

KOMPOST

Strakonický měsíčník o ochraně přírody

červenec 2013

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

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

Vážení čtenáři,

ještě než se rozjedete užívat si svých dovolených, nabízíme vám k počtení další Kompost. Možná se nám podaří v něčem vás inspirovat nebo se naopak nechat inspirovat od vás. Dobrých nápadů není nikdy dost a rádi se od vás dozvíme, na co by bylo podle vašeho názoru přínosné se v rámci naší činnosti zaměřit. Přivítáme také tipy na tematicky související akce apod.

Z obsahu tohoto čísla:

Červen = netýkavka malokvětá.....	2
Environmentální vyúčtování.....	2
Stromy běžné a zajímavé? - XVI.....	3
Na slovíčko s šéfredaktorem.....	4
Ornitologické časopisy a zpravodaje	6
Kam o prázdninách?.....	6
Já, kráva.....	7
Ochrana přírody - 3. díl.....	9
Strakonická Kalvárie.....	10
Zajímaví brouci.....	10
Veget na pokračování - 17. díl.....	11
Pozvánky - červenec.....	12
Vážená paní Šmidingerová.....	12
Putování „Zemí zamýšlenou“.....	13
Tam, co je i naše Šumava.....	14
„Průzkumný let“.....	14
Z postřehů našich čtenářů.....	15
Zatoulánek v nové rodině – Péťa.....	15
Jedlý Kompost - Na cestách.....	15

I když se to v oblasti ochrany životního prostředí stále hemží převahou špatných zpráv, z plných sil se snažíme zachovat pozitivní poselství našich článků a nabídnout v každé problematice

množství alternativ. Myslíme si (a je to pro člověka přirozené), že naše chování je vždy otázkou priorit. Je nám jasné, že těch skutečně zapálených bude vždy poskrovnu. Ostatní by se rádi zapojili, ale nezbývá jim příliš mnoho času. Věnují se tak mnoha oblastem, ale spíše ukusují z více koláčů najednou. Snažíme se, aby



Foto -jj-

informace a nápady z našich článků byly zjednodušením pro ty, kteří jsou ochotni čas od času vystoupit ze stínu dnešní předžvýkané televizní doby a účastnit se pozitivních změn okolo nás.

Přejeme vám, abyste i ve dnech odpočinku nalézali mnoho inspirace okolo vás a hlavně abyste našli chvíli podělit se o ni s ostatními. Jedním ze způsobů je právě náš časopis.

Váš Kompost.

-jj-



Ohlédnutí

Červen = netýkavka malokvětá

Už více než deset let je pro strakonické ochranáře měsíc červen spojen s dobrovolnickými pracemi spočívajícími v ručním **vytrhávání plevelné netýkavky malokvěté** na Kuřidle, Kalvárii a občas i na jiných místech (viz Kompost [č. 6/2012](#)). Tam, kde je zatím zachována původní pestrá květena a kde hrozí její vytlačení invazními plevele, jsou dvě možnosti – buď pro jistotu zasáhnout, nebo nechat vše být a jen sledovat, jestli se stav příliš nezhoršuje. Je docela těžké se rozhodovat, protože stejně jako kdokoliv jiný, máme i my neradi zbytečnou práci, ale na druhou stranu podcenit situaci by se také nemuselo vyplatit. I v takovém případě by pak výsledkem byly hodiny strávené vytrháváním – vyšlo by to tedy nastejno a navíc s mnohem větším rizikem. Volíme tedy první možnost a letos jsme opět vyrazili. A sice k datu 27. 6. zatím 2x ve dvou na Kuřidlo, 4x na Kalvárii.

Nejde totiž jen o to, abychom překlenuli období, kdy jsou invazní rostliny zatím ještě v přílišné výhodě před našimi. Jak už bylo řečeno v Kompostu [č. 11/2012](#), máme i další důvod – udržovat cenné lokality v takovém stavu, který je blízký přírodnímu a kam můžeme vodit účastníky našich akcí. Např. s programem CEGV Cassiopeia se na Kalvárii podívá během podzimu a jara spousta dětí a uvidí zde něco hezkého, nezapomenutelného. Kdyby mezi konvalinkami, kokoříky a jinými původními rostlinami na každém kroku vyrůstaly plevele, které děti znají ze zničených ploch, už by jejich dojem z pestré přírody nebyl tak silný.

V posledních letech se už občas setkáváme i s tím, že netýkavka na některých místech ustupuje, aniž by ji někdo vytrhával. Je pak otázkou, jestli její úbytek na „našich“ místech je výsledkem naší činnosti, nebo ne. Letos jsme viděli na Kalvárii, že silně **přibýlo míst s výskytem lilie zlatohlavé**, a je-li to i naší zásluhou, máme pocit spokojenosti z dobře vykonané práce. Došlo-li by k tomu i bez nás, měli bychom radost ještě větší - protože by to byla naděje, že časem bychom mohli práce omezit, aniž bychom něco riskovali. Viděli jsme, že na těch nejhůře přístupných místech, kde vždycky nějakou tu netýkavku přehlédneme, je jí každý rok plno, zatímco jinde (kde se porost zkontroloval a vyplel důkladně) je to čím dál tím lepší – takhle skutečnost zatím mluví celkem jasně pro pokračování prací. Budeme tedy chodit na naše lokality ještě i v červenci, dokud semena nedozrají. Navíc **je potřeba tu a tam „dohlédnout“ i na kopřivu, maliník, svízel přítulu, bez, ostružiník...** Pokud by se chtěl někdo přidat, bude pro nás vítanou posilou. Představa plahočení v příkrém svahu sice není nijak lákavá, ale tím spíš by bylo dobře, kdyby nás bylo víc a každý by šel jednou dvakrát ročně, a ne třeba desetkrát, což je přece jen hodně únavné a ani času na to není dostatek. Pak se snadno přihodí, že nějaké ohnisko zůstane. A je to škoda. **-ah-**



Lilie zlatohlavá, foto -vh-

Environmentální vyúčtování MŠ a ZŠ Čestice

S programem Recyklohraní naše škola opět přispěla k ochraně životního prostředí

Zapojením do celostátního programu Recyklohraní se snažíme nejen poučit a motivovat žáky v oblasti ekologie, ale také je aktivně zapojit do procesu ochrany životního prostředí. Spoluorganizátorem celého programu je společnost ASEKOL, která zajišťuje svoz a následnou recyklaci vybraného elektrozařízení.



Foto M. L.

Díky zpětnému odběru a následné recyklaci elektrika je možné výrazně přispět k řešení problémů se zásobami přírodních zdrojů, jako je například voda nebo ropa. Už zpětný odběr a recyklace 100 mobilních telefonů uspoří elektrickou energii za více než 2 200 korun nebo ropu potřebnou pro ujetí 417 km automobilem. Odevzdáním jednoho kusu notebooku dojde k úspoře 6,8 litru ropy nebo k úspoře 392 litrů pitné vody. Získávání druhotných surovin recyklací je navíc pro životní prostředí mnohem šetrnější, než by byla těžba primárních surovin přímo ze Země.

Z Certifikátu environmentální-

ho vyúčtování společnosti ASEKOL vyplývá, že žáci naší školy v loňském roce vytřídili 11 televizí, 28 monitorů a 910 kg drobných spotřebičů. Tím jsme uspořili 28 MWh elektřiny, 1 682 litrů ropy, 115 m³ vody a 0,8 tun primárních surovin. Navíc jsme snížili emise skleníkových plynů o 5,6 tun CO₂ ekv., a produkci nebezpečných odpadů o 23 tun.

Celkové výsledky za rok 2012 jsou opravdu impozantní. Díky sběru a recyklaci elektra se společností ASEKOL jen v loňském roce v České republice podařilo ušetřit více než 9 milionů litrů ropy, které mají v současnosti hodnotu přes 123 milionů korun, nebo skoro 198 tisíc MWh elektřiny, což je spotřeba celé České republiky za více než jeden den. Ušetřená ropa by pro změnu vystačila na 3 225 cest kolem rovníku automobilem s běžnou spotřebou. A na tom všem mají zásluhu ti, kteří si dají tu práci a zodpovědně třídí odpad, čímž velkou měrou pomáhají chránit naše životní prostředí. **M. L., ZŠ Čestice**



Překopávky

Stromy běžné a zajímavé? - XVI.

„Černá nožka“ a chléb, který svatojánským chlebem není.

Jasan ztepilý (*Fraxinus excelsior*)

V této části jsem se dal do popisování stromu, který je v naší krajině běžný. Jeho velkou předností pro nás je, že je snadno poznatelný, a to i v zimě. Snad každý si všiml, že jedna z našich dřevin má černé, vstříčně postavené pupeny. Větévka je rovněž zakončena černým pupenem. A tak, když tento strom před sebou vidíte, je to nepochybně jasan ztepilý. Někdy se jedná o malý stromek, často třeba jen křoví, různě olámané. Někdy je to mohutný jedinec, vysoký až 30 metrů, který nás svádí k prohlášení, že se jedná o dub. A to zvláště nevidíme-li vstříčně postavené, lichozpeřené listy a zmiňované pupeny. Jeho plodem je podlouhlá nažka - semeno s křidélkem. Kůra tohoto stromu je vrásčitá, podélně rýhovaná.

Třebaže se jedná o druh u nás původní, bývá často přehlížen jako podřadný strom. Přitom v dějinách lidstva zřejmě sehrál svou úlohu, protože jeho ohebné a zároveň pevné dřevo se používalo na výrobu kopí, luků a jiných zbraní. V dobách neválečných zcela prozaicky mohl posloužit jako materiál na násady kladiv, rýčů, lopat nebo krumpáčů. Jeho dřevo se používá také k výrobě nábytku a parket. Svou úlohu sehrává i jako parková dřevina, ale častěji se vyskytuje zcela neplánovaně na uvolněných místech poblíž lidských sídlišť nebo jen tak ve volné krajině. Zde rád obsadí vlhčí plochy s těžší půdou a v nadmořské výšce si také nevybírám. Je rozšířen od 200 do 1500 metrů n. m. S jasanem ztepilým se můžeme setkat např.



