

HÁJEK

červenec
2023

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.**

Blažková Anna,
Brázda Ivo,
Fialková Anna,
Kopalová Olga,
Kopová Jana,
Paslerová Anna,
Stávková Růžena,
Sudková Pavla.

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

DOMOV
PRO SENIORY
HÁJE

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

- 1) Který den slavíme Den slovanských věrozvěstů Cyrila a Metoděje?
 - a) 5. června.
 - b) 5. července.
 - c) 6. července.
- 2) Gina Lollobrigida (4. července 1927 – 16. ledna 2023) byla italská filmová herečka. Celkově vystoupila v sedmdesáti filmech a televizních produkcích. Ve kterém filmu si ale nezahrála?
 - a) Páni mají radši blondýnky.
 - b) Fanfán Tulipán.
 - c) Zvoník u Matky Boží.
- 3) Jaký den si připomínáme 6. července?
 - a) Den české státnosti.
 - b) Den upálení mistra Jana Husa.
 - c) Den obnovy samostatného českého státu.
- 4) Michal David (*14. července 1960) je český zpěvák, skladatel a hudební podnikatel. Jaké je jeho rodné jméno:
 - a) Vladimír Štancl.
 - b) Vladimír Štáidl.
 - c) Ladislav Štancl.
- 5) Máří Magdalena je považována za patronku některých povolání. Víte jakých?
 - a) Farmářů a zemědělců,
 - b) Ošetřovatelek a řádových sester.
 - c) Hříšníků a holičů.
- 6) Louis de Funès (31. července 1914 – 27. ledna 1983) byl francouzský herec a komik. Proslavily ho filmy o četníkovi ze Saint-Tropez. Kdo z českých herců jej daboval?
 - a) Jiří Štěpnička.
 - b) František Filipovský.
 - c) Vladimír Brabec.
- 7) 25. července je den svatého Jakuba, který se v 19. století pojil s jedním krutým zvykem. O jaký se jedná?
 - a) Topení černé kočky v sudu.
 - b) Upálení prasete.
 - c) Shazování kozla z věže.
- 8) Waldemar Matuška (2. července 1932 – 30. května 2009) byl zpěvák, herec a muzikant. Která žena byla od roku 1976 jeho životní partnerkou?
 - a) Olga Blechová.
 - b) Jitka Zelenková.
 - c) Vlasta Kahovcová.
- 9) Svátek svaté Anny vychází na 26. července, tedy nejteplejší období v roce. Co máme podle pranostiky očekávat zrána?
 - a) Bouřky.
 - b) Chladna.
 - c) Kroupy.
- 10) Josef Bláha (8. června 1924 – 6. prosince 1994) byl český herec. Do povědomí diváků se zapsal coby akademik Filip z televizního sci-fi seriálu Návštěvníci. V tomto seriálu se jí jedno speciální jídlo z budoucnosti. Jak se jmenuje?
 - a) Ketorouny.
 - b) Nanorouny.
 - c) Amarouny.

Vážení čtenáři a luštitelé,
na otázky z červnového kvízu
odpovědělo 35 čtenářů.

Deset správných odpovědí měli:
Ilona Bednářová, Marie Blažková,
Marie Černohorská, Přemysl
Červenka, Marie Illnerová, Hana
Moravová, Karel Pešťák a Jan
Sedlmayer.

Devět správných odpovědí měly:
Tým A1, Tým A3, Tým B0
a Tým B2.

Osm správných odpovědí neměl
nikdo.

GRATULUJEME!!!

Nejvíce vás potrápily otázky
č. 4. 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 – 1000 Kč.
- 2) C – Všechnopárty.
- 3) B – Bitva na Bílé hoře.
- 4) A – Nesmrtelná teta.
- 5) C – ...bude neúrodný rok.
- 6) B – S Karlem Gottem.
- 7) A – 21. června.
- 8) C – Luděk Sobota.
- 9) A – Letní slunovrat.
- 10) B – Kdyby tisíc klarinetů.

Pondělí 13:00 RECEPCE DSH

MILÍČOVSKÝ LES

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

4. 7. úterý 10:00 SÁL

DŮVĚRNÍCI

Setkání zástupců obyvatel s vedením domova.

11. 7. úterý 10:00 ZAHRADA DSH

ZOOTERAPIE

Přijďte strávit příjemnou hodinu ve společnosti zvířat.

