



Liberec

Plán akcí



TyfloCentrum
Liberec, o.p.s.

6/2024 Zmrzlinový speciál

KONTAKTY:

Telefon: 488 577 661

Email: liberec@tyflocentrum-lb.cz

Adresa: Na Výšinách 451/9, Liberec 5

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

CO NABÍZÍME:

- **Průvodcovskou a předčitatelskou službu**

domluvení služby:

Zuzana Čadová (771 278 733, pps@tyflocentrum-lb.cz)

Květa Nováková Heligarová (aktuálně dlouhodobá nemoc),

- **Zajištění sociálně aktivizačních služeb**

přihlášení na akce:

Mgr. Jana Benešová (736 130 590, aktivity@tyflocentrum-lb.cz),

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

domluvení služby:

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

Lukáš Feifer (771 235 977, lukas.feifer@tyflocentrum-lb.cz),

- **Základní sociální poradenství**

zajištění služby:

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

Mgr. Jana Benešová (736 130 590, jana.benesova@tyflocentrum-lb.cz),

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

Pro přihlášky a odhlášky na akce TyfloCentra využijte kontakt 736 130 590, a to v určené dny: v pondělí v čase 8:00 – 16:00 a ve středu v čase 8:00 – 16:00. Mimo tyto dny využijte SMS zprávu, nebo email aktivity@tyflocentrum-lb.cz. Upozorňujeme, že kapacita vybraných akcí může být omezená.

Pro objednávání na konzultace k elektronickým kompenzačním pomůckám využijte kontakt na Ing. Janu Smolnou v určeném čase: každé úterý od 12:00 do 13:00, nebo na Lukáše Feifera v určeném čase: každý čtvrtek od 12:00 do 13:00. Děkujeme.

Milí čtenáři našeho časopisu,

téma aktuálního čísla nenechává nikoho na pochybách, že vstupujeme do léta. Ačkoli pravověrným fanouškům zmrzliny nikdo nezabrání v konzumaci této dobroty kdykoli během roku, léto si se zmrzlinou spojujeme asi nejčastěji.

A jelikož léto svědčí nejen zmrzlině, ale i akcím všeho druhu, v červnu se s námi můžete těšit na pestrý program.

V dubnu jsme v Praze navštívili klubovnu **Společenství duševních sportů**. V červnu mile rádi přijímáme **navštěvu spolku u nás v Liberci na pobočce**. Představí nám nejrůznější typy her uzpůsobených zrakovému hendikepu – deskové, karetní, kombinující kostky či další herní prvky. Stojí za to dorazit, i pokud aktivně hraní neholdujete – zazní totiž zcela určitě mnoho zajímavostí ze zákulisí vzniku či vývoje her. V červnu také vyrazíme na **vyjížděku na koních, a to premiérově do Jiřetína pod Bukovou**, kde pro nás vyjížděku zajišťují provozovatelé [Stáje Aneta](#).

Výletně zamíříme do **Mnichova Hradiště na prohlídku** jednoho z [okruhů místního zámku](#). Projdeme si i přilehlou zahradu.

Nebylo by správného zmrzlinového speciálu, abychom nevyrazili na zmrzlinu! Proč ne rovnou **do vyhlášeného libereckého zmrzlinářství LEDA**, kde prodávají a vyrábějí zmrzlinu tradičním způsobem – z čerstvého mléka, žloutků a smetany, bez příchutí a barviv.

Těšte se na stálice našeho programu – nadále je tu pro Vás keramika, anglický jazyk, tréninky paměti a mnoho dalšího.

Závěrem Vás prosíme o tradiční navrácení zvukových knih za první pololetí nejpozději do 14. 6. 2024. Obratem budeme pro Vás zajišťovat knížky nové, které si budete moci zapůjčovat již začátkem července.

