

HÁJEK

Červen
2026

 Naše noviny



OBSAH

■ Program DSH

■ Pozdrav

■ Kvíz

■ Zajímavosti

■ Literární dílna

■ Rozjímání

■ Povídka měsíce

■ Představujeme

■ Kaleidoskop

■ Info z domova

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

*Procházková Božena;
Dušková Blanka;
Lukašovská Věra;
Kubišťová Erika;
Petr Lubomír;
Vávra Milan*

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

DOMOV
PRO SENIORY
HÁJE

PRA
PRA
PRA
PRA

HA
GUE
GA
G

3. 6. středa 10:00 SÁL

DŮVĚRNÍCI

Červnové setkání zástupců obyvatel s vedením domova.

3. 6. středa 14:00 SÁL

HUDEBNÍ KLUB

Zveme vás na setkání spojené s povídáním a poslechem hudby zpěvačky Věry Špinarové.

10. 6. středa 15:00 GALERIE KORZO

VERNISÁŽ

Srdečně jste zváni na další vernisáž v naší galerii Korzo. Tentokrát si budete moci prohlédnout obrazy od umělkyně Luna Isis. Součástí vernisáže bude hudební vystoupení i malé pohoštění.

11. 6. čtvrtek 10:00 SÁL

BÁBOVKY

Zveme vás na oslavu červnových narozenin.

11. 6. čtvrtek 14:00 SÁL

KONCERT PĚVECKÉHO SBORU DOREMY

Srdečně vás zveme na koncert známého pěveckého sboru DoReMy.

12. 6. pátek 14:00 SÁL

KONCERT DECHOVÉHO ORCHESTRU

Srdečně vás zveme na koncert dechových nástrojů orchestru až z Lotyšska.

17. 6. středa 10:00 – 15:30 VELKÁ ZAHRADA

TUZEMSKÝ UM

Již 13. ročník sportovního dne Tuzemský um se bude konat na velké zahradě. Dopoledne bude věnované sportovním aktivitám a odpoledne vás zveme na vystoupení Vladimíra Hrona a na pohoštění v podobě špekáčků.

18. 6. čtvrtek 10:00 SÁL

PETR VELETA

Jste srdečně zváni na aktivní dopoledne spojené s poslechem hudby, pohybem a zábavou, kterým nás provede pan Petr Veleta.

19. 6. pátek 10:00 SÁL

CIRKUS SENIOR

Přijďte se pobavit, potrápít, potrénovat, a hlavně potěšit s naším cirkusovým lektorem Adamem Jarchovským.

22.6. pondělí 10:00 VELKÁ ZAHRADA

SETKÁNÍ SE ZVÍŘATY

Přijďte se podívat, pohladit, nakrmit a užít si setkání se zvířaty na naší velké zahradě.

23.6. úterý 9:30 SÁL

DESKOVÉ HRY S DĚTMI ZE ZŠ

Zveme vás na dopoledne strávené s dětmi ze ZŠ Gutova. Společně si zahrajeme deskovky a třeba trochu zazpíváme.

24. 6. středa 14:00 SÁL

PŘEDNÁŠKA O PRAZE

Zveme vás na přednášku o naší krásné Praze, kterou nám představí paní Micková.



Pták na drátě

„Blahoslavení ti, kdo nic neočekávají – neboť nebudou zklamáni.“

autor: Alexandr Popea

Takhle si jdu jedno nedávné ráno do práce. Cestou k brance zvednu hlavu a... vidím „ptáka na drátě“. Opravdu. Sedí na kabelu elektrického vedení – a tím ptákem je hrdlička. Symbol lásky a věrnosti, pokud si to ještě pamatuji ze školních lavic.

Na zahradě jich máme víc než dost. Patrně proto, že bydlíme na okraji Prahy, kde se město ještě trochu stydí za svou civilizovanost a z jedné strany ho lemují pole.

Jenže tohle ráno bylo jiné. Možná to bylo tou až podezřele blankytnou oblohou zalitou sluncem. Každopádně mě ten pohled zastavil v půli kroku.

Hrdlička neseseděla. Ona šla.

Malými krůčky se pohupovala po napnutém kabelu, úplně sama, pomalu, ale vytrvale. Krok za krokem se blížila k druhému konci – k vysoké tůji, která si velikostí se sloupem elektrického vedení nezdala. Nikam nespěchala. Nevypadala nejistě. Naopak – působila klidně, soustředěně, skoro až samozřejmě. Jako by přesně věděla, že ten drát ji unese.

A mně to v tu chvíli přišlo zvláště symbolické.

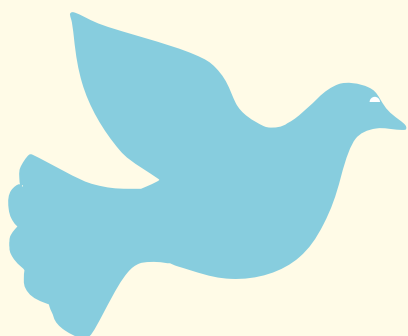
Ta její tichá důvěra. V sebe. V rovnováhu. V cestu.

Člověk má totiž občas tendenci očekávat. Od lidí, od situací, od života vůbec. A pak bývá – s určitou pravidelností – zklamán. Možná je ale jednodušší jít. Jen tak. Bez velkých očekávání, zato s jistotou vlastních kroků.

A pak se možná – zcela nenápadně a nečekaně - objeví podaná ruka.

Nebo alespoň z ničeho nic pevná půda pod nohama.

Dagmar Zavadilová



Změny

Vážení čtenáři,

přemýšlela jsem, jaké téma by pro vás bylo zajímavé a čtivé. Rozjímala jsem nad děním v Domově a napadá mě jeden spojovací pojem — změna. Život v instituci apeluje na přizpůsobení se v mnoha rovinách. Každý den je jiný, každý den potkáváme jiné osobnosti s různou náladou, máme jiný program a mnohdy se situace mění během okamžiku. Změny můžeme činit z vlastní iniciativy, mnohdy se nám však tak nějak stanou...Přijdou vlivem vnějších okolností, změnou počasí, nutným nařízením nebo nemožností řešit situaci jinak. A nám nezbyvá než se s novou situací vypořádat, protože mnohé změny bývají nevratné.

S postupujícím věkem bývá přirozený určitý konzervatismus, úcta ke svému životnímu příběhu i nechuť měnit to, co je nám blízké a známé. Znamená to přijmout sami sebe takové, jací jsme, a být s tím v souladu. Současně však nemusí být vždy prospěšné setrvávat v názorové jednostrannosti. Proto obdivujeme ty, kteří i zde dokáží dále inspirovat. Příkladem může být paní Běla Krásová, která ve svých úctyhodných 103 letech poskytla pozoruhodný rozhovor Českému rozhlasu. Dalším příkladem mohou být ti, kteří zde vyzkoušeli něco nového — třeba virtuální realitu — a přispěli tak budoucím poznatkům výzkumu.

A mnozí další. V uplynulých měsících jste se mnozí potýkali s náročným obdobím. Někteří se museli stěhovat a seznamovat s novými lidmi, ačkoliv o to třeba zrovna nestáli. Někomu se přitížilo na zdraví, jinému zase nepříjemně dlouho nezavolala rodina. Neustálé změny, vůči nimž jsme někdy bezmocní. Přesto v sobě nacházíte zdvořilost, věnujete péči druhým, cvičíte, docházíte na kulturní program, udržujete své zvyky a rozdáváte úsměv. Milí klienti, ráda bych vám vyjádřila svůj obdiv.

Změna není jen něco nepříjemného, ale také důkaz životní síly. Senioři nejsou jen lidé, kterým je poskytována péče, ale lidé, kteří během života zvládli obrovské množství proměn — společenských, rodinných i osobních. A právě proto jsou inspirativní a potřební. Nesou v sobě zkušenost, trpělivost a nadhled, které dnešní uspěchané době často chybějí. Umějí ocenit

obyčejné věci, naslouchat a mnohdy také lépe chápat, co je v životě skutečně důležité.

Na závěr bych s vámi ráda sdílela jednu zajímavost. Dočetla jsem se, že některé společnosti — u nás například nadační fond Ninin sen — vyrábějí pomůcky simulující tělesné prožitky stáří. Říká se jim tzv. gerontooblek. Díky nim si i mladí lidé mohou lépe představit, jak drobné tělesné změny ovlivňují a mnohdy komplikují běžný den — že každý krok vyžaduje určité úsilí. Těší mne, že společnost podobná témata otevírá a přináší je do veřejné diskuse.

