

SENIORSKÝ KOUTEK

Ročník 24



Číslo 4

DUBEN 2024

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

Uvnitř tohoto čísla:

Ohlédnutí

Připravujeme

Přečetli jsme za vás

Příspěvky

Fotografie z akcí

Kdo vymyslel

Trénování paměti

Lidské osudy

Bylinky

Křížovky

Zasmějte se s námi

Kronika

Citáty



[illegible][illegible]

Dopolední kluby v hobby a ve školící místnosti

Hudební dopoledne s dobrovolníkem p. Matějů v hobby nebo na DZR

Odpolední setkávání : posezení v „Cukrárně“, předčítání z knih, trénování paměti

Skupinová cvičení na patrech

Návštěva kadeřnice - 25.3. od 12.30 hod. ve velké koupelně ve II. patře a na pokojích

Přednášky U3V - Dějiny umění v Evropě – 6.3. a 20.3. v 10.00 a ve 13.00 hod.

Prodej ponožek v atriu

Důchody 15. 3. od 10.00 hod. v kanceláři sociálních pracovníků

Ochutnávka a prodej čokolády – 21.3. ve 13.00 hod. v atriu domova

Navštívili nás dobrovolníci – 21. 3. v 15.15 hod. v atriu domova

MŠ U Obůrky – dopoledne s dětmi – 22.3. v 10.00 hod. v atriu domova

Beseda o dravcích p. František Kunc **26.3.** ve 13.00 hod. v atriu

MŠ Duha – dopoledne s dětmi – 25.3. v 9.45 hod. v atriu domova

MŠ Obránců míru – dopoledne s dětmi – 27.3. v 10.00 hod. v atriu domova

DpS Koutkova

[illegible]

Dopolední kluby v hobby a ve školící místnosti

Hudební dopoledne s dobrovolníkem p. Matějem v hobby nebo na DZR

Odpolední setkávání : posezení v „Cukrárně“, předčítání z knih, trénování paměti

Skupinová cvičení na patrech

Jarní bál v atriu 5.4. v 15.00 hod.

Návštěva kadeřnice – 8.4. a 22.4. od 12.30 hod.

Přednášky U3V - Dějiny umění v Evropě – přednášející: ak. mal. Vladimír Netolička
3.4., 17.4. a 24.4. v 10.00 a ve 13.00 hod.

Výlet na přání: do Trnavy na koniklece **9.4.** 9.00 hod.

Beseda: Rok na vsi 10.4. 13.00 ve 2. patře ve školící místnosti

Navštíví nás dobrovolníci – 11. 4. v 15.15 hod. v atriu domova

Pěvecký soubor FÉNIX - v atriu 15.4. 13.30 hod.

Důchody 15. 4. od 10.00 hod. v kanceláři sociálních pracovníc

MŠ Duha – dopoledne s dětmi – 25.4. v 9.45 hod. v atriu domova

Pálení čarodějnice, opékání špekáčků v zahradě - na harmoniku pan Lněnička **29.4.**
14.00 hod.

Bohoslužba slova v sobotu **6.4. ve 14.30 hod.**
v kapli sv. Josefa v 1. patře



Ohlédnutí za březnem

- Tvořivé dílny
- Cvičení paměti
- Canisterapie
- Oslava MDŽ s harmonikou – 8.3.
- Prodej textilu – 11.3.
- Důchody – 15.3.
- Filmové hodinky
- Mezigenerační setkání – 19.3.
- Setkání se žáky SZŠ Třebíč – 21.3.
- Kadeřnické služby a pedikúra
- Setkání s dobrovolníky z Dukovan – 14.3.
- Prodej belgické čokolády – 21.3.
- Pečení beránka
- Setkání se zvířátky pana Kunce – 26.3.
- Předvelikonoční posezení – 28.3.

Připravujeme v měsíci dubnu

- Sportovní hry
- Canisterapie
- Mezigenerační setkání
- Kadeřnické služby a pedikúra
- Tvořivá dílna
- Přednáška – Rok na vsi, paní Sylvie Smutná – 10.4.
- Důchody – 15.4.
- Harmonika paní Fialové
- Kavárnička



Mše svatá v měsíci dubnu
proběhne ve **středu 10. a 24.4.**

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

V minulosti patřila filipojakubská noc mezi noci, ládly větší mocí než kdy jindy. Lidé věřili, že této usta čarodějnic, letících na sabat. Proto se této říká „noc čarodějnic“.

Víra v temné síly se časem proměnila v pověru, že ďábel může moc na zemi uplatňovat pouze prostřednictvím lidí – především čarodějnic.

A close-up photograph of a grotesque, carved wooden mask. The mask has a large, bulbous nose, wide, staring eyes with blue and red details, and a wide, toothy grin showing red lips and white teeth. The skin of the mask is a light, weathered wood color. The mask is set against a dark, textured background, possibly a piece of fabric or a wall. The lighting is dramatic, highlighting the features of the mask.

<https://obecborek.cz/zivot-v-obci/historie-a-soucasnost/paleni-carodejnic-puvod-historie-a-soucasnos>

Povídky:

Tři staříci

Jakási žena jednoho dne vyšla ze svého domu a v tom vidí na lavičce u plotu sedět tři staříky s dlouhými bílými vousy. Vyhlíželi dost unaveně a také hladově, proto je žena oslovila:

„Nechcete jít na chvíli dál? Připravila bych něco k jídlu. Venku už začíná být zima, alespoň se zahřejete před další cestou.“

„Je doma celá tvá rodina?“ zeptal se jeden ze staříků.

„Ne, manžel je ještě v práci,“ podivila se žena.

„Potom nemůžeme vstoupit. Děkujeme za pozvání, ale počkáme, až se tvůj muž vrátí.“

Navečer skutečně přišel manžel domů a ptá se ženy, co je to na lavičce za tři stařečky. Žena mu vše vylíčí a muž ji vybídne, ať je znovu pozve dál.

„Pojďte, muž je doma, je tu i naše dcerka, tedy celá rodina. Musíte být už celí zmrzlí!“

„Není to tak jednoduché,“ ozval se první stařík.

„Proč ne?“ nechápala žena, v čem je problém.

„Můžete totiž pozvat jen jednoho z nás. Je jen na vás, koho z nás tří si vyberete.“

„To nechápu!“ zvolala žena překvapeně. „Kdo vlastně jste?“

„Tento můj přítel je Zdraví,“ ukázal stařík na souseda po pravé ruce. „Zde ten vlevo se jmenuje Úspěch. A já jsem Láska. Teď už víš, kdo jsme, jdi tedy, domluv se s rodinou a jednoho z nás pozvěte dál.“

Žena se vrátila do domu a řekla muži, co se dozvěděla.

„Dobře, pozveme tedy Zdraví. Toho je nejvíc zapotřebí a je ze všech nejdůležitější. Každý si přece přeje být zdravý!“

„Zdraví je určitě důležité, ale proč nepozvat Úspěch? Co nám bude platné zdraví, když budeme chudí a sotva se užívíme.“

Pak přiběhlo malé, asi pětileté děvčátko, které celou dobu poslouchalo za dveřmi a staříky si prohlíželo z okna.