Pěkné letní dny přeje

Vaše TyfloCentrum Liberec

Obsah čísla

Úvodník.....	2
Obsah čísla	3
Program TC na červen 2024	3
O zmrzlině	8
Výsledky soutěže: Uhodnete oblíbenou jarní houbu?	9
Soutěž: Zmrzlina třikrát jinak	9
Oslavenci v červnu	10
Ohlédnutí: Co přinesl květen	10
Recepty Jiřího Pikeše: Cibulačka a svíčková Stroganov	13
Lukáš Feifer: Novinky v technologii, aneb čím firmy tahají peníze z peněženek tentokrát?	15
Koutkem OKA: Výsledky Krajského přeboru v bowlingu 2024	15
Pozvánka: Na goalball do liberecké Rochlice	17

Program TC na červen 2024

3. 6. pondělí 10:00 Zmrzlinové dopoledne

Je libo horké maliny s vanilkovou zmrzlinou a k tomu dobrou kávu? Přijďte si k nám zhotovit populární zmrzlinový dezert a vychutnat si ho na terase TyfloCentra. Prosíme o přihlášení do 30. 6. 2024.

5. 6. středa 10:00 Keramika

V dílně TC se na Vás těší lektorka paní Radka Valentin. Prosíme o přihlášení do 3. 6. 2024.

5. 6. středa 12:30 Německá konverzace

Německá konverzace probíhá prezenčně v prostorách TC Liberec. Lektorkou je paní Andrea Tkáčová. Přihlášení nových zájemců do 3. 6. 2024.

5. 6. středa 13:30 PC klub s Lukášem Feiferem – Novinky v technologiích

Chcete-li držet prst na tepu doby v technologiích a mít přehled, co nového se chystá, přijďte na červnový klub. Řeč bude samozřejmě přednostně o technologických

novinkách s využitím pro zrakový hendikep. Prosíme o přihlášení do 3. 6. 2024.

- 5. 6. středa 15:15 Angličtina online – konverzace**
Výuka angličtiny probíhá online přes odkaz na Google Meet. Lektorem je pan Peter Tkáč.
- 6. 6. čtvrtek 10:00 Trénink paměti – telefonicky**
V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Přihlášení nových zájemců do 3. 6. 2024.
- 6. 6. čtvrtek 14:00 Jóga**
Cvičení pod vedením odborné lektorky paní Jany Zuskové probíhá **prezenčně v klubovně TC**, ale též s možností online přenosu přes odkaz na Google Meet. Přihlášení nových zájemců do 3. 6. 2024.
- 7. 6. pátek 9:30 Horolezení v Šutru**
Lezeme se Zuzkou Čadovou na umělé stěně v Šutru Liberec. **Aktivita je kapacitně omezena na 1 - 2 účastníky na akci.** Prosíme o přihlášení do 31. 5. 2024.
- 10. 6. pondělí 11:00 Návštěva cukrárny LEDA**
Nejspíše znáte poctivou libereckou cukrárnu a zmrzlinárnu, která má svou provozovnu v Liberci na Sokolském náměstí. Vydejte se s námi posedět, popovídat a pochutnat si. Sraz na akci na terminálu Fügnerova na zastávce spoje č. 21 v 10:45. Prosíme o přihlášení do 6. 6. 2024.
- 12. 6. středa 10:00 Keramika**
V dílně TC se na Vás těší lektorka paní Radka Valentin. Prosíme o přihlášení do 10. 6. 2024.
- 12. 6. středa 10:00 Bowling**
Sraz v 9:50 v restauraci Královská zahrada v Centru Babylon. Prosíme o přihlášení do 10. 6. 2024.

- 12. 6. středa 11:30 Bowlingové posezení**
- Na trénink navážeme posezením ve zvolené kavárně nebo restauraci. Prosíme o přihlášení do 10. 6. 2024.
- 12. 6. středa 13:00 Německá konverzace**
- Německá konverzace probíhá prezenčně v prostorách TC Liberec. Lektorkou je paní Andrea Tkáčová. Přihlášení nových zájemců do 10. 6. 2024.
- 12. 6. středa 14:00 Angličtina online – gramatika (90 minut)**
- Výuka angličtiny probíhá online přes odkaz na Google Meet. Lektorkou je paní Andrea Francová.
- 13. 6. čtvrtek 10:00 Trénink paměti – telefonicky**
- V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Přihlášení nových zájemců do 10. 6. 2024.
- 13. 6. čtvrtek 14:00 Jóga**
- Cvičení pod vedením odborné lektorky paní Jany Zuskové probíhá **prezenčně v klubovně TC**, ale též s možností online přenosu přes odkaz na Google Meet. Přihlášení nových zájemců do 10. 6. 2024.
- 14. 6. pátek 9:30 Horolezení v Šutru**
- Lezeme se Zuzkou Čadovou na umělé stěně v Šutru Liberec. **Aktivita je kapacitně omezena na 1 - 2 účastníky na akci.** Prosíme o přihlášení do 7. 6. 2024.
- 17. 6. pondělí 10:00 Herní den v TC se Společenstvím duševních sportů**
- Naši milí kolegové ze [SDS, z. s.](#) zavítají k nám do Liberce a seznámí nás s deskovými a karetními hrami všech žánrů, jež jsou uzpůsobeny pro hráče se zrakovým hendikepem. Akce probíhá až do 14:30, aby bylo možné se s hrami důkladně seznámit. Počítáme s objednávkou oběda do TC. Prosíme o přihlášení do 10. 6. 2024.
- 19. 6. středa 8:30 Vyjíždka na koních – Jiřetín pod Bukovou**
- Zkoumáme další možnosti pro naše rekreační jezdeckví na koních. Navštívíme „Stáj Aneta“ v Jiřetíně pod Bukovou,

