAJÍMAVOSTÍ

# D é ě k o



**Domov pro seniory Velké Meziříčí,**

**příspěvková organizace**

Zdenky Vorlové 2160

594 01 Velké Meziříčí

[www.domovvm.cz](http://www.domovvm.cz)

## OBSAH

Blahopřání na srpen .....	3
Výročí srpna a regionální osobnosti .....	4
Ze života domova .....	9
Stálá nabídka měsíce .....	9
Co se dělo u nás v domově v červenci .....	11
Lughnasadh - keltský svátek .....	14
Pranostiky .....	17
Mezinárodní dny měsíce srpna .....	18
Pozvánka na akce v srpnu.....	18
Příběhy pro potěchu duše .....	19
Ze světa zajímavostí .....	20
Vtipy .....	28
Rozhovor .....	29
Z kuchyně .....	31
Křížovka .....	34
Seznam zdrojů .....	35

# BLAHOPŘÁNÍ NA SRPEN

Jaroslava Krejčí

Jitka Lukšová

Jindřich Strnádek

Jindřiška Chloubová

Helena Brožová

František Čermák

Marie Svobodová

Milada Mutlová

Růžena Příhodová

*Všem oslavencům přejeme k jejich narozeninám hodně štěstí,  
zdraví a spokojenosti do dalších let.*



# VÝROČÍ A REGIONÁLNÍ OSOBNOSTI SRPNA

## 60. výročí úmrtí

**Ondřej Knoll** – fotograf

Narození: 24. 12. 1883 Šaratice (Vyškov)

Úmrtí: 6. 8. 1960 Náměšť nad Oslavou



Editor cyklu fotografií z Vysočiny. Náměšťský fotograf publikoval své fotografie např. ve Vlastivědě moravské. V článku jsou uvedeny úryvky korespondence s básnířkou Annou Pammrovou, pro kterou dělal fotografie. Fotografie vystavoval od roku 1906. Na fotografiích se objevují především motivy jihozápadní a západní Moravy. Je autorem diapozitivů a stereoskopických obrazů s vlastivědnou tematikou.

## 20. výročí úmrtí

**Silvestr Prát** – přírodovědec

Narození: 1. 12. 1895 Hrotovice (Třebíč)

Úmrtí: 1. 8. 1990 Pardubice



PhDr., DrSc., profesor fyziologie a anatomie rostlin, publikace z oboru. Manžel vědkyně v oboru numismatiky Emanuely Nohejlové. Studoval na třebíčském gymnáziu, odkud přešel do gymnázia v Praze. Studoval na Karlově Univerzitě a postgraduálně na Harvardské univerzitě. Od roku 1919 působil na Karlově univerzitě. V roce 1923 obhájil habilitační práci z rostlinné fyziologie. Od roku 1929 byl jmenován mimořádným

profesorem, v roce 1934 mimořádným profesorem fyzikálně chemické fyziologie rostlin kryptogamologie, vědy zabývající se výtrusnými rostlinami. V roce 1930 se stal členem Královské české společnosti nauk. Po válce byl jmenován profesorem Karlovy univerzity a stal se ředitelem ústavu pro anatomii a fyziologii rostlin. Působil na fyziologicko-anatomickém oddělení. V roce 1955 se stal akademikem ČSAV. Je autorem stovky původních vědeckých prací a řady vysokoškolských učebnic. Zabýval se fyziologií řas a sinic, rostlinnou výživou a vlivem záření na rostliny. Zasloužil se o objevení nové metody radioizotopie, zkoumání fyziologických pochodů v rostlinách, použitím radioaktivního atomu uhlíku C14.

### 110. výročí úmrtí

**Vladimír Šťastný** – kněz, básník, spisovatel

Narození: 17. 3. 1841 Rudíkov (Třebíč)

Úmrtí: 20. 8. 1910 Brno

Vladimír začal v roce 1852 studovat na německém gymnáziu v Jihlavě, odtud v roce 1853 přestoupil na gymnázium v Brně, kde se stal chovancem biskupského semináře. Na kněze byl vysvěcen v roce 1864. Jako kaplan působil v Židlochovicích, poté jako prefekt biskupského semináře v Brně. V roce 1867 byl jmenován učitelem náboženství na 1. českém gymnáziu v Brně, kde učil až do roku 1890. Za literární a



pedagogické zásluhy byl v roce 1877 jmenován konsistorním a později biskupským radou, v roce 1896 čestným papežským komořím, v roce 1900 rytířem řádu císaře Františka Josefa. Zemřel v důsledku dlouhodobé srdeční nemoci. Publikoval v Moravanu, Zábavných večerech, Slovanské poesii, Hvězdě a Besedě. Otec František Šťastný (nar. v Rudě) vydal v roce 1848 sbírku básní "Slovanské písně".

Dílo: Kvítí májové; Vánoční dárek; "Svatí tři králové"; Kytka z Moravy

### 130. výročí narození

**Otto Albert Tichý** – spisovatel, překladatel, skladatel,

Narození: 14. 8. 1890 Martínkov (Třebíč)

Úmrtí: 21. 10. 1973 Praha



Jedna z nejvýraznějších postav moderní české duchovní hudby. Již za studií byl duchovně ovlivněn novoříšskou skupinou, tj. Janem Floriánem, Otokarem Březinou, Jakubem Demlem. V Praze studoval klavír, studium skladby nedokončil. Odebral se za dalším vzděláním do Paříže na slavnou Scholu cantorum (1919-1921), kde studoval varhany a dostudoval skladbu. Působil v Lausanne ve Švýcarsku jako ředitel kůru, vyučoval na řádovém gymnáziu, byl profesorem varhan, chorálu a skladby na Cecilské akademii. Od 1. Března 1936 byl ředitelem kůru a kapelníkem v katedrále sv. Víta v Praze. Věnoval se takřka výhradně kompozici katolické chrámové hudby, většina skladeb však zůstala v rukopise nebo je

nedostupná – v cizině. Věnoval se také překladatelství, a to děl hudebně-  
vědeckých, francouzské beletrii a rovněž prací publicistických. Oženil se s  
dcerou významného francouzského spisovatele Leona Bloye, jehož spisy  
také překládal. Zemřel náhle v katedrále sv. Víta v Praze.

### 880. výročí úmrtí

**VOJTĚCH** – opat

Narození: ?

Úmrtí: 31. 8. 1140

Druhý opat Benediktýnského kláštera v Třebíči, od roku 1138 do úmrtí v  
roce 1140.

### 110. výročí narození

**Ludvík Voneš** – malíř, grafik, ilustrátor

Narození: 6. 8. 1910 Třebíč

Úmrtí: 24. 11. 1978 Brno

Studoval AVU v Praze u profesora T. F. Šimona a uměleckou školu v Paříži.  
V Třebíči vystavoval roku 1967, 1970. Vyzdobil řadu trebičských  
propagačních tisků.



