

Vyřadila jsem z jídelníčku maso, mléko a vejce,

protože jsem konečně pochopila:

Maso



Stroje na maso, respektive zdroje masa

- **Živé, cítící a myslící bytosti – tzv. zvířata** jako je prase, sele, kráva, tele, býk, slepice, kuře, králík, činčila, nutrie, kůň, husa, kachna, morka, krůta, holub, ovce, jehně, koza, kůzle, srnka, jelen, divoké prase, zajíc, bažant, kapr, štika, pstruh, úhoř, tuňák, losos, pangas, krab, humr, kreveta, ústřice, chobotnice.
- Dále také pes, kočka, morče, krysa, červ, had, kobylka, klokan, krokodýl, člověk a další.
- Největšími současnými stroji na maso chovanými v dnešních velkochovech jsou prasata, skot a kuřata.

Prase domácí - selata, svině, prasata



- Jsou jedním z nejinteligentnějších živočišných druhů na Zemi, jsou nejchytřejší z domácích zvířat a tedy chytřejší než psi. Dokáží se naučit to, co tříleté lidské dítě.
- Umí škvěle hrát joystickem ovládané počítačové hry, dokonce některé hry mnohem lépe než primáti.
- Vychutnávají si stejně jako člověk poslech hudby, hraní si s míčem nebo masáže těla.
- Dokáží se naučit vyhledávat výbušniny, jsou případy kdy zachránily i člověka.
- Dokáží si sama sebe uvědomovat v zrcadle. Mají velmi dobrou dlouhodobou paměť.
- Mají vysokou míru kognitivních schopností, jako je např. vizuální perspektiva, což je schopnost převzít to, co u ostatních (včetně člověka) vidí, a upravovat tomu vlastní chování odpovídajícím způsobem.
- Jsou schopna odhadovat, co mají jejich společníci v úmyslu. Mají velmi dobré schopnosti pro poznávání identity, sociální organizaci a rozpoznání ostatních jedinců.
- Sociální vazba mezi prasnicí a jejími dětmi je velmi silná. Umí rozeznat kvikot svých mláďat mezi cizími a reagovat na ně jiným zvukem než na ostatní.
- Jeví známky empatie mezi svým druhem i vůči lidem. Pamatují si lidi, kteří se k nim chovali hezky.
- Jsou stejně jako člověk býložravci.

Skot domácí - telata, krávy, býci



- Jsou stejně jako člověk býložravci.
- Kráva nosí své dítě v těle stejně jako člověk 9 měsíců.
- Kráva tvoří mateřské mléko stejně jako člověk pouze pro své dítě.
- Kráva své dítě po porodu sama celé olíže, čímž se mezi nimi tvoří silné citové pouto, které mnohdy u lidí chybí.
- Tele bývá kojeno svou matkou podobně jako lidské dítě minimálně 8 měsíců po porodu.
- Jsou velmi inteligentní a zvědavá zvířata. Dovedou se učit od ostatních, rozumějí vztahu příčiny a následku a mají výbornou paměť. Dokáží si zapamatovat lidskou tvář a vyhýbají se těm, kteří jim ublížili.
- Mají inteligenci srovnatelnou se psy, a dokonce o něco vyšší než kočky.
- Přirozeně žijí v uzavřených rodinných skupinách, v nichž se navzájem znají. Svého vůdce si nevybírají podle síly, velikosti či surovosti, nýbrž podle inteligence, odvahy, zkušeností a polečenských schopností.
- Mezi sebou jsou nejlepší přátelé a těžce nesou odtržení od ostatních. Své přátelství si dávají najevo vzájemným olizováním hlavy, krku a ramen, čímž si upevňují své vzájemné vztahy a pomáhají si překonávat stres. Čím je olizování delší, tím k sobě mají hlubší vztah.