Mgr. Adéla Růžičková

psycholog, Domov pro seniory Háje



Zdroje: Hlaváčová, V. (2026). *Denní režim 103leté paní Běly?*

Pravidelné procházky s chodítkem, tělocvik, zprávy a návštěvy rodiny. Rozhlas. https://www.irozhlas.cz/zivotni-i-styl/spolecnost/denni-rezim-103lete-pani-bely-pravidelne-prochazky-s-choditkem-telocvik-zpravy-a_2605040700_jho

Kofroňová, K. (2024). Ve 40 letech jsem si zkusila, jaké je mít 80. Teď můžete ovlivnit své stáří. Deník.cz. <https://www.denik.cz/zdravy-zivot/gerontooblek.html>



ZAJÍMAVOSTI



EXKURZE KE KONÍM MĚSTSKÉ POLICIE

Vyrazili jsme na návštěvu ke koním městské policie u Milíčovského lesa, kde nás čekala ukázka výcviku policejních koní i prohlídka stájí. Dostalo se nám milého přivítání a dozvěděli jsme se mnoho zajímavostí o péči o koně i o tom, jak náročný je jejich výcvik. Nechyběla ani možnost si koně prohlédnout zblízka a pohladit si je. Celé dopoledne jsme si moc užili a děkujeme Městské policii za možnost této krásné návštěvy.



1. 23. června 1955 začala v Praze na Strahově první celostátní spartakiáda. Důležitou součástí dívčího spartakiádního úboru byla cvičební obuv, které se přezdívalo jarmilky. Jak se nazývala varianta s tkaničkami určená pro chlapce?

- a) vašky b) toníky c) robinky

2. 4. června 1995 se uskutečnil první ročník Pražského mezinárodního maratonu. Jak dlouhý je tento závod – maraton?

- a) 42, 195 km
b) 41, 259 km
c) 43, 951 km

3. 15. června 1754 byl sestaven v Příměticích u Znojma první bleskosvod. Kdo jej sestavil?

- a) bratři Veverkové
b) František Křižík
c) Prokop Diviš

4. 27. června 1555 došlo k položení základního kamene letohrádku Hvězda. Kde přesně v Praze se nachází?

- a) v oboře na Bílé hoře
b) v parku Stromovka
c) v Havlíčkových sadech

5. Okolo 21. června nastává letní slunovrat. Co to znamená?

- a) Je nejkratší den a nejdelší noc. b) Den i noc jsou stejně dlouhé.
c) Je nejdelší den a nejkratší noc

6. 8. června 1949 byl publikován román 1984 anglického spisovatele George Orwella. Jaké další známé dílo spisovatel napsal?

- a) Farma zvířat.
b) Já, robot.
c) Sophiina volba.

7. Václav Vorlíček (3. června 1930 – 5. února 2019) byl český filmový režisér a scenárista. Kterou pohádku natočil?

- a) Nesmrtelná teta.
b) Tři oříšky pro Popelku.
c) S čerty nejsou žerty

8. 27. června slavíme Světový den rybářství. U nás v ČR má rybářství dlouhou tradici díky chovu ryb hlavně v uměle budovaných rybnících, které krásně dotvářejí českou krajinu. Jak se nazývá náš největší rybník?

- a) Dehtář
b) Svět
c) Rožmberk

9. Kdo slaví svátek 24. června? Podle tohoto jména se také nazývá magická a kouzelná noc předená řadou pověstí a tradic.

- a) Jan b) Jakub c) Filip

10. 8. června slaví svátek Medard, se kterým se pojí pranostika: Medardova kápeň, ...

- a) dvacet dní kape
b) třicet dní kape
c) čtyřicet dní kape

Vážení čtenáři a luštitelé.
na otázky v květnovém kvízu
odpovědělo 15 čtenářů.

Deset správných odpovědí měli:

Ilona Bednářová z A2

Devět správných měl:

Věra Adamcová z B0, Jiří Sova z A2,

Osm správných odpovědí měl:

Mgr. Alena Šimonová z A0, Věra

Grasevová z B2,

Karel Danko z A0, TÝM A3

Zde si můžete přečíst správné
odpovědi: nejvíc vás potrápily
odpovědi na otázky **6, 9 a 10.**

Důležitá informace:

vyplněné kvízy je nutné vhodit
do schránky na oddělení A0
**nejpozději do 18. v daném
měsíci.** Později vhozené kvízy
už nemohou být započítány a
vedeny v časopisu Hájek, a to z
důvodu uzávěrky a tisku
časopisu.

SPRÁVNÉ ODPOVĚDI

1. C: Hořovice
2. C: Felix Holzmann
3. B: Svátek Práce
4. B: Venuše, Mars
5. B: Noc na Karlštejně
6. A: plodnost a
ochranu proti zlým
silám
7. B: 1974
8. B: Myšpulín, Bobík,
Pinda a Fifinka
9. A: Při sovětské
hymně sklopila
hlavu směrem k
zemi.
10. A: později sucho a
neurodí se žito.



Literární dílna

Valpuržina noc

Valpuržina noc? Co to je? Ptaly se mne před mnoha lety moje tehdy malé vnučky. Tak jsem jim to povyprávěla. Kdy to bude? Už brzy. „Babi, a mohly bychom?“ „Mohly.“ Nastaly velké přípravy.

V šicím kufru se našly staré šaty, červené a černé zbytky látek na malé čarodějničky. Do smolných knih se psaly těžké hříchy, například únos panenky Elišky do noční zahrady, paličky od cimbálu ukryly dědečkovi.

Odpoledne se děvčata převlékla za čarodějnice, důkladně namalovala a na košťatech litala po dvoře a zahradě. Soused nahlédl přes živý plot a vyděsil se: „Co se to děje?“ „Je Valpuržina noc,“ odpověděly. Tak se Mirek raději vrátil domů pro Jitku.

Ta mezitím naplnila košík dobrotami a vrátili se oba zpátky. Oheň hořel, maso se peklo a vonělo. Vedlejší sousedé s košem zeleniny už byli na cestě. Až přišla ta chvíle, kdy měl být soud s čarodějnicemi. Jenže děvčatům bylo čarodějniček líto, tak jim bylo odpuštěno. Za trest měly hlídat dědečkovu náradí v garáži. Takže všechno dobře dopadlo.

Když se všechno snědlo, byl čas na poslední písničku „Dobrou noc má milá, dobrou noc...“ A tak se zlá Valpuržina noc změnila v přátelské posezení.

Vzpomínala Věra Ličmanová

Karel Pešťák

Můj Kája

Svět se nezastavil, ani nezbořil. V práci i osobním životě se daří. Máme pěkný byt a pětiletého synka. Na práci nejsem sám. Pan ředitel mi přidělil novou kolegyni. Devatenáctiletá Zdenička. Čerstvá maturantka. Slečna byla pohledná, dobře stavěná. V tom jsem se vyznal. Pracovitá a obětavá. Rád jsem se na ni díval. Zdůrazňuji, jen díval.

Neuvěříte, co se stalo. Moje manželka pracovala od šesti hodin ráno. Káju jsem vodil do školky. Cesta vedla okolo mého pracoviště. Zdenka ho vzala za ruku a odvedla sama.

Měl jsem jednání na podniku. Požádal jsem slečnu, aby mi Káju odvedla do školky a odpoledne přivedla k nám do našeho bytu a počkala u něho, až se vrátím já, nebo moje žena. Vrátil jsem se dřív než manželka. Zdence jsem poděkoval a dal tabulku čokolády. Netrvalo slouhu a přišla žena. S Kájou si hned padli do náruče. Začala se vyptávat. „Nezlobil jsi Kájo slečnu Zdeňku?“ Privil, že ne, že si s ní hrál. „Co dělal tatínek?“ „Ten choval Zdenku na klíně.“ Já koukám jako padlý z nebe. Žena vezme kluka za ruku a jdou do ložnice. Nenacházím slov. „Co to říkáš?“ „Ano, seděla.“

Žena otevře dveře a praví: „Na chodbě na skříni je kufr. Můžeš si ho zabalit.“ Čtrnáct dnů se v ložnici s Kájou zamykali, než mě pustila. Nevím, co to kluka napadlo. Opravdu si to vymyslel. Ani po šedesáti letech mi žena nevěří, že se to nestalo. „Asi je toho víc, co nevím. Dnes mě to ani nezajímá.“

Jízda králů ve Vlčnově

Jízda králů letos připadla ve Vlčnově na poslední dva květnové dny. Je to velká slavnost, krojovaná, která se musí připravit velice, velice dopředu. Ženy a dívky začínají už po novém roce vyrábět růžičky, třepetalky a podobné ozdoby na koně. Je jich potřeba přes dva tisíce, aby byl kůň pěkně ozdobený. Zdobí se koně pro celé banderium.

