

ÚVODNÍK	1
FÓRUM.....	2
OSOBNOSTI ČESKÉ HISTORIE-HANA VÍTOVÁ.....	3
ZAJÍMAVOSTI ZE SVĚTA SPORTU –HANČE, VRBATA A RATH.....	6
SVĚT ZVÍŘAT –POLÁK VELKÝ.....	10
ZDRAVÍ V ŠIRŠÍCH SOUVISLOSTECH.....	14
KALENDÁŘ	18
CHVILKA POEZIE	19
SEZNAMTE SE PROSÍM	19
POHÁDKY NA POKRAČOVÁNÍ	21

ÚVODNÍK



Vážení a milí obyvatelé, čtenáři, zaměstnanci

Přeji vám příjemné čtení březnového vydání časopisu *Náš domov*. Březen je určitě pro mnohé z vás měsícem v roce, na který se těšíte. Kouzlo jara a probouzející se přírody je za dveřmi, představujeme si pohledy z okna na sluncem zalité stromy, první kyticky prodírající se na světlo, vzduch je nasycen jarem.

Z učebnic všichni víme, že prvním jarním dnem je 21. březen. Astronomové to tak jednoznačně nevidí a trochu nám to komplikují. Každý rok totiž to astronomické jaro začíná trochu jindy. Pro jaro platí, že začíná okamžikem, kdy Slunce prochází rovníkem z jihu na sever. Každý běžný rok tento okamžik nastává asi o šest hodin později než loni, zatímco během přestupného roku je to o zhruba 18 hodin dříve. Tak se datum prvního jarního dne mění a může padnout kdykoliv na 19. až 21. březen. Astronomicky pak letos začíná jaro už 20. března o půl jedenácté večer.

Příroda v tom má jasno, bez ohledu na den, přesně ví, kdy je ten pravý čas se probouzet. A jak to máte vy, kdy začíná jaro pro vás? No pokud to nevíte, tak nepropáste to astronomické, 20. března v 22:30.

Za redakční radu přeje příjemné čtení Adriana

FÓRUM

Malešický mozek

Je tady březen a s ním i realizace soutěže Malešický mozek. Letos, již po třinácté, chystáme pro milovníky cvičení paměti sady úkolů (pro domácí kolo i pro velkou soutěž). Účastnit se budou zástupci našeho domova a pozváni budou samozřejmě i další soutěžící z Prahy a okolí. Domácí kolo se realizuje v pátek 10. března v klubovně od 9:30. Z tohoto kola vybereme 4 z vás, kteří postoupí do velkého kola. To se uskuteční ve středu 22. března.

Děti mezi námi

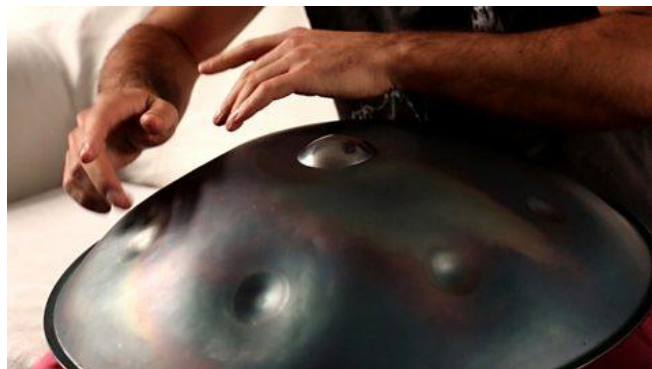
V březnu je, rovněž již tradiční, Vítání jara, které již rituálně probíhá s dětmi MŠ Hřibská. Uskuteční se koncem března v klubovně a následně pokud možno venku u altánku, kde slavnostně upálíme Moranu a přivítáme jaro.

Tento měsíc k nám rovněž zavítají děti z MŠ Pampeliška, kdy se opět potkáme u společného hraní a skládání kostek. Setkání se uskuteční v pátek 24. března od 9:45 v klubovně.

Hang drum – pozvánka na netradiční hudební zážitek

Rádi bychom vás dne 30. března od 14:00h (v sále) pozvali na ne-

tradiční hudební zážitek-hudební vystoupení na nástroj hang drum.



Hang je melodický hudební nástroj pocházející ze Švýcarska. V angličtině je někdy označován za *Hang drum*, ale ve skutečnosti se nejedná o druh bubnu, neboť patří mezi samozvukné nástroje, na rozdíl od bubnu, který patří mezi membránové nástroje. Spíš než bubnům je tedy příbuzný činelům. Skládá se ze dvou miskovitých kovových částí, vytvrzených plynovou nitridizací.

Vznikl jako výsledek mnohaletého výzkumu sbírky rozličných nástrojů z celého světa, zahrnující steelpan, bubny, ghatam nebo gamelan. Poprvé se objevil na festivalu Musikmesse Frankfurt 2001. Jeho název pochází z bernského nářečního slova pro ruku.

Hraje se na něj údery prstů; většinou bývá položený na klíně. Zvuky podobné udu vznikají rezonancí vzduchu uvnitř nástroje, údery na mělké mušlovité výlisky zní jako zvonky. Vnitřní nota na dolní kopuli je basová nota, její tlumení mění výšku tónu jako u tamy. Kolem této

noty je harmonicky naladěno sedm až devět dalších not.

Takže pokud jste otevření novým zážitkům a zkušenostem, nenechte si tuto akci ujít. Hrát a zpívat bude pan Jiří Šámal.

OSOBNOSTI ČESKÉ HISTORIE

HANA VÍTOVÁ

Narodila se v roce 1914 v Praze. Od rodičů dostala jméno Jana. Celým jménem se jmenovala Jana Lašková.



Otec Hanuš Lašek byl sólistou opery Národního divadla a profesorem zpěvu na pražské konzervatoři. Matka byla také operní pěvkyní. V dívčím věku chtěla být Jana učitelkou, ale na přání rodičů vstoupila na konzervatoř, tu však nedokončila. Byla na stáži v Olomouckém divadle, ale o jejím, zvláště pěveckém, talentu se dozvěděli Voskovec a Werich, kteří ji v roce 1930 angažovali v Osvobozeném divadle.

Hrála postavu Sirael ve hře Golem. Voskovec s Werichem pro ni

vymysleli jméno Hana Vítová, který užívala celý svůj život.

Její osudovou láskou byl zpěvák a herec Jára Pospíšil, manželství s Járrou se jí však brzy rozpadlo. Hana byla pracovně velice vytížena a také velmi populární ve své době, a tak nezbývalo mnoho místa na citový a partnerský život.

Určitou dobu hrála také v Divadle Oldřicha Nového, kde se seznámila s Bedřichem Rádlem. Brzy se vzali a narodila se jim dcera Bedřiška.



Velkou osudovou ranou pro ni byla sebevražda dcery Bedřišky v jejích dvaceti letech kvůli nešťastné platonické lásce k herci Jiřímu Suchému.

Roku 1932 stanula poprvé před filmovou kamerou. Zazářila také společně s Ljubou Hermanovou ve filmu Peníze nebo život, kde společně zazpívaly píseň Život je jen náhoda, která se záhy stala evergreenem. Pak následovaly další nabídky a přišly role, v nichž Hana Vítová zazářila skutečným hereckým mistrovstvím.

Ve 30. letech se stala filmovou hvězdou většiny, díky ne příliš umělecky hodnotným naivním i sentimentálním filmům, v nichž často

hrála role chudých dívek, které přišly ke štěstí, když se do nich zamiloval bohatý muž znalý světa.

Kromě Osvobozeného divadla hrála také v Divadle Vlasty Buriana a také byla v Divadle Oldřicha Nového.

