

SENIORSKÝ KOUTEK

Ročník 20



Číslo 1

LEDEN 2020

Domov pro seniory Třebíč
Koutkova – Kubešova
příspěvková organizace
Koutkova 302
674 01 TŘEBÍČ

Uvnitř tohoto čísla:

Ohlédnutí

Připravujeme

Příspěvky

Přečetli jsme za vás

Zdraví

Bylinky

Fotografie z akcí

Křížovky

Kdo vymyslel

Cestování

Trénování paměti

Zasmějte se s námi

Kronika

Citáty



Ohlédnutí za PROSINCEM ***DpS Koutkova***

Ohlédnutí za PROSINCEM ***DpS Koutkova***

[illegible]

- **Dopolední kluby** v hobby, v atriu, ve školící místnosti a v TV místnostech...
- **Odpolední CUKRÁRNA** – posezení u kávy, zmrzliny...
- **Vánoční jarmark v Třebíči** – 4. 12.
- **Barevné Vánoce v Jihlavě** 5. 12.
- **Zdobení vánočních stromčků** ve II. a ve III. patře - 2. 12 a 3. 12.
- **Možná přijde Mikuláš** 5. 12.
- **20. výročí otevření DpS Koutkova** – 6.12.
- **Vystoupení dětí z MŠ Obránců Míru**– 10. 12.
- **Zdobení velkého vánočního stromu** – 10.12.
- **U3V**– 11. 12.
- **Vánoční vystoupení dětí ze MŠ Palackého**- 12. 12.
- **Dobrovolníci** 12.12.
- **Adventní koncert – Jakub Pustina** – Bazilika sv. Prokopa, 12.12.
- **Důchody** 16. 12.
- **Vystoupení pěveckého sboru ROSA** - 16. 12.
- **Navštíví nás zastupitelé města Třebíče** - 18. 12.
- **Vánoční koncert – Československé komorní duo** 19. 12.
Pavel Burdych – housle, Zuzana Berešová – digitální klavír
- **Pečení vánočního cukroví + hudební doprovod dobrovolníka p. Matěje** 23. 12.
- **Koledy v atriu domova** – p. Maláč – 26.12
- **SILVESTROVSKÁ KAVÁRNIČKA** 30. 12.

Připravujeme v měsíci LEDNU...

[illegible]

- **Dopolední kluby** v hobby, v atriu, ve školící místnosti a v TV místnostech...
- **Odpolední CUKRÁRNA** – posezení u kávy, zmrzliny...
- **Novoroční turnaj v ruských kuželkách** – **2. 1. v 10.15 hod.** v atriu
- **U3V** – **8. 1. Kras jeskyně**
22. 1. Kras cenote v **10.00** a ve **13.00 hod.** ve školící místnosti ve II. patře
- **Seniors band-** **27. 1. v 10.00** hod. v atriu
- **Dobrovolníci** **9. 1. v 15.15 hod.**
- **Důchody** **15. 1.** v kanceláři soc. pracovníc **od 10.00 hod.**
- **NAROZENINOVÁ KAVÁRNIČKA** **15. 1. od 14.30 hod.** v atriu – oslava všech obyvatel našeho domova, kteří se narodili v měsíci lednu/ hudba: p. Fialová, p. Švarc/

Mše Církve římsko – katolické

v sobotu ve 14.30 hod.

v kapli sv. Josefa v 1. patře



- ***Pečení vánočního cukroví***
- ***Cvičení jogy – každý čtvrtek***
- ***Mikulášská kavárnička – 3.12.***
- ***Důchody 16.12.***
- ***Tradiční Jarmark v Třebíči – 4.12.***
- ***Barevné vánoce v Jihlavě – 5.12.***
- ***Vystoupení dětí Masarykovy školy – 10.12.***
- ***Vystoupení dětí MŠ Demlova – 12.12.***
- ***Vystoupení sboru ROSA – 16.12.***
- ***Vystoupení MŠ Světlo – 17.12.***
- ***Setkání obyvatel s vedením domova – 19.12.***
- ***Dobrovolníci z Dukovan – 19.12.***
- ***Vánoční posezení – 19.12.***
- ***Silvestrovské posezení – 30.12***
- ***Filmové hodinky***
- ***Individuální činnosti imobilních klientů***
- ***Canisterapie- vždy v pondělí***

Připravujeme v měsíci lednu...

- ***Tvořivé dílny***
- ***Cvičení paměti***
- ***Společenské hry***
- ***Sportovní hry***
- ***Důchody - 15.1.***
- ***Filmové hodinky***
- ***Individuální činnosti imobilních klientů***
- ***Canisterapie***
- ***Joga – vždy ve čtvrtek v 14.30 hodin***
- ***Dobrovolníci z Dukovan***



*V úterý 10. a 17.12.ve 14.15 hod.
ve společenské místnosti ve druhém patře
slouží římskokatolický kněz Václav Kríž*

3

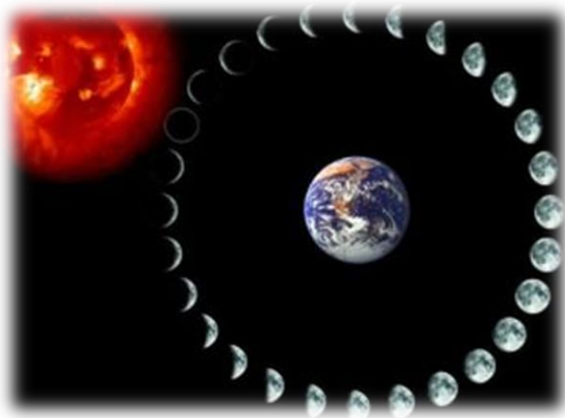
Jak vznikl? Dnešní (Gregoriánský) Kalendář

Kalendář, kterým se dnes řídíme, vyšel z antického světa. V době založení Říma v 8.stol př.n.l se pravděpodobně skládal z deseti měsíců a rok trval přibližně 304 dnů. Z té doby pochází i legenda o obyvatelích severní Itálie, kteří se s 10 měsíci spokojili a zbytek 50-60 dnů je nezajímal, protože byla zima a nic se nedalo dělat.