Dřezovec trojtrnný v areálu MŠ v Luční ulici ve Strakonici, foto -vh-



Jasan ztepilý u plaveckého stadionu ve Strakonici, foto -vh-

v Rennerových sadech, na Podskalí nebo jako návštěvníci plaveckého stadionu ve Strakonici jej vidíme poblíž plácku pro skate. Dříve zde stály jasanů dva. Bohužel, jeden z nich musel být pokácen z důvodů hostování dřevokazné houby. Druhý zůstal, ale ani jeho osud není příliš veselý. Je zcela neuváženě ozdoben visícími botami naší omladiny. To mimochodem vyvolává u některých „přímočaře“ myslících obyvatel pocit nepořádku, který by chtěli řešit třeba odstraněním stromu. O to pěknější je, že z nově vysazených jasanů je lemována pěší stezka od silničního mostu na Písecké ke kruhovému objezdu před Lidlem. Ale ani zde bohužel nejsou ušetřeny lidským rozmarům a jsou poškozovány. Inu, osudy stromů jsou různé a škoda, že k nám nemohou promlouvat ústy.

Dřezovec trojtrnný (*Gleditsia triacanthos*)

Abych zůstal u zpeřených listů, vybral jsem si opět jeden ve Strakonici se vyskytující strom. Je jím drobný, jemně olistěný druh, pocházející ze Severní Ameriky. Jeho listy jsou sudozpeřené, drobné a květy jsou nazelenalé a rostlé v hroznech. Na kmeni a větvích se vyskytují v drobných chomáčcích trny. Ty však mohou někdy i chybět. Dále

nás zaujme ve starším věku velkými, často pokroucenými lusky s plochými semeny. Lusky si dřezovec podrží někdy až do následujícího roku. U lidských sídel tento strom slouží pro okrasu. Ve Strakonících se s ním setkáme třeba v areálu mateřské školy v Luční ulici nebo nedaleko Dukelské školy v ulici Stavbařů. V poslední jmenované lokalitě se nalézá 13 jedinců dřezovce trojtrnného, variety 'Sunburst'. S přesnou determinací stromů jsem si nebyl jist, a tak jsem požádal o pomoc odborníka z OŽP MÚ Strakonice Ing. Ondřeje Feita. Ten určení stromů potvrdil u obou uvedených míst. Jinak mohutné stromy tohoto druhu můžeme vidět také třeba na Karlově náměstí v Praze. **-vh-**

Použitá literatura:

POKORNÝ, Jaromír a kol.: Stromy, Aventinum, 1998

PILÁT, Albert: Listnaté stromy a keře našich zahrad a parků. 1. vyd., Praha, SZN

Na slovíčko s šéfredaktorem - nejen o jídle

V Kompostu [č. 4/2013](#) jsi napsal o svých důvodech pro veganský styl života a spotřebitelský bojkot produktů živočišné výroby – s tím, že to nebylo ze dne na den, ale že se zkrátka v letech 2001 - 2004 začalo skládat něco, co přerostlo v nutnost činu. Jak to dopadlo, je známé z Kompostu, ale i z Tvých kurzů zdravého vaření, z [Krasce č. 18](#), z článku „Veganem z etických důvodů“, který vyšel ve Strakonickém deníku 12. 3. 2013, atd. Ale plno čtenářů, hlavně čtenářek, určitě zajímají podrobnosti – jak sis hledal informace, co na to rodina...

Vím to podle toho, že se na to čtenářky ptají mě. Jako knihovnice jsem k předávání informací pohotová, ale ne těch, které jsou osobního rázu. A tak všem říkám, že se mohou ptát v Ekoporadně nebo při akcích rovnou Tebe. A navíc že časem třeba o tom něco napíšeš. Asi nejčastější je otázka, jestli se Tvoji rodiče, u kterých jsi v době studií ještě bydlel, nebáli nějaké chyby, co by Ti mohla při přechodu na veganskou stravu ublížit na zdraví.

Obavy zde samozřejmě asi nějaké byly, ale byly brzy odbourány mým svědomitým přístupem v této věci. Od samého začátku asi bylo vidět, že to neberu na lehkou váhu a není to jenom nějaký krátkodobý úlet. Nejlépe to asi dokazovala rozmanitost připravovaných pokrmů, která byla od počátků mnohem větší než u většiny ostatních „konvenčně“ se stravujících lidí. A hlavně moje dobrá kondice.

Měl jsi v té době nějaké stejně smýšlející kamarády?

Pár stejně stravujících se známých jsem v té době měl, ale nechtěl jsem se nikdy rozhodovat podle nějakého tlaku okolí. Počínající bylo, že se postupem času přidávali další, a to i z řad blízkých přátel. Asi to nebylo zcela pod mým vlivem, spíše si myslím, že jsem tvořil příklad toho, že to bez problémů funguje. K rozhodnutí samotnému musí každý dospět sám, stejně jako já.

Našel jsi víc informací na internetu, nebo v knížkách? Byla možnost jet někde na nějakou přednášku?

Z obou pramenů přibližně stejně. Dnes je dostupnost informací tak velká, že stačí jenom chtít se něco dozvědět. Přednášek jsem také pár navštívil. Mnoho pozitivních podnětů jsem „obdržel“ i na festivalu mé oblíbené hudební odnože - hardcore - Fluff fest v Rokycanech, kde je tento životní styl mezi účastníky víceméně normou.

Vynechal jsi maso a pak i ostatní živočišné potraviny během krátké doby, nebo jsi ubíral jednu po druhé v delším časovém úseku?

Živočišných produktů ve svém jídelníčku jsem se zbavoval postupně - v horizontu několika málo let. Nechtěl jsem nic podcenit, chtěl jsem, aby bylo všechno dokonalé. Na druhou stranu si myslím, že ani jednorázový přechod na tuto stravu není problematický, vždy záleží na informovanosti.



Dříve...

Učil ses vařit po vegansku metodou „pokus – omyl“, nebo jsi se řídil recepty, které ses někde dozvěděl?

Musím říci, že se objevilo minimum jídel, které by mi nechutnaly. Vždy jsem se spíše snažil „předělávat“ klasické pokrmy do rostlinné varianty a soustředit se nejen na výživnou hodnotu, ale také na chuť, aby byla jídla atraktivní i pro ostatní, pro které nejsou mé důvody směrodatné. Tzn. guláše, řízky, karbanátky, omáčky...vše, co je pro českou kuchyni typické. Troufám si říci, že každé jídlo se dá vytvořit „po vegansku“ a tak, aby bylo chuťově vynikající. Klasické kuchařky a recepty využívám spíše jako inspiraci, málokdy se jich striktně držím.

Co z toho Ti hned chutnalo, a co třeba až po čase?

Samozřejmě, že chuťově vedly nejrůznější rostlinné alternativy živočišných potravin, které umožňují stejné kulinářské úpravy, na které byl člověk zvyklý. Objevil jsem i celou škálu chutí, které jsem dřív neznal,

a to díky nově objeveným potravinám (červená čočka, avokádo atd). Naopak méně mi chutnají klasické dělené makrobiotické talíře.

Spisovatel Jan Jícha v knížce „Dva roky bez prázdnin“ píše o období, kdy celá rodina hlavního hrdiny kvůli onemocnění mladší sestry roztroušenou sklerózou přešla na makrobiotickou stravu. Příběh vychází ze skutečných událostí, a jak potvrzuje autorova manželka Klára v knížce „Víme, co jíme“, bylo to dobré rozhodnutí. Nějakou dobu ale trvalo, než si všichni zvykli – nejen na chuť nových jídel, ale i na to, že zpočátku měli pocit nedostatku energie. Teprve časem se to změnilo a teď už by rozhodně neměnili. Máš podobné zkušenosti?

Rozhodně ne. Nemyslím si, že změna ve stravování by měla být něco, do čeho by se člověk musel nutit nebo si na to nějakým násilným způsobem zvykat. Jsem přesvědčen, že i zdravá a léčivá strava se dá připravit tak, aby člověk chuťově nestrádal. Opak může plynout z nedostatku informací a zkušeností v kuchyni. Stejně tak je tomu se zmiňovaným nedostatkem energie. Já jsem na tom přesně opačně, po přechodu na rostlinnou stravu se fyzická výkonnost zvyšuje. Zaregistroval jsem ve svém okolí pár případů, kdy se lidé po změně stravování potýkali s nějakou slabostí, ve většině případů to bylo způsobeno nevhodně poskládaným jídelníčkem.

Ty sám jsi vystudoval Vysokou školu zemědělskou. Vyučující vám vštěpovali tehdejší představu o tom, že rostlinné bílkoviny je nutno doplňovat živočišnými a jinak že to ani nejde. To vše se často píše ještě i dnes.

S těmito názory je možné se setkat ještě dnes, i když se samozřejmě nezakládají na pravdě. Naštěstí se informovanost v této oblasti hodně zvýšila a i články publikované v mainstreamových periodících jsou o dost smířlivější než před několika lety. Určitě je to pozitivní posun, dnes jsou daleko lépe dostupné i informace např. o vrcholových veganských sportovcích, které tyto teoretické poznatky převádějí do praktické roviny.



Známe se přes dva roky a můžu potvrdit, že máš zdraví i energie víc, než je běžné. Někdo to ale může přikládat Tvému mládí nebo tomu, že jsi třeba zdědil odolnost po předcích.