Za války dostala své nejlepší životní role, především sehrála výtečně Martu Dekasovou v Nočním motýlu.

Na rozdíl od svých kolegyně Mandlové, Baarové i Gollové se obhájila při obvinění z kolaborace. Přesto po válce hrála už jen v pěti filmech.

V padesátých letech vystupovala na estrádách, příležitostně v barech a restauracích.

Hana Vítová zemřela v roce 1987 ve věku 73 let.



Zajímavosti o Haně Vítové

- měla široký kulturní rozhled
- překládala francouzskou, anglickou a ruskou beletrii
- složila kapitánské zkoušky pro říční a námořní plavbu
- měla vytříbený smysl pro krásu českého jazyka a luštila i tvořila křížovky na mistrovské úrovni

- a nadto měla upřímný pohled, srdečný smích a neženské vlohy pro sebeironii (s větším gustem než o svých kulinářských úspěších mluvila o tom, jak z mlad'oucké francouzské husičky se jí podařilo uškvařit odporný karbanátek)

Z vyprávění Hany Vítové

Chodila jsem se zpěvákem Járou Pospíšilem, který se časem stal i mým prvním manželem. Jára chodil zkoušet k hudebnímu skladateli Honzovi Borůvkovi a já na ty zkoušky šla často s ním. Jednou měl odzkoušeno a najednou mi Honza povídá: „Haničko, chtěla byste filmovat?“ Pochopitelně, že jsem se v tu chvíli málem zbláznila – která holka by v té době nechtěla filmovat! On ale hned povídá: „Počkejte, neblázněte, nebude to nic velkého, je to jen pro týdeník a jde o takový experiment, zkoušejí, zda by mohl každý týdeník končit ilustrovanou filmovou písničkou...“ Nu a ten „můj“ týdeník měl končit písničkou: Já miluji jen vás a vaše oči šedé.... Pozvali mě na druhý den do dnes už neexistující Pivovarské zahrady. Prý abych tam přišla v osm hodin. Přeshlapovala jsem tam už v sedm. Vrátný mě pochopitelně vyhodil, že tam teď nemám co dělat. Čekala jsem celou hodinu venku na mrazu, až mě laskavě pustil dovnitř. Pak přišel jeden pán a ten mi povídá: „Vy jste ta mladá, co tu má také točit? Tak pojd'te, já se na vás podívám!“ Posadil mě a začal si mě prohlížet tak kritickým pohledem, jako by zkoumal odporný hmyz.

Měla jsem velmi husté obočí, a tak začal jím: „Prosím vás, tohleto se přece vůbec nenosí, to vám musím vyholit!“ Nato mě vyholil obočí do tenounkých obloučků, které mi protáhl div ne až někam za uši. Pak pokračoval: „Prosím vás, vždyť vy si neumíte ani namalovat pusu!“ – a tak mi namaloval pusu. No – já vypadala!

Nejkrásnější na Osvobozeném divadle bylo nádherné kamarádské prostředí a legrace v zákulisí. V tomhle například byl mezi divadlem Vlasty Buriana a Osvobozeným velký rozdíl. U Buriana neexistovalo žádné kamarádství – Burian byl velké rozmazlené dítě. Voskovec s Werichem nám do ničeho nijak nezasahovali, mohli jsme dělat různé lumpárny a kluci nás nechali být. Měli jsme atmosféru Osvobozeného divadla moc rádi.

Když jsme byli pozvaní do Burianovy vily, tak dámy tam musely jít v róbách a pánové ve smokingu. Ti, co to neměli, museli si to vypůjčit v půjčovně. To mně nikdy nesesedělo. Jednou do své vily pozval celý soubor na hostinu. Jídla tam byla skutečně fůra. Jedna z hereček chodila neustále kolem stolu a obdivovala to. Nakonec Nině Burianové řekla: „Milostivá, to je ale krása! To je hned vidět, že jste to nedělala sama!“

Až do roku 1943 jsem hrála divadlo a filmovala. Denně jsem vstávala v šest hodin, jela do ateliéru, celý den filmovala, pak s vyplazeným jazykem dopadla do šatny, odehrála představení a dostala se do postele

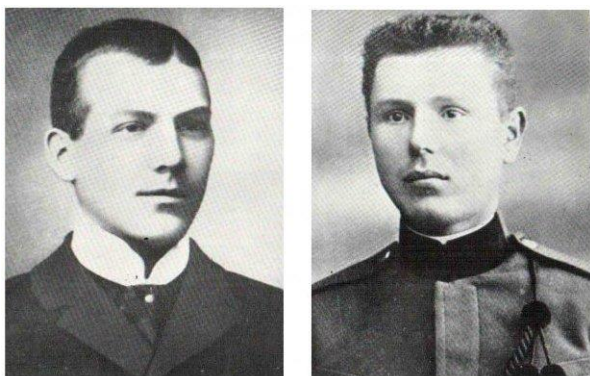
ve dvanáct hodin nebo až v jednu. Jediné, co by mi mohl každý závidět, je to, že jsem dělala povolání, které jsem chtěla dělat, a dělala jsem je neskonale ráda. Ale skutečnou filmovou hvězdou – to jsem nikdy nebyla. Být filmovou hvězdou má totiž také svoje zákony. Lidé to tak nejen vidí, ale i vyžadují. Taková správná hvězda by měla ve volných chvílích ležet na kanapi v rozkošných nedbalkách a chroupat pralinky, obklopena řadou služebných a služebníků a nesmí pochopitelně na žádnou domácí práci ani sáhnout. Já do této kategorie nikdy nepatřila. Neměla jsem čas myslet na své sny, které se nikdy neuskutečnily. A nebyly právě malé. Mým dívčím snem bylo zpívat Verdiho Traviatu. Chtěla jsem původně k opeře, protože jsem v mládí oplývala vysokým sopránem, který se ovšem během let snesl do lahodného altu. Nastudovala jsem řadu oper, protože můj otec měl hudební školu a já se od svých deseti let učila zpívat. Ale traviata mi nevyšla. Stala se ze mne herečka, která také zpívala. A nemohu říct, že by mne to příliš mrzelo...

Mnozí lidé se mylně domnívají, že herci mají nejméně diamantové doly a že nevědí, co s penězi. Herectví je zaměstnání jako každé jiné, také podléháme hodnocení a tabulkám. Rozdíl je jen v tom, že herec musí přijít na jeviště svěží, i kdyby byl zralý na postel, musí se usmívat, i když má vztek, prostě všechno osobní musí nechat za kulisami. A to lze dělat, jen když má člověk své povolání rád. Neumím si představit,

že bych mohla dělat něco jen pro peníze a nerada. To by bylo jako galeje. Živím se sama od svých sedmnácti let, takže vím moc dobře, co to obnáší, obstarávat si živobytí. Netajím se tím, že jsem někdy vydělávala dost, ale taky nebylo pořád posvícení, jak už to v životě bývá, a hubená léta střídaly šťastnější roky.

ZAJÍMAVOSTI ZE SVĚTA SPORTU

Příběh Hanče, Vrbaty a Ratha



Václav Vrbata (vpravo) sloužil s Hančem během vojenské služby v Sarajevu, ale znali se už dříve ze Sokola.

Před 110 lety došlo na hřebenech Krkonoš k tragické události, která dodnes leckterého návštěvníka hor dojme. Při lyžařském závodě totiž došlo k úmrtí závodníka Bohumila Hanče i jeho kamaráda Václava Vrbaty, který se svému kamarádovi pokoušel pomoci. Svůj život do záchranné akce obětavě nasadil i německý závodník a Hančův přítel Emerich Rath. Je pravdou, že historie sportu se může chlubit mnoha příklady, které šly daleko za hra-

nu standardního vztahu mezi sportovci. Těch, které jsou připomínány neustále po několik desítek let, ale zase tolik není. Patří mezi ně i osud českého lyžaře Bohumila Hanče a jeho přítele Václava Vrbaty. Oba zahynuli 24. března 1913 na hřebenech Krkonoš během mezinárodního závodu na 50 kilometrů.

