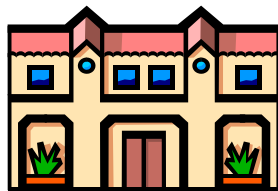


SENIORSKÝ KOUTEK

Ročník 23



Číslo 12

PROSINEC 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

Fotografie z akcí

Kdo vymyslel

Trénování paměti

Lidské osudy

Křížovky

Zasmějte se s námi

Kronika

Citáty



- 

Ohlédnutí za listopadem

- Kadeřnické služby – 7.11.
- Prodej belgické čokolády – 9.11.
- Setkání s dobrovolníky – 9.11.
- Prodej textilu – 14.11.
- Důchody – 15.11.
- Harmonika paní Fialové – 21.11.
- Bingo
- Canisterapie
- Zdobení vánočních stromčků na patrech
- Dudácké vystoupení – 30.11.

Připravujeme v měsíci prosinci

- Tvořivé dílny
- Canisterapie
- Cvičení paměti
- Vánoční pečení
- Setkání s dobrovolníky na mikulášské kavárničce – 4.12.
- Vánoční jarmark v Třebíči – 6.12.
- Vánoční jarmark v Jihlavě – 7.12.
- Návštěva představitelů města – 13.12.
- Koncert pana Pustiny na Koutkové – 13.12.
- Vánoční autobus – prohlídka města -18.12.
- Setkání klientů s představenstvem domova – 21.12.
- Důchody – 15.12.
- Mezigenerační setkání
- Vánoční posezení



Mše svatá v měsíci prosinci
proběhne ve **středu 6.12. a 20.12.**

ve 14.00 hodin ve společenské místnosti ve druhém patře.

Slouží římskokatolický kněz **Václav Kříž.**

***Krásné Vánoce
a
šťastný nový rok 2024
Vám přeje
kolektiv zaměstnanců
Domova pro seniory Koutkova - Kubešova
Třebíč***



*Slyším je,
už přicházejí, ťapkají,
krok po krůčku,
v dálce už se děti smějí,
vločka mizí v potůčku.
Vánoce, ty svátky radosti a lásky, klidu, pochopení,
každý každého pohostí,
nic lepšího už nad ně není..
Šupinku pro štěstí, schovejte do dlaní,
radost vám přinese, smutek prý zahání.
K vánoční pohodě rozkrojte jablíčko,
přejeme vám ze srdce zdraví a štěstíčko.
V novém roce krásné žití,
ať vám vaše hvězda svítí!*



Zajímavosti v prosinci

Prosinec je

podle gregoriánského kalendáře dvanáctý a poslední měsíc v roce.

Má 31 dní. Jeho český název se odvozuje od praslovanského slova sa prosinoti, který znamená prosvítat či

probleskovat. Slunce v tento měsíc často jen prosvítá mezi mraky. Lidová etymologie odvozuje název od slova prase, neboť v prosinci se konaly zabíjačky. Jindy poukazuje na slovo prosit s odkazem na vánoční koledování. V prosinci se také více jedla kaše z prosa. Jsou to však nepodložené výklady založené na podobnosti slov. V 16.–18. století Češi prosinec nazývali někdy jako vlčenec, patrně s odkazem na množství vlků, kteří se v zimním období spojovali do smeček a více útočili. Latinsky se měsíc nazývá december od latinského decem (tj. deset), neboť do roku 153 př. n. l. byl prosinec v římském kalendáři desátým měsícem v roce. Tento název přešel i do velké části evropských jazyků.

Prosinec začíná stejným dnem v týdnu jako září.

Astrologicky je Slunce asi první polovinu prosince ve znamení Hadonoše a zbytek měsíce ve znamení Střelce. V astronomických termínech začíná v souhvězdí Střelce a končí v souhvězdí Kozoroha.

Advent

Vánoce jsou křesťanský svátek narození Ježíše Krista. A „začínají“ už v listopadu. Advent je čas – čtyři týdny před Vánocemi. Pro křesťany je to čekání na narození Spasitele – Ježíše Krista. Je to čas, kdy se zklidníme, přemýšlíme o minulém roce a

duchovně se připravujeme na Vánoce.

Dny jsou krátké, večery dlouhé a to je dobrý čas na rozjímání. Máme doma adventní věnec se 4 svíčkami – každou adventní neděli zapálíme jednu. Adventní kalendář nám může pomoci zkrátit čekání na Vánoce. Kalendáře



připravujeme hlavně pro děti a každý den v něm můžou najít například sladkost.

4. prosince je svátek svaté Barbory. Tradice je přinést si domů větvičky třešně (říkáme jim „barborky“), dát je do vody a čekat, jestli do Vánoc rozkvetou. Rozkvetlé barborky symbolizují příchod nového světla (Ježíše Krista) a připomínají zimní slunovrat (od 22. 12. je každý den o trochu více světla, den je delší). Pověra taky říká, že dívka, které barborka rozkvetla, se do jednoho roku vdá.



Mikuláš

6. prosince je svátek svatého Mikuláše. Slavíme ho už večer 5. prosince (dříve lidé věřili, že den začíná předchozí nocí). Svatý Mikuláš byl reálný člověk, jeden z prvních křesťanských biskupů. V Česku Mikuláš s andělem (symbol dobra) a čertem (dědem, symbol zla) navštěvuje 5. 12. večer rodiny a dává dárky a sladkosti dětem, když byly celý rok hodné. Od 6. prosince taky začíná čas „fyzické“ přípravy na Vánoce: uklízíme a pečeme cukroví.



