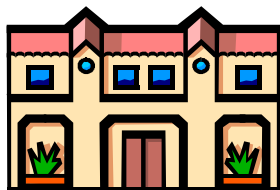


SENIORSKÝ KOUTEK

Ročník 18



Číslo 1

LEDEN 2017

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

Uvnitř tohoto čísla:

Ohlédnutí

Připravujeme

Příspěvky

Kdo vynalezl ...

Přečetli jsme za vás

Osobnosti Třebíčska

Zdraví

Fotografie z akcí

Křížovky

Zasmějte se s námi

Kronika

Citáty



Ohlédnutí za prosincem...

DpS Koutkova

[illegible]

- Dopolední kluby v hobby a v atriu
- Odpolední setkávání v TV místnosti
- Zdobení vánočních stromečků ve II. a III. patře **1.12. ve 14.00 hod.**
- Vánoční JARMARK V TŘEBÍČI – prodej výrobků zhotovených v naší hobby **5.12.**
- Dobrovolníci z Dukovan – **5. 12. v 15.15 hod.**
- Možná přijde Mikuláš **6.12. dopoledne**
- Zdobení velkého vánočního stromu v atriu našeho domova **7.12. dopoledne**
- Barevné Vánoce v Jihlavě- prodej výrobků zhotovených v naší hobby **8.12.**
- Vánoční vystoupení dětí ze ZŠ Palackého **9.12. v 10.00 hod.**
- Vánoční pečení – **12. 12. 13. 12.**
- Jarmark v hobby místnosti – **14. 12. od 10 hod.**
- U3V – **14.12. v 10.00 a ve 13.00 hod.** ve školící místnosti ve II. patře
- Kavárnička spojená s oslavou všech, kteří se narodili v měsíci PROSINCI; hudba Fialová a Švarc **15.12. od 14.30 hod.** v atriu domova
- Důchody - **15. 12. od 10.00** hod. v kanceláři soc. pracovnice
- Posezení u vánočního punče – **19. 12., 22. 12.**
- Navštíví nás zastupitelé města Třebíč **20.12. v 10.30 hod.**
- Turnaj v ruských kuželkách – **21. 12.**
- Canisterapie - na pokojích a OZR /**12. 12. v 15.30 hod./**

Připravujeme v měsíci lednu....

[illegible]

Výlety a vycházky po okolí na přání (dle počasí)

- **Dopolední kluby v hobby a v atriu** (podrobnosti na letáčku „Akce v týdnu“)
- **Odpolední setkávání v TV místnosti** (podrobnosti na letáčku „Akce v týdnu“)
- **Ženy v armádě - 5. 1. od 10 hod.**
- **U3V – 4.1. v 10.00 a ve 13.00 hod.** ve školící místnosti ve II. patře – s podrobnostmi vás na požádání seznámí instruktora soc. péče Naďa Hospůdková
- **Dobrovolníci z Dukovan – každé první pondělí v měsíci v 15.15 hod.**
- **Plesová kavárnička** spojená s oslavou všech, kteří se narodili v měsíci LEDNU; hudba ČERNÍ BARONI **13.1. od 15.30 hod.** v atriu domova
- **Důchody - 16. 1. od 10.00** hod. v kanceláři soc. pracovnice
- **Canisterapie** - na pokojích a OZR /**2. 1., 16. 1. v 15.30 hod.**/

Mše Církve římsko – katolické

v sobotu 7. 1. ve 14.30 hod.

*v sobotu **21.1.** ve **14.00** hod.*

v kapli sv. Josefa v 1. patře



Provoz v bufetu denně od 14.15 – 16.00 hod.

[illegible]

pp

- [illegible]

- 

Pomluvy hýbou celým světem, spousta lidí má na nich vybudovanou slušnou kariéru, ale co my, obyčejní lidé? Každý den se setkáváme díky televizi a bulvárnímu tisku s tímto problémem – pro někoho zábavou, a když se nějaká fáma nebo pomluva objeví na veřejnosti u bohatých, tak většinou tyto pomluvy skončí veřejnou omluvou.



Obyčejný člověk s tvrzením jedna paní povídala by působil dojmem obecního blázna, bez důkazu, tak co dělat? Když se budeme trápit tím, co se o nás říká, ničíme si tím svoje zdraví a posouvačům pusy stejně nezavřeme. Když na někoho budeme křičet, že o nás řekl to nebo ono, buďto to ten dotyčný vůbec neřekl, nebo řekl a myslel to jinak, anebo opravdu řekl, ale stejně to zapře, protože on přece není takový, a je tu další pomluva. Když vám někdo do očí neustále opakuje, že je upřímný člověk, tak to stojí za úvahu. Upřímný člověk, podle mého názoru, nemusí dávat zvláštní důraz na to, že je upřímný, protože podle mě je někdy upřímnost skoro až drzost, ale když si dáme ruku na srdce, je jednodušší si vyrovnat účty s drzounem než falešníkem.

Tak proč vlastně někoho pomlouvat? Nemáme svých starostí i radostí dost, proč se starat o cizí problémy, když jim namůžeme nebo ani nechceme pomoci, spíš jen ublížit. Proč se nezamyslet sami nad sebou, jestli jsme tak dokonalí a neomylnínikdo z nás není! A jestli někdo něco dělá takhle a já bych to dělal takhle, kde беру tu jistotu, že moje řešení je to správné, podle kterého mohu někoho odsuzovat a nad něho se povyšovat? V životě se dostaneme do různých situací, ať už dobrých nebo zlých, tak proč přát někomu něco zlého, proč ho pomlouvat, proč mu závidět? Nemá to cenu, s holým zadkem jsme na tenhle svět přišli a stejně tak i z něj odejdeme. Život je příliš krátký na to, abychom někomu jinému ho zbytečně znepříjemňovali!

Pomlouvám se bohužel neubráníme a jediné, co můžeme udělat je to, že dáme každému šanci, aby nám ukázal, co dobrého v něm je!

Josef Kříž
III. patro

Kdo se dožije stovky let?

Ve Spojených státech je módní jezdit na dovolenou do ekvádorského městečka Vilcabamba, které leží v údolí dlouhověkosti. Turisté okukují životní styl tamních lidí a jedí stejná jídla jako oni. Dokonce tam vzniklo muzeum dlouhověkosti. A víte proč? Protože obyvatelé údolí pochopili, že na zájmu turistů je třeba vydělat. Ta výjimečnost tví v tom, že se tam lidé dožívají 100 a více let. V muzeu se dozvíte, že nejstarší obyvatel prý zemřel ve věku 168 let, jenže neexistuje žádný úřední záznam, který by dokázal datum jeho narození. Ale na lákání turistů to stačí.

Podvody s dlouhověkosťí

Vysoký věk nás fascinuje a zároveň děsí. Jsme stále pod větším vlivem různých prognóz o stárnutí společnosti, ve které bude nedostatek mladých, schopných vydělávat na ty staré a nemocné. Ale více než o snaze dosáhnout co nejvyššího věku, je třeba mluvit o tom, jak dosáhnout nejvyššího věku v dobré kondici.

A to je v současné době jeden z nejlukrativnějších druhů byznysu. Centrem pozornosti je teď např. čínský kanton Čcheuny-maj, kde prý žije z 560 000 obyvatel více než 200 stoletých, nebo v Abcházii je hodně stoletých lidí více než v okolních oblastech. I tam přijíždějí lidé až z Moskvy a platili lidem za to, aby říkali zahraničním vědcům, co je naučili. Zfalšovali jim doklady a protože většina neuměla psát ani číst, naučili je data svého zfalšovaného narození.

Století Češi

Absolutní rekord v dlouhověkosti v ČR drží Marie Miková, která se dožila 112 let. Druhou nejdéle žijící Češkou byla Marie Bernátková, která se dožila 111 let. Zemřela v roce 1969.

