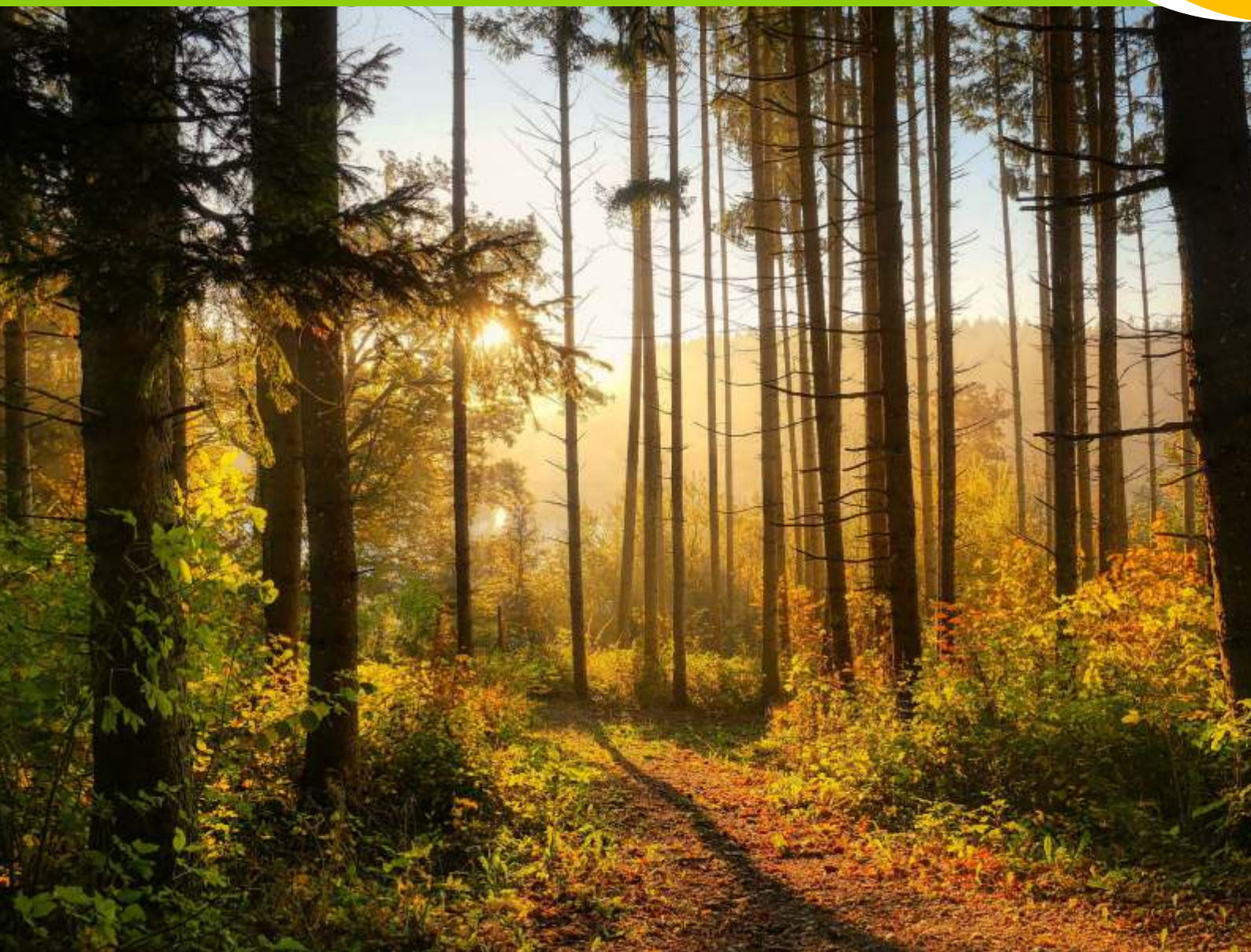


HÁJEK

říjen
2024

Naše noviny



OBSAH

■ Pozdrav

■ Kvíz

■ Program DSH

■ Zajímavosti

■ Literární dílna

■ Rozjímání

■ Povídka měsíce

■ Poradna pro vás

■ Zajímavosti

■ Info z domova

**Srdečně vítáme nové
obyvatele, kteří
nastoupili do našeho DS.**

*Bečvářová Anna, JUDR.,
Dostálová Helena,
Francová Eva,
Kačenová Lada, JUDr.*

Zpravodaj Hájek vychází
v nákladu 200 výtisků pro potřeby
obyvatel Domova seniorů
Praha 4 Háje,
K Miličovu 734 a je neprodejný.
Na vydání spolupracují:
Dominik Petrlák,
Dagmar Zavadilová, ředitelka DS,
ve spolupráci s klienty DS.

DOMOV
PRO SENIORY
HÁJE

PRA
PRA
PRA
PRA
GUE
GA
GA
G

1. 5. října se slaví Světový den učitelů.

Jedním z nejvýznamnějších učitelů historie je J. A. Komenský. Které heslo v oblasti výuky prosazoval?

- a) Škola bez fyzických trestů.
- b) Učit se, učit se, učit se.
- c) Škola hrou.

2. 16. října je Světový den páteře, která je oporou našeho těla. Z kolika obratlů se páteř skládá?

- a) 33 – 34
- b) 23 – 25
- c) 42 – 43

3. 8. října r.1893 byla v Praze dokončena stavba baziliky sv. Ludmily architekta Josefa Mockera. Kde se přesně nachází?

- a) Malostranské náměstí.
- b) Náměstí Míru.
- c) Náměstí Jiřího z Poděbrad.

4. 11. října r.1984 získal první a jediný Čech Nobelovu cenu za literaturu. Kdo to byl?

- a) Karel Čapek.
- b) Milan Kundera.
- c) Jaroslav Seifert.

5. 16. října r.1965 byla premiéra filmu Limonádový Joe aneb Koňská opera, osobitě parodie westernu na motivy knihy Jiřího Brdečky. Kdo tento film režíroval?

- a) Oldřich Lipský.
- b) Miloš Forman.
- c) Jiří Menzel

6. 20. října 1952 se narodil významný český žokej a trenér Josef Váňa; také několikanásobný vítěz dostihu Velká pardubická. Kolikrát tento dostih vyhrál?

- a) dvakrát.
- b) osmkrát.
- c) patnáctkrát.

7. 20. října 1931 se narodila zpěvačka a šansoniérka Hana Hegerová (†23. března 2021). Jaké bylo její rodné jméno?

- a) Mária Farkašová.
- b) Carmen Farkašová.
- c) Hana Farkašová.

8. 5. října slaví svátek Eliška. Jednou z významných českých nositelek tohoto jména byla i Eliška Přemyslovna. V jakém vztahu byla s Karlem IV.?

- a) Jeho sestra.
- b) Jeho manželka.
- c) Jeho matka.

9. 28. října 1918 byl vyhlášen samostatný československý stát. Významnou osobností byl také Edvard Beneš. Jakou funkci od tohoto roku vykonával?

- a) Prezident.
- b) Ministr zahraničí.
- c) Předseda vlády.

10. 16. října 1978 se stal 264. papežem kardinál, který si zvolil jméno Jan Pavel II. Jaké bylo jeho původní jméno?

- a) Karol Wojtyła.
- b) Joseph Ratzinger.
- c) Jorge M. Bergoglio.

*Vážení čtenáři a luštitelé,
na otázky v zářijovém kvízu
odpovědělo 23 čtenářů.*

Deset správných odpovědí měli:

Marie Blažková, Ing. Marie Černohorská, Dagmar Císařová, Jiří Sova.

Devět správných odpovědí měly:

Helena Kučerová, Tým A3.

Osm správných odpovědí měli:

Přemysl Červenka, Tým B0.

GRATULUJEME!!!

Nejvíce vás potrápila otázka č. 10.

Důležitá informace: vyplněné kvízy je nutné vhodit do schránky na oddělení A0 nejpozději do 20. v daném měsíci. Později vhozené kvízy už nemohou být započítány a uvedeny v časopisu Hájek, a to z důvodu uzávěrky a tisku časopisu.

Zde si můžete přečíst správné odpovědi.

SPRÁVNÉ ODPOVĚDI

1. C: 1774.
2. A: Jan Karafiát.
3. B: Malíř a grafik.
4. B: Muchomůrka zelená.
5. C: 935.
6. B: Nelahozeves.
7. C: Architekturu.
8. C: $E = mc^2$
9. A: Most.
10. B: léto jde stáří.

1. 10. úterý 10:00 SÁL

KONDIČNÍ CVIČENÍ SE ZŠ MIKULOVA

Přijďte si zacvičit s „lektory“ ze Základní školy Mikulova.

2. 10. středa 10:00 SÁL

DŮVĚRNÍCI

Říjnové setkání zástupců obyvatel s vedením domova.

7. 10. pondělí 15:00 SÁL

DAVID ŠÍR – FELIX HOLZMANN

Zveme vás na vystoupení pana Davida Šíra, který vystupuje jako Felix Holzmann.

9. 10. středa 14:00 SÁL

DOMINO

Přijďte si poslechnout hudební vystoupení české hudby 30. – 60. let, od Hašlera, Ježka až po Zicha a Gotta.