Cukroví

Cukroví se peče v každé rodině. Jsou to malé sladké kousky pečiva s pěknou dekorací. Obvykle pečeme několik různých druhů cukroví. Typické jsou perníčky. Péct cukroví je populární v celé Evropě už od 16. století. V té době se do Evropy dostávalo různé exotické koření (skořice, muškátový oříšek, zázvor, černý pepř) nebo mandle a sušené ovoce. Byly ale drahé, a proto si je lidé mohli koupit jenom málokdy – například na Vánoce – a dát je do cukroví.



V adventu si lidé zdobí svůj dům nebo byt jmelím, protože podle tradice nese štěstí. Jmelí by mělo viset tak, aby pod ním lidé mohli chodit. Políbit se pod jmelím znamená lásku až do příštích Vánoc. Když někomu dáte jmelí jako dárek, darujete mu zdraví a štěstí.

Betlémy

Asi dva týdny před Vánocemi lidé začínali stavět betlémy – ze dřeva, z keramiky, ze skla... Betlémy ukazovaly, co se stalo v Betlémě při narození Ježíše Krista. První český betlém vznikl roku 1560. V 19. století to byla hlavní vánoční dekorace.



13. prosince je svátek svaté Lucie. Jméno Lucie pochází z latiny: lux = světlo. Naše přísloví říká: Lucie – noci upije. Je to zase symbol blízkého zimního slunovratu, kdy začíná být ve dne více světla.

Vánoční stromek

Vánoční stromek přišel do Česka z Německa. Tam ho používali jako dekoraci už od 17. století, ale v Česku ho lidé začali na Vánoce zdobit až od začátku 19. století (první stromek v Praze byl v roce 1812) a standardně ho používáme až od konce 19. století. Dnes je to hlavní symbol Vánoc. Kupujeme ho před Vánocemi, ale zdobíme ho až 24. 12.

24. prosince – Štědrý den

24. prosince je Štědrý den, nejdůležitější vánoční svátek. Lidé si přejí veselé Vánoce a hodně zdraví a štěstí v novém roce – osobně nebo si předem posílají pohledy, SMS nebo elektronická přání. Umíte říct nebo napsat přání k Vánocům česky?

Jídlo

Přes den se lidé dříve postili – nejedli nic nebo jedli jenom polévky nebo jídla bez masa až do večera (tradiční jídlo byl houbový kuba – kroupy a houby). Kdo nejedl nic, mohl večer uvidět „zlaté prasátko“ a to znamená bohatý nový rok.



Hlavní část Štědrého dne je vánoční večeře, měla by začínat, když vyjde první hvězda na nebi. Jíme rybí polévku, smaženého kapra a bramborový salát. Na stole by také měly být luštěniny, například čočka, jako symbol dostatku. Na stole by mělo být devět různých jídel. Jako dezert jíme vánočku a cukroví, sušené a čerstvé ovoce. Na stůl dáváme

jeden prázdný talíř pro nečekanou návštěvu. Pod talíře dáváme minci nebo rybí šupinu, abychom měli v novém roce dost peněz (a šupinu bychom pak

měli nosit v peněžence celý rok). Od stolu se během večeře nesmí vstávat, aby rodina držela příští rok spolu. Pověra říká, že ten, kdo vstane od stolu, do roka zemře.

Vánočka je symbolem narozeného Ježíše v povijanu. Taky kříže, které děláme z těsta, když vánočku připravujeme, jsou symboly. Kříže chrání lidi před zlem. Když pleteme vánočku, spodní řada = země, slunce, voda a vzduch. Prostřední řada vánočky = rozum, vůle a cit. Horní řada vánočky = vědění a láska.

Dárky od Ježíška

Od 19. století si v Česku dáváme po večeři dárky. Nosí je „Ježíšek“ (malý Ježíš), ale na rozdíl od amerického Santa Clause ho nikdy nikdo při přinášení dárků neviděl, proto skoro nenajdete namalovaný obraz vánočního Ježíška, jak dává dárky. Před Vánocemi české děti píšou Ježíškovi dopis, jaké dárky by si přály k Vánocům.

Tradice a zvyky

Na Štědrý den můžeme také dělat některé tradiční aktivity dříve typické pro české Vánoce.

- Krájíme jablko a čekáme, co uvidíme uprostřed. Když jádra vytvoří hvězdu, čeká nás zdravý rok. Když vytvoří kříž, v rodině bude nemoc nebo někdo zemře.

- Dáváme svíčky do skořápek ořechů a pouštíme je v míse s vodou. Jedna svíčka = jeden člen rodiny. Když svíčky plavou spolu, rodina bude spolu celý rok. Když se nějaká svíčka vzdálí, ten, komu patří, půjde do světa.

- Zapalujeme františky – speciální vonnou esenci.

- Lijeme horké olovo do studené vody. Olovo ve vodě ztuhne a vznikne tvar. My se snažíme ve tvaru vidět nějaký symbol, který bude charakterizovat nový rok.

- Dívky dříve házely za sebe botu – když špička ukazovala ven ke dveřím, dívka se příští rok vdá.

24. 12. o půlnoci chodí křesťané do kostela na půlnoční mši – to je speciální vánoční mše jen jednou za rok. Lidé zpívají koledy – vánoční písničky – a oslavují narození Krista.





25. prosince – Boží hod

25. prosinec je svátek narození Pána Ježíše Krista. Rodina by měla být spolu a klidně rozjímat. Proto oslava Ježíšova narození probíhá už 24. 12. A dříve lidé věřili, že chleba upečený 25. prosince má kouzelnou moc a také vejce, které snese ten den slepice.

26. prosince – svátek svatého Štěpána

Tento den je symbolem koledy – veselého času. Lidé se navštěvují, dříve se často hrálo divadlo.



31. prosince – Silvestr

Do konce roku bychom podle tradice měli vrátit všechny věci, které jsme si půjčili. A pak už můžeme slavit. Konec roku slavíme až od 20. století. Dříve lidé slavili více až 1. ledna.

