

## BOHATÝ PROGRAM NA LISTOPAD

Není to tak dlouho, co jsem se zařekla, že akce budou maximálně dvě do měsíce. A? A zase jsem nevydržela. V listopadu se tedy máte opravdu na co těšit. A doufám, že mě v tom nenecháte a půjdete do toho s námi...

Hned prvním počinem bude **první středu v měsíci, to je 3. 11. od 18:00 hodin, vernisáž Zdeňka Zemana**. Nenechte si ujít překrásnou výstavu uspořádanou k sedmdesátým narozeninám tohoto výtvarníka. Jeho obrazy lákají poetikou starých dobrych časů, letní dovolenkovou náladou přímořských krajů anebo nedělní pohodou na sportovním letišti.

**Večerem nás doprovodí jazzový klavírista Zdeněk Zdeněk**. Výstava potrvá celý listopad.

Další týden vás pozvu na **workshop**, povídání či přednášku, jak kdo chce. Máte jasno v tom, co od vás váš partner očekává? A má v tom jasno on? Kdybychom to věděli, bude život mnohem jednodušší. **Mgr. Petr Starý** nám v tom udělá jasno. S jeho vtípem a humorem nám osvětlí, jak partnerskými vztahy proklíčkovat bez úrazu. **Udělejte si rezervaci na úterý 9. 11. od 19:00 hodin**. Vstupné 250 Kč.

Další akcí, kterou si určitě nenechte ujít je keramický **Master Class s výtvarníky Viktorem Žukem a Nadjou Katernogou**. Mnozí z vás znáte nejen jejich překrásnou keramiku, kterou vystavují v Zeleném Domě, ale také jste se již jejich kurzů zúčastnili. Proto také víte, že je třeba přijít v oba dny kurzu. **První neděli, 14. 11.**, se bude pracovat s hlínou. To, co vytvoříte odvezou a vypálí. **Druhou neděli, 21. 11.**, se pracuje s glazurou. Vy si své výrobky pomalujete, opět se odvezou na vypálení a asi po týdně si své výtvořky vyzvednete v Zeleném Domě. **Začátek je vždy od 17:00 hodin**, vstupné dohromady pro oba dny je 800 Kč a rezervace nutná. Využijte této skvělé příležitosti vytvořit originální vánoční dárek pro své blízké a pamatujte, kurzů se může zúčastnit kdokoli!

Taky se cítíte tak dobře, když uděláte něco dobrého? Udělejte dobře nejen sobě a zúčastněte se **akce „Vlasy pro Anežku“**. **Ve středu 24. 11. od 18:00 hodin** proběhne charitativní akce, kdy vydražíme obrázky namalované dětmi z naší ZŠ a také obrazy věnované několika výtvarníky, kteří pravidelně vystavují v naší galerii. Veškerý výtěžek bude věnován malé Anežce Hrubé na její nové vlásky. Celý večer bude ozvládněn soutěží o nejkrásnější a nejoriginálnější klobouk. Takže dámy! Začněte hledat, zkoušet, vymýšlet a tvořit. Večera se také zúčastní operní pěvkyně Karolína Cingrošová Žmolíková se svým klavírním doprovodem a dodají celému večeru neopakovatelný slavnostní punc.

Těším se na vaši účast, a především na váš samotný. Setkávání nám všem velmi scházelo a podzimní večery jsou k tomu jak stvořené.

M. M.

měsíčník



café  
ZELENÝ DŮM

Galerie

listopad 2021



### OTEVÍRACÍ DOBA

JE OD ÚTERÝ DO NEDĚLE,  
9:00-19:00 hodin.  
GALERIE I ZAHRÁDKA KAVÁRNY  
JE OTEVŘENÁ.

