

O I S

O V I N Y

Nepostradatelný informační a inspirační zdroj pracovníků býv. OIS

Pravicový, liberální chem.inž. občasník. Založeno r. 1996

Slovo úvodem

Únor je vrcholem zimy, no posuďte sami. Jsou lidé, zřejmě s eskymáckými geny, co zimu milují a nemohou se jí nabažit. Nic proti pohádkovému prosluněnému pohledu na Obří důl a Sněžku mezi prašanem pocukrovanými smrký, ale já už spíše vidím tu novou svěží zeleň listoví a jarní květy pestrých barev i vůní. To fantastické probuzení přírody do nového životního cyklu. Musíme zřejmě vždy na chvíli zimně usnout a projít plískanicemi, abychom znovu mohli žasnout a radovat se z navrátilivšího se života. Vlastně celý náš život je cyklický pohyb, jakási rozkmitaná struna znějící spoustou harmonických tónů. Tak kmítejte a znějte!

Motto

„Narodil ses jako originál! Nezemři jako kopie!“

Z citátů, reklam, inzerátů a... .

- „Bůh nestihne být všude a proto stvořil matky“.
- „Nepokoušej se smutek utopit v rumu, umí plavat“.
- „Jestliže vaše žena špatně vaří, nemusíte se hned rozvádět. Chodte na obědy do spolanské jídelny a manželku si ponechte jako hobby“.
- „Pesimista vidí v tunelu tmu. Optimista vidí světlo na konci tunelu. Realista vidí světla vlaku... Strojvůdce vidí tři debily na kolejích“.
- „Není hanba upadnout, ale příliš dlouho ležet“.
- „Modlete se k bohu, ale veslujte ke břehu“.
- „Když jeden hlupák hodí do moře kámen, ani sto moudrých ho nevytáhne“.

Víte, že?

- Podle výpočtů Ministerstva energetiky USA normální benzínový automobil produkuje 347 gramů CO₂ na jednu míli (1,6 km), když se započítá energie potřebná k výrobě benzínu ze surové ropy a náklady na dopravu. Stejný automobil ekologicky poháněný palivovým článkem, který sice neprodukuje žádné emise, ale k výrobě vodíku bylo použito energie z rozvodné sítě, by vyprodukoval 436 gramů emisí CO₂. (chcete si přečíst více o vodíku a jeho perspektivě? <http://vodik.czweb.org/index.php> , <http://www.hytep.cz/?loc=article>)
- Zase jsme první - „Po téměř dvouletém jednání a následném výběrovém řízení se Linde Gas podařilo v říjnu uzavřít s Ústavem jaderného výzkumu v Řeži smlouvu o dodávce první vodíkové čerpací stanice na území České republiky, která bude vybudována v Neratovicích,“ uvedl generální ředitel Linde Gas a.s. Ing. Petr Choulík, CSc. (7.11.07)
- Máme-li to štěstí, že patříme mezi ty šťastlivce, jež mohou bez problémů spořádat větší množství sacharidů aniž by ztloustli, tak to ještě neznamená, že máme vyhráno. Pokusy ukazují, že konzumace lehce stravitelných sacharidů, po nichž rychle roste a zase padá hladina krevního cukru, je zřejmě spojena s poruchami centrálního vidění a slepotou. <http://www.osel.cz/index.php?clanek=3116>
- Geneticky modifikovaný tabák vzdoruje suchu a je příslibem pro zemědělce v rozvojových zemích. Vědci připravují rajčata, rýži a pšenici, které vzdorují nedostatku vláhy. Vědci zvýšili v rostlinách tabáku jejich přirozenou produkci cytokininů a dosáhli pozoruhodné tolerance k suchu. Rostliny přežívaly i několikátýdenní nedostatek vody. Omezení přísunu vody na 30% u

nich snížil tvorbu biomasy jen o 12%. <http://www.osel.cz/index.php?clanek=3107>

- Válka pohlaví o potomstvo dostala nový rozměr. Promiskuitní samice nedávají všem otcům stejné šance. Umí to zaonačit tak, že upřednostní spermie od samce, který se jim nejvíc zamlouvá. <http://www.osel.cz/index.php?clanek=3098>