1. ledna – Nový rok

Na Nový rok často jíme znovu čočku – je symbolem peněz a jídlo z čočky znamená, že budeme mít celý rok dost financí.

6. ledna – Tři králové



Dříve Vánoce končily 6. ledna. Je to svátek Tří králů (kteří podle Bible přišli v Betlémě pozdravit narozeného Ježíše a dali mu dary). Po domech chodili tři kluci, psali nad dveře K+M+B a zpívali a přáli lidem štěstí a zdraví v novém roce. Potom 7. ledna uklízíme vánoční stromek.

A young woman with blonde hair is lying in bed, looking distressed. She is holding a white tissue to her nose with both hands, as if crying or experiencing a headache. She is wearing a white shirt and is partially covered by a white blanket. The background shows a grey textured pillow and a light-colored wall.

Klasická rýma z nachlazení patří mezi nejběžnější onemocnění, zpravidla jsou za ní viry, zejména rhinoviry, a trvá zhruba týden. I rýmu z nachlazení je vhodné léčit, už jen proto, abychom předešli komplikacím – zánětům vedlejších nosních dutin nebo, zvláště u dětí, zánětu středního ucha.

„Já doporučuji v první řadě využít tinkturu z lichořeřišnice větší, ta pomáhá zbavit se rýmy v co nejkratší době, ale zabrání také možným komplikacím. Extrakt se kromě vnitřního použití hodí i k potírání čela či výrobě domácích nosních kapek,“ radí bylinkář Martin Kolár. Druhou bylinkou je *echinacea purpurea* neboli třapatovka nachová, lihový extrakt z ní má výraznou schopnost povzbudit obranyschopnost našeho organismu.

14 14 Y1 Y 1

[illegible]

— — —



A young woman with long brown hair is wrapped in a white towel, looking down at a red pot on a table. She appears to be sick or recovering from an illness. A tissue box is visible on the table next to the pot.

-
- A glass of water with lemon juice, surrounded by lemons and lemon slices.

14

Celer řapíkatý



V tomto článku se zaměříme na celer řapíkatý. Věděli jste, že působí proti dně, vysokému tlaku, cukrovce a pomáhá zrychlovat metabolismus? Pomáhá tedy i při hubnutí. A to je jen zlomek toho, jak dokáže lidskému organismu pomáhat. Popíšeme si, jak jej můžeme využít i v kuchyni a detailněji se zaměříme na jeho účinky a pěstování.

Lidé začali využívat listy celeru už ve starověku, používali je už staří Římané, Řekové a Egypťané. A to hlavně jako koření, ale i pro jeho léčebné účinky a také jako afrodiziakum. K nám do Střední Evropy se celer dostal až v 17. století z Itálie.

Účinky celeru

Celer ať už bulvový nebo řapíkatý je velkým zdrojem vitamínů a minerálních látek – obsahuje **vitamín C** – toho má více než citron, **vápník**, **draslík**, **hořčík**, **sodík**, **fosfor**, **jod**, **zinek**, **chrom**. Ten řapíkatý ještě navíc i **vitamíny skupiny B**. Léčebné účinky má tedy bulva i řapíky, hojně se využívá také výtažky ze semen celeru, které mají účinky zesílené.

Proti nachlazení, zánětům dutin

Celer ředí hleny, působí skvěle na odkašlávání, čistí dýchací cesty. Celer je jedna z mnoha bylin, které pomáhají stimulovat imunitní systém. Je protizánětlivý a předchází celkově nachlazení a zánětům dutin.

Celerová šťáva snižuje krevní tlak i cholesterol, jsou dokázány případy, kdy po denní konzumaci čtyř celerových stonků došlo ke snížení krevního tlaku.

Po té stačilo zařadit celer pravidelněji (2x – 3x týdně) do jídelníčku v podobě nějakého salátu, nebo lehce orestovaný jako zelenina k masu atd.

Dna a cukrovka

Celer rozpouští kyselinu močovou, která se v podobě krystalů usazuje v kloubech a způsobuje právě dnu. Zároveň také snižuje obsah glukózy v krvi.

Úzkostné stavy a nespavost

Díky vysokému obsahu vitamínu skupiny B má celer vliv na správné fungování nervového systému, je tedy dobré dopřát si celer třeba i v období, kdy zažíváme větší stres.

Ženské problémy

Podporuje činnost dělohy, celerové semínko dokonce pomáhá vyvolávat menstruaci, ovšem může také způsobit potrat. Proto je důležité v těhotenství celer neužívat. Neuškodí jednou za čas troška pokrájeného řapíku v salátu, ovšem raději ne pravidelně.

Afrodiziakum

Zvyšuje chuť na sex u mužů a podporuje zdravý vývoj spermií.

Hubnutí

Celer podporuje metabolismus, má mnoho příznivých látek, ale velmi málo kalorií. Obsahuje také hodně vlákniny a jen pro samotné trávení celeru tělo vydá velké množství energie.

Detoxikační účinky

Podporuje tvorbu moči, vyplavuje z těla toxiny hlavně při spalování tuků. Pomáhá čistit játra, ledviny a také naši pleť, pomáhá udržovat v dobré kondici naše vlasy a nehty.

Proti rakovině

Díky očistné schopnosti v našem těle působí i proti rakovině. Celer stimuluje také tvorbu bílých krvinek, které jsou našimi obránci v těle.

Na co si dát u celeru pozor

Už jsem zmínila, že není doporučován těhotným ženám. Pak pokud trpíte alergiemi nebo ekzémem, může vám celer skvěle pomoci, ale i naopak alergii nebo ekzém zhoršit. Právě jeho vysoký podíl minerálních látek může alergii zvýšit, pokud je někdo citlivější na sodík, protože tato zelenina jej obsahuje také.