„Mami, tati, mně se nejvíc líbí Láska, má nejdelší vousy ze všech! Pozveme Lásku, pak se budeme mít všichni rádi!“

„Dobře, jak myslíš. Pozveme Lásku,“ rozhodli nakonec společně.

Žena znovu vyšla ven.

„Škoda, že nemůžeme pozvat všechny tři. Ale rozhodli jsme se pro Lásku. Ta ať je dnes naším nejvzácnějším hostem!“ prohlásila slavnostně.

Velikonoce

Možná se ptáte, proč Velikonoce, když už je dávno po nich. Je to podobné jako s Vánocemi. Před svátky zní ve všech obchodních domech koledy typu „Narodil se Kristus Pán,“ a když už se konečně narodí, koledy utichnou, přičemž vánoční doba teprve začíná. Stejně tak Velikonoční nedělí nekončí Velikonoce, ale začíná doba velikonoční, která trvá přesně 50 dní.

Co jsou to vlastně Velikonoce? Pro někoho pomlázka, nabarvená vejčička a řada lidových zvyků, pro jiného mystická doba zrodu křesťanství.

Ať chceme nebo ne, ať už jsme věřící nebo ateisté, nemůžeme popřít skutečnost, že naše kultura, zvyky a tradice mají své kořeny v židovsko-křesťanském náboženství. I většina svátků je původem náboženských a ne jinak je to u Velikonoc. Zatímco Vánoce jsou svátky bezesporu oblíbenější, Velikonoce jsou pro křesťanský svět co do významu nejdůležitější. Znamenají totiž jádro a samotnou podstatu křesťanství. Prapůvod Velikonoc ovšem není křesťanský, ale židovský, ostatně i Ježíš Kristus, zakladatel křesťanství, byl původně Žid, dokonce židovský rabín, tj. duchovní, učitel, znalec náboženského práva.

Zkusme se nyní stručně poohlédnout, jak Velikonoce vlastně vznikly a jak na ně nahlízejí křesťané v duchu biblického pojetí.

Židovský národ byl nucen nějakou dobu žít v egyptském exilu, během těchto let si je Egypťané zotročili a využívali je na ty nejhorší práce. Jejich počet rostl, egyptský vládce se bál vzpoury a tak vydal nařízení, že všichni narození chlapci musí být usmrceni. Jako zázrakem se podařilo zachránit malého Mojžíše, který se v dospělosti postavil do čela izraelského lidu a vyvedl je z Egypta do „Země zaslíbené“, Izraele. Tu noc, kdy se tak stalo, nazývají Židé „Pesach“ nebo „Pascha“, což znamená „Vyjití“, šlo o první židovské Velikonoce, které slaví podle starobylé tradice dodnes.

A stejně tak je slavil i Ježíš se svými 12 apoštolů. V předvečer jejich zahájení se schází se svými přáteli k velikonoční večeři, která probíhala přesně podle daných židovských předpisů. Hlavním chodem byl na ohni pečený velikonoční beránek podávaný s nekvašenými chleby a hořkými bylinami, pilo se víno. Při této poslední Ježíšově večeři (dobře známé z renesančního vyobrazení od Leonarda da Vinciho) označuje Kristus svého zrádce Jidáše, který ho skutečně ještě ten večer vyzradil židovské veleradě. Ta už dlouho hledala vhodnou příležitost, jak se Ježíše zmocnit a předvést

Po večeři odchází Ježíš s apoštoly do Getsemanské zahrady, kde ho zatýkají vojáci vedení Jidášem a odvádí k veleknězi Kaifášovi a narychlo svolané židovské veleradě. Pak nastává úmorné vyslýchání, vláčení od velekněží k Pilátovi, římskému místodržícímu, který v Jeruzalémě

Až do tohoto okamžiku popis běžné popravy podle římských zvyklostí, dokonce popravy historicky doložené nejméně jedním svědkem té doby. Popravy, která by nejspíš skončila zapomenuta v propadlišti dějin, nebýt události, která po dvě tisíciletí budí tolik emocí, tolik otázek, sporů a vášní. Kristovo zmrtvýchvstání. Z hlediska vědy zcela nereálné, z hlediska víry naprosto zásadní.

Pokud podle těchto biblických událostí shrneme slavení křesťanských Velikonoc, docházíme k liturgickému členění celé velikonoční doby, jak je známe dnes.

7

Velký pátek připomíná Ježíšovo odsouzení Pilátem, ukřižování a smrt.

Velikonoční neděle nebo také *Boží hod velikonoční* je den, kdy Ježíš vstal z mrtvých. Je to neděle po prvním jarním úplňku.

Seslání Ducha svatého, Boží hod svatodušní je 50 dní po Velikonocích.



Možná znáte příběh, který se k tomuto mistrovskému dílu Leonarda da Vinciho váže:

Aby malíř dokonale ztvárnil postavy Krista i apoštolů, vybíral si mezi lidmi předlohy, které splňovaly jeho představy, jak by mohli na obraze vypadat. Nejdřív našel člověka, který byl předlohou Krista. Muže s ušlechtilými rysy, z jehož tváře šla vyčíst i dobrota srdce a krása duše. Během tří let namaloval 11 apoštolů, nakonec si nechal zrádce Jidáše. Potřeboval člověka s hrubými, násilnickými rysy, propadlému hříchu a zlu. Konečně ho našel mezi trestanci. Když dílo dokončil, odsouzenec se ho zeptal: „Mistře, vy opravdu nevíte, kdo jsem?“ „Ne, neznám vás, nikdy jsem vás neviděl,“ odpověděl da Vinci udiveně. „Vždyť podle mě jste přece třemi lety maloval Krista!“

Jak se dožít stovky?

Hýbejte se, bavte se a pijte, aneb Tipy z tzv. Modrých zón, kde se lidé dožívají nejvyššího věku na světě

Průměrný věk dožití roste prakticky každým rokem. Jen v USA se lidé dožívají v průměru 76,4 roku (v Česku je toto číslo obdobné a pohybuje se kolem 76,1 roku) a loni se na 70 tisíc Američanů dožilo stovky. To je úctyhodný věk – ovšem ne každý má šanci, že sté narozeniny skutečně oslaví. Existují ale specifické lokality, kde je tato šance dokonce desetkrát vyšší. Jak je to možné?

Nesmrtelnost je tématem, o němž se lidé zajímají od nepaměti. O výrobu elixírů mládí se v jistém slova smyslu i dnes snaží kdekdo – i když nezaručí věčný život, mají alespoň zpomalit stárnutí, potažmo minimalizovat jeho dopady na tělesnou schránku. Mimo veškeré běžné hranice se pak pohybují lidé, kteří se snaží zůstat mladými za každou cenu – a to nejen obrazně. Např. Bryan Johnson se tak proslavil svými enormními investicemi do poměrně bizarních procedur, které jej mají omladit od hlavy až k patě. A stranou tak nezůstává ani jeho penis. Ten si prý totiž omlazení zaslouží také.

