

Z P R A V O D A J

č.132



*Všem členům
hezké jaro a léto
nejen na zahrádkách*

březen 2015

Vychází 3x ročně

Ediční rada Zpravodaje: Jitka Knížková, odp. redaktorka (j.knizkova@centrum.cz),
Zuzana Holancová (zuzana.holancova@centrum.cz),

Soňa Neumannová a Dana Velebová

Kresby: Marie Tvrdková

Tisk: Tiskárna J+H, Praha 3

Techn. zpracoval: Jan Heřmánek

Internet: www.czsos.cz/hortiklub

Nezapomenutelná přítelkyně paní Sýkorová



Činnost Českého zahrádkářského svazu má několik rovin. Zahrádkáři obdělávají půdu a pěstují různé plodiny v zahrádkářských koloniích, přídomních zahradách v různých klimatických podmínkách. Zajišťují vzdělávací akce, pracují s mládeží a pořádají velké množství výstav. Vedle místních, okresních a krajských výstav se realizují celostátní výstavy, které organizačně zajišťují pracovníci ústředí Praha. Jednou z největších celostátních výstav byla výstava jarních cibulovin, Narcis v Lysé nad Labem. Výstavní exponáty poskytovaly specializované základní organizace ČZS, především Narcis Kladno, ale i Hortiklub, který se prezentoval rozsáhlou expozicí pokojových květin. Expozici Hortiklubu měla vždy na starost paní Sýkorová. Drobná žena, ale s obrovským elánem a srdcem, expozici vždy pečlivě připravovala a zkoušela neúnavně různé estetické kombinace rostlin. Každý problém při výstavě a že jich nebylo málo, řešila s úsměvem v naprostém klidu a s nadhledem. Připravená obětavě pomáhat s prací v expozici i druhým vystavovatelům.

V Praze na ústředí se každoročně zúčastňovala jarních a podzimních porad o výstavní činnosti v daném roce, zadané úkoly plnila velmi rychle svědomitě a s nadšením. Vždy budeme na ústředí ČZS v Praze na tuto milou a obětavou členku Hortiklubu vzpomínat s láskou a radostí v srdci. Jsme velice rádi, že jsme měli možnost a čest s tak neobyčejným, příjemným člověkem spolupracovat na výstavách v Lysé nad Labem.

Pracovníci ústředí ČZS, Praha
Jana Loudová, Ing. Miroslav Šmoranc

OSOBNOSTI V OBORU ZAHRADNÍ ARCHITEKTURY - IX

Václav Vojtěch Skalník

Zahradní architekt a tvůrce parků (29.6.1776 – 7.10.1861)

Vynikající zahradní architekt a tvůrce parků v Mariánských Lázních.

Městské parky jsou dodnes chloubou města a každý je okouzlen jejich elegancí a pestrá skladbou různých druhů dřevin.

Parky se z velké části dochovaly v podobě, v jaké je před více než 100 lety navrhl a realizoval geniální zahradní architekt Václav Skalník.

Syn pražského uměleckého zahradníka Antonína Skalníka a jeho ženy Rozálie se narodil 29.června 1776 v Praze, ale dodnes se neví, jestli to nebylo v Hoříně u Mělníka. Jeho otec měl na starosti Lobkovicovu zahradu na Malé Straně. Václav, stejně jako jeho starší bratr Antonín, získal hlubší základní vzdělání a naučil se francouzsky. V 16 letech odešel do učení ke slavnému

architektovi Christianu Kühnelovi, který pracoval v zahradách hraběte Šporka. V té době procházelo sadovnictví revolučními změnami. Klasické francouzské parky s geometrickým řešením vytlačoval typ anglických parků, vyvolávající dojem pravé přírody s jen málo umělými prvky. V roce 1795 jako 19 letý odešel Václav na praxi do Vídně, aby tu pokračoval ve studiích, a potom do Harrachovy zahrady v Mostě nad Litavou na rakousko-maďarských hranicích. Zde poznal Terezu Mayerovou, dceru zdejšího sochaře. S ní se 18.ledna 1801 oženil. Po svatbě se s manželkou vrátil do Hořína u Mělníka k pánům Lobkowicům. Zde se jim narodili 2 synové – Karel (3.11.1802) a František (15.11.1806). Už ve svých 30 letech byl uznávaným dendrologem a botanikem. Stal se členem Botanické společnosti a byl zván na konference na zámek Březina k hraběti Šternberkovi. Také tehdejší vládce Čech hrabě Kolowrat, který byl ve funkci Nejvyššího purkrabí, se o jeho práci velmi zajímal. Skalník na práce do Mariánských Lázní dlouhá léta jen dojížděl z Hořína, ale později, v roce 1821 si v Mariánských Lázních postavil dům „Strauss“ (dnešní Merkur) a zde žil a pak i zemřel.