Brzy se však chybějící měsíce leden a únor přidali a rok měl 355 dnů a začínal v březnu. V Římě se jednalo o lunární rok, který tvořilo 12 oběhu

Měsíce kolem Země po 29,53 dne, tj 354,4 dne. I tento kalendář nebyl přesný a docházelo ke značným nesrovnalostem, kalendář byl občas i o měsíc napřed a náboženské svátky se slavily ve špatných termínech.

Všeobecný zmatek odstranil Gaius Julius Ceasar v roce 46 př.n.l..



Povolal proslulého řeckého astronoma Sósigena, jenž vypracoval nový kalendář, známý jako Juliánský. Každý rok v něm začíná stejným dnem (1 ledna), což do té doby v lunárních kalendářích nebylo obvyklé. Největším přínosem však bylo zavedení přestupného roku, čímž se vyrovnalo zpoždění a rok měl 365 dnů. Bylo to jednoduché

a téměř dokonalé, nový kalendář však způsobil mnoho zmatků, aby mohl vůbec vyjít v platnost byl rok 46, protažen na neuvěřitelných 445 dnů. Vešel tak do dějin jako rok zmatků.

Na troskách Říma vznikla nová civilizace, která jako základní víru přijala křesťanství, ale současně si uchovala úctu k antickým

vědomostem. Proto sice převzala Julianský kalendář, ale aby podtrhla jako křesťanský smysl, zavedla nové datování od narození Krista, tedy Rok nula. Podle původního datování by se Kristus narodil kolem roku 525. Postupně se tento kalendář šířil Evropu a v 10.-11.stol. byl už výhradním po celé Evropě. Nepřesnosti v něm však zůstaly, v 16. stol se proti skutečnému oběhu kolem Slunce opožďoval už od 10 dnů. Hrozilo tak, že nejdůležitější svátky roku – Velikonoce - se budou za chvíli slavit v létě. Zmatky vadili postupně i mezinárodnímu obchodu.

V roce 1572 nastoupil na papežský stolec Řehoř XIII., který měl dost odvahy udělat potřebné změny a kalendář přizpůsobit astronomickým skutečnostem. Návrh vypracovali bratři Luigi a Antonio Liliové a v roce 1582 vyšel v platnost tzv.: „Gregoriánský kalendář“, pro jeho srovnání ubylo 10 dnů, takže po čtvrtku 4. října následoval pátek s datem 15. říjen. Zároveň se snížil počet přestupných dnů. Od Juliánského kalendáře se liší o 10 minut a 44 vteřin. I tak ve výpočtu zůstala malá nepřesnost, která na délku jednoho dne naroste za 3600let. Ale to dnes nikoho příliš nezajímá.



Ne všude však tento kalendář hned přijali, například v Čechách jej přijali v roce 1584, ale Morava až o rok později. Ten rok se tak slavily Velikonoce v Čechách a 4 týdny dříve než na Moravě. Potíž byla i s protestantskými zeměmi, které nový kalendář přijímali až v 17.stol, Anglie až v 18.stol, kde dokonce lidé protestovali a volali „vraťte nám našich jedenáct dnů!“ Posledními státy, které upravený kalendář přijaly, byly ve 20.stolSovětský svaz, Řecko, Turecko a Egypt. Proto se také revoluce v Rusku v roce 1917,nazývá Velká říjnová, ačkoliv se ve skutečnosti konala v listopadu (dle dnešního kalendáře).

Všichni jsme si rovni, ale všichni nejsme na stejné úrovni.

**(Neznám autora, ale děkuji mu za tento výrok,
je tolik pravdivý ve své zkušenosti,
a proto můžeme mít pro jiné hluboké pochopení a porozumění.)**

ROK 2020 – ČAS DLUHŮ

Z numerologického hlediska rok složený ze dvou čísel dvacet dvacet (2020) nám navrací opětovné setkávání. A bude to na náš život mít zesílený vliv! V situacích, v pocitech, v postojích, ve vztahové rovině. Budou se nám odhalovat naše myšlenkové vzorce. Přichází k nám zesílená energie na vyrovnaní našich dluhů. Dluhů vůči... to si už budeme doplňovat každý sám.

A jak poznáme, že k někomu nemáme ještě dluh “zaplacený”?

Je to o zvláštním pocitu v nás.

Zvláštní v tom smyslu, že vnímáme uvnitř sebe vnitřní rozpor. Rozpor může např. být mezi intuicí a citem, a proto se přesně neví, nač se spolehnout.

Anebo – řekneme nahlas nějakou větu, anebo nějakou větu někdo řekne nám. A my se v tu chvíli velmi podíváme a řekneme si: “Proč to říkám....?!?” Anebo: “Proč to ten člověk říká...?!?”

Každý říká jen to, co je v něm.

Díky tomu se nám však odhaluje dluh. Dluh, který ještě není vyrovnaný....

A jak takový dluh vůči druhému vypadá....? Jak se odstraňuje?

Vše je o úctě!!!

Přečetli jsme za vás ...

Můžeme své dluhy “vykoupit” tím, že upřímně z celého srdce budeme k těm, kterým jsme ublížili a víme o tom, že k těmto lidem budeme starostliví a dáme jim náš opravdový láskyplný zájem najevo!! Dáme jim jakoukoliv duchovní podporu!

Hlavním tématem je tedy péče v mezilidské rovině.

Láska, péče a zájem – to jsou základní motivy na splácení dluhů.

Rok 2020 bude plný emocí, lásky a sebeléčení. Bude plný témat mezilidských vztahů. Nad našimi hlavami odehrají planety mystické „nebeské divadlo“, které bude jedinečné, ale také nás silně emocionálně ovlivní. Vždyť už v lednu nás čeká první polostínové zatmění měsíce!