Dva pomníky na krkonošském Zlatém návrší jsou místem, kde se to stalo. Byla zima. Vlastně ne, psal se už čtvrtý jarní den, jenomže to na něj nevypadalo. Sněhová fujavice řádila jak pomínutá. Zledovatělé vločky šlehalý do tváří a zalepovaly oči, chlad pronikal až na kůži.



Stará a nová Labská bouda

V ono Červené neboli Velikonoční pondělí roku 1913 vyrazilo od startu u Labské boudy (ne od té nové, ale staré, která tu stála do roku 1965, kdy vyhořela) šest závodníků. Namířili si to směrem k boudě Martinovce, odsud pak nahoru k vrchu Velkému Šišáku, dále ke Sněžným jámám, Novoslezské a Vosecké boudě, odtud se pustili k Violíku a po Labské louce k Harrachovým kamenům, Zlatému návrší a zase zpátky k Labské boudě. Stejnou trasu měli

projet ve druhém kole. Ve třetím kole, poněkud zkráceném, měli skončit na Mísečkách. Měli, ale nikdo z nich cílem neprojel. Všichni postupně odstoupili a své snažení vzdali. Jedinou výjimkou byl šesta-
dvacetiletý **Bohumil**

Hanč, favorizovaný držitel titulů *Mistr lyžař* a *Mistr Krkonoš*, který tutéž trasu v uplynulých letech již několikrát úspěšně zdolal.



Letos se chystal zúčastnit naposledy. Vlastně se původně nepřihlásil, před sebou měl mistrovské zednické zkoušky a jeho manželka očekávala narození potomka. Jenže závod, který se poprvé jel jako rychlostní, přilákal i německé závodníky. Jilemnický ski spolek (jehož byl Hanč zástupcem), tak dlouho svého favorita přemlouval, až Hanč nakonec nátlaku ustoupil. Celá tragédie se tak vůbec nemusela stát – nebýt rivality mezi českými a německými sportovními spolky.

Závodníci vyrazili na trasu dlouhou 50 km jen v košilích a kalhotách, někteří i bez rukavic. Bylo relativně teplo (cca 8°C) a mezi mraky prosvítalo slunce. Počasí se však během závodu začalo prudce zhor-

šovat, přišla mlha, velmi se ochladilo a začal vát studený vítr, který přinesl sněhovou bouři. Soutěž byla pro nepřízeň počasí odvolána, avšak Bohumil Hanč zůstal na trati. Snad neslyšel volání pořadatelů, nebo v něm zvítězila touha českého závodníka po vítězství nad německými kolegy, zkrátka Hanč jel dál a jako jediný na trati zůstal.

Svoje si užili i tratoví kontrolori. „Podívej, nad vrcholky se ženou mraky.“ - „Hm, už jedou! Kdo je první?“ - „Vede... ano... je to Hanč!“ - „Jaký má čas?“ - „První kolo: dvě hodiny a jednatřicet minut.“ - „Bohumile, nechceš čaj?“ - „Neslyší nás. Jenom mává rukou.“ - „Pozor, jede další. To je Feistauer.“ - „Na Hanče má půl minuty ztrátu.“ - „Němci jsou už tady. Bartel! Bartel! Nehmen Sie sich Tee?!“ - „Taky nás neslyší.“ - „Za Hančem je jenom o minutu a půl. Na náš čaj a čokoládu nemá čas.“ - „No a ke všemu padá mlha.“ - „Obávám se, že to není mlha.“ - „Začíná mžít.“ - „Ksakru. Prší!“

Spustil se hotový liják. Závodníci byli za chvíli promočeni do poslední nitky. Ke všemu začal vát silný a studený vítr. Na kontrole u Nové slezské boudy stál traťový komisař Kamil Muttich: „Už před desátou začalo mžít a pak pršet. Vál prudký severní vítr. Nevěřil jsem, že se poslední kolo ještě poběží. Vtom se přede mnou vynořila postava. Byl to Hanč. Kůži měl promodralou, vlasy zmáčené deštěm a košili přimrzající k tělu. Podal jsem mu citron, ale

Hanč měl ruce tak zkřehlé, že ho nemohl ani udržet. Tak jsem mu půjčil rukavice. Natáhl si je a běžel dál k Violíku. Pak jsem ho už neviděl."

Muttich však nebyl poslední, kdo Hanče viděl. Mluvili s ním ještě tři lidé. Prvním z nich byl kontrolor na Violíku doktor Vajna. „Proboha, tam ještě někdo jede! Haló, haló, zastavte se! To je Hanč. Bohumile! Nikdo za tebou už nejede. Slyšíš, všichni to vzdali. Hanči! Je pryč. Asi si myslí, že ho povzbuzuju.

Pravděpodobně poblíž Harrachových kamenů se Bohumil Hanč setkal s Václavem Vrbatou, který mu půjčil část oblečení a vydal se pro pomoc. Hanče se tehdy vypravil hledat mimo jiné i Emerich Rath. Pro záchranu závodníka udělal maximum.

Sníh ve vlasech, mokrý oděv ztuhlý mrazem jako plech. „Kluci, venku to je hrozný, už jsem myslel, že sem na Labskou nedojedu. Museli jsme to vzdát. V tom se prostě nedá závodit! Však také Bartel s Rathem dojeli poslední, tedy... skoro poslední." - „Říkáte skoro poslední? Copak ještě někdo závodí?" - „Ano, závodí. Na trati je stále Hanč. Zvítězil, a ani o tom neví. Měl by se nachystat fotoaparát, dorazí každou chvíli!" Rozhostilo se ticho. Na všechny dolehla stísněná atmosféra. „Jestli se Hanč do půlhodiny neobjeví, vyrazíme ho hledat!"

Nikdo neví, co přesně se v osudné okamžiky onoho 24. března 1913 ve sněhové vánici nedaleko Labské boudy vlastně odehrálo. Znamé je pouze to, že polomrtvého Hanče našli oblečeného do Vrbatova kabátu a čepice. Do oblečení svého dlouholetého přítele, který se přišel podívat na prestižní lyžařský závod, v němž chtěl Hanč znovu dokázat, že je nejlepší.

Vrbata zřejmě našel Hanče už vysíleného a zkřehlého zimou, půjčil mu kabát a čepici a vydal se hledat pomoc. Sám pak zabloudil.

Mezitím za Hančem vyráží tříčlenná záchranná skupina. Mezi nimi i závodník Emerich Rath, který předtím odstoupil kvůli omrzlinám. Právě ten ještě živého Hanče najde poblíž dnešní památné mohyly na Zlatém návrší. Odepne lyže a sám vysílený ho nese na zádech závěsemi. Ale po několika stech metrech pochopí, že to nezvládne. Opře Hanče o tyč, vrátí se pro svoje lyže a jede do chaty pro pomoc. Než padne vysílením, stihne udat Hančovu polohu. Hanče přivezou na saních do Labské boudy ještě živého, když ho přivezou, ještě dýchá. Doktor ale poznává, že je zle. Nejde o zmrznutí, ale o ochrnutí srdečního svalu. Lékař nemá po ruce kafrovou injekci, a tak zavádí jen umělé dýchání a masáž srdce. V jednu chvíli se ozve cosi jako výdech. Poslední.

