



časopis střediska KOMPAS

3. číslo, květen/červen 2015

První máj!

Ať se prvního máje podíváte pod kteroukoli třešeň, všude je nacpáno. Všude se všichni líbají. A proč vlastně? Prvomájová tradice říká, že pokud není žena políbena pod rozkvetlým stromem, do roka uschne. Pravděpodobně to spočívá v tom, že ztratí krásu, zdraví a pesimisté tvrdí, že i plodnost. A představte si, neplatí to jen pro lidi. Vypadá to, že květen prospívá všem a všemu. Mláďata narozená v květnu jsou nejsilnější, květnové mléko nejzdravější a květnový déšť je blahodárný pro úrodu. Zkrátka úplné naplnění úsloví „máj – lásky čas“.

Je zřejmé, že máme jedinou možnost! Vezměme své laptopy, tablety nebo alespoň telefony s internetovou stránkou KOMpostu a dejme jí pod rozkvetlým stromem najevo svoji náklonnost. Jen tak bude příští rok KOMpost krásný, zdravý a PLODNÝ.

Co dodat? V květnu se snažte, bude to nejdůležitější měsíc pro váš následující rok!

Kytka

OBSAH

Kroniky.....	2
Co nového v Kompasů?.....	9
Tradice ZTV.....	10
Matýskova Austrálie.....	11
Den proti rakovině.....	15
A-blog.....	16
Receptíky.....	17
DIY.....	18
Soutěže.....	21
Vedoucí v plíně.....	22
Koutek poezie.....	23
Významná data.....	24

Pozor, pozor! Časopis KOMpost vyhlašuje soutěž a tentokrát soutěž fotografickou!

Každá družina bude mít za úkol vytvořit fotku na jednoduché téma. Bylo zvoleno takové, které v každém z nás probouzí jasné představy, ale přesto v každém odlišné. Téma tak široké, že širší už být nemůže, a tak variabilní, že nebude vědět, které variantě se věnovat více. Tématem příštího čísla bude:

L É T O

A jaká jsou kritéria? V podstatě žádná! Na fotce může být jednotlivec i celá družinka, můžete na ní pracovat společně na schůzce nebo každý sám doma. Jediné co, tak když se člověk na vaši fotku dívá, musí na něho dýchnout atmosféra LÉTA v jakékoli podobě. Držíme palce!

Uzávěrka dalšího čísla je určena na 20.6.2015!!!

KRONIKY

Dětský Vozembouch

Letošní ročník dětského Vozembouchu se konal tradičně v sobotu a tradičně na Sýpce, jen letos to bylo 21.3. Jak dopadly družiny, které se zúčastnily? Čtěte!

Na Vozembouchu bylo hodně družinek, asi bych je ani vyjmenovat nedokázala. Ale z Niky tam byli Leverky, Vydrovky a Ptáci z Niky. Na prvním místě z kategorie mladších se umístily Leverky, neboli Ledňáčci a Veverky. Ze starší kategorie se na druhém místě umístili Ptáci z Niky – Kulíšci a Červenky a my Vydrovky (Vydry a Vlaštovky) jsme se umístili na prvním místě od zadu, takže na desátém.

Bylo to supér!

Pomňa



Leverky



Vydrovky



Ptáci z Niky

Jasoň 2015

Letos se stejně jako každý rok konala tradiční velikonoční akce pro všechny vedoucí Kompasů. Tentokrát se vedoucí vydali do NP Podyjí.

Ve Znojmě jsme se ubytovali v klubovně vodních skautů, což byl starý mlýn, který byl nově a hezky opravený na klubovnu. Ušli jsme okolo 50 kilometrů za dva dny, přičemž jsme se dostali na rakouský břeh Dyje a obešli celou přehradu. V Rakousku jsme si dokonce užili i prolézání mezi větvemi padlých stromů a zažili tak trochu dobrodružství. Prošli jsme skrz naskrz Národní park Podyjí, který ještě matně vzpomínal na podzim a my se občas i brodili listím, bylo však vidět, že příroda už se probouzí a potkali jsme i jarní kytky a medvědí česnek. Cestou jsme potkali spoustu vyhlídek a udělali i pár fotek. Počasí si s námi celé dva dny hrálo a my zažili od sněhu až po hřejivé slunce v zádech. Po večerech jsme hráli deskovky a jídlo bylo výtečné. Bylo nás sice jen 10 ale výlety jsme si parádně užili a prohlédli si spoustu krásné jarní přírody.



HeadShot



Brigáda na Sychrově

Za nádherné slunečné soboty 11. 4. proběhla první jarní brigáda v klubovně Na Sychrově. Celkově během 8 hodin práce jsme zvládli mnoho důležitých činností.

Očistili a nabarvili rámy oken, skrz která je již po umytí teď dokonce i vidět. Modrou barvou jsme zútulnili 2 stěny uvnitř klubovny. Vydláždili jsme místo pod kamny a položili koberce. Od soboty se již nemusíme stydět za 3 stoly a jednu skříň, kterou naši vlčata a vedoucí nabarvili podle poslední módy. Dále proběhl sběr odpadu kolem klubovny, tvorba trvalého ohniště a potřebné natření dřevěného krovu. Jarní brigády 2015 se zúčastnilo téměř dvacet lidí. Za Lynx dorazili skauti Fox, Ik, Šimon, Kuba, Kanec, Akil, Pája a vlčata Štěpa, Kája. Samozřejmě nesmím zapomenout na velkou pomoc roverů - Aničky, Žabky, Želvy - a v neposlední řadě patří dík všem ostatním vedoucím, kamarádům a rodičům, kteří nás v tom nenechali samotné a přišli pomoci. Děkujeme!



Díky této brigádě je klubovna opět o trochu krásnější, a tak poskytuje více možností případného využití. Například z Boženky či z Medlánek jedou autobusy 41, 71 přímo do Ivanovic, a proto se nebojte využít Sychrov jako netradiční místo pro schůzku či programu na výpravě. Budeme rádi, když přijdete ;)

Pavel



Brigáda na Božence

V sobotu 11.4. se vedoucí a skauti se skautkami z Kompasů sešli na klubovně, aby ji zase trochu zvelebili a opravili a oprášili, co bylo třeba.