Na základě vědeckých výzkumů bylo zjištěno, že lidé, kteří se dožívají více, než 100 let bude přibývat. V Česku by v polovině století mohlo žít až 13 tisíc lidí ve věku 100 a více let. Většinou půjde o ženy, muži budou tvořit zhruba čtvrtinu dlouhověkých.

K letošnímu lednu žilo v Česku 1143 lidí ve věku 100 a více let. Žen je mezi nimi 5 x více než mužů.

Nejstarší Češka

V současné době je v ČR rekordmankou co do dlouhověkosti Vlastimila Češková. Letos se dožila 109 let. Narodila se v malé chalupě na Valašsku, měla 9 sourozenců, táta byl vesnický učitel. Krátce také učila, pak si vzala mlynáře a provozovali mlýn. Tvrdí, že je zvyklá jíst málo a cokoli, co právě je, snaží se pořád hýbat, nedívá se na zprávy, aby se nerozčilovala. Donedávna

V čem se shodují vědci světa o dlouhověkosti

Ze zkoumání života dlouhověkových vznikla statistika, ze které vyplývá, že většina z nich prožila v životě těžké období, či měla náročnou práci, ať už psychickou, nebo fyzickou. Kupříkladu dlouho žijí váleční veteráni ze II. světové války nebo lidé, kteří přišli o majetek i společenské postavení.

- ✓ Plně vnímat svět kolem nás, jeho barvy, zvuky. pocity.
- ✓ Toulat se svobodně v myšlenkách, uvolnit se, prohlížet staré fotografie, otevřít si láhev vína, rozsvítit si svíčku.
- ✓ Setkávat se s přáteli, povídat si, smát se.
- ✓ Sledovat východ i západ slunce, slyšet zpěv ptáků nebo svoji oblíbenou písničku.
- ✓ Udělat dobrý skutek, pochválit a pohladiť někoho, poradit a pomoci druhému.
- ✓ Vracet se do kraje dětství, těšit se z úspěchů vlastních dětí, vnoučat, setkávat se často s rodinou.
- ✓ Těšit se z prvního úsměvu miminek, jejich prvních slov i krůčků.
- ✓ Radovat se z darování kytičky, usínat v náručí milované osoby.
- ✓ Probudit se do slunečného rána, vnímat vůni letního lesa.



E. Škorpík
II. patro

Už jednou nohou v pekle

Když čert z pekla pro mě přišel,
nachladil se, dostal kašel.
To ho velmi rozladilo,
a ještě víc popudilo.

Pane čerte, prosím pěkně,
ještě mě tu chvíli nechte.
V pekle by mně vedro bylo,
to by se mi nelíbilo.

Abych mu to ulehčila,
tři hašlerky jsem mu dala.
Hned jsem toho využila,
a tuto prosbu k němu měla.

Na pokoji sic je zima,
jinak je tu vsechno prima.
Klienti s tím souhlasili,
všichni by to potvrdili.

Čert kroužil se jako had,
sebou mě vzít, či nechat?
Zítra už se rozhodne,
zda se mnou, či beze mě.



Mikulášské historky

Když Mikuláš svátek má,
dárky dětem rozdává.
Děti, které hodné byly,
perníčky od něj dostaly.

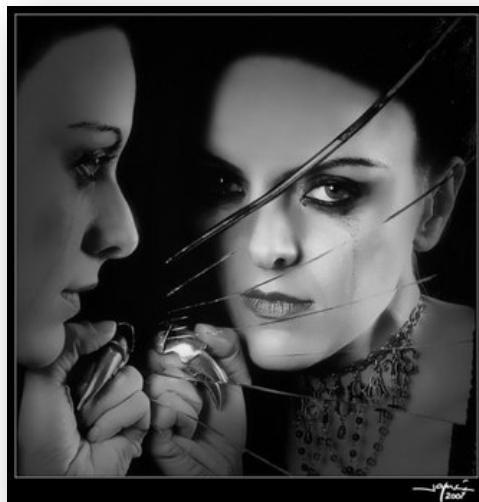
K Mikulášovi čert se přidal,
dětem peklem vyhrožoval.
Děti se ho hrozně bály,
za mámu se schovávaly.

Děti, které zlobily,
a poslouchat nechtěly,
dostaly jen metličku
a trochu uhlí v pytlíčku.

Anděl sice s nimi chodil,
nadšený tím zrovna nebyl.
Teď už jen na to těší se,
až v nebi bude zase.

Ne, tentokrát se nejedná o známou písničku.

V době, kdy jste vy, naši senioři, byli mladí, se závidělo ledaco – kráva na pastvě, prasátko ve chlívku, nová střecha nad hlavou, šaty, které jste si nechali ušít.



Ti, co tohle všechno mají, chtějí víc – auta dražší, výkonnější a alespoň tři. Dům ještě lépe vybavený a s bazénem. Místo chaty další dům, ale někde v zahraničí, nejlépe u moře, vždyť to už má dnes každý, kdo je trochu na „úrovni“.

A samozřejmě peníze, hodně peněz!

Ti, co patří k tzv. nižší vrstvě, mají podprůměrný plat nebo patří dokonce k nezaměstnaným, závidí to základní, co by měla mít každá rodina: střechu nad hlavou, práci a peníze na obyčejný, slušný život.

V posledních letech se ale vynořila třetí skupina závistivých.

Ti už závidí něco úplně jiného. Majetek a hmotné statky již mají. Pomocí peněz si dokáží splnit jakákoliv přání.

Co nedokáže, je schopnost projevovat lásku. Milovat čistě a bezpodmínečně.

Schopnost zahodit masku, kterou ukazují okolnímu světu a většinou i svým nejbližším a ukázat svou pravou tvář – s tím dobrým a krásným, ale i se všemi negativními vlastnostmi, které má každý z nás.

Schopnost být sám sebou a být pravdivý.

Schopnost vidět ve všech a ve všem
něco dobrého a krásného.

A tak závidí těm, kteří těchto schopností dosáhli.

Tito závistivci nedokáží pochopit, že majetek a peníze si může opatřit každý, ale to druhé, nehmotné, jde uskutečnit jen tvrdou prací sám na sobě a že je to nikdy nekončící dřina.

Přestaňme závidět.

Domy, auta, peníže musíme po smrti nechat zde na zemi.

Ale nabytou sílu lásky, úcty ke všemu, vědomí sama sebe a hlavně získané pochopení - to s námi půjde dál, do všech dalších životů, co přijdou.

Svatava Zetzelmannová



Nostalgie

Stojím u okna, venku je tma a sněží. Každá vločka mi rozzáří v hlavě vzpomínku na mládí. Když jsem chodila v křupajícím sněhu s babičkou na roráty. Pak přišel Štědrý den. Po návštěvě hřbitova jsme zasedli k svátečně prostřenému stolu. Po mnoho let jsme tam sedávali čtyři generace. Po bohaté nadílce jsme se já a sestra vystřídalaly u klavíru, kde jsme hrály koledy. Potom jsme se odebrali na půlnoční. I když tady v domově se snaží udělat večer co nejpříjemnější, chybí tomu domácí atmosféra. Ani silvestr už není takový, jako býval. Sešlo se nás, co nejvíce v jídelně, kde jsme poseděli až do večera.



P. Junqwirtová Dps Kubešova

Kdo vynalezl...

Od ledna otevíráme novou pravidelnou rubriku – KDO VYNALEZL, OBJEVIL, VYMYSLEL...

Doufáme, že vás potěší a mnohdy i překvapí.

Napadlo vás někdy při navlékání ponožek, komu asi vděčíme za tenhle super vynález?

Historie punčoch: od starověku až po silonky

Ponožky jsou takový základní kousek oblečení, že by jednoho ani nenapadlo, že k vývoji té dnešní podoby ponožek vedla relativně dlouhá cesta.

První náznak ponožek byl zaznamenán už v 8. století před naším letopočtem, kdy řecký básník Hesiod zmínil tzv. piloi. Ty byly vyrobené pravděpodobně ze zvířecích chlupů jako speciální vnitřní obložení bot.

