

# HÁJEK

červen  
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.**

*Ausburherová Jana,  
Čechová Anděla,  
Dittmayerová Jana,  
Zábranská Jaroslava.*

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  
GUE  
PRA  
GA  
PRA  
G

## 1) Co to jsou letnice?

- a) Svátek oslavující konec jara a začátek léta.
- b) Svátek brzkého příchodu Velikonoc.
- c) Svatodušní svátky.

## 2) Dušan Klein (27. června 1939 – 9. ledna 2022) byl český režisér a scenárista židovského původu. Jaké bylo jeho rodné jméno?

- a) Július Klein
- b) Dušan Ružiak
- c) Július Ružiak

## 3) Kde proběhla poprava 27 českých pánů 21. června 1621?

- a) Na nádvoří Pražského hradu.
- b) Na Staroměstském náměstí.
- c) Na Letné.

## 4) Jaromír Nohavica (\*7. června 1953) je český folkový písničkář, textař, libretista, osobitý zpěvák, skladatel a kytarista. Odkud pochází?

- a) Praha
- b) Olomouc
- c) Ostrava

## 5) Svatojánská noc z 23.6. na 24.6. je spojena s mnoha tradicemi a magickými rituály. Co musela udělat dívka, aby se dozvěděla, kdo bude jejím ženichem?

- a) Uvít věneček z devatera květů.
- b) Přeskočit oheň.
- c) Vykoupat se o půlnoci v ledové vodě.

## 6) Jan Hřebejk (\*27. června 1967) je český režisér.

## Který film nenatočil?

- a) Šakalí léta
- b) Rebelové
- c) Pelíšky

## 7) 10. června 1942 byla vyhlazena obec Lidice a 24. června 1942 byly z mapy vymazány i Ležáky. Co těmto hrůzným událostem předcházelo?

- a) Vyhnání Čechů ze Sudet.
- b) Atentát na Adolfa Hitlera.
- c) Atentát na říšského protektora Reinharda Heydricha.

## 8) Karel Höger (17. června 1909 – 4. května 1977) byl český herec s kultivovanou výslovností. Zahrál si např. hlavní roli ve filmu Krakatit (inženýra, který vynalezne výbušninu neobyčejné síly). Jak se tato postava jmenovala?

- a) Ing. Prokop
- b) Ing. Hegl
- c) Ing. Pragner

## 9) Okolo 21. června nastává letní slunovrat. Co to znamená?

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

## 10) Václav Klaus (\*19. června 1941) je český ekonom a politik.

## V letech 2003–2013 zastával úřad prezidenta České republiky.

## Byl členem a spoluzakladatelem jaké politické strany?

- a) SPO - Strana Práv Občanů.
- b) ODS – Občanská demokratická strana.
- c) ČSSD - Česká strana sociálně demokratická.

**Vážení čtenáři a luštitelé,**

na otázky z květnového kvízu odpovědělo 23 čtenářů.

**Deset správných odpovědí měli:**

**Marie Černohorská, Danuše Hrubá, Marie Illnerová, Hana Moravová a Karel Pešťák.**

**Devět správných odpovědí měli:**

**Věra Adamcová, Přemysl Červenka a Anna Legnerová.**

**Osm správných odpovědí měly:**

**Růžena Leinerová, Danuše Měšťanová a Hana Salačová.**

**GRATULUJEME!!!**

Nejvíce vás potrápily otázky č. 8 a 10.

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

Zde si můžete přečíst správné odpovědi.

**SPRÁVNÉ ODPOVĚDI**

1) b – Slavnosti sněženek

2) c – Český Brod

3) a - Možná přijde i kouzelník

4) b - Kostel sv. Cyrila a Metoděje

5) c - Hoštice

6) a - plodnost a ochranu proti zlým silám.

7) b - dechovky

8) c - 2004

9) b – Olympic

10) a - později sucho a neurodí se žito.



Pondělí 14:00 SÁL

## FILMOVÝ KLUB

*Za špatného počasí se nebudou konat společné vycházky do lesa.  
Místo vycházek bude každé pondělí na sále promítán film.*

1. 6. středa 10:00 SÁL

## DŮVĚRNÍCI

*Setkání zástupců obyvatel s vedením domova.*

1. 6. středa 14:00 SÁL

## HUDEBNÍ KLUB

*Hana Zagorová – přijďte si poslechnout známé písničky.*

7. 6. úterý 10:00 SÁL

## SETKÁNÍ S DĚTI ZŠ MIKULOVA

*Pojďte se potěšit krátkým vystoupením dětí ze ZŠ a následnou debatou s dětmi.*

8. 6. středa 14:00 SÁL

## CESTOVATELSKÝ KLUB

*Přijďte si poslechnout informace a prohlédnout fotografie Pompejí.*

22. 6. středa 10:00 – 16:00 VELKÁ ZAHRADA

## TUZEMSKÝ UM

*X. ročník našich sportovních her s doprovodným odpoledním programem – živá hudba a občerstvení.*

23. 6. čtvrtek 10:00 ERGOTERAPIE

## BÁBOVKY

*Oslava červnových narozenin našich obyvatel.*

30. 6. čtvrtek 10:00 VELKÁ ZAHRADA

## ZOOTERAPIE

*Přijďte se setkat se zvířaty – minihorsem, kozlem a psem.*

30. 6. čtvrtek 14:00 VNITŘNÍ ZAHRADA

## ZAHRADNÍ SLAVNOST

*Přijďte si zkusit zažonglovat a užít si příjemnou hodinu, tentokrát s Adamem.*

**pořádá Domov pro seniory Háje**  
**pořádá aktivizační úsek**  
**pořádá Církev bratrská**



## KALEIDOSKOP

**102. výročí - Výročí 102.  
narozenin našich klientů**



**Májová veselice -**  
Krásná oslava máje  
protkaná recitacemi,  
písňemi, maskami,  
soutěžemi a  
příjemnou náladou.





**Výroba masek – Příprava masek na Májovou veselici**



**Milíčovský les – pravidelné pondělní vycházky do Milíčovského lesa**





**Průhonický park – Výlet  
do zámeckého parku  
v Průhonicích**





## Literární dílna

### Karel Pešťák – Filipojakubská noc

Je duben. Poslední den.  
Z lesů, bažin a okolí  
podivné bytosti  
derou se ven.

Slunce již zapadá.  
Přichází tajemná nálada.  
Až ohně zahoří,  
to bude paráda.

Zatím však za zdmi hřbitova  
pár světel svítí.  
Voní zde hřbitovní kvítí  
a z domků na návsi  
ozývá se psů vytí.

Náhle nad zemí proletí koště.  
Na něm sedí podivná bytost  
a chechtá se sprostě.  
V puse pár černých zoubků,  
na bradě hrst dlouhých chloupků.  
Na krku dlouhého hada,  
za ocas pařátem  
černého kocoura tahá.

Babizny, upíři, sovy a černí psi,  
skřítky a bludičky.  
Všechno to hýří.  
Nyní sem přilétli i černí netopýři.

Je třeba udělat řádění konec.  
Zavolat sluníčko a rozzvonit zvonec.

Až vyjde sluníčko,  
bude již máj.  
Na stráni pod lesem  
bude zas ráj.