12. 7. středa 14:00 SÁL

BESEDA U CIMBÁLU

VLADKA KŘENKOVÁ je zakladatelkou známé hudební školy v Praze a už od dětství ji provází dva nádherné nástroje – cimbál a klavír. Společně si zazpíváme písničky u cimbálu.

19. 7. středa 14:00 SÁL

PRAŽSKÉ VĚŽE

Přijďte si poslechnout přednášku paní Stanislavy Mickové.

20. 7. čtvrtek 10:00 SÁL

BÁBOVKY

Oslava červencových narozenin našich obyvatel.

26. 7. středa

VÝLET NA ZÁMEK KAČINA

Zámek Kačina je nejvýznamnější empírovou stavbou nejen na území České republiky. Nachází se nedaleko Kutné Hory.

30. 7. neděle 13:30 KAPLE

DUCHOVNÍ ZASTAVENÍ PRO KAŽDÉHO

*Téma: **Příroda jako roucho Hospodinovo**
Společné zamyšlení s nemocničním kaplanem
Matějem Hájkem z Církve bratrské – Šeberov.*





Mezi námi – opět mezi nás zavítaly děti ze ZŠ.



Někteří naši klienti se zúčastnili charitativní akce „ADRA BĚH“.

Ze sportovního dne Jihoměstská sociální jsme přivezli 9 medailí. Děkujeme všem sportovcům za reprezentaci domova.



Jako každý rok jsme se zúčastnili soutěže „ŠIKOVNÉ RUCE NAŠICH SENIORŮ“ v Lysé nad Labem. Dílo s názvem „**Poslední večeře Páně**“ získalo první cenu. Všem, kteří se podíleli na přípravě díla, srdečně gratulujeme a děkujeme za skvělou reprezentaci domova.



Společně s dětmi z Dětské skupiny jsme navštívili policejní stáje.



Pan Přemysl Červenka a pan Milan Matula s dobrovolníky absolvovali zkrácenou trasu pochodu Praha – Prčice.

Opylování a sklizeň plodové zeleniny ve skleníku

Milí zahrádkáři, mnoho z vás pěstuje v našem skleníku rajčata a jinou plodovou zeleninu. Jistě jste se již zamýšleli nad tím, jak se vaše rostliny opylují v „uzavřeném skleníku“.

Další otázkou je, jak správně sklízet plodovou zeleninu. A o tom si dnes také něco povíme.

Opylování ve skleníku

Opylování květů je nutné, jinak z nich nemohou vyrůst chutné plody. A výjimkou není ani rajče jedlé (*Solanum lycopersicum*, syn. *Lycopersicon esculentum* Mill.). V některých případech je proto vhodné přistoupit k jeho ručnímu opylování. Důležité je především pro rostliny pěstované v málo větraném skleníku anebo pro ty, které vykvétají uprostřed opravdu horkých dní. Pyl se totiž tehdy stává lepkavým a přirození opylovači ho přenášejí jen stěží.



Pyl produkovaný květy rajčat je vhodný jak pro samosprašení, tak i pro opylení sousedních rostlin. Jeho kvalita ale závisí na podmínkách prostředí. Aby tedy ve skleníku normálně docházelo k bezproblémovému opylení rajčat, je nutné v něm udržovat určitou teplotu a vlhkost. Problém představují teploty pod 15 °C nebo nad 30 až 35 °C (podle odrůdy). Všeobecně také platí, že při vlhkosti vzduchu vyšší než 70 % se pyl lepí a ztrácí tak schopnost se přirozeně šířit.

Všeobecně lze říci, že ruční opylování rajčat není až tak nutné. Obvykle si tyto rostliny poradí i bez nás. Dobře provedený postup však může zvýšit úrodu.

Metody umělého opylení:

- Třes. Uchopte keř za kmen a lehce s ním zatřeste, aby pyl spadl dolů. Pokud jsou rajčata přivázaná k mřížoví, lehce poklepejte na provazy.
- Aplikace ventilátoru. Použijte jej k vytvoření větru ve skleníku přenášením elektrického spotřebiče mezi řádky rajčat.
- Pomocí štětce nebo vatového tamponku. Toto je nejjednodušší způsob. Nejprve musíte sbírat pyl z květů a poté se dotknout pestíků štětcem.
- Opylení elektrickým zubním kartáčkem. Vibrace pomohou zajistit, že pyl bude padat na pestíky.