Jako zaměstnanec premonstrátského kláštera v Teplé už od roku 1817 prováděl velkorysé úpravy močálovitých pozemků a spolu s finanční podporou samotného tepelského opata Karla Kašpara Reitenbergera a za vydatné podpory klášterního lékaře MUDr. Josefa Jana Nehra, který v roce 1779 prokázal léčivé účinky místních minerálních pramenů. Nejstarší písemná zpráva o zdejších minerálních pramenech ale pochází z 28.dubna 1528. Je to dopis krále Ferdinanda I. tepelskému opatovi Antonovi, aby zaslal do Prahy vzorky Slaného (dnes Ferdinandova) pramene. Dopis potvrzuje, že už počátkem 16. století byly v Praze informace o pozoruhodných tepelských kyselkách. Opat Reitenberger hned v roce 1818 podal žádost o vyhlášení Mariánských Lázní veřejnými lázněmi a čekal na reakci Nejvyššího purkrabího Čech hraběte Kolowrata. Hrabě ustanovil čtyřčlennou komisi k přípravě nových lázní za předsednictví svobodného pána Münch-Bellinghausena. Komise zpracovala a předložila řadu návrhů k výstavbě lázní. Poté byl doručen 20.listopadu 1818 do tepelského kláštera dekret hraběte Kolowrata, datovaný 6.listopadu 1818, jímž se vyhláší Mariánské Lázně veřejnými (otevřenými) lázněmi. Zkrášlovací práce by neměly finančně poškodit klášter, který bude mít velké výdaje na stavby. Proto se od sezóny 1819 bude vybírat lázeňská taxa dva zlaté od každého, kdo bude v lázních víc než 3 dny.

Ale zpět k Václavu Skalníkovi.

Skalník zůstával nadále ve službě u Lobkowiců, bydlel v Hoříně a sem dojížděl, aby řídil terénní úpravy. Nechal zasypat rokle, vysušit bažiny a založil nádherné parky, které mají nejen botanickou, ale i výtvarnou hodnotu. Zbudoval řadu vycházkových cest a altánů, kde se může návštěvník pokochat elegancí parků i pestrou skladbou dřevin. Protékající Úšovický potok jen dotváří oázy klidu a odpočinku. Park je v současné době doplněn uměleckými díly současných autorů a v okolí je opravena řada historických domů.

Ve 20. letech 19. století to byl obrovský rozmach tohoto pozoruhodného místa. Zahradní architekt Skalník spolu s architektem Jiřím Fischerem

a stavitelem Antonem Thurnerem vytvořili z nehostinného bažinatého údolí v letech 1817–1823 půvabné parkové lázeňské město s klasicistními a empírovými domy, altány, pavilony a kolonádami. První lázeňský dům byl postaven v roce 1808.



*Mariánské Lázně -
Křížový pramen*

Der Kreuzbrunnen zu Marienbad.

Anglický park ve středu města v rozloze 18 ha, také terasa promenády mezi Křížovým a Karolíniným pramenem, terénní úpravy Horního (nyní Goethova) náměstí, výsadba velkého množství domácích i cizokrajných dřevin, v parcích i v okolních lesích, vybudování cest a altánů, přemostění potoků a úpravy vývěrů pramenů a jejich okolí – to vše bylo Skalníkovovo dílo. A také geniální prostorové členění města, které je z větší části zachováno dodnes. Ale málokdo ví, že v listopadu 1819 podal Skalník žádost o místo vrchního zahradníka C.k. botanické zahrady ve Vídni. Doporučil ho hrabě Kašpar Šternberk a označil za „šikovného a šťastného kultivátora“. Rozhodnutí z C.k. míst však nebylo kladné a místo ve Vídni mu tak uniklo. Naproti tomu opat Reitenberger přímo Skalníka zasypával prosebnými dopisy s touhou získat ho trvale pro lázně. 9.9.1820 píše: „Nejlepší příteli! Váš příchod je o to nutnější, že jsme chtěli na podzim postoupit s pracemi, a to nemůžeme bez vašeho vedení“. Opat připravil smlouvu i stavební parcelu pro Skalníka. V roce 1819 zemřel kníže Anton Isidor Lobkovic a zdá se, že Skalník váhal jednat s mladým knížetem Lobkowicem. Nakonec to nechal rozhodnout knížete samého a dál dojížděl z Hořína do Mariánských lázní, budoval tu velké dílo, ale rozhodnutí přestěhovat se nepadlo ani v roce 1820, ani 1821. Ale koncem toho roku koupil Skalník parcelu v Mariánských lázních poblíž Křížového pramene. Po zakoupení parcely psal spokojený opat Skalníkovi, že cihly i vápno ke stavbě dostane za výrobní cenu a co se týká dřeva „uděláme, co bude možné“.

Tepelský klášter Skalníka v roce 1824 jmenoval starostou obce, tehdy ještě s titulem „představený“ (Gemeindevorsteher) a pověřil ho vedením stavebního, kulturního, finančního a sociálního úřadu. Zároveň dozíral také na provoz lázní a na zasilání minerálních vod. V roce 1866 byly Mariánské Lázně povýšeny na město a již počátkem 20. století patřily mezi nejvýznamnější evropská střediska. Léčení se v nich podrobili i významní vládcové, pašové, šáhové, anglický král Edvard VII., rakouský císař Franz Josef I., a navštívila je také řada významných osobností jako Goethe, Chopin, Liszt, Strauss, Wagner, Kipling, Edison, Nietzsche, Twain, Gogol, Kafka, Freud a další. Anglický král Edward prohlásil: „Procestoval jsem mnoho zemí světa a všechna lázeňská města Evropy, ale nic mne tak neokouzilo, jako nádherná poetická krajina Mariánských Lázní“. A to musela být nejen v té době reklama reklam. Skalník byl také v historii města nejdéle sloužícím starostou – celých 19 let.



