



# Olomoucký zpravodaj

Informátor pro zájemce o ekologické zemědělství a původ našich potravin

říjen 2003



## Jak vám chutnalo?

V minulém čísle jsme vás zvali na ochutnávku biopotravin.

Jak jste se mohli dozvědět i z našich plakátků, akce se konala v příjemných prostorách Galerie a čajovny U Mloka v Laffayetově ulici, v úterý 23. září.

Protože jsme až do poslední minuty připravovali jídlo v kuchyňce P-centra, kterou jsme díky slečně galeristce Mališové měli k dispozici, minulo nás nervózní čekání na hosty. Ti už netrpělivě čekali na nás, pořadatele, ale hlavně na to, co jsme nesli v hrncích pod pokličkami, na mísách a na podnosech. I krátký úvod byl příliš dlouhý. Ale návštěvníci s námi měli trpělivost a vyslechli našich pár slov na uvítanou. Potom se s neskrývanou zvědavostí provázenu mnoha dotazy, co to vlastně v miskách a mističkách je, pustili do jídla.

Barevné mísy se špaldovými saláty, třibarevná pohanka, kari omáčka z dýně Hokkaido a další půvabně naaranžované pokrmy jen těžko mohly odolat náporu početného návštěvnictva. Pohankovou sekanou nebo chleba s česnekovým máslem bylo možné zapít Přívodou, bylinkovými čaji ze Sluneční brány nebo čerstvým moštem z Permalotu. Jako zákusek jsme podávali pohankové palačinky plněné medovo-skořicovým tvarohem a domácí marmeládkou nebo sladounkou jáhlovou kašičku s hruškami a jablky. Kupodivu palačinky jak se sladkým tvarohem, tak se slanou náplní z dýně Hokkaido, zmizely jako první, a tak nakonec ke špaldové kávě a ohřátému moštu se skořicí zbyl jen dobrý pocit a příjemná jablečná vůně.

Stoly se rychle vyprázdnily a spolu s ubývajícím jídlem na talířích, kterých se nedostávalo, ubývalo i lidiček, kteří nás navštívili a ochutnali co jsme pro ně připravili. Po půl sedmé zbylo v galerii pár posledních hostů. Z jídla příliš mnoho nezbylo a co zbylo, ochutnali zákazníci následujícího dne v Pří-centru. Hodině a půl rušného konverzování s rukama i chutěmi zaměstnanými bio dobrůtkami však předcházela daleko zdoluhavější příprava, než bylo samotné košťování.

### Velké chystání

Vybrat ty nejpovedenější recepty a usnést se, kdo co bude vařit, by vydalo na další kapitolu. Navíc se naše plány měnily v závislosti na sortimentu zboží a samozřejmě jsme museli a chtěli vzít v potaz to, že je tu krásné babí léto, které je dobrou sklizně mnohých druhů zeleniny, ale neobdaruje nás třeba jahodami do palačinek, které Petra napekla

podle velmi jednoduchého a levného receptu. Rádi jsme se přizpůsobili ročnímu období a sezónní nabídce ovoce a zeleniny.

Recepisu, který vyžadoval nejvíce ingrediencí, se zhostil statečně Adam a po ochutnání pohankového tria se všichni ohlíželi a ptali, kdo je ten šikovný kuchař. Veškerá čerstvá zelenina, cibule, brokolice, dýně, fazolky, červená řepa i jablčka použité v pokrmech byly v biokvalitě. Vyzvedli jsme si je den před ochutnávku rovnou od Ludíků, pěstitelů a prodejců biozeleniny přímo v jejich obchodě. Na špaldový salát, pohanku, palačinky a jáhlovou kaši nám přispělo Pří-centrum, které se akce i účastnilo, a další prodejna zdravé výživy Ječmínek. Z Ječmínku nás navíc podarovali chlebičkem v biokvalitě. Přišel se na nás podívat i regionální tisk, který si, doufám, také smlsnul. Odezva mezi lidmi nebyla příliš slyšet, protože většina z nich s talířky v rukách ochutnávala, vychutnávala, košťovala nejen pokrmy ale i příjemné setkání a atmosféru v komorních prostorách Mloka. Z toho si troufáme soudit, že další hrstka lidiček „ví, co jí“ a že se nám povedlo naplnit, co jsme si přáli: ukázat, že zdravě se nevyklučuje se slovem chutně, že existují alternativy ke konvenčnímu zemědělství, že máme možnost volby a výběru i v tom, co jíme.

