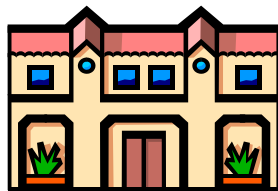


SENIORSKÝ KOUTEK

Ročník 23



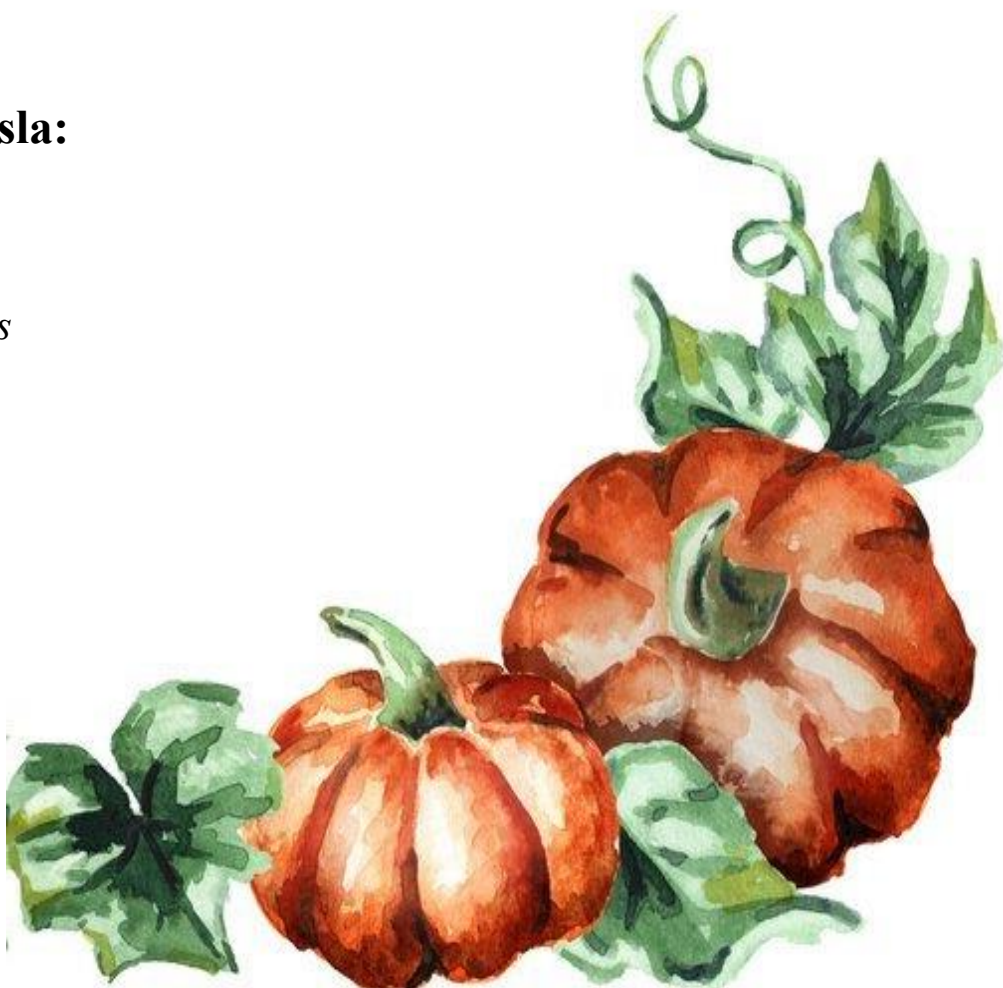
Číslo 10

ŘÍJEN 2023

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

Uvnitř tohoto čísla:

Ohlédnutí
Připravujeme
Přečetli jsme za vás
Zdraví
Příspěvky
Fotografie z akcí
Kdo vymyslel
Trénování paměti
Lidské osudy
Horoskop
Křížovky
Zasmějte se s námi
Kronika
Citáty



[illegible][illegible][illegible]

v sobotu **28. 10.** BOHOSLUŽBA SLOVA



Ohlédnutí za zářím

- *Důchody*
- *Setkání s dobrovolníky – 7.9.*
- *Harmonika paní Fialové – 6.9.*
- *Kadeřnické služby*
- *Loučení s létem, opékání špekáčků – 12.9.*
- *Společné setkání plné zpěvu na domově Koutkova – 14.9.*
- *Canisterapie*
- *Beseda s panem Trojanem o pejscích – 21.9.*
- *Výlet na Sádek – 25.9.*
- *Mezigenerační setkání – 27.9.*
- *Bingo*

Připravujeme v měsíci říjnu

- *Tvořivé dílny*
- *Canisterapie*
- *Cvičení paměti*
- *Kadeřnické služby – 9.10.*
- *Prodej textilu – 10.10.*
- *Bleší trh – 12.10.*
- *Hraní s panem Lněničkou*
- *Týden soc. služeb – 2.10. – 6.10.*
- *Důchody – 16.10.*
- *Mezigenerační setkání*
- *Setkání s dobrovolníky*
- *Kavárnička – 17.10.*



Mše svatá v měsíci říjnu

proběhne ve středu 11.10. a 25.10.

ve 14.15 hodin ve společenské místnosti ve druhém patře.

