

HÁJEK

leden
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.**

Horák Emil, Ing.

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 Petrlíák,
Dagmar Zavadilová, ředitelka DS,
ve spolupráci s klienty DS.

DOMOV
PRO SENIORY
HÁJE

PRA
HA
GUE
PRA
GA
PRA
G

1. Proč zvolil spisovatel Eduard Schmidt (*1.1. 1888 - †2.10.1946) pseudonym BASS?

- a) Protože měl postavu připomínající basu.
- b) Protože měl hluboký hlas.
- c) Protože rád recitoval básně.

2. Ve které vesnici se narodil 4. ledna 1874 hudební skladatel Josef SUK?

- a) Křenovice.
- b) Křešice.
- c) Křečovice.

3. Ve které šlechtické rodině působil Karel ČAPEK (*9.1.1890 - †25.12.1938) jako vychovatel?

- a) Lažanských.
- b) Landštejnů.
- c) Lamberků.

4. Čím se vyučil zpěvák Michal TUČNÝ (*11.1.1947 - †10.3.1995)?

- a) Řezníkem.
- b) Prodavačem.
- c) Kuchařem.

5. Ze které věznice se nesnažil uprchnout vězeň Jiří KAJÍNEK (*11.1.1961)?

- a) Pankrác.
- b) Mírov.
- c) Valdice.

6. Na kterém zámku se stará o zámecký park botanik Václav VĚTVIČKA (*13.1.1938)?

- a) Lány.
- b) Konopiště.
- c) Štiřín.

7. Ve které umělecké oblasti vynikala spisovatelka Joy ADAMSONOVÁ (*20.1.1910 - †3.1.1980)?

- a) V malířství.
- b) V baletu.
- c) Ve hře na loutnu.

8. Ve kterém klubu hrál většinu své kariéry fotbalista Ladislav VÍZEK (*22.1.1955)?

- a) Slavie.
- b) Dukla.
- c) Bohemians.

9. Kterou filmovou cenu nezískal herec Ivan JANDL (*24.1.1937 - †21.11.1987)?

- a) Oskar.
- b) Zlatý glóbus.
- c) Zlatý medvěd.

10. Jak zní přesný název knihy Magdalény Dobromily Rettigové (*31.1.1785 - †5.8.1845)?

- a) Mařenčin košíček.
- b) Mařenčin hrníček.
- c) Mařenčin talířek.

Vážení čtenáři a luštitelé,
na otázky z prosincového kvízu
odpovědělo 27 čtenářů.

Deset správných odpovědí měly

**Marie Blažková, Ing. Marie
Černohorská, Danuše Hrubá,
Irena Krátká, Tým B0, Tým A3.**

Devět správných odpovědí měli

**Ilona Bednářová,
Přemysl Červenka,
Jan Sedlmayer a Tým B1.**

**Osm správných odpovědí neměl
nikdo.**

GRATULUJEME!!!

Nejvíce vás potrápila otázka
č. 4. a 7.

**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 - Edvard Beneš.
- 2) A - Svatá noc.
- 3) B – Váleček.
- 4) C - 6. prosince.
- 5) B - V Izraeli.
- 6) A – Suchý a Šlitr.
- 7) C – Ve Stavovském divadle.
- 8) B - Železná, bronzová,
stříbrná, zlatá.
- 9) A - Alžběta (Eliška)
Pomořanská.
- 10) C - Štěstí a děvčatům na
vdávání předpovídala
svatbu.



3. 1. středa 10:00 SÁL

DŮVĚRNÍCI

Lednové setkání zástupců obyvatel s vedením domova.

3. 1. středa 14:00 SÁL

HUDEBNÍ KLUB

Přijďte si poslechnout krátký medailonek o zpěváku Karlu Černochovi a připomenout si jeho písně.

8. 1. pondělí 10:00 SÁL

TANCE V SEDĚ

Zveme vás na aktivní setkání s dětmi ZŠ Campanus a tanečníkem Petrem Veletou. Nechte se unést rytmem a strhnout do víru tance a pohybu.

10. 1. středa 14:00 SÁL

KONCERT

Zveme Vás na koncert projektu Mise naděje, která zprostředkovává pomoc a naději těm, kteří na ní sami nedosáhnou.

14. 1. neděle 13:30 KAPLE

DUCHOVNÍ ZASTAVENÍ PRO KAŽDÉHO

Téma: Nový rok a nový začátek

Společné zamyšlení s duchovním Jaromírem Pachlem z Církve bratrské – Šeberov.

17. 1. středa 10:00 SÁL

SETKÁNÍ S TAJEMNÝMI SOVAMI

Přijďte se podívat na přednášku a ukázkou sov z rodinné záchranné stanice Penthea, která funguje a pomáhá dravcům již bezmála 25 let.

24. 1. středa 14:00 SÁL

PAMÁTKY VE STÍNU I.

Zveme Vás na další přednášku paní Stanislavy Mickové na téma památky ve stínů, část první.

25. 1. čtvrtek 10:00 ERGOTERAPIE

BÁBOVKY

Oslava lednových narozenin našich obyvatel.

26. 1. pátek 10:00 SÁL

CIRKUS SENIOR

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

28. 1. neděle 14:00 KAPLE

DUCHOVNÍ ZASTAVENÍ PRO KAŽDÉHO

Téma: Naše bolesti vzal na sebe

Společné zamyšlení s nemocničním kaplanem Matějem Hájkem z Církve bratrské - Šeberov.

31. 1. středa 14:00 SÁL

DERBY PRAŽSKÝCH S

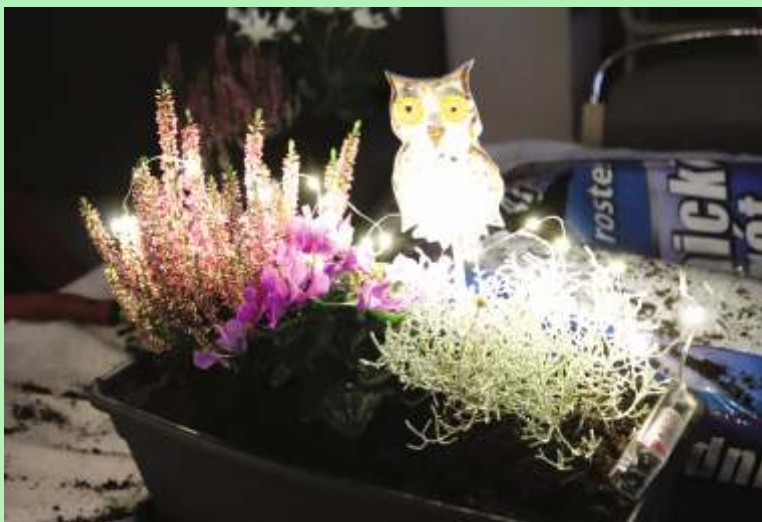
Pražské derby je název pro fotbalové utkání mezi AC Sparta Praha a SK Slavia Praha. Pojdte si s námi projít momenty z těchto legendárních utkání, která i po letech jsou sportovní událostí č. 1. Programem nás provede Lucie Blahoňovská.

Milí čtenáři, milí zahrádkáři,

rády bychom vás přivítaly v novém roce 2024. Přejeme vám vše dobré, hodně zdraví, hodně štěstí a zahrádkářských úspěchů v novém roce.

Jak se nám povedly truhlíčky?

V listopadu loňského roku, jsme si vysázeli do truhlíků podzimní květinovou dekoraci na naše balkony a tím jsme uzavřeli náš zahrádkářský rok. Myslíme si, že truhlíčky se nám podařily a budou nám dělat radost až do jara.