Na závěr chci poděkovat Pří-centru, zdravé výživě Ječmínek, ekozemědělcům Ludíkovým. Podarovali nás surovinami na většinu receptů. Akce by se nekonala také bez dobrovolníků, kteří připravili některé recepty. Špaldové trio uvařil Adam Látal, pohankovou sekanou upekla Danko Špačková, pohankové palačinky upekla Petra Večeřová. Na dalších receptech se podepsal spolu se mnou Tom Blaha. Při chystání samotném pomáhaly Jana Kánská a Katka Kotásková. Ještě jednou děkuji za pomoc a také vstřícnost, zapůjčené mísy, hrnce a věnovaný čas.

Pro ty, kdo se na naši ochutnávku nedostali, uvádím dále několik receptů. Potraviny označené \* jsou v biokvalitě, Veg. jsou vhodné i pro vegetariány, na jídlech označených Vgn. si pochutnají i vegani. Kompletní seznam všech na ochutnávce podávaných jídel je k dispozici v kanceláři Hnutí Duha nebo si o něj můžete napsat na mou e-mailovou adresu:

Klara.kratochvilova@hnutiduha.cz



## Špaldový salát s křenem a jablky

500g špaldového kernota (špaldové kroupy)\*, 2 cibule\*, 3 jablíčka\*, citron, čerstvý křen nebo krenex, jogurt\* (sojový, z ječmene nebo z kravského mléka, např. BIO Via Natur od Olmy), olej, sůl, bílý či černý pepř\*, špetka zázvoru.

Kroupy propláchneme, zalijeme dostatečným množstvím vody, osolíme, přidáme lžici oleje a vaříme do měkka. Zatímco se kroupy vaří, nastrouháme si jablíčka nahrubo a křen najemno. Jablíčka pokapeme citrónovou šťávou, pro chuť a aby nezhnědla. Uvařené

kroupy scedíme, ještě jednou propláchneme a necháme vychladnout. Po zchladnutí je smícháme s jablky, křenem, nadrobno nasekanou cibulkou a přidáme asi 2 lžíce oleje. Po přidání koření dobře promícháme. Nakonec přidáme jogurt a znovu dobře promícháme. Směs dáme do mísy a necháme v lednici vychladit. Pro obměnu a obohacení receptu můžeme místo cibule přidat pórek, přidat nahrubo strouhaný sýr a sekanou pažitku či některé ze zeleného koření (bazalka, aj.). Veg, Vgn.

Klára Kratochvílová



## Kapitolky z destruktivního zemědělství

Hodně lidí si myslí, že ideálním východiskem ze současných skandálů masného průmyslu je zvýšení konzumace rybního masa. Bohužel i řada lékařů, pravděpodobně z neznalosti, doporučuje ryby jako vhodnou a zdravou náhradu masa...

### Otrávené moře: realita dneška

Americký úřad pro kontrolu potravin a léčiv (FDA) radí těhotným ženám a ženám plánujícím těhotenství, aby se vyvarovaly ve vlastním zájmu konzumace určitých druhů ryb, konkrétně žraloků, mečounů a makrel. FDA uvádí, že koncentrace rtuti obsažené v mase takových ryb může postačit k poškození centrálního nervového systému novorozenců. Nezávislé zdroje uvádějí, že je v současnosti takto postiženo 60 000 dětí ročně.

Protože však byly i v jiných druzích ryb nalezeny vysoké hodnoty rtuti, nedoporučuje se těhotným ženám konzumace více než 350 gramů rybního masa týdně; toto doporučení platí i pro kojící matky a malé děti.

Americké organizace na ochranu spotřebitele již od začátku 90. let nabádají FDA k vydání odpovídajících varování a vítají toto prohlášení jako důležitý krok v péči o zdraví lidí. Je překvapivé, že na seznamu není například tuňák, protože se těhotné ženy v některých amerických státech nabádaly, aby nekonzumovaly více než 200 gramů tuňáka týdně. Tabulky FDA s přípustnou koncentrací rtuti jsou však vystaveny kritice, protože u tuňáka, především pak čerstvého, leží hranice koncentrace rtuti těsně u povolené normy. Toto nakonec potvrdila i rozsáhlá zpráva z léta 2001, kde je tomuto úřadu doporučeno, aby následoval mnohem přísnější standardy americké Agentury na ochranu životního prostředí. Tak by se i tuňák dostal na seznam ryb s doporučenou omezenou konzumací.