## Marie Vaňková - Spánek?

Asi mne na chvíli přemohl spánek. Probudila mě neobyčejně silná vůně. Působilo to jako směs kadidla a hořících svíček, ale kolem byla tma. Jen z dálky zaznívaly varhany a nesl se krásný hlas, zpívající „Ave Maria“. Kde to jsem? Otřásla jsem se zimou, ležela jsem na studené kamenné desce a kolem mne proudil čerstvý vzduch a občas silná vůně kadidla a svíček, ale jinak byla všude tma. Najednou se deska pohnula a já s ní někam padala, sice pomalu, ale stále hloub a hloub, a kolem mne se pomalu začalo rozednívat, a najednou mě oslnilo rudé světlo a polilo mě velké horko. Připadala jsem si, jako když padám do pece. To je konec? Jsem v krematoriu a mé bolavé tělo bude spáleno? No konečně se zbavím svých bolestí a starostí o své blízké i vzdálené, ale co oni? Oni tu musí v 21. století žít a strachovat se o sebe a své děti, jestli nějaký blázen a jemu podobní nezmáčknou nějaký knoflík a nezničí plno nevinných, kteří chtějí žít v míru a pohodě. Co je to za lidi, kteří hledí jen na svůj majetek a moc, a touží zotročovat nevinné lidi. A kde je Bůh, o kterém se stále mluví, jak se může na tohle dívat? Podplatili ho také svými krvavými penězi? A nebo není a vymysleli si ho zase jiní kdysi, aby si udrželi moc nad obyčejnými lidmi? Jistě nejsme na světě sami, nad námi je plno jiných světů a planet, kde žijí nějakí tvorové, kteří jsou jistě vyspělejší než náš svět a diví se, jak tu žijeme a co se tu děje. Možná by chtěli pomoci a nemůžou, a nebo čekají, až jak to tu dopadne, až se zničíme sami, a oni naši planetu obydlí, protože si svoji planetu také zničili? Co je to v člověku, že páchá takové ohavnosti a zabíjí pro mamon a moc ostatní lidi? Vždyť ani zvíře není tak kruté, aby vybito svůj rod, zabíjí jen aby se nasytilo a nic víc. Kdo má na tohle odpověď? Kdo? Honilo se mi plno otázek hlavou, ale náhle jsem se probudila celá zpocená ve své posteli, polo sedíc a polo ležíc a v televizi šel pořad o Ukrajině, nic pěkného. Byla jsem opět v realitě a ne ve snu.

## Marie Vaňková - Vodníci Matěj a Karel

Na kraji malé vesničky byl velký rybník, ve kterém žil vodník Matěj, žil si tam sám a byl tam spokojený. Žádné rozbroje s lidmi neměl, naopak ho měli lidé rádi, neboť jim hlídal děti, když v rybníce dováděly. Lidé z vesničky mu na staré vrbě udělali pěkné sedátko a k němu žebříček, aby mohl dobře vylézt, neboť už mu nohy také moc nesloužily.

Děti mu říkaly náš dědoušek Matěj, protože už měl bílé vousy a vlasy, na kterých měl starý červený klobouček a také červené kalhoty a na kolenou zelené záplaty, protože měl rozbitá kařata, jak lezl po kolenou, když chytal starého sumce Pepu, aby mu dal kapky na kašel. Ten rošťák je nechtěl brát a vždy mu utíkal. No vlastně se pomaličku šoural po dně rybníku, protože byl už také moc starý. Matěj si zelený kabátek s pěti červenými knoflíky hodil přes opěradlo sedátka, protože bylo horko, zapálil si svoji fajfku a klidně bafal a koukal se po celém rybníku, jestli je vše v pořádku. Teď byl klid, děti byly ve škole, přijdou až odpoledne, až si napíší úkoly. Pak začne rachot. Všechny ryby se schovají do rákosí, aby se omladině nepletly mezi nohy. Starý rak s mladými ještě brouzdají po okraji rybníka a hledají něco na zub. Děda Ferda poklimbává u svého prutu pod dubem a veverka Zuzka ho pozoruje a čeká, až mu zvoneček u prutu zacinká a oznámí, že kapřík Pěťa si zase dělá z dědy legraci. Oba se moc dobře znají, Pěťa se totiž jednou chytil na dědovu udičku, ale děda ho zase pustil, jako jiné ryby. A od té doby tam háček nenechává, jen malé olůvko, ale Pěťovi zbyla malá jizvička v tlamičce po háčku, jak ho děda vyprošťoval. Děda Ferda si chodí k rybníku trochu odpočinout od své ženy, která ho pořád

honí, aby něco dělal. Ale jinak je to hodná žena, která dbá na dědovo zdraví.

A tak čas plynul dále, léto pomalu končilo, stromy se barvily do žluta, červena a oranžova.

A jednoho podzimního dne se objevil u rybníka záhadný turista s rancem na zádech a kyblíkem v ruce. Na hlavě měl starý rozdrbaný zelený klobouk skoro mechem obrostlý, zelený dlouhý kabát, na nohou rozšmajdané boty, zrzavé vlasy a vousy, které mu sahaly pomalu až na prsa, mračil se a brblal. Vodník Matěj, který seděl na své židli na vrbě a chytal poslední podzimní paprsky, ho poznal a podivil se, co tu dělá. Byl to totiž mladý vodník Karel z nedalekého rybníka v lese u Ouholiček.

Občas, když byl sjezd vodníků v Písku, tak spolu prohodili pár slov, ale jinak to byl nemluva, jen pořáde pro sebe něco mumlal a mračil se. Žádná zábava s ním nebyla, a teď se objeví tady – co tady chce? Vodník Karel se rozhlédl a uviděl Matěje na vrbě, jak se vyhřívá, něco zamumlal a pozdravil, docela hlasitě, aby ho Matěj slyšel, ten mu odpověděl a hned se ptal, co tu hledá. Karel začal přešlapovat a zkroušeně řekl, že nový domov. Z jeho rybníčku mu lidé udělali koupaliště a on nemá kam jít. A tak si vzpomněl na Matěje a jeho krásný rybník, a jestli by ho nechal zde přebývat. A Matěj, že byl dobrák a bylo mu Karla líto, ta řekl, že jó, ale má pár podmínek. Za prvé se musí dát do pucu, oholit a ostříhat, aby tady nestrašil děti a lidi. Za druhé nemračit se a nemumlat, aby mu neplašil ryby, a za třetí, aby mu pomohl občas s hlídáním dětí, aby nespady do rybníka. Pak se ho zeptal, co má v ranci a v kyblíku. Karel řekl, že v ranci má pár malovaných hrnečků s pokličkami, které si koupil na trhu v Písku, a že do nich schovává šnečí ulity a krásné kamínky, které našel podél lesní cesty, a v kyblíku si nese svou kamarádku paní sumcovou. To se líbilo Matějovi, neb si hned vzpomněl na svého sumce, že tu bude mít kamarádku. Matěj měl také na polici pár malovaných hrnečků, které podědil po dědovi, a v nich neschoval dušičky, nýbrž duhové kuličky, které dostal od dětí, aby si s nimi mohl zahrát kuličky. Karel mu vše slíbil, podali si ruce a Matěj mu řekl, ať se nastěhuje na druhý konec rybníka, že tam dříve bydlel jeho dědeček. Karel byl rád, že má kde bydlet a poděkoval hlasitě Matějovi. Na druhém konci rybníka byl malý lesík a u něho bydlel v chaloupce starý dřevorubec s dcerou. Nebyla to žádná krasavice, měla jednu nohu kratší, takže kulhala, ale byla to moc milá a pracovitá holka, která se o svého otce vzorně starala a ráda se chodila večer do rybníka koupat. Jednou zase zašla k rybníku a uviděla tam krásného rudovlasého hochu a moc se jí zalíbil. On ji také uviděl a byl rudější než jeho vlas, takové děvče ještě neviděl. Usmál se na ni a dali se do řeči a mluvili a mluvili, až vyšel měsíc, a ten se na ně díval a díval, až přišel černý mrak a byla tma a oni si teprve uvědomili, že už je noc. A hádejte, kdo byl ten rudovlasý mládenec, no přece vodník Karel. Dal se do pucu, jak mu poradil vodník Matěj, a zamiloval se do Andulky, tak se jmenovalo to děvče, co bydlelo u lesíka v chaloupce. Karel docházel do chaloupky častěji a častěji, až z toho byla svatba a brzy i malý vodníček Emilek.

