

Dobřichovické Kukátko

Čtvrtletník aneb čtvero ročních dob v životě věcí, slov, nápadů, zvířat, lidí.

Vánoční písnička • Nudíte se – zkuste si zaplavat! • **Lavička Václava Havla**
Jak se hledají netopýři • **Psychosomatická medicína** • Pohled do staré
obecné školy • **Portrét dobřichovického nakladatele** • Kultura • **Sport**





Stavební prodej J+K a.s.



Poptejte nás!

STAVEBNÍ MATERIÁLY Dobřichovice, Pražská 819
ROZVOZ A SKLADOVÁNÍ ZAKOUPENÉHO MATERIÁLU

Provozní doba: Po-Pá: 7-12 13-16, So: 8-11

☎ **721 554 000 | 257 710 141**

dobrichovice@stavebniprodej.cz | www.stavebniprodej.cz

Nabízíme v Dobřichovicích využití

• **DVOU RŮZNÝCH SPOLEČENSKÝCH SÁLŮ** •

Možnost pořádání menších koncertů, divadelních představení, společenských akcí, školení, seminářů, kurzů tance či jiných aktivit, obchodních a prezentačních akcí

PRONÁJEM SÁLU DR. FÜRSTA:

pronájem sálu bez přilehlé místnosti – velikost sálu 78 m ²	200,- Kč/hod.
pronájem sálu včetně přilehlé místnosti (sál s jevištěm) – 104 m ²	250,- Kč/hod.
pronájem piana	50,- Kč/hod.
pronájem židlí – vybavení sálu jako hlediště	50,- Kč/hod.
pronájem skládacích stolů	50,- Kč/hod.
provozní a cenové podmínky při déletrvajících akcích	individuální dohoda

PRONÁJEM SÁLU REZIDENCE ZELENÝ OSTROV (DOB CENTRUM):

pronájem sálu o velikost 100 m ² se zázemím (kuchyňka, WC, hala)	300,- Kč/hod.
(vybavením vhodné pro komornější akce, bez podia, max 40 židli)	

Bližší informace:

Diman s.r.o., DOB-Invest a.s., Za Mlýnem 2, 252 29 Dobřichovice
Ing. Magda Havlíková tel.: 602 660 960, 257 710 735, Za Mlýnem 888, Dobřichovice

Ó, DUŠE MÁ ROZMILÁ

F. Bridelius



- | | |
|---|---|
| 2. Ó, Děťátko nejdražší,
všechněm žádostivé.
Přišlo jsi nám nejsladší,
všechněm milostivé. | 6. Jeho bylo nebe, dvůr,
anjele čeládka.
Chlév jest nyní jeho kůr,
dvořané hovádka. |
| 3. Tě Prorokův zjevení,
učí společného.
Moře, nebe znamení,
Tě ctí Boha svého. | 7. Zdráv buď Králi nebeský,
Slovo narozený.
Chlupcem jsi učiněný,
v jesle položený. |
| 4. Ach, proč ležiš v oudolí,
světa Stvořiteli.
Kvílíš, pláčeš v maštali,
lidský Spasiteli. | 8. Ježíše teď objímám,
držím ustavičně.
Vždycky se s ním obírám,
ó, kým líbám věčně. |
| 5. Kde koruna? An jsi Král?
Kde berla královská.
Proč jsi ji sobě odňal,
ó, Moudrost anjelská. | 9. Ó, Dítě nejkrásnější,
pro tvé narození,
dej nám Pane Ježíši,
nebeské spasení. |



Pro letošní, vlastně štedronoční zastavení jsme ve spolupráci s vedoucím souboru Ludus musicus Františkem Běhounkem vybrali půvabnou písničku jednoho z nejvýznamnějších básníků českého baroka, Jesuity Fridricha Bridelia (1619 - 1680). Ukázka pochází z jeho zásadní sbírky písní a v podstatě vánočního zpěvníku nazvaného Jesličky, staré, nové písničky, vydaného v r. 1656 (nové kritické vydání vyšlo péčí Marie Škarpové, Tomáše Slavického a Pavla Koska v Praze r. 2014 (<http://www.databazeknih.cz/knihy/jeslicky-stare-nove-pisnicky-195812>)). Pokud půjdete na štedronoční půlnoční do Karlíka, vezměte ji a zkuste si společně zazpívat.

redakce

DO ZIMY! DO ADVENTU!

Milé čtenářky, milí čtenáři, jdeme tedy opět do zimy. Jako by to bylo včera ... Přitom je za námi rok plný nadějí, zklamání, činů i nečinnosti, radosti i smutku, naštvanosti i smíření, dobrých žertů i příkladného hulvátství kořeněného cílenými nepravdami. A bude hůř ... Tak jsme si usmysleli, že Vám zpřijemníme nástup do letošního Adventu snad zajímavým čtením. Co jsme tedy pro Vás tentokrát nachystali? Je to docela zajímavá směs. V tomto čísle najdete jednak nové zprávy o tom, co se děje v rekonstruovaném bývalém křižovníckém statku, vzpomene také nedožítých osmdesátin pana Václava. Dojde i na netopýry, ale kromě toho také na to, jak se stravovat, aby Vám to pořad páli. A k tomu přidáme cenný text o psychosomatické medicíně. V historické rubrice se vrátíme k rozepsanému tématu dobřichovické školy, v rubrice osobnosti představíme dobřichovického nakladatele doc. Ing. Petra Chrdleho. Samozřejmě najdete také v kulturní rubrice přehled akcí na nejbližší měsíce. Ale nejen to. Tentokrát se nám do této rubriky podařilo získat dosti zajímavých materiálů, mimo jiné i pasáže o kulturní akci „dalekého doletu“, totiž o otevření Centra Mariny Cvětajevové ve Všenorské knihovně. Pokud jste se lekli, že nebude sport, tož se nelekejte, aktuality ze sportu samozřejmě v tomto čísle najdete také.

*Přejeme Vám pěkné počtení
J. Matl a redakce*

Ještě s dovolením post scriptum, které je pro nás velmi smutné a bolestné: odešla navždy naše kamarádka a dlouholetá spolupracovnice Mirka Paulová, která se po řadu let tiše a nenápadně podílela na existenci Kukátka. Rozloučili jsme se s ní

při zádušní mši 20. října v kostele sv. Prokopa a Martina v Karlíku. I zde bychom jí ale chtěli poděkovat za to, že jsme s ní mohli být a spolupracovat.

Na rty se plíží slova jako smíření, pokora, bolest, vzdor, prázdno, ale i vděčnost za možnost být spolu. Společné chvíle, povídání, setkávání, vzájemnost. A najednou tu je stůh a už to není.

Něco ale zůstává. Jsou to ty chvíle, kdy jsme se mohli potkávat s Mirkou a společně něco tvořit nebo si jen povídat.

A že toho bylo tolik! Právě u Kukátka, které po řadu let nezištně přepisovala, přes povídání u ohňů a debaty po karlických půlnocích o štědré noci ... až po tu pomoc, kterou poskytovala naprosto nezastupitelně té partě, která se utvořila kolem Františka Běhounka a souboru Ludus musicus.

Mirčin vklad dobroty, pokory i životní moudrosti darovaný rodině a přátelům dává šanci nám všem tyhle hodnoty nést dál a tím držet dál i to, o co se snažila. Tímhle vkladem bude pořad s námi ...

Jsme všichni moc vděční za tu šanci být s Mirkou a spolu s ní zažívat to, co máme rádi. Tohle spolubytí byl dar a my za něj v nejvyšší pokoře i bolesti a smutku moc děkujeme. Žijeme tím, co dokážeme dát svým bližním ...

Znovu děkujeme za všechny Vaše ohlasy a těšíme se na další. Na způsobu distribuce tištěné verze Kukátka se nadále nic nemění. Kromě tištěné podoby (na náklady vydavatele dojde do všech dobřichovických domovních schránek) rozesíláme Kukátko též elektronicky ve formátu pdf. Jakýkoliv nový zájemce může o tuto formu požádat. Naopak, nepřejete-li si Kukátko dostávat v elektronické podobě,

samozřejmě Vás ze seznamu adresátů vyřadíme.

Pokud jde o elektronické verze příspěvků, posílejte je již jen na naši novou e-mailovou adresu kukatko@dobrich.cz. Dovolujeme si však požádat, **abyste svůj text nijak speciálně neformátováli**, ulehčí nám to naše vlastní zpracování textu. Rovněž nám usnadní práci, jsou-li zaslané příspěvky vykorigované a jsou-li co nejméně ve sporu s jazykovou normou. A pokud nám chcete opravdu udělat radost, pište, prosíme, slova *kurs* a *diskuse* se **s**. Děkujeme Vám za pochopení a na Vaše příspěvky a reakce se moc těšíme.

A protože toto číslo je poslední v letošním roce, rádi bychom poděkovali všem, kteří jakkoli do Kukátka přispěli, zejména pak všem stálým spolupracovníkům. A také Vám, čtenářům, za Váš zájem a reakce. Přejeme Vám všem klidné dny letošního Adventu a radostné a požehnané svátky letošních Vánoc.

Vaše redakce

SOUTĚŽ O TITULNÍ FOTOGRAFIE KUKÁTKA STÁLE POKRAČUJE

Vážení čtenáři!

Zimu se sněhem jsme v Dobřichovicích měli vloni asi dva dny a letos do data uzávěrky byla příležitost pořídit zimní snímek přibližně dvě hodiny. Sáhli jsme však do databáze čtenářských snímků a rozhodli se ukázat, jak vypadala zima u dolních závor v lednu 2010 na fotografii paní Zdeňky Vlčanové. Technické služby i mnoho občanů by více preferovalo opakování loňské (a vlastně i předloňské) zimy bez sněhu, dětem by zimní pohádka trochu chyběla. Co nás čeká letos?

Náš experiment – soutěž o titulní fotografii pro náš čtvrtletník – pochopitelně i nadále pokračuje. Těšíme se na další fotografie. Neostýchejte se a posílejte nám průběžně záběry z našeho okolí, neobvyklé pohledy

Zimní zastavení	3
Slovo redakce	4
Aktuality	6
Z našeho života	8
Spolky	9
O zdraví	13
Z historie	19
Osobnosti	23
Kultura	26
Sport	36

Dobřichovická **Kukátka**
Registrováno Ministerstvem kultury České republiky pod č. MK ČR E 12574

Vydává Dobřich s. r. o., 5. května 3, Dobřichovice
IČ: 64827640

Řídí redakční rada ve složení: Ing. Vladimír Bezděk, Doc. RNDr. Emil Calda, Ing. Daniel Havlík, JUDr. Pavel Kosatík, PhDr. Jiří Matl (předseda), Mgr. Jana Váňová

Grafické zpracování: agentura R&B (retb.cz)
Tisk: Grafotechna Plus,
Lýskova 1594/33, Praha 13 – Stodůlky

Uzávěrka tohoto čísla 15. 11. 2016. Uzávěrka příštího čísla cca 15. 2. 2017. Kukátko vychází v první polovině března, června, září a prosince.

Adresa:
Jiří Matl, Strmá 139, 252 29 Dobřichovice
(kukatko@dobrich.cz)
Distribuuje zdarma v Dobřichovicích laskavou péčí poštovních doručovatelek a smluvních partnerů. Kukátko můžete také obdržet e-mailem ve formátu PDF a najdete je rovněž na Internetu v rámci stránky www.dobrichovice.cz nebo www.dobrich.cz.

Fotografie na titulní straně: © Zdeňka Vlčanová

na dění v Dobřichovicích či emotivní záběry míst, která všichni dobře známe. Nejhezčí fotografií vybere redakce Kukátka ke zveřejnění na titulu příštích Kukátek, a bude tak těšit nejen Vaši rodinu a známé, ale i širší veřejnost.

Neváhejte a své snímky pošlete na adresu studia, které zpracovává grafickou podobu Kukátka: info@retb.cz a v kopii na redakční adresu kukatko@dobrich.cz, uveďte prosím Vaše jméno, místo, kde byl snímek pořízen, a datum vytvoření. Velikost fotografie by měla být alespoň 3 MB. Rozhodně ji tedy pro poslání mailem nijak nekomprimujte. Vaší tvorbě se meze nekladou, hlavním faktorem posuzování bude atmosféra korespondující s obdobím, v jakém Kukátka vychází. Takže... vezměte foťák do ruky, otevřete oči a ukažte nám, jak vidíte Dobřichovice právě Vy.

Redakce

KUKÁTKO JE NA WEBU I NA FACEBOOKU

Milé čtenářky, milí čtenáři Dobřichovického Kukátka, již v minulém čísle jsme psali že Kukátka má nový profil na Facebooku, kde budou k nalezení zajímavé aktuality a kde bude možno vésti o časopisu a jeho náplni rozličné debaty. Profil najdete na adrese:

<https://www.facebook.com/kukatko>

Stránka se dobře rozjela a začíná sloužit svému účelu. Najdete na ní např. obsáhlou fotogalerii z vítání nové knížky našeho kolegy HgS a taktéž krátké video z této slavnosti. Kromě toho také pozvánky na některé aktuální akce v regionu, na které se v Kukátku z různých důvodů nedostalo. Stojí stále za připomenutí, že všechna vydání Kukátka od roku 1985 lze nalézt na internetových stránkách vydavatele www.dobrich.cz a vydaná čísla od roku 2004 též na stránkách města www.dobrichovice.cz. Na obou místech je též popsána celá historie vydávání.

Od roku 2005 jsme elektronickou verzí Kukátka začali rovněž rozepisovat e-mailem, přičemž databáze příjemců se postupně rozrůstala. Opačný efekt ovšem je, že ve zvětšující se databázi přibývají neplatné kontakty. Dovolujeme si proto připomenout, že jakýkoliv zájemce se může na redakční adrese kukatko@dobrich.cz (nebo případně na daniel.havlik@dob-invest.cz) přihlásit a do databáze ho zařadíme. Pokud někdo Kukátka dříve elektronicky dostával a nyní již nikoliv, prosíme o sdělení nové e-mailové adresy. Opravíme v seznamu.

Redakce

DOB CENTRUM

Dvůr Anežky České aneb co nového v areálu bývalého statku

Byty a obchody doprodány

Společnost DOB-Invest a.s. prodala zbývající volné byty a nebytové prostory. Nyní je možné již jen pronajmout případně uvolněné prostory, pokud je jejich vlastníci nabízejí k dalšímu pronájmu.

Výstavba hotelu a restaurace zahájena

V minulém čísle Kukátka jsme informovali o záměru začít stavět u vstupu do areálu restauraci, na niž by směrem k parku navazoval hotelový objekt. Tuto (třetí) etapu přestavby areálu jsme v polovině září

zahájili, a pokud bude zima podobná té z minulých dvou let (tedy že bude možné téměř celou zimu stavět), měla by stavba domů L+M, jak je pracovně nazýváme, být dokončená v létě příštího roku (2017).