Slouží římskokatolický kněz Václav Kříž.

Zajímavosti v říjnu

ŘÍJEN: měsíc troubení jelenů, barvení listů, zazimování zvířat, oslav...

Co se vám vybaví, když se řekne říjen? Halloween, konec letního času, Den vzniku samostatného Československého státu, jelení říje, houbaření.....?

Říjen je podle gregoriánského kalendáře desátý měsíc v roce. Má 31 dní. Jeho český název se odvozuje od říje. Latinsky se měsíc nazývá October od latinského octo (tj. osmý), neboť do roku 153 př. n. l. byl říjen v římském kalendáři osmým měsícem v roce. Tento název se v současnosti používá v mnoha evropských jazycích.



Astrologicky je Slunce asi první dvě třetiny října ve znamení Vah a zbytek měsíce ve znamení Štíra. V astronomických termínech začíná v souhvězdí Panny a končí v souhvězdí Vah.

Během října se na severní polokouli zkracuje délka dne. Na území České republiky, přesněji na průsečíku 50. rovnoběžky a 15. poledníku, je první říjnový den dlouhý okolo 11 hodin a 38 minut. Slunce vychází přibližně v 7.00 a zapadá v 18.38 hodin středoevropského letního času. Ve většině evropských zemích včetně České republiky poslední říjnovou neděli začíná zimní čas. V Česku se tak ráno ve 3.00 hodiny středoevropského letního času přechází na 2.00 hodiny středoevropského času. Poslední den v říjnu je kratší o hodinu a 48 minut. Slunce vychází okolo 6.48 a zapadá v 16.38 hodin středoevropského času.

Podle meteorologických měření v pražském Klementinu byla od 18. století nejvyšší říjnová teplota zaznamenána 4. října 1929 (27 °C) a nejnižší 31. října 1920 (-7,5 °C). Průměrné říjnové teploty se v letech 1961–1990 pohybovaly od 7,2 do 13,2 °C. Z celého území České republiky byla nejvyšší teplota naměřena 4. října 1929 v Litvínovicích u Českých Budějovic (30,3 °C) a nejnižší 21. října 2009 na Rokytské slati na Šumavě (-19,9 °C). Nejvíce srážek za den spadlo 28. října 1956 v Bedřichově na Jablonecku (128 mm).

V České republice připadá na říjen státní svátek Den vzniku samostatného československého státu (28. října), který připomíná vznik Československé republiky v roce 1918. Podle října jsou pojmenovány některé události, které se v tomto měsíci odehrály. Císař František Josef I. vydal 20. října 1860 tzv. Říjnový diplom, kterým se zřekl absolutistické vlády a zřídil Říšskou radu.



V tomto měsíci pokračuje ve střední Evropě podzimní sklizeň a v českých zemích se tradičně slaví posvícení.

V katolickém náboženství je říjen věnován Panně Marii Růžencové a Andělu strážnému. Církev přiznávala modlitbě růžence zvláštní účinnost a jejímu společnému recitování i vytrvalé praxi svěřovala obtížné záležitosti". 2. října je svátek Anděla strážného. 7. října je slavnost Panny Marie Růžencové.

Říjen je také obdobím, kdy by řidiči měli přezout letní pneumatiky za zimní. V neposlední řadě stojí za zmínku, že 28. října je státní svátek a prezident republiky tento den uděluje státní vyznamenání.

Co dělali v říjnu naši předci?

Po létě plném dřiny a práce na polích mohli konečně začít odpočívat a bavit se. Obilí a jiné plodiny byly sklizeny a pokud se úroda vydařila, měli lidé plné spíže, komory a sklepy jídla. Byla to ideální doba na hostiny a oslavy.



Jednou z velmi oblíbených podzimních oslav bylo a stále je posvícení neboli hody. Ty byly původně oslavou sklizně, ale časem se provázali s oslavou vysvěcení místního kostela, nebo svátkem patrona, tedy ochránce místních lidí. Proto se hody nazývají také posvícení, neboli posvěcení.

Oproti nám se naši předci daleko více zajímali o přírodu. Všimli si i

Přečetli jsme za vás

drobností a podle toho, jak příroda právě vypadala a co se v ní dělo, předpovídali počasí. Odhadovali, jestli bude příští léto suché, nebo deštivé a jaká tak bude úroda.

Pranostiky na říjen

*Čím déle vlaštovky u nás v říjnu prodlévají,
tím déle pěkné a jasné dny potrvají.*

*Divoké husy na odletu – konec i babímu
létu.*

*Když křížový pavouk se v říjnu ukrývá a
nevylézá, není daleko do sněhu.*

Je-li říjen velmi zelený, bude zato leden hodně studený.

V říjnu mráz a větry – leden, únor teplý.