Václav Skalník se také zajímal o okolní rozmanitou květenu a vznikl tak rozsáhlý herbář, který po jeho smrti převzal syn Karel. Kromě jiného byl i velmi dobrým kreslířem a podle jeho kreseb vznikla řada rytin Mariánských Lázní. Před válkou se lázeňský park uváděl jako „Central-park“ (Ústřední park), za socialismu nesl jméno „Sady Boleslava Bieruta“ a teprve po roce 1989 má důstojný název po svém autorovi „Skalníkův park“.

Václav Skalník se plných 44 roků věnoval budování parku a města. Po odchodu opata do vyhnanství (1827) nemohl klášter Skalníka propustit, protože byl pro lázně nenahraditelný. A tak zůstal ve funkci purkmistra a pilně pokračoval ve své zahradnické a parkotvorné práci již za trvalé pomoci svého syna Karla. V roce 1843 ve svých 67 letech předal purkmistrovský úřad hoteliérově Halbmayrově a v dalších letech postupně předával parky a péči o ně synovi Karlovi Skalníkovi.

Zemřel 7.října 1861 jako vdovec v 86 letech, kdy již 24.zářím 1861 obdržel poslední pomazání od tehdejšího kaplana-katechety Alfréda Clementso – příštího slavného opata (1887-1900).

Je pochován v rodinné hrobce v Mariánských Lázních. Byla to doba, kdy odcházela celá generace budovatelů lázní – kronikář Felbinger 1855, opat Reitenberger 1860, doktor Danzer 1862, doktor Heidler 1866. V novinách Bohemia (1861) napsal ještě dr.Adalbert Danzer v nekrologu o Václavu Skalníkovi: „ Z divokého údolí pramenů vytvořil nádherný park.“ Všechny sadby, úpravy veřejných prostorů, všechna zkrášlení se děla v Mariánských Lázních 44 roků pod jeho vedením. A k tomu 20 let řídil obec a lázeňský špitál pro chudé. Největší znalci jako Goethe, Zschocke aj. ocenili jeho dílo slovy velkého uznání“. Po jeho smrti jak již zmíněno, převzal péči syn Karel (1860-1874) a dále jeho syn Albert Skalník, jako již třetí generace Skalníků (1874-1911).

Mariánské Lázně dodnes ve svém středu dodržují Skalníkovu koncepci a jeho územní plány. Po rodině Skalníků je pojmenována ulice v Nových Úšovicích (bývalá Fučíkova). Po druhé světové válce v roce 1956 byl Skalníkův hrob důstojně opraven a v roce 1981 byl přímo na promenádě odhalen památník V.Skalníka a J.Fischera. Hrob Václava Skalníka se nachází na severní straně při zdi hřbitova a do dnešního dne byl několikrát upravován. Na náhrobku je plaketa se Skalníkovým poprsím od sochaře Břetislava Bendy. A s prostým nápisem „29.VI.1776 – 7.I.1861 - Václav Skalník – budovatel parků a města Mariánských Lázní“ .

V roce 1962 byla v parku ve svahu pod Reitenbergerovým pomníkem odhalena busta Václava Skalníka, která je dílem sochaře Josefa Bezděka a byla odhalena ke 100 výročí úmrtí tohoto geniálního zahradníka a architekta.



Busta V. Skalníka

vznikla Zítkova kolonáda, dále parková úprava lobkovických lázní v Bílině a také anglický park a alpinum v pražské Lobkovicově zahradě.

Skalníkův pravnuk Karl Hammerschmidt z Marquarsteinu napočítal v Mariánských lázních 27 domů, které patřili potomkům Václava Skalníka. Šlo

Přítomen byl tehdy i jeho pravnuk prof.MUDr. Max Wenke, DrSc. z Prahy. Ale po několika letech byla tato busta přemístěna na okraj Skalníkovy parku v blízkosti Hlavní třídy (proti domu Sanssouci). A o název domu „Skalník“ vedou spor zdejší Léčebné lázně (dům Skalník – Goethovo nám.čp.4) a dnešní Orea či Gen (pension Skalník – Anglická čp.242). V městském muzeu najdete Skalníkův portrét z roku 1845 od malíře Alberta Lusta.

A ještě nutno dodat, že další díla architekta Václava Skalníka můžete vidět např. v Karlových Varech, kde založil park, na jehož místě později

ve skutečnosti o potomky syna Karla Skalníka, který po otcově smrti převzal péči o parky. Rod Skalníků se během dvou generací značně rozmnožil. Karel Skalník, který byl rovněž městským zahradníkem, patřil mezi slavné a velmi vážené občany města. Proslul vysokou vzdělaností a vedle zahradnických výzkumů prováděl i meteorologická a astronomická pozorování ve městě. Jako vynikající odborník a učenec stojí zcela neprávem na okraji pozornosti historiků a zasloužil by si stejně pozornosti jako jeho otec.