Brigáda začala 8:30. S Grgem jsme se rozhodli rozebrat tu velkou tiskárnu, co bývala na půdě, vedle IT centra. Pomáhala nám s tím Jerri. Tiskárnu jsme rozkládali asi do 12 hodin. K obědu jsme měli čínu s rýží. Odpoledne jsme s Grgem nastřelovali odzvučnění na nové dveře do velké klubovny. Poté jsme se rozhodli vyklidit altán na zahradě, ale během toho jsem musel jít domů. Brigádu jsem si užil.

Smíšek

Mimo tyto činnosti se také všude uklízelo a asi nejviditelnější změnou, která tu po nás zůstala, je krásný nový koberec ve velké klubovně.



PANIKA

Po půl roce se vedoucí Niky rozhodly, že si zase společně zaPanikaří. Všechno to začalo hnedka po skončení brigády na Božence, kde se nás sešlo celkem 7.



Začaly jsme s rozebíráním budoucnosti oddílu, pokračovaly vařením a jezením výborných lasagní a skončily u westernového filmu, který nás však zradil a odmítal se celý přehrát. Nenechaly jsme si však zkazit náladu a šly spokojeně spát. Ráno jsme si daly další skvělé jídlo, tentokrát voňavé wafle. Při jejich požívání jsme se pořádně bavily nad pravěkými fotokronikami z táborů (které mimochodem leží na skříní a je fakt zábava si je prohlížet! :D). Pak se na Božence objevili kovbojové a my zjistily, že jsme na divokém západě, kde se dá cestovat jen pomocí povozu. Naším cílem bylo

dostat se po dvojicích co nejrychleji na Hybešovu na lasergame. Cestování povozem však nebylo vůbec jednoduché, protože to znamenalo „pověsit“ se za kolemjdoucího člověka a následovat ho. Vystoupit z povozu sice šlo, ale zažily jsme zoufalé chvíle na liduprázdných ulicích, kde jsme se nemohly hnout z místa. Všechny povozy si to totiž frčely mimo náš dosah. Všem skupinkám se však nakonec podařilo na lasergame dorazit. Po převlečení do sportovního a vysvětlení pravidel jsme mohly vběhnout do arény a v tu chvíli započala nemilosrdná přestřelka, kterou jsme si opravdu užily. Po vyčerpávajícím boji jsme naskočily do povozů, dojely zpět na Boženku a uvařily si oběd, kterým jsme ukončily celou Paniku.

Marty



Výlet s rodiči Niky a Orionu

V sobotu 18.4. se vedoucí z Niky a Orionu sešli a vydali se společně na výlet, jehož cílem bylo jednak se samozřejmě projít a jednak, aby rodiče viděli, kam a komu posílají svoje děti. :)



Sraz byl na zastávce Mariánské údolí v Líšni. Když jsme se všichni sešli, dozvěděli jsme se, že tento výlet bude na téma den na táboře. Proto jsme výlet zahájili rozcvíčkou, což byla hra na padouchy a hlídače. Hlídači měli za úkol pochyťat všechny padouchy a probíhat hbitě mezi uličkami, které se otáčely po směru hodinových ručiček vždy, když Bulďa tleskl (uličky byli rodiče). Pak jsme se vydali hezkou lesní cestičkou. Ušli jsme již celkem velkou část cesty, zastavili jsme se. Jako na správném táboře jsme začali plnit bobříky rostlin, míření, orientace...a šli jsme dál. Úzkou cestičkou jsme odbočili směrem do kopce a tam se před námi objevila velká temná jeskyně – Pekárna. Ten výšlap stál za to. Vešli jsme do jeskyně, byla tam tma a vlhko, bylo slyšet kapání vody ze stropu. Po návratu na cestu jsme v našem putování pokračovali. Netrvalo dlouho a ocitli jsme se na autobusové zastávce – směr Stará Osada. Výlet jsme si užili a příští rok jedeme zase.

Háďa



Výlet na Lysou horu a Ivančenu

O víkendu 25. - 27. 4. se Vlaštkovy, Vydry a skauti z Orionu vypravili na Ivančenu položit kámen na symbolickou mohylu a uctít památku padlých. Lysá hora jim nebyla překážkou.

Lysá hora je nejvyšší hora Moravskoslezských Beskyd. Měří 1.323 m n. m. Je taky pěkně prudká, kamenitá, a většinou zasněžená. Tentokrát byla. A jak! Na některých místech jsme se do sněhu bořili až po kotníky, a kdo spadl na zadek, pěkně se sklouzl.

Cestou na Ivančenu však sníh postupně mizel. A víte vlastně, co je to ta Ivančena? Normální lidé tam vidí hromadu pokreslených a popsaných kamenů, balvanů a šutrů. My skauti v tom vidíme pomník. Opatrně jsme položili další kameny a šli jsme zpět do Frýdlantu. Bylo to super. Příště pojdte s námi :-)

Ája



Co nového v Kompasů?

Nový název střediska

Naše středisko má od 1.4.2015 nový název. Nemusíte zoufat, Kompasů jsme se nevzdali. Ale jak se tedy název změnil?



V souvislosti s nově platným občanským zákoníkem bylo třeba změnit název skautské organizace a to tak, aby obsahoval slovo *spolek* nebo zkratku *z. s.* (zapsaný spolek). Junák této příležitosti využil a zjednodušil celý svůj název. Postavil český ekvivalent "junák" vedle mezinárodního "skaut". Nový název tedy zní:

Junák - český skaut, z. s.

Na základě této změny bylo třeba změnit také název našeho střediska. A i my jsme příležitosti využili a trochu upravili jeho celý název, i když se jedná o úpravy pouze estetické. Celý název našeho střediska tedy zní:

Junák - český skaut, středisko Kompas Brno, z. s.

No a teď už alespoň víte, jak se správně podepsat ;)

Nová Ničí zástupkyně!

Od konce dubna má Nika již dvě zástupkyně oddílu. Fotka jistě napoví, kdo se vedle Fifi a Sirký postavil do vedení oddílu. A kdo ví, třeba jednou vystoupá až nejvyš.



Ano, je tomu skutečně tak. Středisková rada jmenovala 29.3.2015 druhou zástupkyni vůdkyně oddílu Nika a nestal se jí nikdo jiný než Bleška. Doufejme, že společně s Fifi a Sirkou povedou Niku k zářivé budoucnosti a světlým zítřkům ;)

A Blešce držíme palce, aby jí elán a chuť do vedení oddílu vydržel co nejdéle!