V říjnu hodně žaludů a bukvic oznamuje zimy víc.

Po teplém září zle se říjen tváří.

Září víno vaří, a co nedovaří, říjen dopeče.

Je-li říjen velmi zelený, bude zato leden hodně studený.

Bouřka v říjnu třebas malá, sotva na to zima stálá.

Říjen když blýská, zima plíská.

Kolik dní v říjnu uplyne do prvního deště, po tolik dnů bude i v zimě pršet.

V říjnu mnoho dešťů, v prosinci mnoho větrů.

Mlhy v říjnu – sněhy v zimě.

Studený říjen – zelený leden.

Jiná pranostiky říká: „Září víno vaří, a co nedovaří, říjen dopeče“. Nejen víno, ale i některá jablka se sklízí ještě během října. Můžete si tak s dětmi vyrobit třeba jablíčkovou zavařeninu.



Svátky, oslavy a významné dny měsíce října

Mezi nejznámější říjnové svátky a oslavy patří hody, Den vzniku samostatného Československého státu a Halloween. Významných dnů je ale v říjnu mnohem víc. Když to vezmu pěkně postupně, začíná to hned prvního října:

- Mezinárodní den lékařů (1.10.)
- Mezinárodní den zvířat (4.10.)
- Mezinárodní den úsměvu (5.10.)
- Světový den pošty (9.10.)
- Den vzniku samostatného Československého státu (28.10.)
- Halloween (31.10.)

Příroda v říjnu

Říjen je pojmenovaný podle jelení říje, o které nás v lese informuje hlasité troubení jelenů. Ti mezi sebou v tuto dobu soupeří a snaží se svými mohutnými parohy zaujmout co nejvíce laní.



Paroží je totiž nejen ukazatelem jelenova stáří, ale také jeho zdraví a síly. Čím mohutnější má jelen parohy, tím je zdravější a pro laně žádanější.



Sluníčko v tomto měsíci už slábne, dny se stále více zkracují a noci se naopak prodlužují. Už více než sto let posouváme hodinovou ručičku o jednu hodinu zpět na zimní čas.

Listy stromů mění barvu na červenou, žlutou a oranžovou a pomalinku začínají opadávat. Některým rostlinám, například jírovcům, bukům a dubům, dozrávají poslední plody, ve kterých jsou schovaná semena. Z těch příští jaro vyrostou nové rostlinky.



Zvířata se v říjnu připravují na zimu.

Některá se snaží pořádně najíst, ztloustnout a tím si vytvořit tukové zásoby, které jim pomohou zimu přečkat. Jiná si potravu schovávají do skrýší a připravují si tak zásobu jídla na chladné období, kdy bude v přírodě těžké nějakou potravu najít.

Mnoho zvířat si také vyhledává vhodné úkryty, do kterých se budou moct za chladného počasí schovat. Druhy, jako jsou například hadi, ježci, sysli, jezevci, netopýři a další, se chystají k dlouhému zimnímu spánku.



Ani ptáci nezhálí. Většina z nich sice u nás přes zimu zůstává, ale jsou i takoví, kteří prostě odletí na jih do teplých krajů a zimě se tak vyhnou.

V říjnu mají spoustu práce také lesníci a myslivci. Lesníci připravují plochy pro výsadbu stromů, dokončují a opravují oplocenky. Myslivci začínají přikrmovat zvěř, které v tomto ročním období v přírodě ubývá potravy.

A close-up photograph of a dark brown wicker basket filled with fresh, white button mushrooms. The mushrooms are piled high, with some showing their gills and stems. The basket sits on a rustic wooden surface. In the background, a piece of light-colored burlap fabric and a wooden-handled knife are visible, adding to the rustic aesthetic.

Houby patří mezi nejstarší, nejdokonalejší a současně nejplodnější žijící organismy. „Patří do samostatné biologické říše, neboť nebylo nalezeno žádné evoluční spojení ani s rostlinami, ani s živočichy. Až do 18. století byly považovány za dílo ďáblovo, protože se nevědělo, z čeho vlastně rostou,“ uvádí mykolog Jaroslav Vanča. V současné době se o houbách hovoří stále více, a to nejen proto, že jsou oblíbenou pochoutkou.

Houby patří mezi nejstarší, nejdokonalejší a současně nejplodnější žijící organismy. Patří do samostatné biologické říše, neboť nebylo nalezeno žádné evoluční spojení ani s rostlinami, ani s živočichy.

Houby jako lék

Léčení pomocí hub neboli mykoterapie je známé v tradiční čínské medicíně již více než 3 000 let. V Evropě probíhají odborné výzkumy teprve několik posledních desítek roků, středem vědeckého zájmu je především vysoký obsah polysacharidů (tzv. glukanu), které mají protinádorové, antibiotické, antivirové a imunomodulační účinky.