### 30. výročí úmrtí



**Josef Zvěřina** – římskokatolický kněz, teolog, historik umění, filozof, vysokoškolský pedagog, náboženské práce, práce z oboru kulturologie

Narození: 1. 5. 1913 Střítež (Třebíč)

Úmrtí: 18. 8. 1990 Nettun (Itálie)

Prof. ThDr. Maturoval na pražském Arcibiskupském gymnáziu. Vystudoval v letech 1932 až 1937 filozofii a teologii v Římě. V Římě byl vysvěcen na kněze. V době okupace byl za "protiněmecký postoj" na 13 měsíců gestapem internován v Zásmukách u Prahy. Po válce působil na teologické fakultě v oborech křesťanská archeologie a dějiny umění. V roce 1948 obhájil dizertační práci o freskách v jižní Francii. Po setkání s chorvatským knězem Kolakovičem vedl skupinu křesťanské mládeže "Rodina". Založil klub spisovatelů, kněží a dalších umělecky zaměřených osob "Zvěřinec". Patřil mezi ně například Jan Čep. V roce 1950 byl nasazen ve vojenském pracovním táboře PTP. O dva roky později byl zatčen a odsouzen na 22 let vězení. Po návratu byl aktivní v roce 1968. Po okupaci odešel na venkov, ale byl záhy v roce 1975 donucen odejít do důchodu. Zůstával však stále aktivním. Pořádal přednášky, psal, učil teologii, tajně vysvětlil několik duchovních. Jeho texty byly vydávány jako samizdatová literatura. Byl mezi prvními signatáři Charty 77.

## **ZE ŽIVOTA DOMOVA**

### **V měsíci červenci odešli:**

Jaromír Laška	+ 3. 7. 2020
Marie Smutková	+ 17. 7. 2020
Jan Koubek	+ 27. 7. 2020
Milada Musilová	+ 30. 7. 2020

### **V červenci přišli noví obyvatelé:**

Jindřiška Chloubová z Velkého Meziříčí

Štěpánka Nováková z Ronova

Anna Dostálová z Jám

Jan Koubek z Bohdalova

Josef Neklapil z Vlkova

Vladimír Procházka ze Žďáru nad Sázavou

## **STÁLÁ NABÍDKA MĚSÍCE**

### **PŮJČOVÁNÍ KNIH**

Rádi čtete knížky? Kontaktujte recepci nebo klíčového pracovníka.

## **PRAVIDELNÉ AKTIVITY**

Každý všední den		ranní hlášení s denními událostmi
Pondělí	9:15	ranní cvičení
	13:00	canisterapie s paní Dyntarovou
Úterý	9:00	canisterapie s paní Kamenskou
	14:30	canisterapie s panem Trojanem
Čtvrtek	9:15	ranní cvičení
Pátek	10:00	<b>společná modlitba</b>
	10:30	<b>bohoslužba v kapli domova</b>

## **SCHRÁNKA DŮVĚRY**

**V domově jsou umístěny v každém poschodí schránky důvěry, do kterých je možné umístit jakýkoliv vzkaz, stížnost, připomínku či podnět k poskytování sociálních služeb v domově. S napsáním vzkazu Vám může pomoci pečovatelka, rodina a dobrovolník.**

Schránky důvěry v domově naleznete:

- V 1. poschodí – u vstupu do terapeutické zahrádky
- Ve 2. poschodí – u schodiště při vcházení na chodbu 2B
- Ve 3. poschodí – u schodiště na brance s fototapetou plotu

Vzkaz, stížnost, připomínku je možné umístit i do **přenosné schránky důvěry**, která je pravidelně **přenášena po jednotlivých pokojích**.

## PROSTORY K VOLNOČASOVÉMU VYUŽITÍ

- Terapeutická zahrádka za domovem
- Atrium v přízemí
- Venkovní terasy ve 3. poschodí
- Společenské místnosti v každém podlaží
- Kaple ve 3. poschodí
- Park – otevřený od dubna do října

## CO SE DĚLO U NÁS V DOMOVĚ V ČERVENCI

Začátek měsíce odstartoval ve znamení sportu. 2. července jsme rozjeli další sezónu hry petang. Počasí nám opravdu přálo, tak jsme se rozhodli pro trénink na turnaj, který bude následovat, až načerpáme více zkušeností v hodů na cíl.

Dne 8. července se u nás v domově konala dlouho očekávaná zahradní slavnost. Zprvu se zdálo, že bude zamračeno, avšak kolem 10.



hodiny se Slunce rozsvítilo s příchodem prvních tónů Filharmonie Gustava Mahlera. Před koncertem jsme si poslechli slova pana ředitele, který poděkoval všem sponzorům, dobrovolníkům a dárcům, kteří byli během koronavirové krize nápomocni. Nakonec jsme si

pochutnali na skvělé diabetické zmrzlině. Na zahradní slavnost přišli také nám známé tváře z mateřské dovolené a to Kristýnka Pokorná s Toničkou a Lojíkem a Eliška Gregorová s Kubíkem.



V našem domově také posledních pár dní probíhá přechod na televizní stanice DVBT-2. Je to zdlouhavý proces pro techniky i pro obyvatele, kterým televize dává denní přísun nových informací. Díky šikovným ručičkám jsme téměř u konce. Televizi máme také nově na Univerzitě, kde si pravidelně děláme domácí kino s českými filmy. Chybí snad už jen popcorn. 14. července se promítání odstartovalo filmem Na samotě u lesa a pokračovalo 28. 7. Létem s kovbojem.



Týden od pondělí 20. do pátku 24. července byl snad i tím nejteplejším. Většinu času jsme trávili na terapeutické zahrádce, kde si povídáme, chytáme bronz na kůži a sledujeme růst bytové jednotky, v těchto parných dnech jsme také přivítali nové obyvatele do našich řad.



Úterý 21. července jsme se z čerstvého vzduchu přesunuli na přednášku o Egyptě, při které jsme poznali běžný život Egyptanů i zajímavosti pyramid stvořenými faraony.



Pondělí 27. července byl

místní květinový den. Chodby domova byly vyzdobeny květy a na stolcích



byly vázičky, celý domov doslova vykvetl za noc. Na zahrádce jsme společně očichali nespočet barevných darů přírody.



Čtvrteční dopoledne 30. července se konala venkovní oslava narozenin s panem Rozmarýnem a jeho dcerou. Po půl roce jsme tedy oprášili texty nejznámějších českých lidovek. Ke zpěvu jsme přidali samozřejmě limonádu, nealko šampus, bez kterého by oslava ani přípitek nebyly kompletní, a taky dia zmrzlinu politou vaječným likérem.



# LUGHNASADH

## Co to je?

Lughnasadh, dávný keltský svátek je oslavou vrcholného léta, samotného života, připadá na 31. červenec až 2. srpen. Případně na první úplňk ve slunečním znamení Lva. Lughnasadh můžeme přeložit jako slavnost chleba, nebo obřad Koláče a pivo.



Přichází právě uprostřed léta, je svátkem sklizně zlatavého obilí (nám známé dožínky). Lughnasadh je tradičním svátkem Světla a všeprostopující vesmírné Lásky. Je oslavou Matky přírody. Právě uprostřed léta se setkávají dvě vesmírné polarity v podobě slunečního boha a měsíční bohyně.

## Definice svátku

Jedná se o tajemný čas mezidobí, kdy se sluneční bůh (ubývající světlo) připravuje na předání posvátného žezla: v ten okamžik přichází měsíční bohyně (přibývající tma). Někdy je název tohoto prastarého svátku překládán také jako „božský sňatek“. Jde o posvátné spojení boha a bohyně, principu mužské a ženské energie. Uctívané zvíře tohoto svátku je černý havran – symbol keltského

boha Lughu. Jméno keltského boha Slunce znamená: Zářící. Keltové si uvědomovali, že v ohni a žáru Slunce je cosi posvátného – prvorozeného.

## Kolik má podob?

Pod křesťanským vlivem tento svátek často spadal na neděle. Pod jménem **Domhnach Chrom Dubh** „Neděle Černého hada“ bylo poslední červencovou či první srpnovou neděli slavnosti slaveno vítězství svatého Patrika nad Chrom Dubhem.