Pro lidi je přirozené, že budou vždycky hledat důvody, proč by to tak nemělo být. Naštěstí mám možnost srovnání s dobou, kdy jsem se stravoval jako oni, a jsem na tom ve všech ohledech lépe než předtím. Moji předkové v tomto ohledu nebyli nikterak výjimeční. A v neposlední řadě - co by mělo být důležitějším faktorem pro zdraví i v jiném než mladém věku, než je strava? Myslím si, že je to nejučinnější možnost udržení kondice a pevného zdraví do vysokého věku.

Znáš osobně někoho, kdo je veganem ještě o hodně déle, než jsi Ty? Třeba někoho, kdo na tu myšlenku přišel v mládí, podobně jako Ty, ale je mu teď kolem padesáti nebo i víc?

Pár lidí ano, i když jich není tolik. Prudký rozvoj těchto alternativních výživových směrů je otázkou několika posledních desetiletí. Takže věřím, že v příští generaci jich bude mnohonásobně více, včetně mě.

A co jiné způsoby utužování kondice, než je zdravá strava?

Samozřejmě velice důležitá je pravidelná fyzická aktivita, třeba spojená i s otužováním - to zvyšuje odolnost fyzické schránky. Dalším dílem skládky

Nyní... žádný podstatný rozdíl

je pak psychická pohoda a pocit naplnění. Bez vědomí toho, že má člověk život ve svých rukou a může o něm plně rozhodovat, to nejde.

Volba rostlinné stravy, jejíž produkce je k přírodě oproti živočišným produktům mnohem šetrnější, přispívá i k ochraně životního prostředí. A co dalšího ses rozhodl pro přírodu dělat?

Stravování je opravdu jeden z nejpodstatnějších (i když nejméně viditelných) způsobů „pasivní“ ochrany přírody. Z těch aktivních jsou to např. činnosti prováděné v rámci ZO ČSOP Strakonice. Mám obrovské štěstí, že se mohu této oblasti věnovat i v rámci svého zaměstnání a nějakým způsobem působit na své okolí

Určitě Ti každou chvíli někdo řekne, že pro Tvoje zdraví je veganský způsob života dobrý a už to samo je pro Tebe dostatečným důvodem se ho držet - ale že Tvůj hlavní cíl, osvobození zvířat, se zdá být takřka nedosažitelný.

Pokud se na globální problémy budeme koukat z pohledu jednoho konkrétního člověka, může se to tak zdát. Bohužel se lidé pod tento pohled schovávají, i když mají velkou moc něco změnit - každý stejnou. Pokud si každý z nás řekne, že nic měnit nebude, protože je tu dost dalších, kteří to ale také neudělají, nikdy se nic nezmění. A to je největší bolest dnešní doby.

Víš o někom, kdo se nechal inspirovat vysloveně Tvým příkladem? Například na mě to platí – sice jsem se o poměry ve velkochovech zajímala už dávno, ale myslela jsem, že veganství je příliš extrémní způsob stravování a že je nebezpečné o něm uvažovat. Sice jsem knihovnice, takže

si snadněji než jiní umím informace hledat, ale taky vím, že ne všemu se dá věřit. Od Tebe mám spoustu nových poznatků, a protože Tě znám jako nezištného člověka, mají pro mě mnohem větší váhu než to, co píše někdo cizí.

Ano, pár by se jich našlo. A jak jsi to správně pojmenovala - inspirovali se příkladem. Rozhodnutí musí už každý učinit sám. Hodně důležité je také to, že i když mnoho lidí neudělalo radikální změnu, i posun takovým směrem (např. snížení konzumace některých potravin) je velmi podstatný a může přispět k pozitivní změně. Stravování má zhoršenou pozici, neboť se s ním lidé setkávají několikrát denně a v době, kdy ztvárňují své štěstí v těchto prožitcích, je velmi složité vytvářet souvislosti mezi jídlem a utrpením zvířat. Ale já pevně věřím, že se situace bude i nadále měnit správným směrem. A že čím dál tím víc lidí vezme zodpovědnost do svých vlastních rukou. *-ah-, -jj-*

Ornitologické časopisy a zpravodaje

V Kompostu [3/2012](#) jsme na str. 8 přinesli seznam (nejen) internetových periodik, zabývajících se ekologickými tématy. V tomto čísle přinášíme přehled časopisů (tištěných i elektronických), které se věnují ornitologii. Jako popis uvádíme formu časopisu, periodicitu, adresu pro objednávky, případně odkaz k podrobnějšímu pojednání nebo poslednímu číslu.

Acrocephalus - zpravodaj Slezské ornitologické společnosti, pobočky České společnosti ornitologické v Ostravě - tištěný, nepravidelně, možno objednat na sos.cso@seznam.cz, více [zde](#)

Aythya - zpravodaj zaměřený na monitorovací projekty vodních a mokřadních druhů ptáků - tištěný

Buteo - zprávy Skupiny pro ochranu a výzkum dravců a sov při České společnosti ornitologické (SOVDS) – tištěný, ročník, možno objednat na cso@birdlife.cz, více [zde](#)

Cinclus - časopis Pobočky ČSO na Vysočině pro ochranu a výzkum avifauny – tištěný, nepravidelně, vysocina@birdlife.cz, více [zde](#)

Columba - zpravodaj Západočeské pobočky ČSO - tištěný, dvakrát ročně, možno objednat na schropfer@oaplzen.cz více [zde](#)

Crex - zpravodaj Jihomoravské pobočky ČSO - tištěný, ročník, možno objednat na jmpcso@seznam.cz, více [zde](#)

Kominíček - zpravodaj Severočeské pobočky ČSO - tištěný, dvakrát ročně, náhled [zde](#)

Moudivláček - zpravodaj Moravského ornitologického spolku – středomoravské pobočky ČSO - tištěný, dvakrát ročně, více [zde](#)

Panurus - sborník Východočeské pobočky ČSO - tištěný, nepravidelně, více [zde](#)

Prunella - zpravodaj Oblastní ornitologické sekce při Správě Krkonošského národního parku - tištěný, ročník, více [zde](#)

Ptačí svět - popularizační časopis ČSO - tištěný, dvakrát ročně, možno objednat na cso@birdlife.cz, více [zde](#)

Sluka - regionální sborník Holýšovského ornitologického klubu - tištěný, nepravidelně, možno objednat na schropfer@oaplzen.cz, více [zde](#)

Spolkové zprávy ČSO - tištěný, čtyřikrát ročně, více [zde](#)

Sylvia - časopis České společnosti ornitologické - tištěný, ročník, možno objednat na sylvia@birdlife.cz, více [zde](#)

Vanellus - zpravodaj Skupiny pro výzkum a ochranu bahňáků (SVOB) - elektronický, nepravidelně, ke stažení [zde](#)

Zpravodaj IBA - informační zpravodaj pro členy patronátních skupin ve významných ptačích územích, tištěný, dvakrát ročně, možno objednat na malkova@lf.czu.cz

Zpravodaj SOVDS (Skupiny pro ochranu a výzkum dravců a sov ČSO) - elektronický, nepravidelně, více [zde](#)

Zpravodaj Východočeské pobočky ČSO - elektronický, nepravidelně, ke stažení [zde](#)

Zprávy Moravského ornitologického spolku - tištěný, nepravidelně, možno objednat na strakova@prerovmuzeum.cz, náhled posledního čísla [zde](#) *-jj-*

Kam o prázdninách?

Třeba někam k vodě...

Vybavil-li se vám při čtení nadpisu závěr filmu „Jáchyme, hoď ho do stroje!“, určitě vás nepřekvapí naše doporučení jet k vodě raději vlakem, než autem. Nebo na kole, případně jít pěšky. Tím spíš, že náš časopis je zaměřený na ochranu přírody a na cestování co nejvíc ohleduplné k životnímu prostředí. Zrovna v minulém čísle jsme tomuto tématu věnovali celý článek. Na www.csop-strakonice.net si můžete přečíst podrobné zápisy z výletů pro veřejnost, které naše strakonická knihovna ve spolupráci se ZO ČSOP pořádá už řadu let. Je jich kolem 15 do roka, prochodili jsme už kde co, a přesto jsme pořád ještě zdaleka neviděli všechna zajímavá místa v okolí. Navíc příroda je tak proměnlivá, že i

při opakované cestě ke stejnému cíli najdeme vždycky něco nového.

Zvlášť pěkným a lehce dostupným územím je např. rybník Řežabinec, který se nachází kousek od ražického nádraží – viz zápis např. [zde](#) nebo článek v [Krasci č. 10](#) na str. 4.

Co zde návštěvníka čeká? Pěkně připravená naučná stezka zaměřená hlavně na zdejší pestrou obsádku ptactva, připomínka pravěkého osídlení, pozorovací věž, příjemná procházka ve stínu stromů skrývajících svá tajemství... A co tam nečeká? Stánky s občerstvením, parkoviště a další lákadla pro turisty. To ale každý, kdo má rád přírodu, pokládá za přednost. Svačinu si může člověk vzít s sebou, ale klid a ticho ne.

Na návštěvu

Je jasné, že každý je jiný a má jiné představy o hezky stráveném dni. Kdo má rád ruch, má ho mít a také se ho snadno dopracuje skoro kdekoliv. Kdo ho rád nemá, má to těžší. A také jsou tu kromě nás další obyvatelé krajiny – což jsou vlastně naši hostitelé. Pohybujeme-li se v jejich domovině, je to jako bychom přišli k někomu do obýváku. Místa s relativně neporušenou přírodou (Řežabinec, Katovická hora, háj Míchov, část lesa na Kuřidle...) musí být chráněna zákonem, aby se aspoň tam zachovalo původní prostředí příznivé pro stromy, květiny, zvířectvo i všelijakou žoužel. I tak jsou tyto lokality ohroženy dusíkatými spady z ovzduší, zavlečenými druhy rostlin atd.