Exotické ovoce

Leden je již druhý zimní měsíc a je tedy zapotřebí doplňovat vitamíny více než jindy. Naše dary přírody v těchto zimních měsících odpočívají, ale my se nemusíme bát o své zdraví, protože mnoho vitamínů najdeme pro nás v exotickém ovoci.

Pomeranče

Rostlina ze subtropických hraničních oblastí a Vietnamu. V 15. století byl do Evropy dovezen portugalskými obchodníky a záhy po objevení Ameriky i tam. Plody jsou kvalitním zdrojem vitamínu C a konzumují se čerstvé, kompotují se nebo lisují na osvěžující šťávu. Téměř 90% produkce pomerančů je průmyslově zpracováno. Ze slupek se získává pektin a hlavně esenciální oleje, které slouží k aromatizaci potravin a v kosmetice, v menší míře se používají v lékařství k výrobě tinktur. Květ se pro jeho vůni a chuť používá jako upravující složka řady čajových směsí. V lidovém lékařství se užívají

okvětní plátky svařené se solí k uklidnění nervů, proti astmatu, vysokému tlaku, horečce a zvracení, svařené s cukrem proti nechutenství.

Papaja

Pochází ze Střední Ameriky. Plody se konzumují syrové nebo kompotované, připravují se z nich džemy i ovocné nápoje, přidávají se do ovocných salátů, vaří se z nich „zelí“. Využívá se také jejich semen, která se používají jako náhražka pepře. Mladé listy se konzumují jako špenát. Latex, který je obsažen v celé rostlině, se usuší. Enzym papain podporuje trávení a má i protizánětlivé účinky. Používá se v lékařství, při výrobě žvýkaček i v kosmetice. Semena jsou známým lékem (i preventivním) vyhánějícím hlísty a abortivem (prostředkem vyvolávající potrat). Papája se nedoporučuje v těhotenství a době kojení.

Dračí ovoce

Rostlina pochází z Asie. V současné době se hojně vyskytuje v subtropické části Severní Ameriky. Jde o poměrně velký kaktus, jehož výhony mohou dosáhnout až šestimetrové délky. Květy smetanové barvy se rozvíjejí pouze v noci. Chuť připomíná meloun nebo kiwi a je jemně nasládlá. Dužina je nízkokalorická. S dužinou jsou pojídána i početná drobná semena, která mají oříškovou chuť a jsou bohatá na tuky. Pokud ale nejsou rozžvýkána, procházejí trávicím traktem neporušená. Plody jsou používány v Americe domorodci na výrobu džusů nebo na víno. Domorodci též jedí květy, nebo z nich připravují čaj. Ovoce se konzumuje syrové, nicméně je vhodné též k přidání do ovocných salátů, smoothie nebo jogurtů. Nejlepší chuť mají zralé plody, které se poznají tak, že jsou měkké a sytě zbarvené. Obsahují hodně železa, vápníku a fosforu. Dále obsahují vitamíny B, C, E, antioxidanty jako je betacyanin a fenolové sloučeniny. Snižují hladinu kyseliny močové v krvi a jsou tak prevencí dny. Olej v semenech má projímavý účinek. Pyl je zkoumán pro obsah polyfenolů a jejich protinádorové účinky.

Granátové jablko

Granátovník obecný je opadavý keř rostoucí hlavně ve Středomoří. Rostlina má sytě červené květy. Plody připomínají malé míčky s korunkou. Z plodů se konzumuje dužina, která obaluje každé jednotlivé semínko a tak vytváří hranaté útvary, které připomínají svou barvou a tvarem nám známé polodrahokamy české granáty. Dužina se odšťaví a vzniká tak lahodná šťáva. Granátová jablíčka obsahují širokou škálu vitamínů A,B,C,E. Jsou v nich zastoupeny i minerální látky fosfor, draslík, mangan, křemík, hořčík, zinek a vápník.

Karambola

Strom a tedy i plody karambola neboli čínská hvězdice pochází z oblasti Malajsie, Číny a Indie. Nejčastěji se jedí čerstvé v exotických ovocných salátech nebo jako ozdoba pohárů a nápojů. Plod obsahuje mnoho kyseliny šťavelové, proto by neměli toto ovoce konzumovat lidé s omezenou funkcí ledvin.

Avokádo

Když si koupíme avokádo, asi netušíme, že je plodem statného stálezeleného stromu z Jižní a Střední Ameriky. Strom dorůstá do výše dvaceti metrů a může se dožít až sto let. Plody hruškovitého tvaru se používají jak v gastronomii, tak v kosmetice. Avokádo obsahuje hodně tuků, vitamínů A,B,E,G (známe jako vitamín B2) a také mnoho minerálních látek, ze kterých jmenujeme železo. Ze zelené vyztřelé dužiny plodů se nejčastěji dělá lahodná pomazánka.

Recept na pomazánku:

1 vyztřelé avokádo, 1 pomazánkové máslo (nebo lučinu nebo žervé), 1 stroužek česneku, trochu citronové šťávy, trochu soli a špetku pepře. Vše rozmačkáme a zamícháme. Mažeme na chleba nebo veku.

Co nás bude čekat v následujícím měsíci? Předpěstování sazenic rajčat a paprik.

Pěstování zdar!

Ella a Lucie



Andalusie



Granada

Andalusie (španělsky Andalucía), plným názvem Autonomní společenství Andalusie, je nejlidnatější a druhé největší autonomní společenství a historické území na jihu Španělska při pobřeží Středozemního moře a Atlantského oceánu. Metropolí regionu je Sevilla. Název Andalusie pochází z arabského „Al Andalus“, což bylo označení části Pyrenejského poloostrova pod arabskou nadvládou. Tento termín byl odvozen od Vandálů, kteří oblast osídlili na přelomu 4. a 5. století. Podle nalezišť v této provincii byl pojmenován minerál andalusit. Andalusie byla už od nejstarších dob nejúrodnější částí Pyrenejského poloostrova s vyspělým zemědělstvím a městskými středisky.

Ve starověku byla oblast osídlena iberskými kmeny, na pobřeží se nacházely obchodní kolonie Féničanů – například Hyspalis (dnešní Sevilla) či Gades (Cádiz), kteří v Andalusii ve zdejších bohatých dolech těžili zlato a stříbro. Andalusie hraničí na severu s Extremadurou a Kastilií – La Manchou, na východě s Murcií, na jihu se Středozemním mořem a Gibraltarem, na jihozápadě s Atlantským oceánem, a na západě s Portugalskem.

Na sever Andalusie zasahuje pohoří Sierra Morena, na východě Sierra de Segura, na jihu pohoří Cordillera Penibética se Sierrou Nevadou. Podél řeky Guadalquivir se rozkládá nížina. Přírozenou hranici s Kastilií – La Manchou tvoří průsmyk Despeñaperros. Andalusie se od roku 1833 člení na 8 provincií zavedených Javierem de Burgos: Almería, Cádiz, Córdoba, Granada, Huelva, Jaén, Málaga, Sevilla.



Granada



Literární dílna

Ten kopeček byl velmi mírný – Karel Pešťák

Je leden. Včera padal sníh. Dnes je trochu mrazivo. Obloha je modrá a v záři slunce se všechno třpytí.

Pojedu si na Klínovec zalyžovat. Vyndám auto z garáže a připevňuji na střechu lyže. Sousedka jde asi nakoupit. Pozdravíme se a ona se mě ptá, zda bych ji někdy vzal na lyžování s sebou. Lyžovat že moc neumí, ale chtěla by se to naučit.