Varování však nepatří pouze Americe, protože skupina mezinárodních expertů nově vydala studii varující před dioxinem; pod záštitou norské organizace na ochranu přírody Naturvernforbundet (sesterské organizace organizace Global 2000). Studie z Kanady, Švédska, Norska a Skotska došly k závěru, že lososi a krabi mají ve svém těle nejen koncentrace dioxinu přesahující dalece povolené limity, ale i PCB (polychlorovaných bifenylů - nejtoxickejší látky vyrobené člověkem).

Naturvernforbundet doporučuje konzumaci lososů nejvýše jednou týdně, krabů pak jen několikrát do roka! Podle tabulek WHO (Světové zdravotnické organizace) s přípustnými hodnotami toxických látek stačí zkonsumovat 250 gramů lososa týdně a jednoho kraba za rok, aby se dosáhlo povolených limitů koncentrace jedovatých látek pro člověka!

Je třeba také připomenout, že chov lososů je podobný intenzivním velkochovům se zvířaty: v norských fjordech žijí například ryby v klecích dlouhých 100 metrů a hlubokých 3 metry, kde se nemohou kvůli místu ani pohybovat. Poškozené ploutve jsou jen jedním z násled-

## Rádi ryby?



ků, stejně jako oslabený imunitní systém. Chovatelé ryb tak nasazují ve velkém množství antibiotika, v případě chovu lososů se do krmiva ještě přidává látka vyvolávající známé zabarvení tohoto masa. Lososi se umrtvují ranou do hlavy. Protože se zpracovávají obrovská množství ryb, řada jich je „zpracovávána“ při vědomí.

### Záchrana pro konzumenty masa?

Po problémech s masem (BSE u hovězího dobytka, antibiotika u prasat, salmonelóza u kuřat) a problémech s masem ryb znečištěným těžkými kovy se pokoušejí někteří zpracovatelé najít východisko v chovu ryb.

Z pohledu etiky: je toto řešení bez problémů? Ani chov ryb však nemůže obelstít přírodní zákony: když lidé stále bezdůvodně prodlužují potravní řetězec konzumací masa, namísto přímé konzumace rostlinných potravin, vznikají další ekologické problémy. Ani chov ryb není žádnou výjimkou. Nevýhody velkochovu jakýchkoliv zvířat totiž nelze odstranit tím, že je přesuneme do vody.

### Chov ryb = přemnožení ryb v moři

Na první pohled je takové přirovnání absurdní. Přesto je toto jedním z velkých problémů chovu ryb: spotřebovává se více ryb, než kolik je vyprodukováno rybního masa! Například jedna americká studie ukazuje, že zvláště v Norsku a Anglii se loví velká množství ryb z moře, která se zkrmují například lososům chovaným v zajetí. O tomto referovali také američtí odborníci například na kongresu „American Association for the Advancement of Science“ (AAAS) v San Franciscu. „V průměru se zkrmí dva kilogramy chycených ryb k získání jednoho kilogramu masa ryb chovaných v zajetí“, referoval Rosamond Naylor na kongresu AAAS. Tak přispívají chovy ryb (každá čtvrtá ryba na talíři pochází z chovu) ke globálnímu přemnožení ryb ve světových oceánech a mořích. U ryb vyžadujících rostlinné krmivo je tento problém menšího rozsahu, ovšem vzhledem k počtu chovaných ryb nastává problém s odpadními vodami. V Norsku produkují lososí farmy tolik znečištěné odpadní vody jako čtyři milióny obyvatel této země.

### Škodliviny v mase chovaných ryb

Také Daniel Pauly z britské univerzity a spoluautor studie o kvalitě masa chovaných ryb přichází s tímto konstatováním. Protože se chované ryby krmí rybami ulovenými v moři, přecházejí škodliviny do jejich organismu, kde se postupně koncentrují. Tak jsou chované ryby zatíženy rtutí a dalšími jedy stejně jako ryby z volného moře. Nejzřetelnější příklad nám poskytují Inuité z Arktidy: podle článku zveřejněného v časopise „New Scientist“ mají Inuité koncentraci dioxinu ve své krvi v porovnání s Kanadany dvojnásobnou.