Rezervace, objednávky celých dortů  
i většího množství zákusků přijímáme  
na čísle:  
737 677 341, 774 555 258

Kontakty na galerii:  
galerie@cafegaleriezelenydom.cz  
+420 774 555 258  
www.cafegaleriezelenydom.cz  
Instagram: Cafe Galerie Zelený Dům

Café Galerie Zelený Dům  
měsíčník č. 11/2021- listopad  
Vychází 1. 11. 2021.  
Vydává Martina Machalíčková.  
Adresa: Újezd nad Lesy, Třebětínská 591, 19016  
IČO: 16166779, DIČ: CZ 7357020011  
Příjem inzerce:  
galerie@cafegaleriezelenydom.cz  
Grafická úprava, tisk: Betis spol. s r. o.  
Areál Výzkumných ústavů 9, 19011, Praha 9  
Náklad 4.200 ks.  
Uzávěrka příštího čísla 15. 11. 2021  
MK ČR E 24061

Časopis je vydáván bez dotací a jakýchkoli  
finančních příspěvků. Veškeré náklady spojené  
s přípravou, tiskem a distribucí jsou plně  
hrazeny Café Galerií Zelený Dům.



### VLASY PRO ANEŽKU

Naše krásná slečna Anežka má stále vlastních vlásků pomálu. Rodiče sice dělají možné i nemožné, vlásky si však nadále dělají, co chtějí. A protože si každá taková slečna zaslouží vlasy jako princezna, modelka anebo princezna modelka, rozhodla jsem se jí k nim pomoci. Jelikož vím z minulých akcí, že i vy se rádi přidáváte a velmi rádi a ochotně pomáháte, oslovuji všechny, kteří se pustí do boje proti takové ohavnosti, jako je alopecie. Nemoc asi nepřemůžeme, ale Anežce pomoci můžeme. Každá malá slečna, která se ráno podívá do zrcadla, chce vypadat báječně a chce se líbit. A především, chce zapadnout. Co je horší než se líbit? Vybočovat? Vůbec nic. Vypadat jinak, než ostatní je vlastně taková obrovská osobní katastrofa. Nikdo z nás by nechtěl mít doma nešťastnou slečnu. Jakkoli velkou. Pojďte tedy té „naší“ Anežce nadělit to, co jí příroda upřela.

Akce „Vlasy pro Anežku“ se koná těsně před svatořečením Anežky České, ve středu 24. 11. od 18:00 hodin. Všichni kdo umíte malovat... kamarádi, spolužáci, namalujte to nejkrásnější, co jste kdy namalovali a přineste do úterý 23. 11. do Zeleného Domu. Spolu s vámi vystaví své obrázky a obrazy i známí výtvarníci, které jsem oslovila a kteří své obrazy zdarma věnovali pro tuto příležitost. Ve čtvrtek 25. 11. se v 18:00 sejdeme a užijeme si krásný podvečer, který nám zpřijemní operní pěvkyně Karolína Cingrošová Žmolíková a její klavírní doprovod Luďa Juránková. Společně vydražíme všechny vystavené obrazy, připravené právě pro tuto příležitost. Z výtvarníků mohou jmenovat Květuši Burešovou, Zuzanu Muzikant Jeřábkovou, Zdeňka Zemana, Jiřího Vidláka a další... Veškerý výtěžek z prodeje výtvarných děl bude věnován hned na místě Anežce Hrubé na její nové vlásky. A protože nejen vlasy jsou ozdobou každé ženy, pojďme si celou akci ještě vylepšit. Dámy, přijďte ve svém nejkrásnějším, nejoriginálnějším a nejvýraznějším klobouku. Nositelka toho opravdu NEJ modelu odejde s odměnou.

Užijte si všichni společně báječný večer a pomozte dobré věci. Těším se na vaši účast.

