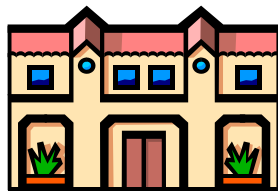


SENIORSKÝ KOUTEK

Ročník 23



Číslo 11

LISTOPAD 2023

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

Uvnitř tohoto čísla:

Ohlédnutí

Připravujeme

Přečetli jsme za vás

Zdraví

Bylinky

Příspěvky

Fotografie z akcí

Kdo vymyslel

Trénování paměti

Lidské osudy

Horoskop

Křížovky

Zasmějte se s námi

Kronika

Citáty



- [illegible]

-

Ohlédnutí za říjnem

- Týden soc. služeb – 2.10. – 6.10.
- Kadeřnické služby – 9.10.
- Návštěva Blešího trhu na Koutkové – 10.10.
- Setkání s dobrovolníky – 12.10.
- Důchody - 16.10.
- Kavárnička - 17.10.
- Bleší trh – 17.10. – 19.10
- Canisterapie
- Mezigenerační setkání – 24.10.
- Harmonika pana Lněničky – 31.10.
- Bingo

Připravujeme v měsíci listopadu

- Tvořivé dílny
- Canisterapie
- Cvičení paměti
- Kadeřnické služby – 7.11.
- Prodej belgické čokolády – 9.11.
- Setkání s dobrovolníky -9.11.
- Prodej textilu – 14.11.
- Důchody – 15.11.
- Mezigenerační setkání
- Kavárnička – 14.11.
- Dudácké vystoupení – 30.11.



Mše svatá v měsíci listopadu
proběhne ve **středu 8.11. a 22.11.**

ve 14.00 hodin ve společenské místnosti ve druhém patře.
Slouží římskokatolický kněz **Václav Kříž.**

Zajímavosti v listopadu

Předposledním jedenáctým měsícem roku je listopad. Název má odvozen od padání listů, které je v tuto dobu pro naše končiny typické. V jiných jazycích se dochoval starý název november, odvozen od novem (devět), což byl devátý měsíc původního římského kalendáře. Listopad má 30 dní a v tomto měsíci jsou například Dušičky nebo přijíždí Martin na bílém koni.



Listopad je měsícem podzimních plískanic, větrů na strništích a prvních mrazíků. Ze stromů opadávají zbylé listy, spadlá semínka se zabydlují v hliněné peřince a připravují se na vegetační spánek. Netopýři a další živočichové se ukládají k zimnímu spánku. Třou se pstruzi, raci kladou vajíčka.

Svátky, oslavy a významné dny měsíce listopadu

1. listopad - Svátek všech svatých - Křesťanský svátek, který připomíná všechny svaté a na něj navazuje také svátek všech zemřelých o den později. Svátek slavili již Keltové, pro něž byl 1. listopad zároveň počátkem roku a měl o to větší symboliku, neboť přelom roku je koncem něčeho starého a zároveň novým začátkem. Vztah mezi zemřelými a živými měl tedy o to silnější "náboj". Mnohé svaté si církev připomíná při jejich samostatných svátcích, ale jelikož svatých je hodně, je téměř nemožné je slavit důstojně všechny v průběhu celého roku. Proto mají svůj jeden společný Svátek všech svatých.



Přečetli jsme za vás

2. listopad - Památka zesnulých - též nazýván Svátek zesnulých nebo lidově Dušičky.

10. listopad - Světový den vědy pro mír. Je to příležitost informovat širokou veřejnost o prospěšnosti vědy.

11. listopad - Mezinárodní den válečných veteránů - Symbolem tohoto dne je květ vlčího máku, jenž vyjadřuje úctu a vzpomínku na bývalé vojáky a bojovníky. Vlčí mák je symbolem válečných veteránů.

13. listopad - Mezinárodní den nevidomých - Připomínáme si strasti nevidomých lidí, tedy těch, kteří nevidí. Ať již od narození nebo zrak ztratili v průběhu svého života jako důsledek nemoci nebo zranění. Po celém světě je dnes kolem 285 milionů lidí s těžkým postižením zraku, z toho je 39 milionů zcela nevidomých. V České republice je takto postižených zhruba 74000 lidí.

14. listopad - Světový den diabetu. Právě tento den v roce 1891 se v Kanadě narodil lékař fyziolog a držitel Nobelovy ceny za fyziologii a medicínu Frederick Grant Banting. Se svým kolegou izolovali hormon inzulín a použili jej na léčbu cukrovky u tehdy 14letého chlapce. Ten se stal prvním člověkem na světě, který byl léčen na diabetes inzulínem. Dnes jsou poznatky medicíny mnohem dále a víme, že existuje několik typů diabetu. Diabetes je označení pro skupinu nemocí, které se vyznačují zejména zvýšenou hladinou krevního cukru.

16. listopad - Mezinárodní den tolerance - Respekt si zaslouží všichni lidé bez ohledu na jejich národnost, pohlaví, majetkové poměry a další odlišnosti.

17. listopad - Mezinárodní den studentstva Den boje za svobodu a demokracii - V České republice státní svátek.

Pranostiky na listopad

- Teplý říjen - studený listopad.
- Když ještě v listopadu hřmívá, úrodný rok nato bývá.
- V listopadu hřmí - sedlák vesnou sní.
- Když dlouho listí nepadá, tuhá zima se přikrádá.
- Listopadové sněžení neškodí vůbec osení.

- Jestliže sníh listopadový dlouho zůstane, více než hnůj polím prospěje.
- Listopadový vitr - bratr zimy.
- Když krtek v listopadu ryje, budou na vánoce létat komáři.
- V listopadu příliš mnoho sněhu a vody, to známka příští neúrody.
- Listopadová mlha zhasíná slunce.
- Nejtěžší a neodolnější rybu poskytuje listopad.

Jak si užívali tradiční listopadové zvyky a pokrmy naši předkové



Listopad. Už zvuk toho slova v nás vyvolává touhu schoulit se někde doma u kamen s hrníčkem teplého čaje nebo miskou dobré polévky. Něco podobného konec konců právě dělá i příroda kolem. Stahuje se dolů a dovnitř, připravuje se k zimnímu klidu. Čekají ji měsíce chladu a sucha, je třeba minimalizovat výdej energie a odpočinout si.

„Dušičkové“ dny v nás můžou vyvolávat pocity melancholie a smutku, vnitřní nekonkrétní touhu po světle, teple a lepších časech. Život ovšem probíhá v cyklech, a tak máme dobu nadšeného jara a radostného léta nejen daleko za sebou, ale i kdesi před sebou. Je třeba se dobře připravit, jinak na tato náročná období nebudeme mít dostatek energie.

Tradice předků

A právě k odpočinku nám podzimní mlhavé dny a dlouhé večery dávají spoustu příležitostí. Máme dostatek prostoru se trochu zamyslet, aspoň pro sebe si vyhodnotit uplynulé měsíce, položit si otázku, proč se cítíme, jak se cítíme, a napravit, co bude třeba. Člověk přirozeně ví, co má dělat, co potřebuje a čemu by se měl vyhýbat. Pokud ovšem sebere odvahu a podívá se na věci nezaujatě.

Tohle vše naši předkové dobře věděli a – co je ještě důležitější – podle toho také žili. Na svátek svatého Martina, který slavíme 11. listopadu, se například tradičně hodnotil předchozí hospodářský rok, docházelo k výplatě najímaných pomocníků a případnému uzavírání smluv na nadcházející rok.

Podle typu práce, místa a hospodářské situace se výše zmíněné sice mohlo protáhnout až do začátku nového roku, co ovšem k Martinovi patří neodmyslitelně, jsou typické martinské husy.