Když žena začne vyprávět

Mám to štěstí, že když promeškám nebo zaspím nějaký film nebo příhodu, má žena mi to převypráví. A umí to vskutku velmi barvitě. Rozněžní se v lyrických pasážích, takže mi nezůstanou skryty ani pocity aktérů, jejich vztahy a co si asi mohli myslet. V epických, dynamických a akčních částech naopak uplatní svoji až učitelskou dikci podpořenou neopakovatelnou mimikou. Poslouchám ji rád a vůbec mi nevádí, že její vyprávění bývá zpravidla delší, než originál. Je to velmi sugestivní a po letech manželství jsem přejal hodně z jejího projevu. Už neuháním pod vousy, vyslovuju zřetelně a nahlas a o samotě rozmlouvám s naším psem. Jen to vyprávění filmů mi stále moc nejde. Vypadá to v mém podání zhruba následovně „A on mu pak za měsíc svedl ženu“. „Kdo? Komu“ ? „No ten brunet tomu tlustýmu“. Vyprávěčské schopnosti mé ženy jsou ostatně známy a ceněny v celé širší rodině. Jen ve výjimečných případech, kdy hrozí, že by se další přítomní už ke slovu nedostali, nesměle špitnu „Miláčku, mohla bys dnes prosím vynechat ty lyrické pasáže“? Žena se neurazí a v následujících třiceti minutách poví skutečné jádro příběhu.

Moje žena se jako zdravotnice denně setkává se spoustou různých lidí. Její vyšetření mozku vyžaduje delší přípravu a prozkoumání anamnézy pacienta. A tak i přede mnou pak v podvečer defilují osudy a bizarní příběhy lidiček a jejich příbuzných. Někdy veselá a humorné, jindy a to většinou i smutné. S tím možná souvisí i silná nechuť mé ženy dívat se na smutné a špatně končící filmy. Zato miluje veselohry a pohádky. Dobrou detektivku a je-li dobře naladěna i thriller vezme na milost. Beze sporu je znát, že ženy jsou pro vyprávění podstatně lépe geneticky vybaveny, než my. Možná my se sebe rychleji a lépe vychráníme technické parametry digitálního fotoaparátu nebo sestavy počítače, ale tím zpravidla vyčerpáme svou vyprávěčskou invenci. Ženy si také vyprávění užívají a je to na nich znát. My prostě jen potřebujeme sdělit fakta, ale ony se podělí i o náladu, pocity a tím to většinou nekončí. Hovor přeskočí na příbuzná témata, protože by přece bylo škoda přerušit tak pěkně rozběhlou komunikaci

.z knihy *“Vše, co jsem v životě potřeboval vědět mi pověděla má žena“.*

Smutné, ale pravdivé.....

Že žiješ v roce 2008 poznáš, protože:

1. bez přemýšlení zadáš tvůj PIN mikrovlnce
2. už léta jsi nehrál pasíans s pořádnými kartami
3. máš seznam s 15 čísly telefonů, abys ses dovolal své rodině, která má jen tři členy
4. pošleš mail kolegovi, který sedí hned vedle tebe
5. ztratil jsi kontakt s přáteli, kteří nemají e-mailovou adresu
6. po dlouhém dni v práci se doma hlásíš firemním jménem v telefonu
7. z pevné linky doma voláš přes nulu
8. máš již 4 roky stejné pracovní místo, ale tři různé firmy

10. všechny televizní reklamy mají na straně www adresu
11. propadneš panice když vyjdeš z domu bez mobilu a vrátíš se pro něj
12. když ráno vstaneš, ještě před kafem spustíš Outlook
13. při úsměvu nakláníš hlavu J...tedy: : -)
14. usmíváš se pod fousy při čtení tohoto textu
15. je to ještě horší, když už víš, komu tento mail přepošleš
16. jsi příliš zaměstnan, aby sis všimnul, že na této stránce schází devítka
17. a díváš se zpět, jestli ta devítka skutečně schází ...a teď se směješ... z netu