V hrabstvích Galway a Mayo byly tyto neděle známy jako **věncová a česneková neděle**. Pod vlivem splývání Luga a archanděla Michaela byl svátek někdy také přesouván až na 29. září.

Ve Walesu a v Cornwallu Morvah odpovídající svátek znám jako **Calam Awst** „srpnové kalendy“. Odpovídá mu též původně anglosaský svátek **Lammas**, známý po celých Britských ostrovech.

Svátek je též slaven v různých novopohanských tradicích, především ve Wicce, neodruidství a keltském rekonstrukcionismu. Wiccany je nazýván též **Lammas** a probíhá 1. srpna či v jeho předvečer jako jeden z čtvrtících dnů a první oslava sklizně. V sekulární podobě je slaven

těž příznivci keltománie a keltské living history, příkladem je Lughnasad – Mezinárodní festival keltské kultury nebo Keltský Lughnasad na hradě Veveří.

## **Jak vznikl název?**

Staroirským označením tohoto svátku Lughnasad, které je složeno ze jména *Lugha* a sufixu *-nasad*, který má snad význam „slavnostní či pamětní shromáždění“. Současná podoba v nereformovaném pravopisu je *Lughnasa*, zatímco v reformovaném *Lúnasa*, čímž je však zpravidla spíše měsíc srpen. Ve skotské gaelštině se svátek nazývá *Lunasduinn*, v manštině *Laa Luanistyn*.

## **Historie svátku:**

Existenci obdoby tohoto svátku u kontinentálních Keltů naznačuje Kalendář z Coligny z 2. století nalezený nedaleko Lyonu. V něm se objevuje „velký sváteční měsíc“ Rivnos odpovídající srpnu a město Lyon, ve starověku Lugodunum, získalo své jméno po Lugovi, galském bohu odpovídajícím irskému Lughovi.

Slavnost měla být Lugem zahána koňskými závody a soutěžení bojovníků.

# PRANOSTIKY

Když je v srpnu ráno hodně rosy, mají z toho radost vosy.



Když v srpnu moc hřímá, bude na sních bohatá zima.



Vavřinec ukazuje, jaký podzim nastupuje.

Svatý Vavřinec - první podzimec.

Na svatého Rocha přibude brambor trocha.



Bartoloměj svatý odpoledne krátí.

O svatém Augustinu léto opouští krajinu.



## MEZINÁRODNÍ DNY MĚSÍCE SRPNA

- 2. 8. Den suchého zipu
- 6. 8. Světový den boje za zákaz jaderných zbraní
- 6. 8. Mezinárodní den boje lékařů za mír
- 9. 8. Mezinárodní den původního obyvatelstva
- 10. 8. Mezinárodní den baru Jekyll a Hyde
- 12. 8. Mezinárodní den mládeže
- 13. 8. Den leváků
- 15. 8. Den energy drinků
- 23. 8. Mezinárodní den památky obětí obchodu s otroky
- 28. 8. Evropská noc pro netopýry

## POZVÁNKA NA AKCE V SRPNU

- 4. 8. - Promítání filmu Dovolená s andělem - od **9:30**
- 6. 8. - Canisterapie s Brixem - od **10:00**
- 10. 8. - Návštěva známých tváří - od **10:00**
- 13. 8. - Degustace čokolády – od **10:00**
- 17. 8. – Přednáška o skautingu – od **10:00**
- 18. 8. – Hudební kvíz – od **10:00**

# PŘÍBĚHY PRO POTĚCHU DUŠE

## V OBCHODĚ

Jednomu chlapci se zdálo, že se ocitl ve velkém obchodě. Za pultem stál anděl jako prodavač. „Co tu prodáváte?“ zeptal se kluk.

„Všechno, co si přeješ,“ odpověděl krátce anděl. Chlapec začal vypočítávat svá přání. „Přál bych si, aby skončily všechny války na světě, aby byla všude spravedlnost, abychom byli snášenliví a přátelští k cizincům, aby byla v rodinách opravdová láska, aby měli všichni práci, která se jim líbí, abychom se k sobě nechovali hrubě a bezlítostně, a...“

Anděl ho přerušil: „Je mi líto, chlapče. Ty jsi mi nerozuměl. My neprodáváme úrodu, prodáváme jenom semínka, která jdou uložit do již připravené půdy.“



# ZE SVĚTA ZAJÍMAVOSTÍ

## ZVLÁŠTNOSTI LIDSKÉHO TĚLA

### Mozek

>> Nervové pulzy se z mozku a zpět do mozku pohybují rychlostí 270 km/h.

>> Mozek spotřebuje stejné množství energie jako 10W žárovka. I ve spánku.



>> Lidská mozková buňka může pojmout 5x více informací, než je v kompletní encyklopedii. Vyjádřeno v číslech je kapacita mozku podle vědců až 1000 terabajtů (1 TB = 1000 GB).

>> Mozek je v noci mnohem aktivnější než ve dne. Zpracovává data získaná přes den.



>> Čím vyšší IQ, tím více sníte. Zároveň to však neznamená, že když nemáte sny, jste retardovaní. Zejména proto, že si své sny pamatujeme v průměru 2–3 sekundy po probuzení.

>> Mozek sám necítí bolest. Nejsou v něm totiž receptory bolesti.

>> Osmdesát procent mozku je jen voda. Tedy ne kus masa, jak jej znáte z televize. Kdybyste z něj vyždímali všechnu krev a vodu, zůstala by jen trocha masa.



## Smysly

>> Asi jedna třetina lidí má dobrý zrak.

>> Abyste zjistili, jak něco chutná, musí to dokázat rozpustit vaše slina.

>> Ženy mají lepší čich než muži, a to po celý život (2 % lidí nemají čich vůbec).

>> Nos si může zapamatovat až 50 000 různých vůní.



>> Dokonce i malý hluk způsobí, že se vám rozšíří zorničky.

>> Každý člověk má jedinečnou vůni, s výjimkou jednovaječných dvojčat.



>> Aorta má téměř stejný průměr jako zahradní hadice. Spolu s tím desetimetrovým dostřikem.

>> Lidské srdce vytváří dost tlaku na to, aby dokázalo vytrysknout krev až 10 m.

>> Kyselina ve vašem žaludku by dokázala rozpustit žiletku.



>> Ženská srdce tlučou rychleji než mužská.

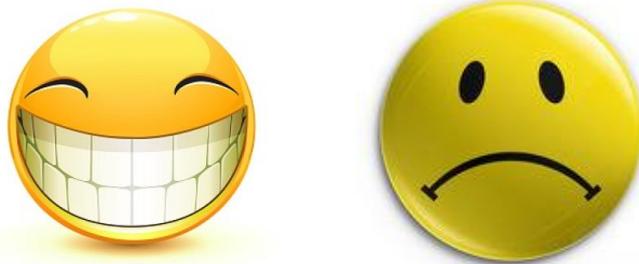
>> Může vám být odstraněna velká část vnitřních orgánů a můžete přežít. Konkrétně: dá se přežít bez žaludku, sleziny, 75 % jater, 80 %

střev, bez jedné ledviny, plíce a prakticky bez každého orgánu z pánevní oblasti.

>> Nejdelší vnitřní orgán je tenké střevo. Je čtyřikrát delší, než je vaše výška.

## Svaly & kosti

>> Na úsměv je potřeba 17 druhů svalů, na zamračení 43.



>> Děti se rodí se 300 kostmi, v dospělosti se tento počet sníží na 206. Prostě se některé spojí, rozděleny byly přírodou kvůli snadnému porodu.