Mezitím na Labské boudě zachráncům došlo, že něco není v pořádku. Jak je možné, že je Hanč teple oblečen, když poslední kontrolu ještě projížděl nalehko? Pochopili, že někde venku zůstal ten, kdo závodníkovi oblečení daroval. A že je ve velkém nebezpečí. Vyrázila proto další výprava, ačkoli netušila, koho má vůbec zachraňovat.

Stejným směrem mířil i ředitel závodu Fischer, který po Hančovi pátral po cestě do Míseček. Nenašel ho, ale na jedné z bud se od německého podomka dozvěděl, že nahoře na Zlatém návrší seděl jakýsi vysvlečený člověk a cosi na něj volal česky. Fischer se domníval, že jde o Hanče, a okamžitě se vydal zpět na hřeben. To už ale k tělu neznámého lyžaře dorazila skupina z Labské boudy. Lze však už jen konstatovat smrt. Nikdo z pořadatelů ani závodníků muže neznal. Vrbata, rodák z pětadvacet kilometrů vzdálené Mříčné, prostě jen vyrazil Hančovi fandit. Jeho identita byla zjištěna až druhý den.

Čin Vrbaty, který za záchranu kamaráda obětoval svůj život, se stal impulzem ke vzniku záchranné služby a 12. května 1935 i jednotné organizace Horské služby v Krkonoších.

Hančova pohřbu v Jilemnici se zúčastnilo na sedm tisíc lidí. Ve stejný den byl v nedaleké Mříčné pochován i Václav Vrbata. Tragédie samozřejmě vyvolala vlnu solidarity. Ve prospěch těhotné Hančovy manželky se konala charitativní sbírka.

Její syn Bohumil se narodil měsíc po smrti svého otce.



Na památku jejich tragické smrti je 24. březen slaven jako Den Horské služby. Tragická událost byla rovněž námětem knih a filmů. Povídku Synové hor napsal František Kožík a v roce 1956 ji pod tímž názvem zfilmoval režisér Čeněk Duba s Josefem Bekem a Jiřím Valou v hlavních rolích, který také přispěl k dokonalému vyhlazení zásluh Ratha. Rath se v něm Hančovi představuje jako „Prušák“ (tedy Němec) a se sklapnutím podpatků. Film tak úmyslně přepisuje skutečnost, že se oba dobře znali. Navíc je ve filmu záměrně potlačena i Rathova prakticky sebevražedná obětavost v záchraně Hanče. Jen proto, aby snímek mohl přiživit mýtus, že v závodě šlo o nacionální soupeření o české hory.

Příběh kolem tragédie Hanče, Vrbaty a Ratha zachycuje i nový film Tomáše Hodana *Poslední závod*, který vstoupil do kin 24. března 2022, tedy přesně v den 109. výročí tragédie a vy se na něj mů-

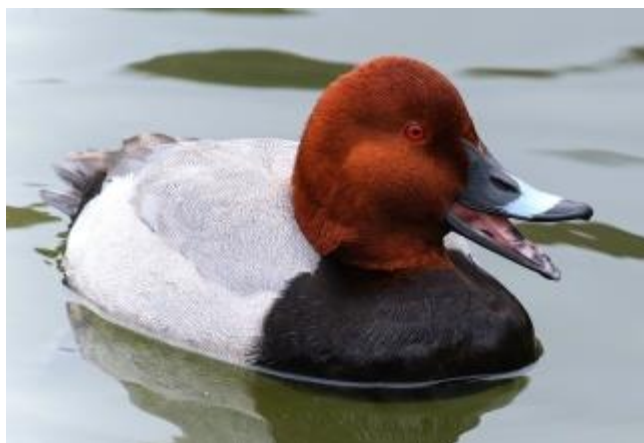
žete těšit u nás v kině pravděpodobně v dubnu.



SVĚT ZVÍŘAT

POLÁK VELKÝ

Česká společnost ornitologická (ČSO) vyhlásila ptákem roku 2023 poláka velkého. Na pomyslném trůnu vystřídal zvonka zeleného.



Udělením titulu polákovi velkému chtějí ornitologové upozornit na neutešený stav naší rybniční krajiny a na to, že polák v České republice stále patří mezi lovné druhy, a to i přesto, že je celosvětově ohrožený. Nicméně dobrou zprávou, nejen pro poláka, je celounijní zákaz olově-

ných broků na mokřadech, který vešel v platnost ve středu 15. února. Na otravu olovem v Evropě každoročně hynulo milion ptáků. To se má nyní změnit.



Udělením čestného titulu ornitologové již od roku 1992 upozorňují na zajímavé ptačí druhy a vybízejí veřejnost k jejich sledování a praktické ochraně. Zvolený ptačí druh zároveň reprezentuje problematiku, která se týká široké skupiny opeřenců. „Polák velký je vrubozobý pták, který k životu potřebuje rozmanité mokřady s ostrůvky a rákosinami. Takových je ale v Česku už jen minimum. Polák proto hnízdí na rybnících, kde se ale potýká s problémy. Kromě neutěšeného stavu rybniční krajiny musí od září do listopadu čelit lovcům. Ačkoliv je polák od roku 2015 celosvětově ohroženým druhem, v Česku stále patří mezi lovnou zvěř, což je nepřijatelné. V letošním roce budou naši ornitologové usilovat o vyjmutí poláka ze seznamu lovných druhů.

Polák velký je středně velká potápivá kachna. Pozorovat ho můžeme na vodních plochách, především rybnících. Ovšem čím dál méně. Z naší dříve nejpočetnější kach-

ny se stal ohrožený druh. Za posledních třicet let jsme přišli o třetinu české populace poláků. Důvodem je intenzivní rybníkářství s nadměrnou rybí obsádkou, úbytek příbřežní vegetace a zarůstání břehů a ostrůvků dřevinami.

Jak poznat poláka velkého?

Má zrzavou hlavu, která je v kontrastu se světlými zády. Nápadné jsou červenohnědé oči. U tohoto druhu je výrazný *pohlavní dimorfismus*, tedy kačer je zbarvený jinak než kachna. Aby samice neupozorňovala na hnízdo, v jejím šatu převládají různé odstíny hnědé a stejnou barvu má i oko.

Třída: ptáci

Řád: vrubozobí

Čeleď: kachnovití

Délka života: průměrně 6 let; maximálně 20 let

Velikost: 42–49 cm

Rozpětí křídel: 67–75 cm

Hmotnost: 800–900 gramů (v hnízdním období)

Polák velký je naší druhou nejpočetnější kachnou, za kachnou divokou. Při posledním mapování hnízdicích ptáků čeští ornitologové odhadovali početnost poláka velkého v tuzemské přírodě na sedm až 14 tisíc, což představuje v uplynulých dvaceti letech pokles přibližně o 20 procent.

Kampaň vědců si klade za cíl upozornit na to, že ptáci, které považujeme za obyčejné a všudypřítomné, nemusí být běžní napořád.

Výskyt poláka velkého

Poláky velké u nás lze pozorovat celoročně, na jaře a v létě však ve

vyšších počtech než v zimě. Nejsou příliš vybíraví, a tak lze jejich hnízda najít na malých rybnících i na velkých nádržích. Polák byl v 70. letech 20. století nejpočetnějším druhem kachny v Česku. To se změnilo na přelomu století, kdy zesílil trend rybníkářství. Typický rybník současnosti je nevábnou nádrží s hnědozelenou vodou, naplněnou po okraj kapry. Ti jsou přitom pro poláky konkurenty v boji o potravu. Kapr jako všežravec dokáže v rybníku zlikvidovat téměř veškerý bentos, tedy bezobratlé a jejich larvy. Problém není v tom, že by hlady trpěli dospělí ptáci, ale mláďata. Jsou závislá na živočišné potravě, které je tak málo, že zpravidla nestačí kachňata nasytit. Samice pak musí převést rodinku na jiný, úživnější rybník, a pokud se jí to nepodaří, mláďata uhynou.