Kur domácí - kuřata, slepice, kohouti



- Jsou inteligentní a zvědavá zvířata se skvěle vyvinutou pamětí, sociálními a komunikačními dovednostmi.
- Dokáží rozeznat své společníky, vybírají si své přátele, vzájemně se povahově odlišují.
- Používají zvukové signály a matky se dokonce dorozumívají s ještě nevylíhnutými kuřaty.
- Mají schopnost uvažovat a provádět logické úsudky, ke kterým lidé dochází až kolem sedmého roku života.
- Zvládají složité myšlenkové procesy podobné těm, které dokáží savci a primáti.
- Mají smysl pro číslce. Čerstvě vylíhnutá kuřata dokáží rozlišovat množství, mají představu o řadových číslicích a dokáží také provádět jednoduché aritmetické operace.
- Rozumí vztahu příčiny a následku, vnímají čas, dokáží předjímat budoucnost, učí se pozorováním jiných slesc a předávají své zkušenosti dalším generacím.
- Jsou si vědomi sebe sama.
- Kohouti dokáží předstírat nález jídla, aby odlákali samici od jiného kohouta, nebo si vymyslet útok predátora, aby mohli slepici ukrýt pod svým křídlem.
- Samotná kuřata se rodí s individuálními osobnostními rysy, ovlivňuje je také matka, která zaujímá k jednotlivým kuřatům individuální přístup.

Maso chovných zvířat a výrobky z něj (určené k prodeji)

- Jsou zařazeny do pro člověka RAKOVINOtvorných látek (jsou karcinogenní, viz zpráva ze studie Světové zdravotnické organizace).
- Obsahují tuky, dioxiny, antibiotika, pesticidy, toxické formy arsenu a další člověku citelně škodlivé látky.
- Zvyšují riziko propuknutí rakoviny tlustého střeva, žaludku, prsu, prostaty, jater, mozku a dalších lidských orgánů.
- Zvyšují riziko infarktu, mrtvice, vysokého krevního tlaku, cukrovky, Alzheimerovy choroby, selhání orgánů, impotence a dalších nemocí.
- Masné výrobky navíc obsahují škodlivé látky, tzv. éčka (jako např. umělá barviva, náhradní sladidla, zvýrazňovače chuti, některé stabilizátory a konzervanty), které způsobují hyperaktivitu a poruchy pozornosti u dětí, alergie, astma, kožní problémy a další zdravotní problémy.

Chov zvířat na maso

- **Zodpovídá za světový hlad** - plných 80 % zemědělské půdy je používáno pro krmení hospodářských zvířat. Pokud se toto gigantické množství potravy uvolní, bude možné uživit celý svět a miliardy lidí navíc.
- **Způsobuje úbytek vody** - velkofarmy spotřebovávají více vody než všichni lidé dohromady a produkují tolik odpadu jako celá Amerika.
- **Způsobuje značný únik emisí do přírody** - hospodářská zvířata produkují obrovské množství emisí skleníkových plynů (oxid uhličitý, oxidy dusíku, metan) a čpavku - zodpovídá za tolik probírané globální oteplování.
- **Způsobuje devastaci přírody** - rozlehlé plochy lesů jsou káceny, aby uvolnily místo pro chov dobytka na maso. Z důvodu odlesňování vyhyne každý den přibližně 50 až 150 živočišných druhů nehledě na velmi vážné následky pro klimatické poměry.

Chov zvířat na maso

- **Způsobuje fyzické i psychické týrání zvířat** - zvířata jsou zavírána do těsných klecí či kotců bez možnosti sebemenšího pohybu či do přeplněných hal; jsou chována bez slunečního světla na betoně bez podestýlky ve vlastních výkalech; jsou jim **bez umrtvení** vypalovány značky na kůži a uřezávány ocásky, růžky, zuby, zobáčky apod. včetně úkonu kastrace; při chovu a následné přepravě na jatka utrpí zvířata nemalá poranění a psychický stres; pokud se vzpírají, jsou lidmi kopána do hlavy a citlivých míst; při porážce se zvířata dívají na svou vlastní smrt; atd.
- **Způsobuje smrt zvířat** - zvířata jsou většinou omračována elektrickým proudem a zavěšována na držadla hlavou dolů, následuje podříznutí krku a smrt vykrvácením; jedním ze způsobů zabití je také vstřelení železného kolíku do mozku; ve všech případech je po té zvíře až 30 vteřin ještě na živu a cítí bolest. Pokud se vlivem lidských chyb při běžných praktikách, zabít co nejvíce zvířat v co nejkratším čase, či vlivem poruchy strojů omráčení a zabití zvířete popsáním způsobem nepovede, čeká zvíře pomalá smrt vykrvácením při plném vědomí, tedy mnohem větší utrpení a delší smrt v ukrutných bolestech.