Proč ne. Někdy se dohodneme. Třeba příští sobotu. Pojedeme na lyžařské středisko na Klínovci. Tam jsem ještě nebyla, řekla.

V sobotu opět krásný den. Dáme lyže na auto a vyrážíme. Když uviděla sjezdovku, tak málem padla do mdlob. Tam já nejdu ani za tisíc korun. Já se jdu někam projít a počkám, až pojedete domů. Proto jste sem snad nejela. Mám pro vás návrh. Asi jeden kilometr je vesnice Loučná. V okolí jsou mírné kopečky. Je tam klid. Není tam moc lidí. Pro začátečníky dobré místo. Vzali jsme lyže na ramena a šli do Loučné.

Místo, které jsem vybral, byl velmi mírný kopeček. Byla to dlouhá a široká louka s protisvahem. Stráň byla přehledná a volná. Jen asi v polovině svahu stál opuštěný strom jeřáb a vedle hromada suchých větví.

Sousedka si připjala lyže. Upravila si čepici a šálu. Přejela malovátkem rty. Natáhla rukavice. Řekla a co bude dál.

Nejprve jsem ji seznámil se základní lyžařskou technikou. Jaký má mít postoj. Jak brzdit, zatáčet, a v krajním případě padat do sněhu a vstávat.

Když na moji otázku pravila, že je připravena, tak jsem ji uchopil za zadeček a mírně postrčil, aby dostala správný směr.

Rozjela se. Ve třetině kopce se začala divně chovat. Lyže od sebe. Hůlkama mávala kolem sebe. Změnila směr. Rovnou k opuštěnému stromu. Na nic jsem nečekal. Hurá za ní. Vypadalo to, že do stromu nenarazí. Projede těsně kolem.

Jak jsem se mýlil! Když přijížděla ke stromu, natáhla ruku i s hůlkama a snažila se chytit kmene. To se podařilo, ale od stromu odletěla přesně do místa, kde byly ty spadlé suché větve. To jsem byl již

u ní, ale pozdě.

Ležela na zádech. Oči zavřené. Zdálo se, že nedýchá. Má asi vyražený dech. Rozepnul jsem jí větrovku a začal oživovat. Nejprve stlačit hrudník. Tempo 100 – 120 stlačení za minutu.

Přidal i dýchání do úst. Třicet stlačení a pak dva vdechy. Chytila dech. Byla zmatená, trochu poškrábaná od těch větví, ale dýchala.

Zavolala jsem mobilem horskou službu. Naložili ji na saně a odvezli sanitkou do nemocnice na vyšetření. Vrátila se druhého dne.

Když jsem ji potkal, tak jsem se omlouval. Smála se. Je to dobré, pane Karel. Pár škrábanců a modřin. Škoda, že si nepamatuji, jak jste mě oživoval. Lyžovat chodit nebudu. V létě, až porostou houby, mě můžete pozvat. V létě když padnu, tak jedině do zeleného mechu. Již v únoru se ptala: „Už rostou houby? Já se nemohu dočkat.“ A zase se smála. Na houby jsem ji nevzal. To by druhý den věděla samoobsluha i řezník.

Labutí jezero – Marie Vaňková

Šly jsme tenkrát po modré značce a ta nás zavedla k malému hájku, kde rostlo několik malých břízek a opodál dva statné stromy, krásná borovice a stříbrný smrk. Borovice rozkládala své mohutné větve a z dálky to vypadalo, jakoby chránila své děti, které se právě chystaly ke svému polednímu tanci na oslavu krásného dne, a její druh stříbrný smrk jim do tance hrál svými zvonky – šiškami, které se i ve vánku chvěly a vydávaly tichý zvuk. Zůstaly jsme obě stát a připadaly si jak ve snu. Naše představivost pracovala na plné obrátky, neboť nedaleko byl malý rybníček zarostlý rákosím a za ním se objevila hlava statného jelena, který nás pozoroval. Byly jsme jako v divadle na představení Labutího jezera. Zakleté labutě – břízky tančily u jezírka svůj taneček a zpovzdálí je pozoroval princ - jelen, který je přišel vysvobodit. Stály jsme chvíli v úžasu, než nás vyrušil křik sojky, která vysílala varování všem lesním ptákům i ostatním, že se blíží nebezpečí. Nad našimi hlavami se objevil veliký pták, který se tu náhle objevil, kde se tu vzal a kdo to byl? Náhle se objevili i dva muži a jeden zamířil puškou na ptáka a vystřelil, ten po několika vteřinách padal k zemi, ale nebyl mrtvý, jak jsme se zanedlouho dozvěděly. Byl to orel bělohlavý, který uletěl z nedalekého zooparku a dva muži byli pracovníci parku, kteří ho jen uspali a pak převezli zpět do zooparku, kam patřil. Uletěl ošetřovateli, který ptáky krmil, z klece. Asi se chtěl proletět a podívat se někam dále do světa, ale uletěl jen asi dva kilometry a zastavil se nad lesíkem a tam ho našli pracovníci zooparku, neboť měl na nožičce přidělaný malý vysílač, a to byl konec jeho výletu a konec našeho očarování. Byly jsme zase zde na zemi a ne v naší fantazii. Vydaly jsme se dále po modré značce, až jsme došly do vesnice, kde jsme se zastavily v malé hospůdce na malé občerstvení. Pak jsme pokračovaly dále k autobusové zastávce. Přijel autobus a my nastoupily a on nás odvezl zpět do našeho bydliště. Když jsme vystupovaly, uviděly jsme na zdi poblíž kina plakát, že v divadle nedalekého města hrají Labutí jezero. Obě jsme se rozesmály, vzpomněly jsme si, co jsme nedávno ve své mysli prožily. Asi jsme kolemjdoucím připadaly jako blázni.



Domácí motýl – Marie Vaňková

Domácí motýl se uvelebil na svém obvyklém stanovišti. Málokdy se usmál a nikdo to nikdy neslyšel. Ale někdy se i posmíval. Jeho obvyklé místo bylo na košatém ibišku, který stál u okna a byl z něho krásný pohled ven do parku, kde krásně kvetly stromy a keře a z malého kulatého bazénku tryskala voda a její kapičky ve slunci zářily jako drahokamy. Na pískovišti si hrály malé děti a větší obsadily malý kolotoč, a dvě houpačky také nezůstaly prázdné. Na lavičkách kolem seděly babičky a maminky a dávaly pozor na své svěřence.

Tu zaujalo motýla něco jiného - uviděl ptáka, jak někoho sleduje a pak prásk a bum! Do okna narazila velká moucha, svalila se na parapet, nožky nahoře a klid, ani se nehnula. Tu se v rohu parapetu, kde byla malá pavoučí síť, objevil malý pavouk, ale když uviděl, co mu zde přistálo, rychle zalezl zpět, na takovou svačinku si netroufl. To se již moucha pomalu probírala k životu, nožkami trochu zahýbala, pak víc a víc a pak se s velkým úsilím obrátila. Byla ještě otřesena, ale pomalu se dostávala do normálu, oklepala se a frrr pryč.

Ještě že bylo okno zavřené, to by to asi dopadlo jinak pro posměváčka motýla, neboť seděl na větvičce rozkvetlého ibišku poblíž místa, kam moucha narazila do skla. Motýl se otrásl, když si uvědomil, co ho mohlo potkat, otřel z čela pot a tradá do svého budoáru, kde se napil z malé misky s vodou, otřel sosák a zhluboka si oddechl, že to takhle dopadlo. Miska s vodou stála v květované krabici na polici mezi spoustou květináčů s nádhernými květy, tam mu bylo nejlíp.