Název hotelu a restaurace – anketa

Máme sice dohodnutého nájemce – budoucího provozovatele hotelu a restaurace – a ten má jasnou představu o koncepci tohoto podniku, ale zatím není rozhodnut, jak se hotel a restaurace bude jmenovat. Obtížně se komukoliv zvenku bude vymýšlet název bez znalosti koncepce, ale přesto si dovoluji vyhlásit malou anketu. Náměty pošlete e-mailem na adresu daniel.havlik@dob-invest.cz, případně je můžete vhodit do schránky na adrese Za Mlýnem 2, Dobřichovice (nebo poslat poštou, PSČ 252 29). Restaurace a hotel mohou mít dva různé názvy. Měly by být srozumitelné širšímu okolí včetně případných zahraničních návštěvníků, i když těch do Dobřichovic asi tolik nezavítá.

Další společenský sál

V západní části areálu se vstupem z ulice Za Parkem proti prodejně kol pana Fojta (a taky se vstupem zevnitř areálu) vznikl další společenský sál. Původně měl sloužit jen jako místo pro setkávání obyvatel seniorských bytů, ale nyní je volně k dispozici a můžeme ho začít nabízet k pronájmu jako alternativu k sálu Dr. Fürsta. Velikostně je srovnatelný, ale vybavením je zaměřen na menší akce - spíše společenské než koncertní či divadelní. Momentálně se v něm s určitou pravidelností koná setkávání zájemců o malování a tento Talent ateliér seniorů vede paní doc. Puchnarová. O něm více informací v samostatném článku doc. Puchnarové.

Název celého areálu a název nového sálu

Vzhledem k řadě dotazů si dovoluji malé vysvětlení. Nad názvem areálu s novými



Společenský sál Rezidence Zelený ostrov při vernisáži Talent ateliéru. Foto Petr Chrdle

byty, obchody a službami jsme si dost lámali hlavu a do jisté míry čekáme, co se vžije mezi lidmi. Obchodní název celého areálu je DOB Centrum. Toto označení je na všech informačních cedulích. Nová ulice napříč areálem se jmenuje Anežky České. Zkusili jsme proto vyřknout (a napsat i na orientační ceduli na domě uprostřed areálu) možný nový název Dvůr Anežky České. Zdálo se nám, že by to spojovalo název ulice i vazbu na bývalý statek. Je to ale dlouhý název, takže původní (trochu myšlený jako dočasný) termín DOB Centrum funguje dál. My používáme oba a necháváme to otevřené.

Uvnitř areálu jsme seniorský blok bytů se společenským sálem nazvali Rezidence Zelený ostrov. Tím, že jsme byli nuceni byty prodat místo zamýšleného pronajímání a organizování jejich provozu, sál se od nich oddělil. Vlastník většího počtu seniorských bytů i nadále udržuje koncept seniorského bydlení a byty pronajímá. Název Rezidence Zelený ostrov už nemá původní náboj, ale stále jsme ho ponechali všude, kde byl původně zamýšlen. Pro sál zatím užíváme označení Společenský sál Rezidence Zelený ostrov, což je značně nepraktické. Časem uvidíme, jak zkrátit, upravit, přejmenovat. Nápadům se samozřejmě nebráníme.

Daniel Havlík

PLAVÁNÍ V BAZÉNU



Připomínáme možnost přijít si zaplavat. Bazén o rozměrech 12 x 5,5 m je v provozu 7 dní v týdnu. Základní plavecké dovednosti tady mohou v pravidelných kurzech získávat děti od 6 měsíců do 12 let. Náctileté slečny a dámy všech věkových kategorií mohou zlepšovat svoji fyzickou kondici na lekcích aqua aerobiku. A všichni ostatní si mohou přijít zaplavat v ranních nebo večerních hodinách a o víkendů. Součástí objektu je i sauna. Otevírací doba, volné hodiny i kontaktní spojení na www.ottomanek.cz.

Provozovatel bazénu, Baby Club OTTOMÁNEK, má zatím ještě volnou kapacitu

v kurzech i v plavání pro veřejnost. Pokrytí všechny provozní náklady je hodně náročné. Chceme-li, aby bazén v Dobřichovicích fungoval, je na každém z nás, aby zkusil přispět svými návštěvami v bazénu, získáním frekventantů kursů, či hledáním jiné formy podpory. Většinu bazénů v širším okolí dotují města. Je otázkou, zda by v Dobřichovicích byla nějaká forma pomoci města vyjednatelná, ať už formou přímé dotace provozovateli nebo dotacemi kursů pro místní školu, organizace či skupiny návštěvníků (např. seniorů). Ale určitě to je ke zvážení.

DH

LAVIČKA VÁCLAVA HAVLA

S mírným zpožděním, způsobeným čtvrtletní periodicitou, se Kukátko vrací k neděli 25. září, kdy na černošickém náměstí na Vrážích za přítomnosti ministra kultury D. Hermana a dalších významných hostů byla slavnostně odhalena lavička Václava Hav-

la; její instalaci inicioval (a veškeré náklady s tím spojené hradil) dobřichovický místostarosta M. Pánek. Byla zhotovena k letošnímu výročí nedožitých Havlových osmdesátin a stejně jako všechny ostatní ji tvoří dvojice křesel u kulatého stolu, jehož stře-

dem prochází kmen stromu. První Havlova lavička spatřila světlo světa ve Washingtonu v říjnu 2013 a po ní brzy následovaly další; u nás jako první (a na celém světě jako čtvrtá) byla odhalena na Maltézském náměstí v Praze v květnu 2014. Jejich smyslem – kromě připomínky odkazu bývalého prezidenta – je to, aby na veřejných prostranstvích vznikala místa, kde by se lidé mohli setkávat, diskutovat a v demokratickém duchu konfrontovat své názory.

Co bychom si v souvislosti s Václavem Havlem měli připomínat častěji a nejen tehdy, když se odhaluje jeho lavička? Určitě to, že měl odvahu začít bojovat s mocí, která ho málem zlikvidovala. A že vydržel, i když skoro celá společnost (sebekriticky přiznávám, že včetně mne) v obavách o svůj poměrně pohodlný život mlčela. Tímto bojem proti lži a za lidská práva přispěl k zásadní změně politických poměrů a také ke zvýšení mezinárodní prestiže naší republiky. Václav Havel však nebyl ne-



omylný a dopustil se řady chyb; některých i proto, že politickému prostředí, do něhož byl katapultován, se nedovedl (nebo nechtěl) přizpůsobit. Zdá se mi však, že na jeho chyby dnes poukazují zejména ti, kteří před rokem 1989 pro změnu poměrů, ani pro jejich zlepšení v letech následujících neudělali téměř nic.

HgS

Z MEZINÁRODNÍ NOCI PRO NETOPÝRY



Momentky ze setkání. Foto Ondřej Petráček

24. září proběhla v křižovnické residenci v Dobřichovicích Netopýří noc pod vedením

„netopýroložky“ Heleny Jahelkové a ve spolupráci s J. Soukupovou a K. Brunclíkovou (ZO SZ Dobřichovice) a dobrovolníky. Akce se uskutečnila v rámci jubilejního 20. ročníku *Mezinárodní noci pro netopýry*, která se již tradičně koná po celém světě na přelomu srpna a září a jejímž cílem je seznámit širokou veřejnost s životem těchto létajících nočních savců z řádu letounů. V České republice koordinuje aktivity Česká společnost pro ochranu netopýrů (ČESON) a zapojují se do ní milovníci netopýrů, odborníci i neziskové organizace, jako je ZO ČSOP Nyctalus zabývající se ochranou netopýrů, jejich návratem do přírody, péčí

o hendikepované jedince a vzděláváním veřejnosti v Praze a okolí.

Dobřichovická netopýří noc začala v pozdním odpoledním programem pro děti, konkrétně tvořením barevných netopýřích masek a celou řadou her. Na hrách si malí (a někdy i velcí) účastníci mohli zkusit vyhledávat dobroty poslepu principem lehce podobným netopýří echolokaci při lovu hmyzu. Dále si děti mohly zkusit, jak rychle by jim šlo vymotat modelového netopýře z odchytné sítky, jakou mají trefu na cíl při hře „nakrm netopýra“ a jaké vědomosti ve znalostním testu. Všechny děti byly moc šikovné a za tyto aktivity si nasbíraly body. Absolutní vítězkou se stala slečna Petra Ohnutková z Řevnic.

Následovala ukázka netopýřů z ekocentra Nyctalus, kteří jsou již trvale hendikepovaní, takže nemohou být vypuštěni zpět do přírody, ale aspoň někteří z nich se stali



oštěřenými účastníky vzdělávacích akcí a i v Dobřichovicích se vzorně předváděli. Netopýří Zdeněk a Zbyněk pracují v tomto oboru již čtyři roky. Účastníci si mohli prohlédnout zcela zblízka dva netopýří druhy: netopýra rezavého a netopýra nejmenšího. Helena Jahelková předvedla na netopýru rezavém zajímavou anatomickou stavbu jeho blanitého křídla i s jeho prodlouženými prstními články, vysvětlila, jak je to u netopýřů

se smysly, jak probíhá jejich komunikace a že některé zvuky, které netopýr vydává, nejsou pro lidské uši slyšitelné. K tomu abychom tyto zvuky slyšeli, potřebujeme použít ultrazvukový detektor, který převede zvuky netopýřů na takovou frekvenci, kterou už lidské ucho zachytí. Dále jsme mohli pozorovat krmení netopýřů jejich oblíbenou lahůdkou, moučnými červy. Netopýr se v přírodě živí různými druhy hmyzu včetně komárů a dalších bezobratlých, a provádí tak jejich přírozenou kontrolu.

Našich netopýřů se není třeba obávat, nesají lidem krev ani se Vám nezamotají do vlasů. Statečná malá dobrovolnice předvedla, že netopýr zamotaný do vlasů je prostě pověra, i vlnité dlouhé vlasy si spíš musíte zamotat samy, aby Vám na nich netopýr vůbec držel. Nicméně prosíme, nezkoušejte to doma na divokých zvířatech, nedopadlo by to dobře! Divokého netopýra nesmíte nikdy brát do holé ruky, riskovali byste pokousání. Na netopýru nejmenším jsme si ukázali, jakým způsobem se toto zvíře dokáže pohybovat po zemi a jak rychle dokáže po složených křídlech běžet.

V další části programu v krátké přednášce Helena Jahelková uvedla zajímavá fakta ze života netopýřů. **V České republice bylo zaznamenáno 27 druhů netopýřů a všechny druhy jsou chráněné.** Zejména v městské zástavbě jsou netopýři nuceni potýkat se s celou řadou nebezpečí a nástrah. Mezi taková nebezpečí patří zejména rekonstrukce budov, zateplování a výměny střešních, zejména prováděné v kritické době, kdy netopýří odchovávají mláďata. Rodí ročně 1 – 2 mláďata, více ne. Jsou dlouhověcí, dožívají se až 41 let, a vracejí se léta a léta do stejného úkrytu. Pokud zjistíte na svém domě kolonii netopýřů, je vhodné informovat Českou společnost pro ochranu netopýřů (www.ceson.org), kde vám poradí, jak dále postupovat a koho dalšího informovat, pokud chcete v souladu se záko-

nem na ochranu zvířat rekonstruovat vaši střechu či zateplovat objekt.

Posledním bodem programu byla večerní procházka kolem Berounky s ultrazvukovým detektorem. Pomocí tohoto zařízení jsme zachytávali frekvence okolo letících jedinců různých druhů (netopýr rezavý, netopýr parkový, netopýr nejmenší). Ač se nám co do hojnosti netopýřů nedařilo tak jako při první netopýří procházce v loňském roce (v době migrací je výskyt poblíž řeky nepředvídatelný), vysvětlili jsme si, jak se s přístrojem pracuje a k čemu sledování slouží ochráncům i vědcům. Jak například můžeme rozeznat různé typy chování podle zvuků detektoru. Dozvěděli jsme se, že v období koncem září je možno narazit na větší migrující skupiny netopýřů, což nám se tento večer nepoštěstilo.

Pozorování těchto zajímavých živočichů je dobrou záminkou k večerní procházce. Na příkladu netopýřů mohou zase děti krásně vidět, že za přírodou nemusí nikam daleko, ale že je součástí našich běžných životů a že je tomu soužití občas třeba pomáhat. V Dobřichovicích i okolí je můžete za šera pozorovat jednak na vlastní zahrádce nebo v ulicích u lamp, u řeky, mnoho z nich se rádo pohybuje nad výběhy koní nebo jiných hospodářských zvířat, nad poli, skupinky netopýřů můžete vidět třeba u lesa v okolí všerorské kapličky. V některých domech se usadí na půdě, občas se schovají za okenice, do štěrbin, líbí se jim také zvonice kostelíků, staré stromy a přes zimu samozřejmě jeskyně. V průběhu září a října se netopýří stěhují na svá zimoviště. Ještě pár „dušičkových“ jedinců létalo nad polem v Karlíku, nejspíš chtěli počkat až se pořádně ochladí. Budeme rádi, pokud se stavíte příští rok a seznámíte se s netopýry zblízka při další Netopýří noci. Rádi bychom, aby se akce stala tradicí. Těšíme se tedy na příští rok a novou verzi Dobřichovické netopýří noci a na nové i zkušené účastníky.



Pokud Vás toto téma zaujalo, doporučujeme k dalšímu poznávání zejména tyto zdroje: Stránky ČESON <http://www.ceson.org> a stránky ČSOP Nyctalus <http://www.nyctalus.cz>

K. Brunclíková/H. Jahelková

P. S.: O autorce a varia

Mgr. Helena Jahelková, Ph.D., vystudovala zoologii na PřF UK a netopýry si jako svou specializaci vybrala už v roce 1999. Je členkou ČESON a v roce 2006 spoluzakládala organizaci ČSOP Nyctalus. Zabývá se také chovem Československého vlčáka.

Na netopýří noci participovali dobrovolníci (Zuzka, Soňa, Ondra, Jirka) a finančně akci podpořili ZO SZ Dobřichovice. Za propagaci a poskytnutí zázemí a projektoru děkujeme městu Dobřichovice, za propagaci také děkujeme časopisu Kukátko a Dobřichovice. info. Za bezvadnou reportáž děkujeme Dobnet TV

(<http://idobnet.cz/video-netopyri-se-predvedli-na-zamku-v-dobrichovicich/>). Za zapůjčení plátna děkujeme paní Magdě Havlíkové.

PSYCHOSOMATIKA

znovu a trochu jinak

Již dříve jsme na stránkách tohoto časopisu o psychosomatice psali, jednak obecně, ale také v souvislosti s různými programy, které probíhají v Centru komplexní péče Dobřichovice. V tomto článku se budeme více věnovat podrobnému psychosomatickému vyšetření, které nyní nově upravené nabízíme pacientům v Centrech komplexní péče (v Dobřichovicích a Praze).

