

SENIORSKÝ KOUTEK

Ročník 22



Číslo 5

KVĚTEN 2022

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

Uvnitř tohoto čísla:

Ohlédnutí
Připravujeme
Přečetli jsme za vás
Zdraví
Bylinky
Příspěvky
Fotografie z akcí
Kdo vymyslel
Trénování paměti
Lidské osudy
Horoskop
Křížovky
Zasmějte se s námi
Kronika
Citáty



[illegible]

pp

- ## Připravujeme v měsíci KVĚTNU

[illegible]

-

Ohlédnutí za dubnem

- *Spolupráce s dětmi MŠ Demlova na dálku*
- *Tvořivé dílny*
- *Procvičování paměti*
- *Canisterapie*
- *Velikonoční posezení s p. Fialovou a její harmonikou – 11.4.*
- *Setkání s dobrovolníky – 21.4.*
- *Kavárnička s paní Špačkovou – 27.4.*
- *Filmové hodinky*
- *Skupinová cvičení*
- *Sportovní hry*
- *Procházky a posezení v zahradě*

Připravujeme v měsíci květnu

- *Tvořivé dílny*
- *Procvičování paměti*
- *Filmové hodinky*
- *Skupinová cvičení*
- *Setkání s dobrovolníky*
- *Sportovní hry*
- *Spolupráce s dětmi MŠ Demlova*
- *Návštěva pana Kunce se zvířátky – 17.5.*
- *Důchody – 16.5.*
- *Opékání špekáčků – dle počasí*



Mše svatá v měsíci dubnu
proběhne ve **středu 4.5. a 18.5.**
ve 14.15 hodin ve společenské místnosti ve
druhém patře. Slouží římskokatolický kněz **Václav kříž.**

Poznáte své rodiště?

Obec se nachází
v okrese Třebíč v Kraji
Vysočina. Žije
zde 718 obyvatel. Obec
leží na soutoku
potoků Březinka a Klapův
ka přibližně 5 km severně
od Třebíče, v nadmořské
výšce 428 m.



Sousedními obcemi sídla

jsou Vladislav, Valdíkov, Třebíč, Horní
Vilémovice, Nárameč, Rudíkov a Přeckov.

První písemná zmínka pochází z roku 1101, kdy je obec zmíněna v zakládací listině kláštera v Třebíči, již v pravěku však obec byla křižovatkou obchodních cest, doloženo to je nálezy bronzových předmětů v obci a jejím okolí. V roce 1376 byla vesnice zastavena Opolkovi z Trnávky.

Roku 1478 se dostala z majetku kláštera a stala se majetkem panství, prvními majiteli byli Vaněk z Lomnice a Vilém z Pernštejna. V roce 1525 Pernštejnové prodali třebíčské panství Alchrebovi Černoohorskému z Boskovic, ale již roku 1555 získal panství Jan z Pernštejna, jeho syn Vratislav z Pernštejna však již roku 1557 prodal panství Burianovi Osovskému z Doubravice, následně panství vlastnil jeho syn Smil Osovský z Doubravice, který zemřel roku 1613 a majetek tak získala Kateřina z Valdštejna. Ta se vdala za Karla ze Žerotína, Žerotínové byli majitelé panství až do roku 1629, kdy museli odejít do exilu. Kateřina předala panství Adamovi z Valdštejna.

V roce 1620 byla zahájena stavba kostela Nejsvětější Trojice, kostel v nynější podobě byl postaven mezi lety 1715 a 1720, lokálie byla zřízena však až v roce 1785. V letech 1713–1716 byla postižena morem, stejně tak mezi lety 1832 a 1836.

V roce 1808 byla postavena školní budova, do té doby se vyučovalo v jednom z trnavských domů. V roce 1875 byla

postavena nová dvoutřídní škola. V roce 1934 byla škola rozšířena na trojtřídní, mezi roky 1994 a 1995 byla školní budova kompletně opravena. V roce 1887 byla založena knihovna a roku 1904 byl založen spolek hasičů.

Roku 1872 bylo v obci nalezeno mnoho rakouských denárů a stříbrné mince, v roce 1972 pak byl nalezen poklad (české groše z doby Václava IV., uherské dukáty císaře Zikmunda Lucemburského, rakouské a bavorské feniky) při stavbě kulturního domu. Ukrytí pokladu se datuje do 40. let 15. století a nyní je k nahlédnutí v Muzeu Vysočiny Třebíč. V roce 1942 byly z kostela rekvírovány zvony.

V roce 2003 byl postaven obchvat obce.

Do roku 1849 patřila do třebíčského panství, od roku 1850 patřila do okresu Jihlava, pak od roku 1855 do okresu Třebíč. Do roku 1867 byl součástí Ptáčov a do roku 1882 i Pocoucov.

Farnost a školství

Stavba nekatolické modlitebny byla zahájena roku 1618. V pozdějších letech došlo k její přestavbě na katolický kostel, který byl zasvěcen apoštolům sv. Petru a Pavlu. První písemné zmínky o trnavském školství se datují k roku 1812, kdy byla zřízena první škola. V současnosti se v obci vyučuje v mateřské škole a v základní škole do 5. ročníku.

Obecní spolky

Z obecních spolků aktivně působí Sbor dobrovolných hasičů založený již v roce 1904. V letech 1991 až 2002 jej nejvíce proslavily dorostenky a ženy, které získaly 11 titulů mistryň ČR v požárním sportu. Mezi další spolky patří Tělovýchovná jednota, Klub českých turistů a Honební společenstvo Trnava.