Hnízdicím kachnám nesvědčí ani přemnožení divočáci či šířící se nepůvodní predátoři, jako je norek americký nebo psík mývalovitý (původem z Asie). Druh je také ohrožený virem ptačí chřipky, vysoce nakažlivým onemocněním, které se projevuje dýchacími potížemi a ztrátou chuti.

Vymírající pták, kterého mohou lovci legálně střílet

Kvůli častějšímu hynutí byl polák velký v roce 2015 zařazen na Červený seznam ptáků Evropy. Dokument, který vydala organizace Bird International, poskytuje nezávislé zhodnocení rizika vyhynutí pro všechny druhy přirozeně se vyskytující na kontinentu. V Česku však navzdory výraznému úbytku polák

mezi ohrožené ptáky zařazen není. Dokonce stále patří na listinu lovné zvěře.

Odhaduje se, že v severní a střední Evropě je ročně zastřeleno kolem pěti procent hnízdní populace. Další ptáci hynou na následky otrav olovem po pozření broků. Počty takto otrávených poláků se podle ornitologů v Evropě pohybují kolem 56 tisíc ročně.

Polák velký, který se při hledání potravy orientuje hmatem, nedokáže ve znečištěném rybníce brok od potravy rozlišit. Snadno ho tak může pozřít a jedovatá látka z náboje následně začne pomalu trávit jeho organismus. Na rozdíl od problematiky intenzivního rybníkářství a lovu má však tento problém řešení. V polovině února vstoupilo v platnost nařízení Evropské unie, podle kterého se již na mokřadech v členských státech nesmí olověné broky k lovu používat.

Rozmnožování

Hnízdní páry se začínají vytvářet již na zimovištích, tok ale můžeme pozorovat i na jaře po přiletu na hnízdiště. Hlavním měsícem pro hnízdění je květen. Že na rybníce hnízdí poláci velcí, často prozradí samec, který se zdržuje osamocen poblíž ostrůvku či na okraji příbřežních porostů. V blízkosti hnízda zůstává ale pouze v počátcích hnízdění, poté je již na hnízdění samice sama. Dnes bychom většinu hnízd našli na rybníčních ostrůvcích, jejichž vegetaci tvoří povětšinou směs rákosy a kopřiv. Poláci jsou však schopni stavět hnízda i v zaplaveném rákosu. Typické hnízdní bioto-

py našich kachen, tedy pozvolné podmačené přechody z vody do luk s ostricemi a řídkým rákosem, dnes bohužel na našich rybních téměř přestaly existovat.

Nejnáročnější fází hnízdění je pro samici tvorba šesti až osmi vajec a jejich následná inkubace po dobu 22–25 dnů. Řádná inkubace však nastává až po snesení posledních vajec, čímž samice zajistí, že se všichni potomci vylíhnou ve stejný čas. To je velmi důležité, protože čerstvě vylíhlá mláďata se na hnízdě zdržují jen krátce – pár hodin, které stačí k tomu, aby oschla – a pak už následují matku mimo hnízdo.

Právě doba vodění mláďat je nebezpečnou fází nejen pro mláďata, ale i pro samotnou samici. I když samice mláďata aktivně nekrmí, jak to známe například u pěvců, její role je velmi důležitá. Vše začíná už na hnízdě, kde si mláďata impregnují peří třením o matčino tělo. V tomto směru budou na matku spoléhat přibližně dalších deset dnů. Samice také zajišťuje, aby mláďata neprochladla, chrání je před deštěm, vybírá místo, kam se s nimi přesune, aby měla stále dostatek potravy, a pomáhá jim při střetech o potravu s cizími mláďaty i dospělými kachnami. A při tom musí být neustále na stráži. Objeví-li se nebezpečí, matka před ním mláďata varuje, případně se snaží predátora odlákat. To vše musí zajistit v době, kdy má za sebou náročnou inkubaci a potřebuje čas, aby doplnila tělesné zásoby.

Pro mlád'ata jsou kritické hlavně první dva týdny. Vedle povětrnostních vlivů přežití výrazně ovlivňuje dostupnost potravy. Mlád'ata mají sice zásobu živin z vejce, ta jim ale vystačí přibližně jen dva dny. V našich podmínkách poláci často čelí skutečnosti, že rybník vhodný pro hnízdění se zároveň nehodí pro krmení mlád'at. Samice proto musejí mlád'ata převádět jinam, někdy na vzdálenost mnoha kilometrů. Čím je však pochod delší a zahrnuje-li i překonání suchých stanovišť či lidských sídel, tím více roste riziko, že mládě uloví predátor, ztratí se, případně že je zastaví plot nebo napadne pes či kočka. Dnes se bohužel čím dál častěji stává, že vhodný rybník není v dosahu možností mlád'at, která pak nezřídka na neúživných lokalitách postupně hynou.

Po vyhnízdění se poláci odeberou na pelichaniště, kde kompletně vymění opeření. Samci, které nezdržují rodinné povinnosti, se na pelichaniště přesouvají již v průběhu června, samice odlétají v červenci až srpnu (pokud je hnízdění neúspěšné, pak i dříve). Specialitou vrubozobých je, že vyměňují všechny letky naráz, a nejsou proto po dobu dvou až tří týdnů vůbec schopni letu. V průběhu podzimu pak obě pohlaví ještě částečně vymění peří a získají svatební šat. Pak už jim nic nebrání začít vytvářet páry pro další hnízdní období.

Potrava

Potrava poláka velkého je poměrně různorodá a zejména v létě v ní převládá rostlinná složka nad

živočišnou. Poláci přijímají hlavně různé části vodních rostlin, mezi nimi i pupeny a semena, například lakušníku, rdesna stolítku, růžkatce, zblochanu, ale také obilí a kukuřici. Jídelníček doplňují drobní živočichové v podobě měkkýšů, korýšů, červů a vodního hmyzu a jeho larev – třeba chrostíků či pakomárů. Na zimovištích konzumují poláci hlavně živočišnou potravu, byť na některých mořských stanovištích mohou v potravě převládat různé druhy řas.

Polák velký patří mezi potápivé kachny, aktivně se potápí až do hloubky 15 m a pod vodou dokáže strávit až téměř minutu. To jsou však extrémní hodnoty, průměrné ponoření trvá polákovi něco kolem 20–25 sekund a hloubka ponoru běžně nepřekračuje tři metry. K tomu, aby se kachna dostala do hloubky tří metrů, potřebuje přibližně osm sekund a další čtyři na vynoření. Na sběr potravy pak zbývá přibližně 13 sekund. Že je potápění energeticky náročné potvrzuje i fakt, že během něj polák spotřebuje 3,5krát více kyslíku, než když se klidně houpe na hladině. Délka ponoru je ovlivněna zejména dostupností potravy a teplotou vody. V chladné vodě kachny délku ponoru zkracují.

Při získávání potravy pod hladinou se polák spoléhá na zobák pokrytý citlivou kůží s řadou hmatových tělísek. Kraje obou čelistí zobáku jsou vybavené řadou rohovitých lamel připomínajících zoubky, kterých je u poláka velkého přibližně 40. Polák má také silný svalnatý

jazyk s hmatovými tělísky a rohovitými výrůstky na okrajích, který hraje při sběru potravy důležitou roli. Jeho rychlé pohyby totiž v ústní dutině vytvářejí podtlak, takže je do ní nasávána voda s bahnem. Citlivý jazyk pak nahmatá vhodnou potravu a voda s nestravitelnými částicemi vyteče přes lamely ven. Výhodou tohoto způsobu získávání potravy je, že kachny při něm spoléhají pouze na hmat a nepoužívají zrak, což by v našich rybnících dnes už ani nebylo možné. Lov výhradně pomocí hmatu tak polákům umožnil přesunout většinu potravních aktivit do bezpečnějších nočních hodin.