kde se nám budou věnovat – seznámíme se s místními koňmi, na kterých se zájemci budou moci projet ve zdejším výběhu či na pastvinách. K dispozici budou přílby, opěrné schůdky. Ceník: Budeme mít k dispozici dva koně. Každý kůň stojí 500,- Kč / hodina. Celková částka bude spravedlivě rozpočítána mezi účastníky akce. Odjezd vlakem č. Os2654 z Liberce v 8:35. Dorazíme do vlakové stanice Jiřetín pod Bukovou. Odtud pokračujeme pěšky cca 1 km do zázemí Stáje Aneta. Po projížďce počítáme s obědem v obci. Předpokládaný návrat do Liberce kolem 15:00. Sraz na akci ve vestibulu vlakového nádraží Liberec v 8:15. Prosíme o přihlášení do 10. 6. 2024.

- 19. 6. středa 15:15 Angličtina online – konverzace**
- Výuka angličtiny probíhá online přes odkaz na Google Meet. Lektorem je pan Peter Tkáč.
- 20. 6. čtvrtek 10:00 Trénink paměti – telefonicky**
- V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Přihlášení nových zájemců do 17. 6. 2024.
- 20. 6. čtvrtek 14:00 Jóga**
- Cvičení pod vedením odborné lektorky paní Jany Zuskové probíhá **prezenčně v klubovně TC**, ale též s možností online přenosu přes odkaz na Google Meet. Přihlášení nových zájemců do 17. 6. 2024.
- 21. 6. pátek 9:30 Horolezení v Šutru**
- Lezeme se Zuzkou Čadovou na umělé stěně v Šutru Liberec. **Aktivita je kapacitně omezena na 1 - 2 účastníky na akci.** Prosíme o přihlášení do 14. 6. 2024.
- 24. 6. pondělí 10:00 Klubové posezení v závěru školního roku – opékáme na Raclette grilu**
- Neuvěřitelně to opět uteklo a loučíme se se školním rokem. Posezení si zpestříme grilováním, ale ne ledajakým. Raclette je švýcarský národní pokrm. Připravuje se na speciálním grilu s malými mističkami, které připomínají pánve. V nich lze zapékat brambory, žampióny, pórek a další suroviny, vždy pokryté polotvrdým

aromatickým sýrem na raclette. Prosíme o přihlášení do 17. 6. 2024.

26. 6. středa 10:30 Návštěva Zámku Mnichovo Hradiště

Opět po roce se vydáváme do Mnichova Hradiště. Tentokrát navštívíme zdejší zámek. Rezervovanou máme prohlídku okruhu, který je věnován sakrálnímu interiéru **kostela sv. Tří králů a kapli sv. Anny s hrobkou Albrechta z Valdštejna**. Audio průvodce k prohlídce je možné si poslechnout [zde](#) na stránkách projektu Via Sacra. V případě zájmu je možné po obědě a prohlídce zámecké zahrady pokračovat ještě okruhem „Divadlo a Svatá aliance“. Počítáme s obědem v některé z místních restaurací. V blízkosti zámku je například [Pizzeria Brucione](#). Na náměstí pak třeba oblíbený Klášterský hostinec [U Karlových Varů](#). Odjezd z Liberce autobusem č. 345 v 10:40. Sraz u prodejny jízdenek na Autobusovém nádraží v Liberci v 10:20. Předpokládaný návrat do Liberce buď v 16:25, nebo v 17:25. Prosíme o přihlášení do 17. 6. 2024.