O čem je psychosomatika?

V posledních letech se o psychosomatice píše častěji a nám se zdá, že i mezi lidmi se tento pojem používá běžněji. Většinou se tento pohled vysvětluje ve smyslu „bio-psycho-sociálního“ přístupu k onemocnění. V tomto smyslu je nemoc chápána jako děj, který vzniká v souvislostech a ve vzájemném propojení tělesných a psychických stavů a sociálních okolností, ve kterých žijeme.

Sociálními okolnostmi nejsou pouze vztahy, které prožíváme, ale i to, jak nás ovlivňuje celospolečenské „klima“, různé společenské tendence a tlaky a také například míra našeho finančního a materiálního zabezpečení. Velmi důležitým faktorem pro naše zdraví je stav životního prostředí, ve kterém žijeme a pracujeme. V neposlední řadě je pro uchopení zdraví a nemoci zásadní duchovní rozměr našeho života. Je důležité vědět, že nejsou podstatné pouze faktické okolnosti, ale i to, jak MY SAMI k daným okolnostem přistupujeme, jak je vnímáme a jak si je pro sebe zpracováváme.

Tímto pohledem jen málokdy chápeme nemoc jako důsledek disharmonie pouze v jediné z těchto oblastí. Daleko častěji je nemoc projevem prolínání různých vlivů,

v různém poměru a důležitosti. S tímto přístupem pak souvisí i pohled na léčbu, která není zaměřena pouze na fungování těla (somatickou stránku), ale obrací se i k dalším oblastem našeho života. Léčba v psychosomatickém pohledu by měla záviset na zhodnocení celé situace pacienta, odhadnutí těch hlavních problematických okolností, ke kterým máme dosah, zvážení možností jejich změny nebo změny postoje k nim.

Přestože se o psychosomatice více mluví a píše až v posledních letech, nevidíme psychosomatický pohled na nemoc jako něco, co vzniklo teprve před několika lety nebo jako objev něčeho nového. To společenská situace a vývoj v naší zemi postupně umožňují, že se o tomto přístupu veřejně mluví, píše a že mohou vznikat pracoviště i vzdělávací postupy zaměřené na psychosomatiku.

Jsme přesvědčeni, že i dříve se zde lidé dělili do různých skupin podle náhledu na své zdraví a stonání. Někteří chápali nemoc pouze ve smyslu poruchy fungování tělesných funkcí, bez spojitosti „se sebou“ a s celým svým dalším životem. Ale jiní uvažovali o svém stonání v širším smyslu. Ptali se: „Proč jsem onemocněl zrovna teď?“ „Má moje nemoc souvislost s něčím důležitým, co se odehrává v mém životě?“ „Můžu něco změnit, abych se uzdravil?“ Přesto tito pacienti své otázky většinou k lékařům nepřinášeli. A podobně je to u lékařů a dalších zdravotnických pracovníků. Vždy existovali a budou existovat lékaři, kteří léčbu chápou pouze jako „opravu“ porušené tělesné funkce nebo orgánu bez komplexnějšího pohledu na pacienta. Ale

také jsou zde lékaři, kteří viděli a vidí pacienta celostně. Problém byl (a částečně je), že v lékařských školách se o psychosomatice neučilo. Lékaři nebyli vedeni k širším rozhovorům s pacienty a ani čas vymezený na pacienta v ordinaci jim to neumožňoval. To ale neznamená, že si mnoho lékařů v určitých případech tiše nemyslelo, že obtíž pacienta bude spojená s něčím v jeho životě...! Avšak měli pocit, že zasahovat do této sféry nemají dovoleno nebo že tyto obtíže neumí řešit. Mohli si též uvědomovat, že nemají dostatek času a kompetencí na řešení tak složitých problémů. Velmi často se obávali také toho, že by se mohli nevhodným způsobem pacienta dotknout nebo ho citově zranit. A tak máme v nynější době pocit, že psychosomatika není nic nového, že jen tiše plula pod povrchem a občas se jí někdo víc a někdo méně dotýkal. A že u pacienta i lékaře bývala i dříve často vnímána, ale tiše mýjena...

Pokud se lékař, např. rehabilitační, chce věnovat psychosomatice, má možnost se dozdělovat i v dalších psychologicko-sociálních oblastech, a tím se v jeho vzdělání vytváří důležitý znalostní přesah. Přesto ale nemůže plně nahradit odborníky z těchto oborů. A současně by měl zůstat rehabilitačním lékařem, tedy odborníkem ve svém základním oboru. Rozšíření svého vzdělání a pohledu mohou postupně získat různí zdravotníci, vždy však zůstanou (v dobrém) limitováni svojí základní odborností.

Současně s vědomím důležitosti širšího pohledu na stonání pacientů jsme si vědomi, že je nutné dát velký pozor na takzvanou „psychologizaci medicíny“. Tento jev znamená, že chybně dochází ke zjednodušenému převádění tělesných problémů na konstatování, že „jsou prostě od hlavy“! Součástí tohoto problematického jevu jsou i zjednodušující interpretace obtíží pacienta, nedokonalé diagnostikování a přerušování opodstatněné medicínské

léčby tělesného a v případě psychiatrických diagnóz i psychického problému. To nejobtížnější, ale současně nejdůležitější, je v komplexní diagnostice a léčbě zůstat u chápání nemoci jako kombinace a prolínání všech zmíněných oblastí.

Myslíme si, že by bylo velmi dobré, kdyby vedle sebe mohla existovat různá medicínská zařízení – oddělení pro akutní medicínu, úzce specializovaná odborná centra, běžná nemocniční oddělení a odborné ambulance, obvodní lékaři a spolu s nimi také psychosomatická pracoviště. Je samozřejmé, že míra komplexního psychosomatického přístupu k pacientům se v jednotlivých zařízeních bude lišit. Pro pacienty by bylo velmi přínosné, kdyby se vzájemně tato zařízení respektovala a doplňovala.

Co je to Komplexní psychosomatické vyšetření?

Toto podrobné a poměrně dlouhé vyšetření, které provádí několik odborníků, nabízíme v Centrech komplexní péče právě z důvodu získání co nejcelistvějšího pohledu na pacienta a jeho obtíže. Psychosomatický přístup má v sobě potřebu komplexního pohledu na stonání pacienta.

Pro koho jsou tato vyšetření určena?

Tato komplexní vyšetření provádíme nejčastěji u pacientů s pohybovými problémy. Většinou se jedná o pacienty primárně s ortopedickými, neurologickými, revmatologickými i interními diagnózami. Často přicházejí na vyšetření pacienti s takzvanými „funkčními poruchami pohybového systému“, u kterých se žádný abnormální nálezný při vyšetření nenachází. Vyšetřujeme a dále pracujeme i s pacienty, kteří mají jiná onemocnění, například z oborů gynekologie, urologie, ORL, kožní a dalších oborů. Zde ale potřebujeme, aby pacienti byli vyšetřeni a vedeni v příslušných odborných ordinacích a donesli nám

jasnou dokumentaci od svých specialistů, protože naši lékaři nemohou plně nahradit odborné lékařské vyšetření v oborech, ve kterých specializaci nemají.

Obecně platí, že tato komplexní psychosomatická vyšetření nejsou vhodná pro pacienty v akutní fázi onemocnění. Z organizačního hlediska nejsme schopni zařídit tak složité vyšetření do několika dnů a z hlediska léčebného je v této fázi většinou vhodnější standardní léčebný postup. Nejčastěji se tedy na tento typ vyšetření objednávají pacienti s chronickými, opakujícími se nebo nejasnými obtížemi. Setkáváme se ale také s pacienty, kteří se objednají proto, že mají zájem pochopit více o svém akutním onemocnění, které již v nich proběhlo. Mají v daný moment od nemoci určitý odstup a zajímají se o souvislosti svého stonání ve smyslu prevence a předcházení jeho opakování. Může to být pro někoho překvapivé, ale psychosomatický přístup se nepoužívá pouze u nemoci v klasickém slova smyslu, ale můžeme jej využít například také u poružových stavů.

Co se týká věkového rozpětí, vyšetřujeme dospělé i děti. V případě vyšetření dětí je vhodné, pokud se dostaví oba rodiče, v ještě lepším případě celá rodina. Pokud toto není možné, pak postačí přítomnost jen jednoho z rodičů.

Jak toto vyšetření probíhá?

Pacient je postupně vyšetřen lékařem, fyzioterapeutem a psychologem. Vzhledem k náročnosti pro pacienta jsou tato vyšetření většinou prováděna ve dvou dnech v kratším odstupu. Na vyšetření je vyhrazeno poměrně hodně času, a proto je možné probrat souvislosti a okolnosti nemoci více do hloubky. Následně po individuálních vyšetřeních je naplánována týmová schůzka mezi lékařem, psychologem a fyzioterapeutem. V rámci tohoto se-

tkání nedochází pouze k vzájemné výměně informací mezi jednotlivými odborníky. Ale pravidelně zde vzniká ucelenější a pro každého z účastníků v něm zcela nová a překvapivá pohled na pacientovy obtíže. V souvislosti s tímto pohledem se společně vytváří návrh léčebných postupů. Po týmovém setkání odborníků následuje výstupní setkání s pacientem, nejčastěji za účasti psychologa a lékaře. V rámci tohoto setkání pacientovi sdělujeme naše pohledy, podněty a názory na jeho problém a předkládáme mu náš návrh léčby. Následuje zásadní část vyšetření, kdy sám pacient sděluje, jak vnímá naše závěry a doporučenou léčbu. Co mu z nabízených návrhů připadá jako smysluplné, ale také, co se mu jako smysluplné nejeví... Pacient se vyjadřuje k tomu, na jaké úkoly se z různých důvodů cítí být připravený, ale také k tomu, co zatím nezvládne. Domlouváme se s ním, co si nyní v rámci léčebné cesty může nebo nemůže dovolit, například finančně, organizačně nebo ze zdravotního hlediska... Teprve poté společně dokončíme plán léčby, se kterým pacient od nás odchází.

Jak probíhá následná léčba?

Plán léčby, který vzniká, bývá velmi různorodý. Nejčastěji kombinujeme různé terapeutické postupy v rámci našeho zařízení. Hlavní cestou pak je komplexní léčba vedená lékařem s psychosomatickým přístupem. Součástí léčby bývá individuální a skupinová fyzioterapie vedená fyzioterapeutem. Velmi často bývá navržena individuální psychoterapie vedená klinickým psychologem. Důležitou součástí léčby bývají speciální postupy, v rámci kterých terapeut pracuje s tělem pacienta s hlavním cílem ovlivnit psychické prožívání. Do těchto postupů patří pohybová terapie, bioenergetika, bodyterapie a různé druhy celostních masáží. V rámci léčby využívá-

me také možnosti nutriční terapie a nově také arteterapie. V případě potřeby kombinujeme léčbu s jinými postupy vedenými mimo naše zařízení a to tak, jak to situace pacienta vyžaduje.

Pro představu takových kombinovaných terapií uvedeme dva příklady z posledního období.

Příběh: „ V sevření vlastních svalů“

Na jaře tohoto roku se na komplexní psychosomatické vyšetření objednal padesátiletý pacient z Jižních Čech. Jeho obtíže začaly již kolem roku 2011 v období těžkého pracovního stresu, který po určité době ustoupil. Obtíže však zůstaly a dokonce se ještě horšily. Jednalo se o bolesti v oblasti celé páteře a hrudníku s netypickými pocity nesnesitelného stažení a napětí. Zhoršovalo se psychické ladění pacienta. Trpěl úzkostně depresivními stavy, měl nucení stále přemýšlet o svých problémech, občas cítil silnou podrážděnost a tyto stavy se začaly negativně odrážet na jeho prožívání rodinných i jiných vztahů. V průběhu 5 let trvání těchto obtíží byl velmi podrobně vyšetřen, ale nenašel se žádný významnější nálezný, který by obtíže vysvětlil. V průběhu tohoto období docházel 1 rok na individuální psychoterapii ve frekvenci jednou až dvakrát za měsíc, ale tuto léčbu pacient přerušil.

Během našeho vyšetření lékař, ve shodě s předchozími vyšetřeními lékařů, neviděl jako důvod obtíží nějaký abnormální strukturální nálezný. Spolu s fyzioterapeutem se však při vyšetření shodovali na významné poruše funkce v pohybovém systému. Tato funkční porucha se projevovala stálým zvýšeným svalovým napětím s nemožností toto napětí uvolnit (relaxovat), svalovou nerovnováhou a poruchou dechových pohybů. Lékař zjistil také významné údaje z režimu pacienta, které byly velmi důležité z hlediska obtíží pacienta - nepravidelný

stravovací a pitný režim, konzumaci vyššího množství alkoholu a kávy, nedostatek spánku a zcela nevhodnou pohybovou kompenzaci (pouze jednostranné posilovací cvičení). Lékař spolu s psychologem vyhodnotili aktuální psychický stav pacienta jako závažný v tom smyslu, že úzkostně depresivní ladění pacienta a jeho ulpívanost na problémech blokují zlepšení jeho zdravotního stavu. Psycholog nezjistil vyšší aktuální stresovou zátěž, ale díky těžším zátěžovým situacím v původní rodině pacienta, předpokládal možnou vyšší citlivost a obtížnější zvládnání stresových situací.

Po společném závěrečném sezení byla naplánována léčba. Pacientovi byla lékařem nasazena nízká antidepresivní medikace. Současně mu byly doporučeny konkrétní režimové změny, které začal zodpovědně realizovat a dodržovat. Vzhledem k tomu, že bydlí poměrně daleko a nemá možnost pravidelné ambulantní léčby, byl naplánován v kratším odstupu týdenní léčebný pobyt. Účelem týdenního pobytu bylo počáteční intenzivní ovlivnění tělesného i psychického stavu pacienta s možností jej lépe poznat a dále ho v léčbě velmi cíleně směřovat. Pobyt v našem zařízení vnímal velmi kladně a došlo k výraznému zlepšení jeho zdravotního stavu. Z vyzkoušených metod a přístupů bylo pak společně vybráno to, co mu nejvíce vyhovovalo. Tuto léčbu si našel a dochází na ni v místě svého bydliště. Do našeho zařízení přijíždí nyní v delších intervalech k fyzioterapeutovi a k lékaři. Svůj stav hodnotí jako 90% zlepšení jak v oblasti tělesné, tak i psychické, funguje kvalitně v rodině i práci a vrátil se k pestřejším sportovním aktivitám. Současně uvažuje o doporučení k návratu do individuální psychoterapie v místě bydliště, kterou bychom viděli jako velmi vhodnou pro postupné zpevnění psychiky a jako možnost bezpečně vysadit nízkou antidepresivní medikaci.