Další Skalníkův pravnuk, který byl význačným zahradním architektem v Berlíně před druhou světovou válkou, uchovával Skalníkovu pozůstalost a mimo jiné spoustu dopisů např. od opata Reitenbergera aj.

J.Knížková

Čerpáno z
Hamelika.cz
Wikipédia aj.

Goji – kustovnice čínská

Kustovnice čínská (*Lycium chinense*) patří do rodu rostlin z čeledi lilkovitých a má až 100 druhů. V současnosti je nejznámějším druhem z kustovnic díky svému pozitivnímu vlivu na lidské zdraví.

Kustovnice čínská, jak ostatně název sám napovídá, pochází z Asie, kde roste především v jižní Číně. Je to sestřička kustovnice cizí, kterou často najdeme u nás v živých plotech, nebo se vysazuje na zpevnění svahů kolem dálnic. Je to keř o výšce až 3 m s listy dlouhými 5-7 cm.

Kvete fialovými květy a plodem je oranžovo-červená bobule délky 1-2 cm. První květy lze spatřit již během června. Plody se sbírají od srpna do října, podle vývoje počasí. Následně je sušíme a v této podobě je známe z obchodů.



Čínská medicína má kustovnici neboli Goji (čti godži) v repertoáru již po staletí. Pro své léčivé účinky se v Číně používají plody, listy, kořeny i kůra. Traduje se, že účinky plodů kustovnice čínské prodlužují život, jsou bohaté na vitamíny A, B, C, E, aminokyseliny, betakaroten, 21 stopových prvků a 8 polysacharidů a 6 monosacharidů. Díky svým účinkům se kustovnice čínská začíná šířit po celém světě, kde nachází své uživatele především mezi lidmi, kteří se aktivně zajímají o zdravý životní styl. V poslední době se Goji dostává i do České republiky a rychle si získává příznivce v řadách vyznavačů fitness, ale mají ji v oblibě všichni, co se chtějí cítit dobře.

Některé druhy kustovnic najdou uplatnění jako okrasné rostliny, především tam, kde všechny ostatní rostliny selhávají. Ale může být u nás i velmi obtížným plevelem.

Zaměříme se na kustovnici čínskou, která je vhodná pro konzumaci.

V jaké formě se tedy Goji konzumuje?

Snad ve všech možných. Kustovnici můžeme žvýkat, kousat a polykat i v její základní – tj. sušené podobě – podobně jako rozinky. Kuchaři se nevyhýbají přidávání plodů do koláčů, nebo ji používají jako ochucovadlo ke kuřeti, do polévek a do salátů. K snídani možná nepohrdnete mlsli nebo kaší s Goji. V neposlední řadě se z ní dělají čaje a výluhy.



Dávejte si pozor, kde kustovnici kupujete a berte pouze ve známém a ověřeném obchodě, nekupujte tedy levné, aby účinky goji byly pozitivní nikoliv opačné.

Pokud si chcete koupit vlastní sazenici a zkusit si ji sami pěstovat, opět kupujte sazenice pouze kustovnice čínské. Samotné pěstování usnadňuje fakt, že je plně mrazuvzdorná a i jinak celkově odolná a nenáročná. Květy Goji jsou

oboupohlavní, stačí tedy jen jedna sazenice. Doporučuje se spíše slunné a teplé stanoviště a pro lepší plodivost kvalitní zemina. Plody začíná nést druhým až třetím rokem po výsadbě. Dříve plodí rostliny množené řízkem. Sklizeň probíhá podle počasí obvykle 2 měsíce od července až do října. Plody sušíme, nebo mrazíme, a nebo konzumujeme čerstvé. Půda by měla mít ideálně pH okolo 8 a složení spíše písčitojilovité. Vhodným měsícem k výsadbě je březen a duben.

Jak sázíme

Sazenice dáváme ve vzdálenosti 2–2,5 m od sebe, v řádcích 1–1,5 m od sebe. Pro lepší start do vykopané díry přidáme vyzrálý hnůj nebo kompost. Pro hnojení lze tedy použít chlévskou mrvu, nejlépe na podzim. Koncem dubna pak močovinu a v květnu–červnu fosforečnan amonný. Koncem května můžete začít používat listový výživový postřik a užívat ho celou dobu kvetení a násady plodů. Zalévání opakujte každých 25 dní od konce dubna až do poloviny června. V září a říjnu pak jednou až dvakrát měsíčně. První a poslední zalévání může být vydatnější.