Ať už ale kdokoliv usiluje o cokoliv, faktem je, že existuje jen pár míst, kde se lidé naprosto přirozeně dožívají nejvyššího věku na světě. Tyto lokality bývají označovány také jako tzv. Modré zóny a není jich zrovna mnoho. I proto se na jejich obyvatele pravidelně zaměřuje i pozornost výzkumníků, kteří pátrají po tamním „tajemství“, jež za dlouhověkostí stojí...

Tajemství Modrých zón

Barbagia na Sardinii, Okinawa v Japonsku, ostrov Ikaria v Řecku, poloostrov Nicoya na Kostarice a Loma Linda v Kalifornii, to jsou dnes všeobecně známé „Modré zóny“, tedy unikátní oblasti, kde je nezvykle vysoká koncentrace obyvatel, kteří se s lehkostí dožívají sta i více let. Takže vlastně bylo jen otázkou času, kdy na tyto lokality zaměří svou pozornost nejen lékaři, ale i epidemiologové či demografové. Cíl přitom měli totožný: najít společného jmenovatele, který je pro dlouhé dožití pověstným „game changerem“. Postupně tedy vznikl seznam označovaný jako „Power Nine“, jenž čítá devět faktorů, které má pětice „magických“

míst s nejvyšším podílem obyvatel ve věku 100 let společných. Které to jsou?

1. Přirozený pohyb

Sedavý životní styl, který si mnozí ochotně osvojili, rozhodně zdraví nesvědčí. Ovšem jak také výzkumy naznačily, není přímo nezbytné denně mířit na dlouhé hodiny do posilovny. Do kategorie přirozeného pohybu spadá veškerý drobný pohyb, který lze zvládnout začlenit do každodenní běžné rutiny. Jak si „drobný pohyb“ představit? Pokud můžete, vyměňte výtah/eskalátor za schody. Pokud většinu dne trávíte u pracovního stolu, zkuste průběžně nohy zvedat nebo se zaměřte na strečink vsedě. A pokud zrovna v práci s někým hovoříte, zkuste vstát a chodit. Každých pár minut aktivity, která sedavé chování naruší, se počítá. Protože platí, že nejdéle žijící lidé nezvedají těžké činky a ani neběhají maratony, ale hýbou se skutečně přirozeně – při práci na zahradě, ale třeba i v domácnosti apod.

Dožití se vysoké věku není superschopnost, ale přesto k dosažení stovky vedou konkrétní "pravidla"

Pohyb není nutné přehánět - místo výstupu na x-tisícovku zkuste třeba práci na zahrádce

I když maso není nutné z jídelníčku vynechat, rostlinná strava by měla být základem

2. Šťastná hodinka

Princip „šťastné hodinky“ jistě znáte. Ano, souvisí s alkoholem. Navzdory dnešnímu tažení proti alkoholu, ten v Modrých zónách neschází. Sklenka vína však není vyzdvižována kvůli zdravotním přínosům (ty jsou, ostatně, diskutabilní), ale především kvůli socializaci, spojení s druhými. „V kulturách dlouhověkosti se umírněná konzumace alkoholu často vyskytuje v sociálním kontextu, což zdůrazňuje roli komunity a oslav,“ shrnuje tak dr. Vu, odborník na zdravé stárnutí, s tím, že hlavním pozitivem, jež působí na vyšší věk dožití, pak není alkohol, ale právě sociální interakce. „Pozitivní vztahy přispívají k duševní a emocionální pohodě,“ dodává Vu také.

3. Zpomalení

Že stres nám neprospívá, to asi víme každý. Jak se jej zbavit? To už tak snadné není. Ale namísto je trénovat např. dechová cvičení. Jakmile pocítíte, že vaše tepová frekvence roste a emoce bublají, pokuste se zhluboka nadechnout, na chvíli dech zadržte a poté pomalu vydechněte nosem. Díky tomuto triku se zklidníte a akutní stres ustoupí. Čím více pak budete tuto techniku trénovat, tím více se vám bude dařit poryvů stresu zbavovat.

4. Rostlinná strava

I když diskuse o tom, jak přesně se stravovat, jsou dnes poměrně vyostřené, výzkumníci došli k závěru, že v Modrých zónách žije spousta lidí, kteří preferují převážně rostlinnou stravu. Především je prý namísto zaměřit se na rostlinné zdroje bílkovin, jako jsou fazole, sója, čočka... Rozhodně to ale neznamena, že je přímo nezbytné vzdát se masa. To si klidně dopřejte, ideálně prý vepřové.

5. „Parta přátel“

Přátelství má nesmírnou moc. A jak se ukazuje, ti, kteří žijí nejdéle, mají po svém boku řadu blízkých přátel a udržují s nimi často dlouhodobé (celoživotní vztahy). „Bylo prokázáno, že láska a pozitivní sociální interakce uvolňují oxytocin, známý jako hormon lásky, který hraje roli při vytváření vazeb a snižování hladiny stresu,“ uvedl Vuu. Stručně řečeno – láskyplné a přátelské vztahy dlouhodobě zlepšují emoční stav i fyzické zdraví.

6. Pravidlo 80 %

V Modrých zónách konzumují lidé nejmenší jídlo pozdě odpoledne nebo brzy večer – a pak už nejedí. Tento způsob stravování pak prý odpovídá principu známému také jako „80% pravidlo“, které lidem doporučuje, aby přestali jíst ve chvíli, kdy jsou jejich žaludky plné z 80 %. Jak to poznat? Jakmile se budete začínat cítit sytí, měli byste s jídlem přestat.

7. Čas s blízkými

Trávit čas s blízkými a rodinou, to má smysl nejen v rovině emocionální, ale i v té, jež se týká dožití. Ti, kterým se daří dožívat stovky, jsou obklopeni svými blízkými, partnery, dětmi, vnoučaty...

8. Mít „své místo“

Výzkumy prokázaly, že víra a pravidelné návštěvy bohoslužeb mohou člověku prodloužit život až o 14 let. Nás, ateistické Čechy, ale jistě potěší, že jde především o hledání vlastní vnitřní pohody, jejíž zdroje lze najít prakticky kdekoliv, a tedy i mimo kostel. Může se jednat o oblíbenou kavárnu, posilovnu, nebo příjemný kout v přírodě...

9. Vědět „proč“

Už jste uvažovali o smyslu vašeho života? Možná byste měli. Lidé, kteří si jsou vědomi smyslu svého života, prý žijí v průměru až o sedm let déle. Jak svůj smysl najít? Užít můžete např. japonský koncept Ikigai. Ten staví na zodpovězení čtveřice otázek: Co miluji? V čem jsem dobrý? Co svět potřebuje? Zač mohu být odměněn? Jakmile si na tyto otázky odpovíte, měli byste mít jasno i v tom, jak (a proč) žijete svůj život. A třeba i díky tomu vykročit směle stovce vstříc.



Rok české hudby

Roky končící číslicí **4** mají v české hudbě podobný význam jako „osmičkové“ roky pro náš národ a stát (1918, 1938, 1948, 1968...). Až podivuhodně často vycházejí na výročí narození, úmrtí či vytvoření stěžejních děl nejvýznamnějších českých skladatelů.

Jeden takový čtyřkový rok před sto lety odstartoval tradici oslav „Roku české hudby“. Stalo se tak u příležitosti 100. výročí narození Bedřicha Smetany. Letos je tomu tedy už 200 let, kdy se tento génius, jehož hudba je srozumitelná pro celý svět, narodil.