Příroda

Trnava leží v přírodním parku Třebíčsko, kde se křižují turistické a cykloturistické stezky. Východně od vsi se nachází přírodní památka Kobylínek s výskytem koniklece velkokvětého. Na území obce se vyskytuje i několik rybníků s možností koupání.

<https://cs.wikipedia.org/wiki/Trnava>

annalisa blog cz

6

V Americe, Německu, Rakousku či České republice se svátek slaví druhou nedělí v květnu. Velká Británie a Irsko dávají přednost čtvrté nedělí půstu. V Rusku se udržuje až poslední nedělí v listopadu. V některých zemích je však svátek pevně svázán s konkrétním datem - v Polsku se slaví 26. května.

7

A clear glass bowl filled with sliced cucumbers, with more slices scattered on a light wooden surface.

I když většina lidí automaticky zařadí salátovou okurku mezi zeleninu, ve skutečnosti z botanického hlediska jde o ovoce. Náleží k čeledi rostlin tykvovitě (*Cucurbitaceae*), zahrnující také tykve a melouny.

8

Zejména lignany jsou spojovány s protirakovinnými účinky. Některé mohou blokovat svým specifickým působením růst a přežití rakovinných buněk, zejména co se týká rakoviny slinivky břišní. Na tomto poli probíhá intenzivní výzkum.

V poslední době se vědci také stále více zajímají o flavonoid fisetin, který studie spojují s ochranou nervových buněk, zlepšením paměti a snížením rizika Alzheimerovy choroby. Slibné výsledky byly zjištěny také při prevenci rakoviny. Okurky jsou kvalitním zdrojem tohoto flavonoidu.

Okurky prospívají trávicímu traktu, hlavně ty kvašené

Tyto chutné plody obsahují vlákninu, která pomáhá regulovat pohyby střev. Zejména pektin může pomoci zvýšit komfort při vyprazdňování. Protože okurky obsahují navíc také velké množství vody, jsou účinné v boji proti zácpě díky zlepšení konzistence stolice.

Velmi dobré pro správné trávení jsou však okurky, které prošly procesem fermentace (kvašení), protože obsahují bakterie prospěšné pro zdraví trávicího traktu a zdravou skladbu střevního mikrobiomu.

Pomáhají zhubnout a udržet pružnou pleť

Okurky jsou zdravou a nízkokalorickou potravinou, která je vhodná při redukčních dietách. Studie z roku 2011 prokázala, že větší spotřeba vody koreluje s větším úbytkem hmotnosti u dospělých ve středním a starším věku. Účastníci, kteří před jídlem vypili 0,5 litru vody, zhubli v průměru o 2 kg více než ti, kteří to neudělali. Konzumace okurek, bohatých na vodu, tak může být příjemným způsobem, jak zvýšit příjem tekutin nejenom ve snaze snížit tělesnou hmotnost.

Okurky mají také chladivý a zklidňující účinek, který při lokálním použití snižuje otoky, podráždění a záněty. Plátky okurky tak lze přikládat na oči, pomáhají také při zklidnění pokožky po nadměrném slunění.

Obsah vody hydratuje pleť a díky tomu, že rovněž pomáhá vyplavovat z těla toxiny, přispívá ke zdravé a pružné pleti.

Zdroj: <https://www.vitalia.cz>

Řasa chlorella - účinky, rizika a profil

Chlorella je sladkovodní řasa původem z Asie. Díky zvýšenému obsahu živin a prospěšných látek se řadí mezi superpotravinu. Má velmi prospěšné účinky na organismus.



Chlorella je přírodní, čistý a koncentrovaný zdroj důležitých živin

Chlorella je jednobuněčná, sladkovodní, tmavě zelená (nebo modrozelená) řasa. Užívá se samostatně jako prášek nebo v celé řadě výživových doplňků. Z chlorelly se vyrábí kapsle, tvrdé tablety a tekuté

extrakty. Používá se i jako potravinářská přísada, kdy potraviny přirozeně zabarvuje a obohacuje o živiny.

Chlorella je přirozený a čistý zdroj rostlinných bílkovin, tuků, sacharidů, vlákniny, chlorofylu, vitamínů, antioxidantů i minerálů. Může obsahovat látky účinné proti bakteriím, houbám, nádorům i virům a urychlovat hojení poškozené tkáně.

Chlorella byla objevena po druhé světové válce v 19. století. Zdravotní přínosy začaly být studovány v Japonsku od 60. let. Jako potravinu se ale běžně konzumuje stovky let.

Takto vypadá moderní pěstování chlorelly – čisté prostředí neohrožené škodlivinami a vysoká výtěžnost



Zajímavá fakta o chlorelle

Věděli jste, že ...

- Chlorella je **nejbohatším známým zdrojem chlorofylu**. Obsahuje ho téměř 10x více než vojtěška, ze které se chlorofyl pro komerční využití nejčastěji získává.
- Chlorofyl **čistí střeva, játra a krev, urychluje hojení ran a brání karcinogennímu toxinu aflatoxin** (ten se nachází například v plesnivých zrnech, luštěninách a arašídech) **poškozovat DNA**. Chlorofyl může také blokovat některé toxiny způsobující rakovinu, snižovat místní záněty a působit jako vnitřní pachový deodorant. Nachází se zejména v zelené listové zelenině. Problémem je, že zelená zelenina chlorofylu obsahuje pouze kolem než 0,5 %. Chlorella obsahuje 3 až 5 % chlorofylu.