Snadné to polák nemá ani na souši. Široké tělo, noha zpevněná až po patní kloub a posunuté těžiště působí kachnám při chůzi velké nesnáze. Aby se nepřevážily, musí těžnice vždy protínat začátky prstů. Proto vodní ptáci chodí ve vzpřímenější poloze než ptáci suchozemští. Při chůzi pak musejí klást nohu vždy pod těžiště, což má za následek známou kolébavou chůzi.



Obrázek ukazuje, jak dříve vypadaly naše rybníky, pro něž byl ty-

pický pozvolný přechod rozsáhlých litorálních porostů do okolní zemědělské krajiny a absence stromů, které by rybník izolovaly od okolí. Takovéto prostředí polákům velkým velmi vyhovuje.

ZDRAVÍ V ŠIRŠÍCH SOUVISLOSTECH

Cyklus zdraví a člověk v širších souvislostech v rozhovorech s MUDr. Soňou Hájkovou. (5. pokračování)

V únorovém čísle jsme spolu ve 4. pokračování rozhovoru mluvily o hlubokých až filozofických tématech. Dnes bych náš rozhovor ráda směřovala k jaru a novému počátku, kdy se květena probouzí, světla přibývá a teplo začíná svlékat naše vrstvy oblečení.



Soňo, pojd'me dnes vyjít vstříc jaru. Můžeš nám prosím povědět, jak můžeme nahlížet a využít jarní rovnodennost i období jara pro naše životy? Co přichází do naší cesty v této době, jak jí maximálně využít?

Jak se postarat o fyzické zdraví, jakou stravu zařadit, co bys doporučila pro naši psychiku, i s ohledem na naše klienty? Je něco, čeho se v tomto období vyvarovat?

Naši předkové jaro vyhlíželi již od svátku Hromnic 2. 2. Byly to dny, kdy první hromobití a bouřky oznamovaly, že konec zimy se blíží. Letos nás zastihly bouřky úplně přesně. Ve městech tyto předěly mezi zimou a jarem nevnímáme tak silně. Většinou si po celou zimu žijeme v teplíčku, svítíme si, kdykoli je potřeba, jídla máme přebytek a ve skladbě jídelníčku skoro ani nepoznáme, že se mění roční období. Předkům ale touto dobou zásoby již docházely, a proto na masopust navázalo postní období až do jara. Očekávání nového vegetačního roku bylo často i otázkou přežití, zkrátka příslibem obživy. Jakmile více pobýváme v přírodě, já například bydlím na venkově, tak pozorujeme, že vegetační čas se řídí nejen teplem, ale i množstvím denního světla. Čím více se přibližujeme k jarní rovnodennosti (letos 20. 3.), tím více přibývá denního světla a životní síla je více vytahována na povrch, nad zem. Děje se to nejen rostlinám a stromům, ve kterých míza pulzuje, reagují zvířata a nejvíce jaro oznamují svým zpěvem ptáci. Samozřejmě, že tyto pohyby životní síly můžeme zaznamenat i v sobě. Energie se z hloubi dostává na povrch, doslova je sluncem vytahována. Stojatá, odpočinková a klidná zimní nálada a energie najednou pulzují, sluníčko nás stále

více láká ven. Cítíme, že roste chuť se hýbat, uklízet, něco změnit. Rovnodennost nastoluje rovnováhu mezi délkou dne a noci, vegetace se dává do pohybu, semínka klíčí, cibuloviny kvetou, sklízíme první jarní bylinky. Jarní strava je tedy hlavně zelená, nahořklá, křehoučká, plná naklíčených výhonků, zelených bylinek, mladých lístků salátků, jarní cibulky a ředkviček. Díky tomu, co nám příroda přirozeně nabízí, můžeme také mluvit o jarní očistě, která čistí především naše játra a žlučník. Někteří labužníci pijí zjara čerstvou březovou mizu vnášející úžasnou vitalitu do našeho organismu.



Nechme se tedy vylákat sluncem k procházkám, přidejme čerstvé bylinky ke každému jídlu, dopřejme si pomazánky z ředkviček a jarní cibulky, přidejme lístky pampelišky, medvědího česneku a popíjejme k tomu nálev z čerstvých mladých kopřiv, tím vším podpoříme jarní očistu a nastartujeme čerstvou energii, aby konala svoji očištnou práci. Její dynamika nás povzbudí k jarnímu úklidu a k novým začátkům ve svém životě.



Jak můžeme nahlížet období úplňku, který v březnu vychází na 7. března, a naopak dobu novoluní (21.3.)? Je to jiné pro ženy a pro muže? Můžeme s tím nějak vědomě pracovat?

Nejdříve tedy trochu teorie. Země a Měsíc jsou ve vzájemném vztahu a pohybu, obíhají kolem společného těžiště a vzájemně na sebe působí gravitační silou. Doba, kdy Měsíc obkrouží Zemi, se nazývá lunace a lunační cyklus trvá 29,5 dne. Zároveň obě tělesa obíhají kolem Slunce (stejně jako ostatní planety naší sluneční soustavy), čímž vytvářejí různé vztahové konstelace. Díky těmto vzájemným vztahům, pohybům, gravitačním a odstředivým silám můžeme na Zemi pozorovat tzv. slapové jevy známé jako příliv a odliv. Na noční obloze sledujeme různě osvětlený Měsíc, podle něhož poznáváme několik jeho fází. Lunaci počítáme od novoluní, kdy se Měsíc nachází mezi Sluncem a Zemi, je k nám přivrácen neosvětlenou částí, proto není na obloze vidět. Následuje období dorůstajícího Měsíce připomínající „D“, pak se přibližuje k období úplňku, kdy při jasné obloze celý Měsíc přímo září svojí osvětlenou stranou a nachází se na

opačné straně než Slunce „O“. Poté vidíme tzv. ubývajícím Měsíc, kdy máme dojem, že couvá ve tvaru „C“ až úplně vymizí z dohledu, aby opětovně dosáhl novolunní plné „O“.



Jak jsem již zmínila, při těchto cyklech a úkazech dochází ke změnám v působení gravitačních a odstředivých sil mezi Zemí, Měsícem a Sluncem, tyto síly jsou nejsilnější v době úplňku a novoluní. Proč si však o tom takto povídáme? Jednoduše proto, že lidská bytost je nedílnou součástí tohoto dění a všechny tyto síly mají svoji odezvu i v lidském organismu. Například zdravý ženský cyklus je dokonale vyladěn na měsíční fáze, v období novoluní dochází ke krvácení, odlučuje se děložní sliznice, která nebyla využita pro zahníždění oplodněného vajíčka, tělo se očišťuje směrem dolů. Během dorůstajícího Měsíce, a hlavně úplňkové fáze, se ženské tělo připravuje na oplodnění, hormonálně i psychospirituálně je žena otevřena směrem ven, její krása, vůně kůže a ovulační půvab i svůdnost vábí a láká jako rozkvetlá květina, aby ideálně v období úplňku dávala na vědomí, že je připravena k reprodukci. Ženská cyklicita a sexualita potom ovlivňují a udáva-

jí rytmus i mužskému chování. Namítnete, že kdyby tomu tak opravdu bylo, tak proč všechny ženy nemenstrují ve stejný čas v souladu s lunou? Protože jsme, příliš civilizovaným životem, umělým osvětlením a hormonální antikoncepcí i léčbou, narušili tyto přirozené biologické rytmy. Je však v moci a přirozenosti každé ženy se s těmito rytmy opětovně vyladit. Příroda je nastavena na přirozenou reprodukci. Žena si v ideálním případě do další fáze ubývajícího Měsíce přináší zahnízdování vajíčka a rozvoj těhotenství, v opačném případě tělo i psychika ženy prožívá trochu marnost ze zbytečné snahy a krvácení jako „pláč“ jí umožní očistit se a opětovně připravit na další cyklus. Na psychologické a sociální rovině je tedy čas úplňku obdobím, kdy se rádi setkáváme, družíme, bavíme, slavíme, milujeme, čas novolunní je obdobím pro uzavření se spíše do sebe, do nitra, do hlubin mystické inspirace, či transformace. Obě tyto fáze jsou velmi vhodné na konání procedur podporujících organismus v detoxikaci. Astrologické hledisko významu březnového úplňku ve znamení Panny bych přenechala raději astrologům.