Banderium tvoří chlapci, kteří by dřív šli na podzim na vojnu.

Chlapci se učí jezdit na koni, aby z něho aspoň nespádli a banderium tak na koni dobře vypadalo. Král se učí zvlášť, opravdu intenzivně. Letos se jeho tatínkovi podařilo říct do televize: „Tady ten musí umět pořádně jezdit na kole.“ A jeho manželka se začala smát: „To by uměl dávno. Na koni, tatínku, na koni.“

Král je představen na krojovaném plese v únoru, kdy předává starý král vládu tomu novému. Oba jsou to chlapci ve věku maximálně dvanáct, třináct let. Byla jedna kuriozita, když jel z jedné rodiny už třetí král - dědeček, tatínek a syn. Pro rodinu je to do dnešních dní velká čest, když je vybrán král z jejich rodiny. Být králem, není laciná záležitost. Celkově to stojí jako dnes větší svatba. Krojovaný ples je veliká sláva. Vystrojené banderium přinese nového krále na tyči, pak si králové předají pomyslné žezlo. Starý král se uchýlí do ústraní a mladý se ujímá vlády.

Jak plyne čas, musí se začít s přípravami na hostinu. Rodina, příbuzní, známí, chystají vdolečky. Dost dopředu, aby se ty tisíce kusů zvládly udělat. Pečou se speciální vlčnovské koláčky, maso, připravují se zabíjačky. Hotové jsou i růže, ty si poberou většinou děvčata, která dělají galánky pro banderium, aby chlapcům pomohly koně ozdobit.

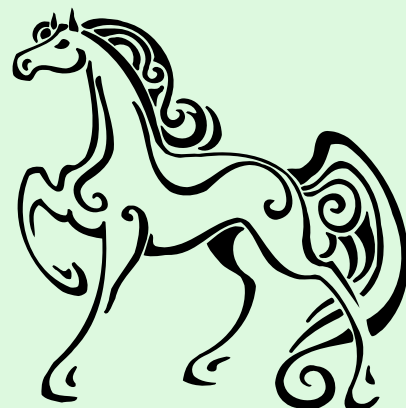
Banderisté jsou vybraní jako pomocníci krále. Jeden je řečník, vyvolávač. Musí si připravit svoji řeč, vše je veselé, tak mluví někdy hanlivě, někdy chválivě. Když nastane ten správný den, tak se banderisté a jejich galánky, stárky nebo kamarádky oblečou do krojů a jdou na velikou mši. Pak banderium vyzvedne doma krále, posadí ho na koně v ženských šatech s velkým svatebním věncem na hlavě a bílou růží v ústech, aby nemohl promluvit. Symbolizuje to jeho tajemnost.

Průvod vjíždí do Vlčnova, všude vykřikují svoje hesla. U prvního domu to začíná zvoláním: „Hýlom, hýlom...“ Někde u domečku třeba říkají: „U tohoto domečku stojí pumpa, že starý Matuš vychovával lumpa.“ U jiného: „U tohoto domečku můj koníček hlavu kloní, že tu bydlí děvčica k pomilování.“ Tak jdou přes celou vesnici. Hlavní vyvolávač má na čizmě přidělanou dřevěnou pokladničku podlouhlého tvaru a vybírá peníze: „Na krála, matičko, na krála, máme krála chudobného, ale velmi poctivého. Na krála, matičko.“ Jsou na vesnici, tak se lidé nechtějí nechat zahanbit. Banderium objedná Vlčnov a vrátí se do hospody, kde je pro ně připravená hostina.

Pak jdou všichni podle svého zájmu, zamíří třeba na hřiště, kde vystupují folklórní soubory.

Jízda králů je i u turistů oblíbená, přijíždí jich na tuto akci pod patronací UNESCO každý rok mnoho. Až z Ameriky krajané nebo jejich potomci. Velkým lákadlem je výzdoba koně, tak se každý snaží získat nějakou tu růžičku.

Věra Ličmanová



pokračování na straně 10

Máj. Karel Hynek Mácha

Byl pozdní večer – první máj – večerní máj – byl lásky čas.
Láska nemusí být jen v máji. Ona nás doprovází celým životem. Co já a láska? Vzpomínám, a nemám proč bych si stěžoval.

Moje první lásky. Bylo mně málo do dvanácti let. Ve škole jsme připravovali divadlo. Měl jsem hrát hlavní roli. „Pasáčekův sen“. Zamilovat se do princezny Aničky. Mně se však líbila její matka. Královna. Tu hrála žákyně Eva. Co dělat, láska si nevybírám. Než se děvčata domluvily, tak jsem se zamiloval do myslivce. Hrála ho Libuška.

Divadlo mělo velký ohlas. Děvčata se haštěřila, která má na „Pasáčka“ nárok.
První poučení a varování. S ženami to nebude tak snadné, jak jsem si myslel.

Byl jsem o rok starší. Nároky stoupaly. Zas ta láska. Zamiloval jsem se do paní učitelky. Vyučovala dějepis. Jak ta uměla krásně vyprávět. Když měla hodinu, já z ní nespustil oči. Snad jsem ani nedýchal. Byl jsem soustředěný na její kolínka, která vykukovala z její kratičké sukénky.
Pak mě zklamala. Vdala se za učitele matematiky, Jak já ho nenáviděl. Do prázdnin bylo po lásce.

Nastoupil jsem do odborného lesnického učiliště. Amor nelenil, jeho šíp lásky mě zasáhl přímo do srdce. Jaruška. Byla začkou deváté třídy základní školy. Poznal jsem ji v tanečním kroužku. Krásné děvče. Tmavé oči. Rudé rtíky. Úsměv. Začali jsme spolu chodit. Byl jsem obklopen růžovým obláčkem.

Chodili jsme spolu do kina. Do parku na procházku. Jednou jsme došli k lesnímu jezírku. Jmenovalo se „Srdíčko“. Stáli jsme proti sobě. Dívali se do očí. Měla je přivřené. Byl máj. Na obloze vycházel stříbrný měsíc. Bylo to jako magnet. Moje a její první pusa. Je tomu skoro sedmdesát let. Měli jsme se moc rádi.

Osud nám nepřál. Já odešel do hlubokých lesů Krušných hor. Ona se vdala. Zůstali jsme spolu přáteli několik dalších let. Jaruško. Na tebe nikdy nezapomenu. Byla jsi moje první láska.

Bylo to pár měsíců před nástupem na základní vojenskou službu, opět měsíc máj. Kouzelný máj. Kácení májky. V restauraci na Červeném hrádku hraje hudba. Taneční zábava, tam bych neměl chybět. Hudba, ženy, pivo a víno. U stolu sedí parta žen. Mezi nimi krásná paní.

Pracuje jako účetní v kanceláři lesního závodu. Senzační a krásná zrzka. Známe se. Hudba hraje krásný blues. Pokloním se před paní Soňou. Smím prosit? Ty prosit, zajíčku, nemusíš. Pluli jsme sálem jako na obláčku. Tančil jsem s ní ten večer několikrát.

Proč mi říká zajíčku? Uši mám normální. Tak jsem se po pár vínech optal. Začala se smát: „Pro mě jsi zajíček. Mezi námi je rozdíl. Já devětadvacet, ty devatenáct.“ Po tomhle, a půlnočním tanci, se optala, zda ji doprovodím domů. Měla v budově závodu pronajatý byt. Zachoval jsem se jako gentleman, doprovodil.
„Spát ještě nebudeme. Dáme si sprchu. Otevřeme lahvinku dobrého vína. Bude nám dobře, uvidíš.“
Bylo. V ranních hodinách jsem šel do svého pelíšku. Než jsem tvrdě usnul, vzpomenu na známé přísloví: „Kdo nepoznal zrzku, ten neví, co je láska.“ Gentleman nelže a hodně pamatuje.