Je potřeba to tedy opatrně vyzkoušet. Více alergenní je celer bulvový, většinou ještě v kombinaci s jablkem.

Jak pěstovat řapíkatý celer

Začneme s předpěstováním v únoru.

Je dobré opravdu alespoň do konce února výsev stihnout. Semena klíčí zhruba 10-14 dní a rostliny celeru mají docela dlouhou vegetační dobu, proto je nutné začít v únoru, aby právě stihly narůst.

Nesejeme moc nahusto, aby pak šly rostlinky přepikýrovat – rozdělit od sebe na jednotlivé.



Pikýrujeme je ve fázi 3-5 listů do truhlíčku a po zmrzlých je můžeme sázet na záhon. Potřebují hodně prostoru, tak je dáváme cca 25 cm od sebe do dobře vyhnojené půdy, třeba po bramborách.

Naťový celer bude náročnější na zálivku, jinak stonky budou kratší a tužší. Sklízíme až na přelomu září a října. Horní listy pak používám do brambor, polévek nebo je suším a použiji do polévkového koření.

Bohužel tato zelenina není moc vhodná k pěstování doma nebo na balkoně. Docílili byste pouze k nárůstu listové nati, nikoli pěkných řapíků.

Jak můžeme naťový celer připravit

Nejlepší je konzumovat ho čerstvý. Nebo jen slabě restovaný.

Jako detox je možné celerové řapíky odšťavnit a popíjet šťávu, přidává se do zeleninových salátů, k masu rybímu i drůbežímu. Mám moc ráda jeho křupavost a tak jej také přidávám nakrájený do rizota.

Výborná je třeba i vaječná omeleta s řapíkatým celerem:

Orestujeme na másle do sklovita trochu cibulky, přidáme nakrájený řapíkatý celer, přelijeme rozmíchanými vejíčky která jsou lehce osolená a opepřená a necháme na pánvi, dokud se omeletka neusmaží (než ztuhnou vejce). Nakonec posypeme trochou strouhaného parmazánu.

Hudba H+H. Pan Jireček a pan Nosek.



Kavárnička.



Country kapela.



Canisterapie. Jana Kopečná s Garou a Jinou.



Tryhuci.



Společná oslava narozenin v hobby místnosti.





Prodej belgické čokolády

Příprava na vánoční trhy



Harmonika s paní Fialovou

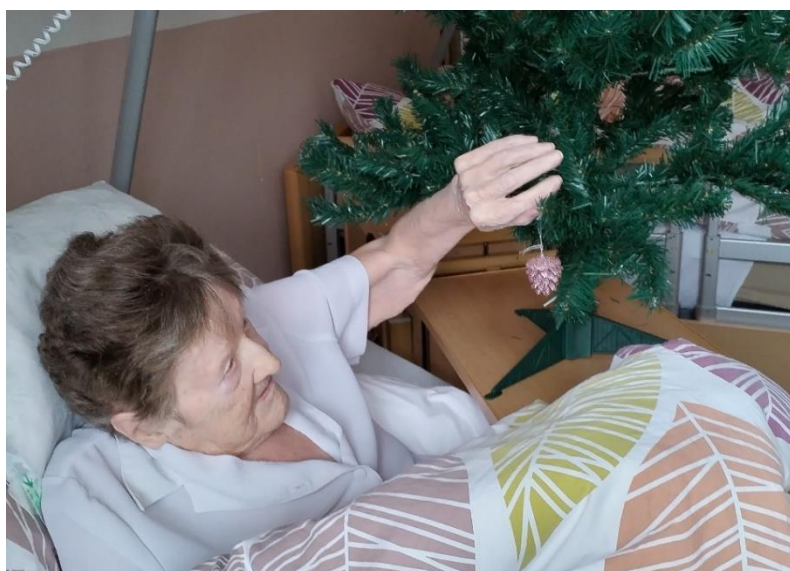




Naši oslavenci



A už se zdobí, chystá..Na nohou, na vozících i na lůžku



Naši oblíbení dudáci nám navodili předvánoční náladu a společně jsme si i zahráli na různé hudební nástroje



Kdo vymyslel ...

Jak Bůh ohlašoval Vánoce ve Starém Zákoně

Dávno předtím, než se odehrál vánoční zázrak, zjevil Bůh jeho důležité momenty několika svým prorokům. Řekl jim, že jednoho dne se na zemi narodí jeho vlastní Syn. Patří k nim zejména tito tři: Izaiáš, Micheáš a Jeremiáš.

Izaiášův hněv zněl jako trubka

Kdybychom přirovnali Hospodinovy proroky k hudebním nástrojům, tak Izaiášův hněv by zněl jako trubka. Byl to hlas nelibozvučný, a zároveň melodický, podle toho, kdo mu naslouchal. Stal se Božím nástrojem k vyhlášení poselství. Oznámení. Varování. A jeho zvuk se vznášel ve vzduchu ještě dlouho poté, co trumpetista přestal hrát.

„Hospodin se na vás hněvá pro vaše zlé, vzpurné, zkažené skutky a modloslužbu. Vynese nad vámi soud,“ volal Izaiáš s neochvějnou silou na obyvatele Judska.

„Bud’ zticha, Izaiáši,“ odpovídali mu. Tohle se nám nechce poslouchat.“

„Mám blízký vztah s Hospodinem a musím vám sdělovat vše, co od něj uslyším,“ odpovídal prorok.

Uprostřed chmurného proroctví však náhle zaznělo poselství naděje.