26. 6. středa 14:00 Angličtina online – gramatika (90 minut)

Výuka angličtiny probíhá online přes odkaz na Google Meet. Lektorkou je paní Andrea Francová.

27. 6. čtvrtek 10:00 Trénink paměti – telefonicky

V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Přihlášení nových zájemců do 24. 6. 2024.

27. 6. čtvrtek 14:00 Jóga

Upozorňujeme, že **v tomto termínu probíhá jóga výjimečně pouze online** přes odkaz na Google Meet. Přihlášení nových zájemců do 24. 6. 2024.

28. 6. pátek 9:30 Horolezení v Šutru

Lezeme se Zuzkou Čadovou na umělé stěně v Šutru Liberec. **Aktivita je kapacitně omezena na 1 - 2 účastníky na akci.** Prosíme o přihlášení do 21. 6. 2024.

Vůbec první zmrzlinou byl led a sníh ochucený medem, vínem, nebo ovocem – pochoutku tohoto typu si užívaly bohatší vrstvy obyvatel ve starověkém Egyptě nebo v Řecku. Co se týká tradiční zmrzliny vyráběné z mléka, ta mohla vzniknout v Číně, v Mongolsku či v arabských zemích. Přestože tento údaj není zcela jistý, s určitostí víme, že do Evropy ji přivezl cestovatel Marco Polo.

V roce 2022 získali titul největších konzumentů zmrzliny na světě obyvatelé Nového Zélandu. Průměrný Novozélandčan jí za rok sní 28,4 litru, což vypovídá mimo jiné o vysoké kvalitě mléčných výrobků, kterými je tato země proslulá. Není bez zajímavosti, že vědecká komunita se shoduje, že konzumace zmrzliny prokazatelně snižuje míru stresu – ochlazují se totiž stresové hormony. A právě na Novém Zélandu vychází míra stresu obyvatelstva nejnižší ze západních zemí.

Rovněž Američané milují zmrzlinu všeho druhu. I proto v roce 1984 vyhlásil prezident Ronald Reagan červenec za Národní měsíc zmrzliny. Den zmrzliny se pak slaví vždy třetí červencovou nedělí. Průměrný Američan sní necelých 21 litrů zmrzliny ročně. Vysoké hodnoty spotřeby mají rovněž v Austrálii. V Evropě pak „vedou“ Finové a Švédové.

Zmrzlinový kornoutek vynalezl Američan italského původu – Italo Marcioni. Bylo to roku 1903. Tehdy byl zmrzlinový kornout dokonce patentován.

První předchůdce nanuků, tedy zmrzlina na dřívku, byl vynalezen až o 20 let později, někdy kolem roku 1921. Za „vynálezce“ nanuků se považuje rovněž Američan Frank Epperson. Jedenáctiletý Frank dřevěnou špejlí míchal ve sklenici sodu s vodou. Pohár zapomněl venku a ten do rána zamrzl. Tím byl nanuk na světě. Ačkoli tehdy se mu ještě „nanuk“ neříkalo. Název pro zmrzlinu na špejli, obalenou v čokoládě, pochází z filmu *Nanuk, člověk primitivní* (1922), kde hlavní postava Nanuk byl inuitský lovec.

Kopečková zmrzlina

Kopečková zmrzlina je tradiční způsob servírování. Vyrábí se ze smetany, cukru, vajec a přísad jako vanilka, ovoce nebo třeba čokoláda. A jedna zajímavost – průměrně je prý ke spořádání jednoho kopečku zmrzliny potřeba 50 líznutí. 😊 V posledních letech se prosazují stále bizarnější příchutě kopečkových zmrzlin. Příkladem je třeba křenová nebo sardinková. (Ještě nedávno nabízela tyto neotřelé příchutě zmrzlinárna ve Stráži pod Ralskem. Podnik byl však uzavřen.)

Špachtlovaná zmrzlina

Tato zmrzlina je doménou Italů, ale čím dál více národů začíná také upřednostňovat špachtličku před klasickými kleštěmi. Italské gelato patří mezi nejlepší zmrzliny na světě. V Liberci ji nově produkuje firma [GELATO della VITA](#).