Vodník Matěj z toho měl radost, že se z protivného, mumlajícího Karla stal pěkný hoch a dokonce pečlivý otec. A ještě jednu radost měl, jeho sumec Pepa se skamarádil s Karlovou sumičkou Eliškou a jejich přátelství také nezůstalo samo, měli dvě sumčata a ta se pak proháněla s Emilkem v rybníku, no byl na ně krásný pohled. Děda Ferda se chodil již také se svými vnoučaty na ně koukat a někdy nevěděl, kdo je kdo, protože ve vodě už skotačila i jeho vnoučata. Matěj se v zimě přestěhoval do chaloupky ke Karlovi, Aničce a jejímu otci, a malému Emilkovi vyprávěl pohádky o starých časech, kdy ještě někteří vodníci byli postrachem lidí.

### Drazí přítelé

míváte také občas pochybnosti, když se k vám dostávají různé informace? Jak často přestáváme důvěřovat tak velkému toku různých zpráv, různému tvrzení? Člověk má mnohdy zmatek, v tom přísunu jedné informace za druhou. A tak si mnohdy řekneme, to nebudu vůbec řešit, to je vyčerpávající. A do tohoto myšlenkového pochodu přichází téma víry, naděje a lásky. A tak si mnozí řeknou, to jsou jen takové pojmy, které často nelze ani uchopit, ani podle nich žít ten náš pozemský život. Jak často kolem nás není ani prostor k tomu, abychom věřili, abychom měli naději, aby nás někdo miloval. Přesto bez víry, bez naděje a lásky nedá se žít. Od rána do večera musíme věřit, věřit lékařům, sestřičkám, které o nás pečují, vždyť oni nám přinášejí naděje, že nám léky, zdravotní péče prospěje, aby ten život byl příjemnější, abychom v těchto momentech cítili prvky lásky.

A tou největší informací, kterou bychom neměli nikdy přeslechnout, jsou Ježíšova slova: „Já jsem cesta, pravda a život. Jít za Ježíšem, to je cesta naděje lásky. Ježíš je také pravda. On to s námi myslí dobře, on nás miluje, on nás nechce podvést. Ale on je také život. On dává smysl tomu našemu životu. Mnoho lidí si stěžuje: „Mě ještě nikdo neměl doopravdy rád. O mne nikdo nestojí!“ - Jednoduchá odpověď: „Ty jsi milován! Možná o tom ani nevíš, ale sám Bůh ti projevil svou lásku.“ Neříká: „Budu tě milovat, až se změníš, až se polepšíš.“ Jeho láska je bezpodmínečná. A není to jen slovo (nepodložené skutkem), ale čin. Bůh nás tak miloval, že za nás obětoval svého Syna Ježíše, aby naše viny byly odpuštěny. A každý, kdo v Ježíše věří, může získat pokoj pro svou duši a každý den žít z Boží lásky. Boží láska znamená: Počítám s tebou. Boží láska znamená: Myslím na tebe. Boží láska znamená: Naslouchám ti. Boží láska znamená: Jsem stále s tebou. Jsi milován - právě takový, jaký jsi. Jen Bůh ví, co je pro tebe dobré, proto má pro tebe jistý návrh, který chce s tebou společně uskutečnit. Kvůli

tvému štěstí Bůh si přeje, abys do toho plánu mohl nahlédnout. - „Neboť to, co s vámi zamýšlím, znám jen já sám, je výrok Hospodinův, jsou to myšlenky o pokoji, nikoli o zlu: chci vám dát naději do budoucnosti“ (Jer 29,11) - Tak vypadá Boží láska a právě tak tě miluje Bůh.

Bůh tě prosí o jedno - „Dovol, abych tě mohl mít rád. Abych tě mohl obejmout.“ Neodkládej své rozhodnutí, čas běží, hodiny jdou stále dopředu. Cokoliv uděláš, Bůh bude respektovat tvé rozhodnutí a tvá slova vezme velmi vážně. On tě k ničemu nenutí, protože tě miluje. Dáš šanci Ježíši Kristu...? Jestliže se dva lidé mají rádi, tráví společně hodně času. Vždy si najdou čas na to, aby se setkali. Jestli chceš, aby tvoje láska k Ježíši rostla, musíš s ním trávit čas. Musíš se s ním setkávat. Takové setkání se nazývá modlitba. Říkej Ježíšovi o tom, co prožíváš, jaké máš problémy, co tě těší, co očekáváš, ale také poslouchej, co on ti chce říct. Vždy se modli upřímně. Před Ježíšem nemusíš nic předstírat. Zvláště jde o tvůj osobní kontakt s Ježíšem. Naší jedinou cestou je víra v Ježíše Krista, který dobrovolně přišel a vstoupil do našich dějin „pro nás a pro naši věčnou budoucnost“. A to je nejdůležitější informace pro nás lidi, žijící v dnešní době, v době, kterou prožíváme každým dnem, v každé minutě.



**Váš jáhen Pavel Urban**

**Rozloučili jsme se:**

*Hájková Anna*





**1) Doplňte křestní jména známých herců:**

\_\_\_\_\_ Kemr  
\_\_\_\_\_ Sovák  
\_\_\_\_\_ Kopecký  
\_\_\_\_\_ Menšík  
\_\_\_\_\_ Sobota  
\_\_\_\_\_ Nárožný  
\_\_\_\_\_ Hanzlík  
\_\_\_\_\_ Nový

**2) Najděte nadřazené pojmy pro následující slova:**

Smrk, borovice, jedle, jalovec =  
Vidlička, nůž, lžíce, lžička =  
Itálie, Francie, Španělsko, Irsko =  
Panna, kozoroh, rak, střelec =  
Kalahari, Sahara, Gobi =  
Libra, rubl, dolar, euro, rupie =  
Bílá paní, hejkal, jezinka, vodník =

**3) Básnění aneb napište rým k zadaným slovům:**

MRAK –  
ŠÍŠKA –  
ŠÁTEK –  
LÁVA –  
SÍDLO –

**4) Přesmyčky mužských a ženských jmen:**

ÍNVALPA.....  
HÍMROYR.....  
RISLOMAVA.....  
PĚŠNÁT.....  
CHRADIR.....  
UNAZAZ.....  
AKHVIDE.....