Zkusme se podívat, jaké významné **4** se zapsaly do české hudební historie. Výčet jmen a událostí není zdaleka kompletní, jde pouze o výběr těch nejznámějších (seřazeno podle data narození, uvedení díla či založení instituce):

Josef Suk - 4. 1. 1874 – 29. 5. 1935, skladateľ, pedagóg, člen Českého kvarteta
Janáčkova filharmonie Ostrava – založena 1. 1. 1954

Jiří Šlitr – 15. 2. 1924 – 26. 12 1969, skladatel, klavírista, zpěvák, herec

Bedřich Smetana – 2. 3. 1824 – 12. 5. 1884, skladatel

Má vlast – 1874, Smetanův nejslavnější cyklus symfonických básní

Oskar Nedbal – 26. 3. 1874 – 24. 12. 1930, skladateľ, dirigent, violista

Jan Novák – 8. 4. 1921 – 17. 11. 1984, skladatel, klavírista

Karel Kryl – 12. 4. 1944 – 3. 3. 1994, písničkář a básník

Emil František Burian – 11. 6. 1904 – 9. 8. 1959, skladatel, dirigent, představitel české hudební avantgardy

Leoš Janáček – 3. 7. 1854 – 12. 8. 1928, skladatel klasické hudby

Její Pastorkyňa – 1904 premiéra nejslavnější Janáčkovy opery

Bohuslav Martinů – 1890 – 1959, skladatel, letos 65 let od úmrtí, **134** let od narození

Antonín Dvořák – 8. 9. 1841 – 1. 5. 1904, skladatel

Humoresky – 1894, nejznámější cyklus Dvořákových klavírních skladeb

František Ignác Tůma – 2. 10. 1704 – 30. 1. 1774, skladatel

Pražská komorní filharmonie – založena 17. 11. 1994

Národní divadlo v Brně – založeno 6. 12. 1884

Premiéra Škroupovy a Tylovy Fidlovačky 21. 12. 1834

A jen tak na okraj: Nejznámější a bezesporu nejpopulárnější český zpěvák všech dob **Karel Gott** se může pyšnit také jednou 4 v datu svého narození: 14. 7. 1939. Navíc by se v roce 2024 dožil 85 let a 5 let uplyne od jeho úmrtí 1. 10. 2019.

Hudba

„Hudba je organizovaný systém zvuků produkováný člověkem a určený pro lidské vnímání. Oproti řeči, která slouží především k dorozumívání, je cílem hudby především estetické působení. Osoba provozující hudbu je hudebník, lidově též muzikant“.



Definice hudby se může zdát na první pohled trošku nesrozumitelná, ostatně jako všechny definice, ale pravdou je, že neexistuje na světě člověk, který by se s hudbou nikdy v životě nesetkal. Hudba nás provází v různých formách celým životem a dá se říct, že je stará jak lidstvo samo. Každý z nás má vlastní vyhraněný hudební vkus, oblíbeného interpreta, hudební skupinu či žánr. Někdo hudbu poslouchá příležitostně, jiný zapne přehrávač hned po probuzení a vypne ho těsně před spaním.

Zpočátku byla hudba součástí náboženských, respektive magicko-náboženských rituálů, často spojována s tancem. Postupně se osamostatňovala a mohla se rozvíjet jako jedinečná disciplína v nekonečné řadě forem a stylů až do dnešní doby, kdy vznikají stále nové hudební formace.

Slovo hudba je odvozeno od „housti“, což původně označovalo hru na strunný nástroj (housle, hudec). Evropský tvar vychází z řeckého „músiké techné“, tj. umění Múz, v latině pak „musica“, v angličtině dospěl k „music“, ve francouzštině „la musique“ a v němčině „die Musik“. V češtině pojem „muzika, muzikant“ jsou spíše součástí hovorové řeči, významovou svátečnost na sebe strhlo slovo „hudba“.

K provozování hudby se používají důmyslně zhotovené hudební nástroje jako zařízení k vydávání tónů a zvuků. Každá kultura má své specifické hudební nástroje, někde dosud používané pouze jako doplněk rituálů a tanců. Lze říci, že téměř vše, co vydává zvuk, může být použito jako hudební nástroj. Lze hrát např. na pilu nebo sklenice naplněné do různé výšky vodou.

Nejvyšší hodnoty hudby jsou svázány s pojmem „vážná hudba“, která je považována za to nejzávažnější, co lidská civilizace kromě vědy vytvořila.

Druhy hudby a její dělení:

[illegible]

- ### *Typy současné moderní hudby:*

-

15



Některé z našich výrobků posíláme na aukci Nadačního fondu Kočkomil. Ke každému výrobku bude připojena jedna ze starých kočíček. Za získané peníze se koupí kočce oblíbené krmení.



Ochutnávka a prodej Belgické čokolády.



Vystoupení děť z MŠ U Obůrky.



Společné tvoření s dětmi z MŠ Duha



Vystoupení dětí z MŠ Duha.



František a František ml. Kuncovi.



Beseda a ukázka dravců.





Vystoupení dětí z MŠ Obránců míru a tvoření s nimi.



Výroba dekorací



Oslava MDŽ S panem Lněničkou



Setkání s dobrovolníky



Pan Kunc a jeho syn se zvířátky



Mezigenerační setkání – velikonoční výroba



Oči slouží do pozdního věku, alespoň někomu..



Předvelikonoční posezení s oslavou narozenin



Valpuržina noc

Do roka máme několik magických nocí, jednou z nich je Filipojakubská nebo Valpuržina noc, dávný svátek, který má kořeny již u Keltů. Byl to obřad nebo oslava? Na každý pád je tato noc spojena s pálením ohňů. Pálení čarodějnic a Valpuržina noc jsou často ztotožňovány s keltským svátkem Beltain či s židovským svátkem Lag ba-omer konající se ve stejném období.



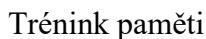
Je zajímavé, že se nějaký svátek objeví v různých kulturách po světě a přitom má vlastně stejný základ. Například právě pálení čarodějnic. Pojdme cestou Keltů a jejich svátku Beltainu slaveného z 30. dubna na 1. května. Tradice oslav této magické noci vychází ze starých keltských zvyků a rituálů, jimiž se v rámci svátku Beltain žehnilo půdě, aby dobře rodila, a stromům, aby dávaly zdravé plody. Etymologie slova beltaine je nejasná, ale zpravidla je vykládáno jako „jasný oheň“. Slabika bel - může znamenat „jasný, zařící“ a souviset s keltským slunečním bohem Belenem. Část - taine může vycházet ze slova teine „oheň“. Jak kdysi probíhaly oslavy. Nejdříve byly uhašeny všechny krby a ohně a poté rozdělán „teine éigen“, tedy živý oheň, rozežhnutý pomocí dvou dřívíků a zapáleny dva ohně mezi kterými byl provázen dobytek, aby byl ochráněn před dobytčím morem a jinými chorobami, lidé pak mezi ohni procházeli pro přivolání štěstí či vyléčení neplodnosti.