Opět je máj. Lásky čas. V korunách stromu znovu a znovu hrdlička volá. Na polštář čtyřlístek padá.
Ona je krásná a mladá.
Zavoněl borový háj.
O lásce šeptal tichý mech.
Zazněl sladký vzdech.
Miláčku nepůjdem domů.
Zůstaň se mnou v obláčku.

Karel Pešťák



Drazí přátelé,
žijeme v době zahlcené hlukem a neklidem. Tento hluk často nepřichází jen z vnějšího prostředí, ale nosíme ho i v sobě.

Myšlenky, obavy a rozptýlení brání slyšet Boží hlas i pravdu o vlastním nitru. Ticho proto není útekem, ale i odvahou. Odvahou stanout před Bohem v pravdě, podívat se do svého nitra a díky Bohu nalézt usmíření, klid a pohodu. Stále ležím v nemocnici, deset týdnů jsem měl na celé noze sádru. A teď mám ještě ortézu. Stále tak často slyším zvýšený hlas. Většinou všichni křičí. Marně jim vysvětluji, že slyším dobře. A potom další silná hlasitost, většinou po celý den, televize. Kulisa, kterou sleduje jen nepatrné množství pacientů.

A přitom slyším, že se někteří pacienti vyjadřují, že se nudí, že je nic nebaví. A přitom ticho léčí. Ticho nás uklidňuje, ticho nám vytváří krásné prostředí, abychom načerpali sílu a energii, abychom navázali kontakt s Ježíšem Kristem. Ježíš se často modlil. Modlitba byla pro Ježíše duchovní pokrm, blízký vztah s nebeským Otcem.

Když se Ježíš modlil, vyhledával ticho. Modlitba nikdy není ztráta času, ale objevování jeho hodnoty. Modlit se znamená počítat s Bohem, brát vážně jeho přítomnost, uznávat jeho moc a důvěřovat mu. Modlit se, to znamená dávat se Bohu k dispozici, hledat jeho vůli odpovídat na jeho vedení v životě. Uvědomovat si, co pro náš život znamená, a děkovat mu.

Modlitbou, třeba i velmi stručnou, která není jen nějakým odříkáváním bezmyšlenkovitého, nesoustředěného projevu nějakého textu. Každá naše činnost má začínat pravdivou modlitbou našeho srdce. Buďme vnímaví, nechme působit Ježíše Krista, na náš pozemský život. Ježíš je stále s námi, ví o našich problémech, starostech. Jen my jsme často nechápaví, že Ježíš je tady, že Ježíš nám pomáhá, v našem životě. Jednadvacátá kapitola Janova evangelia nám popisuje nádherný příběh.

Učedníci se vydávají na lov ryb, ale celou noc se namáhají marně. Nechytili vůbec nic. Když začíná svítat a není ještě dobře vidět, kdosi jim na břehu řekne: „Hodte síť na pravou stranu...“ Poslechnou a v úžasu z toho, co se děje,

poznává jeden z nich v tajemném člověku Ježíše. Jako tehdy učedníci, i my máme mít při našich každodenních námahách stejnou citlivost, vnímavost, pokoru a touhu po Bohu.

Všechno v lidském životě začíná touhou. Touha je startovním impulsem našeho života. V Písmu jsme častokrát a v mnoha souvislostech povzbuzováni slovy: „Nebojte se!“ Vydeme-li na cestu s Ježíšem, octneme se na prahu velkého dobrodružství.

S překážkami, s nemocemi i s příslibem vítězství. Nevíme, co nás čeká zítra, za měsíc, za rok... Netušíme, jak se bude odvíjet náš život... A do tohoto života nám Ježíš klade na srdce: Nebojte se! Ať se vaše srdce v žádné situaci nechvěje a neděsí. Ale také říká: „Já jsem světlo světa, kdo mě následuje, nebude chodit ve tmě.“

To je nesmírně důležité upozornění. Ale jinde říká: „Vy jste sůl země. Jestliže však sůl ztratí chuť, čím bude osolena? K ničemu se už nehodí, než aby se vyhodila ven a lidé po ní šlapali. Vy jste světlo světa. Nemůže se skrýt město položené na hoře.

A když se svítlna rozsvítí, nestaví se pod nádobu, ale na podstavec, takže svítí všem v domě. Tak ať vaše světlo svítí lidem, aby viděli vaše dobré skutky a velebili vašeho Otce v nebesích.“

(Mt 5,13-16). Každý z nás má ochucovat život druhých lidí, máme svítit druhým lidem na cestu, aby i oni poznali tu správnou cestu s Ježíšem Kristem. Světlo má svítit dalším lidem (světlo má sloužit) - i sůl má „sloužit“ druhým. Sůl a světlo mají být pro druhé, jinak ztrácejí význam. Bez soli tělo chřadne a spěje k nemoci, brání rozkladu, dává chuť pokrmu. Tak máme jako Boží lid vydávat svědectví, to je úkol každého z nás. Společenství věřících má být příkladem pro druhé lidi, i když jsme mnohdy nedokonalí, chybní, i když se nám mnohé nedaří.

A pokud bude v našem nitru, klid a napojení na Ježíše Krista, bude se nám i tento úkol dařit.

Váš jáhen Pavel Urban



Rozloučili jsme se:

*Podušková Irena, Ing.; Froňková Nina, Mgr.; Stehlíková Jarmila;
Brejlová Zdeňka; Sojková Božena; Štulíková Radomila; Štauber Josef;*

1. DO KAŽDÉHO ŘÁDKU DOPLŇTE ALESPŮŇ TŘI DALŠÍ SLOVA, KTERÁ SE TAM VÝZNAMOVĚ HODÍ.

Meruňka, broskev, banán
 Mrkev, kapusta, rajče ...
 Lípa, bříza, olše –
 Housle, buben, trubka ...
 Drozd, kos, vrabec ...
 Treska, sled', žralok ...
 Tužka, pero, guma ...
 Holínky, polobotky, tenisky ...



3. Z PŘEHÁZENÝCH SLABIK POSKLÁDEJTE ZPĚT SPRÁVNÁ SLOVA. (např. CI STE VNÍ POU =POUSTEVNÍCI)

DO BE SE VĚ MÍ –	KO STI SLAD -
A KA BAT KRO –	VA MOS PRÁ SA –
ME RA KA MAN -	ŘI KU CE KU –
NÁ CHRA ZÁ ŘI -	VZE PŘED SE TÍ –
BY NA TOV U -	LA MENT PAR –

4. NÁSLEDUJÍCÍCH VĚTÁCH NAJDĚTE A PODTRHNĚTE NÁZVY HUDEBNÍCH NÁSTROJŮ. Slova mohou být ve větě schované kdekoliv – na hranici slov, uvnitř slova apod.

Salát u babičky byl hodně hořký.
 Chléb a salám zapíjím vždy mlékem.
 Ještě jsem neviděl nahou slepici.
 Samet rub kabátu nezdobí.
 Bulhar fandil japonskému závodníkovi.
 Ochutnejte hovězí vývar Hany Houkalové.
 Esmeralda se ho bojí.
 Milanovi se taky ta raketa líbila.
 Chci s tebou plout na Madagaskar.

7. UHODNETE NÁSLEDUJÍCÍ HÁDANKY?

- Nekousá, neštěká, a přece do domu nepustí. · Jen jedna řada zubů, a přece tuze kousá.
- Malý domeček plný koleček. · Patří ti to, ale ostatní to používají víc než ty. Co je to?

2. SLOVNÍ ÚLOHA – Pan Láznička jel na výlet do Plzně. Vyjel ráno v 8:40. Čekala ho cesta dlouhá 120 km. Prvních 60 km ujel za 1,5 hodiny. V kolik hodin přijede do Plzně, pokud bude dál pokračovat stejnou rychlostí?

5. K ZADANÝM ZAKONČENÍM DOPIŠTE CO NEJVÍCE SLOV, DÁVEJTE PŘITOM POZOR NA UMÍSTĚNÍ HÁČKŮ.

- ES:
- EČ:
- ĚD:
- EĎ:

6. DOPLŇTE ČÍSELNÉ ŘADY A KE KAŽDÉ NAPIŠTE DANÉ PRAVIDLO VÝPOČTU.

- 7, 14, 21, 28, 35,...
- 1, 2, 4, 7, 11, 16 ...
- 100, 93, 86, 79, 72, 65,...