### Světový problém

Již v roce 1990 se „vyprodukovalo“ 13 miliónů tun ryb. Od té doby však „produkce“ podstatně vzrostla. V roce 1998 se v chovech ryb vyprodukovalo již 31 miliónů

tun rybího masa (rybolov volně žijících ryb zde není započítán). Pokud tento trend bude i nadále postupovat, kolem roku 2005 - 2010 produkce z chovu ryb přesáhne produkci z chovu hovězího dobytka. Hrozí tak nové ekologické katastrofy způsobené drancováním světových oceánů.

### Chov ryb: ekologická časovaná bomba

Na celém světě se již 15 let rozrůstají lososí farmy a chovy ryb doslova jako houby po dešti. Katastrofální následky tohoto „boomu“ pro životní prostředí a zdraví však vycházejí na denní světlo velice sporadicky. Průmyslová produkce rybního masa totiž přináší stejná rizika jako průmyslová produkce masa hovězího, vepřového, kuřecího nebo nově krůtího. V chovech lososů a ostatních ryb se legálně nasazují tuny antibiotik a pesticidů. V Norsku se ještě před několika lety spotřebovalo 1,5 tuny antibiotik k vyprodukování jedné tuny lososího masa (!). Spotřeba antibiotik sice byla mezitím zřetelně zredukována a nasazeno očkování ryb proti nemocem, ale i tak například 4 kilogramy těžký losos „zralý“ pro zpracování během svého života dostane 400 gramů antibiotik. V 90. letech zveřejněné výsledky studií ze skotských chovů ryb prokázaly, že u 40 % ryb byly v masě prokázány zbytky pesticidu s názvem Ivermectin a u 60 % rybního masa pak antibiotika.

Chovy ryb tak představují velké nebezpečí: nasazo-

vání takových množství antibiotik vyvolává vznik nových rezistentních kmenů bakterií, které mohou jednoho dne ohrozit člověka. Ve Skotsku se tak o paniku již postaral mezi lososy rozšířený nový virus a v Kanadě nový kmen bakterií. Byly již také hlášeny úmrtí u některých druhů velryb. Velryby jsou savci jako my - a pokud jsou nové kmeny bakterií schopny zabít velrybu, měli bychom přinejmenším zvonit na poplach. Již roky se navíc provádějí genetické manipulace s lososy k dosažení dvojnásobné hmotnosti nebo rychlého růstu. První geneticky modifikovaný losos již dosáhl své „produkční zralosti“...

Ani v chovu jiných druhů ryb to nevypadá lépe. Vysoké dávky medikamentů a genetické zásahy jsou na denním pořádku. Případné ekologické následky nebo zdraví spotřebitele tu nehrají vůbec žádnou roli. Pro krmení lososů se vyrábí krmivo složené z rybí moučky, rybího oleje a umělého barviva, které dodá spotřebitelem žádanou „hezkou“ barvu masa (tato látka je v USA zakázána). Aby se vyprodukovala jedna tuna rybního masa, je potřeba zpracovat na krmivo čtyři tuny ryb ulovených v moři. Norsko produkuje v současnosti 450 000 tun lososů ročně na 800 farmách. Tyto farmy v Norsku platí jako největší znečišťovatelé životního prostředí a moře.

*Převzato: OHZ CZ*

## Aktualitky

# Česká biopotravina roku 2003

*Tímto titulem se od 12. září mohou chlubit výrobky z kozího mléka, připravované ekologickými zemědělci v Ratibořicích.*



### Přebírání ocenění, biopotravina 2003

Odborná komise udělila vedle hlavní ceny čtyři čestná uznání. Slavnostní vyhlášení výsledků soutěže proběhlo 12. 9. v rámci veletrhu zdravého životního stylu Harmonie v Praze.

Ve třetím ročníku soutěže „Česká biopotravina roku“ zvítězila kolekce výrobků z kozího mléka rodinné farmy Pavla a Jitky Dobrovolných z Ratibořic u Jaroměře nad Rokytinou. Série mléčných kožích produktů, která obsahovala jogurt, jogurtové mléko, kefír, žervé a tři typy sýrů, byla odbornou komisí oceněna pro šírku produktové škály, vysokou chuťovou kvalitu jednotlivých výrobků, jednotný vizuální styl a praktičnost obalů.