>> Ráno jsme asi o 1 cm vyšší než večer. Je to způsobeno chrupavkou mezi kostmi, která se stáním a sezením během dne stlačuje.

>> Nejsilnější sval v lidském těle je jazyk.

>> Nejtvrdší kost v lidském těle je čelist.

>> Zub je jediná část lidského těla, která se sama neopraví.



## Vlasy & nehty

>> Na obličeji rostou chlupy nejrychleji z porostu na celém těle. Kdybyste se celý život neholili, vousy by měly průměrnou délku 9 metrů.



>> Ženské vlasy mají poloviční průměr než mužské.

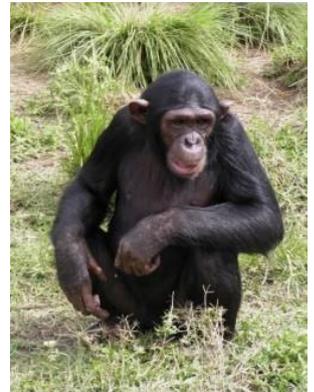
>> Jeden lidský vlas může udržet až 0,1 kg. Uvědomte si však, že na hlavě máte víc než jeden vlas.

>> Nejrychleji rostoucí nehet je na prostředníku. Rychlost růstu závisí na délce prstu.

>> Na lidském těle je stejný počet chlupů na centimetru čtverečním, jako má šimpanz. Jsou však světlejší a tenčí, proto nejsou tak vidět.

>> Lidský vlas žije v průměru 3–7 let.

>> Musíte ztratit přes 50 % vlasů, aby si toho někdo všiml.



>> Lidský vlas je prakticky nezničitelný. Pouze hoří, ale mráz, změna klimatu nebo voda mu nic neudělají, stejně jako mnoho kyselin a chemikálií.



## Tělesné funkce

>> Při kýchní z vás vyletují „objekty“ rychlostí až 160 km/h.

>> Během celého života vyprodukujete tolik slin, že by dokázaly naplnit dva plavecké bazény.



>> Ženy mrkají dvakrát víc než muži.

>> Plný močový měchýř má velikost tenisového míčku.



>> Přibližně 75 % vašeho trusu tvoří voda.

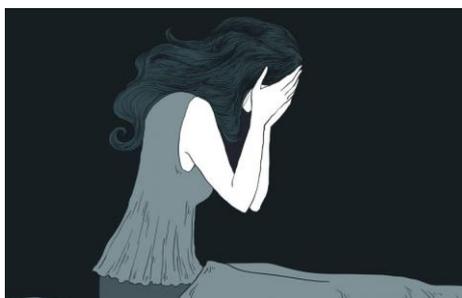
>> Nohy mají 500 000 potních žláz a mohou vyprodukovat víc než půl litru potu denně.



>> Ušní maz je pro zdraví uší velmi důležitý.

## Různé

>> Čím chladnější je místnost, ve které spíte, tím větší je pravděpodobnost, že se vám bude zdát zlý sen.



>> Slzy a sliny obsahují enzym, který dokáže narušit buněčnou stěnu mnoha bakterií. To se hodí při obraně těla – slzy v očích, sliny, sople v nose – ničitelé bakterií.

>> Uši vytvoří více ušního mazu, když jste ve stresu.

>> Ženy spalují tuk pomaleji než muži.

>> Není možné polechtat sám sebe.

>> Délka rozpažených paží je stejná jako výška těla.

>> Koaly a primáti jsou jediná zvířata s jedinečnými otisky prstů.



## VTIPY

Vejde blondýnka do obchodu a vyhrkne na prodavače: "Já chtěla tužkový baterky!!"

Prodavač na ni vykulí oči a odpoví:

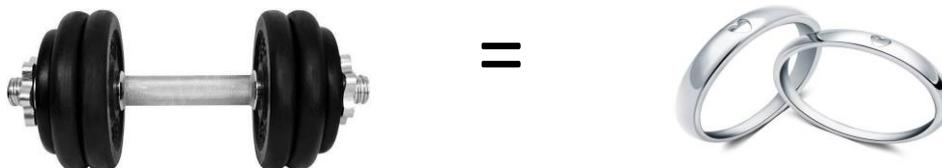
"Však to jsou tužkové baterky, slečno.."

Bloncka se zamračí a povídá:

"A proč teda nepíšou?!"



Cvičení je jako manželství. Nemůžete při něm podvádět a čekat, že to bude fungovat.



"Chucku, kolik zvládneš udělat kliků?"

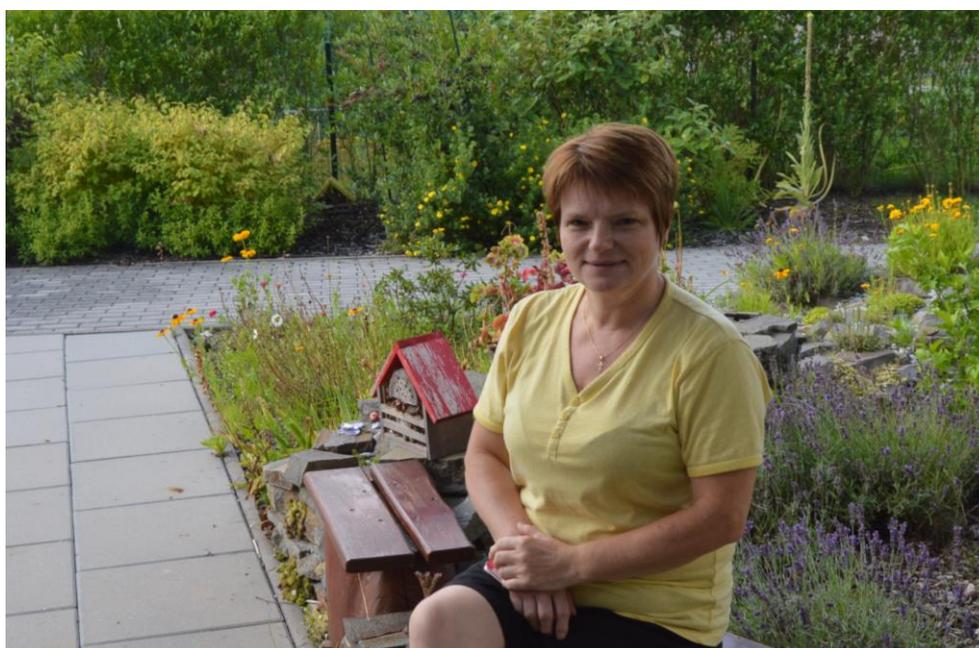
Chuck Norris: "Všechny."



## ROZHOVOR

Rádi bychom Vám prostřednictvím Děčka a krátkého rozhovoru představili pracovníky našeho domova, se kterými máte možnost se denně setkávat. V následujícím rozhovoru se nám představí **úklidová posila:**

### LUDMILA PEŠKOVÁ



**Mohu Vás poprosit o krátké představení se našim čtenářům?**

Jmenuji se Ludmila Pešková, je mi 51 let. Bydlím s manželem v Netíně v rodinném domku s velkou zahradou. Mám 3 děti a jedno vnouče. V domově nyní pracuji jako úklidová výpomoc. Můžete mne potkávat v celém domově.

**Co se Vám na práci v domově líbí?**

Líbí se mi prostředí domova, jak poskytuje zázemí pro klienty.

## **Na jaké místo byste se ráda podívala a proč?**

Chtěla bych se podívat na Slovensko do Tater, protože jsem tam byla naposledy v minulém století.

## **Co ráda děláte ve volném čase?**

Šiji patchwork nebo trávím čas se svým vnoučkem.