Na co jsou dobré houby

„Glukany obsažené v houbách pomáhají zvyšovat koncentraci interferonů a interleukinů, které působí přímo proti metastázám rakovinných buněk, aktivují makrofágy, NK a LAK buňky, B a T lymfocyty a tvorbu granulocytů v kostní dřeni. Po výbuchu atomové bomby v Hirošimě hledali Japonci pomoc pro lidi, kteří byli ozáření a přišli na to, že výtažky z léčivých hub pomáhají minimalizovat následky z ozáření a zároveň obnovit tvorbu bílých krvinek. Přípravky z hub v Japonsku dlouhodobě patří k nejpoužívanějším lékům vůbec,“ vysvětluje bylinkář Martin Kolár.

VŠE O HOUBÁCH

Jak houby zpracovat a uchovat na zimu: Kromě tradičního sušení je můžete zamrazit či naložit do soli

Jak léčivé houby zpracovat

Někteří lidé se mylně domnívají, že na léčení stačí, když v houbařské sezoně v lese nasbírají hříby, klouzky, holubinky, kozáky, ryzce, růžovky a další jedlé houby a připraví si z nich smaženici. Bohužel většina léčivých látek v houbách je termolabilní, což znamená, že je tepelná úprava ničí.



-

Houževnatec jedlý neboli shiitake

Houževnatec jedlý neboli houba shiitake se na posílení obranyschopnosti organismu podílí zejména vysokým obsahem betaglukanu lentinan, látky, která eliminuje virová, bakteriální, plísňová a infekční onemocnění. „Shiitake působí mj. pozitivně na kandidózy, je skvělou prevencí chorob z nachlazení a únavy, má výrazné



protivirové působení, podporuje léčbu nádorových onemocnění trávicích orgánů a jater, pomáhá při artritidě, artróze, anémii, snižuje hladinu cholesterolu." uvádí bylinkář.



Jidášovo ucho: Chuťově vynikající houba s léčivými účinky roste celý rok. Čaj posiluje imunitu.

Recept - houbový prášek na posílení imunity:

Na domácí posílení obranyschopnosti organismu se používá usušená, najemno rozemletá plodnice žampionu. Prášek užíváme třikrát až šestkrát denně na špičku nože, důkladně zapijeme vodou. Sušený žampion se dá užívat bez obav po dobu pěti měsíců, s přestávkami i déle. Podobně můžeme použít i houževnatec jedlý. Obě houby se dají také kombinovat v poměru 1 : 1.

Rozloučení s létem

Posledních krásných zářijových dní jsme využili k posezení venku, v zahradě.

Sluníčko bylo v této dopolední době ještě nízko nad obzorem, a tak hrálo, ale nepálelo, v kotlíku plápolal oheň a naši klienti si plni dobré nálady povídali nad pivečkem, a ti zdatnější opékali špekáčky pro sebe i pro ty, pro které by to již bylo obtížné. Špekáčky voněly do širokého okolí a kolemjdoucí možná trochu s údivem sledovali, jak se naši senioři a seniorky vesele baví a zpívají.

A poté přišlo překvapení pro paní Rosslovou, která slavila své překrásné devadesáté šesté narozeniny a stala se tak naší nejstarší, ovšem velice vitální obyvatelkou. Po velké gratulaci paní Špačkové se přidal i personál a ostatní klienti. Všichni upřímně popřáli hlavně zdravíčko a vitalitu, aby s námi oslavila i nedalekou stovku. A protože to byl den plný radosti, nepřekvapilo nás, když pan Salák, kterému je jen o dva roky méně, vyzval paní Rosslovou k tanci. Za potlesku ostatních „vykroužili“ polku skoro jako „za mlada“.. Neradi jseme se všichni rozcházeli. Nutno ještě poděkovat paní Jarušce a Dáši z úklidu, panu Zdenkovi, údržbáři, paní Kátě, sociální pracovníci, Zlatušce, rehabilitační a děvčatům z přímé péče, které nám pomohly s klienty přes velmi špatný terén zahrady. Bez vás všech by se tahle zdařilá akce nemohla konat, děkuji vám.

A ještě mi dovolte malou úvahu.

Být vytržen ze známého prostředí, svého domova, od svých blízkých je podle mě to nejhorší, co může každého z nás potkat. A my se pak můžeme zlobit, nadávat všem okolo nebo se pohroužit do sebe a odmítat vše, co by nás mohlo vytrhnout ze samoty. A pak se objeví mezi našimi klienty parta lidí, kteří se scházejí i mimo naplánované akce, povídají si, smějí se a zpívají. Nezatrpkli, ač by mohli, jejich život nebyl procházka růžovým sadem, ale přijali skutečnost, že naše zařízení je jim souzeno již navždy. A rozhodli se, že i zde a v tomto věku se dá **ŽÍT**, ne jen odpočítávat dny do svého konce. A já před vámi hluboce smekám, chtěla bych být jako vy, až budu ve vašem věku..nehledě na to, že se s vámi výborně spolupracuje. A tak se těším na další společné akce..





Pétanque v zahradě.



Ruské kuželky v atriu.