Číslo 2 v numerologii představuje mimo jiné naší emoční stránku. Pokud se podíváme na 2020, tak nám může evokovat dva labutí krky otočené k sobě, které vytváří tvar srdce. Právě **srdce, emoce a vztahy bude to hlavní, co nás rokem 2020 bude provázet.**

Pokud jsme v předchozím období v sobě nashromáždili velké množství pocitů křivd, nenávisti, pokud jsme nedokázali odpustit, tak v tomto roce to bude naše hlavní téma. Jestliže neuposlechneme volání naší duše po klidu a míru, tak se vše začne projevovat tělesně, tedy nemocemi a zraněními.

Pracujme cíleně na svém pocitu štěstí, lásky a klidu. Pěstujme své záliby a koníčky, odpouštějme. Jen tak nám bude dobře.

Kozoroh - horoskop pro rok 2020



Pokud potřebujete ve svém životě změnit cokoli osobního, pak je rok 2020 tou nejlepší možnou volbou, kdy začít. Co vás trápí nejvíce? Je to váš milostný, společenský, pracovní anebo osobní život? Bez ohledu na to, co a jak moc vás to trápí, pokud do řešení vašeho problému vložíte celé své srdce a mysl, půjde to lépe, než si dokážete představit. Když budete dostatečně vytrvalí, a trpěliví, nenajde se nic, čeho byste v roce 2020 nedosáhli.

Lidé narození ve znamení Kozoroha mají tendenci být vysoce praktičtí a ambiciózní lidé. Někdy mohou být pesimističtí, ale umí se s tím vyrovnat svojí vtipností. Díky těmto vlastnostem jste schopní chopit se každé příležitosti, kterou vám život přihraje do cesty.

KARIÉRA

Jestli podnikáte, vzpomeňte si na všechny klienty, se kterými jste spolupracovali a snažte se navázat tam, kde jste přestali. I sebemenší zákazník může být pro budoucnost vašeho podnikání stěžejní.

Pro kariéru zaměstnance je také důležité navazování vztahů se všemi lidmi, které pracovně potkáte, ale také s kolegy, i nadřízenými. Díky dobrým vztahům se vám může podařit vyniknout natolik, že si vás všimnou správní lidé na správných místech.

LÁSKA

Milostný život v roce 2020 bude pro Kozorohy ve znamení závazků a trvalejších vztahů. Je dost možné, že se váš milostný život stane středobodem vašeho života. Nebojte se závazku, jakým dlouhodobý vztah bezesporu je, a uvolněte se. Už brzy se objeví první z několika zajímavých příležitostí, které vás v roce 2020 čekají.

Pokud jste zadaní, přišla ideální doba k posunutí vašeho vztahu někam dál. Co takhle si promluvit o společné domácnosti? Stejně tak byste uspěli s výběrem nejvhodnější doby na zásnuby a následně i svatební den. Možná, že by bylo zajímavé, promluvit si také o možnosti založit spolu rodinu a radovat se společně z dítěte.

V roce 2020 obecně platí, že není nic, co by nebylo v lásce dovoleno.



- šípkový čaj
- rozinky
- sušená jablka, hrušky, švestky, datle aj.
- kompotované ovoce
- třtinový cukr
- koření – skořice, hřebíček, badyán, kurkuma, kardamom aj.

Ovoce nakrájíme na kousky a smícháme je se silným šípkovým čajem. Pokud jde o sušené ovoce, necháme je v čaji změkhnout (asi hodinu). Punč zpestří rozinky, ale i kompotované ovoce, které máme k dispozici.

Jakmile je sušené ovoce v čaji změkklé, přidáme kompotované ovoce, rozinky, koření a třtinový cukr dle chuti, abychom vše přivedli k varu. Vaříme asi 15 min., pak podáváme. Můžeme dozdobit kousky sušeného ovoce.

Jablka jsou českým elixírem zdraví a mládí. Slouží jako zdroj vlákniny a dalších cenných látek (vitamíny skupiny B, kyselina listová, vitamín C, E, betakaroteny, minerální látky jako draslík, železo, měď, zinek, křemík, vápník nebo hořčík, také enzymy, flavonoidy, nebo organické kyseliny). Mají příznivý vliv na zažívání a metabolismus, posilují imunitní systém, jsou prospěšné pro mozkovou činnost a mj. také pomáhají proti bolesti hlavy.



Výhodou jablek je také jejich skladovatelnost a trvanlivost. Díky tomu si můžeme čerstvá jablka dopřávat po celou zimu. Chutnají čerstvá, ale také vařená, pečená nebo kompotovaná. Jablka budou chutnat i v podobě horkého nápoje provoněného hřebíčkem a skořicí, kořením, které ještě násobí jeho zahřívací efekt. Hřebíček i skořice přitom působí jako přírodní antibiotika, a tak nám pomáhají zvládnout zimní období bez nepříjemného nachlazení.

- jablko
- skořice
- hřebíček
- voda

Jablko oloupeme, zbavíme jadřince a nastrouháme. Povaříme v cca 0,5 l vody spolu s hřebíčkem a skořicí. Do šálku můžeme slít vodu i s jablkem, nápoj můžeme vypít a poté sníst i kořeněné jablko.

Snad nejznámějším a nejoblíbenějším zahřívacím nápojem je zázvorový čaj. Stačí kousek zázvoru a čaj získá nepopiratelné hřejivé působení. Jeho účinky jsou však ještě mnohem širší. Zázvor působí jako přírodní antibiotikum, má protizánětlivé, antibakteriální nebo protiplísňové vlastnosti. Tlumí bolest. Posiluje organismus, podporuje zdravé trávení a v neposlední řadě je prospěšný při respiračních onemocněních. Působí také jako afrodiziakum.