VÝSLEDKY KLUB EINSTEIN

1. Jahoda, jablko, hruška..; okurka, paprika, petržel..; dub, buk, jasan..; flétna, klavír, pozoun..; datel, slavík, sýkorka..; velryba, delfín, želva..; propiska, fix, pastelka..; lodičky, balerínky, botasky..
2. Pan Láznička přijede do Plzně o 3 hodiny později – tedy v 11:40 hod.
3. sebevědomí, akrobatka, kameraman, záchranáři, ubytovna, sladkosti, samospráva, kukuřice, předsevzetí, parlament
4. tuba, basa, housle, trubka, harfa, varhany, hobo, kytara, loutna
5. např. pes, senoseč, vševěd, sled'
6. 7, 14, 21, 28, 35, **42, 49**..; 1, 2, 4, 7, 11, 16, **22, 29**..; 100, 93, 86, 79, 72, 65, **58, 51**..
7. zámek, pila, hodinky, jméno



Komu ADRAběh pomáhá?

Každý závodník platí startovné 300 Kč a i letos putuje výtěžek ADRAběhů na podporu dobrovolnictví, které má na starost 15 dobrovolnických center ADRA. Dobrovolníci a dobrovolnice věnují svůj volný čas a péči osamělým seniorům, dětem v dětských domovech, lidem s hendikepem nebo znevýhodněným dětem. Dobrovolníci věnují svůj čas zcela nezištně a zadarmo. Každoročně s námi spolupracuje s organizací ADRA kolem 3 000 dobrovolníků a dobrovolnic. Vybrané finance budou sloužit například k pokrytí povinného pojištění všech dobrovolníků, jejich proškolení nebo jejím supervizím.

Lidé svým pohybem a startovním podpořili dobrovolnictví, které se osamělosti věnuje. Přináší radost tam, kde chybí.

Přivádí společnost lidem, kteří už nikoho nemají a ukazuje, že na světě nejsme sami.

(adra.cz)



ADRAběh – osamělost není radost

Tento rok jsme se již popáté zúčastnili pravidelné benefiční akce, kterou pořádá ADRA, o.p.s.. S organizací ADRA dlouhodobě rádi spolupracujeme také při našich vlastních aktivitách – soutěžích, výletech i dobrovolnických dnech v našem domově – a jsme velmi vděční za jejich pomoc při zprostředkování dobrovolníků. Bez jejich podpory by se tyto aktivity uskutečňovaly jen velmi obtížně.

O to více nás těší, že jsme i letos byli pozváni na tradiční ADRAběh.

V minulých ročnících jsme se účastnili běhu v oblasti hostivařského lesoparku, letošní ročník se však konal na Branické louce. Počasí nám během cesty příliš nepřálo a zastihl nás mírný déšť, během samotného běhu už ale foukal pouze vítr. Absolvovali jsme trasu dlouhou 5 km, která vedla po opravdu skvělém povrchu vhodném i pro vozíčky. Klienti byli ze zážitku velmi spokojeni a už nyní se těší na další ročník.



Školák Kája Mařík

Jak Kája „vykuřoval“

Ve středu večer po Novém roce přišla Týna z lesovny k hajným se vzkazem: „Kájo, vzkazuje vzácná paní, když máš zítra do dvou školu, abys zašel k nám pro Zdeňu, že půjdete pak spolu pro svěcenou vodu a křídu. Já nemám kdy. Lakujeme podlahy.“

Když pospíchal Kája ve dvě hodiny ze školy, zalitoval, že nemůže rovnou do kostela. Vzal to trapem. Chyt' Zdeňu za ruku a už běželi.

V Lážově rovnou do sakristie. „Tuhle v koutě počkáš, až bude čas, řeknu ti,“ řekl Zdeně a dodal: „Slyšíš? Strejček kostelníkovic heká. To on nosí vodu.“ Šel k němu. „Kájo, doběhni na faru, že prosím o ‚hantuch‘, sůl, tácek a křídu,“ řekl kostelník. Kája vyvalil oči: „Hantuch, strejčku?“ „No, hantuch, sůl, tácek, křídu!“ Kája utíkal a v hlavě se mu honilo to docela nové slovo „hantuch“. Copak to asi je? Nic se mu to slovo nelíbilo. Ale doslova v kuchyni vyřídil. Potom přinesla tácek, křídu, sůl a — ručník. „Tak vida!“ myslil si Kája, „Tak hantuch je ručník.“

Pozdravil a zase běžel.

Po požehnání, které bylo po svěcení vody, vtáhla se do sakristie Zdeňka s bandaskou. Kája jí pošeptal, aby se postavila do kouta a čekala. Kája chtěl počkat, až pan farář odejde. Ale ten řekl: „Půjdeš se mnou do fary, Kájo! Ponesesh kadidelnu!“ „Panečku,“ myslil si Kája, plný blaha, „to budou kluci koukat, že on, prvňák, nese kadidelnu! A copak asi pan farář na faře s ní chce?“ Pan farář přehodil si přes rochetu plášť, Kája přeopatrně nesl kadidelnici, podíval se po Zdeně a pošeptal jí: „Jen tu počkej! Já pro tebe přijdu. Tamhle si sedni na židli!“ Zdeňka si sedla na měkce vyloženou židli v koutečku. Strejček kostelníkovic roznášel známým svěcenou vodu rovnou od hlavního vchodu.

Trvalo to jistě hodinu. Pak zamkl kostel a šel domů. „Však klíč od sakristie pan farář jistě vytáhl,“ pomyslíl si. Mezitím Kája chodil za panem farářem po faře. Pan farář se modlil, vykuřoval, vykropoval, do všech místností šli a jen si pořád myslil: „Kdyby takhle k nim do hajnovny šel pan farář taky vykuřovat. Ale kdepak! To není ani pomyslení. To jistě se smí jen na faře. Ale to by bylo tuze krásné, a maminka, panečku, ta by měla radost!“ Tak líbezně to po kadidle ve faře vonělo, zrovna jako v kostele. Ale jak se vraceli po

schodech ke kuchyni, řekl pan farář: „Ještě půjdeme vedle ke Cmíralům a Pařezovům, jako obyčejně.“ Teď už byl Kája nadobro zmaten. Tož nejen na faře, ale i u Cmíralů a Pařezů bude voněti kadidlo a pan farář tam bude psát na dveře K + M + B + 19**. A to jsou přece dva statky zrovna pod farou.

Jazýček v puse jen jen mu skákal. Musí se na to přeptati, nic to není platno. „Důstojný pane, to všude můžete vykuřovat, vykropovat a psát?“ „Jen tam, hochu, kde si toho výslovně přejí.“

„A což, důstojný pane, k nám byste nešel?“ s ohromným otazníkem v očích zeptal se Kája. Pan farář se jen usmál. „Proč bych nešel? Cesta je vyšlapaná, ale tvůj tatínek a maminka nic neříkali.“ „Ju, to oni by si ani netroufali, důstojný pane, kdepak! Ale já bych tuze prosil. Radost velikou by měli.“ „No což, půjdeme tedy.“

U Cmíralů vykuřoval a vykropoval pan farář i psal zrovna jako na faře. U Pařezů zrovna tak. A Tonda Pařezovic pošeptal Kájovi: „K vám jistě pan farář nepůjde, když nemáte statek.“ A Kája ho jen tak trošičku dloubl do zad a řekl: „Abys to věděl, půjde k nám pan farář rovnou tady odtud!“

Najednou v Kájovi hrklo. Vzpomněl si, že maminka povídala včera večer Týně: „Přesypám peřiny, Týno, to je hezká práce! Ještě že to mám kde dělat,“ ukázala na dveře do přístěnku. „Ale tam to vypadá! Nedopouštěj Pán Bůh, aby mi sem někdo přišel a chtěl se tam jít podívat!“

V Kájovi hrklo zase hned znova, protože si vzpomněl, co Týna odpověděla: „Leda, kdo by teď v zimě přišel! To my máme taky pěknou práci rozdělanou! Lakujeme dva pokoje. Vzácná paní to spočetla, nač by truhláři dávala takové peníze, když to dokážeme samy? Je to u nás jako při stěhování.“ „Tááák,“ řekl si Kája v duchu, a on zrovna chtěl poprosit pana faráře, aby taky zašel do lesovny. Pan farář, jak by kus jeho myšlenky znal, řekl hlasitě: „To už taky zajdem do lesovny.“ V Kájovi hrklo po třetí. — Nebylo přece nic divného, že při tom hrkání v Kájovi, při vzpomnutí na peří vysypané v neckách a řešatech u nich doma, při vzpomnutí na nábytek rozestavený v lesovně na chodbě Kája na Zdeňu docela zapomněl. Pan farář se cestou na leccos

ptal, Kája zdvořile odpovídal, a když si vzpomněl, jak Tonda Pařezovic, Terina Pachlovic, Vojta Brabencovic a ostatní kluci závistivě se po něm dívali, jak si on s kadidelnicí vykračoval, zase není divu, že v té velké chvíli na Zdeňu zase nevzpomněl. Zdeňa jako putička seděla na židli v koutku sakristie.

