

SENIORSKÝ KOUTEK

Ročník 19



Číslo 9

ZÁŘÍ 2019

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

Uvnitř tohoto čísla:

*Ohlédnutí
Připravujeme
Příspěvky
Cestování
Přečetli jsme za vás
Zdraví, Bylinky
Fotografie z akcí
Pranostiky
Kdo vymyslel
Trénování paměti
Zasmějte se s námi
Zápis z VO
Kronika
Citáty*



[illegible][illegible]

- [illegible]

[illegible]

- [illegible]

Ohlédnutí za červencem a srpnem...

[illegible]

- ***Cvičení jógy***
- ***Důchody***
- ***Zahradní terapie***
- ***Procházký v okolí domova***
- ***Kadeřnická služba***
- ***Filmové hodinky***
- ***Individuální činnosti imobilních klientů***
- ***Canisterapie***
- ***Tvořivé dílny***
- ***Cvičení paměti***
- ***Společenské hry, Sportovní hry***
- ***Žonglérské vystoupení pana Ošmery – 3.7.***
- ***Vystoupení Šafářanky – 29.7.***
- ***Setkání se starostou města, který klienty informoval o plánovaných změnách v městě Třebíči – 1.8.***

Připravujeme v měsíci ZÁŘÍ...

[illegible]

- **Důchody - 16.9.**
- **Filmové hodinky**
- **Individuální činnosti imobilních klientů**
- **Canisterapie**
- **Tvořivé dílny**
- **Pečeme, vaříme**
- **Cvičení paměti**
- **Sportovní hry**
- **Jóga – vždy ve čtvrtek v 14.30 hodin**
- **Výlety v okolí domova**
- **Kadeřnická služba – datum upřesníme**
- **Opékání špekáčků v zahradě**
- **Bleší trh – 19.9.**
- **Kavárnička pro poslech i tanec s gratulací pro všechny narozené v měsíci září – 25.9. ve 14 hodin**

Mše svatá v měsíci září

*V úterý 10.9. a 24.9. ve 14.15 hod.
ve společenské místnosti ve druhém patře
slouží římskokatolický kněz Václav Kříž*



Průlom v léčbě alzheimera

Každý pátek vychází zpravodajsko – společenský týdeník nazvaný TÉMA. Najdeme v něm mnoho zajímavostí z různých oblastí našeho života.

V červencovém čísle mě zaujaly dva obsáhlé články, které se týkaly obávané „Alzheimerovy nemoci“. S prvním z nich vás seznámím.

Úvod

Na světě bojuje s Alzheimerovou chorobou, jež je nejčastějším typem demence, téměř 50 milionů lidí. A jejich počet strmě stoupá.

I v Česku je už více než 160 tisíc pacientů. U 1,2 milionů Čechů se pak nemoc rozvíjí, ale nevědí to. Nad pilulkou, která by zvrátila průběh nemoci, bádají proto vědci po celém světě.

Čest a sláva našemu vědci

Nyní ale konečně svítí nemocným naděje. Český neurolog a zakladatel biotechnologické firmy Alzheon působící v Americe Dr. Martin Tolar (55 let) PhD. věří, že je lék na dosah. Říká: „Naše pilulka dokáže zabránit tvorbě toxinů a zlepšit jejich odplavování z mozku. Může tak zpomalit a zastavit průběh nemoci, účinné může být dokonce i v prevenci“. Říká spoluautor léku, který by mohl být běžně k mání do 5 let!

Rodiče Dr. Tolara, čeští vědci, dříve pracovali pro ČSAV, v současnosti jsou v USA a podílejí se na genetickém výzkumu, zabývající se kmenovými buňkami a transplantacemi. Patří ke špičce svého oboru na světě.

Léky už prokázaly svou účinnost

Všechny léky, které jsou na tuto chorobu k mání, již prokázaly svou účinnost na pacientech v pokročilé fázi nemoci. Aby ale bylo možné zvrátit průběh nemoci, je potřeba lék užívat podstatně dřív, tedy ještě před tím, než se nemoc projeví. A právě nový lék to dokáže zpomalit a dokonce může být účinný i v prevenci, říká Dr.Tolar.

Průběh nemoci

onemocnění je těžkou zkouškou nejen pro pacienta, ale i pro jeho nejbližší. Ti totiž v pozdějších stádiích nemoci mnohdy „trpí“, víc než sám pacient. Tahle nemoc není žádná sranda. A rozhodně by neměla být zjednodušována do příznaků zapomínání.

Problémy s pamětí

V první fázi se zhoršuje krátkodobá paměť, kdy si nemocný nevzpomene, co chtěl koupit nebo opakuje stále stejnou historku.

To se rapidně zrychluje. Zapomene si vzít léky, zavřít dveře od bytu, ptá se na banální otázky.....

Tíže se vyjadřuje, rozhoduje, je zmatený, vypadávají mu slova. Má problémy s pojmenováním věcí.....