Ve vyváženém přírodním společenství zbytečně jeden druhému neškodí, konkurenční chování se omezuje jen na nejnужnější míru. Je fascinující si uvědomit, jak ve fungujícím ekosystému je vše propojeno a jak pružně se tyto vztahy přizpůsobují okolnostem. Bohužel ty se mění tak rychle a dalekosáhle, že s tím příroda nepočítala. Počítala se souvislým vysokým porostem - se smíšenými lesy plnými vodních toků, mokřadů a jezírek a všechny mechanismy jsou „nastavené“ podle toho. Nelze se tedy divit např. tomu, že nad našimi poli, sídlišti a silnicemi se ve velkém přehřívá a vysušuje vzduch (což přispívá k nebezpečí příválových dešťů).

Kdo je ochotný uznat, že nejsme v krajně sami, dokáže uvažovat i o tom, co by k různým našim rozhodnutím řekli i ti všichni bezejmenní kolem nás. Nemusíme je nechat nás přehlasovat, jsme jedni z nich a chceme své místo na slunci, ale brát na ně ohled není nic víc než to, co sami chceme pro sebe.

Za inspirací

Při prázdninových cestách člověk vidí všelicos. Stromy s nešetrně uříznutou půlkou koruny, ale i stromy vzorně ošetřené odborníkem, zahrady a parky připomínající zelenou poušť, ale i zákoutí plná života, rybníky jako továrny na ka-pří maso, ale i vody obydlené nejrůznějšími druhy ryb a ptactva, a tak se dá porovnávat a přemýšlet. Velmi hezkou zkušeností, že lze zařídit se pohodlně a příjemně, a přitom myslet i na přírodu, je například návštěva přírodní zahrady v Rudolfově, v Jindřichově Hradci (zde jde o trvalkovou školku, kde se dá i nakupovat) nebo třeba v Příbrazí. Bližší informace o nich najdete [zde](#), [zde](#), nebo [zde](#).

Na tábor

Kdo by si na celý život nezapamatoval zážitky z táborů, kde mohl vnímat přírodu ve dne v noci... V turistických, skautských, vodáckých nebo přírodovědných kroužcích pak mohou děti na to vše navázat a plynule pokračovat i během školního roku. Je pravda, že cesty do přírody jsou spojeny i s rizikem - i při nejlepší opatrnosti se může něco stát. Pokud ale se děti jen přesouvají z domova do auta a z auta zase někam jinam do pohodlí, je to ještě větší riziko. A tak se těšíme, že se s některými z vás třeba sejdeme v září v kroužku MOPíků. Schůzky lze navštěvovat i nepravidelně a dokonce i bez dítěte, protože je zaměřen jak na děti, tak na jejich dospělé přátele.

Článek vyšel v jiné podobě ve Zpravodaji města Strakonice [č. 7/2011](#). -ah-



Rybník Řežabinec, foto -jj-

Já, kráva...

Narodila jsem se do světa plného hluku a pachů. Můj mulec nasává vůni čerstvé slámy a sladkokyselý senáže. Nadevše nejkrásněji však voní moje máma. Voní mlezivem. Je tu, olizuje mě a pomáhá mi na vratké dlouhé nohy. Ještě jeden pokus a už stojím. Mám jediný cíl. Chci se napít životadárného mléka. Ani nevím, odkud to vím, ale vím, kde ho najít. Sotva nasaji, bříškem se mi rozlije příjemné teplo a chce se mi spát. Narodit se, to je fuška. Ulehám vedle své voňavé černostrakaté mámy a okamžitě spím.

Probudí mne hrozný křik. Rozhlížím se. Cítím, že je máma neklidná. Vidím útlého tvora, který má v ruce klacek a zběsile jím mává naším směrem. Člověk. Odvádí si mámu pryč. Stojím u hrazení. Dívám se na její vzdalující se voňavé tělo. Volám na ni, ať se ke mně vrátí. Mám strach. A také hlad. Chci jí mít vedle sebe. Ale ten tvor, člověk, ji nemilosrdně žene ode mne. Maminka se na konci dlouhé chodby otáčí. Vidím její laskavé oči. I ona na mne volá. Ráda by se vrátila. Když ji člověk praští tím dlouhým klackem, vzdává se a odchází docela. Nevidím ji, ale slyším. Slyším stále, jak na mě volá. Říkám si, jistě se ke mně vrátí. Musí! Bučím jí v odpověď a tlačím se na kovové zábrany. Když se dlouho nic neděje, jsem už tak unavená, lehnu si tedy na místo mé voňavé mámy. Zrovna tam, kde ležela. Ještě ji cítím...

Opět mne něco budí. Otevřu oči. Máma tu stále není. Je tu zase ten člověk. Tentokrát není útlý a nekřičí. Bere mě do svých všemocných údů a nakládá na vozík. Někam mě veze. Počkat! Jak mě máma najde? Mám na ni čekat tady!!! Chci vstát a rozběhnout se zpět. Další ruce mě však zadrží. Po chvílce mě pouští a já se ocitám v malé ohrádce okolo dřevěné budky. Není to tu vůbec špatné. Vzduch voní kytkami a sláma je měkká. Vidím kolem sebe další budky a další telátka. Ale máma tu není. A tak na ni volám. Ruce to asi špatně pochopily, protože přede mne strkají kovovou nádobu a nutí mne sklonit k ní hlavu. Nechci! Chci mámu! Jenže jak mi ohnou krk, zjišťuji, že to voní jako mámino mléko. Docela jako ono. Vlastně z toho cítím celou svou nádhernou mámu. Když polykám, zase mám ten příjemný pocit v bříšku. Piji a jsem na chvíli šťastná. Sotva zvednu hlavu, vzdalují se ruce i miska. Přitisknu se k ohrádce a zkouším pevnost. Nejde zdolat. A tak volám: „Mamí, mamí!“ Někde v dálce slyším odpověď. „Holčičko moje.“ Slyším ji. Cítím ji. Proč tu tedy se mnou není? Jsem však unavená, a tak brzy usínám.



Kresba Jitka Komanová

Zdá se, že je ten svět jen pro člověka. Ten se pohybuje docela volně. Místo trávy se brodím špinavou slámou a to mě štve....

Jednoho dne se mi však i toto přání plní. Dostávám se do ráje!

Předchází tomu hrozná věc. Křičící člověk s klackem nás nahnal na vratkou půdu a pak s velikým lomozem s naší podlahou pohyboval. Bála jsem se úplně nejvíc. Pak se dřevěné dveře vozu sklopily a před námi byla zelená louka. Nejdříve jsem se bála na to neznámé šlápnout, ale ten křičící tvor mě rychle přesvědčil, že je to jediná možná cesta k přežití. Tak jsem skočila. Nejen, že to bylo měkké a skvělé k běhání! Dalo se to i jíst! Tráva je nejlepší věc na světě!

Když přišla zima, zmizela tráva. Zmizel i ten otravný hmyz. Člověk nás opět zahnal do stáje, kde bylo sice teplo, ale také hrozně málo místa. Nedá se tu běhat. Každé ráno nás drží za hlavy u žlabu a moc nechápu, co se děje. Mé tělo je už veliké. Cítím se jinak. Roste mi břicho a nějak vím, že se mi brzy narodí mládětko. Jak by to bylo možné, netuším. Ale už to tak asi bude. Brzy.

Už to přišlo. Člověk mě zase s lomozem přemístil na pohyblivé podlaze a už jsem se tolik nebála, protože tohle už znám. Pouští mne na místa, kde to poznávám. Jako bych tu už byla. Nemám moc čas to vnímat, protože mám silné bolesti. Tohle nemůžu přežít. Rodím. Člověk mi pomáhá, ale bolí to, bolí. Najednou se to stalo. Mám telátko. Moje vlastní dítě! Je krásné! Nejkrásnější! A voní! Olizuju ho. Pomáhám mu na nožičky. Je tak nemotorné. A snaživé! Jsem na něj hrdá! Už pochopilo. Pije mi z nateklého vemene. Cítím opravdové štěstí. Jsme tím porodem oba unavení, a tak vedle sebe usínáme. Mulec mám zabořený do jeho měkkých chloupků. Vau.

Budí mě křik. Člověk se svou prodlouženou rukou mne pobízí. Chce, abych vstala a šla chodbou. „To ne! Je tu mé dítě! Nech mě, prosím, s ním.“ Člověk je však neúprosný. Žene mě pryč, ač ho tolik prosím. Na konci chodby se otáčím. Vidím své strakaté dítě, jak se mačká na kovové zábrany a volá za mnou. Také zabučím. Vrátit se však nesmím. Už ho nikdy nevidím...Jsem totiž kráva. Vysokoprodukční dojnice! Člo-

věk mi pomohl na svět, abych mu sloužila. Abych mu ze sebe dávala den za dnem to nejlepší. A tak to je a bude. Až nebudu schopna být dostatečně produkční, život mi odejme. Učím se být vděčná, učím se být pokorná. Člověk je totiž Bůh.

Jitka Komanová

Ochrana přírody – 3. díl – Na zahradě

Na první pohled se může zdát, že zahrada je za jakýchkoli okolností přínosným přírodním prvkem. Dnešní styl však u velkého množství z nich tento velký ekologický potenciál výrazně snižuje a tvoří z nich v lepším případě plochu bez zvláštních výhod pro životní prostředí. V horším případě může mít její provedení negativní dopad na prostředí zahrady samotné i jejího širšího okolí. Základním ukazatelem „přínosu“ zahrady pro životní prostředí je biodiverzita – rozmanitost rostlinstva i zvířecích obyvatel. S tímto úzce souvisí i širší ekologické dopady, které můžeme významně ovlivňovat způsobem obhospodařování našeho pozemku. Řada základních pozitivních zásahů koresponduje s myšlenkami ekozahrady a permakulturními principy. Těm jsme se věnovali na stránkách Kompostu v našem seriálu v číslech 5 - 12/2012. V tomto systému jsou provázány všechny složky svými přirozenými mechanismy a je v něm nutný komplexní přístup od samotného založení zahrady. V tomto článku přinášíme několik drobnějších, avšak podstatných a účinných postupů ke zvýšení biologického přínosu vaší zahrady, a to i v případě, že už je dávno založená a hospodaříte na ní „klasickým“ způsobem.