Příklad genetické modifikace býka

- Kvůli uměle tvořené vysoké poptávce spotřebitelů dochází také ke genetickému znetvořování zvířat pro co nejvyšší produkci masa.



Chov zvířat na maso



BWI-BS271375 - (c) - J. S. Peifer

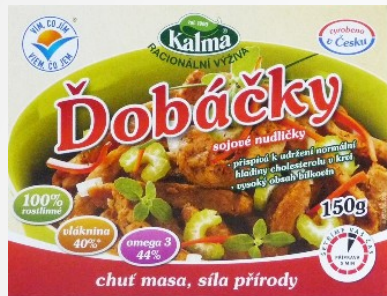


Není toho zbytečného krveprolití už dost?



Alternativy masa a masných výrobků

Rostlinné výrobky



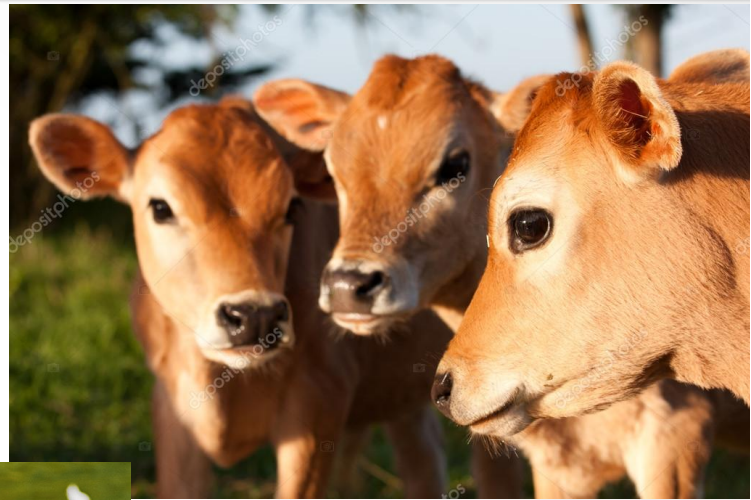
A MNOHO DALŠÍCH



Alternativy masa a masných výrobků

- Nejsou zařazeny do pro člověka RAKOVINOTvorných látek.
- Neobsahují dioxiny, antibiotika, pesticidy, toxické formy arsenu a další škodlivé látky.
- Většinou neobsahují škodlivá éčka (je nutné číst složení).
- Nezvyšují riziko propuknutí rakoviny tlustého střeva, žaludku, prsu, prostaty, jater, mozku a dalších orgánů.
- Nezvyšují riziko infarktu, mrtvice, vysokého krevního tlaku, cukrovky, Alzheimerovy choroby, selhání orgánů, impotence a dalších nemocí.
- Jejich výroba nezpůsobuje světový hlad.
- Nezpůsobuje úbytek vody.
- Nezpůsobuje únik emisí ani devastaci přírody.
- Nezpůsobuje týrání, znetvořování ani zbytečnou smrt zvířat.

Oni také mají právo na důstojný život



Živočišné mléko a výrobky z něj



Živočišné mléko a výrobky z něj

- Obsahují velké množství pesticidů, herbicidů, antibiotik, hormonů a dalších škodlivých látek včetně éček.
- Způsobují **úbytek** vápníku v těle.
- Způsobují osteoporózu a zubní kazy.
- Způsobují astma, alergie, ekzémy, anemie, srdeční choroby a další civilizační choroby.
- Způsobují zažívací potíže, jako je bolení břicha, nadýmání, plynatost a průjmy.
- Způsobují vytváření hlenu, který se usazuje a hromadí ve střevech, plicích, v tělesných dutinách a v celé oblasti hlavy.