Martina Machalíčková





## ZDENĚK ZEMAN

### Motto:

*Malujeme jen to, co jsme pochopili, co jsme procítili, neboť tápáním a hledáním nedojdeme nikdy díla umělecky čistého a velkého. Jednoduše a jasně musí být od diváka pochopeno i to nejsložitější umělecké dílo, jinak se minulo svého účelu a cíle. Proto často stojíme u děl zdánlivě velkých umělců, unavujících se luštěním a uhadováním. Umělecké dílo nás má osvěžit, a nikoliv unavit, rozehrát a rozjasnit a takové má být umění, aby každý, kdokoliv by je neměl a nepoznal, ztrácel cosi krásného a nenahraditelného.*

Mistr Jan Dědina, ak. malíř 1870 - 1955



...nevpomínám si, že bych někdy nemaloval. Olejové barvy jsem poprvé viděl asi v pěti letech u svého strýce z mamčininy strany, pana Josefa Sakaře. Mistr Josef, jak se mu mezi dospělými říkalo, byl renesanční postavou mého dětství. Malíř srdcem, volnomyšlenkář, anarchista vyloučený z akademie, zednický polír, jehož nástěnné krajinomalby ozdobily mnoho interiérů rodinných domků. Uměl i fresky. Dodnes jsou ještě občas vidět na fasádách prvorepublikových vilek, které stavěl v Pojizeří a v Českém ráji. Skvělý plavec, vášnivý rybář a tramp, nadšený cyklista. Půjčoval mi velké archy a pastely na čmáráni a každý můj výtvar neopomněl okomentovat. Když zemřel, odkázal mi svůj odřený dřevěný kufřík s olejovými barvami, kytaru, a celoživotní lásku k toulkám přírodou a cyklistice...

Pan profesor Dědina, ze slavného rodu krajinářů. Obrazy jeho otce, malíře Jana Dědiny vlastní i pařížský Louvre. Naše výtvarné pokusy doprovázel tklivými tóny svých houslí a s výkřiky „necht zhyne nihilismus“, trhal na kusy naše neumělé studie. Naučil mě nenávidět oblíbenou Masarykovu „Ach synku, synku“, kterou hrával téměř nepřetržitě. Až po letech jsem tenhle protirežimní protest pochopil.

Třetím malířem, který mě v mládí nějakým způsobem poznamenal byl akademický malíř Jaroslav Moravec. Milovník umění, žen, dobrého pití a dobré hudby. Moravec a jeho velkoplošné skleněné mozaiky. Barvy slunce, vody, života. Obrovské zářící plochy...naučil mě milovat barvy. Zářivé tóny, světlo a jeho prolínání...Pod jeho vedením jsem získal první mezinárodní uznání...

Pražské Holešovice, krajina mého dětství, tajuplný poloostrov odtáčený Vltavou, který stejně jako Hamburg, měl svůj vlastní přístav. Nákladní šify tažené remorkéry, halekající lodníci kteří se nemohli dočkat hospody „U přístavu“, depa parních lokomotiv, městská jatka, dřevěné ohrady a garáže s cedulkami, které tam chodil malovat pan Lhoták..

Pan Lhoták, básník techniky, nadšený cyklista, jeden z mých dalších



velkých vzorů, a hospoda „U Zlatého beránka“. Tahle hospoda byla v Holešovicích jednou z mnoha. Pro mne byla velmi tajemná, neboť mnou obdivovaný malíř, ilustrátor milovaných knížek, pan Lhoták, namaloval jeden ze svých obrazů „Vražda v Holešovicích“, právě podle události, ke které došlo před touhle hospodou kam jsem pravidelně chodil tatínkovi pro „nedělní pivo“.

Prázdniny jsem zpravidla trávil v rodinném domku mé babičky, Anny Sakařové, ve Vinci, kousek od Mladé Boleslavi. Na kopci nad Jizerou bylo sportovní letiště a na obloze stále nějaké letadlo, nebo alespoň větroň. Nikdy nezapomenu na prázdninová odpoledne, na vůni trávy jizerských kopců, kde jsme s bratrem vlezle pozorovali odvážné akrobatické kousky místních pilotů. Serpenty silnice vedoucí vesnicí byly oblíbenou trasou mladoboleslavských zkušebních a závodních jezdců... tady jsem začal malovat svoje první auta a letadla.