Zmrzlina ovocná a sorbetová

Ovocné zmrzliny obsahují vodu a nejméně 15 %, resp. 10 % (u citrusů a exotických plodů) ovocné složky. Sorbetové jsou pak hutnější a koncentrovanější – zde je limit 25 %, resp. 15 % ovocné složky.

Točená zmrzlina

Kořeny točené zmrzliny můžeme nalézt v první polovině 20. století v Americe. Obsahuje více vzduchu, je tak méně studená a na jazyku se krásně rozplývá.

Kuličková zmrzlina

Zhruba před třiceti lety v Americe vynalezl student z Illinoiské univerzity tuto specialitu, která vzniká rychlým zmražením kapiček zmrzliny tekutým dusíkem. Kuličková zmrzlina se poměrně rychle stala hitem. Jedinou nevýhodou Vzhledem k tomu, že se kuličky musí skladovat při teplotě -40 °C, není možné zmrzlinu uchovávat v domácím mrazáku.

Černá zmrzlina

Když se v roce 2017 stalo **trendem aktivního uhlí**, které se začalo hojně užívat v kosmetickém i potravinářském průmyslu, zmrzlina nezůstala stranou. Často se pro efekt podává i v černém kornoutku. Zpravidla je příchutí buď vanilková, nebo citronová, protože jejich světlý základ se snáze barví.

Výsledky soutěže: Uhodnete oblíbenou jarní houbu?

V minulé soutěži jsme se Vás ptali na název oblíbené aromatické jarní houby krémově bílé barvy. Správná odpověď se skrývala pod písmenem b). Jednalo se o čirůvku májovku.

Výhra putuje k vylosované soutěžící, **paní Haně Lopatkové. Gratulujeme!**

Soutěž: Zmrzlina třikrát jinak

Čekají Vás tři kvízové otázky, které se vážou, jak jinak, k mraženým sladkým pochoutkám. Máte chuť si zasoutěžit?

1. Víte, co v inuitštině znamená „nanuk“?

- a) Zmrzlý klacek
- b) Bílý medvěd
- c) Ledová jeskyně

2. Kde byla vytvořena největší zmrzlina na světě, která měřila úctyhodných 3,66 metru?

- a) V norském Oslu
- b) V Kalifornii
- c) V Paříži

3. Jaká je dle statistik nejoblíbenější příchut' zmrzliny v Česku?

- a) Vanilková
- b) Pistáciová
- c) Jahodová

Své odpovědi nám doručte nejpozději do 15. 6. 2024 – nadále můžete telefonovat, soutěžit osobně, nebo využít email či poštovní doručení. Ať Vám přeje štěstěna. 😊

Oslavenci v červnu

V červnu slaví svůj významný den **paní Anna Romančíková, paní Milena Štěpánková, paní Radka Zítková a pan Lukáš Tyrychtr**. Krásné narozeniny, hodně zdraví a spokojenosti přejí všichni z TyfloCentra.

Ohlédnutí: Co přinesl květen

Beseda o dentální hygieně

Paní Michaela Urgošíková zavítala k nám do TyfloCentra Liberec s besedou týkající se péče o chrup. Dozvěděli jsme se zásady správné péče o zuby, zorientovali jsme se v pomůckách určených k čištění i v preparátech, jakými jsou zubní pasty a ústní vody. O ústních vodách jsme se dozvěděli, že pokud obsahují alkohol, ústní dutině spíše škodí. Alkohol totiž ničí i užitečné ústní bakterie. Naše přednášející měla s sebou zvětšený model zubu zhotovený 3D tiskem. Nejmladší účastníci besedy pak zaujal především otevírací model chrupu, veliký asi 10 x 12 cm. Závěrem jsme měli možnost zúčastnit se studie věnované péči o zuby u lidí se zrakovým postižením. Jelikož paní Urgošíková zpracovává na zmíněné téma diplomovou práci, uvítá v tomto ohledu co nejvíce zapojených respondentů. Zajímá-li Vás téma zubní hygieny a máte-li chuť se do výzkumu k diplomové práci zapojit, vyplnit můžete dotazník na odkazu níže:

Následuje fotografie z besedy, kde je zachycen prostor klubovny s přednášející a účastníky.