Na procházku vyrazí v pyžamu, chybná orientace v prostoru, čísla mu nic neříkají, dá klíče do lednice, máslo do trouby.....

Neví, jaký je den, měsíc, rok, chová se zmateně, nenajde cestu na WC, potřebu vykoná na jiném místě, je agresivní, sobecký, náladový.....

Má problémy s polykáním, přestává cítit hlad a žízeň, vypovídají službu tělesné orgány, plíce, játra, srdce.....

Trénování paměti

zapamatovat si cokoliv nového, navštěvovat univerzitu třetího věku.....

Kvalitní spánek

Omezení úrazu hlavy

o box, ale i třeba i o hlavičkování ve fotbale, skoky do vody aj.

Strava

Slovo neurologa Dr. Tolara

pro mozek, protože zlepšuje funkci cév a také odplavování toxinů z mozku.
„Člověk je tak mladý, jak mladé jsou jeho cévy“.

Emil Škorpík

Emil Škorpík
II. patro

TO SLADKÉ SLOVO PRÁZDNINY

Nejhezčí slovo - prázdniny.

Nejhezčí prázdniny byly za studentských let. To jsem je měla rozděleny na dvě části.

V červenci jsem pobývala v Mariánských lázních. Odkud jsem si dělala výlety do Františkových Lázní, Kynžvartu a Karlových Varů. Člověk poznal mnoho zajímavých lidí.

Druhou část prázdnin jsem trávil v údolí řeky Oslavy, pod Tasovem na chatě Jeníčkov. Tato část prázdnin byla plná klidu a pohody. Jezdili se mnou brněnští hokejisté a členové Janáčkovy opery. Údolí vévodila zřícenina hradu Dub. Na chatě jsme se scházeli celá rodina, takže bylo vždy veselo.

Tolik prázdniny mého mládí.



Výhled z Dubu do údolí Oslavy

Jana Jungwirthová

DpS Kubešova

Cítíte se vyčerpaní a potřebujete znovu nabrat sílu? V našich tipech najdete mnoha lidmi osvědčená místa, kde se budete cítit skvěle a která vás nabijí pozitivní energií. Pokud patříte k těm, kdo naslouchají přírodě a chcete objevit něco víc než architektonické památky - něco, co nespatříte očima, nechte se vést a místo samo vám odhalí něco ze svého tajemství. Vyzkoušejte magickou sílu nedostavěného chrámu v Panenském Týnci, Božích kamenů na Strakonicku anebo poutního místa na Hostýně.

Lidé v krajině odpradávná hledali a nacházeli **místa, kde cítili vyzařovat zvláštní energie** – někdy pozitivní a někdy negativní. Pozitivní síly hrály důležitou roli při zakládání hradišť, měst a svatyní. Některá místa ze starších dob později **využili i stavitelé kostelů a chrámů**, další místa se dochovala ve volné přírodě. Kvalita a charakter těchto sil může být však odlišný, stejně jako jejich účinky. Na jednom místě lze najít **tělesnou regeneraci a na jiném útěchu duše.**

Léčivá energie z nitra hor a kopců



je se svou mariánskou svatyní **nejnavštěvovanějším poutním místem na Moravě**. Přibližně dvě staletí před naším letopočtem se dostal do zorného úhlu Keltů, kteří si tu zbudovali rozlehlé hradiště, **bazilika Nanebevzetí Panny Marie** zde byla postavena v 18. století. Ze své kladné síly nic neztratil ani do dnešních dnů. Pokud se zde chvíli zdržíte, **místo vás doslova naplní příjemnou energií**, až se dostaví pocit tepla a úlevy.

Hrad byl založen na sklonku 14. století pány z [Oseka](#) sehrál důležitou roli v době husitských válek. Celá zóna v okolí hradu má **blahodárně působit na lidský organismus**, což potvrdila i řada senzibilů. Zbavíte se zde **deprese** a posílíte ochrannou funkci aury. Doporučuje se provádět **za chůze dechové cvičení** – nádech, výdech a následné zadržení dechu po dobu, která vám po čas chůze nevadí. Příjemný pobyt na hradě určitě umocní také **nádherný výhled** na [Krušné hory](#), [Doupovské hory](#) nebo [Slavkovský les](#).

Seznamte se s novým farářem. O. Pavlem Opatřilem

Pavle, mohl by ses svým novým farníkům v Třebíči krátce představit?

Narodil jsem se v Brně, ale od mládí jsem bydlel na Vranově u Brna. Po maturitě jsem tři roky pracoval a dva roky bránil socialistickou vlast. Teologii jsem začal studovat na podzim roku 1990, jáhenské svěcení jsem přijal v roce 1995, kněžské o rok později. Na mém prvním kněžském místě jsi po mně nastupoval Ty a po 22 letech se situace obrátila.



Co bylo těžké na Tvém rozhodování přijmout prosbu pana biskupa?