Zásadité pH zelených potravin podporuje léčení všech typů zánětů, které mohou v organismu probíhat. Zelené potraviny výrazně povzbuzují činnost imunitního systému a to jak přímo, tak i nepřímo. vysvětluje MUDr. Miloslav Lacina (red. upraveno)

Účinky chlorelly

- Podle Americké společnosti pro boj s rakovinou může mít chlorella některé protirakovinné vlastnosti a může také **zpomalit růst rakovinných buněk**.
- Americká společnost pro boj s rakovinou uvádí, že chlorella obsahuje **antioxidanty vitamín C a karotenoidy**, i vysokou koncentraci vitamínů B. Antioxidační aktivita umožňuje neutralizovat škodlivé volné radikály, které přispívají k poškození DNA a rakovině.
- Jako pomocníka chlorellu její zastánci používají nejčastěji k předcházení nachlazení, demenci i rakovině, snížení nežádoucích účinků ozařování, chemoterapie i hladiny cholesterolu, zlepšení reakce těla na očkování proti chřipce, zvýšení počtu bílých krvinek pro obranu proti infekcím (zejména u pacientů nakažených HIV nebo s rakovinou), jako ochranu těla před zářením a toxickými kovy (například olovo a rtuť) i zpomalovač stárnutí.
- Studie z roku 2009 naznačuje, že dlouhodobé užívání chlorelly **snižuje oxidační stres** a může zpomalovat stárnutí.
- Chlorella je používána také k **zlepšení trávení** (podporuje zdravou střevní mikroflóru – **zvýšuje prospěšné střevní bakterie**, které pomáhají předcházet žaludečním nevolnostem nebo třeba průjmům), vysokého krevního tlaku, příznaků anémie i jako pomoc při léčbě vředů, kolitidy, Crohnovy choroby, zácpy, divertikulózy, zápachu z úst, hypertenze a fibromyalgie.
- Někteří ji používají jako prevenci žaludečních vředů, antioxidant, pro zvýšení energie a detoxikaci, jako zdroj hořčíku pro duševní zdraví a uvolnění svalů. Používá se také pro zlepšení imunitního systému a nízké hladiny vitamínu B12

Zvyšování energie, podpora hubnutí a zlepšení celkového zdraví chlorellou

Chlorella může redukovat tělesný tuk, **pomoci při trávení, detoxikaci** i boji proti obezitě. Pomáhat může také s **posílením imunity**, snižováním rizika rakoviny a demence, zvyšováním energie, i s depresí. Vědecký výzkum však tyto účinky chlorelly zatím plně nepodpořil.

Chlorella v rámci detoxikace čistí organismus od těžkých kovů

Těžké kovy jsou všude kolem nás a hromadí se v živých tkáních. Mezi ty nejtoxičtější a nejnebezpečnější těžké kovy řadíme **olovo, rtuť, arsen nebo kadmium**. To jsou také ty, kterým je lidský organismus vystavován nejčastěji. Těžké kovy poškozují především nervový systém a cévní soustavu. Údajně stojí za mnohými chronickými zdravotními potížemi. Představují jeden z faktorů, který způsobuje chronické záněty.

Jak chlorella pomáhá detoxikaci od těžkých kovů?

- Dodává tělu potřebné minerály. Znesnadňuje tak vazbu těžkých kovů.
- Působí zásaditě. Právě kyselé prostředí jde ruku v ruce s hromaděním toxinů ve tkáních.
- Je nejenom zdrojem minerálů, ale také cenných vitamínů. Řada z nich funguje jako antioxidanty. Antioxidanty jsou prospěšné při detoxikačních a regeneračních procesech v organismu.
- Díky obsahu vlákniny podporuje vylučování škodlivin prostřednictvím zažívacího traktu.
- BIO chlorella je užitečná také pro obsah proteinů a aminokyselin.
- **Mimo to je významným zdrojem chlorofylu**, kterému jsou rovněž připisovány detoxikační účinky.

Chlorella je **bohatá na rostlinné bílkoviny, vitamíny, minerály, esenciální mastné kyseliny a aminokyseliny**. Chlorella s vysokým obsahem chlorofylu nabízí organismu také **hořčík a železo**.

Některým skupinám lidí lékaři chlorellu nedoporučují.

Maximální benefity vs. minimální vedlejší účinky

Vedlejší účinky, případně alergické reakce mohou být rizikem a je dobré o nich vědět, než s chlorellou začnete. **Vyskytují se ale velmi zřídka, a když už se objeví, většinou velmi rychle vymizí.** Chlorellu konzumujeme kvůli jejím skvělým vlastnostem. Tyto vlastnosti jistě převáží nad nízkým rizikem vzniku nežádoucích účinků.

Sedmikráska a její účinky na zdraví

Sedmikráska chudobka je drobná kytička, která za slunných dní zdobí snad každý trávník. Sedmikráska má léčivé účinky na zdraví. Můžete z ní připravit čaj, sirup, med či olej.

Rostlina sedmikráska

Jde o vytrvalou rostlinku, vysokou asi 8-10 cm. Květní stvol je bez listů, sytě zelené listy vyrůstají z přízemní růžice. Květy jsou uprostřed krásně žluté a okvětní lístky bílé až lehce narůžovělé. Sedmikrásky, stejně jako slunečnice, patří mezi heliotropické rostliny, které se otáčí za slunečními paprsky. Na sluníčku je chudobka doslova závislá. Sedmikráska patří k medonosným kytičkám, je tedy bohatým zdrojem nektaru pro včelky.



Když je hezké jaro, dokáže sedmikráska rozvinout své kvítky už i v březnu a mnohdy je zavírá až s prvními sněhovými vločkami. Její skromný vzhled evokuje čistotu a nevinnost. Legenda říká, že sedmikrásky vznikly ze slz Máří Magdalény, které vyplakala po ukřižování Ježíše Krista.