Rozmanitost ve všech ohledech

Naším cílem by mělo být vytvoření co možná nejrozmanitější škály malých biotopů. Na tuto zásadu je možné nahlížet z mnoha úhlů pohledu. Aby ekologicky šetrný ráz neomezoval naše potřeby, můžeme se pokusit zahradu rozčlenit na část okrasnou (v klasickém podání s pěstěným trávníkem), část užitkovou (sloužící k produkci) a část divokou (s minimem zásahů). Rozmanitost posílíme zařazením vodních, stepních, lesních aj. prvků. Flóra zahrady by měla být bohatě zastoupena všemi patry – bylinným, keřovým i stromovým. Stromy a keře (pokud to situace umožňuje) volíme hodnotné, co nejvíce odpovídající původem (s minimem exotických druhů). Všeobecně přijímaná uniformita zahrady vede ke snižování biodiverzity, naopak vyšší míra „neuspořádanosti a nahodilosti“ připraví domov pro širší škálu fauny, jejíž výskyt je tím nejspolehlivějším ukazatelem tohoto faktoru.

Koloběh látek

Článek, který dalekosáhle ovlivňuje i okolní životní prostředí, jsou energetické vstupy do koloběhu látek v naší zahradě. Můžeme si pod tím představit nákup hnojiv, substrátů k výsadbě, látek k ochraně rostlin atd. Mnoho z toho můžeme minimalizovat správným kompostováním. Tomu už jsme se na stránkách časopisu mnohokrát věnovali, proto snad pouze [odkaz](#) na prezentaci z přednášky, která na toto téma proběhla v květnu. Z ní se dozvíte nejen výhody kompostování, ale i praktické rady. Naproti tomu nekontrolovaný rozklad materiálu bez přístupu vzduchu zapříčiňuje vznik skleníkových plynů, přílišné používání minerálních hnojiv kontaminaci spodních vod a nákup rašeliny poškozování hodnotných lokalit její těžbou. Mnoho energie i času ušetříme i např. mulčováním pomocí některých rostlinných odpadů.

Trávník – věčné téma

Otrocké sečení benzinovou sekačkou několikrát do měsíce určitě není nejvhodnějším postupem jak pro nás samotné, tak pro prostředí zahrady a bližšího okolí. Pomoci by mohlo právě rozčlenění zahrady do menších ploch dle intenzity využívání i sešlapávání. Samozřejmě, že nejšetrnějším udržováním trávníků je ruční kosení – i když není proveditelné každým, ve všech případech a na všech částech pozemku. Pokud bychom chtěli jít ještě dále, ideální volbou je mozaikovitě sečení (některé části pozemku jsou posečeny s časovým odstupem), které není tolik degradující pro živé osazenstvo trávníku a populace živočichů i rostlin mají lepší možnost znovuosídlení prostoru. Tento postup je aplikovatelný i pro mechanické sečení a můžeme jej rozplánovat právě dle využívání různých částí zahrady. Dobrým ukazatelem biologické aktivity trávníku může být např. osídlení motýly (viz článek v [Kompostu 6/2012](#) na str. 11).

Drobné rady

Mnoho rad, souvisejících s minimalizací vstupů látek k ochraně rostlin proti chorobám a škůdcům atd., najdete v publikacích zabývajících se právě permakulturními principy (např. v [této](#), [této](#) nebo [této](#); první dvě si můžete zapůjčit v Ekoporadně). Zejména také proto, že se jedná o velmi široké téma a není v možnostech tohoto článku je uvést na pravou míru. Dalšími tématy šetrnější zahrady mohou být energetické úspory (právě v již zmíněném sečení a minimalizaci nákupu materiálů), úspory vody (ve vyřešeném způsobu zachytávání dešťové vody, v přeneseném slova smyslu i ve zvýšení retenční kapacity zahrady jako takové) a v neposlední řadě - zajištěním části našeho jídelníčku minima-



Jeden z hmyzích hotelů, foto Josef Legát

lizujeme svoji závislost na dovozu potravin. Pro další posílení biodiverzity můžeme na zahradě zřítit mnoho vlastnoručně vyrobených prvků – např. hmyzí hotel nebo broukoviště (inspirace např. [zde](#)). Ptačí faunu přilákáme právě bohatým hmyzím osídlením, ponecháním doupného stromu nebo samozřejmě zřízením krmítek a ptačích budek (viz např. [Kompost 1/2013](#) - str. 6). -ji-

Strakonická Kalvárie – krátký pohled do života šneků

Není to tak dávno, co jsem se vypravil se skupinkou spřízněných lidí na strakonickou Kalvárii (na pravý břeh Otavy naproti



Vřetenatka obecná a svinka - železniční viadukt blízko Kalvárie ve Strakonících, foto -vh-

Podskalí). Cíl byl tehdy úplně jiný, ale přesto jsem se neopomněl podívat k viaduktu vedoucímu od kempu k zahrádkářské kolonii. Viadukt byl kdysi dávno opraven vápennou maltou a díky zastínění a blízkosti vody se těší výskytu nepočtené, ale milé měkkýší fauny. Tu můžeme pozorovat hlavně po dešti a za podmráčeného počasí. Kromě všudypřítomného hlemýždě zahradního (*Helix pomatia*), zde nalezneme páskovku keřovou (*Cepaea hortensis*), vlahovku narudlou (*Monachoides incarnatus*), při patě kamenného tarasu srstnatku chlupatou (*Trochulus hispidus*) a jistě nás zaujme vřetenovitá ulita vřetenatky obecné (*Alinda biplicata*). Určitou specialitou je výskyt skalnice kýlnaté (*Helicigona lapicida*). Při troše štěstí je zde k vidění lesklá skelnatka západní (*Oxychilus draparnaudi*). Kromě invazního plzáka španělského (*Arion lusitanicus*), přítomného bohužel všude u lidských sídel, je zde možno pozorovat plzáka hnědého (*Arion fuscus*). V blízkém okolí se vyskytuje plamatka lesní (*Arianta arbustorum*) a v nedaleké Kalvárii je možno vysledovat velkého slimáka popelavého (*Limax cinereoniger*). Blízko vody nalezneme jantarku obecnou (*Succinea putris*) a ve vodě, v zátoce pod stinným svahem u kempu, je k vidění uchatka toulavá (*Radix*

Zajímaví brouci

Potřetí píši do Kompostu o zobonoskách – tentokrát o zobonosce topolové (*Byctiscus populi*). 17. května 2013 jsme se u Nové Vsi (Plzeň – jih) setkali s více dospělci této zobonosky na listech topolu osiky. Na výletě organizovaném ZO ČSOP Strakonice 18. 5. jsme našli na osice smotky z listů, které vytvářejí dospělé zobonosky pro vývoj svého potomstva. 23. 5. mně v Chanovicích při prohlížení smotku na osice vypadl do dlaně dospělý brouk. Přidávám ještě pár údajů z literatury: Samička zobonosky topolové slepuje zpravidla z jediného listu úzký, jen 1,3 mm silný, protáhlý smotek. Svrchní strana listu se stává vnitřní stěnou smotku. Do smotku vkládá většinou jen jediné vajíčko. Protože samička poškodí listový řapík, na němž smotek visí, smotek po určité době uvadá a padá na zem. Larva jej opouští a vlézá do půdy, kde se mělce pod povrchem zakuklí.



Zobonoska topolová, foto Josef Legát



Tesařík pruhovaný, foto Zdeňka Burghout

17. května jsme u pramene Kloubovka u obce Kotouň (Plzeň – jih) vyfotili ještě jednoho zajímavého brouka – samičku tesaříka pruhovaného (*Oxymirus cursor*). Tento brouk se vyvíjí v jehličnatých i listnatých dřevinách. V potůčku, který vytváří pramen léčivé vody Kloubovky, rostla hojně malá houba jménem vodnička potoční (*Cudoniella clavus*) – viz HOLEC, Jan, BIELICH, Antonín, BERAN, Miroslav: Přehled hub střední Evropy, Academia, 2012, str. 118. Ta se má vyskytovat ve vodě čistých potoků a prameništ. **Eva Legátová**

Použitá literatura:

ZAHRADNÍK, Jiří: Brouci (fotografický atlas), Aventinum, 2008

Veget na pokračování – 17. díl – Hlavní skupiny živin ve vegetariánském jídelníčku

V tomto díle se podíváme již na konkrétní plánování bezmasého jídelníčku z hlediska hlavních skupin živin, kterým byla důkladnější pozornost věnována v několika posledních pokračováních našeho seriálu. Zjednodušeně řečeno – na které hlavní „komponenty“ našeho talíře bychom se měli soustředit před nákupem a přípravou jídla.

Sacharidy

Základní palivo pro náš organismus. Jejich zastoupení v jídelníčku by mělo tvořit okolo 60 % energetického příjmu. Nejlepší formou pro příjem složených sacharidů jsou potraviny z celých zrn – obilných lepkových (pšenice, špalda, žito, ječmen, oves), obilných bezlepkových a pseudoobilných (kukuřice, jáhly, rýže, pohanka...) a luštěnin. Můžeme využívat pokrmy z celých zrn, celozrnné výrobky nebo celozrnné mouky k vaření a pečení. Celozrnné potraviny budou ve všech ohledech biologicky výhodnější než dnes běžně rozšířené potraviny z vymílané mouky. Pro příjem jednoduchých sacharidů (který bychom se však měli snažit omezit) je nevhodnější ovoce, na minimum bychom se měli snažit snížit zastoupení rafinovaných cukrů a výrobků z nich. Alternativu pro slazení může představovat právě ovoce, případně přírodní sirupy. Velké nebezpečí představují umělá sladidla (sacharin, aspartam atd.).

