



**Liberec**

**Plán akcí**

**Speciál Záhady 5/2023**

---

## KONTAKTY:

**Telefon:** 488 577 661

**Email:** [liberec@tyflocentrum-lb.cz](mailto:liberec@tyflocentrum-lb.cz)

**Adresa:** Na Výšinách 451/9, Liberec 5

**Web:** <http://tyflocentrum-lb.cz/>

---

## CO NABÍZÍME:

- **Průvodcovskou a předčitatelskou službu**

domluvení služby:

Květa Heligarová – Nováková (736 130 590, [pps@tyflocentrum-lb.cz](mailto:pps@tyflocentrum-lb.cz)),

- **Zajištění sociálně aktivizačních služeb**

přihlášení na akce:

Květa Heligarová – Nováková (736 130 590, [aktivity@tyflocentrum-lb.cz](mailto:aktivity@tyflocentrum-lb.cz)),

- **Výuku a poradenství ohledně elektronických kompenzačních pomůcek**

domluvení služby:

Ing. Jana Smolná (731 913 585, [jana.smolna@tyflocentrum-lb.cz](mailto:jana.smolna@tyflocentrum-lb.cz)),

Lukáš Feifer ([lukas.feifer@tyflocentrum-lb.cz](mailto:lukas.feifer@tyflocentrum-lb.cz)),

- **Základní sociální poradenství**

zajištění služby:

Mgr. Jana Jakubcová (797 695 503, [jana.jakubcova@tyflocentrum-lb.cz](mailto:jana.jakubcova@tyflocentrum-lb.cz)),

Mgr. Jana Benešová, Ph.D. ([jana.benesova@tyflocentrum-lb.cz](mailto:jana.benesova@tyflocentrum-lb.cz)),

- K zapůjčení tandemová kola, zvukové knihy, možnost digitalizace textů a další.

---

## Úvodník

Vážení čtenáři a vážené čtenářky,

pomalou vstupujeme do měsíce května, teploty konečně trochu stoupají a Vás opět čekají příjemné akce ve společnosti TyfloCentra.

Obsahově jsme pro Vás tentokrát číslo vyladili do tématu záhad. Ale i pokud Vás na záhady neužije, není třeba klesat na mysli. V květnu nám přijdou na klubové setkání **zaspívat děti z MŠ Pramínek** a svými písničkami vzdají hold jaru a maminkám, neboť na neděli před klubem připadá Den matek. Rodiče menších ratolestí mohou dodatečně užít **Čarodějný rej pro děti**, který proběhne hned na začátku měsíce. A naopak na konci května se vydáme na **prohlídku přírodní zahrady v Dřevčicích** nedaleko Doks. K tomuto výletu nás inspirovala naše březnová přednáška paní Vlasty Kobulské. **Zahrada nás čeká také místní botanická** – navštívíme ji, jak jsme si v zimě slibovali, ještě jednou, kdy už budou i venkovní exponáty v květu. Na pobočce TC si nenechte ujít ve středu 24. 5. 2023 **speciální hru s motivem záhad**.

Soutěžit tentokrát můžete v kvízu pro zdatné „záhadology“. A uvnitř čísla se s námi mimo jiné ohlédněte za úspěšnými akcemi minulých týdnů. Zejména vzpomeneme Krajský přebor v bowlingu, který se uskutečnil v Sedmihorkách a ze kterého **liberecké družstvo TC a SONS dovezlo parádní druhé místo**. V individuálních oceněních pak dovolte vyzdvihnout první místo paní Dany Šmídové v kategorii žen. Ale ani muži nezůstali pozadu a ti nejlepší obsadili čtvrtou a pátou příčku. Trénujeme samozřejmě dál každou třetí středu v Centru Babylon.

Neleníme a již nyní pro Vás plánujeme program na léto. Závěr srpna po dva uplynulé roky patřil Jízdě poslepu v Sosnové. Letos chystáme nový příjemný adrenalin. ☺ V případě dostatečného počtu zájemců s námi budete moci vyrazit na **sjíždění řeky Jizery na raftu z Malé Skály do Dolánek**, a to samozřejmě v doprovodu profesionálního instruktora. Budeme rádi, pokud nám již nyní dáte vědět svůj zájem. **Předběžně plánovaný termín akce je 30. 8. 2023.**

Poslední zmínka se týká **dopravního upozornění. Zastávka spoje č. 21** na terminálu Fügnerova ve směru na Králův Háj je aktuálně z důvodu stavebních prací posunuta směrem k OC Fórum. Dbejte prosím opatrnosti při pohybu kolem stavby.

Přejeme Vám pěkné čtení a hezký květen.