Proč sedmikráska chudobka?

Označení „chudobka“ zase získala díky nepříliš optimistické pranostice, že pokud je jaro teplé a suché a kvetou brzy chudobky, bude úroda chudá a rok bídný. Pozitivnějším lidovým pořekadlem je, že: „Chcete-li získat lásku, noste u sebe sedmikrásku“. Zřejmě toto bývalo důvodem, proč v dřívějších dobách mívaly nevěsty na hlavách věnečky ze sedmikrásek. I dnešní nevěsty, vdávající se v letních měsících, mívaly často vpleteny do vlasů napodobeniny sedmikrásek.

Pěstování sedmikrásky

Sedmikráska se pěstuje i šlechtěná na zahrádkách či skalkách jako okrasná rostlina. Vzhledem je trochu mohutnější, barevnější, ale léčivé účinky nemá žádné. Její pěstování je čistě jen pro dekorační účely.

Sedmikráska jako léčivka

Pro dnešní bylinkaření se sbírá její květenství, ale v dřívějších dobách se hojně využívalo i listů. Květy obsahují léčivé silice, saponiny, flavonoidy, pryskyřice, organické kyseliny, sliz, inulin, hořčiny a minerály.

Léčivé účinky sedmikrásky

Sedmikráska je nejen pohledným kvítkem, ale je i léčivou bylinkou. Jak jemně vypadá, tak i jemně působí a proto je vhodná i na kombinaci s jinými bylinkami, které mají podobný účinek.

Osvědčenou silnou čtyřkou je kombinace těchto bylinek:

1. Sedmikráska
2. Jitrocel
3. Mateřídouška
4. Lipový květ (nebo černý bez)

Účinky při vnitřním užívání sedmikrásky

- expektorační (vykašlávací) účinek díky obsahu slizu,
- působí protizánětlivě a hojivě,
- používáme při kašli a zahlenění,
- při revmatismu,
- detoxikuje a čistí krev,
- ulehčuje u menstruačních bolestí.

Účinky při vnějším užívání sedmikrásky

- špatně hojící se rány a vyrážky,
- bércové vředy,
- kožní záněty.

Čaj ze sedmikrásek

Postup:

Ve 300ml hrníčku s vroucí vodou vyluhujte 2 čajové lžičky sedmikrásek. Čas louhování: 10 – 12 minut.

Čaj ze sedmikrásek můžeme sladit medem a podávat 3-4x denně při zahlenění, na pročištění pokožky a při jarních kúrách.



Měsíc květen - lásky čas



Tak již otočíme list kalendáře a máme prvního května. Nedávno jsme ještě vybalovali vánoční dárky a teď radostí odhazujeme teplé oblečení a vystavujeme se prvnímu silnějšímu jarnímu sluníčku. Tolik ho po zimě potřebujeme. Stejně jako potřebujeme lásku. Příroda to má skvěle naprogramované a to nemá kalendář. Ptáčky zpívají, zdá se mi skoro celou noc, aby přilákali samičky, kočky v noci mrňouskají, až můžeme závidět, kačeři se na vodě předvádějí, namlouvají si kačenky, a jak jsem koukala pěkně si ty svoje hlídají.....prostě láska a namlouvání je v plném květu jako stromy, louky a zahrádky.

I s námi lidičkami to začíná cloumat a to v každém věku. Prostě láska je nejsilnější energii ve Vesmíru, láska je život sám. Zamilovaný člověk opětovaný láskou je úplně jiný, prostě jen září. Dovedete si představit, že bychom takto zářili všichni? Já vím, teď si někdo řekne, jak můžu zářit a být zamilovaný (á), když jsem sám (a). Opustil mě nebo zemřel manžel, přítel? Ano i tyto emoční bolesti a ztráty patří k životu.

Ale lásku si můžete dát sami sobě. To je ta nejdůležitější láska. Mít ráda sama sebe (takovou, jaká jsem- bez posuzování a sebekritiky). Dovolte se mít rádi a začněte třeba hned zítra. Pokud nemáte nikoho druhého, kdo by vás vzal pod rozkvetlý strom a z lásky políbil, tak si stoupněte ke stromu sami. Zkuste ho obejmout, nacítit jeho energii, sílu a krásu. Můžete strom třeba políbit. Naplňte láskou sami sebe a rozdávejte ji. Můžete začít tak, že se u pokladny usmějete na prodavačku a popřejete jí hezký den, nebo jí řeknete, jak jí to sluší apod. Usmějte se na souseda, pomozte někomu s těžkou taškou.. Lásky na rozdávání a přijímání není nikdy dost. Pokud vy se dokážete naplnit sebeláskou a rozdávat ji, uvidíte, že se k vám začne co nejdříve vracet. To je zákon přitažlivosti - co vysílám, přitahuji. Tak hurá do lásky a bylo by velká škoda, aby byl pouze měsíc květen lásky čas.. Kdyby u doktora předepisovali místo léků lásku a odpuštění, jak by se asi lidé mnohem rychleji uzdravovali ze všech nemocí. Začněte ji

vnímat, přijímat a rozdávat, láska je všude. Láska je nejsilnější a nejmocnější energii Vesmíru. Láska je mocná čarodějka, Láska hory přenáší.....Láska prostě je. Nedá se koupit, dá se pouze cítit a vnímat a je vlastě pro nás všechny zadarmo. Děkuji, že jsem se naučila milovat sama sebe, své blízké. Dnes už miluji i ty, kteří mi v životě ubližovali, miluji je z celého srdce a děkuji jim za všechny potřebné lekce. Naučili mě milovat bezpodmínečnou láskou a stále se mám co učit.