Chov zvířat na mléko

(v největším zastoupení chov krav)

- Chov zvířat na mléko má stejné **negativní dopady na životní prostředí** jako chov zvířat na maso.
- Způsobuje **fyzické i psychické týrání a smrt** zvířat - krávy jsou celý svůj život stále dokola násilně uměle oplodňovány kovovým nástrojem; narozená telata jsou jim i přes silné citové pouto odebírána ihned po porodu; telata místo mateřského mléka 16x denně dostanou umělou náhražku 2x denně; krávy jsou dopovány hormony, aby produkce mléka byla co největší; zvířata jsou zavírána v malých prostorech bez slunečního světla na betoně bez podestýlky ve vlastních výkalech; jsou jim zaživa vypalovány značky na kůži a uřezávány růžky; býčci v cca roce a krávy po poklesu produkce mléka (~4 roky) jsou posíláni na jatka; při chovu a následné přepravě na jatka utrpí zvířata nemalá poranění a psychický stres; pokud se vzpírají, jsou lidmi kopána do hlavy a citlivých míst; následuje smrt.
- Kvůli uměle tvořené vysoké poptávce spotřebitelů dochází ke genetickému znetvořování zvířat pro co nejvyšší produkci mléka.

Chov zvířat na mléko



Alternativy živočišného mléka a výrobků z něj

Rostlinná
mléka



Rostlinná
smetana



Rostlinné
jogurty



Rostlinné
dressinky



Rostlinné
sýry



A
MNOHO
DALŠÍCH

Alternativy živočišného mléka a výrobků z něj

- Rostlinná mléka, sýry, jogurty a další rostlinné výrobky NEzpůsobují vůbec nic z toho, co způsobuje nebo může způsobovat živočišné mléko a produkty z něj.
- Jejich výroba nemá žádné negativní dopady na životní prostředí.
- Nezpůsobují týrání, znetvořování ani smrt zvířat.
- Obsahují navíc řadu pro člověka prospěšných látek.
- Vaří se z nich úplně stejně jako z živočišných produktů.

Takhle je to správně!



Vejce (husí, křepelčí, ..., v největší míře vejce slepičí) a výrobky z nich



Vejce chovných slepic a výrobky z nich (určené k prodeji)

I když vejce, jako jediná z řady živočišných produktů, mohou mít vcelku pozitivní vliv na naše zdraví, je nutné si před jejich koupí v obchodě uvědomit následující:

- Slepice chované v halách a klecích (většinou ani slepice ve volném výběhu na beton) nikdy neviděly trávu, ale ani žádnou jinou pro ně přirozenou potravu. Jsou krmeny uměle vyrobenými směsmi a potravinovými doplňky včetně léků proti různým nemocem a chemických látek podporujících vyšší produkci vajec. Všechny tyto uměle vyrobené látky a léky se dostávají do jejich vajec a následně i do těla člověka.
- Kvalita vajec se také odvíjí od fyzického a psychického zdraví slepice - volný pohyb na čerstvém vzduchu s hojností trávy a kvalitního krmiva a pobyt v přirozeném společenství ostatních slepic menšího počtu má bohužel pouze **minimum** chovaných slepic (vejce označená číslicí 0, a to ještě možná).
- Výrobky z vajec ve většině případech obsahují vejce od slepic týraných v těsných klecích a přeplněných halách.