Technika obecně, je výrazně opomíjeným objektem v české malbě. Český Umělec se pravděpodobně cítí jaksí „povznesen“ nad tou hromadou plechu, vzniklou někde v „montovně“. Jinak je tomu v Anglii nebo USA. Proto se obrazy s touto tematikou většinou prodávají převážně tam. Domnívám se, že technické objekty mají stejnou dávku poetiky jako krajina, či akt. Auto, letadlo nebo loď nejsou pouze anonymním produktem lidské

činnosti. Stejně jako živé bytosti, tak i technika žije svým vlastním životem. Některé moje obrazy aut, letadel a lodí jsou vlastně portréty, jsou pokusem o vystižení charakteru nebo nálady daného objektu...jiné mé obrazy, a to především krajiny, mají letadlo nebo balón téměř jako mou „ochrannou známku“.

Mou domovskou galerií je „Café Galerie Zelený dům“, v Újezdu nad Lesy. Mají tam dobrý kafe, italská vína, skvělé zákusky a choděj tam samí fajn lidi, jak by řekl pan Suchý, který tam také vystavoval... Zdeněk Zeman

## UMĚNÍ PRO DĚTI – KLASICISMUS



Od ledna letošního roku jsme každý měsíc zabrousili do jiného uměleckého slohu. Prozkoumáváme směry, jakými se umění posouvalo. Jak moc umění ovlivňovalo tehdejší společnost a jak právě tato

společnost ovlivňovala umění. Tentokrát se podíváme na klasicismus. To je umělecký sloh, který jako poslední v řadě určoval jednotnou podobu pro různé oblasti umění a životního stylu charakteristický pro určité historické období. Další nastupující směry již takové všeobecné uplatnění nemají. Proto se od příštího dílu vydáme trochu jiným směrem i my.

Nyní ale zpět ke klasicismu. Vznikl ve 2. polovině 17. století ve Francii za panování Ludvíka XIV. Odtud se v průběhu 18. století rozšířil do celé Evropy.

Název klasicismus vznikl také ve Francii. Odvozuje se od latinského slova classicus, což doslova znamená „prvotřídní“ – patří k nejvyšší římské třídě. Odtud tedy pochází i označení klasický, nebo klasika pro nejrůznější uznávané vzory a vrcholy v různých oblastech lidské činnosti. Podobně jako renesance hledal klasicismus inspiraci zejména v římském starověku. Je to sloh, který se inspiruje především antickými vzory, uměřeností a pravidelným řádem.

Klasicismus svazuje uměleckou tvorbu poměrně přísnými pravidly – tak jako řecká architektura – protože hlásá, že právě v této strohé uměřenosti je trvalá a nadčasová krása.

Hlavními znaky je obliba bílého mramoru, z něhož se dělají dokonale zpracované busty a pomníky. Co jsou pomníky asi všichni víme. Co je ale busta? Je to slovo, které je odvozené z francouzského buste a italského busto. Busta je vlastně takové sochařské ztvárnění hlavy, krku, ramen a části hrudníku umístěné na podstavci. Většinou jde o přesné vypracování konkrétního člověka. Většinou panovníka, hudebního skladatele, vědce, nebo jiné významné osoby. Malířství v té době bylo svázáno mnoha konvencemi. Aha...Co že je to konvence? Je to jakési ustálené společenské pravidlo, kterým je třeba se řídit. Ale i tehdy najdeme skvělé malíře. Například Jean Dominique Ingres. Francouz, který dokázal výtečně a s vytříbeným stylem zachytit do nejmenšího detailu především ženské akty. Jeho postavy však byly studené, svou dokonalostí jakoby zbaveny všech pocitů a emocí.

Roku 1796 je v České zemi založena Společnost vlasteneckých přátel umění a roku 1799 byla založena Akademie, nejstarší umělecká škola pro výuku malířství v českých zemích. AVU- Akademie výtvarných umění v Praze, je dodnes veřejná univerzitní vysoká škola.