Jak prořezáváme

První až druhý rok zapěstujeme keř na délku 50–60 cm. Tím podpoříme obrst stěžejních kosterních větví a ty pak jsou základem pro korunu. Výhonky hlavního kmene zaštipněte na 10 cm, čímž se podpoří druhotné větvení. 3 až 4 větve hlavního kmene nechte nezkrácené. V následujícím roce vyberte nejsilnější výhon, který bude tvořit základ pro prodlužující se hlavní kmen, a tento zkraťte o 10–15 cm, opět pro podporu větvení. Další výhonky zkraťte také

o 10 cm. Na hlavním kmeni nechte 4–5 větví, které budou tvořit plodící obrost, ostatní větve odstraňte úplně. Následující roky opakujte postup zakracování, spodní větve vždy použijte pro zvětšení koruny. Vyrůstající vlky využijte na zvýšení koruny a 15–20 cm nad korunou je ustříhnete. Po 5–6 letech keře dosahují optimální výšky 1,5 m a podobné šířky. Prořezávejte nejlépe v lednu až březnu, kdy odstraníte hlavně staré a suché větve, které zbytečně moc zahušťují celý keř. Tím se uvolní prostor pro světlo a dojde k lepšímu provzdušnění keře. Jinak při práci pozor, je to keř trnitý!

Jak sklízíme

Plody sbíráme ve stadiu 80–90% zralosti. Nesbírejte po dešti! Bobule othávejte opatrně, aby nedošlo k jejich rozmačkání. Goji můžete sušit přirozeně venku ve stínu, ideálně při teplotě 30–35 °C. Konzumovat plody lze čerstvé nebo sušené v cereálních směsích do jogurtů. Skvělé je také přidávat Goji do ovocných koktejlů a šejkrů, jejichž základem může být třeba výživné konopné mléko. Čínskou specialitou je příprava čaje z Goji, podobně jako my to děláme s šípky. Goji lze po vyluhování čaje zkonzumovat.

Kustovnici čínské se říká potravinová perla čínské medicíny z podhůří Himálají (Ninxia) a také superpotravina 21. století. Působí na normální funkci jater a ledvin, pomáhá zprůchodňovat a uvolňovat energetické blokády. V úrodném himálajském podhůří, kde je Goji běžnou součástí stravy a kde je považována za symbol zdraví, pohody, síly vytrvalosti, krásy, sexuální potence a touhy, najdeme obyvatelstvo s nejdelší průměrnou délkou života.

Obsahuje kromě již zmíněných vitaminů nenasycené mastné kyseliny a množství fenolových pigmentů s antioxidačními vlastnostmi. Kustovnice kromě jiného likviduje volné radikály, posiluje imunitu a harmonizuje játra a ledviny, neutralizuje glutamáty, zlepšuje krevotvorbu a zlepšuje i ostrost zraku, snižuje impotenci, krevní tlak, lupénku, zlepšuje paměť.

Doporučené dávkování je asi 2 hrsti bobulí denně, menší děti max. poloviční dávku. Nedoporučuje se užívat večer před spaním, mohou nastat problémy s nespavostí.

Tradiční čaj pro stimulaci

2-3 čajové lžičky plodů *Lycium chinense* smíchejte s ¾ litru vody, povařte 3 minuty a scedte. Popíjejte během celého dne, nejdéle však do 17 hod. Čaj můžete lehce přisladit medem.

Pokud byste chtěli zkusit sami pěstovat kustovnici čínskou, prodává ji např. zahradnictví Krulichovi v Praze Na Petynce, zahradník Starkl, nebo zahradnictví Kruh u Jilemnice.

J. Knížková

Čerpáno z:

Prodejnabylin.cz

uspesna-lecba.cz

zahradnictvikruh.cz, aj.

Kurkuma – pozemská bylina slunce

„Kdybych se měl spolehnout jen na jednu bylinu v oblasti zdravotní i kulinářské, bez váhání bych sáhl po tomto indickém koření. Je na světě jen málo, s čím si kurkuma ve světě uzdravování nedokáže poradit a málo v čem by ji jiná bylina nahradila.“

(učitel, znalec a autor knih o ajurvédě)

Kurkuma, neboli indický šafrán, je koření ze sušeného mletého oddenku kurkumovníku dlouhého (*Curcuma longa*), žluté barvy. Jeho původ je v Jižní Asii, kde roste divoce, ale pěstuje se v mnoha teplých oblastech světa, např. na Srí Lance, v Indonésii, Číně, Peru, Haiti nebo Jamajce. Jeho největším producentem je ale Indie. Kurkuma je jedna z hlavních složek v pákistánské,



indické, perské a thajské kuchyni. V sanskrtu se nazývá ‚Harida‘ (žlutá), nebo ‚Gauri‘ (ten, jehož tvář je zářivým světlem) či ‚Kanchani‘ (zlatá bohyně).

Obsahuje 70% sacharidů, 7% bílkovin, 4% minerálů, 4% esenciálních olejů, asi 5% éterického oleje (hlavní složky sabinen, felandren a žluté barvivo kurkumin) a kromě toho také vitaminy, alkaloidy a pryskyřici. Je hlavní složkou směsi koření zvané kari. V Indii a Pákistánu, kde lidé tradičně konzumují jídla s kurkumou denně, je podstatně nižší výskyt rakoviny. Někdy se výtažky kurkumovníku dlouhého používají i jako lék proti rakovině. Tato asijská užitková rostlina z čeledi zázvorovitých má vynikající protizánětlivé účinky a je prokazatelným antioxidantem.