Drazí přátelé,

stojíme před dobrodružstvím nového roku a nevíme, jaký bude, co nás čeká, co čeká i naše blízké, přátele, kamarády. Často nás zahlcují otázky, na které nejsme schopni vůbec odpovědět. Běh kolem nás je jako řeka, voda, která je pryč, je naše minulost, voda, která je za námi, je ta neznámá budoucnost, a my můžeme registrovat jen tu vodu, kterou teď prožíváme, to znamená přítomnost. Tu vodu, která je pryč, už nezachytíme, jen můžeme vzpomínat, jak byla příjemná, jak jsme ji prožili. A voda, která je za námi, ta, která teprve přiteče, na tu můžeme s dychtivostí čekat. A je jen na každém z nás, jak ji přivítáme. Jestli to bude s radostí, s optimismem, a nebo smutně s pesimismem. Vždy záleží, jak se rozhodneme, jak přijmeme výzvu, jak prožít další dny svého pozemského života. A Ježíš nám dává úžasnou nabídku: Pojď za mnou, já jsem východisko z každé životní situace, i kdyby byla nesmírně náročná, lidsky neřešitelná. On nás vybízí, abychom pochopili, že on je naděje pro každého člověka, i kdyby měl jakoukoliv minulost. On je cesta, pravda a život. A Bůh nám dal svobodu, abychom se mohli rozhodnout podle svého uvážení. Mnozí lidé podotknou, nemám dostatek informací, abych se mohl nějak rozhodnout. Anglický matematik a filozof Bernard Russel podrobně vyložil, proč nemůže věřit v Boha. Jeden z jeho přátel se ho žertem zeptal, co by pan profesor řekl, kdyby se mu mělo přece jenom stát, že by se po smrti ocitl tváří v tvář Bohu. Russel odpověděl: „Řekl bych mu Pane, neposkytl jste nám o sobě dost důkazů.“ - Mnoha lidem dnešní doby je tato odpověď velmi blízká. Mají pravdu? Určitě tomu tak není. Na příklad: Hodinový strojek nevzniká „sám od sebe“. V hodinách je vtěleno příliš mnoho inteligence, než aby mohly povstat „náhodou“. Jsou sestrojeny plánovitě: hodinové pero, kamenná lůžka, kolečkové převody, vzájemné zapadání koleček... To vše ukazuje, že tu někdo myslel, že je to v základě plán, kde je plán, musí někdo myslet - plánovat. Ale právě s tímto plánem se setkáváme v celé přírodě. Buňka - geniální

chemická laboratoř...
Okno - dokonalý automatický přístroj...
Leteckotechnické vymoženosti ptáků a hmyzu...
Vzniklo celé nové odvětví vědy - bionika - která využívá divů přírody pro techniku.
Svět je plný moudrosti, řádu a plánu. Kde je moudrost, musel někdo myslet. Dostáváme se tak k pojmu nekonečné inteligence, k Bohu. Živé poznání Boha nastává v modlitbě. Zde prožívám Boha jako přítomného, který skutečně existuje. A k tomu nám může pomoci nádherná modlitba: „Pane, já tebe neznám, ty mne znáš dobře. Obracím se k věcem, které se dají ověřit smysly a rozumem. Chci mít všechno jisté, zaručené, prozkoušené. Tebe není možné vidět, není možné se tě dotknout rukama. A přece jen ty můžeš způsobit, abych byl šťastný - když s tebou začnu opravdu počítat. Dej mi prosím, abych měl takovou vnímavost, abych mohl, abych mohl věřit v tebe, neviditelného. Staň se pro mne jistotou, o kterou se budu moct opírat ve chvílích radosti i smutku.“
Přeji Vám všem hodně zdraví, klid a pohodu ve vašem nitru, dobrotu a lásku kolem sebe, život Bohu milý.



Váš jáhen Pavel Urban

Rozloučili jsme se:

Brousilová Libuše, Ponertová Kamila, Smetanová Zdenka, Vovsová Dagmar.



1. DO KAŽDÉ VĚTY, JAK SE HODÍ, DOPLŇTE NÁZEV JÍDLA/POTRAVINY.

Tak tomu nerozumím ani za
 Někdo má rád holky – jiný zase
 V dalekohledu mi praskla, když mi upadl na zem.
 Ti jsou si podobní jako
 V závodě se umístili na čtvrtém místě, čekala na ně medaile.
 Zase jsem se nechal nachytat a skočil jsem mu na.....
 Je ještě mladý, teče mupo bradě.
 Srst knírače je hrubá a má zbarvení a
 Jejich dcera se nevdala, zůstala na
 Jestli už tam chodí on, tak to nikomu nebudu lozit do
 Moc se omlouvám, ale vůbec jsem to nepochopil, mám v tom všem.....
 Toje ostré jako, dám si ještě jedno.
 Do práce, vy lenoši, to by vám šlo, si tady jen válet
 Od podzimu jsem začal chodit do posilovny, chtěl bych mít na břicho pekáč


2. ZAKROUŽKUJTE VŠECHNY ČÍSLICE 23 A POTÉ PODTRHNĚTE VŠECHNY ČÍSLICE 10. KOLIK SE JICH TAM CELKEM OBJEVILO?

1656468798798464131316548852306798130 6549641303549803216574103080851032498
 0741304009874651038795230218789500314 9792064892785218248201459863214585478
 5452698520203202589569521545154545625 6587520254989798565232066504604561032
 1060416576412365687985498944661816160 1401561811512121721023024879546201585
 489659866330264679526945201589631655231580158559659898978565164016432160674

3. PEČLIVĚ SI PŘEČTĚTE A ZAPAMATUJTE NÁSLEDUJÍCÍ ADRESU, POTÉ JI SCHOVEJTE A POKUSTE SE JI SPRÁVNĚ ZOPAKOVAT.

Mariana Houserová
 Štefánikova 5
 250 91, Zeleneč v Čechách

4. KE KAŽDÉMU SLOVU DOPLŇTE CO NEJVÍCE PŘÍDAVNÝCH JMEN. Př. polévka – knedlíčková, gulášová, horká...

OKNO –
 PAPÍR –
 FILM –
 PES –
 VÁZA –
 DVEŘE –
 DOPRAVA –

5. PŘEVODY JEDNOTEK – převed'te správně jednotlivé hodnoty na zadané jednotky.

3 km =	m	1 l =	dm ³
30 m =	dm	20 dkg =	kg
15 mm =	cm	50 t =	kg
10 m =	mm	200 g =	dkg

6. NAPIŠTE CO NEJVÍCE SLOVES, KTERÁ ZAČÍNÁJÍ NA PÍSMENO L.



Jak na silnou imunitu? Pořádně se najezte! Podpoří ji tradiční česká jídla i korejský zážrak ze zelí

S podzimem a blížící se zimou přichází stále častěji i chladnější počasí. A když se teploty střídají, jako je tomu letos, pak dostává imunita pořádně zabrat. Jak ji posílit, aby vše zvládla a nebyli jste často nemocní? Někdo chodí s „nudlí u nosu“ celou zimu a chytí se ho každá choroba, zatímco druhý je celý rok zdravý jako rybička. Jak to budete mít vy, o tom rozhoduje vaše imunita. Chcete ji maximálně posílit? Zkuste se k ní projít... Které potraviny jsou nejen chutné, ale také podpoří obranyschopnost?