Opylení rajčat ve skleníku se provádí nejlépe ráno, protože pyl dozrává v noci. A jak často k tomuto kroku přistupovat? Pokud máte čas, pak klidně každý druhý den během celého období květu. Po opylení se okvětní lístky plně otevrou.

Metody opylení hmyzem ve skleníku:

- Přitahování hmyzu. Květy rajčat postříkejte cukrovým sirupem – sladká tekutina přiláká včely, čmeláky a další opylující hmyz.
- Do uličky vysadte bazalku, měsíčky a další medonosné rostliny, kolem skleníku rozmístěte talířky nebo jiné nádoby se sladkým sirupem.
- V horkém a větrném počasí nezapomeňte otevřít sklen-k – poryvy větru pomohou přirozenému procesu opylování. Chcete-li uspořádat průvan, musíte otevřít okna a dveře z opačných stran.

Zdroj: <https://chalupari-zahradkari.cz/tipy/jak-rucne-opylovat-rajcata/>, <https://desaterotvariosobnosti.cz/jak-opylovat-rajcata-ve-skleniku>



Sklízení plodové zeleniny ve skleníku

Plodová zelenina, rajčata, okurky, papriky nebo cukety by se měly sklízet zhruba každý třetí den, aby plody zbytečně nepřezrály. Poradíme vám, jak zeleninu na zahradě správně sklízet, abyste zbytečně nepoškodili ani rostliny, ani plody a mohli se těšit z bohaté a zdravé úrody.

Jak správně sklízet rajčata

Rajčata se sklízají bez problémů, plody se oddělují v kolínku zcela bezpečně. Plody hodně zralé a velké se oddělí bez zeleného kalichu, a tak je pohodlnější na jejich sklizeň použít zahradnické nůžky. Rajčata mají poměrně dlouhou vegetační dobu. A tak se může snadno stát, že první podzimní mrazíky zastihnou ještě poslední, nevyzrálá rajčata. Proto je lepší už teď odstranit vrcholky rostlin, i když ještě kvetou - tak veškerou svou energii dají do dozrávajících plodů. Úroda bude větší.

Jak správně sklízet okurky

Skleníkové okurky hadovky se dají ukrotit, ale snadno se poškodí výhonky. Daleko lepší je použít nožik či nůžky. Rostliny jsou totiž příliš křehké na to, abychom dokázali plody vždy vylomit bez poškození. Polní okurky nakládačky i salátovky jsou robustnější rostliny, proto se ukrotí či odlomí snadno. Okurky pravidelně sklízíte probírkou, aby nepřezrály. Včasnější sklizeň vede k násadě dalších květů a plodů.

Jak správně sklízet papriky

Plody paprik jdou sice docela snadno odlomit proti směru růstu, ale učit se to na čtyřech vysazených rostlinách a dvěma zničit výhony by byla škoda, takže doporučujeme používat zahradní nůžky. Při sklizni pálivých paprik a hlavně chilli papriček rozhodně nezapomeňte na nůžky a rukavice! Kapsaicin by vám na ruku zůstal ještě několik hodin a sáhnout si potom do oka či do nosu – to byste si ještě hodně dlouho pamatovali!

Jak správně sklízet cukety

Cukety nemají dlouhé stopky, plody jsou těsně přisedlé k rostlině, a protože jsou stopky dužnaté, snadno se vám je podaří utrhnout. Nesklízíte plody cuket odříznutím nožem, ale ukroucením stopky. Šťávou, která ulpí na noži, se mohou z rostliny na rostlinu přenášet choroby. Nenechte cukety přerůst! Velké plody tvořící semena brzdí nasazování dalších plůdků, ty zasychají a odumírají. Navíc jsou mladé plody do velikosti 15 až 20 cm nejchutnější, nejjemnější a nejkřehčí.



Zdroj: <https://zahradkarskaporadna.cz/clanek-28533-jak-spravne-sklizet-rajcata-papriky-okurky-cukety>



Literární dílna

Druhý výlet

Bylo to jedno velmi časně ráno, lehce po třetí hodině ranní, když mě probudil lehounkým dotykem své hlavičky tygřík Pěťa. Budil mě slovy: „Vstávej, teď je ta správná chvíle, abychom se vypravili za černokněžníkem Bártym.“ Já jsem vstávala a pak se probudil i můj nejmilejší Janíček. Nechtěl mě pustit samotnou, říkal, že mě bude bránit, a tak jsme vyrazili všichni tři do chodeb.