Zázračné účinky kurkumy:

- antiseptické a antibakteriální – lze dezinfikovat rány či popáleniny
- v kombinaci s květákem jako prevence proti rakovině prostaty
- snižuje riziko vzniku leukémie u dětí
- zabraňuje metastázám a růstu melanomů u všech druhů rakoviny
- je to přírodní čistič jater
- zmírňuje rozvoj Alzheimerovy choroby
- Číňané ji používají jako antidepresivum
- zvyšuje účinky chemoterapie i radioterapie a snižuje její vedlejší účinky
- urychluje hojení ran, čistí krev, pomáhá trávení a zabraňuje nadýmání
- u žen podporuje laktaci a u mužů pozitivně kvalitu spermatu.

Nejnověji se zjistilo, že významně podporuje mozkové kognitivní funkce, zejména u starších lidí. Je to přírodní a velmi účinný mozkový doping, který

poskytuje kari koření. Výsledky výzkumů byly zveřejněny v American Journal of Epidemiology.

Z kurkumy se také vyrábí škrobová moučka. Na trhu se objevuje pod názvem Arrowrot, někdy se také nazývá koa. Používá se zejména k zahušťování rybích a želvích polévek.

Kurkumy se také dá použít k barvení potravin. Například do bezvaječných těstovin, polévek, rýže apod. k dosažení žluté barvy.

Oddenky kurkumy se několik hodin vaří a poté po usušení jsou rozemlety na jemný prášek sytě žluté barvy. Aktivní složka kurkumin má zemitou, nahořklou, pepřovitou chuť s příchutí hořčice.

Rostlina je vytrvalá bylina se zdužnatělými kořenovými oddenky, podobnými našim kosatcům nebo oddenkům zázvoru. Z hlízovitého oddenku pak vyrážejí dlouhé řapíkaté listy a až 1,5 m vysoký stonek. Mezi listy vyrůstá hustý klas bleďožlutých kvítků. Plodem jsou mnohosemenné tobolky, které se ve zralosti samy otevírají.

Kurkuma nad zlato

Tato bylina se stala pro člověka velmi cenným artiklem, když bylo zjištěno, že prášek z jejího oddenku také uchovává potraviny déle čerstvé a udržuje také jejich nutriční hodnotu. Hrálá tak významnou roli v přežití a udržitelnosti v Jižní Asii a svého času byla ceněna víc, než zlato a drahé kameny. Nakonec ale byla nahrazena levnějšími konzervačními látkami syntetickými.

Koření kurkuma je známá také jako indický šafrán. Pro obsah barviva kurkumin je přidávána do slaných i sladkých jídel. Kuře, potřené směsí kurkumy s olejem, získá při pečení lákavou zlatou kůrčičku.

Kurkuma se používá také při uštknutí hadem či kousnutí pavoukem.

K neutralizaci otravy při uštknutí se v Indii pije tento nápoj:

3 polévkové lžíce hrubě sekaného oddenku se vloží do mixéru s půl šálkem vody a 2 minuty se mixuje. Pro zlepšení chuti lze smíchat s mrkvovou či rajčatovou šťávou. Když pak přidáme trochu mouky, vytvoříme pastu, která se přikládá na místo kousnutí.

Silný čaj z kurkumy, kdy se kořen vaří 15 minut, lze použít při častých teplotách nebo otocích způsobených požitím nevhodné vody či potravin. Roztok pomůže zase odstranit parazity.

Kurkuma pomáhá při trávení, je doporučována při nemocech žaludku a také pomáhá diabetikům. V neposlední řadě bych ráda zmínila také její použití v kosmetice. Její účinky jsou vyzkoušeny mnoha lety a prokázány stovkami vědeckých studií. Kurkuma podporuje dobrý stav a pěkný vzhled kůže. V Indii jí žen používají jako pleťovou masku pro zdraví a krásu. Čistí a vyživuje pleť, kůži nevysušuje a udržuje ji hydratovanou a zářivou. Používá se na ekzémy i na nežádoucí pihy.

Zlatavé koření však sehrálo důležitou roli i co se týká spirituálních zvyklostí. Někteří si jí cenili pro svou zlatou barvu, stejnou jako sluneční světlo a přisuzovali jí zvláštní ochranné vlastnosti. Lidé v jižní Indii dodnes nosí kolem krku kousek sušeného kořene kurkumy jako talisman, který je má chránit proti

zlu a nemocem. Lidé ve starověku věřili, že kurkuma obsahuje energii Matky Boží, pomáhá k udržení prosperity a čistí energetická centra v těle (čakry). Dodnes se používá při obřadech a při svatbách si nevěsta s ženichem navzájem natírají čelo pastou z kurkumy a santalu.

Jinak je také nejpoužívanější ajurvédskou bylinou.