- zázvor (nejlépe čerstvý, ale dá se využít i sušený)
- med (množství dle chuti)
- citronová šťáva
- voda

Čerstvý zázvor nejprve oloupeme, poté ho nastrohaný zalijeme vroucí vodou a necháme luhovat cca 10 min. v uzavřené nádobě. Před podáváním dosladíme medem (asi lžička na šálek) a 1 – 2 lžičkami čerstvé citronové šťávy. Pro zpestření můžeme zázvorový čaj připravit také provoněný hřebíčkem, skořicí nebo sušenou pomerančovou kůrou.

Čerstvé bylinky si můžete dopřát během celé zimy. Stačí jim najít vhodné místo na okně a správně se o ně starat. Víte, které umístit na parapet orientovaný na jih a které na východ nebo západ? A jaké druhy můžete dát do jednoho truhlíku, protože mají stejné nároky na světlo a zalévání? Zde je návod.



Okno na jih

Jižně nebo jihovýchodně orientované okno nabízí nejvíce světla. Pokud místnost slouží jako kuchyně nebo obývací pokoj a topí se zde, hodí se k rychlení jednoletek nebo krátkověkých trvalek. Lze sem tedy postavit bazalku – umístěte ji co nejbližší k oknu a dopřejete jí dostatek vláhy. Poroste sice mnohem méně než v létě, ale v průběhu podzimu ji ještě sklízet můžete. Podobné nároky na teplotu a vlhčí, výživnější substrát mají i pažitka a petrželka, které se vyplatí spolu s bazalkou před příchodem mrazíků přestěhovat domů a prodloužit tak jejich sezonu. Můžete je pěstovat společně,

dokonce je to i lepší, protože bylinky umístěné blízko sebe nebo přímo sesazené do větší nádoby si vytvoří příznivější mikroklima, nežli když máte každou v samostatném květináči.



Východní parapet se výborně hodí pro zimování středomořských bylinek, například rozmarýnu nebo bobkového listu.

Rychlé jednoletky, u kterých se sklízají již mladé lístky, lze ještě i vysít – například roketu, řeřichu, kopr, koriandr, kerblík či saturejku zahradní. Aby semínka ochotně klíčila a mladé bylinky rostly, potřebují však patnáct hodin světla denně. Pokud se dny již příliš zkrátily, můžete jim večer nebo ráno přisvítit zářivkou pro rostliny, která napodobuje denní spektrum a umožní jim fotosyntézu. Přirozené světlo je příjemné nejen rostlinám, ale i lidem. Úsporné zářivky však musíte umístit blízko nad klíčící rostlinky, ideální je vzdálenost dvacet, u větších rostlinek pak čtyřicet centimetrů.

Intenzivně pěstované bylinky můžete i lehce přihnojit – k dostání jsou hnojiva určená přímo pro ně, využít můžete i organické zbytky ze zahrady, například zkvašené slepičince naředěné tak, že necítíte žádný zápach, nebo výluhy z přesličky, pýru či pampelišky, bohaté na křemík a draslík. Pokud vám zůstal na ohništi nebo grilu dřevěný popel, lžící ho do substrátu přimíchejte, dodá mu vápník a rovněž žádoucí draslík.

V květináči na jižním okně se bude dařit i majoránce, která se celkem dobře vyrovnává s celoročně vyšší teplotou, i když zimní snížení jí prospěje. Pozor, nehodí se do truhlíku s bazalkou nebo pažitkou a mnohými dalšími bylinkami, protože potřebuje méně vody a lehčí substrát.



Okno na východ

Máte k dispozici místnost s oknem orientovaným na východ a nižší teplotou? Využijte okenní parapet k přezimování bylinek, které vyžadují odpočinek na světlém, chladném, ale bezmrazém místě, většinou vyhovuje teplota mezi pěti až patnácti stupni. Patří mezi ně rozmarýna, vavřík, čili, bobkový list či myrta. Všechny potřebují propustný substrát a vrstvu drenáže na dně nádoby. Ze všech rovněž můžete pravidelným zaštipováním tvarovat půvabné stromky. A sklizené výhonky použít v kuchyni, i když v zimě jich bude poskrovnu. Rozmarýnka navíc v zimě často kvete, jídlo lze tedy dozdobit modrými kvítky.

K východně orientovanému oknu však můžete postavit i bylinky, které sice v dobře izolovaných nádobách mráz snesou, ale na parapetu máte jistotu, že je teploty hluboko pod nulou opravdu nezničí. Pokud takové místo máte, je snazší sem rostliny přemístit nežli nádoby venku zateplovat. Platí to pro šalvěj, yzop, levanduli, saturejku horskou a další středomořské bylinky, které vyžadují sušší substrát. Naopak vlhčí a hutnější půdu tady dopřejte mátě, čechřici nebo meduňce – můžete je pěstovat pohromadě.



Orientace na západní stranu je vhodná pro mátu, meduňku, pažitku, petrželku a kerblík.

Okno na západ

Na tomto okně bývá nejméně světla, v nouzi tady můžete nechat zimovat bylinky, pokud nemáte okno orientované na jih nebo východ. Celoročně tu lze pěstovat druhy, které jsou na světlo nejméně náročné: vytrvalou mátu, čechřici vonnou a meduňku, pažitku, jednoletý kerblík a petrželku. Všechny tyto druhy se dají sesadit i k sobě, mají rády kyprý substrát a více vláhy. Lze je pěstovat i v plastových nebo glazovaných květináčích nebo truhlících, které vláhu lépe uchovávají. Do nádob si můžete přesadit trsy ze zahrady, pěstovat doma se dají jak přes zimu, tak dokonce celoročně, i když letnění jim prospívá. V zimě budou přirůstat mnohem méně nežli v sezoně, ale pokud budete mít více vzrostlých sazenic, trochu voňavých listů sklídíte i zimním zaštipováním. Bude jim dobře při teplotě deset i dvacet stupňů. Ovšem dodržujte pravidlo, že v čím teplejším prostředí jsou, tím více zálivky potřebují. A pokud dostanou málo světla, mohou se vytahovat a žloutnout.