11. 10. pátek 15:15 SÁL

CHINASKI

Zveme vás na koncert české pop-rockové skupiny Chinaski, která k nám zavítá při zvláštní příležitosti. Kapela funguje již 30 let a je jednou ze stálic české hudební scény.

13. 10. neděle 15:30 KAPLE

EKUMENICKÁ BOHOSLUŽBA PRO VĚŘÍCÍ I NEVĚŘÍCÍ

Téma: Odpuštění I.

Odpuštění Boží a odpuštění lidské jako cesta k úlevě.

Slovo: Jaromír Pachl s hudebním doprovodem.

15. 10. úterý 14:00 SÁL

TERAPIE RYTMEM

Hodina terapie rytmem je ochutnávkou argentinského tanga. Společně se ponoříme do jeho rytmu, melodie a emocionality. Můžete se těšit na poslech, tanec a sdílení prožitků z argentinského tance.

V závěru uvidíte vystoupení tanečnice Kristýny Břeské, která čerpá ze své dlouholeté zkušenost tanga z Buenos Aires.



16. 10. středa 14:00 SÁL

Z POHODLÍ KŘESLA

Zveme vás na další přednášku o našem nádherném hlavním městě, kterou nás provede paní Stanislava Micková.

17. 10. čtvrtek 10:00 ERGOTERAPIE

BÁBOVKY

Oslava říjnových narozenin našich obyvatel.

17. 10. čtvrtek 14:00 SÁL

KONCERT KLARINETISTY A PIANISTY

Petros Andreadis, inovativní klarinetista a vynikající hudebník, objevitel průlomové techniky pro napodobení houslové hudby na klarinet a magistr umění na Sibeliově akademii v Helsinkách ve spolupráci s významným českým pianistou Kamilem El-Ahmasiwhem vám představí poutavou škálu hudby – od oblíbených klasik a emotivních soundtracků až po romantické a jazzové skladby.

20. 10. neděle 15:30 KAPLE

EKUMENICKÁ BOHOSLUŽBA PRO VĚŘÍCÍ I NEVĚŘÍCÍ

Téma: Odpuštění II.

Jak v životě odpouštět a jak dojít ke smíření s lidmi. Slovo: Matěj Hájek, nemocniční kaplan, s hudebním doprovodem.

21. 10. pondělí 14:00 SÁL

RETRO

Zveme vás na hudební vystoupení akustického tria, které nám zahraje písně ve stylu oldies, swing a folk.

22. 10. úterý 14:00 SÁL

JIRÍ HÖLZEL

Zveme vás na besedu s redaktorem, komentátorem, moderátorem a sportovním nadšencem Jiřím Hölzelem.

23. 10. středa 15:00 KAVÁRNA

KŘEST KNIHY

Jste srdečně zváni na křest knihy **Vzpomínky a tajemství**, kterou z textů členů Literární dílny vydal náš DS. Vybrané texty přednesou studenti herectví DAMU, s klavírním doprovodem posluchače HAMU.

Letní rekondiční pobyt spolku Parkinson-Help z.s.

Posledních 6 let jsme pravidelně a v hojném počtu jezdili s nejmenovanou organizací do Parkhotelu Orlík. Akce byly bezproblémové a všichni spokojeni, ale jako vše v životě, i zde bylo potřeba změny, proto jsme se v únoru letošního roku rozhodli pro změnu. A tak mohu psát tyto řádky týkající se našeho prvního, a troufám si říci, nezapomenutelného rekondičního pobytu, který si náš klub (Parkinson-Help) připravil sám pro sebe a dle svých představ. Věděli jsme, že na organizaci takové akce je velmi málo času, ale naše nadšení nás hnalo dopředu překonat výzvy. V zadání bylo



sehnat prostory pro 20 lidí s plnou penzí, možností venkovních a vnitřních aktivit. Vždy mne bavilo něco připravit a něco zorganizovat. Tak jsem sedl k počítači a začal jsem hledat nějaký resort, kde by byla dostatečná kapacita, ideálně s bazénem nebo rybníkem a kde jsme se mohli stravovat. Skoro už jsem ztrácel naději, ale nakonec se jako nejlepší varianta jevil objekt Olšina a Parkhotel Mozolov. Rozhodující slovo měla předsedkyně Eva, která se pak pod množstvím argumentů svolila objednat Mozolov. Měli jsme místo, objekt, lektorku na trénink paměti, ale co nám chybělo, byla fyzioterapeutka. Poslední naděje zhasly těsně před odjezdem. Nemilá situace, ale ani to nás nerozházelo. Po bedlivých přípravách pro nás cvičení zajistila naše předsedkyně Eva, která ho propojila s logopedií. To vše zaměřené na naše potřeby parkinsoniků.

Vše zařízeno, domluveno a v neděli 7.7.2024 jsme natěšeni mohli vyrazit. Do místa rekondice nás odvezla dopravní společnost Pragotour, která je i naším dlouholetým podporovatelem. V dobré náladě jsme opustili Prahu, pokračovali po dálnici D1, kde jsme odbočili směr Benešov a Tábor. K mému překvapení řidič již v Miličíně odbočil doprava a vydal se k cíli naší cesty po okresech. Tato změna v plánu dopravy přinesla jako odměnu pohledy do úchvatné krajiny. Každý Čech by měl být hrdý na naši zem a na naši krajinu, která se před námi otevřela v plné kráse. Mírně zvlněná krajina s většími a menšími kopci, s loukami, lesy, rybníky, remízky, poli a všude přítomnými kříži vykreslila krásné nedělní odpoledne. Sem tam i sprchlo, takže ze stromů, keřů se na silnici smyl prach po předešlých teplých dnech. Do cíle naší cesty jsme dorazili ve 14.00 hod. Všichni jsme se bez problémů ubytovali. Ve čtyři hodiny nás svolala zastupující vedoucí paní Zdeňka, aby nás seznámila s programem a organizací našeho sedmidenního pobytu. Kdo měl zájem, mohl se před večeří projít se Zdeňkou po okolí. Parkhotel byl před světem ukryt mezi dvěma kopci a lesy nedaleko vesničky Nadějkov. My jsme dnes tak daleko nešli. Sešli jsme z kopce k rybníku, kde byla asi jediná rovná cesta. Rybník patřil k našemu resortu a bylo možné se v něm vykoupat, lovit ryby, nebo po něm jezdit na lodičkách. Pomalu jsme se vraceli k hotelu. Na chvíli jsme se zastavili na hřišti, kde jsme si mohli vyzkoušet, jak se chodí s trekovými holemi.

Také jsem si to zkusil, ale nedopadlo to dobře. Pak jsme se vydali zpět do hotelu. Cesta vedla dost strmě do kopce. Po pravé straně byla místa na ohniště a nalevo byly v kopci terasovitě zakomponovány dva tenisové kurty. V šest hodin jsme šli na večeři, bylo pečené kuřecí stehno s rýží. V pondělí začínáme snídani v bufetovém stylu. Smažená vajíčka, slanina, párky, pečivo, nějaká buchta, ovoce jablka, pomeranče a hrušky. A další dobroty, které k pořádné snídani patří. Velmi mě však překvapila i možnost bezlaktózového a sójového mléka. Každý si zkrátka přišel na své. Dopoledne v 9.30 jsme se sešli ve velké místnosti v suterénu, kde jsme se Zdeňkou měli seznamovací trénink paměti. Každý napsal ke svému jménu tři příjmení nějakých známých osobností. Tak vznikla jména, která se ostatním lépe pamatovala, jako např. Vašek byl Václavem Neckářem, jeho žena Martou Kubišovou, a tak dále.... Než se všichni představili, byla hodina pryč. Před obědem jsme však nezaháleli a šli si ještě zaplavat do bazénu. Ve 12.00 hodin jsme hladoví zaplnili jídelnu. Oběd se však úplně nepovedl. Bylo vepřové rizoto se sýrem a zelným salátem. První dva dny byly obědy dost špatné. Teprve ve středu a v pátek, kdy přišla jiná kuchařka, bylo jídlo podstatně lepší. Po obědě měli všichni volno, které mnozí využili k plavání, procházce nebo odpočinkovému spánku. V odpoledních hodinách dorazil poslední účastník, a to naše předsedkyně Eva, která nám bude po celý týden zajišťovat fyzioterapii a logopedická cvičení. Všichni jsme se těšili a byli zvědaví, jak na tom jsme. Dopadlo to dobře, Eva cvičila výborně, procvičila všechny části těla a na konci hodiny jsme ještě měli logopedii. Unavení, ale spokojeni jsme se odebrali k odpočinku, každý dle svých možností a preferencí.