Autor knihy „Kurkuma – ajurvédské koření života“ Prashanti de Jager MSc, píše: „Jak jsem putoval Indií, kurkuma se stávala zcela běžným jevem, nebo spíše zajímavostí, nejčastěji byla ke spatření červená kurkuma, sestra žluté. Používá se mimo jiné také jako tilak, tj. červená tečka mezi obočím u většiny hindských žen a i mnoha mužů. Tilak symbolizuje několik věcí, od manželství po zasvěcení. Jsem přesvědčen, že slouží jako medicína, neboť je aplikována na tzv. „třetí oko“, což je velmi citlivé místo, a tudíž mimořádně vhodné pro aplikaci bylin. Kurkuma pravděpodobně filtruje vnímání „třetím okem“. Také zřejmě pomáhá udržovat dutiny v obličejí čisté a chráněné před negativními vlivy“.

V současné době je ale zvláště u nás ještě zcela nedocenená.

J.Knižková

Čerpáno z:

National Geographic

Wikipedia

F.Polívka:Užitkové a pamětihodné rostl.cizích zemí

Rojíkovo koření

Wellnesslife

Rojovník

Rojovník bahenní (*Ledum palustre L.*) je stálezelený větvený keř se vzpřímeně postavenými větvemi, dorůstající výšky 50–150 cm. Mladé větvičky jsou plstnatě porostlé rezavými chloupky a přisedlé listy jsou čárkovité, kožovité, zesponu červenohnědé, celokrajné, se silně podvinutými okraji. Délka listu je asi 30 mm a šířka 3 mm. Na rubu jsou listy kromě chlupů pokryté i žlázkami. Květy vykvétají od května do června, jsou pravidelné a oboupohlavné a vytvářejí bohaté vrcholové okolíky. Kalich srůstá z pěti lístků, kališní lišty jsou tupé, koruna je tvořena 5 bílými, na konci tupými plátky. Jejich tvar je široce obvejčité a velikost je 10–15 mm. Tyčinek je 10, jsou rozmístěny ve dvou kruzích a jsou delší než korunní plátky. Svrchní semeník je žláznatý, srůstá z 5 plodolistů. Plody jsou hnědavé tobolky na převislých stopkách, které dozrávají v říjnu. Jsou velké 3–6 mm, pukají 5 chlopněmi. Celá rostlina silně voní! Na Sibiři lidé používali rojovník k odpuzování hmyzu, větvičky s kafrovou vůní dávali mezi šaty i do skladů s obilím. Vyšší dávky silice ale působí narkoticky a omamně. Germáni používali rojovník jako hořké koření do piva a tím se jeho opojné

účinky násobily. Takový nápoj prý posiloval i bojovnou zuřivost Vikingů. I v novější době bylo aromatizování piva rojovníkem obvyklé, v oblasti Hannoveru byl rojovník jako přísada do piva zakázán až v 18.století. Medicinální používání rojovníku přetrvávalo až do 20.století ve formě nálevů nebo tinktur jako potopudný a močopudný prostředek, dále proti kašli a zánětům v krku a také proti revmatismu. Vzhledem k jedovatosti při použití vyšších dávek se dnes používají homeopatika. Rojovník je jedovatý! Vnitřně dráždí žaludek a střeva, ledviny a močové cesty. Může se dostavit silná potivost, omámení, křeče nebo bolesti kloubů.

V homeopatii se používají sušené špičky větví. V rojovníku jsou obsaženy silice ledol, palustrol, karvakrol, thymol, myrcen, dále arbutin a stopy alkaloidů.

Pro vlastní potřebu se sbírání nedoporučuje.

Rojovník bahenní pochází ze střední a severní Evropy, roste v alpské oblasti, ve střední a severní Asii přes Sibiř až do Japonska. Najdeme ho také v Severní Americe. Roste v rašelinistích, močálech, v močalovitých lesích s břízami a borovicemi. Vyžaduje mokré stanoviště a rašelinu. Na mořském pobřeží bývá součástí pobřežní macchie. Méně často ho najdeme na pískovcových skalách, které jsou porostlé mechem. U nás se vyskytuje hojně v jižních Čechách, hlavně v CHKO Třeboňsko, ale i v pohraničních pohořích např. v NP České Švýcarsko, Ralské pahorkatině, Adršpachu, Českomoravské vrchovině a v Jeseníkách.



Rojovník bahenní patří u nás k ohroženým druhům a je chráněn zákonem. Na Slovensku patří ke kriticky ohroženým druhům a je rovněž chráněn.

Rojovník bahenní, rod *Ledum* druh palustre nebo také podle nového genetického řazení rod *Rhododendron* druh tomentosum – pěnišník – patří do čeledi vřesovcovitých (*Ericaceae*). Patří do něj asi 6 druhů, které se vyskytují v chladnějších oblastech mírného a subarktického pásma na severní polokouli, ale u nás má jen jediného zástupce – *Ledum palustre*.

U druhů této čeledi se vyskytuje erikoidní mykorhiza, díky které mohou tyto rostliny přežít i na silně kyselých stanovištích a ta jim umožňuje přijímat živiny, které jsou tam jinak těžko dostupné.