Chov slepic pro vejce

- Chov zvířat pro vejce má stejné **negativní dopady na životní prostředí** jako chov zvířat na maso a mléko.
- **Způsobuje fyzické i psychické týrání slepic** (mimo chov slepic v ekologickém zemědělství - jejich vejce označovaná číslicí 0) - slepice jsou zavírány do malých klecí či přeplněných hal; v kuřecím věku jim jsou bez umrtvení uřezávány zobáčky proti vzájemnému klování; umělým světlem je jim prodlužován den, aby co nejvíce nesly; slepice jsou stresovány nemožností snášení vajec v klidu a samotě (samotné snesení vejce je pro slepici velmi náročný čin); slepice v klecích a halách nikdy neviděly slunce, ani se neproběhly po trávě, nemají možnost jejich přirozeného hrabání, klování, hnízdění, protřepání křídel, čištění svého peří; atd.
- **Způsobuje zabíjení narozených kohoutků**, kteří jsou chovateli k ničemu.
- **Způsobuje zabíjení slepic** ihned po tom, co přestanou vejce snášet (ve velkochovech již po 12 - 15 měsících), smrt vyčerpáním přichází často dříve.
- **Způsobuje účelné šlechtění slepic pro co nejvyšší snášenlivost** (přirozený počet 20 vajec ročně se zvýšil na 300 vajec ročně).

Chov slepic pro vejce



Photo by Alexandre Diorio Radacký & Andrea Potěšnický



Alternativy vajec

JAK NAHRADIT VEJCE?

Existuje mnoho způsobů, jak vejce nahradit.
V některých receptech je lze dokonce zcela vynechat, například při pečení koláčů, buchet, palačinek, stejně tak nejsou potřeba ani do bramboráků, či bramborových knedlíků.

bramborový / kukuřičný škrob
2 lžice škrobu
+
2 lžice vody

lněné semínko
2 lžice
+
3 lžice vody,
rozmixovat

2 lžice prášku do pečiva
+
2 lžice vody
+
lžice oleje

1/2 banánu,
rozmačkat

1/4 hrnku
jablečného pyré

pudinkový
prášek

3 lžice
arašídového másla

agar-agar
1 lžice agaru
+
1 lžice vody

1/2 avokáda,
rozmačkat

hraška
(na smažení)

ZDROJ: www.ekoista.cz

- Neobsahují žádné škodlivé látky.
- Nemají žádné negativní dopady na životní prostředí.
- Nezpůsobují fyzické ani psychické týrání, účelné šlechtění ani smrt zvířat.



Proč nám toto nikdo* neřekne?

(* podplacená / nevzdělaná televize, doktoři, škola atd.)

Pokud by lidé přestali kupovat živočišné produkty:

- Zkrachovali by všichni majitelé velkochovů, výrobci a producenti živočišných výrobků = přišli by o peníze, o tisíce miliard.
- Doktoři by neměli co léčit = přišli by o peníze.
- Farmaceutické společnosti by neměly co prodávat = přišly by o peníze.
- Snížil by se hrubý domácí produkt = centrální banky by přišly o peníze.
- Zaměstnanci velkochovů a jatek by přišli o práci a peníze = stát by přišel o peníze z daní a různých korupcí.

Televize a ostatní mainstreamová média tu nejsou proto, aby nám říkaly pravdu. Jsou tu proto, abychom si díky nim mysleli to, co chce někdo jiný. Manipulují námi, za což samozřejmě dostávají peníze = naše majetky.

Takže pokud si MOHU vybrat mezi

- Zdravím
- Přírodou
- Soucitem
- Empatií
- Rozumem
- Životem



A

- Nemocí
- Zkázou
- Bezcitností
- Psychopatií
- Hloupostí
- Smrtí



Vybírám zdraví, přírodu, soucit, empatii, rozum a život.