Bílkoviny

Složka potravy nezbytná pro výstavbu tkání. Energeticky by měla tvořit max. 15 % jídelníčku (i když se do energetické bilance přímo nezapočítávají, jelikož nejsou primárním energetickým zdrojem). Požadavky na příjem bílkovin jsou navzdory novým poznatkům zbytečně přeceňovány. Jejich potřeba se udává do 1 g na 1 kg váhy a den. I čistě rostlinnou stravou je možno bez problémů plně uspokojit požadavky na příjem bílkovin i pro skupiny těžce pracujících nebo sportovců. Výborným zdrojem bílkovin jsou zejména luštěniny (obsahy bílkoviny 20 – 45 %) . Sója a výrobky z ní obsahují kompletní spektrum esenciálních aminokyselin. Ostatní druhy luštěnin jsou na tom podobně, doporučuje se je kombinovat v jídelníčku s obilovinami (pro vyvážené spektrum aminokyselin). Obiloviny samy o sobě obsahují kolem 12 % bílkovin, vzhledem ke konzumovaným množstvím jsou i podstatným zdrojem této živiny. Doplnkovým zdrojem bílkovin jsou ořechy, semena a zelenina.

Tuky

V energetickém mixu by měla být tato živina zastoupena 20 – 25 %. Zjednodušeně řečeno – tuky z většiny rostlinných zdrojů jsou zdraví výrazně prospěšnější než tuky živočišné (prevence srdečně cévních chorob atd.). Dostatek kvalitních tuků je možno v jídelníčku zajistit pravidelnou konzumací celých zrn a semen a také výrobků (olejů) z nich (slunečnice, len, dýně, konopí, mák...). Dobrým zdrojem kvalitních tuků jsou také ořechy (případně oleje z nich) a také některé plody (olivy, avokádo...a výlisky z nich). Výjimkou jsou některé tropické oleje (palmový, kokosový) vzhledem k nepříznivému poměru nasycených a nenasycených mastných kyselin.



Plnohodnotné vegetariánské jídlo, foto -jj-

Vitaminy, fytochemikálie, antioxidanty

Stovky různých látek, významných zejména pro nejrůznější metabolické pochody v organismu a pro prevenci mnoha civilizačních chorob. Nalezneme je ve všech druzích čerstvého a barevně výrazného ovoce a zeleniny. V těchto potravinách doprovázejí vlákninu a některé minerální, proto pravidelná konzumace rozmanité škály plodů (případně salátů z nich) je pro naše tělo velice důležitá.

Minerály (zejména vápník, železo, hořčík, selen, zinek, jód, draslík atd.)

I když je zastoupení některých minerálů v různých potravinách rozdílné, můžeme zde vysledovat určité souvislosti. Množství přijímaných minerálních látek výrazně navýšíme zodpovědnou konzumací celozrnných výrobků. Zásobárnou mnohých minerálů jsou ořechy, semena a většina druhů zeleniny a ovoce. V tmavé listové zelenině nalezneme významná množství vápníku. Pro lepší příjem železa (z luštěnin, ořechů a celozrnných výrobků) bychom měli současně konzumovat potraviny bohaté na vitamin C. Dobrým zdrojem mikroelementů (selenu, zinku) jsou ořechy, semena a celozrnné výrobky.

Je zcela zřejmé, že výčet živin v nejrůznějších potravinách je pouze matematickým vyjádření ideálního stavu. Tyto teoretické podklady je vždy nutné spojit s individualitou člověka a jeho denním a fyzickým režimem. Energetický metabolismus je také otázkou návyku a tělesné konstituce, proto bychom měli množství přijímané potravy

a rozložení během dne přizpůsobit konkrétním odpovědím našeho těla. Důležitou složkou je také kvalitní pitný režim, fyzická aktivita a psychická pohoda. -jj-



Pozvánky - červenec 2013

Ekoporadna při Šmidingerově knihovně zve:

Farmářské trhy

Pátek 19. 7. od 14 do 18:00, I. nádvoří strakonického hradu

Přijďte si nakoupit čerstvé farmářské zboží cestou z práce nebo před odjezdem na víkend. Aktualizovaný seznam prodejců [zde](#). Všechny produkty s kontrolou původu a kvality. **5. 7. se trh z důvodu státního svátku nekoná.** -jj-

Pobočka ŠK a ZO ČSOP zvou dospělé i děti:

Přírodovědný výlet na Horažďovicko

Sobota 13. 7. - sraz v 6:45 před nádražím ČD. **V 6:52 jede vlak do Velkých Hydčic.** Podle zájmu a počasí se podíváme pěšky buď **do Těchonic na místní draha** (kde se díky přepásání udržuje bohatá květena – viz www.sanceprodraha.cz), **nebo na některé z bližších chráněných území (např. na Pučanku, na Kozlovskou stráň...), nebo do horažďovického muzea** (včetně výstavy strakonických fotografií p. F. Zemena a I. Jany „Prácheňsko ve fotografii“). Zpět jede vlak každé dvě hodiny.

Ukázky kvetoucích rostlin na určování a další výstavy - fotografie a texty k 10. výročí pobočky, Burza námětů na cestování (přispívat do ní je možno buď mailem, nebo osobně, nebo stačí i hodit lístek s poznámkami do schránky u vchodu do knihovny), **Paměť strakonických stromů, Nejmilejší knihy** - v půjčovně Za Parkem. Otevírací doba **zde o prázdninách bude takřka stejná jako obvykle - zavřeno bude jen 1. 7. - 4. 7. (PO - ČT) a 10. 7., 17. 7., 28. 8. (tři středy).**

Více na www.csop-strakonice.net nebo na 380 422 720. -ah-



Drobné smetí

Zápis z přírodovědného výletu na Hrad u Skočic

naleznete [zde](#). Pár fotografií z příjemného putování si můžete prohlédnout na facebookových stránkách Kompostu [zde](#).

Úpravna vody na Hajské oceněna

Projekt rekonstrukce a modernizace ÚV získal ocenění „Vodohospodářská stavba roku 2012“. Dle dostupných informací by měla modernizace zvýšit kvalitu upravované vody. Více k tomuto tématu např. [zde](#).

Spory o zeleň v Mlýnské nakonec skončily smírem

Poděkování od nás putuje paní architektce Ing. arch. Daně Zákostelecké a také všem, kteří konstruktivně řešili na posledním veřejném projednání osud stávající a podobu nové zeleně v ulici Mlýnská. Tato pozitivní zkušenost nás přesvědčila o tom, že smíru je možné dosáhnout věcným a nezaujatým přístupem bez záporných emocí. -jj-



Literární okno

Vážená paní Šmidingerová...

...těmito slovy tu a tam začíná dopis nebo mail adresovaný naší knihovně. Nebo se stává, že si pisatel sice pátera Šmidingera s paní ředitelkou neplete, ale všelijak mu komolí jméno: Šmitmajer, Šmidrmajer...

nebo třeba Šmidrkal. Ještě by asi přicházel v úvahu Šmidra z dávných loutkových představení. Případně Hurvínkův tatínek Spejbl, jehož tvůrcem byl strakonický rodák Josef Skupa a docela by se to tedy hodilo.

Podobné je i jméno Šmíd. Je krátké, a tak se tolik neplete, ale i tak znám zrovna s ním jinou hezkou perličku. Vyprávěla mi ji kamarádka, původem Slovenka. Když se její rodina přistěhovala sem a bylo potřeba se naučit česky, dělaly rychlé pokroky hlavně děti, tak jak to bývá. Syn, tehdy asi sedmiletý, si dobře všiml hovorových tvarů oplývajících dvojhláskou „ej“, a tak



Páter Josef Šmidinger, kresba Ivana Jonová

souseda Šmída v dobré vůli nazýval Šmejdem. Jeho pravé jméno pokládal za zkomolené, „poslovenštěné“.

Pan Šmíd se tehdy nezlobil, zasmál se tomu. Páter Josef Šmidinger by asi z legrací kolem svého jména také žádnou vědu nedělal. Občas mě ale napadá, že by mu asi vadilo, jak dnes zacházíme s češtinou. Tu nám spolu s ostatními vlastenci doslova vybojoval a jistě si přál, abychom v jeho snahách pokračovali. Buditelská rýmovačka vhodná pro naše časy by potom mohla znít takhle nějak:

*Knihovna nese dobré jméno,
máme ji hezkou, upravenou,
zástupy lidí, spousta besed,
všechno je pěkné, ale přece...
nějak smutně se dívá z šera
duch buditel Šmidingera.
„Je toho moc, co se mi líbí,
ale i tak tu něco chybí.
Hledám tu, hledám, často marně,
ohlasy naší snahy dávné.
Českých knih málo, na mou věru,
v záplavě cizích bestsellerů.
A i v těch našich zas a znova*

*nacházím divná drsná slova.
Když probírám se novinami,
často si říkám: Pánbůh s námi...
a nad mnohými romány
skrápěl jsem stránky slzami...
Když otevřel jsem učebnici,
bylo to přímo na mrtvici...
Stát se mi tohle zaživa,
určitě by mě ranila...
Vzpamatujte se, děti zlaté,
a opatrujte, co je svaté.
Přestaňte vzhlížet k cizím mravům,
hledejte vlastní čest a slávu...“ -ah-*

Putování „Zemí zamyšlenou“

Hned od chvíle, kdy jsem se rozhodla napsat do každého čísla o některém regionálním autorovi, jsem se těšila, až dojde řada na **Ladislava Stehlíka (26. 6. 1908 – 11. 9. 1987)**. Počítala jsem vzhledem k datu jeho narození s červnem, ale jinak by měl být hned mezi prvními, protože si patřičný obdiv zaslouží už sám nádherný název jeho hlavního díla - „**Země zamyšlená**“. Skoro ani nemám, co víc napsat, protože snad každý, kdo se o Strakonicko a přilehlé končiny jen trochu zajímá, má všechny tři díly doma a má je už dávno přečtené. Je to poznat i v knihovně, podle toho, jak málo se díla L. Stehlíka půjčují – není to malým zájmem, ale tím, že si je všichni kdysi koupili do vlastní knihovničky.