Jedno z největších rašelinistí v jižních Čechách – Severská tundra na Třeboňsku – se nachází u obce Jiříkovo údolí. Zdejší lokalita s blatkovými bory připomíná opravdu severskou tundu. Územím prochází naučná stezka. Je to přírodní rezervace a pokud se tam vypravíte v květnu až červnu, kdy rojovník

kvete, čeká vás nádherná podívaná. Pokud se vám to nepodaří uvidět na vlastní oči (a to vřele doporučuji) máte možnost na:

www.itras.cz/cerveneblato/galerie.

A na konec se přiznám, co mne inspirovalo k napsání tohoto článku. Byla to následující zpráva v některém z mnoha časopisů o zahradě, za které utrácím svůj důchod:

Jak břízy používají rojovník jako repelent

Při napadení škůdci vylučují některé rostliny těkavé látky, které umí nezvané návštěvníky odpudit a slouží jako varovný signál pro další příslušníky druhu v okolí. Ještě nenapadené rostliny mohou spustit v předstihu obranné reakce. Finští botanici nedávno zjistili na listech břízy bělokoré molekuly látek ledenu, ledolu, a palustrolu, které ovšem nepatří do jejich výbavy. Produkuje je právě náš již výše zmíněný rojovník bahenní, aby od něj odehnaly případné škůdce. Břízy je ovšem také dovedou zachytit a použít k vlastní ochraně.



Vysvětlivky:

Macchie (čti makie – z italského) je typ středomořské vegetace nahrazující mediteránní les. Je to vlastně keřovitý ekosystém, který je buď vysoký do 5 m, nebo nízký asi do 2m (např. Pistacia, Rosmarinum, Cistus, Erica aj.).

Erikoidní mykorrhiza je zvláštní druh endomykorrhizy, která umožňuje dodání anorganických látek rostlinám ve zvláštních půdních podmínkách jako jsou rašeliniště a vřesoviště. Mezi rostliny s erikoidní mykorrhizou patří také vřesy, rododendrony, borůvky a klikvy.

Více o jednotlivých typech mykorrhizy na: www.zahardickakucharka.cz

J.Knížková

KLUBOVÝ ŽIVOT

ZÁJEZDOVÁ SEKCE

Informace o zájezdech Hortiklubu 2015

1. zájezd se koná ve čtvrtek 21.května 2015

Z Prahy pojedeme do Kutné Hory, po prohlídce historického centra zamíříme do zahradnického podniku v Žehušicích v areálu okrasných školek „Konifery“. Další zastávkou bude firma Starkl v Kalabousku u Čáslavi. Cestování zakončíme v zahradnictví Štěpánek v Puceři u Čáslavi.

Cena zájezdu 250 Kč.

2. zájezd se koná v úterý 16.června 2015 a pojedeme do Německa do oblasti Lužice.

Z Prahy přes Drážďany do Cottbusu s historickým centrem, dále do rozárie ve Forstu.

Cestou nazpátek se můžeme zastavit na občerstvení v Drážďanech.

Cena zájezdu 500 Kč.

Odjezd na oba výlety je v 7.30 hod od hotelu Opera na Florenci, návrat cca v 21 hod. tamtéž.

Platby na oba zájezdy bude vybírat hospodářka pí. Pícková na jarním setkání 28.3.2015.

Vedoucí zájezdů E. Přibíková

SEKCE ARANŽOVÁNÍ

Podzimní aranžování se bude konat v Rokycanově ul. č.15 od 16 hodin (pozor změna!!):

20.10.2015 - podzimní vazba s paní Fantovou

24.11.2015 - výroba adventní dekorace

J. Melicharová

(tel. 606 929 818)

Jubilea 1.poloviny roku 2015

V první polovině roku se dožívají kulatých narozenin
tito členové Hortiklubu:

Pečenková Františka

Lejsková Jindra

Knížková Jitka

Heřmánková Jiřina

Červ Jaroslav

Velebová Daniela

Štětková Věra



**Výbor Hortiklubu přeje vše nejlepší, hodně zdraví
a spokojenosti a těší se s nimi na setkávání na všech našich akcích.**

* * * * *

Vážení a milé,
dovoluji si, jako již tradičně v tomto čísle Zpravodaje, popřát všem našim
členům i členkám:

Hezké jaro a léto nejen na vašich zahrádkách.

Budu se těšit na setkávání s vámi zase v našem podzimním běhu a velmi
bych si přála, aby žádný z vás nechyběl. Zároveň vás prosím o nová témata či
tipy na články do našeho společného Zpravodaje. Pokud v následující letní
sezóně někteří navštívíte nějakou zajímavou destinaci nebo akci, prosím
sepište stručné povídání. Nemáte-li počítač, ráda to do Zpravodaje přepíši.
Jinak příspěvky posílejte na můj dole uvedený e-mail nebo na adresu:

J.K., J.Masaryka 14, 12000 Praha 2

Děkuji a přeji hezké jarní i letní dny.

Vaše Jitka Knížková, odp.redaktorka

j.knizkova@centrum.cz

Za věcnou správnost příspěvku ručí autor a redakční rada si vyhrazuje příspěvky
krátit, stylisticky upravit a po dohodě s autorem eventuelně i doplnit.

Uzávěrka Zpravodaje č.133 je 1.9.2015.