Výlet na Farmu Vysoká

Náš výlet započal v Liberci, kde se většina z nás sešla, než jsme vyrazili autobusem do Chrastavy, nad kterou farma sídlí. Pěší cesta z chrastavského autobusového nádraží nebyla moc dlouhá, ale zato nás vedla stále do kopce. Naštěstí nám však přálo počasí. Krásně svítilo a místy dost foukalo, což nám díky zmíněnému teplu nevadilo. Na místě jsme si dali oběd v místní restauraci, která měla výhled do kryté jízdárny, kde právě probíhaly jízdy. Po výborném obědě jsme se rozhodli si areál trochu projít. Ze začátku nebylo úplně jasné, kam můžeme a kam nesmíme. Takže nám trochu trvalo se dostat na ta správná místa, ale trpělivost se nám vyplatila. Došli jsme totiž k místu, kde se rozléhají zdejší pastviny a výhled na koně i do přírody byl úchvatný. Měli jsme i tu možnost vidět malé hříbátko, kterému byl sotva týden, dále poměrně temperamentního poníka a i stádo, které se k nám vůbec nebálo přiblížit.

Dozvěděli jsme se rovněž zajímavosti spojené s touto usedlostí. V roce 1992 bylo Městským úřadem v Chrastavě vydáno stavební povolení na stavbu pro chov koní pro paní Havlíčkovou a pana Havlíčka. Manželé Havlíčkovi plánovali vybudovat největší chovnou stanici v Evropě, a to vzácného plemene koní Achal Teke. Tento velkolepý projekt pana Havlíčka neměl v Čechách a snad ani v celé Evropě, až na malé výjimky, obdoby. Koně se zde rozmnožovali a farma nabývala velikosti. Celkový počet chovaných koní rychle vzrůstal a v jednu chvíli se blížil až ke 200 kusům koní Achal Teke a Altajských koní. Majitele však začaly provázet finanční problémy, až nakonec museli farmu opustit a místo bylo doslova „zmrazeno v čase“ (u správce konkurzní podstaty). Současní majitelé, rodina Svobodových, farmu pořídili po 8 letech chátrání ve veřejné dražbě, to se psal rok 2003. Postupnými krůčky se farmu dařilo postavit na nohy. V roce 2024 bylo pořízeno prvních sedm koní. Momentálně je zde okolo 60–70 koní více druhů. Koně mají výběh na krásných rozlehlých pastvinách. Bohužel je ale v roce 2018 postihl masivní požár. Způsobil ho uhlík z popela vysypaného ve dvoře. Hořela prý střešní konstrukce zrekonstruovaného objektu, v němž je penzion a apartmány, a také stáje. Z objektu museli před ohněm evakuovat 20 lidí a také více než 50 koní ze sousedních stájí. Škoda provozovatele stála asi 60 milionů korun, ale díky podpoře sponzorů se ze vzniklé situace dokázali dostat a nyní Farma Vysoká nadále prosperuje. Na fotografii níže je naše výletní skupina zachycena na příjezdové cestě k objektu, hlavní část budovy restaurace a hotelu máme v zádech.



Recepty Jiřího Pikeše: Cibulačka a svíčková Stroganov

Květen přinesl další výtečné menu, které šlo na svět nebývale rychle. I díky zapojení všech účastníků. Nechte si chutnat!

CIBULAČKA

Suroviny:

- 1 kg cibule
- 70 g másla
- 2 francouzské bagetky
- 1 balení sýru Brie
- 250 ml vína (nejlépe tramín červený)
- 2 lžíce cukru krupice
- provensálské bylinky
- sůl
- pepř

- 1 lžička octa Balsamico
- půlka citrónu

Postup:

Jako první nakrájíme cibuli na jemné proužky a poté, co ji nakrájíme, ji vložíme do hrnce s rozeřtým máslem, na kterém ji necháme na mírném stupni zlátnout. Mezitím, co se nám bude cibule smažit, si nakrájíme bagetu na silné plátky a rozložíme ji na pekáč. Po 15 minutách smažení cibule ji osladíme dvěma lžičkami cukru, přilijeme do ní 250 ml vína, zasypeme provensálskými bylinkami, osolíme a opepříme a přidáme kapku balzamikového octa (když nemáme, tak popřípadě trochu klasického). Troubu předehřejeme na 180 stupňů. Celý sýr Brie nakrájíme na malé kostičky a navrstvíme na bagetkové plátky. Bagetu pokrytou sýrem dáme zapékat na 10 - 15 minut při teplotě 200 stupňů. Cibuli mezitím kontrolujeme a popřípadě dochucujeme dle vlastního gusta. Asi 3 minuty před vyndáním bagetek zakapeme cibuli citrónem a ještě chvíli necháme povařit. Poté cibulačku odstavíme a servírujeme na talíř. Bagetku si můžeme rozložit na polévku nebo přikusovat zvlášť.

