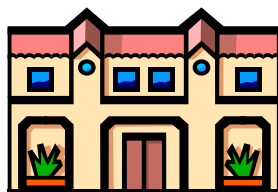


SENIORSKÝ KOUTEK

Ročník 18



Číslo 11

LISTOPAD 2017

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

Uvnitř tohoto čísla:

Ohlédnutí

Připravujeme

Příspěvky

Kdo vymyslel...

Zdraví

Znamé osobnosti

Fotografie z akcí

Horoskop

Retro koutek

Přečteli za vás...

Trénování paměti

Zasmějte se s námi

Křížovky

Kronika

Citáty



[illegible][illegible]

- ## *Připravujeme v měsíci listopadu*

[illegible]

- Mše Církve římsko – katolické***
v neděli **11.11. ve 14.30 hod.**
v neděli **25.11. ve 14.30 hod.**
v kapli sv. Josefa v 1. patře



Nejčerstvější informace o všech plánovaných akcích v našem domově najdete na týdenních plakátcích umístěných na patrech a ve výtazích.

Ohlédnutí za říjnem.... ***DpS Kubešova***

Ohlédnutí za říjnem.... ***DpS Kubešova***

[illegible]

- **Týden soc. služeb** – soutěže, představení – 2.-6.10
- **Tvořivé dílny** – výroba polštářů, voňavých pytlíčků
- **Šafářanka** –vystoupení hudební skupiny z Křižanova – 19.10.
- **Kavárnička** – hráli Kmochovi sirotci – 26.10.
- **Hudební hádanky** – 13.9.
- **Soutěže**
- **Důchody** - 16.10.
- **Filmové hodinky** - vždy ve středu, viděli jste nové české filmy
- **Sportovní hry**
- **Procvičování paměti**
- **Přátelská návštěva na DpS Koutkova** – 31.10.
- **Pedikura dle potřeb**

Připravujeme v měsíci listopadu...

[illegible]

- **Canisterapie** - vždy v pondělí
- **Cvičení pro radost**
- **Hudební klub**
- **Důchody** - 16.10.
- **Filmové hodinky** - vždy ve středu
- **Pétanque**
- **Individuální činnosti imobilních klientů**
- **Tvořivé dílny** – příprava na vánoční trhy
- **Pečeme, vaříme** – výroba nudlí na vánoční trhy
- **Kadeřnice** – 7.11.
- **Sportovní hry**
- **Velkou modní přehlídku** – datum upřesníme

Mše svatá v měsíci listopadu

v úterý 7.11.a 21.11. ve 14.15 hod.

ve společenské místnosti ve druhém patře
slouží římskokatolický kněz Václav Kříž



K zamyšlení

A cartoon illustration of a two-story house with a red roof, white walls, and blue windows. The house is surrounded by green bushes, pink flowers, and a large green tree on the left. A small tree with orange fruit is on the right.

V Česku není stavění zařízení prioritou

Jen za rok 2016 bylo téměř 66 tisíc neuspokojených seniorů žádajících o místo v domovech a počet obyvatel nepřesáhl v těchto zařízeních 36 tisíc.

Dlouhá čekací doba na umístění

Starší lidé se začínají bát, že na ně místo nevyjde, proto žádosti posílají předčasně tzv. „pro jistotu“ a do více zařízení. Výsledky jsou pak zkreslené – nevěrohodné“.

Při tak obrovské poptávce po volných místech v zařízeních pro seniory se otevírá pole pro rozkvět byznysu s péčí o staré. Zatímco ve státním, obecním či krajském domově uživatel zaplatí něco kolem deseti až dvanácti tisíc měsíčně, v tom soukromém to může být až třikrát víc.

Pokud se nedaří seniora umístit do žádného z dostupných zařízení, je jim doporučováno dožít v psychiatrické léčebně.

O náš domov je mezi staršími lidmi velký zájem, svědčí o tom celkový počet žádostí, kterých je bezmála 500. V tomto počtu jsou zahrnuty žádosti do obou domovů Koutkova a Kubešova. Zajímavé je, že žádost do domova podává více žen než mužů. Pouze zhruba 1/3 žádostí je mužských.

Kritéria, která hodnotíme, jsou: doba podání žádosti, místo trvalého pobytu, stupeň přiznaného příspěvku na péči, schopnost sebeobsluhy (je na to speciální dotazník) a společné soužití (zda má žadatel partnera, děti či blízkou osobu, která se o něj může postarat, nebo je zcela sám).

Není jednoduché spravovat takto rozsáhlou agendu žádostí, ale snažíme se, aby přijímání nových klientů do našeho domova bylo co nejspravedlivější pro všechny. Každému žadateli jsme schopni kdykoliv říci, jak na tom jeho žádost je a kolikátý je v pořadí k přijetí do domova.

Děkuji našim sociálním pracovnícím za ochotné poskytnutí informací a stavu v obou domovech.

Il. patro

Putování labyrintem Brněnského podzemí

Nedávno jsem byl na návštěvě v Brně u známých. Povídali jsme si a hostitelka říká, máme pro Tebe překvapení, odpoledne navštívíme Brněnské – podzemí Labyrint pod náměstím Zelný trh.

Zelný trh je místem, které od 13. století sloužilo obchodníkům s potravinami a specifický ráz si uchovává dodnes. Ve vstupní hale se nás, skupinu asi 20 účastníků, ujala průvodkyně a podala informace, kam nás všude zavede. V suterénu nás už seznamovala s historií podzemí. Zastavili jsme se v galerii nejrozsáhlejšího prostoru na trase prohlídky. Jeho součástí jsou dva průchozí sklepy, ve kterých jsme si prohlíželi různé zákruty a slepé uličky. Pokračovali jsme do dalších sklepů, kde byly v minulosti prováděny různé činnosti. V jednom bylo vyráběno a uschováváno víno a pivo, prohlíželi jsme si zde sudy jak byly ukládány, byly zde vystaveny košťře, staré vinařské náčiní, láhve, sklenice a jiné tehdejší potřeby. Pokračovali jsme dále a zdolávali jsme další schody. Průvodkyně nás podrobně v každém prostoru informovala a podávala vysvětlení. V expozici archeologických nálezů jsme si prohlíželi denní potřeby tehdejší doby, které byly objeveny při průzkumu historických sklepů a náměstí. V prostoru tzv. trestnice byly repliky dobových nástrojů a prostředků vymáhání práva. Expozice je zde zaměřena na tehdejší právo obchodní a trhovnické, je zde vystaven i pranýř. Ve schodišťovém koridoru je prohlídková trasa v hloubce 8m. Pokračovali jsme dále do prostorů podzemí. Prohlíželi jsme si středověký šenk, měli jsme si představit podzemí ve středověké krčmě. Sklenka lahodného moku by nás mohla připravit na přesuny v čase zpátky do současnosti. Při prohlídce podzemí celého Labyrintu jsme zdolali 212 schodů a pohybovali se v hloubce 6 - 8 metrů. Byli jsme hodně zvědaví a průvodkyně nám poutavě o všem pověděla.