V českém malířství byly položeny základy slavného českého krajinářství. První krajináři se vyučili soukromě. Jejich následovníci již byli většinou žáky školy Akademie. Další významnou krajinářskou školu založil Julius Mařák. Roku 1882 dostal zakázku na výzdobu Národního



divadla. Poté mu bylo nabídnuto místo profesora na pražské Akademii v ateliéru krajinomalby. Roku 1893 vážně onemocněl a výzdobu Národního divadla dokončil v posledním roce života za pomoci své dcery a některých svých žáků. Na samém konci století se objevil ve všech oborech umění nový umělecký styl Art Nouveau - Secese a některé směry v malířství a sochařství předznamenaly počátek moderního umění 20. století.



A úkol pro tento měsíc? Vyzkoušejte namalovat podle Julia Mařáka opravdovou krajinu. Mařák používal barvy olejové, vy použijte tempery. Používejte různě silné štětce, míchejte barvy... Klidně zkuste malovat v pleněru. To je venku, v přírodě. Naskicujte si krajinu, která se vám líbí a doma namalujte barvami. Těším se na vaše práce. Ty nejlepší opět ráda odměním.

M. M.



## PRAŽSKÉ VYCHÁZKY

Podzim klepe na dveře, a tak si oblékneme už něco teplejšího a vyrazíme do středověku. Tedy do jednoho z nejstarších míst na Starém Městě Pražském. Naším cílem bude tentokrát Týnský dvůr. Napůl náměstí, napůl nádvoří, téměř ničím dnes již neprozrazuje svou dávnou, patrně více než tisíciletou minulost. V šeru dávných věků se ztrácí jeho původní účel, coby „hostinského dvora“. A nebyl to „hostinský dvůr“ ledajaký. Ve své době představoval jakési středisko mezinárodního obchodu, místo, které bylo vyňato z pravomoci městské, kde se museli, pod ochranou panovníkovou ubytovat i se svým zbožím, cizí kupci. V bezpečí ubytovat, a především zaplatit clo. Původně jen ohrazené místo bylo od časů gotiky postupně obkloповáno měšťanskými domy, které nakonec nahradily původní hradbu. Ještě v polovině 16. století však renesance při posledních úpravách Týnského dvora podtrhla v západní bráně dvora jeho téměř pevnostní charakter.

Výnos ze cla, tedy „Ungeld“, předpisovaný podle obsáhlého sazebníku, byl již ve 12. století panovníkem věnován svatovítské kapitule, která jej ovšem opět pronajímala soukromým osobám. Dvůr samotný si však podržel řád jakési výjimečnosti. Měl vlastní domácí i bezpečnostní řád, příchozí odkládali zbraň v bráně. O veselém životě, který se uvnitř rozvíjel kolem obchodního i společenského styku domácích s cizinci přicházejícími často z dalekých krajů, obsáhle vyprávějí archívni prameny a historická literatura.

Renesanci děkuje Týnský dvůr za jedinou, architektonicky významnou budovu. Tou je dům pánů z Granova, (1560). Na první pohled nás dům zaujme krásnými arkádami



a figurálními malbami. Jestliže však renesance, která obrátila arkády Granovského domu dovnitř dvora, považovala Týnský dvůr ještě za nádvoří, pokládá jej barok již za náměstí, či ulici. Dokládají to fasády domů na protější straně.

Vyjdeme-li z Týnského dvora západní, tedy „pevnostní“ branou, ocitneme se na plácku, který nám poskytne prožitek pravého středověku. Teprve když projdeme temnými, hlubokými průjezdy, poznáme, kam který vchod vede, neboť barok zde spojil renesanční portál brány Ungeltu s fasádami barokních domů a vytvořil tak malé náměstíčko. Průchod starého středověkého domu „U zlatého prstenu“, nás zavede do slepé uličky. Druhý průchod patří k domu, kde kdysi bydlel Václav Budovec z Budova, jeden z vůdců stavovského povstání. Průchodem tohoto domu vede ulička Týnská. Starý středověký Plácek před Týnským dvorem měl v gotické době patrně daleko větší význam, jinak by sem stavitel Týnského chrámu neumístil krásný severní portál chrámu, který dnes, bohužel, uniká pozornosti kolemjdoucích. A tady naše dnešní pouť končí. Z plácku před Ungeltem se můžete vydat kamkoli. A v okolí je dostatek míst, kde naleznete příjemné posezení a kde si můžete dopřát doušek dobrého moku. Tentokrát vám nebudu radit. Příležitosti tu naleznete víc než dost. Příjemný den vám přeje Zdeněk Zeman