1. Kvašené potraviny

Není náhoda, že naši předkové nedali dopustit na kysané zelí, které střevům, a tím i imunitě lahodí bohatým obsahem vitaminů, minerálů a především probiotik. Jeho asijskou obdobou je salát kimchi (kimči, kimčchi), jehož základem bývá kvašené čínské zelí. Oproti klasickému kysanému zelí má výraznější chuť, víc kůže.

2. Med na chleba i do čaje

Další „tutovka“ našich babiček byl med. Nabízí bílkoviny, minerály, vitaminy, železo, vápník, fosfor a rostlinné silice, působí antisepticky a protizánětlivě, posiluje oběhovou soustavu i dýchací cesty a pomáhá při horečce. Dobrou volbou je medovicový med. Obsahuje aminokyseliny a antioxidanty, které povzbudí imunitní systém. Na podporu obranyschopnosti stačí i lžička medu denně, ale pro zahřátí si můžete udělat čaj, do kterého přidáte citron a třeba lipový med.

3. Ryby

Pro posilování imunity je zásadní vitamin D. Česká populace ho má obecně nedostatek, protože jíme málo ryb. Proto je v tuto dobu jezte častěji, ale hodí se sáhnout i po doplňcích stravy. Ryby jsou navíc také dobrý zdroj bílkovin a minerálů, které jsou pro obranyschopnost zásadní: Jedná se o selen a zinek.

4. Obiloviny a luštěniny

Chcete budovat silnou imunitu přes jídlo, respektive přes střeva? Pak nesmíte vynechávat obiloviny a luštěniny. Jsou to důležité zdroje vlákniny a ta je pro zdravou mikroflóru střev nezbytná. Ideální je hledat recepty, které je dají dohromady s jogurtem či kvašenou zeleninou.

5. Cibule a česnek

Zajímá vás, zda existují nějaká klasická česká jídla, která vám pomohou při prevenci i léčbě nachlazení? Cibule a česnek jsou skvělé zeleniny plné antioxidantů, vitaminů skupiny B (nejvíce B3 a B6) a také vitaminu C. Obsahují draslík, železo, mangan, zinek a kobalt, stejně jako vápník, sodík, hořčík a fosfor..

Zdroj: www.prozeny.cz

Termíny stravovací komise

3.1.2024, 17.1.2024, 31.1.2024 – při případné změně budeme včas informovat.

Josef Čapek – *Ledacos (fejetony)*

Hbitý utek života

*Zdali co rozpoznáš
na starých těch fotografiích...*

— Apollinaire

Museli bychom jít na návštěvu k velmi početným a starým lidem, abychom v parádním pokoji zas jednou uviděli sbírku dávných vizitek na mramorové desce vysokého zrcadla a pak ta plyšová alba s fotografiemi, jaká má dnešní lidstvo jen už tak matně v paměti.

Tady jsou ti někdejší strýcové, kteří vojákovali za okupace Bosny, zde jsou ty vdovy po vrchních myslivcích hraběte Larische, chlapečkové s krejzlíky kolem krku, kteří příliš brzo umřeli, vyčouhlí abiturienti, kteří to později dotáhli na pány rady, svatby, muži s plnovousy, oděni v báňské uniformě, je tu sestřenice, která se nešťastně vdala, příbuzní, kteří se stali Němci, a jeden hezký a slibný mladík, který se uflámoval.

Stařina a nuda náramná pro ty, kdož tyhle kroniky dávno už nemají v paměti. Tuze často vyhlížíejí ty obrázky jako ony také kdysi oblíbené fotografické porcelánové podobizny z náhrobků; tváře a postavy se tu nehybně rýsují a trčí tu bezmála jako reprodukce zkamenělin ve starých foliantech nebo jako chladné a ztuhlé pomníky z časů před jedním lidským věkem, ukazující, kdy jak kdo vypadal. Při veškeré věrnosti tváře a figury tkví na nich kupodivu málo života; však jsou němé a každá z nich se žádá výkladu, své životní historky a dějin svého lidského poslání. Nejčastěji povídky více či méně šedivých životních běhů a kariér a někdy truchlivá rodinná dramata, zahalená už dávno v milosrdnou šed' zapomenutí.

Dvě šestnáctileté přítelkyně, které se drží kolem pasu; první se vdala a měla osm dětí, ta druhá zemřela při prvním dítěti. Student se stal inženýrem, velkoobchodník, který tu zobrazen v blahobytné důstojnosti, přišel později o všechno a onen fešák ve skřipci a s francouzskou bradkou se později pro nějakou nekalou věc zastřelil. Povídky, historky, galerie figurek a osudů dnes už neaktuálních a vybledlých.

Rýsují se tu s jistou strohostí sfinj nebo předmětů vystavených v málo navštěvovaném krámku v odlehlé ulici, kde nikdo nekupuje.

Muž v nakrčených kalhotách důležitě stojí u titěrného stolku, opíraje se pěstí o knihu, jiný se opírá o ozdobný sloup; děvče stojí u vrátek vedoucích do ideální krajiny, malý chlapeček se tulí k velkolepému renesančnímu křeslu v palácové komnatě, stará dáma má za sebou drapérii s ohromnými třapci. Vousatí abiturienti se rozsadili jako nějaká konference míru, svatebčané tu jsou vyloženi jako utkvělá skupina klarinetů, trubek a trub ve výkladě nějakého starého obchodníka hudebními nástroji. Však to trvalo, než je fotograf uvedl do pozice! Obličeje zatím docela ztuhly a oči vyzírají v nepochybném smutku, vyděšeny strachem ze své pohyblivosti, opanovány bázní, aby krása obrazu nebyla porušena nepřiměřeným hnutím života. V nitrech pozvolna ledovatěly obtížné pocity utkvění a trvání a na tvářích se rozhostila jistá chmura věčnosti.

Cítě se takto v kosmu a v dějinách, nesnadno a s obavami se snažil předmět zvěčnění zatvářiti se za této nevšední situace na konečné přání fotografovo ještě přívětivě.

A teď se podívejme na dnešní fotografie! Existují dnes někde také alba fotografií, sešitky amatérských výrobků. Tenhle sešit je z výletu do Itálie, tohle bylo na horách, to loni na letním bytě. Dnešní člověk je hotový futurista. Jeho živobytí a bytost skládají se z momentů. Nic tu není důstojnou a mrazivou věčností; život tu hbitě prokmitává osnovu okamžiků. Není tu sloupů, drapérií, vyřezávaných křesel, kaširovaných vrátek do kaširované ideální krajiny. Tatík je zachycen, právě když se překotil na maňásku, rodina je skupinou naháčů, která na sebe stříká v rybníce, Máňa leze přes plot, pan doktor drží na provaze krávu, strýc sedí na mezi a svačí salám, dědeček má na hlavě vnuččin klobouk, paní radová nese roští a pan rada fouká do ohničku a slečna je chycena, zrovna když vyplázla jazyk. Všichni se honí, zrovna si něco povídají, ústa se pootevírají v křiku a v úsměvu. Skoro film. Výseky z filmu života. Ale jen momenty; kde zůstala důstojná utkvělost, pomníkovost a výstavná předmětnost těch starobyklých fotografií? Je ztracena v hbitém kmitnutí outku života, ale nejsou ztraceny povídky, historie a osudy, které dříve činily slovní pozadí pomníkových fotografií. Necht' jsou veselejší, oč je veselejší, bystřejší i lehkomyšlnější tento žánrový způsob, sršící letmostí života, zachycený pro okamžik, pro zítřek i pro budoucí staré vzpomínky, historie a povídky!