V Brně Starém Lískovci jsem 14 let a 3 měsíce a to je dlouhá doba, se všemi svými plusy i „neplusy“. Letos jsem například už potřetí slavil s dětmi, které jsem křtil, první svaté přijímání, většinu rodin těchto dětí dobře znám, a máme spolu výborné vztahy. A dalo by se pokračovat dále.

Když ve farnosti prožiješ asi čtvrtinu svého života a víc než polovinu svého kněžství, tak to hluboce poznamená tvůj život. Máš vytvořeny vztahy, zázemí, stárneš a víš, že se nanovo bude začínat daleko složitěji než před lety, a zároveň víš, že čas od času je třeba změnit farnost.

Vše mělo být asi trochu jinak, nebýt o. biskupa Tomáše a jeho pozvání, které zamířilo k Tobě. Tak se pokouším novou situaci přijmout jako výzvu. Snad to s Boží pomocí a pomocí vás zvládnu.

Jaké důrazy kladeš na pastorační práci na farnosti?

Vnímám farnost jako pestré společenství lidí, které se snaží spolupracovat na dobrém díle. Každý s něčím přichází a podle svých darů a schopností něco konkrétního farnímu společenství dává a dívá se do budoucnosti s vírou a nadějí. Musí to být místo dialogu, férovosti a života

v realitě. Když to řeknu hodně zbožně, je to realizace Ježíšova poselství na daném místě s danými lidmi, ve stálé otevřenosti Bohu.

V širším slova smyslu je pro mě farnost také místem spolupráce lidí dobré vůle i různých organizací a neziskového sektoru. Jelikož mě už před rokem 1989 oslovila skautská myšlenka a od devadesátých let jsem v rámci možností do skautingu zapojen, těším se i na spolupráci v této oblasti.

Co děláš ve svém volném čase?

Shrnu bych to do pár slov. Příroda, ať již v českých zemích nebo i za hranicemi. Také už skoro dvacet let „vypomáhám“ v jedné české vesnici v Rumunsku. A ještě by se našly další oblasti trávení volného času, pokud nějaký je.

Co Ti daly Tvé první dny v Třebíči začátkem srpna?

Byly to dny plné nových informací, kontaktů a setkání. Spolu s o. Jakubem jsem navštívil pana děkana a jeho spolupracovníky, představitele města a Oblastní charity, trebičskou nemocnici a Domovy pro seniory. Dále jsem se seznámil se zámeckými sousedy z Muzea a Infocentra a především s farní a ekonomickou radou a farníky při mši svaté. Snad jsem si z toho něco zapamatoval a prosím Vás o trpělivost v mých trebičských začátcích. Rád ocením Vaše postřehy a rady a těším se na spolupráci se všemi, kteří tvoří společenství kolem baziliky.

Jak bude probíhat převzetí farnosti?

V pátek 13. září při mši svaté v 16.30 v bazilice mi bude otcem děkanem Jiřím Dobešem předána služba faráře, a od tohoto dne začíná moje každodenní práce mezi vámi, na kterou se těším. Děkuji za přijetí i vaše modlitby a spoléhám na ně i nadále.

Milý Pavle, děkuji Ti za rozhovor a přeji Ti vše dobré.



A person is standing in a field of tall, green grass. They are wearing a blue, short-sleeved dress or tunic over a light-colored, long-sleeved top. They are also wearing brown, lace-up boots. The background is a soft-focus landscape with trees and a bright sky.

Nárůst hmotnosti, který patří k rizikovým faktorům, nebo dokonce obezita

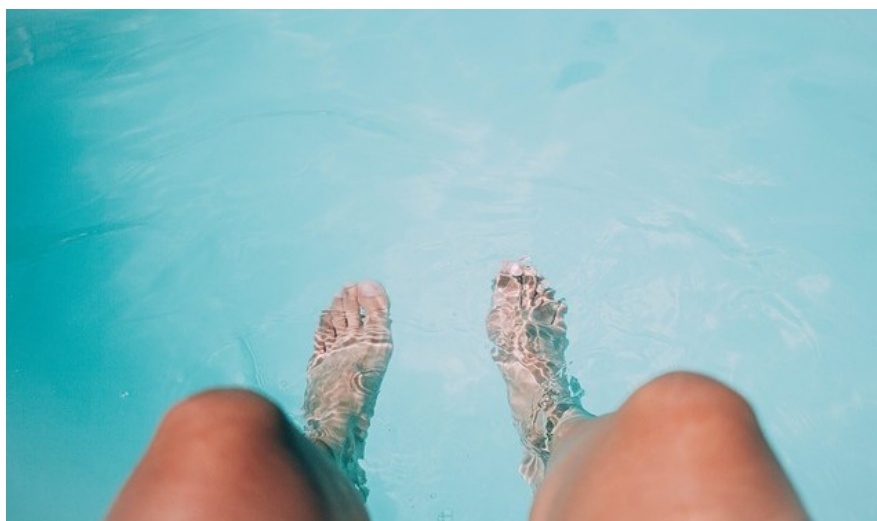
- Nenechte se mýlit. Otoky nohou nemusejí být na první pohled vidět. Zpočátku se mohou projevovat pouze v pocitech těžkých nohou, mravenčení, bolesti nebo křečích.*

Zásadní je kvalitní **pitný režim**. Přestože jsou otoky spojeny se zadržováním vody v těle, mohou poukazovat na nedostatečný pitný režim. Může to být tak, že k zadržování vody dochází proto, že má organismus tekutin málo a dělá si proto jejich zásobu.