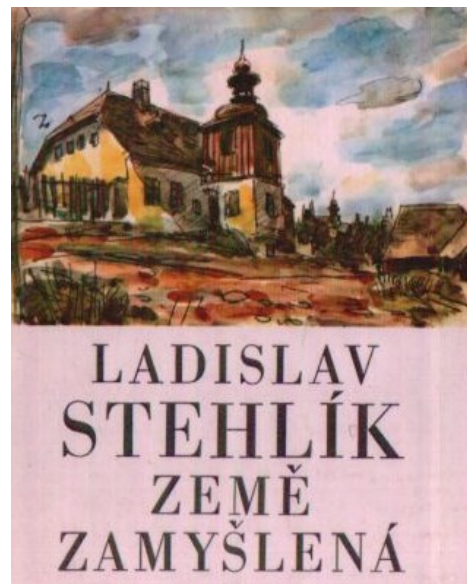
Při besedě, kterou ŠK uspořádala v roce 2008 s básníkovou **dcerou Blankou** (k jeho pomyslným 100. narozeninám), se sál na hradě zcela zaplnil a zavládla krásná, sváteční nálada. Přesně stejná dýchá ze všeho, co L. Stehlík vytvořil – z vyprávění, básní, obrázků... I jeho dcera (nar. 1933) má podobný dar. Je světově uznávanou znalkyní české literatury pro děti a mládež (především z hlediska ilustrací) a samozřejmě na toto téma i píše, ale kromě toho vydala také vzpomínky na nejrůznější osobnosti a události. V knize „**Abeceda lásky**“ cituje lidové přísloví (nebo snad některého z klasiků): „**Jediným rájem, ze kterého nás nikdo nemůže vyhnat, jsou naše vzpomínky**“ a vypráví o rodičích, o jejich přátelích, o různých vlastních zkušenostech...

Na sobotu 13. 7. jsme naplánovali výlet na Horažďovicko a možná doputujeme až do blízkosti obce Myslív, kde Ladislav Stehlík a jeho budoucí paní nastoupili v roce 1930 jako učitelé a prožili zde mnoho hezkých chvil. Povezeme s sebou knížečku „**Můj Myslív**“ a budeme si vyprávět. Pro děti bychom mohli přibalit i některou z veselých přírodovědných učebnic (s ilustracemi Josefa Lady). Nebo by mohla přijít řeč na prázdninové cesty do ciziny a i k tomuto tématu by se daly připravit ukázky z knih tohoto autora.

Podobně to dělal jiný velký obdivovatel naší krajiny, strakonický botanik Václav Chán, když chodíval se svou manželkou na výlety za květinami a za historickými památkami. I oni si kromě svačiny a pláštěnky nosili vždycky něco ke čtení od Ladislava Stehlíka a ve chvílích odpočinku si předčítali kapitoly o místech, kde právě byli.

Něco takového je jistě snem každého spisovatele...

-ah-



Tam, co je i naše Šumava

K nejpůjčovnější knížkám a časopisům na pobočce Za Parkem patří ty, které se jakkoliv týkají Šumavy, ať té historické, nebo současné. Je znát, jak silné kouzlo tahle krajina pro své příznivce má, a že těch příznivců je opravdu hodně. Ostatně,



Foto -jj-

my z redakce Kompostu k nim patříme také – viz např. tip na výlet z čísla [8/2012](#) na str. 10 nebo naše články o Šumavském NP (v č. [9/2012](#), [10/2012](#), [4/2013](#)).

Více než osmdesátiletá **paní Jiřina Machníková z radomyšlského domova seniorů** napsala během svého života spoustu příspěvků do regionálního tisku a mimo jiné od ní znám básničku, kde se o Šumavě mluví moc hezky. Celou ji citovat nebudu, je spíš na vánoční téma, než letní (jmenuje se „Radomyšlská zimní“), ale závěrečná slova se do našeho prázdninového čísla dobře hodí:

**Na světě nejlíp je vždycky doma,
tam, co nás maminka uspává,
tam, kde se každičká bolest schová,
tam, co je i naše Šumava. -ah-**

„Průzkumný let“

V minulém čísle [Kompostu](#) jsme se na str. 6 zmiňovali o tom, jak nešetná je vůči přírodě letecká i prakticky jakákoliv jiná motorová doprava – a musím říct, že je mi to samotné líto, protože stejně jako většina jiných lidí letadla i ostatní dopravní prostředky obdivuju. Kdyby to nebylo spojeno se silným znečištěním prostředí, drancováním zdrojů, zastavováním velkých ploch, množstvím havárií atd., dopravovala bych se čímkoliv moc ráda. Nejen pro rychlé přemístění na nějaké zajímavé místo, ale i pro jízdu samotnou, natož let. Dovedu si to ale představit, co to stojí úsilí a spotřebních látek, než se takový obrovitý letoun zvedne. Přece i maličký netopýr to má hodně těžké, aby se udržel ve vzduchu. Dokonce nejen při přezimování, ale i při svém každodenním spaní musí hibernovat, aby ušetřil vzácnou a potřebnou energii.

Za sebe mám touhu po létání celkem snadno vyřešenou, protože se dovedu spokojit i s jízdou na kole, chůzí, koukáním na letecké snímky a videa, čtením dobrodružných knížek, posloucháním romantických písniček... K nim patří například jeden méně známý text mého oblíbeného písničkáře **Pavla Dobeše**:

Průzkumný let

*Člověk už od nejstarších nepoznaných dob
Nahoru míří*

*Překonává ohmataný strop
I zemskou tíži*

*Do soubojů s přírodou se pouští
A touhou hoří*

*Poznat krutost pouští
A nekonečnost moří*

*S tím už nikdo nemůže hnout
To je zákon lidí*

*Že na korábech vesmírem chtějí plout
Až tam, co vidí*

S tím už nikdo nemůže hnout

*To je zákon dětí
Že utrhnou se z máminých pout
A samy letí*

*Pověst vypráví
O bájných krajích
Je to kus cesty po slunci
A potom stále na jih*

*Jen tažní ptáci mohou cestu znát
A žádný z lidí
Tam vybuduješ obydlí a sad
Na březích Atlantidy*

*Tam s trosečníky karty budeš hrát
A přes moře se dívat
A z dálky budeš slyšet hudbu hrát
A lidi zpívat*

*Až na poslední průzkumný let
Vypraví tě žena
I svět ti pošle tvé děti zpět
Kterým jsi dal jména*

*Vím, že bys to dokázat moh’
Ten přelet do neznáma
Jen zvednout křídla z travnatých
ploch*

A pak už nesou sama

*Vím, že bys to dokázat moh’
Ten přelet do neznáma
Jen zvednout křídla z travnatých
ploch*

A pak už nesou sama

Pavel Dobeš, melodie viz [zde](#)

V rozhlasovém „**Meteoru**“ jsem nedávno vyslechla **vyprávění Mnislava Zeleného o tom, jak pohlížejí na náš způsob cestování jeho indiánští přátelé. Už dříve to samé říkal i Jaroslav Dušek tady u nás ve Strakoncích při „Zeleném večeru“ v čajovně „Inspirace“** – že mnozí příslušníci přírodních národů se dovedou v myšlenkách přenést na jakékoliv místo na Zemi i ve vesmíru, podle svého přání, aniž by to pokládali za něco zvláštního. A tak když někdo z cestovatelů zdůrazňuje náš technický pokrok, je to pak těžká domluva. Indián prý trpělivě vyslechne líčení toho, jak se umíme dostat třeba i na Měsíc, ale nijak ho to neohromí – on sám na taková místa „létá“ běžně... Naši pravěcí předkové to podle všeho uměli také a podle všeho to umí i malé děti. Musím říct, že pokrok v tomhle směru bych si přála mnohem více než ten technický. Bojím se, že časem budeme ještě lépe a častěji vysílat rakety na Měsíc, ale naše krásná Země bude čím dál tím méně zelená a pohostinná. Což už vlastně dávno začalo. -ah-



Listovka

Z postřehů našich čtenářů

Jak už jsme se mockrát při různých příležitostech zmínili, těší nás všechny vaše vlastní příspěvky, ohlasy, tipy, pozorování a vůbec jakákoliv spolupráce na časopisu i snahy šířit informace o něm. S jarem se začalo víc chodit ven a hned nám začaly přicházet například maily s fotografiemi rostlin a zvířat. Někdo chtěl poradit s určením druhu, někdo se podělit o radost z hezkého zážitku, někdo přispěl k mapování výskytu žab atd. Aby neměla jednotlivá čísla Kompostu příliš velký rozsah, dáváme do časopisu z vašich snímků jen některé – to ale neznamená, že ty ostatní pokládáme za nezajímavé. Budeme se snažit je uveřejňovat na www.csop-strakonice.net – k článku o kachnách z [minulého čísla](#) se např. hodí fotografie samečka cizokrajné kachničky mandarinské na Blatském rybníku, kterou jsme dostali 5. 5. 2013 od paní Blaženy Votrubové. Tento nepůvodní druh bývá v naší přírodě k vidění dost často – jedná se o zatoulané jedince z domácích chovů. Hned několik dalších fotografií kachen máme od Marka Řezníčka a spolu s nimi i rorýse (který se vzhledem k rychlosti a pohybu ve výšce fotí dost obtížně) – [zde](#).