Vaše TyfloCentrum

## Obsah čísla

Úvodník.....	1
Obsah čísla.....	2
Program TC na květen 2023 .....	3
Něco málo o záhadách a záhadologii .....	8
Výsledky soutěže z minulého čísla: Pro znalce psů.....	9
Soutěžní záhady .....	10
Recept č. 1: Jehněčí na jehle.....	12
Recept č. 2: Krémová polévka s medvědí česnekem .....	13
Oslavenci v květnu .....	13
Ohlédnutí: Co přinesl březen a duben .....	13
Koutkem OKA: Knihovna v Liberci vydala 20. zvukovou knihu .....	15
Zaostřeno: Tvorba pana Miroslava Michálka.....	16

**Nakoukněte: Memoriál Simony Karlovcové 2023 ..... 16**

**Závěrem: Přednáška o zrakovém postižení v rámci Týnes ..... 16**

**Program TC na květen 2023**

**Pro přihlašování na akce a aktivity TyfloCentra využívejte kontakt na koordinátorku: 736 130 590. Jste-li pravidelným účastníkem aktivity, dejte vědět v případě, že se účastnit nemůžete.**

**Pro objednávání na konzultace k elektronickým kompenzačním pomůckám využívejte kontakt na Ing. Janu Smolnou v určeném čase: každé úterý od 12:00 do 13:00.**

**Ve dnech 1. 5. 2023 a 8. 5. 2023 je TC Liberec z důvodu státního svátku uzavřeno a aktivity neprobíhají.**

**2. 5. úterý 15:00 Angličtina pro pokročilé - online**

Výuka angličtiny probíhá online přes stálý odkaz na Google Meet. Lektorem je pan Petr Tkáč.

**3. 5. středa 10:00 Bowling**

Sraz v 9:50 v restauraci Královská zahrada v Centru Babylon. Prosíme o přihlášení do 28. 4. 2023.

**3. 5. středa 11:30 Bowlingové posezení**

Na trénink v bowlingu navážeme posezením v restauraci či kavárně. Prosíme o přihlášení do 28. 4. 2023.

**4. 5. čtvrtek 10:00 Hudební dopoledne**

Přidejte se k našemu diskusně-hudebnímu setkání. Hráči na jakýkoli nástroj jsou vítáni. Prosíme o přihlášení do 28. 4. 2023.

**4. 5. čtvrtek 11:00 Trénink paměti - telefonicky**

V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Přihlášení nových zájemců do 2. 5. 2023.

- 4. 5. čtvrtek 14:00 Jóga**
- Cvičení pod vedením odborné lektorky paní Jany Zuskové (Salačové) probíhá **prezenčně v klubovně TC**, ale též s možností online přenosu přes odkaz na Google Meet.
- 9. 5. úterý 15:00 Angličtina pro pokročilé - online**
- Výuka angličtiny probíhá online přes stálý odkaz na Google Meet. Lektorem je pan Petr Tkáč.
- 10. 5. středa 10:00 Keramika**
- V dílně TC můžete vyrábět dle vlastního přání a fantazie. Těší se na Vás lektorka paní Radka Valentin. Příspěvek na materiál je 30,- Kč. O přihlášení prosíme do 8. 5. 2023.
- 10. 5. středa 13:00 Čarodějný rej pro nejmenší**
- Akce je určena především rodičům s malými dětmi, ale vítán je i každý, kdo si nestihl náležitě užít dubnový čarodějný rej pro dospěláky. Děti se mohou těšit na čarodějné dílničky a za absolvování úkolů drobné odměny. Kostýmy všeho druhu jsou u nás vítány 😊. O přihlášení prosíme do 4. 5. 2023.
- 11. 5. čtvrtek 10:00 Hudební dopoledne**
- Přijďte se k našemu diskusně-hudebnímu setkání. Hráči na jakýkoli nástroj jsou vítáni. Prosíme o přihlášení do 4. 5. 2023.
- 11. 5. čtvrtek 11:00 Trénink paměti - telefonicky**
- V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Přihlášení nových zájemců do 9. 5. 2023.
- 11. 5. čtvrtek 14:00 Jóga**
- Cvičení pod vedením odborné lektorky paní Jany Zuskové (Salačové) probíhá **prezenčně v klubovně TC**, ale též s možností online přenosu přes odkaz na Google Meet.