Tradice ZTV

ZTV patří vedle táborů a zahajovacího ohně k tradičním akcím, na kterých se setkává celé středisko. Malí, velcí, staří, mladí a dokonce i bývalí členové střediska. Jednu dobu středisko zkoušelo jakousi novou podobu této akce, ale v posledních letech se opět vracíme ke starému a osvědčenému modelu.

To letošní ZTV proběhne **15. - 17.5. 2015** na střediskovém tábořišti ve Vilémovicích.

Středobodem celé třídní výpravy je *Závod Turistické Všestrannosti*, odtud také zkratka ZTV a název celé akce. Závod má dvě části:

- Robův běh
- vaření

Každý ze tříčlenných týmu musí absolvovat běžeckou část, kde nezískávají body pouze za rychlost, ale získávají body také na několika stanovištích, která po cestě potkají. A jak už název závodu napovídá, stanoviště jsou všestranně zaměřená, od zálesáckých dovedností až po moderní technologie.

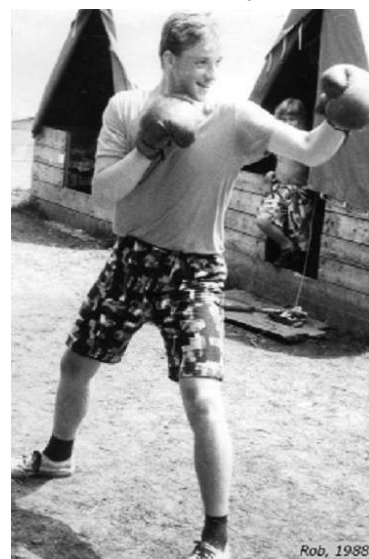
V cíli je čas na krátký odpočinek a každý tým má potom za úkol vlastními silami a ze surovin, které si přivezli z domu, vytvořit teplé jídlo, kterým by okouzlili porotu. Že se jídlo vaří na ohni a porota po očku sleduje i práci s ohněm a okolo ohniště, to jistě netřeba zmiňovat ;).

Celý soutěžní den je potom večer uzavřen slavnostním ohněm, kde jsou vyhlášeny výsledky závodu. Neméně podstatnou částí je slavnostní zakončení celého skautského roku, kde oddíly hodnotí, co všechno se jim povedlo a prozradí snad i něco málo o táboře.

Pozornému čtenáři neunikne, že se stále nedozvěděl, proč se běží **Robův běh**. Respektive proč zrovna Robův, když ani jeho vedoucí nikoho takového nepamatují. Inu, tady musíme zabrousit trochu do historie.

Po obnovení skautingu v roce 1990 se tehdy pionýrská skupina KOMPAS rozdělila a jeho část založila pod vedením Igora Slatkovského nové skautské středisko KOMPAS. Jeho činnost navazovala na práci, kterou Igor společně s Medúzou, Robem a dalšími lidmi pod hlavičkou "turistického" oddílu začali už v dobách socialismu. Vedoucím jednoho ze zakládajících oddílů, 15. chlapeckého oddílu, byl Rob. Na tomto místě už lze jen citovat slova, která jsou na jeho památku otištěna v almanachu střediska ke dvacátému výročí.

Rob Bartůšek – jeden z prvních členů oddílu. Sportovec s mimořádnou kondicí. Jeden z nejméně vážných lidí na středisku. Se smyslem pro fair play větším, než si byl ochoten přiznat. Dychtivost po životě. Pro své kluky jen to nejlepší. Vedoucí Bobů. Dobrý vedoucí. To se pozná právě na nich. Když 27. května 1993 po zlé nemoci jako 22letý zemřel, nezůstal rozhodně nikomu nic dlužen.



To, co jsme mohli udělat, bylo alespoň na jeho počest pojmenovat střediskový závod, kterého se každý rok účastní nová vlčata a světlušky a nenechat tak na jeho památku zapomenout...

Matýskova Austrálie



Austrálie je jediný stát, který je zároveň kontinentem. Rozlohou se řadí na 6. místo v seznamu nejrozlehlejších států světa, nicméně počtem obyvatel se se svými necelými 24 milióny nerovná ani Severní Korei. Hlavním městem je Canberra, oficiálním jazykem pak angličtina.

Po svém půlroce v Sydney, kde nyní stále pobývám, bych se se s Vámi rád podělil o své zkušenosti zpoza velké louže. Rád bych psal obecně o Austrálii, nicméně tu jsem zatím nijak moc neprocestoval a tak zůstanu u popisu života v nejlidnatějším městě tohoto přerostlého ostrova. Přijel jsem začátkem listopadu a od té doby studuji na jazykové škole angličtinu a pracuji tu v kuchyni - to jen tak na okraj.

Říká se, že jsou Australané přátelští a je to asi pravda. Rádi se vším vypomohou, jsou velmi ochotní a vstřícní. K jejich záporným (v mých očích) vlastnostem naopak patří jejich izolovanost a nezáměr o zbytek světa. Sice je formální hlavou státu stejně jako ve většině zemí Commonwealthu anglická královna, ale reálně je to premiér. Toho je tu v módě nenávidět a dělat si z něj akorát tak srandu. Vtipy na jeho adresu jsou nedílnou součástí místní kultury. Tou je i nehynoucí nacionalismus projevující se zejména v podobně, v našich podmínkách nemyslitelně masivních, oslav všech státních svátků, které se vztahují k významným bitvám, či milníkům historie Austrálie. Místňáci nejsou moc pracovití, ačkoliv nemají příliš v lásce přistěhovalce, kteří jim podle jejich slov "berou práci." Ironií je, že na drtivou většinu pracovních míst by se Ozík (anglicky Aussie) nikdy nepřihlásil.



