

MĚSÍČNÍK PRO TRVALE UDRŽITELNÝ ŽIVOT 7/2017



Ročník 21 ● vychází elektronicky
Zasílání 18 Kč měsíčně

Kašový mlýnec
Z Bioakademie
Křemenáček
Rózinky z Kozojídek



● ekozemědělství ● biodiverzita ● ekologie ● biopotraviny



Koukol v Nabočanech.

FOTO – M. Vohralíková

Obsah

ZPRÁVODAJSTVÍ

Bouřlivá debata ke greeningu . . .	2
Ze zahrady na talíř	2
Letní festival Bioslavnosti	3

BIOPOTRAVINY

Zpracovat doms nebo vyvézt? . . .	4–5
Kašarství na Novojičínku	6

TRVALE UDRŽITELNÝ ŽIVOT

Mezinárodní konference „Permakulturní farmy“	7
Permakulturní dům – publikace . .	7

BIODIVERZITA

Letní semenářská sklizeň	8–9
Ještě jednou Mor ho!	10
Hádanky s rostlinami	10

BIOSPOTŘEBITEL

Voda životodárná a zdraví	11
Majoránka	12
Poradna W. Gregorové – Jsou lilie lčivé?	12
Salát z červené pšenice a nedělní řez z kuskusu	13
Hádanky s rostlinami – řešení .	14
Parafínové modely jablek	15

ÉKOLOGICKÉ ZEMĚDĚLSTVÍ

Setkání nad ekologickými pokusy	16-17
Autokláv pro Sasov	17
„Naše pole 2017 – ekologické Poznej svého farmáře	18-19
Udržitelný rozvoj v časech krize	21
Polní preparáty – křemenáček .	22
Festival Evolution podzim	23

PŘÍLOHA

Róžinky to umí publiku nandat	I-II
--	------

BIOPRODEJNY, KNIHOVNIČKA, INZERCE	22-24
--	-------

www.bio-mesicnik.cz

zpravodajství

Bouřlivá debata ke greeningu

PRAHA [Asociace soukromého zemědělství ČR] – Ve druhé polovině května proběhlo v Bruselu jednání Skupiny pro občanský dialog při Evropské komisi, tentokrát na téma ozelenění. Evropská komise podala podrobné informace o plnění greeningu a nastínila, jak by podmínky mohly být upraveny do budoucna. Na jednání se poměrně bouřlivě střetly zemědělské organizace se zástupci ekologických sdružení.

Jaké jsou dosavadní výsledky ozelenění?

Opatření k ozelenění muselo na základě podmínek nové Společné zemědělské politiky zavést 35 % všech zemědělců v Evropské unii, kteří hospodaří celkem na 75 % zemědělské půdy. Nejvyšší míru ozelenění – prakticky 100 % půdy – mají v Belgii, následují Litva, Maďarsko, Švédsko, naopak na úplném chvostu je s přehledem Malta (cca 4 %) a méně mají obecně středomořské země, kde je více malých farem do 10 hektarů a ekologických farem, které jsou z povinnosti vyjmuty. V ČR je ozelenění praktikováno na zhruba 88 % půdy.

Hlavním sporným bodem greeningu jsou tzv. plochy v ekologickém zájmu (EFA), které musí povinně vyčlenit zemědělci hospodařící na více než 15 ha orné půdy. Z hlediska povinnosti uplatňovat toto opatření je ve vedení Česká republika, kde se tato povinnost vztahuje na farmy, které celkově obhospodařují cca 97 % orné půdy, přičemž evropský průměr je kolem 70 %. To samozřejmě souvisí s průměrnou rozlohou farem, která je u nás v rámci EU největší. EFA ploch mělo být v první části programovacího období vyčleněno povinně 5 % orné půdy, po všech přepočtech ovšem Evropská komise dospěla k závěru, že v praxi bylo těchto ploch zavedeno 10 % (cca 8 mil. ha), takže bude pravděpodobně ustoupeno od záměru povinné procento navýšit na 7 % od roku 2018. Z jednotlivých opatření EFA ploch byly na evropské úrovni nejpopulárnějšími plodiny vázící dusík (39,1 %), těsně následovány úhorem (38,5 %) a s větším odstupem pak meziplodinami (14,9 %). Podíly jednotlivých opatření se ale dost různí stát od státu – Irsko například skoro 80 % EFA ploch splnilo pomocí krajinných prvků, Portugalsko zase v dřívě většině úhorem, Belgie výrazně vsadila na meziplodiny. Česká republika má společně s Rumunskem, Chorvatskem a Itálií zhruba 70 % podíl plodin vázících dusík.

Zákaz pesticidů na některých EFA plochách od roku 2018

Právě pěstování plodin vázících dusík je ale jednou z hlavních příčin, proč se Evropská komise rozhodla přehodnotit agrotechnické podmínky na některých (potenciálně produkčních) typech EFA ploch. Z dosavadních výsledků studií celkem nepřekvapivě vyplynulo, že tyto plochy, pokud jsou obhospodařovány konvenčně, nemají valný přínos pro biodiverzitu, což bylo původním záměrem celého greeningu. Někdy spíše naopak. Od roku 2018 se proto počítá se zákazem používání pesticidů. Smyslem změny je přimět zemědělce, aby ve větší míře volili jiné typy EFA ploch, především úhor (v minimální době trvání 6 měsíců) a krajinné prvky, které mají podle dosavadních zjištění největší potenciál splnit původní záměr.

Dalšími změnami, které jsou plánovány od roku 2018, je odstranění termínu osevu meziplodinami (meziplodina ale musí na pozemku zůstat minimálně 8 týdnů), povolení směsi osiv u dusík vázících plodin a zavedení některých nových plodin. To vše zemědělci vítají, na rozdíl od zákazu pesticidů, které se Komise přesto snaží prodat jako zjednodušení greeningu.

Tlak environmentálních organizací

Na evropské půdě mají poměrně velké slovo různé ekologické organizace, v čele s BirdLife a Greenpeace, které se do diskuse velmi živě zapojovaly také na květnovém jednání a označovaly nejen ozelenění, ale v podstatě celou zemědělskou politiku EU, za neefektivní a málo zacílenou na dnešní potřeby, mezi něž řadí boj se změnou klimatu, kolapsem ekosystémů, nadměrnou spotřebou, plýtváním, obezitou a vylidňováním venkova. Oproti velmi emotivnímu vystoupení zástupkyně BirdLife pak stála prezentace návrhů zemědělské organizace COPA-COGECA, která přinesla některé docela rozumné návrhy, jak greening zefektivnit a zároveň zjednodušit. Jedním z nápadů (který ASZ ČR prosazuje už od samého počátku diskusí o ozelenění) je vize dobrovolného greeningu, kdy by se farmář sám rozhodl, zda je pro něj dodržování podmínek dostatečně atraktivní. Nevyčerpané peníze by pak byly k dispozici ostatním zemědělcům, kteří naopak mají zájem se na greeningu ve své zemi podílet větší měrou. Možností, jak zefektivnit a zatraktivnit opatření vedoucí obecně ke zlepšení životního prostředí by podle COPA-COGECA mohl být také přesun části rozpočtu tzv. dobrovolně vázaných plateb na investice typu precizního zemědělství, obnovy mokřadů, zakládání meziapod. To ale v České republice asi neprojde...



ZE ZAHRADY NA TALÍŘ

Plzeň [ENVIC, občanské sdružení] – Už čtvrtý rok si žáci na 15. základní škole v Plzni na Skvrňanech pěstují vlastní zeleninu. Díky podpoře z Nadačního fondu Zelený poklad letos k zeleninovým záhonům přibyl i ovocné zákoutí a bylinková zahrádka, z které bylinky putují rovnou do školní jídelny.

Už čtvrtý rok si žáci na 15. základní škole v Plzni na Skvrňanech pěstují vlastní zeleninu. Díky podpoře z Nadačního fondu Zelený poklad letos k zeleninovým záhonům přibyl i ovocné zákoutí a bylinková zahrádka, z které bylinky putují rovnou do školní jídelny.

Společná proměna školní zahrady

„Děti jsou nadšené, když mohou sledovat, jak ze semínka vyroste nějaká dobrota k snědku. A školní zahrada je pro řadu z nich jedinou příležitostí, kde něco takového mohou zažít,“ vysvětluje Alena Lehmannová z občanského sdružení ENVIC, které s úpravami zahrady pomáhá. Do proměny školní zahrady se zapojují učitelé i žáci. Právě třetáci navrhli, jaké ovoce na zahradě poroste, a pátáci zase rozhodli, které bylinky z budou na školní zahradě pěstovat. „Děti se při výběru bylinek radili s kuchaři ze školní jídelny, abycho zvolili druhy, které jsou nejvíc potřeba,“ vzpomíná Zuzana Netušilová, třídní učitelka 5. C. „I celkový design bylinkové zahrádky vymyslely děti. Záhonky jsou uspořádány do tvaru slunce, v jehož středu je rozcestník ukazující, kde která bylinka roste,“ doplňuje Netušilová. Ve čtvrtek 22. června si novinky na školní zahradě budou mohli prohlédnout i rodiče v rámci zahradní slavnosti k dvacetiletému výročí založení školy.



Ekoškola plná života

15. ZŠ, kterou aktuálně navštěvuje 1015 dětí, je jedinou plzeňskou školou, která je nositelem mezinárodního titulu Ekoškola. „Respekt k životnímu prostředí promítáme do většiny předmětů a samozřejmě i do vlastního provozu školy,“ představuje filosofii školy její ředitelka Soňa Pavelková. „Například letos jsme se zapojili do programu Ani kapka nazmar a získali jsme od Nadačního fondu Zelený poklad prostředky na instalaci nádob na dešťovou vodu, kterou využijeme na závlaku školní zahrady. To nám umožní další výsadby jedlých rostlin,“ doplňuje. Z původně okrasné zahrady se tak postupně stává oáza plná ovoce, bylinek a zeleniny.



Zveme vás na 12. ročník letního festivalu BIOSLAVNOSTI

Přijďte 15. července 2017 k nám do Starého Města pod Sněžníkem a užijte si den plný oslav, zábavy, dobrého jídla a pití a kvalitní hudby.

Letošní BIOSLAVNOSTI se ponесou v duchu oslav 25. výročí od založení naší firmy. Ukážeme vám, to nejlepší z ekologického zemědělství, co se za posledních 25 let objevilo na stolech českých domácností. Těšit se můžete na doprovodný program, který vás provede jedinečným příběhem biopotravin, vývojem ekologického zemědělství i firmy samotné. Čeká vás tradiční jarmark a ochutnávky našich novinek i produkty regionálních ekologických zemědělců. Připravíme pro vás pokrmy ze zapomenutých českých obilovin na různé způsoby, netradiční chleby, pohankové palačinky, ječné lívanečky i bezpečné pokrmy, nebude chybět biomaso ani špaldové pivo Pašerák. Novinkou letošního roku jsou bezpečkové sušenky z červené čočky a čiroku.

Čekají vás exkurze do našich biomlýnů, balíren i skladů, kde si prohlédnete celý proces výroby od mletí obilí až po konečný zabalенý produkt.

Pro malé návštěvníky chystáme Špaldíkův dětský koutek plný zábavy, tvoření i odpočinku. Nedílnou součástí slavnosti je i hudební program, který skvěle dokreslí večerní atmosféru a je příjemnou kulisou k večernímu posezení s rodinou a přáteli.



Letos na akci vystoupí Vladimír Mišík & Etc, Zrní, Rózičky a další.

Kdy: 15. 7. 2017 od 10 hodin do podzimního večera

Kde: Areál PROBIO, Lipová 40, Staré Město pod Sněžníkem

www.bioslavnosti.cz





správy na neformálním setkání u společného stolu.

Záštitu nad konferencí převzal ministr zemědělství Marian Jurečka.

(syh)

Christian Pein – Gäa e. V.

Svaz ekologických zemědělců Gäa v SRN je jedním z jedenácti svazů v Německu a vznikl již v roce 1989, centrálu má v Drážďanech. Její stanovy a certifikace zaručují velmi dobrý standard biopotravin. Svaz začal spolupracovat s českými ekologickými zemědělci a pomáhá jim vykoupené biomléko prodat v Německu.

Jeho podniky mají všechnu půdu a výrobky certifikované, jsou nejen v Sasku, v němž jich je nejvíce, také v Bavorsku, Hesensku a v Sasku-Anhaltsku. Mezi sebou mají podniky, které chovají dojnice i chov skotu bez tržní produkce mléka, nebo chov ryb, pěstitele bylin, hub i včel,

Svaz poskytuje poradenskou činnost pro členy a rozvíjí své směrnice. V období mléčné krize k nim přistoupilo 25 podniků. S Biolandem pořádají na 30 seminářů ročně. Vydávají pro členy Zpravodaj. Spolupracují se zahraničními svazy ekologických zemědělců, jsou členy IFOAM. Poradenství zaměřují především na podniky v přechodném období. Zajímají se o pěstování biosóji, píceňářství a krmiva z vlastních zdrojů. Důležité je mít welfare podmínky pro zvířata. Kritizují stav, kdy velké podniky vyčlení několik hektarů pro bio, to se spotřebitelům nelíbí.

Z jejich směrnic: – povolují jen 112 kg dusíku na hektar, – nepoužívají hnuj z velkochovů, – nekrmí kostní ani rybí moučkou, – nepoužívají hybridní osiva, – k ochraně sadů a vinic jen 3 kg mědi na ha, – chtějí 7 % plochy vyčlenit pro biodiverzitu, – stělna musí být bio, – mléčný skot musí mít celoroční výběh a co nejvíce pastvy, – telata od jednoho týdne chovají ve skupinkách... Chtějí se přiblížit uzavřenému koloběhu v podniku. Směrnice je umístěna na stránkách PRO-BIO Svazu.

Pro zaměstnance mají sociální standardy, i pro sezónní pracovníky. Hospodářům

ZPRACOVAT DOMA NEBO VYVÉZT?

Bioakademie 2017 – Exportní příležitosti jako cesta k rozvoji domácího biosektoru nebo zpracovávat doma na dvoře nebo expandovat za hranice? Tyto dvě zdánlivě protichůdné tendence propojí letošní Bioakademie – konference ekologického zemědělství. Část odborného programu byla zaměřena na nadstandardní certifikaci, která umožňuje výhodně exportovat suroviny, zejména na německý trh. Další obsah byl věnován finalizaci bioprodukce a odbytovým možnostem v dosahu farem.

Bioakademii letos hostilo lázeňské město Poděbrady ve dnech 8.–9. června 2017, konkrétně Střední zemědělská škola a Střední odborná škola.

„Z mnoha příkladů dobré praxe máme zkušenost, že právě výše uvedená kombinace je funkčním spojením,“ říká **Kateřina Urbánková**, manažerka PRO-BIO Svazu ekologických zemědělců, který konferenci organizuje. „Nezřídka se stává, že farmy část své produkce, pro kterou nemá tuzemský trh využití, vyváží, což umožňuje finanční stabilitu. S tím spojený ekonomický rozvoj farem umožňuje investice do farmemního zpracování, jež v konečném důsledku je přínosem pro tuzemského spotřebitele,“ upřesňuje Kateřina Urbánková.

Exportní příležitosti jsou spojeny s nadstandardní certifikací. PRO-BIO Svaz ekologických zemědělců dlouhodobě spolupracuje se stejně zaměřeným německým svazem Gäa, jehož nadstandardní směrnice plní již několik let téměř tři desítky producentů biomléka, kteří jej dodávají do německé mlékárny. (Překlad na: cs.publino.com/title/bio-pro-trvale-udrzitelny-zivot/1-2016) Obě tendence v evropském

a světovém kontextu zhodnotila pomocí čísel statistička **Andrea Hrabalová**, která se podílí mj. i na tvorbě Akčního plánu pro ekologické zemědělství ČR. Obě tendence v evropském a světovém kontextu zhodnotí pomocí čísel statistička Andrea Hrabalová, která se podílí mj. i na tvorbě Akčního plánu pro ekologické zemědělství ČR. Nově se připravují směrnice pro obiloviny a výhledově i maso. O pravidlech na Bioakademii pohovořil 8. června. **Christian Pein**, výkonný ředitel německého svazu ekologických zemědělců Gäa z Drážďan. Doplnil jej **Jan Dehner**, ředitel certifikační organizace KEZ, o.p.s.

