

ZVYK MĚSÍCE: Chystat si věci na ráno už večer.
10 minut večer ti nahradí 30 minut ráno!!!

SRPEN	ZÁŘÍ	ŘÍJEN
4 11 18 25	1 8 15 22 29	6 13 20 27
5 12 19 26	2 9 16 23 30	7 14 21 28
6 13 20 27	3 10 17 24	1 8 15 22 29
7 14 21 28	4 11 18 25	2 9 16 23 30
1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31
2 9 16 23 30	6 13 20 27	4 11 18 25
3 10 17 24 31	7 14 21 28	5 12 19 26

Důležité:

Září 2008

Pondělí 1	Úterý 2	Středa 3	Čtvrtek 4	Pátek 5	Sobota 6	Neděle 7
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 8	Úterý 9	Středa 10	Čtvrtek 11	Pátek 12	Sobota 13	Neděle 14
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 14	Úterý 15	Středa 16	Čtvrtek 17	Pátek 18	Sobota 19	Neděle 20
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 21	Úterý 22	Středa 23	Čtvrtek 24	Pátek 25	Sobota 26	Neděle 27
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 28	Úterý 29	Středa 30	Poznámky:
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
STÁTNÍ SVÁTEK			

Ráda tohle nazývám požehnání pro domov. Když sbíráte nádobí, abyste ho umyly, buďte vděčné, že máte dost jídla, abyste ostatní nakrmily. Až budete skládat tu nekončící hromadu prádla, vaše ruce budou milovat každého člena rodiny. Přestaňte s tím mučednictvím a sebelítostí a zahrňte svou rodinu láskou a laskavostí. Dejte ostatním příklad, oni si všimnou a přidají se. Žehnat svému domovu je mnohem snadnější než uklízet dům!

ZVYK MĚSÍCE: Chystat si věci na ráno už večer.
10 minut večer ti nahradí 30 minut ráno!!!

SRPEN	ZÁŘÍ	ŘÍJEN
3 10 17 24 31	7 14 21 28	5 12 19 26
4 11 18 25	1 8 15 22 29	6 13 20 27
5 12 19 26	2 9 16 23 30	7 14 21 28
6 13 20 27	3 10 17 24	1 8 15 22 29
7 14 21 28	4 11 18 25	2 9 16 23 30
1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31
2 9 16 23 30	6 13 20 27	4 11 18 25

Září 2009

Důležité:

Poznámky:	Úterý 1	Středa 2	Čtvrtek 3	Pátek 4	Sobota 5	Neděle 6
					
					
					
					
					
					
					

Pondělí 7	Úterý 8	Středa 9	Čtvrtek 10	Pátek 11	Sobota 12	Neděle 13
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						

Pondělí 15	Úterý 16	Středa 17	Čtvrtek 18	Pátek 19	Sobota 20	Neděle 21
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						

Pondělí 22	Úterý 23	Středa 24	Čtvrtek 25	Pátek 26	Sobota 27	Neděle 28
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						

Pondělí 29	Úterý 30	Poznámky:
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		

NENÍ NIC BLBĚJŠÍHO NEŽ ČISTÉ, SUCHÉ NÁDOBÍ V MYČCE A NAD NÍM NA STOLE HROMADA ŠPINAVÉHO..

ZVYK MĚSÍCE: Papíry - budeme mocně vyhazovat, třídít, řadit
OD ŘÍJNA CHODÍ VÁNOČNÍ MISE!!! Letos se vážně připojím...

ZÁŘÍ	ŘÍJEN	LISTOPAD
1 8 15 22 29	6 13 20 27	3 10 17 24
2 9 16 23 30	7 14 21 28	4 11 18 25
3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26
4 11 18 25	2 9 16 23 30	6 13 20 27
5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28
6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 15 22 29
7 14 21 28	5 12 19 26	2 9 16 23 30

Říjen 2008

Důležité:

Poznámky:	Středa 1	Čtvrtek 2	Pátek 3	Sobota 4	Neděle 5

Pondělí 6	Úterý 7	Středa 8	Čtvrtek 9	Pátek 10	Sobota 11	Neděle 12
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 10	Úterý 11	Středa 12	Čtvrtek 13	Pátek 14	Sobota 15	Neděle 16
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 17	Úterý 18	Středa 19	Čtvrtek 20	Pátek 21	Sobota 22	Neděle 23
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 24	Úterý 25	Středa 26	Čtvrtek 27	Pátek 28	Sobota 29	Neděle 30
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Dělej jednu věc a neodbihej od ní - uklízej jednu polici, jednu skříňku, ne vytahat všechny a pak prohlížet časopisy, které tam najdeš :-)))

OD ŘÍJNA CHODÍ VÁNOČNÍ MISE!!! Letos se vážně připojím...