- 15. 5. pondělí 10:00 Klubové setkání ke Dni matek**
- K příležitosti svátku matek a náležitého uvítání jara nám do TC přijdou zazpívat děti z MŠ Pramínek. Prosíme o přihlášení do 11. 5. 2023.
- 15. 5. pondělí 15:00 Angličtina pro začátečníky - online**
- Výuka angličtiny probíhá online přes stálý odkaz na Google Meet. Lektorem je pan Petr Tkáč.
- 16. 5. úterý 15:00 Angličtina pro pokročilé - online**
- Výuka angličtiny probíhá online přes stálý odkaz na Google Meet. Lektorem je pan Petr Tkáč.
- 17. 5. středa 10:00 Keramika**
- V dílně TC můžete vyrábět dle vlastního přání a fantazie. Těší se na Vás lektorka paní Radka Valentin. Příspěvek na materiál je 30,- Kč. O přihlášení prosíme do 15. 5. 2023.
- 17. 5. středa 10:00 Zážitkové vaření s Jiřím Pikešem**
- Tentokrát vaříme netradičně ve středu. Jídelníček bude v duchu květnového OKA záhadný do poslední chvíle, takže ani personál TC netuší, co se bude vařit. Lektor pouze slibuje, že kuřecí plátek s broskví to nebude... Příspěvek na suroviny je 30,- Kč. Prosíme o přihlášení do 15. 5. 2023.
- 17. 5. středa 12:30 Německá konverzace**
- Německá konverzace probíhá prezenčně v prostorách TyfloCentra Liberec. Lektorkou je paní Andrea Tkáčová. O přihlášení prosíme do 15. 5. 2023.
- 18. 5. čtvrtek 10:30 Návštěva Plaveckého bazénu Liberec**
- Pojďte si s námi zaplavat v libereckém bazénu. Základní vstupné na 2 hodiny je 120,- Kč/ osoba. Zlevněné vstupné pro ZTP, studenty či seniory 65+ je 90,- Kč/ osoba. Pro držitele průkazu ZTP/P vstup zdarma. Sraz na terminálu Fügnerova na zastávce spoje č. 21 v 10:10. Prosíme o přihlášení do 15. 5. 2023.
- 18. 5. čtvrtek 11:00 Trénink paměti - telefonicky**

V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Přihlášení nových zájemců do 15. 5. 2023.

- 18. 5. čtvrtek 14:00 Jóga**
- Cvičení pod vedením odborné lektorky paní Jany Zuskové (Salačové) probíhá **prezenčně v klubovně TC**, ale též s možností online přenosu přes odkaz na Google Meet.
- 22. 5. pondělí 15:00 Angličtina pro začátečníky - online**
- Výuka angličtiny probíhá online přes stálý odkaz na Google Meet. Lektorem je pan Petr Tkáč.
- 23. 5. úterý 15:00 Angličtina pro pokročilé - online**
- Výuka angličtiny probíhá online přes stálý odkaz na Google Meet. Lektorem je pan Petr Tkáč.
- 24. 5. středa 10:00 Bowling**
- Sraz v 9:50 v restauraci Královská zahrada v Centru Babylon. Prosíme o přihlášení do 22 5. 2023.
- 24. 5. středa 12:30 V (Tyflo)Centru záhad...**
- Na pobočce TC Vás čeká **dobrodružná hra spočívající na principu vyřešení několika záhadných úkolů**. Zapojíte své smysly, logický úsudek i paměť. Zdolané záhady Vás dovedou k cíli a k zaslouženému „pokladu“. Prosíme o přihlášení do 22 5. 2023.
- 25. 5. čtvrtek 10:00 Hudební dopoledne**
- Přidejte se k našemu diskusně-hudebnímu setkání. Hráči na jakýkoli nástroj jsou vítáni. Prosíme o přihlášení do 18. 5. 2023.
- 25. 5. čtvrtek 11:00 Trénink paměti - telefonicky**
- V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Přihlášení nových zájemců do pondělí 22. 5. 2023.

- 25. 5. čtvrtek 14:00 Jóga**
- Cvičení pod vedením odborné lektorky paní Jany Zuskové (Salačové) probíhá **prezenčně v klubovně TC, ale též s možností online přenosu** přes odkaz na Google Meet.
- 29. 5. pondělí 9:15 Anglická konverzace**
- Anglická konverzace probíhá v prostorách TyfloCentra Liberec. Lektorkou je paní Michaela Grulyová.
- 29. 5. pondělí 9:30 Botanická zahrada Liberec**
- Vychutnejte si botanickou zahradu také v rozkvětu a potěšte se všemi jejími expozicemi. Vstupné pro ZTP je 70,- Kč, pro ZTP/P je zdarma. Po prohlídce je možné zajít do kavárny nebo na společný oběd. Sraz v 9:30 na terminálu Fügnerova na zastávce spoje číslo 21. O přihlášení prosíme do 22. 5. 2023.
- 29. 5. pondělí 14:00 Čteme OKO na červen - telefonicky**
- Připojte se k telefonickému hovoru s pracovníci TC a nezmeškejte už žádnou akci z programu TC.
- 29. 5. pondělí 15:00 Angličtina pro začátečníky - online**
- Výuka angličtiny probíhá online přes stálý odkaz na Google Meet. Lektorem je pan Petr Tkáč.
- 30. 5. úterý 15:00 Angličtina pro pokročilé - online**
- Výuka angličtiny probíhá online přes stálý odkaz na Google Meet. Lektorem je pan Petr Tkáč.
- 31. 5. středa 8:30 Návštěva přírodní Bylinkové zahrady Levandule**
- Přidejte se k nám na exkurzi do certifikované přírodní zahrady, která se nachází v Máchově kraji – v malé vesničce **Dřevčice u Dubé**. V zahradě budeme moci obdivovat **80 druhů léčivých a aromatických rostlin**, a to doslova všemi smysly. Základní vstupné je 50,- Kč, vstupné pro seniory a ZTP 40,- Kč. Objednanou máme prohlídku s odborným výkladem, která stojí +200,- Kč (bude rozpočítáno dle počtu účastníků). Přímo v Dřevčicích bude možné dát si oběd v místní Hospůdce U Kamen. Odjezd vlakem z Liberce v 8:28. Sraz v hale vlakového nádraží

