

HÁJEK

srpen
2022



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.**

*Kavalcová Terezie,
Kroutilová Irena,
Maiznerová Zdenka,
Rod Vladimír, Ing., DrSc.,
Vrabcová Květa.*

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

DOMOV
PRO SENIORY
HÁJE

PRA
HA
PRA
GA
PRA
G

- 1) Ladislav Trojan (*1. srpna 1932) je český herec. Do povědomí českých televizních diváků se zapsal v oblíbeném seriálu, kde si zahrál nejmladšího člena dynastie Potůčkovíc rodiny. Jak se seriál jmenoval?
 - a) Cirkus Humberto
 - b) Synové a dcery Jakuba skláře
 - c) Tři chlapi v chalupě
- 2) 26. srpna roku 1346 umírá v bitvě u Kresčaku Jan Lucemburský. Kdo nastupuje na trůn po jeho smrti?
 - a) Karel IV.
 - b) Václav IV.
 - c) Zikmund Lucemburský
- 3) Štefan Margita (*3. srpna 1956) je operní pěvec slovenského původu, žijící v Praze. Za manželku má slavnou českou zpěvačku. Kterou?
 - a) Helenu Vondráčkovou
 - b) Hanu Zagorovou
 - c) Marii Rottrovou
- 4) V srpnu se postupně začínají zkracovat dny. Za to údajně může svatý Bartoloměj. Říká se, že: Bartoloměj svatý ...
 - a) hodinu krátí.
 - b) den krátí.
 - c) odpoledne krátí.
- 5) František Josef I. (18. srpna 1830 – 21. listopadu 1916) byl jedním z nejdéle vládnoucích panovníků ve světové historii. Kdo byla jeho žena?
 - a) Helena Bavorská, zvaná Néné
 - b) Alžběta Bavorská, zvaná Sissi
 - c) Alžběta Polská, zvaná Rejčka
- 6) S koncem léta se pojí tzv. "dočesná". Lidé tak slavili konec sklizně. Víte čeho?
 - a) Sklizně chmele.
 - b) Sklizně jahod.
 - c) Sklizně jablek.
- 7) Neil Armstrong (5. srpna 1930 – 25. srpna 2012) byl americký pilot, astronaut a univerzitní profesor. Čím se jako astronaut zapsal do dějin?
 - a) Byl posledním člověkem, který stanul na povrchu Měsíce.
 - b) Byl prvním člověkem, který vstoupil na povrch Marsu.
 - c) Byl prvním člověkem, který vstoupil na povrch Měsíce.
- 8) Eva Pilarová (9. srpna 1939 – 14. března 2020) byla česká zpěvačka a herečka. Kdo s ní nazpíval známý duet Dotýkat se hvězd?
 - a) Waldemar Matuška
 - b) Karel Gott
 - c) Pavel Sedláček
- 9) Mata Hari (7. srpna 1876 – 15. října 1917), byla nizozemská orientální tanečnice, která se proslavila jako?
 - a) pilotka.
 - b) herečka.
 - c) špiónka.
- 10) K dožínkám patří vázání posledního snopu. Musel být hodně velký a těžký, aby taková byla i budoucí úroda. Jak se mu říká?
 - a) baba, starý, žebrák, nevěsta.
 - b) strašák, dědek, jinoch, chalan.
 - c) dožínka, statkář, ženich, snopka.

Vážení čtenáři a luštitelé,

na otázky z červencového kvízu odpovědělo 20 čtenářů.

Deset správných odpovědí měli:

Věra Adamcová, Ilona Bednářová, Marie Blažková, Marie Černohorská, Přemysl Červenka, Danuše Hrubá, Marie Illnerová, Květa Jelínková, Anna Legnerová, Hana Moravová, Karel Pešťák, Jan Sedlmayer a Tým A3.

Devět správných odpovědí neměl nikdo.

Osm správných odpovědí měla **Danuše Měšťanová.**

GRATULUJEME!!!

Nejvíce vás potrápily otázky č. 1 a 5.

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) **b** - Velkomoravská říše
- 2) **c** - Když máš v chalupě orchestrion
- 3) **b** - v Husinci u Prachatic
- 4) **a** – Vizovice
- 5) **c** - Rudolf II.
- 6) **b** – Jestřáb
- 7) **c** - chladna z rána
- 8) **a** - pražské dívčí gymnázium v Dušní ulici
- 9) **c** - Český Edison
- 10) **b** - Kalendárium



PROGRAM DS HÁJE

Pondělí 13:00 RECEPCE DSH

MILÍČOVSKÝ LES

Za příznivého počasí se konají každé pondělí společné vycházky do Milíčovského lesa.

3. 8. středa 10:00 SÁL

DŮVĚRNÍCI

Setkání zástupců obyvatel s vedením domova.

10. 8. středa 9:00 – 16:00

VÝLET DO ZOOLOGICKÉ ZAHRADY PRAHA

Celodenní výlet do naší zoologické zahrady, kde uvidíme velemlokárium, pavilon koček a další venkovní výběhy s exotickým ptactvem, tučňáky a lachtany.

17. 8. pondělí 14:00 SÁL

HUDEBNÍ KLUB

Přijďte si poslechnout a připomenout libé písně notoricky známého zpěváka Waldemara Matušky.

18. 8. čtvrtek 10:00 ERGOTERAPIE

BÁBOVKY

Oslava červencových narozenin našich obyvatel.

24. 8. středa 14:00 SÁL

CESTOVATELSKÝ KLUB

Přijďte si poslechnout informace a prohlédnout fotografie známých i neznámých českých lázní.

25. 8. čtvrtek 10:00 VELKÁ ZAHRADA

ZOOTERAPIE

Přijďte se setkat se zvířaty, nakrmit a pohladit – minihorsem, kozlem, psem.



pořádá Domov pro seniory Háje
pořádá aktivizační úsek
pořádá Církev bratrská

Darované přání – další vyplněné „darované přání“ – Návštěva Petřína s výhledem na Prahu. Návštěva Zámeckého parku Lány.



Papoušci – vystoupení a přednáška o papoušcích v podání Radka Jareše.



Stáje Městské policie – již druhá návštěva zázemí policejní stáje, spojená s krátkou ukázkou tréninku koní.

KALEIDOSKOP



Zahradní slavnost –
zahradní slavnost
s hudebním
vystoupením
Stanislava Hložka.
Zooterapie –
pravidelné měsíční
setkání se zvířaty.



Tuzemský um – X. ročník Tuzemského umu, který se konal 22. 6. v naší velké zahradě, doplněn o odpolední vystoupení skupiny Žizniví Dubáci.





Literární dílna

Dovolená – Karel Pešťák

Je léto, čas dovolených a prázdnin. Kam pojedeme? Do hor? K moři? Nebo budeme dovolenou užívat doma v Čechách nebo na Slovensku? Kolik to bude stát? Budeme na to mít? Podobné starosti nám letí hlavou. Tedy, ne všem. Někteří mají jasno. Druzí se ještě rozhodují.

My dříve narození však rádi vzpomeneme, jak to bylo tenkrát, když jsme vybírali dovolenou, a jak to proběhlo!