**5) V následujícím úkolu se pomíchala různá přísloví do sebe. Zkuste je opravit.**

co je v domě, **to je čertem**

jablko **předchází** pád

práce **nikdy nespí**

host do domu, **jiná ves**

všechno zlé je **moudřejší večera**

více hlav **dobře mete**



**Meloun jako super potravina: Posiluje imunitu, chrání kůži a pomáhá hubnout!**

***Máte raději ovoce, nebo zeleninu? V případě melounu se nemusíte rozhodovat, patří totiž do obou skupin! Je příjemně sladký, přitom nízkokalorický, a ještě k tomu může vaše tělo zásobit cennými vitamíny a tím pádem vylepšit vaše zdraví. To už stojí za ochutnání, nemyslíte?***

### **Co to vlastně je?**

Podobně jako se mnozí ptají, zda bylo dříve vejce či slepice, stejně tak se odborníci nemohou dohodnout, zda je meloun ovoce, nebo zelenina. Splňuje totiž parametry obou skupin. Podle botaniků patří mezi ovoce každá rostlina nebo dřevina, která má semena v dužnatém plodu. To je přesně případ melounu. Ale zároveň platí, že meloun je z čeledi tykvovitých, což je druh plodové zeleniny. Máte v tom hokej? Není divu. Vychází to totiž tak půl na půl. Melounů známe víc druhů. Dnes se zaměříme na ten nejoblíbenější, zvenku zelený, uvnitř červený, s černými semínky.

### **Koule plná vitamínů**

Víte, co je hlavní složkou vodního melounu? Asi není velkým překvapením, že je to, jak už z logiky názvu vyplývá, právě voda. Vodní meloun ji obsahuje až 92 %. Zároveň je tato zelenina bohatá na vlákninu a zanedbatelný není ani obsah vitamínů a minerálů. Meloun je dobrým zdrojem vitamínů C, B a A, dále obsahuje draslík, sodík, hořčík a cenné karotenoidy, včetně beta-karotenu a lykopenu.

### **Posilovač imunity**

Lykopen je červené rostlinné barvivo a zároveň silný antioxidant, který chrání naše buňky, tkáně a orgány, působí preventivně proti vzniku kardiovaskulárních onemocnění, pomáhá snižovat hladinu cholesterolu v krvi a celkově posiluje imunitu. Navíc, kombinace lykopenu a vitamínu C má protizánětlivé účinky, působí dobře na zdraví cév, a dokonce prospívá zdraví mozku a pomáhá oddálit nástup a rozvoj Alzheimerovy choroby. Meloun také obsahuje citrulin, což je aminokyselina, která může zvyšovat hladinu oxidu dusnatého v těle, a ten zase pomáhá rozšiřovat cévy a tím pádem i snižovat krevní tlak.



### **Prostředek hubnutí**

Milujete sladkosti, a právě to vám kazí cestu k vysněné štíhlé linii? Dejte si místo oplatek meloun! Vodní meloun má ve 100 g jen 118 KJ, tudíž si ke svačince klidně můžete dopřát čtvrt kila i víc. Meloun může skvěle přispět ke zdravé regulaci tělesné hmotnosti, pokud se konzumuje místo zpracovaných sladkých svačinek. Meloun poskytuje větší pocit sytosti než sušenky a přispívá k hubnutí i ozdravení organismu.

### **Ochranář kůže**

Jak už jsme psali, meloun obsahuje vitamíny A a C, které podporují zdravou pokožku, a zároveň červené barvivo lykopen, jež chrání pleť před poškozením slunečním zářením (podobně jako například rajče). Samozřejmě to nefunguje jednorázově; aby se efekt ochrany projevil, je potřeba jíst melou pravidelně. V létě se to vyplatí i z jiných důvodů. Meloun totiž patří mezi potraviny, které ochlazují, a zároveň našemu organismu dodávají hydrataci.

### **Meloun v kuchyni**

Samozřejmě, že nejsnazší je jej vychladit, nakrájet a jíst jen tak čerstvý. Ale možností je víc. Meloun můžete například zkombinovat se zmrzlinou, nebo jej rozmixovat do limonády, případně použít jako součást ovocného salátu. Zkrátka, je to jen na vás, jak si jej užijete. Každopádně neváhejte, nejlepší sezónu má meloun právě teď.

### **Melounová zmrzlina:**

**0.3 hrnku cukru, 0.5 hrnku vody,  
2 balíčky vanilkového cukru, 1 lžíce citronové šťávy,  
1 lžíce limetkové šťávy, 8 hrnků melounu,  
2 hrnky sladkého vanilkového jogurtu**

#### **Postup:**

V teplé vodě necháme rozpustit cukr, uvaříme sirup a po zchladnutí ho smícháme s rozmixovaným vypeckovaným melounem, vanilkovými jogurty a citronovou a limetkovou šťávou. Směs dáme zamrazit. Melounová zmrzlina je dobrá samotná i jako součást pohárů.

# Karel Čapek – Sbírka známek

„To teda je svatá pravda,“ řekl starý pan Karas. „Kdyby se člověk hrabal ve své minulosti, našel by, že v ní je dost látky na docela jiné životy. Jednou... buď omylem, nebo z náklonnosti... si vybral jenom jeden z nich a dožívá jej až do konce; ale nejhorší je, že ty druhé, ty možné životy nejsou tak docela mrtvé.“

A někdy se stane, že v nich pocítíš bolest jako v uříznuté noze.

Když jsem byl asi desetiletý kluk, začal jsem si dělat sbírku známek; tatínek to nerad viděl, myslel si, že se budu proto špatně učit, ale já měl kamaráda, Lojzika Čepelku, a s tím jsem holdoval té filatelistické vášni. Ten Lojzík byl syn flašinetáře, takový střapatý a pihovatý kluk, rozdrbaný jako brabec, a já ho miloval, jak dovedou jen děti milovat kamaráda. Poslouchejte, já jsem starý člověk; měl jsem ženu a děti, ale já vám řeknu, že žádný lidský cit není tak krásný jako přátelství. Ale toho je člověk schopen, jen dokud je mladý; pak tak nějak okorá a zesobečtí. Takové přátelství, to prýští čistočistě z nadšení a obdivu, z přebytku života, z hojnosti a přemíry citu; máš ho tolik, že jej musíš někomu darovat. Můj tatík byl notář, hlava místní honorace, strašně důstojný a přísný pán; a já pojal do svého srdce Lojzika, co jeho otec byl ožralý flašinetář a matka zedřená pradelna, a já toho Lojzu ctil a zbožňoval, protože byl šikovnější než já, že byl takový samostatný a udatný jako krysa a že měl na nose pihi a že házel kameny levačkou, – já už ani nevím, co všechno jsem na něm tak miloval; ale jistě to byla největší láska mého života.