Oteklé nohy bývají také **důsledkem nedostatku pohybu**. Sedavé zaměstnání nebo zaměstnání, kdy je člověk celý den na nohou se často odráží právě v oteklých nohou. Souvisí to i s tuhnutím svalů a špatnou funkcí žilního systému. Řešením je tedy zařadit do denního programu pohyb, stačí svižnější chůze, i za tu budou vaše nohy vděčné. Proti zatuhnutí svalů pomůže protahování.

Otoky nohou mohou být **projevem i závažného zdravotního problému**, jeho léčba by pak měla být pochopitelně v rukou lékaře. Často jsou spojeny s kardiovaskulárními problémy, zejména chronickou žilní chorobou. Ta je také jednou z těch nejčastějších příčin otoků.

Otoky přicházejí i v době, kdy **játra** neplní všechny své funkce nebo když špatně fungují **ledviny**. Pak dochází k hromadění tekutin v organismu.



Voda nohy léčí, ale v podobě otoků jim neprospívá

- Pokud máte po celém dni těžké nohy, jednoduše jim odlehčete tak, že je položíte do vyvýšené polohy.
- Můžete si prostě sednout do křesla a dát nohy na stůl.
- Můžete si lehnout a nohy podložit polštářem nebo srolovaným ručníkem.
- Můžete nohy vleže zvednout a tíhu z nich zkusit setřást.
- Užitečná může být i studená sprcha nebo chladivá koupel nohou. Ta osvěží nohy ještě více, pokud do vody přidáte výluh z bylinek jako je máta, levandule nebo šalvěj.

5 věcí, které můžete udělat proti otokům

1. Změnit své stravovací zvyklosti

Hlídejte si dostatečný pitný režim, ale i množství soli v jídle. Právě nadbytek sodíku totiž může vést k zadržování vody v těle, stejně tak nadměrný příjem cukru nebo kofeinu. Škodí i alkohol a kouření.

Užitečné mohou být naopak minerální látky, jako je draslík. Najdeme ho například v banánech, avokádu, také česneku, špenátu, pažitce nebo petrželce. Zdrojem

cenných minerálních látek jsou i zelené potraviny jako je mladý ječmen nebo zelená pšenice.

Prospěšná je i vláknina, která zajistí správné fungování zažívacího systému. Ideálním zdrojem vlákniny je ovoce a zelenina, které skvěle zapadnou do letního jídelníčku.



2. Zaměřit se na odvodnění organismu

S odvodněním organismu mohou pomoci některé potraviny, jako jsou okurky, celer, mrkev, chřest, meloun, černý rybíz, meruňky, brusinky aj.

máty, kořene zázvoru, rozmarýnu a meduňky pomáhá i při cestovní nevolnosti – pije se před i během cesty.

FENYKL OBECNÝ (*FOENICULUM VULGARE*)

Semena i nať z fenyklu slouží ve středomořské kuchyni k dochucení hlavně rybích pokrmů a salátů. U nás je toto koření se sladkou vůní využíváno méně, známější je jen jako léčebný odvar pro malé děti.



SBĚR: Jednoletý fenykl lze pěstovat na zahradě, potřebuje teplé slunné místo s vápenitou půdou. Oproti tomu volně rostoucímu ve Středomoří a v zemích Balkánu má však jen poloviční výšku, a to kolem jednoho metru. Podobá se tak známějšímu kopru. Kmín poznáte nejen podle typické nasládlé vůně, ale i rýhované lodyhy a světle žlutých květenství. Rostlina přitahuje ve velkém včely a motýly, například otakárky. Dozrávající okolíky se ostříhávají postupně, jak dozrávají. Semena se vyklepou na plátno a potom dosuší ve stínu.

VYUŽITÍ: Odvar z fenyklu se používá proti nadýmání u kojenců, velmi dobře ale funguje i u dospělých. Rozdrťte usušená semena v hmoždíři a hned z nich uvařte čaj, pak je účinek výraznější. Připravit si můžete i fenyklové mléko, kdy se roztlučené nažky nechávají deset minut stát v horkém mléce.