V každém následujícím dnu jsme měli trénink paměti, zmiňovaná cvičení, bazén a vycházky. Po večeři jsme měli společenský herní program. Každý se zapojil dle svých možností a na co měl zrovna chuť. Na výběr byl třeba petanque, mōlky, rummikub, klasické žolíky či kanasta, uno, Cesty, a řada dalších her. Byla u toho velká legrace. Každý den byl plný zajímavých a různorodých událostí. Ve čtvrtek jsme měli naplánovaný výlet do Tábora. A jako ke každé správné výpravě patří jednotná trička, tak ani na ty jsme nezapomněli. Naše krásná modrá trička s logem spolku a naším novým mottem „Společně překonáváme výzvy“ nám udělala radost. Po společné fotografii jsme vyjeli v 9.00 hod. Autobus se musel převážnou část cesty potýkat s nástrahami úzkých klikatých silniček, kdy každé setkání s protijedoucím autem bylo vždy na hraně. Opačný pohled měli cestující, kteří se mohli věnovat přírodě, kterou jsme projížděli. V Táboře jsme nejprve navštívili klášter Klokoty, který se nachází na okraji Tábora, na skále nad řekou Lužnicí.

Dle mého názoru dostal svůj název od klokotající řeky. Klášter je zasvěcen Nanebevzetí Panny Marie. Je obehnan okružní zdí, která je z vnitřní strany opatřena ambity. Vše zářilo novotou. Po hodinové návštěvě tohoto poutního místa se autobusem přesunujeme do centra Tábora. Silničky byly velice úzké a řidič měl strach, že se nebude mít kde otočit. Po peripetiích jsme si nakonec zdárně vystoupili a mohli se vydat k Housovu mlýnu, který byl vzdálen od nás 1 km. Vydali jsme se Jordánskou ulicí, která vede pod hradbami města stále do kopce, prošli jsme pod Holečkovými sady a pak již mírně z kopečka k Filmové krčmě s atmosférou. Zde jsme rozbili náš tábor. Řada z nás vyjmula z batohů balíčky, které jsme dostali v Mozolově na cestu. Musím uznat, že balíček se povedl. V 11.00 hod. si pro nás přišel průvodce a my se vydali za ním. Čekali nás příkré schody. Marta mi vzala chodítko a já šlapal do schodů, přičemž Míla mne jistil zezadu, pak jsme šli po rovině, a na konci chodby mne čekaly ještě jedny příkré schody. Zvládli jsme je stejně dobře jako ty první. Před námi průvodce otevřel dveře do místnosti, kde je umístěno 3000 rekvizit zbroje z různých historických filmů. Ocitli jsme se v jediné zbrojnici v Evropě, kde si můžete vystavené exponáty vyfotit i vyzkoušet (pokud vám ovšem nevadí, že zbroj před vámi nosil třeba Tom Cruise nebo Brad Pitt :-)). Využili jsme tuto možnost a řada z nás si oblékla bojové přilbice. Byla zde zbroj např. z husitských válek, přilbice z filmu Gladiátor či meč Excalibur. Nechyběly ani různé ručnice, revolvery a šípy. Po prohlídce zbrojnice jsme měli „rozchod“ a každý tak měl možnost objevovat krásy tohoto města dle svého uvážení. Někteří se vydali ochutnat vyhlášenou místní zmrzlinu, jiní šli po prohlídkách muzeí či jen nakupovat a relaxovat. S Martou jsme se taktéž vydali do centra Tábora. Bylo poledne a slunce se vši silou opíralo do okolo stojících budov a ulic. Nechtělo se nám někde chodit, tak jsme se šli schovat pod slunečníky do restaurace Beseda a dali si oběd. Po obědě jsme se vydali do města na nákupy. Šli jsme Pražskou ulicí okolo hostelu Stárkův dům, pocházejícího z 16. stol. Marta chtěla něco koupit vnučatům a já potřeboval koupit nějaké kraťasy. Nakonec koupila jen něco pro malého vnuka. Došli jsme až k Divadlu Oskara Nedbala. Nebyl však již na nic čas. Bylo 14.45 hod. a v 15.00 jsme měli odjíždět od Bechyňské brány.

Abychom zrychlili přesun na místo odjezdu, posadila mě Zdeňka na chodítko a drandila se mnou po dlážděném chodníku nad řekou Lužnicí hlava nehlava. Na místo srazu jsme ale dorazili včas. Překvapivě dorazili všichni včas, a tak jsme se mohli vydat na cestu zpět. Do Mozolova jsme dojeli bez problému. V pátek odpoledne se řada z nás vydala na procházku. Někdo se šel podívat do vesničky Mozolov, někdo udělal pouze okruh okolo resortu, jiní si prošlápli botky pěknou řádkou kilometrů. Marta s Blankou se vydaly až do Nadějkovic. Šly raději po silnici, aby se někde neztratily. Cestou potkaly pouze krávy, ale nebály se jich. Když přišly do cíle, pokoupily nějaké pohledy, víno a nanuky. Zjistily však, že zpět již nedojdou. Avšak to by nebyly holky, aby neměly plán. Rozhodly se, že půjdou zjistit, zda by je někdo neodvezl. Dlouho nečekaly a jednoho dobráka, který šel právě z obchodu, odchytily. Pán sice měl jiné plány, avšak dlouho nepřemýšlel, a všechny do parkhotelu odvezl. Blanka s Martou mu začaly říkat Anděl. Nakonec zjistily, že pracuje v hotelu, kde jsme byli ubytovaní. V pátek se za námi přijela podívat Romana s Evou V. Povíдалy s námi až skoro do půlnoci, což, musím uznat, bylo moc fajn. V sobotu program probíhal jako ve všední den, pouze s tím rozdílem, že od 18.00 jsme měli opékat buřty. Krásně se nám o ohně sedělo, až najednou jsme začali i zpívat. Sice kytaru jsme neměli, ale to nás nezastavilo.

Blížil se konec, a tak jsme se sešli v jídelně, abychom společně tento týden vyhodnotili. Zdeňka získala ocenění „Správkyně naší paměti“ díky zajištění perfektních hodin tréninku paměti. Blanka V. dostala zvláštní cenu za aktivní pomoc nemocným lidem a vytváření skvělé atmosféry během celého pobytu. Já jsem dostal cenu za aktivní přístup při výběru tohoto resortu a za podporu naší Evy. Cenu převzala od Zdeny i Eva Krotilová za organizaci chodu celé rekondice, bezvadné zajištění výletu a finalizaci celé akce. Velmi milým překvapením však bylo, že nakonec všichni účastníci dostali upomínkový balíček a symbolickou trofej. A co dodat závěrem? Už se těšíme na následující pobyt. Bylo to super, všichni jsme si odpočinuli a strávili 7 dní v úžasném kolektivu.



Katalánsko

Katalánsko je jedno ze 17 autonomních společenství a historické území na severovýchodě Španělska při pobřeží Středozemního moře. Metropolí Katalánska, které ve středověku tvořilo součást Aragonské koruny, je velkoměsto Barcelona, v jejíž aglomeraci žije více než 3 miliony obyvatel. Celé Katalánsko je pak se 7 475 420 obyvateli druhým nejlidnatějším společenstvím Španělska. Dne 27. října 2017 přijal autonomní katalánský parlament rezoluci o nezávislosti. Tuto nezávislost Španělsko ani jiný stát neuznal jako právně platnou a území je stále pod právní kontrolou Španělska.

Katalánsko má v hrubých rysech tvar rovnostranného pravidelného trojúhelníku, na severu hraničí s Francií a Andorrou, na západě se zbytkem Španělska (autonomním společenstvím Aragon), na východě (nejdelší hranice) je hranicí pobřeží Středozemního moře a hranice příbřežních vod, na jihu vede krátká hranice s Valencií. Celé území i jednotlivé úseky hranice jsou více nebo méně přírodně determinovány. Na severu jsou to masivy Pyrenejí, na západě tvoří převážnou část hranice se Španělskem řeka Noguera Ribagorçana a její příkré kaňony.



Zdroj: wikipedia



Literární dílna

(Vzpomínky na krásné dovolené)

Dovolená u moře – Karel Pešťák

Sedím v pokoji domova seniorů. Venku je 30°. Mám zapnutou klimatizaci. Zazní telefon. Je to sms. Vnučka posílá pozdrav ze Španělska. Ta se má. Je jí dvacet let. Studuje vysokou školu.

Já byl poprvé u moře, když mi bylo třicet čtyři let. Psal se rok 1973. Na dovolenou k moři bylo v našem podniku možné jet do Jugoslávie nebo do NDR. Tedy Německé demokratické republiky. K Baltu. Do Jugoslávie jsme nedostali příslib. Pojedeme do NDR.

V té době jsem pracoval u Lesů České republiky Teplice. Závod měl stanový tábor u Baltského moře v oblasti Usedomu.

V den „D“ jsme večer nasedli do autobusu a vyrazili k toužebnému moři. Za několik minut jsme byli u hraničního přechodu na Cínovci. Autobus zastavil na celnici. V autobuse ticho a velké napětí. Vstoupil pohraničník s celníkem. Pozdravili a představili se. Všichni v autobuse sborem uctivě a s obavami zdraví. Celní a devizová kontrola končí. Můžeme jet dál za naším cílem.

S několika přestávkami jedeme celou noc. Je půl šesté ráno a jsme na místě. Stany stojí uprostřed pískových dun. Moře šumí, je k němu pár kroků. Manželka celou cestu neusnula. Je unavená. Uléhá do stanu. Má křeče v nohou. Chce být sama. Není s ní žádná řeč.