Teda ten Lojzík byl mým důvěrníkem, když jsem si začal dělat sbírku známek. Tady někdo řekl, že jenom mužští mají smysl pro sbírky; je to pravda; já myslím, že to je pozůstatek nebo pud z těch dob, kdy si každý mužský dělal sbírku hlav svých nepřátel, uloupených zbraní, medvědích koží, jeleních parohů a vůbec všeho, co mohl ukořistit. Ale taková sbírka známek, to není jenom vlastnictví, to je věčné dobrodružství; člověk jaksi s chvěním se dotýká kousku té daleké země, řekněme Bhútánu, Bolívie nebo Mysu Dobré naděje; prostě má s těmi cizokrajnými zeměmi něco jako osobní a důvěrný styk. Teda on je v tom sbírání známek takový motiv cestování a mořeplavectví a vůbec té mužské světové dobrodružnosti. To máte jako v těch křížových výpravách. Jak jsem říkal, můj otec to neviděl rád; otcové obvykle neradi vidí, dělají-li jejich synové něco jiného než oni sami; páni, já byl k svým synům také takový. Ono je otectví vůbec jaksi smíšený cit; je v něm veliká láska, ale taky nějaké zaujetí, nedůvěra, nepřátelství nebo jak bych to řekl; čím víc člověk své děti miluje, tím víc je v něm toho druhého citu.

Teda já jsem se musel s tou mou sbírkou známek schovávat na půdě, aby mně na to tatík nekápl; na půdě byla stará truhla, takzvaná moučnice, a do té jsme zalezli jako dvě myši a ukazovali si známky: Koukej, tohle je Nizozemsko, tohle je Egypt, tohle je Sverige neboli Švédsko. A že jsme se s těmi poklady tak museli schovávat, v tom bylo něco až hříšně krásného. Jak jsem si ty známky opatroval, to bylo jiné dobrodružství; já chodil po známých i neznámých rodinách a škemral, abych si směl odlepit marky z jejich starých dopisů. Tu a tam měli někde na půdě nebo v sekretáři plná šuplata starých papírů; to byly mé nejbláženější hodiny, když jsem, sedě na zemi, probíral ty zaprášené kupy lejster a hledal na nich nějakou známku, kterou jsem dosud neměl, – já osel jsem totiž duplikáty nesbíral; a když se stalo, že jsem našel starou Lombardii nebo já nevím který z německých státeků nebo svobodných měst, já cítil radost přímo mučivou – ono každé nesmírné štěstí tak sladce bolí. A zatím na mne venku čekal Lojzík, a když jsem konečně vylezl, šeptal jsem hned ve dveřích: Lojzo, Lojziku, byl tam jeden Hannover! – Máš ho? – Mám! – A už jsme upalovali s tou kořistí domů, do naší truhly.

Tam u nás byly textilní fabriky na všelijaké šmízo\*, na jutu, kaliko, kartoun a bavlněný šmejd; tenhle pól se totiž extra u nás vyrábí pro barevná plemena celé zeměkoule. Tak tam mně dovolili, abych hledal známky v koších na papír; to bylo mé nejbohatší loviště; tam se vám našel Siam a Jižní Afrika, Čína, Libérie, Afghánistan, Borneo, Brazílie, Nový Zéland, Indie, Kongo – já nevím, zní-li vám už ta pouhá jména tak tajemně a jakoby toužebně. Bože, ta radost, ta ukrutná radost, když jsem našel třeba známku se Straits Settlements \*\*– Nebo Korea! Nepál! Nová Guinea! Sierra Leone! Madagaskar! Poslyšte, to uchvácení může pochopit jenom lovec nebo hledač pokladů nebo archeolog, který dělá tyhle vykopávky. Hledat a najít, to je to největší napětí a uspokojení, které může člověku život poskytnout. Každý člověk by měl něco hledat; když ne známky, tedy pravdu nebo zlaté kapradí nebo aspoň kamenné šípy a popelnice. Teda to byla ta nejkrásnější léta mého života, to přátelství s Lojzíkem a sbírání známek. Potom jsem dostal spálu, a Lojzika ke mně nepustili, třeba stával u nás na chodbě a pískal, abych ho

slyšel. Jednou na mne nedali pozor nebo co; zkrátka utekl jsem z postele a šups na půdu podívat se na své známky. Já byl tak zesláblý, že jsem stěží uzvedl víko té truhly. Ale truhla byla prázdná; krabice se známkami byla pryč.

Já vám tu svou bolest a hrůzu nemůžu vyličit. Myslím, že jsem tam stál jako zkamenělý a že jsem nemohl ani plakat, jak mně to sevřelo hrdlo. Předně hrozné bylo, že mé známky, má největší radost, jsou pryč; ale ještě hroznější bylo, že mně je jistě ukradl Lojzík, můj jediný přítel, zatímco jsem stonal. Byl to úděs, zklamání, zoufalství, lítost – poslyšte, to je úžasné, co takové dítě dovede prožít. Jak jsem se z té půdy dostal, to už nevím; ale pak jsem zas ležel ve vysokých horečkách a v jasnějších chvílích jsem zoufale přemýšlel. Otcí ani tetě jsem o tom neřekl – maminku jsem už neměl; věděl jsem, že mi vůbec nerozumějí, a tím jsem se jim jaksi odcizil; od té doby jsem k nim už neměl žádný bližší dětský vztah. Lojzíkova zrada, to byla pro mne skoro smrtelná rána; bylo to mé první a největší zklamání v člověku. Žebrák, říkal jsem si, Lojzík je žebrák, a proto krade; to mám z toho, že jsem kamarádil se žebákem. A to mě zatvrdilo; od té doby jsem začal dělat rozdíl mezi lidmi – ztratil jsem stav sociální nevinnosti; ale tehdy jsem ještě nevěděl, jak to mnou hluboko otřásl a co všechno se ve mně sesulo.

Když jsem se vystonal z horeček, vystonal jsem se i z té bolesti nad ztrátou sbírky známek. Jen mě ještě bodlo u srdce, když jsem viděl, že Lojzík má zatím nové kamarády; ale když ke mně přiběhl, trochu rozpačitý po tak dlouhé době, řekl jsem mu suše a dospěle: Táhní, já s tebou nemluví. Lojzík zrudl a po chvíli řekl: Taky dobře.

A od té doby mě tak zarytě a proletářsky nenáviděl.