Já u moře nikdy nebyl. Bylo mi již dvacet osm let a byl jsem ženatý. Měli jsme s manželkou sedm let starého syna. Podnik, kde jsem pracoval, měl u Baltu stanový tábor. Tak jsem se s rodinou přihlásil. Nastal den „D“ a v 21 hodin večer jsme autobusem vyjeli k moři. V autobuse bylo dost dětí, tak se často stavělo na odpočinek. Nebylo to ani tak pro děti, jako pro kuřáky. Kolem autobusu se vytvořil oblak kouře a děti běhaly po parkovišti. V 5 hodin ráno druhého dne jsme byli u moře. Unaveni, ale natěšeni.

V táboře nám byl přidělen stan. Ten stál uprostřed pískových dun a pár metrů vzdálen od vody. Podsady tenkrát neměl. Jen rohože a nafukovací matrace. Tři židličky, stůl a poličku se základním nádobím. To bylo vše. Měli jsme spací pytle. Voda a WC byly ve společné budově.

Žena byla z jízdy dost vyčerpaná. Bolely ji křečové žíly na nohou. Padla na matraci a nebyla s ní řeč. Syn chtěl hned k moři, tak jsme šli. Slunce již vyšlo. Moře se mírně vlnilo. Třpytilo se ve sluneční záři. Ve vodě bylo několik lidí. Když vystupovali z vody, byli úplně nazí. Vracíme se do našeho stanu. V blízkosti asi deseti metrů začínala nudistická pláž. Pro nás suchozemce neobvyklé. Ženy, muži i děti běhali mezi stany nazí. Sportovali, vařili i hodovali. Byla to zajímavá podívaná. Některé manželky mých kolegů byly znechucené, dětem zakrývaly oči, manželům zakazovaly se na kemp jen podívat. Po krátkém čase se vše uklidnilo. I tyto cudné matky měly se na co koukat.

Po dvou dnech pobytu jsme pochopili, proč se koupat nahý nebo nahý kempovat. Voda v moři měla 14 – 19 stupňů, tedy dost studená. Písek zalézal do plavek a studený se lepil po celém těle. Došli jsme k názoru, že budeme chodit také na nudapláž, ale dál od našeho tábora. Aby nás nikdo ze známých neviděl. Úplně se to nepovedlo. Ležíme v písku a sluníme se. Najednou zazní: „Nazdar, rodino! Jak se daří? Jste pěkně opálení. Nespalte si zadečky.“ Byla to žena se zetěm mého bratra. Trapná situace. Padáme na břicho a z pololehu podáváme ruku. Příhoda se pak stala kořením v rodinných sezeních.

Netrávili jsme však celou dobu na pláži. Vyjeli jsme na otevřené bárce na výlet po mořských zátokách. Na lodi sedělo dvacet, možná dvacet pět lidí různé národnosti. V programu byl i oběd při zastávce v námořnické restauraci. Přestávka byla si dvě hodiny. Jedlo se a také dost pilo. Hlavně pivo. Účinky pití se projevíly při cestě lodí do tábora. Bárka pluje pomalu kolem pobřeží a jedna paní pocítí potřebu jít na malou stranu. Neví, kde a jak. Plavčík jí ukazuje na zád' lodě. Ona se tam dostaví, ale nic nevidí. On jí vysvětlí, že buď do kbelíku nebo přímo do moře. Rozhodla se pro moře. Všichni jsme se museli dívat na příď bárky. Když byla hotová a natáhla spodňáry, celá posádka lodi jí zatleskala. Nebyla však sama, která tuto scénu vytvořila. Postupně se zapojili i jiné ženy i muži. V kempu s námi byl i mladý pár novomanželů. Ti se celou dobu rozhodovali, zda půjdou na nudapláž. Nemohli se dohodnout, až na předposlední den. To my jsme již nešli. Slunce od rána pálilo a nikde ani mráček. Vydrželi to celý den.

Druhý den jedem autobusem domů. Všichni vzorně sedí na sedadlech, jen oni stojí. Ptám se muže, proč? Smutně pokývá hlavou a stáhne trenky na půl žerdi. Zadek měl spálený a červený jako pavíán. Jeho partnerka také. Stáli až do Teplic v Čechách.

U Baltu bylo pěkně. Někdy chladno a deštivo, ale vždy veselo. Jezdil jsem tam s rodinou několik let. Stanový tábor se vylepšoval. Poslední už byl v dřevěných chatách. Dovolená nebyla drahá. Od podniku kolem 200 korun, s příspěvkem na dítě 60 korun. To si mohl, kdo měl zájem, dovolit. Nebyla to sice ani polopenze ani inkluze, ale stálo to zato. Byla to vždy krásná dovolená.

Slova – Marie Vaňková

Seděla jsem u stolu u otevřeného okna a psala jsem do školy sloh. Tu jsem se zarazila, nevěděla jsem, jestli mám na konci věty napsat tečku nebo otazník.

Také mě vyrušil závěs, který se při průvanu pohnul a odhalil můru, která se na závěsu se strachem třepala a koukala na motýla, který se tam také usadil. Po chvilce oba opustili závěs a usedli proti sobě na stropě a vypadalo to, jako by si povídali, že je to nuda a otrava, sedět tady na stropě. Lepší zábava by byla být na svobodě a létat venku na zahradě.

Z protějšího okna se najednou ozval klavír, to student Jára se připravoval na školní koncert, který se měl konat zde ve městě, v divadle Rozkoš. Náhle průvan přibouchl okno a venku se spustil déšť. Vítr rozhoupal houpačku, která stála na zahradě poblíž moruše, a ta s praskotem a šramotem padala k zemi na kolo, které tu nechal malý Jiřík, když běžel s pláčem a strachem před větrem a deštěm domů do bezpečí a úkrytu. Cestou ale ztratil klíče a tak musel zazvonit na zvonek, aby mu babička otevřela.

Když babička Jiříka uviděla, myslela, že vidí vodníka. Honem ho svlékla a osušila, navlékla suché oblečení, aby nebyl nemocný, protože nedávno už měl chřipku. Přiložila na oheň a uvařila čaj s medem a Jiřík, zabalený v dece a sedící na gauči, byl jak v pelíšku, pochutnával si na čaji a v televizi sledoval pohádky o medvědovi, vlkovi a lišce, a pak ještě o čertovi a zajíci. Pak ještě mlsal pomeranč, co mu připravila babička, aby měl nějaké vitamíny a neonemocněl. U okna v terárii na kameni ležel had a soukal do sebe malého králíčka, byl již mrtvý a přinesl ho starší bráška, který ho našel na ulici, když rozvážel noviny. Přejel ho autobus, který vezl lidi na nádraží, kde čekal vlak, který

je rozvážel za jejich pracovními povinnostmi do továrny na petrolej. Nad teráriem visely dva obrazy, jeden se skálou, na které byla rozhledna, ze které bylo vidět na jezero, kde plula lodička a kolem se míhaly rybičky. Na druhém obraze byla zahrada, kde rostly kdoule a mišpule a nad nimi létaly vlaštovky. V rohu stála studna s velkým kolem, se kterým se na provazu vytahoval kbelík s vodou na zalévání záhonů. No, a to bylo vše, co jsem ze svého ona viděla v protějším domku. Nyní se musím soustředit na svůj úkol a dopsat sloh. Již vím, že mám napsat tečku. Tak končím a tečka.