My a naše tělo

Dnes žijeme v období nebývalého zájmu o své tělo a jeho prosperitu. Tato oblast je dokonce velmi výnosná v byznysu a tak neškodí si připomenout některé základní charakteristiky. Mezi ty nejnámější patří **Body Mass Index (BMI)** jakýsi index tělesné hmotnosti. Vypočtete ho, když podělíte hmotnost v kilogramech druhou mocninou výšky v metrech. A jak byste měli dopadnout?

	Ženy	Muži
Podváha	< 19	< 20
Normální	19 - 25	20 - 25
Nadváha	25 - 30	25 - 30
Obezita	30 - 40	30 - 40
Silná obezita	> 40	> 40

Dalším pojmem je **Basal Metabolic Rate (BMR)**, což představuje základní energetickou klidovou úroveň našeho metabolismu. Stanoví se v tmavé místnosti po osmihodinovém spánku a 12 h po posledním jídle, aby byl organismus v klidu. Lze ho i vypočítat z korelace Harris-Benedicta (je definován v kcal/den, pro převod na kJ, násobte 4,186):

Ženy: $BMR = 655 + (9.6 \times \text{hmotnost v kg}) + (1.8 \times \text{výška v cm}) - (4.7 \times \text{věk v letech})$

Muži: $BMR = 66 + (13.7 \times \text{hmotnost v kg}) + (5 \times \text{výška v cm}) - (6.8 \times \text{věk v letech})$

Pro nás trochu realističtější **Resting Metabolic Rate (RMR)**, který není měřen za tak striktních klidových předpokladů. Lze ho obdobně odhadovat z Muffinovy korelace:

Ženy: $RMR = (10 \times \text{hmotnost v kg}) + (6.25 \times \text{výška v cm}) - (5 \times \text{věk v letech}) - 161$

Muži: $RMR = (10 \times \text{hmotnost v kg}) + (6.25 \times \text{výška v cm}) - (5 \times \text{věk v letech}) + 5$

Pro muže v nejlepších letech (45 let, výška 180 cm, hmotnost 85 kg) je BMR 1824 kcal/den (7637 kJ/den) a RMR 1755 kcal/den (7346 kJ/den). Pro ženu v nejlepších letech (40 let, výška 174, hmotnost 72 kg) pak BMR 1471 kcal/den (6159 kJ/den) a RMR 1446 kcal/den (6055 kJ/den).

A jaký by tedy měl být váš energetický příjem? Jako doporučený násobek BMR:

Životospráva	Násobek BMR
sedavá	1,2
lehké cvičení nebo sport 1-3x týdně	1,375
střední cvičení nebo sport 3-5x týdně	1,55
velmi aktivní cvičení nebo sport 6-7x týdně	1,725
extrémní aktivita	1,9

Obdobně můžete odhadnout procento tělního tuku: $\text{tělň tuk \%} = (1.20 \times \text{BMI}) + (0.23 \times \text{věk}) - (10.8 \times \text{pohlaví}) - 5.4$ (pohlaví: 1-muž; 0-žena)

Chcete znát povrch svého těla?

BSA = (hmotnost v kg 0.425 x výška v cm 0.725) x 0.007184 (m²)

Průměrná hodnota povrchu těla je u muže 1,9 a u ženy 1,6 m².