Druhá část programu, věnovaná finalizaci bioprodukce, se zaměřila na mlékařenskou výrobu a bezdusitanové zpracování masných produktů.

Součástí Bioakademie byly rovněž dvě exkurze – na ekofarmu Křišňův dvůr, která se věnuje pěstování a zpracování obilnin, a na Mitrovský dvůr, kde má původ prémiové maso i uzeniny bez dusitanů. Prostor pro výměnu zkušeností a networking je vyčleněn na čtvrteční večer, kdy se sešli zástupci zemědělců, odborníků i státní

Účastníci Bioakademie při zpracování mléka na sýr ve školní kuchyni.





Ing. Lucie Rysová a Václava Pecinová připravily ukázkový čerstvý sýr.

pomáhají s podmínkami zpracování vlastní produkce a s prodejem.

Z diskuse

V diskusi zazněly otázky z praktického života ekologického zemědělce. Například, zda se do formy porážky na statku zahrne například i zastřelení zvířete na pastvině. Kateřina Urbánková potvrdila, že je silný trend k tomu, aby se zrušil dlouhý transport zvířat z ekochovu na jatka – nyní je maximálně do 200 km. Zatím je vše v počátečním stadiu hledání systému.

Kontrola pro e-shopy

Ing Jan Derner, ředitel KEZ, o. p. s., uvedl na semináři hlavní novinky kontroly. Pro svaz Gaa dělají kontroly a předávají údaje. Pro spotřebitele i pobchodní partnery funguje užitečný web – Registr ekolo-

gických podnikatelů, kde se mohou dopátrat, zda „jejich“ zemědělec má opravdu certifikát na svoji produkci. Novinkou je kontrola obchodníků s biopotravinami. Ekozemědělci, kteří prodávají vlastní produkci certifikovanou, ji mohou přes e-shopy prodávat. Ostatní, kteří prodávají produkci někoho jiného a skladují ji, budou si muset certifikaci pořídit od 1. 7. 2017. Kontrola předpokládá, že se nemusí kontrolovat zboží balené a už certifikované. Krátký start některých obchodů, tzv. bez obalu je tím možná ohrožen. Rovněž zdravé výživy a další obchůdky, které odebíraly biozeleninu s ní mohou skončit, právě kvůli neochotě zaplatit certifikaci, nebo chtějí mít vše zabaleno. Ing. Kurka má s tím první zkušenosti, jeho obchod je založen na dodávání bedýnek s biozeleninou. Stále přísnější kontroly jsou vyvolány třemi až pěti procenty ne-

poctivců, kteří nezaslouženě ze značky „bio“ těží.

Nezávadnost potravin

MVDr. Hana Brožková podala vysvětlení k dokumentu, který každý výrobce a prodejce potravin musí mít zpracovaný – tj. k HACCP (systém kritických bodů, záruka zdravotní bezpečnosti potravin) soubor preventivních opatření, které slouží k zajištění zdravotní nezávadnosti potravin a pokrmů. Upozornila na problémy s domácí porážkou, po níž je třeba likvidovat živočišný odpad. Zejména při porážce skotu. Živočišný odpad z hlediska výskytu BSE je nutné proti dokladu likvidovat oficiálně. Skot starší 24 měsíců nelze porážet na statku. Odpad z drůbeže nelze zkrmovat drůbeží. Odpad by měl být ve speciálních a označených nádobách. V provozu je nutné dodržovat všechny hygienické a veterinární předpisy, zajistit proti škůdcům, pravidelně sanitovat... Vyškolení personál a vybavit je pomůckami.

V současné době jsou největším ohrožením, plynoucím z potravin, alergenní látky. Proto je nutné je mít v označení produktu.

Trendy

Ing. Andrea Hrabalová posílila optimismus přítomných konstatováním, že biopotraviny zažívají v Evropě druhý boom. Biopotravin se v Evropě prodá 30 mld eur. Plochy ekopolí zaujímají 7 %. V EU registrují dvojnásobný růst poptávky. I když v nových zemích kupuje bio pravidelně jen úzká skupina spotřebitelů. Z ČR se vyvážejí obiloviny, mléko, maso a zejména telata na zástav. Trend růstu je přes 10 %, poptává se nejvíce mléko, dětská jídla, ovoce a zelenina. Polovina biopotravin je sem dovezena. Biopotraviny se prodávají z poloviny v supermarketech.

(vha)



Ekologická zahrada u střední školy zahrnuje 12 stanovišť a plochu k pastvě zvířat.



Z exkurze Bioakademie. Nahoře v Mitrovském dvoře na Vysočině a dole z ekostátku Křišňův dvůr u Benešova.



Kašarství na Novojičínsku

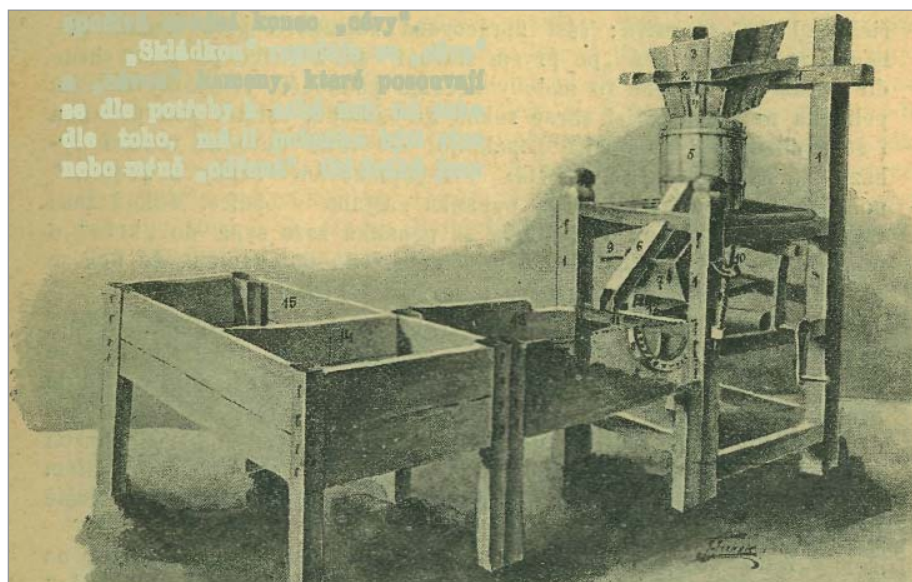
Vybrali jsme pro vás tento článek, inspirování návštěvou mlýna PRO-BIO ve Starém Městě pod Sněžníkem. Výklad při exkurzi zde bývá velmi podrobný a zajímavý, jenže zapamatovat si vše, není snadné. Ve mlýně se nemele jen celozrnná špaldová mouka, ale také se loupe pohanka na starých strojích, nebo jsou tu pro ukázkou. Zaujal nás pojem „kašarství“ a z internetové sítě jsme vylovili tento historický popis loupání a třídění pohanky.

V některých obcích okresu novojičínského na Moravě vyrábí se z pohanky (*Polygonum fagopyrum* L.) „pohanská kaša“. Jakým způsobem se upravuje, popíší v řádcích následujících. Mlýnec kašový (viz obraz) jest úplně jednoduchý. Celý stroj umístěn jest uvnitř „šráků“, které jsou mu za podstavec (1). Na nejhořejší příčce „šráků“ připevněn jest rám (2), v němž zapuštěn je „koš“, do něhož se „zasypá“ (3). Na přední straně koše je „zástrčka“ (4),

výjimkou postavena na bok; také „přítuhlíků“ náš vzor náhodou neměl, ač jsou u velké většiny „mlýnců“. K mlýnci kromě uvedeného patří ještě 10 až 12 druhů „řičic“, „fukar“ a jiné drobné nástroje.

„Pohanská kaša“ dělá se takto

Pohanka se omlátí a vychráná na fukaru („fukaruje“). Poněvadž se na fukaru úplně nevyčistí, musí se očistiti na „hrachové“ řičici rukama. Tím se zbaví kaménků a jiné-



Mlýnec kašový.

Kreslil J. T.J. Turek

kerou se pohanka z koše může „připustit“ nebo „ujat“. Pod košem vidíme „lub“ (5), dřevěný to buben, který má uvnitř dva kameny podobné zrnovým... horní „běhoun“ a pod ním spodek. Z „lubu“ jde „pytel“ (6), dřevěný to kanálek, který má na spodní straně místo desky „síta“, jímž vsévá se „mučka“ z rozdrčené pohanky a padá do „truhlíku“ (7) pod „pytlem“.

Na dřevěném válci jest „palcové kolo“ (8), jehož palce zasahují do „cévy“, rýhovaného to válečku, jenž připevněn jest k „běhounu“, a jehož na našem obrázku pro „múčkový“ truhlík viděti není. Kolo točí se dvěma dřevěnými „klukama“ (9). „Céva“ se zdvihá „skládkou“ (10), dřevěným to šroubem, připevněným na přední střední příčce (11) „šráků“. Do té příčky zapuštěna je „dešice“ (12), na níž spočívá spodní konec „cévy“. „Skládkou“ reguluje se „céva“ a „coveu“ kameny, které posouvají se dle potřeby k sobě neb od sebe dle toho, má-li pohanka býti více nebo méně „odřená“. Od šráků jsou v jednom směru tři dřevěné „truhly“ (13, 14, 15), opatřené „přítuhlíky“.

(Na našem obr. je třetí truhla ho smetí. Pak se „cúdí“ (třídí) na rozličných řičicích ve tři druhy: hrubou, prostřední a slabou (dle velikosti zrna). Řičice se dle velikosti zrna střídají. Na mlýnci se pak „zdělá“ napřed hrubá, pak prostřední a konečně slabá. Roztříděná pohanka sype se do „koše“ nad mlýncem, odkud otvorem pod zástrčkou padá do „lubu“, kdež mezi oběma kameny „se dře“ a zbavuje šupek. Část pohanky se ovšem zdtí a padá „pytlem“ do truhlíku pod pytlem jako „mučka“. Pohanka „odřená“ a částečně i celá se šupkami padá „pytlem“ do „přítuhlíku“ první truhly. Ten má otvor uzavřený zástrčkou, pod kterým je řičice, do níž padá, otevře-li se zástrčka, „kaša“ jednou „hnatá“ – nevychráněná.

Touto řičicí „kaša“ se osívá: část zpracovaná zůstane v první truhle, pohanka nepropracovaná „po prvému stočení“ se z řičice po osetí shrne do „opálky“, dřevěné to nádoby neckám podobné. Z opálky se celá pohanka na vrchu ležící shrne rukou do kadlubu, ostatní pak pohanka. I se šupkami se na opálce „opálkuje“ – totiž dovedně vzhůru vyhazuje a zase do opálky chytá. Při „opálkování“ šupky

z „odřené“ pohanky padají na zem, celá pohanka zůstane v opálce, odkud zase vsype se do kadlubu. Z kadlubu se pohanka zase sype do „koše“ a práce začne znova („podruhé se žene“). Je poříkadlem, že než se „kaša“ úplně „zdělá“, „žene se i devětkrát přes kámen“.

„Jednou hnatá kaša“ z první truhly se bere a dává na „řičicu“ hustší ve druhé truhle. Tam se zase rukama osívá, čímž odděluje se od hrubé kaše drobounká kaše a „mučka“, které zůstnou ve truhle druhé, kdežto „kaša“ z řičice dává se do truhly třetí. „Mučka“ ve druhé truhle osívá se ještě dvakrát na řičici o dvě „numera“ hustší nežli ve truhle druhé. Pak se osívá na drátěném „žibře“ velmi hustém a pak po připadě (mají-li se z „mučky“ péci buchty) na „žibře“ ještě hustším, tak že je úplně jemná jako mouka. „Kaša“ z druhé truhly jde do truhly třetí, kdež se osívá na řičici o číslo řidší než ve truhle druhé.

Ve truhle třetí je pak „kaša“ celá „jádra“, pak „prostřední“ a „lámaná“. Z třetí truhly jde pak „kaša“ zase na fukar. Jsou dva druhy kaše: bílá a červená. Pohanka na bílou kaši se nepřipravuje, ale po vyfukarování hned sype do kaše.

Pohanka na kaši červenou se napřed močí. Nasype se totiž do „kadě“, poleje horkou vodou a rukama se míchá. Z vody se vybírá a dává do měchů, kde zůstane asi hodinu; po té dává se do pece silně vytopené (více jak pro pečení chleba), kdež suší se 24 hodiny.

1) Odtamtud zase se vybírá a sype do měchů, kdež jest 24–30 hodin, aby dokladně vychladla. Z teplé kaše šla by samá „sečka“, jde těžko při děláni a málo vydá. Z měchů sype se na koš a „zdělá“ jako jiná. Na jeden „zásyp“ (na jedno „dělo“) berou se 3 q pohanky. To „zdělá se“ najednou, totiž od 2 hod. po půlnoci do 2 hod. odpoledne. Lidí je k tomu třeba 3–4, dle toho, jak dovedně pracují.

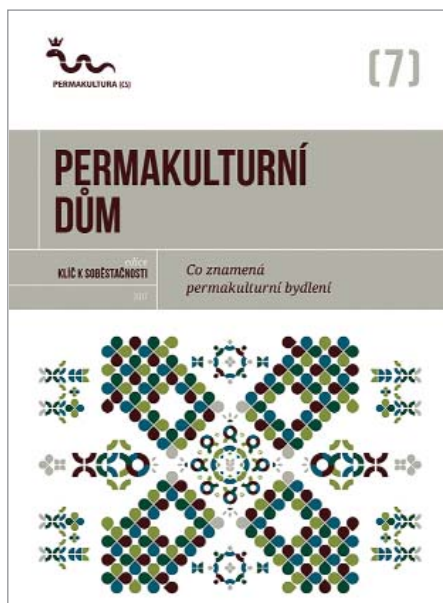
Nádeníkům (pomahačům) platí se 45 kr. a strava. Jinak dostane stravu, 10 kr., dva mesle kaše (přes 1 l.) a 2 mesle „mučky“ (asi 5 l.). Ve dne by se dělání kaše „nevyplatilo“. Jinak se ve dne „cúdí“, což trvá také asi 12 hodin.

Podává Karel Jar. Červinka, Český lid – sborník věnovaný studiu lidu českého v Čechách a na Moravě, ve Slezsku a na Slovensku, Praha, Šimáček, 1894

In: <http://tyfoza.no-ip.com/ceskylid/html/knihy/ceskylid03/titul.htm>



Kvetoucí pohanka



PERMAKULTURNÍ DŮM

Již sedmá brožurka edice Klíč k soběstačnosti vás seznámí se základními úvahami, koncepty a praktickými řešeními, hledajícími cesty k permakulturnímu domu. Najdete zde články od Denisy Tomáškové (vymezení pojmů), Jaroslava Svobody (letní kuchyně), Petra Hájka (osobní dům a rodová zahrada), Aleny Gajduškové (jak stavěli naši předkové) a dalších autorů. Dočtete se o mnoha zajímavých řešeních ekologického bydlení, jako o zemělodích, ostrovních systémech, kompostovacích záchodech, Trombeho stěnách a mnohém dalším.

<http://www.permakulturacs.cz/>

POZVÁNKY

**Mikulovský festival
SÝR 2017**

**23.–24. září, náměstí
v Mikulově**

Festival sýrů a národní soutěž malých sýrařů z Čech, Moravy a Slovenska vznikl jako společný projekt konvivia Slow Food Pálava, Svazu faremních zpracovatelů a VOŠ potravinářské a SPŠ mlékárenské Kroměříž. Do národní soutěže malých sýrařů se s každým dalším ročníkem hlásí víc a víc malých řemeslných sýrařů.