ŘÍJEN 6 13 20 27 7 14 21 28 1 8 15 22 29 2 9 16 23 30 3 10 17 24 31 4 11 18 25 5 12 19 26	LISTOPAD 3 10 17 24 4 11 18 25 5 12 19 26 6 13 20 27 7 14 21 28 1 8 15 22 29 2 9 16 23 30	PROSINEC 1 8 15 22 29 2 9 16 23 30 3 10 17 24 31 4 11 18 25 5 12 19 26 6 13 20 27 7 14 21 28
--	---	--

Listopad 2008

Důležité:

Poznámky:	Sobota 1	Neděle 2

Pondělí 3	Úterý 4	Středa 5	Čtvrtek 6	Pátek 7	Sobota 8	Neděle 9
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 13	Úterý 14	Středa 15	Čtvrtek 16	Pátek 17	Sobota 18	Neděle 19
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 20	Úterý 21	Středa 22	Čtvrtek 23	Pátek 24	Sobota 25	Neděle 26
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 27	Úterý 28	Středa 29	Čtvrtek 30	Pátek 31	Poznámky:
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

Je mi jedno, jestli nechápete, jak vám může lesknoucí se dřez pomoci uklidit dům. Přestaňte myslet a začněte něco dělat. Začněte bojovat a udělejte něco pro změnu, místo toho, abyste se dohadovaly s počítačem.

ZVYK MĚSÍCE: Pamatujete si na „svišendsvajp“? :))) Zvykneme si ráno, večer - kdykoliv, jen každý den ve stejnou dobu, naprosto bleskově uklízet wc. Můžeme si pomoci i papírovou utěrkou (WC papírem), abychom nemusely nic máchat a hledat.

ČERVEN	ČERVENEC	SRPEN
1 8 15 22 29	6 13 20 27	3 10 17 24 31
2 9 16 23 30	7 14 21 28	4 11 18 25
3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26
4 11 18 25	2 9 16 23 30	6 13 20 27
5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28
6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 15 22 29
7 14 21 28	5 12 19 26	2 9 16 23 30

Důležité:

Červenec 2009

Poznámky:	Středa 1	Čtvrtek 2	Pátek 3	Sobota 4	Neděle 5
STÁTNÍ SVÁTEK					STÁTNÍ SVÁTEK

Pondělí 6	Úterý 7	Středa 8	Čtvrtek 9	Pátek 10	Sobota 11	Neděle 12
STÁTNÍ SVÁTEK						

Pondělí 10	Úterý 11	Středa 12	Čtvrtek 13	Pátek 14	Sobota 15	Neděle 16

Pondělí 17	Úterý 18	Středa 19	Čtvrtek 20	Pátek 21	Sobota 22	Neděle 23
STÁTNÍ SVÁTEK						

Pondělí 24	Úterý 25	Středa 26	Čtvrtek 27	Pátek 28	Sobota 29	Neděle 30

Domácí práce neudělané úplně korektně jsou i tak požehnáním pro náš domov.

OD ŘÍJNA CHODÍ VÁNOČNÍ MISE!!! Letos se vážně připojím...

LISTOPAD	PROSINEC	LEDEN
3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26
4 11 18 25	2 9 16 23 30	6 13 20 27
5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28
6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 15 22 29
7 14 21 28	5 12 19 26	2 9 16 23 30
1 8 15 22 29	6 13 20 27	3 10 17 24 31
2 9 16 23 30	7 14 21 28	4 11 18 25

Prosinec 2008

Důležité:

Pondělí 1	Úterý 2	Středa 3	Čtvrtek 4	Pátek 5	Sobota 6	Neděle 7
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 8	Úterý 9	Středa 10	Čtvrtek 11	Pátek 12	Sobota 13	Neděle 14
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 15	Úterý 16	Středa 17	Čtvrtek 18	Pátek 19	Sobota 20	Neděle 21
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 22	Úterý 23	Středa 24	Čtvrtek 25	Pátek 26	Sobota 27	Neděle 28
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 29	Úterý 30	Poznámky:
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

Neporadek je velmi sobecký host. Chce nás jen pro sebe. Rozdeluje i členy rodiny. Nenecha nás odpočinout. Porad na něj musíme myslet a dělat si vycitky. Nemůžete organizovat neporadek a smeti, musíte se ho zbavit. Vyhazujte nepotřebné a nadbytečné věci!