## **Jak by vypadal Váš ideální den?**

Ať by vypadal jakkoliv ideální by byl bez časového omezení.

## **Co byste si nejvíce přála?**

Přála bych si, aby má rodina byla stále zdravá a spokojená.

## **KVÍZ**

**Nejoblíbenější jídlo – svíčková**

**Nejoblíbenější zvíře - pes**

**Nejoblíbenější barva – barvy podzimu**

**Vaše nejhezčí dovolená – Mallorca**

**Vaše nejoblíbenější roční období – podzim**

**Nejoblíbenější květina – frézie a lilie**

**Nejoblíbenější film – všechny s Vlastou Burianem**

**Nejoblíbenější místo v domově – jídelna**

# Z KUCHYNĚ

## CIBULE

**Bez cibule by spousta našich oblíbených jídel ani nemohla existovat. Ne nadarmo se jí říká „královna kuchyně“. Jen v Děčku se na ni ještě nedostalo, nejvyšší čas to napravit .**

O cibuli najdeme zmínku v Bibli, na hliněných tabulkách Sumerů, i v záznamech starověkých egyptských, čínských či indických civilizací. Její původ není přesně znám, nicméně předpokládá se, že pochází ze střední Asie. Cibule, spolu se solí, byly jedněmi z prvních koření a od dávnověku se využívala také pro své léčebné účinky. O významu cibule svědčí i to, že Římané ji nazývali „unio“, což lze přeložit jako „velká perla“.

Specifická chuť a vůně cibule je dána přítomností alicinu, látky, kterou najdeme též v česneku. Alicin je jednoduchá chemická látka obsahující síru a právě sirné sloučeniny propůjčují cibuli její typické aroma. Lze říci, že čím je cibule aromatictější, tím více obsahuje zdraví prospěšných látek. A není jich málo. Výše zmíněný alicin je silným antibiotikem, které dělá z cibule ideální přírodní lék při zánětu

horních cest dýchacích. Cibule dále obsahuje mnoho vitamínu C, potřebného pro dobrou obranyschopnost organismu a vitamínů skupiny B, které jsou prospěšné pro zdraví sliznic, kůže i nervového systému.

Mimo to cibule obsahuje flavonoidy, tedy antioxidační látky, které zmírňují projevy alergií a mohou snižovat riziko vzniku nádorových onemocnění žaludku a tlustého střeva. Ze stopových prvků najdeme v cibuli například chrom, který spolu s dalšími látkami napomáhá ke vstřebávání tuků a cukrů, čímž preventivně působí proti vzniku cukrovky. Cibule působí příznivě i na činnost střev a žaludeční mikroflóru, pozitivně ovlivňuje hustotu kostí a při bodnutí hmyzem můžeme přiložením cibule na postižené místo zabránit vzniku otoku a svědění.

**Žlutá cibule** – nejběžnější a nejpoužívanější druh cibule, bez kterého si nelze představit základ na omáčku, polévku či guláš. Je chuťově nejvyváženější a vařením sládně.

**Bílá cibule** – má velmi jemnou chuť, která vařením slábně, hodí se proto spíše do studené kuchyně, je jen velmi mírně štiplavá a při krájení z ní neslízí oči

**Červená cibule** – má příjemnou, nasládlou chuť, kterou na rozdíl od barvy, neztrácí varem. Hodí se jak do teplé tak studené kuchyně, chuťově je jemnější než cibule žlutá

**Šalotka** – sladká, mnohem menší a jemnější než výše ostatní druhy cibule, typická pro francouzskou kuchyni, používá se do salátů

### **Co dělat, aby oči neslzely?**

Při krájení se z cibule uvolňují éterické látky, které mají za následek dráždění sliznic, odtud ten známý pláč, jak tomu předejít?

- Dejte cibuli na chvíli do mrazáku, dráždivá látka se bude uvolňovat méně, tento způsob ovšem může mít vliv na kvalitu cibule
- Po oloupaní cibuli i prkénko opláchněte studenou vodou
- Používejte co nejostřejší nůž, tlak na cibuli je nižší a slzotvorné látky se tak uvolní méně

### **Cibulový sirup proti kašli**

Nakrájenou cibuli posypeme cukrem či promícháme s medem, uzavřeme do sklenice a počkáme, až cibule pustí šťávu. Sirup užíváme po lžičkách 3x denně

Jan Hutař

# KŘÍŽOVKA

SPOLEČNÉ PÍSMENO SLOV HAJNÝ A TLAK		KREV OBYVATEL PREŠOVA ČI RUŽOMBEROKU	SPZ MĚSTA 60 KILOMETRŮ ZÁPADNĚ OD PRAHY	KRÁL ZVÍŘAT S VYNECHANÝM PRVNÍM PÍSMENEM	PSACÍ NÁČINÍ (2.P.MN.Č.)			
ZNAČKA TEPLoty					NEDÁVNO TRESTANÝ BUSINESSMAN			
	ZRNITÁ TKANINA					DELSÍ PĚŠÍ PUTOVÁNÍ	SLOVEŠO, K POPSÁNÍ AKTU PROVOZOVANÉHO V KOVARNĚ	PRAVDĚ-PODOBNÝ PRAPŘEDEK LIDÍ
	JMÉNO EBENA (1929-2007)							
POMŮČKA ŠKOLÁKA, POUŽÍVANÁ VĚTŠINOU K RYSOVÁNÍ								
FAMILIÁRNÍ ZAVOLÁNÍ NA ADAMOVU DÍVKU				HOP NEBO ...				
				PŘEDLOŽKA NEBO ZN. KELVINU				
ZNAČKA PERIODY ČI ČASU		DÁLE, ZNOVU, JEŠTĚ JEDNOU	ČÁSTÁ TEKUTINA V DÍLE E. A. POEA					TAKY (JAZYKEM OBYVATEL OKOLÍ MĚSTA OLOMOUCE)
			VÍTĚZSTVÍ					
HROB ZASTARALE				ZKRATKA JEDNOHO Z TOP VÝZNAMNÝCH SOUVĚZDÍ ZIMNÍ OBLOHY	MUŽ K ÚČELU POPRAVY LIDÍ			
PROBLÉMOVÉ PÍSMENO PRO JANŽUROVOU					KLUB AKTIVNÍCH VOZÍČKÁŘŮ (ZKR.)			
	FILMY S PAMELOU ČI ROSENBERGEM		ANGLICKÉ KRATŠÍ PŘITAKÁNÍ			SPOLEČNÁ KONCOVKA SLOV BOGOTA, RAKETA I YVETTA		
	ILEGÁLNÍ KVALIFIKACE							
ZKRATKA T.J. V ANGLICKÉM JAZYCE (Z LAT., BEZ TEČEK UPROSTŘED A VZADU)			EGYPTSKÝ BŮH SLUNCE			V MATEMATICE MNOŽINA OKTONIONŮ	DEVATENÁCTÝ ČLEN PERIODICKÉ TABULKY	
KARETNÍ TRUMF (ZKR.)			KŘESTNÍ JMÉNO VYPEČENÉHO ORGANIZÁTORA TMOU				NEFORMÁLNÍ OZNAČENÍ EXTÁZE	