Židle neměla opěradla, byla vklíněna pěkně do koutka, že se Zdeňa pohodlně mohla opřít o ty navrstvené na sebe komže. Potom hlasitě práskly chrámové dveře a bylo naprosté ticho. „Teď už přijde Kája,“ řekla si Zdeňa trochu znepokojeně. Ale nešel nikdo.

Před oknem sakristie stará túje kladla těžké stíny do vysokého zamřížovaného okna. Zdeňa seskočila ze židle a nesměle popošla k těžkým dveřím. Sáhla na kliku, ale ta nepovolila. Kdepak Zdenina ručka a taková těžká, staromódní klika! Zdeně je úzko. „Nebojím se,“ říká si udatně. „Čehopak bych se bála v kostele?“

Ale přece je jí smutno. „Kde se jen Kája omeškal? Aby tu tak musila zůstat přes noc! Ale kdepak přes noc! Přece přijde strejček kostelníkovic zvonit klekání. Musí jít sakristií a ona poběží domů.“ Modlí se „Andělíčku, můj strážníčku“ a najednou se jí tolik zastýská, že začíná plakat.

A v tom štkavém, teskném pláči usíná.

Když o šesti hodinách večer maličko, nezřetelně slyší ve spánku předsváteční vyzvánění zvonů, zdá se jí, to že v Lážově po ránu v neděli klekání se zvoní. Zvonili, přece bylo před svátkem, na velké věži, a na tu se nešlo sakristií.

Sotva pan farář s Kájou došel na cestu vedoucí přímo k samotám, polekala se hrozně maminka hajných. „Kampak jde pan farář, je to přece on, zaopatřovat? Aby tak najednou se něco stalo v lesovně! Nebyla tam dnes celý den. Kdežpak by od toho peří mohla odběhnout? Ale, Bože na nebi, vždyť před panem farářem jde Kája! Ano, je to on, jde s kadidelnou. Ale s tou se přece zaopatřovat nechodí a — vždyť jako lesačka má výborný sluch. Zaslechla teď smích pana faráře. Přece kdyby šel s Pánem Bohem, ani nepípne, jen se modlí.“ Ale v tu chvíli bleskla jí hlavou myšlenka: „Že on, Kája, uprosil pana faráře, aby šel vykuřovat do samot! Nic jiného v tom není!“

A maminka hajná němě ruce spíná a dívá se na tu spoušť kolem sebe. Všude peří, samé peří, a ona bude musit i sem dveře otevřít, a to pan farář uvidí pěkný pořádek! Pan farář míří rovnou k nim. Zčerstva uvazuje na hlavu jiný šátek, bere jinou zástěru, vybíhá do dvorka a vítá pana faráře. Na Kájou se ani nepodívá, jen podotýká: „V přístěnku máme hrozný nepořádek, důstojný pane.

Přesypám peřiny.“ Ale pan farář už se modlí, vykuřuje, kropí, píše. Už stojí u těch nešťastných dveří do přístěnku. Maminka je pomalu otvírá, a Kájovi, který se hrne za panem farářem, dává žderchu do zad a šeptá mu tlumeně: „Pročpak jsi to neřek', že přivedeš pana faráře?“

„Ale radost má,“ myslí si Kája, „radost maminka má.“ Voní to hajnovnou jako v kostele a pan farář taková krásná písmena napsal na všechny dveře. „Půjdeme ještě do lesovny,“ usmál se pan farář.

A Kája zase už napřed. Hajná děkovala a pan farář pospíchal. V lesovně bylo, jak řekl pan lesní, když se o půl páté hodině odpolední vrátil z pily, „jen utéci anebo se zbláznit.

Člověk nemá kam si sednout, kam položit klobouk, flintu abych si na strop připíchl. Pan lesní si konečně našel jednu volnou židli, snědl si, co si přinesl, a protože přece jen nohy ho trochu bolely, chvíli poseděl.

Oknem se zadíval. Koho tamhle vidí? Propánakrále! Je sice už šero, ale to je lážovský pan farář a před ním jde Kája s kadidelnou. A že on, chlapec, poprosil pana faráře, aby šel vykuřovat na samoty! Už jo! Pan lesní měl ohromnou radost, když mohl jít k pokoji a říci hlasitě: „Maminko, návštěva jde a vzácná! Lážovský pan farář jde vykuřovat! Jde s Kájou! Ten bude koukat, jak mají v lesovně krásně uklizeno.“

Paní lesní zrovna nabrala si štětcem laku a zalibovala si: „Do večera to bude jako nic!“ Ale jak slyšela pana lesního, štětec plný laku nedonesla na podlahu. Spráskla ruce nad hlavou i se štětcem, ze kterého vystříkl lak nejen na její obličej a ruce, ale i na zástěru. A Týna, ta se lekla tak, že trhla rukou a porazila kelímek s lakem. Když viděla před sebou hustou louži drahého laku, začala ji zuřivě rozmazovat na prknech holýma rukama. A jak slyšela zaúpění vzácné paní, těma rukama plnýma laku přejela si hlavu od čela až ke krku. „Rány do hlavy, vzácný pane, sem žádný nesmí!“

Ale pan farář už je ve dvoře. Co s vámi? Pan farář půjde vykuřovat všude. Jak vás uvidí, poleká se k smrti. Hrůza z vás jde. Já vás musím někam zamknout. No, jinam ne než do sklepa. Honem, honem!“ Obě zmizely ve sklepě, pan lesní přibouch' dveře, otočil klíčem a šel uvítat pana faráře. Už nezaslechl zlověstný temný pád ze sklepa. Týna totiž v tom spěchu, když včera kamna čistila, bedýnku se sazemi hned na první schod ve sklepě postavila. Teď na to ovšem zapoměla. Paní lesní pospíchala první, zakopla o bedýnku, noha jí sjela, sklouzla po prvních

čtyřech schodech a posadila se pěkně jako do peří — do kupky sazí, které z přetočené bedýnky se vysypaly. Vykřikly obě. Ve sklepě byla tma. Týna si honem nevzpomněla, co to letělo. Volá: „Vzácná paní, co se to děje?

Kde, prosím jich, jsou?“ „Ale, holka, to jsem se lekla! Něco přede mnou letělo, v něčem sedím, copak jsi to sem nastrčila?“ Týna odpočetla čtyři schody vedoucí dolů: „Rozhazujou rukama, vzácná paní, abych do nich nevrátila. Aha, tu jsou! Copak to je? Safra, to jsem o něco kopl!

A já už vím, vzácná paní! To sedějí v sazích! Já je včera dala v bedýnce na schod, kopli do ní.“

„Týno, ty jsi — víš, co myslím, vid'š? Saze se dávají do sklepa? Do zad bys zasloužila!“ Zlobila se paní lesní a vstávala ze sazí. Týna ve tmě jí podala ruce a už paní lesní stála. A zase ta nešťastná bedýnka se k tomu natrefila. Týna na ni šlápla, bedýnka ujela po vlhkém kamení a teď padla do sazí Týna rukama a div ne obličejem.

„To je s tebou k zbláznění, Týno! Vidiš, kdybychom byly zůstaly prve chvíli stát, byly bychom se rozkoukaly. Hled'! Já už dobře vidím i bedýnku i saze.“ Šla do vedlejší chodbičky a Týna za ní. A jak se i v pološeru na sebe podívaly, hrůzou vykřikly. Týna zaječela: „Kdybych nevěděla, že jsou to oni, vzácná paní, bála bych se. No, to jsme seřízené!“ Paní lesní rukama plnýma sazí chtěla si shrnout vlasy s čela. Rozmazaný žlutý lak mísil se se sazemi a už i vlasy její měly strašlivou barvu.