v 8:15. Předpokládaný návrat do 17:00. **Prosíme o přihlášení na akci do 24. 5. 2023.**

Více informací o zahradě najdete pod odkazem:

<https://www.zahradalevandule.cz/>

## Něco málo o záhadách a záhadologii

Záhadologie je obor, který se zabývá záhadami všeho druhu. Zahrnuje třeba také ufologii či parapsychologii. Badatelé v tomto oboru se snaží mapovat a vysvětlovat veškeré neobvyklé a mysteriózní jevy kolem nás. Pro některé z těchto jevů se vžilo též označení „paranormální“. Za zakladatele záhadologie bývá někdy označován Charles Fort (přelom 19. a 20. století), který nashromáždil desetitisíce popisů mimořádných jevů.

Pojmy záhadolog a záhadologie se v češtině rozšířily zhruba od počátku devadesátých let dvacátého století. Často je jako záhadolog označován například spisovatel Erich von Däniken, který záhady vysvětluje působením mimozemšťanů. Z českých pak třeba Ludvík Souček nebo Arnošt Vašíček, o nichž více čtete níže. Skeptický pohled na záhady naopak reprezentuje mimo jiné Český klub skeptiků Sisyfos.

### Ludvík Souček

Souček je jedním z nejvýznamnějších a nejpopulárnějších českých spisovatelů science fiction 20. století. V roce 1965 vydal román Krotitelé d'áblů, pojednávající o výpravě pátrající po bájném mongolském **pouštním červu orgoji chorchoji**. V letech 1968 vydal soubor dvou detektivních novel Případ ztraceného suchoplavce, na který volně navazuje v roce 1970 Případem Jantarové komnaty, kde se vrátil k tematice létajících talířů a kde také spekuluje o ukrytí nacistů v Grónsku, a v roce 1972 Případem baskervillského psa. V něm novinář Karel přichází na nová fakta, která vedla A. C. Doylea při psaní Psa baskervillského, tedy že se nejednalo o psa, ale o záhadného mimozemského tvora, který je nakonec zneškodněn jen za pomoci nesmrtelného alchymisty.

### Arnošt Vašíček

Vašíček je český scénárista, spisovatel a cestovatel. Přestože je taktéž označován za záhadologa, sám tento pojem nemá rád. Jeho hlavním zájmem jsou záhady jako nerozluštěné archeologické nálezy, nevysvětlitelné úkazy a další tajemné a neznámé jevy včetně utajovaných rituálů. Věnoval se i námořnímu jachtingu a zúčastnil se tří velkých námořních expedic. Celkem navštívil již více než 80 zemí na pěti kontinentech. Na svých cestách studoval řadu domorodých kmenů v odlehlých částech světa.



Kromě zahraničí se zaměřuje i na záhady v České republice. Ve svém díle s názvem Tajemství Ďáblovy bible se snažil **rozluštit pozadí vzniku rukopisné knihy Codex gigas (zvané i jako Ďáblova bible)**. Dále se zabýval malbami v kostele sv. Jana Křtitele v Jindřichově Hradci, možnému místu hrobu hunského krále Attily a mnohým dalším místům.

Arnošt Vašíček je velmi aktivní autor, který má na svém kontě již více než 40 titulů. Mimo práci spisovatele napsal scénář k řadě dokumentů a televizním seriálům, jakými jsou například Strážce duší nebo detektivní trilogie Ďáblova lest a Ztracená brána.

### **Sir Arthur Charles Clarke**

V roce 2008 zemřel A. C. Clarke, britský autor science fiction a vynálezce, známý svým románem **2001: Vesmírná odysea**. Byl předním představitelem Zlatého věku science fiction. Na počátku své kariéry se také zajímal o paranormální jevy, což zužitkoval v románu Konec dětství. V pozdějším věku se od některých „pseudověd“ distancoval, vždy však obhajoval výzkum na poli telekineze a jí příbuzných jevů. Je také známý ze svých dvou seriálů z osmdesátých let: Záhady světa Arthura C. Clarka a Svět tajemných sil Arthura C. Clarka.