Na závěr bych tě ráda požádala o tvůj pohled na osobu Jana Ámose Komenského, který slaví 28. března 431. výročí narození (*1592). Co může být dle Tvého mínění jeho největší inspirací a přínosem pro sou-

časnost? Je opravdu tzv. „Učitelem národů“?

Někdy se člověk začte do historických literárních děl a má pocit, jako by bylo psáno o současnosti. Je s podivem, že tolik moudrého toho bylo napsáno o nápravě věcí lidských, a přesto jsme „hluší“. Vymýšlíme obezličky a problémy zastupné, jen abychom se nemuseli zabývat tím podstatným a hlubinným, které se týká osobního vztahu k Veškerenstvu, smyslu našeho života a Života jako takového. Jan Ámos Komenský je velikánem naší historie a zanechal krásné a hodnotné dílo, které je stále aktuální a inspirativní. Kdybychom si vzali k srdci úplný základ vzdělání: poznat sebe a svět, ovládnout sebe a povznést se k Bohu, tak bychom se přestali ztrácet v labyrintu světa a dokázali nacházet ráj i hlubinu bezpečí ve svém srdci. Já osobně mám s jeho výročí spojenou oslavu svých jmenin, o to více osobní vztah k němu mně rodiče předurčili.



Přeji všem krásný začátek jara s novou nadějí v dobrý svět i svého jedinečného místa v něm.

Děkuji opět za zajímavé a v širších souvislostech podané pohledy na mé otázky. Je zřejmé, že s příchodem jara se v nás může zrodit něco nového i jiného, že periody měsíce můžeme využít pro náš praktický život a prozkoumávání sebe sama a klidně k tomu můžeme využít Komenského „škola hrou“. Budu se těšit zase někdy příště, kdy navážeme na náš dialog. Srdečně Kateřina



KALENDÁŘ

Všem jubilantům, kteří oslaví v měsíci březnu svoje narozeniny, přeje redakce časopisu včetně všech klientů i zaměstnanců domova, všechno nejlepší. Společná oslava se bude konat v úterý 28. března od 14:00 v klubovně. Klienti oddělení Alzheimer centra budou mít oslavu narozenin v pondělí 27. března rovněž od 14:00.

K narozeninám v měsíci březnu blahopřejeme těmto klientům domova:

Ing. Václav Cais, Jiřina Sudíková, Jiřina Brodničková, Jiřina Junková, Jana Poláková, Emílie Černá, Marie Luťanská, Růžena Čepelová, Gertruda Bezděková, Gregorová Ilonka, Reinbergerová Dagmar, Květoslava Gúrtlerová, Lokajová Jiřina, Vízková Marta

V měsíci únoru jsme se v domově rozloučili s:

Pavel Šípek, Irena Mrenicová, Fuxová Růžena, Dombai Vojtěch, Šnajdrová Ivana

A přivítali:

Jitka Mendlová, Luťanská Marie, Švečuková Emílie, Svobodová Bohuslava, Lojaková Jiřina, Mgr. Fiedler Milan

AKCE A BOHOSLUŽBY BŘEZEN

3.3. Mše, 13:15, sál

9.3. Fotoreportáž z Irska, 10:00, sál

10.3. Domácí kolo Malešického mozku, 9:30, klubovna

10.3. Mše, 13:15, sál

14.3. Hudební vystoupení Karla Kekéšiho, 14:00, sál

17.3. Mše, 13:15, sál

22.3. Soutěž Malešický mozek, 9:00-15:00, sál

24.3. Setkání s dětmi z MŠ Pampe-
liška, 9.45, klubovna
28.3. Oslava narozenin, 14:00, sál
30.3. Hudební vystoupení pana Jiří-
ho Šámala na netradiční nástroj-
Hang drum, 14:00, sál
31.3. Mše, 13.15, sál

CHVILKA POEZIE

Dnes se ponoříme do laskavé a
jemné poezie naší klientky Elišky
Lindauerové z 1. patra oddělení B.
Necht' máte příjemný čas při čtení
jejich veršů.

Mé chalupě

Až babí léto odletí
a podzim si přestane s paletou
barev hrát,
tu zima do chaloupky přiletí
a z truhly vyjme svůj bělostný
háv.

Vítat jej budem jako děti,
pak nabídnem hrst času vzpo-
mínkám.

Můj syn voják

Kde jsou ty chvíle,
když sis na vojáčka hrál,
lecjaký papír bitvami počmáral.
Ale už nejsi kluk,
tlačí tě dětské střevíce.
Je z tebe muž,
sluší ti vojenská čepice.
Až se mi vrátíš z vojny zpět,
uvidíš svět novýma očima.

Na ledě

Jede mušák se svou muškou,
na ledě si bruslí,
baví se svou láskou, na budouc-
nost myslí.
Jak tokají, nevidí nic, ani díрку
v ledě.
Probudí se, zachmuří líc na stu-
deném sedě.

SEZNAMTE SE, PROSÍM

...s paní Alenkou Říhovou, která u
nás bydlí na čtvrtém patře oddělení
B. Paní Alenka je narozena v Praze.
Prožila hezké dětství v Libni, kde
lítali kolem Rokytky, tam byla
příroda, spousta hřišť a v zimě tam
správcové i polévali kluziště.
Zástavba je tam taková, že ke svým
hrám mohly děti využívat i
vnitrobloky. S rodiči chodili o
sobotách a nedělích pravidelně na
procházky do Ďáblického háje,
nebo až do Zoologické zahrady,
kam se z Libně dalo dojít kolem
Vltavy.

Tatínek Arnošt i maminka Alena, ač
oba nestraníci, pracovali v Podniku
zahraničního obchodu Rapid. Táta
pak přešel do Podniku zahraničního
obchodu Artia. I jako nekomunista
směl vyjíždět do zahraničí, protože
byl na slovo vzatým odborníkem a
uměl anglicky, německy a
francouzsky. Byl to dokonce on, kdo
u nás zavedl reklamy na
mantinelech při sportovních
utkáních, protože to viděl v
zahraničí. Maminka z Podniku
zahraničního obchodu také odešla –

na Federální statistický úřad, do odboru statistiky maloobchodu.

Rodiče byli nadměrně pracovně vytížení, a tak se o malou Alenku starala babička. V roce 1949 koupila chalupu po odsunutých Němcích ve Zdobnici v Orlických horách. Tam vždycky trávili celé léto s babičkou a dědečkem, s babičky sestrou a Alenčinou sestřenicí Danou. „Babičku obdivuju, že si tam ty děti vzala na celé léto“, říká paní Říhová, „elektřina žádná, prát chodily ke studni, do nejbližšího obchodu to bylo tři kilometry pěšky a babička se svojí sestrou tam chodily na nákupy s ruksakem dvakrát týdně.“

Tím se holky záhy naučily, že se o sebe člověk musí postarat sám. Když chtěly borůvkový koláč, musely jít nasbírat borůvky, když chtěly mít doma teplo, musely jít na šišky do kamen, a dokonce i pro vodu ze studně to bylo dobrých 300 metrů.