Raději budu jíst jen zrní a trávu (jak si mnozí o přirozeném stravování myslí),

- než utrácet peníze za něco, co prokazatelně škodí mému zdraví. **Těch málo živin, které mi dává maso a mléko, lze mnohem lépe doplnit z rostlin či tabletou (vitamín B12). Živiny z vajec lze též plnohodnotně doplnit z rostlinné stravy.**
- než se **vědomě** a tedy **úmyslně** podílet na stále větší devastaci přírody, úniku skleníkových plynů, úbytku vody a prohlubování světového utrpení a hladu.
- než se **vědomě** podílet na **zavírání zvířat** do těsných **klecí** bez možnosti sebemenšího pohybu a na dalších způsobech týrání chladnokrevně prováděných v dnešních chovech bez žádné státní kontroly a zákonného postihu (zákon dokonce řadu svinstev dovoluje, nehledě na to, že vůbec dovoluje zvířata zabíjet).
- než pít něco, co mi nepatří, co nepotřebuji, co mi naopak škodí a kvůli čemu **jsou mláďata odebírána** svým **matkám** ihned po porodu.
- než **LHÁT DĚTEM** a sobě, že **zabíjení a týrání je správné**.
- **než se vědomě podílet na ZBYTEČNÉ smrti 150 MILIARD zvířat ROČNĚ.**

Zvlášť když jíst zrní a trávu znamená toto



a toto



Jídelníček mám pestřejší než vy

- Do mého jídelníčku patří jáhly, amarant, quinoa, cizrna, oves, sója, sladké brambory, plantýny, datle, fíky, kustovnice, avokádo, čočka, fazole, mrkev, celer, řapíkatý celer, taro, maniok, paprika, okurka, rajčata, hrášek, kukuřice, kapusta, květák, brokolice, kedlubny, ředkvičky, červená řepa, tuřín, zelí, špenát, dýně, cuketa, lilek, hříbky, žampiony, žampiony portobello, houby shiitake, ibišek, fenykl, cibule, česnek, mango, kokos, čajota, guáva, graviola, jablka, hrušky, jahody, maliny, rybíz, borůvky, banány, granátová jablka, švestky, třešně, liči, melouny, papája, žakie, ananas, víno, pomeranče, mandarinky, nektarinky, kiwi, pistácie, kešu, mandle, vlašské ořechy, arašídy, sezamová a chia semínka, slunečnice, rýže, řasy, rukola, polníček, saláty, řeřicha a plno dalších rostlinných složek.

Už dále nechci být pokrytec!