Úplně první dochované ponožky pocházejí z období 300 až 500 let po Kristu. Egyptské ponožky z delty Nilu jsou pouze dvouprsté, rozdělení na dva a tři prsty je tu kvůli tomu, aby ponožka zapadla do boty, konkrétně tedy... tramtadádá... do sandálu. Tehdy a tam se totiž nic jiného nenosilo. No copak na to řeknete, zastánci té pravé a jediné módy?



Římané balili své nohy, lýtku a kotníky do dlouhých pruhů kůže nebo tkaniny. Tento způsob je nám znám pod pojmem onuce, které se např. v ruské armádě stále používají!

Ve 2. století našeho letopočtu jsou pak zmíněné tzv. udones, které byly vystřižené a ušité z tkanin, plstí nebo kůže a byly přetaženy přes nohu. Tito předchůdci ponožek ale postrádali pružnost.

V 5. století našeho letopočtu duchovní nosili ponožky s názvem "ovinovačky". Nošení ponožek symbolizovalo čistotu.

První pletené ponožky (nicméně pletené jiným způsobem, než známe

dnes) byly objeveny v egyptských hrobkách ve 3. až 6. století našeho letopočtu. Od roku 1000 se ponožky staly symbolem bohatství mezi šlechtou.

Ručně pletené punčochy se vyvinuly do své moderní podoby v 17. století. Anglická **královna Alžběta I. odmítla v roce 1589 vydat patent na první pletací stroj**, který vynalezl reverend William Lee. Důvodem prý bylo, že punčochy z tohoto stroje byly hrubší než jemné hedvábí dovezené ze Španělska. Vynálezce Lee svůj model pletacího stroje dále vylepšil tak, že byl schopen plést jemnou pleteninu, nicméně královna vydání patentu znovu zamítla. Odůvodněním bylo, že by ruční pletaři a pletařky mohli přijít o práci. Lee odešel do Francie, kde s podporou krále Jindřicha IV. rozjel výrobu ve městě Rouen a prosperoval až do atentátu na Jindřicha IV. v roce 1610. Lee zemřel v bídě ve Francii kolem roku 1610. Jeho bratr se po jeho smrti vrátil do Anglie a pomalu začal budovat průmyslovou pletařskou výrobu a to i proti odporu ručních pletařů.



Zajímavé také je, proč se Lee do vývoje pletacího stroje pustil. Traduje se, že žena, kterou si namlouval, se zhlédla více v pletení než v něm. A nebýt jí, kde by možná současné punčochy a ponožky byly.

Pletací stroj tohoto vynálezce byl tak dobře koncipován, že to byl po staletí jediný typ funkčního stroje. Jeho obecné principy jsou začleněny do všech moderních strojů, a původní typ jehel se stále používá ve strojích na punčochy.

Vynález pletacího stroje v roce 1589 dokázal, že pletené ponožky byly upleteny 6krát rychleji než ručně. Nicméně, pletací stroje a ruční pletaři pracovali bok po boku až do roku 1800.

Na počátku byli muži

Přiléhavé kalhoty, které tehdy nosili výhradně muži, sahaly od pasu až po paty – jako naše moderní legíny. Ženy pak nosily jejich punčochovou variaci, drženu nad koleny pomocí primitivních podvazků.



Reklama na sílonky se švem Van Raalte z roku 1950

Po roce 1545 přišly do módy **ručně pletené punčochy**, u kterých asi poprvé v historii začal převládat „okrasný“ účel před praktickou ochranou nohy. Švy pletených punčoch byly totiž často zdobené komplikovanými hedvábnými vzory. Ty pak zůstaly populární až do poloviny minulého století.

Hedvábí a pletací stroj

V té době se punčochy pletly především z hedvábí a bavlny. Hedvábí bylo přirozeným výběrem vládnoucí třídy, k tomuto vzácnému a luxusnímu materiálu se totiž otevřely nové obchodní cesty.



Oblékání hedvábných punčoch, rok 1930

Módní vsuvka

Existuje mnoho různých způsobů, jak nosit punčochy. Hedvábné punčochy se například někdy nosily v několika párech najednou přes sebe, hlavně v chladném počasí. Naopak v 17. století, kdy byly v módě vysoké kožené boty, se **další pár punčoch nosil jako ochrana** těch jemných hedvábných vespod. Široké krajkové lemy se pak ohrnovaly přes okraje bot.

Muži nosili hedvábné punčochy s podvazky až do konce 18. století. Potom se ale začaly objevovat dlouhé kalhoty tak, jak je známe, a ke slovu přišly ponožky nošené pod nimi.



Válečné punčochy

Strojově vyráběné bavlněné punčochy byly v 19. století mezi ženami oblíbené především pro svou praktičnost. Tehdejší móda ostatně neposkytovala moc příležitostí pro rafinované punčošky. Po první světové válce ale začaly do módy přicházet kratší sukně – a s nimi i elegantní dlouhé hedvábné punčochy. To jen dokazuje, že **délka sukní určuje také módu punčoch** i jejich oblíbenost.

S objevem a masivním použitím nylonu na počátku 40. let minulého století začalo ovšem hedvábí rychle ztrácet na popularitě. Doba si žádala dostupnější a především levnější materiály...

1940's Most Talked of Stockings

Royal Purple*

COLORS

Skintone..... Our lightest tan beige.
Jaysen..... Light tan beige with slight rose cast.
Versaille..... Medium tan beige.
Heldays..... Deeper tan beige with slight rose cast.
Resolute..... Medium rose beige.
Towneser..... Medium neutral beige with taupe cast.
Guatemala..... A deeper gray beige.
All colors not offered in all styles. Be sure the color you want is listed in the style you order.
Colors shown on Color-Graph preceding Index Section in back of book.

Rare Sheerness That Wears

Royal Purple* Nylon

The Newest Royal Purple Stockings

There are many kinds of nylon stockings, but none exceed in quality those offered under the Royal Purple name. The actual construction of nylon stockings governs their wearing quality to a great extent, just as it does in silk stockings. It is important, that you choose Royal Purple Nylons for their beauty, their beauty, their long wear! Full fashioned, Knee-high, French heels, Extra fine seams, Low sandal heels, Dainty foot tops. These lovely stockings deliver fast care. Wash in Lukewarm just as you do silk to help preserve their beauty.

Colors: Jaysen, Skintone, Versaille, Silou, RN, S, 8 1/2, 10, 12 1/2. Order size and color. See Size Scale on Page 100. Shipping weight, pair, 3 ounces; three pairs, 5 ounces.

Our Loveliest, Finest Nylons		Our Lowest Priced Nylons	
\$1.24	3 pairs \$3.45	\$1.09	3 pairs \$3.00
* Seams Registered Brand Outlets All Others.		* Seams Registered Brand Outlets All Others.	

124 • SEARS, ROEBUCK AND CO. •

Dobová reklama na silonky Roal Purple

Věk silonek

S nylonem (obchodní názvy *perlon*, *silon* a další) soupeřila po druhé světové válce o pozici „nového hedvábí“ další umělá vlákna, například *rayon* (viskóza z regenerované celulózy) nebo *vilene* (netkaný vliselín). Pro punčochy z těchto materiálů se u nás vžil **všeobecný název silonky**.

Nylonové punčochy zcela nahradily hedvábné punčochy se švy až po roce 1960. Byly stále vyráběny stejným způsobem – naplocho plně tvarované,

pletené od lemu ke špičce postupným ubíráním a pak sešity na zadní straně. Není to úplně jednoduché, ale výsledek je dokonalý.

Tyhle „poctivé“ punčochy byly nakonec **nahrazeny moderními bezešvými punčochami** se zesílenou patou a špičkou, tvarovanými zahříváním nylonového vlákna. To je (spolu s vynálezem elastických materiálů – například Lycra) zatím asi poslední revoluce ve výrobě punčochového zboží.