Týna vůbec byla v obličejí hrozně začerněná. Zástěrou se chtěla trochu otřít, ale to si dala! Vlastní matka by ji nepoznala a s hrůzou by před ní utekla. Jak vypadá v obličejí, o tom měla slabé zdání, když se podívala na příšerně pomalovanou Týnu. Sedla si na obrácenou bednu a bědovala: „Holka, holka, vždyť my takhle nemůžeme na boží světlo!“ „Jen počkají, až pan farář odejde, obrátím si sukni přes hlavu, poběžím do kuchyně, přinesu hrnec horké vody a umyvadlo, umyjou se tady z toho nejhoršího.“ „Horké vody,“ opakovala smutně paní lesní. „Kdepak bys vzala dnes hrnec horké vody, když jsme v kuchyni od dopoledne netopily?“

„Ale až přijde Kája, vzácná paní, měla bych chuť povalit ho do těch sazí a pak mu namočit hlavu do té zkažené smetany. Nemoh' nám to povědět? Paní lesní měla opravdu ruce lakem a sazemi tak nalepené, že ani neuvažovala a ponořila je do hrnce. Byla by nejraději plakala, jaká je to škoda, a že je to hřích, povídala Týně, takhle s Božím darem zacházet, ale šplíchala se ve smetaně jen což. Nepozorovala, že by to pouštělo. Mrzutě oťřepala ruce a řekla: „Teď se musím utřít sukni.“

Zapomněla, že prve seděla v sazích a udatně si dřela obličej i ruce. Teď už ale sama Týna řekla: „Prosím jich, vzácná paní, už přestanou! Hrůza z nich jde. Teď je to ještě stokrát horší než prve.“ Mezitím pan lesní vysvětlil panu faráři ten neúklid u nich i to, že paní i Týnu zavřel do sklepa, protože strašně vypadají.

Pan farář všechno všude vykouřil, vykropil, napsal, a pan lesní ho šel vyprovodit. Usmál se na Káju a řekl: „Ty už jdi domů, Kájo! Kadidelnu vezmeš do Lážova zítra.“ Kája šel, ale nejraději byl by měl křídla, aby mohl vyletět nad vrcholky stromů a povědět ptákům, že oni nemají statek, že jsou jen hajnejch, a přece to dnes u nich voní zrovna tak jako v kostele, a na všech dveřích že pan farář jim napsal taková krásná písmenka. Zpíval si plným hrdlem: „My tři králi, my jdeme k vám, štěstí, zdraví přejeme vám.“ Nadešel si pánovic dvorem a pokračoval: „Štěstí, zdraví, dlouhá léta...“ když slyšel bouchání od pánovic sklepa. Přestal zpívat a usmál se: „Vzácný pán otočil jistě klíčem a teď vzácná paní s Týnou nemohou ven.“ Honem běžel otevřít, ale jak otevřel, vzkřikl strašlivou hrůzou a utíkal, jen se mu hlavička třásla. Utíkal jako dosud snad nikdy. „Vrazil do světnice: „Maminko, maminko! U pánů jsou strašidla! Já je pustil ze sklepa!“ „Poslouchej, chlapče, copak tě to napadlo nikomu nic neříct a obtěžovat pana faráře, aby šel na samoty vykuřovat? No, pěkné věci si o nás pomysli! — U pánů, myslím, také velkou radost neměli.“

Ale jak se blíž na Káju podívala, sama se lekla. Měl oči vytrěštěné, prudce oddechoval, a když se ptala už mírně: „Copak se stalo?“ on už ani souvisle mluvit nemohl, jen říkal: „Ma-ma-minko, stra-stra-strašidla ve sklepě,“ a dal se do pláče. „To se ti, chlapče, asi něco zdálo. Není strašidel... A kdepak máš džbán se svěcenou vodou?“ Ale Kája se díval tupě před sebe a celý se chvěl. Paní lesní s Týnou schovaly se do výklenku za skříň na chodbě. Pan lesní totiž odnesl klíč od kuchyně a ony nemohly dovnitř. Po hodné chvíli slyšely rychlé kroky, ale jen se otevřely dveře chodby a pan lesní zavolal: „Je tu Zdeňka?“

Paní vykřikla: „Není! Je asi v hajnovně. Honem nám dej klíč od kuchyně!“

Ale dveře zprudka zapráskly a ony osaměly znova. Pan lesní běžel k hajnovně. Volal z dálky: „Zdeňo, Kájo, Zdeňo!“ Vyběhla hajná. „Nebyla tu, vzácný pane, Zdenička dnes celý den. Kájo,“ obrátila se ke Kájovi, který pořád tak ustrašeně očima těkal z kouta do kouta, „kdepak je Zdeňka?“ „Zdenička!“ vykřikl Kája.

SETKÁNÍ SE ZVÍŘATY. S příchodem teplejšího počasí opět začala naše pravidelná setkávání se zvířaty. Navštěvují nás pejsci, kočky, morčata, slepičky i králíci, kteří vždy přinesou spoustu radosti a úsměvů. Tato milá setkání často připomenou vzpomínky na vlastní domácí mazlíčky a pro mnohé jsou skutečným pohlazením po duši. Srdečně vás zveme i v tomto měsíci – a to v pondělí 22. června.



Pravidelné vycházky do Milíčovského lesa.



Hudební podvečer na A3 – srdečně vás zveme na další, který se bude konat 2. června.





Taneční dopoledne – další milé dopoledne s Petrem Veletou.



BUBNOVÁNÍ – ke konci dubna jsme si vyzkoušeli novou aktivitu. Společně jsme objevovali svět rytmu, vyzkoušeli si perkusní nástroje irytmičké hrátky s vlastním tělem a nechyběla dobrá atmosféra se zvuky bubnů.



PÁLENÍ ČARODĚJNIC

U táboráku jsme si společně užili krásné odpoledne plné pohody, špekáčků a nealko piva. O skvělou atmosféru se postaral také náš oblíbený dobrovolník Pavel, který nám zahrál a zazpíval. Celé setkání se neslo ve velmi příjemné náladě a všichni si ho moc užili.



ČERVEN - ZAJÍMAVOSTI

Název měsíce

Slovo červen si pravděpodobně nejčastěji spojujeme s červenou barvou. Původně se však tento měsíc nazýval červný měsíc (většina českých názvů měsíců je odvozena od přídavných jmen) a jeho etymologie není zcela jednoznačná. Jedna z teorií vychází z toho, že právě v červnu a červenci dozrávají a červenají jahody, třešně i další plody či květiny. Jiný výklad spojuje původ slova s červy, kteří se objevovali v dozrávajícím ovoci. Další teorie pak odkazuje na sběr brouků nazývaných červci, který probíhal právě v červnu a červenci. Z těchto brouků se získávalo červené barvivo používané k barvení textilu. Dnes se využívá také v potravinářství a kosmetice.

SVATOJÁNSKÁ NOC

Svatojánská noc, slavená 23. června v předvečer svátku svatého Jana Křtitele, navazuje na dávné oslavy letního slunovratu. Už Keltové ji vnímali jako magický čas spojený s oslavou přírody. Svatojánská noc byla symbolem plodnosti, hojnosti, lásky i ochrany před zlými silami. Lidé věřili, že právě tehdy získává příroda největší sílu. Zatímco křesťanství později tradici spojilo se svátkem Jana Křtitele. Období nejdelšího dne v roce bylo odedávna považováno za kouzelné a plné tajemství, a proto se se Svatojánskou nocí pojí mnoho zvyků, pověr a rituálů vítajících léto, světlo a úrodné období.



ZAPALOVÁNÍ OHŇŮ

Oheň patřil k nejvýznamnějším symbolům Svatojánské noci, protože představoval sílu slunce a života. Lidé zapalovali ohně a shromažďovali se kolem nich. Často je zapalovali na kopcích a jiných vyvýšených místech, aby alespoň symbolicky dodali slunci sílu. Mladí lidé často přes oheň přeskakovali. Věřilo se, že skok přinese zdraví, štěstí a ochranu po celý rok. Pokud přes oheň skočil pár společně a pustil se až po dopadu, znamenalo to pevnou lásku a budoucí svatbu.