## CYRIL BOUDA

Narodil se do „Nového věku“. V prvním roce minulého století, přesněji 14. listopadu 1901 se v Kladně, v rodině Aloise a Anny Boudových narodil syn, který nejprve dostal jméno Cyril. Později, u křtu, dostal jméno po slavném kmotrovi, Mikoláš. Jak se to občas stává, mimořádné kreslířské a malířské nadání mu daly sudičky do vínku. Nebylo divu. Otec, Alois Bouda učil na reálné kreslení, maminka zase pocházela ze slavného rodu Suchardů. Jejimi sourozenci byli sochař Stanislav Sucharda, autor pomníku Palackého v Praze, a řezbář Vojtěch Sucharda, který vytvořil nové sochy apoštolů pro Staroměstský orloj. A kmotr, po kterém dostal malý Cyril své druhé jméno, nebyl nikdo jiný než Mikoláš Aleš.

Studium na uměleckoprůmyslové škole, v ateliéru Františka Kysely vstřípilo Boudovi přísné zákony grafického projevu, ale zároveň ho přivedlo i ke grafické úpravě knih. Do roku 1928 tak Bouda v edici Hyperion, kterou v roce 1922 převzala nakladatelova manželka Erna Janská, vyzdobil 43 knížek, mezi nimiž byla například čtyři různá vydání Máchova Máje. V té době bylo obvyklé, že absolventi grafických oddělení uměleckoprůmyslové školy přecházeli po skončení studia do grafické speciálky na Akademii výtvarných umění k profesoru Maxu Švabinskému. A také Cyril Bouda v roce 1923 nastoupil do této speciálky.

Příchod na Akademii znamenal pro Boudu velkou změnu. Nasměroval jej totiž k dalšímu oboru, tedy k malbě. V jeho prvních krajinářských pokusech můžeme vystopovat ovlivnění klasicismem českého krajinářství, Anonínem Chittusim. Od třicátých let můžeme již sledovat originální „Boudův“ styl, kterému zůstal věrný až do své smrti. V roce 1929

### Významná výročí



přijímá místo asistenta na AVU, u profesora T. F. Šimona, který převzal grafickou speciálku po Maxu Švabinském.

S Šimonovou dcerou Evou se Bouda záhy oženil. Třicátá léta vůbec znamenala pro Boudu zásadní zlom v jeho životě i tvorbě. Na jejich počátku byl Bouda vyzván k navržení tří oken pro chrám sv. Víta v Praze a oken pro Baťovu expozici na světové výstavě v New Yorku v roce 1939. Dalším Boudovým pedagogickým působištěm byla od roku 1932 - nejprve tři roky souběžně s Akademii - pražská technika, kde vyučoval na oddělení pro kandidáty učitelství kreslení na středních školách a odkud v roce 1946 přešel jako profesor na pražskou pedagogickou fakultu.

Kromě pedagogické činnosti Bouda neustále intenzivně tvořil. Kromě krajinářských děl byla hlavním jeho směrem tvorba ilustrátorská. Celý život pracoval jako ilustrátor knih, zvláště pohádek, českých pověstí, humoristických a historických knih (například Pražské legendy Františka Langera, Staré pověsti pražské Václava Cibuly, Kocourkov). Své ilustrace převáděl také do podoby kreslených filmů, například pohádku „Hrnečku vař!“, z roku 1953. Zvládl mnoho grafických technik, dřevoryt a mědiryt, lept a zejména litografii. Byl mj. grafikem-návrhářem československých známek.