Ilona Bednářová – Pomeranč

Pomeranč je chutné ovoce. Je v něm ukryto plno zdraví, užitečných vitamínů. Já jím pomeranče velmi ráda, jejich vůně je příjemná, a proto se ovoce používá k ozdobě, slavnostně nazdobených stolů připravených k tabuli různých výborných kulinářských specialit. Pomeranč k této výjimečné tabuli zajisté patří. Také je oblíben na vánoční stůl. Je úžasný, plný vůně, a to když se ozdobí hřebíčkem, kořením, které o svátcích vánočních provoní příjemně domácnost. Hřebíčkem propícháme kůru pomeranče, čím více, tím lépe, neboť je vůně intenzivnější. Zapíchané hřebíčky ponecháme v pomeranči, můžeme napíchnout i jiné ovoce, například jablka, mandarinky, grepy, pomelo, citrusy všeho druhu, nyní je velká nabídka mnoha nově vypěstovaných druhů ovoce.



Pomeranče jsou výborným začátkem dne, při snídani se hodí k pití šťáva z pomerančů či se plátky oloupaného pomeranče přidávají například do jogurtu. Tak dobrou chuť a dejte si také jeden sladoučký pomerančíček.

Popelník – Ilona Bednářová

Řekne se jednoduše, že na slově popelník není nic hezkého. Já nekouřím, proto na stole tuto věcičku nerada vidím. Jak mohu, dávám ji ze stolu pryč a co nejdál ode mne. Takže slovo popelník má pro moji potřebu nulovou hodnotu. Tudiž ho hodnotím záporně.

Najednou se však pozastavuji nad svou rychlou a jednoznačně zápornou volbou. Přemýšlím a přemýšlím a můj názor se začíná měnit. Bez popelníků, to by bylo požárů! Jsou i tací jedinci, kteří si rádi zapálí cigaretu v posteli. Zde je popelník velmi potřebný. A můj náhled se najednou mění na kladný.

Vždyť popelník v kamnech být musí! A najednou nevidím ani ten popelník na stole tak tragicky.

Vezmu-li tuto věc z uměleckého pohledu, může se tak stát překrásnou ozdobou stolu.

Vzpomínám si nyní na zvláštní popelník v bytě mého dědečka a babičky. Děda v mládí kouřil, ale brzo přestal a popelník už zůstal v bytě nastálo. Jeho místo bylo v předsíni, na nízké skříňce hned vedle telefonu – pevné linky – tehdy zázraku, té doby. Ten popelník byl kulatý, kovový, byla to vlastně kulatá kovová rakev, a v ní ležela a spala Sněhurka, krásná, čekající na prince, který ji políbí a probudí k životu. Na straně kulatého lože hlídal a truchlil nad Sněhurkou trpaslík Prófa. Tak vida, jako dítěti se mi tento předmět líbil!

Tak jsem došla ke kladnému hodnocení. Popelník již nezavrhuji.

Drazí přátelé

jak nesmírně důležitá je komunikace mezi lidmi. Příjemný rozhovor nám jistě přinese radost, klid a pohodu. Skrze rozhovor navazujeme vzájemné kontakty, vytváříme prostředí pro krásné vztahy, pro hezký domov. K základnímu rozhovoru jsou potřeba alespoň dva lidé, kteří si chtějí něco sdělit. Modlitba je také komunikace, rozhovor s Bohem. Mluvím s druhým člověkem a ten mi odpovídá, slyším odpověď. Při modlitbě to tak jednoduché není. Při modlitbě jsme v podobné situaci jako hlasatel v rozhlasu. Ten sedí ve své kabině, mluví k lidem, ale je tam sám. Nikdo z posluchačů ho nevidí, nikdo mu neodpovídá. Ale ví: oni mě slyší. A časem se dozví i odpověď, ohlas posluchačů. S naší modlitbou je to podobné. Bůh, ke kterému mluvíme, neodpovídá hned, okamžitě ve chvílích naší modlitby, naší prosby. Neodpovídá lidským hlasem, lidským způsobem. A to je mnohdy problémem některých lidí. Takoví lidé nemají trpělivost, vytrvalost, trvalou důvěru, že jim Bůh pomůže v jejich nesnázích, a tak raději spoléhají na nějaké potravinové doplňky. Nic proti tomu, doplňky nám možná pomohou zlepšit náš zdravotní stav. Máme je třeba vyzkoušené, věříme jim. Ale můžeme také věřit, že Bůh nás slyší, vidí a odpoví. Možná, že nám chybí zkušenost. Zkušenost se získává učením, jak teoretickým, tak i praktickým způsobem. Proto je tak důležité s modlitbou začít, a postupně tak získávat určitou zkušenost, která je nám prospěšná, pro náš život. A co je vůbec důležité, když se chceme modlit, je to stejné, jako když chceme s druhým člověkem mluvit; soustředit se, ponořit se do kontaktu s Bohem. Jako když telefonuješ - telefon zazvoní, tys právě s někým hovořil, něco jsi dělal, na něco jsi myslel. A teď zvedneš přístroj a musíš vše kolem sebe pustit z hlavy a být jen tím uchem. Myslet jen na to, o čem je řeč v telefonu, soustředit se na toho, s kým mluvíš, přesto, že ho nevidíš. V modlitbě se také musíme naučit soustředit se na partnera, na Boha, kterého nevidíme. Mluvím s Bohem. Bůh je můj Stvořitel - dal mi život, Bůh je můj Pán, mám ho poslouchat. Bůh se ve svém Synu stal člověkem,

mým bratrem. Ježíš je můj „sourozenec“, můj starší, velký bratr. Mohu se na něj ve všem spolehnout. Když nějak takhle na začátku modlitby zauvažuješ, potom už Bůh, ke kterému mluvíš, není vzdálený, abstraktní pojem, jen nějaký kouzelný dědeček na obláčku, ale živý Pán, tvůj dobrý Otec, tvůj blízký a milý Bratr Ježíš Kristus. Náš život potřebuje modlitbu, modlitba je solí našeho života, ochucuje nám život, aby byl příjemný, aby se dal zvládnout, když přijdou určité životní problémy, nemoci, když máme pocit, že jsme osamělí, když cítíme vnitřní opuštěnost. Budeš-li se dobře modlit, sám po čase poznáš, jak ti prospívá, jaký užitek přináší do tvého života. Začni hned při probuzení radostnou myšlenkou: „Můj Pane, žiji - děkuji ti za to! Dáváš mi nádherný dar - tento den - děkuji.“ Pak vstáváš a pokračuješ při oblékání. Možná, že ti někdo pomůže, aby to oblékání nebylo obtížné. Poděkuj, i to je modlitba. A jestli potom zvládneš Otčenáš nebo jiné modlitby, které znáš, je to výborné. Jádrem ranní modlitby je kompas lásky, který nás provází po celý den, abychom byli laskaví, aby ten náš život byl Bohu milý, aby dobro a chvíle lásky zářily kolem nás. A večerní modlitba je zase důležitým kontaktem s Bohem. „Pane můj, končím tento den, odkládám ho jako tyto šaty. Jak jsem se ti dnes líbil?“ Možná, že během dne se všechno nepovedlo, že jsem to a to nezvládl, prosím tě za odpuštění. Porad' mi, jak to napravit, jak to příště udělat dobře a lépe. A dál už na to nemysli. Zmetky patří do šrotu, ne do života. Pro kosmonauty ve vesmíru je životně důležité, aby neztratili spojení s domovským kosmodromem. Odtud jsou dálkově řízeni, ani o tom třeba nevědí. Odtud je střežena, korigována jejich cesta. Kdyby ztratili spojení se Zemí, byli by v dálkách bezmocní. Pro každého z nás je stejně životně důležité neztratit spojení se svým Stvořitelem, s věčným domovem.