Kavárnička, oslava narozenin. Hudba: Fialová a Švarc.



Univerzita 3. věku. Přednášející: Ak. malíř Vladimír Netolička.



Výlety na Sádek, ochutnávka burčáku.



V hobby. Práce i zábava.



Setkání s dobrovolníky.



Pondělní hudební dopoledne s panem Matějů.



Bavíme se v hobby..





Setkání na DpS Koutkova bylo plné zpěvu



Rádi si povídáme, pracujeme a podíváme se na dobrý film





Beseda s panem Trojanem s pejsky o
pejscích





Výlet na Sádek s milou společností paní Jelečkové



Naši zářijoví
oslavenci



Mezigenerační setkání - seznámení s novými dětmi



Harmonika s paní Fialovou



Paní PhDr. Zuzana Mlejnková, která se ze zdrav. důvodů nemohla účastnit „Slavnostního setkání při příležitosti 40. výročí založení Manželské a rodinné poradny v Třebíči“, obdržela krásnou kytici a velké poděkování za dvacet sedm let pomoci rodinám..

Paní Mlejnková k tomu dodává: ne vždy to bylo jednoduché, lidská bytost je velmi křehká. Svou práci jsem dělala srdcem a s radostí.

Kdo vymyslel ...

Kdy muži začínají stárnout?

Odpovědi žen z roku 1918 na téma mužského mládí vás pobaví i dnes!

Říká se, že muži nestárnou. Je to ale skutečně pravda? Jak dlouho jsou muži mladí, a když už začínají stárnout? Jedny velké noviny se na to v roce 1918 zeptaly svých čtenářek a my vám přinášíme jejich originální a vtipné odpovědi. Sami uvidíte, že se svět mužů a žen za těch více jak sto let vlastně vůbec nezměnil.

Následující text pochází z roku **1918**

Dokdy jsou muži mladí?

Jistý rozšířený španělský list vznesl tuto otázku na své odběratele; odpovědi jejich vytiskne, načež čtenářky rozhodnou, kterou z nich považují za nejtrefnější, autor její pak bude od redakce odměněn drahocennou jehlicí.

Odpovědi byla nekonečná řada, z nich nejlepší byly tyto:

- Muž je mladý, dokud myslí na ženitbu.
- Muži jsou mladí, dokud se nechtějí zdát mladšími.
- Muž přestal být mlád, když jej první dívka pozdravila „ruku líbám“.
- Když poprvé požádá u voňavkáře, aby doporučil „pro dobrého přítele“ barvu na vlasy, začal stárnouti.
- Muži se ženám zdají mladými, dokud o nich mají za to, že by mohli být milovníky, aniž by se tím stali směšnými.
- Muž začne stárnouti osmý den po svatbě. (Napsala panička, vdaná čtrnáct dní)
- Muži jsou jako ženské šaty: vydrží dlouho podle toho, z jakého jsou materiálu a jak jich majitelky šetří.

Kdo vymyslel ...

— Kardinál Richelieu řekl: Jakmile ženy počaly moje zamilované výlevy považovati za poklony, hned jsem viděl, že jsem zestárl; dříve mé poklony považovaly za výlevy lásky.

— Závisí to od okolností. Muži někdy příliš záhy se dělají před svými ženami starými, ale před cizími ženami tváří se věčně mladými.

— Muž zestárl, když nemůže pokleknouti, aby zapjal své ženě botku.

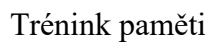
— Muž je mlád, dokud jsou ženy jeho oběťmi, a je stár když se stane obětí žen.

— Muž je mlád, dokud může vzbuditi žárlivost u žen.

Tato poslední odpověď obdržela odměnu, neboť pro ni hlasovala většina čtenářek: 36.425.



29



Kterých 5 obrázků z vrchního rámečku chybí ve spodním.



Jak jsem si málem přejela manžela

Naše manželství trvalo 11 let, vdávala jsem se brzy - v 18-ti. Musela jsem.

Narodil se mi syn, muž byl na vojně a přišel, když bylo malému 7 měsíců. Možná už tehdy vznikly v našem vztahu trhliny. Muž byl pod vlivem svého otce, ten věděl všechno nejlíp, muž byl podle něj „neschopnej blbec“, ach jo. V naší rodině jsem to bohužel byla já, kdo nosil kalhoty, musela jsem se o všechno postarat-ať už to byly nákupy, složenky vyřizování na úradech, dokonce i když chtěl muž nastoupit do nového zaměstnání, musela jsem s ním do Prahy k pohovoru, protože by sám nejel.

Za tři roky se nám narodila dcerka, když jí byly tři roky, začala jsem podnikat - měla jsem na vsi krámk s potravinami, byla jsem v práci 12 hodin, ale veškerá starost o domácnost a rodinu byla stále na mně. Když jsem chtěla, aby muž došel vyřídit něco na poštu nebo kamkoliv jinam, dostalo se mi odpovědi - já to neumím. Nechci vypadat jako nějaká chudinka, muž byl hodný, hrál si s dětmi, slušně vydělával, spíš mi vadilo, že, jak to nazvat, no nechoval se jako chlap. Nedokázal se mě zastat, když jsem se hádala, většinou kvůli němu, s jeho otcem.