„Bůh přinese vykoupení lidem pokorného srdce, kteří činí pokání,“ pravil Izaiáš. „Sám Hospodin vám dá znamení. Panna počne a porodí Syna a dá mu jméno Immanuel.“

Izaiáš dále vysvětluje, že toto dítě, Immanuel, což znamená „Bůh s námi“, se stane spravedlivým králem, který bude vládnout zemi navěky.

Tato zpráva se všem jeho posluchačům líbila, neměli však dostatečně pokorné srdce, aby ji přijali.

Micheáš vybubnovával do světa rytmus Boží vůle

Kdo vymyslel ...

Micheáš měl hlas jako tympány. Vybubnovával do světa rytmus Boží vůle. Dunivý, pronikavý, hlučný a protivný v uších těch, kdo podle něj nechtěli kráčet. Jasný, přesný, zvučný a majestátně přesvědčivý pro ty, kdo se ho nebáli následovat.

„Hospodinův soud vás nemine!“ varoval Micheáš obyvatele Judska a Izraele. „Dychtíte po všem možném, pohrdáte Božím Slovem a uctíváte falešné bohy. Vy boháči utlačujete chudé. Vy vládcové neprosazujete spravedlnost.

Uprostřed Micheášova proroctví o zkáze však zaznělo další poselství naděje.

„Hospodin mi řekl o tobě, Betléme,“ prohlásil Micheáš. „Jsi nejmenší mezi judskými městy, a přece z tebe povstane největší vládce v Izraeli. Bude pást své stádo jako dobrý pastýř a všichni, kdo půjdou za ním, spočinou v bezpečí. Bude vládnout navěky a přinese pokoj každému, kdo ho přijme.“

Toto poselství se všem zamlouvalo, ale nechtěli Hospodina poslechnout. Hodlali se dál řídit vlastními touhami a sny, místo aby udělali, co po nich chce Bůh.

Jeremiášův hlas zněl jako houslové sólo i jako nesnesitelné kvílení

Jeremiášův hlas zněl jako houslové sólo. Jeho lyrické tóny pronikaly hluboko do spravedlivých duší, které byly ochotny mu naslouchat, a naplňovaly je žalem a zármutkem nad hříchy jejich národa. Bezbožným však zněl jako nesnesitelné kvílení, jež bylo třeba umlčet. Proto ho neustále zesměšňovali a pronásledovali, až zůstal zcela osamělý.

„Vy vládcové jste zkažení, ale vy, kněží ještě horší,“ volal Jeremiáš na obyvatele Judska a Izraele. „To vy byste měli naslouchat Božímu hlasu, ale zaprodali jste se vlastní sobecké ctižádosti. Dopouštíte se opovrženíhodné modloslužby. Rmoutí mě, jak nedbáte Božích zákonů. Jestli se nezměníte, Bůh vás jistě vydá napospas nepřátelům.“

Kdo vymyslel ...

„Bud' zticha, Jeremiáš!“ okřikovali ho lidé. Přestaň pořád vykládat o neštěstí, které se na nás řítí. Chceme slyšet něco povzbudivého.“

„Nevěřím, že k tobě opravdu mluví Hospodin,“ pravil král. „Takže se proroctvím o tom, jak nás nepřítel vleče do zajetí, dopouštíš vlastně velezrady. Tvoje spisy musíme zničit!“

Králův hněv nakonec zvítězil. Jeremiáš byl nespravedlivě osočen z velezrady a jeho spisy veřejně spáleny. Nic však nemohlo odstranit pomazání, kterého se mu dostalo od Hospodina, a tak se nakonec dožil toho, že mohl napsat stejná slova znovu. Tentokrát k nim přidal i poselství naděje.

„Blíží se dny, kdy Hospodin vzbudí spravedlivý výhonek z Davidova rodu,“ vyhlásil Jeremiáš. „Povstane král, který bude vládnout navždy a zachrání svůj lid ode všech nepřátel.“

Toto slovo se všem líbilo, ale neměli dost víry, aby ho přijali.

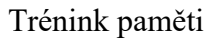
A pak uprostřed temného světa začíná vánoční příběh

Lidé neposlouchali Boží proroky, a tak se skutečně stalo to, co Izaiáš, Micheáš a Jeremiáš předpověděli: nepřátelé si podmanili Judu i Izrael a lid padl do rukou krutých a bezohledných vladařů. Prorocké hlasy pak nadlouho umlkly.

Uplynulo bezmála čtyři sta let, než opět nějaký zazněl.

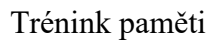
Po čtyři sta let lidé vzpomínali na to, co jim proroci říkali. Veškeré jejich předpovědi o zkáze se naplnily. Jistě se tedy uskuteční i ony nadějně přísliby. Bůh jim slíbil, že pošle svého Syna, aby je vykoupil, proto očekávali příchod Mesiáše. Vyhlíželi, kdy do temnoty jejich života zazáří jeho světlo. Ve svém pustém a vyschlém údělu prahli po jeho živé vodě. Dychtili po zachránci, který by je vysvobodil z rukou utlačitelů. Zoufale potřebovali jeho věčný mír, který by utišil jejich neustálý nepokoj. Volali k Hospodinu, aby jim poslal Spasitele. Byl pro ně jedinou nadějí.

A právě uprostřed tohoto temného, zoufalého, neklidného a dychtivě vyčkávajícího světa začíná vánoční příběh.



Poznejte podle postavy název pohádky.

10. Větrník



Vymyslete jména podle písmen abecedy:

M.....

Skutečné vánoční příběhy, které vás chytanou za srdce

Vánoce jsou časem zázraků, časem lásky, naděje a také rodinných setkání. A přesně o tom svědčí příběhy našich čtenářek, které jsou navíc proktnuty vánočním kouzlem a sváteční atmosférou navíc umocněny na druhou.