Ne, nejedná se jen o nesmyslnou legendu spojovanou se svatořečeným vojákem, jenž se za bouře podělil o svůj plášť s chudákem a následně založil mnoho škol, klášterů a vždy pečoval o potřebné. Martinské hody jsou spíše projevem vnitřního vědění o potřebě dobře se vyživit a zabezpečit na zimu, k čemuž je vhodné například právě maso a dostatek tuku.

Lov zvěře

V listopadu proto také začínají hony a maso se vůbec dostává na stůl častěji než v jinou roční dobu. Naši předkové si zvířata, která jim sloužila k ulehčení práce i jako zdroj potravy, nesmírně vážili, i k jejich zabíjení přistupovali s úctou a vždy také pečlivě spotřebovali vše, co získali. Maso se jedlo a udilo, střeva se používala na šití, kůže na oděvy a brašny, paroží k léčení, jako ozdoba i nástroje, podobně jako kopyta.

Podzimní zabíjení zvěře také mělo svůj důvod v potřebě snížit počet stád na velikost, kterou bude možné přes zimu opatřit a uživit. U nás se o lov starají myslivci se svým patronem svatým Hubertem. Hubert ale nemá na starosti jen střílení, můžeme ho zároveň vnímat jako člověka, který ctí přírodu a umí pracovat s tichem.

Patronem myslivců svatý Hubert je ochráncem myslivců a rybářů.



Hubert slaví svůj svátek 3. listopadu a váže se k němu mnoho místních tradic. Slavnostní průvody, hostiny a zábavy oslavují nejen myslivost jako péči o lesy a zvěř, ale nesou v sobě i silný prvek poděkování a uctění přírodních sil. Ta nejtypičtější a konec konců i nejoceňovanější vysoká – jelen – po celá staletí patřil mezi posvátná zvířata, a

dokonce i křesťanská církev ho přijala jako symbol světla.

V pohanských tradicích se na podzim uctíval rohatý bůh lovu, pozemských sil, lesa a proměn v přírodě a v den jeho svátku se konal rituál požehnání všech loveckých zbraní. Římané zasvětili listopad bohyním lovu Dianě a Artemis. A hádejte proč má 30. listopadu svůj den svatý Ondřej, patron rybářů a obchodníků s rybami? Samozřejmě, výlovy nebo spíš vypusti rybníků jsou v plném proudu.

Výživa před zimou

Ovšem nejen masem a rybami živ je člověk a na podzim nám příroda poskytuje dostatek dalších zdrojů, které jsou důležité pro naši výživu. Krom kořenové zeleniny a plodin tmavých barev máme již k dispozici také usušené luštěniny, kysané zelí, nastrohaný křen.



S delší dobou trávenou doma se přímo nabízí možnost delší přípravy pokrmů, ať již hustých polévek a směsí „co dům dal“, nebo nejrůznějších ragů, gulášů, perkeltů, Eintopfů, nebo jak těmto tradičním zimním pokrmům chceme říkat. Můžeme i déle posedět kolem stolu a naslouchat si navzájem. Večerní prástky bývaly dříve nejen příležitostí k předání moudrosti a tradic, ale posilovaly i vztahy mezi lidmi. Při prástkách se obvykle scházely ženy z vesnice v jedné chalupě, v níž se topilo a svítilo. Aby se při předení nenudily, vyprávěly si příběhy, historky, pohádky a pověsti, dávaly si hádanky, ale taky pomlouvaly sousedy a sousedky nebo zpívaly. Samozřejmě nechybělo ani jídlo a pití, které hostitelka připravila. Protože bylo ve vytopené chalupě útulno, sedávali na prástkách také muži, kteří jedli, pili, hráli kostky nebo karty. Mládež prástky využívala k zábavám, hrám a zejména bližšímu seznamování.

Pálení smutků a návštěvy

Očistná moc ohně se využívala ke spálení všech smutků, bolestí a strastí uplynulého roku, symbolizovaných slaměnou figurínou. Že vám to něco připomíná? Inu, nejen Moreny na jaře je třeba se zbavit, odlehčit si musíme před každým vykročením do nového, jinak bude mít stejnou pachůť jako to staré.

Pokud vás náhodou krom podzimních depresí občas trápí také výčitky svědomí, protože své postarší příbuzné, přes všechna dobrá předsevzetí, většinou navštívíte jen párkrát do roka, hlavně kolem Dušiček a Vánoc, věřte, že nemusí. Listopadové a předvánoční období je tradičně zasvěceno návštěvám stárnoucích příbuzných. A odkládání starých ideálů. Tak si nechte od babičky uvařit hrnek dobrého bylinkového čaje a pusťte se do toho.

Neuropatické bolesti jsou často nesnesitelné. Vyzkoušejte zlaté mléko



Každý, kdo trpí neuropatickými bolestmi, to zná. Pálivá bolest, mravenčení nebo vystřelující bolest. Ve dne – a ještě více v noci. Poškození periferních nervů, které je příčinou neuropatických bolestí, bývá dlouhodobé a každý postižený jedinec se obvykle stébla chytá. Ať už je to diabetik, oběť úrazu, nebo pacient, který prodělal operaci páteře. Kromě léčiv předepisovaných lékaři však existují i přírodní prostředky a některé z nich mohou skutečně alespoň částečně ulevit od bolesti. Jedním z nich je kurkumové neboli zlaté mléko.

Neuropatické bolesti se jen těžko léčí a postižení jedinci trpí nejen bolestmi, ale v důsledku toho i dlouhodobým nevyspáním, které vede ke stresu a může končit až depresemi. Proč tedy nevyzkoušet přírodní recept, který nestojí tolik a může přinést alespoň nějakou úlevu? Navíc si můžete kurkumové mléko jednoduše připravit sami doma.

Svaté koření

Kurkuma (*Curcuma longa*) je příbuzná zázvoru a je známá také pod názvem indický šafrán. V Indii byla totiž již před pěti tisíci lety uctívána jako svaté koření a používala se při různých náboženských obřadech. V indické medicíně má své nezastupitelné místo a je považována za klíčovou léčivou rostlinu. Antioxidační, protizánětlivé a antimikrobiální vlastnosti ji předurčují k léčbě

celé řady onemocnění. Její hlavní aktivní složkou je kurkumin, žlutý pigment, který jí dodává charakteristickou zlatou barvu.

Kurkuma neuropatii nevyléčí. Ale může přinést úlevu, a to za vyzkoušení stojí. Výsledky studie z roku 2016 ukazují na pozitivní vliv kurkuminu ve smyslu tlumení neuropatické bolesti. Jeho účinkem se zabývala i studie z roku 2013. Vědci došli k závěru, že léčba kurkuminem v časných stádiích periferní neuropatie může zabránit rozvoji chronické neuropatické bolesti. Podle studie z roku 2021 má kurkumin i významný antidiabetický účinek, což je dobrá zpráva pro jedince s cukrovkou.

Přečtěte si, které suroviny se podílí na „superschopnostech“ tohoto nápoje, jaké příznivé účinky má pro lidské tělo, jak často ho pít a vyzkoušejte námi ověřený recept. Příprava vám zabere jen pár minut a vaše tělo vám za tento elixír zdraví náležitě poděkuje.

Kurkuma se špatně vstřebává. Pomůže pepř

Kurkuma obsahuje asi 3 % kurkuminu, jenže tělo má problém ho vstřebat a využít v dostatečném množství. Absorpci kurkuminu lze podpořit bílým nebo černým pepřem. Piperin, který je v pepři obsažený, zvyšuje vstřebávání až o 2000 %.