Organizace sýrařské soutěže

Blanka Hrbková, +420 777 262 694,
farma.hvozdc@centrum.cz

Letní zážitková škola přírodního stavitelství

Spolek Ekovesnice a Eko-osada, o. s., srdečně zvou jednotlivce i rodiny s dětmi do dvou týdenních turnusů od 15. do 22.7. a od 19. do 26.8. 2017 na letním táboře Polana v obci Vrbovce, na pomezí České a Slovenské republiky. Detailní programy letní školy, praktické informace a přihlášky najdete na webových stránkách: <http://ekovesnice.cz/1089-letni-skola-prirodniho-stavitelstvi-czsk.html>

Mezinárodní konference „Permakulturní farmy“

Setkání delegátů visegradských zemí na téma permakulturního farmaření se koná v termínu 11.–13. 7. 2017 v Ekologickém institutu pro udržitelný rozvoj (viz www.ecolinst.hu) v maďarském Gömörszolosu.

Permakultura je systém designu a hospodaření, založený na ekologických principech a na spolupráci s přírodou. Permakulturní farmaření na rozdíl od běžného ekozemědělství pracuje daleko víc s trvalými porosty, hlavně s dřevinami, s konceptem jedlého lesa, se zadržováním vody v krajině, zvyšováním organického podílu v půdě, zapojováním zvířat do koloběhů na pozemcích a obecně se systémy blízkými volné přírodě.

Širší veřejnost už dnes často zná příklady uplatnění permakultury na zahradách, ale lidé si někdy nedokáží dobře představit, jak se dá permakulturně hospodařit na produkční farmě a užít se z ní. Konference přinese řadu ukázek metodik, přístupů a modelů, jak na to. Na konferenci si budou vyměňovat informace a zkušenosti farmáři a zájemci o permakulturní farmaření především ze zemí střední Evropy (České republiky, Slovenska, Maďarska, Polska a Ukrajiny). Akce je podpořena visegradským grantem.

Pokračování ve filmech a on-line přednáškách

Kromě vlastní třídní konference proběhne také pětidenní exkurze po ukázkových farmách a projektech, které pracují s permakulturními principy a přístupy. Tyto návštěvy budou zpracovány ve formě krátkých dokumentárních filmů a spolu se záznamy z konference budou od září k dispozici na webu www.akademiesobestacnosti.cz.

Známá jména průkopnických farmářů a lektorů

Na konferenci se sejdou nebo se představí alespoň ve videozáznamech svých přednášek tyto zajímavé osobnosti: Denisa Tomášková, permakulturní lektorka z České republiky, zahájí akci přednáškou na téma permakulturního farmaření ve světě a základních definic. Permakulturní zemědělství srovná

s ekologickým a konvenčním zemědělstvím Alfréd Szilágyi z Maďarska. Během prvního dne ještě uslyšíme například českou environmentální specialistku Alici Dvorskou, která rozebere vztahy chemie a zemědělství, nebo Dóru Drexler z Maďarska, která představí evropský projekt diverzifikace zemědělské produkce méně obvyklými plodinami. Praktické workshopy se budou týkat třeba využití planých rostlin k péči o zdraví i k podnikání v podání Marii Pakholok z Ukrajiny, rychlého zvyšování úrodnosti půdy pomocí záhonů podle Volodymyra Rozuma, žižalích farem (obě témata představí Ukrajinka Tatyana Chuchko), nebo udržitelného sázení a obnovy starých sadů (Feodor Ryanin z Ukrajiny). Druhý den konference bude zaměřen na komunitou podporované zemědělství, hnutí potravinové suverenity nebo WWOOFing (pracovní dobrovolnické pobyty na farmách, poskytující příležitost načerpat zkušenosti). Uslyšíme Jána Šlinského ze Slovenska, autora průkopnické myšlenky agrokruhů, Roberta Palusinského a Bena Lazara z Polska nebo Tamase Vargu z Maďarska a mnoho dalších. Třetí den proběhne ve znamení ekonomických a právních otázek a modelů udržitelné obživy. Vystoupí například Petr Marada z České republiky a vysvětlí na vlastním příkladu, jak lze využívat grantové programy pro revitalizaci zemědělské krajiny.

Webové stránky projektu:

<http://visegrad.permakultura.sk>

Detailní program se všemi přednáškami a workshopy, které proběhnou současně ve dvou sálech, a průběžné novinky najdete zde:

www.facebook.com/events/1273631042683681/



Zahrada ve Vizovicích

LETNÍ SEMENÁŘSKÁ SKLIZEŇ

Domácím semenářením přirozeně uchovááme krajové, rodinné i staré odrůdy, které jsou dnes ohroženy zánikem a získáváme současně vlastní nemořená osiva. Pokud postupujeme při semenáření pečlivě a získaná osiva správně uložíme, můžeme je používat řadu let.



Při posklizňovém dozrávání rajčat necháme plody několik dní odležet. Na obrázku rodinná odrůda Roubíčkovy pupínky.

Semenáření na domácích zahradách a zahrádkách se opět postupně stává běžnou součástí pěstování. Řada lidí zjistila, že osiva nemusí kupovat v obchodech, ale dají dobře vypěstovat i doma v malém. Tyto postupy byly dříve běžnější, jak se lze dočíst ve starší literatuře. Dobrým příkladem jsou semenářská doporučení z roku 1931, která jsme přinesli a oživil před rokem v článku Domácí semenářství v otázkách a odpovědích, viz Bio číslo 7–8/2016.

Letní měsíce jsou na osivářské zahradě dobou sklizně. Proto přinášíme i v tomto prázdninovém čísle doporučení jak postupovat při osivaření a sběru semen různých druhů zahradních plodin.

Výběr semenných rostlin

Důležitým předpokladem úspěšného získávání semen je výběr matečných rostlin, z nichž semena sbíráme. U nich dbáme na to, aby byly zdravé a vyvinuly orgán, pro který se daný druh pěstuje. Například hlávkový salát vytvořil pěknou hlávkou nebo ředkvička měla hezkou bulvičku. Teprve takové vybrané rostliny jsou před-

pokladem získání kvalitního osiva.

Tento požadavek si opět můžeme připomenout a ocitovat z výše zmíněného prvorepublikového článku „.....na semenice ponecháme vyvinouti se rostliny zcela zdravé, dobře vyvinuté, tedy ne zbytky, kterých jsme

Kvašení rajčat před propláchnutím semen vodou. Vedle červenoplodých odrůd je vidět na obrázku nahoře vpravo zákvas ze žlutoplodé odrůdy Pražské dlouhé žluté, vlevo sorta Leščukovo oranžové, která má barvu zákvasu oranžovou.



pro špatný vývin zužitkovat nemohli, nebo které dříve, než se řádně vyvinuly, již vyrůstají v květy...“

Postupný sběr, nebo jednorázová sklizeň hrášku a brukvovitých

V průběhu července sklízíme na osivo dvouleté brukvovité druhy jako je zelí, tuřín, kapusta, kedlubny apod. Sklízíme je buď postupně, kdy odstiháváme jednotlivé šesule či zralé větvičky se šesulemi, tedy jen ideálně zralé části nebo sklídíme naráz celé rostliny, a to odstřížením u země nebo jejich vytržením z půdy. V obou případech necháme sklizeň dobře doschnout. Pokud jsou šesule brukvovitých druhů již přezralé a při sběru nám praskají, sklízíme opatrně za raní rosy. Tehdy jsou vláčnější a ne tak citlivé na praskání. Navíc si pod rostliny rozprostřeme plachtu, abychom zachytili vypadávající semena.



Sklizený česnek spleteme do kol a zavěsíme k doschnutí pod střechem.

V prázdninovém období sklízíme také osivo hrášku. U něho otrháváme buď jednotlivé lusky, vždy jen ty, které jsou plně zralé (lusk je suchý a semena v něm plně vyvinutá a suchá nebo schnoucí). Sklízíme tak probírkou postupně, několikrát. Výhodou je, že trhané lusky jsou ideálně zralé a máme posléze sklizenu jen menší hromádku čistých lusků. Druhou možností je sklídit naráz celé rostliny. V tom případě pokud možno vystihneme vhodný stupeň zralosti a to tak, aby semena z částí plně zralých (až přezralých) lusků dole ještě nevypadávala, ale současně byly již dostatečně zralé i horní, později nasazené lusky, které při pozvolném dosušení dojdou. Při jednorázové sklizni požeme nebo vytrháme celé rostliny, svážeme ➡

➔ do snopu a zavěsíme celé k doschnutí pod střechem. Ušetříme si práci s postupným otrháváním, ale máme větší objem rostlin k dalšímu mlácení.

Mezi odrůdami hrachu udržovanými v Gengelu můžeme uvést oblíbené odrůdy Židovická Edelperle, Blatný, Ruský, Magnum bonum, Libochovický, Majca, Zelený nízký a z cukrových gengelských odrůd pak Hejzlarová, Obří z Hořic či slovenský krajový 1541. U těchto cukrových hrachů nepoužíváme na osivo lusky nafouklé, které mají uvnitř luskou membránu (srovnání typických a nevhodných nafouklých lusků viz Bio s obr. 1/2017).

První pěkná rajčata

Rajčata na semeno sklízíme, když jsou plody na rostlinách zcela zralé a vybarvené. Na osivo bereme zejména první zralé plody, které jsou cenné v okrajových, vyšších polohách při venkovním pěstování. Zde je důležité zachovat ranost odrůd, abychom i přes kratší vegetační dobu mohli sklízet chutné plody. Utržená rajčata na osivo ponecháme ještě několik dní ležet na teplém místě, například na okně, aby prodělaly posklizňové dozrávání. Plody při něm ještě dojdou, změkknou a zvláční. Poté plody rozřízneme a vybereme lžičkou semena se šťávou nebo vymáčkne do skleničky. Ve vlastní šťávě (vodu není nutno přidávat, snad vyjma odrůd, které jsou uvnitř vyložené suché a bez šťávy) je ponecháme kvasit asi 1–3 dny, a poté propláchneme vodou na sítku. Tím je vyčistíme od zbytků dužiny a slizu, kterými byly obaleny. Dосуšíme na podložce nebo na papíru, po doschnutí semínka rozemneme v prstech, abychom odstranili drobné chloupky a semena se stala sypkými. Lépe se s nimi pak zachází. Někdo používá i metodu bez kvašení, kdy rajčato-

vou šťávu se semeny vykápe na kousek papíru či ubrousek a nechá jednoduše uschnout.

Z gengelských odrůd rajčat jsou osvědčené staré a rodinné odrůdy Ostravské rané, Hanácké nejranější, Olomoucké nízké, Vrbičanské nízké, Ruské masové, Roubíčkově pupíkaté, Leščukovo oranžové, Selandia, Malé cukrové, Trpaslíček, Praž-



Zralá kozí brada fialová před sklizní připomíná velkou pampelišku.



Semena lebedy zahradní – rodinná odrůda Lebedový špenát.

ské dlouhé, Dívčí prs a jiné. Velkou oblibu si získalo rajče divoké v červeno- i žlutoplodé podobě, které je odolnější plísni bramborové než běžné odrůdy.

Česnek vytaháme včas

V červenci vytaháme také česnek. Z půdy ho bereme zavčas, dokud jde tahat z půdy celý. Nejjednodušší je, pokud je půda vlhká, tak taháme česneky přímo za nať. Je-li ale půda letním horkem suchá musíme si pomoci rýčem nebo motykou a vykopávat je, aby se nám nať nepřetrhla. Necháme-li česnek přezrát česnekové hlavičky se už v zemi rozpadají na stroužky a jejich sklizení je pak obtížné.

Pokud plánujeme u česneku množení pacibulkami, necháme pacibulky dojit na vytažených rostlinách. Česneky, které nejsou pacibulky, zůstanou zpravidla sice menší, než pokud bychom květenství odstranili, ale výhodou je, že získáme velké množství pacibulek, jimiž můžeme odrůdu dobře namnožit.

Sklizený česnek spleťme do tradičních věnců v nichž pak dobře dosychá. Tato česneková kola jsou ozdobou a pýchou

pěstitele. Z gengelských česnekových odrůd jsou udržovány rodinné a místní sorty Východoslovenský, Záhorský, Ruský z Lipnice, Ruský z Hané, Velký z Dubovan, Z koncentračního tábora a další. Řadu odrůd česneku pěstují a udržují také další uchovatelé Gengelu. Rodinnou odrůdu nazvanou Od prabáby má pan Sendek ze Slovenska, sudetský česnek nalezený na severu Čech a pojmenovaný Z Mířežovických strání (u Litoměřic, dříve Pospa) pěstují na Cihelně paní Šebková a pan Stromsenns. Pan Veselý sází slovenskou odrůdu označenou Púchovský zamodralý a rodinný ozimý paličák ze západních Čech sklízí řadu let paní Hrubá.

Kozí brada, lebeda zahradní, řeřicha

Z méně známých druhů sklízíme v létě na semeno kozí bradu fialovou. Tato kořenová zelenina má zralá květenství dosti podobná pampelišce, připomínají velkou ochmýřenou kouli. Zralá květenství se otevírají postupně a postupně je také sbíráme. Jednoduše odštípneme zralého květenství zahradními nůžkami. Ukládáme je do nádoby nebo bedničky a ponecháme ještě doschnout.

Jednoduché je semenaření lebedy zahradní, která se běžně množí samovysevem. Pokud chceme mít osiva doma v sáčku, odštípneme zralé semenné rostliny a po dosušení z nich semena zdrhne rukou v rukavici nebo je vymlátime.

Snadno se sklízí také osivo řeřichy, jejíž semínka nám poslouží v zimě k nakličování na vatě. Celé zralé rostliny požneme nebo vytrháme, svážeme do snopku a necháme doschnout. Pozor dáme jen na to, aby nebyly přezrálé, protože pak by nám semena vypadala. Vyschlá řeřicha se velmi snadno vytrhne rukama, nebo vymlátí na plachtě, zralá a suchá lehce pouští.

P. Dostálék

FOTO – P. Dostálék a archiv Gengelu



Sklizené rostliny staré odrůdy hrachu Zelený nízký svázané do snopku a dosušované před výmlatem.

Ještě jednou Mor ho! aneb Rostliny v básni Sama Chalupky

V minulém čísle Bio jsme pro název článku o prázdných sáčcích od mořených i nemořených osiv a moření semen jako takovém použili zvolání z básně Sama Chalupky Mor ho! V této básnické skladbě najdeme při četbě několik rostlinných a zemědělských či rolnických námětů, které stojí za to zmínit.

V básni Mor ho! slovenští junáci přinášejí z pod Tater římskému císaři do jeho tábora k Dunaji jako mírové poselství boží dary – chléb a sůl a svou rodnou slovenskou krajinu přibližují verši:

*„A zem to požehnaná! Chvála Bohu z neba,
máme pri vernej práci voždy svoj kus chleba.
Zvyk náš je nie napadať cudzie vlasti zbojom:
Slovan na svojom seje, i žne len na svojom...“*

Vedle zdůraznění mírumilovnosti a nerozpínavost Slovanů vůči okolí je patrné, že základem a podstatou jejich bytí je rolnická práce na vlastních polích. Slovan na svém seje a také žne, jeho život je vyplněn obděláváním půdy a péčí o plodiny, které mu dávají obživu. Usedlý život je postavený na rolnickém základě. Výsledkem péče o kulturní rostliny je pak chléb, boží dar, který je také mladými posly císaři přinášen.