Máme s sebou našeho staršího syna. Je mu dvanáct let. Chce se podívat hned k moři. Nedaleko našeho stanu je tabulka s písmeny FKK. Co to je, nevím. Tak jdu stejně se synkem k moři.

Balt je klidný. Leskne se v záři vycházejícího slunce. V moři se přes tuto ranní dobu koupají lidé. Přímo proti nám vycházejí z moře dvě nahé ženy. Mám snad vidění nebo sen?

Dál v moři jsou další naháči. Dělají ranní hygienu. Oba máme se synkem vyvalené oči. Vezmu kluka za ruku a pomalu cupitáme ke stanu.

Později jsme se dozvěděli, že FKK je Freikörperkultur, česky „kultura volného těla“. Když se to dozvěděla žena, prohlásila: „Tak tam se koupat nebudem. Půjdeme dál do tábora.“ Byla to škoda, ale poslouchat se musí.

Sousedit s táborem nudistů bylo zábavné. Oni tam byli úplně bez zábran. Běhali, sportovali, snídali, obědvali i večereli úplně nazí. Bylo na co koukat.

My jsme samozřejmě chodili na normální pláž. Písek jsme měli snad všude. Nalepený na plavkách,

ve vlasech, prostě po celém těle. Mokrý plavky studily a pomalu osychaly. Dost nepříjemné. Další den jsme se rozhodli, že to brzy ráno zkusíme na nuda pláži. V Baltu je voda chladnější. Bylo příjemné vylézt nahý z vody, otřít se. Zaběhat si a pak si dát dobrou snídani. Jednou jsme ale zažili pěkný trapas. Ležíme se ženou na pláži. Kluk si staví z písku u moře hrad. Zadky máme vystrčené proti slunci. Najednou nás probere hlas: „Nazdar Karle, to jsem si nemyslel, že se sejdeme tady. Ta paní, co je tu s tebou, je tvoje žena?“ Byl to Tonda, též účastník zájezdu. Představoval nám svoji přítelkyni. Podávali nám ruce. To se nedalo odmítnout. Vyhrabali jsme se z písku. Stáli jsme před nimi jako Eva s Adamem. Na nuda pláž jsme chodili každý den. Dělali jsme dobře. Byli jsme krásně opálení. Přišel čas a jeli jsme autobusem domů. V autobusu všichni sedíme. Jen Tonda se svojí přítelkyní stojí. Když byla přestávka na cigárko, tak mu říkám: „Tondo, do Čech je ještě daleko, budou tě bolet nohy. On se ohlédl, kde je jeho přítelkyně. Toho je všeho vinna ona. Chtěla být na poslední den opálená jako vy. Slunce se ani na moment neschovalo za mraky. Šli jsme také na nudu. Ani na oběd jsme nešli. Chtěla chytat bronz. Tak jsme ho chytali. Už v noci jsme nemohli spát. Sednout vůbec nešlo. Zadky červené jako ty opice paviáni a samý puchýř. Řekl jsem mu: „Jó, Tondo, i opalovat se musí umět.“ Dojeli jsme dobře domů a máme krásné vzpomínky na první dovolenou u moře.

Ostrov Lanzarote – Karel Pešťák

Ve schránce na dopisy byl leták. Zval na týdenní dovolenou na jeden z Kanárských ostrovů. Na Lanzarote. Prezentace zájezdu byla v restauraci na mosteckém Hněvíně. Ptám se manželky – pojedeme se tam podívat? Proč ne. Zatím jsme o žádné dovolené neuvažovali. V den prezentace jsme sedli do auta a jeli do Mostu. V restauraci bylo připraveno několik stolů. U každého referent pořádací společnosti a láhev šampusu. Proběhlo uvítání, informace o ostrově doplněná krátkým filmem. Nabídka ubytování. Týdenní program a cena. Cena byla bez letenek. Záloha dvacet tisíc korun. Zájezd nás zaujal. Jeden z referentů mě dovezl do banky. Já vyzvedl peníze a zaplatil zálohu. Bylo to v měsíci dubnu. Do léta bylo ještě daleko. Po pár dnech jsme řešili, zda jsme neudělali chybu. Ta nás může stát dvacet tisíc korun. Ještě že jsme nekoupili ty letenky. Měli jsme letět čtyři. Manželka, syn, vnuk a já. Snad to dopadne dobře. Tak jsme se utěšovali. Končí měsíc červen. Volám do cestovní kanceláře společnosti. Představím se a vyslovím svůj požadavek ohledně zájezdu. Ozve se příjemný ženský hlas. Ano, počítáme s vámi. Nyní si dohodneme pevný termín zájezdu. My pro vás zarezervujeme letenky. Vy si je vyzvednete a zaplatíte. Pošleme vám potřebné doklady a informace. Ještě se sejdeme v den odletu na letišti v Praze. Z letiště v Lanzarote vás odvezeme do místa pobytu. Bude to jednoduché. Letadlo přistálo na letišti v Lanzarote. Čekáme na zavazadla. Dostanu nápad. Jdu se podívat, zda na nás u východu čekají. Projdu halou. Čeká tam člověk s tabulkou s naším jménem. Je to dobré. Jdu pro rodinu, Nejde to. Zřízenec v uniformě mě nechce do haly pustit. Něco povídá. Já mu nerozumím.

Asi chce pas. Nemám. Je u manželky v kabelce. Situace je zoufalá.

Naštěstí kolem nás prochází letuška. Je to Španělka. Zastaví se a ptá se, co se děje. Hovoří česky. Říkám, co se stalo. Opustil jste celní prostor a měl byste projít pasovou kontrolou. Obrátí se na muže v uniformě a něco s ním hovoří. Ten se rozčiluje a nakonec mě pustí k rodině. Moc děkuji letušce. Ta se usmívá. Pak mi zamává a pošle letmou pusou. Odchází.

Nasedáme do auta a jedeme do místa, kde budeme trávit týden dovolené. Co se stalo vysvětlují manželce po cestě. Žena se zeptala, zda jsem normální.

Vše je, jak bylo slíbeno. Ve vymezeném prostoru několik bungalovů. Uprostřed bazén, lehátka se slunečníky. Do společenské místnosti pár kroků. K moři na pláž s černým pískem asi dvě stě metrů. V bungalovu tři ložnice, obývací pokoj, plně vybavená kuchyň. Dále prostorná koupelna s vířivou vanou. Tam se klidně vejde všichni. Co si víc přát.

Odpoledne se sejde ve společenské místnosti. Vzájemně se představujeme. Dostaneme informace, jak budeme trávit celý týden. Kdo chce, dostane doklady a klíče od auta, které může celý týden používat.

Program byl bohatý. - Návštěva národního parku. Botanické zahrady, kde jsou tisíce kaktusů. Výlet do hlavního města. Výlet do přístavu s obědem v rybářské restauraci. Také výlet do vinařské oblasti s ochutnávkou vín s možností nákupu. Nesmím zapomenout na taneční večírek u moře s bohatým občerstvením. Co bylo psáno, to bylo dáno. Prostě stoprocentní dovolená.

Jedeme na první výlet do Národního parku Timanfaya. Sedíme v autobuse. Ten přijíždí do oblasti plné lávy. Podíváte se doleva - pole lávy, která vytváří strašidelné útvary. Po svahu se valí až k moři. Vpravo lávová stěna převyšuje autobus asi o dva metry. V autobuse jsou puštěné reproduktory. Zní Mozartovo Requiem. Nikdo nepronesl ani slovo. Sledujeme tu děsivou atmosféru.

Jsme v Národním parku Timanfaya. Park je oblast vytvořená a pokrytá vulkanickými vyvřelinami.

Tedy lávou. Je téměř bez vegetace. Má rozlohu 51 km čtverečních. Byl založen v roce 1974.

V roce 1730 a následně v roce 1824 zde došlo k velkému sopečnému výbuchu. Láva pokryla většinu ostrova. Dvě stě kilometrů čtverečních a asi čtyři miliony metrů krychlových. Ostrovu se také říká Ohňový ostrov. Je zde tři sta sopek. Pekelné místo.

Před námi sopka se jménem Lanzarote. Jako celý ostrov. Vystupujeme z autobusu. Prohlídka pokračuje pěšky. Několik zážitků. Průvodce nabere na lopatku zeminu. Naznačuje, abych nastavil ruku. V dlani nevydrží ani minutu. Je horká jako rozpálená plotna. Průvodce vyhloubí malou jamku. Není hluboká víc než dvacet centimetrů. Hodí do ní hrst suché trávy. Ta za několik okamžiků vzplane. Jdeme po sopce. Ozývají se dělové rány. Další zaměstnanec vlévá do otvorů v zemi vodu. Za několik vteřin se ozve rána a sloup páry vyráží z otvoru. Dosahuje délky kolem deseti metrů.