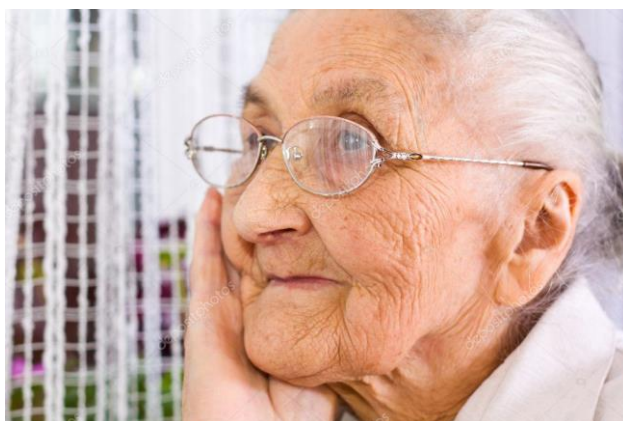
Nechtejte poslední vánoční přípravy za sebou, dejte nohy na stůl, přizvěte si k odpočinku talířek s cukrovím a dojměte se nad příběhy, které ve vánoční čas napsal skutečně sám život.

Tamara (31): Stál ve dveřích s kyticí růží a já se mohla samou láskou zbláznit

„Když jsem začala randit s Romanem, věděla jsem, že jednou prostě přijde čas, kdy jako voják bude muset odjet na různé mise i cvičení. A tak se taky stálo, armáda totiž není žádný holubník. Minulý rok nebyl čtyři měsíce doma a bohužel se domů neměl vrátit ani na svátky. Byla jsem zničená a nesmírně smutná, i tak jsem se ale rozhodla, že si Vánoce užiji stůj co stůj. Dala jsem si záležet na všem, jak na výzdobě, večeři, tak na svém oufitu. Krátce po štědrovečerní večeři jsme se odebrali k vánočnímu stromečku, můj tatínek tradičně zacinkal zvonečkem a brzy na to jsem zaslechla zvonit ten domovní. Nikoho dalšího jsme ten večer nečekali. Předě dveřmi ale stál Roman s úsměvem od ucha k uchu a s kyticí růží, kterou snad splášil po všech čertech,“ líčí nám čtenářka Tamara svůj příběh a v očích se jí i dnes třpytí slzy dojetí a upřímné lásky.

Klára (44): Vrátil nám babičku a jako odměnu zažil po x letech svátky takové, jaké mají být!

„Naše babička se potýkala s pokročilou diagnózou Alzheimerovy choroby a byly chvíle, kdy jsme bábi vůbec nepoznávali. Jako by tady ani nebyla s námi a žila svůj život na míle daleko. Byly svátky a my se rozhodli jít na procházku na hřbitov. S babičkou zůstal doma děda, aby ji pohlídal, jenomže ten usnul u pohádky a babička se nám ztratila. Místo smažení kapra jsme babičku usilovně hledali, ale bezvýsledně. Obvolávali jsme známé, ptali se, ale nikdo si ničeho nevšiml, nikdo o ničem nevěděl. Zoufalí a promrzlí na kost jsme se vrátili domů, kde před brankou čekaly dvě postavy. V jedné z nich jsem i na tu dálku poznala babičku a tím druhým byl bezdomovec Václav, kterého tu a tam něčím podarujeme. On nám ale v ten okamžik daroval to ze všeho nejvíc. Jako poděkování za vrácení babičky jsme mu nabídli nejenom sprchu a čisté oblečení, ale i místo u svátečního stolu,“ vzpomíná Klára nahlas.



Tereza (29): Vánoce pod palmou a žádost o ruku

„S Mirkem jsme se rozhodli, že aspoň pro jednu vypadneme z toho vánočního chaosu a nadělíme si nějakou tu exotickou dovolenou. A nakonec vyhrála proslulá Dominikána. Slunili jsme se ostošest, kochali se všemi odstíny modré, relaxovali v houpací síti a nechybělo nám vůbec nic. Na rajsky úchvatném ostrůvku Saona, na který jsme vyrazili katamaránem, ale přišlo k něčemu, co by mě ani ve snu nenapadlo. Mirek si přede mě poklekl, zabořil koleno do sněhobílého písku, otevřel krabičku s prstýnkem a požádal mě o ruku. Tak daleko od domova, na té nejkrásnější pláži, na které jsem kdy byla. Samozřejmě jsem řekla ano a za pár dní do Karibiku odlítáme znovu, abychom se tam mohli vzít.“

A vědí to vůbec lidé?

Zvířecí sněm o Vánočních svátcích

Kdysi dávno svolala zvířata sněm. Liška se zeptala veverky: "Co pro tebe znamenají Vánoce?"

Veverka odpověděla: "Pro mne Vánoce znamenají krásný stromeček ozdobený spoustou svíček a cukrovím, které mám tak ráda."

Liška se připojila se svou představou: "Pro mne samozřejmě nesmí chybět voňavá pečená husička. Bez pečínky by to opravdové Vánoce nebyly. "Do řeči se jim vložil medvěd: "Vánočka! O Vánocích musím mít obrovskou sladkou vánočku!"

Slyšet se dala také straka: "Podle mne jsou o Vánocích nejdůležitější krásné a zářící šperky. O Vánocích se má všechno jen třpytit. "Pozadu nechtěl zůstat ani vůl: "Vánoce dělá Vánocemi teprve šampaňské. Já bych ho vypil klidně dvě lahve!"

A osel, který to už nevydržel, se rychle zmocnil slova: "Vole, zbláznil ses? Vždyť na Vánocích je nejdůležitější Ježíšek. Copak jsi na to zapomněl?" Vůl se zastyděl, sklopil velkou hlavu a zabučel: "A vědí to vůbec lidé?"