October 16, 1948

PACK IT—washable, quick-drying nylon man's robe! So light it takes up little room—so long wearing you'll be packing it for many trips to come! Because nylon can be "beaten" wrinkles and creases are no worry.

WORK WITH IT! In the water, out again—commercial laundry bags must be strong, light, extra long-wearing. And they are—made with nylon! Tough, elastic nylon fibers have a high tensile strength when wet, are unaffected by detergents.

WASH IT! Hang it up! Your nylon blouse is almost ready to wear again. For nylon is that fast-drying fiber! Needs only a little airing, can be set to hold its shape. Your blouse will keep its fresh, crisp and feminine look—wear and WASH!

news about NYLON

it all started with a stocking
... a shorter, better, long-wearing stocking than women had ever dreamed of!
Today you're wearing nylon which has no fashion night, no sun-bleach, no fade, no stain, no wear, and grows strong for their weight.
You're looking as beautiful as ever in sweaters, pajamas, slippers, gloves—thanks to the strength, toughness, and elasticity of countless industrial uses.

Du Pont makes the nylon fibers used in the products shown. The manufacturers of these products use nylon because nylon products can have these outstanding properties:

- ✓ STRENGTH
- ✓ LIGHTNESS
- ✓ ELASTICITY
- ✓ TOUGHNESS
- ✓ LONG WEAR
- ✓ EASY WASHING
- ✓ FAST DRYING
- ✓ FLAME RESISTANCE
- ✓ RESISTANCE TO MOths AND PERSPIRATION
- ✓ CAN BE "SET" TO HOLD SHAPE

DU PONT
REG. U.S. PAT. OFF.

BETTER THINGS FOR BETTER LIVING
... THROUGH CHEMISTRY

TO MANUFACTURERS: Are there textile fibers in your product? Then you'll want to read "Nylon Textile Fibers in Industry." Write for this important book now!

NEW! FREE book for women, teachers, students—
"About Du Pont Nylon." Write to Nylon Division, E. I. du Pont de Nemours & Co. (Inc.), Wilmington 98, Del.

FOR NYLON... FOR RAYON... FOR FIBERS TO COME... LOOK TO DU PONT

Zpět k funkčnosti?

V 60. letech minulého století byly v módě velmi krátké minisukně a místo punčoch se začaly nosit spíš punčocháče (punčochové kalhoty). Na první pohled sice nejsou tak hezké, ale svou funkci plní dobře – **podvazky k minisukni** si totiž může dovolit jen určitá sorta žen (eufemisticky řečeno).

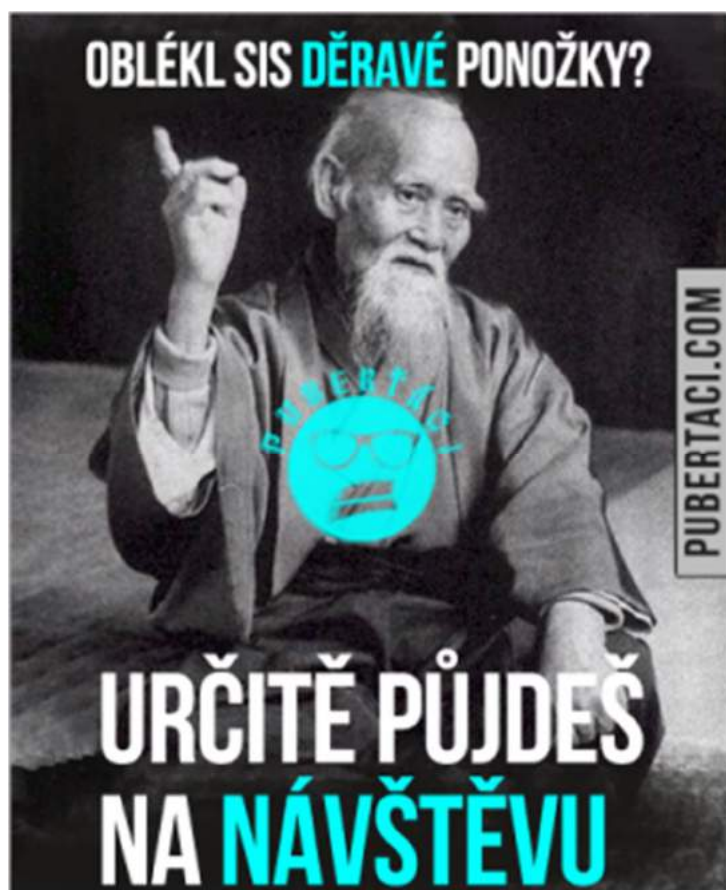
Nylon nakonec zcela ovládl i segment ponožek: moderní nízké (ideálně tělové) silonové ponožky do lodiček nebo ještě nižší do balerínek se dnes ovšem nenosí kvůli své kráse, která je mírně řečeno dost diskutabilní, ale opět jen a jen kvůli praktičnosti.

Další vynález, **samodržící punčochy s gelovými pásky**, naštěstí vnesl aspoň trochu světa do jinak neutěšeného světa punčocháčů a dal silonkám znovu možnost být nádherným módním doplňkem.

Síťované punčochy, punčošky s krajkovým lemem, barevné podkolenky, šněrovací nadkolenky, vzorované silonky, různobarevné elastické legíny... Nebojte se jich a noste je co nejčastěji, vaše nožky si přece zaslouží **být symbolem krásy!**



Moderní matné černé silonové punčocháče



Mezinárodní den památky obětí holocaustu a dnešek

27. ledna si připomínáme 71. výročí osvobození nacistického tábora smrti Osvětimi Rudou armádou. Tento den byl vyhlášen 1. listopadu 2005 Valným shromážděním OSN Mezinárodním dnem památky obětí holocaustu. Světová veřejnost si tak připomíná



památku šesti milionů Židů, kteří byli nacisty a jejich pomahači zavražděni nejen v táborech smrti, ale masově vražděni v ghettech, Babim Jaru, Rize, Kremničke a na bezpočtu dalších míst okupované Evropy. My, Židé vzpomínáme na památku našich předků, kteří zahynuli rukou nacistických katů posvěcující Jméno Nejvyššího. Nelze však nepřipomenout téměř dva miliony nacisty zavražděných Romů a dalších nevinných obětí. Ti, kdo přežili pozemské inferno holocaustu odcházejí na věčnost a za pět deset let nebude již téměř živých pamětníků druhé světové války, jejíž částí byla i nejmasovější vražda civilního obyvatelstva v dějinách lidstva – holocaust – šoa. Vždyť těch, kteří byli v letech 1939-44 dětmi, se zachránila nepatrná hrstka a pokud dožili do dnešních dnů, jsou to již lidé mezi 75 a 85 lety věku. Již delší dobu jsme svědky pokusů o relativizaci nacistických zločinů páchaných na židovském obyvatelstvu zemí okupované Evropy a dokonce pokusů ze strany některých „historiků“ a „vědců“ o popírání holocaustu vůbec. Velice znepokojující je snaha některých kruhů ve světě, zvláště pak pro-palestinských, radikálně muslimských či radikálně levicových přirovnávat Izrael k nacistickému Německu a Palestince k židovským obětem holocaustu. Takováto přirovnání nejenže dehonestují šest milionů židovských obětí šoa, ale jsou zcela záměrnou, zlovolnou, hrubou, trestuhodnou a vědomou falzifikací historických událostí z let 1939-45. Jedná se o velmi sofistikovanou lež, kterou dnešní antisemité na pozadí izraelsko-palestinského konfliktu podsouvají světové veřejnosti jako zcela historicky podloženou skutečnost.