No a teď můžete vzít kalkulačku nebo lépe nastartovat Excel a začít počítat. *upraveno podle netu*

Nevážně o původu názvů

Dobrou chuť

Toto společenské přání se vyvinulo zřejmě v bídných dobách středověku, kdy hladomory byly častým hostem. Když početná rodina chudého nádeníka k obědu přežvykovala rozvařený tuň, cítila potřebu navzájem se morálně povzbudit. To "Dobrou chuť" mělo také oživit vzpomínky na nedělní pohankovou kaši a možná i podnítit fantazii chuťových buněk k tomu neskutečnému zážitku chuti masa, které ochutnali o loňských vánocích. Některé národy na tom byly zřejmě poněkud lépe a tak německé "Mahlzeit" jen prozaicky konstatuje, že je čas se najíst. Angličana byste dokonce podobným přáním uvedli do rozpaků a pomyslel by si něco ve smyslu "Co je vám do mého jídla"!

Výbuch

Vzhledem k tomu, že v počátcích chemie nahrazoval chybějící znalosti entuziasmus a bezbřehá empirie, je cesta pokroku lemována řadou explozí a zdemolovaných laboratoří. Chemici s jistým fatalismem komentovali často své pokusy slovy "VÍ Bůh, jak to dopadne". A protože to tak často skutečně dopadlo, začala fonetická podoba tohoto úsloví "výbuch" označovat ony katastrofické situace.

Umíte si spočítat za hotel ?

Tři muži přišli do hotelu :

Recepční uvedl, že pokoj stojí 30 €, a tak každý z mužů zaplatil 10€. Všichni odešli na pokoj. Po chvíli recepční zjistil, že cena je nižší a činí 25 €. Vzal tedy 5 € a poslal posílka, aby je vrátil.

Ten však nevěděl, jak rozdělit 5 € na tři stejné díly, proto každému z mužů vrátil jen 1€ a 2€ si ponechal... To znamená, že každý z mužů nakonec zaplatil 9 €... Je to tak? To je dohromady 27 €... Poslček má v kapse 2 €...To je dohromady 29 €... Je to tak??

Tak kde je, sakra, ta koruna? A teď machrujte....

Budoucí totalita

Jak bude vypadat budoucí totalita? Nepochybuje o tom, že nějaká bude. Poklidná demokratická společnost totiž dráždí. Dráždí lidi, kteří usilují o moc nebo peníze a postupně o obojí. Dráždí různé skupiny i svou zranitelností a relativní bezbranností. Ta vyplývá z rozsáhlé palety práv a svobod a z toho, že rozhodování k akci je těžkopádné a složité. Pluralita názorů a priorit vede k bezbřehým diskusím a zpochybňováním již dohodnuté akce. Názorová polarizace v zavedených demokraciích se často blíží plichtě. Jisté východisko představují většinové rozhodovací systémy. Dráždí tedy i svou neschopností. Navíc občané zhýčkaní svobodou si ji po čase přestanou vážit, berou ji jako něco samozřejmého a své vládě spíše nadávají. Demokracie má však i své zákonné pojistky, které znemožňují mocenským skupinám provést puč a zmocnit se moci násilím. To ostatně jistí i zahraničně politické vazby. Když to tedy nebude násilím, jak to bude? Bude to vítězstvím ve volbách po masivní masáži mozků? Možná. Ale existuje ještě jedna varianta téměř neomezené moci, která může být nezávislá na volebních výsledcích a struktuře státu. Říkáte si, že to není možné a kdo by měl takovou moc? Jen se zamyslete, vždyť takové moci jsme již svědci dnes. Jsou to média, kdo ji má. Ne nadarmo se jim říká sedmá velmoc. Je jen málo událostí, které poznáme z osobní zkušenosti. Ve všem ostatním jsme odkázáni na informace médií. Podívejme se na naši mediální scénu. Není problém nějakého politika takřka přes noc udělat a jiného, nebo téhož později, zase uštvat a