Když jsme skončili prohlídky, poděkovali průvodkyni a vycházeli z podzemí, připadali jsme si jako bychom putovali v uplynulých stoletích.

Josef Kříž
III. patro

10 stupňů ke zlaté X

Vzpomínáte si na ni? V české televizi běžela v 70 a 80 letech a uváděl ji Přemek Podlaha.

Pro soutěžící klienty jsme připravili na 60 otázek z doby normality. Vše bylo pojato zábavnou formou a smích provázel celou soutěž.



Porotu tvořily staniční sestra p.
Alena Špačková a pohybové
pracovnice Denisa Kadrnožková a





10.Co, nebo kdo, byla za socialismu podpultovka?

A large group of children and adults are walking in a parade on a city street. In the foreground, a woman in a checkered suit is smiling and walking towards the camera. Behind her, many children are walking, some holding colorful flags and banners. The children are dressed in casual clothing like sweaters and trousers. The background shows multi-story apartment buildings and a clear sky.

1. 7 Kčs je správně
2. 358 Kčs je správně
3. 3 170 Kčs je správně
4. 84 600 je správně
5. Je to Rada vzájemné hospodářské pomoci
6. Pod názvem se skrývá revoluční odborové hnutí
7. Tlačenice byla vždy na Okresním podniku bytového hospodářství
8. Svaz československo-sovětského přátelství—na věčné časy, vzpomínáte?
9. Socialistický svaz mládeže
10. Samozřejmě nedostatkové zboží – asi tak jako je dnes obyčejné máslo

Kdo vymyslel ...

22 obalů od dobrot, které zub času od dob komunismu překousal. Všichni je známe.

Všichni si je dodnes občas rádi dáme. Kdyby se pro ně ale dnešní děti vypravily do Jednoty před více než čtvrt stoletím, na první pohled by některé z nich nejspíš nepoznali. Vzpomínáte?

Obalový design po sametové revoluci logicky prošel obrovským skokovým vývojem. Některé z obalů si ho rozhodně zasloužily, u některých si ale nejsme úplně jisti, jestli šlo o změnu k lepšímu. A nostalgii v tom nehledejte. Pozitivní je sic fakt, že na dnešních obalech najdete složení výrobku a informaci o alergenech, ale estetická stránka věci za těmi původními – socialistickými – kupodivu občas dost pokulhává (i když rozhodně ne ve všech případech). Na druhou stranu, praktičnost se jim upřít nedá (ale i tady najdete výjimky). Zavzpomínejte s námi a přesvědčte se sami:

1.Kofila

Netušíte, jak chutná? A jste vůbec Češi? Kávová tyčinka, kterou mají rádi i ti, kdo neholdují kávě, je tu s námi už od roku 1923. Její obal zdobí specifický rukopis výtvarníka Zdeňka Rykra, který má na svědomí i vzhled hvězdy Orion. Nám se ale líbila víc ve své původní verzi. Dnes mouřenína v modrých kalhotkách a svetru s červenými kroužky obklopují nudná kávová zrnka. Ale chutná pořád stejně dobře. Nebo ne?

stará



nová

2.Polárkový dort

Tak tady je to asi jasné. Nebo se vám snad ta neinvenční průhledná plastová krabice líbí? Polárkáč v papírovém kyblíčku, ze kterého studily prsty, byl prostě k sežrání!

Kdo vymyslel ...

starý



nový



3.Jesenka

Jesenka si taky příliš nepolepšila. Subtilnější kresba jí slušela víc. Většinou ji ale vycucneme na posezení – a jak vypadá zvenčí, nám je šumák.

stará



nová



Kdo vymyslel ...

4. Granko

Na tenhle obličejík asi nikdy nezapomeneme. A plastový obal byl rozhodně praktičtější než dnešní verze.

staré

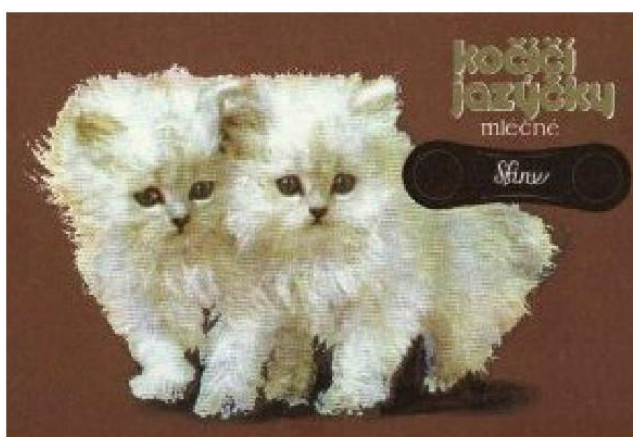
nové



5. Kočičí jazýčky

Proč vyměnili ta koťátka? Ta původní sice vypadala poněkud vyplašeně, ale tahle novodobá pro změnu kouká, jako když se fotí velice nerada.

staré



nové



Kdo vymyslel ...

6. Mléko

Mléko v plastovém sáčku – jedna z ikon socialismu v Československu. Modré polotučné, růžové plnotučné. Firma Tetra Pak přišla do tehdejšího Československa až v roce 1991. Do té doby jste si mléko v jiném obalu než plastovém pytlíku nebo skleněné láhvi neměli šanci nikde koupit.

staré



nové



7. Máslo

Za komunistů se máslo balilo do pergamenového papíru, který odolává vodě i mastnotě. Dnes se používá hliníková fólie kaširovaná speciálními druhy papírů se zvýšenou odolností proti tukům a vodě. Keramická dóza na máslo to jistí...



staré



nové

Kdo vymyslel ...