Císaře se mladíci z poselstva ptají, co přináší on jim, slovy: „...mocná ruka tvoja, cože nám nesie: či meč či vetvu pokoja?“ V rukou císařových může být meč nebo

ratolest – „vetva pokoja“. První, meč čili zbraň, značí válku a boj, zatímco větévka

a vzkřikli své nesmrtelné Mor ho! jako odpověď na jeho ortel, že si je stejně jako jiné kmeny nemilosrdně podrobí, objevuje se v básni obraz, kterým se hrdinové pomyslně navracejí do svého kraje:

*„...Svätotáh, stovekými zelený lipami,
v tajné tam lono túli bohov jeho chrámy...“*



Rostlinné hádanky

Pro letní chvíle oddechu o prázdninách nebo dovolené přinášíme sedm lidových hádanek. Je jim společné to, že ukrývají naše známé pěstované rostliny. Vybrali jsme je z knihy České lidové hádanky (v podání Jana Drdy. Ilustroval Adolf Zábranský, vydal Albatros, Praha 1984). S některými hádankami jste se možná již setkali, jiné však možná neznáte. Vyzkoušejte si tedy sami, zda je uhádnete. Vylustění v podobě obrázků najdete na straně 14.

1. Odtáta hlava od krku celá, a přece krve neteklo.
2. Stojí, stojí sloupeček, na sloupečku domeček, v domečku na sta kroupeček.
3. Bez nohou a bez rukou, a přece na tyč vyleze.
4. Sedí panna v okně, suknička jí mokne, přijde pán kapitán, hlavičku jí utne.
5. Sedí panna na hrádkách, v devatero kabátkách, a těm, kdo ji slevčou, slzy z očí tečou.
6. Zelená jsem, tráva nejsem, červená jsem, krev nejsem, tvrdá jsem, kost nejsem, sladká jsem, med nejsem, vlasatá jsem, panna nejsem.
7. Je domeček bez dvířek, plno hostů v něm.



Lípy, které známe jako časté průvodkyně dnešních křížů, kaplí a kostelů, byly dříve posvátným stromem starých Slovanů a objevují se také v Mor ho!, hrdinské básni Chalupkově.

V hájích Slovanů rostly lípy, které známe i z našich pověstí. Lípa byla uctívána v posvátných slovanských hájích před nástupem křesťanství a lípu nalezneme často i kolem dnešních kostelů. Typické lipové srdčité listy bychom objevili též v nespočtu zobrazení ve výtvarném umění.

Ze stránek Bio si připomeňme příspěvek Hlava nebo orel viz Bio č. 10/2015, kde ukazujeme, jak se lípa a lipové ratolesti objevují na československých mincích.

pd

VODA ŽIVOTODÁRNÁ A ZDRAVÍ

V posledních letech ve světě stále vzácnější, životadárna tekutina, ale také všelék, který nám doma běžně teče z kohoutku. Hodně starších, avšak dnes už i čím dál mladších lidí bere pravidelně několik druhů léků, které jim lékař naordinoval, v lékárně poradili. v dobré víře, že bez nich to nejde.

Voda a léky

Jistě, v některých případech je to nutné a důvěra v dobrého lékaře je namístě. Na druhé straně je ale nutné zapojit v péči o své zdraví vlastní mozek a popřemýšlet, zda nás množství užívaných léků vlastně pomalu nelikviduje. S touto možností nepočítá farmaceutický průmysl, nechce snižovat zisky a nemá zájem, aby lidé věděli úplnou pravdu o jedovatosti, vedlejších účincích, o vyhánění čerta ďáblem, tedy lék, který pomáhá na jedné straně, na druhou stranu může poškozovat. Natvrdo řečeno, lék může být i zabiják, chráněný a licencovaný vrah. Většina léků, které užíváme, zakrývají příznaky a komplikace dehydratace, která se v lidském těle projevuje řadou příznaků a symptomů.

Asi od 20 let věku se postupně a nepozorovatelně stáváme dehydratovaní, aniž bychom o tom věděli a přemýšleli. Ztrácíme vnímání žízně a v sedmdesáti letech, ačkoli můžeme být úplně a naprosto živí, ale nemáme potřebu pít, ani kdyby sklenice vody stála vedle nás. Tělo startuje svůj program na ovládání sucha, což je energeticky náročná situace, která zaměstná imunitní systém a zcela ho vyčerpá, může se objevit alergie, hypertenze, diabetes a astma, dýcháním totiž ztrácíme denně asi litr vody. Když jej nedoplníme, svíráme průdušky a ucpáváme průduchy. Neměli bychom tedy čekat, až se dostaví pocit žízně.

Voda je hlavním zdrojem naší energie. Člověk by měl vypít alespoň dva litry vody denně, ve skutečnosti potřebuje čtyři litry, ale dva musíme dodat, i když něco dostáváme z metabolismu jídla a obsahu vody v potravinách. Že se ledviny správně filtrují, poznáme podle toho, že vylučovaná moč je čirá, bezbarvá, čím je tmavší, tím více potřebujeme dodat ledvinám vodu. Stačí pít úplně obyčejnou vodu z kohoutku, která u nás podléhá pravidelným a přísným zdravotním kontrolám. Komu vadí příchutí chlóru, může do vody nakapat třeba citron. Pití vody odstraňuje také pálení žáhy a v některých případech i vleklé bolesti žaludku. Nic to nestojí, jen nezapomínat a zkusit více pít.

Podle Dr. Batmangheda, autora knihy

Voda pro léčbu, zdraví, život,
vybrala Zdena Sochová

Třináct symptomů dehydratace organismu

Mnoho lidí nepřemýšlí o tom, že by měli mít obavu z dehydratace. Přece, dehydratace je něco, co se přihodí cestovatelům na poušti, když cestují bez vody. Ale vyskytuje se také chronická forma dehydratace, která nemá

tak náhlé



a intenzivní příznaky, jako akutní forma. Chronická dehydratace je v současnosti velmi rozšířená a postihuje kohokoli, kdo nepije dostatek tekutiny.

Seznam těchto třinácti symptomů by vás měl přimět jít a vypít sklenici vody a další, další a další...

Každého symptomu odpovídají nějaké ná sledky, jež způsobuje nedostatek tekutiny.

1. Únava, ztráta energie

Dehydratace tkání způsobuje, že enzymatická aktivita klesá.

2. Zápcha

Když rozžvýkaná potrava vchází do střev, obsahuje velmi mnoho tekutiny, která dovoluje, aby se stolice rychle utvořila, a střevní stěna ji rychle vyloučí. Při chronické dehydrataci se mnoho vody ze střeva vyloučí pro potřeby jiných částí těla.

3. Zažívací potíže

Při chronické dehydrataci je málo trávicích šťáv.

4. Vysoký a nízký krevní tlak

Hodnoty krevního tlaku nejsou schopny dostatečně plnit celek soustavy arterií, žil a kapilár.

5. Gastritis, žaludeční vředy

Aby chránil svoji sliznici před zničením kyselinotvornými látkami, jež produkuje, žaludek vylučuje vrstvu hlenu.

6. Dýchací potíže

Membrány sliznic v dýchacím ústrojí jsou málo vlhké, aby chránily dýchací ústrojí před látkami, jež mohou být přítomny ve vdechnutém vzduchu.

7. Nerovnováha zásaditého a kyselého

Dehydratace způsobuje nedostatek enzymů a produkuje tak překyselení.

8. Nadváha a obezita

Mnoho se přejídáme, protože dychtíme po jídle bohatém na vodu. Žízeň je často doprovázena hladem.

9. Exémy

Vaše tělo potřebuje dostatek vlhkosti, aby mohlo vypotit půl až 3/4 litru vody, tj. množství potřebné k vyloučení toxinů, které potom nedráždí pokožku.

10. Cholesterol

Když dehydratace způsobí, že je z okolí buněk odčerpáno mnoho tekutin, tělo se snaží tuto ztrátu nahradit větším množstvím cholesterolu.

11. Problémy močového ústrojí

Jestliže toxiny v moči jsou nedostatečně rozředěny, mohou napadnout buněčné membrány.

12. Reumatismus

Dehydratace abnormálně zvyšuje koncentraci toxinů v krvi a buněčné tekutině, bolest se pak stupňuje podle koncentrace toxinů.

13. Předčasné stárnutí

Tělo novorozenců se skládá až z 80 procent vody, ale procento se snižuje až na 70 procent v dospělosti a snižování koresponduje s věkem.

Water Prescription, Předpis na vodu,
Christopher Vasey, N. D.

MAJORÁNKA

K léčbě používaná část: celá kvetoucí rostlina bez kořenů a z ní vyrobený éterický olej

Majoránka původně pochází z Přední Indie, postupně zdomácněla v Arábii, Egyptě a ve Středomoří. Pravá majoránka se severněji od Alp nevyskytuje jako planě rostoucí, ale hojně se v zahrádkách pěstuje. Kdo by si chtěl majoránku pěstovat, ať jí v březnu vyseje do paňíku, protože je velmi citlivá na chlad. Až v květnu, kdy se již mrazy neočekávají, lze silnější rostliny přesadit do volné půdy. Rostou však dost pomalu a nesnášejí vítr. Majoránku sušíme svázanou a pověšenou ve stínu. Uchováváme v uzavřených nádobách – vydrží vonná a účinná i několik let.

Obsahové látky: éterické oleje, hořčiny, třísloviny.

Použití: při nadýmání, křečích ve střevech, potížích žlučnickových, při nechutenství a průjmech. Zvláštní kapitolou je tzv. majoránková mast při léčbě nadýmání u kojenců – maže se jí břicho dítěte a podává k pití fenýklový čaj. Majoránková mast u malých dětí pomáhá i při rýmě.

Majoránkový čaj

1–2 čajové lžičky majoránky přelijeme čtvrt litrem vařící vody, necháme pět minut



vyluhovat, scedíme a pijeme 1–2 šálky denně.

Majoránková mast

Čajovou lžičku majoránky přelijeme jednu lžičkou vinného lihu a směs necháme několik hodin stát. Pak se přidá čajová lžička nesoleného másla a to celé spolu zahřejeme ve vodní lázni po 10 minut. Pak vše přecedíme přes pláténko a necháme vychladnout. Touto aromatickou masťou lze namazat nos zevně i zevnitř. Mast má krátkou trvanlivost, proto je vhodné připravovat jen malá množství. Majoránková mast z lékárny obsahuje místo másla bílou vazelínu, je též účinná, ale domácí je přesto lepší.

Majoránka jako koření

Ve starověku byla majoránka zasvěcena bohyni Afrodité a kořenila se jí těžká vína. Dnes se majoránka dává spíše do tížeji stravitelných mas, do polévek a omáček. Do tučných mas je vhodné ji doplnit ještě tymiánem, rozmarýnem, pelynkem černobýlem a bazalkou.

Majoránka jako domácí prostředek proti všem druhům křečí, proti zánětům sliznic, krvácení z dásní, při bolestech nervů a svalů. Vedlejší účinky mohou nastat při dlouhodobém nepřetržitěm používání ve formě bolestí hlavy a otupělosti.

Waltraud GREGOROVÁ



Pěstování majoránky

Pro pěstování majoránky zvolte teplé stanoviště, chráněné před severním větrem. Semínka zasejte koncem dubna na záhonek na povrch půdy a jemně zasypte zeminou, od půlky května můžete vysazovat i již předpěstované sazeničky ve sponu 20 krát 15 cm po dvou až třech rostlinkách. Záhon občas okopejte a proplejte, na podzim ji můžete klidně přesadit do truhlíku, abyste měli i přes zimu neustále čerstvou majoránku po ruce.

Pokud chcete pěstovat majoránku v bylinkových nádobách nebo truhlících na balkóně či za oknem, můžete ji začít vysévat už koncem ledna. Pak už to chce jen trochu trpělivosti, protože majoránka potřebuje k růstu poměrně dost času. Půda by měla být bohatá na živiny, proto ji často hnojte organickými hnojivy a dodržujte přiměřenou zálivku, přičemž dávejte pozor na její přemokření.

PORADNA WALTRAUD GREGOROVÉ

Lidé tvrdí, že lilie jsou léčivé, ale já z nich mám trochu strach.

Nemusíte se skutečně bát, přípravky, kde jsou jako součást lilie uvedené, nemají nic společného snad s nějakou jedovatostí či podobně. Okvětní lístky se sbírají v plně vyzrálém květu, tj. v čase, kdy začínají sami vypadávat nebo jdou dobře vylomit.



Lístky opatrně opereme ve vlažné vodě a po mírném vysušení se ve skleněné nádobě zalijí lékárenským lihem či jiným čistým konzumním destilátem. Takto připravený lék se postaví na studené a temné místo, dokud se nepřipraví výluh čajové barvy a okvětní lístky se také podobně nezabarví. Tento proces trvá asi tři týdny. K léčbě lze použít výluh, tak i lístečky.

Liliovým výluhem se dají vyléčit rány velmi znečištěné, dokonce se lístečky dá uzavřít i bérkový vřed. Není bez zajímavosti, že v léčbě sv. Hildegardy užívá MUDr. Schulte z Mnichova při léčbě zánětů pochvy na podkladě gonokoků a chlamydií tento olej:

rovné díly anýzového a liliového oleje – vždy po 1 g – se ředí 100 g olivového oleje.

Sv. Hildegarda uvádí lilii jako účinnou i při dalších chorobách, které se přenáší pohlavní cestou: lues, kapavka a kondylomata. Ale účinné jsou přípravky při léčbě pásového oparu.

FOTO – Edo Pišoft



Hudební nášup Bioslavností 2017 rozjede dívčí živel z Kozojídek

RÓŽINKY UMÍ PUBLIKU NANDAT, CO TETA KATEŘINA UPEKLA

Nevidáno!

Řada holek, každá s nějakým nástrojem, a vůbec ne na elektriku, valí svůj houslový rokec Mamina. V publiku máni, vylepanci, dredaři i starý šedivý vlci křepčí, tleskají do rytmu i pějí spolu. Třeba, že „*nechce, aby jedla jedovaté salámy*“, pak zase že „*mandelinka obecná, ta mi hlavu deptá*“, nebo „*zatímco hodiny na věži bijí, pejskové fenky kryjí*“ či cosi o ukecaném ptáčkovi nad okukovanou mileneckou dvojici, pak o hadech i hadicích... Sem do Trutnova, na kulturní rockový festival Open Air, to sedne jak nočník na... No prostě – štávou, spontánností, s lehou „voraženým“ zpěvem „do plnejch“... **To jedou Róžinky z Kozojídek!**

A kdože to spískal?

Energií sálající **Kateřina Mičková** i za podpory mamin ze vsi. Ač se tohle od ní na ZUČce ve Veselí nad Moravou, kam jako „úča“ přestoupila z gymnasia, zrovna nečekalo. A i když to nikdy nedělala, pustila se do skládání muziky i textů pro desítku holčiček, které se tu z jejich vsi sešly. Bylo jim tehdy pět až 13 let. Na vlastní skupinu slyšely a rovnou dumaly o anglickém názvu. Teta (a u dvou z nich i máma) Kateřina ale ustála, že to může nastat leda až té nejmladší bude 15 let! I proto se ujal název **Róžinky**, který by šel bezbolestně změnit na nějaké to „rousís“...

Róžinky tvoří

– Kačka, Bára, Helča, Bětko, Evča, Eliška, dvě Adi a dvě Aničky,
– všechny zpívají a různě střídají kytary, ukulele (ty vezmou někdy do ruky naráz i všechny!), harmoniku, klávesy, housle, čelo, klarinet, flétnu, tri-angl, bicí bednu, tamburínu, vozembouch, frkačky, „ptáčenky“, k čemuž se občas přidá i teta Kateřina na elektrický klavír. S dětskou cimbálovou ZUČkou zahrály už i na vyladěné kuchařské náčiní,
– dívkám je 10 až 15 let, kapela nahrála i své první album.

Než si tu jejich Mamínu (mj. se skvělým beatlesáckým vícehlasem „ou jééé“ na závěr) poslechnou i návštěvníci letošních **Bioslavností** ve Starém Městě pod Sněžníkem (15. 7.), včetně dalších témat z denního cvrkotu, vtipně šmrnutých i klasiky typu Sládek, Dvořák, Smetana apod., zastavme se v zákulisí téhle punk-folkové kapely právě s **tetou Kateřinou**, která je jejím motorem:

● **Tušila jste na počátku skládání pro Róžinky, že děvčata dokážou vaše písničky tak rozsvítit dětskou spontánností?**

Na začátku práce s Róžinkami jsem práce s malými dětmi moc za sebou neměla. Vedla jsem sice dětskou muzičku při studiích v Olomouci i pár folklorních projektů doma,

ale mojí parketou měla být práce se studenty gymnázia, kde jsem učila, a s dospělými. Věnovala jsem se zejména folklorním skupinám.