Zlaté mléko neboli kurkuma latte působí blahodárně na trávicí systém, využívá se při nachlazení a astmatu a díky skvělému složení se mu přisuzují antioxidační účinky. Tento nápoj se pije především v Indii, ale díky svému **unikátnímu složení** získává na popularitě i v dalších zemích. Skořice, kurkuma, černý či kajenský pepř, zázvor... to všechno jsou **skryté poklady, které najdete doma ve spíži.**

Čím jsou jednotlivé suroviny prospěšné a proč byste měli zařadit zlaté mléko do svého pitného režimu?

- **Skořice** je antioxidant, pomáhá regulovat hladinu cukru v krvi, posiluje imunitu, působí protizánětlivě i jako prevence neurodegenerativních onemocnění. Dále bojuje s nachlazením, únavou i narušeným zažíváním.
- **Kurkuma** obsahuje kurkumin, což je silný antioxidant. Působí protizánětlivě, protirakovinně, zlepšuje trávení, posiluje imunitní systém a reguluje hladinu cholesterolu.
- **Kajenský pepř** působí proti chřipce a nachlazení, má protizánětlivé účinky, zlepšuje trávení, snižuje srážlivost krve, normalizuje krevní tlak a pomáhá při hubnutí.
- **Černý pepř** zlepšuje trávení, rozšiřuje cévy, a tak podporuje krevní oběh. Do jisté míry také pomáhá v boji s nadváhou.

- ## Recept na kurkumové neboli zlaté mléko

- 1 hrnek mléka (kravské, kozí, rostlinné aj.)
- 1 lžičku mleté kurkumy (použít můžete také nastrouhanou čerstvou kurkumu)
- ½ lžičky skořice
- ½ lžičky zázvoru
- špetku kajenského nebo černého pepře
- ½ lžičky ghí (v případě veganské varianty použijte kokosový olej)
- 1 lžička medu

Postup přípravy:

Tip: Dejte si pozor, abyste zlaté mléko nevylili na sebe nebo na koberec. Díky kurkumě je totiž sytě žluté a stejnou barvu by pak získalo i vaše tričko.

Proč tolik přísad?

11

Užívání zlatého mléka

Kurkuma a hubnutí

Popíjení zlatého mléka vám může **pomoci v boji s nadváhou**. Kurkuma totiž zmírňuje pocit hladu, pomáhá spalovat tuky, má silné detoxikační účinky a navíc obsahuje látky, které přispívají k pomalejšímu růstu tukových buněk. Je tedy jasné, že kurkuma nesmí v redukčním jídelníčku chybět.

Čerstvá kurkuma je kořen a vypadá jako malinký zázvor s oranžovou dužinou. Při její úpravě raději použijte rukavice a staré kuchyňské prkénko – dřeň totiž silně barví. Čerstvou kurkumu koupíte ve specializovaných obchodech i velkých supermarketech.



Jak často a kdy pít zlaté mléko?

Jelikož se jedná o **teplý nápoj**, nejlepším obdobím pro popíjení kurkumového latte je **podzim a zima**. Tato část roku navíc dává zabrat naší imunitě, a tak se nijak neomezujte a dopřejte si nápoj klidně každý den. **Pít ho můžete ráno i večer** – ráno pro nastartování metabolismu, večer pro zklidnění mysli a snadnější usínání. Záleží jen na vás.

Dobré vědět: Jak se říká – dobrého pomálu. Ačkoliv jsou všechny ingredience pro tělo prospěšné, všeho moc škodí. Dlouhodobé užívání kurkumy může vést k poruchám trávení, nevolnosti i k průjmům. Stejně tak se zázvorem se musí opatrně, jelikož přemíra konzumace způsobuje plynatost či pálení žáhy.

A pokud trpíte nějakým chronickým onemocněním, určitě konzultujte užívání kurkumy se svým lékařem.

Zajímavost: Zatímco černý pepř je pro nás běžně používaným kořením, kterým ochucujeme maso, saláty, polévky či omáčky, kajenský pepř je ve skutečnosti mletá chilli paprička.

Počítejte tedy s tím, že při použití kajenského pepře bude chuť tzv. golden milk intenzivnější a mírně štiplavá.

Vřes obecný



Během srpna začíná kvést krásná bylina – vřes obecný. Je to krásný keřík, který se nachází ve světlých lesích. Úžasná houževnatá divoká bylina, která svou houževnatost přenáší i na člověka, který ji pravidelně popíjí. Jednodušší je však mít vřes přímo na zahradě. Nejen, že vypadá krásně, ale má skvělé léčivé účinky.

V první řadě chci upozornit na to, že pro léčení se používá původní druh vřesu, ne zahradní kultivary. Také je mu velice podobný vřesovec, který kvete na jaře. Léčivé účinky mají podobné, avšak vřesovec se u nás vyskytuje velmi vzácně – vřesovec pletový a vřesovec čtyřřadý. Proto o jeho hromadném sběru nemůže být řeč, většinou roste i na chráněných místech. Sám o sobě je vřesovec u nás zákonem chráněná rostlina.

Vřes - Co se sbírá?

Sbírá se nať s květem nebo jen květy. Květy se sbírají tak, že se rukou jen sdrhnou z keře, zůstane nám v dlani i pár lístků, ale to nevadí. Suší se a narozdíl od jiných bylinek vydrží i více let, neztrácí účinek. Většina sušených bylin se doporučuje vypotřebovat do jednoho roku, pak už nemají tolik účinků, ale o sušeném vřesu to neplatí.

Účinky vřesu

Jaké má vřes účinky – sepišu je v bodech:

- při problémech s močovým ústrojím – při zánětech ledvin, ledvinových pánviček, má dezinfekční účinek a je močopudný
- močové kameny – rozpouští močové kaménky, je označován dokonce jako „drtič“ močových kamenů
- trávicí ústrojí – reguluje trávení a působí protiprůjmově
- dna (podagra) – působí výborně proti dně, protože odplavuje z těla soli kyseliny močové, která dnu způsobuje
- gynekologické problémy – působí také protizánětlivě v pochvě – podává se čajová směs s kontryhelem a měsíčkem.

Vřes obecný

Vřes potřebuje kyselejší půdu, může být i sušší, ale pozor, vyžaduje polostín, určitě ne přímé slunce. Pro kompaktní vzrůst jej nejpozději brzy na jaře částečně seřezáváme. Můžeme vlastně i v pozdním létě nebo na podzim, když sbíráme nať pro léčivé účely.

Pokud byste si chtěli pěstovat vřesovec, ten má narozdíl od vřesu rád slunná stanoviště, mívá větší vzrůst a je i dekorativnější, protože má i větší květy. Pokud chceme docílit kompaktnějšího vzrůstu, tak jej seřezáváme v době květu (pro léčivé účely) nebo po odkvětu na jaře. Nikdy ne na podzim, protože v tu dobu už má nasazená květní poupata na další jaro.

Jak vřes využívat pro léčebné účely

Vřes se může dlouhodobě užívat v podobě čaje i samostatně, ne déle než 3 měsíce, pak je doporučována zase 3 měsíční pauza. Většinou se však užívá ve směsích.

Při urologických potížích – zánětech močových cest popijíme čaj – směs květu nebo nati vřesu, nati celíku zlatobýlu, lichořeřišnicového semínka a nati tymiánu.

Při zánětech pochvy popijíme čaj ze směsi květu nebo nati vřesu, nati kontryhele, květu hluchavky a květu měsíčku. Ideálně ještě konzumujeme syrovou lichořeřišnici.