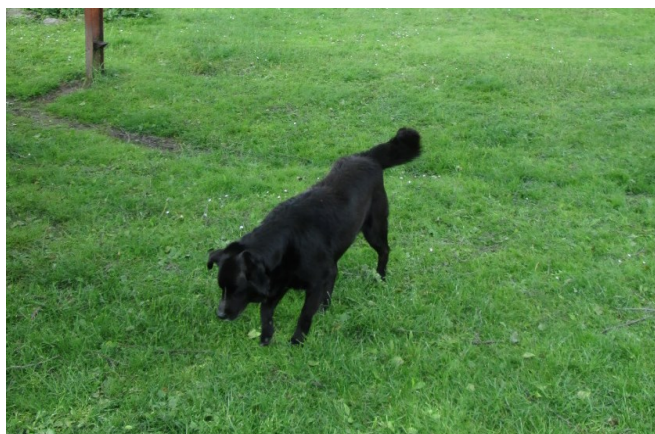
Na zimní příspěvek desetileté Dominiky Šimáčkové o krmení ptactva z čísla [4/2013](#) navazuje další, jarní, a to i s obrázkem - [zde](#). Dominika si pozorované návštěvníky svého krmítka kreslí, čte si o nich, všímá si změn podle ročních období. Pomohla rodičům pořídit a vyvěsit dvě budky a těší se, až uvidí z okna nejen dlaska a další zajímavé opeřence, ale i jejich úspěšně vyvedená mláďata. Ze zájmu dětí, zvláště když je dlouhodobý, máme samozřejmě velkou radost a vy, čtenáři, jistě také. Už jsme na podobná témata psali víckrát (např. o aktivitách ZŠ Čestice) a těšíme se na další podobné příspěvky. **-ah-**

Zatoulánek v nové rodině – Péťa III.

Pan Eduard Tuček z Droužetic si zvykl nazývat všechny své psy stejně - Péťa. Takže by mohl k jejich jménu přidávat římské číslice, jako to bývalo zvykem u císařů a králů. A navíc se měl vždycky každý z nich u Tučků dobře, jako král.

Péťa II., pudlík, si toho moc nevážil, odmítal občas jídlo, ale platil na něj podobný trik jako na některé děti – vzít misku ke králíkárně a předstírat, že mu všechny ty dobré psí pochutiny sežere králík.

Péťův nástupce, černý voříšek, se před osmi lety do Droužetic buď zatoulal, nebo spíš ho někdo vyhodil z auta. Zdálo se to podle toho, jak se zpočátku snažil to pravé auto najít a vrátit se do původního domova. Pak si zvykl a nikdy s ním nebyly žádné potíže. Co dodat? Péťovi se kdysi poštěstilo najít nového pána, panu Tučkovi nového pejska. Přesto není tenhle příběh tak hezký, jak by mohl být. Pro každého psa je nejlepší, když může zůstat tam, kde vyrostl a kde se cítí v bezpečí. Vyhodit ho a doufat, že se ho někdo ujme, nad tím zůstává rozum stát... **-ah-**



Péťa III., foto -ah-



Jedlý Kompost

Na cestách

Jelikož jsou letní čísla Kompostu zaměřena i na cestování, nemůže ani kulinářská rubrika zůstat pozadu. Mnohé suroviny rostlinné kuchyně jsou pro použití na cestách z hlediska delší trvanlivosti a rychlosti přípravy naprosto ideální. Přinášíme tedy drobnou inspiraci pro všechny, kteří chtějí na cestách ušetřit nejen svému batohu, ale především svému zdraví.

Jídelníček a suroviny k jeho přípravě samozřejmě volíme s ohledem na to, zda máme možnost tepelné úpravy. Bez ní si musíme vystačit s konzervovanými a trvanlivými potravinami. Nabízí se široký sortiment luštěninových konzerv a konzervovaných zeleninových směsí, které však vzhledem k tvorbě velkého množství odpadu a vyšší váze nejsou úplně ideální. Podstatnou částí potravin na těch několik málo dní může být trvanlivé celozrnné pečivo nebo lehčí suchary např. s trvanlivými rostlinnými pomazánkami (ve vaničkách - k dostání v obchodech zdravé výživy - např. [tyto](#)). Jako výživnou snídani můžeme využít širokou škálu müsli směsí - obohatíme je pomocí sušeného rostlinného mléka, případně ovoce nebo lesních plodů. Jako rychlý zdroj energie na túrách poslouží zdravější varianta celozrnných slaných či

sladkých krekřů. Minerály a zdravé tuky nám doplní ořechy nebo ořechové tyčinky. Rychlé cukry dočerpáme řádkou kvalitní hořké čokolády s vyšším obsahem kaka a nebo sezamovou chlavou. Samozřejmě nezapomínáme na pitný režim - při zátěži může být dobrým povzbuzovadlem nealkoholické pivo, které dodá kromě energie i mnoho ztracených iontů a nezatíží žaludek.

O poznání širší jsou možnosti výběru potravin v případě, kdy je můžeme vařit. Pokud máme k dispozici lihový nebo plynový vařič, můžeme ušetřit čas použitím zdravých instantních surovin. Další výhodou mimo rychlost přípravy je i jejich nižší váha. Patří mezi ně celozrnný kuskus, instantní celozrnné těstoviny, instantní polenta, instantní polévky bez použitých konzervantů a ochucovadel, instantní ovesné, pohankové nebo kukuřičné kaše. Bez vaření je možné připravit i sójové maso (ochucením a zalitím vroucí vodou). Doplněním těchto surovin o konzervované luštěniny nebo konzervovanou zeleninu nám vzniknou plnohodnotné pokrmy. Tento způsob můžeme obměnit potravinami jmenovanými v první části článku. V obchodech zdravé výživy jsou k dostání hotové ve sklenicích zavařované pokrmy (s rostlinnou alternativou masa - seitanem či tofu). Volíme je s ohledem na váhu a samozřejmě si je můžeme připravit před odjezdem podomácku.



Foto -jj-

můžeme přibalit i tvrdší (kořenovou) zeleninu nebo brambory. Vytvoříme tak i klasická „táborová“ jídla (guláše, husté polévky, rizota) zcela bez živočišných potravin. S použitím alobalu připravíme v ohni nebo ve žhavých uhlících nepřeberné množství zajímavých jídel (zeleninových, bramborových, houbových atd.). Např. na letních táborech s dětmi může být zajímavostí vybudování tzv. Setonova hrnce nebo podobného způsobu tepelné úpravy pokrmů v zemi.

Pro ochucování platí stejná pravidla jako v klasické kuchyni. Toto umění zúročíme na cestách ve složitějších podmínkách a s užším výběrem surovin o to více. Využijeme doma vytvořených kořenících směsí, zdravějších (fermentovaných) sójových omáček, česneku, případně v přírodě nasbíraných divokých bylinek.

Pro dobrodružné povahy může být zajímavou zkouškou pobyt v terénu bez donesených potravin - pouze s využitím rostlin a plodů volně rostoucích v přírodě. -jj-

V případě, že můžeme využít ohně a kotlíku, škála možných pokrmů se nám blíží domácí kuchyni (samozřejmě s omezením netrvanlivých potravin uchovávaných v ledničce). Připravit můžeme klasické přílohy (rýži natural, celozrnné těstoviny, pohanku atd.). Luštěninou s krátkou dobou přípravy je červená čočka. Zajímavým zpestřením těchto jídel mohou být houby nebo mnoho druhů v kuchyni použitelných jedlých planých rostlin (jejich přehled např. [zde](#)). K vaření je možné využít i širokou nabídku trvanlivých rostlinných alternativ mléka nebo smetany. Pokud nejsme omezeni vahou bagáže,

Pokud nejsme omezeni vahou bagáže,

Strakonická ropná skvrna - 6. díl



Foto M. L.

Někdo třídí, jiný pod dohledem městského kamerového systému pravidelně „nakupuje“. Je to snadné – oděvy i elektro jsou vedle sebe. Jaké to asi je – být na místě člověka, který zodpovědně odloží čisté a zabalené oblečení do určeného kontejneru, a pak jej najde, jak se povaluje na ulici? Co asi udělá se svým odpadem příště? M. L.

Ještě můžeme připomenout, že kvůli nezodpovědnosti některých z nás v kombinaci s nezájmem již ve Strakonících skončil např. projekt na třídění použitých olejů. Která další dobrá myšlenka bude na řadě? -jj-



Foto -vh-

I když sběrači pokladů z druhé ruky určitým způsobem mohou přispívat k čistotě našeho města, občas po jejich nájedu zůstane podobný nepořádek jako na této fotografii. Konkrétní námět na zlepšení situace je v takovém případě těžko definovatelný. Nebo že bychom už do kontejnerů začali vyhazovat jen to skutečně nepotřebné a nalezení nějaké ceny by bylo až natolik obtížné? Těžko říci. Z fotografie je také dobře patrné, jaké množství plastového odpadu končí ještě stále ve směsném kontejneru. -jj-

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

Ing. Jan Juráš -jj-

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

Po - Čt: 7:30 - 16:00, Pá - po domluvě, o prázdninách po telefonické dohodě

tel.: 380 422 721, 721 658 244

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

Mgr. Alena Hrdličková -ah-

Pobočka ŠK Za Parkem, Husova 380

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

tel.: 380 422 720

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

CEGV Cassiopeia -pt-

Husova 380 (Pobočka ŠK)

tel.: 734 578 561

E-mail: strakonice@cegv-cassiopeia.cz

Ing. Vilém Hrdlička -vh-

Základní organizace Českého svazu ochránců přírody

Strakonice, Zámek 1

E-mail: posta@csop-strakonice.net

Kompost - Strakonický měsíčník o ochraně přírody

Příspěvky v tomto čísle - Jan Juráš, Alena Hrdličková, Vilém Hrdlička, Eva Legátová, M. L., Jitka Komanová

Grafika - Jan Juráš

Logo Kompost - Monika Březinová

Kresby - Ivana Jonová

Jazyková úprava - Alena Hrdličková

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

Publikované články vyjadřují výhradně názory autorů



Anticopyright 2013