Vznik kapely na ZUČce taky nebyla žádná romantika. Holky z dědiny se sice znaly od plenek, zapojovaly se do všeho dění u nás, ale kapela vznikla spíše z tlaku okolí. Tvořilo se od písničky k písničce. Rozdmýchal to nejvíc nadšení rodičů. Každý krok prožívali až dojemně. To nás postrkovalo dopředu.

A jelikož já taky nejsem žádný troškař, zavolala jsem už s repertoárem dvou písniček do ČT a řekla „*Dobrý den, jsme supru dětská kapela a myslím, že nás potřebujete do Studia Kamarád...*“ A bylo. Jeli jsme točit. Deset dětí, asi pět maminek, jeden

Róžinky



táta. Maminky nakoupily šik oblečky, objednali jsme ubytování, udělali v Praze velký výlet, ráno brzičko vstali, abychom našli krásky načesali a jelo se točit. Bylo z toho ve vysílání pak 30 vteřin...

Spontánnost děvčata, myslím, objevovala postupně sama. Tak jako jsme z nich byli překvapení my dospělí, byly ze sebe mnohdy překvapené i ony samy. To mě na tom moc bavilo a baví. Vše ostatní ale byla tvrdá práce. Nejhorší to bylo na pódiu, kde tvrdošijně trvaly na svém strachu z mikrofonů. Odstupovaly od nich, uhybaly jim. Někdy se o mě pokoušel infarkt. Trvalo to donedávna. Hrůza.

● **Překvapujete je ráda tématy písniček, nebo se inspirujete i jejich vnímáním světa kolem?**

Témata přicházela sama. Většinou na zadání dle akce, na níž jsme jely. Písničky jsem vždy přinesla a k protestům nebyl čas. Vždy to bylo těsně před vystoupením, kde písnička měla zaznít. Ale pokaždé jsem měla trému, jestli se jim bude líbit. Jejich reakce pro mě byla důležitá a trochu jsem se jí i bála. Ostatně nestávalo se, že by napoprve holky zajásaly. Jejich reakce bývala jemně řečeno zdrženlivá. Většinou novou věc přijaly až po reakci publika. Ale u dvou byla reakce přece jen krásně spontánní: u Večeře opravdu jásaly a všechny ji chtěly zpívat. A u písničky Lodka se nám jedna z Aniček rozplakala dojetím.

● **Kdy jste s holčinami zažila největší radost?**

Bez okolků řeknu, že to byl Trutnov. Poprvé absolutně, podruhé ještě víc. Tečka.

● **Víte, kdy ji třeba výrazněji zažily ony? Asi taky tam.**

● **Stojí a padá tenhle band s tím, že se taková holčičí parta náhodou sešla na ZUČce a logicky tak skončí s odrůstáním dětskému věku?**

Nevím, neřeším. Co bude, bude dobře.

● **Rózínek už hraji pátým rokem – na školách, na ulici, v kostele, v sanatoriu, na slavnostech, vinobraní, na festivalech...**

Je ještě místo, které by rády přidaly?

Na ty festivaly se nám právě prokousat moc nedaří. Jistě, Folková Náměšť byla parádní, Telč taky, i ten Trutnov. Všechno na osobní doporučení. Ale pak už nic. A že už jsem mailů rozeslala stovky. Nic. Je to děs. To ta televize byla snazší. Teď jsme tam byli podruhé. A měli jsme pořad i v Rádiu Proglas. Ale festivaly jsou začarované. Nebo to nedělám dobře.

● **Obohatíte hudební maraton Bioslavností. Ty jsou hlavně o produktech ekomezemělců. Přišla už v kapele řeč na biopotraviny či zdravější životní styl?**

Rozhodně má BIO v podtextu písnička Tíseň zahrádkáře, o mandelince: „*pesticid, herbicid, dneska s tebou zatočíme, ústrojím trávicím zítra je i po mně.*“ Co se týče životního stylu holek, myslím, že je ten nejzdravější – jsou plné radosti, positivity, těší



se z každého dne i na všechno, co je v životě čeká. Zabaví se jako koťata a neřeší blbosti. Jsou v tom nejzdravějším věku.

● **Muzikantům Bioslavností nabízíme možnost na cokoli kolem BIO se zeptat i organizátorů využijete toho?**

Můj otec, když jsem nechtěla jíst „navštívená“ jablka, vždycky říkal, že podle červíků se pozná to zdravé. Do jedovatého by červ prostě nevlezl. Tak jak to, že biojablka z Billy červíky nemají?

Až si tahle nevšední dívčí kapela poslechne na pódiu odpověď „probiáku“ a publikum zase její svěží a vtipný odvaz, plný dychtivé dětské radosti, budete při tom i vy!

Ptal se:

Karel Merhaut

Foto+ilustrace: archiv Rózínek



SALÁT Z ČERVENÉ PŠENICE

Osvěžující křupavý salát z netradiční červené pšenice s čerstvou zeleninou.

Doba přípravy: 75 minut

počet porcí: 4

- 250 g české červené pšenice NAŠE BIOFARMA
- český dýňový olej NAŠE BIOFARMA
- 1 plechovka bílé sterilované máslové fazole BIOLINIE
- 1/2 hlávky ledového salátu
- 2 střední rajčata
- 2 střední mrkve
- 1/2 salátové okurky
- 1 paprika
- čerstvé nebo sušené bylinky
- na dochucení vinný kvasný ocet
- sůl

Pšenici důkladně propláchneme a necháme přes noc namočenou ve vodě. Následující den vaříme 60 minut v osolené vodě s kapkou oleje, poté necháme ještě chvíli dojít. Mezitím si nakrájíme zeleninu. Vychladlou pšenici, zeleninu a fazole důkladně promícháme, osolíme a dochutíme dýňovým olejem, vinným octem a bylinkami. Podáváme jako přílohu k hlavnímu jídlu, ke grilovaným pokrmům či jako lehký letní salát.

<http://www.probio.cz/recepty/recepty-mesice/salat-z-cervene-psenice.html>



NEDĚLNÍ ŘEZ

- 500 g celozrnného kuskusu
- 300 g rozinek
- 150 g biokokosových lupínků
- 1 vrchovatá lžička špaldové kávy nebo zrnkové biokávy

Do vřící vody – 1,5 litru – vysypeme kuskus, rozinky a kokos, opět přivedeme k varu a za hlubokého míchání odspodu hrnce počkáme, až kuskus zhoustne do kašovitě hmoty, potom vypneme sporák. Odspodu opět promícháme, přikryjeme poklicí a necháme 1/2 hodinu dojít na teplé plotně.

Mezitím nachystáme velkou umělohmotnou, dřevěnou či skleněnou mísu, lžící a vidličkou. Po 1/2 hodině sladkou hmotu pořádně promícháme, vyklopíme do nachystané mísy, vidličkou natlačíme dovnitř a uhladíme okraje a celou rovnou plochu řezu posypeme kávou či kávovinou. Dáme do chladu ztuhnout. Po vychladnutí vykrojíme okraje a řez vyklopíme na prkénko. Krájíme na plátky, pokládáme na rovný (u nás se říká plytký) talíř a zdobíme krajovým ovocem: hrušky, jablka, švestky, meruňky...

Výtečná horká špaldová káva dokreslí příjemnou chuť nedělního řezu.

Daniel BOREK

Obr. Kuskusový dort Magdalena

UHODLI JSTE HÁDANKY S ROSTLINAMI?



Ve Sbírce parafínových modelů jablek najdete i odrůdy, které již zmizely ze sadů

Národní zemědělské muzeum vydává knihu „Sbírka parafínových modelů jablek“, která vznikla jako dílčí katalog jeho rozsáhlé sbírky sádrových a parafínových modelů ovoce a zeleniny. I když je určen zejména pro badatelské účely, přehledně zpracovaného průvodce existujícími i dnes již nepěstovanými odrůdami jablek ocení nejen odborníci. Publikací na toto téma je totiž nedostatek.

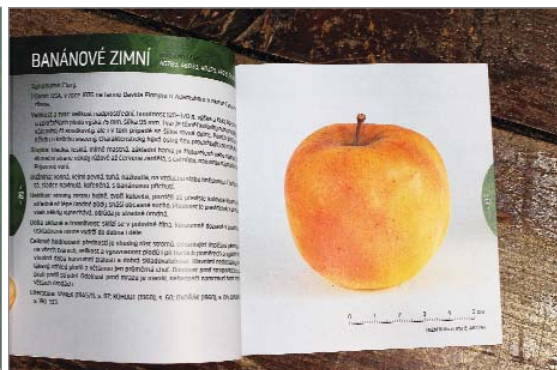
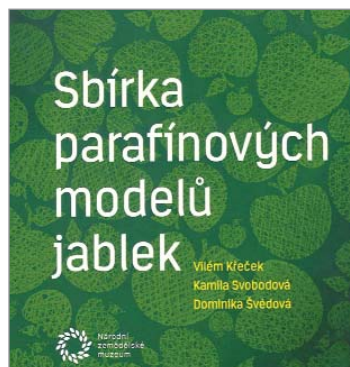
Krajové a staré odrůdy ovocných dřevin se v poslední době těší rostoucímu zájmu veřejnosti, informace o nich jsou však stále omezené. Přestože nová kniha v žádném případě nemá být encyklopedií či pomologickou učebnicí a je věnována především prezentaci sbírkových předmětů, přehledně zpracované informace v ní ocení všichni, kteří se tematikou starých a krajových odrůd zabývají. Mnohé odrůdy lze totiž spatřit už jen jako součást starých atlasů a encyklopedií. Ani nejzdařilejší pokus o vyobrazení plodů však nemůže být chápán jako absolutní. Fotografie plastických modelů, které odpovídají velikosti, tvarem i barevností reálným plodům, mohou proto být praktickým vodítkem nejen pro šlechtitele a odborné pracovníky, ale i drobné pěstitele. Využít ji mohou také všichni, kteří marně pátrají, kteroužto odrůdu jabloně mají na své zahradě.

Sbírkový katalog, který mapuje významnou část kolekce sádrových a parafínových modelů ovoce ze sbírky Národního zemědělského muzea, co nejrealističtěji zachycuje typické představitele vybraných odrůd jablek, pěstovaných zejména v regionu střední a východní Evropy. Všechny fotografie modelů jsou doplněny stručným pomologickým popisem s informací o původu, velikosti a tvaru plodu, slupce, dužnině, chuti či době sklizně včetně uvedení zdroje literatury. Pro lepší přehlednost jsou odrůdy řazeny abecedně a jednotlivá hesla obsahují také informace o synonymních názvech. V publikaci najdete 223 historických či vyložené krajových (včetně těch, jež nebyly nikdy uvedeny ve významném měřítku do pěstitelské praxe), i obecně známých odrůd jablek, které se, byť původem starší, uplatňují dodnes u nás i ve světě. Kniha je první z řady plánovaných katalogů, následovat budou katalogy věnované hruškám, meruňkám a broskvím.

Vznik prvních sádrových a parafínových modelů ve sbírce muzea se datuje do 30. let minulého století, jejich výroba byla ukončena na přelomu století. Podnět k založení kolekce pocházel od samotného muzea – modely měly prezentovat tehdejší výsledky šlechtitelství a odkazovat na tento obor v muzejních expozicích i v krátkodobých výstavách. Dnes modely uložené v pobočce Národního zemědělského muzea ve Valticích tvoří významnou část podsbírky „Ovocnictví“ a zahrnují 1425 sbírkových předmětů, z nichž 920 jsou modely ovoce, 505 představuje zeleninu. Část z nich je zde možné zhlédnout v ex-

pozici Historický vývoj ovocnictví, zelinářství a vinařství.

Nejobsáhlejší skupinou sbírky jsou jablka, která čítají 744 kusů zapsaných pod 505 inventárními čísly a zastupujících 223 odrůd. Vzhledem k ukončení výroby v 90. letech nejsou v kolekci bohužel všechny nově vyšlechtěné odrůdy a chybí i některé z 80. a 90. let. Zvažuje se proto její rozšiřování. Například jen fyzická kolekce genoty-



pů jabloní udržovaná ve Výzkumném a šlechtitelském ústavu ovocnářském v Holovousích čítá více než 1100 stromů, což je pouze zlomek celosvětového bohatství této nejvýznamnější ovocné plodiny mírného pásma.

Na přípravě publikace se vedle pracovníků Národního zemědělského muzea odborně podílel také Výzkumný a šlechtitelský ústav ovocnářský v Holovousech, který se v rámci Národního programu genových zdrojů zaměřuje na konzervaci ovocných stromů (jmenovitě Anna Paprštejnová, Ing. Jiří Kaplan), v součinnosti s Ovocnářskou unií (Ing. Roman Chaloupka).

„Jsem přesvědčen, že jako publikace popisující součást národního kulturního dědictví se Sbírka parafínových modelů jablek stane důležitým obohacením muzejních a badatelských sbírek NZM. Součas-

ně dobře poslouží odborníkům a vědcům ovocnářům při jejich každodenní různorodé práci a může se stát součástí výukových programů a výukovým materiálem na středních i vysokých školách. Jistě ji ocení také u nás hojně rozšířená zahrádkářská obec,“ hodnotí knihu Ing. Jaroslav Vácha, jednatel Výzkumného šlechtitelského ústavu ovocnářského Holovousy.

KŘEČEK, Vilém, Kamila SVOBODOVÁ a Dominika ŠVĚDOVÁ. Sbírka parafínových modelů jablek. Praha: Národní zemědělské muzeum, s.p.o., 2016. ISBN 978-80-86874-76-0. Cena 200 Kč, počet stran 476. Kniha je k zakoupení v pražské pobočce Národního zemědělského muzea.

Více informací o prodeji na www.nzm.cz

Národní zemědělské muzeum je státní příspěvková organizace zřizovaná Ministerstvem zemědělství. Zabývá se zejména tematikou zemědělství, lesnictví, myslivosti, rybářství, zahradnictví, potravinářství, zpracování zemědělských produktů, vývoje venkova a kulturní krajiny. NZM má kromě budovy v Praze také další čtyři pobočky (Čáslav, zámek Kačina, zámek Ohrada, Valtice). Muzeum Valtice se věnuje především vinařství, zahradnictví a ochraně krajiny. Kontakt: NZM Valtice, Náměstí Svobody 8, 691 42 Valtice.

SETKÁNÍ NAD EKOLOGICKÝMI POKUSY

Tradiční polní den zaměřený na ekologické pěstování zemědělských plodin proběhl koncem června na Pokusné stanici katedry rostlinné výroby FAPPZ České zemědělské univerzity (ČZU) v Praze – Uhřetěvsi. Akce proběhla společně s Českou technologickou platformou pro ekologické zemědělství (ČTPEZ) a dalšími organizacemi.



V Uhřetěvsi na ekologické ploše chystají především pokusy s obilninami.

S pokusy v režimu ekologického zemědělství se v Uhřetěvsi začalo už v roce 1992. Současná pokusná ekologická plocha zaujímá přibližně osm hektarů. Podle informace vedoucího stanice Libora Mičáka se v současnosti využívá čtyřhonný osevní postup: 1. jetel luční na semeno, 2. pokusy, 3. biobrambory a 4. ječmen na zrnno s podsevem jetele. Na poli se využívají i meziplodiny, hlavně pohanka a svazanka vratičolistá.