Teda to byla ta událost, která měla vliv na můj celý život, na můj výběr života, jak by řekl tady pan Paulus. Abych tak řekl, můj svět byl znesvěcen; ztratil jsem důvěru k lidem; naučil jsem se nenávidět a pohrdat. Už jsem nikdy neměl druhá; a když jsem dospíval, začal jsem si i zakládat na tom, že jsem sám, že nikoho nepotřebuju a nikomu nic nedaruju. Potom jsem shledával, že mě nikdo nemá rád; to jsem si vykládal tak, že já sám pohrdám láskou a kašlu na všechnu sentimentalitu. A tak se ze mne stal pyšný a ctibázný, sebedbalý, pedantický a vůbec korektní člověk; byl jsem zlý a tvrdý na podřízené; ženil jsem se bez lásky, děti jsem vychovával v kázni a strachu a získal jsem si svou pílí a svědomitostí nemalých zásluh. To byl můj život, můj celý život; já se nedíval na nic než na to, co je má povinnost. Až v Pánu dokonám, ono to bude i v novinách, jaký jsem byl zasloužilý pracovník a vzorný charakter. Ale kdyby lidé věděli, co je v tom samoty, nedůvěry a zatvrzelosti – Před třemi roky mně zemřela žena. Já to nepřiznal sobě ani jiným, ale bylo mně hrozně smutno; a z takového stesku jsem vyhrabal všelijaké rodinné památky, co zůstaly po otcí a matce: fotografie, dopisy, mé staré školní sešity – to mě až škrtlo v krku, když jsem viděl, jak pečlivě je můj přísný tatík ukládal a schovával; myslím, že mě přece měl rád. Byla toho na půdě plná skříň; a na dně jedné zásuvky byla škatule, zapečetěná pečeti mého otce; když jsem ji otevřel, našel jsem v ní tu sbírku známek, kterou jsem si dělal před padesáti lety. Já vám nebudu nic zapírat; mně proudem vyhrkly slzy, a tu krabici jsem si odnesl do pokoje jako poklad. Tedy tak to tehdy bylo, pochopil jsem v tu ránu; když jsem tenkrát stonal, někdo tu mou sbírku našel a otec ji zkonfiskoval, abych kvůli ní nezanedbával učení! Neměl to dělat; ale i v tom byla taková jeho přísná péče a láska; já nevím, ale mně začalo být líto i jeho, i sebe – A pak jsem si vzpomněl: Tedy Lojzík mně ty známky neukradl! Kristepane, jak já mu křivdil! – Zas jsem viděl před sebou toho pihovatého a rozdrbaného uličníka – bůhví, co se z něho stalo a je-li ještě živ! Mně vám bylo tak trapno a stydno, když jsem si to všechno vybavoval. Pro to jediné křivé podezření jsem ztratil jediného kamaráda; pro to jsem ztratil dětství. Proto jsem začal pohrdat chudou verbeží; proto jsem se choval nadutě; proto jsem už k nikomu nepřilnul. Proto jsem se po celý život nemohl podívat na poštovní známku bez nechuti a odporu. Proto jsem nikdy nepsal své nevěstě a ženě a maskoval jsem to tím, že jsem povýšen nad citové výlevy; a má žena tím trpěla. Proto jsem byl tak tvrdý a osamělý. Proto, jen proto jsem udělal takovou kariéru a plnil tak vzorně své povinnosti –

Já viděl znovu celý svůj život; najednou se mi zdál pustý a nesmyslný. Vždyť já mohl žít docela jinak, napadlo mě. Kdyby se to nebylo stalo – bylo ve mně tolik nadšení a dobrodružnosti, lásky, rytířství, fantazu a důvěry, takových věcí divných a nezkrotných – bože, vždyť já mohl být čímkoliv jiným, cestovatelem nebo hercem nebo vojákem! Vždyť jsem mohl milovat lidi, pít s nimi, rozumět jim, já nevím co všechno! Mně bylo, jako by ve mně roztával nějaký led. Probíral jsem známku po známce; byly tam všechny, Lombardie, Kuba, Siam, Hannover, Nikaragua, Filipíny, všechny ty země, do kterých jsem tehdy chtěl jet a které teď už neuvidím. Na každé té známce bylo kus něčeho, co se mohlo stát a co se nestalo. Já nad nimi proseděl celou noc a soudil jsem svůj život. Viděl jsem, že to byl nějaký cizí, umělý a neosobní život, a že můj skutečný život se vůbec nestal skutkem.“ – Pan Karas mávl rukou. – „Když si tak pomyslí, čím vším jsem mohl být – a jak jsem tomu Lojzíkovi křivdil –“

Páter Voves, naslouchaje této řeči, se velmi zasmušil a rozlítostnil; nejspíš si vzpomněl na něco ve svém vlastním životě. „Pane Karas,“ řekl dojatě, „ani na to nemyslete; co je to platno, teď už se to nedá napravit, nedá se začít znova –“

„Nedá,“ vzdychl pan Karas a drobet se zarděl. „Ale víte, aspoň – aspoň tu sbírku jsem začal znovu dělat!“

\*Šmízo – brak či šmejda, vadné zboží

\*\*Straits Settlements – Průlivové nebo Úžinové osady byla skupina britských kolonií v jihovýchodní Asii.



Dubrovnik

**D**ubrovnik je chorvatské přístavní město, které se nachází na jihu Dalmácie. V roce 2011 žilo v Dubrovniku 28 434 obyvatel, v celé opčině pak 42 615 obyvatel, v roce 2001 zde dle chorvatského sčítání lidu žilo 43 770 lidí a v roce 1991 to bylo 49 728 obyvatel.

Absolutní většinu obyvatel tvoří z 88,39 % Chorvati.

Je jedním z nejvýznamnějších turistických center jaderského pobřeží i Chorvatska. Bývá také označován jako „perla Jadranu“. Město Dubrovnik vždy prosperovalo z námořního obchodu.

Ve středověku bylo centrem Dubrovnické republiky, námořní republiky, která konkurovala podobným státním útvarům na jaderském pobřeží.

Dubrovnik s okolím (téměř celá Dubrovnícko-neretvanská župa) je exklávou Chorvatska (jakož i Evropské unie), která je od zbytku území Chorvatska oddělena krátkým úsekem pobřeží patřícím Bosně a Hercegovině (s letoviskem Neum).

Název Dubrovnik je slovanského původu a s italským, resp. latinským názvem Ragusa koexistoval po několik století.

Latinský název se objevoval v různých podobách již v 10. století. Oficiální název Dubrovnické republiky zněl v latině, resp. italštině až do roku 1808 Republica Ragusina.



Zdroj: wikipedia

Náš rozhovor - Helena Vančurová

S paní Helenou Vančurovou hovořila pracovnice aktivizačního oddělení Lucie Blahoňovská.



**Paní Vančurová, mohu se vás zeptat, kde jste vyrostla a žila?**

Žila jsem v Dunajské Středě na Podunajské nížině, to je mezi Bratislavou a Komárnem. Tam jsem i odmaturovala a i jsem tam začala pracovat. Pak jsem se v roce 1964 vdala do Prahy. V Praze jsem se musela učit česky, protože jsem Maďarka.

**Čím jste se živila, čemu jste se věnovala ve svém životě?**

Pracovala jsme v kanceláři, jako finanční referent. Předtím jsem dělala různé kancelářské práce, kde se nemuselo hovořit česky, protože jsem česky neuměla. Česky jsem se ale učila i proto, že jsem čekala dceru a chtěla jsem, aby hovořila česky.

**Čím jste chtěla být jako dítě, měla jste nějaké plány?**

Měla jsem ráda matematiku, tak jsem dělala přijímačky na ekonomickou školu. Udělala jsem zkoušky i mě přijali, ale naši neměli peníze, abych cestovala. Bylo by to do školy 50 km, musela bych do Bratislavy cestovat každý den nebo být na internátě, a to by bylo finančně pro rodiče náročné.

**Ráda bych se ještě vrátila k vašemu dětství. Měla jste ráda nějakou pohádku?**

Neměla jsem na to čas, ale v sousedství byli kluci. S nimi jsem se kamarádila.

**Paní Vančurová, a vdávala jste se z lásky nebo v tom byli praktické důvody?**

Bylo to z lásky. Nejdříve mě manžel uháněl, a já se zamilovala. V manželství se nám narodila dcera.