Beltaine byl také považován za den vhodný pro začínání velkých plánů a podle Knihy o záborech Irska v tento den do Irska připluli Partholónovci a Mílésiané. Tento den byl dále spojován s čarodějnicemi či jinými nadpřirozenými bytostmi kradoucími lidem jídlo, snad v důsledku docházejících zásob a placení dávek vrchnosti, a byl považován za obzvláště nešťastný den k uzavření svatby. Na druhou stranu k rámci oslav Beltainu patřila i příjemná tradice milování pod širou oblohou, takže svatba ne, ale počnout potomka nebyl problém.

26

1. *Journal of the American Medical Association*, 1997; 277: 1039-1043.





Kvíz:

1. Co je to FRGÁL?

- ## 2. Co jsou KOBZOLE?

- ### 3. Co je to KOČIČÍ SVATBA?

- #### 4. Co je to VOPICH?

- libeček
- kynuté těsto na svatební koláčky
- šťouchané brambory

5. Co je to ŠVESTOUKA?

- a) polievka se sušenými švestkami
b) uzené maso na sladko
c) švestkový koláč

6. Co je to BÁC?

- a) kvěťák
b) vývar z ohánky
c) bramborová buchta

7. Co jsou PŘESŇÁKY?

- a) svatební koláčky
b) bramborové placky
c) plněné bramborové knedlíky

8. Co je to SYRNICA?

- a) kysaná ovčí smetana
b) zapečený chleba se sýrem
c) polévka s olomouckými tvarůžky

9. Co to jsou SRALKY?

- a) malé kynuté buchtičky
- b) švestky
- c) druh vánočního cukroví

10. Co je to VALAŠSKÝ KONTRABÁŠ?

- a) zapečená kachna s kroupami
- b) guláš s houbami a bylinkami
- c) pokrm z pohanky, brambor a uzeného masa

11. Co je to VOŠOUCH?

- a) houbový bramborák
b) drobenka
c) nasekaná petržel

12. Co jsou MÁČÁKY?

- a) závitky z drůbežího masa
b) nakládání okurky
c) utopenci

13. Co je to OBKÁZANICA?

- a) polévka
b) velikonoční bábovka
c) prejt

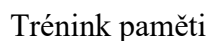
14. Co je to DRBÁK?

- a) knedlíky
b) vepřové špalíčky
c) kapání do polévky

15. Co je to HLADKÁ ANČKA?

- a) polévka
b) krupičná kaše
c) vánočka

1a, 2b, 3b, 4a, 5b, 6c, 7b, 8c, 9b, 10c, 11a, 12b, 13c, 14a, 15a



Podoby jmen

Uved'te ke každému z uvedených jmen co nejvíce jeho
hovorových (domáckých) podob.

Marie

Josef

Anna

Jan

Jiří

Kateřina

Barbora

Dagmar

Michal

Božena

Jak se mi život obrátil naruby

Rodiče mě měli pozdě a byli dost nároční. Na rozdíl od jiných spolužáků jsem měla svůj volný čas doslova do minuty zaplněný. Chodila jsem postupně – a někdy i souběžně – na gymnastiku, balet i kroužek keramiky, ale také do pěveckého souboru a do jazykové školy.

Během studia na medicíně jsem zase jeden semestr absolvovala ve Vídni, druhý v Berlíně. Vybavená obrovskou ctižádostí a perfektní znalostí několika cizích jazyků jsem se vydala na vědeckou dráhu. Víc než kontakt s pacienty mě zajímala věda a výzkum a časem jsem získala vedoucí místo v ústavu patřícím pod akademii věd.

Profesní život jsem zvládala na jedničku, ten osobní byl sérií propadáků. Na partnery jsem měla vysoké nároky. Práce mě prostě úplně pohltila. Těch pár známostí, které jsem měla, skončily na tom, že jsem se nechtěla zdržovat rodinou a dětmi.

Já jsem ale byla šťastná, nic mně nechybělo a rodiče mě v mém způsobu života podporovali. Zdálo se, že po vnoučatech netouží, pro ně byl zázrak, že jsem se jim narodila já, která jsem zůstávala středem jejich života. Zemřeli bohužel rychle za sebou a já jsem ve čtyřiceti letech zůstala úplně sama.

Měla jsem sice kolegy z práce i pár kamarádek, jenže ti měli většinou svůj vlastní život zaplněný rodinou a dětmi, na scházení neměli čas a prostor. Zvládala jsem samotou docela dobře, i když občas mi bylo teskno.

Ten osudný pátek si pamatuju úplně do detailů. Mrazivý lednový večer a na obloze svítily hvězdy. Vracela jsem se domů docela pozdě, a když jsem chtěla otevřít dveře do domu, uslyšela jsem zakňourání a hned další a další. Otočila jsem se k popelníci, odkud ty zvuky vyházely. V krabici od bot tam leželo štěně.

Chlupatá světlá kulička na mě upírala oči. Rozhlédla jsem se kolem. Nikde nikdo. Nevím, co mě to napadlo, ale bylo mi toho psa strašně moc líto. Třeba se někomu zaběhlo, napadlo mě. Vyndala jsem mobil a vyfotila ho. Dám fotky na okolní domy, pomyslela jsem si.

Vzala jsem psa do náručí a odnesla ho dovnitř. Když jsem za pouhých pět minut utírala v chodbě první loužičku, s hrůzou jsem si uvědomila, že

to nebyl dobrý nápad. Nikdy jsem žádné zvíře neměla a neuměla se o něj starat. Našla jsem piškoty a přelila je vlažným mlékem. Štěně, tedy malá psí holka, jak jsem zjistila, se na to okamžitě vrhlo.

Mezitím jsem vytiskla její fotku a ještě ten večer ji vylepila po okolí. Další den jsem došla koupit granule pro štěňata a na internetu googlila, co mám s tím nadělením dělat a jak ho venčit.

Víkend s Bejbinkou, tak jsem jí začala říkat, jsem nějak přežila. Na vylepené fotky nikdo nereagoval. „Tu asi někdo vyhodil,“ řekl mi v neděli večer při venčení soused, když jsem mu ukázala, kde jsem ji našla. „Zajděte s ní k veterináři, třeba vám poradí nějaký útulek,“ dodal.

Vzala jsem si k překvapení kolegů na pondělí dovolenou a šla s Bejbinkou k veterináři, který měl ordinaci ve vedlejší ulici. „Štěně zlatého retrívra, podle váhy bych odhadoval tak na sedm týdnů,“ řekl mi sympatický vousáč. „Co s ní budete dělat?“ zeptal se. „Nechtěla byste si ji nechat? Víte, nějak si nedovedu představit, jak kňučí někde v kleci v útulku a čeká, kdo pro ni přijde.“ – „Ale já... já nemám čas,“ vyhrkla jsem. – „A když řeknu, že vám pomůžu?“ usmál se.

Vlastně se mi s tou chlupatou koulí nechtělo loučit. V práci zůstali v šoku, když jsem v poledne běžela domů venčit psa a odpoledne pospíchala domů. Občas mi naštěstí pomohl Honza, tedy ten vousatý veterinář.