Bylo to krásné dětství, les byl přímo „za barákem“. Holky prožívaly úžasná dobrodružství. Prolézaly kamenné kupy za chalupami, kam lidi vyhazovali, co už nechtěli, takže se tam našly úplné poklady – dětské knížky, hračky, střepy z hrnečků. V lese si stavěly bunkry a k rybníčku chodily chytat pulce.

Od deseti let chodila také do vodáckého oddílu na Libeňském ostrově, což ji přivedlo do prostředí blízkého trempinku. Na VŠ se pak přirozeně zařadila mezi lidi, co trempovali, takže začala taky, lezla na skály, věnovala se vodáctví a

naučila se milovat trempskou a folkovou muziku.

Ze základní školy v Praze šla už z 8. třídy na Gymnázium v ulici U Libeňského zámku. Patřila k takzvanému experimentálnímu ročníku, předtím se chodilo až z devítky. Spolužáci si z prváků dělali legraci a říkali: „Přišly ty děti ze školky“. Pro zajímavost, na stejné gymnázium chodil František Hrubín a také mu v převratových letech řediteloval Petr Fejk, kterého známe jako úspěšného ředitele Zoologické zahrady. Z gymplu šla na ekonomku v Praze na Žižkově. Zvolila si studium Automatizovaných systémů řízení, což byla volba vskutku prorocká, protože zrovna nastávala zlatá éra počítačů.

Po škole nastoupila do Podniku výpočetní techniky. To byly ještě nosiči informací děrné štítky a děrné pásky a počítače byly tzv. sálové – rozměry měly jako celá tělocvična. Už se ale začínaly objevovat magnetické pásky, a po nich se postupně přešlo i na magnetické diskety.

Zde pracovala do roku 1990, kdy proběhla reorganizace, protože ve vedení podniku usoudili, že tolik programátorů opravdu nepotřebují. V roce 1991 nastoupila do výpočetního střediska OÚNZ na Proseku, kde se právě začínalo s elektronickými recepty a elektronickou dokumentací pacienta. Odborného poradce zde dělal vojenský lékař MUDr. Hemala, strýc Alexandra Hemaly, známého hlasatele z České televize.

Když výpočetní středisko skončilo, dostala se na Český statistický úřad do odboru průmyslu. Jeden kolega na začátku říkal: „Bacha, její máma dělá na Federále, třeba je sem nasazená.“ Ale to mu vydrželo jen do té doby, než spolu poprvé zašli do hospody...

Na Českém statistickém úřadě pracovala do r. 2015, kdy ji sklátila cévní mozková příhoda, komplikovaná ještě plicní embolií a ona na půl těla ochrnula. Zdědila po mamince vyšší srážlivost krve. A teď už tráví asi osm let na postelích.

Paní Alenka má dvě děti, Hanu a Markétu, které mají příjmení po svém otci, Petru Vackovi, kterého paní Alenka popsala slovy: „Jedinej a nejlepší chlap mého života.“ Nevzali se, on v roce 1983 odešel do Ameriky, kde se pak dokonce oženil. Pak se na chvíli vrátil a v roce 2014 tam znovu odjel natrvalo. Petr Vacek, jak možná někteří víte, je známý bluegrassový muzikant, působící dnes v Nashvillu. I když se už asi nikdy nesejdou, jsou ve spojení alespoň přes e-mail.

„Bejvaly to pěkný čísla,“ vzpomíná paní Alenka na svoje holky: „jednou na jedné návštěvě skákaly ze skříně do gauče. Jedna na druhou a navíc asi dva metry daleko. Markéta furt odněkud skákala. Dokonce i z pětimetrový skály.“

Jednoho dne se paní Alenka vrátila domů a viděla ji, jak se naklání z okna z druhého patra, odkud pořvávala na kamarády. Maminka bez hlesu rychle přiskočila a honem ji vtáhla dovnitř. „Je div, že se obě

holky ve zdraví dožily dospělosti,“ usmívá se paní Alenka.

Měly být divoké po kom, maminka taky zamlada skákávala ze stohu – a samozřejmě z co největší výšky. Vtipné je, že zrovna Markéty syn se jmenuje Benjamín Skokan.

Svůj nelehký osud snáší paní Říhová obdivuhodně dobře. Je naladěná pozitivně, má smysl pro humor a neustále tříbí svou inteligenci četbou knih, luštěním křížovek i jiných úkolů, které pak spolu se smíchem kontrolujeme...

POHÁDKY NA POKRAČOVÁNÍ

Pojďme se jarně naladit a vyhlí-
žet ty kouzelné malé bytůstky přilé-
tající každý rok z jihu, aby tu s námi
žily v symbióze. Potěšte se spolu
s námi textem pana Ing. Poslušné-
ho.



Vlaštovčí švitoření

Už k nám přiletí rodičovský
vlaštovčí pár. Hledat slepenou loň-
skou hnízdní kapsičku, na stěně pod
klenutým stropem maštale, nemu-
sel. Něco ho k ní táhlo už ze zimo-

viště na jihu. Co to povídám, na jihu je přece teplo tak jaképak zimoviště. Asi se tomu tak říká, protože u nás je v té době zima. A to vlaštovky předem vědí. Už se sem těšily. Těšily se na dlouhé dny a na mušky nad rybníkem. I na mušky vynesené stoupající vzdušnou zdviží tam nahoru, kde potom vlaštovky s otevřeným zobáčkem ladně krouží. Volátka si jimi tak naplňují.

Na noc se do hnízdní kapsičky vždy slétnou, švitořice pohovoří. Vlaštovčí maminka několik vajíček snese. To, aby vlaštovčí rod pokračoval. Maminka potom na hnízdo sedne. Tatínek se má co s jídlem ohánět, i vodu v zobáčku jí donese. To jsem vám ještě neřekl, vajíčka potřebují k vylíhnutí teplo. Proto mají vlaštovky pod hrudníčkem teplé místo, zavrtí sebou, aby místo od peří na něm odkryly. Křídly potom snůšku přikryjí, to aby teplo u vajíček zůstalo. Tak už je to u nich šikovně zařízeno.

Už se naše mláďata klubou, počkáme, až ze všech pěti vajíček se vyklubou. Potom se začneme tumlovat s nošením potravy. Jejich natažené krky s otevřenými zobáčky jsou pořád nenasytné.



A také ať nás pozorují, jak hbitě lze, užoučkým otvorem nad dveřmi, do maštale prolétnout. Nebojte se, prolétnout jím nedokáže ani ostříž, natož kukačka proradná. Také štěbetání a cvrlikání musí vlaštovčata odposlouchat. Křidélka se jim všem opeří, a také ocasní péra jím dorostou, delší klukům vlaštovčím. Z hnízda vylétnou a opět se do něho vrací. Maminka je po čase z hnízda do světa vypudí. Nechť se už samy o sebe starají. Sourozenci druzí se v hnízdě budou nově rodit.

Nastal čas hojnosti přerušovaný pouze vytrvalým deštěm. Je zapotřebí procvičit švitoření cvrlikáním a štěbetáním. A také se naučit hřadovat se sousední vlaštovčí omladinou. To na přípravu houfného odletu k jižnímu zimovišti. Postupně se k houfu přidávají i ti mladší sourozenci a nakonec i maminka s tatínkem. Frrrr cvičně v houfu vlaštovky vzlétají a opět s houfem přistávají. Až najednou, posledním vzletem, houfně odlétají.