Váš jáhen Pavel Urban

Rozloučili jsme se:

Filipová Libuše, Maršíková Milena, Salačová Hana, Štěpánková Blažena.



**I. K následujícím přejatým slovům vytvořte jejich české ekvivalenty.**

euforie
labyrint
anémie
katarze
degustace
alternativa
akcent
amok

II. Doplňte chybějící písmenka a odhalte tak názvy hlavních evropských měst. Na řádek vedle napište také patřičný stát.

P__a__a _____
B__r__n _____
V__e__ _____
__sl__ _____
He__in__ _____
B__da__e__ _____
__í__ _____
Va__š__ _____

III. Napište co nejvíc slov, obsahujících 2x písmeno P. Např. popel

IV. Doplňte křestní jména herců:

Voskovec -
Mandlová -
Kemr -
Burian -
Nedošínská -
Vojan -
Janžurová -
Bohdalová -
Nasková -
Kabátová -
Baldová -
Gollová -
Jirásková -

V. Seřadte písmena od konce abecedy.

B G I F J E S K O L W X T

VI. Určete osobnost:

Václav Vorlíček, Arabella, Mach a Šebestová -
Osvobozené divadlo, Fimfárum, Jiří Voskovec -
Penalta, Bohemians, Vídeň -
Ucho, obrazy, Holandsko -
Babička, Ratibořice, Divá Bára -

Vážení čtenáři,
připravili jsme pro vás novou
rubriku **Albert Einstein**.
Nejedná se o vědomostní kvíz,
spíše o kreativní tvoření.
S úkoly vám může pomoci váš
aktivizační pracovník. Doufáme,
že se vám nová rubrika líbí
a přejeme hodně zábavy.



Velký malý zázrak: Jedna hrst borůvek třikrát týdně zaručuje zdraví a mládí

Existuje spousta různých žebříčků superpotravin, jedno však mají vždy společné – na předních místech najdeme borůvky. Tyto lahodné modré plody si to určitě zaslouží. Brusnice borůvka pomáhá snižovat cholesterol, zpomaluje stárnutí, zlepšuje šeroslepost, je vhodná pro diabetiky, působí protizánětlivě, protistresově - je to prostě velký malý zázrak, protože už jedna hrst borůvek třikrát týdně zaručuje zdraví a mládí. Brusnice borůvka je známá pod názvem borůvka chocholičnatá, zahradní, kanadská, vysoká nebo také borůvka americká. Borůvka je plod brusnice borůvky. Jsou to malé modré plody s fialovou šťávou. Konzumují se čerstvé, používají se na vaření, zavařují se nebo zmrazují.

U nás se nejvíce sbírají borůvky z přirozených porostů. Sbírají se plody i listy. Listy se sbírají od června do září, plody od července do srpna, ve vyšších polohách plody dozrávají i později. Teplota by neměla překročit 40°C. Musí si zachovat světle zelenou barvu. Plody sušíme nejdříve na slunci, až povadnou, dáme je do trouby nebo sušárny, až se scvrknou, pak se ještě dosušují na slunci, ale nemají úplně ztuhnout. Protože snadno znovu přijímají vzdušnou vlhkost, je třeba je kontrolovat a podle nutnosti znovu dosušit. Sušené listy skladujeme stejně jako všechny bylinky ve skleněných vzduchotěsných nádobách; sušené plody v papírových pytlících nebo sklenicích s víčkem. Zavařené vydrží ve spíži i několik let.



Borůvkový džem s ovocným cukrem

Omyté borůvky (700 g) tyčovým mixérem rozmixujeme a vložíme do většího hrnce.

Přidáme **1 balení želírovacího ovocného cukru Dr.Oetker, 120 ml vody a pečlivě promícháme.**

Za stálého míchání přivedeme do varu a povaříme minimálně 3 minuty.

Odebereme případnou pěnu a ihned plníme až po okraj do připravených sklenic.

Uzavřeme je, obrátíme dnem vzhůru a 5–10 minut necháme stát na víčku.



Proč a jak brusnice borůvka pomáhá

Plody lesních borůvek obsahují zejména přes 7 % tříslovin, 20 až 30 % cukru, antokyanová barviva, myrtilin A a B, dále organické kyseliny, citronovou, jablečnou, jantarovou, mléčnou, šťavelovou a pektin, vitaminy A, B a C a látky snižující obsah cukru v krvi. Borůvky podporují tvorbu dopaminu, takže jsou velmi dobré při odvykacích kúrách kuřáků nebo drogově závislých. Vyzrálé plody podporují léčbu neplodnosti. Jsou vhodné pro všechny věkové skupiny včetně dětí, které ocení jejich výbornou chuť a rychlý účinek, např. při letních infekčních průjmech. Pravidelná konzumace borůvek během dvou měsíců dokáže zlepšit metabolický syndrom, což je lékařské označení kombinace diabetu, vysokého krevního tlaku a obezity.

Ozdravný efekt se dostavuje už při užívání jedné hrsti borůvek 3x týdně! Pro zimní období si můžeme zralé plody usušit nebo zamrazit. Borůvky zlepšují noční vidění a léčí šeroslepost, zlepšují imunitu a působí preventivně a léčebně proti infekcím. Chrání před stařeckou demencí, pomáhají při střevních problémech, zvyšují množství moči, čímž pomáhají odvodňování a léčbě některých otoků a zánětů močových cest. Snižují hladinu cholesterolu a tuků v krvi, chrání tělesné buňky proti volným radikálům, prospívají regeneraci sliznic. Podporují úsilí obézních ve snižování hmotnosti, obsahují obrovské množství antioxidantů. Nejlepší je jíst borůvky syrové nebo sušené.

K létu patří exotika a dobrodružství, i když třeba jenom při čtení, přinášíme tedy ještě další dvě krátké povídky Otakara Batličky, který, jak se ukazuje, si v současné době znovu nachází čtenáře, a to zejména mezi seniorským publikem.

Otakar Batlička – Chytrý Farguson

Tom Farguson jel pomalu na svém nevzhledném koni. Tom, kterému kdekdo v celé Arizoně říkal „Chytrý Tom Farguson“, vezl v sedlových brašnách výplatu pro ranč Velké M. Tuto cestu konal pravidelně každého patnáctého v měsíci a právě ta pravidelnost přímo lákala a sváděla různé darebáky, aby se snažili zmocnit peněz, které měl Farguson v sedle. Během let se to také několikrát stalo, ale když on Tom byl přece jen – „Chytrý Tom“.