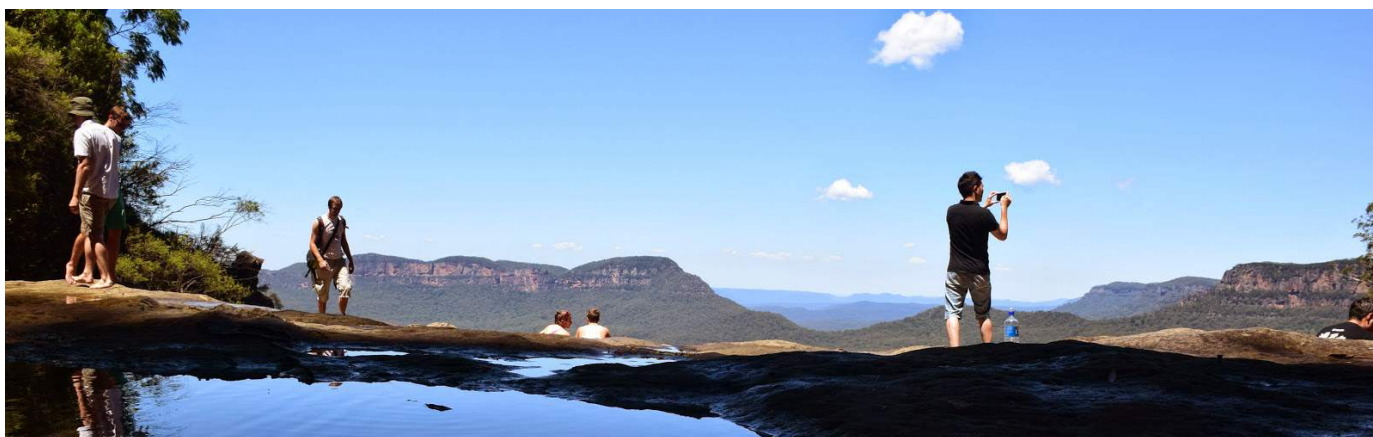
Opera House v pozadí s Harbour Brige

Sydney je velkoměsto se vším, co k tomu patří - dopravní zácpy, lidé neustále spěchající z práce do práce, nepřeborné množství možností. Je to velmi rychle se rozvíjející město a to zejména díky bohatým asijským komunitám, které zde vlastní TŘETINU města (pouze Číňani). Rozvoj města započaly prakticky až olympijské hry na začátku milénia. Do té doby bylo pro stát daleko významnější město Melbourne. Nyní tyto otěže drží Sydney pevně v rukou a málokdo vůbec považuje hlavní město Canberra za nějak důležité. To je mimochodem postaveno uměle

jako hlavní město (podobně jako americký Washington D.C.) a to právě mezi výše zmíněnými tradičními velkoměsty. Sídli tam všechny orgány Společenství, významná část armády a byrokracie. Velká část politiků ovšem bydlí právě v Sydney, čímž se opět dostávám k tématu mého článku.

Na naše poměry je tu opravdu hodně jiných ras, národů a hlavně kultur. Zatímco u nás potkáte černochoha jednou za rok, Španěla jednou za týden a Asiata jednou denně (pokud s ním nechodíte do školy), tak tady je spíš obtížné potkat Australana. Z lidí, se kterými jsem tu kdy mluvil, bylo domorodců asi desetina. Tedy domorodců... Jak se to vezme. Ti praví domorodci, aboridžinci, trochu tmavší pleti, jsou tu spíše turistickou atrakcí než obyvatelstvem.

Že je město velké jsem věděl, ale že dosahuje velikosti šestiny naší republiky, to mě zarazilo. I přes to tu cena pozemků stoupá k astronomickým hodnotám a to zejména proto, že už je všechna rozprodaná. Rozvoj je bohužel limitován sousedními národními parky, takže město už prostě nemá kam růst. Jeden z nich jsem navštívil. Jmenuje se Blue Mountains a je to jeden obrovský les. Velikostí je srovnatelný se samotným městem. Ale považte, les velikosti Středočeského kraje... Název má pozoruhodný původ. Protože se ve jméně nachází "mountains" asi nikoho nepřekvapí, že je to kopcovitá oblast, ale za slunného dne se nad krajem vznáší modrý opar způsobený parami z eukalyptových listů. Tak proto Modré Hory (protože to odpovídá lokálnímu místopisu, dovolil jsem si použít velké "H"). Místo je to opravdu nádherné. Pro ilustraci přikládám mnou pořízené foto z jakéhosi "mezipatra" obrovského vodopádu.



Blue Mountains

Vůbec celá příroda tohoto kontinentu je pro našince nezvyklá. Od velmi tvrdé trávy v parcích (jak já se těším na naši měkkou travičku) po palmy v parcích či naprosto odlišné druhy stromů a keřů. Například úlohu holubů zde plní ibisové - děsiví ptáci, do kterých bych řekl, že pamatují dinosaury. Co se týče městské zvěře, tak za zmínku určitě stojí cockroach - zde si s překladem "šváb" nevystačíme, protože umí létat. Je to opravdu nechutné stvoření a děti se tu straší tím, že když ho zabijete, vylezou z něho jeho potomci, na čemž není ani zbla pravdy. Velmi obávaní jsou tu i pavouci. Nejděsivější vzhledem jsou asi "huntsmeni," kteří přesahují velikost dlaně - a to i té mé. Jsou velcí, chlupatí, dlouhonozí a proklatě (až neuvěřitelně) rychlí. Vzhledem k rychlosti se vřele nedoporučuje je zabít jakoukoliv částí těla - po jejich kousnutí vám to oteče jako po vosím štípnutí. Člověku vlastně pomáhají lovem (odtud jméno) drobného i většího hmyzu. Kdo má doma tyto pavouky, nemusí se bát švábů. Bohužel se musí bát jejich přemnožení. Dalším "kámošem" jsou černé vdovy - jedovatí pavouci, kteří mohou člověka ohrozit na životě. Naštěstí pokud víte, že vás kousla právě ona, místní lékaři jsou na to připravení a mají dostupné protilátky. Takové štěstí byste ovšem neměli u "sydney web funnel spidera," jehož jed narušuje tkáň a tělem se šíří pomalu, ale jistě. Jedinou ochranou zbytku těla je amputace! dané končetiny.

Aby toho nebylo málo, jeho čelisti jsou silné natolik, že vám je schopen prokousnout prst skrz pracovní rukavice a nehet zaráz! Jak už jméno napovídá, musíte si opravdu šťastně vybrat jediné město na zemi, abyste se s ním mohli potkat - zatím jsem neměl tu čest. Ale abych vás nestrašil moc, i přes tato brutální fakta se nikomu nic nestalo posledních, tuším, 18 let. Další bytost, co mě tu překvapila, jsou netopýři v parcích, kteří čas od času poletují ještě za světla. A asi by mi to ani nepřišlo tak divné, kdyby nedosahovali velikosti dítěte (rozpětí i kolem 1,5m).