Zdroj: <https://bylinkovyraj.net>

Ze vzpomínek pana Maška na starou Třebíč

Začátkem července 1960 mě a několik mých spolužáků čekaly zkoušky na řidičský průkaz. Musím podotknout, že autoškola se dělala při škole a na motorku a auto to bylo za 500 Kčs. Vyučujícími byli učitelé ze školy, tak na příklad auto jezdil p. Caha, ve vysloužilém tzv bojáku Tudoru, ve kterém, když za



jízdy přšlo tak řidiči přesně kapalo na koleno. Sám jsem měl tu zkušenost. Motorku učil na starém péráku ing Vejmelka, který, když se mnou odjel hodinu venku a hodinu po městě, prohlásil – ty žádnou autoškolu nepotřebuješ. Co předcházelo mé zkoušce o ŘP a co bylo potom, stojí za zmínku, protože jsem se vše dozvěděl až po několika letech.

Tehdy se zkoušky dělaly formou pohovoru s komisařem. Jeden z komisařů dojížděl autobusem z Mor. Budějovic a řidič autobusu docházel do dílny k nám. Prý se mezi nimi před našimi zkouškami odvíjel následující rozhovor: jestli ten náš mladý ten řidičák neudělá, tak se připrav, že do Třebíče chodíš pěšky. Zdali to tak bylo, opravdu nemohu potvrdit. Zkoušku jsem nakonec poměrně dobře zvládl, jen jsem byl před jízdou p Cahou upozorněn, že povezu komisaře, což znamenalo žádné blbiny, žádné smyky jako když jsme jezdili spolu. Opravdová zkouška mne čekala během následujících pár dní. Dokončili jsme opravu auta Tatra 57A a zbývala jen zkouška jízdou. Podotýkám, že uvedený typ auta měl pravostranné řízení a řadilo se levou rukou. Když jsem se chystal jako obvykle zaujmout místo na sedadle vedle řidiče, byl jsem upozorněn, že od teď sedám za volant. Jak jsem vypadal já po této zkušební jízdě – s mým potem se dalo zalévat. Další zkouška mne čekala za pár dní když jsem dodělal Tatra 11 a rychle jsem se šiboval na místo spolujezdce, byl jsem upozorněn, kde je moje místo. V tomto případě již šlo do tuhého, neboť kdo někdy řídil uvedený typ Tatry s převodovkou, kterou měla i taxi auta, potvrdí, že to byla zkouška ohněm. Když jsme objeli náš zkušební okruh, zaslal jsem tázavý pohled na mistra a jen jsem uslyšel – no mohlo to být lepší. Víte, jaké to bylo vyznamenání od člověka, který byl

svého času uznávaným soudním znalcem, což mi dokázal při našem rozboru havárie motorky na vladislavské silnici. Když motorkáři u vladislavské cihelny ve slušné rychlosti praskla zadní pneumatika, šlápl na brzdu a to se také objevilo stopami na asfaltu. K tomu havárie s ukradeným osobákem, a poté jsme měli dělat zkoušky na ŘP. Žádné siláctví, klepali jsme se strachy, jak se říká, jako ratlíci. Nu ale vše dobře dopadlo.

Jistě se mnozí diví, kdože to byl pan mistr o kterém se tak často zmiňuji. Tak tedy jedná se pana Arnošta Boháčka, který měl dílnu ve dvorním traktu obchodu Bauer, kde v malém, spolu s bratrem, pracovali. Je až s podivem, kolik v této relativně malé dílně vchovali řemeslníků na vysoké úrovni. Přiznám se, že já sám jsem dlouho jejich pravá příjmení neznal. Posledními byli p. Obršlík a p. Benek, oba z Třebíče. Pan Boháček mne naučil, co mohl ze své odbornosti, ale též životním postojům, zkrátka choval se ke mně jako můj druhý otec. Malá perlička z vojny. Koncem prvního roku jsem se procházel po kasárnách, když na mne zahromoval voják, že se mám okamžitě dostavit do autoparku. Při příchodu jsem uviděl málem celou plukovní suitu stojící u GAZu a dozvěděl jsem se, že dynamo, které bylo na opravě, po zamontování nejde. V duchu jsem požádal pana mistra o radu. Věřte nebo nevěřte, já jsem si vzpomněl, co mi o dynamech neustále vtloukal do hlavy. Udělal jsem to a v tu chvíli zařval řidič, už to jde! To bylo slávy, která pro mne znamenala zlatý zbytek vojenského života. Musím však říct, že ještě jedna věc mne vynesla hodně na vrch. Zavolał si mne plukovní elektrikář a hned mezi dveřmi na mne vybařnul, zdali vím, co jsou to konzervátory do aut. Poctivě jsem přiznal, že vůbec netuším, o co jde a to mě zřejmě otevřelo cestu k jeho nápadu, protože poté jsme zasedli a on mně vysvětlil celou svoji představu. Podrobnostmi se nebudu zabývat, dostal jsem k dispozici jednoho vojáka a musím poctivě přiznat, že jsme několik týdnů pracovali nepřetržitě. Výsledek se dostavil zkrátka, to když přijela kontrola na toto zařízení. Několik z nich nešlo, na což jsem byl kontrolním orgánem upozorněn. Jednoduše a tím i bleskově, jsme zařízení zprovoznil. Horší to bylo u vedle stojících vozidel pluku, kde jich bylo v provozu pouze několik, navíc nemohli řidiče najít.

Výsledkem byl opuštěák, který jsme potom ještě několikrát doslova zneužili. Musím podotknout, že se jednalo o rok 1962 a o téměř pohraniční útvar.

K historii se musím vrátit ještě alespoň malou notickou. V Třebíči hlavně ve vnitřním městě bylo několik velmi slavných cukráren např. Culkova,

Valentova, Vetýškova, ale kdo v Třebíči vyráběl a prodával turameda? Byl to pan Mijovič, chlap jako hora, když suverénně odkrajoval čistého turameda. Ještě musím poznamenat, že velká většina cukrářů, ať již malých nebo velkých, se živila hlavně prodejem svých výrobků o poutích, kde měli velmi zajímavé stánky.

Nedá mi to, abych se pár větami nezmínil o snad nejpopulárnějším podniku v Třebíči a tou byla sodovkárna ZON, která produkovala jednak sodovou vodu a potom též velmi populární zonku. Zpočátku byla zonka pouze červená a to malinová, až po válce se produkovala též zelená -jablečná. Zonky dům byl v jedné frontě s Šilhanovým domem a domem bratří Šlachťů s populární hospodou. Zvenku moc vesele nepůsobil dům svou velmi tmavou barvou, obloukovitými vraty a vedle jednokřídlé vchodové dveře. Uvnitř pokud si pamatuji, byly tři studny, ze kterých se čerpala voda a vozila se v tzv. dřevěných lejtách do podniku. Pamětníci tvrdili, že nejlepší Zonka byla z těchto studní. A nyní dotaz pro pamětníky.. Odkud tekla voda do těchto studní? Stejně tak se mohu pamětníků zeptat, kde byla Valentova cukrárna. Nejčastěji jsme s kluky chodili do Soukupovy uličky, kam vedla okna ze Špeldovy výroby. Vůně vanilky, rumu a všeho dalšího byla strašně lákavá. Jenže chybělo to nejdůležitější a to byly peníze. V Třebíči byl také pivovar, ze kterého vycházelo velmi dobré pivo. Zdalipak si dnes někdo vzpomene, kde byla varna piva a kde stáčírna, nejprve do sudů a později i do lahví. Tak by se dalo pokračovat o dalších věcech, např. čerpacích stanic asi pět. Nu ale v Třebíči byla dvě auta značky Vikov. Jedním jezdil MUDr. Novák a druhým jezdil majitel Černíkovy lékárny. Uvědomme si, že píšeme jednak o době těsně po válce a z doslechu i době dřívější. Nedílnou součástí města byla i městská váha. Kdo si dnes vzpomene ze starších trebičáků, kde asi stávala. Tak tedy stávala na Masarykově náměstí na severní straně, tam kde zůstal po plošině vydlážděný zářez a hned na chodníku stála budka se strojním zařízením. Obsluha váhy, pan Simonides (nevím přesně, nekamenujte mne) měl malou budku na druhé straně ulice, Na Jordáně, na začátku parku. Musíme si uvědomit, že píšeme o době těsně po válce, kdy se o vagon uhlí dělilo, a tudíž bylo nutné, každé auto zvážít. Tak to bylo opět něco z mých vzpomínek na mé i vaše mládí.