Přichází pár velbloudů. Můžete se svézt po okruhu s trváním dvaceti minut. Vnuk – dědo, já bych se chtěl svézt. Pojedeme spolu. Velbloud poklekne. Vnuka usadí na jednoho. Já se usadím na druhého. On se zvedá, jímá vás hrůza. Jste jak zralá hruška. Jen spadnout. Ještě horší je slézt. Velbloud je opět na kolenou. Když jste konečně na zemi, on jakoby se vám smál. Koulí očima. Mele pyskama a máte štěstí, že vás nepoprskal.

Průvodce nás vede na oběd. Stanoviště je vzdálené na protějším svahu. V prostorné restauraci je vyhloubená studna. Má průměr dva a půl metru. Není v ní voda. Z vnitra vychází velké horko. Studna je opatřená roštem, na kterém se grilují kuřata. Budou k obědu.

Každý další den na ostrově přinesl něco nového. Týden je u konce. Letadlo, které mělo startovat v šestnáct hodin, odlétá po půlnoci. Ani to nesnížilo celkový dojem z úžasné dovolené na ostrov Lanzarote.

Drazí přátelé,

často slyšíme ve sdělovacích prostředcích, možná i kolem sebe, jak se máme respektovat, jak máme být jeden k druhému tolerantní, jak budovat, rozvíjet dobré mezilidské vztahy. Jak důležité a prospěšné jsou tyto pojmy pro náš život, to v první řadě znamená umět a znát, co tyto pojmy vůbec znamenají. Respekt (ohled, uznání, úcta) předpokládá, že člověk si nedovoluje poškodit jiného člověka ani fyzicky ani psychicky. Respekt je důležitý druh lidského postoje k jiným osobám, názorům i kulturám. Důležitý respekt je také vůči přírodě, stvořitelskému dílu Božímu. Nevidět v přírodě jen zásobárnu surovin, místo k odkládání odpadů. Příroda má své možnosti, zákonitosti. Není to jen prostor k drancování, k likvidaci života v přírodě. Opakem respektu je bezohlednost nebo pohrdání, zvláště vůči druhým lidem, jinému názoru, který se nám osobně nezamlouvá. A k tomu je také potřebná míra tolerance. Co vůbec znamená samotný pojem. Znamená ochotu, schopnost nebo možnost žít vedle lidí s jinými názory, postoji a přesvědčeními, vzájemně se snášet, být k sobě tolerantní. Opakem tolerance je nesnášenlivost vůči druhým lidem, pro jejich původ nebo náboženské vyznání. Vzájemná tolerance je podmínkou dobrého a kvalitního života. To chce od nás i Ježíš, který před nás klade důležitý požadavek: Milujte se navzájem, jak jsem já miloval vás, tak se navzájem milujte vy. Podle toho všichni poznají, že jste moji učedníci (Jan 13, 34 – 35). Požadavek, který je potřebný stále si připomínat, stále ho mít v rejstříku svých hodnot. A k tomu nás vede křesťanství, víra v Boha, který nám dává naději, budoucnost naší lidské existence, který nás miluje, ten, který skrze Ježíše Krista nám vysvětluje: Já jsem cesta, pravda a život. Ten, který nám dává osobní svobodu, k tomu našemu rozhodnutí. Ten, který nás nenutí, jen nás zve: Pojdte za mnou... Víra je úkon, kterým se člověk svobodně odevzdává

Bohu. Otcem takové víry je Abrahám. Když souhlasí, že opustí zemi svých předků a půjde do země, kterou mu ukáže Bůh. Abrahám se vydává na cestu a Bible o něm říká: „Šel, jako by viděl Neviditelného.“ A bude to stále tento Neviditelný, kdo ho přiměje jít na horu se synem Izákem, který bude až na poslední chvíli ušetřen oběti. Mužem víry byl také Mojžíš, který přijal Boží hlas. Jeho důvěra byla obdivuhodná. Ženou víry byla Matka Ježíše Krista Marie, která po přijetí důležitého oznámení, které by mnozí odmítli jako příliš náročné a riskantní, odpověděla: „Jsem služebnice Páně, ať se mi stane podle tvého slova“ (Lk 1, 38). A se srdcem plným víry a důvěry v Boha se vydává na cestu, o které nic konkrétního neví. V evangeliu, v Bibli čteme, že se Ježíšovi učedníci plaví přes jezero a zasáhne je bouře. Myslí si, že jí zvládnou silou svých paží a zkušeností, ale člun se začne plnit vodou a oni zpanikaří (Mk 4, 35 – 41). Neuvedomují si, že řešení mají před očima. Ježíš je tam s nimi, ale evangelium říká, že spí. Když ho konečně probudí, pokárá je: „Proč se bojíte? Copak ještě nemáte víru!“ Zde vidíme velkého nepřítele víry: není to rozum, jak bohužel někteří stále opakují. Je to strach. Díky víře víme, že ani uprostřed životních zápasů, různých problémů, nemocí, lidského strádání, když nám chybí řešení, když nám chybí naděje, je tu víra v Boha, v Ježíše Krista. Víra nám dává sílu. Všichni jistě známe výrok: Víra tvá tě uzdraví. Každý nemocný je v těžké situaci, když přestane věřit ve své uzdravení. Proto i my, stejně jako učedníci, můžeme prosit: Pane, rozmnož naši víru (Lk 17, 5). Dej nám více víry, abychom měli život Bohu milý.

Váš jáhen Pavel Urban

*„Milí čtenáři,
v naší kapli jsme nedávno vytvořili pietní místo, které slouží
k vzpomínce na obyvatele, již nás opustili. Toto místo nabízí
klidné prostředí pro osobní zastavení a zamyšlení.
Na pietním místě je umístěna vzpomínková kniha, do které může
každý z našich klientů, zaměstnanců a návštěvníků zapsat své
osobní vzkazy těm, kteří nás opustili. Tato kniha se stává jakýmsi
společným památkem, kde se setkávají slova úcty, vděku a lásky.
Svou vzpomínku můžete vyjádřit také rozsvícením svíčky, které
jsou v kapli k tomuto účelu přichystány. Svíčky jsou
z bezpečnostních důvodů elektrické. Děkuje.“*

Rozloučili jsme se:

Bejšovcová Marie, Ljapinová Jarmila,
Pekař Evžen.



1. VE VĚTÁCH NAJDĚTE UKRYTÁ ZVÍŘATA A PTÁKY

Nic nevydražila, přesto se tak unavila.
 Jenom neslep i cedník, má zůstat děravý, Rudo.
 Nesli mák, oves a proso vaší babičce.
 Ušpinil si kapesník na břehu samém.
 Vyskoč Kačko, ty grácie ti utečou.
 Něco se vsáklo, kanálem utekl zbytek.
 Oko za oko, zub radši nedávej.
 Radko, byla jsi pro med. Věda to nebyla, vid'?
 Hry batolata bavily, je mokrá vana.



2. DOPLŇTE ZAČÁTKY SLOV. POČET ČÁREK ODPOVÍDÁ POČTU PÍSMEN.

Př. ____ fa, graf = parafa, paragraf;

____ vrátek, toč, nie, běžka;

____ malba, rubec, kazný, ryt;

____ přistání, hra, mozek, patro;

____ volný, zdání, činný, druh;

____ pis, slavný, točivý, moc;

____ vana, fiát, mela, nténa;

____ hláska, stříl, var, spoušť.

3. SLOVNÍ ÚLOHA - Drak si chtěl koupit novou zbroj, aby se ochránil před rytíři, kteří ho chtěli chytit. Koupil si hrudní štít za 25 zlatých a dva chrániče na křídla, každý za 14 zlatých. Prodavači dal drahokam v hodnotě 100 zlatých. Kolik mu vystrašený prodavač vrátil?

4. NAPIŠTE CO NEJVÍCE SLOV OBSAHUJÍCÍ PÍSMENO Ň, NĚ, NI. Př. Třeboň, nekňuba, něha, nit.
 Ň :

NĚ:

NI:

5. DOPLŇTE ZNÁMÉ DVOJICE.

Čert a	Romeo a
Císař a	Pat a
Petr a	Kain a
Bonnie a	Panna a
Štaflík a	Bob a
Křemílek a	David a

6. CO JE TO? UHÁDNĚTE HÁDANKY.

- Klobouk hnědý nebo zlatý, jedlý nebo jedovatý, jednou nohou stojí v lese, někdy se však v koši nese.
- Někdy jste se možná báli, rostliny, co hodně pálí. Její listy žahají, utrhnout se nedají.
- Že je v lese koberec? To je celkem známá věc. Když jsi v lese, všeho nech, sáhni si na hebký ...



Geniální řeřicha: Vitaminová bomba prospívá zdraví, skvěle chutná a vyroste vám za čtyři dny

Chcete-li doma probudit správnou jarní atmosféru a probrat se ze zimního útlumu, vsadte na výhonky řeřichy. Během pár dní máte doma čerstvou zeleň, navíc plnou cenných životabudičů. Zatímco na čerstvou lokální zeleninu a ovoce si musíte ještě počkat, z klíčků můžete během krátké doby vykouzlit šťavnaté zpestření salátů i pomazánek. Zkuste třeba řeřichu, zazelená se už za dva dny. Rostlinné klíčky a výhonky jsou ideálním zdrojem vitaminů, minerálních látek, esenciálních aminokyselin a řady dalších pro tělo důležitých látek. Navíc je to moc krásná podívaná denně semínka pozorovat, jak se probouzí, mění a rostou, a to během dvou dnů.