KMÍN KOŘENNÝ (*CARUM CARVI*)

Patrně nejběžnější koření v české kuchyni svými výbornými účinky pro odstranění s nadýmáním. Jde o rostlinu, která se snadno pěstovat i na zahradě, získá tak mnohem výraznější aroma. Je zajímavé, že nejvíce léčivých éterických olejů neobsahuje po sklizni, ale po dosušení, tedy až za několik měsíců.

překvapí
potíží
dá



SBĚR: Kmín patří mezi mrkvovité rostliny, má dvouletý životní cyklus. Vysévá se na slunné místo do hlinité půdy hned zjara, sklízí se ale až napřesrok. Odstřihujte celé okolíky hned poté, kdy začnou měnit barvu ze žluté na hnědou. Pak se dosušují na sítích nebo se věší ve svazcích na suché místo, kde doschnou. Využít ale můžete už první rok mladé listy, čerstvé se přidávají do salátů a polévek.

VYUŽITÍ: Chcete-li využít léčivé schopnosti kmínu, suché nažky těsně před přípravou nálevu rozdrťte v hmoždíři, aby se éterické oleje dobře uvolnily. Čajovou lžičku nadrcených semen přelijte 150 mililitry vroucí vody, zakryjte a nechte alespoň deset minut louhovat. Z kmínu se připravuje i olej pro masáž bříšek kojenců: tři polévkové lžíce nadrceného kmínu přelijte sto mililitry olivového oleje, skleničku nechte tři týdny stát a občas ji protřepejte. Poté přefiltrujte a uložte do tmavé láhevky.

HOŘEC ŽLUTÝ (GENTIANA LUTEA)

Hořec žlutý má květy uspořádané ve skupinách nad sebou, listy s výraznou podélnou žilnatinou jsou podobně jako u jitrocele většího. Jde o dlouhověkou rostlinu, dožívá se i šedesáti let, kvést začíná až desátým rokem. Odedávna se používá k povzbuzení chuti, při nedostatku žaludečních šťáv či oslabené funkci slinivky. Způsobuje lepší prokrvení sliznice žaludku, urychluje posun potravy, povzbuzuje trávení v tenkém střevu, potlačuje kvašení a stimuluje tvorbu žluči.



SBĚR: Hořec sice roste volně v přírodě, ale je chráněný. Pěstuje se i jako okrasná trvalka na zahradách, kde můžete jeho silné příčně pruhované oddenky na jaře a na podzim vyrývat, sušit a používat jako léčivku.

VYUŽITÍ: Nejjednodušší je příprava čaje, kdy se čajová lžička nasekaného usušeného kořene přelije šálkem horké vody a nechá se asi patnáct minut louhovat. Silnější účinek má výluh připravený za studena, bylina však musí zůstat ve vodě osm hodin.

PUŠKVOREC OBECNÝ (ACORUS CALAMUS)

Tato tradiční léčivka původem z Číny u nás zdomácněla. Roste v mělkých stojatých vodách v teplejších oblastech. Jde o vysokou bylinu s trojbokým stvolem a dlouhými mečovitými listy.



Má drobné květy, které nevytváří plody, puškvorec se množí oddenky. Je pro něj typická nápadná vůně.

SBĚR: Pro potlačení žaludečních obtíží se používá oddenek, který je asi tři centimetry tlustý. Sbírá se na podzim, kdy se v kořenech nahromadí největší množství léčivých látek. Sbírejte ho pouze u silných a zdravých rostlin, starých minimálně tři roky. Oddenek se očistí, vypere a nařeže na menší kousky, silné kořeny se dělí i podélně. Suší se při teplotě kolem čtyřiceti stupňů do doby, než začne praskat a silně vonět.

VYUŽITÍ: Puškvorec je tradiční součástí žaludečních likérů, podporuje látkovou výměnu a produkci trávicích šťáv, pomáhá i při křečích a zánětech žaludku, dezinfikuje. Pro odstranění nechutenství a povzbuzení trávení si uvařte odvar z nařezaného nebo nadrceného puškvorce. Polévková lžíce byliny se přelije čtvrt litrem vroucí vody a ponechá čtvrt hodiny stát, poté se přecedí.



Zdroj: <https://www.floranazahrade.cz/lecivky-pro-dobre-traveni/>

Canisterapie



Jana Konečná s fenkou Garou.



Ruční práce v hobby. Na kytaru hraje pan Matějů – dobrovolník.



Sklizeň levandule v naší zahradě.



Sportovní den. Hrajeme „ČÁRU“.



Natíráme košíčky. Celoročně se chystáme na vánoční jarmarky.



Soutěž v petanque. Morava Cup Zlín – Burešov.



Rozhodčí: Ing. Vlastimil Zaydlar - ředitel domova v Burešově.



Každý týden hrajeme pétanque v zahradě.



Naše současná hobby místnost je bývalý bufet. Často se ptáte, kdy se budeme stěhovat do „nové“ hobby. Nová hobby bude v průběhu září. Bude prostornější, pro Vaše společné aktivity ideální. ☺ Každý se baví tím, co ho baví.





Kavárnička v atriu. Oslava narozenin obyvatel narozených v měsíci srpnu.
Hudba Fialová a Švarc.