Pšenice s barevným zrnem

Pokusy s obilninami představila prof. Ing. Ivana Capouchová, CSc., z ČZU. První zastavení proběhlo u parcelek, kde se pěstují odrůdy ozimé pšenice s barevným zrnem. Do pokusů byly zařazeny odrůdy Citrus se žlutým endospermem, PS Karkulka s purpurovým perikarpem, Scorpion s modrým aleuronem, novošlechtění KM 53-14 s modrým aleuronem a KM 178-14 s purpurovým perikarpem. Jako kontrola posloužila osinatá odrůda pšenice seté Annie.

V loňském roce všechny odrůdy trpěly chorobami, hlavně rží plevovou, která nejvíce napadla odrůdu Scorpion. Odrůdy Citrus a PS Karkulka byly vůči rži plevové nejodolnější. Letos rez plevová neškodila, ale porosty napadl kohoutek. V roce 2016 kontrolní odrůda Annie poskytla 7 t/ha. Tato odrůdu předčilo novošlechtění KM 178-14 a jen mírně zaostala odrůda PS Karkulka. Z hlediska kvality zrna se barevné pšenice nacházejí na úrovni E nebo A. V pekařském pokusu byla pozitivně hodnocena žlutá mouka odrůdy Citrus.

Pokusy s obilninami pro SDO

V Uhřetěvsi a na dalších čtyřech stano-
vištích probíhají pokusy pro Seznam doporučených odrůd (SDO) v ekologickém zemědělství. Loni i letos se porovnávalo osm

roce, kdy byly do pokusů zařazeny odrůdy Azit, Solist, Grace a Herist, se hektarové výnosy jarního ječmene v pokusech v Uhřetěvsi pohybovaly zhruba v rozmezí od šesti a půl do sedmi a půl tuny.

Šlechtění pšenice

Přítomní si také prohlédli pokusy se šlechtěním ozimé pšenice, které představila Ing. Dagmar Janovská, Ph.D., z Výzkumného ústavu rostlinné výroby, v.v.i., koordinátorka projektu NAZV Využití systému participatory breeding ve výzkumu a šlechtění odrůd pšenice vhodných pro ekologické pěstování. Šlechtitelské materiály vznikly výběrem nebo křížením.

Ing. Janovská vysvětlila termín participatory breeding. Prakticky se jedná o spolupráci šlechtitelem a zemědělce, kdy je cílem vytvoření nové odrůdy vhodné pro konkrétní podmínky pěstitele. Systém spočívá v tom, že se nejprve na šlechtitelské stanici nakříží rodiče a vzniklý šlechtitelský materiál se předá zemědělci pro selekci. Pěstitel pak odrůdu výběrem nejlepších jedinců zdokonaluje.



Příchozí si prohlédli rozsáhlé pokusy na ekologické ploše.

odrůd ozimé pšenice - Sultan (A), Zeppelin (A), Annie (E), Gordian (B), Penelope (A), Bernstein (E), Cimmanova raná (E) a Balitus (A). Nejvyšší výnos v Uhřetěvsi loni poskytla odrůda Penelope, skoro devět tun na hektar. Nejvyšší obsah dusíkatých látek v zrně dvanáct procent měla odrůda Bernstein.

U jarní pšenice se v pokusech pro SDO pro ekologické zemědělství letos porovnávaly odrůdy Astrid (E), Izzy (A), Quintus (B), Lotte (A), Registana (B), Kabot (B) a Anabel (A). Loni v Uhřetěvsi se u odrůd Astrid, Izzy, Quintus a Lotte výnosy pohybovaly zhruba mezi čtyřmi až pěti tunami na hektar a obsah dusíkatých látek v zrně dosahoval deseti až jedenácti procent. Letos porosty jarní pšenice vypadaly velmi pěkně a netrpěly chorobami.

U jarního ječmene se pro SDO v ekologickém zemědělství letos ověřují čtyři krmné odrůdy Azit, Grace, Solist, Ovation a jedna sladovnická – Kampa. V loňském



Pokusy s obilninami představila prof. Ing. Ivana Capouchová, CSc.



O pokusech s bramborami hovořil Ing. Petr Dvořák, Ph.D.

➔ V Uhřetíněvsi probíhalo křížení ozimé pšenice seté a ozimé i jarní pšenice špaldy. Selekcí se šlechtila pšenice jednozrnka a dvouzrnka. Podle informace prof. Capouchové byla u křížení ozimé pšenice špaldy matkou odrůda Rubiota. Tato odrůda poskytuje vysoké výnosy a zrna dosahuje vysoké technologické kvality s možným využitím na přípravu kynutých těst. Problém u odrůdy Rubiota představuje její výška až 130 cm a náchylnost k poléhání. Rubiotu křížili s výnosnými méně poléhavými švýcarskými odrůdami, které ale dosahují horší kvality zrna.

V případě křížení jarní pšenice špaldy se podařilo vyšlechtit bezosinného křížence s černým klasem. Tento materiál byl letos prvním rokem zařazen do registračních zkoušek ÚKZÚZ. Mezi přednostmi tohoto novošlechtění náleží vysoká kvalita zrna. Jiné odrůdy jarní špaldy mají horší kvalitu lepku a nehodí se na přípravu kynutých výrobků.

Technologie pro brambory

Na pokusné ploše v Uhřetíněvsi probíhají také pokusy s bramborami, o kterých hovořili Ing. Petr Dvořák, Ph.D., a Ing. Martin Král z ČZU. V současnosti se v pokusech sledují různá opatření pro zmírnění dopadu sucha na výnosy brambor. Ověřuje se několik možností pro co nejvyšší vsakování a zadržení vody v půdě pro rostliny.

V pokusech se využívají různé prostředky, mimo jiné se sleduje použití mulče, upravují se hrubky a využívají se rozmanité přípravky. Pro mulčování se používá sláma nebo kompost. Z přípravků zlepšujících dostupnost vláhy v půdě se v pokusech s bramborami využívá Transformer. Těmito opatřeními by se měla zvýšit tolerance půdy vůči suchu a měly by se zlepšit fyzikálně-biologické vlastnosti půdy. Opatření by se měla umožnit lepší vsako-

vání vody do půdy a její zadržení. Nadto by ještě mělo dojít k omezení negativních vlivů eroze.

V pokusech se porovnávaly tyto varianty: 1. kontrola, 2. kompost, 3. kompost zapravený, 4. mulč sláma 2,5 t/ha, 5. mulč sláma 4,5 t/ha a 6. použití přípravku Transformer. Mulčování vždy probíhá po výsadbě brambor. Protierozní vliv mulče je znatelný hlavně na počátku vegetace. Všechny pokusné varianty loni přispívaly ke zlepšení mikroklimatu v hrůbcích a klesalo povrchové utužení. Slamnatý mulč zmiřoval teplotní výkyvy v půdě.

Z výsledků roku 2016 s odrůdou Dicolora vyplynulo, že v porovnání s kontrolou všechna ověřovaná opatření vyjma přípravku Transformer navýšovala výnosy tržních hlíz brambor. Nejvyšších výnosů bylo loni dosaženo u varianty, kde se použilo vyšší množství slámy k mulčování. Sláma jako mulč také velmi dobře zadržuje vláhu v půdě.

TEXT a FOTO Hana Honsová
ČZU v Praze

„AUTOKLÁV PRO SASOV“ – ekofarma spouští po čtyřech letech další komunitní projekt

Dobré zkušenosti z minulého projektu přivedly ekologického zemědělce Josefa Sklenáře z Jihlavy k myšlence zopakovat společné financování spolu se zákazníky a příznivci ekofarmy v duchu komunitou podporovaného zemědělství. Nyní se sbírají peníze na dovybavení faremní masné výroby, konkrétně na autokláv, který umožní sterilaci. Po týdnu od zahájení se na účtu sešla již téměř čtvrtina cílové částky.

Když na jaře roku 2013 spustila Biofarma Sasov sbírkovou akci „Malá faremní výroba masných biovýrobků na Biofarmě Sasov“, šlo v té době o zcela nový a v ČR nevyzkoušený model komunitního projektu takového rozsahu. Podařilo se však velmi rychle dát dohromady finanční prostředky ve výši 2,69 mil. Kč. Vklady účastníků projektu byly vedeny jako záloha na pozdější odběr výrobků. Peníze byly využity na financování stavebních prací a vybavení technologiemi. Výrobna úspěšně funguje již čtyři roky a účastníci si ve faremních produktech dosud odebrali již více než tři čtvrtiny celkového vkladu.

Nyní se sasovští rozhodli pořídit do výroby autokláv, zařízení, které pouze na základě fyzikálních principů (teplota a tlak) umožní sterilaci. Díky ní budou paštiky, polévky, masa ve vlastní šťávě a další výrobky ve skle snadněji skladovatelné, dokonce při pokojové teplotě a s delší trvanlivostí. A to samozřejmě bez konzervantů, jak je u jejich výrobků zvykem.

Josef Sklenář dodává: „Věřím, že to naši zákazníci ocení, bude jednoduché se zapsat a mít ve spíži pár produktů pro nena-dálé okolnosti, návštěvy či rychlé vaření. Cestovatelé, ať již vyráží k vzdáleným mořím, nebo jen do českých a moravských luhů a hájů si budou moci takto pořídit konzervy na cesty. Obchodníci budou moci mít produkty déle na skladě a bez nutnosti chlazení, s možností vystavení v běžném regálu.“

Potřebná částka na pořízení autoklávu je 786 500 Kč. Pokud se vybere více, bude tato částka použita na nákup příslušenství. „Sbírku“ biofarma zahájila 5. června 2017 a ukončení plánuje do 31. července 2017. Účastníci projektu budou vloženou investici, která bude opět vedena jako záloha na odběr zboží, dostávat postupně zpět ve formě sasovských výrobků.

Pokud Vás nápad zaujal a chtěli byste se zapojit, více informací najdete na www.biofarma.cz

Odkaz na článek s kompletní nabídkou: <https://biofarma.cz/cz/novinky/autoklav-novy-spolecny-projekt-biofarma-sasov>





NAŠE POLE – také ekologické – Nabočany 2017

* Přehlídka odrůd polních plodin * Přehlídka pokusů zaměřených na ochranu a výživu plodin * Poradenské centrum VÚRV * Výstava zemědělské techniky * Nabídka regionálních potravin z východních Čech

Založeno bylo:

215 ozimých a 54 jarních obilnin
49 parcel pěstovaných
55 odrůd luskovin
31 odrůd cukrovky a krmné řepy
4 hybridy kukuřice
6 odrůd hořčice
4 odrůdy slunečnice

Zasety byly i trávy a travní směsi, len, hořčice sarebská, jarní řepka, česnek a další plodiny. K vidění byla také řada alternativních plodin jako hrachor setý, pískavice řecké seno, cizrna beraní, světllice barviřská, komonice bílá, lnička setá, katrán habešský, sléz krmný a lesknice kanánská. Návštěvníci budou moci porovnat více než 90 variant ochrany plodin na ozimé pšenici, jarním ječmeni ozimém ječmeni a kukuřici.

A také 75 variant výživy plodin na ozimé pšenici, ozimém tritikale, ozimém ječmeni, bramborách, cukrovce, kukuřici a slunečnici. Demonstrační parcely podle metodiky ÚKZÚZ s odrůdami pšenice, ječmene, tritikale, žita, brambor a plodin pro greening.

Celkový počet pokusných variant:

661 (odrůdy + parcely pro ÚKZÚZ + pokusy s ochranou a výživou rostlin).

Tato akce navázala v roce 2001 na dlouholetou tradici polních dnů v Chrudimi pořádanou firmou Oseva Agri Chrudim, a. s. Letos se koná již sedmnáctý ročník přehlídky odrůd polních plodin. Akce je pořádána jako dvoudenní a kromě majitelů a zástupců odrůd polních plodin zde vystavují i firmy obchodující s přípravky na ochranu i výživu rostlin a zemědělskou technikou.

Po oba dva dny výstavy bylo návštěvníkům k dispozici poradenské centrum VÚRV. Na stánku SZIF byly poskytovány informace o dotačních titulech včetně poradenství pro podávání žádostí o dotace. Předvádění techniky bude letos zaměřeno na technologické postupy eliminující zhuštění půdy a možnosti snížení tlaku tažných prostředků na půdu.

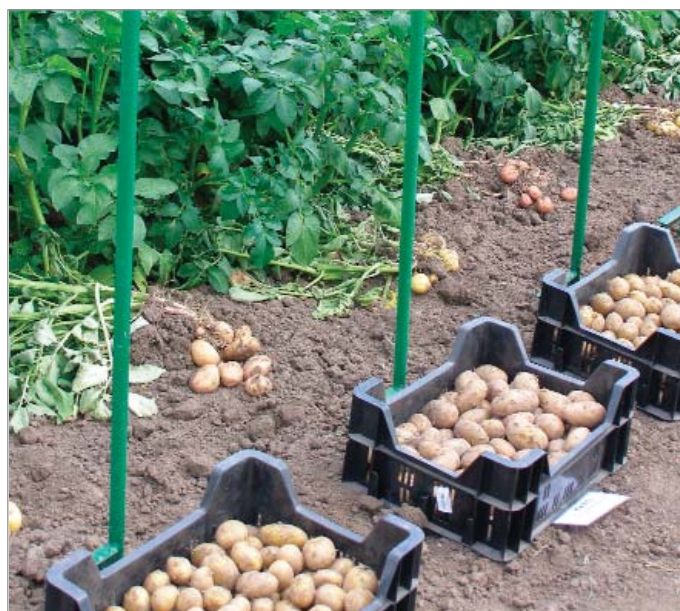
Organizátorem výstavy je od roku 2010 vydavatelství Profi Press, s. r. o. Generálním partnerem výstavy je ČSOB. Na přípravě akce se také podílí Oseva Agri Chrudim, a. s., Cerealia, a. s., Lovochemie, a. s., ŠS Úhřetice, farma Karel Kopista, SESVANDERHAVE International B. V., Agrární Komora ČR, Výzkumný ústav rostlinné výroby, v.v.i., Ústřední kontrolní a zkušební ústav zemědělský, Odborné učiliště Chroustovice, Střední škola zemědělská a vyšší škola odborná Chrudim a výstavu pojistila Česká pojišťovna. Součástí výstavy budou také trhy zaměřené na regionální potraviny z východních Čech.



Za obchodní společnost PRO-BIO představil Petr Trávníček políčka s výsevem různých odrůd špaldy a dalších obilovin vhodných pro EZ.



Stánek ČTPEZ prezentoval ekologické zemědělství publikacemi, zejména zajímavou řadu propagačních skládaček o EZ v jednotlivých krajích.



Ukázka odrůd raných brambor.



Zdá se, že množitelé neztrácejí humor...



Pšenice špalda je stále hitem biopotravin. Odrůda Rubiota si zachovává stále původní vlastnosti tvrdé pšenice. Musí se loupat, a to některé pěstitele odrazuje. Její chuť a výživové hodnoty jsou předností. Další odrůdy vyšlechtěné ve Švýcarsku již obsahují více vlastností z křížení pšenicemi.



Mezi odrůdami pro ekologické pěstitele se objevuje několik starých a minoritních odrůd. Zde pšenice jednozrnka. Mouku z ní můžete nakoupit ve zdravých výživách.



Žito v současnosti patří také k minoritním plodinám. Pěstuje se ho stále málo.

Políčko, kde byly k vidění doprovodné rostliny obilnin (jinak plevy) se těšilo pozornosti. V současné době se vrací do polí pohledné vlčí máky i chrpy, koukol je opravdu stále vzácností. Největší ohrožení čekají odborníci od šíření fialových sverpů, metlice chundelky a plevelných trav, které vzcházejí již na jaře. Spotřebují dusík a jsou odolné k herbicidům, jako například psárka polní a mrvka myší ocásek. V EZ jde o to, aby i plevy se vyskytovaly ve velké šíři, ale únosně.

POZNEJ SVÉHO FARMÁŘE Lidem se otevře 19 farem po celé republice

V sobotu 13. května odstartoval na Pštrosí farmě Krejtný na Ústecku letošní 4. ročník Poznej svého farmáře. V průběhu šesti měsíců zavítá série vzdělávacích akcí do všech krajů České republiky. Cílem projektu je podpořit prodej ze dvora a seznámit veřejnost s kvalitními potravinami.