Příběh: „Pohyb a výkon bez ohledu na své tělo“

Druhý příklad je velmi odlišný. Jednalo se o čtyřicetiletou pacientku z okolí Prahy, která se k nám objedнала pro bolesti dolních zad s vystřelováním do dolní končetiny trvající přibližně 4 měsíce. Její otázkou a pravděpodobně i přáním bylo, zda by mohly být její obtíže psychosomatického původu.

Během komplexního psychosomatického vyšetření bylo zjištěno, že pacientka je dobře vyšetřená a vedená v jiném ortopedickém a rehabilitačním zařízení. Výsledky předchozích vyšetření potvrzovaly podstatný výhřez meziobratlové ploténky na bederní páteři, který byl jistě hlavní příčinou jejich současných bolestí. V tomto poměrně mladém věku měla také pokročilou artrózu na obou kyčelních kloubech. Vývoj tohoto nálezu jsme dávali do souvislosti s faktem, že po narození byla pacientka jako miminko léčena pro špatné vyvinutí kyčelních kloubů a v těchto případech se někdy artritické změny objeví dříve. Samotné kyčelní klouby bolely pacientku však jen mírně, hlavní význam tohoto nálezu byl v tom, že díky omezené pohyblivosti v kyčlích docházelo při pohybu k přetěžování celé bederní páteře. Fyzioterapeut spolu s lékařem viděli v projevu jejího pohybového systému i významnou funkční složku obtíží, kterou by bylo možné zlepšit rehabilitačními postupy. Zjistili však, že pacientka dochází na kvalitní rehabilitaci, kde byla adekvátně a vhodně instruuována k samostatnému cvičení.

Po stránce psychické se pacientka cítila čím dál vyčerpanější a objevovalo se u ní významné kolísání nálad. Zároveň nebyla schopna slevit ze svého velmi nabitého programu – zastávala vedoucí pracovní pozici a chystala se na další pracovní změnu s ještě vyššími nároky, fungovala napl-

no v širší rodině a i při bolestech usilovala o pohyb a sport. Cítili jsme, že její prioritou je všechny tyto věci dělat dále beze změny, ve stejné intenzitě.

Při společném podrobném mapování její historie vyšlo najevo, jakým způsobem byla jako miminko a batole léčena pro špatný vývoj kyčlí. Byla 2 až 3 roky polohována ve zvláštním strojků a podle vyprávění její maminky to velmi špatně snášela a „byl to s ní prý pořádný boj“. Bránila se omezení a chtěla se i se „strojčkem“ jakkoliv pohybovat! Líčila, že později v celém životě, přestože měla doporučeno nepřetěžovat kyčelní klouby, byl pohyb její nutností! Později ji už nikdo neuhlídál a ona se snažila dělat stejné sporty jako její vrstevníci, milovala výlety a tanec, charakterizovala ji potřeba změny a potřeba jít stále dopředu. Tento způsob léčby malých dětí s fixovanou polohou ve strojků umožní zlepšení vrozené vady – a to je jistě velmi důležité. Na druhou stranu může tímto omezením dojít k narušení ideálního vývoje pohybových stereotypů dítěte. Současně může dojít k tomu, že se tato zkušenost může odrazit v hlubší neuvědomované vrstvě psychiky člověka a projevat se v jeho chování a zacházení se sebou samým v dospělém věku. V tomto konkrétním případě šlo o chování pacientky, v rámci kterého bylo pro ni velmi obtížné respektovat skutečná strukturální omezení na kyčlích a páteři, přizpůsobit svoji zátěž daným podmínkám, snížit svou vysokou celoživotní aktivitu, zpomalit a na chvíli se zastavit. Naše léčebné doporučení tedy bylo pokračovat v rehabilitační a ortopedické léčbě tam, kde byla dosud dobře vedena. Jako doplnění rehabilitace byly doporučeny techniky zaměřené na klidné a soustředěné vnímání vlastního těla a pohybu. V našem zařízení jsme se věnovali psychické složce obtíží pacientky. Psycholog a částečně lékař s pacientkou pracovali

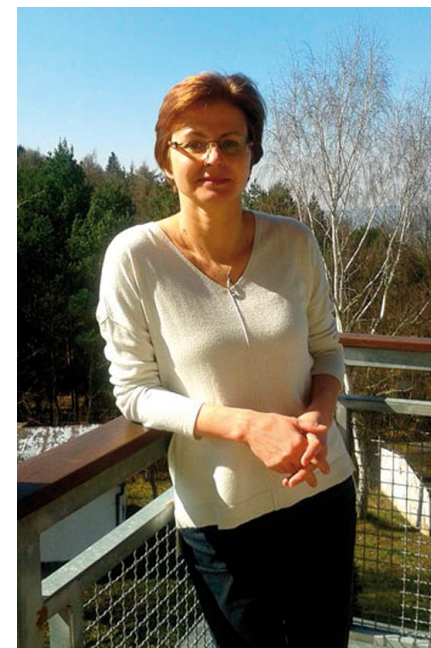
na změně přístupu k sobě samé, ke svým možnostem, k přijetí opravdových současných limitů a jejich nepopírání. Společně hledali možnosti, jak by bylo možné, aby pacientka pochopila své dosavadní tendence a způsoby zacházení se sebou v souvislosti s prožitými událostmi a emocemi z dětství. Pacientka začala postupně svůj přístup měnit a bolesti zad se začaly zlepšovat. Odhadujeme, že obtíže se zády se díky tomuto přístupu podaří zvládnout bez operačního řešení. Současně však musíme potvrdit odhad našich kolegů, že strukturální nálezy na kyčlích je tak závažný, že pacientku s největší pravděpodobností čekají operace s náhradou kyčelních kloubů. Přesto a právě proto nám změna přístupu ze strany pacientky přišla velmi důležitá. Operaci kyčelních kloubů se sice pacientka nevyhne, ale celý proces psychosomatické léčby je

velmi důležitý i z hlediska prevence přetížení umělých kyčelních kloubů pacientky v budoucnu.

Závěrem

Věříme, že doplnění současných klasických medicínských postupů o tento komplexní psychosomatický přístup má smysl a v některých případech je velmi klíčový. Někdy je výsledkem tohoto přístupu plný ústup obtíží, někdy dochází ke snížení obtíží nebo ke zlepšení tolerance k příznakům. Velmi často vede tento přístup k zásadní prevenci vzniku dalších příznaků. Milí čtenáři, kolektiv Centra komplexní péče Dobřichovice Vám do nového roku přeje kromě mnoha radostí a úspěchů zejména pevné zdraví. Pokud byste ale v příštím roce potřebovali, rádi Vás v našem zařízení ošetříme.

MUDr. Barbora Danielová



O autorce:

MUDr. Barbora Danielová je lékařka s atestací z rehabilitačního lékařství a neurologie a se zvláštní odbornou způsobilostí v oboru psychosomatika. V léčbě pacientů používá komplexní přístup. Za základ považuje klasické medicínské zhodnocení problému s navržením léčby, režimová a ergonomická opatření. V případě potřeby a zájmu se spolu s pacientem věnuje psychosociálním okolnostem onemocnění se zvážením možností jejich ovlivnění. V Centru komplexní péče Dobřichovice vyšetřuje dospělé pacienty a větší děti (cca od 10 let) zejména s různými obtížemi pohybového systému, bolestivými stavy či neurologickými onemocněními. Účastní se Komplexních psychosomatických vyšetření.

POTĚŠTE CHUŤOVÉ A MOZKOVÉ BUŇKY ZÁROVEŇ

Říká se, že láska prochází žaludkem. Bez pochyby na tom něco bude, když se toto úsloví předává z generace na generaci již tak dlouho. Dnes už je všeobecně známá i skutečnost, že také naše zdraví úzce souvisí s jídlem. Většinou se ale v této souvislosti mluví zejména o obezitě a cestách, jak zhubnout, případně o tom, co jíst, když máme na některé potraviny např. alergii. Méně často, spíše zřídka, se ale dočtete o tom, jak strava ovlivňuje fungování mozku. Vzhledem ke své profesi trenérky paměti jsem se proto rozhodla zaměřit před Vánoce, časem hodování, pozornost právě tímto směrem.

Lidský mozek je nejsložitějším orgánem v našem těle, který kromě toho, že řídí prakticky vše, je také jedním velkým úložištěm informací. Centrum naší paměti, náš hard disk. Aby dobře fungoval, potřebuje mít zdravé nervové buňky a ty zase potřebují vitaminy, mastné kyseliny a pravidelný „úklid“ pomocí antioxidantů. Naše strava by proto měla obsahovat od každého trošku, a tak se pojďme podívat podrobněji, co vlastně jíme.

Červené maso je bohaté na bílkoviny a železo. Bílkoviny jsou zdrojem neurotransmiterů, tedy látek, které přenášejí vzruchy mezi jednotlivými nervovými buňkami, a mají tak vliv na zpracování informací i jejich uložení. Železo je důležité pro přenos kyslíku krví. A jak víme, dobře okysličenému mozku se dobře pracuje. Tyto látky ale nejsou jen výsadou masa. Jsou obsaženy také v luštěninách či žlutku, na železo je bohaté i zelí nebo květák.

Zcela vyhýbat bychom se neměli ani sacharidům (cukrům), protože jsou zdrojem energie pro mozek. Proto si bez výčitek dopřejte o Vánocích i cukroví. Mějte ale stále na paměti ono okřídlené „všeho s mírou“. Součástí zdravé stravy by měly být i tuky, díky kterým jsou našemu tělu přístupné vitaminy A, D, E a K. Vhodnější jsou ale rostlinné tuky, případně rybí. Vzpomínáte, jak ve filmu Obecná škola dostává Eda pravidelně lžici rybího tuku, aby byl chytřejší? No, moc si jistě nepochutnal, ale neopodstatněné to nebylo. Mořské ryby jako jsou makrela, losos nebo tuňák obsahují omega-3 mastné kyseliny, které podporují správné fungování neuronů.

Již zmíněný vitamin E je důležitým antioxidantem a – obrazně řečeno – pomáhá v našem mozku uklízet. Našemu tělu je přístupný tak, že se rozpouští v tucích. Nejjednodušší cestou, jak ho tělu dopřát, je, že zařadíme do jídelníčku ořechy nebo např. slunečnicová semínka. Obojí je bohaté jak na vitamin E, tak na tuky, a proto nemusíte vymýšlet žádné další kombinace.

Dalším dobrým zdrojem vitaminů je zelená listová zelenina – špenát či kapusta, ale také brokolice. Obsahují také kyselinu listovou, která chrání náš mozek tím, že snižuje hladinu homocysteinu, látky způsobující odumírání nervových buněk v krvi.

V tomto ročním období se snad každý z nás snaží zvýšit příjem vitamínu C, aby na nás nemohla žádná viróza. Méně už se ale ví, že vitamin C je důležitý antioxidant, který zabraňuje poškozování nervových

buněk kyslíkovými radikály, a snižuje tak riziko rozvoje Alzheimerovy nemoci. Takže si neváhejte pochutnat na čerstvém ovoci, zelenině, ale také bramborách. V létě si dopřejte borůvky, maliny či jahody. I ty jsou totiž bohaté na antioxidanty.

Na podzim a v zimě se naše tělo často potýká s nedostatkem vitaminů skupiny B. Jsou to vitaminy velmi důležité pro správné celkové fungování nervové soustavy a obecně mají vliv na kvalitu naší duševní činnosti. Pokud na vás tedy padá podzimní splín, zkuste do svého jídelníčku zařadit např. obilné klíčky, vnitřnosti či více listové zeleniny. Bohaté na vitaminy B jsou také žlutek, kvasnice, ořechy, luštěniny nebo ryby.

Uvědomit si, které látky jsou pro náš mozek potřebné a naší paměti nápomocné, je bezpochyby důležité. Možná si teď ale říkáte, jak tento výčet přetavit do praxe ... Co třeba takto: ráno **k snídani** si dám müsli (ořechy = tuky a vitamin E, ovesné vločky = vláknina a zinek, sušené ovoce = cukry

a hořčík zlepšující paměť a myšlení) s jogurtem (bílkoviny a vitaminy skupiny B). **Na oběd** si pochutnám na lososovi (omega-3 mastné kyseliny) s brokolicí (vitamin E a kyselina listová) a bramborami (vitamin C). **Na večeři** si pak mohu dát např. zeleninovou polévku s červenou čočkou (bílkoviny, železo). Během dne si dám dopoledne čerstvé jablko, odpoledne ke kávě například lehký dezert s ovocem nebo nějaký ten kousek oříškového cukroví.

Už to vypadá o něco srozumitelněji, vidíte? Pro dobré fungování naší paměti je velmi důležitá i psychická pohoda. Proto vařte a jezte s radostí a zkuste vzít pestrý jídelníček jako rébus s praktickým přínosem. A snadno se pak dostanete i zpátky k tomu, že láska prochází žaludkem.

Do nového roku, který už je takřka za dveřmi, Vám proto přeji mnoho radosti, hravosti, zdraví a lásky.

Ing. Hana Habartová, trenérka paměti

www.barevnystrom.cz

www.pametvpohode.cz

PAMĚTNÍ KNIHA OBECNÉ ŠKOLY V DOBŘICHOVICÍCH pokračování

V podzimním čísle jsme se probírali zápisy ze školního roku 1914/1915 a stručnými poznámkami z let válečných. Zápisy navazují až v roce 1919.

Školní rok 1919/1920 – pětiletá škola smíšená (16. 9. 1919 – 30. 6. 1920)

Stav žactva: začátek škol. roku – 321 dětí; konec škol. roku – 298 dětí. Do jiných škol přestoupilo 42 dětí.

Stručný výpis událostí a významných výročí:

- 28. 10. výročí osvobození našeho národa
- 4. 2. 100. výročí narození Boženy Němcové
- 7. 3. oslava 70. narozenin presidenta Masaryka
- 4. 4. stromková slavnost – byly sázeny pamětní stromy
- 1. 5. národní svátek
- 12. 5. 100. výročí narození Josefa Mánesa
- 27. 5. Masaryk zvolen podruhé prezidentem republiky
- 5. 6. 85. narozeniny Adolfa Heyduka
- 12. 6. školní výlet k Svatém Janu pod Skalou
- Červen VII. všesokolský slet v Praze

VII. slet trval několik týdnů, hlavní cvičební část 27. – 30. června 1920. Konal se na Letné, cvičební plocha 128 669 m², tribuny pro 150 000 diváků; 50 0000 cvi-



Pan učitel Frýdl ve třídě

čenců včetně armády, poprvé vystoupily ženy. Na hlavní tribuně přihlíželi manželé Masarykovi.