Zkoušeli to různě. Obvyklým „Ruce vzhůru!“ – jindy zase „Peníze nebo život!“ Jednou jim Tom hodil brašnu na pospas a ujel. Darebáci se vrhli na brašnu jako vlci a měli pak celý týden co číst – byly v ní staré noviny a s penězi Tom ujel. Jednou opět poslušně vydal lupičům dřevěnou bedničku plnou pečetí. Páni loupežníci si tryskem odvezli bedničku s jedem na trávení kojotů a zatoulaných stepních psů! Posledně to však nedopadlo tak přátelsky a místní šerif si odvezl dva lupiče v žebříňáku. Chodit nemohli. Na ranči Velké M říkali toho dne, že „Chytrý Tom“ byl asi nějak špatně naladěný.

Starý Farguson dojížděl k místu, které bylo nejpříhodnější k podobnému darebáctví. Zaprášená silnice se ztrácela v rokli. Soutěska byla asi sto metrů široká. Skály po obou stranách. Po levé straně se táhl drát telegrafní linky do blízkých rančů. Tom jel travnatým pásem, který silnici lemoval. Pojednou zastavil koně. Sklouzl ze sedla, nadzdvihl koníku levou přední nohu a prohlížel odborně podkovu – pak ale v rychlosti, kterou by člověk od tohoto letitého muže nečekal, strhl ze sedla brašnu i pušku a skokem byl za nejbližším balvanem.

Za balvany po pravé straně se ozvalo zaklení.

„Ten starý dědek nás viděl!“ ulevil si tvrdý hlas.

„Inu, hoši, stojíte proti slunci a váš stín jde až do půli silnice!“ volal Farguson.

Uplynulo několik minut.

Pak se ozval tichem rokliny znovu tvrdý hlas: „Dědo, dejte nám ty peníze, co máte v brašnách, a necháme vás odejít. Jinak zůstanete za tím balvanem hodně dlouho. Nevystrčíte ani nos, to vám slibujeme!“

„Chytrý Tom“ seděl v trávě kryt balvanem, v rukou svoji vinčestrovku.

„V tom je, mládenci, nějaký omyl. Vy nemáte mě, ale já vás! Jen zkuste vy vystrčit nos – dopadne to špatně!“

Tom se drbal v šedivé hlavě. Bylo vidět, že přemýšlí. Najednou mu kolem rtů rozehrál lehký úsměv. Skoro obřadně otevřel závěr své dvaadvacítky, poklekl a nadzdvihl širák nad okraj úkrytu.

V okamžiku houkl roklí výstřel a kulka pleskla Fargusonovi za zády do kamene. Farguson docílil toho, co chtěl. Hlaveň jeho vinčestrovky vklouzla nad okraj balvanu, krátké, ale přesné zamíření a – prásk! Kulka zasvištěla někam za divným cílem.

„Dědo, střílíte pánuobu do oken,“ se smíchem křičel jeden z darebů.

„I ba ne, chlapci. Já jsem si jenom zatelegrafoval o pomoc,“ zavolal Farguson rozjařeně.

„Hromy a blesky! Ten dědek přestřelil drát telefonní linky do ranče! Za chvíli tady budou jezdci hledat poruchu vedení!“ Mluvčí, jeden z banditů, chtěl rychlým skokem zmizet za nejbližšími

balvany, ale sotvaže ukázal nohu, Fargusanova vinčestrovka štekla a kulka pleskla po kožené nohavici. –

„Hybaj za balvan! Nebo ti pošlu druhou o pár coulů výš!“

Ještě jednou se pokusil jeden z mužů o únik, ale kulka Fargusonovy zbraně se mu zarazila tak těsně u nohy, že se raději skokem vrátil do bezpečí za balvan.

Tak uplynulo asi půl hodiny, když se na severní straně rokliny ozval dusot kopyt a vzápětí vjelo do soutěsky pět jezdců. Farguson vyčkal, až dojeli k telegrafní tyči, ze které visel přestřelený drát volně k zemi. Jezdci sestoupili z koní a chystali se poruchu odstranit. V té chvíli se ozval Tom:

„Hej, chlapci! Tamhle za tím balvanem máte někoho, kdo chtěl vaši výplatu!“

Jezdci udiveně hleděli na starého Fargusona, který vylezl ze svého úkrytu, třímaje pušku v jedné a sedlovou brašnu v druhé ruce. V další minutě byli silniční lupiči odzbrojeni. Jeden z jezdců poklepal starochovi na rameno:

„Jo, to je „Chytrý Farguson“, on si pro nás zatelegrafoval vinčestrovkou. – No, a peníze máte, co?!“

„Nic nemám! Žádné peníze! Já jsem ty mládence tak trochu zaměstnal, aby měl můj koník čas doběhnout sám na ranč. Ten zná za ta léta cestu dobře. Pospěšte si, já vím, že na ranči se už dávno vyplácí. Já ten kousek dojdou pěšky!“

Otakar Batlička – Podivín

Několikavagónový vláček lokálky z Balundy do Katendy se přikolébal za hlučného pískání do stanice. Přednosta se dvěma muži domorodé policie rychle odváděli z kolejí krávu, která se až do příjezdu vlaku pásala mezi kolejnicemi; jiný muž vyháněl z trati hejno tučných slípek.

Na nástupišti se tísní pestrá směsice lidí. V davu se třpytí bezvadně bělostný oblek důlního inženýra Derxe. Inženýr čeká na nádraží, aby přivítal svého kolegu Tenglera, který byl služebně přeložen až sem, do Katendy. Leccos se o Tenglerovi povídalo. Že prý byl přeložen pro několik žertíků, které se v dobré společnosti netrpí. Být přeložen do Katendy, to je skutečný trest! Daleko od civilizace, neuvěřitelně daleko. Jedinou zdejší zábavou je starý gramofon, několik silně obehnaných desek a kulečník s potrhaným plátnem. Nejhorší však je – místní ředitel dolu. Až do Balundy došly zprávy o přísné kázni, kterou v Katendě zavedla pevná ruka ředitele Archela.

Vláček stanul ve stanici. Z oddělení první třídy svižně vystoupil inženýr Tengler.

„Jsem inženýr Derx. Vítám vás jménem ředitele Archela a za všechny zaměstnance.“

„Děkuji!“ Oba mladí muži si tisknou pravice.

„No, a teď můžeme pokračovat jako kamarádi, ne? Já jsem Josef, ale hoši mi říkají Pepe!“

„Výborně! Mně říkali přátelé Kiki!“

Jdou k důlním barákům, které leží na samém úpatí hor.

„Poslyš, Pepe, jaká je tady vlastně služba? Říká se v Balundě, že ředitel je ras ve službě a jinak – podivín! Sbírá snad tak náruživě brouky nebo starý porcelán?“

„Nic takového, příteli! Náš starý má vlastně jen jeden takový podivný vrtoch: Po celou dobu, co je zde ředitelem, a to už je dvacet šest let, nesmí nikdo z mužstva ani inženýrů – hvízdát!“

„Co říkáš? Hvízdát? Myslíš jako pískat? Takhle...“ Tengler sešpulí rty a pohvizduje úryvek veselé písničky.

„Ano, tak! Nikdo neví proč, ale ískat se nesmí. Vyhodí bez milosti každého, kdo se opováží zapískat v ubikacích. Však ho poznáš, toho našeho...“

Inženýr Derx nedomluvil.