9. Pribináček

Kdo by neznal „Pramen zdraví z Posázaví“? Protože chcete-li prospěti dítěti bledému... Loni oslavil šedesátiny a ročně se ho prodá 100 miliónů kusů. Vyrostlo na něm několik generací dětí a vzhledem k jeho setrvalé oblibě ještě pár vyroste. Původně – v padesátých letech – se ho vyrábělo neuvěřitelných 16 příchutí. Poté se produkce ustálila na třech základních – vanilkové, čokoládové a ovocné. První Pribináčky měly mnohem nižší dobu trvanlivosti než dnes. Nejprve 24 a potom 48 hodin. Většinou mizely z pultu i v dětech raketovou rychlostí. Dnes vydrží až tři týdny. Ale chutná - tentokrát skutečně - pořád stejně dobře. Akorát už se na něj nestojí fronty.

starý

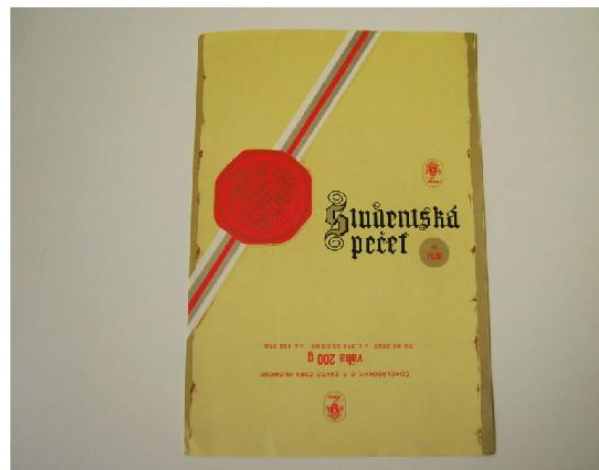


nový

A další výrobky na které si pamatujete..



Kdo vymyslel ...



A high-quality photograph of a variety of fresh vegetables arranged in a cluster. In the center is a large head of white cauliflower. To its left is a large, glossy red bell pepper. Above the cauliflower is a head of green leafy lettuce. To the right of the cauliflower is a yellow bell pepper. In front of the cauliflower are two whole green cucumbers and a single yellow onion. To the left of the cauliflower are several bright red cherry tomatoes and two small heads of white garlic. A small bunch of purple leafy vegetables is visible on the far right. The entire arrangement is set against a plain white background.

A photograph of a whole onion with its root system, showing the characteristic layered structure. To the right of the whole onion are two small, triangular onion wedges, one slightly behind the other, showing the internal layers.

Aspoň jeden stroužek denně. Účinek 1-2 stroužků česneku denně na zdravotní stav srdce je zjevný po několika týdnech. Používá se v kloktadlech a čajích. Při bolestech kloubů se nanáší přímo na kůži. Vatový tampón napuštěný česnekovým olejem a vložený do ucha je starý lék proti zánětu.

Two pieces of fresh broccoli florets are shown against a white background. The florets are vibrant green and appear to be cut from a single head, with one piece being slightly larger than the other. The stems are thick and light green, showing some internal structure.

A photograph of three onions on a white background. Two are whole, golden-brown onions. The third onion is sliced in half, revealing its internal white layers and a small yellowish core. Several green onion stalks are lying horizontally in front of the sliced onion.

Výzkumy doporučují snížit denně 60 g.

Množství: Přidáváme ji do salátů, jíme nastrouhanou a šťávu masírujeme do vlasů. Šťáva smíchaná s medem se užívá při vysokém krevním tlaku. Doporučuje se roční spotřeba 3 kg. Pozor! Více jak 100ml šťávy může vyvolat mírnou nevolnost a závratě. Proto je ji třeba zpočátku míchat s mrkvovou šťávou.

Účinky: Obsahuje éterické oleje, vitamíny (C a E) a draslík. Podporuje trávení a má uklidňující vliv na nervovou soustavu. Fenykl je znám svou schopností uvolnit zastavené větry a pomoci při plynatosti. Semena fenyklu mají protispasmodický účinek, zmírňují žaludeční křeče. Je bohatým zdrojem draslíku. Pro lidi s oblibou jídel s fenyklem může zvýšený příjem draslíku pomoci redukovat vysoký krevní tlak. Je důležitou součástí dětských čajů. Velmi příznivě působí proti bolení břicha u kojenců.



ZELÍ

Účinky : Rostlinné látky a vitamín C předcházejí rakovině. Balastní látky regulují zažívání a povzbuzují líná střeva. Kysané zelí pomáhá při pocitu plnosti, pálení žáhy a krkání. Šťáva z čerstvého zelí léčí žaludeční vředy, dvanácterník a choroby tlustého střeva. Šťáva ze zelných listů zmírňuje záněty, působí dezinfekčně a odvádí škodlivé látky přes kůži. Acetylchlorin, který obsahuje, působí při depresích. Obsahuje antioxidanty a jiné látky zlepšující odolnost proti chorobám.



Množství : 1/4 hlávky pokryje 1/5 denní potřeby vitamínu C. Vnější listy a košťál je třeba pro zvýšený obsah nitrátů a olova odstranit. Obklady z čerstvých listů zmírňují bolesti svalů, hlavy, močového mechýře a léčí kožní choroby. Při žaludečních potížích je třeba nejméně měsíc pít 5-6 skleniček šťávy denně, asi hodinu před jídlem.

MRKEV

A photograph of several fresh orange carrots with their green leafy tops. Some carrots are whole, while others are sliced into rounds, showing the internal structure. They are arranged on a plain white background.

Množství : Každý den jezte 2 mrkve nebo vypijte pohár čerstvé šťávy. Půst s mrkvovou šťávou v průběhu 1 anebo 2 dní je velkou detoxikační terapií pro játra. Více vitamínu A - karotenu se uvolňuje ze zpracované mrkve než při jezení v syrovém stavu. Při strouhání to je 36%, při rychlé tepelné úpravě až 60%, při jezení celé syrové mrkve jen 5%. Do čerstvé mrkvové šťávy vmíchejte i lžičku panenského olivového oleje, díky němu se karoten v těle lépe využije.