Z peněžní částky vybrané na stromkové slavnosti bylo předáno Krejcarovému spolku 1 000.- K na učební pomůcky, hlavně mapy. Zásluhou spolku získaly všechny děti školní potřeby. Dalších 200.- K dostala škola pro své nejnnutnější potřeby. Od 1. 11. do konce škol. roku bylo vyučováno s jednoduchou frekvencí pro úsporu uhlí a nedostatek chleba k obědu pro přespolní

děti. Zdraví žactva bylo uspokojivé až na: kašel, vyrážky, svrab, průšnice a spalničky. Dobrodinec školy, továrník Hynek Putz, daroval 250.- K na knihy pro chudé, stromkovou slavnost a školní výlet.

21. 12. zemřela Milada Kospertová, dcera zdejšího řídícího učitele Josefa Kosperta. Několik měsíců učila na zdejší škole jako výpomocná síla. Je pochovaná na hřbitově v Karlíku.

Byla zvolena nová školní rada. Skládala se z 5 zástupců z Dobřichovic a po jednom z přiškolených obcí. Novým okr. škol. inspektorem se stal Augustin Matolín z Rychnova n / Kněžnou. O prázdninách odchází pan řídící Kospert na svou žádost do Vokovic. Poděkoval celému sboru za přízeň s přáním, aby na něho i jeho rodinu v dobrém vzpomínali. Jeho závěrečný vzkaz zněl: „Buďte, přátelé, Vy i Vaši milí, zdraví!“

Školní rok 1920 / 1921

Po odchodu správce školy J. Kosperta byl zatímní správou školy ustanoven Hugo Švéd. H. Švéd (1870 – 1930) se narodil v Mníšku p / Brdy, vystudoval učitelský ústav v Praze. V Dobřichovicích působil mnoho let, hrál na několik nástrojů a celou řadu svých žáků na ně naučil hrát. Zemřel po krátké nemoci v Letech na svém statku. Letos byly zavedeny nepovinné chlapec-ké ruční práce a přednášky se světelnými obrazy. Školní knihovna byla zrevidována

a nově uspořádána. Vznikla nová místní škol. rada: za místní občany v ní zasedli: J. Brodecký, předseda, M. Novák, B. Svoboda, za Lety F. Malý, pokladník, za Vonoklasy L. Cícvárek a za Karlík jako náhradník R. Velebil. Školu zastupovali: H. Švéd a A. Frýdl, jednatel. Rada 16. března 1921 složila slib do rukou místopředsedského rady Komerse, přednosta okr. politické správy na Smíchově. Rada se osamostatnila v úřadování i v účtování. Scházela se ve škole nebo na Staré poště. Školní zahrada byla věnována dětem, aby ji ošetřovaly a výpěstky si rozdělily. Byt řídícího učitele byl pronajat p. B. Bartůnkovi, vrchnímu četnickému strážmistru. Na konci školního roku byl uspořádán výlet do Karlova Týna.

Učitelství sbor podal oznámení k soudu na pěstounku, která nelidsky týrala svou svěřenku, žačku 5. třídy. Pěstounka byla přísně potrestána.

Jelikož zápis z tohoto roku byl hodně stručný, nechala jsem si v archivu předložit třídní výkazy z roku 1920/1921, abychom si učinili alespoň povšechnou představu o chodu školy. Vysvědčení se nazývalo Školní zpráva a klasifikace byla zapisována každé čtvrtletí. Kromě mravů a prospěchu se klasifikovala i pilnost a vnější úprava písemných prací. Stupnice pro mravy: 1. chvalitebné 2. uspokojivé 3. zákonné 4. méně zákonné 5. nezákonné. Stupnice prospěchu: 1. velmi dobrý 2. dobrý 3. dostatečný 4. sotva dostatečný 5. nedostatečný. Stupnice pro pilnost: 1. vytrvalý 2. náležitá 3. dostatečná 4. nestálá 5. nepatrná. Stupnice pro úpravu písemností: 1. velmi úhledná 2. úhledná 3. méně úhledná 4. neúhledná 5. nedbalá. Zameškané vyučování se počítalo v půldnech.

Vyučovací předměty v 5. třídě: čtení, psaní, pravopis a mluvnice, sloh, zeměpis a dějepis, přírodopis, přírodopis, počty a měřičství, kreslení, tělocvik.



Gen. Maurice Pellé na sletu v Praze

1. třída: třídní učitel František Bobek, náboženství vyučoval P. Josef Hradec. Počet žáků: na začátku škol. roku – 56 žáků – 24 chlapců a 32 děvčat na konci škol. roku – 55 žáků – 25 chlapců a 30 děvčat

2. třída: třídní učitel Hugo Švéd, náboženství vyučoval P. Josef Hradec. Počet žáků: na začátku škol. roku – 45 žáků – 25 chlapců a 20 děvčat na konci škol. roku – 49 žáků – 28 chlapců a 21 děvčat

3. třída: třídní učitel Antonín Frýdl, náboženství vyučoval P. Josef Hradec. Počet žáků: na začátku škol. roku – 52 žáků – 29 chlapců a 23 děvčat na konci škol. roku – 52 žáků – 28 chlapců a 24 děvčat

Ve třídě vyučovaly učitelky Fröhlichová a Šimáčková.

4. třída: třídní učitel Karel Pokorný, náboženství vyučoval P. Josef Hradec. Počet žáků: na začátku škol. roku – 68 žáků – 31 chlapců a 37 děvčat na konci škol. roku – 67 žáků – 32 chlapců a 35 děvčat



Školní třída patrně z r. 1919 - Dobřichovice

Ve třídě vyučovaly učitelky Fröhlichová a Šimáčková.

5. třída: třídní učitel František Vyhnal, náboženství vyučoval P. Josef Hradec. Počet žáků: na začátku škol. roku – 84 žáků – 43 chlapců a 41 děvčat na konci škol. roku – 64 žáků – 33 chlapců a 31 děvčat
Ve třídě vyučovala učitelka Fröhlichová.

Učitelky bývaly svobodné, v r. 1919 byl zrušen celibát pro aprobované učitelky a teprve v r. 1928 pro všechny učitelky bez výjimky.

Škola měla, jak již víme, až do r. 1935 pouze 5 učeben, z nichž jen 2 měly větší rozměry. Žáků ve třídě bylo mnoho a nedovedu si představit, že by se vešli do jedné učebny. Z kroniky se nedozvíme, jak probíhalo vyučování; zda vznikla jednotlivá oddělení, zda se učilo střídavě, případně v najatých místnostech v obci. Z pozdější doby víme, že se například vyučovalo ve statku č. 44 u Zýků. Obec už od r. 1920 usiluje o postavení dalších učeben, ale ekonomické poměry ve státě i v samotné obci to nedovolují. Ze zápisů o schůzích obecního zastupitelstva z té doby se do-

zvídáme o neutěšeném stavu obecních financí, o pronájmu obecních pozemků, zvyšování různých poplatků, o milodarech a podporách pro chudé almužníky a studenty, o obecních dlužích na daních pro berní úřad, o odmítání různých proseb o finanční příspěvek jednotlivcům i organizacím, odmítání nabídek odběru rozličných časopisů apod. Stále platí přidělový systém na potraviny, šatstvo, uhlí a dříví. Také škola pociťuje nedostatek peněz a snaží se získat podporu pro chudé děti a zajistit jim školní pomůcky z darů bohatších jednotlivců, či pořádáním mimoškolních akcí. Učitelé musí čelit nepravidelné docházce na vyučování a neomluveným hodinám, posílají rodičům či jejich opatrovníkům tzv. Připomenutí o zameškaných půldnech a o smyslu výuky. Při soustavné absenci dochází i k zavedení trestního řízení. Po válce dochází ke značné migraci obyvatelstva, hledání bydlení a obživy. Školáci přicházejí a odcházejí během škol. roku. Mnoho rodin je neúplných, otcové padli na frontách, je i dost válečných sirotků, kteří jsou dáni do rodin k noclehu a stravě k tzv. stravovatelům, případně k poručníkům a mnohdy se jim vede zle, mají hlad, jsou týráni. Navíc pomáhají v hospodářství. Dochází i k tomu, že pak lžou a kradou, jsou hrubí a násilničtí. Topilo se v násyprných kamnech, pro nedostatek uhlí byly v zimě vyhlášený až 2 měsíce volna a učivo se muselo dohánět. Vždy ve čtvrtek si přišli žáci pro úkoly a odevzdali vypracované zadání z minulého týdne. Bylo to náročné pro všechny, pro učitele, žáky i rodiče. A přesto nám v myslí zůstávají tehdejší černobílé třídní fotografie z konce školního roku s nastrojenými žáky a důstojnými pány učiteli.

*Pokračování příště.
Jana Váňová*

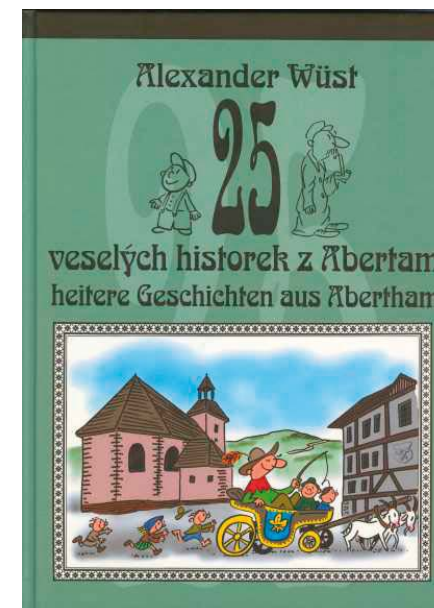
Rozhovor s Petrem Chrdlem, majitelem dobřichovického nakladatelství

KAVA – PECH

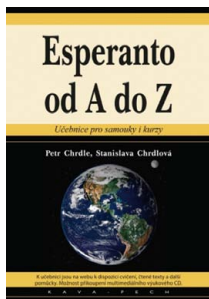
Doc. Dr. Ing. Petr Chrdle, CSc., žije v Dobřichovicích od roku 1990. 20. října jsme měli možnost trochu poznat jeho nakladatelskou činnost při příležitosti „křtu“ nové knihy Emila Caldý, kterou vydal a již představujeme na jiném místě tohoto čísla. Využili jsme této příležitosti a položili mu pár otázek.

Kukátko: Jak dlouho se věnujete vydávání knížek?

P. Chrdle: *Ta otázka není jednoduchá. Vydávat knihy jsem začal vlastně z nutnosti. Protože jsem nikdy neposlouchal rád nadřízené, už v r. 1992 jsem založil „Kongresovou a vzdělávací agenturu Petra Chrdleho“, z čeho mi vyšla používaná zkratka KAVA-PECH, a od té doby si jsem jediným šéfem sám. Ale cítil jsem, že některé z vydávaných sborníků z pořádaných konferencí jsou natolik hodnotné, že by si zasloužily mít ISBN, a tedy být povinně zaregistrovány v katalozích a nevyřaditelně i fyzicky v určených knihovnách. Obcházel jsem nakladatelství a když jsem jim řekl, že chci třeba 80 nebo 120 výtisků, tak se mi buď vysmáli, nebo mi dali tak vysokou cenu, že by na danou konferenci nikdo nepřišel. Teď to zní nevěrohodně, ale musíme si uvědomit, že digitální tisk byl v plenkách a knihy se tiskly výhradně ofsetem, kde je nejdražší příprava stroje, a tedy cena je silně závislá na tištěném množství. Tak jsem se zaregistroval jako nakladatel, obdržel svoji řadu ISBN, zakoupil kopírku a začali jsme vyrábět knihy na koleně. Manželka kopírovala a snášela listy do bloků, já je pak jel nechat slepit, nebo tenčí publikace jsme spíchli sešíváčkou a ořízli na pákové*



řezače (ještě ji mám v garáži). Tato práce nás začala bavit, a tak jsme takto začali vydávat i knihy v esperantu, což byl náš společný koníček. Pak už byl krok k tomu začít dělat i skutečné knihy ve větším množství a distribuovat je prostřednictvím knižní distribuce a knihkupectví. Po dosažení důchodu jsem



opustil všechny ostatní aktivity své agentury, tedy pořádání edukativních akcí a cestovní ruch, a věnuji se už výhradně nakladatelství, svému koníčku. Tomu chci zůstat věrný tak dlouho, dokud mne nezradí zdraví. Ale zpět k Vaší otázce: Výrobou knih se zabývám od roku 1992, ale za nakladatele se považuji tak od roku 1996.

K.: Kolik knih jste již vydal?

P. Ch.: Patřím k malým nakladatelstvím. Pod svým ISBN jsem dosud vydal 180 knih, z toho asi 80 esperantských (učebnice a slovníky esperanta, literaturu psanou esperantem). Proto hned od počátku knihy i exportuji. Sice v malém množství, ale zato do mnoha zemí. Mimochodem, zrovna mne prověřuje agentura Dobrý den, která vydává Českou knihu rekordů – a pravděpodobně budu zapsán jako české nakladatelství exportující do největšího počtu zemí (zatím jsem napočítal 67, ale stále hledám v archivu, určitě to bude víc, samozřejmě hlavně zásluhou knih v esperantu). Ale mimo to se zabývám produkcí knih na zakázku, kterých jsem zhotovil určité srovnatelné množství, většinou pro zahraniční klienty. A protože se nesnažím být nejlevnější, ale mít nejlepší poměr kvality a ceny, vyvážím celé náklady knih zejména do starých evropských zemí: Belgie, Dánska, Francie, Německo, Nizozemsko, nebo Švédsko, kam dodávám knihy pro tři malá nakladatelství (poslední knihy, které jsem tam vyvezl, byly švédská učebnice italštiny a Esperantsko-švédský a švédsko-esperantský slovník). A teď jsem

zrovna předal tiskárně román Trevora Steela v esperantu pro belgické nakladatelství.

K.: Co ve své nakladatelské činnosti preferujete?

P. Ch.: Odpověď zase trochu rozdělím chronologicky. Nejprve jsem nejen preferoval, ale výhradně vydával jenom sborníky z konferencí a kongresů pořádaných mojí kongresovou agenturou. Ve druhé fázi jsme k tomu přidali literaturu psanou esperantem, což už byl koníček. A také v době, kdy se považuji za nakladatele a vydávám knihy pro knižní trh (český a v zahraničí esperantský), se zabývám hlavně tím, co mne baví, a ne co frčí; konkrétně vydávám hodně jazykovou literaturu, samozřejmě se zvláštním zaměřením na esperanto, literaturu faktu, ale i beletrii (z ní hlavně psychologické romány), a protože mám houf vnučat a přes ně i kladný vztah k pohádkám, tak samozřejmě i literaturu dětskou.

K.: Na které knihy z Vaší produkce jste obzvlášť hrdý?