Pracujeme i o prázdninách, vždyť kde jinde se takhle sejdeme.





Rádi sportujeme, rádi zpíváme..



Prezentace starosty pana Pacala o plánovaných změnách v našem městě



Bingo nás baví





Využíváme sluníčka, jak jen to jde

Na nákupu



PRANOSTIKY V ZÁŘÍ

Září

Slovo **září** nevzniklo podle toho, že by v tomto měsíci nějak silně zářilo slunce. Všichni přece moc dobře víme, že v září už je po prázdninách a léto nám dává pomalu, ale jistě sbohem. Pojmenování vzniklo ze slovního spojení *za říje* (ve staročestně *za řuje*). V tomto období totiž začíná být **divoká zvěř v říji** (někteří jeleni v září už **zařijí**, tj. zařvou).



Pranostiky: září

- V září mnoho požárů bývá, proto se obloha rdívá.
- Teplé září - dobře se ovoci i vínu daří.
- Na dešti v září rolníků moc záleží.
- Zářiový déšť polím potrava, zářiové spršky pro víno otrava.
- Zářiová slota - hrstka deště, fůra bláta.
- Po hojných deštích v září osení zimní se podaří.
- Bouřky v druhé polovině září přinášejí mnoho větrů.
- Bouřka v září - sníh v prosinci.
- Bouřky v září - na jaře mnoho sněhu.
- Ozve-li se v září hrom, bude v zimě zavát každý strom.
- Teplé září - říjen se mračí.
- Září víno vaří a co nedovaří, říjen dopeče.
- Babí léto - léto na odchodě.
- Touží-li září po rose, bude v říjnu bláta po ose.
- Jaké počasí v září, tak se i březnu vydaří.
- Pěkné růže v zahrádkách věští pěkný podzimek a pozdní zimu.
- Divoké husy na odletu - konec i babímu létu.
- Divoké husy svačinu odnášejí a zimu přinášejí.
- Září jezdí na strakaté kobyle.
- Podzim na strakaté kobyle jezdí.
- Podzim bohatý na mlhu věští v zimě mnoho sněhu.
- Září, na léto jde stáří.

Svatý Václav

Vražda knížete Václava je od nepaměti předmětem mnoha legend. Zkrvavený světec ležící před kostelem je výjev, který zná v Česku každé malé dítě, jak ale skončil pobožný kníže ve skutečnosti a kdo ho vlastně zabil?



Způsob vlády knížete Václava byl trnem v oku mnohých - zejména ale jeho bratra Boleslava. Ten si pro český stát představoval větší nezávislost, kdežto mírumilovný Václav se klidně poddal východofranckému vládci Jindřichu I. Ptáčníkovi. Boleslav se svými pobočníky proto vypracovali plán na zabití knížete.

Na oslavy svátku svatých Kosmy a Damiána pozve Boleslav Václava na svůj hrad. Ani na středověkém dvoře není ovšem nouze o špehy, a tak se zpráva o plánovaném spiknutí donese až k Václavovi a on přijede do Staré Boleslavi obklopen početnou družinou.

Boleslav tedy plány musí přehodnotit. Místo toho, aby bratra zabil na slavnostech, ho pozve na hostinu. Václav ale není včerejší, a tak přežije bujaré pitky i nadcházející noc. Jenže chybu nakonec přece jen udělá.

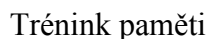
Ráno se podle svého zvyku vypraví na pobožnost, což bohužel očekává i Boleslav s pobočníky Tirou, Tužou a Čestou. Před kostelem svatého Kosmy a Damiána se Boleslav vynoří před Václavem s pobočníky i velmožem Hněvsou, který spiknutí plánoval s nimi.

[illegible]

Tak vraždu popisuje *První staroslověnská legenda*. Podle latinsky psané legendy *Crescente fide Christiana* Václav po první ráně Boleslavovi vytrhl meč z ruky, rozmáchl se a zahodil ho, protože bratrovi nechtěl ublížit. Scénka ovšem vypadala jinak pro Boleslavovy druhy - ti vylezli z úkrytu a v domnění, že Václav chce Boleslava napadnout, knížete ubili.

Václavovy ostatky už tři roky po jeho smrti - patrně v rámci pokání - nechal Boleslav přenést na Pražský hrad a došlo ke spontánnímu svatořečení. Během 10. století nadále vzrůstala obliba zavražděného knížete až proběhla oficiální kanonizace.

Vzhledem k tomu už z kosterních pozůstatků není možné určit, jak přesně Václav zemřel. Lebka nese známky starších zranění - výrůstek na pravém spánku naznačuje úder tupým předmětem, jizva v kosti nad pravým obočím ukazuje na další úraz. Oba nálezy jsou vyhojené. Na zbytcích kostí nejsou žádná zranění, která by napovídala na řádění vrahů. V případě Václava tak nezbývá než věřit dobovým legendám.