### **Jaroslav Mareš**

Spisovatel a cestovatel, který zemřel v roce 2001, byl zaníceným badatelem a objevovatelem záhad, především pak v souvislosti se záhadnými zvířaty a tvory. Vydával se po stopách Yetiho, obří chobotnice a mnoha dalších. Jeho obor se označuje jako **kryptozoologie**. Navštívil některá z nejslavnějších nalezišť fosilií dinosaurů (kotlina Nemegt) a další lokality v Mongolsku, Tanzanii, Kanadě, Patagonii aj. V kontaktu byl s předními světovými paleontology. Jeho kniha Záhada dinosaurů patří k vůbec nejúspěšnějším publikacím tohoto žánru na českém území. V severní Botswaně **objevil nejsilnějšího dravého brouka světa, kterého v roce 1976 vědecky popsal pod jménem Manticora imperator**.

### **Výsledky soutěže z minulého čísla: Pro znalce psů**

Správné odpovědi na náš kvíz o pejscích jsou následující:

**1. Psi regulují svoji tělesnou teplotu především dýcháním s vyplazeným jazykem. Přesto se jim některé části těla potí. Které?**

**a) tlapky**

b) slabiny, hrudní koš a krk

c) oblast pod ocasem a uši

**2. Která potravina je pro psy životu nebezpečná?**

**a) čokoláda**

b) rýže

c) mrkev

**3. Zrak není jejich nejsilnější smysl. Jak vlastně psi vidí?**

a) černobíle

b) barevně, ale neostře

**c) barevně, v modrých, šedých a žlutých tónech**

**4. Víte, které psí plemeno je nejmenší na světě?**

a) bišonek

**b) čivava**

c) jorkšírský teriér

**5. Kolik psů přibližně žije v českých domácnostech?**

a) 150.000

b) 900.000

**c) 2 miliony**

V soutěži měly štěstí tyto výherkyně věcných cen: paní Andrea Tkáčová, paní Nikol Antošová a paní Miluše Qualizzová. Blahopřejeme!

**Soutěžní záhady**

**Přinášíme Vám 2 zapeklité záhady, které lze rozluštit pomocí prostých vědeckých zákonů.** Pokud se Vám podaří přijít na možné vysvětlení alespoň jedné z nich, dejte nám své řešení vědět nejpozději do 15. 5. 2023. Využít můžete jako vždy email, telefon, poštovní lístek i osobní kontakt.

Držíme Vám palce.

**Záhada 1: Zmařená loupež**

***Frank a Harry jsou překupníci s exotickými zvířaty. Jako svůj nejnovější úlovek si vyhlédli velmi vzácnou a žádanou mořskou želvu. Rozhodli se, že ji z akvária ukradnou během doby, kdy zaměstnanci provádějí údržbu.***

Mozkem celé akce je Harry, který má pro svého parťáka pár jednoduchých pokynů: „*Potkáme se tady ve 20:00. Když vejdeš, vydej se po směru šipky, která je pod nápisem ŽELVÍ EXPOZICE.*“

Jakmile Frank večer dorazí do vstupní haly, okamžitě si všimne nápisu na zdi. Hned pod ním uvidí obrovské akvárium, které sem pracovníci před chvílí přistavili na čištění. Frank i přes vodu v akváriu na zdi jasně zahlédne šipku ukazující do chodby vpravo.

Následně Frank projde expozici hadů a kajmanů... Mezitím na něj Harry čeká na smluveném místě, ale když vidí, že Frank nepřichází, vydá se ho hledat. Nakonec na něj narazí ve vstupní hale, kam Franka dovedla šipka.

„*Vždyť stačilo, abys šel přesně podle šipky doleva,*“ hubuje ho nazlobený Harry a ukazuje na ukazatel, před kterým ještě před chvílí stálo i akvárium. „*Přísahám, že ukazovala doprava,*“ hájí se zmatený Frank.

### **Otázka 1 pro Vás: Proč Frank zabloudil?**

#### Záhada 2: Zamrzlý rybník

***V rybníčku žije několik druhů ryb. V zimě jeho hladina zcela zamrzne. U dna si mezitím v klidu a míru plavou karas zlatý a kapr koi. Ze zdánlivé idylky je vyrší neznámý zvuk...***

Majitel rybníku vyvrtá v ledu díru a tou dovnitř protáhne síť, zatímco kapříky uklidňuje: „*Nebojte, jen vás přemístím do menšího venkovního akvária, kde vám nebude taková zima.*“

Karas se síti šikovným manévrem v poslední chvíli vyhne a hned se také snaží varovat svého méně zkušeného a důvěřivého kapřího kolegu: „*Nenech se chytit. Když tě dostanou, živý už se nevrátíš!*“

„*Proč bych měl umřít? Tady jsme přece chyceni pod ledem. A oni nás dají do akvárika, kde voda nikdy nezamrzá.*“

Nakonec ale koi dá na radu zkušenějšího a rozhodne se zůstat v rybníku po celý zbytek zimy.