„Přesto, že jsou výrobky z kozího mléka vítanou alternativou lidem alergickým na kravské mléko, jsou na českém trhu stále nedostatkovým zbožím,“ říká MUDr.

Hana Šarapatková, členka odborné komise, „Ucelená nabídka kožích mléčných výrobků je v tomto směru ojedinělým počinem. Za nejdůležitější považuji fakt, že takto široká paleta kožích produktů je na náš trh nabízena v bio kvalitě.“

### Čtyři čestná ocenění komise udělila:

- výrobci z Velkého Šenova za uvedení biomasa na český trh;
- firmě z Chrástce u Mostu za praktický a inovativní obal bio hruškového a třešňového mostu, ve kterém díky speciální technologii nedochází ke kontaminaci a most je možno přechovávat i 14 dnů po otevření bez znehodnocení obsahu;
- společnosti, která napomohla rozvoji českého trhu s biopotravinami vytvořením „mostu“ mezi ekologickými chovateli mléčného skotu a spotřebiteli; společnost uvedla v roce 2002 na trh mléko v bio kvalitě, které se za velmi krátkou dobu stalo co do objemu nejprodávanější biopotravinou v České republice;
- výrobci tradičního a kvalitního regionálního bio másla, prodávaného pod značkou Filounské máslo; tento výrobce se již letos stal rovněž držitelem tzv. Bartáková hrnce, který je každoročně udělován nejlepšímu ekozemědělci roku.

Soutěž „Česká biopotravina roku“ vyhlašuje Nadace Partnerství a PRO-BIO Svaz ekologických zemědělců. Hlavními kritérii při hodnocení jsou kvalita biopotravin, atraktivnost a dostupnost produktu pro spotřebitele, inovativnost a marketingový koncept. Vítěz získává právo užívat na oceněných výrobcích logo „Česká biopotravina roku“ a peněžní odměnu ve výši 20 000 Kč. Do soutěže bylo letos přihlášeno 19 výrobků.

*z tiskové zprávy PRO-BIO*

## Kvalitní potrava nejen pro člověka

Úterý 21.10., 17\*00 hod,  
Galerie U Mloka,  
Laffayetova ul. 9

Pan Zdeněk Hájek z Olomouckého Pí-centra o hodnotě kvalitní vody jak v lidské potravě, tak při napájení hospodářských zvířat. Nové výzkumy a výsledky z chovů hospodářských zvířat.



## Putování za jablečnou vůní.

25.října

### Exkurze do PermaLotu

Svojanov u Bouzova. 1-denní výlet, pomoc při moštování a zavařování ovoce. Pojeďte s námi ochutnat, osahat, očmuchat podzimní hospodaření v ekologické vesnici. Nejhodnotnější informací je vlastní zkušenost.

**Sraz:** 25. 10. na hl. autobusovém nádraží Olomouc v 8\*15, na autobusové zastávce směr Mohelnice, odjezd autobusu v 8\*30, předpokládaný návrat v 18\*30.

**Svou účast oblaste, prosím, předem.**

Klára Kratochvílová, [klara.kratochvilova@hnutiduha.cz](mailto:klara.kratochvilova@hnutiduha.cz)  
mobil:723334943, tel:585228584



## BIOnovinky

# BIOklub na Hortikomplexu

čtvrtek - neděle 16.-19. října 2003

„Ohrádka zelené zebry“ na výstavišti Flora Olomouc v rámci veletrhu **Hortikomplex**. Pavilon E Stánek s biopotravinami, ochutnávka čerstvého jablečného moštu, informační tiskoviny Bioklubu, v sortimentu biozelenina, vybrané výrobky z prodejen zdravé výživy z Olomouce.

V rámci Hortikomplexu proběhnou tyto přednášky:

17.10. 16\*00 hod

### Domácí kompostování

18.10. 10\*00 hod

### Kompostování pro zdravou zahradu

Přednáší Jan Habart, koordinátor programu kompostování, Hnutí DUHA. Nakládání s bioodpady, přiblížení ekonomické, ekologické výhody kompostování. Vrátit Zemi, co z ní vzešlo, snadná a přirozená cesta, jak obohatit sebe a ozdravit své prostředí. Praktické rady, co a jak skrze kompost recyklovat.

18.10. 12\*30 hod

### Ekologické zemědělství a biodiverzita

Doc. Ing. Bořivoj Šarapatka, Csc., PhD. o alternativním přístupu v zemědělství a šanci pro pestřejší a zdravější životní prostředí nejen pro člověka, ale i další druhy.