zničit. Stačí masáž dobře cílených reportáží a článků, vytáhnout fakta, pokud možno s časovým odstupem, aby přímých svědků bylo pomálu. Vše pod hlavičkou boje proti korupci a ve jménu svobody informací. To je přece ušlechtilé a každý tomu musí zatleskat. Řadový občan nemá žádné jiné informace, než ty, které mu předestřou média. Již starý lišák Goebbels dobře věděl, že „stokrát opakovaná lež se stává pravdou“. Ostatně media poněkud zbulvárněla a ke skutečným strážcům svobody mají většinou daleko. Navíc většina jevů a problémů soudobé supertechnické a globalizované společnosti je tak složitých, že si na ně obyčejný občan nevytvoří reálný názor, ani kdyby potřebné informace měl. Jaderná energetika ano, či ne? Americký radar za humny versus narůstající nebezpečí terorizmu, geneticky modifikované plodiny, vodíková energetika a nakonec i šlágr sezóny strach z lidského faktoru v globálním oteplování. Tato témata by možná ani lidi zas tak nevzrušovala, ale média je do toho prostě vtáhnou. Jednak zvýší náklady a jednak je třeba vytvářet veřejné mínění budoucích voličů. Když media napíší, že preference voličů se od nějaké strany odvracejí, tak se s malým časovým zpožděním skutečně odvracejí. Moc médií je tedy dvojí. Ta první spočívá ve formování veřejného mínění a vytváření celospolečenské nálady a ta druhá v přímé moci nad jednotlivými politickými představiteli. Nebudeš-li konat tak a tak, nemusíš záhy konat vůbec. Co je mu platné, že má za sebou zákony, když ho média znemožní, tak, že dříve nebo později odejde sám. A co na to prostý občan? Dobře mu tak, stejně si tam přišel jen nahrabat. Ale nemusí to být jen politik, ale i nezávislý novinář, rebelující občan nebo konkurenční podnikatel. Problém je v tom, že média mají obrovskou a nekontrolovatelnou moc. Kdo by se ji pokoušel nějak regulovat byl by okamžitě obviněn z útoku na demokracii. Ale možná jen zloděj křičí chyťte zloděje. Vždyť my vlastně nevíme, kdo vlastní naši mediální scénu? Dnes to ještě není katastrofální a o mediální totalitě nemůže být zatím řeč, ale jednou? Najdou se čestní novináři, kteří by raději odešli, než by psali pod tlakem? Média se může postupně zmocnit podsvětí či průmyslová či jiná mafie a pak běda nám. Proto si myslím, že ta budoucí totalita bude mediální. VH

Recyklace ano či ne?

V recyklaci patříme k nejpilnějším žákům v Evropě a tedy i na celém světě. Rozum při pohledu na to ohromné množství odpadu velí jistě recyklovat. Realita je někdy všelijaká a v mnoha případech stojí recyklační programy více, než činí zisk, když se recyklované materiály prodávají zpět výrobcům. Ale zisk není tím jediným měřítkem, konec konců toaletní papír si také nekupujeme abychom na něm vydělali. Ale když uvážíme skutečné náklady výrobku po celou dobu jeho existence, od těžby surovin, jeho výrobu a užívání včetně likvidace, tak už bývá pohled jiný. Samozřejmě ekologové si sem připočtou náklady spojené se skleníkovými plyny, kyselými dešti, ale konec konců šetří se tím omezené přírodní zdroje. Podívejme se jaké jsou energetické úspory při použití recyklovaného materiálu oproti nově vyrobenému v GJ/t. A cena GJ je dnes 300 – 800 Kč.

Materiál	GJ/t
Hliníkové plechovky	217
Měděné dráty	87
Železné plechovky a konzervy	21
Fólie, tašky, pytle z LDPE	59
PET lahve	56
Lahvičky kosmetiky z HDPE	54
Koberce (PA)	112
Osobní počítače	45
Lepenkové kartony	16
Noviny	17
Časopisy	1
Tiskopisy, reklamní letáky	11

dle National Geographic

Hrůza z iracionálna

Celou svou výchovou a vzděláním jsme vedeni k racionalitě. Pracně vybudovaná budova poznání umožňuje všechny jevy s kterými se setkáváme někam zařadit a vysvětlit. Dokonce i ty nové podobné zatím přibližně, s tím, že věda následně najde podrobnější