Asi na svůj projekt Slovensko-českého a česko-slovenského slovníku na cesty, který se mi zrodil v hlavě poté, co jsem zjistil, že moji vnuci už nerozumí slovenštině. Jak už název napovídá, jedná se o slovník rozdílných slov a slovních spojení, a to jenom natolik rozdílných, že význam není hned patrný. Takže tam nejsou slova, kde místo českého i je ve slovenštině ie apod., ale jsou-li přeházena písmena, tak ta už ano (mlha-hmla, bedna-debna). Autory jsem našel v Žilině, a nakonec s nimi musel bojovat o rozsahu. Myslil jsem, že to bude tak třicetistránkový sešit, ale když jsem zjistil, že se rozsah blíží dvěma stům stran, stanovil jsem maximální počet 180, aby to zůstal příruční slovník, který se vejde do kapsy. Nakonec to je kompromisních 192 stran. Právě jsem vydal 2000 ks čtvrtého vydání; předtím už se prodalo ve třech vydáních včetně dvou dotisků 15 000 ks, což dokazuje, že má úvaha o potřebnosti takového slovníku byla správná.

Z beletrie je asi nejzajímavější projekt, který jsem dělal ve spolupráci s občanským sdružením Abertamy, „25 veselých historek z Abertam“ od Alexandra Wüsta. Jedná se o trojjazyčnou knihu, která obsahuje jeden originál jediného literárního díla, které kdy bylo napsáno v „abertamštině“ (dialekt němčiny), jednak překlad do němčiny, a také následný překlad do češtiny. Naštěstí se ještě našla v Abertamech stará paní, která abertamskému dialektu rozuměla a bez níž by byla překladatelka do němčiny asi bezradná. Knihu doplnil krásnými ilustracemi jeden z mých „dvorních“ ilustrátorů a můj kamarád Pavel Rak. Samozřejmě takový projekt byl finančně náročný a mohl se zrealizovat jedine díky podporám města Abertamy, Karlovarského kraje, Česko-německého fondu budoucnosti a Krušnohorského spolku Breitenbrunn.

A pokud jde o mé vlastní práce, bezesporu nejbližší mi je učebnice „Esperanto od A do Z“, která je rozvinutím předchozího společného díla s manželkou Stanislavou Chrdlovou „Esperantem za tři měsíce“. Proto zůstala uvedena jako spoluautorka žena, přestože učebnice vyšla letos a ona podlehla rakovině už v roce 2000. Je to učebnice multimediální, papírovou verzi doplňují materiály na internetu, volně přístupné i bez registrace. Ty obsahují cvičení k jednotlivým lekcím, modelově přečtené texty z čítanky na konci učebnice, kvízy, esperantské písně, filmy, a mnoho odkazů na užitečné webové stránky, kde se dají dále rozvíjet znalosti esperanta.

Pokud se chce někdo blíže seznámit s tím, co vydávám, stačí se podívat na www.kava-pech.cz – a také mám v knihovně v Letech stálou výstavku, obsahující část mé knižní produkce.

K.: Proč zrovna knížku Emila Caldy?

P. Ch.: Když se u mne ohlásil pan Calda, jestli bych mu vydal knihu, sestavenou z jeho textů zveřejněných v Kukátku, byl jsem na rozpa-

cích. Na jedné straně bych knihu velmi rád vydal, protože většinu textů jsem znal a věděl jsem, že si knižní vydání zaslouží, a navíc by mne potěšilo mít autora z Dobřichovic (zato mám v regionu jen jednu autorku, Evu Vychodilovou z Černošic). Na druhé straně jsem si ale byl vědom toho, že mám rozděláno už více knih než peněz k dispozici pro jejich realizaci, a proto by na ni došlo kdo ví kdy. Tak jsem mu začal pomalu vysvětlovat situaci, ale autor mne přerušil informací, že počítá s tím, že do projektu vloží vlastní finance odkoupením 500 ks. Potom už šlo vše jako na drátku, věřím že k oboustranné spokojenosti. Jenom mi trochu zamotal hlavu přáním, že by si představoval na obálce pohled na zámek přes Berounku a na řece labutě. Jenže labutě stávkovaly! Sice tady letos jedna rodinka byla, ale nedokázal jsem ji přesvědčit, aby mi připlavala pózovat ke břehu pod jezem. Naštěstí jsem na krásnou labutí rodinku narazil u břehu Hamerského rybníka, tak můj grafik dostal dvě fotky, dobřichovického zámku a břehu s labutěmi na Hamru. A tím jsem mohl panu Caldovi vyhovět i v tomto a na titulní stránce si po Berounce plují labutě hamerské.

Za redakci Kukátka se ptal J. Matl



P. Chrdle na vrcholu Fudži ...

KULTURNÍ PŘEHLED

PROSINEC – ÚNOR 2016

Podrobnější informace najdete na webu Dobřichovic a v Informačním listu.

Výstavy v prosinci

Galerie Bím interiérové objekty designéra, architekta a pedagoga Vlastimila Tesky.

Residence: „20 let mostu“. Výstava fotografií a plánů původního a současného mostu.

Autoři výstavy: Petr Kaplan, Václav Kratochvíl a Andrea Kudrnová

V sobotu 3. prosince v 10:00, Dobřichovický domek

Loutkové divadlo – Kašpárkovy vánoce

V sobotu 10. prosince od 12:00, residence – na nádvoří

Dětský vánoční jarmark

12:00 projížďky na koních, práce na kovadlině se zkušeným kovářem, dílny

13:00 hudební vystoupení ZUŠ

14:00 pečení vánoček

17:00 Z pohádky do pohádky **Prodivadlo** u vánočního stromu

17:45 Pražský pěvecký sbor IMBUS

V neděli 11. prosince ve 14:00, společenský sál Residence Zelený ostrov (vstup z ul. Za Parkem)

Tradice společně – adventní odpoledne s hudbou a tancem. Víno a cukroví zajištěno a Vaše cukroví také tradičně vítáno. V lidových krojích zatančí manželé Pitterovi ze spolku Bejvávalo.

V sobotu 17. prosince v 10:00, Dobřichovický domek

Maňáskové divadlo – Vánoční příběh

V sobotu 17. prosince v 19:00 v kapli Judy Tadeáše

Adventní hudební setkání dámského vokálního souboru Cabinet

Vstupné 100,-

V neděli 18. prosince v 15:00, sál Dr. Fürsta

Divadlo Kukadlo J. Polcara – Jak chtěl skřítek zaspát Vánoce

Ve čtvrtek 22. prosince v 19:00, kaple sv. Judy Tadeáše

varhanní koncert s houslemi Jana Hrubého a přátel

Vstupné 150,- Kč. Předprodej v infocentru.

Štědrý den

24. prosince 2016 ve 24:00, kostel sv. Martina a Prokopa v Karlíku

Jakub Jan Ryba (1765 – 1815)

MISSA SOLENNIS (Hej, mistře ...) pro sóla, sbor a orchestr, účinkuje soubor Ludus musicus a hosté. Varhany: Prof. Jaroslav Šaroun, řídí: František Běhounek

Leden

V pondělí 2. ledna v 19:00, residence – velký sál

Novoroční koncert účinkuje: soubor Ludus musicus a hosté (solisté, sbor a orchestr), řídí: František Běhounek

A. Hrubá a redakce

VERNISÁŽ

v Talent ateliéru a otevření Galerie a ateliéru Inspirace doc. Puchnarové

Ve čtvrtek 10. 10. odpoledne se v novém Společenském sále Residence Zelený ostrov naproti prodejně cyklistických potřeb pana Fojta konala vernisáž výstavy obrazů, které vytvořila skupina seniork pod vedením doc. Puchnarové. Večer pak doc. Puchnarová slavnostně otevřela svoji galerii a ateliér ve stejném areálu, tentokrát naproti plaveckému bazénu.



DH Otevření galerie Inspirace. Foto M. Stormová



Jak se může každý stát výtvarníkem

V Dobřichovicích se dala dohromady skupina seniorek, které začaly s velkou chutí v TALENT ATELIERU ak.mal. D. Puchnarové objevovat své umělecké schopnosti, dovednosti a fantazii. Velmi snadnými metodami HRY S BARVAMI začaly cvičit své ruce, oko i cit pro materiál.

Používají krásné tóny práškových pastelů, s nimiž pracují i děti ve školách, rozlišují tónové valéry a sílu linií, naučily se pracovat s plochami a barvy na ploše míchat. Pak samy začaly vytvářet první barevné kompozice, z nichž měly velkou radost. Pracují se silou představitivosti stále lépe, takže vytvářejí

nejen samostatné obrazy, ale učí se vnímat působení barev na člověka a jejich význam pro životní prostředí. Témata pro výzdobu interiérů, např. koberce do dětského pokoje, výzdoba bytu, stolů ve školní jídelně nebo nástrojná malba v kapli a dokonce i krásy krajiny jsou součástí bohaté výstavy, která je instalována ve Společenském sále Rezidence Zelený ostrov, ul. Za Parkem, ve Dvoře Anežky České (DOB Centrum).

Talent atelier seniorů patří do programu aktivit Dobřichovického domku DODO, kam se mohou další zájemci o rozvoj umělecké fantazie přihlásit. Kurzy jsou zdarma.

DP



Vernisáž Talent atelieru. Foto P. Chrdle

PŘIVÍTÁNÍ NOVÉ KNÍŽKY

Za okolností slavnostních jen mírně byla ve čtvrtek 20. října v sále dr. Fürsta uvedena do světa knížka „Znovu o věcech a lidech“, soubor téměř padesáti textů, které vycházely v Kukátku od roku 2009. Přivítat novou knížku přišlo tolik zájemců, že zaplnili sál nejen do posledního místa, ale ještě o něco navíc! Byli mezi nimi kromě jiných: autor uvedeného díla se svou manželkou, moderátor večera a současně významný člen spolku včelařů, majitel nakladatelství KAVA – PECH s manželkou a několika svými přáteli, členové hudební skupiny Velbloud Jazz Quartet, starosta města, ředitel základní

školy, ředitelka gymnázia Oty Pavla, vedoucí souboru Ludus musicus s dalším členem, čelní představitel společnosti DOB-Invest, zástupci města Řevnice, členové redakční rady Kukátka a dokonce pět absolventů bývalého vinohradského gymnázia W. Piecka, které autor před několika desítkami let učil a kteří se dostavili, ačkoli se už nemuseli kvůli své případné absenci žádných odvetných akcí z jeho strany obávat; jeden z nich zdokumentoval „celou slávu“ mnoha fotografiemi.

V průběhu večera kromě úvodních informací o autorovi a o nakladatelství KAVA-

PECH, jehož některé publikace bylo možno si v sále zakoupit, se střídaly hudební vstupy se čtenými ukázkami ze zmíněné knihy, které přečetl Ondřej Kulhavý. Svým dílem přispěl i autor vyprávěním o tom, jak souvisí Ludolfovo číslo s českými dějinami, co uviděl v hospodě U Karla IV. a jak řešil soustavu rovnic a nerovnic; velký úspěch sklídil jeho pokus o přednes básně „Binomická věta“, na jejíž slova si nemohl vzpomenout. Nemohlo chybět (a také nechybělo) předvedení KUPEDAMISu, tj. kuffíku pedagogického mistra, kterážto pomůcka, založená na pedagogických zásadách J. A. Komenského, je pro moderního učitele i učitelku naprosto nepostradatelná.

Pro připomínku těm, kteří na přivítání byli, a pro získání představy, o co přišli, těm, kteří nepochybně z vážných důvodů se zúčastnit nemohli, uvádíme několik ukázek



Protagonista večera. Foto V. Kudláček

z toho, co v řeči vázané na večeru zaznělo. Spolu s mnohými dalšími návštěvníky ve-

Soustava rovnic a nerovnic

Řešil jsem soustavu rovnic a nerovnic, málem do ústavu vezli mě do Bohnice.

Mé milé rovnice, proč jen mě lákáte? Počkejte, Bohnice, však vy se dočkáte!

Jen počkej, zajíci

Jednou večer; když jsem krácel ulicí, slyším volat: „Jenom počkej, zajíci!“ Otočím se, vidím v spleti uliček, jak před vlkem prchá malý zajíček. Nebojácně jsem se vlku postavil a tak v očích zajícových hrdinou jsem byl. Od té doby chce ten zajíc chránit denně, což jen těžko vysvětluju doma ženě. Pravila mi ironicky usmívajíc se: Jenom počkej, však já ti dám zajíce!“

Čtvrtá dimenze

Jednou v hospodě U Karla IV. uviděl jsem kus prostoru čtvrtého. Čtyři půllitry u stropu nad sálem letěly tam k sobě kolmo navzájem, což není možné v dimenzi třetí, kde nejvýše tři půllitry k sobě kolmo letí.

Tak jsem poznal díky Otci vlasti, jaké jsou v půllitru skryty slasti, jak všem Čechům rozšiřuje obzory o více než trojrozměrné prostory.

Zákon lomu

Dle zákona lomu paprsek se lomí na rozhraní vody. Mně však cesta domů vždycky se mi zlomí u hospody!

čera mám dojem, že přijetí, které se knižce dostalo, bylo přátelské a vlídné. Máte-li o ni zájem, můžete dát vědět autorovi,

Pozn. redakce:

Nabízíme ilustrační foto ze slavnosti. Na Facebooku Kukátka můžete shlédnout celou fotogalerii, kterou nám laskavě internetově "zapůjčil" pan Viktor Kudláček, jemuž náleží upřímný dík: http://vikud.rajce.idnes.cz/Znovu_o_vecech_a_lidech/

Můžete tam rovněž shlédnout krátký video sestřih, který pořídilo nakladatelství KAVA-PECH, jemuž též náleží poděkování:

<https://www.youtube.com/watch?v=KsY1MWnPnnk&feature=youtu.be>

Naše poděkování patří také souboru Velbloud Jazz Quartet (Jan Tuláček a Karel Křenek - kytary, Petr Jirout - kontrabas). A stejný dík za recitaci a čtení náleží Ondřeji Kulhavému, jinak členu souboru Ludus musicus.

případně si ji zakoupit v místní knihovně, ve vinárně U Caldů nebo v pizzerii La Teresia.

HgS

VŠENORY

byly v centru pozornosti, a to hned dvakrát ...

Všenorská knihovna a kulturní komise všenorského obecního zastupitelstva zvala hned dvakrát na slávu, která jen tak nebývá. V budově obecního úřadu se totiž v tamním infocentru otevíralo Centrum, dá se říci i pamětní síň světově proslulé ruské básničky a emigrantky Mariny Cvětajevové, která do Čech uprchla před bolševiky a našla místo k přebývání ve Všenorech.

Připravili jsme k této mimořádné události malý blok textů.

První slavnostní otevření expozice proběhlo ve čtvrtek 3. 11. a další pak v sobotu 5. 11. V obou případech to bylo krásné. Ing. Petr Samek přivítal přítomné za vedení obce.