Canis terapie

Ne nadarmo se říká, že pes je nejlepší přítel člověka. Dotek a přítomnost psa také léčí. Pes už svojí přítomností vyvolává dobrou náladu, zejména úsměv na tváři a jak je známo, úsměv léčí. Ale není to pouze úsměv, kterým mohou psi léčit. Canisterapie je jedna z terapií, kde se využívá pozitivního působení psa na zdraví člověka. Cílem této terapie je zmírnit následky onemocnění, se kterým se člověk potýká.

V čem konkrétně může canisterapeutický pes pomoci?

- Pes pozitivně působí na zdraví člověka (někteří psi se dokáží vcítit do člověka a předávat energii)
- Polohování (pokud se klient nemůže hýbat a je nutné s ním pohybovat z důvodu zabránění vzniku proleženin a blokácí, je vhodné k polohování použít většího canisterapeutického psa, který zklidní svým dechem klientovo dýchání a díky své vyšší teplotě působí na klienta velice příjemně).
- Pes v posteli u ležících klientů (starší lidi povytáhne z letargie).
- Emocionální a doteková stimulace tvořená aktivitami se psem (česání, hlazení, krmení, venčení).
- Canisterapie pomáhá v rozvoji jemné a hrubé motoriky, orientaci v prostoru.

Prostřednictvím canisterapie dochází také k rozvoji sociálního citění, celkovému zlepšení kvality života.



Ale pozor, pejsci mohou také příznivě naladit personál. Stačí malá chvilka zvířátka v náručí a únava z náročné práce se rozptýlí, plyšová srst naladí do pozitivního myšlení a myslí i tělem se koluje radost a pohoda. A může se dál pokračovat v těžké práci péče o klienta.

A tak děkujeme paní Evě Peroutkové a jejím pejskům Devonovi a Connymu, kteří společně přinášejí tolik radosti nám všem.



Paní Eva našim klientům navíc vyrobila roztomilé velikonoční slepičky, které udělaly velkou radost



Pečení perníčků.



Pečení velikonočního beránka



Výlet do Trnavy na koniklece.



Dopoledne s panem Matějů.



Pečení bramborových pekáčů.



Ochutnávka.



Sázení muškátů.



Posezení v nové zahrádce.



Jarní bál.



Hudba CERNÍ BARONI. Předtančení folklorní soubor Okřešánek. Občerstvení. Tobola.









Velikonoční posezení s paní Fialovou

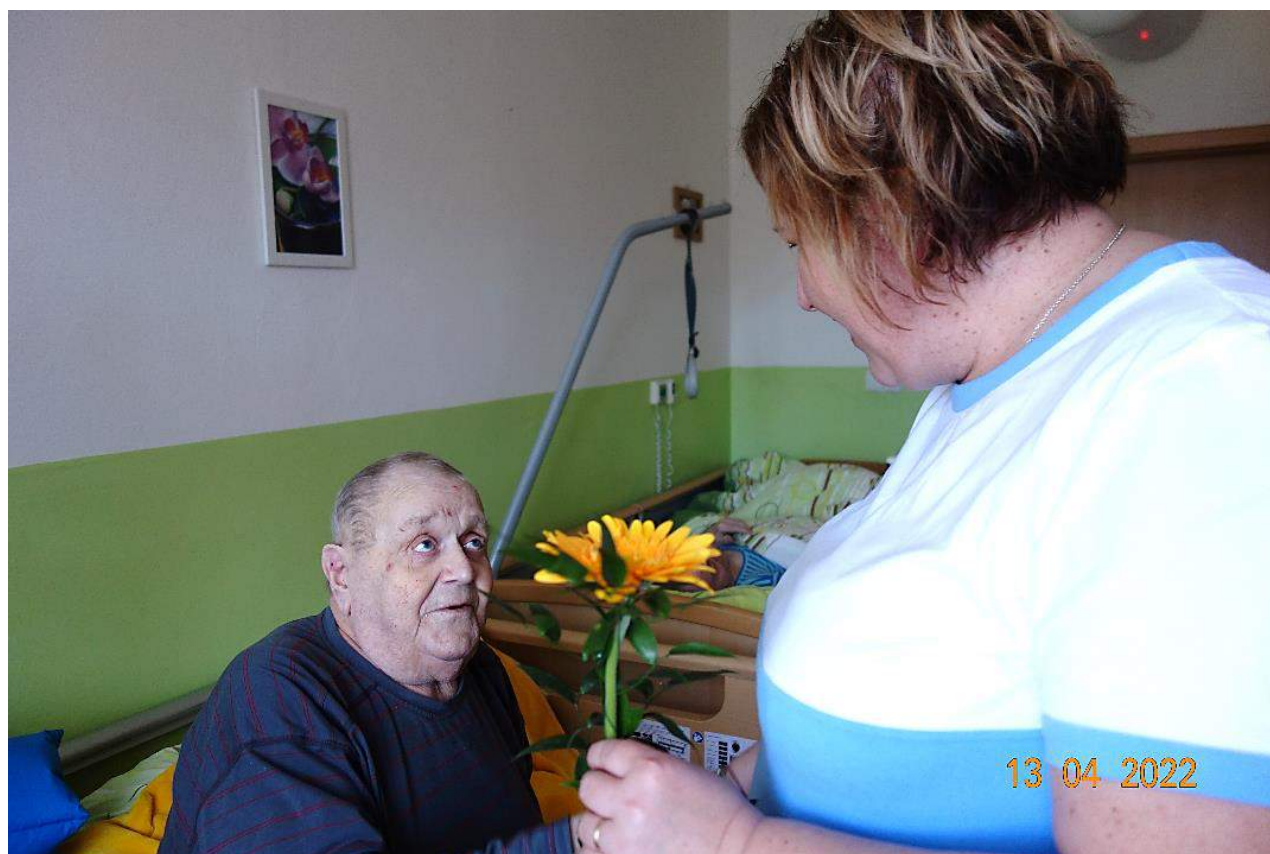


Setkání s dobrovolníky





Naši dubnoví oslavenci



Čarodějnická kavárnička



[illegible]