### **Otázka 2 pro Vás: Přežijí ryby v zamrzlém rybníce, nebo by jim lépe bylo v akváriu?**

Záhady jsou volně přejaty z publikace Victora Escandelle: *Záhady. Zapoj mozkové závity a vyřeš 25 záhad vědy.*

## Recept č. 1: Jehněčí na jehle

Pokud jste s námi přišli v dubnu vařit, možná si spolu s námi ještě teď vybavíte skvělou chuť jehněčího a lahodné jemné polévky. Recepty na oba chody si nyní můžete připomenout. A kdo minule na vaření chyběl, zavítat může zase tento měsíc.

### Suroviny na jehněčí špízy (6 dlouhých špízů):

- 700 gramů jehněčího masa (nakrájeného na menší kousky)
- 3 lilky
- 3 cibule
- 200 gramů slaniny
- 25 gramů kořenící směsi na jehněčí maso
- 5 lžic olivového oleje
- Sůl
- Palička česneku
- Olej na potřetí pekáčku

### Postup:

Jehněčí maso pokrájené na kousky si přes noc naložíme do marinády. Tu vytvoříme smícháním 5 lžic olivového oleje, 15 gramů směsi na jehněčí a 1 rovné kávové lžičky soli. Druhý den začneme přípravou ostatních surovin na špízy. Lilky pokrájíme na kolečka cca 1,5 cm široká, zasypeme dvěma čajovými lžičkami soli a rukama intenzivně masírujeme v míse, aby se sůl do lilku prosákla. Lilek zmenší svůj objem nejméně o 50 % (pustí vodu). Dále si nakrájíme cibuli na větší kousky (tak, aby šly napichovat na jehlu či špejli). Následně začneme napichovat na jehly (špejle) střídavě kousky jehněčího masa, lilku, cibule a slaniny. Slaninou lze také přímo obalovat kousky masa a napichovat je společně. Špízy klademe vedle sebe na olejem pomazaný pekáček. Pokud nám zbyde cibule, kterou nespotřebujeme přímo na špízy, poklademe ji shora na špízy. Dále na špízy poklademe celé česnekové stroužky z 1 paličky česneku. Obsah pekáčku zasypeme ještě 10 gramy kořenící směsi na jehněčí a dáme péci cca na 1 hodinu při 180 stupních.

Špízy podáváme s instantní kukuřičnou polentou, kterou připravíme podle návodu (balení 450 gramů).

Ke špízům se dokonale hodí dip, který si můžeme připravit z 2 menších nebo 1 větší salátové okurky, 2 kelímků zakysané smetany, 2 lžic kořenící směsi na tzatziki a půl kávové lžičky soli. Okurky nastrouháme na struhadle najemno a smícháme se zbývajcími surovinami.

Přejeme dobrou chuť.

## Recept č. 2: Krémová polévka s medvědí česnekem

### Suroviny:

- 1 kg brambor
- 50 g másla
- 1 cibule
- 2 kostky zeleninového bujónu
- 1 smetana ke šlehání (31 %)
- Středně velká mísa čerstvě natrhaného medvědího česneku

### Postup:

Brambory oškrábeme a nakrájíme na menší kousky (asi 1,5 x 2 cm). Cibuli oloupeme a nakrájíme najemno. Máslo rozehtjeme ve větším hrnci se silným dnem. Vsypeme do něj cibuli, kterou necháme téměř zezlátnout. Přidáme nakrájené kousky brambor, asi 5 minut společně zasmažíme. Potom zalijeme 1 litrem vody, do které přidáme kostky bujónu. Přivedeme k varu a vaříme asi 20 minut. Stáhneme ze sporáku, do hrnce vlijeme smetanu ke šlehání a krátce promixujeme tyčovým mixérem. Na úplný závěr přidáme na menší kousky natrhaný medvědí česnek a promícháme. Polévku lze okamžitě podávat.

## Oslavenci v květnu

V měsíci květnu máme mezi našimi klienty jedinou oslavenkyni, a tou je **paní Andrea Tkáčová**. Přejeme všechno nejlepší, spokojenost, zdraví a osobní pohodu.