Ředitel centra moderního umění DOX Leoš Válek, vlastně autor návrhu expozice, přiblížil několika slovy básničku i expozici samu. O básnicích a poesii promluvil básník Petr Borkovec. Vladislav Veselý a Galina Vaněčková přiblížili život a tvorbu Mariny Cvětajevové a její život ve Všenorech a okolí, včetně jejích autentických vzpomínek. Došlo pochopitelně i na básniřčiny vzpomínkové texty a hlavně na verše, které zněly v podání Hany Kofránkové a Moniky Černoškové, musiku k tomu obstarali J. Stivín a v sobotu T. Fingerland. Nebyla

to musika jediná, přidali se ještě s houslovými duety Lucie Hůlová-Sedláková a Pavel Nechvíle. Všem patří veliké poděkování za krásné chvíle i za počin samotný. Stejně tak i kolegyním ze Všenorské knihovny, které měly velký podíl na tom, že se všichni v útulném sále obecního úřadu cítili jako doma. Zajímavé bylo, kolik krajanů Mariny Cvětajevové přišlo. Velmi je jistě oslovil bývalý vyslanec ČR v Rusku Luboš Dobrovský svým hluboce lidským prolovem. V jeho závěru zazněla i prosba, abychom se snažili oddělit skutečné Rusko s jeho kulturou od těch, kteří je nyní zastupují v politice.

J. Matl



T. Fingerland a Monika Černošková
Foto Natálie Slabá

CENTRUM MARINY CVĚTAJEVOVÉ ve Všenorské knihovně

Všenorská knihovna se dlouhodobě zabývá sběrem informací a dokumentů o Všenorech a širokém okolí. Speciální fond regionální literatury se průběžně rozrůstá a je vyhledávan rostoucím počtem uživatelů. Za touto činností je spousta času stráveného průběžným mapováním knižního trhu, sítě antikvariátů, sledováním regionálního tisku a dalších zdrojů. Dlouhodobě jsou vyhledávány informace a získávány dokumenty o všenorských osobnostech, mezi které např. patří Vladimír Holan, Josef Kubálek, Karel Kosík, F. X. Svoboda. **Jednou z největších je Marina Cvětajevová**, světová básnička, která našla se svou rodinou (na pozvání pana presidenta Masaryka), ve Všenorech dočasný domov – po svém útěku před revolucí v Rusku.

Galina Vaněčková, autorka knih o Marině Cvětajevové, předsedala několik let nyní již zanikající Společnosti Mariny Cvětajevové. Marně se snažila najít stálé místo pro profesionálně vytvořenou expozici Mariny Cvětajevové.

Po několika neúspěšných pokusech přišel nápad umístit expozici do prostoru Infocentra patřícího ke Všenorské knihovně. Malá místnost se čtyřmi dveřmi, do které se má kromě jiného vejít 6 velkých oboustranných panelů. Co s tím?

Rady si věděl ředitel Centra moderního umění DOX Leoš Válek. Navrhl vkusné a praktické uspořádání expozice, kam se najednou vešlo vše potřebné a ještě zbyl volný prostor. Díky Galině Vaněčkové je zde vše uloženo a uspořádáno s detailními znalostmi života a tvorby básničky. Kdyby

Marina procitla a vstoupila, musela by se cítit jako doma.

V expozici jsou na vyvýšených policích knihy, které jsou součástí knihovního fondu Všenorské knihovny. Čtenáři je najdou v online katalogu Portaro na adrese: <http://katalog.vsenory.cz/Opac2/index.php>. Knihy, které psala básnička, jejich překlady, knihy o básničce, knihy, které milovala ... Je možné si je půjčit presenčně do čítárny knihovny. Na zavěšených panelech se promítá život básničky od narození do smutného konce. Velká podobizna básničky, stolek, židle, kalamář ... Vitrína s nejzajímavějšími knihami a drobnými předměty. Citáty na stěnách. Pro toho, kdo si chce o básničce číst doma, je k dispozici katalog k výstavě, kdo chce projít ve Všenorech místa, kde žila, najde zde průvodce. Obě publikace jsou od Galiny Vaněčkové. Za vytvořením expozice je dlouhodobá, mravenčí práce.

Pro Všenorskou knihovnu a její uživatele je to hotový poklad, ale také závazek do budoucnosti.

Posláním Centra, jehož vznik podpořily nejen významné české a zahraniční instituce, ale především vedení obce Všenory, bude nejen interpretace tvorby této básničky, ale i dalších básníků z celého světa. Básník Petr Borkovec nás ve svém příspěvku „Básník po ruce. Proč je to pořád zapotřebí?“, vyzval, abychom se věnovali rovněž současným básníkům. S kolegyněmi, Janou Müllerovou, Eliškou Reitspiesovou a Galinou Vaněčkovou to chceme zkusit. Na setkání vůbec padlo mnoho nápadů a nabídek na spolupráci. Dostali jsme šan-

ci, abychom se stali žijícím místem pro setkávání se s poesíí a básníky. Tak do toho!

Expozice bude přístupná v otevíracích hodinách Všenorské knihovny

Pondělí 16.00 – 19.00

Středa 14.00 – 19.00

Každá sobota 9.00 – 12.00

Alena Sahánková, Všenorská knihovna

Redakce Kukátka nemohla neoslovit obě dámy, které se nápadem, snem a prací na jeho splnění podílely na tomto malém kulturním zázraku. Paní Alenu Sahánkovou, jež se stará o Všenorskou knihovnu, a paní Galinu Vaněčkovou, jež se nevzdala i ve chvílích beznaděje.

Kukátko: Co obnáší vzít na sebe takový úkol, jakým bylo zřízení Pamětní síně Mariny Cvětajevové? Co obnáší splnění snu?

Alena Sahánková:

Realizace expozice má svou historii. Jako úkol jsem to pocítovala až od chvíle, kdy obecní zastupitelstvo dalo Všenorské knihovně důvěru a souhlas s tím, že může umístit stálou expozici do prostor Infocentra. Do té doby jsem se o osud expozice spíše jen zajímala, i když jsem se snažila i pomoci.

S Galinou Vaněčkovou se známe mnoho let. Zvala mne pravidelně na setkání Společnosti Mariny Cvětajevové v Národní knihovně. Společnost Mariny Cvětajevové vznikla v roce 2001 a aktivně se její činnosti zúčastnili pedagogové Univerzity Karlovy. Na těchto setkáních jsem se jako host setkávala s recitací básní Mariny Cvětajevové, které mne zaujaly.

V roce 2000 proběhla ve Všenorech úspěšná mezinárodní konference Všenory 2000, dokonce u Jiřího Stivína, v jeho rekonstruovaném mlýně.

Mám i osobní zážitky. Před několika lety jsem byla požádána diplomatickým protokolem Ministerstva zahraničních věcí, abych provedla po Všenorech překladatelku ze Španělska. Tak jsem se vlastně seznámila s misty, kde básnička bydlela, přímo v terénu a s průvodcem v ruce. Stejně jsem se věnovala, tentokrát se starostou Všenor, Ing. Zdeňkem Seidlerem, ministryni Džamile Stehlíkové. Autobus Japonců kdysi zastavil před budovou obecního úřadu se stejným přáním. Japonci byli nadšeni a my jsme toho tehdy moc nevěděli. Škoda. Společnost Mariny Cvětajevové se snažila koupit ve Všenorech domek, kam by expozici umístili. Nepovedlo se. V roce 2012 byly Společnosti Mariny Cvětajevové nabídnuty dvě místnosti v budově staré školy s nádherným výhledem na místa, kde básnička přebývala. To však z technických důvodů nebylo možno uskutečnit. Po dva roky byla stálá výstava umístěna v Praze na Malé straně. Přes kladná vyjádření našich i zahraničních institucí byla expozice po dvou letech vypovězena majitelem a putovala do sklepa. Následovalo kolečko Galiny Vaněčkové po kulturních institucích, kterého jsem se malinko zúčastnila. Zájem by byl, ale ne o stálou výstavu. Do depozitáře nebo krátkodobě vystavit. Tehdy jsme již byly s Galinou Vaněčkovou v častějším kontaktu.

Nemohla jsem pochopit, že celoživotní, fundovaná práce zůstává ve sklepech. Několikrát jsem pomyslela na místnost Infocentra, která patřila ke Všenorské knihovně, ale vždy jsem si řekla, že to je hloupost, je to malé. Je to neuvěřitelné, ale Centrum Mariny Cvětajevové tam nakonec je. Také díky pochopení vedení obce Všenory, Leošovi Valkovi, řediteli Centra moderního umění DOX, a dopisům z celého světa, které přicházely a přimlouvaly se za umístění expozice ve Všenorech.

Za Marinou Cvětajevovou k nám jezdí už po léta vzdělání a kulturní lidé (spisovatelé, překladatelé, studenti i pedagogové). Anebo ti, kteří milují její verše. Básnička prožila těžký život a tolik krásy vytvořila.

Slyšela jsem od známých osobností, že Marinu Cvětajevovou rádi čtou, že ji mají rádi. Věřím, že Marina si svými verši postupně získá srdce dalších lidí, především z našeho kraje, poněvadž, i když si to někteří ještě neuvědomují a diví se, proč ruská básnička u nás ..., je jisté, že sem patří. Milovala Prahu, Mokropsy, Všenory, Černolice, Jiloviště ..., milovala Čechy a myslela na nás v těžkých chvílích. Stačí se podívat na internet a vidíme, kolik se vysílá rozhlasových pořadů, hraje představení v divadlech, vychází knih a pořádá výstav o jejím díle a životě. Ve Všenorech přispíváme svou troškou... Centrum Mariny Cvětajevové bude zařazeno na Portál literárních muzeí, což je pro nás pocta a také nás to zavazuje.

<http://www.literarnimuzea.cz/katalog-osobnosti/>

SNĚNÍ O MINULOSTI stále živé

Už jsme si zvykli na v kontextu regionální kultury zcela unikátní akci. Že se totiž večer o státním svátku 28. října scházejí u nás v křížovnické residenci spřízněné duše a zastaví svůj každodenní shon připomínkou starých časů, dějů, příběhů osobních i obecně známých. Možná ani sám inspirátor a autor tohoto nápadu František Běhounek na samém počátku netušil, kam až se celý tenhle koncept dostane. Četla se po řadu let oficiální literatura, osobní vzpomínky legionářů, zpívala se vždy dobová musika, ochutnávaly se speciality národů sdružených v dávné monarchii.

Vždy to bylo poetické, pietní a působivé. A vždy se nakonec slzelo při hymnách v plném textovém znění.

Galina Vaněčková

Když jsem poznala tvorbu M. Cvětajevové, ten pocit obohacení mého života neopakovatelnou vznešeností a harmonií myšlenky a způsobu vyjadřování jsem chtěla předat svým studentům. Četli jsme její básně, prozaické texty. Dozvěděli jsme se, že větší část života v Čechách prožila u řeky Berounky. Tehdy se zrodila myšlenka seznámit s její tvorbou širší veřejnost, vytvořit centrum, které by neslo její jméno. Vztít na sebe takový úkol, jakým bylo zřízení Centra Mariny Cvětajevové, vyžadovalo neustále si pamatovat, že se básnička chtěla vrátit do Všenor. Obnášelo to splnění jejich snů. Za to bohatství, které nám zanechala, jsme to pro ni museli udělat.

redakce



Foto J. Beneš

Nejen to: dozvěděli jsme se, jak fungoval v praxi dvůr v Hofburgu i v Schönbrunnu, kolik lidí tam pracovalo, jak byla jejich činnost rozdělena, jak fungovalo zásobování a pod.

Velmi zajímavé byly pasáže o císařské rodině, o osobních vztazích, svatbách, hierarchii uvnitř této zvláštní komunity. Jaké v ní bylo postavení žen a jejich angažmá v oblasti kultury či sociálních aktivit...

Představen byl císař i jako špičkový diplomat i politik, jenž si velmi dobře uvědomoval svoji odpovědnost. Jenom holt při rakousko-uherském vyrovnání nějak vynechal Čechy, které předtím považoval za nejvěrnější spojence, a ti mu to pak nemohli zapomenout. A nebyl moc přístupný překvapením, a to ani v éře konstituční monarchie, kdy se musel učit popasovat se s parlamentem.

Nostalgicky a smutně pak vyzněly pasáže o posledních letech císařových. A zbyla otázka, co vlastně dnes zbývá z toho světa. A k tomu poselství hraběnky Marie Antonie Clam Martinicové, že člověk se prostě chová řádně ...

K tomu samozřejmě zněla v podání souboru Ludus musicus hudba, jež má vztah k Vídni a císařskému dvoru (J. Haydn, Straussové otec i syn, Jan Koželuh, ale i P. I. Čajkovskij a na úvod známý obrozenecký *Poutník* s incipitem *Je to chůze po tom světě* ...) Skvěle zahráná musika, bylo cítit, jak to musikanty baví. A bavilo to evidentně i oba předčítatele, Jana Vaculíka a Ondřeje Kulhavého. A jistě i toho, který to celé připravil, tedy vedoucího souboru Ludus musicus Františka Běhounka. Potlesk plného sálu v residenci byl zasloužený a zvlhlé oči při hymnách velmi uvěřitelné.

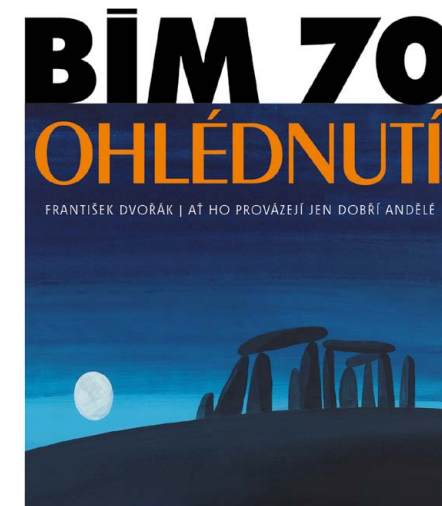
J. Matl

PŘÁNÍ TOMÁŠI BÍMOVI

Ten, jehož obrazy provokují básníky

Přes mnohá doporučení, kam se uchýlit pro potěchu duše, jsem jedno takové místo našel. Nalézá se před obrazy Tomáše Bíma. Nedokážu jazykem teoretiků umění oslavovat jejich „jásavé tóny, které umocňují hřejivý pocit z umělcova poselství“. Říkám, že je mi před nimi blaze a že bývám před nimi dlouze přikován. Začínají se totiž ve mně odvíjet příběhy, které Tomáš nakouzl. Tě slečny, co si zapomněla podprsenku před stohem, těch nedopalků a zmačkané krabičky od cigaret u libeňské zdi, opuštěné sklenice limonády na stolku u tenisového kurtu. Ty lidičky, co se těch věcí dotýkali nebo je žmolali v ruce, tam před chvilkou byli, jako by si jen odskočili za rám. Tomáš Bím zastavuje čas a staví mu nádherný barevný pomník.