Podobně jako u jižně a východně orientovaného okna zde ještě více záleží na čistotě skla a každém centimetru, který bylinky od okna dělí. Světlo jim určitě neodebírejte záclonou. Pravidelně květináče otáčejte, aby se rostliny nenakláněly na jednu stranu. Pomůže i odraz světla zpět k bylinkám, tedy

blízkost sněhobíle natřené zdi, rovněž bílý a lesklý parapet, nebo je dokonce můžete podložit zrcadlem, lesklým plechem či alobalem.

Ze západně orientovaného okna, pokud se nachází v teplé místnosti, však můžete vytvořit zimní rychlírnu bylinek podobně jako na okně orientovaném na jih – pokud jim přisvítíte zářivkou s denním spektrem. I zde ovšem platí, že světelný zdroj musíte umístit k bylinkám co nejnižší, protože s rostoucí vzdáleností prudce klesá jeho účinnost.



Kolik vody je správně?

Kolik vody které bylinky potřebují, poznáte podle jejich vzhledu. Rostliny s tenkými, tuhými, kožovitými listy, například rozmarýny, nebo s listy plstnatými, jako má šalvěj, vypařují méně vody – jsou uzpůsobeny pro sušší stanoviště, kde rostliny s vláhou hospodaří šetrně. Nesnášejí proto přelévání a kořeny trvale v morku. Naopak rostliny s listy tenkými jako u máty vypařují, tudíž i pijí více. U obou skupin se potřeba vláhly snižuje spolu s klesající teplotou, ovšem rozmarýnka bude při deseti stupních pít stále méně nežli máta. Při zimování je u suchomilných bylinek nejčastější chybou přelévání, ale pozor na to, že uschnout mohou také. Nejlepší prevencí je dobrá drenáž a propustný, perlitem nebo pískem vylehčený substrát. Pak můžete zalévat a přemokření nehrozí – pokud v podmisce nenecháte stát vodu. Zalévejte odstátou vodou ráno, kdy se přebytky snáze odpaří. Všem zmíněným bylinkám vlhký vzduch svědčí, prospěje jim i rosení.

Zdroj: <https://www.floranazahrade.cz/bylinky-za-oknem/>

Zdobíme vánoční stromečky.



V žádném patře nesmí chybět.





Strom, který zdobíme v atriu vyrostl ve školce v Budišově.



Ježíškova vnučata©



Mikuláš



Tvoření s dětmi z MŠ Obránců míru



Děti a učitelky z MŠ U Obůrků



Oříšky louskáme



Pečeme cukroví



Pěvecký soubor ROSA



Navštívili nás zastupitelé z města Třebíč



P.Burdych: housle, pí Berešová: klavír



Kytara: dobrovolník P.Matějů. Housle: učitel na Základní umělecké škole Fórum, P. Coufal



P. Lukáš Krupička, student brněnské konzervatoře



Kavárnička. Hudba: "A deme na to."





Fotografie z večerního výletu autobusem po vánočně osvětlených ulicích města Třebíče, který pro seniory z domovů vypravil starosta Třebíče, nemáme k dispozici.

Poděkování od nás za tak skvělý nápad, ať se dostane k uším iniciátora této akce. Zájem ze strany klientů našeho domova byl veliký.

Skvělý nápad, že se investovalo do zážitku !

Ač investice byla jistě nemalá, zážitek stál za to.

Byli jsme v úžasu, jako malé děti! :)



Vystoupení dětí MŠ Demlova



Přípravy na Vánoce

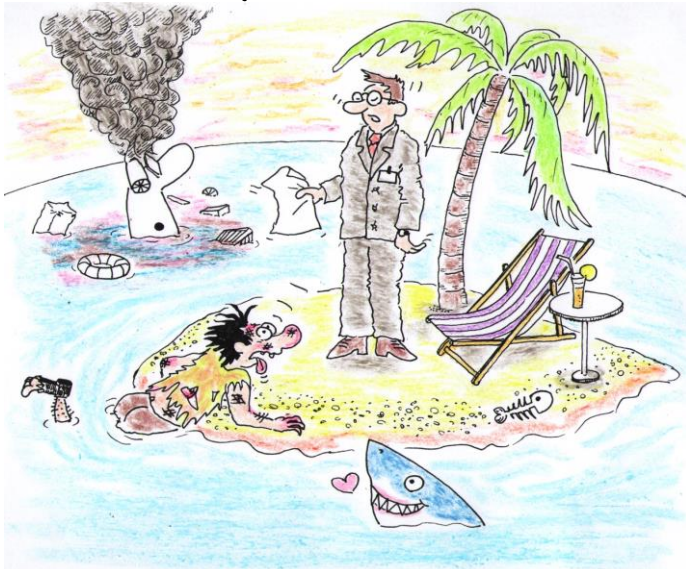


Vystoupení Rosy



Vystoupení dětí ZŠ Světlo



✈	ÚŘAD	ŠKROBENÍ	✈	ČÁST MOTORU	KANTORKA (slang.)	ZNAČKA DEKANEW- TONU	VSTUPENKA	✈	TŘETÍ ČÁST TAJENKY	ŽELVY	
PLATIDLO LAOSU			PES KRÁTKÉ KABÁTY					SPORTOVNÍ KLUB (zk.)			
PRVNÍ ČÁST TAJENKY								ONA PÁS			
TRAŤ						HÁDKA SPOLEČEN. ŘÁD (zk.)					
✈	SKLIZEŇ	KREVNÍ TLAK (zk.) DRUHÁ ČÁST TAJENKY			BUDOVY PRO KONĚ SLOVENSKÁ OTÁZKA						
PŘÍTOK LABE				PŘECEDIT NÁZEV PÍSMENE "L"							
MPZ RUMUNSKA			KÓD ERITREY JAKO (sloven.)			KDY (sloven.) BÍLÝ PTÁK					
ŠKŮDCE STROMŮ							PŘEDLOŽKA KORYŠ			POLNÍ MÍRY	
ČESKÝ ZPĚVÁK				KOUZLO				SLOVEN. ZÁJMENO KOČOVNÍCI			
A SICE				ŘEMEN							
"Vážený trosečníku, ..." 						VĚZENÍ					
						✈	PYSKY JMÉNO KO- MENSKÉHO				
						PŘÍTEL (franc.)				TENATA	
						SVALOVINA					
						MALÝ OTA					
						DÝKA (lat.)					