Cyril Bouda byl nezastupitelným ilustrátorem mého dětství. A tak si v některém z nadcházejících podzimních večerů zajděte do kavárny „Zelený dům“, dejte si čaj, nebo skvělé svařené víno a k tomu si otevřete třeba mé oblíbené „Gulliverovy cesty“ Jonathana Swifta, které právě Bouda tak nádherně ilustroval a graficky upravil. Myslím, že vám mohu zaručit krásný zážitek, který je v této zmatené době tou nejlepší terapií.

Příjemné podzimní dny vám přeje Zdeněk Zeman

## SNÍDANĚ JE DŮLEŽITÁ

Zde může být vaše reklama.

Vy už víte, že od září otevíráme v devět hodin. My totiž zase víme, že ráno potřebuje tělo čerstvé palivo. A to vám rádi připravíme. Po dlouhé noci je vyhladovělé, dehydrované a připravené přijmout energii.

Díky právě této energii se přes den cítíme vitální a aktivní. Jinými slovy- jaké ráno, takový den. Nejen že díky snídani vykročíte do nového dne pravou nohou, ale máte pozeňání i odborníků. Specialisté na výživu, lékaři i fitness trenéři se shodují, že bez snídaně bychom zůstat neměli. Dokonce by správná snídaně měla tvořit 20 až 25 procent celkového denního příjmu energie. Mnoho z nás, kdo se snaží zhubnout, nesnídá v domnění, že tak ušetří kalorie. Pak se nám však prodlužuje „pauza“ mezi posledním a prvním jídlem a tělo si začne dělat zásoby. Jako hladoví samozřejmě také následně sníme mnohem více než sytí. A to nechceme. Přežívá také názor, že se snídání tzv. rozjímá. Zde ovšem velice záleží na tom, jakou snídání zvolíme. Také záleží, jak snídáme. Ideální je jíst pokud možno v klidu a nerušeně. To znamená vsedě u stolu, bez televize, internetu či mobilu a vyřizování pracovních povinností. A rozhodně se nenutit jíst po ránu něco, co je sice velmi zdravé, ale vůbec, vůbec vám to nechutná. Já se na snídání těším už od večera. Proč? Protože snídám u nás v kavárně. Vlastně se tu scházíme na snídání s mužem. Ať se posadíme venku na zahrádce, kde si



zatopíme, nebo uvnitř kavárny, kde si užíváme galerijní prostředí s prima muzikou. A především, vyberu si, na co mám právě ten den chuť a nemusím se s tím připravovat. Samozřejmě vím, že je vše dělané z kvalitních surovin, a především s chutí dělat věci dobře a nebojím se říct, že s láskou. Nejvíce totiž mě i mé kolegy těší, když vám chutná. A právě proto ladíme menu, aby chutnalo opravdu všem. Já mám třeba po ránu ráda dobrá míchaná vajíčka. Ta naše s parmazánem jsou skvělá. Celerový tataráček si dám ráda kdykoli. Od snídaně přes rychlý oběd až po lehkou večeři. Na druhou stranu si velmi ráda dám naši vločkovou kaši, třeba se švestkami. Rádi totiž používáme sezonní suroviny. Právě proto, jsme teď, s nástupem chladného počasí vymysleli nějaké teplé a vydatnější snídaně. A volba padla na Croque madame. O co jde? Jsou to vlastně jedny z nejznámějších francouzských sendvičů. S trochou lehkosti se jejich název dá přeložit jako Pan Křupan. Ve skutečnosti je pořádně měkounký a šťavnatý. Nikdy si nenechte namluvit, že bešamel nemusí být. Musí! Několik vrstev bešamelu, pořádný plátek šunky, naše oblíbená dijonská hořčice a spousta sýru mezi i na plátcích toustového chleba přímo z italské pekárny. Na Croque madame patří volské oko. Pomerančový fresh a spousta dobré kávy...už teď se těším na snídání. A víte co? Nemusíte umývat nádobí... M. M.

## VÁNOČNÍ PŘÁNÍ

Jsou tomu dva roky, kdy jsme si užívali společenských akcí, co hrdlo ráčilo. Loňský rok nabral úplně jiný směr. Jedinou akcí, které jsem se opravdu nechtěla vzdát, byla akce „Vánoční přání“, pro naše nejstarší, opuštěné či jakkoli hendikepované spoluobčany.