## Ohlédnutí: Co přinesl březen a duben

### Přednáška o přírodní zahradě

**V pondělí 27. 3. 2023 nás navštívila paní Vlasta Kobulská**, která v rámci besedy pro naše uživatele vyprávěla o tzv. přírodních zahradách. Sama je majitelkou **certifikované Přírodní zahrady**. Okouzilo nás její milé lidské povídání, současně nás však přednášející ohromila spektrem znalostí a odborným přehledem. Zazněla spousta užitečných tipů a principů, jak dát vzniknout přírodní zahradě. Dozvěděli jsme se například, kdo je přirozeným nepřítelem slimáků v našich zahradách a jak si tohoto přirozeného nepřítele do své zahrady přilákat. Zjistili jsme, jaké druhy zeleniny zásadně nepěstovat společně nebo jakými rostlinami doplnit záhony, abyste se zbavili

škůdců, například mšic. Zaujalo nás, že pár kopřiv v záhonu jahod zvýrazní jejich chuť – a to i dalších bobulovin. Paní Kobulská nám také na ukázkou dovezla například sušený šípek z Růže dužnoplodé Karpatia. Přednáškou s množstvím dotazů jsme v klubovně strávili vskutku naplněné tři hodiny v úžasné atmosféře. A povídání by nepochybně vystačilo na několik dalších besed. Velmi děkujeme paní Kobulské za její poutavý výklad.

## Návštěva plaveckého bazénu v Liberci

Ve čtvrtek 30. 3. 2023 jsme se po mnohaleté pauze opět vydali do libereckého Plaveckého bazénu. Účastnice nejprve potrénovaly svou fyzickou kondici a několikrát si přeplavaly velký bazén. Každý plaval podle svého tempa a možností, někdo plavání doplnil i drobným cvičením ve vodě. Poté si dámy za odměnu dopřály **odpočinek ve vířivé koupeli**. Kdo chtěl, mohl se pak ještě prohřát a dále zrelaxovat v páře. Akce proběhla v příjemném duchu, všichni si ji užili. Těšíme se opět za měsíc, až si vše zopakujeme.

## Krajský přebor v bowlingu

Cestou na akci jsme vzpomínali, po kolika letech se mimo jiné z důvodu covidové pauzy vlastně koná Krajský přebor v bowlingu v kompletním obsazení regionálních pracovišť (Liberec, Semily, Česká Lípa, Turnov, Jablonec nad Nisou). Dohledali jsme, že patrně **poslední taková akce se uskutečnila v roce 2017**. Tedy byl nejvyšší čas navázat! A tak jsme si společně s pobočkami regionálních TyfloCenter a odboček SONS ve čtvrtek 6. 4. 2023 užili parádní sportovní klání, a to **v Restauraci Sedmihorky**. Cestování na místo bylo v pravém smyslu slova výletní, akce opravdu veliká a výsledky vynikající. **V soutěži družstev skončil liberecký tým druhý s celkovým skóre 1411 hned za vítězným družstvem ze Semil, které naházelo 1456 bodů**. V jednotlivcích pak mezi ženami obsadila vítěznou příčku liberecká hráčka, paní **Dana Šmídová**, s celkovým počtem 203 bodů. Mezi muži byly nejlepšími výsledky jednotlivců čtvrté místo pana **Jiřího Koliáše (199 bodů)** a **pátá příčka pana Lukáše Feifera (195 bodů)**. V rámci turnaje jsme odehráli dvě kola, pochutnali si na dobrém obědě a mohli jsme pohovořit také se spoluhráči z jiných celků. Letošní pořadatelství patřilo semilské pobočce TC a odbočce SONS. Patří jim velký dík za organizaci celého turnaje a za zajištění krásných cen. Vítězům ve všech kategoriích náležely mimo jiné hodnotné balíčky ze Zlatnictví Lenka Mrňáková v Semilech. Skvělé byly i další doplňkové odměny a medaile. Příští rok se pořadatelství ujímá Liberec a tréninky jsou už zase v plném proudu. 😊

Krajský přebor si můžete připomenout na následující fotografii, která zachycuje liberecký tým ještě před předáním ocenění.



### **Koutkem OKA: Knihovna v Liberci vydala 20. zvukovou knihu**

V březnu vydala Krajská vědecká knihovna v Liberci další zvukovou knihu pro nevidomé děti v projektu Děti čtou nevidomým dětem. Letošní audioknihu namluvili žáci libereckých, frýdlantských a jabloneckých škol a herec a dabér Petr Neskusil. V letošním ročníku byla zpracována kniha Lukáše Csicselyho *Metamorfórky*. Je to vtipná kniha o dětech, které trápí spousta obyčejných starostí. Nahrávání se letos zúčastnilo rekordních 47 dětí. Kniha byla vydána díky podpoře Ministerstva kultury ČR, Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Světluška a Nadačního fondu Lasvit. Nahrávka byla poskytnuta knihovně KTN a speciálním školám pro zrakově handicapované žáky.