překlad: fb.com/soucitne



© Josh Walthall 2015

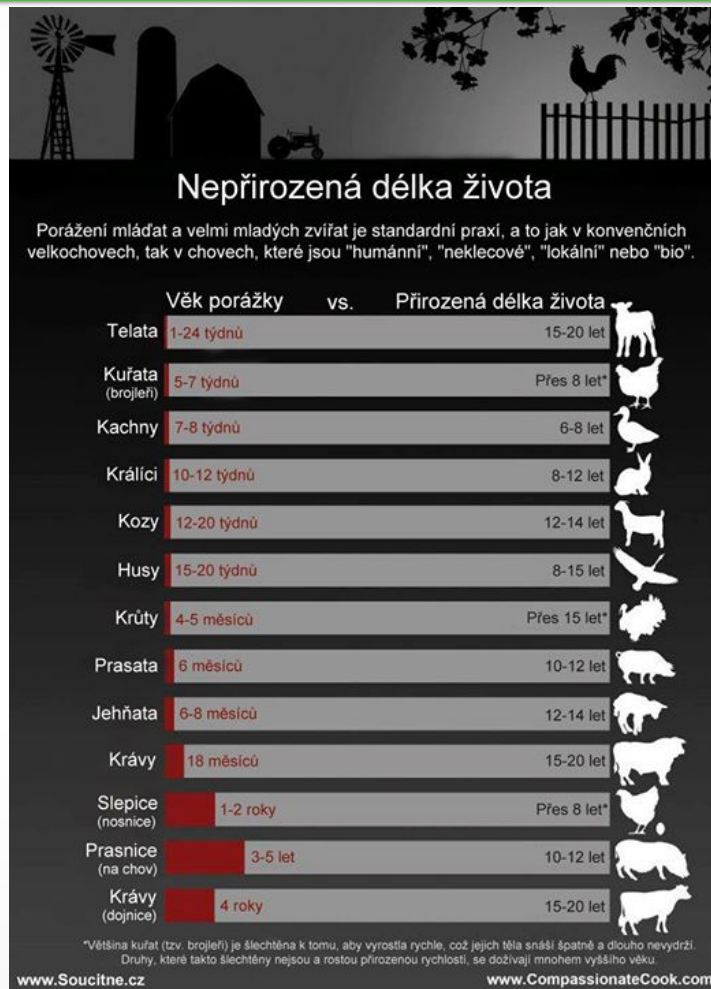
www.ExplodingDinosaur.com

Twitter: @ExploDino

[Facebook.com/ExplodingDinosaurComic](https://facebook.com/ExplodingDinosaurComic)

Nechci se podílet na týrání a smrti žádného zvířete

- Včetně ryb, králíků, kachen, hus, koz, ovcí, zvířat žijících v lesích a dalších.
- Všechna zvířata si své životy uvědomují podobně jako my, jsou schopna pociťovat podobnou škálu pocitů jako člověk - radost, smutek, ..., bolest. Když je spálím, cítí to, když jim dám elektrickou ránu, cítí to!
- Všechna zvířata jsou chytrá (často i chytřejší než my) a mají své vlastní instinkty, jinak by už sama dávno vyhynula, což vzhledem k válčení a ničení planety hrozí spíše nám.
- Všechna zvířata mají stejné právo jako my - prožít **plnohodnotný a přirozeně dlouhý** život.



Chci milovat všechna zvířata bez rozdílu

KAŽDÉ ZVÍŘE CHCE ŽÍT



VYMAŽTE DĚLICÍ ČÁRU
veganstvi.cz



Jediný způsob jak žít je nechat žít. Mahátmá Gándhí

- Jako obyvatelé této planety máme povinnost chovat se laskavě, s milostí a láskou ke všem druhům živých bytostí. Bolest, kterou trpí zvířata kvůli lidské krutosti, je nad lidské chápání. Prosím vás, pomozte skoncovat s tímto šílenstvím! **Richard Gere**
- Dokud budou lidé vraždit zvířata, budou zabíjet i jeden druhého. Vždyť kdo seje semena vraždění a utrpení, nemůže sklízet radost z lásky. **Pythagoras**
- Kvůli malému kousku masa připravíme tyto bytosti o světlo a život, který jim byl dán proto, aby se na tomto světě radovali. **Plútarchos**
- Kuřata, prasata a další zvířata jsou zajímavé a inteligentní bytosti s vlastní osobností. Je třeba, aby lidé pochopili, že když jedí zvířata, podporují tím kruté zacházení se zvířaty. **Pamela Anderson**
- Jsem si jistá, že posun jídelníčku k rostlinné stravě byl hlavní důvod, proč jsem zvládala hrát tenis na profesionální úrovni i po čtyřicítce. Mám díky tomu bystřejší mysl a dokážu vydržet tréninkovou zátěž. **Martina Navrátilová**

Prvořadým cílem této prezentace

- nebylo přesvědčit vás, abyste živočišné produkty nejedli. I když by mne to samozřejmě potěšilo hlavně z důvodu zlepšení vašeho zdraví a zachránění dalších zvířecích životů; bylo sdělit vám důvody mého rozhodnutí **živé, cítící a myslící bytosti** nejíst a netýrat a požádat vás o jeho akceptování bez jízlivých poznámek vycházejících především z nevzdělanosti a zfanatizování lidí televizí a společností zaměřenou pouze na peníze a slaboduchou maximalizaci zisku.
- Můžu vám říct, že při přípravě této prezentace jsem si opět prožila samotné peklo, protože jsem znovu procházela informací o chovech zvířat (včetně praktik na jatkách) a znovu se jen utvrdila v tom, že to, co my děláme zvířatům, to je prostě (ne)skutečné svinstvo. Vůbec nechápu, jak jsem to tak dlouho mohla akceptovat a jak jste mě mohli vychovávat v tom, že je to normální a správné. Naštěstí jsem se konečně probudila a vše pochopila. Můžete se na mě zlobit, jak chcete, ale toto opravdu podporovat nebudu.