„V letošním roce navštívíme 19 farem po celé České republice. Lokální producenti díky tomu budou mít možnost seznámit se svými výrobky lidi ze svého okolí, kteří o nich často, bohužel, ani nevědí. Je to škoda, protože ti farmáři nabízejí potraviny nejvyšší kvality,“ řekl ministr zemědělství Marian Jurečka.

Návštěvníci na každém hospodářství mohou ochutnat výrobky přímo od hospodáře, nakoupit kvalitní potraviny z regionu a podívat se, jak zemědělci hospodaří a vyrábějí potraviny. Nedílnou součástí každé akce je i tematický doprovodný program pro celé rodiny, např. hudební a divadelní vystoupení, představení regionálních potravin či lokálních farmářů nebo foodtruck se sladkovodními rybami. Pro děti je připraveno malování na obličej, projíždky na ponících nebo skákací kombajn.

Loňský ročník, který se uskutečnil na třinácti farmách, navštívilo bezmála 10 tisíc lidí. Průměrná návštěvnost každé akce tak přesáhla 760 lidí. Původní rozpočet byl zhruba 4,7 milionů korun, konečné náklady činily 2,87 milionu korun. Letošní rozpočet na všech 19 akcí je 5 milionů korun.

Termíny a místa konání projektu Poznej svého farmáře v roce 2017, které ještě stihnete navštívit:

15. 7. Biostatek (Karlovarský kraj)
22. 7. Ušatá Koza (Moravskoslezský kraj)
29. 7. farma Galloway (Plzeňský kraj)
5. 8. Ekofarma Svinná (Plzeňský kraj)
12. 8. Ekofarma Filoun (Liberecký kraj)
19. 8. Ekofarma Olešná (Jihočeský kraj)
2. 9. Borovanský mlýn (Jihočeský kraj)
16. 9. Rodinná ovocnářská farma Miroslav Frydrych (Královehradecký kraj)
23. 9. Doubravský dvůr (Olomoucký kraj)
30. 9. Vařejkův dvůr (Vysočina)
7. 10. Zlatá Farma (Olomoucký kraj)
14. 10. Bříství – Ovocné sady (Středočeský kraj)

Markéta Ježková

UDRŽATEĽNÝ ROZVOJ V ČASOCH KRÍZY

V máji som sa zúčastnil na pracovnom stretnutí organizovanom francúzskou organizáciou Forum synergies. Tento krát sa konalo v Grécku a témou bol „Udržateľný rozvoj v časoch krízy“.



V Grécku majú krízu už takmer desaťročie. Mnoho ľudí prišlo o prácu, miestne firmy sa trápia, zahraničné investície neexistujú, banky ani štát peniaze nemajú. Aj preto sa stalo, že druhý krát v živote som bol v Grécku a druhý krát som tam zažil štrajk. Tentokrát to neboli taxikári, ale celá verejná doprava – autobusy, metro, trajekty, vlaky, letiská, okrem taxikárov. Niektorým účastníkom sa pritrafilo, že si prechod mnoho tisícového davu demonštrantov ulicami Atén pozreli z okna hotela, ostatní zas mali problém dostať sa z letiska. No rozpočtové škrtby boli napriek tomu opäť schválené.

Miestnym organizátorom bola regionálna rozvojová agentúra AVKA. Ta nám ukázala svoj prístup, ako stimulovať rozvoj cez spoločné financovanie formou moderného družstevníctva. S cieľom lepšie využívať miestne zdroje ako poľnohospodárstvo, obnoviteľné zdroje energie, ...

Už ubytovanie v mieste konania, bolo experimentom. Napriek tomu, že bol dostupný aj veľký hotel s konferenčnou miestnosťou, 73 účastníkov z 19 krajín bolo ubytovaných v 7 malých rodinných hoteloch, ako pokus spoločného poskytnutia služieb. Boli sme v horskom regióne, ktorého návštevníkmi sú takmer výlučne Gréci. Dopad krízy a zníženie návštevnosti tu pociťujú dosť výrazne. Experiment podľa ohlasov účastníkov vyšiel, 15minútový peší presun medzi reštauráciou a konferenčnou miestnosťou nebol problémom, skôr príjemným oživením celého podujatia.

Cesta, ktorou sa rozhodli v regióne Karditsa vzdorovať súčasnej zlej ekonomickej situácii, je zakladanie sociálnych podnikov – družstiev. Škoda, že má u nás družstevníctvo také zlé meno, družstevníctvo sa totiž na medzinárodných konferenciách spomína veľmi často. No aj my máme niekoľko úspešných družstiev.

Vytvorili ekosystém na podporu rozvoja miestnych podnikateľských aktivít, ktorý sa skladá z troch pilierov:

- podnikateľský inkubátor zameraný hlavne na vznik a rozvoj družstiev, ktorý ponúka poradenstvo pri príprave podnikateľského plánu, kancelárske priestory, pomoc s administratívou i hľadaním partnerov;

- družstevná banka, ktorá vznikla v tomto inkubátore už v roku 1994, má v teraz viac než 7 000 členov, počas krízy bola jedinou gréckou bankou, ktorá zvýšila počet pôžičiek a je členom FE-BEA – združenie etických a alternatívnych bánk;

- miestna akčná skupina, ktorá prináša spolufinancovanie z európskych zdrojov;

Súčasná situácia poľnohospodárstva je podobná ako vo zvyšku Európy. Družstvá, ktoré fungovali desaťky rokov sú skupované investormi a stávajú sa súčasťou veľkých poľnohospodárskych podnikov. Priemerný poľnohospodár má len okolo 6 hektárov, zvyčajne nie na jednom mieste a ich konkurencieschopnosť je veľmi nízka. Pričom export poľnohospodárstva tvorí až 1/3 celého v gréckeho exportu.

Finančná kríza, ktorú v Grécku volajú veľká kríza, spôsobila, že nezamestnanosť v mestách je vyššia ako na vidieku. Ľudia sa vo veľkom sťahujú naspäť do svojich rodných miest a dedín, kde je momentálne nižšia chudoba ako v mestách aj preto, že si vedia dopestovať časť potravín. Ukazuje sa tu dôležitosť rodinných fariem, vďaka ktorým rodičia môžu pomáhať svojim nezamestnaným deťom v mestách. Mladí vzdelaní ľudia, ktorí sa vrátili do svojich rodísk, sú však príslušom budúceho rozvoja vidieckych oblastí. Zakladajú nové iniciatívy, s ktorých prípravou a realizáciou sa im snaží pomáhať miestna rozvojová agentúra.

Exkurzie

Na exkurziách nám ukázali tri projekty (spracovanie stévie, výroba džemov pre-

dovšetkým z goji, ale i iného drobného ovocia a výroba peliet), ktoré boli podporené ekosystémom okolo miestnej rozvojovej agentúry. Zafinancované z 50 % európskymi peniazmi a druhých 50 % zo spoločných peňazí, na ktoré sa poskladali členovia novovzniknutého družstva – časť im požičala aj družstevná banka. V prípade družstva na výrobu džemov bolo podmienkou vstupu do družstva okrem 1 000 eur aj vlastníctvo, alebo prenájom aspoň 2 hektárov, z ktorých budú do novovzniknutej prevádzky dodávať suroviny. A následne sa deliť o podiely na zisku. Zo 114 členov družstva bolo len 10 % poľnohospodárov aj pred tým, ako sa pridali k tomuto projektu.

Je to pre nich cesta ako v časoch krízy využiť pôdu, čo majú a trochu si privyrobiť. Členov družstva nám odprezentovali ako aktívnych domácich experimentátorov, ktorí skúšajú ako novým spôsobom spracovať bobule, ktoré pestujú a v budúcnosti nevyrábať len džemy, ale aj džúsy, tyčinky, raňajkové jedlo s mliekom, smoothie, či cestoviny s goji.

Na podobných podujatiach sa stáva štandardom, že majú vlastný „hashtag“ #ERSG17. Pomocou ktorého sa dajú nájsť na sociálnych sieťach všetky zmienky o danom podujatí.

AKTIVITY, O KTORÝCH SOM SA TU DOZVEDEL

Európska akadémia pre udržateľný rozvoj vidieka. <http://www.euracademy.org> Je letná škola, ktorej 16. ročník bude tento rok v Írskom Corku určený predovšetkým pre ľudí z rozvojových agentúr a miestnych akčných skupín. Registrácia je otvorená do polovice júla, tak ak vás to zaujalo, máte na to čas medzi 3. a 8. septembrom a 550 eur na účastnícky poplatok, tak nech sa páči.

Grow observatory je projekt podporených z Horizontu 2020 a momentálne do neho hľadajú partnerov z radov malých farmárov.

Ak sa nás na stránke <https://growobservatory.org> zaregistruje pár desiatok a uvidia, že sme aktívni, tak podľa veľkosti farmy každému dajú pár senzorov na meranie vlhkosti a teploty pôdy a intenzitu slnečného žiarenia. Mobilná aplikácia, ktorá vie čítať údaje z tohto senzora má v sebe preddefinované optimálne podmienky pre veľké množstvo plodín a sama dá odporúčania, čo by bolo vhodné zmeniť. Prípadne sa dá senzor napojiť na automatický zavlažovací systém. Tieto údaje budú následne sústredené na ich serveroch, spojené so satelitnými dátami a vo výsledku by sme mali dostať viac informácií, ako keby sme vlastnili len svoju sadu senzorov.

Miloš Homola,
Ekotrend Slovakia

POLNÍ (POSTŘIKOVÉ, ROHOVÉ) PREPARÁTY

Přinášíme pokračování z minulého čísla o polních preparátech dle Rudolfa Steinera

KŘEMENÁČEK (preparát č. 501, křemenka, rohový křemen (německy „Hornkiesel“) na rostliny

Pro jeho přípravu potřebujeme křemen nebo jeho krystalickou formu – křišťál, máme-li ji k dispozici. (Lze použít také živec, ortoklas.) Výchozí křemenný materiál je třeba rozmělnit do jemně práškovitého stavu. To představuje nelehký technický problém, protože tvrdost křemene je pověstná.

V praxi zpravidla nemáme k dispozici speciální mlýnky vhodné k této činnosti a musíme proto improvizovat. Křemen nejprve rozbijeme dobrým kladivem. Třeba ve starším pevném kovovém hrnci. Kdo má možnost, může si svařit velký hmoždíř z pevné kovové trubky přivařený na železnou desku. Jako tlouk pak poslouží těžká železná tyč se zaslepením na dolním konci. Osvědčila se i uříznutá tlaková láhev od plynu a na tlučení poloosa z osobního automobilu. Nahrubo připravený materiál pak dále zpracováváme v hmoždíři – kovovém, porcelánovém. Materiál získaný z hmoždíře dáme na skleněnou podložku a kouskem skla (např. skleněné víčko od staré zavařovací sklenice) třeme kruhovými pohyby tak dlouho, až je jemně práškovitý. Dobrá je i laboratorní třecí miska s delším tloučkem. Před třením je třeba nahrubo připravený materiál přesít a oddělit na tření jen jemnou frakci, hrubou vrátit zpět ke tlučení. I když pokusy dokazují, že i materiál rozdrcený na hrubost krupice má svou účinnost, je lépe dosáhnout co nejjemnějšího produktu, jemné moučky podobné mouce na vaření a pečení.

Takto získaný prášek smícháme s vodou na kašičku, kterou vyplníme kravský roh. Vybereme roh zvláště pěkný, dobrý, zformovaný a od krávy již vícekrát otelený, ne však přestarlý. Kašičku necháme v rohu odstát (několik hodin, den) a přebytečnou vodu opatrně slijeme. Roh uložíme do země, do jámy vykopané jako pro roháček. Navíc dbáme na to, aby jáma byla na místě, kam svítí celý den slunce. Křemenáček zakopáváme do země brzy po Velikonocích a vyzvedáváme ho koncem září počátkem října. Získaný křemenáček dáme do sklenice, příp. ponecháme v očištěném rohu a uchováváme ho na světlém, nepromrzajícím místě – např. na okenním parapetu.

Využití

Křemenáček používáme stejně jako roháček po rozmíchání ve vodě. Pro míchání platí postup popsán u roháčku. Na 1 ha potřebujeme asi 50 litrů vody a asi 4 g křemenáčku (což je asi 10x na špičku nože). Pro postřik křemenáčku nám na větších plochách poslouží traktorový postřikovač či zářadová stříkačka. Na malé zahrádce vystačíme s ručním rosičem (rozprašovačem) z plastiku, který je dnes běžně ke

koupi (problémem u něho je, že se křemenáčkem ucupává). Křemenáček neaplikujeme po kapkách jako roháček, ale ve formě mnohem více rozptýlené – jako jemnou mlhu. Aplikujeme ho na již aktivní, asimilující rostliny, které jsou alespoň mírně vzrostlé.

U rostlin zcela mladých, které zakořeňují, by použití křemenáčku mohlo právě tendenci tvorby kořenů zbrzdít. Taktéž se vyhneme aplikaci za chladných dnů, kdy mají rostliny listy schoulené zimou, a na rostliny záhy po přesazení. První možný ter-



Zpracování křemene na farmě biodynamického zemědělce Johanna Moscona v Rakousku.

FOTO z exkurze slovenských zemědělců z EKOTREND Slovakia 2016. (Bio 6/2016)

mín postřiku křemenáčkem je orientačně: u obilnin – na konci odnožování – počátku sloupkování; u krmných plodin, je-li jejich porost alespoň 10 cm vysoký. V zahradnictví zhruba v okamžiku, kdy již můžeme zřetelně rozlišit to, co chceme sklízet – např. začne-li kořen mrkve červenat, sálát stáčí listy v náznaku hlávky apod.

Pro podpoření asimilace a růstu stříkáme preparát 501 ráno, za pěkného slunečného počasí. Takto aplikovaný křemenáček podpoří růst i přechod do kvalitativních fá-

zí rostlinného vývoje, do kvetení a tvorby plodů. Křemenáček je možné použít i odpoledne, a to tehdy, chceme-li příznivě ovlivnit kvalitu a vyzrání plodů a semen, tedy ukládání asimilátů. I zde musí však rostlina vegetovat – nemá tedy cenu stříkat např. obilí, které má již zaschlý i poslední praporcový list.

Křemenáček se stejně jako roháček snažíme spotřebovat záhy po namíchání, protože jeho účinnost posléze klesá. Podle R. Steinera zprostředkuje křemen obsažený v půdě kosmické působení související se světlem a teplem.

Křemík ve formě oxidu s kyslíkem tvoří zhruba 3/4 slupky zemského povrchu. Křemenáček stříkaný na rostliny podporuje schopnost rostlin využívat správné působení světelných sil. Zatímco roháček podporuje zemské síly, růst kořenů pod povrchem země, křemenáček působí přes nadzemní rostlinné orgány na zprostředkování a využití světelných a tepelných sil. Nejlépe je proto v průběhu roku používat jak roháček tak křemenáček.

V Zemědělském kurzu (R. Steinera – pozn. red.) je jejich vzájemné se doplňující účinek popsán tak, že jeden zesiluje vytlačuje (roháček) a druhý shora táhne (křemenáček), a to ani příliš silně, ani příliš slabě. Příbuznost křemenáčku se světlem mu dává schopnost přijmout během jeho přípravy v letní polovině roku takové síly, které mají po rytmickém rozmíchání a postřiku povzbuzující účinky od listů až po kořeny.

Účinky křemenáčku na rostliny se projevují také zvýšením odolnosti rostlin proti chorobám, podporou růstu, lepším vyzráním plodů, vyšším obsahem éterických olejů, zlepšením chuti a skladovatelnosti produktů aj. V pokusech křemenáček zvyšoval u rostlin aktivitu enzymů a odolnost proti houbovým chorobám, ale křemen připravený bez použití rohu neměl takový vliv na zvýšení odolnosti jako normální křemenáček...