Za půl roku u mě bydlel a za dalšího půl roku jsme se brali. To už byl na cestě náš syn Filip. Dneska je mu deset, Bejbince o rok víc, je to přece jenom už starší psí dáma. Do konce svého života jí budu vděčná za to, že mi vpadla do života, celý mi ho převrátila a že mi ukázala, že štěstí není jenom práce.



Bývalý manžel se ke mně vrátil s dítětem

Stalo se to před deseti lety. Obě naše holky – Hanka a Danka – už měly své životy a já jsem se těšila, že konečně budeme mít na sebe s Rudou čas, užívat si života a cestovat. To všechno Rudolf dělal – ale už beze mě.

Společné plány nám zhatila Rudolfova „druhá míza“. Byl to takový banální příběh stárnoucího šéfa a jeho o dvacet let mladší asistentky. Oznámil mi to hned, jak se s ní prvně vyspal, prý abych se to nedozvěděla odjinud. „Je mi to trapné,“ soukal pak ze sebe, „ale já Pavlítku fakt miluju.“

Neříkám, že to pro mě bylo lehké. Brečela jsem, dcery s tátou chvíli nemluvily, pak se nás snažily zase usmířit. Vlastně ani nevím, jak jsem to zvládla. Rok svého života mám potažený hustou mlhou. Není pravda, že čas všechno spraví, jen si člověk zvykne.

Pak jsem sebrala síly a snažila se začít znovu žít. Zapsala jsem se na kurzy jógy, chodila s kamarádkami tančit a dokonce jsem se přihlásila do internetové seznamky. S dvěma muži jsem se postupně i nějakou dobu scházela. Vždycky jsem ale zatáhla za záchrannou brzdu, když se ke mně chlap chtěl nastěhovat.

Léta ubíhala. O tom, jak žije Rudolf, jsem se dozvídala od dcer – oženil se, narodil se mu syn. Vždycky jsem to vyslechla na půl ucha, ale nechtěla jsem se tím zabývat. „Mami, představ si, Pavlína je nemocná, prý je to vážné,“ vyprávěla mi Hanka, „táta musel zůstat doma na rodičovské, než půjde Matyáš do školky.“ – „A to ta jeho nemá rodiče, aby pomohli?“ ucedila jsem skrz zuby a dala najevo, že mi tahle konverzace není příjemná. – „Ona je z děcáku,“ doplnila Danka. – „Hm, ale postarat o sebe se nakonec dokázala,“ zavrčela jsem a přešla na jiné téma.

„Crrrr...crrrr,“ rozespale jsem sáhla po budíku. „Crrrrcrrrrr...“ znovu se rozeznělo bytem, než mi došlo, že je sobota a že to musí být zvonek. „Co, co se děje?“ mžourala jsem spánkem slepenýma očima, když jsem otvírala. Za dveřmi stál Rudolf. Od té doby, co jsem ho naposledy viděla, mu zešedly vlasy. V obličeji byl popelavě bílý a třesoucím se hlasem řekl: „Lenko, promiň, já vím, že je půl šesté... Ale já, já nevím, kam tak rychle dát Matyho.“ Teprve teď jsem si všimla malého klučíka, který se za ním

stydlivě schovával. „Pavlína v noci zemřela. Akutní leukémie,“ pokračoval. „Musím zařídit všechno kolem pohřbu. Hanka je na dovolené a Dana na služební cestě... Pavlína nikoho nemá, tedy neměla.“

Přála jsem si co nejrychleji zabouchnout dveře a znovu se zachumlat do peřin, když se ozval tichý hlásek: „Ty jsi příbuzná maminky?“ – „Ne,“ řekla jsem a chtěla tu absurdní situaci ukončit. – „Škoda. Maminka říkala, že nikoho nemá. Ale já jsem jí říkal, že si někoho přičarujeme.“ – A pak jsem slyšela, jak proti své vůli říkám: „Nejsem příbuzná maminky, ale tvého tatínka. Jmenuju se Lenka. Ty jsi Matyáš?“ – „Teda tati, tys mi říkal, že máš jen Hanku a Danku!“ Pak se na mě otočil: „To jsou moje ségry, víš. Ale už jsou tákhle velký,“ máchl ručkou nahoru. – „Že ty jsi ještě nesnídal?“ zeptala jsem se ho. „Tak pojď dál, tatínek si něco vyřídí a pak si tě vyzvedne.“

Uvařila jsem si silné kafe a Matymu připravila kakao. Strašně moc mi připomínal starší Hanku. Měl velké hnědé oči jako ona. A když se usmál, dělaly se mu d'olíčky ve tváři jako Dance. Dopoledne s Matym rychle uběhlo. Objevila jsem staré pohádkové knížky po holkách a musím říct, že Matyáš byl na tříletého kluka hrozně zvědavý. „Jé, tady na tý fotce jsou moje ségry! Ty je taky znáš? A proč jsem dřív neznal tebe?“ – „Budu ti říkat, teto, jo? Já žádnou tetu nemám.“ „Lenko, moc děkuju,“ rozpačitě přešlapoval Ruda před dveřmi, když si vyzvedával Matyáše. „Ani nevíš, jak jsi mi pomohla.“ – „Kdybys potřeboval... tedy výjimečně potřeboval... někdy zase Matyáše pohlídat, ozvi se,“ vyhrkla jsem a najednou mi bylo líto, že klučina odchází. Občas toho Ruda využil. A já musím přiznat, že jsem si toho rozumbradu oblíbila, i když jsem se při jeho záludných otázkách někdy pěkně zapotila. „Teto, proč ti moje ségry říkají mámo?“ – „No, protože jsem jejich máma.“ – „Aha. Mýmu tátovi taky říkají táto. Proč mám já jinou maminku? Ta je teď v nebi...“ – „Nejdřív jsme s tvým tatínkem měli svatbu, narodily se nám tvoje sestry. A pak jsme se už přestali mít rádi,“ povzdychla jsem. „To se někdy stává... Tatínek se pak oženil s tvou maminkou.“ – „Hm. Tomu nerozumím. Ale hlavně, že se s tatínkem máte rádi teď.“

Tak idylické a přímočaré to zase nebylo. Trvalo rok, než jsem pozvala Rudolfa na oběd, a další půl, než jsme se sestěhovali. Kdyby nebylo Matyáše, nikdy bych ho už zpátky nevzala.

Slepovaný vztah je jako slepovaný hrnek. Je křehký a pořád hrozí, že někde praskne. Rudovi jsem nikdy úplně neodpustila. Jenže Maty za to nemůže.

JAKÉ MÁME DUBNOVÉ BYLINKY?

S příchodem jara se začíná probouzet příroda z dlouhého zimního spánku a začínají růst bylinky, které nám přinášejí zdravotní benefity.

Které dubnové bylinky by doma neměly chybět?

Po zimních měsících je **potřeba očistit naše orgány a celé tělo**. Jarní bylinky nám pomáhají zbavit se nahromaděných škodlivin, stejně jako nám mohou být nápomocné při jarní únavě a nachlazení.