Politická vášnivost

Bývaly časy (jak to známe z někdejších líčení), že filistr se v bázni boží večer uložil do své postýlky, pěkně se vyspal a ráno se k svému blahému překvapení dozvěděl, že zatímco libě dadal, strhla se ve vedlejší ulici velkolepá rvačka. Potěšil se zajímavou novinkou a byl rád, že se něco stalo a dělo a že ve všem pohodlí neměl s tím co dělat.

Ano, věci se dějí a svět se posunuje o kousek dál, co my s tím třeba nemáme co činit. Někdo obírá uzené kolínko, a zatím v Portugalsku pověsili nějací povstalci starého generála. Někdo pokouje na zápraží z dýmky a v té chvíli objevil třeba učený Japonec sérum proti vzteklině. Jiný pročítá bílé nebo rudé noviny až do těch zpráv z kraje a inzerátů, a zatím je klerikalismus na postupu nebo Marťané zasílají nám nezpůsobitelný signál. Bůh ví, že za to nemůžeme, když se něco nekalého strhne, zatímco jsme zaměstnání jinými užitečnými nebo neužitečnými věcmi. Vás zrovna bolí hlava a vzdycháte, a jinde se možná lidé fackují kvůli politickým názorům. Nebyl jste v té chvíli na té ani na protivné straně a váš straník dostal více facek, ale zato byl silnější v nadávání. Běželo o velké věci, a vy jste přitom nebyl, ba co víc, vaše strana zde utrpěla a byla ohrožena. Nebo čtete knihu o Kolumbovi či o pravěkém osídlení Čech, ohřívá si nohy v bačkorách, a zatím někde někdo strašlivě řeční, dokazuje, že to takto dále nepůjde a doporučuje svým posluchačům občanskou válku. Hle, snad se jeho výmluvnosti podařilo, a od té chvíle, dejme tomu, jsme znamenitým ozdravujícím účinkům občanské války blíž. Ulice jsou oživeny občanskou válkou, všechno protivící se a protivné je postříleno, rozsekáno a pověšeno a souzeno revolučními tribunály a svět je nově a patřičně uspořádán. Co jste, čta si knížku o Kolumbovi, učinil pro tuto revoluci, odplatu a nový řád? Nic, zholá nic! –

Ale ostatně, však občanská válka tu není, možná že vinou netečnosti vaší a vám podobných, kteří jste četli knížky nebo dodělávali resty a do oné schůze se nedostavili.

A tak tedy zkrátka člověk, který je zaměstnán jinak a jinde, než kde se strhují věci, stává se filistrem, špiesbürgrem, hlavně v politice a snahách o ten správný pořádek. A je takových lidí mnoho. Mají co dělat, aby byli živi, a upřímně by si přáli, aby za tímto účelem byl svět opravdu v lepším pořádku. Aby neskřípal a neváznul, tísněn špatnými poměry a nedostatečnými zařízeními. Aby nic nebylo v křivdě a vše konalo svou povinnost. Neboť život není snadný; vsutku nějak vážne ve všech věcech, o nichž jednají parlamenty a komitety, poslanci, reformátoři, interpelace, protesty a schůze. Tam tedy vždy cosi vážne, a téměř každý jednotlivec nějak ve svém životním plahočení a v potřebě lepšího o některou z těch vážnoucí věcí klopýtá. Ledacos by mělo být lacinější a praktičtější, aby nám život lépe a snáze probíhal.

I jest tedy třeba napínati dosti své síly a životní schopnosti, aby to drobet šlo. Člověk se musí svým věcem a povinnostem pořádně věnovat, musí na ně dost myslet a musí konečně i nějak podle svých úkolů upravit si svůj vztah ke světu. Ten vztah, to jsou, pravda, hlavně přání či požadavky; ale nejsou přece všechna přání pustě egoistická a praktická, nýbrž jsou i mnohá morální. Není snad tak příliš mnoho takových neřádů, kteří si pro svůj prospěch přejí, aby svět byl v nepořádku, nepoctivý, špatný a křivý. A předpokládáme, že každý rozumný člověk klade tyto jisté praktické i morální požadavky na všechen běh tohoto světa, žádaje snahu po jejich splňování na sobě i na všech rozumných lidech ostatních.

Je to řada úloh prostých a samozřejmých, jejichž smyslem je obecné usnadnění života pro všechny bez rozdílu, jako prospěšná je dobrá silnice pro každého, ať je to pěšáček nebo vyšší bytost v automobilu, jako je zdravá voda ve všech vodovodech, obecná zdvořilost nebo dobré lepidlo na poštovních známkách, věci vyšší i nižší a tak dále až donekonečna. Tedy denní snaha o to, 1. aby se udrželo to nutné, co tu je, 2. aby se to zlepšilo.

A tak člověk, nedobrovolný politický filistr, vstává ráno do tohoto mravně praktického života, vstává k obecným závazkům a úlohám, z nichž něco na sobě nese a v nichž něčím je povinen. Má je před sebou a je si toho i drobet vědom. A tu nahlédne u kávy do novin a s jistým podivem se shledá s úplně jiným stavem světa, než v jakém mu je součiniti. Stojí tam třeba, že republiku je třeba rozházeti, a týž německý poslanec, který toto řekl, praví ještě, že velká část občanů tohoto státu na nic jiného nemyslí. Nebo komunistický poslanec vykřikuje, že naše policie zabíjí bezbranné nezaměstnance a že četníci utloukají Slováky kolbami svých pušek, a dále, že hrozí naprostý krach tohoto světa, v němž vládne jedině lež, násilí a nepoctivost, a že stojíme-li za něco, máme se právě na tento krach těšiti. Luďák ujišťuje, že Čvachoslováci jsou největší padouši a nepřátelé Slovenska, které se musí mocí osvobodit, atd., neboť

Pokračování ze strany 14

všelijakých takových tlustých řečí je možno se dočíst skoro denně. Všechny vyznívají tak pěkně, že by člověk, který by se tomu poddal, měl vlastně buď utéci z této bídné končiny někam na Měsíc, nebo jít někoho zuřivě zabít a vyhánět, ale rozhodně by nemohl řádně a poctivě pracovat.

Ovšem, ono se z takových řečí nestřílí. Je to jen ta vášnivá, na efekt vypočítaná stránka politiky a tribunství. Ale pravda je, že lidé, kteří jsou tak vášnivými řečníky zastupováni, mají přece jen konkrétnější a vážnější věci na práci než jejich zástupcové, byť by to bylo sázení stromů, štěrkování cest nebo šití bot, a že se tedy v tomto s nimi do značné míry rozcházejí. Jistě tento náš parlament nepodává správný obraz o životě a práci člověka, a rozhodně není obrazem mravní přísnosti, nýbrž mnohem častěji politické vášně, která je vážné podstatě života velmi vzdálena. Čteme-li třeba řeči pronesené kolem státních rozpočtů, tu se jistě dočteme tuze mnoho politiky, ale hodně málo hospodářství. Poslanci mnohem spíše zastupují vášně svého voličstva než jeho obecně lidské potřeby a zájmy a také svými velikými slovy tyto vášně vzněcují a budí. Mnozí snad jsou těmi svými vášnivými a trapnými výstupy svým voličům povinni; i voliči spíše hledávají v politice vášeň než život. Ale po delším čase bude snad i těm nejvášnivějším té vášně trochu mnoho a uzdá se jim zbytečnou. Bude to tak ještě dlouho trvat?