Za zády volně kráčejících mužů se ozval sytý, hluboký hlas: Ano, poznáte ho velmi brzy, pane inženýre... Jdu za vámi už od nádraží, a protože máme společnou cestu, byl jsem nucen vyslechnout váš rozhovor. Pánové, zvu vás, pohovoříme si trochu.

„Prosím!“ - posunek ruky ředitele Archela je neúprosný.

„Nemusíte se omlouvat. Kdekdo o mně říká, že jsem podivín. A to proto, že jsem zakázal všem zaměstnancům hvízdát! Inženýre Derxi, řekl jste svému novému příteli, že nikdo neví, proč jsem tento zákaz dal. Nikdo se mě však na to nezeptal! Každému stačil nápis ‚Hvízdání zakázáno!‘ Prosím, řeknu vám, proč se u nás nesmí hvízdát... Tak jako dnes inženýr Tengler, tak jsem i já kdysi přijel do tohoto hnízda. Třetího dne po příjezdu jsem seděl ve svém pokojíku a mydlil si tváře. Na stolku před sebou jsem měl zrcátko, takhle vlevo misku s mýdlem, no, a pískám si nějakou veselou písničku. Chvilími se dívám do malého zrcátka, pak padne můj pohled přes desku stolu a – víte, kam jsem se díval? Do očí – brejlovce! Půl metru nad stolem se tyčila ohydná hlava brejlovce egyptského a upírala na mne své žlutozelené oči. Okamžitě jsem si uvědomil, co se stalo.“

Víte přece, jak fakiři a krotitelé hadů vábí tyto potvůrky! Pískají jim, pánové, pískají! A pokud pískají, je brejlovec ve stavu jakési strnulosti, ale běda, kdyby se pískat přestalo!

Pánové, já seděl u stolu s namydlenou tváří, do půl těla svlečený, levou rukou jsem držel misku s mýdlem, v pravé štětku a pískal jsem svému návštěvníku, pískal a pískal. Pot se mi lil z čela; věděl jsem, že sebemenší pohnutí by znamenalo – smrt. Pískal jsem, co mi právě napadlo. Přehvízdal jsem všechny známé písničky, nesměl jsem přestat ani na vteřinu. Tělo mi už nucenou nehybností dřevěnělo... Pak mně napadla spásná myšlenka. Počal jsem ze všech sil hvízdát náš důlní signál: Pozor, nebezpečí! Pískal jsem čtvrt hodiny nebo hodinu, nevím. Můj signál zaslechl dozorce Daniro. Podíval se oknem, co se děje, a hned postřehl, v jakém jsem nebezpečí. Nemohl však střílet do místnosti. Hlava brejlovce a moje prsa byly od okna v jedné přímce.

A já hvízdal, až mi v hrdle vysychalo!

Dozorce Daniro byl však zkušený člověk. Vskočil do pokojíku a hlukem upoutal pozornost brejlovce na sebe. Had zaútočil, ale kule z dozorcova revolveru mu prolétla hlavou dříve, než se jeho jedovaté zuby mohly dotknout mého záchránce.

Pánové, od té doby nehvízdám a nedovolím, aby mé mužstvo hvízdalo. Víím, pískat jistě umíte všichni, ale také víím, že brejlovci jsou zde dodnes. Proto se u nás hvízdát nebude! A teď si, pánové, pohovořte, já musím po svých.“

Otakar Batlička: Na vlně 57 metrů, vydala Městská knihovna v Praze.



Málaga, případně Malaga, je přístavní město na jihu Španělska. Je centrem provincie Malaga. Po Seville je druhým největším městem v Andalusii a je šestým největším městem Španělska. Žije zde přibližně 577 tisíc obyvatel.

Ve městě se nachází mezinárodní letiště, přístav a univerzita. Díky příjemnému podnebí je Malaga jednou z nejoblíbenějších turistických destinací Iberského poloostrova.

V Malaze se narodili malíř Pablo Picasso, známý španělský politik z 19. století Antonio Canovas del Castillo nebo herec Antonio Banderas. V roce 2015 zde bylo otevřeno muzeum moderního umění Centre Pompidou Málaga, které je první zahraniční pobočkou



stejnojmenného muzea v Paříži. Malaga leží na západním pobřeží Středozemního moře na Costa del Sol (Pobřeží slunce), obklopují ji pohoří Sierra de Mijas a Montes de Málaga. Městem protékají řeky Guadalmedina a Guadalhorce, které ústí do Středozemního moře.

Zdroj: wikipedia



Náš rozhovor - Ludmila Lukavcová

Paní Ludmila Lukavcová je klientkou oddělení A1, kde žije od února 2020. S paní Ludmilou Lukavcovou hovořila aktivizační pracovnice Soňa Matysová.



Kde jste se narodila a vyrostla?

Narodila jsem se v Podolí, vyrostla jsem v Podolí, dítě křtěné Vltavou. Do školy jsem chodila také v Podolí. A pak jsem se přestěhovala na Spořilov, v 16 letech. Protože babička zemřela, tak do rodinného domku.

Z jaké rodiny pocházíte? Čím byli rodiče?

Tak moje matka byla švadlena a otec pracoval na dráze jako inspektor chemie, nebo jak bych to řekla. Přebíral oleje a benzín, pro dráhu. Jako chemik.

Co jste studovala, a proč?

Já jsem nestudovala, protože jsem žila, což můžu říct, v době komunismu. Udělala jsem zkoušky na dopravní průmyslovku, protože otec byl na dráze, ale brali ten rok kluky jenom, takže mě ne. Na poslední chvíli jsem se vyučila v drogerii jako prodavačka, což jsem dělala dva roky. Pak jsem šla na dráhu.

Kde jste tedy pracovala?

Pracovala jsem na dráze, na správě rekreačních a ubytovacích zařízení, jako provozní pracovník. Zaměstnanec u dráhy, měli jsme rekreace a ubytovny, pracovala jsem jako provozák. Kantýny jsem měla, inventury taky. Jezdila jsem po střediscích mimo Prahu, například Bedřichov, Kraskov, atp.

Kdy jste se vdávala? Bylo to z lásky nebo z praktických důvodů?

Ježíši! (*smích*). Vdávala jsem se v devatenácti letech, bylo to z lásky a vydrželi jsme spolu 50 let. Pak manžel zemřel a já jsem tady.

Kolik dětí jste spolu měli?

Jednoho syna. A shodou okolností manžel zemřel a druhý den nato zemřela manželka synovi.

Prožila jste šťastný rodinný a manželský život?

(*smích*) Asi bych se dneska nevdávala tak brzo. To asi určitě, kdyby člověk měl ten rozum. Takže normálně jsme žili.

Byli jste šťastní ?

No tak šťastný nešťastný... jednou nahoře, jednou dole. Nebylo tolik peněz.

Když se ohlédnete ve svém životě, co bylo nejlepší?

Asi to narození syna a mládí, že ano. To bylo nejlepší.

Jaká zkušenost vás dál ovlivnila v životě?

Nevím. Není tam nic zásadního.

Na co nejraději vzpomínáte?

No asi na to dětství, mládí, že ano. Školní léta, a i na tu dráhu, jak jsem pracovala, na kolektiv. Co jsem žila, celý ten život, tak si vzpomínám.

Co považujete za svůj největší životní úspěch?