Další informace o projektu knihovny jsou k dispozici na:

<https://www.kvkli.cz/pro-deti/jak-jeste-podporujeme-ctenarstvi/deti-ctou-nevidomym-detem>

## Zaostřeno: Tvorba pana Miroslava Michálka

Pokračujeme v ochutnávkách poezie pana Miroslava Michálka. K našemu tématu dobře padne báseň s názvem Záhada. Autorovi děkujeme.

### Záhada

Zeptejte se hada  
proč má jenom záda  
hlavu ocas břicho?  
Odpoví vám ticho

Možná ale začne syčet  
že je tohle špatný výčet  
málo vhodný pro hada  
vždyť had je velká záhada

© Miroslav Michálek

## Nakoukněte: Memoriál Simony Karlovcové 2023

S předstihem připomínáme, že v termínu 4. 6. 2023 v čase od 9:00 do 16:00 se na náměstí Dr. E. Beneše před libereckou radnicí již tradičně uskuteční Mistrovství ČR vodicích psů – Memoriál Simony Karlovcové 2023. Půjde o 7. ročník závodu vodicích psů, ve kterém předvedou své dovednosti nevidomí a jejich věrní čtyřnozí pomocníci z celé ČR. Připraven bude bohatý program – akci zahajuje Rachotband Jedličkova ústavu Liberec, k dispozici bude pojízdná psí restaurace od firmy Fitmin a moderování akce zajistí Lucie Fürstová. Z doprovodného programu zveme na hudební doprovod Vládi Málka, psí fyzioterapii, jízdu na tandemovém kole, průchod labyrintem poslepu, ukázky kompenzačních pomůcek nebo chůzi s bílou holí se simulačními brýlemi. Odpoledním vyvrcholením bude koncert nejen nevidomých umělců.

TyfloCentrum Liberec bude mít na této akci svůj stánek. Přijďte se s námi pozdravit, užít si příjemný den a podpořit soutěžící účastníky.

Více informací k memoriálu získáte také na [Facebooku](#) nebo na webové stránce [www.zivotjdedal.cz](http://www.zivotjdedal.cz).

## Závěrem: Přednáška o zrakovém postižení v rámci Týnes

Dne 6. 3. 2023 proběhla v Krajské vědecké knihovně Liberec v rámci Týdnů pro neziskový sektor (Týnes 2023) přednáška Život osob s těžkou vadou zraku



v Libereckém kraji. Za TyfloCentrum Liberec jsme se na vzniku této přednášky podíleli, a kromě nás na akci prezentoval své zaměření a služby také Tyfloservis Liberec, SONS – odbočka Liberec a Speciálně-pedagogické centrum Liberec. Veřejnost, především studující středních škol, se měla příležitost dozvědět o životech a potřebách lidí s těžkou vadou zraku. Zazněly také příběhy několika našich klientů, kteří konkrétně popsali, jak vypadá jejich běžný život nebo kdy potřebují pomoc další osoby.

Pokud jste tuto akci přednášku minuli, je možné ji zhlédnout dodatečně prostřednictvím záznamu zveřejněného na našem Youtube kanále. Přednáška je rozdělena na dvě části. Následují proto dva odkazy.

<https://www.youtube.com/watch?v=tZP7Hhh4htU&t=6s>

<https://www.youtube.com/watch?v=w2ahlurGxvE>

**Přejeme květen v plném květu!**

Další použité zdroje:

Escandelle, Victor. 2021. Záhady. Zapoj mozkové závity a vyřeš 25 záhad vědy. Praha: Euromedia Group. 64 s. ISBN 978-80-242-7043-2.

[https://cs.wikipedia.org/wiki/Arthur\\_Charles\\_Clarke](https://cs.wikipedia.org/wiki/Arthur_Charles_Clarke)

<https://cs.wikipedia.org/wiki/Z%C3%A1hadologie>

[https://cs.wikipedia.org/wiki/Ludv%C3%ADk\\_Sou%C4%8Dek](https://cs.wikipedia.org/wiki/Ludv%C3%ADk_Sou%C4%8Dek)

[https://cs.wikipedia.org/wiki/Arno%C5%A1t\\_Va%C5%A1%C3%AD%C4%8Dek](https://cs.wikipedia.org/wiki/Arno%C5%A1t_Va%C5%A1%C3%AD%C4%8Dek)

[https://cs.wikipedia.org/wiki/Jaroslav\\_Mare%C5%A1\\_\(cestovatel\)](https://cs.wikipedia.org/wiki/Jaroslav_Mare%C5%A1_(cestovatel))

<https://zivotjdedal.cz/zavody-vodicich-psu/>

[https://www.liberec.cz/files/dokumenty/zpravodaj/zpravodaj\\_2023/zpravodaj\\_liberec\\_04\\_23\\_web.pdf](https://www.liberec.cz/files/dokumenty/zpravodaj/zpravodaj_2023/zpravodaj_liberec_04_23_web.pdf)