ent=img&ei=\_VoRX6m-JOqqgwer5ISYCW&bih=754&biw=1536&hl=cs;  
[https://www.google.cz/search?q=chuck+norris&tbn=isch&ved=2ahUKEwi2\\_Nav79PqAhWN1-AKHf3AU4Q2-cCegQIABAA&oq=chuc&gs\\_lcp=CgNpbWcQARgAMgUIABCxAzIFCAAQsQMMyAggAMgIADICCAyAggAMgUIABCxAzICCAyAggAMgIADoECCMQzOECQAQ1CVxwhY580IYM3gCGgAcAB4AIABVYgBzWksAQE0mAEaOAEbqELZ3dzLXdpei1pbWfAAQE&sclient=img&ei=f2ERX\\_bAJo2vgweH74fwBA&bih=754&biw=1536&hl=cs#imgrc=Uz4ZaWjYunuZ9M](https://www.google.cz/search?q=chuck+norris&tbn=isch&ved=2ahUKEwi2_Nav79PqAhWN1-AKHf3AU4Q2-cCegQIABAA&oq=chuc&gs_lcp=CgNpbWcQARgAMgUIABCxAzIFCAAQsQMMyAggAMgIADICCAyAggAMgUIABCxAzICCAyAggAMgIADoECCMQzOECQAQ1CVxwhY580IYM3gCGgAcAB4AIABVYgBzWksAQE0mAEaOAEbqELZ3dzLXdpei1pbWfAAQE&sclient=img&ei=f2ERX_bAJo2vgweH74fwBA&bih=754&biw=1536&hl=cs#imgrc=Uz4ZaWjYunuZ9M)  
Blahopřání - <https://www.bellesfleurs.cz/cervena-fc1014/>  
Výročí a regionální osobnosti - <http://www.knihovnatr.cz/cze/služby/vyroci-a-regionalni-osobnosti-srpen-2020/>  
Křížovka - <https://sifrovacky.cz/jak-hrat/priklady-sifer/krizovka/>  
Zajímavosti:  
[https://www.google.cz/search?q=noc+kreslen%C3%A1&tbn=isch&hl=cs&hl=cs&ved=2ahUKEwiug\\_r47eLqAhUruaQKHdKLA14QrNwCKAF6BQgBENOB&bih=1519&bih=754#imgrc=KbmSnGfjDovVzM;](https://www.google.cz/search?q=noc+kreslen%C3%A1&tbn=isch&hl=cs&hl=cs&ved=2ahUKEwiug_r47eLqAhUruaQKHdKLA14QrNwCKAF6BQgBENOB&bih=1519&bih=754#imgrc=KbmSnGfjDovVzM;)  
[https://www.google.cz/search?q=%C5%BE%C3%A1rovka&tbn=isch&ved=2ahUKEwj565r97uLqAhUX\\_IUKHbEhAnQQ2-cCegQIABAA&oq=%C5%BE%C3%A1rovka&gs\\_lcp=CgNpbWcQAzICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIABDmGIIADICCAyAggAMgIADoGCAABRAeOgQIABAEogIIXDqAhAnOgUIABCxA1DPpzRYt8k0YojQNGgBcAB4AoABXYgBrwqSAQIxOjgBAKABAAoBC2d3cy13aXotaW1nsAEKwAEB&sclient=img&ei=WT4ZX7nbNj4lwSxw4igBw&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=W MVJaZ3UXUjQMM;](https://www.google.cz/search?q=%C5%BE%C3%A1rovka&tbn=isch&ved=2ahUKEwj565r97uLqAhUX_IUKHbEhAnQQ2-cCegQIABAA&oq=%C5%BE%C3%A1rovka&gs_lcp=CgNpbWcQAzICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIABDmGIIADICCAyAggAMgIADoGCAABRAeOgQIABAEogIIXDqAhAnOgUIABCxA1DPpzRYt8k0YojQNGgBcAB4AoABXYgBrwqSAQIxOjgBAKABAAoBC2d3cy13aXotaW1nsAEKwAEB&sclient=img&ei=WT4ZX7nbNj4lwSxw4igBw&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=W MVJaZ3UXUjQMM;)  
[https://www.google.cz/search?q=mozek+realita&tbn=isch&ved=2ahUKEwj0iPeY8uLqAhVN0IUKHWEaAT4Q2-cCegQIABAA&oq=mozek+realita&gs\\_lcp=CgNpbWcQAzoECCMQzOFCAAQsQM6BAGAEEM6CAGAELEDEIMBOgIADoECAAQHjoECAAQEzoICAAQCBAeEBNQwfEGWPqUB2CrlwdoAXAAeACAawKIAYgIkgECMTSYAQCGAQgAQtnD3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&sclient=img&ei=uUEZX7TIEs2glwThtlTwAw&bih=754&bih=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=hhBU3M\\_DmRqFFM;](https://www.google.cz/search?q=mozek+realita&tbn=isch&ved=2ahUKEwj0iPeY8uLqAhVN0IUKHWEaAT4Q2-cCegQIABAA&oq=mozek+realita&gs_lcp=CgNpbWcQAzoECCMQzOFCAAQsQM6BAGAEEM6CAGAELEDEIMBOgIADoECAAQHjoECAAQEzoICAAQCBAeEBNQwfEGWPqUB2CrlwdoAXAAeACAawKIAYgIkgECMTSYAQCGAQgAQtnD3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&sclient=img&ei=uUEZX7TIEs2glwThtlTwAw&bih=754&bih=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=hhBU3M_DmRqFFM;)  
[https://www.google.cz/search?q=nos&tbn=isch&ved=2ahUKEwj7rdjR8uLqAhWH44UKHQ3vC9wQ2-cCegQIABAA&oq=nos&gs\\_lcp=CgNpbWcQAzICCAyAggAMgUIABCxAzICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCA6CAGAELEDEIMBOgIIXAnUOIWFiWpVhgtqZYaABwAHgAgAFHiAHIAZIBATOYAQCgAQGqAQtnD3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&sclient=img&ei=MEIZX\\_vVFfHlWsn3q\\_gDQ&bih=754&bih=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=93HFQz3heFF2gM&imgdii=EvUBmvqf88QbNM;](https://www.google.cz/search?q=nos&tbn=isch&ved=2ahUKEwj7rdjR8uLqAhWH44UKHQ3vC9wQ2-cCegQIABAA&oq=nos&gs_lcp=CgNpbWcQAzICCAyAggAMgUIABCxAzICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCA6CAGAELEDEIMBOgIIXAnUOIWFiWpVhgtqZYaABwAHgAgAFHiAHIAZIBATOYAQCgAQGqAQtnD3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&sclient=img&ei=MEIZX_vVFfHlWsn3q_gDQ&bih=754&bih=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=93HFQz3heFF2gM&imgdii=EvUBmvqf88QbNM;)  