Jak na semínka řeřichy

Na samotné klíčení potřebujete semínka určená pro klíčení, tedy nijak chemicky ošetřená. Koupíte i různé speciální misky a sklenice, ty se ale hodí spíš pro větší semínka. Semena řeřichy můžete klíčit na misce s trochou buničiny nebo papírové utěrky. To je metoda ideální pro semínka příliš drobná, jako má například také ředkvička, vodnice, hořčice nebo obiloviny, nebo taková, která se po namočení obalují slizem a jde je špatně proplachovat, například chia semínka. Při klíčení na vatičce nekonzumujete celá semínka, ale zastříháváte si vzrostlou nať.

Semínka není třeba nijak předmáčet, jednoduše na misku položte vrstvu vlhké vaty a rovnoměrně je do ní vsypte. Dvakrát denně vatu roste, ať vám nevyschne, a už za dva dny můžete pozorovat první výhonky, za čtyři dny už jich bude dost na ochutnání.

K čemu jsou dobré řeřichové klíčky

A proč právě řeřicha? Díky hořčičným silicím je hodně aromatická až štiplavá a připomíná chuť ředkvičky. Její konzumace napomáhá metabolismu, činnosti ledvin i zažívání. Podporuje krvetvorbu a protizánětlivé procesy v těle, čistí dýchací cesty a plíce a uleví i při kašli. Má diuretické účinky a může být nápomocná v případě močových kamenů i zánětů. Na talíř se v době jarní únavy hodí i díky obsahu vitaminů C, B a K a také draslíku, železa a hořčíku.



Zdroj: www.prozeny.cz

Eduard Bass - Historky takřka rodinné

Zajíc

Pište si proti drahotě zajíců, co chcete, já mám své zkušenosti.

Můj otec si najal revír na Slánsku. Překrásný revír: romantické údolí tiché říčky, lány řepy, rozběhlá brambořiště, mezi tím zase ostrůvky hájů a po krajích revíru skutečný, hluboký, krásný les. Básník mohl by celé dny prochodit tímto božským koutkem země a stále by nacházel nové motivy a nové popudy. Bohužel, otec nebyl básník, otec byl nimrod.

A tak se dočkal ve svém pitoreskním revíru trpkého zklamání:

Ani jedna koroptev nevolala své starostlivé „čty-ři“ do ticha letních večerů, ani jedna slípka nerozčeřila hladiny dvou našich jezírek, divoké kachny se zdaleka vyhýbaly naší krajině a jen zřídka zahlédli jsme v dálce na nebi ostrý trojúhelník táhnoucího jejich hejna.

Ocúny rozkvetly na zelených paloucích, mlžné závoje ploužily se po kraji lesa – ale marně jsme čekali, kdy vyrazí z něho ušlechtilý srnec, aby se napásl na selských polích. Nebýti tisíce špačků, kteří zapadali z celého kraje na noc do topolů a vrb u hořeního jezírka, byl by náš revír úplně pustý a prázdný.

Ale jedno jsme tam měli přece: zajíce. Nezapomenu nikdy na hluboké pohnutí, jež se nás zmocnilo, když jsme ho poprvé spatřili.

Tehdy byli jsme již úplně přesvědčeni, že není živého tvora v celé prostora lesy ohraničené. Šli jsme jen tak nazdařbůh, ručnice na rameni, psy kdesi za sebou. A právě ve chvíli, kdy jsme si navzájem dělali laskominy, vyprávějící si, jak chutná zajíc na smetaně, v té chvíli právě vynořil se před námi z brambor. Zarazili jsme se, němí, užaslí. Jakže – toto zvířátko před námi, klidně zdvižené na zadních bězích, s ušima vztyčenýma, prohlízející si nás pozorně a moudře, – to že je nedostižný ideál čtrnáctidenního našeho trmácení? Báli jsme se pohnouti, abychom ho nepoplašili. A oba naši psi, Brok i Alina, stáli rovněž nehybně, mírně se třesouce. Trvalo to snad minutu, snad dvě; poté se zajíc zvolna spustil na všechny čtyři, otočil se pomalu a hopsal klidně vzhůru po stráni, kde za mezi nám zmizel jako přelud.

Podíval jsem se na otce, otec se podíval na mne; oba jsme se podívali na psy a psi se zas koukli na nás; pak jsme se všichni čtyři zahleděli na mez, kde se ušák ztratil. Konečně otec ze sebe vyrazil: „Tedy tu přece máme zajíce?“

Tak jsme se seznámili s jediným mackem svého revíru. A od té chvíle nastalo nám pravé peklo. Zuřivost nimroda probudila se v ušlechtilé hrudi mého otce a nakazila i mne, i Broka, i Alinu. Ať pršelo nebo pražilo, táhli jsme revírem, pronásledující svého zajíce. Nabíjeli jsme doma horečně patrony a tisíce ran rachotilo pak tichou krajinou. Macek se díval na nás ze vzdálených strání, chroupaje klidně zelný chřást. Vraceli jsme se umláceni a utrmáceni. Náš zajíc vyspával v brázdě brambořiště. Změnili jsme taktiku: číhali jsme naň v zákopech, ukryti nalámanými haluzemi. Ušák nepřišel. Uspořádali jsme velký hon. Třicet střelců, padesát honců, dvacet psů. Psi štěkali, honci křičeli a klapali řehtačkami, střelci vzali celý revír pod bubnovou palbu. „Náš“ zajíc hopsal dlouho uprostřed střeleckého kruhu; když už mu to bylo dlouhé, šups, vyrazil zrovna mezi otcem a mnou. Táhl jsme

zase s bžundou domů.

„Náš“ zajíc stával se legendárním zvířetem. V kavárně, v restauraci, vinárně – všude se nás ptali, co dělá „náš“ zajíc. Tisíce anekdot kolovalo Prahou.

Změnili jsme opět taktiku a rozdělili jsme si práci: já jsem na něho střílel dopoledne, otec odpoledne. Pytláci v noci. Zastřelili jsme jednoho psa, dvě kočky, postřelili březí krávu a tři chalupníky. Ale „náš“ zajíc byl živ a zdrav.

V té době měla Alina štěňata. Zdětinštěla, hrála si s nimi celé dny a jen nerada zúčastnila se tažení na „našeho“ zajíce. Vzal jsem ji násilím s sebou. Skončilo to špatně: hned ráno mi utekla a našel jsem ji až k polednímu, v kotlince pod lesem, kde si hrála s „naším“ zajícem.

Byli zrovna na dostřel; strhl jsem pušku, zalíčil a dobře mířenou ranou střílel jsem – nešťastnou Alinu. „Náš“ zajíc smutně očmuchával novou svoji kamarádku.

Byla to poslední oběť; nevzal jsem pak již pušky do ruky.

Až když nájemné z revíru docházelo, vypravil se tam otec. A toho dne se vrátil skutečně s „naším“ zajícem. Stokrát musil líčiti okolnosti, za jakých se mu podařilo jej složit. Celá rodina si oddychla, když nesli „našeho“ zajíce na smetaně na stůl: čest byla zachráněna.

Teprve po letech se mi dostalo do ruky otcovo privátní vyúčtování jeho revírní choutky.

Stálo tam:

Nájemné	K 130,–
Dvoje myslivecké šaty.....	K 190,–
Pušky a výzbroj	K 785,14,-
Vystřílené náboje.....	K 346,96,-
Psi.....	K 160,–
Střelený pes a kráva.....	K 148,–
Bolestné	K 76,–
Dráha.....	K 918,57,-
Jeden zajíc od zvěřináře	
Jedličky, čerstvě střelený.....	K 9,–
Dohromady.....	K 2826,67

A teď si pište proti drahotě zajíců, co chcete, já mám své zkušenosti.

Eduard Bass - Pražské a jiné historie, edice Klasická česká próza. Vydala Městská knihovna v Praze.

VÝSLEDKY KLUB EINSTEIN

1. Kuna, slepice, husa, kočka, klokan, zubr, kobyla/medvěd, ryba.
2. Kolo-, dřevo-, mezi -, dobro-, pravo -, kara-, samo -.
3. Prodáváč mu vrátil 47 zlatých.
5. Káča, Tambor, Lucie, Clyde, Špagetka, Vochomůrka, Julie, Mat, Ábel, Netvor, Bobek, Goliáš.
6. HOUBA, KOPŘIVA, MECH.



PORADNA PARKINSON

Máte otázky?
Ptejte se.

každou první středu v měsíci
začíná 2. 10. 2024 16 -18 hod.

Domov pro seniory Háje
K Milíčovu 734/1
Praha 4

Společný projekt DS Háje,
VFN Neurologická klinika,
Parkinson-Help z.s.



nenahrazuje lékařská vyšetření



Milá paní doktorko MUDr. Jaroslavo Kyplová, Ph.D., MBA,

chceme Vám všichni poděkovat za skvělou vernisáž, která potěšila všechny přítomné. Vaše vyprávění o Vaší cestě životem zaujalo, co vše může člověk dokázat mimo svou profesní úroveň.