ŠKODLIVOST CHLÓRU VE VODĚ A JAK HO ODSTRANIT

Voda z vodovodu je plná chlóru, případně stále více oblíbené dezinfekční látky chloraminu. Chlór je jinak toxickým plynem, poprvé použitý za I. světové války. Voda, kterou pijeme, by neměla obsahovat více jak 0,3 mg chlóru na jeden litr. Bohužel, častěji je toto množství nad limitem, než pod ním. Důvodem je ta skutečnost, že garantovaná hodnota chlóru musí být i na posledním kohoutku vodovodního řádu. S délkou vodovodního vedení totiž množství chlóru ve vodě klesá, tudíž na počátku vedení je nejvyšší hodnota.

Proto je dobré si svůj vodu otestovat. Dá se to jednoduše provést pomocí testovacích proužků, které zjišťují obsah chlóru, pH, a zásaditost.

Rizika dlouhodobé konzumace chlóru

Chlór a hlavně jeho vedlejší produkt (DBPs) mají při dlouhodobém užívání více závažných rizik, která mohou vést k následujícím onemocněním:

- rakovina močového měchýře
- zvýšení krevního cholesterolu
- astma
- alergie
- kožní problémy
- poškození zraku
- těžkosti s dýcháním

Největší problém chlórované vody

Největším a pravděpodobně i nejrozšířenějším problémem, který vzniká při dlouhodobé konzumaci chlóru je **vznik osteoporózy**. Není však za ní odpovědný přímo, protože jeho příčina se úplně ortodoxní medicínou přehlíží.

Důvodem je ten, že chlór vytěsňuje jód a tím poškozuje štítnou žlázu, včetně jejího vlivu na metabolismus vápníku. Tělo tak po čase nedokáže správně vápník zpracovávat, tento pro kosti důležitý minerál a následně dochází k osteoporóze. Ortodoxní lékaři potom předepisují doplňky s vápníkem, protože chybně předpokládají, že ho má tělo pacienta nedostatek.

Skutečný problém spočívá ale v tom, že tělo nedokáže vápník zpracovat.

Jak odstranit chlór z vody

Naštěstí odstranění chlóru z vody je poměrně jednoduché, pokud víte jak na to.

- převaření vody. tento způsob zná téměř každý. Nicméně musíme vědět, že délka varu musí být až 15 minut, aby se z vody vyloučil všechen chlór.
- přefiltrování vody. Chlór z vody dokáží odstranit některé vodní filtry. Při jejich koupi se však ubezpečte, že zachytávají i chlór, protože většina běžných vodních filtrů odstraňuje jen hrubé nečistoty, některé jen těžké kovy a spóry bakterií.
- filtrovat vodu z vodovodu byste měli vždy, protože kromě obsahu chlóru může voda obsahovat i další škodlivé látky.
- odstátí vody. O tomto způsobu jste pravděpodobně již slyšeli. V tomto případě je ale nutné nechat vodu odstát 2 - 3 dny, ne pár minut, jako se mnozí donívají.

Běžnou zakalenost vody po jejím napuštění do sklenice nezpůsobuje chlór, ale maličké bublinky vzduchu. Ty sice rychle vyprchají, ale chlór v ní zůstane ještě dlouho.

Citronová šťáva obsahující vitamín C

Mým nejoblíbenějším způsobem odstranění chlóru z vody je použití citronové šťávy. Ta totiž obsahuje vitamín C, který při styku s chlórem chemicky zreaguje. Po zreagování zůstane ve vodě jen zanedbatelné množství kyseliny chlorovodíkové (HCl), která je neškodná, protože se nachází v našem žaludku v žaludečních šťávách.

Pro odstranění 0,1 mg chlóru ve 3 dcl vody je potřebné cca 0,25 mg vitamínu C (kyseliny askorbové). Toto množství se nachází přibližně v 0,5 ml citronové šťávy, tedy asi v 10 kapkách.

Obvykle se doporučuje poměr 1 mg vitamínu C na 1 litr vody.

Klidně si můžeme nakapat i více, přece citron je zdravý.

Zdroj: [*How To Cleanse The Water From Chlorine, And Why It Is Recommended*](#)

Tříkrálová tradice

Tři králové jsou patroni poutníků a hříšníků. Podle Matoušova evangelia se u krále Heroda v Jeruzalémě objevili mudrcové z Východu, jež hvězda upozornila na příchod krále a přišli se mu tudíž poklonit.



Dorazili sice do Betléma a našli tam Svatou rodinu, ale vybídnuti andělem nevraceli se již přes Jeruzalém, ale volili cestu jinudy. **Herodes** pak ze strachu o trůn nechal vyvraždit všechny betlémské chlapce mladší dvou let. Tito mudrcové byli patrně chaldejští hvězdopřevodci, jejich počet se později ustálil na tři (patrně podle tří darů, o kterých je v evangeliu zmínka) a začali být dokonce označováni jako **králové**.

V pozdějších legendách (patrně až v 7. století) dostali i jména - **Kašpar, Melichar a Baltazar** - a každému z nich byly připsány i dary, které měli Ježíškovi přinést:

Kašpar zlato (znak královské důstojnosti),

Melichar kadidlo (užívané při obětech a modlitbách) a

Baltazar myrhu (rovněž vonnou pryskyřici jako znak Ježíšova člověčenství).

Co však přesně tyto dary představovaly se můžeme dnes jen domnívat. Jisté ale je, že všechny tyto dary byly v tehdejší době nejen velmi drahé, ale i cenné pro svou léčivou sílu.

Zlato je, a samozřejmě i vždy bylo, nejušlechtlejším kovem a symbolem bohatství.

Kadidlo bylo díky své vůni, navozující slavnostní atmosféru, v mnoha náboženstvích velmi vyhledávané. Šlo o směs vonných dřevin a pryskyřic, myrhy, semínek, kořenů a usušených květů. Kadidlo se pálilo na rozžhaveném dřevěném uhlí v kadidelnicích, čímž se uvolňoval vonný dým. Prodávalo se v podobě malých, místy průhledných, kulovitých kousků barvy světle žluté nebo bledě červené, na povrchu voskově lesklých. Kadidlo se mimo vykuřování v chrámech používalo odedávna k výrobě mastí a léků.

Myrha byla hmota-šťáva, vytékající ze stejnojmenného keře, která na vzduchu ztuhla ve žluté, červené či hnědé průhledné kousky o velikosti ořechu, za kterou se platilo zlatem. Proto si ji mohli dovolit jen největší boháči. Jinak se používala při vykuřování v chrámech nebo při různých slavnostech. Už staří Egypťané balzamovali mrtvé rozpuštěnou myrhou. Římané zas myrhu přidávali k vínu, aby nasálo libou vůni, a také si ji vtírali do vlasů. Podobně jako kadidlo, patřila i myrha mezi vonné látky s léčebnou schopností.

Západní křesťanství slaví památku sv. Tří králů dne **6. ledna**. Oproti tomu východní církve si připomínají příchod Tří mudrců do Betléma už **25. prosince** (tedy na svátek Narození Páně).

Svátek Tří králů byl i **posledním** dnem ve vánočním období, kdy se koledníci vydávali na koledu. **Tříkrálová koleda** patří mezi nejznámější, vždyť kdo by ji neznal. Vánoční

Přečetli jsme za vás ...

období nazývané také jako vánoční okruh se uzavřelo hned první následující neděli po svátku Tří králů. Oslava narození Ježíše Krista skončila, následovalo liturgické mezidobí, které mělo připravit věřící na největší křesťanský svátek - Velikonoce.