Vrahem je barva

V 19. století byla nesmírně oblíbená zelená barva, hlavně smaragdová. Vypadala skvěle nejen ve dne, ale i ve světle plynových lamp. Zelená barva se tvořila překrytím modré barvy žlutou nebo naopak. Až na konci 18. století vynálezce C. W. Scheele vymyslel skutečný zelený pigment. Bohužel se vyráběl na bázi arsenu a mědi. A tak se módní zelená barva stala tichým zabijákem. S ničením zdraví začala hned u výrobců. Těm působila především závažné kožní problémy. Jejich ruce byly plné hnisavých vředů, loupala se jim kůže. Neušetřila ani švadleny natož pak módně vyšňožené dámy. Zelené šaty a boty měla ve svém šatníku každá panička. Módním hitem byly i doplňky z umělých rostlin a květů. Zelené věnečky se nosily kolem krku, jako náramky, květy zdobily šaty i účesy. Zelená móda v podobě jedovatých šatů, bot a doplňků si ale vybírala svou daň. Sloučenina arsenu a mědi mohla dráždit oči, sliznice, kůži. Docházelo k poškození jater a ledvin, únavě a nevolnostem. Zdravotní problémy pak často vedly k úmrtím.

Kdo vymyslel ...

Šílenství z módního doplňku

Vraždicím módním doplňkem 19. století byly i klobouky. Nejen dámské, ale i pánské cylindry se vyráběly především z kožešin králíků a zajíců. Kloboučníci je kartáčovali rtutí, aby vytvořili plst', která se dala tvarovat. Avšak díky dlouhodobému vdechování rtuti trpěli kardiorespiračními problémy. V lepším případě třeba přišli „jen“ o zuby, či se jim „pouze“ třásly ruce. Práce se rtutí však ve většině případů způsobovala vysilující smrtelné otravy, a tak kloboučníci často umírali mladí. Rtuť poškozovala i mozek proto byla příčinou psychických problémů. Rčení „šílený jako kloboučník“ pochází právě z tohoto období. Byli to hlavně oni, kloboučníci, kteří za své řemeslo drazé platili. Nositele klobouků před toxickou rtutí do jisté míry chránila podšívka.

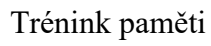
Zelené šaty a boty měla ve svém šatníku každá panička



Století obětí módy

Móda 19. století nezabýjela jen prostřednictvím jedů. Slonovinu a želvovinu pro výrobu hřebenů a oblíbených módních spon do vlasů nahradil hořlavý celuloid. Riziko, že si „unavený“ gentleman odklepne doutník do účesu své lady, který zdobily hořlavé ozdoby, nebylo vysoké, nicméně jsou zaznamenány případy, kdy se skutečně při vysoké teplotě ozdobné hřebeny ve vlasech dam vznítily. Pokud jde o muže, zmíním jedno neštěstí, při kterém v Pittsburghu přišel o život muž, který si česal svůj vous celuloidovým hřebenem, který se vznítíl a muž uhořel. V době, kdy se topilo v krbech a svítilo svíčkami a petrolejovými lampami však představovala móda širokých sukní vyztužených obručemi také nebezpečí. Stačil jeden neopatrný krok kolem „otevřeného ohně“ a na ženách šaty vzplály. Mnohé z nich na následky popálenin zemřely. V 19. století se nebezpečí skrývalo ve všem módním. Barviva na bázi arsenu a jiných toxických látek neobsahovaly jen oděvy, ale také textilie v domácnosti, tapety, umělé květiny, obrazy. Přibarvovaly se jimi potraviny. Samotný arsen proniknul do všech oblastí života. Používal se v průmyslu i ve výrobcích pro děti, lékařství, kosmetice. V domácnostech se jím trávili hlodavci. V 19. století tak nezabýjela jen móda. Nebezpečí otravou jedů bylo všudypřítomné.

- 33



Pokuste se spočítat následující početní příklady:

$$14\,596 + 756 =$$

Miláčku, ehm

„Nemohla jsem se dočkat, až svého Martina představím sestrám!“ V dopise od Julie, která má ještě dvě sestry, se to hemžilo popisy jejího dokonalého partnera. Zamilovala se do něj na první pohled, když se v jejím obchodě na skok stavil cestou z farmy. Prvotřídní krasavec, který měl charisma, svou vlastní farmu i několik zaměstnanců, kteří u něj byli velmi spokojeni.

„Byli jsme spolu zhruba dva měsíce, když jsem se rozhodla jej představit rodině. Uspořádala jsem proto rodinný oběd a sezvala celou blízkou rodinu. Přijely i sestry se svými rodinami. Ale můj milý se stále nedostavoval, a dokonce nebral ani mobil. Začali jsme tedy s jídlem bez něj.

Bylo mi to divné, protože můj princ v zeleném traktoru jezdil vždy včas. Po obědě se ozval známý zvuk a u domu mi zastavil jeho traktor. Z něj vylezl ušmudlaný jedinec, který rozhodně nevypadal tak, jak jsem si to vysnila. Očekávala jsem, že se blýskne a dojde krásně oblečen, ideálně s kyticí pro všechny dámy v ruce. Nic.