Michel de Nostre-Dame

Lidé byli odjakživa fascinováni budoucností. Už v pradávných kulturách věštcí hráli důležitou úlohu. Rozvíjela se astrologie, numerologie a podobné záležitosti, které někteří lidé považují za vědy, jiní za prachsprostý podvod.

Zatímco dnešní prognostické ústavy pracují s konkrétními podklady a jejich odhady mají svou váhu, ve středověku se předpovídání budoucnosti rovnalo hádání z křišťálové koule. Dnešní prognostici jsou vzdělaní lidé, což se o středověkých hadačích z budoucnosti obvykle říci nedalo.

Asi nejznámějším středověkým „prognostikem“ byl Michel de Nostre-Dame, známý jako Nostradamus. Žil ve Francii v 16. století a už během svého života si získal značnou popularitu, a to i ve vládních kruzích. Nostradamus ale nebyl nějaký hlupák, byl to vystudovaný lékař a věnoval se i filosofii.

Své předpovědi sepsal do deseti knih, které nazval Centurie. Předpovídá zde vývoj lidské civilizace od roku 1555 až do roku 3797, kdy má přijít definitivní zánik světa, a celkem obratně v nich mlží. Zatímco vědci se Nostradamovým proroctvím směřjí, hodně lidí je jeho knihami okouzleno. Vykládat Nostradamova proroctví je navíc nesmírně obtížné, jsou psána těžkým jazykem, který je plný jinotajů a metafor. Autor v něm střídá hned několik jazyků – francouzštinu, latinu, italštinu a řečtinu. Přesto se řada lidí o výklad usilovně snaží. Nelze se jim divit, lze tak snadno získat popularitu a užít si svých 15 minut slávy. Každopádně, každý výklad Nostradamových textů je více než krkolomný. A kdo jim chce uvěřit, ten si vždy nějakou tu berličku najde, zvláště když už ví, jak ta která historická událost skutečně proběhla.

Podívejme se nyní podrobněji na některé Nostradamovy předpovědi a zkusme je porovnat s historickou realitou.

Předpověď: Nostradamus předpověděl do všech podrobností smrt francouzského krále Jindřicha II. Nostradamus v metafoře píše o dvou



lvech, kteří se utkají v zápase. Mladý lev při něm starému vypíchne oko a zraněný sok posléze umře v krutých bolestech.

Skutečnost: Právě touto předpovědí získal Nostradamus značný věhlas. Až takový, že byl povolán ke královskému dvoru. Jindřich II. byl při jednom z rytířských turnajů skutečně smrtelně zraněn, když mu třísky z kopí jeho soupeře vnikly do oka. Deset dní do osudném souboji král umírá. Byl oním zraněným lvem opravdu myšlen král?

Předpověď: Nostradamus předpověděl, že francouzský vědec Pasteur objeví svět mikroorganismů.

Skutečnost: Vyznat se v Nostradamově jazyku je práce skutečně pro otrlé. Jeho čtyřverší jsou nejednoznačná a dají se vykládat různými způsoby, často i protichůdnými (například říšský ministr propagandy Joseph Goebbels interpretoval některá proroctví jako předzvěst porážky spojeneckých vojsk). Jméno Pasteur se v jeho předpovědích skutečně objevuje. Jenže ve francouzštině lze pojem „pasteur“ přeložit i termínem pastor nebo protestantský kněz.

Předpověď: Nostradamus předpověděl Hitlerovo narození. Na svět prý přijde velikán, který bude bránit zem mezi Vislou a Dunajem.

Skutečnost: Odmysleme si slovo velikán, pro nacisty jím Hitler byl, ale pro většinu rozumně smýšlejících lidí je to zločinec. Hitler rozhodně nikoho nebránil, naopak trpěl až chorobnou touhou dobývat a ničit (ne nadarmo se v jedné nacistické písni zpívalo „všechno roztřískáme“). A podíváme-li se na mapu, mezi Vislou a Dunajem leží nynější Česká republika. Pokud použijeme ironii, tak Hitler zřejmě chtěl tuto zem natolik ochraňovat, že zde preventivně zřídil protektorát.

Předpověď: Nostradamus předpověděl II. světovou válku. V knize Centurie III. píše, že anglický lid se pokryje krví, a během následujících 290 let dojde v království Albionu k sedmi zásadním změnám. Poté vypukne zásadní konflikt.

Skutečnost: Vyznavači Nostradama tvrdí, že oním pokrytím krví nelze rozumět nic jiného než popravu vladaře. Jediným popraveným anglickým vladařem byl v roce 1649 král Karel I.. Rok 1939 ($1649 + 290 = 1939$) byl

skutečně začátkem druhé světové války. Přesnost předpovědi je překvapující. Jenže myslel Nostradamus svým veršem skutečně královu popravu? Kdo chce věřit, ten uvěří....

Předpověď: Nostradamus předpověděl i III. světovou válku. Měla se odehrát mezi roky 1980 až 1995. Na jedné straně měla stát Evropa, USA a Rusko, na straně druhé arabský svět podporovaný Čínou.