Logické myšlení

Trojice výrazů:

smíšený, hluboký, listnatý..... LES.....

bílý, tuzemský, kubánský.....

trináctá, svatební, zámecká

minerální, pitná, užitková.....

suché, stolní, šumivé.....

rané, francouzské, americké.....

hovězí, slepičí, silný.....

zrající, strouhaný, smažený.....

hořká, mléčná, bílá.....

pravoúhlý, výstražný, rovnoramenný.....

politická, světová, malá.....

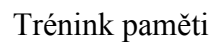
slepecká, vycházková, francouzská.....

pražská, ruská, finská.....

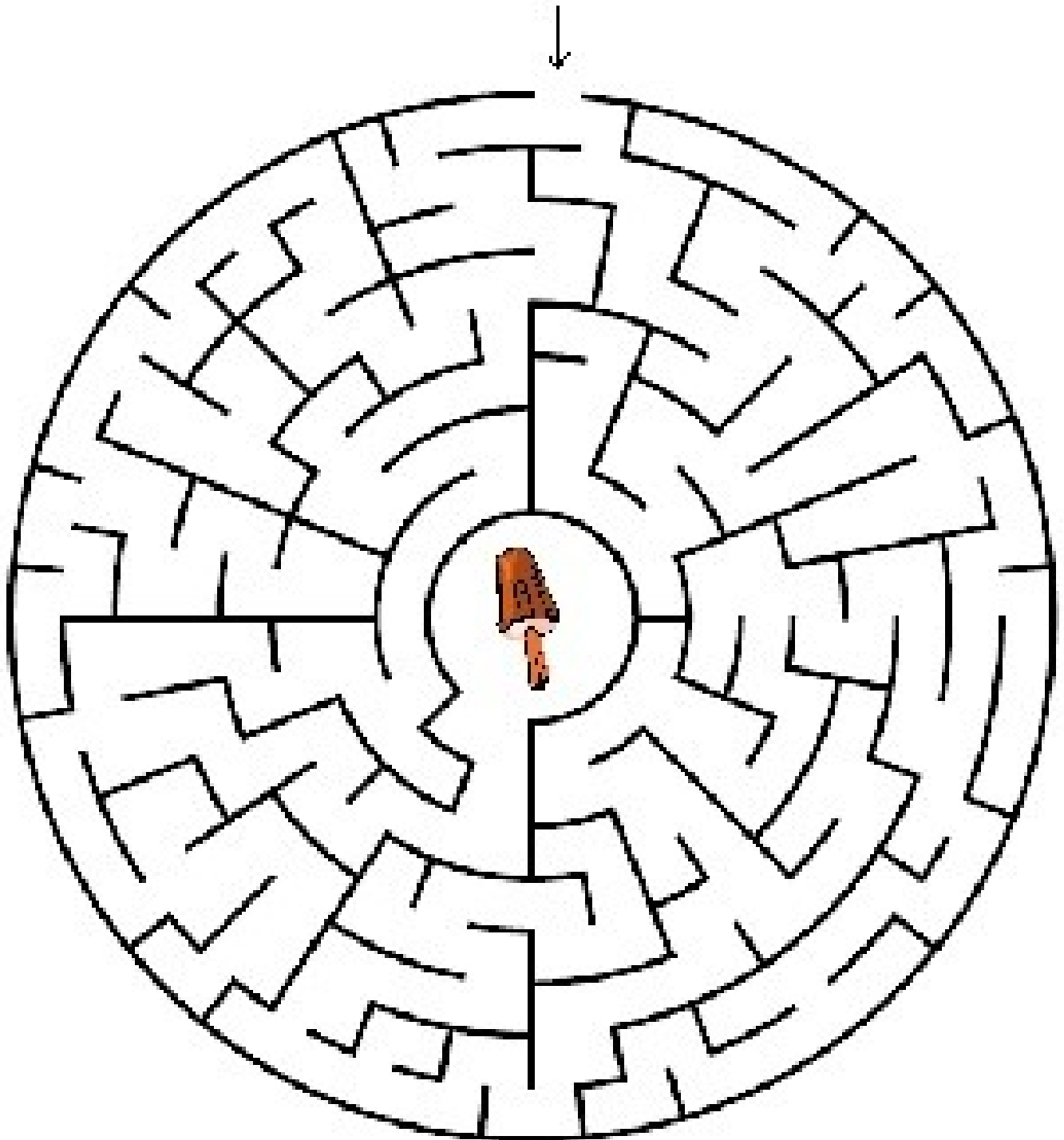
brazilská, zrnková, překapávaná.....

ruská, italská, pistáciová.....

ozubené, mlýnské, jízdní.....