ZVYK MĚSÍCE: *Hlídat si pitný režim!!! Půjdeme se napít každou hodinu,
a ne jen kafe ráno, v poledne a odpoledne trochu džusu!!!*

KVĚTEN	ČERVEN	ČERVENEC
4 11 18 25	1 8 15 22 29	6 13 20 27
5 12 19 26	2 9 16 23 30	7 14 21 28
6 13 20 27	3 10 17 24	1 8 15 22 29
7 14 21 28	4 11 18 25	2 9 16 23 30
1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31
2 9 16 23 30	6 13 20 27	4 11 18 25
3 10 17 24 31	7 14 21 28	5 12 19 26

Červen 2009

Důležité:

Pondělí 1	Úterý 2	Středa 3	Čtvrtek 4	Pátek 5	Sobota 6	Neděle 7
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 8	Úterý 9	Středa 10	Čtvrtek 11	Pátek 12	Sobota 13	Neděle 14
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 15	Úterý 16	Středa 17	Čtvrtek 18	Pátek 19	Sobota 20	Neděle 21
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 22	Úterý 23	Středa 24	Čtvrtek 25	Pátek 26	Sobota 27	Neděle 28
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 29	Úterý 30	Středa 31	Poznámky:
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

Váš dům může být zaprášený, ale když nemáte věci rozházené v hromadách po bytě, vypadá dobře!

ZVYK MĚSÍCE: oprášíme rutiny - mít vždy naleštěný dřez!!!

Prý, když to tak budeš dělat, usměješ se, kdykoliv dřez uvidíš :-) Zkusila jsem jeden den a pohled na takový dřez je fakt povznášející.

PROSINEC	LEDEN	ÚNOR
1 8 15 22 29	5 12 19 26	2 9 16 23
2 9 16 23 30	6 13 20 27	3 10 17 24
3 10 17 24 31	7 14 21 28	4 11 18 25
4 11 18 25	1 8 15 22 29	5 12 19 26
5 12 19 26	2 9 16 23 30	6 13 20 27
6 13 20 27	3 10 17 24 31	7 14 21 28
7 14 21 28	4 11 18 25	1 8 15 22

Důležité:

Leden 2009

Poznámky:	Čtvrtek 1	Pátek 2	Sobota 3	Neděle 4

	STÁTNÍ SVÁTEK			

Pondělí 5	Úterý 6	Středa 7	Čtvrtek 8	Pátek 9	Sobota 10	Neděle 11
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 11	Úterý 12	Středa 13	Čtvrtek 14	Pátek 15	Sobota 16	Neděle 17
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 18	Úterý 19	Středa 20	Čtvrtek 21	Pátek 22	Sobota 23	Neděle 24
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 25	Úterý 26	Středa 27	Čtvrtek 28	Pátek 29	Sobota 30	Neděle 31
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

... jestli to nepoužíváte a jestli vám to nepřináší radost - je to smetí, PRYČ s tím!!!

ZVYK MĚSÍCE: *Hýbat se! je jedno, zda cvičíme, chodíme do schodů, jdeme na procházku, cvičíme břicho nebo jezdíme na rotopedu. 5 - 10 MINUT DENNĚ!!!*

DUBEN	KVĚTEN	ČERVEN
6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 15 22 29
7 14 21 28	5 12 19 26	2 9 16 23 30
1 8 15 22 29	6 13 20 27	3 10 17 24
2 9 16 23 30	7 14 21 28	4 11 18 25
3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26
4 11 18 25	2 9 16 23 30	6 13 20 27
5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28

Důležité:

Květen 2009

Poznámky:				Pátek 1	Sobota 2	Neděle 3
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
				STÁTNÍ SVÁTEK		
Pondělí 4	Úterý 5	Středa 6	Čtvrtek 7	Pátek 8	Sobota 9	Neděle 10
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
				STÁTNÍ SVÁTEK		

Pondělí 12	Úterý 13	Středa 14	Čtvrtek 15	Pátek 16	Sobota 17	Neděle 18
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
Pondělí 19	Úterý 20	Středa 21	Čtvrtek 22	Pátek 23	Sobota 24	Neděle 25
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
Pondělí 26	Úterý 27	Středa 28	Čtvrtek 29	Pátek 30	Sobota 31	Poznámky:
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

BABYSTEPS: opakujte si: nejsem pozadu, můj domov se nedostal do takového stavu přes noc, tak ho za tak krátkou dobu nemůžu ani uklidit.

*ZVYK MĚSÍCE: 15 minut denně probírat zásoby všech možných věcí, které jsme nasyslily za minulý rok.
Něco jako předjarní úklid...*

LEDEN	ÚNOR	BŘEZEN
5 12 19 26	2 9 16 23	2 9 16 23 30
6 13 20 27	3 10 17 24	3 10 17 24 31
7 14 21 28	4 11 18 25	4 11 18 25
1 8 15 22 29	5 12 19 26	5 12 19 26
2 9 16 23 30	6 13 20 27	6 13 20 27
3 10 17 24 31	7 14 21 28	7 14 21 28
4 11 18 25	1 8 15 22	1 8 15 22 29

Únor 2009

Důležité:

Poznámky:

	Neděle 1
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

Pondělí 2	Úterý 3	Středa 4	Čtvrtek 5	Pátek 6	Sobota 7	Neděle 8
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						

Pondělí 13	Úterý 14	Středa 15	Čtvrtek 16	Pátek 17	Sobota 18	Neděle 19
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
<i>STÁTNI SVÁTEK</i>						

Pondělí 20	Úterý 21	Středa 22	Čtvrtek 23	Pátek 24	Sobota 25	Neděle 26
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						

Pondělí 27	Úterý 28	Středa 29	Čtvrtek 30	Poznámky:		
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						
.....						

Jak často chodíte přes tyden do obchodu? Správná odpověď je - jednou! Nic jiného se nepripouští, ledže byste mely opravdu ale opravdu malou kuchyn, kam se vic nevejde. Cim dale zstanete od obchodu, tim vice budete mit penez.

ZVYK MĚSÍCE: Ráno se obléknout, namalovat - MY za to stojíme!!!

Děláme to pro sebe, abychom se lépe cítily a pošťáčkám, sousedkám a ženským v autobusu aby padaly brady...

ÚNOR	BŘEZEN	DUBEN
2 9 16 23	2 9 16 23 30	6 13 20 27
3 10 17 24	3 10 17 24 31	7 14 21 28
4 11 18 25	4 11 18 25	1 8 15 22 29
5 12 19 26	5 12 19 26	2 9 16 23 30
6 13 20 27	6 13 20 27	3 10 17 24
7 14 21 28	7 14 21 28	4 11 18 25
1 8 15 22	1 8 15 22 29	5 12 19 26

Březen 2009

Důležité:

Neděle 1	Úterý 3	Středa 4	Čtvrtek 5	Pátek 6	Sobota 7	Neděle 8
Pondělí 2						
Pondělí 9	Úterý 10	Středa 11	Čtvrtek 12	Pátek 13	Sobota 14	Neděle 15

Pondělí 16	Úterý 17	Středa 18	Čtvrtek 19	Pátek 20	Sobota 21	Neděle 22
------------	----------	-----------	------------	----------	-----------	-----------

Pondělí 23	Úterý 24	Středa 25	Čtvrtek 26	Pátek 27	Sobota 28	Neděle 29
------------	----------	-----------	------------	----------	-----------	-----------

Pondělí 30	Úterý 31	Poznámky:
------------	----------	-----------

...co to svým dětem děláme? Vyrůstají v domově, kam si nemohou pozvat své přátele a v klidu se připravovat do školy. Stydí se za svůj domov...
Teď se podívejte na naše manželství. Nepořádek přináší do manželství stres, ubírá nám energii, kterou máme mít jeden pro druhého,
objevují se ošklivá slova, která se těžko berou zpět...

Pojďte dál! Pojďte dál!