Pan Mašek, velký znalec staré Třebíče nás dne 22.10. bohužel opustil.

Bleší trh.



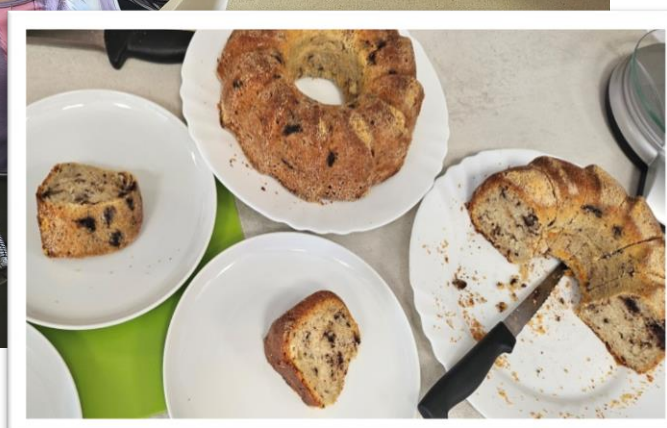
Bleší trh aneb pro někoho odpad, pro jiného poklad.



Pečeme prezidentskou bábovku.



Co si upečeme, to si sníme.



Kavárnička s harmonikářem panem Lněničkou.



Oslava narozenin obyvatel narozených v říjnu.





Na kavárničce.



Trénování paměti, společenská hra Bingo

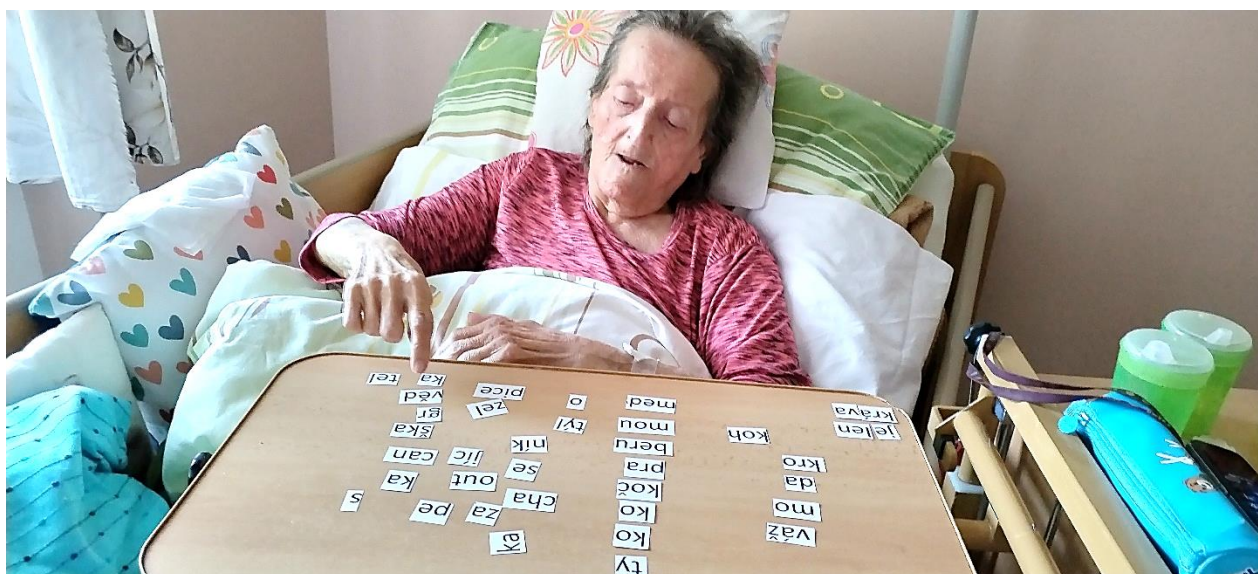


Dopoledne s panem Matějů.



Ruční práce v hobby.



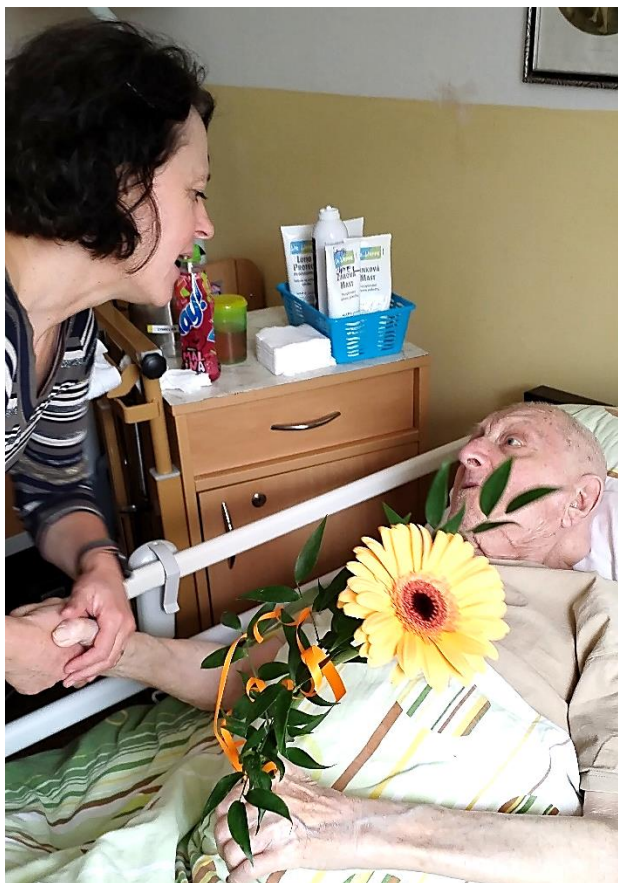


Naše činnosti



Návštěva paní Jelečkové na DpS Koutkova





Narozeniny



Máme podzim..



Tvořivá dílna



Setkání s dobrovolníky

Bleší trh



Kavárnička





Přihlásili jsme se společně na adventní výstavu v centru Moravia

Kdo vymyslel ...

Jaké bude počasí?

Zapomenuté pranostiky na listopad vám to prozradí

Lidové noviny - 1927, autor Jan V. Krecar.

Těšíte se na bílou zimu? Myslíte, že letos „přijede svatý Martin na bílém koni“? Meteorologové vám sice na letošní zimu mohou na základě složité vědy a satelitních snímků nabídnout nejrůznější předpovědi počasí, ale ani přesto bychom neměli zapomínat na staré pranostiky a lidovou moudrost. Článek z roku 1927 vám nabízí zajímavý souhrn listopadových pranostik, které vám mohou pomoci odhadnout letošní zimu.

V měsíci listopadu.

Listopad je měsícem podzimním, ale jeho počasí kloní se již k zimnímu. Listí, jež dosud neopadalo — u nás opadává listí z valné části již v říjnu — opadává úplně. Cisiojanus v 15. století zaznamenal: Listopad stromy lúpí a časně porubané lesy kúpí.



