

JSEM DÍTĚ ŠTĚSTĚNY

Setkat se s **Věrou Doušovou** je radost. Dokáže předat ohromnou dávku pozitivní energie. Ve svých 75 letech stále intenzivně pracuje a jako ředitelka Potravinové banky pomáhá těm, kteří se ocitli v nouzi.

TEXT MICHALA JENDRUCHOVÁ | FOTO JAN KOLMAN A ARCHIV VĚRY DOUŠOVÉ



Nejvíce plýtváme my, zákazníci, a protože se to týká byť i v nepatrném měřítku každého z nás, nezbyvá než se nad tím zamyslet a začít u sebe.

Jakými potravinami nejvíce plýtváme?

Nejvíce plýtváme pečivem, ovocem a zeleninou, a to nejen v ČR, ale i v celé EU. Výzkumy za posledních pět let ukazují, že nejvíce plýtváme my, zákazníci, protože z toho, co nakoupíme, cca 30% vyhodíme. Lidé si uvědomují, že plýtvání potravinami má devastující vliv na životní prostředí, avšak mylně se domnívají, že nejvíce se plýtvá při pěstování, výrobě, dopravě, skladování či prodeji. Není tomu tak. Nejvíce plýtváme my, zákazníci, a protože se to týká byť i v nepatrném měřítku každého z nás, nezbyvá než se zamyslet a začít u sebe.

Jak jste na tom s plýtváním vy osobně? Ovlivnila vaše práce chod vaší domácnosti? Jak zacházíte s potravinami?

Protože jsem měla krátce po studiích poměrně brzy tři děti a byli jsme v době socialismu dva chudí vysokoškoláci, byla jsem v mládí zvyklá šetřit. Kupovala jsem vždycky tři banány, tři pomeranče, tři jogurty... I dnes nakupuji jen to, co opravdu potřebuji a snažím se neplýtvat. Ráda vařím, ale nerada nakupuji, což vede k tomu, že většinu toho, co jíme, si buď pěstuji na zahradě, nebo připravím od základu sama. My všichni, kdo jsme zažili dobu, kdy byl všeho nedostatek a na všechno se stály fronty, jsme zvyklí neplýtvat. Tomu nasvědčují i výsledky výzkumů. Nejvíce plýtvají mladí lidé ve věku 18–25 let. Ne proto, že by neměli vztah k životnímu prostředí, ale zejména proto, že se jim ze dne na den mění program a to, co chtěli dnes večerjet, zůstává v lednici ještě několik dní a již to nelze sníst. Senioři podle výsledků celoevropských i českých výzkumů plýtvají nejméně ze všech věkových skupin.

Zmínila jste, že ráda vaříte. Co nejraději?

Já vařím ráda, i když kvůli pracovnímu nasazení ne každý den. Asi tak třikrát týdně dělám teplé večeře a vařím o víkendech. Mám ráda tradiční českou kuchyni, používám tradiční suroviny, jako je medvědí česnek, pohanka, jáhly, ale mám ráda i kuchyně různých národů, například italskou, asijskou, marockou, balkánskou. A hlavně mám na zahradě stále čerstvé bylinky a zeleninu. Hodně cestuji a obvykle mne nadchne kuchyně zcela odlišná té naší a všechno to, co jsem si zamilovala na cestách, pak občas vařím i doma.

Je pravda, že pořádáte i kurzy vaření?

Ano, ale já nejsem ten, kdo v nich vyučuje. Pozveme vždycky nějakého profesionálního kuchaře, který učí matky v nouzi vařit rychlá a zdravá jídla ze zeleniny. Vzniklo to vlastně tak, že jsme se snažili matkám, které si k nám do Potravinové banky chodí pro potravinovou pomoc, nabízet mrkev, cukety, papriky, květák..., ale nesetkalo se to s úspěchem. Poptávka byla po těstovinách, kečupu, polévkách v sáčku a konzervách. Pochopila jsem, že pokud chceme, aby děti chudých matek jedly zdravě, musíme jejich matky naučit vařit. Začali jsme

s tím asi před pěti lety. Covid nám to na určité období trochu omezil, ale pokračujeme. Výsledek už je vidět, k potravinovým balíčkovým pro jednotlivce dáváme vždycky bedničky zeleniny, a když skončí výdej, jsou všechny prázdné. To nám dělá radost a naší práci to dává smysl.

Říkala jste, že si pěstujete bylinky a zeleninu. Jaká jste zahradnice?