Pak muž změnil zaměstnání a najednou se začal měnit i on. Kvůli práci musel chodit do posilovny, začal se cpát práškama na svaly - no a to byl asi začátek konce našeho manželství. Já jsem už dlouho přemýšlela o rozvodu, dětem bylo 7 a 10 let, ale asi z pohodlnosti jsem to pořád oddalovala.

Začali jsme si žít každý po svém. S dětmi jsme sice chodili na výlety, ale většinou jsem s nimi jezdila sama. Muž trávil volný čas v posilovně, já začala dělat autoškolu.

Udělala jsem závěrečné jízdy, a už se těšila, jak vyrazím sama s autem. No a jak dopadla moje první jízda?? Jela jsem do města, poctivě jsem dodržovala předepsanou rychlost a najednou se mi pod kola skácel cyklista - vypadlo mu přední kolo. No šok to byl pořádný, naštěstí se mu nic nestalo. Pozval mě na kávu, jako omluvu za to leknutí mi koupil kytku. Povídali jsme si asi dvě hodiny, no co budu povídat-láska na první kouknutí, ale vzhledem k tomu, že jsem byla vdaná a měla děti, nepočítala jsem s ničím.

Začali jsme si posílat SMSky. V tu dobu najednou začal můj muž s řečmi...měla bys chodit do posilovny, mně se líběj holky s vyrýsovanou postavou, nech si narůst vlasy, mně se líběj dlouhovlásky, atd. , atd. No nedalo mi moc práce zjistit, že jedna dlouhovlásky s vyrýsovanými svaly se nachází na stejném pracovišti. Takže jsem ho postavila před hotovou věc - naše manželství nemá cenu, ty, máš slečnu, já se stěhuju. Měla jsem být po mé babičce, takže to bylo velice jednoduché. Děti změnu ani nezaregistrovaly, k tátovi mohli jet kdykoliv, stejně nebyl pořád doma.

No a jak to dopadlo?? Já už 5 let žiji se svým cyklistou, rok je to můj manžel, narodila se nám holčička. Mé děti jsou s námi, se svým otcem se stýkají podle chuti - bydlíme 15 kilometrů od sebe, bývalý manžel žije se svou slečnou, a všichni dohromady si celkem rozumíme.

Můj životní příběh

Psal se rok 1979 a mně bylo 18 měsíců. Mé dětství skončilo. Ale hezky po pořádku: žena, která si říkala matka, mě nechala doma samotnou, vlastně tak úplně samotnou ne, v ručičkách mi zůstaly zápalky. A já, jelikož jsem už tenkrát byla „šikovná“, s jednou z nich jsem škrtila.

Co bylo dál? Dětský pláč? Plameny? Bohužel, vlastně bohudíky, si tuto situaci nepamatuji. Čekal mě neveselý život. Místo kolotočů byly v mém, pro jiné nejhezčím období, jen polohovací postele a pojízdné křeslo. Místo čokolády, které si děti tak užívají, já měla hadičky v tělíčku s přísunem nejrůznějších infuzí. Ani mateřské pohlazení se mi nedostávalo, a i když mne celá nemocnice zbožňovala, já skončila v dětském domově v Husinci.

Můj příběh však nekončí a má ještě spousty zvratů. Již čtyři roky jsem byla na tomto nepříliš hezkém světě a opět v nemocnici, kde mimochodem byli všichni velmi hodní. Osud se ke mně otočil tentokrát čelem. Na lůžkové části popálenin byl hospitalizován muž, který spadl nohou do kokily (nádoba na žhavou ocel). Začali jsme spolu řídit jako správní raubíři. Honili se po chodbách, hráli na schovávanou, jezdili na vozíku. Začala jsem mu říkat tati. Zanedlouho na to si pro mě přišli do dětského domova. On a jeho žena. Konečně jsem mohla někomu říkat mami a tati.

Zdalo by se, že mohu příběh ukončit, ale mějte trpělivost. Přiblížilo se nejtěžší období mého života. Období plné emocí, období plné slz a smutku, období,