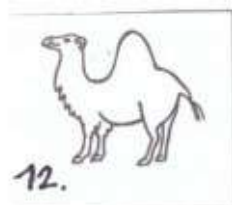
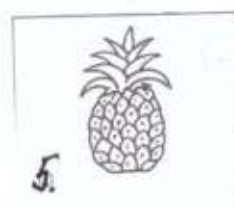
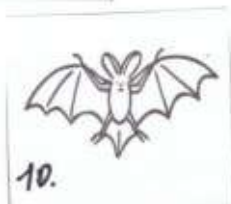
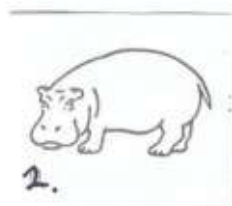
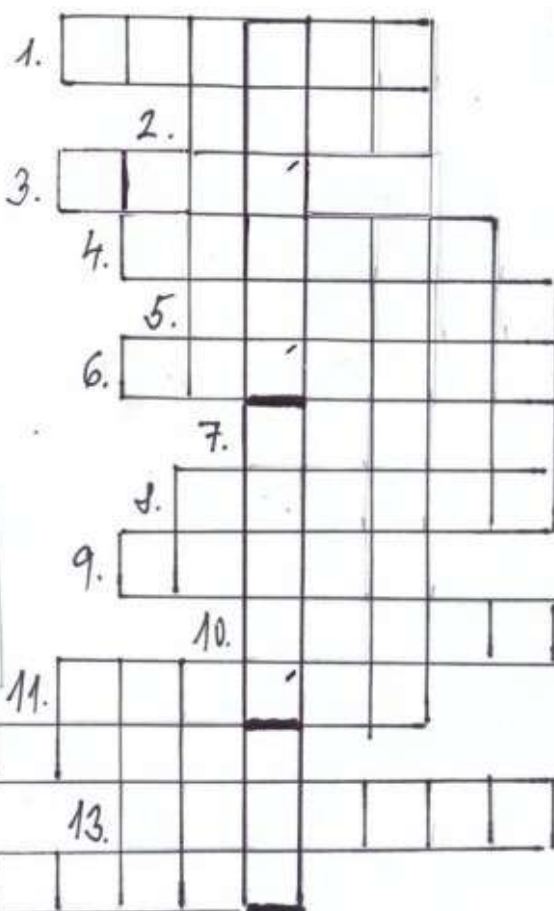
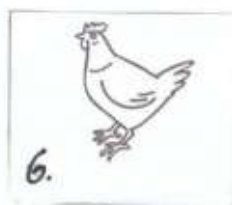
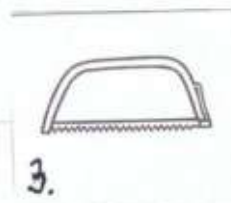
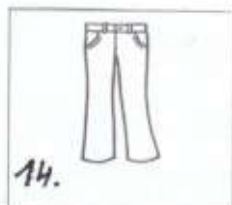
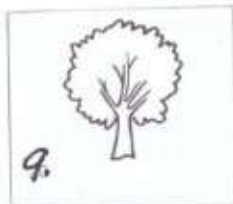
- **Kopřiva dvoudomá** – obsahuje mnoho vitamínů a minerálů, včetně železa, hořčíku a vápníku. Můžete ji použít jako přísadu do smoothie nebo ji sušit a používat jako čaj.
- **Kontryhel obecný** – má protizánětlivé a analgetické účinky, což znamená, že může pomoci snížit zánět a bolest v těle. Má pozitivní vliv na ženské zdravotní potíže.
- **Bříza bělokorá** – působí příznivě na fungování močových cest a ledvin.
- **Smetánka lékářská (pampeliška)** – napomáhá k normální činnosti trávení, působí také jako prebiotikum a zároveň podporuje vylučování a pročištění organismu. Přispívá k normální činnosti močové soustavy.
- **Ostropestřec mariánský** – je známý především jeho blahodárný vliv na játra. Přispívá k jejich pročištění i správnému fungování. Podporuje přirozenou obranyschopnost organismu a chrání buňky před oxidativním stresem.
- **Kokoška pastuší tobolka** – přispívá k normální činnosti kardiovaskulárního systému. Udržuje komfort v období před a během menstruace.
- **Hluchavka bílá** – přispívá k zachování normální činnosti dýchacího systému a také napomáhá vylučování vody z organismu. Příznivě ovlivňuje trávení a chuť k jídlu.
- **Lichořeřišnice větší** – obsahuje silice a fenolické sloučeniny, které mají výrazné antibakteriální, antivirové a protiplísňové účinky.
- **Brusnice brusinka** – napomáhá k ochraně buněk před oxidativním stresem. Má pozitivní vliv na normální činnost kardiovaskulární. Podporují správnou činnost gastrointestinálního traktu a střev.

Zdroj: <https://www.prodejnabylin.cz/blog>

V Čechách jsou oblíbená tzv. mariánská poutní místa. Poutníci směřují na místa zjevení Panny Marie či k jejímu obrazu nebo soše, kterým je obvykle přisuzována kouzelná moc. Nejvýznamnější cesty jsou (tajenka) či městyse Křtiny v Moravském krasu. Těš se, brzy na poutní místa vyrazíme, ovšem ne jen jako luštitelé, ale jako kempaři. Už se na tom pracuje a věříme, že se vám tipy na výlety do míst, kde cítíte neuvěřitelnou energii, budou líbit.