Zahradnice nejsem ani moc pečlivá, ani moc zažraná. Ale přírodu mám ráda a ona to asi o mně ví, protože přes mé amatérství se mi všechno neuvěřitelně daří. Před patnácti lety jsme trávili dovolenou v jižní Itálii, kde jsme trhali na zahradě fíky a jedna asi třiceticentimetrová větev zkoušela růst z kmene palmy. Tak jsem ji vydloubla, zabalila do mokrého hadříku a dovezla domů. Dnes je z ní obrovský keř, který sice nejméně

pětikrát zmrzl, ale o to se stal mohutnějším a už mnoho let plodí skvělé fíky. Je jich tolik, že co do týdne neočeseme, to sklídí vosy a je toho dost pro všechny. Máme zde i meruňky. Ale nejsem zahrádkář v pravém slova smyslu. Mám ráda na zahradě být, dívat se na ni, plavat v bazénu a zahradničení se věnuji jen okrajově, jen tak, aby rostliny prosperovaly. Není to můj koníček a docela ráda lenoším, když mám možnost. Není to často, ale umím si to užívat.

Vy že ráda lenošíte? Vždyť jste od brzkého rána až do pozdního večera neustále v pohybu!

Je pravda, že mám dost náročné pracovní nasazení, začínám brzo ráno a většinou odcházím z práce poslední, občas ještě pracuji doma. Ale nejsem workoholik, založením jsem spíše lenoch. Když to jde, odpočívám na 100 % a s čistou hlavou. Ve skutečnosti dělám jen to, co vím, že je třeba

dělat a co neudělá nikdo jiný. Když jsem nastoupila na pracoviště jako ředitelka, přemýšlela jsem, jak bych si přála jako mladý zaměstnanec nastavit pracovní režim, aby mě práce stále bavila. Chtěla bych mít dost času na práci a také dost času na sebe a svou rodinu. A to, co jsem v mládí nejvíc nesnášela na pracovišti, bylo to, že lidé pracovali třeba dvě hodiny, ale zbývajících šest hodin prožili v práci bez toho, aby něco dělali, jen aby splnili časový limit. Jen ztráceli čas. Nepracovali ani neodpočívali, předstírali práci.

Takže jste nastavila nová pravidla?

Nastavila jsem systém, že budeme všichni pracovat jen čtyři dny v týdnu, zaměstnanci se budou střídát tak, aby bylo v práci vždycky dost lidí celých pět dní, a ti budou pracovat intenzivně tak dlouho, dokud nebudou



Popisek

mít denní práci hotovou a pak půjdou domů. Opravdu to tak mnoho let fungovalo, zdálo se mi, že zaměstnanci to oceňují a váží si toho, a ve chvíli, kdy bylo třeba pracovat v neděli, ochotně a dobrovolně přišli. Jenomže tenhle systém může fungovat pro vyspělé jedince. Posléze nastoupili dva nezodpovědní pracovníci a systém začal pokulhávat. Pak následoval covid, přibýlo lidí v nouzi a přibýla i práce. A nástup války a s tím spojená vlna uprchlíků pro nás znamenala navíc potravinové balíčky pro dvě stě až tři sta žen a dětí denně, takže jsme dva měsíce pracovali sedm dní v týdnu. To bychom dlouho nevydrželi, a tak teď už zase pracujeme pět dní v týdnu a vážíme si volných víkendů. →

Občas se v duchu divím, proč lidé tolik plýtvají energií na to, aby očernili druhé a také přemýšlím, jak těžké musí být žít život v závisti a pomluvách. To asi nežijí šťastný život, že?

A o víkendech se pak naložíte do bazénu, že? Jste známá tím, že hodně a ráda plavete.

Ano, voda je pro mě základní životní potřeba. Celý rok plavu denně okolo půl šesté ráno, těsně před odchodem do práce, a jsem díky tomu nejen zdravá, ale i spokojená. Pracuji s lidmi a mezi nimi jsou stále nějaké neshody, nedorozumění, ale díky mému rannímu dopingu to přijímám bez stresu a vyrovnaně. Tyhle situace mě nemohou rozzlobit, ale občas se v duchu divím, proč lidé tolik plýtvají energií na to, aby očernili druhé a také přemýšlím, jak těžké musí být žít život v závisti a pomluvách. To asi nežijí šťastný život, že?

Tak ve vodě máme hledat vaši pozitivní povahu... Jste otužilce?

Ačkoli plavu s otužilci, sama nejsem otužilec, jsem milovnice vody. Mám ráda každou vodu, teplou i studenou. Voda mě nabíjí, přináší mi radost, relax, dobrou náladu, zdraví. Jednou jsem na cestě ve Finsku vedla studijní skupinu a dostala jsem teplotu, bolela mne hlava. Říkala jsem si, že nás čeká náročný program a trochu jsem si dělala starost, jak to zvládnou. Ale dojeli jsme k hotýlku u jezera, hned jsem se šla převléci do plavek, zaplavala jsem si a ohromně se mi ulevilo.