BLUDIŠTĚ: DOJDI SI PRO NANUKA



ZÁPIS ZE SCHŮZKY VÝBORU OBYVATEL

29. 8. 2019

Účast personálu: Chalupová, Chládková, Filková, Dvořáková, Šulcová, Krejčová

Účast obyvatel: Ing. Eduard Bartl, pan Emil Škorpík, Ing. Stanislav Tesař, pan Jan Vrbka,

Mgr. Chalupová

- Krajský úřad dodá Domovu další elektrická polohovací lůžka do konce roku. V současnosti jednáme o odvozu starých lůžek na Ukrajinu.
- 3. 9. 2019 převezmeme zrekonstruované prostory (hobby místnost, kancelář sociálních pracovníků), následně proběhne stěhování do těchto prostor.
- 1. 9. 2019 nastoupí nová sociální pracovnice, 1. 10. 2019 nastoupí nová vedoucí provozního úseku.
- 6. 12. 2019 proběhne oslava 20. výročí založení Domova.
- 12. 12. 2019 bude koncert Jakuba Pustiny v bazilice sv. Prokopa pro klienty Domova, jejich rodiny i veřejnost.
- Fontána v atriu bude brzy opět v provozu, je třeba ještě opravit čerpadlo.
- V příštím roce se na pokoje klientů rozvádět datové kabely. Dále je plánu nová protipožární signalizace, východ z bufetu a východ ven z oddělení DZR do zahrady.
- Časem plánujeme rekonstrukci prostor bufetu a přestavbu skladu za bufetem na pokoj.

Paní Šulcová, paní Dvořáková

- Od září budou ve čtvrtky a pátky opět výběry ze dvou jídel.
- Novým členem stravovací komise se stal pan Škorpík.

Paní Krejčová

- V blízké době proběhne výstava obrazů paní Kočkové (darovala Domovu obraz, který je vystaven ve školící místnosti).
- Požadavky na opravy a údržbu v Domově se nyní podávají paní Krejčové.
- Náplň práce vedoucí provozu, která odešla k 31. 8. 2019, byla rozdělena mezi jednotlivé úseky (po dobu, než nastoupí nová vedoucí – do 1. 10. 2019)
- 31. 8. proběhne poslední mše svatá s otcem Jakubem. Nový kněz, otec Pavel Opatřil, bude mít první mši 21. 9. 2019.

- Aktivizační pracovnice připraví dárek pro otce Jakuba. Pan Vrbka navrhl, aby dárek předala paní Janatová.
- 4. 9. 2019 zahajuje výuku Univerzita 3. věku. Pan Bartl doplnil, že Univerzita 3. věku probíhá každých 14 dní.

Ing. Bartl

- Bylo by dobré znovu otevřít bufet v Domově. Bufet by mohla provozovat manželka pana Bartla.

Paní ředitelka: Je to možné, pokud bude mít paní Bartlové živnostenský list a bude si zajišťovat provoz a zboží sama.

Ing. Tesař

- Je třeba doplnit Výbor obyvatel o nové členy. Návrh: paní Tinusová, pan Suchánek. Návrh byl Výborem přijat, na příští schůzku budou oba pozváni.
- Poděkování panu Škorpíkovi, že se ujal členství ve stravovací komisi.
- Pochvala za jídla vařená v předposledním srpnovém týdnu.

Pan Škorpík

- Rekapitulace proběhlých událostí z kroniky.
- Poděkování za papírové odpadové nádoby na plasty, vzhledově se však do Domova nehodí. Nápad pro vylepšení: oblépit balicím papírem či jinak vyzdobit, např. ve spolupráci se ZUŠ, popř. zakoupit nádoby jiné.
- Kovové vozíky na přepravu jídla po Domově, jsou velmi hlučné. Návrh řešení: opatřit vozíky jinými kolečky (jako mají vozíky uklízeček).
- Byla dostavěna nová recepce, vypadá hezky.

Příští schůzka Výboru obyvatel proběhne 21. 11 2019 (v případě potřeby dříve), ve školící místnosti.

Zápis provedla: Mgr. Magdaléna Filková

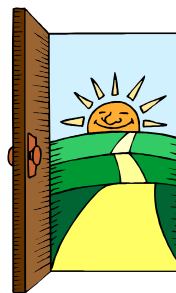
V Třebíči dne 4. 9. 2019

paní Petru Naděžda
paní Vondráková Božena
pan Sedláček Robert
paní Kameníková Ludmila
paní Smejkalová Amalie
paní Babáková Blažena
paní Tesařová Marie
pan Sochor Josef
pan Bartes Stanislav



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

pana Dvořáka Jana
pana Svobodu Zdeňka
paní Večeřovou Josefu
paní Vaníčkovou Marii



S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili:

paní Železná Zdenka
pan Šimeček Emil

paní Marie Kubíčková
paní Božena Mušková
paní Růžena Pelikánová
paní Marta Štveráčková
pan Zdeněk Trojan
pan Jindřich Venhuda
pan František Rubák
pan Josef Gurtner



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

Pana Karola Rohonyho
Pana Josefa Svobodu

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili:

Paní Květoslava Bartáková
Pan Jindřich Hejátko