Co se andělovi nelíbilo

Aneb Proč byl u jesliček oslík s volečkem

Zatímco Josef s Marií putovali do Betléma, jeden z andělů svolal všechna zvířata, aby mezi nimi vybral ta nejvhodnější, která budou v chlévě pomáhat Svaté rodině.

Jako první se samozřejmě hlásil lev: "Jen král je hoden sloužit Králi světa," zavrčel. „Já se postavím ke vchodu a každého, kdo by se chtěl k Ježíškovi jen přiblížit, roztrhám!" „Jsi příliš hrubý," odmítl ho anděl.

Andělovi se k nohám ihned začala lísat liška. Vychytrale ho s nevinným pohledem přesvědčovala: "Nejvhodnější jsem přece já. Každého rána pro Božího syna ukradnu nejlepší med a mléko. A Marie s Josefem se se mnou také budou mít dobře. Každý den jim přinesu mladoučkou slepici." "Ty jsi příliš nepoctivá," namítl anděl.

Po těch slovech před andělem roztáhl svůj nádherný ocas páv. Zamával mu peřím duhových barev před očima a prohlásil: "Se mnou se i obyčejná stáj změní v královský palác, který by jim záviděl i Šalomoun!" "Ty jsi zase moc pyšný," mínil anděl.

Zvířata předstupovala před anděla jedno po druhém a vychvalovala své největší přednosti. Marně. Andělovi se nezamlouvalo ani jedno z nich. Ale všiml si osla a vola. Pracovali na poli u vesničana, který bydlel poblíž betlémské stáje.

Anděl na ně zavolal: "A co můžete nabídnout vy?" "Nic," odpověděl osel a sklopil skromně dlouhé uši. "My jsme se nenaučili ničemu - jenom pokoře a trpělivosti. Všechno ostatní nám přinese jenom rány holí." Vůl však nesměle namítl, aniž by vzhlédl od země: "Ale čas od času bychom mohli odhánět mouchy dlouhým ocasem." Konečně se anděl spokojeně usmál: "Právě vás jsem potřeboval!"

Stéblo slámy

Proč Ježíš přišel jako dítě

Pastýři se vraceli z Betléma, kde se poklonili Ježíškovi narozenému v chlévě. Nesli mu náruče darů a teď se vraceli s prázdnýma rukama.

Kromě jednoho z nich, mladičkého pastýře, téměř ještě chlapce. Ten si z betlémského chléva přece jen něco odnesl. Celou cestu tu věc pevně svíral v dlani. Ostatní by si toho ani nevšimli, kdyby se kdosi nezeptal: "Co to máš v ruce?"

"Stéblo slámy," odpověděl mladík. "Vzal jsem si ho z jesliček, ve kterých leželo to dítě." "Stéblo slámy," ušklíbili se ostatní. "Takové smetí! Zahod' to!" Mladý pastýř rozhodně zavrtěl hlavou. "Kdepak," namítl, „já si ho schovám. Pro mě je to znamení, připomíná mi malého Ježíška. Pokaždé, když ho vezmu do ruky, vzpomenu si na něj i na to, co o něm řekli andělé."

Druhý den si pastýři mladíka znovu začali dobírat: "Co jsi udělal s tím stéblem?" Mladík jim ho ukázal. "Pořád ho nosím u sebe." "Zahod' to, k ničemu ti není." "Ne. Má velkou cenu. Ležel na ní Boží Syn." "A co má být? Důležitý je přece Boží Syn, a ne kus slámy."

"Mýlíte se. Velkou cenu má i ta sláma. Na čem jiném by ležel, když je tak chudý? Boží Syn potřeboval trochu slámy. To mě poučilo, že Bůh potřebuje i obyčejné lidi a věci. Potřebuje nás, kteří nemáme velkou cenu, kteří toho moc nevíme." Stéblo jako by mělo pro toho pastýře čím dál větší význam. Na pastvě ho často držel v ruce, vzpomínal na slova andělů a byl šťastný, že má Bůh tolik rád lidi, že se stal stejně malým jako oni.

Pak mu však jeden z jeho druhů vytrhl stéblo z ruky a rozhořčeně vykřikl: "Dej už s tím zatraceným stéblem pokoj! Bolí nás z těch hloupostí hlava!" Stéblo vztekle zmačkal a zahodil.

Mladík klidně vstal, zvedl stéblo ze země a opatrně narovnal. "Vidíš, zůstalo stejné jako předtím. Pořád je to stéblo slámy. Ani tvůj vztek s ním nic nezmohl. Jistě, zničit stéblo slámy je snadné.