Pozn.: Filistr (z němčiny) omezený, úzkoprsý člověk, omezenec, zpátečník, šosák.

Fejetony Josefa Čapka vycházely v Lidových novinách ve 20. letech minulého století. Znění tohoto textu, vydaného v Městské knihovně v Praze, vychází z díla Ledacos tak, jak bylo vydáno v Praze nakladatelstvím Dauphin v roce 1997.



ŘEŠENÍ:

1. mák, vdolky, čočka, vejce – vejci, bramborová, špek, mléko, pepř a sůl, ocet, zelí, guláš, pivo – křen, šunka, buchty.
2. Číslice 23 – se vyskytuje šestkrát, číslice 10 – se také vyskytuje šestkrát.
4. Okno – otevřené, plastové; papír- hedvábný, kancelářský; film – animovaný, černobílý; pes – lovecký, roztomilý; váza – skleněná, broušená; dveře – otevřené, vchodové.
5. 3 000 m; 300 dm; 1,5 cm; 10 000 mm; 1 dm³; 0,2 kg; 50 000 kg; 20 dkg.
6. Např. lenošit, lhát, lelkovat, leknout, laminovat, luxovat....

Mužský pěvecký sbor z Bestensee.



Adventní dílna na přáníčka s dobrovolníky.



Dívčí sbor ze SOŠP Futurum.



Návštěva Mikuláše
a naladění se na čas
adventu.





Veselé pečení cukroví s dobrovolníky.

Vernisáž kreseb pana Jiřího Šalamouna
a rozsvícení vánočního stroměčku.



LEDNOVÁ VÝROČÍ

1.1.1784 se začaly v pražském Klementinu vést meteorologické záznamy teploty podle moderních pravidel. Od 1.1.1784 se zde měří teploty 3× denně, pro klimatologii jde o cenný zdroj informací o stavu počasí a podnebí. Od r.1804 přibýlo i měření dešťových srážek. V 30. letech 20. století počali meteorologové na celém světě věnovat zvýšenou pozornost kolísání klimatu a tak vzrostl i zájem o dlouhodobá historická měření jako např. klementinská. Meteorologická pozorování pokračují v Klementinu dodnes, již více než 250 let. Pro vědu představují nesmírně cenný zdroj informací o stavu počasí a podnebí v novodobé historii.

2.1.1834 začal v Praze vycházet český časopis Květy české s podtitulem zábavník pro Čechy, Morawany a Slezany. Od druhého ročníku vycházel časopis pod zkráceným titulem Květy. Hlavním cílem bylo tlumočit potřeby české společnosti, vzdělávat ji a sloužit k osvětě. Květy byly odrazovým můstkem pro nadějně literáty, psali do nich mj. Karel Sabina, Karel Hynek Mácha či Karel Jaromír Erben. Šéfredaktorem a hnací silou redakce byl J.K.Tyl, který ale nesměl být v tiráži uveden, protože byl vojenským úředníkem, oficiálně list vedl nakladatel Jan Hostivít Pospíšil a Tylovy příspěvky vycházely pod pseudonymem nebo anonymně. Díky redakční práci J. K. Tyla a redaktora Václava Filípka zde vznikala kvalitní literární i divadelní kritika a list měl až 900 odběratelů, což bylo v 19. století úctyhodné číslo. Tyl ale po kritice ze strany K.H.Borovského redakci opustil a pod názvem Květy vycházely posléze různé verze společensko-literárního časopisu, v němž se etablovaly další osobnosti uměleckého života, např. Jan Neruda, Vítězslav Hálek, Svatopluk Čech a další. Podoba časopisu se vyvíjela. Od roku 1951 jde o obrázkový společenský časopis, který neztratil čtenářskou oblibu dodnes. Květy jsou tak naším nejstarším společenským týdeníkem.

V roce 1864 byl postaven první klavír PETROF. Antonín Petrof vyrobil své první křídlo v roce 1864 a tím položil základy výroby mistrovských hudebních nástrojů značky PETROF. Během několika let vybudoval z malé dílny prosperující továrnu, která funguje v Hradci Králové dosud. Mezi zákazníky firmy Petrof patřil i císařský dvůr a v roce 1899 Antonín Petrof obdržel privilegium c. a k. dvorního dodavatele a byl mu propůjčen titul tajného dvorního rady. V roce 1895 začala firma vyvážet nástroje do zahraničí. V roce 1928 otevřela firma Petrof společně s americkou firmou Steinway pobočku v Londýně. Roku 1934 získaly nástroje Petrof Grand Prix, zlatou medaili na světové výstavě v Bruselu. Roku 1948 byla továrna znárodněna. Roku 1954 vzniklo vývojové oddělení pianin a klavírů. Na světové výstavě EXPO Brusel 1958 získalo zlatou medaili koncertní křídlo PETROF Mondial. V letech 1991 až 1998 byl podnik reprivatizován.

21.1.1904 se v Brně konala premiéra opery Leoše Janáčka Její pastorkyňa. Libreto skladatel vytvořil úpravou stejnojmenného dramatu Gabriely Preissové. V zahraničí je opera zpravidla uváděna pod názvem Jenůfa. Zvláštností je, že Janáček zachoval prozaickou formu dramatické předlohy, čímž se stal jedním z průkopníků opery zpívané v próze. Místo veršů v libretu často opakuje motivy a věty. Na opeře pracoval několik let a práci dokončil v lednu 1903. Národní divadlo v Praze operu odmítlo, zejména kvůli sporům šéfdirigenta Karla Kovařovice s Leošem Janáčkem. Proto byla opera nastudována v Brně a premiéra se uskutečnila v Divadle na Veverí. Opera sklídila obrovský úspěch. V pražském Národním divadle byla uvedena v roce 1916 a to po Janáčkových i Kovařovicových úpravách. Sklídila opět úspěch. Poté byla nastudována ve Vídni (1918) a dalších metropolích. Americká premiéra v Metropolitní opeře v New Yorku proběhla dne 6.12.1924. Opera byla uvedena v němčině v překladu Maxe Broda. Dnes patří k repertoáru mnoha světových oper. Je většinou uváděna v češtině, s originálním textem libreta. K nejslavnějším soudobým představitelkám Jenůfy patří Gabriela Beňačková.

25.1.1904 založil architekt Josef Hlávka Nadání Josefa, Marie a Zdenky Hlávkových, obecně známé jako Hlávkova nadace. Tato nejstarší česká nadace si zachovala nepřetržitou právní kontinuitu až do současnosti. Nadání bylo výhradním dědicem veškerého rozsáhlého jmění Josefa Hlávky a jeho posláním je sloužit vzdělanosti českého národa. Finanční otřesy v důsledku 1. sv. války část majetku nadace znehodnotily, ale ta přesto v letech 1904 až 1939 podpořila cca 3 500 nemajetných vysokoškolských studentů bezplatným ubytováním na Hlávkově koleji. V roce 1953 byly rozhodnutím komunistické vlády zrušeny všechny české nadace s výjimkou Hlávkovy nadace, které byla ponechána

možnost formální existence, byla však připravena o nemalou část nadačního majetku. Po listopadu 1989 došlo k opětovnému rozvoji nadace. Od roku 1991 činily nadační příspěvky pro vynikající studenty vysokých škol a mladé vědce a umělce více než 55 milionů korun. V ediční řadě Národohospodářského ústavu podporované nadací bylo vydáno 79 odborných studií. Hlávkova nadace spolu s Nadací Českého literárního fondu každoročně udělují Cenu Josefa Hlávky za vědeckou literaturu. Dále je udělována Medaile Josefa Hlávky.