Křemenáček vydrží několik let, a proto je výhodné připravit si ho do zásoby. Také jeho potřeba není velká – orientačně se udává, že pro zemědělský podnik s 150 ha plochy stačí na celý rok a při několikanásobném ošetření obsah jednoho rohu.

Pro míchání postřikových preparátů, trávající jednu hodinu, není nutné, aby jej prováděl pouze hospodář. Naopak – je možné využít každé ruky, která je k dispozici a která tuto činnost zvládne. Může to být učeň, praktikant, mladík konající civilní službu či odrostlé a dostatečně silné dítě (jde totiž o práci vyžadující jistou sílu a vytrvalost).

**Petr Dostálék, Radomil Hradil:
Biologicko-dynamické preparáty**

KRAJ VYSOČINA

Dvorský statek Olešinka

PRODEJ ZE DVORA: koží **biomléko** a bioprodukty z něj (zrající a přírodní sýry, ochucené sýry, žervé, tvaroh, jogurty, jogurtové mléko); zelenina a brambory.

Objednejte se na tel.: 775 661 407, kozidvorek@seznam.cz, více na www.kozidvorek.cz

OLEŠENKA 10 – U PŘIBYSLAVI

KRÁLOVÉHRADSKÝ KRAJ

BAZALKA

Prodejna biopotravin – zdravé výživy, dietní výrobky, čerstvé pečivo, saláty, tel.: 775 360 721,

Rokitanského 169, HRADEC KRÁLOVÉ
Bazalka biosamoobsluha – bohatá nabídka bioproduktů, čerstvá zelenina, tel.: 739 714 830,

Gočárova 516, HRADEC KRÁLOVÉ
Bazalka ve dvorku – alternativní jídelna, tel.: 739 714 831,

K. H. Máchy 747, HRADEC KRÁLOVÉ

PARDUBICKÝ KRAJ

ŠPALDA, nekuřácká restaurace a prodejna

Obědy, večeře, svačiny, celozrnné pečivo, zákusky a dezerty bez cukru, biopotraviny, biokosmetika.

Tel.: 463 351 435, www.bio.spalda.cz

Třída Míru 64, PARDUBICE
PALACKÉHO ULICE 2417, PARDUBICE

OLOMOUCKÝ KRAJ

Podniková prodejna PRO-BIO ve Starém Městě

Otevírací doba: Pondělí až pátek: 8:00-15:30, Sobota 9-11 h., pouze prosinec – březen, červen až září.

Tel.: 583 301 952, probio@probio.cz
LIPOVÁ 40, 788 32 STARÉ MĚSTO, OKR. ŠUMPERK

SLOVENSKO

Bioobchod Malý princ

Prodej biopotravin a kontaktní místo pro odběr Bio a literatury z Česka,

tel.: 00421-326400400,

medal@bio-obchod.sk, www.bio-obchod.sk,

MIEROVÉ NÁMESTIE 29, 911 01 TRENČÍN

SOUKROMÁ INZERCE

Jsi švarná, v lodičkách i holínách, s chutí být (i jen střídavě) v chalupě poblíž jezera, v trvalém doteku s přírodou i kulturou, štihlá 40 až 60? Plus plavání, muzika i vínko? BERU! Nejlépe od MB-ČL-Mělníka... „Umiš ještě puslu s rozběhem!“

Akční solitér 65/178 na SMS 725 566 934.



Podniková prodejna obchodní společnosti PROBIO ve Starém Městě p. Sn., Lipová 40

FESTIVAL EVOLUTION PODZIM

Každý rok pro vás připravujeme festival jako místo, kde pod jednou střechou najdete vše, co souvisí se zdravým životním stylem a osobním rozvojem; od nákupů přes ochutnávky a poradny až po festivalové programy pro celou rodinu.

A protože roste nejen zájem návštěvníků o tento typ akce, ale rozšiřuje se i nabídka vystavovatelů a počet zajímavých programových témat, rozhodli jsme se Festival Evolution pořádat dvakrát ročně.

A tak vás letos poprvé můžeme pozvat také v září.

Co na podzim chystáme?

* **Prodejní stánky** v Pravém křídle i na venkovní ploše s pestrou nabídkou bio, eko a přírodních produktů.

* **Pět programových podíí** s přednáškami, workshopy, lekcemi vaření a ukázkami kreativních a pohybových aktivit apod.

* **Street food** – zóna s občerstvením a velkým výběrem bio, raw, veggie, vegan a fair trade potravin.

* **Farmářský a bio trh** na venkovní ploše s nabídkou čerstvých potravin.

* **Dětské programy**, tvořivé dílničky, pohybové aktivity, hlídací koutek.

V rámci tematických okruhů Bio, Eko, Zdraví, Fit a Osobní rozvoj se představí naši tradiční i noví vystavovatelé.

Celý festival pak zakončí koncert **Vojty Dyky** s B-Side Bandem.

Zveme na Výstaviště Praha Holešovice **23. a 24. září.**

Ctirad Hemelík

Vážený čtenáři Bio,

ocitli jsme se v pololetí roku 2017, snad se Vám čísla i v této podobě vyhovovala. Ne samozřejmě všem. Mnoho čtenářů se zajímalo, proč jim Bio nepřišlo do poštovní schránky, ale že nemají počítač a internet.

S tím nemůžeme v redakci nic dělat. Snad jim pomohou jejich děti či přátelé a časopis jim vyzvednou a vytisknou. Opravdu jsme již nemohli riskovat nezaplacení tiskárny. I když je to takové smutné, nemít nic v ruce a co rozdávat...

V letošním červencovém čísle jsme mnoho stránek nepřidali. Ostatně v únoru a březnu jste nějaký „nášup“ ve stránkách měli. Polepšíme se v zářijovém čísle, možná i dříve, po cestě na permakulturní zahrady a hospodářství Moravy, Slovenska a ekologického institutu v Maďarsku bude o čem psát.

Těšíme se, že nám pochlubíte se svými poznatky ze zahraničních cest i z těch domácích a pošlete nějaké fotografie se zážitky.

Hezké léto a dobrou úrodu!

Mirka Vohralíková

**PROPAGACE
PRODEJE
BIOPOTRAVIN**



**Zveřejníme řádkovou propagaci
prodejny zdravé výživy
a biopotravin
za 400 Kč/rok vč. DPH.
Čtenářů e-BIO máme 1 300.**

REDAKCE:
Jungmannova 1403
Hradec Králové
tel.: 608 476 828



vhpress1@seznam.cz
bio.noviny@tiscali.cz

Toto číslo vyšlo elektronicky
4. července 2017, ročník 21, č. 7
ISSN 2533-6673

BIO bylo mezi lety 1997–2016
registrováno: MK ČR E 11409

Redakce

PhDr. M. Vohralíková, šéfredaktorka
Mgr. Kateřina Čapounová
Mgr. Sylva Horáková

Redakční rada:

Ing. Jiří Urban, Ing. Petr Dostálek,
Ing. Radomil Hradil

Jazyková úprava:
redakce

Autorský kolektiv: Waltraud Grego-
rová, Ing. Petr Dostálek a další.

Rozšiřováno prostřednictvím před-
platného, zasíláno elektronicky.

Neoznačené snímky jsou majetkem
redakce.

Distribuce na Slovensku

Mediaprint-Kapa Pressegrasso, a. s.,
Stará Vajnorská 9, P. O. BOX 183,
830 00 BRATISLAVA. Infolinka:
0800 188 826. E-mail: info@ipred-
platne.sk,
objednavky@ipredplatne.sk;
www.ipredplatne.sk

Sazba a DTP: vh press Hradec
Králové

INZERCE

Inzerát řádkový soukromý (180 úho-
zů) za 100 Kč, firemní 300 Kč, text
pošlete v dopisu, SMS, e-mailem, viz
výše. Platba na účet
2319256023/0800.

Plošná firemní inzerce od 20 Kč za
cm², podle rozsahu a počtu
opakování.

Měsíčník BIO je mediální
partnerem pro:

**PRO-BIO, Svaz ekologických
zemědělců, z. s.**
Nemocniční 53
787 01 Šumperk
tel.: 583 216 609
pro-bio@pro-bio.cz
www.pro-bio.cz



PROBIO
Ruč za kvalitu

PROBIO, obch. spol., s.r.o.,
Lipová 40
Staré Město pod Sněžníkem
583 301 951, f: 583 301 960
www.probio.cz

Věra Strnadová: Vtipné kaše – namíchejte si ty vaše

První kniha nové edice Jídlo jako lék – recepty plné zdraví

Kaše jsou hitem zdravé výživy číslo jedna, a navíc tak praktické! Jejich kouzlo tkví ve snadné přípravě a výživové hodnotě, ovšem také v rozmanitosti chutí a rafinovanosti kombinací všemožných zdravých surovin. S pomocí této knihy vykouzlíte během chvilky sladkou či slanou kaši přesně podle svého gusta. Naučíme vás vařit kaši jáhlovou, čirokovou, pohankovou, špaldovou, ale třeba i kaši z quino, tsampy či teffu. Poradíme, jak si snadno připravit rostlinná mléka (např. ovesné, mandlové, kokosové, rýžové), čím si kaši zdravěji osladit (všechny zdravější alternativy cukru – sirupy, panela, obilné slady, melasa...). Vysvětlíme, jak a kdy používat všechny možné důvtipné doplňky – zdravé tuky a oleje, oříšky, semínka, koření a bylinky a další suroviny, co se do a na kaše vejdu. Mnoho receptů je bez lepku, bez laktózy, téměř všechny recepty jsou veganské a jsou určeny pro děti i dospělé. V knize najdete také rychlé kaše, hotové do deseti minut, ale i řadu dalších specifických variant – např. kaše vhodné na léto či zimu, při rekonvalescenci... Kniha zahrnuje rovněž praktické tipy, např. jak si kaši zabalit jako svačinu.



Autorka **Věra Strnadová**, úspěšná food-bloggerka, lektorka kurzů vaření, praktikující jogínka a máma dvou dětí, seznamuje se základními poznatky o jídle z pohledu ájurvédy a uvádí je do praxe. Své aktivity i recepty publikuje na stránkách www.veruska.cz a blog.veruska.cz, objevuje se i v pořadech České televize Dobré ráno a Sama doma.

Formát: 172 x 240 mm Vazba: pevná vazba, celobarevné, každý recept s fotografií, počet stran 192, cena 399 Kč – www.smartpres.cz.

MEDICA PUBLISHING

PRO STÁLE AKTIVNÍ ŽENY

Ovládněte své hormony jídlem
Fit po padesátce. Klimakterium v pohodě
Brožovaná, 20 str. 196 Kč 440
Jen za +/- 100 kalorií 441
Brož 64 stran, 159 Kč

DOMÁCÍ PEČENÍ

Kváskový chleba 436
Stran 120, brož., cena 199 Kč
Stručná celozrnná kuchařka Bio 439
Stran 70, brož., cena 109 Kč
RETRO kuchařka – Domácí recepty 432
Str. 146, brož., cena 129 Kč
Automatická domácí pekárna 423
Stran 120, cena 199 Kč

RACIONÁLNÍ RECEPTY

Špalda a ječmen 420
Stran 116, brož., cena 159 Kč
Oves a žito 418
Brož., str. 80, cena 75 Kč
O. Dufek: Zeleninové saláty 422
Stran 96, brož., cena 129 Kč
Vegetarián labužník 434
Brož. stran 64, cena 79 Kč
Jarní a zimní zeleninové menu 438
Stran 148, brož., cena 149 Kč
Kukuřice – rýže – jáhly – pohanka 411
Stran 72, brož., cena 89 Kč
Luštěniny + hrášek a fazolky 421
Stran 84, brož., cena 96 Kč
TOFU – zdravě bez cholesterolu 415
Brož., 80 stran, cena 109 Kč

PRO-BIO Svaz z. z.

VÝSEVNÍ DNY 2017

M. K. Thun a Ch. Schmidt Rüdtova
Cena: 67 Kč 230
(Jeden výtisk včetně poštovného za 85 Kč)

METODIKA PRO PRAXI

– CENA 50 Kč

Biobrambory. Jak ekologicky vypěstovat
kvalitní brambory 232

Faremní zpracování mléka
v ekologickém zemědělství 233

Porážka a zpracování masa
v ekologickém zemědělství 234

BIOINSTITUT OLOMOUC

BULLETINY – CENA 30 Kč
EKOLOGICKÉ OVOCNÁŘSTVÍ NA
VYŠŠÍCH KMENNÝCH TVARECH 210

ÚDRŽBA NÍZKOKMENNÉHO
OVOCNÉHO SADU 211

Nudle, špagety a spol.
Brož., 98 str., cena 89 Kč 416

Tvaroh a čerstvé sýry...
Brož., 132 str., cena 129 Kč 417

České ovoce v kuchyni
Brož., str. 64, cena 49 Kč 419

AMARANTH
Stran 64, brož., cena 89 Kč 401

RECEPTY PRO DĚTI A JEJICH MAMINKY

VAŘÍME DĚTEM chutně a zdravě
Stran 338, vázaná, cena 352 Kč 412
Polévky a kašičky pro nejmenší
Str. 100, brož., cena 199 Kč 413
Nastávající a kojící maminky si vaří
chutně a zdravě 426
Stran 112, brož., cena 229 Kč

DIETY A RADY LÉKAŘE

Atopický ekzém – alergie – astma 429
Str. 172, brož., cena 211 Kč
Osteoporóza. Dieta při odvápení kostí
128 stran, brož., cena 59 Kč 604

Jak objednat tituly?

Publikace, které jste si z nabídky
knih vybrali, objednejte e-mailem
nebo prostřednictvím webu www.bio-mesicnik nebo SMS na tel.: 608
476 828.

Publikace pošleme se složenkou na
účet nebo s fakturou. Soukromý inze-
rát – jen za 100 Kč za 180 úhozů –
objednejte obdobně jako knihy, text
pošlete na jeden z uvedených kon-

Bio – archiv čísel dle ročníků 2004–2016

Cena 150 Kč 104

Petr Dostálek a kol.: Pěstujeme
vlastní semínka

Uchování bohatství a rozmanitosti
užitkových rostlin, ekologické pěst-
ování. Brožovaná, 132 stran,
barevné snímky.

Cena 145 Kč 247

PŘEDPLATNÉ BIO 2017 – elektronicky, v pdf, 170 Kč/rok

Zaplatit můžete na účet: 231 925 6023 / 0800

Starší čísla zašleme, stažený soubor si můžete vytisknout, je stejný, jako bylo tištěné Bio.
Noví předplatitelé, kontaktujte prosím redakci – vhpress1@seznam.cz.

Bio, vhodné pro čtení v různých aplikacích v mobilu aj. můžete objednat prostřednictvím

<https://www.alza.cz/search.htm?exps=bio-pro-trvale-udrzitelny-zivot&publero=1>

OSLAVME SPOLEČNĚ
25 LET

BIO SLAVNOSTI

15. 7. 2017

Staré Město pod Sněžníkem

Areál firmy PRO-BIO | od 10:00

EXKURZE | BIOJARMARK | HUDEBNÍ PROGRAM
VLADIMÍR MIŠÍK & ETC | ZRNÍ | A DALŠÍ
PRODEJ BIOPOTRAVIN | OBČERSTVENÍ V BIOKVALITĚ
AKCE PRO DĚTI | ŠPALDÍKŮV DĚTSKÝ KOUTEK
DOPROVODNÝ PROGRAM

BIOVIVA
s.r.o.

www.bioslavnosti.cz

PROBIO
Ručička za kvalitu

hlavní partneři

Akce se koná pod záštitou ministra zemědělství Mariana Jurečky

Akci finančně podpořil Olomoucký kraj

mediální partneři



deník

[OL]
tyou

Venkov marionne & styl

Hradec Králové
Český rozhlas



Olomouc
Český rozhlas

doris | Středisko volného času
a zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků
Doris Šumperk

KAM
PO ČESKU REDAKCE
www.kompocesku.cz