[https://www.google.cz/search?q=dvoj%C4%8Data&tbn=isch&ved=2ahUKEwjt34aE-OLqAhUF3RoKHbKaByYQ2-cCegQIABAA&oq=dvoj%C4%8Data&gs\\_lcp=CgNpbWcQAzICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAA6BQgAELEDUPXbPliY8D5g3Pg-aABwAHgAgAFKiAGdBJIBATiYAQCgAQGqAQtnD3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&sclient=img&ei=2EcZX-2TCIW6a7K1nrAC&bih=754&bih=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=4wrUHjk\\_oUWubM;](https://www.google.cz/search?q=dvoj%C4%8Data&tbn=isch&ved=2ahUKEwjt34aE-OLqAhUF3RoKHbKaByYQ2-cCegQIABAA&oq=dvoj%C4%8Data&gs_lcp=CgNpbWcQAzICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAA6BQgAELEDUPXbPliY8D5g3Pg-aABwAHgAgAFKiAGdBJIBATiYAQCgAQGqAQtnD3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&sclient=img&ei=2EcZX-2TCIW6a7K1nrAC&bih=754&bih=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=4wrUHjk_oUWubM;)  
[https://www.google.cz/search?q=%C5%BEiletka&tbn=isch&ved=2ahUKEwjit6Xw--LqAhVKDewKHQzZDVkQ2-cCegQIABAA&oq=%C5%BEiletka&gs\\_lcp=CgNpbWcQAZICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAA6BQgAELEDUPmhvAFYILG8AWCeulwBaABwAHgAgAFLiAH5A5IBATeYAQCgAQGqAQtnD3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&sclient=img&ei=4EsZX-LHGsqasAeM5rfIBQ&bih=754&bih=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=vl7rJpJlSqfk6M;](https://www.google.cz/search?q=%C5%BEiletka&tbn=isch&ved=2ahUKEwjit6Xw--LqAhVKDewKHQzZDVkQ2-cCegQIABAA&oq=%C5%BEiletka&gs_lcp=CgNpbWcQAZICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAA6BQgAELEDUPmhvAFYILG8AWCeulwBaABwAHgAgAFLiAH5A5IBATeYAQCgAQGqAQtnD3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&sclient=img&ei=4EsZX-LHGsqasAeM5rfIBQ&bih=754&bih=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=vl7rJpJlSqfk6M;)  
[https://www.google.cz/search?q=%C3%BAsm%C4%9Bv&tbn=isch&ved=2ahUKEwjmgf6wh-PqAhVCM-wKHZDOCgsQ2-cCegQIABAA&oq=%C3%BAsm%C4%9Bv&gs\\_lcp=CgNpbWcQAZICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAA6BQgAELEDUNuauGfYnKm6AWChrLoBaABwAHgAgAFeiAHBApIBATWYAQCgAQGqAQtnD3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&sclient=img&ei=8FcZX-bJNslmsAeQnatY&bih=754&bih=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=7P9nChr0TEfcRM;](https://www.google.cz/search?q=%C3%BAsm%C4%9Bv&tbn=isch&ved=2ahUKEwjmgf6wh-PqAhVCM-wKHZDOCgsQ2-cCegQIABAA&oq=%C3%BAsm%C4%9Bv&gs_lcp=CgNpbWcQAZICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAA6BQgAELEDUNuauGfYnKm6AWChrLoBaABwAHgAgAFeiAHBApIBATWYAQCgAQGqAQtnD3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&sclient=img&ei=8FcZX-bJNslmsAeQnatY&bih=754&bih=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=7P9nChr0TEfcRM;)  
[https://www.google.cz/search?q=zamra%C4%8Den%C3%AD+smajl%C3%ADk&tbn=isch&ved=2ahUKEwoj574IOPqAhUruaQKHdKLA14Q2-cCegQIABAA&oq=zamra%C4%8Den%C3%AD+smajl%C3%ADk&gs\\_lcp=CgNpbWcQA1Dalli7PGDDP2gAcAB4AIABU4gBywSSAQE4mAEaOAEbqELZ3dzLXdpei1pbWfAAQE&sclient=img&ei=J2YZX6jgO6vykgXSI4LwCA&bih=754&bih=1519&hl=cs&hl=cs#](https://www.google.cz/search?q=zamra%C4%8Den%C3%AD+smajl%C3%ADk&tbn=isch&ved=2ahUKEwoj574IOPqAhUruaQKHdKLA14Q2-cCegQIABAA&oq=zamra%C4%8Den%C3%AD+smajl%C3%ADk&gs_lcp=CgNpbWcQA1Dalli7PGDDP2gAcAB4AIABU4gBywSSAQE4mAEaOAEbqELZ3dzLXdpei1pbWfAAQE&sclient=img&ei=J2YZX6jgO6vykgXSI4LwCA&bih=754&bih=1519&hl=cs&hl=cs#)