SVÍČKOVÁ STROGANOV

Suroviny (na 8 porcí):

- 700g hovězí svíčkové
- 120g nakládaných plodů kapary
- 600g žampionů
- sůl
- 2 lžíce medové hořčice
- 190g zakysané smetany
- půlka citrónu
- olej na smažení

Postup:

Jako první si nakrájíme maso na nudličky. Na pánvi rozpálíme olej, vložíme do něj maso a zprudka smažíme. Hlavní je ho v této fázi nesolit ani nepepřit. Maso necháme na pánvi asi 10 minut. Musí být zarestované a trochu zatáhlé. Mezitím si nakrájíme žampiony na plátky a kapary na půlky. Šťávu, které maso vypustilo, necháme v pánvi, vyndáme z ní pouze maso a odložíme jej stranou. Do pánve nyní nasypeme nakrájené žampiony a vaříme ve šťávě z masa do změknutí. Po 6 - 7 minutách žampiony osolíme, promícháme a přidáme kapary. Opět směs necháme chvíli povařit. Po dalších 6–7 minutách přidáme k žampionům 2 lžíce medové hořčice a promícháme. Necháme 1–2 minutky povařit a nakonec přidáme kelímek zakysané smetany a pokapeme citrónem. Směs necháme závěrečných 10 minut povařit na mírném ohni.

Nakonec už stačí pouze nandat na talíř s libovolnou přílohou nebo také bez ní.

Dobrou chuť. 😊

Lukáš Feifer: Novinky v technologii, aneb čím firmy tahají peníze z peněženek tentokrát?

V březnu proběhl festival technologií Ces v Las Vegas, který představil různé novinky od světových výrobců, jako jsou Samsung, LG, Apple a další. Část těchto novinek bude zmíněna i v tomto článku.

Na veletrhu se představil nový zcela bezdrátový televizor od firmy LG, jehož obrazovka je navíc pouze skleněnou deskou. Firma C Seed zas představila svůj model skládacího televizoru N1, jehož úhlopříčka dosahuje skoro 5 metrů, celkem uchvatná velikost. U skládacích zařízení ještě zůstaneme, jelikož se na světlo světa dostal prototyp mobilního telefonu s názvem Phantom Ultimate, jehož kouzlo je v tom, že se díky rolovacímu zařízení může zvětšit jeho obrazovka přibližně z 6“ na 7“, a veliké telefony by tak mohly být minulostí. Ukázala by se totiž funkční skládací varianta.

Firma Samsung představila svého domácího asistenta, který by měl pomoci s domácími úkony. Vypadá jako koule a používá umělou inteligenci. Firma Apple na veletrhu prezentovala třeba své brýle Apple vision pro, které používají tzv. rozšířenou realitu (možnost pracovat s obrazem, který vidíte před sebou).

Dále se můžeme těšit na novinky v oblasti nositelného příslušenství - společnost Samsung vyrobila např. prsten, který má sledovat naše životní funkce, hodnoty spánku apod. Jiná firma zas představila nositelný náramek pro naše domácí mazlíčky, za stejným účelem.

Z technologií pro nevidomé a slabozraké stojí za zmínku mj. nový diktafon s hlasovým výstupem H2, H4 a H6, všechny modely s přídomkem essential od firmy Zoom. O tomto diktafonu a dalších technologiích si můžeme popovídat na červnovém PC klubu. Pokud máte touhu mít přehled o novinkách ve světě technologií, určitě dorazte.

Koutkem OKA: Výsledky Krajského přeboru v bowlingu 2024

Dne 22. 5. 2024 proběhl další ročník oblíbeného sportovního klání, kde poměřily sportovního ducha družstva hráčů a hráček z Liberce, Jablonce n. Nisou, Semily a České Lípy. I letos jsme se sešli v Sedmihorkách a na drahách v místní restauraci odehráli po dvou soutěžních kolech. A jak turnaj nakonec dopadl? **Loňské prvenství v družstvech nakonec obhájily Semily. Gratulujeme šampionům! Nejlepší ženská hráčka se rekrutovala rovněž ze semilského týmu. Blahopřejeme paní Daně Jakubů. Z mužů předvedl nejlepší výsledek a současně nejlepší bodové skóre letošního**

klání pan Jaroslav Jíra, který hrál za Liberec. Velká gratulace a ať to dál skvěle hází!