Chřipka, nebo co mi to klepalo na tělo, už zmizela a byla jsem v pořádku. Moje spolubydlící se děsila, že dostanu zápal plic, ale opak byl pravdou. Občas si říkám, jestli nejsem nějaký vodník nebo žába. Manžel se vždycky směje, že když mám mokry šúsek, jsem ta nejhodnější žena na světě. A když vypouští bazén, všechny varuje, ať mne nezlobí, že by se ve mně mohla probudit satorie. Asi ví, o čem mluvím.

Bazén máte na zahradě u své chaty nedaleko Prahy. Co tam máte nejradši?

Bydlím v malé obci v Praze východ a náš dům a zahrada jsou hned u řeky Vltavy. To je pro mne splněný sen, bydlet nedaleko řeky, dívat se na vodu a na zeleň kolem ní. Pořád se toho pohledu ještě nemůžu nabažít, přestože tu chatu máme více než patnáct let a po celou tu dobu jsme ji zvolna, podle finančních možností, přebudovávali na celoročně obyvatelný prostor. Minulý rok jsme se přestěhovali, mnoho věcí ze starého bydlení jsme museli zli-

kvidovat, protože už je nepotřebujeme a také proto, že je to bydlení mnohem menší, než bylo to naše původní, ale jsme tu šťastní. Do práce mám dvacet minut a to krásné prostředí se nedá ničím vyvážit. Každý den můžu sledovat přírodu, jak se mění a jsem tady její součástí.

Je neuvěřitelné, že stále ještě tak intenzivně pracujete. Přitom letos slavíte pětasedmdesátiny. Jsou voda a příroda tím, co vás udržuje fit?

Narozeniny slavím spíš proto, že to chce oslavit rodina a přátelé, jinak moc nevidím důvod. Co se oslavuje? Že člověk přežil? Ale jako záminka k příjemnému setkání s milými lidmi je to fajn. Jo, jsem už stará babka, ale necítím se tak, nejsem ani unavená, ani přepracovaná, protože se starám o to, abych byla šťastná. Jakmile ráno vstanu a netěším se do práce, sednu k počítači a najdu nejbližší levné letenky někam k moři a na týden odletím. Pak se vrátím zase natěšená na práci.

Když jsme přivezli do Keni pytel fazolí, pytel rýže a pytel cukru, vítali nás jako spasitele, přitom naše útrata byla v objemu několika stovek. Prála bych si, aby tohle všechno chvíli zažili lidé, kteří sobě i druhým komplikují život zbytečností. V takovém prostředí a životních podmínkách si asi každý uvědomí, co je v životě důležité a co ne.



Popisek

Vy ale cestujete i do severovýchodních zemí. Kam byste se ráda podívala?

Mám ještě plno plánů. Vždycky, když jedu do Norska pro zdravotní pomůcky, říkám si, že příště si udělám víc volna a pojedu dále na sever až do Tromsø podívat se na polární záři. Odedávna jsem se chtěla podívat na ostrov Saint. Michel, láká mě Sicílie, Havaj, uvidíme, jestli na to dojde. Nechávám to volně plynout, jako ostatně mnoho dalšího.

Která cesta vás nejvíce zasáhla?

Nejkrásnější byla pro mě cesta po Jihoafrické republice, Kapské město, přírodní parky, ale nejvíce mne zasáhl pobyt se švédskými lékaři na misi v Keni. Tam jsme žili v malém městečku, odkud jsme denně vyjížděli s džípem a kufry léků do divočiny, kde švédský Rotary Club zajišťuje po celý rok jedinou týdenní lékařskou péči. Viděla jsem lidi potrhané divokou zvěří, spálené od ohně, umírající na malárii a sirotčí

školy, kam chodí děti od batolecího věku a dostávají k jídlu kukuřičnou kaši, takovou žlutozelenou hmotu nevalné chuti. Vždycky, když jsme tam přivezli pytel fazolí, pytel rýže a pytel cukru, vítali nás jako spasitele, přitom naše útrata byla v objemu několika stovek. Přála bych si, aby tohle všechno chvíli zažili lidé, kteří sobě i druhým komplikují život zbytečnostmi. V takovém prostředí a životních podmínkách si asi každý uvědomí, co je v životě důležité a co ne.

Do zahraničí jezdíte i s pěveckým sborem.