FLY

- letat, ale taky Finally Loving Yourself - konečne milovat samu sebe

C.H.A.O.S.

Can't Have Anyone Over Syndrome
- priblizne Syndrom nemohoucnosti pozvat si nekoho na navste-
vu

STUFF

- „kramy“ ale podle FL take: Something That Undermines Family
Fun - neco, co podkopava rodinou pohodu

DING!!!

– Do It Now, Girl!!!

Lide se na me zlobi, ze rikam, ze **domaci prace neudelane uplne korektne jsou stejne pozehanim pro nas domov.**

nase matky a babicky nam casto rikaly, kdyz neco delas, udelej to poradne. Nebo: Kdyz to neumis udelat poradne, tak se do toho neplet.

Koukaly jsme na nase mamy, jak uklizely jak silene, ze to az kazdemu vadilo, nechtely k tomu nikoho pustit, protoze nikdo neumel uklidit tak, abys se jim to libilo. Pak si stezovaly, ze jsou na to samy a nikdo jim nepomuze. Neni divu, ze ted mate takove problemy.

Rikate, nejsem perfekcionista, kouknete na muj dum!! Nemate tuseni, ze vas dum vypada takhle prave proto, ze chcete byt perfektni.

Uz to slysim - **nemam cas uklidit to poradne!** Tohle vas ucily. Nikdo nema cely den na uklizeni.

Tak sedime ve svych rozbordelenych domech a litujeme se a stezujeme si.

Vas manzel v tom musi zit a jeste zjistit, **ze si vzal nekoho, kdo zni jako jeho matka :-))))))**

Jasne, ze nikdo nebude mit chut vam pomahat.

Ani se nam nesnilo, ze zit v cistem uklizenem dome je jen otazka jednoduchych rutin a pece o sebe. Vy jste ten nejdulezitejsi kousek puzzle ve skladance. Musite se mit rady a starat se o sebe. Nelitujte se, ze nejste perfektni!! Vim, ze mi neverite, ale zacnete a uvidite. Doted jste to delaly takhle, nefungovalo to, zkuste to jinak. Nejste samy! Je nas skoro kolem 350 tisic. Ublizovala nam osoba, kteru nas mela mit rada nejvic. My samy! Prestante si nadavat a litovat se, smyslejte o sobe dobre, zacnete se lepe chovat i k rodine a vas zivot bude lepsi.

Nemusime byt perfektni, abychom si zaslouzily byt milovany!!

Buh nas miluje, i kdyz nejsem perfektni, proc bychom nemohly i my samy?

Jste pripraveni FLY? (letat, ale taky Finally Loving Yourself - konečne milovat samu sebe)?

ZVYK MĚSÍCE: Prádlo - denně se 15 minut věnovat prádлу - prát, sušit, skládat, žehlit.
 Naučíme se zdat MontePeru a MonteŽehlu!!!!

ČERVENEC	SRPEN	ZÁŘÍ
6 13 20 27	3 10 17 24 31	7 14 21 28
7 14 21 28	4 11 18 25	1 8 15 22 29
1 8 15 22 29	5 12 19 26	2 9 16 23 30
2 9 16 23 30	6 13 20 27	3 10 17 24
3 10 17 24 31	7 14 21 28	4 11 18 25
4 11 18 25	1 8 15 22 29	5 12 19 26
5 12 19 26	2 9 16 23 30	6 13 20 27

Důležité:

Srpen 2009

Poznámky:					Sobota 1	Neděle 2
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
Pondělí 3	Úterý 4	Středa 5	Čtvrtek 6	Pátek 7	Sobota 8	Neděle 9
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 13	Úterý 14	Středa 15	Čtvrtek 16	Pátek 17	Sobota 18	Neděle 19
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 20	Úterý 21	Středa 22	Čtvrtek 23	Pátek 24	Sobota 25	Neděle 26
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Pondělí 27	Úterý 28	Středa 29	Čtvrtek 30	Pátek 31	Poznámky:	
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		

...To smetí vám ubližuje. Všechny ty hromady nepořádku naplňují váš život pocitem viny a to zraňuje vaše tělo i duši. Když je nemocná duše, nemůže být zdravé tělo. Stres, který máme z našeho nepořádku, chaotického domova a hektického života nám způsobuje zdravotní potíže...