Obrazem dnes neprojdeme, neboť Nelidůra jej střeží důkladně. Pojednou se Pěťa zastavil na chodbě a řekl nám: „Tady je to správné místo, musíme projít tady tou zdí, ať se děje, co se děje.“ Vzal nás za ruce, otočili jsme se proti zdi a vstoupili jsme do ní. Zeď nás rychle pohltila. Ale pak nás pohltila silná mlha, začal foukat silný vítr proti nám a bránil nám v dalším postupu vpřed. Museli jsme se pevně držet a společně se nám dařilo nepřízeň zdořovat. Najednou se ozvalo strašné zavytí Nelidůry, to proto, že jsme se dostali k Bártymu a kouzlo bylo zrušeno. Nelidůra byla poražena a rozplynula se ve veliký mrak, který celý vypršel a vsákl se do země.

Před námi stál šťastný Barty. Hned nás objímal a radoval se, že nás zase vidí. Přiletěla vrána Adélka a sedla si na rameno Bartyho. Ale pojednou se začalo měnit i okolí v krásný park se záhony nádherně vonících růží. Barty se stal spokojeným kavalírem a natrhal velikou kytici růží, kterou mně s úklonou podával a děkoval.

Petřík se začal loučit a slíbil, že přijdeme zase na návštěvu. Vzali jsme se za ruce a udělali otočku a krok dopředu a snadno jsme se ocitli zpět na chodbě, ale čas ubíhá rychle a začínalo svítat. Tak jsme se rychle vrátili do pokoje a rozloučili jsme se. Z výpravy zbyly jen ty růže, které jsem dala do vázy s vodou a jak krásně voněly, ještě jsem usnula v posteli. Ale ty růže nezmizely a dál několik dní ještě voněly.

Ilona Bednářová



Inzerát

V lednu 1981 zemřel můj otec a nezanechal závěť. Byli jsme dva, bratr a já, a tak se majetek dělil na polovinu. Měla jsem připravené peníze, abych bratrovu polovinu vykoupila. Bratrova strana, nikoliv bratr, se mnou jednala jako s nerovným partnerem a já jsem se urazila. A tak začaly peripetie s národním výborem o získání dvoupokojového bytu po otci v našem vlastním domě. Měla jsem v Praze družstevní byt a tak jsem neměla nárok na otcův byt. Národní výbor rozhodl, že nám nechá poloviční lhůtu na vyřešení naší situace a nebude-li včas vyřešena, přidělí byt nájemníkovi. To by už v domě byli nájemníci tři.

Měla jsem dobrého právníka, který mně již několikrát pomohl. Ten řekl, že řešením je, abychom se jako rozváděli a zatím má čtrnáctiletá dcera dospěje a byt bude její. Byla bych do toho šla, vždyť moje dcera i já jsme měly náš dům tak rády, pro manžela však byl rozvod nemyslitelný, a tak jsme uvažovali o koupi menšího domku v Mnichovicích, i třeba v Ondřejově.

Na začátku srpna téhož roku jsme se připravovali na cestu na Českomoravskou vysočinu, kde slavil narozeniny manželův otec. Večer před odjezdem jsem náhle řekla manželovi, že s nimi nepojedu, protože mám ještě mnoho úklidu v domě. Zatímco jsem uklízela, přiletěl můj bratr jako vítř a povídá podívej, inzerát: „Prodám domek se zahradou v Mnichovicích. Celý volný.“ To bylo ve čtvrtek před polednem. Okamžitě jsem napsala odpověď na inzerát a ve dvě hodiny odpoledne jsem jela do Prahy. O půl čtvrté jsem odevzdávala odpověď na inzerát do redakce Lidové demokracie.

Majitel domku, pan Papírník, dostal sto padesát odpovědí na inzerát. Otevřel jich třicet a z těch třiceti vybral čtyři zájemce a mezi nimi jsem byla také já.