Zpívám od dětství a ještě teď si udělám čas na zkoušky a koncerty s pěveckým sborem Camera Chabra. Mám to ráda. Pravidelně koncertujeme v pražských kostelích a na zahraničních festivalech. Od samého začátku nás vedl věhlasný světový dirigent Lubomír Mátl, ten však před dvěma lety zemřel a dirigování se ujala jeho dcera, sopránistka Markéta Fassati. Dříve jsme koncertovali také u krajanů v zahraničí, teď jsme už dva roky nikde nebyli, protože covid všechno změnil. Snad až letos na podzim pojedeme na festival do Budapešti.

Jak to všechno časově zvládáte?

Nemám už malé děti, manžel je na moje nasazení zvyklý a já umím odpočívat a umím si ten odpočinek užít. Občas si říkám, že můj muž musí mít svatozář. Asi před pětadvaceti lety, když jsem vedla poradnu pro rodiny pečující o děti se zdravotním postižením, zjistila jsem, že ty u nás těžko dosažitelné invalidní vozíky, kočárky a chodítka světových značek jsou ve Skandinávii úplně zdarma, protože pacienti je mohou kdykoli vrátit a požadovat jiné. A ty vrácené se nerepasují, ale buď likvidují, nebo darují do ciziny. Začali jsme tedy s mužem jezdit do Švédska pro invalidní vozíky, nesmírně lehké s mnoha funkcemi, pro handbiky, kočárky, chodítka s fosforeskujícími světýlky, dětskými polepkami, výbavou a rozdávali je potřebným. Už to děláme 25 let, dnes už jezdíme do Norska, protože Švédové se

Když od lidí očekávám to dobré, projeví se ta dobrá část jejich osobnosti, protože nikdo nejsme jen černý, nebo bílý, jde jen o to, co převažuje.

Jako dítě jsem si připadala trochu silnější než mé kamarádky, tak jsem je občas bránila a občas jsem se kvůli nim prala. Protože jsem uměla moc dobře utíkat a moc dobře se prát. Určitě jsem

po letech rozhodli repasovat, a ten můj muž jako dobrý parták jezdí pořád se mnou. Kdo by to vydržel?

Říkáte, že celý život potkáváte skvělé lidi. Ale to bude tím, že sama tohle ze sebe vyznačujete, a tak se na vás tito lidé tzv. lepí.

Na tohle je těžké odpovědět. Sama si to vysvětluji tím, že jsem dítě štěstěny. A že když od lidí očekávám to dobré, projeví se ta dobrá část jejich osobnosti, protože nikdo nejsme jen černý, nebo bílý, jde jen o to, co převažuje.

Získala jste i ocenění Laskavec. Co pro vás znamená?

No, sama nevím, proč. Ale pokud mám sloužit jako příklad toho, že věřit lidem neznamená řídit se do záhuby, být neustále cílem podvodníků a pro samou dobrotu skončit pod mostem, tak jsem ráda posloužila. Nežiji špatně a mám se dobře.

Měla jste v sobě takové citění a vnímání světa už od malička?



Popisek

VĚRA DOUŠOVÁ: (75)

ředitelka Potravinové banky

→ Xxxxxx bvcxyvb ycbxyvybn yb-nxcvybvcxncy bynvcy.
 → Xvbcxvbn nbxvncv nybxcvncy yxcbvynvncvy ynbvcxy
 → Xxx ybcxbcnymc yn cybxcvcy-cvhygchx yhvxcyhg yghcvxygh yhgcyhyfhyxcycymxchymx ynmcbcxnymcbymc.
 → Xcvyxbvcyvb nbyvcxy nycbnycxbv yvbxcyncn nybvcxny
 → Xcyxybvyc bnycvbnxycv by-vxcynvnc bnycvncvvyxv-cybnc yxbvcbnycvncvyn yb-cvxbnycvxnvc byxbvcvncvymn
www.potravinovabanka.cz

nebyla křehká dívenka. Ve škole jsem se také zastávala notorických raubířů, na které se vždycky všechno svedlo, a tak jsem byla samá poznámka. Ale jinak samé jedničky a co s takovým raubířem? Spíš jsem byla bojovník než laskavec. Ale tolerovali mne, protože jsem byla chytrá a slušná.

Jdou vaše děti ve vašich stopách?

A co vnoučata?

Děti jdou svou cestou, společné mají jen to, že mají moc dobré srdce. Vnoučata jsou moje zlatíčka, uvidíme, co z nich bude. Sama jsem zvědavá.

Dá se říci, že vedete šťastný život?

Vedu šťastný život, určitě, jsem takové dítě štěstěny. ■