Ibis

Co se týče místní kultury jako takové. Pokud pomineme již zmiňovanou multikulturalitu, která to zčásti překrývá, jaká je ta pravá australská? Souvisí to jako vždy s historií. Austrálie byla založená, podobně jako Amerika, jako trestanecká kolonie Anglie. Prostě sem navezli vězně, kteří si to dobrovolně zvolili (ačkoliv o dobrovolnosti se moc nedá mluvit, když druhou možností byla smrt). Na budování nového státu dohlížela samozřejmě armáda. Během let se sem sestěhovali také mnozí další Anglosasové, takže to tu je taková malá Velká Británie. Původní Aboridžinci byli víceméně povražděni. Hodnoty jsou tu samozřejmě vedeny směrem k gentlemanství, což se odráží i v místních sportech. Oblast, která se mě velmi dotýká, a proto jí věnuji pár vět. Numero uno je tu kriket - v našich končinách téměř neznámý sport, nicméně celosvětově je po fotbalu hned na druhém místě. Tato hra, ač podobná, je výrazně nudnější, než baseball. Pravý zápas se hraje PĚT dní!, během kterých se družstva dvakrát objeví na pólce a dvakrát v poli. Kdo má více bodů, vyhrál. Vyautovat se zde musí celý team (10 z 11 hráčů). Nedávno zde proběhlo MS v tomto divnosportu a místní nabitá repre to dokonce vyhrála. Pro dotvoření atmosféry tohoto sportu jen přidám, že když na podzim zemřel po zásahu míčkem jeden z hráčů, po celém světě se dva týdny nehrálo a v televizi se prakticky nemluvalo o ničem jiném než o posílání kondolencí. Na druhém místě ještě stále kraluje ragby. Národní tým v tomto sportu opět patří mezi špičku a osobně bych ho zařadil na druhé místo v rámci světa - uvidíme po říjnovém MS v Anglii. Jakkoliv se dá australský fotbal považovat za hru podobnou ragby, je naprosto rozdílná. Jeden z nejakčnějších sportů, kde je na hřišti zaráz 36 hráčů a nikdy nezastavuje, je takové místní unikum. Do balónu se kope, dribluje se s ním, nesmí se házet, pouze "odbíjet," jsou tu tři brány (prostřední gól je za 3 body) a je povoleno téměř vše včetně vyběhnutí po zádech soupeře pro letící míč. Na tyto "tělovzpružující" aktivity se popularitou postupně dotahují i fotbal s basketbalem a ačkoliv tu sním skoro nikdo neviděl, dokonce se tu hraje i liga ledního hokeje, kde se reprezentace kvalitou řadí po bok Velké Británie, Litvy či Nizozemska.

Milovníci surfingu si tu přijdou na své. Jen v Sydney je na desítky pláží k tomu vhodných, prkno

je tu opravdu levnou záležitostí a praví surfaři vyráží i v dešti. Takovou malou nepříjemností jsou tu žraloci vyskytující se zejména kolem Harbouru - nejvíc turistické části města. Nevím proč, jestli tam ti pitomci s foťákama tak často padají, ale asi jim je tam dobře. Samotné sjíždění vln je opravdu zábavné, ale z vlastní zkušenosti bych doporučil si nejprve zajistit neoprén. Nejen jako ochranu před studenou vodou, která místní břehy omývá celoročně, ale hlavně před mechanickým oděrem celého těla. Ale i bez něj jsem si to užil. Podobnost se skejtem nebo snowboardem v tom určitě je a kdo na jednom z toho umí, jistě se rychle chytí i na surfu. Nejobtížnější nebo alespoň vyžadující nejvíce zkušeností je výběr té správné vlny, na které se nejlépe svezete. Ti správní vyznavači tohoto sportu se sdružují u pláží v takových... no jak bych to řekl... squotech. Prostě z pár plechů stlučou nádstavbu na nějaký ten starý karavan a v tom přežívají. Kde berou peníze a jídlo, to netuším. Každopádně existují tu stále ještě surfařské gangy, kterým patří pláže, a pokud jim vezmete vlnu, tak vás v té vodě rovnou stlučou. Toho jsem svědkem naštěstí nebyl. Vlny jsem bral takový, že to nikomu nevadilo - ty špatný.



jedna část indoorové lezecké stěny

Závěrem bych ještě rád upozornil případné cestovatele, že doprava po městě je nesmírně drahá a zdlouhavá. Většina obyvatelstva používá výhradně auta - přece nepojedou sockou. Tohle samozřejmě způsobuje každodenní dopravní kolaps. Doporučuji kolo, případně jako já longboard. Na starý dobrý pěškobus se dá taky spolehnout, pokud bydlíte dostatečně blízko. Bydlení v centru a okolí zajišťují takzvané králíkárně. Byty, které sdílí vícero osob. Pokud chcete bydlet důstojně, musíte si připlatit nebo se spokojit s dojížděním. Mnohdy více jak hodinovým a s denní útratou kolem 300 Kč v přepočtu jen za dopravu. A když už máte to kolo, tak pamatujte na to, že se tu jezdí VLEVO. Na toto pravidlo ostatně myslete i na chodníku, abyste neustále nevráželi do lidí. Před přejitím ulice je sekvence rozhlížení opačná než u nás tedy pravo, levo, pravo.

Doufám, že jsem vám nevtskl ryze negativní pohled na tuto překrásnou zemi. Je tu opravdu hezky, povětšinou i teplo. Příroda nádherná a pro Evropana nezvyklá. Rozhodně to tu stojí za návštěvu. Ač to tak z článku nemusí působit, mám veskrze dobré zkušenosti s životem u protinožců. Snažil jsem se vykreslit odlišnosti a doufám, že se mi to alespoň částečně povedlo.