BYLINY SVATOJÁNSKÉ NOCI

O svatojánské noci se sbíraly léčivé rostliny, protože se věřilo, že během této noci nabývají kouzelných sil. Věřilo se, že je křtí svatý Jan Křtítel, proto je jejich léčebná moc mnohem silnější. Byliny se sbíraly těsně před

rozedněním nebo na pravé poledne v den sv. Jana Křtitele.

Sběr svatojánské kvítí je spojený také s hledáním lásky, jelikož se bylinky a květiny nasbírané o noci svatého Jana vyznačují takovou mocí, že mohou dívkám splnit jejich nejsilnější milostná přání. Traduje se, že se kvítí sbíralo o půlnoci a svobodná dívka, jež jej svíla do věnečku a položila pod polštář, pak ve snu uzřela mládence, který se měl stát jejím mužem.

Aby byl věneček mocný, musel být uvinutý z devatera kvítí.

Ve směsi svatojánských bylinek by určitě neměla chybět třezalka. Podle pověsti je právě třezalka spojovaná se sv. Janem Křtitelem. Jeho krev měla téct na květy třezalky, proto má třezalka na květech tmavé tečky. Když žluté květy třezalky rozemneme, obarví nám prsty načerveno.

Zdroje: <https://www.kudyznudy.cz/aktuality/kouzelnasvatojanska-noc-prichazi>, <https://www.prirodadokapsy.cz/blog/svatojanska-noc--tradice-a-soucasnost/>, <https://www.agronatura.cz/inspirace/svatojanska-noc-a-jeji-tradice>, <https://www.reflex.cz/clanek/zajimavosti/96884/jak-vznikly-nazvy-letnich-mesicu-proc-jsme-mivali-tri-cervny-a-proc-je-srpen-v-chorvatsku-uz-v-cervenci.html>



Zvířata ovládla velkou zahradu



Paní Petrová a fenka kavkazáka jsou kamarádky.

Je slunečno, ale trochu větrno. Ani to ale neodradí ty, kteří mají rádi zvířata, aby se s nimi přišli pomazlit do velké zahrady domova seniorů. Právě tady se pravidelně schází Eva Bukričová a její zvířecí kamarádi s klienty z Hájů.

Eva je energická, však jak píše na svých webových stránkách, se rodilá Pražačka přestěhovala do přírody, aby se s rodinou mohla na statku věnovat zvířatům. A dnes jich přivezla opravdu hodně. Vedle slepiček nebo třeba morčat je velmi oblíbený kavkazský pastevecký pes. Ten má pověst velmi ostrého hlídače. V Hájích se ale fenka Kleopatra nechala opečovávat. Paní Petrová ji s nadšením hladila. „Já měla domácího blbečka, on byl strašně hodnej, bylo mu šestnáct let. Bydlela jsem v baráčku s velkou zahradou, když jsme měli malé děti, chovali jsme králíky, slepice. Rádi si to zopakujete, vrátí se mi tak vzpomínky,“ svěruje se mi Zdenka Petrová. „Když to má kavkazák v hlavě srovnané, tak je schopný dělat i tyty věci. Je velmi dobrosrdečný,“ říká Eva Bukričová, jež stojí i za spolkem Setkávání se zvířátky, s projektem začala ještě v době, než vypukla pandemie koronaviru. „Musela jsem se sama vzdělávat, získat akreditaci, abych mohla dělat edukační programy. Připravuji je i pro školy, školky,“ říká Eva Bukričová.

Dnes jsou tu tři morčata, jedno krátkosrsté, dva jedinci s dlouhou srstí, dva králíci, jeden zakrslý beránek, dvě zakrslé slepičky, kohout a čtyři, jak říká Eva, holokrčky. Tedy drobné slepičky s holým krkem. Jsou to výborné nosnice, tady ale mají jiný úkol, nebát se lidí.

Jak je Eva vybírá? „Když koupím pětidenní kuře, je to o tom kontaktu, nesmí přijít dohromady s jiným slepicemi, musí se učit být kontaktní, učí se takzvaně na prst. Kupovali jsme i kořata,“ prozrazuje jejich cvičitelka a hned dodává, že kočičky tu teď nemá. „Pobyt venku by je rozptyloval, bereme je jen, když pracujeme uvnitř.“

Slepičky zobou v ohradce na trávě, zpevněný povrch mezi tím ovládla belgická ovčáčka, kterou si nadšeně hladí bývalý lesák Karel Pešťák. „Jezdím sem už dlouho, mám tady svoje staré známé, někteří znají třeba moji belgičanku opravdu od štěněte, jako právě pan Pešťák,“ uzavírá Eva Bukričová před tím než se klienti domova spolu s ní začnou naplno věnovat kontaktu se zvířaty.

Jana Hanušková

INFORMACE Z DOMOVA

Stravovací komise

Další stravovací komise budou **10. 6. a 24. 6.**
O schvalování nového jídelníčku budou členové stravovací komise předem informováni.



Schůzka důvěrníků
s vedením Domova
se uskuteční ve
středu 3.6. v 10:00
na sále.

KUŘÁRNA

S radostí oznamujeme otevření nového prostoru kuřárny v našem domově pro seniory. Kuřárna je nově umístěna v prostoru atriové zahrady, odkud je do ní pohodlný přístup, a během dne bude nepřetržitě k dispozici všem. Při vytváření tohoto prostoru jsme mysleli především na pohodlí, klid a možnost příjemného setkávání. Věříme, že nová kuřárna nabídne příjemné místo k odpočinku i společným rozhovorům.

SETKÁNÍ SE ZVÍŘATY

V teplejších měsících se opět každý měsíc budeme mít možnost setkat se zvířaty v zahradě. Tento měsíc se uvidíme 22. června.

PROCHÁZKY DO MILÍČOVSKÉHO LESA

S teplejším počasím jsme již zahájili společné procházky do Milíčovského lesa, kam budeme vyrážet (s ohledem na počasí) každé pondělí ve 13 hodin od vrátnice. Pokud potřebujete doprovod, nejdříve se, prosím, obraťte a domluvte s aktivizačním pracovníkem.



Červen



Kozoroh - 22. 12. – 20. 1.

Cítíte větší citlivost a všechno na vás doléhá intenzivněji. Zpomalte a dopřejte si prostor bez tlaku na výkon. S klidem.



Vodnář - 21. 1. – 20. 2.

Něco vás nutí být neustále v pohybu. Vědomě si dopřejte klid bez pocitu viny. Právě to vám pomůže srovnat se. Do toho.



Ryby - 21. 2. – 20. 3.

Ignorujete únavu a jedete dál. Zastavte se dřív, než vás tělo zastaví samo. Signály přicházejí včas, stačí jim naslouchat.



Beran - 21. 3. – 20. 4.

Berani, pijete málo a objevuje se únava i nesoustředěnost. Zařaďte pití jako pevnou součást dne. Tělo se srovná.



Býk - 21. 4. – 21. 5.

Některé situace ve vás spouštějí silné reakce. Zastavte se a zkuste oddělit minulost od přítomnosti. Přemýšlejte.



Blíženci - 22. 5. – 21. 6.

Myšlenka na změnu se vrací a nedá se ignorovat. Cítíte, že vás současná situace nenaplnuje. Změňte to.



Rak - 22. 6. – 22. 7.

Reagujete silněji, než byste chtěli, a překvapuje vás to. Zkuste si dát odstup, než odpovíte. Krátká pauza vám uleví.



Lev - 23. 7. – 22. 8.

Máte pocit, že byste měli zvládat víc. Pusťte tu představu a zaměřte se na to, co je důležité. Úleva přijde okamžitě.



Panna - 23. 8. – 22. 9.

Držíte se představy o člověku, která neodpovídá realitě, ale je pro vás příjemnější. Přijměte skutečnost, do toho.



Váhy - 23. 9. – 23. 10.

Někdo vás zkouší a testuje hranice. Reagujte klidně, ale pevně, bez zvyšování hlasu. Důslednost je vždy lepší než emoce.



Štír - 24. 10. – 22. 11.

Máte pocit, že nemáte rytmus. Vytvořte si jednoduchý plán dne, který vás nebude svazovat. Získáte potřebné ukotvení.



Střelec - 23. 11. – 21. 12.

Máte pocit, že už nemáte co dávat. Přestaňte se nutit do výkonů a stáhněte se. Ticho uklidní a pomůže víc než aktivita.