Ale přemýšlel jsi už někdy o tom, proč nám Bůh seslal malé dítě, když potřebujeme silného zachránce a vojevůdce? Jednou vyroste, bude z něho muž a nic ho neporazí. I přes lidskou zlobu zůstane tím, čím je - Spasitelem, kterého nám seslal Bůh." Mladý pastýř se usmál a se zářícím pohledem pokračoval: "Boží láska se totiž nedá zničit a zahodit. I když se zdá křehká a slabá jako stéblo slámy."



~~~~~

|                                                                                     |                      |                                           |                                                        |                                                   |                                            |                                  |                                                                                     |                                              |                  |                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------|--------------------|
| ... , nevolá o pomoc.<br>Milan Kenda                                                |                      |                                           |                                                        | POMŮCKA:<br>ABDO, ANI,<br>TINA                    | OZNAČENÍ<br>ŽEL. VOZU<br>VEL.<br>BRITÁNIE  | TISK ZE 4<br>ZÁKLADNÍCH<br>BAREV |  | PASTÝŘSKÁ<br>PIŠTALA                         | MPZ<br>ISLANDU   | SPZ<br>TRENČINA    |
|                                                                                     |                      |                                           |                                                        | SPZ<br>BÖBLINGEN<br>(NĚMECKO)                     |                                            |                                  | FYZICKY<br>ZDATNÝ<br>ČLOVĚK                                                         |                                              |                  |                    |
|                                                                                     |                      |                                           |                                                        | LETADLO<br>(DĚTSKÝ)                               |                                            |                                  |                                                                                     |                                              |                  |                    |
|    | MRAVO-<br>KÁRCE      | JUGOSLÁVSKÁ<br>ZŘÍČENINA                  | OBDOBÍ<br>1. DÍL<br>TAJENKY                            |                                                   |                                            |                                  | ZKR.<br>VÁLČNÝCH<br>LODI USA<br>KONÉ (BÁSN.)                                        |                                              |                  |                    |
| LOVECKÝ<br>PES                                                                      |                      |                                           |                                                        |                                                   | VČELÍ<br>SPOLEČEN-<br>STVÍ                 |                                  |                                                                                     |                                              | ELEKCE           | OVĚŘENÁ<br>LISTINA |
| EGYPT.<br>NÁBOŽENSKÝ<br>PŘEDSTAVITEL                                                |                      |                                           |                                                        |                                                   | CHAOS<br>ALKOHOL.<br>NÁPOJE                |                                  |                                                                                     |                                              |                  |                    |
| ANGLICKÝ<br>TAKY                                                                    |                      |                                           |                                                        | DETEKTIV<br>AGATHY<br>CHRISTIE<br>NÁŠ<br>DRAMATIK |                                            |                                  |                                                                                     |                                              |                  |                    |
| ODLESK                                                                              |                      |                                           |                                                        |                                                   |                                            |                                  | ANGL. SILNÉ<br>SVĚTLÉ PIVO<br>STARÁ FR.<br>MINCE                                    |                                              |                  |                    |
|  | SPZ STARÉ<br>LUBOVNÉ | PRESLEYHO<br>JMÉNO<br>HLAS OVCE           |                                                        |                                                   |                                            |                                  |                                                                                     | SPZ BRESCIA<br>(ITÁLIE)<br>3. DÍL<br>TAJENKY |                  |                    |
| ZN.<br>ANTIMONU                                                                     |                      |                                           | TVŮRIT<br>TVARY<br>SLOVES<br>RUB<br>POŠTOVNÍ<br>ZNÁMKY |                                                   |                                            |                                  |                                                                                     |                                              |                  |                    |
| KVALITNĚJI                                                                          |                      |                                           |                                                        |                                                   | KOUPÉ<br>PODNIK<br>V PROSTĚ-<br>JOVĚ       |                                  |                                                                                     |                                              | OTEC<br>(KNIŽNĚ) | TU MÁŠ             |
|  | TRETKY               | ČÍSLO<br>ZRAKU<br>DÍVČÍ JMÉNO<br>(20. 1.) |                                                        |                                                   |                                            | ČESKÁ<br>POLITICKÁ<br>STRANA     | JEDNOTKA<br>STÁŘÍ ZEMĚ<br>ŽENSKÉ<br>JMÉNO (7. 6.)                                   |                                              |                  |                    |
| ŘÍMSKÝCH<br>149                                                                     |                      |                                           |                                                        | ENVOI<br>BOHYNĚ<br>VÍTĚZSTVÍ                      |                                            |                                  |                                                                                     |                                              |                  |                    |
| ČIŽ ŽENSKÉ<br>JMÉNO                                                                 |                      |                                           |                                                        |                                                   | ZÁKLADNÍ<br>ČÍSLOVKA                       |                                  |                                                                                     |                                              | PLANETKA         | NÁŠ HEREC          |
| 2. DÍL<br>TAJENKY                                                                   |                      |                                           |                                                        |                                                   | SEMÍNKA NA<br>PEČIVU<br>ČESKÁ<br>REPUBLIKA |                                  |                                                                                     |                                              |                  |                    |
| MPZ<br>KONSTANZ<br>(NĚMECKO)                                                        |                      |                                           | ZKRATKA<br>NAŠÍ MĚNY                                   |                                                   |                                            | EGYPTSKÝ<br>ZÁLIV                |                                                                                     |                                              |                  |                    |
| JEMENSKÁ<br>LET. SPOL.                                                              |                      |                                           | JUDŮV SYN                                              |                                                   |                                            | CITOSLOVCE<br>ZÁRMUTKŮ           |                                                                                     |                                              |                  |                    |

---

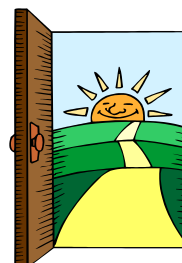


paní Havránková Alena  
paní Čechovská Marie  
paní Hamplová Lidmila  
paní Gaurová Zdenka  
pan Suchý Zdeněk  
paní Hutařová Drahomíra



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

paní Francovou Anežku  
pana Nováčka Jiřího



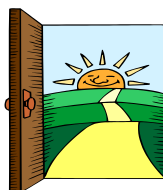
pan Vrbka Jan  
paní Brabencová Marie  
pan Čech Karel, Ing.  
paní Sedláková Eva

## ***V prosinci slaví své narozeniny:***

Paní Ludmila Dvořáková  
Paní Štěpánka Pátková  
Paní Anežka Šindelková  
Paní Alena Švihálková  
Paní Jiřina Vostalová  
Pan Zdeněk Vítek



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



## **Vítáme nové obyvatele:**

Pana Jaroslava Novotného  
Paní Jiřinu Večeřovou  
Paní Anežku Markovou

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili:

Pan Josef Pyrochta  
Paní Pavla Černá