PAPRIKA

Množství : Pro vysoký obsah vitamínu C se doporučuje jíst ji preventivně při nachlazení. Jedna středně velká paprika pokryje dvoj až trojnásobek denní



A photograph of three ripe red tomatoes. One tomato in the foreground is sliced horizontally, revealing its internal structure, including the seeds and pulp. Two whole tomatoes are positioned behind it, one to the left and one to the right. The tomatoes have green stems and are set against a plain white background.

A cluster of approximately ten bright red radishes with small, white, tapered taproots. They are topped with large, vibrant green leaves that have deeply lobed, curly edges. The radishes are piled together on a plain white background, casting a soft shadow to the right.



Množství : Denně snězte 150g s rajčaty a bylinkami. Když chceme získat co nejvíce živin, vybíráme salát který má víc větších, zelených listů. Umyté, zabalené hlávky s roztrhanými listy rychle ztrácejí vitamín C a kyselinu listovou. Salát ráda konzumují i malá domácí zvířata.

Účinky : Výhonky jsou bohaté na vitamín C a mají mimořádně vysoký obsah vitamínu E, který zlepšuje zrakovou ostrost a potlačují projevy stárnutí pokožky, problémy se srdcem, zvyšují libido a účinně chrání buňky před útoky volných radikálů. Podzemní kořenová část vytahuje z půdy množství účinných látek, především provitamín A. Je bohatý na vitamíny skupiny B a obsahuje velké množství kyseliny listové. Mimo toho obsahuje hodně draslíku a zinku. Chřest patří k nejlepším omlazovacím prostředkům v přírodě. Posiluje imunitní systém a chrání před záněty. Aktivuje tvorbu hormonu štěstí a pomáhá při poruchách spánku. O chřestu se zároveň říká, že upravuje vysoký krevní tlak, podporuje činnost srdce a ledvin. Pomáhá při uvolňování nervového napětí.



Množství : Chřest je jako stvořený pro různé diety, neboť obsahuje velmi málo kalorií (na 100g jen 18kalorií). Je též bohatý na vlákniny, které mají blahodárný vliv na střevo. Když zkonzumujete 250g, pokryjete celodenní potřebu vitamínu C. Chřestovou sezónu bychom měli využít na chřestovou kúru. Aktivizuje metabolismus celého organismu. Už po týdnu (denně zkonzumovat 200g chřestu) se budeme cítit svěží a vitální.

Jak správně vařit chřest : nejprve odřežeme dřevnatou spodní část a chřest oloupeme (postupujeme vždy od hlavičky dolů). Aby nezčernal, namočíme ho do studené vody. Před vařením ho svážeme po 6-10 kusech a postavíme do hrnce s osolenou vodou hlávkami nahoru. Stačí když bude ve vodě jen do poloviny, křehké hlávky se uvaří v páře. Vaříme 10 - 15 minut.

Účinky :Betakarotén a vitamín E zachytávají volné radikály. Kalium snižuje krevní tlak a magnézium působí proti svalovým křečím. Může ochránit před degenerací zraku. Je užitečným zdrojem železa. Mimo toho obsahuje vitamíny C, B1 a B2, jód, vápník a kyselinu šťavelovou, která váže vápník, takže při větší spotřebě je třeba dávat pozor, aby se organismus neochudil o tento minerál.



Jak správně vařit špenát: dobře umyté, očištěné lístky dáme do hrnce, který uzavřeme pokličkou, a na mírném ohni minutu-dvě spaříme. Není třeba ho podlévat vodou, stačí mu vlhkost, která se uvolní z lístků. Uvařené listy pokrájíme nahrubo. Dáme na pánev s na tuku smaženou cibulkou, solí, pepřem a kmínem, dusíme pod pokličkou do vydušení větší části vody a dle potřeby přidáme česnek, nebo rozklepnuté vejce. Dochutíme muškátovým květem.

Účinky: Je klasickým léčebným prostředkem při rýmě, chřipce a kašli. Osvěžující čaj připravený z čerstvého kořene pomáhá vylučovat hleny a posiluje žaludek. Horký zázvorový čaj pomáhá při zimnici, obklady přinášejí úlevu při zánětu nosních dutin, při zánětu průdušek a při jiných plicních těžkostech.



Množství: Vatový tampón namočený v zázvorovém odvaru přináší úlevu při bolestech ucha. Přiložený na pokožku zvyšuje prokrvení, a tak zmírňuje bolesti způsobené chřipkou.

Účinky: Je to nejen známá zelenina, ale i důležitá léčivá rostlina. Používají se všechny části včetně semen. Nať je bohatá na vitamíny a minerály. Je vhodná jako potravinový doplněk pro nemocné cukrovkou. Éterické oleje a sedanolid mají povzbuzující účinek na zažívací orgány. Betakarotén neutralizuje volné radikály. Kalium reguluje krevní tlak a krevní oběh. Zbavuje pocitu stresu. Díky bohatému obsahu draslíku uklidňuje nervy a zlepšuje subjektivní stav. Naťový je lepší než kořenový. Je vynikající složkou redukční diety.





1. *Journal of the American Medical Association*, 1997; 277: 1001-1005.

A photograph of a dense cluster of young green microgreens, likely radish or broccoli sprouts, growing in a white rectangular container. The plants have small, rounded green leaves and thin, light-colored stems. The container is filled with a dark, moist substrate, possibly soil or a growing medium. The background is plain white.

Osobnosti

Narození: 11. července 1920, Praha

Úmrtí: 21. ledna 1983, Praha



Pocházela z rodiny úředníka firmy Brouk a Babka. Po shlédnutí jednoho dětského divadelního představení pojala touhu stát se herečkou – proti vůli otce, naopak s podporou matky. Od osmi let hrála v sokolovně v Bubenči, jako gymnazistka pak účinkovala v ochotnickém souboru Fráni Francla v malostranské Umělecké besedě. Po maturitě na gymnáziu (1939) nastoupila na konzervatoř, ale přes zákaz pedagogů dál hrála (pod pseudonymem Dana Čechová).

V roce 1945 začala původně hrát v Divadle 5. května, ale vzápětí přešla do Vinohradského divadla, kde vynikla především v klasickém repertoáru (Lucerna, Sen noci svatojánské, Strýček Váňa, Tři sestry). Po přerodu Vinohradského divadla v Divadlo čs. armády a výrazné obměně repertoáru našla Dana Medřická nové útočiště v Městských divadlech pražských, kde hrála v letech 1951-1960. Od roku 1960 až do své smrti byla pak členkou činohry Národního divadla v Praze.