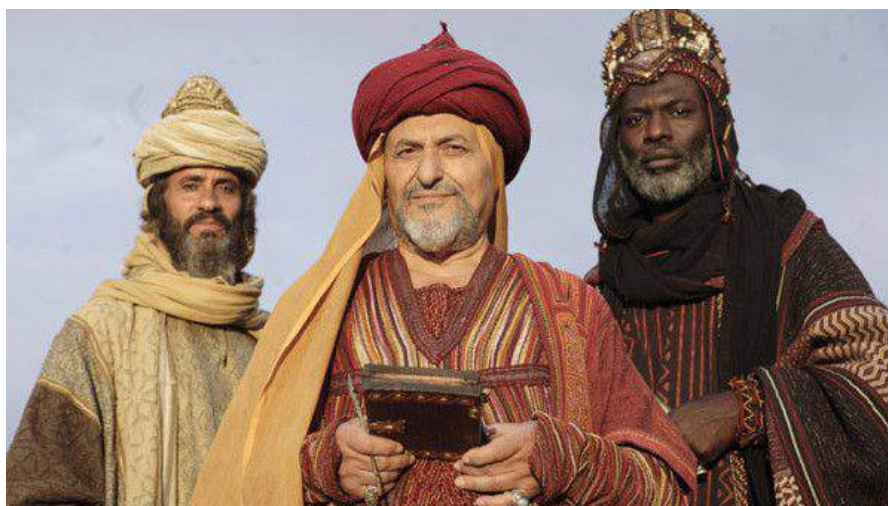
Pro pravoslavné věřící však Vánoce 6. lednem teprve začínají. Ve východní liturgii na tento den připadá jeden z nejdůležitějších svátků pravoslavné církve - svátek Zjevení Páně (původní svátek Ježíšova zjevení se světu).

K+M+B

Význam tohoto svátku odjakživa doprovázely lidové zvyky. Na křesťanském Východě se světí křestní voda a žehnají se řeky. Ve střední Evropě je časté žehnání domů, při němž se na dveře svěcenou křídou píší písmena C+M+B, u nás v Čechách obvykle K+M+B. Nejsou to patrně počáteční písmena jmen "Třech králů": Kašpar, Melichar a Baltazar, jak se lidově traduje, nýbrž zkratka latinského **Christus mansionem benedicat - Kristus požehnej tomuto domu.**

**My Tři králové jdeme k Vám, štěstí zdraví přejeme Vám.
Štěstí, zdraví, dlouhá léta, my jsme k vám přišli z daleka.
Daleko-li cesta Vaše? Do Betléma mysl naše.
Copak ty tam černej vzadu, vystrkuješ na nás bradu?
Aj, já nejsem černej, jsem jen od slunce opálenej.
Slunce je toho příčina, že je má tvář opálena.
Kdybys na slunce nechodil, nebyl by ses tak opálil.
Slunce je drahé kamení a to od Kristova narození.**

Svátek svatých Tří králů se končil cyklus vánočních svátků a tohoto dne se taky obvykle odstrojoval vánoční stromek. Někteří lidé však vánoční stromek spolu s betlémem nechávali až do Hromnic a děje se tak i za našich časů.



ŠKODLIVOST CHLÓRU VE VODĚ

Voda z vodovodu je plná chlóru, případně stále více oblíbené dezinfekční látky chloraminu. Chlór je jinak toxickým plynem, poprvé použitý za I. světové války. Voda, kterou pijeme, by neměla obsahovat více jak 0,3 mg chlóru na jeden litr. Bohužel, častěji je toto množství nad limitem, než pod ním. Důvodem je ta skutečnost, že garantovaná hodnota chlóru musí být i na posledním kohoutku vodovodního řadu. S délkou vodovodního vedení totiž množství chlóru ve vodě klesá, tudíž na počátku vedení je nejvyšší hodnota. Proto je dobré si svojí vodu otestovat. Dá se to jednoduše provést pomocí testovacích proužků, které zjišťují obsah chlóru, pH, a zásaditost.

Rizika dlouhodobé konzumace chlóru

Chlór a hlavně jeho vedlejší produkt (DBPs) mají při dlouhodobém užívání více závažných rizik, která mohou vést k následujícím onemocněním:

- rakovina močového měchýře
- zvýšení krevního cholesterolu
- astma
- alergie
- kožní problémy
- poškození zraku
- těžkosti s dýcháním

Největší problém chlórované vody

Největším a pravděpodobně i nejrozšířenějším problémem, který vzniká při dlouhodobé konzumaci chlóru je **vznik osteoporózy**. Není však za ní odpovědný přímo, protože jeho příčina se úplně ortodoxní medicínou přehlíží.

Důvodem je ten, že chlór vytěsňuje jód a tím poškozuje štítnou žlázu, včetně jejího vlivu na metabolismus vápníku. Tělo tak po čase nedokáže správně vápník zpracovávat, tento pro kosti důležitý minerál a následně dochází k osteoporóze. Ortodoxní lékaři potom předepisují doplňky s vápníkem, protože chybně předpokládají, že ho má tělo pacienta nedostatek.

Skutečný problém spočívá ale v tom, že tělo nedokáže vápník zpracovat.

Naštěstí odstranění chlóru z vody je poměrně jednoduché, pokud víte jak na to.

- převaření vody. tento způsob zná téměř každý. Nicméně musíme vědět, že délka varu musí být až 15 minut, ab se z vody vyloučil všechn chlór
- prefiltrování vody. Chlór z vody dokáže odstranit některé vodní filtry. Při jejich koupi se však ubezpečte, že zachytávají i chlór, protože většina běžných vodních filtrů odstraňuje jen hrubé nečistoty, některé jen těžké kovy a spóry bakterií.
- filtrovat vodu z vodovodu byste měli vždy, protože kromě obsahu chlóru může voda obsahovat i další škodlivé látky.
- odstátí vody. O tomto způsobu jste pravděpodobně již slyšeli. V tomto případě je ale nutné nechat vodu odstát 2 - 3 dny, ne pár minut, jako se mnozí donívají.

Běžnou zakalenost vody po jejím napuštění do sklenice nezpůsobuje chlór, ale maličké bublinky vzduchu. Ty sice rychle vyprchají, ale chlór v ní zůstane ještě dlouho.

Mým nejoblíbenějším způsobem odstranění chlóru z vody je použití citronové šťávy. Ta totiž obsahuje vitamín C, který při styku s chlórem chemicky zreaguje. Po zreagování zůstane ve vodě jen zanedbatelné množství kyseliny chlorovodíkové (HCl), která je neškodná, protože se nachází v našem žaludku v žaludečních šťávách.

Pro odstranění 0,1 mg chlóru ve 3 dcl vody je potřebné cca 0,25 mg vitamínu C (kyseliny askorbové). Toto množství se nachází přibližně v 0,5 ml citronové šťávy, tedy asi v 10 kapkách.

Obvykle se doporučuje poměr 1 mg vitamínu C na 1 litr vody.

Klidně si můžeme nakapat i více, přece citron je zdravý.

Jakmile začne řádit chřipka a nachlazení, vy padnete mezi prvními a zimní dny prožijete s kapesníkem, horkým čajem a hromadou prášků? Víme, jak se z nemoci dostat rychle a přírodní cestou!

- čerstvý vzduch
- teplé oblečení
- sport a fyzická aktivita
- vitaminy a doplňky stravy
- otužování, saunování
- očkování
- pestrá strava
- vyhýbání se stresu



„Nachlazení je nejčastější infekční onemocnění. Dospělý člověk se nakazí dvakrát až třikrát do roka, děti až dvanáctkrát. Mezi příznaky patří kašel, rýma s pocitem ucpaného nosu a kýcháním, bolest hlavy, nechutenství, únava. Tyto typické projevy dosahují vrcholu druhý až třetí den a zpravidla odezní do sedmi až deseti dní,“ uvádí vedoucí lékař Lázní Luhačovice, primář MUDr. Jiří Hnátek.

Chřipka vás do postele pošle na podobně dlouhou dobu, ale přesto se liší.

„Mezi příznaky chřipky patří rychlý nástup nemoci, horečka kolem 38–40 stupňů Celsia, v úvodní fázi zimnice a třesavka, celková schvácenost, intenzivní bolest hlavy, svalů a kloubů, pocit únavy, nechutenství, pocity na zvracení. Současně se objevuje suchý, dráždivý kašel, který přechází po několika dnech v kašel s malou produkcí hlenu,“ dodává MUDr. Michal Lazák, praktický lékař z Prahy.