Opět budete nedílnou a velmi důležitou součástí této naší předvánoční akce, která se bude konat již potřetí. Mnoho z vás se mě již nějakou dobu ptá, zda se „Vánoční přání“ budou konat. Ano. Budou. Vyplněná přání můžete vyzvedávat od středy 24. 11. přímo v Café Galerii Zelený

Dům. A opět budeme spolupracovat s pečovateli ze sociálního odboru. Právě tyto dámy roznesou prázdná přání po klientech. Právě ony jsou osobami nejpovolanějšími, protože všechny své „staroušky“ znají osobně.

Jistě se kontakt s rodinami pro mnoho našich nejstarších spoluobčanů zlepšil. Již se nejspíš nebojí setkávat s dětmi, vnoučaty, nebo pravnoučaty. A i oni pochopili, že samota je mnohem horší než riziko nakažení čímkoli. Všichni budeme velmi opatrní, ale dárky určitě rozneseme. V obou ročnících újezdští ukázali svou pravou tvář. A ta je vel-

mi přívětivá, přátelská a nadmíru laskavá a štědrá. Proto se i letos těším na akci „Vánoční přání“, která začíná již listopadem...

- od 23. 11. - vyplněná přání si můžete rozebrat u nás v Zeleném Domě
- do pátku 17. 12. je třeba přinést dárky spolu s „vyplněným přáním“, kde je jméno a adresa obdarovaného
- v sobotu 18. 12. proběhne Vánoční koncert s předáváním dárků
- v neděli 19. 12. rozneseme dárky těm, kteří nemohli dorazit na koncert M. M.

## POZVÁNKY

### VRTÁ HLAVOU I VÁM CO OPRAVDU NEJČASTĚJI OČEKÁVAJÍ ŽENY OD MUŽŮ A MUŽI OD ŽEN?

Mě to zaujalo natolik, že jsem se domluvila s Mgr. Petrem Starým, který mě oslovil s nabídkou workshopu právě na toto téma. Zajímá vás, jak lépe porozumět společným očekáváním v partnerských vztazích? Tak, abyste se spolu s partnerem cítili dobře, nebo ještě lépe? Vlastně vůbec nezáleží na tom, jak dlouho váš partnerský vztah trvá. Vždy je čas na to cítit se dobře.

Vtipnou a zábavnou formou vás partnerskými vztahy provede člověk, který je za-



### Café Galerie Zelený Dům

si vás dovoluje pozvat  
na výroční výstavu obrazů,  
uspořádanou k sedmdesátým narozeninám

#### Zdeňka Zemana

Výstava bude zahájena ve středu 3.11.2021 od 18:00 hodin  
za doprovodu jazzového klavíristy Zdeňka Zdeňka.

Třebětínská 591, Újezd nad Lesy, 19016  
mobil: 774 555 258, e-mail: [galerie@cafegaleriezelenydum.cz](mailto:galerie@cafegaleriezelenydum.cz)  
[www.cafegaleriezelenydum.cz](http://www.cafegaleriezelenydum.cz)

kladatelem společnosti Praktická terapie. Mgr. Petr Starý pracuje jako lektor a praktický psychoterapeut. Ve své práci s klienty se převážně zaměřuje na podporu lidské sebeúcty a osobní hodnoty. To vám následně pomůže zvládat nelehké životní situace v osobním i pracovním životě. Petr má desetiletý výcvik v psychoanalytické terapii, certifikaci z NLP (Neuro-lingvis-

tické-programování), kurz Nenásilné Komunikace a Respektovat a být Respektován. Pokud vás zajímá, jak lépe porozumět očekáváním a přání vašeho partnera či partnerky a umět na ně reagovat, rozhodně si nenechte ujít workshop s odborníkem na slovo vzatým. Úterý 9. 11. od 19:00 hodin, vstupné 250 Kč, vhodná rezervace. M. M.