V mládí oplývala sice krásou, na svůj zevnějšek ale nikdy nevsázela, vždy se plně soustředila na vnitřní procítěnost, přesto až do zralého věku vyzařovala osobitou krásu, podpořenou schopností mimořádného hereckého projevu. I když začínala v klasice, vynikla především v rolích moderních žen s příklonem k srdceryvnému a pro diváka maximálně věrohodnému pojetí. Význam Dany Medřické v oblasti divadla tkví především v její schopnosti spojit tradiční výrazové prostředky s moderním projevem věcnosti a absence sentimentu.

známé osobnosti

Od roku 1945 byla provdaná za herce Václava Vydra (1902-1979), v herecké tradici pokračuje jejich syn Václav Vydra (*1956). Od 50. let ji na pražských jevištích obdivoval španělský obchodník Artemio Ugarte, za nějž se herečka již jako vdova počátkem 80. let provdala. Svá poslední léta tak dělila mezi divadlo, film, televizi a časté cesty do Španělska. V plném pracovním nasazení zemřela náhle na selhání srdce 21. ledna 1983. Její nečekaný odchod byl bolestnou ztrátou pro českou kulturu a dnes právem patří mezi největší legendy českého herectví 20. století.

Od roku 1958 byla laureátkou státní ceny, v roce 1966 pak byla jmenována zasloužilou umělkyní, očekávaný titul národní umělkyně ji však minul, což souviselo s tím, že po roce 1968 vystoupila z Komunistické strany. Tím si také uzavřela cestu k výjimečným rolím, nicméně i svými epizodními kreacemi dávala řadu let najevo své výsostné herecké umění.

Byla nezapomenutelná maminka z Takové normální rodinky, doktorka Fastová z Nemocnice na kraji města nebo Erži Orbánová v divadelní Kočičí hře.



Herečka Dana Medřická s manželem a synem



Návštěva z centra Ruth nám přinesla poselství dětí.



Přáníčka a poselství jsme si každý chytili na udičku



A společně pak přečetli.





Velké poděkování patří Bc. Heleně Marečkové, DiS která celou akci vedla.





Představujeme Vám náš koutek hraček našich seniorů v 1. patře.

Určitě byste zde našli i tu svoji.





Naši „modelku“ jsme oblékli do šatů se stylovou spodničkou z 50 let

A našim klientkám se zde líbí





Procvičujeme zrak, jemnou motoriku, trpělivost





Chvilé soustředění..





Příprava na vánoční trhy





Na návštěvě na DpS Koutkova, kdy se po letech sešli bývalí sousedi.





Na kavárničke..





66 let spolu – to je důvod k oslavě



Opačné znamení: Býk

Ve společnosti si obvykle zvykne držet se spíš v pozadí a v práci je svědomitý a nenápadný. Někde uvnitř však skrývá netušené vášně a pocity a jeho názory jsou jasné a vyhraněné.

Má nezlomnou vůli, silnou osobnost a je vytrvalý. Když se pro něco rozhodne, nevzdá se toho, ani kdyby měl čekat dlouho.

Zapomenout pro něj není snadné a svůj názor mění jen stěží. Je sebejistý a nerad si přiznává, že někde udělal chybu.

Rád si užívá příjemných věcí. Dokáže se těšit z dobrého jídla, umění a literatury, luxusu a samozřejmě také z erotiky.

I když je vyrovnaný a z míry ho jen tak něco nevyvede, přece jen ho netěší, když mu někdo odporuje. Nemá rád nepořádek.

Duše této ženy je výjimečná, přechovává v sobě neobvykle silné a trvalé city. Její náklonnost stejně jako její zklamání bývají vždy dlouhodobé a je obdařená intuicí a sebedůvěrou.

Působí žensky a jemně, ale je to silná, sebevědomá osobnost. Má výjimečně vyvinutou intuici a cit pro mezilidské vztahy.

Její city jsou velmi hluboké, někdy jí proto přinášejí vnitřní nejistotu. Není příliš průbojná, raději se drží v pozadí.

Cení si upřímných, čestných lidí a dlouhodobých přátelství. Přitahují ji záhady a vše tajemné. Má ráda svou nezávislost.

Nespravedlnost a nečestný přístup se jí hodně dotýkají a nezapomíná na ně jen tak snadno. Agresivita je jí proti srsti.

Retro koutek...

Šicí stroj - velký vynález lidstva



Jaké jsou nejdůležitější lidské vynálezy? Asi odpovíte, že parní stroj, elektřina nebo počítač. Ale co takový šicí stroj? Pojďme si připomenout, že 19. století

nebylo jen „stoletím páry“, ale také „stoletím šicích strojů“.

Šicí stroj - jeden z nejdůležitějších vynálezů lidstva Foto: Ricce, Wikimedia Commons

Lidé se naučili šít už hodně dávno. „Příkladem je mumie lovce Ötzi, nalezená v roce 1991 v italských Alpách. Lovec byl oblečen v kůži, oděv i boty byly sešity ručním stehem, velmi pravidelným a pečlivým,“ uvedl v Meteoru Antonín Havelka z Technické univerzity v Liberci. Bezpečně tedy víme, že ruční šití se k výrobě oděvů používalo už ve 4. století před naším letopočtem.

Švadleny milionových armád

Původně se šilo například pomocí kůstek s otvorem. Další vývoj pak šel poměrně pomalu. „Velkým vynálezem byly kovové jehly, které se objevily asi v roce 1370 v Norimberku, ale musíme si uvědomit, že až do poloviny 19. století se všechno šilo v ruce,“ zdůraznil Havelka.

To je až neuvěřitelné, když si představíme třeba kolik švadlen a krejčích muselo pracovat na uniformách, kabátech a čepicích vojáků milionových armád v době napoleonských válek. Nebo na honosných šatech aristokracie a bohatých měšťanů.

První snahy vymyslet stroj na šití

Samozřejmě snaha vymyslet stroj, který by šití zjednodušil a urychlil, existovaly. Kupodivu to ale bylo složitější, než by se mohlo zdát. První patenty se objevily v roce 1755 a pak 1790, jenže funkční šicí stroje se podle nich nikdy nepodařilo vyrobit. Chybou byla snaha napodobit pohyb lidské ruky při šití. Muselo se na to jít úplně jinak.