Možná to, že jak jsem byla na té dráze, tak tam se mi přehodily myšlenky na postup. Měla jsem konkurzy na nové místo a to jsem vyhrála. To mě těší. Napřed jeden konkurz, tam jsem dělala chvíli, a poté druhý, a tam jsem pracovala až do důchodu. Předčasný důchod kvůli nemoci.

Věříte na zázraky?

To je otázka. Možná ano, někdy člověk řekne, že se stal zázrak. Jednou jsme byli na dovolené od ČKD, kde jsme s manželem pracovali, v Babiččině údolí na rekreaci, a to bylo kousek vlakem do Trutnova. Z Trutnova jel vlak do Krkonoš, kam jsme měli jet k jednomu řidiči na chalupu. V pátek jsme tedy jeli, ale vlak měl velké zpoždění. A tam v Trutnově, což jsem nevěděla, byly tři stanice. Dolní, střední a horní nebo hlavní, myslím, nejsem si teď jistá. A protože bylo to zpoždění, bylo mi jasné, že spoj, který jede na další zastávku v Trutnově, a dál pokračuje do Martinice v Krkonoších, nestihneme. Také že nestihli. Další spoje jeli až za dlouho. Asi 14 dní byla zima, ale ten den bylo opravdu vedro a měli jsme s sebou nabalené plné kufry, kolem jen kopce a ani jsme nevěděli, kde přesně ta chalupa je. To bylo zoufalé. Prošla průvodčí a říkala, že venku je autobusová zastávka. Ovšem asi půl hodiny jsme čekali a autobusy nejely. Tak jsme se vrátili zpět na stanici. Nazpět jel jedině rychlík ze Svobody nad Úpou, a to až v deset večer. Šla jsem se ještě jednou podívat k silnici, kde jezdila auta, a najednou vidím toho známého, ke kterému jsme jeli, jak vystupuje z auta. Prý si jel pro pivo. Tak to byl zázrak.

Co byste vzkázala budoucím generacím?

Asi bych jim vzkázala, aby byli ohleduplní, aby mysleli na rodiče. Také aby se k sobě slušně chovali.

Pro časopis Hájek připravila Soňa Matysová.

Srpnová výročí

1.8.1832 byl zahájen provoz na koněspřežné železnici z Českých Budějovic do Lince, první železniční trati v Čechách. Dráha České Budějovice – Linec byla první veřejná koněspřežná železnice na evropském kontinentu. Sloužila především dopravě soli z hornorakouské Solné komory do Čech. Provozovala ji K.K. privilegierte Kaiserin Elisabeth-Bahn, trať byla dlouhá 128,8 km. Vozy vyjížděly z budějovického Pražského předměstí. Na trati bylo 10 stanic, z nichž 6 bylo tzv. přepřahacích, v nich se vyměňovaly koňské potahy. Náklady se solí nebo dřevem se převážely po celý rok. Osobní doprava fungovala pouze v létě. Osobní vozy se podobaly dostavníkům s kapacitou od šesti do čtyřadvaceti míst ve dvou třídách. Cesta trvala 14 hodin. Vozy vyjížděly pravidelně v pět hodin ráno a křižovaly se u hornorakouského Kerschbaumu. V době zahájení provozu koněspřežky už v Anglii a v Americe vznikala parostrojní železnice a v následujících letech se rozšířila do dalších zemí. Společnost západní dráhy císařovny Alžběty, které koňka na konci 60. let 19. století patřila, se musela těmto okolnostem přizpůsobit a začala přestavovat koňskou dráhu na železniční trať. Přestavba probíhala od roku 1868 do zimy 1873. 20. prosince 1873 byl zahájen lokomotivní provoz na celé trati z Budějovic do Lince.

11.8.1877 vzlétl Josef Vydra balónem ze zahrady nuselského pivovaru a stal se tak prvním českým pilotem. Josef Vydra (1836 - 1911) byl pražský taneční mistr, hudební skladatel a amatérský vzduchoplavec. V letech 1874 a 1875 několikrát navštívili Prahu francouzští akrobaté Henri Beudet a B. Sivel. Pokaždé se vznesli balónem z Rajské zahrady a během letu předváděli obecenstvu cvičení na hrazdě. Jejich vystoupení měla velký ohlas. Inspirovala také mistra Vydra. 8. srpna na zkoušku vzlétl z nuselské zahrady a asi po deseti minutách bez problému přistál. První let pro publikum proběhl 11. srpna. Na dvoře nuselského pivovaru byla postavena kamna, v nichž se topilo slámou a horký kouř byl vháněn do balónu, nataženého nad nimi. Za přítomnosti tří set diváků v zahradě a dalších na okolních návrších se naplněný balon vznesl a s Vydrou mířil směrem k Vyšehradu. Po pěti minutách začal ale prudce klesat a dopadl do zahrady blázince Na Slupi. Vydra se nezranil, ale balón se při pádu protrhl. Josef Vydra ve svých pokusech pokračoval, poslední start se konal 26. srpna na Střeleckém ostrově. Let se nevydařil, balon se protrhl a potlučený vzduchoplavec přistál na střeše domu ve Vladislavově ulici. Tím Vydrova letecká dobrodružství skončila, ale označení prvního českého pilota mu zůstalo.

11.8.1882 byl v Praze zahájen veřejný telefonní provoz. První telefonní linka v Česku byla uvedena do provozu 10.4.1881, a to na vzdálenost dvou a půl kilometru mezi správou dolu Georg Hartmann v Ledvicích a nádražím v Duchcově. Linku dal vybudovat saský podnikatel Richard Hartmann. První telefonní linka v Praze, konkrétně ve Vysočanech, byla uvedena do provozu koncem května 1881. Pražská telefonní ústředna pro prvních 11 účastníků zahájila provoz 11. srpna 1882, nacházela se na Malém rynku (dnes Malé náměstí), v domě U Rychtrů. Jeden z prvních telefonů měl Vojta Náprstek. Ke konci roku 1882 byl vydán první telefonní seznam, který již obsahoval několik desítek účastníků. V roce 1911 se v Praze objevily první telefonní budky. Telefonní budky začaly pozbývat na významu s nástupem mobilních telefonů. V roce 2021 byla odstraněna poslední.

2.8.1892 byla jako základní peněžní jednotka v Rakousku-Uhersku zavedena koruna. Na rozdíl od předchozí stříbrné měny byla vyvážena zlatem – 1 kg čistého zlata obsahoval 3280 korun. Jedna rakousko-uherská koruna se skládala ze 100 haléřů. Do zavedení koruny se užíval zlatý (zlatka, florin). Nová koruna vycházela ze zlatého v poměru 1 zlatý = 2 koruny. Díky tomu se doposud používá označení “pětka” pro desetikorunu, protože takovou hodnotu právě pětka měla. Od dob Rakouska-Uherska vydržela koruna na našem území dodnes, i když se několikrát proměnila. Roku 1918 vznikla československá koruna, platná až do roku 1993. Toto období však narušil protektorát v letech 2. světové

války, kdy byla protektorátní koruna podhodnocena ve prospěch říšské marky. Po ukončení války byla provedena měnová reforma, která redukovala používané měny na našem území a současně s ní proběhlo i znárodnění bank. Korunou se dnes v Evropě platí také v Dánsku, Norsku, ve Švédsku a na Islandu.