Téměř jen pro Vás,
Mates

Den proti rakovině

Český den proti rakovině 2015

Cílem sbírky je preventivně působit na širokou veřejnost prostřednictvím letáků s informacemi. Za nabízené kvítky měsíčku lékařského získat prostředky na boj proti rakovině - na nádorovou prevenci, zlepšení kvality života onkologických pacientů, podporu onkologické výuky, výzkumu a vybavení onkologických center.



Tradice květinových sbírkových dnů vychází z irského konceptu tzv. Daffodil Days (Narciskové dny), které pořádá The Irish Cancer Society již od roku 1988. Po dohodě s irskými organizátory převzala základní myšlenku této sbírkové akce v roce 1997 Liga proti rakovině Praha a založila v České republice tradici květinových sbírkových dnů, při nichž dobrovolníci nabízejí žluté kvítky měsíčku lékařského a informují o prevenci rakoviny.

První sbírkový den proběhl **14. května 1997**, veřejnosti bylo nabízeno 30.000 kytichek a vybráno bylo 350.000,- Kč. Květinové sbírkové dny se postupem let staly nejznámější sbírkovou akcí u nás a zdárně se zvyšoval jak počet nabízených kytichek a preventivních letáků, tak množství peněz získaných od dárců.

V roce 2007 se Liga proti rakovině Praha rozhodla přihlásit se jménem České republiky výrazněji ke Světovému dni boje proti rakovině a vyhlásila 16. květen 2007, kdy proběhl další ročník tradiční veřejné sbírky, Českým dnem proti rakovině. Sbírkové dny nadále probíhají pod tímto novým názvem, symbolem sbírky zůstává nadále žlutý kvítek měsíčku lékařského.

Letošní ročník proběhne **13. května 2015** a je zaměřen na **prevenci nádorů reprodukčních orgánů** (gynekologické nádory u dívek a žen, nádory varlat u mužů). Barva stužky byla zvolena pro letošní ročník stříbrná. Pro více informací doporučuji stáhnout informační letáček, který je ke stažení na stránkách Českého dne proti rakovině <http://www.denprotirakovine.cz/Sbirka2015.html>.

Od 1. 4. do 31. 10. 2015 můžete podpořit projekty také formou odeslání dárcovské SMS ve tvaru DMS KVET na číslo 87 777. Cena DMS je 30,- Kč, na sbírku přijde 28,50 Kč.



A - b l o g

Vegetariánství x veganství



Zajímavé téma, které je v dnešní době hodně přetřásané, je otázka vegetariánství a veganství. Přijde mi to jako věc, o které se jsou lidi schopni dohadovat hodiny a hodiny. Je to vcelku zvláštní, protože lidi mění svůj jídelníček z mnoha různých důvodů, které se nemusí shodovat s přesvědčením ostatních. Prvně asi budu mluvit o vegetariánství jakožto 'mírnějšímu' omezování stravy.

Já sama vegetariánka nejsem a nikdy jsem nepřemýšlela nad tím, že bych byla. Podle mého názoru je to pouhý koloběh přírody, který nám předurčuje žít se živočišnou potravou, silnější loví slabší. Je to dáno již od počátku, že jsou lidi všežravci a maso do jejich denního života neodmyslitelně patří. „Je ale spousta alternativ masa“, namítli by vegetariáni, sója, luštěniny apod. Je to jen můj názor, ale nemyslím si, že by tyto náhražky skutečně účinně nahradily všechny potřebné složky, které v sobě maso obsahuje. Jak už jsem řekla, je spousta důvodů, proč se lidi pro tento životní styl rozhodují. První možnost asi je ta, že někdo maso považuje za nepotřebné a těžké, nezdravé či zatěžující organismus, tudíž je v pořádku ho zcela vyškrtnout z potravy. Myslím si, že stejně jako nemůžeme vyřadit cukry a tuky, tak nemůžeme vyřadit maso jakožto bohatý přísun bílkovin a různých jiných látek. Nepřinese vám to nic zdravého, když některou ze složek stravy odstraníte, všechny jsou potřebné a nezbytné pro život, ať už ve větší či menší míře. Dalším důvodem je chránění přírody, konkrétně živých organismů a boj proti masivnímu zabíjení chovaných zvířat. Chápu, že tohle někdo dělá, mně samotné se tyto věci nelíbí, ovšem do tohoto bych se nerada pouštěla, mám k tomu spoustu co říct a pravděpodobně by to bylo hodně na dlouho. Na druhou stranu je ale spousta věcí, které můžete dělat, abyste se vyhnuli konzumaci takto chované zvěře a zároveň se neochuzovali o živiny z masa. Koupě domácího chovaného a zabitého zvířete (masa) je (podle mě) naprosto v pořádku. Upřímně si nemyslím, že v ohledu 'zachraňme zvířátka' je vegetariánství nějakým kloudným řešením.

Veganství má hlubší význam. Jen na okraj, kdybyste někdo náhodou vůbec netušili, veganství je 'striktnější' vegetariánství. Nejde ani tak o způsob stravování jako o životní styl. Vegani odmítají využívat zvířata pro potravu, takže kromě masa nejedí mléko, vejce a třeba i med, jsou proti kožešinám, kůžím hedvábí, lovu, rybaření a kosmetických přípravcích testovaných na zvířatech. Žijí opravdu jen o rostlinné stravě, luštěniny, ovoce, zelenina .. Nemyslím si, že by to bylo zbytečné. Jejich přesvědčení a cíle jsou obdivuhodné, líbí se mi jejich zápal pro dobrou věc. Když někdo opravdu upraví svůj životní styl k tomu, aby skutečně pomáhal živým organismům, je to úžasné. Je to jako .. Tohle je opravdu něco, za co na sebe člověk může být právem hrdý.



Může se zdát, že si v tomto článku protiřečím. Řekla jsem, že vegetariánství je zbytečné omezování a že veganství je obdivuhodné a v pořádku. V zásadě je obojí, tělu se ani v jednom z případů nedostává potřebných živin. Ale veganství v sobě obsahuje něco vznešenějšího a koneckonců... Je každýho věc, co jí, co dělá a jak žije. Když žije v přesvědčení, že je to správně, je opravdu šťastným člověkem.

Receptíky

Špenátové taštičky se sýrem

Tentokrát jsme dostali chuť na slané! Vytvoříme pochutinu, kterou lze servírovat jako hlavní chod, ale i jako pozornost pro návštěvu.