1. Čarujte s bylinkami

Nicméně pokud na sobě začnete pociťovat první příznaky onemocnění, ulehněte do postele co nejdříve. Vyhnete se kontaktu s dalšími nemocnými lidmi a klid na lůžku vám pomůže bojovat s bacily.

Osobnosti Třebíčska

Jiří Pecha

Herec Jiří Pecha patří už dnes k žijícím legendám brněnského (a nejen brněnského) divadelního a filmového světa.



Narodil se 12. listopadu 1944 v rodině divadelních ochotníků v Třebíči.

Vyučil se automechanikem a pod podmínkou, která nakonec zůstala nesplněná, totiž že si dodělá maturitu, byl přijat na divadelní fakultu JAMU v Brně. Na JAMU se seznámil se svým pozdějším nejčastějším hereckým partnerem a „věrným a věčným“ souputníkem Bolkem Polívkou. Stál u zrodu slavného brněnského Divadla Husa na provázku, o čemž říká: „Když Bolek začínal, mně zbýval rok do promoce. ... Kromě lumpáren jsme dělali společně divadlo. Ještě na škole totiž na popud našich profesorů vznikla Husa na provázku.“

S tímto legendárním brněnským divadlem Pecha posléze spojil velkou část své herecké kariéry. Právě tam v září 1997 měla premiéru inscenace hry Babička – fetišistická revue podle Boženy Němcové, která je jednou z divácky nejúspěšnějších v posledních letech. Za hlavní roli Babičky obdržel herec Jiří Pecha i ocenění v soutěži o cenu Nadace Alfréda Radoka za svoji hereckou kreaci. Hrál v bezpočtu divadelních představeních a například ve filmech Balada pro banditu, Kalamita, Poslední leč, Šašek a královna, Dědictví, Zapomenuté světlo, Lotrando a Zubejda, Všichni moji blízcí, Musíme si pomáhat, Nuda v Brně, Pupendo.

Exceluje na divadelních prknech i ve filmu. Bravurně zvládá rozpětí mezi tak odlišnými rolemi, jako je hlavní postava v komediální Babičce, titulní role v tragédii Král Lear či role kunsthistorika bez práce ve filmovém Pupendu.

Jiří Pecha je podruhé ženatý, když z prvního manželství ukončeného rozvodem má dceru, která žije v Austrálii.

Se svou druhou ženou Janou má dvě dcery. Vedle Bolka Polívky za své blízké přátele považuje Miroslava Donutila a Arnošta Goldflama.

Pojí se k němu přezdívka Peca jako zkratka slova pecivál, což pochází z dob vysokoškolských studií, kdy nepatřil k nejpilnějším žákům.

Zajímavostí je rovněž Pechova znalost brněnského slangu zvaného hantec, díky kterému se objevil v několika reklamách. Odbornou kritikou je Pecha považován za instinktivně až živočišně hrajícího herce se širokým rejstříkem od ryze komediálních kreací až k dramaticky vyhraněné látce. Ve volném čase si rád zahraje kulečník.

Přesto brněnský herec Jiří Pecha, řečený „Peca“, zůstává trochu ve stínu známějších kolegů, o to více si zaslouží svůj vlastní „portrét“.

„S doktorama mám jednu historku...

Tehdá mi bylo zhruba deset a měl jsem otevřenou zlomeninu. Noha. Doktoři si s tím nevěděli rady a chtěli mi ji uříznout. Naštěstí tam byl jeden, veterán ze španělské války, který se tam naučil drátovat zlomeniny. Takže mi to celý zdrátoval. Byl jsem jeho pokusnej králík, ale povedlo se to. Rok jsem ležel v sádře.

No jo, ale ty dráty tam nějak obrostly nebo co a už je nikdy nikdo nevyndal. Ted' chodím po rentgenech a doktoři jsou z toho úplně vyjevení, co to tam jako mám. Bolek by řekl, že jsem kyborg. Ale tomu doktorovi jsem vděčný, ten mě zachránil, dokonce jsem pak ještě běhal, byl jsem druhé na republikových přeborech za mladší dorost.“



VÁNOČNÍ JARMARK



BAREVNÉ VÁNOCE V JIHLAVĚ



CANISTERAPIE



PEČENÍ V HOBBY





PŘEDVÁNOČNÍ KAVÁRNIČKA



HUDBA: FIALOVÁ ŠVARC





DENNÍ PROVOZ BUFETU A OBČERSTVENÍ NA KAVÁRNIČCE ZAJIŠŤUJE JAN MEJZLÍK



HUDEBNÍ VYSTOUPENÍ DĚTÍ Z MŠ PALACKÉHO



ZDOBÍME SI VÁNOČNÍ STROMEČKY NA PATRECH





NAVŠTÍVILI NÁS ZASTUPITELÉ MĚSTA TŘEBÍČ









I obyvatelé měli vánoce ve svých pokojích...





Vzpomínáme na předvánoční chvíle

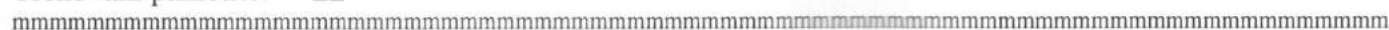








SIRNAC	ALŠIPMAPEK
KARTIPONE	TÁRFAKAI
LPTEKRÍČ	VOSTAKŘA
DEMÁKRSIAXS	LDISVĚTE
ZŘETLAKA	CITNYHA
ŘEMCODEN	TAPSLIODAK
GENBEÓI	LÍNKEN
LÁPTNUI	LTACHBOU
ZNIDVIA	EBARGRE
ADLILGOA	CHAHULKAV
PARCH	CTIRELJO
ECMIŘEČE	KSÍFU
KLAFIA	VNOLAKNAIK
NASAKAS	VRÍKNABE
ŽREŮ	FÉREIZ
ENÚPTIE	KLOCINKE
IELLI	AKLA
JECHROID	CHŘIŘAE
TKUSAK	NIFRÁKA
CHORRAH	ŘOPKAVI



ČÍSLA

Prohlédněte si celou stránku a určete, které číslo je napsané dvakrát.

879

690

700

909

698

860

780

789

531

800

680

908

890

960

789

970

600

807

609

660

809

790

670

KONCENTRACE POZORNOSTI • 117

ZAPAMATOVÁNÍ HUDEBNÍCH NÁSTROJŮ

Nejprve si pozorně přečtete rozdělení hudebních nástrojů podle druhů. Pak se pokuste doplnit volné řádky.

Dechové nástroje dřevěné – pikola, flétna, hobo, anglický roh, klarinet, fagot.

Dechové nástroje žesťové – lesní roh, trubka, pozoun, trombon, tuba.

Bicí nástroje – tympány, triangel, buben, činely, xylofon.

Strunné nástroje drnkací – harfa.

Strunné nástroje úderné – klavír.

Strunné nástroje smyčcové – housle, viola, violoncello, kontrabas.

DOPLŇTE:

dechové nástroje dřevěné –

.....

..... – lesní roh, trubka, pozoun, trombon, tuba

bicí nástroje –

.....

strunné nástroje drnkací –

.....

..... - klavír

strunné nástroje smyčcové –

.....

Opačné znamení: Rak

Muž Kozoroh

Kozoroh bývá ve společnosti trochu plachý a většinou se drží spíš v pozadí, ale na druhou stranu je rád, když může své okolí pobavit. Za svými názory si dokáže stát a nemění je.

Silné stránky

Je to běžec na dlouhé tratě, který ví, co chce. Vyniká spolehlivostí a záleží mu na tom, aby s ním byli lidé spokojeni.

Slabé stránky

Své skutečné pocity a trápení ukřývá pod tlustou slupkou a málokdo ho doopravdy zná takového, jaký je v hloubce duše.

Má rád

Stabilita je pro něj velmi důležitá a zakládá si na svých zažitých zvycích. Umí ocenit hezké věci, umění a literaturu.

Nemá rád

Agresivita a násilí nejsou jeho šálek kávy, ve hrách a sportech se taky příliš nevyžívá. Nerad se zříká své důstojnosti.