**Myslíte si, že jste prožila šťastné manželství i rodinný život?**

Rodinný život jsem prožila šťastná, i když jsme neměli moc peněz, ráda vzpomínám na dětství i manželství. Bylo hezké i přesto, že jsme se po 27 letech rozvedli.

**Zajímáte se o současný dnešní svět? Co vás těší nebo naopak znepokojuje?**

Dnešní doba mě upřímně děsí a nelíbí se mi.

**Na vaši předchozí odpověď, jestli současnému světu rozumíte, sledujete dění okolo sebe?**

Samozřejmě, že sleduji co se ve světě děje, ale chci si udržet dobrou náladu, tak se to snažím nevnímat.

**Když se ohlédnete za svým životem, co myslíte, že bylo nejlepší, podle vás. Zažila jste nějaký úspěch, který vám dodal energii do dalšího života?**

Byla jsem spokojená. Nejsem vybíravá, jsem skromná, nikdy jsem nebyla kariéristka. Byla a jsem obyčejná žena.

**Co bylo pro vás nejdůležitější? Rodina, děti....**

Byla jsem šťastná, že mám milující rodiče a že se mi narodila zdravá dcera.

**Když vám řeknu štěstí, co se vám vybaví?**

Jsem ráda, že mám dceru, že je zdravá, spokojená, že mám vnoučátka. Ráda vzpomínám na dobu, když byla malá, jezdila jsem s nimi na chatu. Vždycky jsem jim uvařila něco dobrého.

**Paní Vančurová, a co byste vzkázala budoucím generacím?**

To je těžká otázka, vůbec nevím, co budoucí generaci vzkázat, ale myslím si, že by měli mít více pokory, aby byli samozřejmě zdraví, šťastní a skromnější. A aby byl jejich život bez lží.

**Myslíte si, že dnešní svět je lepší?**

Vyrůstala jsem v menším městě, lidé tam byli více přátelští a více k sobě. Teď se mi zdá, že každý si žije jen pro sebe.

**Paní Vančurová, a poslední otázka, proč jste se rozhodla pro život v domově seniorů?**

Zůstala jsem sama doma, ovdověla jsem. Objevila se mi trombóza, nebyla jsem na tom dobře. Špatně jsem chodila, ale pak přišla nabídka sem do domova seniorů, tak jsem řekla, že ano, nástup byl rychlý. Dcera se mě opakovaně ptala, jestli opravdu do DS chci a já jsem byla rozhodnutá, že ano a řekla jsem si, co bylo, to bylo a že teď začnu svoji novou etapu života. V DS jsem spokojená a se svojí rodinou jsem v pravidelném kontaktu.

**Paní Vančurová, moc vám děkuji za rozhovor.**

*Pro časopis Hájek připravila Lucie Blahoňovská*

## Ještě jedno milé ohlédnutí za májovou veselicí :-)



## Červnová výročí

**18.6.1722 vypukla Rusko-perská válka (1722–1723), známá jako Perské tažení Petra Velikého.** Válku mezi Ruským impériem a safíjovskou Persií vyvolala carova snaha rozšířit území směrem na jihovýchod, posílit ruský vliv v kaspické a kavkazské oblasti a omezit rozpínavost Osmanské říše. Ruští obchodníci v Persii značně trpěli útoky afghánských kmenů. Podle ruského vyslance u safíjovského dvora tak došlo k porušení Rusko-perské obchodní dohody a porušení ochrany občanů ruské národnosti, k níž se Persie zavázala. Rusko proto využilo těchto incidentů jako záminky k válce. Po ruském vítězství byla Persie nucena postoupit Ruskému impériu svoje državy v Předkavkazsku, Zakavkazsku a oblasti dnešního severního Íránu. Po 12 letech Rusko vrátilo tato území zpět Persii.

**10.6.1942 nacisté vyhladili středočeskou obec Lidice.** Lidice se staly obětí kvůli absurdní náhodě. Majitel továrny ve Slaném zachytil milostný dopis pro jednu z pracovníků továrny. Pisatel se v něm tvářil se jako účastník odboje, čímž chtěl maskovat plánované ukončení vztahu. Ředitel uvědomil četnictvo a to dopis předalo gestapu. Výsledky a šetření potvrdily, že účastníci kauzy neměli s atentátem na Heydricha nic společného. V Praze se ale mezitím K.H. Frank v naději, že napomůže svému jmenování říšským protektorem, rozhodl využít Lidic jako ukázky „rázného postupu“. Při Heydrichově pohřbu proto Hitlerovi předložil záměr na zničení Lidic. V obci bylo zavražděno 173 mužů, všechny domy včetně školy, kostela a fary byly podpáleny. Celkem přišlo o život 340 lidických obyvatel (192 mužů, 60 žen a 88 dětí). Stejný osud stihl osadu Ležáky na Chrudimsku, která byla 24. června 1942 vypálena a její obyvatelé zavražděni nacisty jako odplata za to, že zde byla ukrývána vysílačka parašutistické skupiny Silver A.

**18.6.1942 zahynulo v pravoslavném kostele v Resslově ulici v Praze 7 účastníků atentátu na Heydricha.** Po hrdinském odporu Jan Kubiš, Adolf Opálka, Jaroslav Švarc, Josef Gabčík, Josef Valčík, Josef Bublík a Jan Hrubý podlehli vojenskému útoku na kostel a kryptu. Pravoslavný biskup Gorazd se pokusil ukončit nacistický teror, který poté následoval, svým vlastním sebeobětováním. Vzal veškerou odpovědnost za ukrývání parašutistů na sebe. Gorazd byl zastřelen na Kobyliské střelnici 4.9.1942. Česká pravoslavná církev byla zakázána. Jako odvetu za atentát na Heydricha okupační správa nechala popravit několik tisíc obyvatel protektorátu, kteří se podle ní na útoku mohli podílet, nebo pomáhali odboji či jen atentát schvalovali. K obětem heydrichiády patří Vladislav Vančura, Františka Plamínková, Anna Letenská a mnozí další.

**1.6.1953 byla v Československu provedena měnová reforma.** Traduje se, že v pátek 29.5. prezident Antonín Zápotocký v rozhlasovém projevu ujišťoval veřejnost, že „měnová reforma nebude.“ V archivu Československého rozhlasu záznam projevu není. 30.5. ale předseda vlády Viliam Široký v rozhlase oznámil, že stávající bankovky budou platit pouze do konce měsíce. Mzdy a ceny se přepočítaly v poměru 5:1. Hotovost do 300 Kčs na osobu v poměru 5:1, u všech ostatních forem (včetně hotovosti právnických osob) šlo o poměr 50 Kčs starých peněz za 1 Kčs nových. Vklady fyzických osob u peněžních ústavů do 5 000 Kčs byly přepočítávány v poměru 5:1, vklady do 20 000 Kčs v poměru 10:1, ty do 50 000 Kčs 25:1 a vyšší v poměru 30:1, vklady složené po 16. květnu 1953 se přepočítávaly v poměru 50:1. V lidovém podání je proto měnová reforma nazývána velkou peněžní loupeží.