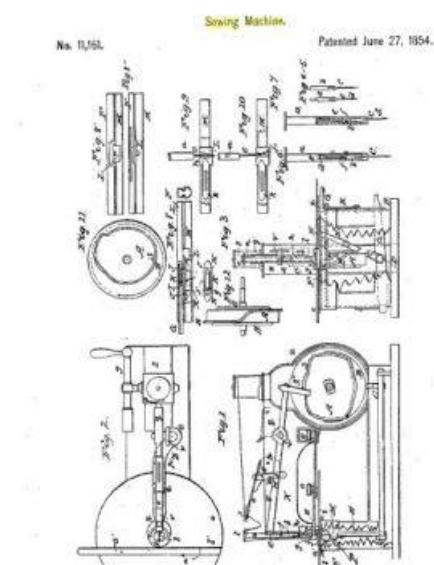
Retro koutek...

Posunutím ouška jehly ke stroji ze dřeva

Jak se říká, „děbel je v detailu“. Zásadní obrat k možné automatizaci šití přineslo posunutí ouška jehly z vrchní části do její spodní části. Jehlu s takto posunutým ouškem začal používat v roce 1800 Němec Balthasar Krems.

Tím prvním, kdo úspěšně využil ve své praxi šicí stroje, byl ale Francouz Barthélemy Thimmonier ve 30. letech 19. století. „Vymyslel řetízkový steh pro šití čepic, ve své dílně měl 80 dřevěných šicích strojů,“ zmínil Havelka. Bohužel na svůj úspěch doplatil, ostatní krejčí mu dílnu zapálili, stroje shořely, jen kromě jednoho, se kterým pak Thimmonier objížděl poutě jako s atrakcí.

Vázaný steh



Ve stejnou dobu na jiném místě přišel s dalším šicím strojem Američan Walter Hunt. Jeho stroj byl výjimečný tím, že šil tzv. vázaným stehem. Při něm jedna nit proniká s jehlou do látky seshora a druhá nit je provlékána smyčkou první nitě, která se vytvoří pod látkou. Ovšem opět je zde potřebný jeden detail, bez nějž by to nešlo - speciální jehla.

Patent na šicí stroj předložený Američanem Walterem Huntem
Foto: U.S. Patent Office, Public Domain, Wikimedia Commons

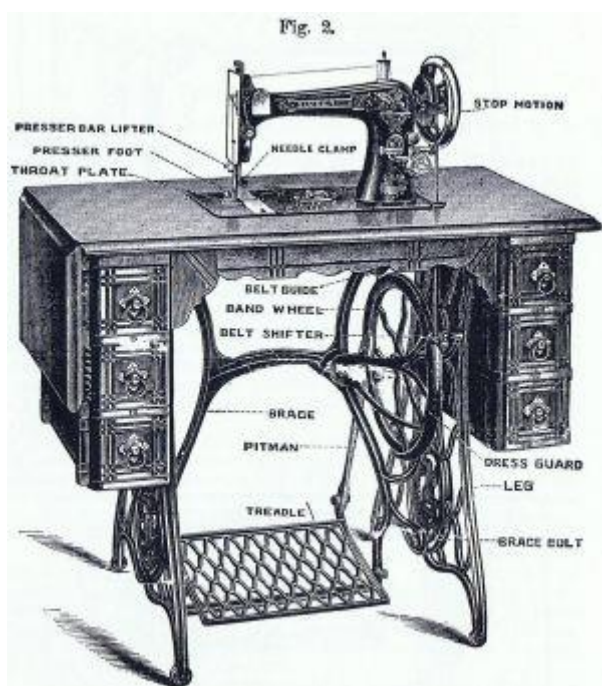
„Strojní šicí jehla má velice zvláštní tvar, má ouško blízko u špice, z jedné strany je rovná a z té druhé má dlouhou drážku,“ popsal Antonín Havelka. „Šicí nit prochází drážkou do ouška a pak se vrací druhou stranou zpět. Při tomto zpětném pohybu je nit vystavena menším třecím silám než nit na druhé straně a tím se udělá malinká smyčka, která se zachytí člunkem,“ doplnil odborník na historii šití.

Retro koutek...

Legendární „singrovky“

Zhruba od poloviny 19. století se pak šicí stroje zdokonalovaly, každý z vynálezců a konstruktérů přidal různá další zlepšení – brzdičku a napínač nití, přítlačnou patku, podavač šitého díla a podobně. Došlo to dokonce tak daleko, až se vynálezci hádali, kdo co vymyslel a patentoval.

Důležitou roli v tu chvíli sehrál Američan Isaac Singer. „Díky němu si v roce 1854 čtyři největší výrobci šicích strojů řekli - ‘tak chlapci, nebudeme se hádat, budeme radši vyrábět šicí stroje’ - a tak vznikly první ‘singrovky’, to byl skutečný začátek éry šicích strojů,“ připomněl Antonín Havelka.



"Singrovky" - skutečný začátek éry šicích strojůFoto: Singer Manufacturing Company, Wikimedia Commons

Singerovy šicí stroje se zpočátku poháněly rukou pomocí kličky, až později se přešlo na šlapadla. Švadleně se tím uvolnily ruce a celý proces šití se zase urychlil. „Singrovky“ dokázaly dosáhnout zhruba 200 až 600 otáček za minutu.

[illegible]

Šlapací šicí stroje si ještě mnozí z nás pamatují z bytů našich babiček. Brzy se totiž rozšířily snad do každé domácnosti. Nezbytným vybavením českých domácností byly pak šicí stroje i v druhé polovině 20. století, kdy v obchodech nebylo, co se týče oblečení, moc na výběr. To už ale byly stroje elektrické.

Od 70. let 20. století pak přišla obrovská expanze a automatizace šicích strojů v textilních továrnách. „Začaly se používat tzv. stop motory, které uměly zastavit jehlu buď v dolní, nebo horní poloze, což umožnilo automatické odstřihnutí nitě, tím se zvýšila produktivita o 10 až 15 procent,“ řekl Havelka.