Skutečnost: Ve zmiňovaném období nebyla o válečné konflikty nouze, bojovalo se v Afghánistánu, na středním východě i v Africe. Ale globální konflikt se nekonal, naopak skončila studená válka. Zmíněné rozložení sil však není nereálné. Vyznavači Nostradama jsou v současnosti přesvědčeni, že došlo k chybě ve výpočtech a onen globální konflikt nás teprve čeká.

Předpověď: Nostradamus předpověděl teroristické útoky na New York a Washington 11. září 2001.

Skutečnost: Po 11. září se zájem o Nostradamova proroctví podstatně zvýšil. Je to dáno zřejmě zvýšeným zájmem o mysticismus, který se v západní společnosti projevuje. Každopádně citace oné prognózy o zhroucení dvou věží v centru pevniny, které se objevily i na internetu, byly většinou podvrhem, v lepším případě pak kompilací několika Nostradamových veršů, které spolu v originálním textu nijak nesouvisejí.

Mír bude až po roce 2025?

Zajímavou postavou mezi vykladači Nostradama je Francouz Jean-Charles de Fontbrune. Ten již koncem 70. let minulého století, na základě Nostradamovy knihy, předpověděl zvolení Francoise Mitterranda francouzským prezidentem (1981) nebo atentát na papeže Jana Pavla II., který pak byl v roce 1981 skutečně spáchán.

A co nás podle de Fontbruneho čeká v nejbližších dvaceti letech? Nic moc: extrémní sucha i záplavy, nárůst počtu náboženských sekt, rozšíření války z Izraele do Evropy, útok ruských a arabských armád na Evropu, okupaci Francie i Británie a druhý den „D“, tedy vylodění anglo-amerických vojsk, tentokrát v Portugalsku. Papež prý později prchne z Říma do Lyonu, kde bude zavražděn. Až po roce 2025 se lidstvo vrátí k mírovému soužití.

Výlety do vesmíru

Za 55 milionů dolarů

Jak může vypadat opravdu drahá dovolená v nejbližších letech? Společnost Axiom Space chystá v roce 2020 první „zájezd“ na ISS

Houstonská společnost [Axiom Space](#) chystá pro rok 2020 velmi netradiční dovolenkovou destinaci. Jde o oběžnou dráhu Země, na kterou se prý bude možné vydat na deset dnů za vsutku astronomickou cenu 55 milionů dolarů.

Jelikož na oběžné dráze je poměrně těžké sehnat ubytování, budou se výletníci muset spokojit s bydlením na [Mezinárodní vesmírné stanici](#) (ISS). Axiom Space má tu výhodu, že její šéf [Michael Suffredini](#) je bývalým zaměstnancem NASA, a měl tedy jednání o možnosti pobytu svých klientů na ISS značně ulehčena.



Takto láká na výlet za 55 milionů dolarů Axiom Space

Orbitální komplex společnosti Axiom Space má být připojen k ISS a poté zase oddělen, až půjde dnes už poměrně letitá mezinárodní vesmírná stanice na odpočinek. Mezitím se z komplexu a ISS stane tandem, který bude cílem dovolenkových výletů nejednoho multimilionářského dobrodruha. Podle informací [The New York Times](#) je reálnější spíš rok 2022, ale je to v podstatě jedno, na podobný zážitek si potenciální klient jistě rád počká.

ŽÁDNÁ FANTASMAGORIE

O fantasmagorii ale rozhodně nejde, jelikož vesmírná turistika není novinkou. V roce 2001 už služby pro turistické lety do vesmíru na ruských kosmických lodích Sojuz s pobytem na ISS organizovala jiná americká společnost nazvaná [Space Adventures](#). Jejím prvním klientem a zároveň premiérovým vesmírným turistou „amatérem“ byl americký milionář [Dennis Tito](#), který se na ISS dostal pomocí Sojuzu a dvou ruských kosmonautů. Tito to měl o něco levnější. Tehdy zaplatil 20 milionů dolarů.



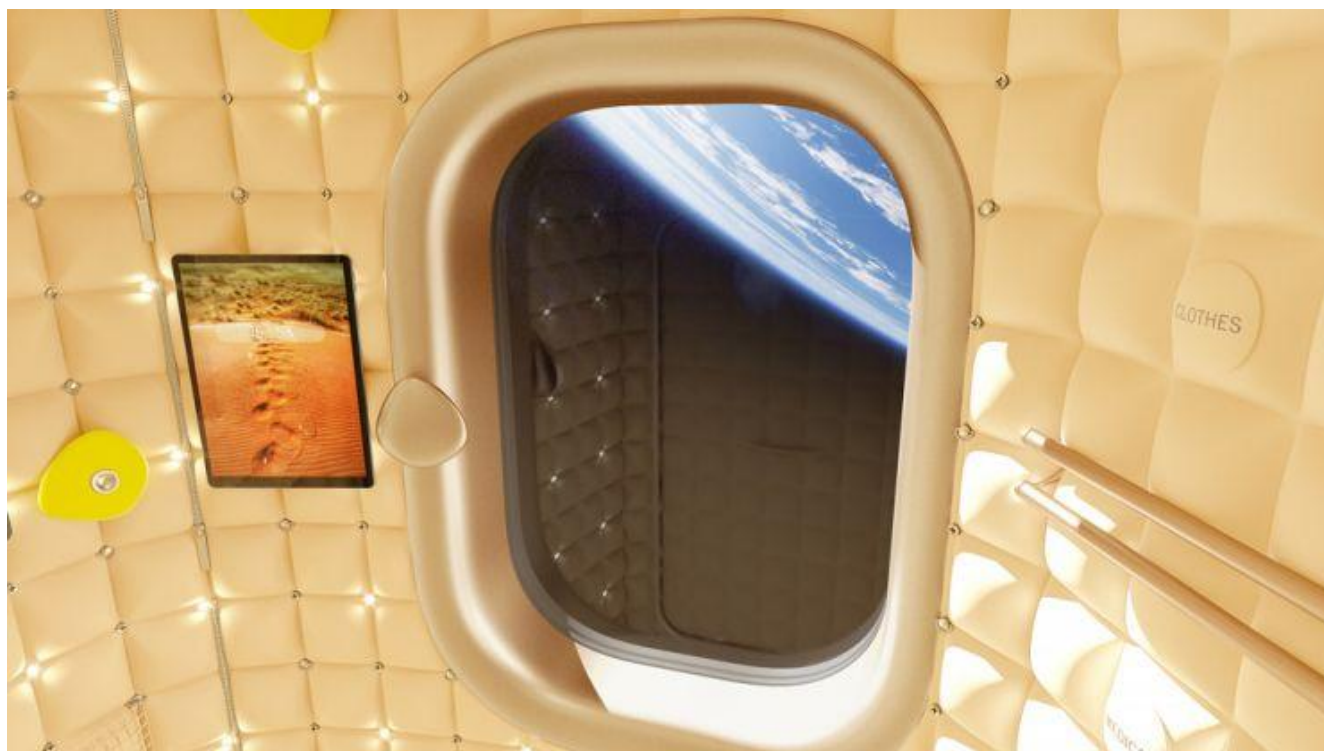
Takto by měla vypadat ložnice vesmírného korábu