Vykoktal ze sebe pouze: „Dobrý den. Omlouvám se, ale museli jsme telit.“ Naznačila jsem mu, aby přijel trochu víc upraven. Do hodiny byl zpátky. Sice kytici vynechal, zato dovezl domácí ohnivou vodu všem přítomným pánům. Vše nakonec dobře dopadlo a na naše první rodinné setkání rádi vzpomínáme, když si vyprávíme rodinné příběhy.



Poklad na cizí zahradě

Moje babička Milena pocházela z malého města na západě Čech. Její tatínek byl významný advokát a politik okresního formátu – podle babiččiných vzpomínek byli docela zámožní a bydleli v prostorném domě s velkou zahradou.

Emancipovaná Milena začala studovat na právnické fakultě. Jenže pak se přes naši rodinu přehnaly dějiny. Když se na podzim 1939 uzavřely vysoké školy, chyběl babičce poslední rok.

Provdala se, narodil se můj tatínek a přišla další historická pohroma. Koncem čtyřicátých let jim noví mocipáni do domu nastěhovali podnájemníky. Dům i zahrada pustly, na opravu nebyly peníze a tak nakonec vilu pod cenou prodali a přestěhovali se do Prahy.

Babička se dožila krásných čtyřiaosmdesáti let. Jenže poslední roky její mysl ovládla postupně se prohlubující stařecká demence. „Haničko, na zahradě domu, kde jsme bydleli, jsou zakopané šperky,“ opakovala mi neustále, než zemřela. „Tatínek je zakopal pod tou velkou hruškou,“ pokaždé dodala. „Měli byste to vyzvednout. Co kdyby tu šperkovníci někdo ukradl?“

Nikdo tomu moc nevěřil, babička totiž měla spoustu starých cenných šperků, které ráda nosila. Navíc o „pokladu“ začala mluvit až pár let před smrtí. Do té doby o něm nikdo nikdy neslyšel.

Uběhlo několik let, měla už jsem svou vlastní rodinu, když jsem doma pro obveselení vyprávěla, že možná máme na cizí zahradě pod hruškou poklad. „A co když ta tvá babička nelhala?“ vážně se zamyslel můj manžel Radek. „Před válkou spousta lidí zakopávala šperky a cennosti.“ – „Nevím,“ pochybovačně jsem zakroutila hlavou. „Proč by nám o tom nikdy dřív neřekla?“

Červíček pochybností však začal vrtat i v mé hlavě. Začala jsem hledat informace na katastru nemovitostí a zjistila, komu nyní dům patří. Jména mi samozřejmě nic neříkala, mému otci taky ne.

„Víš co? Zajedeme se tam v sobotu podívat,“ navrhl Radek. „Nenápadně obhlédneme dům a okolí, projdeme se kolem... a uvidíme.“ Ani mě nemusel moc přemlouvat. Naše děti, tehdy ještě docela malé, jsme svěřili rodičům a vyrazili do západních Čech.

Dům jsme našli bez problémů. Zaparkovali jsme kus dál a vydali se na průzkum. Stál v tiché ulici obklopený nádhernou okrasnou zahradou – hrušku, ani jiné ovocné stromy jsme neviděli! „Obejdeme to ještě jednou z druhé strany,“ navrhl Radek. Tam nevedl žádný chodník, jen uzoučká zarostlá cestička. Z druhé strany byla polorozpadlá zeď, za kterou kdysi byla malá továrna.

Prodírali jsme se křovím u cesty a pokoušeli se skrz živý plot nahlédnout do zahrady. „Vylezu na zeď, třeba něco uvidím,“ napadlo Radka. S obavami jsem pozorovala, jak můj ne moc zrovna šikovný manžel se snaží zdolat vratkou zeď. V okamžiku, kdy už byl téměř nahoře, se mu pod nohou vydrolily zbytky malty, podjela mu i druhá noha, neudržel stabilitu a s ne zrovna slušným zaklením spadl na záda.

Snažila jsem se zjistit, co se mu stalo, takže jsem si nevšimla, že zadními vrátky se zahrady přiběhl mladý pár. „Volej policii,“ křičela žena asi v mém věku. – „Zavolej ty, já je pohlídám!“ odpověděl muž. „Nehýbejte se!“ řekl směrem k nám. „Už přes hodinu vás pozorujeme. To budou mít policajti radost, že jsme jim pomohli chytit zloděje, kteří tu vykrádají domy v okolí!“

„My nejsme zloději!!! Nikoho nevolejte, všechno vysvětlíme,“ zasípal zcela paralyzovaný Radek. – „Hm, tak ti nám asi fakt neutečou,“ poznamenal ten mladý muž.

Nějakou dobu trvalo, než jsme vysvětlili, kdo jsme a o co nám šlo. To už se žena nahlas smála: „Hruška? A pod ní poklad? Tak hruška tu tedy opravdu neroste!“ A vysvětlila nám, že dům koupili od městského úřadu před pěti lety. Zahrada prý byla zanedbaná, ale žádné ovocné stromy tam nebyly. „A to ani dřív,“ řekla nám. „Bydlím v téhle ulici celý život, rodiče mají dům naproti. Co si pamatuju, vždycky tu byla jen okrasná zahrada.“

Poklad jsme tedy nenašli. Zato jsme získali skvělé přátele. Iva a Pavel, tak se majitelé domu jmenují, trvali na tom, že musíme zajít na kafe.

Poklad jsme už dál nehledali. I když poznat prima lidi, s kterými se od té doby přátelíme, to je takový malý poklad. Babička by určitě měla radost.

22.5. – 21.6.