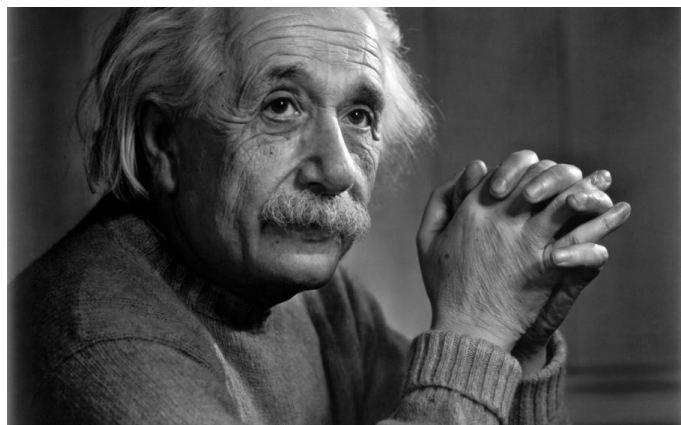
Od prvních „singrovek“, které zvládaly 200 otáček za minutu, jsme se dost posunuly. Dnešní šicí stroje umějí až 10 000 otáček za minutu. Na výběr je také velké množství různých druhů strojů. Nicméně ten základní princip vznikl už v 19. století a využívá se dodnes.



Přečetli jsme za vás ...

Dopis Alberta Einsteina své dceři.

Koncem roku 1980 Lieserl, dcera slavného génia věnovala 1400 dopisů, psaných Albertem Einsteinem, Hebrejské univerzitě s příkazem nepublikovat je, dokud neuběhne dvacet let od její smrti. Toto je překlad jednoho z nich.



Dopis pro Lieserl Einstein:

„Když jsem navrhl teorii relativity, velmi málo lidí mě pochopilo a to, co odhalím a přinesu lidstvu teď rovněž koliduje s nepochopením a s předsudky světa.

Žádám tě, abys chránila dopisy, jak dlouho bude nutné. Roky, dekády, dokud se společnost nevyvine na takovou úroveň, aby akceptovala to, co vysvětluji níže.

Existuje extrémně mocná síla, pro kterou zatím věda neobjevila formální vysvětlení. Je to síla, která zahrnuje a řídí všechny ostatní síly a dokonce je obsažena ve všech fenoménech, které operují ve vesmíru, ale přesto jsme ji nedokázali identifikovat. Tato univerzální síla je láska.

Když vědci hledali sjednocující teorii vesmíru, zapomněli na nejmocnější, nespátřenou sílu. Láska je světlo, které osvětluje ty, co ho dávají a dostávají. Láska je gravitace, protože způsobuje, že jsou někteří lidé přitahováni k ostatním. Láska je síla, protože násobí to nejlepší, co je v nás a dovoluje lidstvu nevyčerpat se svým slepým sobectvím. Láska odkrývá a odhaluje. Pro lásku žijeme a umíráme. Láska je Bůh a Bůh je Láska.

Tato síla vše vysvětluje a dává životu smysl. Je to proměnná, kterou jsme příliš dlouho ignorovali možná proto, že se lásky bojíme, jelikož je to jediná energie ve vesmíru, již se člověk nenaučil podřídit své vůli.

Abych lásku učinil viditelnou, jednoduše jsem zaměnil hodnotu ve své nejslavnější rovnici. Pokud bychom namísto $E = mc^2$ akceptovali, že energie

Přečetli jsme za vás ...

k vyléčení světa může být získána skrze lásku násobenou čtvercem rychlosti světla, došli bychom k závěru, že láska je nejsilnější existující silou, protože nemá žádný limit.

Po selhání lidstva ve snaze kontrolovat ostatní síly vesmíru, které se tak otočily proti nám, je velice urgentní, abychom sami sebe naplnili jiným druhem energie...

Pokud chceme, aby náš živočišný druh přežil, pokud chceme najít smysl života, pokud chceme zachránit svět a každou živou bytost, jež ho obývá, láska je jedinou odpovědí.

Možná zatím nejsme připraveni postavit bombu lásky, zařízení dost silné na zničení veškeré nenávisti, sobectví a chamtivosti, na zničení vlastností, které devastují planetu.

Nicméně, každá individualita s sebou uvnitř nosí malý generátor lásky, jehož energie čeká na vypuštění do světa.

Pokud se naučíme tuto vesmírnou energii dávat a dostávat, drahá Lieserl, potvrdíme tak, že láska zvítězí nad vším, je schopná přesáhnout všechno a nic, protože láska je kvintesencí (podstatou) života.

Hluboce lituji své neschopnosti vyjádřit to, co je v mém srdci, jež pro tebe tiše bije po celý můj život. Možná je už pozdě se omlouvat, ale protože čas je relativní, potřebuji ti říci, že Tě miluji a díky tobě jsem dosáhl k ultimátní odpovědi!“

Tvůj otec,

Albert Einstein



K uvedeným přídavným jménům (příp. slovesům) napište přirovnání, která se běžně užívají (např. chytrý jako liška). U některých slov může být více možností.

Modrý jako

Utahaný jako

Poslušný jako

Opálený jako

Kluzký jako

Kyselý jako

Slizký jako

Moudrý jako

Věrný jako

Toulavý jako

Opilý jako

Vzteklý jako.....

Nevinný jako

Čistý jako.....