POMŮCKA: ADA, BLS, HALB, RAT	ODPLATA	OPAK LYRIKA	1. DÍL TAJENKY	OBYVATEL EVROP. OSTROVA	POLOVINA KMITU	Labyrint křížovek	CHUŤ K JÍDLU (HOVOR.)	OPAK MRŤVÉ	SVOLIT K ČEMU	HEYER- DAHLOVO PLAVIDLO	Labyrint křížovek	ZÁRMUTEK	OŽEHNUŤ	2. DÍL TAJENKY	OCHRANA PROTI PC VIRŮM	SPZ TÁBORA
STUDENT MEDICÍNY						DEKORATIV- NÍ ČÁST STAVBY					PÍCHAT					
VÝTRUSY HUB						HOŘ. NÁPOJE OBYVATEL- STVO (HOVOR.)					DIVADELNÍ ZÁVĚS PROJEV NE- SOUHLASU					
JEHLIČ- NATÝ STRŮM				ZA LEVOU RUKOU SOUHLAS						ŽENSKÉ JMÉNO ZEŠLENÝ ZÁPOR						
SPIŠY					JIHO- EVROPSKÝ STÁT PŘEDLOŽKA							KOČKOVITÉ ŠELMY INIC. HER. RÁZLOVÉ				JAKO (SLOVEN.)
Labyrint křížovek	HUDEBNÍ ZNAČKA	KLADNÉ ELEKTRODY ASLUSKÝ SOKOLÍK						INTERNÁT (HOVOR.)					DRUH PEPŘE VÝPRAVNÁ BÁSEŇ			
PŘÍJÍT NA SVĚT								OPAK PRAKTIKA								
ZVOLÁNÍ TOREA- DORA				KOUŘEM KONZER- VOVAT	 Významná památka barokní architektury, poutní místo s chrámem Jména Panny Marie podle projektu Jana Blažeje Santiniho. Právě to vám nabídne městyse Křtiny, ležící u Brna.							PRUŽINA				
POSVÁTÝ ZÁKAZ												INICIÁLY ZPĚVÁKA HEJMY		STARÁ KARETNÍ HRA	KRČNÍ OBRATEL	
A PODOBNĚ (ZKR.)												SODOVKA				
Labyrint křížovek	CITO- SLOVCE PŘEKVA- PENÍ	CHEM. ZN. LITHIA ZNAČKA DRESSINGŮ										Labyrint křížovek	RADA (NĚMECKY) SEKNOUT			
PCHÁČ												PES Z KNÍHY BABÍČKA				
ZÁLOŽNÍ ZDROJ NAPÁJENÍ (ZKR.)				FRANC. HUDEBNÍ SKLADATEL								DLOUHÁ CHVÍLE				
PŮL (NĚMECKY)												OPASEK (ZASTAR.)				
												PROUD				
FIRMA VYRÁBĚJÍCÍ ZVUKOVOU TECHNIKU					PLATCE	Labyrint křížovek	DRAVÁ RYBA	CHEM. ZN. SODÍKU	SVAZ MĚST A OBCÍ ČR (ZKR.)	Labyrint křížovek	OBEČ DKR. JIČÍN KOSMETICKÝ PRÁŠEK				CIHLÁŘSKÁ HLÍNA	KLÁVESÁ NA POČÍ- TAČI
Labyrint křížovek	ZÁPORNĚ NABITÁ ČÁSTICE	VŠEOBECNÁ ZDRAVOTNÍ POJIŠTOVNA VÝNOS				PRVNÍ NOVINOVÁ SPOLEČ- NOST (ZKR.)				NESNÁZE DOBYTČÍ NÁPOJE						
ZNAČKA PRACÍHO PRÁŠKU						AUTO- DIDAKT CHEM. ZN. ŽELEZA							MODEL CADILLAKU VÝKAL			
CHEM. ZN. NEONU				HEDVÁBNÁ TKANINA HYDRID GERMANIA				OSTR.-KARV. DOLY (ZKR.) ČES. ZEM. UNIV. (ZKR.)					VZDOR PROGRAM. JAZYK			
ZKR. AKA- DEMICKÉHO TITULU				CÍL PŘI STŘELBĚ DĚTSKÝ POZDRAV					BIBLICKÁ HORA SNÍŽENÝ TÓN E							ANGLICKÁ PŘEDLOŽKA
SVAZKY KLEŠTÍ						MÍSTO SPOJENÍ LAN					UKRAJIN- SKÁ PÍSEŇ					
ADAMITA						DOMÁCÍ PTÁCI					OBYVATEL SVĚTADÍLU					

Pojmenujte obrázky a vepište je do tajenky.



Pro zasmání...

Sraz absolventů školy.

Po 10 letech: Půjďme k Černé kočce, protože tam mají prsatou servírku.

Po 20 letech: Půjďme k Černé kočce, protože tam mají dobré pivo.

Po 30 letech: Půjďme k Černé kočce, protože tam mají dietní jídlo.

Po 40 letech: Půjďme k Černé kočce, protože tam mají bezbariérový přístup.

Po 50 letech: Půjďme k Černé kočce, protože tam jsme ještě nikdy nebyli.

Babička dala Honzíkovi pod stromeček atlas a při rozbalování říká: "A Honzíku, važ si ho, sama jsem ho používala ve škole." - "A je v něm už Amerika?"

Zastavila mě policie, protože jsem jel 187 km/h na dálnici, kde je 130 km/h.

Policista: "Přesně na takového jako Vy jsme tady čekali celý den." Odpověděl jsem: "Spěchal jsem k Vám, co nejrychleji to šlo!"

Policie zatkla podvodníka prodávajícího pilulky pro věčné mládí. Jde o recidivistu, který byl za to již trestán v letech 1721, 1845 a 1926.

„Socialista je člověk, který vám dá peníze v nouzi, do které byste se nikdy nedostali, kdyby vám je předtím nesebral.“

Pořád přemýšlím nad tím, jak rodiče zabíjeli nudu v době, kdy ještě nebyl internet. Ptal jsem se svých 14 bratrů a sester a taky nevědí.

Řek si stěžuje turistovi: „Máme tu velice těžký život pane, nic nám tady neroste.“ - „I když zasejete?“ „Když zasejeme, tak to jo.“

"Asi půjdu do armády, ženský prý berou na mužský v uniformě." - "To není uniformou. To je tím, že vědí, že posloucháš rozkazy a jíš blafy."

Doktor mi důrazně kladl na srdce, abych se více staral o svoji váhu. Tak jsem na ní utřel prach.

Matka se posadí s dítětem v letadle a sundá mu čepici. Vedle sedící pán se na dítě podívá a pronese.

"To je nejošklivější dítě, jaké jsem kdy viděl. Vždyť vypadá jak opička!"

Matka se rozpláče. Vidí to letuška, přispěchá k ní a snaží se jí pomoci:

"Co pro vás mohu udělat? čaj, kávu, mléko nebo banán pro opičku?"

A detailed illustration of a bouquet of flowers. The bouquet is composed of several large pink roses, smaller red roses, and a few yellow daisies. It is accented with clusters of small purple flowers, possibly hydrangeas or lilacs. The flowers are surrounded by lush green leaves. The entire bouquet is tied together with a wide purple ribbon, which is wrapped around the green stems at the bottom. The background is plain white.

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

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili:

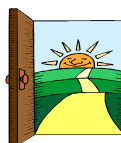
pan Russmann Jaroslav
pan Pavlík Vladimír
paní Baráková Marie
paní Tržilová Marie
paní Lorencová Helena
paní Báňová Alenka
pan Malý Luděk

Pan Bohumil Kadlec
Pan Miroslav Kupa



Vítáme nové obyvatele:

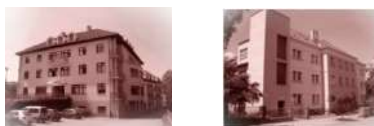
Paní Hanu Milostnou
Paní Jindřišku Borskou



Paní Drahomíra Nováková

- Největší dárek, který můžeš někomu dát, je tvůj čas, tvá pozornost a tvoje láska.
- Nedovol, aby tě strach z prohry vyřadil ze hry.
- Chovej se k ostatním přesně tak, jak chceš, aby se oni chovali k tobě.
- Ne oni, ale TY. Ne tam, ale TADY. Ne potom, ale TEĎ.
- Jisté je jen jediné, totiž že jisté není nic. *Lao C*
- Važ si toho, co máš teď, protože je pozdě vážit si toho, co jsi měla včera.
- Mít jemné srdce v drsném světě je odvaha, ne slabost.
- SLOVA mohou lhát, ale ČINY vždycky prozradí pravdu.
- Zrovna když si housenka začala myslet, že je život u konce, proměnila se v motýla.

Koutkova - Kubešova



Redakční rada:

Macáková Alena, Poskočilová Romana, Zettelmanová Svatava, Bergerová Jaroslava,
Krejčová Renata
(zaměstnanci domova)

Redakční rada nezodpovídá za obsahovou stránku příspěvků

SENIORSKÝ KOUTEK

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