Blíženci jsou lidé vnímavé a přizpůsobivé povahy a intelektuálního založení. Tito idealisté si libují ve filosofii a baví je zkoumat názory jiných lidí. Mohou se pochlubit širokým okruhem zájmů a žijí čínorodým a aktivním životem. Jejich myšlenky a pocity se pohybují závratnou rychlostí a mají vynikající komunikační schopnosti. Jsou to lidé živlu vzduchu a ukrývají se v nich dvě různé osobnosti.

Milí Blíženci, není ten správný čas začínat nové věci. Naopak je potřeba, abyste dokončili ty staré. K tomu bude potřeba vaše sebedisciplína, bez které to nepůjde. Možná jste si v minulosti zavařili pár problémů, ať už finančních nebo vztahových. Tento rok se vrhněte na jejich řešení. Nesmírně se vám uleví a bude se vám lépe dýchat. Samozřejmě obrazně řečeno. Máte spřízněnou duši, važte si jí.

Pokud jste typ, který rád flirtuje, bez ohledu na svého partnera, teď je načas to změnit. Važte si té dušičky, kterou máte vedle sebe, a která při vás stojí v dobrém i ve zlém. Ten vztah za to stojí.

Úspěchy v práci vás neminou. Pokud cítíte, že potřebujete kariérní změnu, nejlepší období je jaro. Na podzim už budou vidět první úspěchy. I finance se velmi zlepší, a vy si začnete více užívat života.

Máte rodinu, která vás drží nad vodou, hlavně váš protějšek. Konečně si to uvědomíte a začnete se snažit, aby byli i oni spokojení. Bez nich by vám bylo hodně těžko. Važte si toho, co máte, nehleďte jinde.

Musíte se o své zdraví starat. Nespadne vám samo do klína. Dbejte na správnou životosprávu, cvičte, nekuřte a omezte alkohol. Chodte do lesa a když pocítíte únavu, odpočívejte. Nepřetěžujte svůj organismus.

Kameny: jantar, zlatý topas, citrín, tygří oko

Povaha: mužská

Opačné znamení: Střelec

POMŮCKA: ACO, BON, NACL, SN	SÁL	JINAM NÁŘEČNÉ	1. DÍL TAJENKY	CHEM. ZN. CINU	SPZ PRAHY	MLÁDÉ KRAVY
POSKAKOVAT						
OZNÁMENÍ NABÍDKY						
HARMONIE				INICIA REŽISÉRA LIPSKEHO ČÁST GRILU		
SYMBOL LÁSKY					UH ZESÍLENÝ ZÁPOR	
	OTAZKA 2. PÁDU	DOBŘÍ FRANCOUZ PROTIKLAD				VELKÉ Ověře KVALITNĚJI
RADNÍ MN. Č.						
OPAKUJÍCÍ						
OTČLOVCE ZAHNANÍ DRUŽEŽE				OPAK LYRIKA OSLOVENÍ MUŽE		
ČÁST STŘECHY					VÝPRAVNÁ BASEN ROZVRHÝ	
	EXPRESNÍ POŠTA ZKR.	LEDOVCOVÝ KOTEL ČES. DNAD. REŽISÉR			JEDNOBUN. ŽIVOČICH ČÁST OCEANU	
HOSPODÁŘ						DELSÍ DOBU LUDDLOFOVO ČÍSLO
INICIA HERCE VÁSUTA			ŘECKY BAJKAR 3. DÍL TAJENKY			PRÁZDNO KRYSTALIC- KÁ BRID. LICE
SUL LÉKAŘSKÝ				DODATEČNÉ ZASETÍ OPAK POD		
	QIZOKR. JEH- KČ. STROM IN. REŽ. PO. LEDNÁKOVÉ					PO CHUTI KULTURNÍ DŮM ZKR.
BAJNÝ KRAL						ZAŘÍZENÍ NALODI
PŘEHOZY						SILNÝ LÉK

CHOBOTNICE

Chapadla chobotnic jsou úžasné orgány. Vědci nyní zjistili, že reagují na podněty okolí nezávisle na mozku chobotnice. Chobotnice si také občas chapadla okusují, ...

TYOJE	PLOŠNÁ MIRA	KUCHYŇSKÁ SUL CHEM. ZN.	SWAZKY KLESTÍ	CHYTAT
		BÝV. NÁSTR. ZEMEDĚLCE SOLZVUK TÓNU		
		FRANCOVKA INC. RUSA PAVLOVA		
			INC. HERCE TROJANA 3. DÍL TAJENKY	
				ODSTÍN ZELENÉ BARVY
				NEPRAVDA HOVOR.
				ČESKÝ SPISOVATEL VÍTOR ???

V květnu oslaví své narozeniny:

paní Vavřínková Eva
pan Kunc Karel, MVDr.
paní Nováčková Marie
paní Skálová Marie
paní Stejskalová Zdeňka
paní Řezáčová Bohumila
paní Nováková Jana
paní Kadlecová Ludmila
paní Šoukalová Zdenka
paní Doležalová Marie
paní Kuchaříková Jarmila

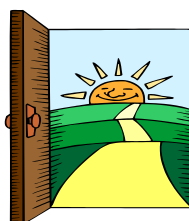


Přejeme vše nejlepší, hodně zdraví, štěstí, lásky a spokojenosti.

Paní Ludmila Blahová
Paní Ivanka Hanáková
Paní Marie Mijovičová
Paní Marie Novotná
Paní Olga Vlčanová
Pan Fabián Gaura
Pan Libor Salák



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



Vítáme nové obyvatele: Paní Marii Šálovou

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili:
Paňi Zdenka Lipoldová

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