Balíček, který nabízí zatím pro rok 2020 Axiom Space, obsahuje kromě zmíněných deseti dnů na ISS i dvoutýdenní výcvik na Zemi. Do projektu bude možná zapojena i takzvaná vesmírná taxislužba, což je nápad vycházející ze spojení Muskova Space X a Boeingu.

NASA samotná si lety do vesmíru nemůže z rozpočtových i technologických důvodů dovolit, a hledá tedy někoho, kdy by do vesmíru a k ISS dokázal létat. Zdá se, že se Američanům nechce moc spoléhat na ruské Sojuzy 2, nejnovější nosné rakety.

VESMÍRNÉ ZÁVODY

Samotné vybudování orbitálního zařízení společnosti Axiom Space, které by zahrnovalo místo pro posádku, jídelnu a kuchyni, bude stát miliony dolarů. Známý francouzský designér [Philippe Starck](#) má již připravený podrobný návrh. Vedle Suffrediniho, který v letech 2005 až 2015 působil jako manažer vesmírného programu NASA, patří k vedení společnosti Axiom Space několik dalších veteránů této vesmírné agentury, například bývalí astronauti [Brent Jett](#) a [Michael Lopez-Alegria](#).



A obývací pokoj. Samozřejmě s výhledem

Cesta na Mars

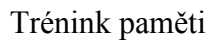
Pobyty ve vesmíru pro amatéry chystají i další průkopníci.

Společnost [NanoRacks](#) chce tvořit orbitální základny z recyklovaných raket, [Orion Span](#) zase chystá vesmírný hotel již na rok 2022. A firma [Bigelow Aerospace](#), která už má dva obíhající moduly na oběžné dráze, vytvořila samostatnou společnost, která chce provozovat rozšiřitelné vesmírné stanice.

Vesmírná loď určená k cestám na Mars se bude moci vydat na první krátké lety už v první polovině příštího roku. Na konferenci o hudebních a filmových technologiích SXSW v texaském Austinu to řekl vizionář a zakladatel společnosti SpaceX Elon Musk. "Stavíme první marťanskou neboli meziplanetární loď a myslím, že budeme schopni krátkých výletů, letů v průběhu první poloviny příštího roku," řekl Musk. Vizionář ale zároveň zažertoval, že je možné, že se nepodaří plán dodržet. Americká soukromá společnost SpaceX už dříve oznámila, že chce k Marsu vyslat první vesmírnou loď v roce 2022. Jednat by se však mělo pouze o loď s nákladem. O dva roky později by už měla k vyrazit raketa s lidmi na palubě.



Raketa Falcon Heavy.



Doplňte rčení:

Táhnout za jeden

Hledat v kupce sena .

Tlačit na

Vypálit

Plakat na nesprávném

Nosit dříví

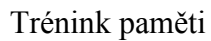
Být ostříhaný podle

Udeřit..... na hlavičku .

Vsadit všechno na jednu

Přijít k tomu jako slepý k

Podřezávat si pod sebou



Když se při vaření něco zpacká, ať do toho vrazíte,
co chcete, ...

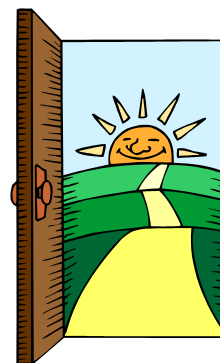
ALIT, BANKROTY, CVIK, CVOK, DEKOLTY, DISKAŘ, DOPAL,
ELÉV, CHATY, KECY, MIKROSKOP, OTKY, POHON, PRVKY,
PRYŽE, PUMPA, ROSIČKA, SUCHO, SUMY, TVOR, UZDY,
VČELSTVO, ZIRKON

paní Pánková Libuše
paní Cejpková Marie
paní Dvořáková Ludmila
pan Brabec Josef



Přejeme vše nejlepší, hodně zdraví, štěstí, lásky a spokojenosti.

pana Šindeláře Františka
paní Svobodovou Marii
paní Vystrčilovou Jarmilu



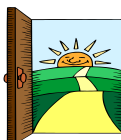
V lednu oslaví své narozeniny:

paní Františka Vostalová
pan Jan Mitaš



*Přejeme vše nejlepší, hodně zdraví, štěstí,
lásky a spokojenosti.*

Vítáme nové obyvatele:



Paní Květoslavu Klinerovou
Paní Marii Novotnou
Pana Jiřího Sušického

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili:

Paní Zdeňka Svobodová

Paní Marta Štveráčková

Paní Mária Novotná

Vydává: Domov pro seniory Třebíč, Koutkova - Kubešova, příspěvková organizace
Koutkova 302, Třebíč