Když zůstane lupení dlouho na stromech, čeká se dlouhá a tuhá zima podle pranostiky: Když dlouho listí nepadne, tuhá se zima přikradne. Zejména, nepadá-li o sv. Martině listí se stromů a vinného keře, bude zima krutá. A »Kvetou-li v listopadu znova stromy, bude zima trvati až do května«.

Rovněž sníh, nepadal-li již dříve, přijde v listopadu jistě. V listopadu musí se chumeliti nevyhnutelně. V Čechách očekávali sníh na Vše svaté: Nepřijde-li sníh na Všechny svaté v noci, přijde na Martina se vši mocí. Odtud se říká, že sv. Martin přijíždí na brúně (to je bílém koni).

Kdo vymyslel ...

Den svatého Martina byl našim předkům dnem velmi významným — počínal jim zimu; podle počasí toho dne určovali si, jaká bude zima: Je-li zamračeno na sv. Martina, bude zima levná, je-li však jasno, bude zima tuhá.

Jinde říkali: Půjde-li hus přes led o Martině, bude se po něm ještě dlouho koupati. Nebo: Chodí-li husa o Martině po ledě, bude choditi o vánocích po blátě.

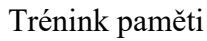
Jiné pranostiky vysvětlují: Když záhy začne mrznouti, bude zima mírná. S tím také souhlasí pranostika: Mrazy, které v prosinci brzy ochabnou, znamenají mírnou zimu. Naproti tomu se říkalo: Není-li zima zprvu, dlouho budem' u krbu.

Říká se, že »po sv. Martině zima nežertuje« (to je přichází vítr a mráz). Radilo, se proto: Na sv. Martina, drž se, synku, komína; odtud přísloví: Na sv. Mariína, kouřívá se z komína. Jiné pranostiky soudí: Jaký 21. listopad, taková zima. Kliment (23. listopadu) zimu oblibuje.

Na sv. Kateřinu, schováme se pod peřinu. Od sv. Kateřiny do sv. Ondřeje (30. listopadu), sotva že se pod peřinou ohřeje. Nastane-li na sv. Kateřinu mráz, bude zima vlhká a blátivá. Jinak prý »jaké počasí je na sv. Kateřinu, takové je v příštím lednu.«

Také v listopadu usuzovali, jaký bude příští rok. Podle domnění hospodářů začíná se tři dni před sv. Martinem »vlčí měsíc« a trvá do 7. prosince. Když za ten čas sníh s blátem napadne (vodnatý), škodí osení; padne-li na suchotu, předpovídá dobrý a úrodný rok. Hřímá-li v listopadu, bude úrodný rok. Čím dříve listí opadá, tím úrodnější rok. Padá-li na sv. Martina sníh, bude vysoké obilí, ale vinaři netěš se tomu, poněvadž mají malou naději, že víno se zvede.

Sněží-li na sv. Ondřeje, neuvede se žito podle pranostiky: Sníh na sv. Ondřeje vzešlému žitu mnoho nepřeje. Na Slovensku říkají: Ondrejský sňah zjieda režný chlieb. A na Valašsku: Jsou-li na sv. Ondřeje kapky na stromech, bude mnoho ovoce. Nesmí se však v adventě tančit, jinak by trnky opadaly se stromů zelené.



Doplňte spojení (jídlo/pití). Vymyslete další podobná spojení.

- 30

19 T		8 T		1 P		15 U
	11 J		33 I		2 R	
5 E			16 C			
		20 L				30 E
13 S			24 K		29 T	
	9 V	28 S			3 A	21 I
10 I		31 S		18 S		
				14 O		22 D
7 S		27 O	12 E		6 L	
	4 T					26 H
	23 S		32 T			25 E
				17 A		

Zlá babiččina koza četla moje myšlenky

Mezi zvířaty na dvorku mé babičky vládly vždycky zajímavé vztahy. Pes Rafík se kamarádil s vepříkem, jeden bez druhého neudělal krok, a všude s nimi chodila kočka. Zato pes Punťa vepřika nemohl vystát.

Jednou zaryl svůj hladový rypáček Punťovi do misky se žrádlem, a Punťa ho za to kousl do ucha.

Tehdy jsme zažili na našem dvorku nezapomenutelné rodeo – Punťa běhal po dvoře a za ním se valil obrovskou rychlostí rozzuřený čuník, kterému crčela z nakousnutého ucha krev.

Kolem pobíhaly zmatené slepice a kdákaly jako o život. K nim se přidali krocani, husy, kachny a my, já a můj malý bráška, ječeli jsme, jako by nás vraždili.

Ovšem tím největším démonem babiččina malého hospodářství byla koza Matylida. Z dětství se mi zapsala do paměti jako nesmírně mazané a podlé stvoření. Jakmile jsem vkročila na dvorek, koza odněkud vyrazila a sejmula mě svými rohy.

Nenáviděla mě, přitom jsem jí k tomu nikdy nedala ten nejmenší důvod, zvířata jsem měla ráda. Ale z ní jsem měla tak velký strach, že jsem se neodvážila vyjít bez dospělého průvodce z domu.

Stála jsem ve dveřích a křičela, jestli mě někdo doprovodí, protože Matylida na mě odněkud číhala. Za účelem srazit mě k zemi si nacházela velmi rafinované úkryty.

Musela na mě být telepaticky napojená, protože věděla vždycky přesně, kde jsem a kdy z domu vyjdu.

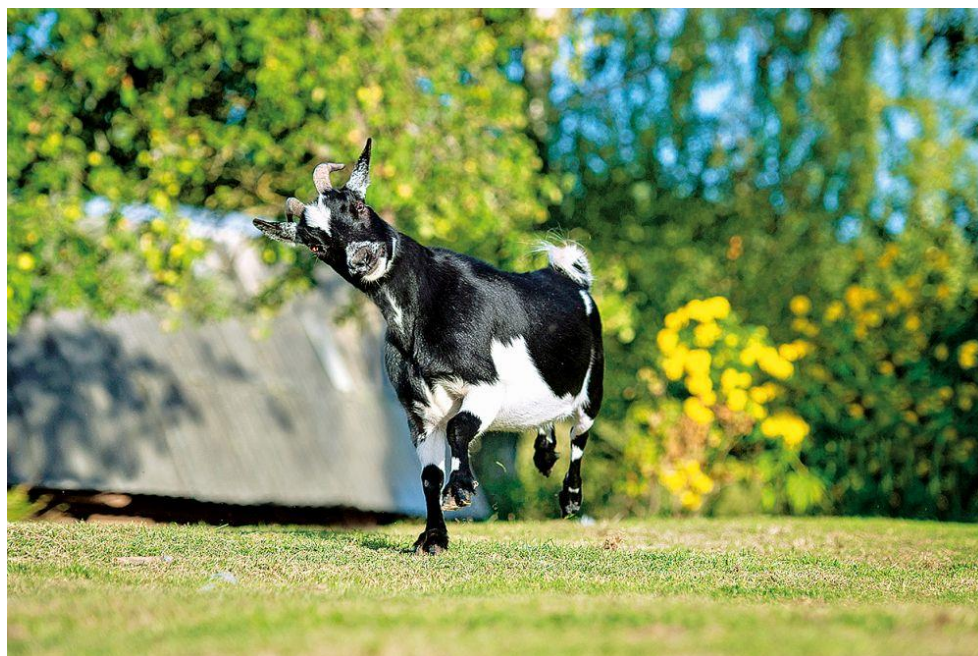
Jednou nás ze školy pustila učitelka dříve. K brance babiččina domu jsem dorazila úspěšně. Jenže co dál? Nikdo na dvoře nebyl. Postávala jsem u branky a marně volala.