popis. O to hrůznější by však bylo naše setkání s naprosto iracionálním jevem totálně vybočujícím z naší dosavadní zkušenosti. Představte si třeba jen setkání s mravencem velkým dva tři metry. Nebo vznášení se předmětů či jejich přeměna jeden v druhý. Deformaci prostoročasu. Ale to je jen velmi slabý odvar iracionálna. Pacienti psychiatrických klinik by dokázali jistě mnohem barvitější popisy a to co do barev, zvuků i objektů. Představte si jen na chvíli hypoteticky, že by se nám něco takového přihodilo. Následovalo by zhroucení všech dosavadních zkušeností a ochranného vysvětlujícího polštáře poznání. Byly bychom vrženi zpět do role pravěkého člověka děsícího se všeho neznámého kolem a toho, co může přijít. Protože podvědomý strach z neznáma máme zakódovaný v genech. Pomáhal nám přežít a teprve vyvažován zvědavostí vedl k vývoji poznání. Skupinové setkání s takovým jevem by vedlo k panice a davovému šílenství. A co kdybyste se s tím setkali jen sami v soukromí? Myslíte, že byste to oťřesení někomu vysvětlili? Porozumění byste našli jen u jediného člověka, svého psychiatra. Takové setkání by tedy bylo vstupenkou k minimálně dlouhodobé hospitalizaci. Asi si teď říkáte, ještě, že se to nemůže opravdu stát. Ale opravdu nemůže? Jsou přírodní zákony skutečně konstantní a neměnné stejně tak jako podmínky v naší části vesmíru? Známe je už dostatečně? Doufejme, že ano. Stále tu však zůstává zranitelná oblast psychiky ovládaná složitou chemií mozku. Přes ni jsme velmi zranitelní a tedy i ovladatelní. Ten kdo by dokázal vyvolat obdobné halucinace by se stal pánem naší osobnosti. Protože narušením konvenčního vnímání světa nás lze nejsnadněji rozhodit a odrovnat. Hrozí tedy v budoucnu i nová „farmaceutická totalita“? Takže opatrujte si svůj selský rozum a racionální náhled na svět kolem sebe. Je to to, co vás dělá člověkem. VH



Zima ještě neskončila.....

A slovo závěrem

Uteklo to – tolik jsme spolu za ta léta prožili a bylo to moc hezké. Měl jsem a mám zkrátka v životě štěstí na milé a šikovné lidi ale je to trochu i má zásluha, vždyť řadu z vás jsem si vybíral sám. A také jsem měl povětšinou štěstí na zajímavou práci. Tak se možná ptáte proč? Proč jsem opustil zajímavé místo a velmi slušný plat? To rozhodnutí je, ostatně jako většina, trochu rozumové a trochu emotivní. Říká se, že se má odcházet včas a se štítem. Ona i ta zajímavá práce se pomalu, ale vytrvale začala měnit v stále více úřednickou. Kupodivu prohlubování kapitalizmu také znamenalo přechod od diferenciálních rovnic k trojčlence. To proto, že čas se zrychlil a začal znamenat peníze. Pak tu byla řada činností a aktivit, na které v běhu života tak nějak nezbývá čas. Od beletrie, fotografie a videa z dovolené až po matematiku, programování a VisualBasic.net. Člověk si zase začal říkat, no jednou ... Když si k tomu uvědomíte, že člověk neví, jaký čas zde má vyměřený, kdy přijdou neduhy a nerad brzy ráno vstává, tak je to jasné. Vyměnit hmotné statky a trochu konzumu za důchodcovskou realizaci „no jednou“, které pro mě úředně začíná od 1. března 2008. Jako bych vás slyšel.... a tak za to vaše „hezký si to užij podle svých představ“, děkuju.

A jak to bude s OISovinami? To záleží na vás, bude-li zájem mohou pokračovat, dokud z nich má případná progresivní demence neučiní dětský plátek typu Mateřídoušky. Pokud byste se mi mailově ztratili, vždy je najdete na mé osobní stránce <http://hlubucek.net>