1.8.1912 začal provoz na nejvýše zbudované železniční stanici Jungfrauoch v Evropě ve výšce 3 454 m n. m. Jungfraubahn (JB) je úzkorozchodná ozubená dráha v Bernských Alpách, spojující horu Jungfrau s horským průsmykem Kleine Scheidegg jižně od švýcarského města Interlaken.

Tať má čtyři stanice, dvě z nich jsou umístěny v traťovém tunelu (dlouhý 7122 m – tvoří 80 % délky celé trati), vyraženém do hor Eiger a Mönch. Cestující se z těchto dvou stanic mohou skrze prosklené stěny kochat pohledem na okolní krajinu. Vrcholovou stanicí je Jungfrauoch, nejvýše položená železniční stanice v Evropě v nadmořské výšce 3454 m, odtud pochází i označení "Top of Europe". Celkové převýšení celé trati činí 1 393 m. Trať je elektrifikovaná, délka tratě je 9,3 km, průměrná rychlost vlaků dosahuje 27 km/h.

6. - 21. srpna 1932 se v Benátkách konal první ročník nejstaršího filmového festivalu v Evropě i ve světě. Festival se každoročně koná koncem srpna či začátkem září na ostrově Lido v Benátkách v Itálii. Festival byl v roce 1932 založen hrabětem Giuseppe Volpi di Misurata. Promítání probíhá v historickém Palazzo del Cinema na Lungomare Marconi. Benátský filmový festival patří mezi světově nejproslulejší filmové festivaly a je součástí benátského bienále, což je jedna z nejvýznamnějších výstav a festivalu současného umění. Hlavní cenou je Zlatý lev pro nejlepší film festivalu, a Coppa Volpi, která je udílěna nejlepšímu herci a nejlepší herečce. Roku 1934 zde mimořádného mezinárodního ohlasu dosáhl československý koprodukční film G. Machatého Extase. V Benátkách ale českoslovenští tvůrci uspěli v minulosti vícekrát. Zastoupení budou i letos.

V létě roku 1947 postihlo Československo extrémní sucho. Velmi suché bylo již jaro a suchá epizoda pokračovala až do podzimu. Sucha se nepravidelně objevují po celou historii. V minulosti byla sucha vyvolána především nedostatkem srážek, nyní je vyvoláváno spíše nárůstem teplot než tím, že by nám dramaticky klesaly srážky. Sucho z dubna až října 1947 bylo podle chybějícího množství vody na většině toků i z hlediska trvání zřejmě nejhorší za sledované období cca dvou století. Úporné sucho a teplo způsobilo zemědělcům velké škody a podle tehdejších meteorologů se vystupňovalo v živelní pohromu prvního řádu. Zoufalou situaci v zásobování potravinami tehdy Československu pomohl řešit SSSR dodávkou 600 000 tun obilí.

Ve dnech 7. až 18. srpna 2002 postihla Českou republiku katastrofální povodeň. Povodeň zasáhla i další území v Chorvatsku, Maďarsku, Německu, Polsku, Rakousku a Rumunsku. Spolu s povodněmi na Moravě v roce 1997 patří k nejtěžším přírodním katastrofám moderní české historie. Silné dlouhotrvající deště způsobily vzestup hladin řek Vltavy, Labe, Dunaje a jejich přítoků. Toto vzednutí dosáhlo úrovně stoleté a postupně až pětisetleté či tisícileté vody. Nejvíce postiženými oblastmi v Čechách bylo povodí Vltavy, dolní tok Labe a povodí Ohře a na Moravě povodí Dyje. V ČR zahynulo sedmnáct lidí, pražská ZOO přišla o 134 zvířat, v 6 krajích ČR byl vyhlášen stav nouze. Povodeň těžce zasáhla více než 700 obcí, 225 000 osob bylo evakuováno, škody činily více než 73 miliard Kč, z toho 7 miliard v pražském metru. Provoz metra byl plně obnoven až v březnu 2003. V Evropě povodeň způsobila smrt desítek lidí a škody v řádech miliard eur. Letos od této katastrofy uplyne právě dvacet let.

Zdroj: wikipedie, ČTK, <https://www.idnes.cz>

INFORMACE Z DOMOVA



Vycházky do Miličovského lesa

Za chladného počasí se společné vycházky konat nebudou. Místo vycházek bude každé pondělí na sále „Filmový klub“.

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.

EXPOZICE PERNÍKOVÁ CHALOUPKA

V prostorách vrátnice můžete vidět naši expozici Perníkové chaloupky, která byla na výstavě v Lysé nad Labem v soutěži Šikovné ruce našich seniorů.

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.

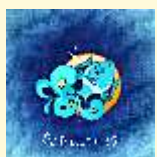
Schůzka
důvěrníků
s vedením
domova se uskuteční
ve středu 3. 8. 2022
od 10:00
v sále.

Srpen



Kozoroh - 22. 12. – 20. 1.

Pravidelný pohyb pomáhá vašemu trávicímu traktu víc, než si myslíte. Skvěle prokrvuje vaše svaly.



Vodnář - 21. 1. – 20. 2.

Potěší vás to, jak s vámi komunikuje váš přítel. Je vidět, že jeho důvěra ve vás je zpět a vy se opět můžete radovat.



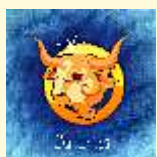
Ryby - 21. 2. – 20. 3.

Cvičením na uvolnění hrudní páteře dopřejete plicím prostor na příjem vzduchu. Správné dýchání procvičujte.



Beran - 21. 3. – 20. 4.

Díky uvolněné atmosféře se vám daří báječně zvládat vše, co jste si předsevzali. Jste se sebou spokojeni.



Býk - 21. 4. – 21. 5.

Držte se úkolů, které jste si předsevzali a neustupujte z cesty. Řešení je před vámi. Zvládnete to.



Blíženci - 22. 5. – 21. 6.

Hořčík je důležitým prvkem, který tělo zbavovuje křečí a podporuje správnou funkci srdce. Doplníte ho z ořechů.

HOROSKOPY



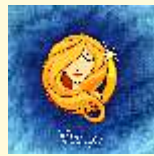
Rak - 22. 6. – 22. 7.

Bude to ještě trochu drhnout mezi vámi a vašim okolím. Máte pocit, že děláte pro ostatní mnohem víc než oni pro vás.



Lev - 23. 7. – 22. 8.

Ledviny byste měli udržovat v létě v dobré kondici, především dodržováním správného pitného režimu. Je třeba je



Panna - 23. 8. – 22. 9.

Váš nový idol vás může pouze nabíjet pozitivní energií a nadějí, že mezi vámi je to v naprostém pořádku. To je skvělé.



Váhy - 23. 9. – 23. 10.

Pro to, aby vám střeva fungovala správně, potřebuje tělo více vlákniny. Celozrnné pečivo je ideální volbou.



Štír - 24. 10. – 22. 11.

Nesnižujte se k tomu, abyste svému protějšku prohledávali soukromou konverzaci v telefonu či v počítači.



Střelec - 23. 11. – 21. 12.

Ořechy nebo mandle konzumujte v přirozené podobě, nikoliv pražené či solené. Jedině tak tělu udělají službu.