19.10. 10\*00 hod

### Uchování starých odrůd - poklad budoucích generací.

Přenášá Ing. Doc. Lužný, CSc. Přenáška zaměřená na místní ovocnářské odrůdy, zachování kulturně-přírodního dědictví, výsledků jemné a ohleduplné komunikace Přírody s člověkem.

## Olomoucký BIOzpravodaj

Vydává Hnutí DUHA ve spolupráci se Svazem ekologických zemědělců Pro-Bio.

Odpovědný redaktor: Klára Kratochvílová, kresby: Tomáš Motal a Klára Řičánková.

**Biozpravodaj** vychází v počtu 1500 ks a je zdarma rozšiřován do olomouckých a brněnských prodejen nejen zdravé výživy, do vybraných lékáren a čekáren u lékařů. Můžeme Vám jej poslat i do Vaší poštovní či e-mailové schránky - stačí, pokud nám zatelefonujete na číslo: **585 228 584** nebo napíšete na adresu:

Hnutí DUHA, Klára Kratochvílová,  
Dolní náměstí 38,  
772 00 Olomouc.

Můžete také poslat e-mail na adresu: [olomouc@hnutiduha.cz](mailto:olomouc@hnutiduha.cz) nebo shlédnout naše stránky:

[www.hnutiduha.cz/olomouc](http://www.hnutiduha.cz/olomouc)

Pokud byste rádi podpořili vydávání Biozpravodaje i naši další činnost propojující Olomoučany s okolními ekozemědělci (pořádání výletů na ekofarmy, výstavy, besedy a další), uvítáme také vaši finanční podporu (díky ní nebudeme nuceni věnovat tolik času na shánění peněz z grantů, což nám umožní dále prohlubovat a zkvalitňovat naši činnost). Dobrovolný příspěvek v jakékoliv výši nám můžete zaslat na naši výše uvedenou adresu. Pro vaši představu - náklady na jeden výtisk Biozpravodaje činí přibližně 5 Kč. Máte-li zájem podpořit naši činnost finančně, nebo se aktivně zapojit, navštivte nás prosím v naší kanceláři - nejlépe ve čtvrtek od 13:00 do 18:00 hod. Máte-li zájem podpořit i jinou činnost Hnutí DUHA (viz. níže), obraťte se na brněnském telefonu 545 214 431 na Dášu Smolíkovou (e-mail: [dagmar.smolikova@hnutiduha.cz](mailto:dagmar.smolikova@hnutiduha.cz))

Ekologická organizace **Hnutí DUHA - Přátelé Země ČR** se již více než deset let snaží svou činností přispět nejen ke zlepšení stavu životního prostředí, ale i ke změně přístupu veřejnosti k ekologickým otázkám. Metody jeho práce sahají od jednání s úředníky a politiky, přes legislativní návrhy, informování a zapojování veřejnosti, informování spotřebitelů, působení na průmysl, výzkum a právní kroky až po spolupráci s obcemi. V národních kancelářích působí asi 30 zaměstnanců a řada dobrovolných spolupracovníků. V různých městech po celé republice pracuje kolem 15 místních skupin. Hnutí DUHA je českým zástupcem Friends of the Earth International, největšího světového sdružení ekologických organizací.

V radě patronů Hnutí DUHA jsou: spisovatelka Tereza Boučková, herečka Táňa Fischerová, muzikant Jaroslav Hutka, evangelický farář Svatopluk Karásek, sociolog Jan Keller, spisovatel Ivan Klíma, filozof Erazim Kohák, publicista Ondřej Vaculík, zoolog Zdeněk Veselovský.

Konkrétní témata, kterým se momentálně věnujeme: energie, lesy, odpady, zemědělství. (Rádi Vám na požádání zašleme informační materiály). Vydáváme také společensko-ekologický měsíčník Sedmá generace, jehož bezplatné ukázkové číslo si můžete vyžádat na adrese:

[www.hnutiduha.cz](http://www.hnutiduha.cz),  
[www.hnutiduha.cz/skupiny/](http://www.hnutiduha.cz/skupiny/)



Hnutí DUHA Olomouc, Dolní náměstí 38, 772 00 Olomouc

Toto číslo vyšlo díky podpoře Nadace VIA



a firmy