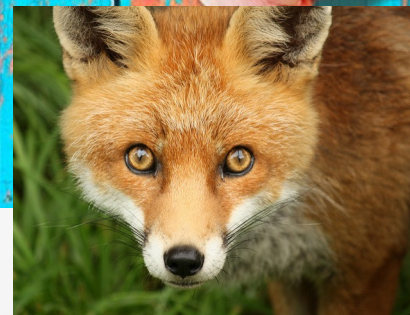
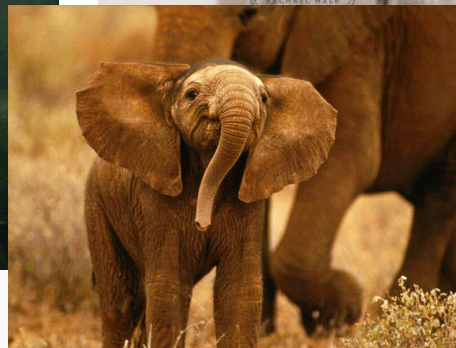
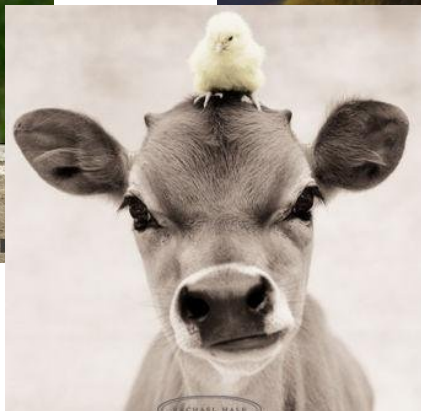
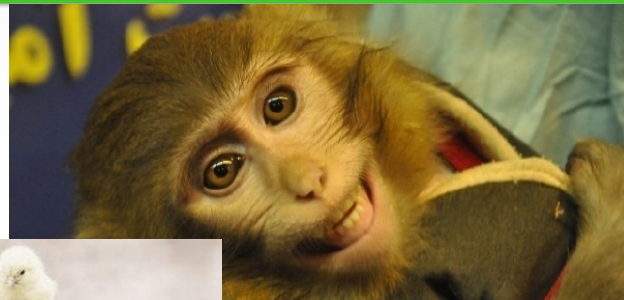
Zneužívání, týrání a smrt zvířat

podporuje nejen masný a mléčný průmysl, ale také:

- Zoologické zahrady a zábavní parky se zvířaty.
- Mořská akvária, podmořské světy a podobně.
- Dostihy, rodea, býčí zápasy a další zvířecí zápasy.
- Cirkusy se zvířaty, drezury koní a podobně.
- Chovné stanice, zverimexy, dovoz tropických zvířat pro naší zábavu.
- Chov a zabíjení zvířat kvůli kožešinám.
- Testování léků a kosmetiky na zvířatech.
- Kosmetika a další výrobky s živočišnými složkami.

Nepodporuji a nefinancuji ani jedno z uvedených.

Zvířata tu nejsou pro mne, jsou tu se mnou.



©Warren Photographic

Na závěr

Na závěr doporučuji odkaz na vystihující videoprezentaci (klikni na modrý text):

- [Proč jsem veganem](#)

V případě zájmu doporučuji přečíst:

- [Utrpení zvířat](#) - o charakteru zvířat a jejich útrpném životě
- [Za oponou velkochovů krav](#)
- [Život a smrt kuřat](#)
- [Proč se vyvarovat konzumace masa aneb biologicko-historické znaky člověka](#)
- hlavně na konci odstavce Proč nejíst maso?
- [Rostlinná strava - argumenty a odpovědi](#) - snad na všechny otázky „masožravců“
- A mnoho dalších informací volně přístupných na internetu včetně opravdu drsných videí o našem krutém zacházení se zvířaty.

DÍKY.