Nikdo nepřicházel, a tak jsem se rozhodla vejít, opatrně jsem se rozhlédla. Koza nikde nebyla. Možná je zavřená v chlívků, napadlo mě. Opatrně jsem branku otevřela, aby ani nevrzla, a zkusila potichu přeběhnout dvorek.

Jen co jsem ale branku za sebou zavřela, vyrazila koza zpoza bezu – celou dobu tam číhala ukrytá a pozorovala mě. Prostě věděla, že domů přijdu dřív! V plném rozběhu mě srazila na zem i s aktovkou na zádech, a skákala po mně. Než ke mně přiběhli, byla jsem samá modřina.

Dědeček se tak strašně rozzlobil, že Matyldě nařezal. Od té doby mě všichni hlídali, aby mě koza nemohla šikanovat. Přesto se jí podařilo pomstít.

V nestřeženém okamžiku proběhla ze dvorku na zahradu k rozvěšenému prádlu, a sežrala ze šňůry mou sukýnku a dědovy trenky. To byl její konec!



Tříbarevný kocour nás usmířil

Odbíjela šestá hodina ranní, udělala jsem si kávu a zasněně se usadila na židli. Mou pozornost náhle upoutal stín, který se mihl přes okno. Lekla jsem se. Co to bylo?

Asi se mi to zdálo, usoudila jsem. Vtom jsem ale slyšela skřípot na okenním skle. Rozbušilo se mi srdce, nedůvěřivě jsem odhrnula závěs. Jak se mi ulevilo!

Byl to tříbarevný kocourek. Otevřela jsem okno a pustila chlupatého návštěvníka domů. Kocour byl přítulný, hned jsem si ho zamilovala. Vyběhla jsem z domku koupit pro něj nějaké mlsání. Venku mi však mé jásání překazil plakát. Visel všude.

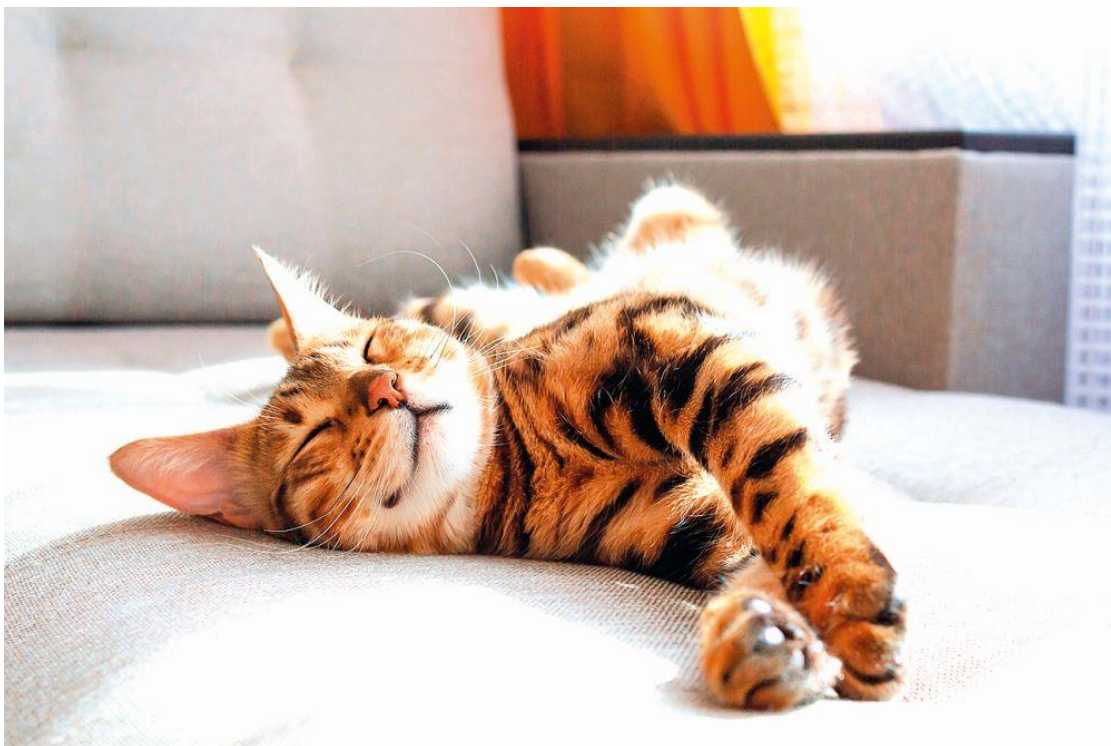
Byla na něm velká fotka mého nového mazlíčka. Kocourek se ztratil a jeho majitel ho hledal. Nechtěla jsem se ho vzdát, ale bylo mi líto jeho páníčka. Chápala jsem, že mu chybí. Zapsala jsem si adresu a vrátila se domů.

Kocour čekal u dveří, jakmile jsem otevřela, vyrazil do ulice. Běžela jsem za ním. Zastavil se na křižovatce a čekal na mě. Vedl mě, jako by cestu znal. Zastavil se před panelákem s adresou, kterou jsem svírala v ruce.

Zazvonila jsem na zvonek. Ozval se ženský hlas. Nabyl radostného tónu, když se dozvěděl, že mám kocoura z plakátu. Vzala jsem ho do náruče, výtahem vyjela do patra a v tom se přede mnou otevřely dveře.

Jaké bylo moje překvapení, když mi otevřela známá tvář. Udiveně jsem vydechla. Byla to má sestra, s níž jsem se před třiceti lety nesmyslně pohádala. Netušila jsem, že opět bydlí v našem městě.

Nemluvily jsme spolu, neměla jsem na ni kontakt. Tolik jsem toužila se s ní zase potkat a říct jí, že čas všechny křivdy smazal. Padly jsme si do náruče. A kocour? O jeho kočičí lásku jsme se pak už dělily spolu. Navždy jsme mu vděčné.



Prstýnek s kamínkem mi přinesl štěstí

Měla jsem poměrně náročné dětství, rodiče se rozvedli, když jsem byla malá a maminka musela hodně pracovat, aby mě a sestru udržela na studiích. Přála si, abychom obě vystudovaly vysokou školu.

Sestra ale po maturitě otěhotněla a vdala se, maminčino přání tudíž zůstalo na mně. Když jsem přišla do Prahy, pochopila jsem, že z toho malého kapesného, které mi maminka dala, vyžít nedokážu, a tak jsem se zavalila brigádami.

Často jsem pracovala i po nocích a pak usínala na přednáškách. Na výsledcích ve škole se to naštěstí neodrazilo, na mém zdraví ale ano. Nejruznější infekce a virózy mě začínaly trápit čím dál častěji.

Jednou jsem jela brzy ráno autobusem z noční směny v jedné fabrice. Nemělo cenu jít spát, brzy mi začínala přednáška ve škole. Měla jsem necelou hodinku času na to si sednout v parku, poslouchat ptáky a pozorovat, jak se Praha probouzí do nového dne.

Jak jsem tam tak seděla a rozjíkala, najednou mi padlo oko na malý předmět na pěšině. V ranním slunci se krásně třpytil. Nedalo mě, abych se nepodívala zblízka. Byl to prstýnek.

Zkoušky jsem zvládla všechny na výbornou a dostala se tak mezi šťastlivce, kteří dostali následující rok prospěchové stipendium. Moje zdraví se výrazně zlepšilo, a navíc jsme v sobě našli zalíbení s jedním spolužákem.

Ukázal se jako ten pravý, po studiích jsme se vzali. Když mi tenkrát z první výplaty koupil zásnubní prsten, ten nalezený jsem pečlivě uložila. Dlouho jsem ho střežila jako relikvii, až jsem jednoho dne, to už jsem měla dvě malé děti, zjistila, že zmizel.