O Vašich obrazech lze říci, že vyjadřují více než profesionální úroveň. Zvláště plátna Borový les a Zima u vody působí velmi přesvědčivě.

Perfektní hudební doprovod vyvolal velkou vlnu obdivu a radosti nad nadáním mladého umělce, kterému přejeme mnoho úspěchů v jeho další hudební činnosti.

J. Kubart



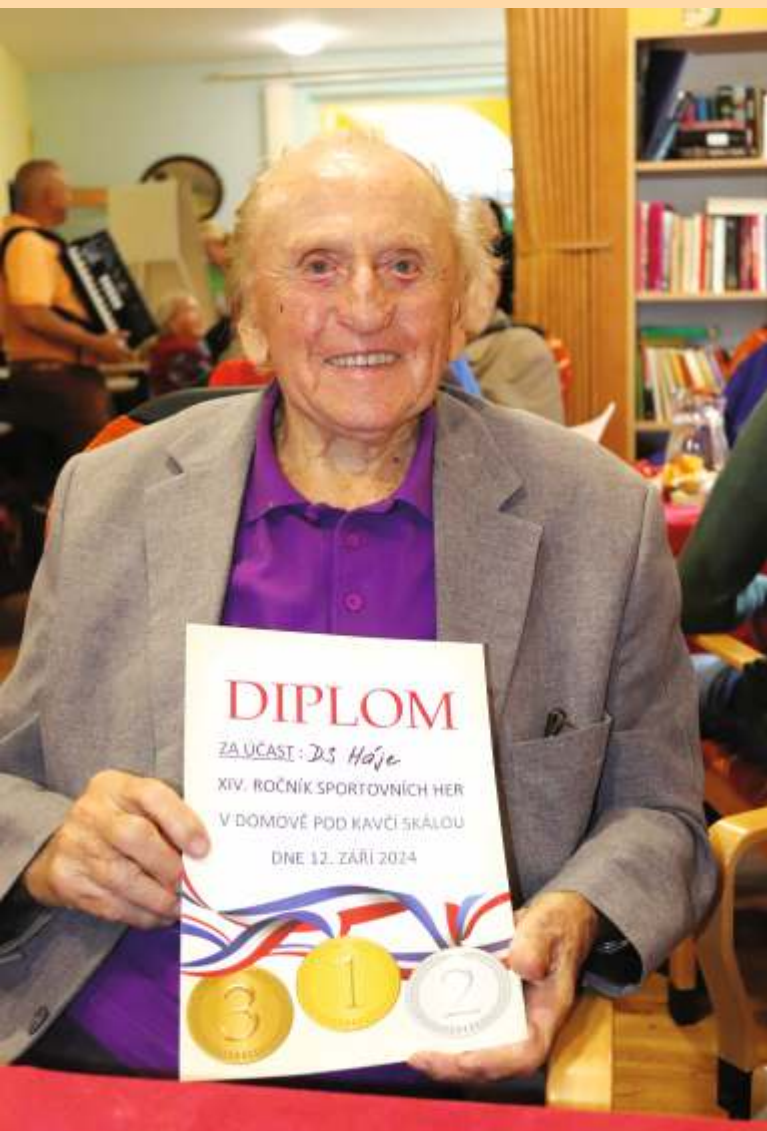
Korálkování:

Odpolední navlékání korálků v rámci kreativní dílny.





Sportovní odpoledne – trénink
na plánované sportovní hry



Malešice a Říčany: Účastnili jsme se sportovních her v DPKS Říčany a DS Malešice.



6.10.1889 otevřeli v Paříži proslulý kabaret Moulin Rouge. Název Moulin Rouge se vztahuje k červenému větrnému mlýnu na střeše budovy. Větrných mlýnů bylo v historii na kopci Montmartru mnoho, jde tedy o typický symbol. Kabaret se nachází na úpatí Montmartru, ve čtvrti Pigalle, na Boulevardu de Clichy. Od začátku zde vystupovali špičkoví umělci, slavné tanečnice La Goulue, Jane Avril či Josephine Baker, Frank Sinatra, Jean Gabin, Yvette Guilbert, Édith Piaf, Ella Fitzgerald a mnozí další. O kabaretu vzniklo několik celovečerních filmů, filmových dokumentů a objevil se i v literárních dílech, nejslavnější je zřejmě koprodukční filmový muzikál s Nicole Kidmanovou Moulin Rouge! S kabaretem je spojen tanec kankán, jehož tanečnice zachytil častý návštěvník podniku malíř Henri de Toulouse-Lautrec.

9.10.1929 byla zaregistrována nová značka Československých motocyklů – Jawa. Jméno firmy vzniklo složením jména zakladatele Františka Janečka, který zakoupil licenci na výrobu motocyklů Wanderer. Jawa je nejstarší fungující československá firma zabývající se výrobou motocyklů už od roku 1929. Nejznámějším modelem byl 250 Pérák a v 70. letech 350 Californian. V současnosti se firma oficiálně nazývá Jawa Moto spol. s.r.o. a sídlí v Týnci nad Sázavou, jejím vlastníkem je podnikatel ing. Jiří Gerle. Dále existuje firma Jawa Divišov, která se zabývá výrobou plochodrážních speciálů a sídlí v Divišově.

24.10.1929 nastal krach na newyorské burze. Tzv. Černý čtvrtek odstartoval velkou hospodářskou krizi čili celosvětovou ekonomickou depresi. Ceny akcií rychle poklesly až o dvě pětiny hodnoty. Pokles cen amerických akcií pokračoval, jejich cena dosáhla v průměru jedné šestiny úrovně roku 1929. Evropa byla postižena podobným způsobem. Byl to největší burzovní krach v historii. Ve čtvrtek 24. října došlo k mohutné vlně prodejů. Šlo o prodeje investorů, kteří si na nákup akcií předtím otevřeli úvěr. V průběhu pouhých 30 minut bylo prodáno zhruba 1,6 miliónů akcií. Došlo k vyčerpání nákupních příkazů a investoři podlehli panice. Následovala nová vlna prodejů akcií, v té chvíli již za jakoukoli cenu. Několikrát dokonce došlo k uzavření burzy a přerušení obchodování. Krach na newyorské burze předznamenal Velkou hospodářskou krizi. Následky krachu zasáhly postupně celý demokratický svět. Již následující den, tzv. Černý pátek, následky krachu dospěly také do Evropy, na jejíchž burzách došlo ke shodnému efektu. Pokles akcií byl ukončen až roku 1932, kdy kurz dosáhl minima a nastal vzestup. Krach roku 1929 tak ukončil éru „zlatých“ 20. let.

10.10.1934 byl v Praze založen Symfonický orchestr hlavního města Prahy FOK. Hudební těleso s úctyhodnou tradicí a mezinárodním renomé obohacuje koncertní život metropole a reprezentuje Prahu a českou kulturu v zahraničí. Sídlí v atraktivním prostoru Obecního domu. Zkratka FOK symbolizuje původní branže - Film – Opera – Koncert, z nichž v roce 1934 přišli muzikanti do orchestru založeného Rudolfem Pekárkem. Orchestr je odnepaměti označován též jako Pražští symfonikové. Současným šéfdirigentem Pražských symfoniků je Tomáš Brauner. Na postu šéfdirigenta se vystřídal zakladatel Rudolf Pekárek, Václav Smetáček, Jiří Bělohlávek, Petr Altrichter, Jiří Kout a mnozí další. Umělecké renomé si orchestr udržoval po celou dobu své existence spoluprací s mezinárodně uznávanými dirigenty (mj. Václav Talich, Rafael Kubelík, Karel Ančerl, sir Charles Mackerras, Gennadij Rožděstvenskij, Krzysztof Penderecki, a mnozí další). S tělesem spolupracovali hvězdní instrumentální sólisté jako David Oistrach, Josef Suk, Rudolf Firkušný, Svjatoslav Richter, Ivan Moravec, Mstislav Rostropovič, Lukáš Vondráček a další) a mnozí další slavní umělci. Ve 30. letech orchestr nahrál hudbu k většině tehdejších českých filmů; mezi prvními byly Hrdinný kapitán Korkoran, Dívka v modrém, Hej rup!, Svět patří nám, Škola základ života, Tři vejce do skla, Kristián.

16.10.1944 provedly americké bombardéry další nálet na Škodovy závody a železnici v Plzni. Plzeňské Škodovy závody byly pro nacistické Německo velmi důležité, patřily k největším zbrojovkám v Evropě. Nad Plzeň přilétlo 65 bombardérů. Na Škodovku a přilehlou dělnickou čtvrť Karlov dopadlo 26 pum. Přibližně 200 pultunových pum dopadlo mimo areál Škodovky. Bomby dopadaly na obytné čtvrti, na Hlavní nádraží i v okolí Plzně. Poprvé byl bombardován areál pivovaru Prazdroj. Nálet trval asi dvě a půl hodiny. Při náletu zemřelo asi 30 civilistů, zaměstnanců Škodovky bylo 17, zraněny byly desítky lidí. Ve městě bylo náletem zničeno 9 budov, dalších 11 bylo těžce poškozeno. Nálet způsobil velké

poškození budov Škodových závodů, jejichž propadlé střechy vzbuzovaly ze vzduchu dojem naprosté zkázy, ale pod nimi byly jen minimálně poškozené stroje výrobních provozů.