28.1.1919 byla založena brněnská Masarykova univerzita. Masarykova univerzita (v letech 1960–1990 Universita Jana Evangelisty Purkyně v Brně) je česká univerzita se sídlem v Brně. Založena byla v roce 1919 jako druhá česká univerzita. Počtem studentů v akreditovaných studijních programech je druhou největší vysokou školou v České republice. Má deset fakult a provozuje mimo jiné své Mendelovo muzeum, univerzitní kino Scala, univerzitní centrum v Telči a polární stanici na Antarktidě. Masarykova univerzita se dlouhodobě umísťuje v žebříčku nejlepších světových univerzit QS TopUniversities. Od roku 2019 je jejím rektorem Martin Bareš. Za dobu své existence do roku 2014 udělila Masarykova univerzita čestný doktorát (doctor honoris causa) 120 osobám. Prvním nositelem čestného doktorátu byl skladatel Leoš Janáček, čestný doktorát Masarykovy univerzity obdrželi také syn T. G. Masaryka Jan Masaryk, Masarykův spolupracovník a nástupce v prezidentské funkci Edvard Beneš, Václav Havel nebo Josef Škvorecký.

16.1.1969 se v horní části Václavského náměstí u Domu potravin zapálil Jan Palach. Jan Palach byl student Filosofické fakulty UK a svým sebevražedným činem chtěl burcovat proti smiřování národa s nastupující normalizací po invazi vojsk Varšavské smlouvy v srpnu 1968. Jan Palach zemřel v nemocnici 19. ledna.

1.1.1979, respektive během silvestrovské noci roku 1978, klesly v Československu teploty mnohde o 30 °C. Důsledkem byla těžká energetická krize. Systém vytápění se zhroutil, zpomalila se těžba, nakládka a vykládka uhlí, které po předchozích deštích zamrzlo, stejně jako labská vodní cesta. Docházelo k výpadkům elektrické energie, selhávaly stroje. Na školách byly vyhlášeny uhelné prázdniny. V reakci na závažnost situace byla přijata i další úsporná opatření – bylo omezeno vysílání televize, veřejné osvětlení, počátek pracovní doby byl stanoven až od rozednění. Všechno, co zamrzlo v průběhu několika prvních hodin nového roku zůstalo po celé další týdny nedobytné. Pomohla až obleva, která přišla po polovině ledna. Tehdy se život v Československu začal zase pomalu vracet k běžnému režimu.

31.1.1984 byla v Institutu klinické a experimentální medicíny v Praze provedena první úspěšná transplantace srdce u nás. První transplantaci srdce provedl v roce 1967 Christiaan Barnard. Ke skutečnému rozvoji metody došlo až v 80. letech 20. století. Česká republika patří k zemím s aktivním programem srdečních Tx. Realizace těchto náročných výkonů předpokládá vysokou úroveň kardiologie a kardiochirurgie, ale i vybudovanou organizační strukturu s vazbami na všechny složky systému. Léta byl hlavním koordinačním pracovištěm pražský IKEM, v roce 2005 bylo uvedeno do funkce Koordinační centrum pro transplantace orgánů. Transplantace srdce se dnes považuje za rutinní klinickou metodu. Výsledky se stále zlepšují, především v centrech s většími počty operovaných a zkušenostmi s novějšími imunosupresivy.

15.1.1989 začala v Praze na Václavském náměstí série protikomunistických demonstrací, nazvaná Palachův týden. Protestní akce trvaly vzdor brutálním zákrokům policie a zatýkání nejen známých aktivistů a disidentů, ale i řadových občanů, několik dní a byly největším projevem občanského odporu proti totalitnímu režimu od počátku 70. let. Celkem bylo zadrženo přes 1 400 lidí, řada osob byla zraněna; Václav Havel byl zatčen a v březnu 1989 uvězněn. V reakci na tyto události vzniklo sdružení Iniciativa kulturních pracovníků, které zaslalo předsedovi vlády Ladislavu Adamcovi prohlášení namířené proti zatčení Václava Havla a vybízející k zahájení dialogu.



INFORMACE Z DOMOVA

Další stravovací komise budou: **3. 1., 17. 1., 31. 1.**
O schvalování nového jídelníčku budou členové stravovací komise předem informováni.

Schůzka
důvěrníků
s vedením
domova se uskuteční
ve středu 3. 1. 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.

**V průběhu zimy bude v pondělí
odpolední program na sále.**

Zajímavost - rok 2024 bude rokem
přestupným, tudíž máme o jeden den v roce
navíc 365 -> 366.

VIRTUÁLNÍ VÝLETY PO KRÁSÁCH NAŠÍ VLASTI I SVĚTA

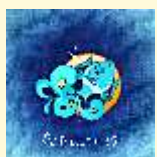
Do našich 3D brýlí jsme nahráli nový obsah, který je v češtině. Nechte se provést po Pompejích, Florencii, ale i Brně nebo Bratislavě. Neváhejte oslovit svého aktivizačního pracovníka. 3D brýle nejsou doporučeny pro klienty s kardiostimulátorem.

Leden



Kozoroh - 22. 12. – 20. 1.

Od svého nového protějšku se máte
pořád co učit. Je to vyzrálá osoba, která,
i když je mladá, má na vás pozitivní vliv.



Vodnář - 21. 1. – 20. 2.

Zkuste si dát menší půst a omezte příjem
potavin, jelikož vaše váha míří směrem
nahoru. Zkuste zeleninový salát.



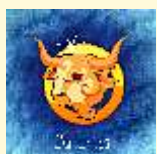
Ryby - 21. 2. – 20. 3.

Přestaňte se dnes zabývat nesmysly a
nedorozuměními ve vztahu. Váš partner
vůbec nechápe, proč to vlastně řešíte.



Beran - 21. 3. – 20. 4.

Vůči svým přátelům jednáte přímočaře,
což vám přinese různé odezvy. Kdo vás
zná, toho už opravdu ničím nepřekvapíte.



Býk - 21. 4. – 21. 5.

Bolesti a zatuhlost kloubů nemusí být jen
dočasná záležitost. Pravděpodobně vám
prospěje návštěva lékaře či revmatologa.



Blíženci - 22. 5. – 21. 6.

Single jedinci z vás mají šanci
k seznámení s atraktivním protějškem.
Můžete se tím nechat se pohltit.

HOROSKOPY



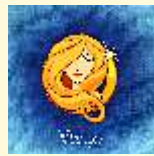
Rak - 22. 6. – 22. 7.

Uprostřed měsíce budete možná trochu
haprovat se zdravím. Dopřejte si proto
klid a pohodovou atmosféru.



Lev - 23. 7. – 22. 8.

Vztahy s vašimi nejbližšími můžete
vylepšit. Třeba tak, že se přestanete
zabývat zprávami o politice.



Panna - 23. 8. – 22. 9.

Relax je pro vás nyní dost zásadní, takže
si naordinujte příjemný relax a pohodičku
třeba u dobrého čaje a zákusku.



Váhy - 23. 9. – 23. 10.

Z pohodlí domova vás jen tak něco nebo
někdo nedostane. Přátelé vám poskytnou
potřebný pocit bezpečí a lásky.



Štír - 24. 10. – 22. 11.

Myšlenkami se stále budete vracet
k lidem, kteří jsou ale již hlubokou
minulostí. Zřejmě na vás také myslí.



Střelec - 23. 11. – 21. 12.

Není od věci se objednat na masáž
celého těla či na relax. Uleví se vám
nejen fyzicky, ale i psychicky.