Ingredience:

lístkové těsto

500 g listového špenátu (mraženého)

1 větší cibule

100 g šunky nebo slaniny

200 ml dvanáctiprocentní smetany

100 g tvrdého sýra

trocha oleje

špetka soli, česnek

Postup:

Začneme špenátovou náplní. V hrnci rozejdeme olej a mezitím oloupeme a nakrájíme cibuli. Osmažíme ji na prudko. Až zesklouzní, přidáme na drobno nakrájenou šunku nebo slaninu. Necháme chvíli smažit a posléze přidáme špenát a smetanu. Necháme projít varem, osolíme a dochutíme česnekem. Odstavíme z plotny a počkáme, až směs trochu zchladne. Zatím na pomoučeném válu rozválíme těsto a nastroháme sýr. Potom vykrajujeme kolečka, plníme je směsí a sýrem a pomocí formičky tvoříme taštičky. Pečeme je při 180 až 200 stupních asi 15 až 20 minut. Dobrou chuť!



DIY

Do It Yourself

Uzel přátelství

Chcete si uvázat uzel přátelství? Nebo jste nad tím nepřemýšleli, ale teď vás to nadchlo? Tady máte návod!

Uzlovačku zezadu omotáme kolem prostředníčku.



Pravý konec omotáme zleva kolem palce.



Pravý konec protáhneme zleva kolem prsteníčku.



Stále ten stejný konec protáhneme zleva kolem ukazováčku a položíme přes dlaň.



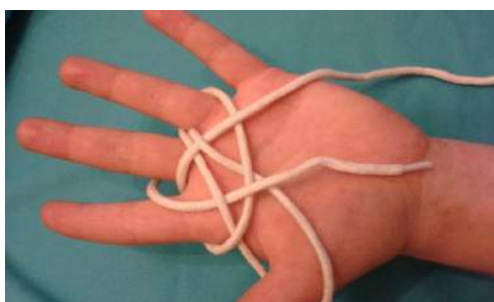
Nyní ho protáhneme střídavě nejdříve pod, potom nad, potom zase pod a nakonec opět nad provázky, které nám leží na dlani.



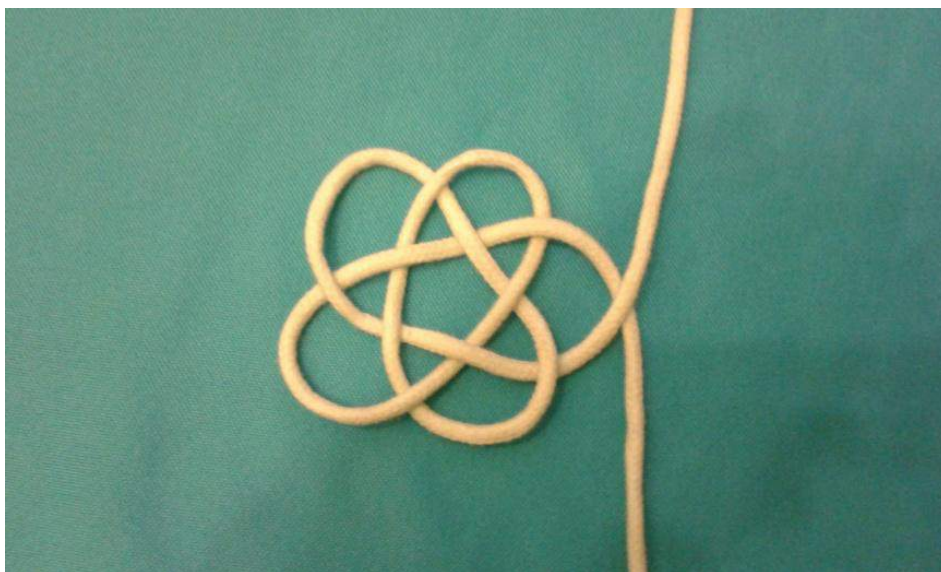
Vezmeme druhý konec uzlovačky a opatrně ho vytáhneme zpod ostatních provázků.



Opět ho vedeme nejdříve pod první provázek, potom nad druhý a nakonec pod třetí.



Nyní uzel opatrně sundáme z prstů a rovnoměrně utáhneme.



Turbánek

Uzel přátelství je hotový, ale pokud chceme uvázat turbánek, pokračujeme dál!

Utáhneme tak, aby vznikl prstenec o průměru zhruba tří centimetrů.



Vybereme si delší z obou konců, kterým budeme proplétat druhou vrstvu. Budeme ho proplétat přesně podél druhého konce (toho, který jsme si nevybrali), ale v protisměru.



Pokračujeme po celém obvodu, dokud nejsou všechny prameny zdvojené. Potom v případě potřeby doutáhneme a zastříhneme konce.



No a turbánek je hotový :)



Soutěže

Logická hádanka

Ve staré indické věštině byly tři bohyně, které odpovídaly na otázky tak, že **Pravda** mluvila vždy pravdu, **Lež** vždy lhala a **Moudrost**, která někdy mluvila pravdu a někdy lhala. Do této věštírny se dostal i pan Koumák. A chtěl vědět, jak sedí bohyně vedle sebe.

Nejprve se zeptal bohyně sedící vlevo: „Která bohyně sedí vedle tebe?“ Dostal odpověď: „Pravda.“