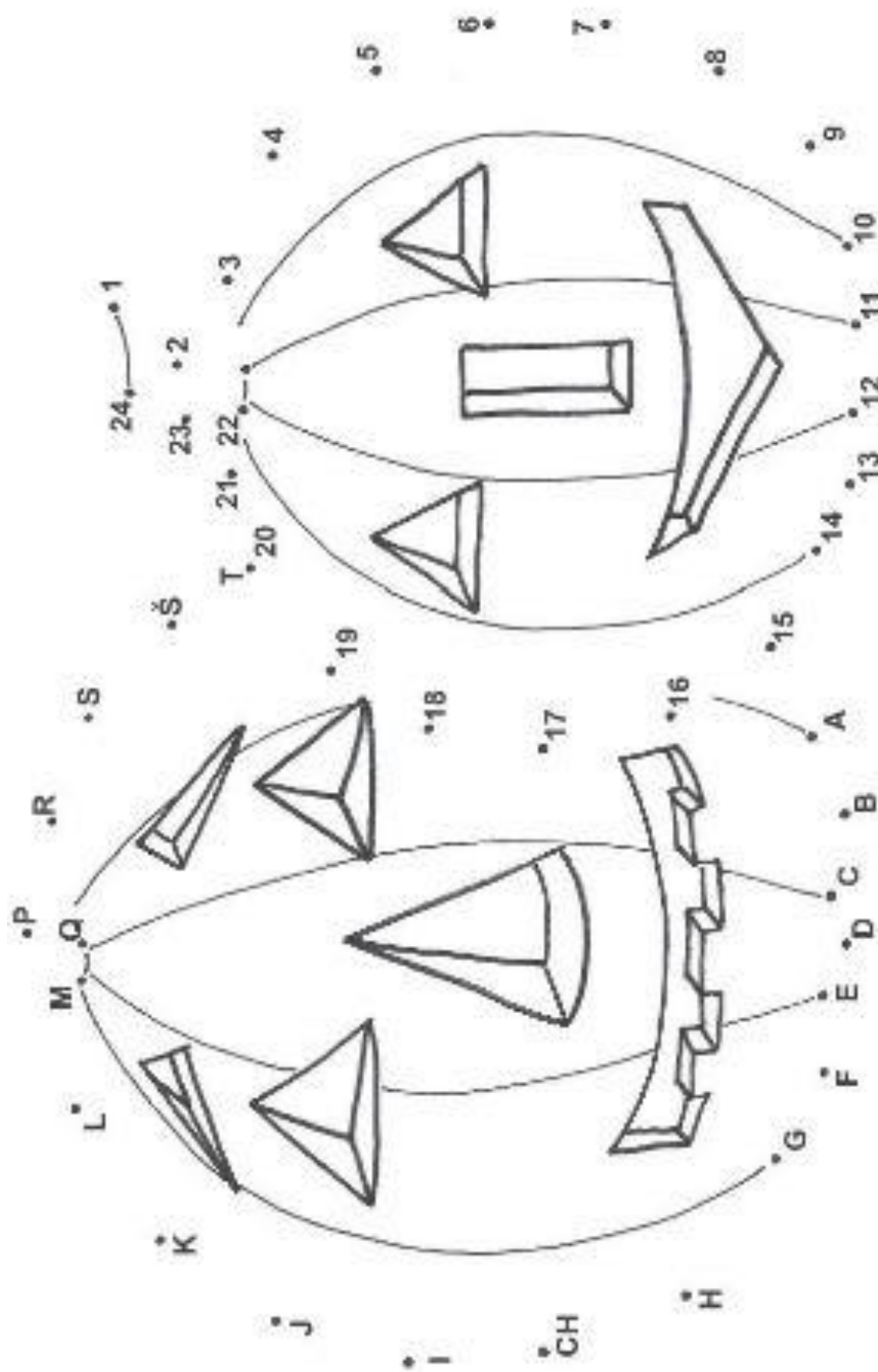
na které jen velmi nerada vzpomínám, ale zapomenout také nelze. PUBERTA. Na první základní škole, kam jsem docházela, bylo vše fajn, spolužáci i učitelé. Jenže pak jsme se přestěhovali do jiné části města a vše nabralo rychlý spád. Druhá základní škola byla pohřebištěm naděje a snů. Učitelé byli sice také fajn, ale spolužáci... Nebyl den, abych nebyla středem jejich hloupých hovorů a posměchu. Krom pár kamarádek se posmívali všichni. Jen tak pro názornost: „Fredy Krueger, spálenina, zvedá se mi žaludek.“

Období souviselo i s tím, že jsem chtěla být zamilovaná a šťastná jako ostatní. Mít někoho po svém boku, kdo by mě bral takovou, jaká jsem, a vážil by si mě a já jeho. A když to bylo tak blízko, ukázalo se, že dotyčný se mnou chodí jen ze sázky. Musím podotknout, že nevyhrál. Nevím, zda si někdo dokáže představit, jak moc toto zjištění bolelo, nechtěla jsem žít. Z nenadání se však dostavil Amor a já měla svou vytouženou první lásku. Jmenoval se Petr, tedy stále se tak jmenuje, a já do něj byla zamilovaná až po uši, a on do mne. Měli jsme pár problémů, kdo je nemá, ale vážili jsme si jeden druhého. Po několika letech jsme náš vztah ukončili, neboť jsme se nechtěli vázat, byli jsme ještě mladí. Do dneška jsme velmi dobří přátelé a jeden na druhého se můžeme spolehnout. Už mnohokrát mi pomohl a já mu za to děkuji.