7.10.1949 byla v sovětské okupační zóně vyhlášena Německá demokratická republika. NDR existovala mezi lety 1949 až 1990 v období studené války, kdy byla východní část Německa součástí východního bloku. Vznikla z území, které bylo po druhé světové válce podle postupimských dohod obsazeno a spravováno sovětskými silami, patřil k ní i východní sektor Berlína. Sovětská zóna obklopovala Západní Berlín, ale nezahrnovala jej; v důsledku toho zůstal Západní Berlín mimo jurisdikci NDR a tvořil v něm nezávislou enklávu. Díky silné průmyslové tradici (šlo o vyspělá území někdejšího Pruska a Saska) byla východoněmecká ekonomika nejúspěšnější ekonomikou ve východním bloku. Významným problémem byla emigrace na Západ. Mnoho emigrantů byli vzdělaní mladí lidé, stát byl ekonomicky oslabován. Vláda proto opevnila západní hranice a v roce 1961 postavila Berlínskou zeď. Mnoho lidí, kteří se pokusili uprchnout, zde bylo zabito. V roce 1989 padla Berlínská zeď. Následující rok se konaly svobodné volby a mezinárodní jednání vedla k podpisu smlouvy o konečném urovnání o postavení a hranicích Německa. NDR byla rozpuštěna a Německo bylo 3. října 1990 znovu sjednoceno a opět se stalo plně suverénním státem.

25.10.1959 dostal profesor Jaroslav Heyrovský Nobelovu cenu. Jako první Čechoslovák získal toto ocenění profesor Heyrovský za polarografické metody a jejich využití v analytické chemii. V té době osmašedesátiletý Jaroslav Heyrovský získal cenu v oboru chemie za objev polarografie. Díky polarografii se dá elektrolýzou určit pomocí rtuťové kapkové elektrody i nepatrné množství látek v roztoku. První polarograf zkonstruoval profesor Heyrovský už v roce 1925. Na Nobelovu cenu byl, než ji získal, navržen třikrát. „Nejvíce mě překvapilo, že proti všem dosavadním tradicím byla nakonec přece jen udělena do Československa. Byli tu už rozhodně jiní, kteří si ji zasloužili, kteří udělali víc než já,“ řekl tehdy skromně Heyrovský. Ocenění převzal z rukou švédského krále Gustava VI. Adolfa v prosinci téhož roku.

16.10.1964 měl premiéru filmový muzikál Starci na chmelu. První český filmový muzikál režíroval Ladislav Rychman, scénář napsal s Rychmanem Vratislav Blažek, v hlavních rolích okouzlili diváky Vladimír Pucholt a Ivana Pavlová. Nezapomenutelná je i Irena Kačírková jako učitelka Jana Ámosa, v paměti diváků zůstaly ale především filmové písničky Jiřího Bažanta, Vlastimila Hály a Jiřího Malásky. Celým filmem v roli symbolických průvodců, tři kytaristé v černém, provázejí Josef Laufer, Petr Musil a choreograf Josef Koníček. Tito tři muži s kytarami v černém také playbackem zpívají ústřední melodii celého filmu, kterou se stala píseň Milenci v texaskách.

11.10.1984 byla udělena Nobelova cena Jaroslavu Seifertovi. Básník, spisovatel, novinář a překladatel a také jeden z prvních signatářů Charty 77 žil už léta v ústraní, jednak vynuceném politickou ostrakizací, jednak v důsledku podlomeného zdraví. Z rukou švédského krále převzala tedy cenu Seifertova dcera Jana Seifertová-Plichtová. V československých novinách se zpráva o tomto mimořádném úspěchu skrývala mezi dalšími krátkými zprávičkami, režim neměl svého národního umělce v lásce. Nemocný Seifert cenu přijal s radostí, nicméně její udělení komentoval v tom smyslu, že by si ji zasloužilo víc českých básníků – zejména Vladimír Holan.

11. a 12.10.1986 se Ronald Reagan a Michail Gorbačov sešli v Reykjavíku na Islandu, aby jednali o omezení svých jaderných arzenálů v Evropě. Američané tehdy oznámili plán umístit na oběžnou dráhu laserová děla, která by sestřelovala sovětské jaderné rakety mířící na USA. V jaderném střetnutí by byl Sovětský svaz bez šancí. Vyvinout obdobný systém bylo nad jeho vědecké a finanční možnosti. I proto se oba státníci na neutrálním Islandu sešli. Že byly Hvězdné války jen dokonalým blufem amerických tajných služeb, prozradil Reagan až dlouho po odchodu z Bílého domu. Během "summitu" hovořili oba politici o snížení počtu jaderných raket středního doletu v Evropě. K překvapení přítomných poradců se oba architekti konce studené války dohodli, že nukleární střely středního doletu z Evropy odstraní a na globální úrovni sníží Moskva i Washington jejich počet na sto kusů. Výsledkem dialogu započatého v Reykjavíku byla smlouva o likvidaci raket středního a krátkého doletu, která byla podepsána 8. prosince 1987 ve Washingtonu. Jak je to dávno...



INFORMACE Z DOMOVA

Další stravovací komise budou: **2. 10., 16. 10., 13. 11. a 27. 11.**
O schvalování nového jídelníčku budou členové stravovací komise předem informováni.

Schůzka
důvěrníků
s vedením
domova se uskuteční
ve středu 2. 10. 2024
od 10:00
v sále.

Multisenzorická místnost A0

Připomínáme, že na odd. A0 je k dispozici multisenzorická místnost, která slouží k relaxaci a setkávání klientů. Místnost je odemčená a můžete ji kdykoli navštívit.



ZOOTERAPIE – 24. října proběhne pravidelné setkávání se zvířaty z farmy Boušice u Benešova.

Podzimní dílna – 29. 10. v úterý proběhne v odpoledních hodinách dílna na výrobu podzimních dekorací.

VIRTUÁLNÍ VÝLETY PO KRÁSÁCH NAŠÍ VLASTI I SVĚTA

Do našich 3D brýlí jsme nahráli nový obsah, který je v češtině. Nechte se provést po Pompejích, Florencii, ale i Brně nebo Bratislavě. Neváhejte oslovit svého aktivizačního pracovníka. 3D brýle nejsou doporučeny pro klienty s kardiostimulátorem.

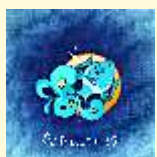


Říjen



Kozoroh - 22. 12. – 20. 1.

Vypadá to, že se zamilujete do člověka, který je vám už delší dobu blízký, ale prozatím jste ho v tomto světle neviděli.



Vodnář - 21. 1. – 20. 2.

Sportovat společně s přáteli je o to větší legrace. Poptejte se mezi známými, kdo by se k vám chtěl s chutí přidat.



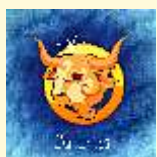
Ryby - 21. 2. – 20. 3.

Nejste spokojeni ve vztahu, který vám nedává to, co před časem. Stále je tu šance, že ho společně zachráníte.



Beran - 21. 3. – 20. 4.

Může se o vás pokoušet únava, kvůli které budete mít problémy se soustředit. Věnujte se jen nenáročným úkolům.



Býk - 21. 4. – 21. 5.

Je dobře, že si i přes veškeré povinnosti dokážete najít čas na příbuzné, kteří mají z vaší návštěvy vždycky radost..



Blíženci - 22. 5. – 21. 6.

Drobná gesta nestojí svět, a přitom dokážou udělat mnoho radosti. Potěšte svého miláčka nějakou drobností.

HOROSKOPY



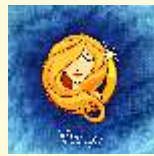
Rak - 22. 6. – 22. 7.

Užíváte si podzimní dny s přáteli na maximum, neustále pro ně něco vymýšlíte a máte radost, když je vaše plány baví.



Lev - 23. 7. – 22. 8.

Nastavíte klidnější tempo, což u vás není zvykem. I vy ale můžete mít horší den, kdy vám schází energie. Klid!



Panna - 23. 8. – 22. 9.

Nebudete-li dodržovat pitný režim, můžete se potýkat s bolestmi hlavy. Nejlepší je voda nebo bylinkové čaje.



Váhy - 23. 9. – 23. 10.

Nespokojíte se s málem, i co se týče výběru nového partnera. Jen si dejte pozor, ať příliš nevybíráte a nepřeberete.



Štír - 24. 10. – 22. 11.

Pravidelný odpočinek během dne rozhodně není špatný nápad. Stačí pět minut na protažení, tělu to prospěje.



Střelec - 23. 11. – 21. 12.

V rodině panuje dobrá nálada a uvolněná atmosféra. Užíváte si to, protože tomu takhle nebylo vždycky. Je to super!

Zdroj: horoskopy.cz