😊 Podrobné výsledky turnaje přinášíme v přehledu níže.

Družstva:

1. Semily - 1.578 bodů (na hráče 197 bodů)
2. Liberec – 1.543 bodů (na hráče 192 bodů)
3. Česká Lípa – 1.335 bodů (na hráče 166 bodů)
4. Jablonec n. N. – 1.320 bodů (na hráče 165 bodů)

Ženy:

1. Jakubů Dana (SE) - 215 bodů
2. Maršíková Michaela (JBC) – 203 bodů
3. Procházková Anna (SE) – 201 bodů

Muži:

1. Jíra Jaroslav (LB) – 226 bodů
2. Večerník Jiří (SE) – 222 bodů
3. Vrtílka Luboš (SE) a Postelt Jaroslav (LB) – 214 bodů

Celkový vítěz:

Jíra Jaroslav (LB) – 226 bodů

Body libereckého týmu:

Jméno	1. kolo	2. kolo	Celkem bodů	Umístění v týmu Liberec
Jaroslav Postelt	120	94	214	2.
Miroslav Jáč	109	94	203	3.
Erika Kosová	92	81	173	5.
Jiří Koliáš	89	114	203	3.
Dana Šmídová	113	71	184	4.
Lukáš Feifer	98	86	184	4.
Jaroslav Jíra	102	124	226	1.
Miluše Qualizzová	80	76	156	6.

Souhrn	803	740	1543	
--------	-----	-----	------	--

Pozvánka: Na goalball do liberecké Rochlice

Co je vlastně goalball? Jedná se o sport, který začal jako volnočasová aktivita osleplých vojáků po 2. světové válce. Vojáci naplnili míč hrachem a začali si ho posílat po chodbách protihráčům, kteří ho chytali a následně vraceli soupeřům. Doba pokročila a z goalballu se vyvinul plnohodnotný sport nevidomých a slabozrakých, který má svá mistrovství, a dokonce i zastoupení na paralympiádě. Klub GC Perun má svá družstva v Praze a Plzni a chtěl by založit své aktivní družstvo i v Liberci. **Jednou měsíčně se v neděli, v tělocvičně TJ Rochlice, pořádá trénink, kam se sjede několik hráčů z Prahy a Liberce, aby společně zlepšili své dovednosti.** Při této příležitosti bychom Vás rádi pozvali na náhled, jak takový trénink vypadá. Pokud byste měli chuť zjistit o goalballu něco více, nebojte se dorazit. **Nejbližší trénink se koná 30. června.** Rádi se tam s Vámi potkáme.

Krásný letní čas!

Další použité zdroje:

<https://www.kiwi.com/stories/cs/10-zajimavosti-o-zmrzline-z-celeho-sveta/>

https://www.lifecz/jidlo/8-zajimavosti-ktete-jste-zcela-jiste-nevedeli-o-zmrzline_3120.html

<https://www.apetitonline.cz/novinky-zajimavosti/zmrzlina-neni-jenom-kopeckova-aneb-jak-se-zmrzlina-serviruj>

<https://zena.aktualne.cz/zivotni-styl/8-zajimavosti-o-zmrzline/r~e1ccc5be949e11e8a6210cc47ab5f122/v~sl:f08febd2fa066704cf7e3ce10b5f5ca5/e-ve-svete>

<https://www.apetitonline.cz/zajimavosti/nejpodivnejsi-zmrzliny-sveta>

<https://itesco.cz/hello/clanek/neni-zmrzlina-jako-zmrzlina-nanuk-vznikl-nahodou/18611/>

https://liberecka.drbna.cz/zpravy/spolecnost/17088-pozar-na-vysoke-po-dvou-tydnech-odklizeni-skod-a-nesmirna-solidarita.html?utm_source=copy

https://www.hotelfarmavysoka.cz/o-nas?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjw3ZayBhDRARIsAPWzx8rHF7twXxnA3mO0PorJq_RvGpFPdckksBnnOSqx81X1Q9uPURZAf5EaAITFEALw_wcB