Přišly další a další lásky. Některé kratší, jiné zase delší. Ustupovalo pozvolna ohlížení na ulici a posměch. Tou dobou jsem studovala Střední zdravotnickou školu. Tento obor byl jakousi satisfakcí všem z nemocnice, kde jsem i tentokrát byla na několika plastikách. Vystudovala jsem s maturitou a rozhodovala se, kam nastoupím. Jenže v kladenské nemocnici nebylo vhodné místo a tak mě můj kamarád seznámil s grafickým programem a já se v něm našla.

Začala nová éra mého života. Stalo se něco, čemu bych asi nikdy nevěřila. „Já budu maminkou,“ oznámila jsem příteli, shodou okolností se také jmenuje Petr. A tak byla svatba. Ale není to konec pohádky. Nejdříve se nám narodil synek a nedávno se nám narodila dcerka Eliška. A já chci svým dětem dát všechny ty malé radosti, které mi moje pravá matka upřela: kolotoč, čokoládu ... ale hlavně LÁSKU a POHLAZENÍ!

Některé chyby jdou sice napravit, ale... (tajenka). Murphyho zákony					1	ZNAČKA LIMONÁD	VZDÁLE- NOST MEZI ROSTLINAMI		2. DÍL TAJENKY	DĚLENÍ LOMEM	INICIÁLY MALÍŘE LHOTÁKA
					ZÁVODNÍ STRÁŽ ZKR.			CHUCH- VALEC			
								TAMTEN			
					NEDALEKO						
					ÚTOK						
POMŮCKA: PAR, SMA, SPON	CHRÁNĚNÁ KRAJINNÁ OBLAST ZKR.	ČÁST DNE ZKR.	1. DÍL TAJENKY	NEZNÁMÝ AUTOR PROTI- KLAD							SEKNOUT
ÚZKÝ DLOUHÝ MOŘSKÝ ZÁLIV						NESTRA- CHOVAT					
						POKLADNY					
KDY							TEĎ				
							PULZOVAT				
OŽELET SYNA								ZASÉVAT			
								NALÉVAT			
	JAPONSKÝ SPORT	OZN.ČES. LETADEL ODCHYLKA STŘELY			PODSVINČE MNOŽSTVÍ VYPAŘENÉ VODY					LÉČIVÁ ROSTLINA	CIZÍ ŽENSKÉ JMÉNO
INICIÁLY SKLADATELE BACHA				NAPÍNAT TKANINY							
				DĚSIT							
NEVÝRAZNÝ						HUSARSKÝ KABÁTEC					
						INF. TECH- NOLOGIE					
DOKONČIT LEPENÍ								ZVLÁŠTĚ NÁŘEČNĚ VYROBĚNÁ V IRSKU			
ODSTRANIT SEKYROU							VZNEŠENÁ MYŠLENKA CHUŤ K JÍDLU				
	PRODEJNA MASA	GOLFOVÝ VÝRAZ ČESKÝ REŽ. VÍT ???				POLNÍ MÍRY				VYROBIT LÁTKU NA STAVU	KLAVÍR
						ODVÁŽNĚ SLOVENSKY					
NEALKO NÁPOJ					STÁTNÍ PLAVEBNÍ SPR. ZKR SPZ SEMIL				UNIVERZITA PALACKÉHO KANADSKÝ ZPĚVÁK		
ASIJSKÉ MUŽSKÉ JMÉNO				KLOUZATI STANICE TECHNICKÉ KONTROLY							
CHEM. ZN. SAMARIA			PAMPELIŠKA ZVRATNÉ ZÁJMENO SLOVENSKY								
3. DÍL TAJENKY								KLUB ANGA- ŽOVANÝCH NESTRA- NÍKŮ ZKR.			
ALKOHOL. RÝŽOVÝ NÁPOJ					OBRNĚNÝ TRANSPOR- TÉR ZKR.			A SICE			



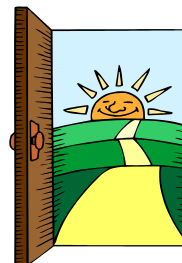


paní Králová Marie
paní Pánková Božena
paní Jirovská Jitka
paní Dokulilová Marie
paní Kalvasová Věra
paní Šteflová Helena
paní Solařová Jaroslava, PhDr.
paní Kršková Jitka
paní Ptáková Božena
paní Vyskočilová Marie
paní Mašterová Danuška
paní Jelečková Drhomíra



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

paní Plhákovou Evu, Mgr.



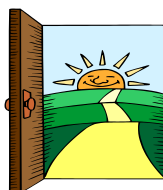
paní Polívková Marie
paní Smažilová Marie
pan Svoboda Zdeněk

V říjnu slaví své narozeniny:

Paní Marie Dvořáková
Paní Marie Zvěřinová
Pan Josef Chmelka
Pan Petr Havelka



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



Vítáme nové obyvatele:

Paní Marii Chmelkovou
Paní Evu Černovickou

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustila:

Paní Františka Kloudová