Nikdo ho vzít nemohl, jen já jsem věděla, kde je schovaný. Najednou ale prostě nebyl. Možná ho osud daroval jiné dobré duši, která potřebovala štěstí...



~~~~~

## NAROZENINY

Všechno nejlepší k narozeninám!  
Toto přání si spolu s vámi vyslechne...

|                                                                                     |                            |                                                     |                   |                                            |                                                                  |                                            |                                                 |                                                |                                                                                     |                       |                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------|
|                                                                                     |                            |                                                     |                   |                                            | POMŮCKA:<br>ACA, AMT,<br>BLED, BON,<br>LT, MALA,<br>MDV, MOE, TO | TVÁŘ<br>ANATOM.                            | JEDEN<br>PLUS<br>JEDEN                          | PŘEDLOŽKA                                      |  | VZNÍČENÍ              | ZNAČKA<br>MONITORŮ            |
|                                                                                     |                            |                                                     |                   |                                            | SPZ<br>MALEDIV                                                   |                                            |                                                 |                                                | VYSOKÉ<br>NAPĚTÍ<br>ZKR.<br>VRANÍK                                                  |                       |                               |
|                                                                                     |                            |                                                     |                   |                                            | ODPOR                                                            |                                            |                                                 |                                                |                                                                                     |                       |                               |
|    | POLSKÉ<br>MĚSTO            | BOD<br>V DŽUDU                                      | 1. DÍL<br>TAJENKY | ASISTENČNÍ<br>SLUŽBA                       | SOLMIZAČNÍ<br>SLABIKA<br>ŘÍMSKÝCH<br>6                           |                                            |                                                 | SOUHLAS<br>ZMĚNA OH-<br>NIS. VZDÁ-<br>LENOSTI  |                                                                                     |                       |                               |
| PŘÍTOK<br>SVRATKY                                                                   |                            |                                                     |                   |                                            |                                                                  |                                            | PŘEDNES<br>PÍSNÍ<br>ČISTIDLO<br>SKLA            |                                                |                                                                                     |                       |                               |
| UPRAVIT<br>OPEČENÍM                                                                 |                            |                                                     |                   |                                            |                                                                  | INVESTIČNÍ<br>ODBOR<br>SLOVINSKÉ<br>JEZERO |                                                 | ROMÁN STEP-<br>HENA KINGA<br>2. DÍL<br>TAJENKY |                                                                                     |                       |                               |
| VE SVÉM<br>BYTĚ                                                                     |                            |                                                     |                   |                                            | ČES. DIRIG.<br>GUSTAV ???<br>MÍT<br>SCHOPNOSTI                   |                                            |                                                 |                                                |                                                                                     | MÍSTO NA<br>TRÉNÍ LNU | OBYVATEL<br>EVROP.<br>OSTROVA |
| SKLIZEŇ<br>OBIÍ                                                                     |                            |                                                     |                   | LOMEM<br>ODDĚLITI<br>VLASTNÍ<br>PRVNÍ ŽENĚ |                                                                  |                                            |                                                 |                                                |                                                                                     |                       |                               |
|  | PATŘÍCI<br>MNĚ<br>ŽEN. ROD | PÁSEK<br>DVAKRÁT<br>SNÍŽENÝ<br>TÓN E                |                   |                                            |                                                                  |                                            |                                                 | ČESKÝ<br>HEREC<br>JIRÍ ???<br>MOKRO            |                                                                                     |                       |                               |
| VELKÁ LESNÍ<br>ŠELMA                                                                |                            |                                                     |                   |                                            |                                                                  |                                            | INFEKČNÍ<br>ZÁRODEK<br>DOBŘÝ<br>FRANC.          |                                                |                                                                                     |                       | DAILY<br>TELEGRAPH<br>ZKR.    |
| OSVÍCENÍ                                                                            |                            |                                                     |                   |                                            |                                                                  | SVĚTLO-<br>VLASÝ<br>DANÝ FAKT              |                                                 |                                                |                                                                                     |                       |                               |
| JMÉNO JAN<br>FRANC.                                                                 |                            |                                                     |                   |                                            | DOHONIT<br>NA JINÉ<br>MÍSTO                                      |                                            |                                                 |                                                |                                                                                     |                       |                               |
| KLÁVESY<br>NA POČÍTAČI                                                              |                            |                                                     |                   | ČESKÁ<br>ZPĚVAČKA<br>HEIDI ???<br>PROVAZY  |                                                                  |                                            |                                                 |                                                |                                                                                     | ŘEHOLNÍK              | MOTOROVÁ<br>VOZIDLA           |
|  | JAPONSKÉ<br>JMÉNO          | PATŘÍCI ELE<br>ELEKT. PO-<br>ŽÁRNÍ SIG-<br>NALIZACE |                   |                                            |                                                                  |                                            | ZN. MLČ.<br>VÝROBKŮ<br>MÍSTNÍ ČAS<br>ANGL. ZKR. |                                                |                                                                                     |                       |                               |
| ROZPOU-<br>ŠTĚDLO                                                                   |                            |                                                     |                   |                                            |                                                                  |                                            |                                                 | NUŽE<br>UMĚLECKÉ<br>MUZEUM<br>ZKR.             |                                                                                     |                       |                               |
| INICIÁLY<br>HERCE<br>PAVELKY                                                        |                            |                                                     | NACHLADIT         |                                            |                                                                  |                                            |                                                 |                                                |                                                                                     |                       |                               |
| INICIÁLY<br>SKLADATE-<br>LE SUCHONĚ                                                 |                            |                                                     | ÚŘAD<br>ZASTAR.   |                                            |                                                                  |                                            | ČÁST<br>NERVOVÉ<br>SOUSTAVY                     |                                                |                                                                                     |                       |                               |

[illegible]

Pán se zamyslí a povídá: „Prosil bych nové lyže.“

„To je pravda,“ zardí se pán. „Lyže pro všechny!“

Přišel domů a pověděl o tom všem ženě a že druhý den se to má vše splnit.

„Ferdinande, vstávej, jedeme do Sarajeva.“

Myslíte si, že jste chytřejší než předchozí generace?

Ta současná varuje majitele vozu, aby nevypil obsah autobaterie...

*Jdeme s přáteli ven.*

*Neéé, ženy zůstávají doma...*

Problém nastává, když zařadíte dvojku.

## Tak z čeho se potom vyrábí dětský olej...?

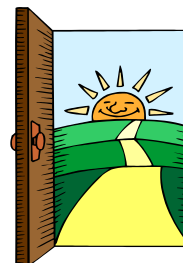
37

paní Kopečná Eva  
paní Švecová Jitka, Mgr.  
paní Vystrčilová Jarmila  
paní Doubínková Vlasta  
paní Baráková Marie  
pan Bula Karel  
paní Vodičková Marie  
paní Vařeková Marie  
paní Valíčková Marta  
paní Kneslíková Jarmila  
paní Robotková Štěpánka



# Vítáme nové obyvatele

paní Pánkovou Janu  
paní Stoklasovou Stanislavu



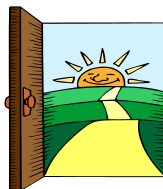
S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili:

pan Procházka Antonín  
paní Boudná Věra  
paní Pachlová Marta

Paní Marie Bublanová  
Paní Mária Nováčková  
Paní Jana Jungwirthová  
Paní Jana Pipová  
Paní Jindřiška Dennerová  
Paní Jitka Šestáková  
Paní Danuše Bublíková  
Pan Rudolf Stáňa



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



Paní Marii Jahodovou  
Paní Marii Vybíralovou  
Paní Alenu Švihálkovou

Pan Milan Mašek  
Paní Marie Chmelková  
Pan Jaroslav Průša

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