**5.6.1967 začala šestidenní válka mezi Izraelem a Egyptem.** Po odchodu mírové jednotky OSN, která byla na Sinaji od doby Suezské krize, Egypt za podpory ostatních arabských zemí uzavřel Tiranskou úžinu pro všechny lodě plující pod izraelskou vlajkou. Izraelská vláda to vyhodnotila jako válečný akt, vyhlásila mobilizaci a na Egypt zaútočila. Spojenec Egypta Jordánsko odpovědělo útokem na Jeruzalém. Arabskou koalici tvořily Egypt, Sýrie a Jordánsko, vojensky přispěly i Irák, Saúdská Arábie, Súdán, Tunisko, Maroko a Alžírsko. Válka skončila 10. června 1967. Arabská koalice utrpěla zdrcující porážku – Egypt ztratil Pásmo Gaza a celý Sinaj, Jordánsko Východní Jeruzalém a celý Západní břeh Jordánu a Sýrie Golanské výšiny. Výsledek války ovlivňuje geopolitiku regionu dodnes. ČSSR tehdy přerušila diplomatické styky s Izraelem, obnoveny byly až v roce 1990.

**27.–29.6.1967 se v Praze konal IV. sjezd československých spisovatelů.** Hned první den vystoupil Milan Kundera s kritikou cenzury v umění. Na něj navázal Pavel Kohout požadavkem zrušení cenzury tisku a přijetím svobody slova. Následovaly další kritické projevy Karla Kosíka, Milana Jungmanna, Jiřího Šotoly, A.J.Liehma, Ivana Klímy a Václava Havla a Ludvíka Vaculíka. Sjezdem vyvrcholilo napětí mezi československými literáty a konzervativním vedením KSČ, které probíhalo paralelně i v dalších vrstvách celé společnosti. ÚV KSČ označil vystoupení na sjezdu za útok na stranu a socialismus. Někteří protagonisté byli vyloučeni ze strany, jiní dostali důtku atp. Literární noviny, vydávané Svazem spisovatelů, které tehdy četl celý národ, byly převedeny pod kontrolu Ministerstva kultury a informací. Ve svém důsledku ale toto vystoupení literární fronty předznamenalo pražské jaro 1968.

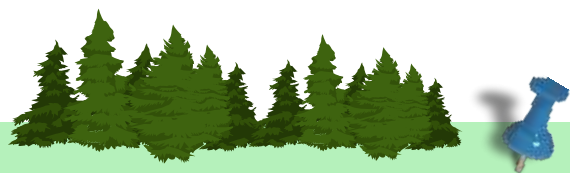
**10.6.2002 byl zahájen zkušební provoz prvního bloku Jaderné elektrárny Temelín.** Lokalita Temelína byla pro stavbu elektrárny vybrána na základě řady bezpečnostních, technických i ekonomických kritérií. Blízkost Vltavy a vodního díla Hněvkovice zajišťuje dostatek vody pro chlazení, díky poměrně vysoké nadmořské výšce elektrárna nemůže být ohrožena povodní. Proti elektrárně po celou dobu její výstavby brojily nevládní protijaderné organizace. V lednu 1990 byly pozastaveny práce na 3. a 4. bloku, v březnu roku 1990 rozhodla federální vláda Mariána Čalfy dostavět jenom 1. a 2. blok. Dne 10. března 1993 byla dostavba prvního a druhého bloku znovu schválena vládou Václava Klause. 3. a 4. blok byl zakonzervován v rozsahu kompletně dokončených zemních prací na základové spáře. Palivo pro první blok bylo zavezeno v červenci 2000, reaktor byl poprvé spuštěn 11. října 2000 a 21. prosince 2000 byl první blok poprvé připojen k přenosové soustavě. Zkušební provoz prvního bloku byl zahájen 10. června 2002.

*Zdroje: wikipedia, Československé dokumentační středisko - Národní muzeum (nm.cz)*

*Panorama pražských mostů... :-)*



## 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.

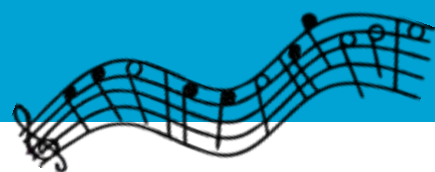
### VIRTUÁLNÍ VÝLETY PO KRÁSÁCH NAŠÍ VLASTI I SVĚTA

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 1. 6. 2022  
od 10:00  
v sále.

### HUDEBNÍ PODVEČER

V úterý po 17. hodině, multisenzorická zóna na A3. Přijďte posedět a zaposlouchat se s ostatními klienty!



### ZOOKOUTEK

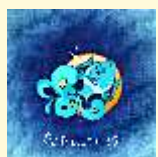
V našem zookoutku jsme provedli pár organizačních změn a dokoupili jsme nové 4 páry andulek.

## Červen



### Kozoroh - 22. 12. – 20. 1.

S novým protějškem můžete hovořit o všem možném, co vás fascinuje. Máte vedle sebe skvělou spřízněnou duši.



### Vodnář - 21. 1. – 20. 2.

Umíte si udělat pořádek v povinnostech a dát jim priority. To vám hodně pomáhá při plnění harmonogramu a termínů.



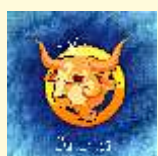
### Ryby - 21. 2. – 20. 3.

Dlouhodobý přítel vás může pozvat na schůzku nebo nějakou akci, při které vyjdou najevo jeho city.



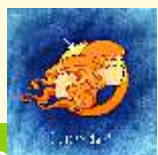
### Beran - 21. 3. – 20. 4.

Přestože máte chuť na milostnou oblast vašeho života zapomenout, nedělejte to. Blíží se k vám pozitivní změny!



### Býk - 21. 4. – 21. 5.

Nechte protistranu, která vás nyní z čehosi obviňuje, ať si říká, co chce. Vy víte, že to není pravda.



### Blíženci - 22. 5. – 21. 6.

Zazpívejte si. Jistě se vám zlepší nálada, pokud si zanotujete svou oblíbenou písničku. Také si rozcvičíte pořádně plíce.

## HOROSKOPY



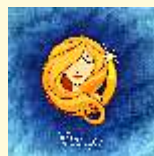
### Rak - 22. 6. – 22. 7.

Vy, kteří nejste momentálně zadani, nesmutněte doma v koutě. Máte kolem sebe dost přátel a s nimi i program.



### Lev - 23. 7. – 22. 8.

Vaše oblečení by mělo být pohodlné a také z dobrého a kvalitního materiálu. Vybírejte si v létě len a bavlnu.



### Panna - 23. 8. – 22. 9.

Přátele vám plně důvěřují, a tak se na vás mohou obrátit ve složitější situaci. Ani vás nenapadne je odmítnout.



### Váhy - 23. 9. – 23. 10.

Jestliže se necítíte vedle vaší nové známosti komfortně a bezpečně, je načase tento vztah poslat k vodě.



### Štír - 24. 10. – 22. 11.

Někdo z rodiny vám dodá podporu, kterou potřebujete. Nebojte se být otevření a upřímní, nic vám nehrozí.



### Střelec - 23. 11. – 21. 12.

Červen slibuje hezké překvapení pro ty z vás, kteří jsou momentálně bez partnera. Neodmítejte to.