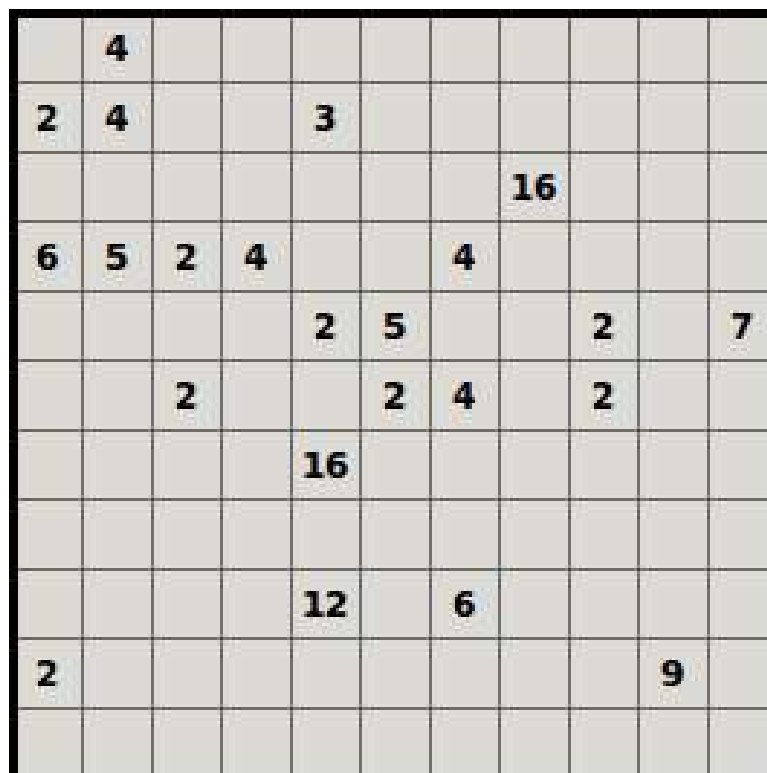
Pak se zeptal prostřední: „Kdo jsi?“ a dostal odpověď: „Moudrost.“

Naposledy se obrátil k pravé bohyni s otázkou: „Kdo sedí vedle tebe?“ Odpověď zněla: „Lež.“

Jaké pan Koumák určil pořadí sedících bohyň?

Shikaku

Shikaku je logická hra pocházející z Japonska. Jejím cílem je rozdělit čtvercovou síť na čtvercové nebo obdélníkové díly, z nichž každý bude obsahovat pouze jedno číslo. Toto číslo udává, kolik čtverců obsahuje tento díl. Takže když chci vytvořit obdélník, který bude obsahovat čtverec s číslem tři, tak tento obdélník musí mít obsah přesně tři čtverečky.



Takže přejeme pěknou zábavu a hurá do trénování mozku!

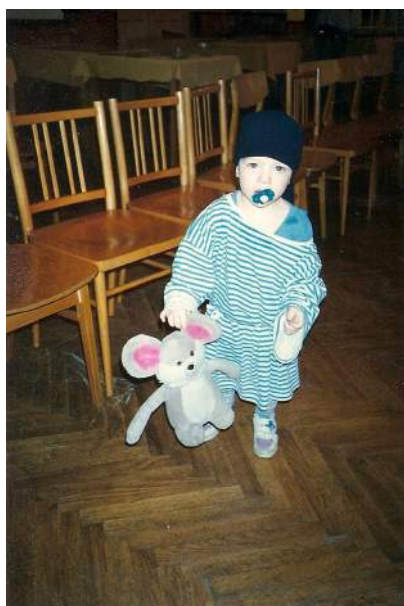
Vedoucí v plíně

Protože se ukázalo, že fotky v minulém čísle pro vás byly příliš jednoduché, zalovili jsme tentokrát v hlubších vodách a na svět vytáhli opravdové skvosty.

Kdo se skrývá pod áčkem, béčkem a céčkem? Svoje odpovědi posílejte na **KOMpost.casopis@gmail.com**. Jako vždy se ty správné odpovědi dozvíte v příštím čísle KOMpostu.



a



b



c

A jaké jsou správné odpovědi z minulého čísla?

a - Michal

b - Deiv

c - Alfík

Koutek poezie

Poky a jeho casino

Autor: Šmudla

Byl jeden pán jménem Poky,
kdysi patřil mezi cvoky.
A pak jednou zmoudřel náhle,
založil si kasino táhlé.
S prvotřídní restaurací,
má piškvorky i skořápky,
peníze se náhle vrací,
žije si jak z pohádky.

Jaráky 2015



ABCDEFGHIJKLMNOP
 QRSSTUV
 WXYZabedefghijklm
 nopqrstuvwxyz012345
 6789ÆÁÂÃÄÅÃÇ
 ÈÉÊËÌÍÎÏÐÑÒÓ
 ÔÕÖØŠĐÞŰŲ
 ŴŶŸŽžƆœáâãäåãçêëè
 fiſliũîñœóôöøßšđŕúû
 üùýÿžıƵƶƴƵ€™©®
 @ª†‡\$%&*!;?¿,;:”””””
 ...<>«»()[]{}|/\\♦~^~^~
 ”,~#-——%‰¹¼½¾ / ¹²³
 °ℓe·=-+±÷×≈<>≤≥¬
 ^~≠√∫∞ΔΩμπ∂ΠΣ

Geografická soutěž

Autor: Keto

Jel jsem do hor na geografickou soutěž.
Když se ale na laně s mapou v ruce houpeš,
není to totéž jako sedět doma.
Vylákala mě sem hlavní cena – totiž velká
suma.
Ve výhru doufajíc,
mažu máslo na krajíc.
U skalního převisu,
píšu vám v dopisu.

Jaráky 2015

V ý z n a m n á d a t a

květen

- 1.5. - den volna, svátek práce
- 2.5. - **Grg** oslaví druhé kulatiny
- 3.5. - 27 let na světě se dožije **Honza**
- 6.5. - **Žabce** bude sladkých šestnáct
- 8.5. - připomínáme si den osvobození od fašismu roku 1945 a jak jinak než státním svátkem
- 10.5. - nezapomeňte na svoje maminku, slavíme totiž svátek matek
- 16.5. - v roce 1929 se filmová akademie rozhodla poprvé udělit zlaté Oscary
- 17.5. - dospělosti se v tento den dočká **Maki**
 - ve stejný den oslaví o rok víc **Deiv**
- 19.5. - **Otta** sfoukne šestnáct svíček

červen

- 1.6. - na tento den připadá mezinárodní den dětí
- 5.6. - a na tento den světový den životního prostředí
- 6.6. - **Evča** vykročí do 14. roku života
- 8.6. - v tomto datu se v roce 1990 po 44 letech konaly první svobodné parlamentní volby
- 9.6. - sourozenci Jančovi se ruku v ruce dožijí plnoletosti
- 15.6. - na prvního českého krále byl v roce 1085 korunován Vratislav II.
- 17.6. - **Vojtál** se na rok přiblíží čtvrt století
- 19.6. - 23. narozeniny oslaví **Kát'a**
- 24.6. - **Siruš** oslaví své 22. letní narozeniny a pomalu se začne chystat na 25. zimní
- 25.6. - v roce 1977 zemřela Olave Baden-Powellová