Žena Kozoroh

Je to klidná a vyrovnaná povaha, která se snaží lidem ve svém okolí vyhovět. Než něco udělá, pořádně si to promyslí. Působí vážným a důstojným dojmem a má smysl pro povinnost.

Silné stránky

Její čestnost a odpovědnost jsou k pohledání. Na slovo, které vám dá, se můžete spolehnout a svému okolí je oporou.

Slabé stránky

O svých opravdových touhách a snech příliš nemluví a trvá jí poměrně dlouho, než v sobě najde odvahu je i uskutečnit.

Má ráda

Má smysl pro inteligentní humor a líbí se jí umění, které nepostrádá vtip. Cení si také tradic a ráda se k nim vrací.

Nemá ráda

Když ji budete do něčeho tlačit, zaručeně si o vás pomyslí své a stáhne se. Nemá ráda ani hádky a vadí jí agresivita.

POMŮCKA: ASAR, ASIR, BALI, NZEM	OKRÁDAT	ČINSKÝ DRUH CUKRU		SPZ ASCOLI PICENTO (ITÁLIE)	FRANC. NÁRODNÍ LIDOVÉ DIVADLO	ODBOŘNÍK V AGRO- NOMII	Chodí-li svatá Kateřina po ledě, ...			
BRÁHMAN- SKÉ TAJEMNÉ SLOVO			ČÍNSKÉ SÍDLO							
SPZ LECCE (ITÁLIE)			PAPUA-NOVÁ GUINEA 1. DÍL TAJENKY				2. DÍL TAJENKY	ARGENT. SÍDLO	TÍMTO ZPŮSOBEM	AGENTURA MLADÉ FRONTY
SPZ ÚSTÍ NAD LABEM				PADATI (O DEŠTI) MĚSTO V TEXASU						
SKVRNA V OBLIČEJI					JMÉNO SKLADATELE MÁCHY					
MAJAKOV- SKÉHO BÁSEŇ					EVROPANKA					
ČIRÁ KAPALINA					SPZ OPAVY				ŽILKA	MÍSIT SE
ÚZEMÍ SAUDSKÉ ARÁBIE					MOJE KÓD TONGA			INIC. HERCE SLOUPA HŘBET		
VYTRHNOUT Z POCHVY (ZBRAŇ)						KAMERUN- SKÉ ÚZEMÍ NĚM. ASI				
	ZN. KILOPONDU	VLUP ANGLICKY KOMIKS								
ZN. KILO- KALORIE					DRUH SPZ KRUMBACH (NĚMECKO)					
ŘÍČKA						KAMERUN. SÍDLO OKRUH (BÁSNICKY)				
	ŘECKÉ PÍSMENO AUSTR. SÍDLO			SPZ ROT- TENBURG ČAPKOV DRAMA				ZN. ASTATU MYKACÍ ČERCHADLO		
OZNAČENÍ LETADEL IRÁKU			ČÁST KOŠILE SPZ RAKOVNÍKA						BELGICKÁ ŘEKA	SPZ KOMÁRNA
PŘÍRODNÍ BARVA					MOZOL					
ISLAND. SÍDLO					VEDOUcí FAKULTY					

Pro zasmání...

"Tak už mám lepší příjem..." "O kolik?"

"O pět stovek, co jsem dal za novou anténu."

Jdu takhle Londýnem a najednou proti mně černoch a nese notebook. Říkám si: "Ten vypadá jako můj. Ale to je blbost, můj je doma a leští mi boty."

Matka okřikla dceru, která hodila žebrákovi celou stokorunu:

„To mu musíš dávat tolik?!"

„Ale, mami, vždyť je to můj třídní učitel!"

Plavčík na koupališti: "Musím vás důrazně upozornit, že močit do vody je přísně zakázáno pod pokutou!" - "Ale vždyť ostatní to také dělají!" - "To je možné, ale nikdo ze skokanského můstku!"

Syn bohatého šejka studuje v zahraničí. Do školy jezdí zlatým Porsche, zatímco všichni jeho spolužáci jezdí tramvají.

Jednoho dne mu otec volá a syn mu vypráví o škole a o tom, že všichni studenti jezdí tramvají.

Otec pohoršeně reaguje: "Nedělej mi ostudu, kup si taky tramvaj!"

Po ulici jde muž a proti němu mladá žena.

"Dobrý den," zastaví žena muže, "zdá se mi, že jste otcem jednoho z mých dětí."

"Cože?" zděsí se muž.

"Jo, já jsem vám zapomněla říci, že jsem učitelka."

Kluk se baví s dívkou.

„Ten ředitel je ale vůl!"

„Hele, víš, kdo jsem?" Ptá se načůřeně dívka.

„Ne."

„Jsem ředitelova dcera."

„Aha. A víš, kdo jsem já?"

„Ne."

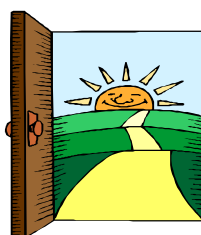
„Díky Bohu!"

Paní Hamršmídková Helena
Paní Marešová Štefania
Paní Zerzová Anna
Paní Kratochvílová Helena
Paní Turánek Jaroslav
Pan Karbašová Vlastimila
Paní Sochnová Vlasta
Paní Škorpíková Josefa



Vítáme nové obyvatele:

paní Karbašovou Vlastimilu
paní Sklenářovou Vlastu
paní Janovou Hanu



S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili

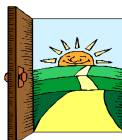
Paní Pokorná Marie
Pan Krčál Jaroslav

paní Vostalová Františka
pan Mitaš Jan
pan Vrbka Jan
pan Borůvka Miroslav



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

Paní Šestákovou Jitku
Paní Novákovou Janu



Paní Janíková Zdenka
Paní Kutilová Oldřiška

Životní moudra:

- Nevadí, že něco dělám pomalu, protože to možná dělám špatně.
 - V sedmnácti letech se děvčatům začíná měnit hlas... z NE na ANO.
 - Nic tak neomezuje svobodu slova jako rozbitá huba!
-
- Smutné je, že hlupáci jsou tak sebejistí, zatímco moudří lidé jsou vždy plní pochybností.
Bertrand Russell
 - Člověk opravdu chytrý dokáže svou chytrost skrývat.
F. La Rochefoucauld
 - Nápadněji dávají najevo smutek ti, kteří mají menší bolest.
P.C. Tacitus
 - Představte si to ticho, kdyby lidé říkali jenom to, co vědí.
Karel Čapek
 - Ten, koho nenávidíš, musí být Tvé nenávisti hoden.
John Stuart Mill
 - Jednej tak, abys byl šťastný, ne aby ses šťastným jen zdál
L. A. Seneca
 - Pravé tajemství života je hledání krásna.
Anatole France
 - Dej každému dni příležitost, aby se mohl stát tím nejkrásnějším dnem v tvém životě.
Mark Twain
 - Dělej, co umíš, s tím, co máš, tam, kde jsi.
Theodore Roosevelt
 - Je důležité nejen mluvit, ale také poslouchat. Na to neexistuje žádné školení.
Lee Iacocca
 - Trpaslík nebude větší, i kdyby se na horu postavil.
Lucius Annaeus Seneca
 - Všechno, co ženy dělají, musejí dělat dvakrát tak dobře jako muži, aby byly považovány za zpolovic tak dobré. Díkybohu to není těžké.
Ch. Whittonová

Koutkova - Kubešova



Redakční rada:
Macáková Alena, Poskočilová Romana, Hospůdková Naďa, Svatava Zettelmannová
(zaměstnanci domova)
Redakční rada nezodpovídá za obsahovou stránku příspěvků
SENIORSKÝ KOUTEK
Vydává:
Domov pro seniory Třebíč, Koutkova - Kubešova, příspěvková organizace
Koutkova 302, Třebíč, 674 01