Nám uniká jeho svět mezi prsty, a proto jsme tak rádi, když nám ho maluje. My už se sice jakž takž umíme pohybovat po rakouských sjezdovkách a způsobně srkat drink na terasách drahých přímořských letovisek, ale neumíme se třeba ani jednou za den podívat na oblohu. Žijeme uspěchaně, chudě a nevšímavě, ve světě slev a akcí, fa-



Obálka knihy, která byla vydána u příležitosti letošní výstavy Tomáše Bíma v Novoměstské radnici v Praze.

lešných celebrit a pochybných vzorů. Tomáš nám tyto nedostatky vynahrazuje. Dokonce bych se nebál přirovnání, že to, co



byl pro mě ve zlatých šedesátých Semafor, jsou dneska pro mě jeho obrázky. Je v nich ticho a laskavo, jen sem tam zabzučí moucha nebo kovová vrátka na kurtu způsobně zaklapnou v zátku. Je to nádherné vyprávění o chvílích, o kterých člověk buď sní, nebo je dokonce prožil, ale neumí je nikomu sdělit. A provokují básníky, protože sami jsou poesíí.

Nechci se pouštět ani do pokusu o jeho zaškatulkování. Nepřisluší mi to, ani to neumím a hlavně je to zbytečné. Tomáš Bím maluje atmosféru chvíle. Zachycuje její neopakovatelnost, zachraňuje ji pro nás, maluje okamžik rozpoložení duše. Nermaluje skutečnost, jen si půjčuje zážitky nebo vypráví příběhy, které voní lidskostí a jako prostředky si bere věci důvěrně známé. A jestli tak činí v rouše nějakého –isty technikou kvaše, oleje či akrylu, na tom houby záleží.

POHODOVÝ FOTBALOVÝ PODZIM 2016

V minulém soutěžním ročníku 2015/2016 střídali dobřichovičtí fotbalisté, dobré výkony se slabšími a nakonec se umístili v lepším středu tabulky III. třídy.

Dosažené umístění bylo v oddílu sice přijato s uspokojením, ale zároveň převládá názor, že současný tým by mohl být ještě úspěšnější...

O prázdninách se výboru oddílu kopané podařilo ke družstvu mužů, které bylo dva roky bez odborného vedení, sehnat kvalifikovaného trenéra pana Ladislava Kocourka, bývalého ligového hráče Bohemians a Dukly Praha. Ten hráčům naordinoval každý den (!) po práci trénink a zároveň jim slíbil dřinu, pot a zase dřinu, což je jediná cesta k úspěchu...

A stalo se. Hoši si během léta nejenom

Toulouse Lautrec je doma na Montmarturu a v Moulin Rouge, Vincent van Gogh je nerozlučně spojen s Arles, Paul Gauguin zvětňuje snědé Tahitanky a Tomáš Bím je malířem opuštěných zákoutí plných života. Tomáše Bíma jako člověka nejpřílehavěji a nejvýstižněji charakterizuje geniální souloví z dílny pana Hrabala – něžný barbar. Je pravdivý, syrový, nepřetvařuje se, od života si bere, co hrdlo ráčí, říká, co si myslí a nebere si servítky, ale když všechny návštěvy z atelieru zmizí a naproti mu jde noc, vezme do ruky štětec a promění se v to, čím ve skutečnosti je. Křehký, zranitelný, vnímavý a citlivý kumštýř, který se ocitá ve svém světě, kde je sám, kde si nedočká, vě vymalovává duši a kde je mu neskonale dobře. Ať je mu dobře ještě hodně dlouho. I kvůli nám.

Miloš Novotný

pěkně „máklí“, ale také se přiučili některým fotbalovým dovednostem. Do kádru složeného výhradně z místních dobřichovických hráčů přišli bratři Petr a Pavel Křišťákové z Jíloviště a Dan Skučko ze Všenor. No a pak to začalo.

Dobřichovice do soutěže vletly jaké meteor a nejen že porážely jednoho soupeře za druhým, ono se na to dalo i koukat! Sedm vítězných utkání v řadě!

Fotbal však není bezkontaktní sport. Kdysi se říkalo, že fotbal je válka, nebo že bolí. Naší největší slabinou je úzký kád. Téměř všichni klíčoví hráči museli vynechávat, nebo nastupovali s nedolčenými zraněními. To se podepsalo na některých výsledcích i na první porážce v Jinočanech. Na herním projevu to také bylo znát, vytratila

se lehkost a elegance z počátku podzimu. Krize byla sice zažehnána, ale vítězství v závěrečných zápasech podzimní části soutěže jsou těžce vydřená.

Nutno smeknout klobouk: ti chlapi „jezdí po zadku“! Oni CHTĚJÍ vyhrávat!

Po vyhraném střetnutí mají unikátní vítězný pokřik: něco mezi novozélandským ragby-

ovým mužstvem a spartskými válečníky od Thermopyl.

A jejich bilance ze 13 zápasů - 10 vítězství, 2 remízy a 1 prohra. Skóre 47:15 a 32 bodů. Zbývá odehrát ještě poslední utkání na Kazíně, ale bez ohledu na jeho výsledek - budou přezimovat na skvělém - 1. místě!

(oma)

VOLEJBALOVÉ SOUTĚŽE v plném proudu

Uvádíme stručný přehled výsledků našich volejbalových družstev k 15. listopadu a termíny jejich domácích utkání do konce ledna.

Muži A, 1. liga

Ve srovnání s minulou sezonou se našim příliš nedaří. Ze třinácti družstev jsou zatím na osmém místě se sedmnácti body, které získali na domácím hřišti výhrami nad Turnovem (3:0), Nymburkem (3:0), nad TJ ČZU (3:1) a MFF Praha (3:1) a dále výhrami na hřišti ČZU Praha B (3:2) a Tesly Brno (3:1). Doma budou hrát 25. a 26. listopadu se Starým Městem a s Brnem B, potom až 13. a 14. ledna s Teslou Brno a s Beskydy; první polovinu soutěže zakončí 20. a 21. ledna v Nymburku a v Chocni.

Ženy A, 1. liga

Naše ženské Áčko si vede skvěle - ve své skupině je ze sedmi družstev na prvním místě s osmadvaceti body, s náskokem devíti bodů za druhým Žižkovem. V domácím prostředí naše ženy porazily Hronov (3:0, 3:0), Hradec Králové (3:0, 3:1) a Španielku (3:1, 3:1); v Brně hrály 3:1 a 0:3, a na Žižkově 3:1 a 2:3. Doma budou hrát 2. a 3. prosince s Brnem a 20. a 21. ledna se Žižkovem, čímž skončí první část soutěže. Už nyní je skoro jisté, že postup do finálové skupiny mají zaručený.

Muži B, krajský přebor 1. třídy

Z devíti družstev jsou naši se sedmi výhrami a třemi porážkami na druhém místě s 20 body, za prvními Tuchlovicemi (26 bodů) a před třetí Vlašimí (16 bodů). Doma budou hrát 3. prosince s Kolínem, 21. ledna s Tuchlovicemi, 11. února s Vlašimí, 25. února s Roztoky a 25. března s Benešovem.

Ženy B, krajský přebor 2. třídy

Po skončení podzimní části jsou naše ženy B z osmi družstev na čtvrtém místě s pětadvaceti body za třetími Kostomlaty (27 bodů) a před pátými Čelákovicemi (21 bodů). Vyhrály doma s Kolínem (3:0, 3:0), v Roztokách (3:1, 3:1), doma s Brandýsem (3:1), v Čelákovicích (3:2) a v Odolené Vodě (3:0, 3:0). Jarní část zahájí 29. dubna domácími utkáními s Lysou n. L.

Starší žákyně, krajský přebor (2. výk. skupina)

Z devíti družstev jsou naše děvčata na šestém místě s pěti body. I když vyhrála jen jednou (s Roztoky), ukázala, že umí bojovat - ve dvou zápasech jim k výhře chyběl jediný set! Doma budou hrát 8. ledna (s Nymburkem a s Roztoky); soutěž zakončí 19. března v Mělníku. *HgS*

ORIENTAČNÍ BĚH

Svou pravidelnou informaci musím začít smutnou zprávou. Navždy nás opustila zakládající členka oddílu Mirka Paulová. Takto na ni vzpomíná atletka Jiřina Štrossová:

“Sedm let po smrti Míly Cupáka opustila řady orientačních běžců ve věku pouhých 64 let i Mirka Paulová. Byl to vzácný člověk, na kterého se nezapomíná.

Když jsem začínala s orientačním během, byla Míra mým velkým vzorem. Někdy se mi podařilo se jí v lese „chytit“ a běžet za ní. Dokázala najít ideální postup podle mapy. To byla velká škola pro mě. Mirka orientační běh milovala.

A i když měla v posledních dvou letech zdravotní problémy, v lese byla šťastná, tam pookřála. Po doběhu vždy strávila dlouhé minuty nad mapou uvažováním nad nejlepšími postupy. Všechny mapy si schovávala. Musela jich mít za ta léta, co běhala, stovky.

Se svou nemocí bojovala nezlomně. Neztrácela víru. Obdivovala jsem, že si nestěžuje, že nenaríká, že je tak klidná a trpělivá. Všichni jsme jí fandili, aby nad zlým osudem zvítězila.

Každý, kdo Mirku znal, si jí musel vážít. Byla skromná a obětavá. Šířila kolem sebe klid a bezpečí, vždy byla připravena pomoci někomu v nesnázích. Měla jsem ji ráda. Chybí mi a vím, že nejen mně. Budu na ni vzpomínat vždy jen s úctou.”

Ani mne při vzpomínce na mou sestru Mirku nenapadají žádná okázalá slova. Protože takový byl celý její život. Bez velkých slov, ale plný obětavých činů, jakých už je dnes málokdo schopen.

Ale život jde dál. Máme za sebou podzimní řadu soutěží. Na oblastní úrovni jsme celkově po vyhodnocení podzimního cyklu získali dvě první místa (Štrossová, Jaroš). Na celostátní úrovni v dlouhodobých soutěžích se čtyři z nás umístili do desátého místa, což v konkurenci stovek závodníků z celé republiky není špatné. Z mistrovství ČR na klasické trati

j sme si přivezli dvě první a dvě druhá místa. Podzimní cyklus oficiálních závodů jsme zakončili krátkou trati na vrchu Kaňk u Kutné Hory na nové mapě v zajímavém terénu s terénními útvary po bývalé důlní činnosti. Byl to závod východočeské oblasti, ale sjelo se na něj více než 1300 závodníků z celých Čech. To svědčí i o vzrůstající oblibě a popularitě tohoto sportu.

Nyní nás čekají závody zimní ligy Prahy i jiných oblastí. Předpovědi slibují i nějaký ten sníh, tak snad se vydaří i sezona lyžařského orientačního běhu. V terénech našich hor mají pořadatelé připraveno 9 závodů během ledna a února 2017.

A na závěr ještě jedna organizační záležitost. Dozvěděl jsem se, že podle nového občanského zákoníku už nemůžeme být občanské sdružení (o. s.), nýbrž se musíme pod hrozbou pokut, ba až zrušení, do konce roku přejmenovat na zapsaný spolek (z. s.). Zmocnila se mne samozřejmě panika a děs, že vlastně již více než rok běháme po lesích jako o. s., když vlastně máme běhat jako z. s. A už vůbec nechci domyslet tu hrůzu, že jestli to nestihneme, budeme zrušení a na startu závodů nás od ledna budou čekat nějaké úřednické či snad dokonce ozbrojené složky, které nám nedovolí běhat, natož pak se sdružovat. Vždyť se smíme již jen „zapsané spolkovat“. Tak člověk začne přemýšlet, čím že vlastně se naši volení zákonodárci zabývají, aby nám ulehčili život a podporovali sport. Což takhle páni poslanci místo formálních nesmyslů, které ztrpčují život slušným lidem, zavést pro neziskovky třeba povinné transparentní účetnictví? To máme od založení oddílu, to smysl má. Ale dosti nářků, místo sportování jdu studovat paragrafy, prepisovat stanovy a shánět na jaký soud co poslat. A ve chvílích oddechu se samozřejmě těšit na další volby.

V. Jaroš, přispěla J. Štrossová

WELLNESS A PLAVECKÝ BAZÉN DOBŘICHOVICE – BABY CLUB OTTOMÁNEK

- přijďte si zaplavat v hodinách pro veřejnost
- přihlaste sebe nebo své děti do kurzů plavání

Rezervace a informace na recepci tel:
257 710 101 (mimo otevírací dobu na tel: 603 495 368).
Další informace na www.ottomanek.cz.

Slušný muž 53 let VŠ nekuřák HLEDÁ pronájem samostatného pokoje zařízení pro občasně přespání (2-4 noci v týdnu) v Černošicích, Dobřichovicích, Řevnicích a okolí (spojení vlakem do Prahy) do 4000 Kč měsíčně.
Tel.: 725 806 578.

Beruška

Obujeme Vás i Vaše děti do kvalitní značkové obuvi OLANG

POZOR! Až do vel.50

Najděte nás na facebooku <https://www.facebook.com/Beruskaobleceni/>

ČERNOŠICE ● Alešova 773 ● (50m vlevo za samoobsluhou p. Vávry)

DOBŘICH s.r.o., Dobřichovice

nabízí možnost inzerce V DOBŘICHOVICKÉM KUKÁTKU časopis vychází jako občasník, obvykle čtvrtletně v březnu, červnu, září a prosinci

Ceník

- * A5 (celá vnitřní strana) 3 500 Kč
Celoroční inzerce 11.200 Kč (4x 2.800 Kč)
 - * A6 (polovina vnitřní strany) 2 000 Kč
Celoroční inzerce 6 800 Kč (4x 1700 Kč)
 - * A5 (třetí strana obálky + PR článek) 5 000 Kč
Celoroční inzerce 16 000 Kč (4x 4000 Kč)
 - * A5 (zadní strana pro PARTNERA Dobřichovického Kukátka) 10 000 Kč. Celoroční inzerce 32.000 Kč (4x 8.000 Kč)
- Partner získává zhotovení inzerátu zdarma, zveřejnění PR článku a příp. další dohodnuté výhody.
- Formáty menší než A6 budou přijímány dle prostorových možností za smluvní ceny.
- Nekomerční řádková inzerce zdarma!

Kontakt: Stanislav Mikeš, mob. 605 179 192,
e-mail: gabeva@volny.cz

PF 2017

Přejeme Vám, milí klienti, vážení sousedé, dobřichovičtí spoluobčané, krásné prožití Vánočních svátků a radost, pohodu a hodně úspěchů v novém roce.

Daniel Havlík a tým DOB-Invest a.s.