Trpělivý jako

Šťastný jako

Zdravý jako

Rozzuřený jako

Sladký jako

Děravý jako

Nešťastný jako

Přesný jako

MOUDRÝ VÝROK		1. DÍL TAJENKY	FÁZE VÝVOJE		ŽABÍ CITO- SLOVCE	ZNAČKA INDIA	ZÁRMU- TEK	OŽIVLÁ (ŘIDČ.)		KMEN	ZNAČKA AMPÉR- ZÁVITU	PEČIVO Z KYNUTÉHO TÉSTA	LESKLÝ NÁTĚR	DRUH PAPOUŠÍ
POMŮCKA: ALU. BOAT MARA NET, OBI	VĚTNÁ SPOJKA			KILOGRAM (HOVOR.)					ŽENSKÉ JMÉNO					
	MALÁ NIKOLA								INTERNET (HOVOR.)					
ŠICÍ VLÁKNO				2. DÍL TAJENKY TU MÁŠ										
JMÉNO HEREČKY CHÝLKOVÉ						SLOVEN. „STIN“ ČINY (BÁS.)					SMYČKY MOŘSKÝ SAVEC			
60 KUSŮ					KOVBOJ. ZBRAŇ TENISOVÝ DVOREC					INIC. HER. LABUDY Z JAKÉ PŘÍČINY			3. DÍL TAJENKY	VYBÍZENÍ K NAVŠTĚVĚ
JMÉNO NOVINÁŘE PAVLA				ŠIKMÁ RUSKÁ ŘEKA					STŘEŠNÍ TAŠKA TĚLNÍ TEKUTINA					
INICIÁLY SKLADA- TELE JANÁČKA			DOUTNÁK OBYVATEL SARDINIE					TRÁMEK V KROVU ZÁPISNÍK						
RYBÁŘ- SKÉ SÍTKY							OZDOBNÁ SPONA PRVEK CHŮZE					POPĚVEK HLAVNÍ MĚSTO ŠVÝCARSKA		
ČERNOCH						KOSO- DŘEVINA MATEMAT. ZNAMÉNKO					DOMÁCKY BENJAMIN DOMÁCKY LARISA			
	KUS LEDU SLOVEN- SKY „ČERVENEC“				STŘEŠNÍ KONST- RUKCE TRAUMA					SPANILÁ VERGILIOVO RODNÉ JMÉNO				
PRVEK ZNAČKY J				VÝNOS Z VKLADU PRACOVAT NA STAVU					VOJENSKÝ POCHOD MĚSTSKÝ SAD					ŽACÍ NÁSTROJ
VČELÍ PŘÍBYTEK			POPRUH (NÁŘ.) PŘÍKRÝ SVAH					TITANIC ZNAČKA PLYNOVÝCH SPORÁKŮ						
HLADIT							ARGENT. HLODAVEC SLAVNÁ ŠPIONKA					SPZ MOSTU RÁMOVÁ PILA		
	SVOJE	CHARAK- TER VINÍK				ITALSKÝ POLITIK ZÁKLADNÍ POTRAVA					DÍL ANGLICKÝ „ČLUN“			
NEBDÍT					TWAINOVO JMÉNO DĚTSKÝ POZDRAV					OVČÁK KVIKAT				
ZADNÍ ČÁST KRKU				ČÁST NOHY SOUBOR LEKČÍ					KOCOŮŘI (NÁŘ.) ŠKOLNÍ TRÍDA					CHALCÉ DONY
CITO- SLOVCE POVZDE- CHU			POKLADNA NÁŠ ZPĚVÁK LIDOVÝCH PISNÍ					4. TRÍDA GYMNÁZIA PRIMÁT						
	HLINÍKOVÝ (SLANG.) ZAJISTĚ				ZBAVIT VOUSŮ MEZ. UM. JAZYK							POVZDECH INICIÁLY REŽISÉRA TROŠKY		
STARŠÍ ZNAČKA POČÍTAČŮ						INDIÁN ZNAČKA KOSME- TIKY					ŠPATNÁ PŘED- LOŽKA			
4. DÍL TAJENKY								SKLADBA PRO SEDM NÁSTROJŮ						
DOMÁCKY OLGA				PÁS KE KIMONU				A SICE				OSOBNÍ ZÁJMENO		

[illegible]

Otec:

Dokud z tebe testu dostaneš 5, tak zapomeň, že isom tvojí otoc!

Další den: Tak co máš za známku?"

Syn:

A wy jeste kdo?”

Syn železničáře přijde poprvé ze školy, hodí tačku do kouta a povídá:

Pěkný podfuk! Prý první třída a mají tam tvrdý a dřevěný lavice!

Manželé mají výročí svatby. Muž se raději ženy zeptá, co by si přála

Nic nekupuj, uděláme si bezký večer a výbornou večeři. Mohl bys koupit šňepky,

Manžel šňoky sežene, ale cestou domů potká kamarády a ti ho zatáhnou na

Tak lezte, vy leneži pomalí!!!“

Česká děti ideu kolem hraček, věcí a žiloků

Mami, koupíš mi toto, mami, a tohle?“

A pak idou čínské děti kolem bračkářství a říkají:

Halo mami, tebe jsme vyráběli, mami, a tebe takyl“

Honzíku, co to děláš?”

Barátok sokundoró lopidóllko “

Cože?“

“mmmmmmmm”

Ukládá se na výlohu:

Proč jste neutekla, když na vás ten zloděj mířil pistolí?"

Protože za mnou byl on, vylevo a vpravo zdi a vonředu jsem mřla vytrřeno

Jedného dňa sa doorka ptá maminky:

Mami, proč máš některé vlasy bílé?

To je z tvého zleboní. Pokaždé, když provedeš něco špatného, zhlédá mi jeden

A mamí, proč máš kaktýše b'leý, zelený b'leý???

Sedí dva vyhladevší studenti na koleji a fantazírují. Co takhle začít chovat

Druhý náte: Plá=pláš, ne? Co to žníne? A ten nach?

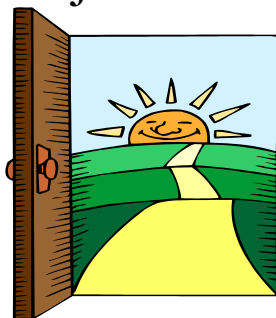
Drugi odgovor: Si zrakno

Paní Sklenářová Vlasta
Pan Mezlík František
Paní Vlastníková Jana
Pan Smejkal Josef
Paní Vacková Vlasta
Pan Sochna Karel



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

paní Květuši Konečnou
paní Smejkalovou Amalii



paní Švejdová Libuše



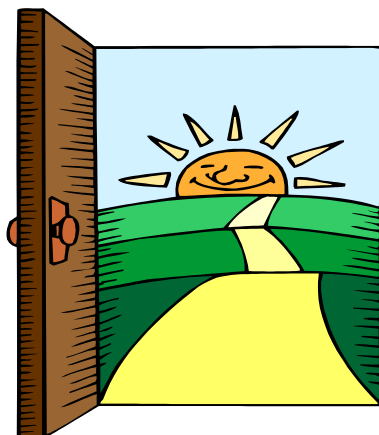
V listopadu oslaví své narozeniny:

Paní Šimečková Marie
Paní Votavová Marie
Pan Havelka Petr



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

Vítáme nové obyvatele:
pana Cafourka Josefa
paní Jankovou Jiřinu
paní Pacolovou Klementinu



„Ženy musejí při zacházení s muži dodržovat dvě základní pravidla: mladíky nesmějí pouštět příliš blízko a manžela zase příliš daleko.“
Autor: Kim Novák