imgrc=l5u2RMmgNTTcSM;  
[https://www.google.cz/search?q=zub&tbn=isch&ved=2ahUKEwjMxdT8IOPqAhWPq6QKHYNyBqQQ2-cCegQIABAA&oq=zub&gs\\_lcp=CgNpbWcQAzIFCAAQsQMyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCA6BAgjECdQneoJWPPtCWDR7wloAHAAeACAAU6IAdkBkgEBM5gBAKABAAoBC2d3cy13aXotaW1nwAEB&sclient=img&ei=MWYXZ4zpD4\\_XkgWJsZugCg&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=fcGilfXgnZC2JM&imgdii=oo1P\\_3hZ2EtMYM;](https://www.google.cz/search?q=zub&tbn=isch&ved=2ahUKEwjMxdT8IOPqAhWPq6QKHYNyBqQQ2-cCegQIABAA&oq=zub&gs_lcp=CgNpbWcQAzIFCAAQsQMyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCA6BAgjECdQneoJWPPtCWDR7wloAHAAeACAAU6IAdkBkgEBM5gBAKABAAoBC2d3cy13aXotaW1nwAEB&sclient=img&ei=MWYXZ4zpD4_XkgWJsZugCg&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=fcGilfXgnZC2JM&imgdii=oo1P_3hZ2EtMYM;)  
[https://www.google.cz/search?q=zmrzl%C3%A9+vlasý&tbn=isch&ved=2ahUKEwjql8DvmOPqAhWXD-wKHWjUCb8Q2-cCegQIABAA&oq=zmrzl%C3%A9+vlasý&gs\\_lcp=CgNpbWcQAzoECCMQJzoCCAA6BAgAEbG6BggAEAUQHjoFCAAQsQNQ6z5Ytl9g0WRoAHAAeACAAUmiAbYJkgECMjCYAQCGAQGqAQtd3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&sclient=img&ei=R2oZX6rYGJefsAfoqKf4Cw&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=3qmqz3exPVRDVKM;](https://www.google.cz/search?q=zmrzl%C3%A9+vlasý&tbn=isch&ved=2ahUKEwjql8DvmOPqAhWXD-wKHWjUCb8Q2-cCegQIABAA&oq=zmrzl%C3%A9+vlasý&gs_lcp=CgNpbWcQAzoECCMQJzoCCAA6BAgAEbG6BggAEAUQHjoFCAAQsQNQ6z5Ytl9g0WRoAHAAeACAAUmiAbYJkgECMjCYAQCGAQGqAQtd3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&sclient=img&ei=R2oZX6rYGJefsAfoqKf4Cw&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=3qmqz3exPVRDVKM;)  
[https://www.google.cz/search?q=plaveck%C3%BD+baz%C3%A9n&tbn=isch&ved=2ahUKEwim1JP2mOPqAhXKqKQKHC3tAu8Q2-cCegQIABAA&oq=plaveck%C3%BD+baz%C3%A9n&gs\\_lcp=CgNpbWcQAzICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCA6BAgjECc6BQgAELEDOgQIABBDUNfdEvj4gxJgkYYSaBwAHgAgAFliAH1BpIBAJE0mAEAoAEBqgELZ3dzLXdpei1pbWfAAQE&sclient=img&ei=VWoZX-bVFcqBkgXN24v4Dg&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=EMdio\\_hc0blagM;](https://www.google.cz/search?q=plaveck%C3%BD+baz%C3%A9n&tbn=isch&ved=2ahUKEwim1JP2mOPqAhXKqKQKHC3tAu8Q2-cCegQIABAA&oq=plaveck%C3%BD+baz%C3%A9n&gs_lcp=CgNpbWcQAzICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCA6BAgjECc6BQgAELEDOgQIABBDUNfdEvj4gxJgkYYSaBwAHgAgAFliAH1BpIBAJE0mAEAoAEBqgELZ3dzLXdpei1pbWfAAQE&sclient=img&ei=VWoZX-bVFcqBkgXN24v4Dg&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=EMdio_hc0blagM;)  
[https://www.google.cz/search?q=tenisov%C3%BD+m%C3%AD%C4%8Dek&tbn=isch&ved=2ahUKEwjomdSDmuPqAhUD76QKShwD6sQ2-cCegQIABAA&oq=tenisov%C3%BD+m%C3%AD%C4%8Dek&gs\\_lcp=CgNpbWcQARgAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADoECAAQzQzoECCMQJzoHCCMQ6glQJzoFCAAQsQNQsfQsWN-aLWDRqy1oAnAAeAKAAVSIafllkgECMjOYAQCGAQGqAQtd3Mtd2l6LWltZ7ABCsABAQ&sclient=img&ei=fmsZX-jiBoPekwWo4L3YCg&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=HXMxwi-qZMpA0M;](https://www.google.cz/search?q=tenisov%C3%BD+m%C3%AD%C4%8Dek&tbn=isch&ved=2ahUKEwjomdSDmuPqAhUD76QKShwD6sQ2-cCegQIABAA&oq=tenisov%C3%BD+m%C3%AD%C4%8Dek&gs_lcp=CgNpbWcQARgAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADoECAAQzQzoECCMQJzoHCCMQ6glQJzoFCAAQsQNQsfQsWN-aLWDRqy1oAnAAeAKAAVSIafllkgECMjOYAQCGAQGqAQtd3Mtd2l6LWltZ7ABCsABAQ&sclient=img&ei=fmsZX-jiBoPekwWo4L3YCg&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=HXMxwi-qZMpA0M;)  
[https://www.google.cz/search?q=chodidla&tbn=isch&ved=2ahUKEwiy9rvmnOPqAhXF1qQKHR2xD0kQ2-cCegQIABAA&oq=chodidla&gs\\_lcp=CgNpbWcQAzICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgYIABAFEB4yBggAEAUQHjIGCAAQBRAeMgYIABAFEB4yBggAEAUQHjoHCCMQ6glQJzoECCMQJzoFCAAQsQM6CAGAELEDEIMBUMioFlj1xZg6dkWaARwAHgAgAFSiAG8BpIBAJExmAEOAEBqgELZ3dzLXdpei1pbWewAQRAAQE&sclient=img&ei=Zm4ZX7KrDMWtkwWd4r7IBA&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=V4PxIY3df-9Vkm;](https://www.google.cz/search?q=chodidla&tbn=isch&ved=2ahUKEwiy9rvmnOPqAhXF1qQKHR2xD0kQ2-cCegQIABAA&oq=chodidla&gs_lcp=CgNpbWcQAzICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgYIABAFEB4yBggAEAUQHjIGCAAQBRAeMgYIABAFEB4yBggAEAUQHjoHCCMQ6glQJzoECCMQJzoFCAAQsQM6CAGAELEDEIMBUMioFlj1xZg6dkWaARwAHgAgAFSiAG8BpIBAJExmAEOAEBqgELZ3dzLXdpei1pbWewAQRAAQE&sclient=img&ei=Zm4ZX7KrDMWtkwWd4r7IBA&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=V4PxIY3df-9Vkm;)  
[https://www.google.cz/search?q=chodidla&tbn=isch&ved=2ahUKEwiy9rvmnOPqAhXF1qQKHR2xD0kQ2-cCegQIABAA&oq=chodidla&gs\\_lcp=CgNpbWcQAzICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgYIABAFEB4yBggAEAUQHjIGCAAQBRAeMgYIABAFEB4yBggAEAUQHjoHCCMQ6glQJzoECCMQJzoFCAAQsQM6CAGAELEDEIMBUMioFlj1xZg6dkWaARwAHgAgAFSiAG8BpIBAJExmAEOAEBqgELZ3dzLXdpei1pbWewAQRAAQE&sclient=img&ei=Zm4ZX7KrDMWtkwWd4r7IBA&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=V4PxIY3df-9Vkm;](https://www.google.cz/search?q=chodidla&tbn=isch&ved=2ahUKEwiy9rvmnOPqAhXF1qQKHR2xD0kQ2-cCegQIABAA&oq=chodidla&gs_lcp=CgNpbWcQAzICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgYIABAFEB4yBggAEAUQHjIGCAAQBRAeMgYIABAFEB4yBggAEAUQHjoHCCMQ6glQJzoECCMQJzoFCAAQsQM6CAGAELEDEIMBUMioFlj1xZg6dkWaARwAHgAgAFSiAG8BpIBAJExmAEOAEBqgELZ3dzLXdpei1pbWewAQRAAQE&sclient=img&ei=Zm4ZX7KrDMWtkwWd4r7IBA&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=V4PxIY3df-9Vkm;)  
[https://www.google.cz/search?q=no%C4%8Dn%C3%AD+m%C5%AFra&tbn=isch&ved=2ahUKEwJA7daYnuPqAhWPq6QKHYNyBqQQ2-cCegQIABAA&oq=no%C4%8Dn%C3%AD+m%C5%AFra&gs\\_lcp=CgNpbWcQAzICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCA6BAgAEEM6BQgAELEDOggIABCxAXCDAToECCMQJ1CTjyRY46EKYOKJjGgAcAB4AIABX4gBugWSAQIxMjgBAKABAAoBC2d3cy13aXotaW1nwAEB&sclient=img&ei=228ZX4CUOY\\_XkgWJsZugCg&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=mxXUXEq3obVISM;](https://www.google.cz/search?q=no%C4%8Dn%C3%AD+m%C5%AFra&tbn=isch&ved=2ahUKEwJA7daYnuPqAhWPq6QKHYNyBqQQ2-cCegQIABAA&oq=no%C4%8Dn%C3%AD+m%C5%AFra&gs_lcp=CgNpbWcQAzICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCA6BAgAEEM6BQgAELEDOggIABCxAXCDAToECCMQJ1CTjyRY46EKYOKJjGgAcAB4AIABX4gBugWSAQIxMjgBAKABAAoBC2d3cy13aXotaW1nwAEB&sclient=img&ei=228ZX4CUOY_XkgWJsZugCg&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=mxXUXEq3obVISM;)  
[https://www.google.cz/search?q=koala&tbn=isch&ved=2ahUKEwjGks20oOPqAhVONewKHUnMDSyQ2-cCegQIABAA&oq=koala&gs\\_lcp=CgNpbWcQAzIFCAAQsQMyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCA6BAgjECc6BAgAEEM6BwgjEOoCECC6CAGAELEDEIMBUM\\_LBliLkwdghpUHafwAHgCgAFZiAGJCIjBAjE0mAEAoAEBqgELZ3dzLXdpei1pbWewAQRAAQE&sclient=img&ei=L3IZX4a\\_Fs7qsAfJmLuwDA&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=zo5QZvSwB6Js-M;](https://www.google.cz/search?q=koala&tbn=isch&ved=2ahUKEwjGks20oOPqAhVONewKHUnMDSyQ2-cCegQIABAA&oq=koala&gs_lcp=CgNpbWcQAzIFCAAQsQMyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADICCA6BAgjECc6BAgAEEM6BwgjEOoCECC6CAGAELEDEIMBUM_LBliLkwdghpUHafwAHgCgAFZiAGJCIjBAjE0mAEAoAEBqgELZ3dzLXdpei1pbWewAQRAAQE&sclient=img&ei=L3IZX4a_Fs7qsAfJmLuwDA&bih=754&biw=1519&hl=cs&hl=cs#imgrc=zo5QZvSwB6Js-M;)