Nás čtyři si pozval do domku k rozhovoru. Jeden ze zájemců byl stavitel a hovořil o tom, jak by dům renovoval. A samozřejmě i já jsem měla veliké možnosti, mám v Mnichovicích příbuzného truhláře, lakýrníka, a dům budu pečlivě vylepšovat. Manžel jen zíral, jak neomezené mám možnosti.

Objevil se problém v prodeji. O domek má zájem příbuzný, který má přednost. Do rozhodnutí musíme čekat čtrnáct dní. Výsledek jsme se měli dozvědět ve čtvrtek. V úterý večer, dva dny před rozhodujícím dnem, jsem řekla manželovi, že ráno jedu do Mnichovic. Chtěla jsem sdělit panu Papírníkovi, že pokud navýší cenu, nemohu již domek koupit. A tak jsem ve středu dopoledne jela do Mnichovic. Vstoupila jsem do domku a pan Papírník na mne překvapeně hleděl a říká: „Včera večer jsem vás hledal ve vašem domě, abych vám řekl, že domek prodám vám.“

Pan Papírník chtěl platit hotově. To znamenalo, že jsme museli mít celou kupní sumu od pátku do pondělí doma. V přepočtu na naše dnešní peníze to bylo okolo čtyř milionů korun. A tak jsme celé tři dny byli doma a jen jeden z nás šel koupit housky a chleba. V pondělí dopoledne se uskutečnil prodej našeho domu a koupě domku se zahradou. Po skončení transakce řekla právnička, že za vším jsem byla já. A já jsem se pak zdravotně na měsíc složila.

Dne 21. listopadu 1981 jsme se do domku stěhovali a prožili zde čtvrt století krásných letních měsíců. Milovala jsem zahradu, ve které jsem v podvečer sedávala pod břízou a hleděla do kraje, zatímco pod mýma nohama chroupali potravu ježci. Pode mnou na naší zahradě stála nádherná vysoká borovice a pod ní se rozprostíralo údolí vedoucí k řece Sázavě. V srpnu, kdy manžel jezdil hrát do Německa do lázní Herzfeld, sedávala se mnou na lavici v zahradě tichá společnice kočka Micina, kočka s velkým K. Seděla se mnou celé dvě hodiny a spolu se mnou se dívala do krajiny. Rok v zahradě měl svůj rytmus. Na jaře měli v dřevem podříté střeše malé hnízdečko ptáčky červenky. Při vyvádění ptáčků na svět jsme viděli, jak malá hlavička vykukla z hnízdečka a opět se vrátila do bezpečí. A po několikrát pokusu přišlo vítězství. Ptáček vyletěl na svět. O svatojánské noci svítili na zahradě broučci svatojánci. Ve žhavém letním poledni vydechovalo malé mraveniště svou intenzivní vůni. A v srpnu seděla na vrcholu vysoké borovice vždy v osm hodin večer probouzející se sova. A pro nás a pro naše sousedy to byl mimořádný zážitek. Prožívala jsem léta své vysněné rajske zahrady.

Ludmila Šimková

Pokračování na straně 9

Divadlo

Ta vůně léta, když ovoce zraje,
 záblesky slunce, které s vodou hraje
 divadlo věčné v kulisách z rákosí,
 kde hejno kachen vesele klábosí.
 Jak krejčí na sukni nažehlí sklady,
 tak vítr na vodě neví si rady.
 Nestejné vlny hladinu čeří,
 barevné, lesklé je kachní peří.
 Předplatné v divadle, to vrby těší,
 stejně jak pláště své větve věší.
 O místa nejlepší dělí se s olšemi,
 jeviště na vodě, diváci na zemi.
 Ve vodě mělké sluní se ryby,
 na šatech s flitry nevidíš chyby.
 Pomalé pohyby, na těle zrcátka,
 k hladině putují maličká prasátka.
 Tajemní pánové ukrytí ve stínu
 kouří své doutníky v rákosí bez dýmu.
 Nemůžeš přehlédnout zelené listoví,
 na kterém bezpečně leknín si pohoví.
 Bílý květ leknínu jak vzorek koberce
 čeká teď rozvitý pokorně na herce.
 To tiché vrčení, to vážky letí.
 Ve vzduchu zastaví, než na list sletí.
 I motýl, jako host, svou roli zahraje.
 S vážkou se pozdraví, odletí do kraje.
 Opona z oblaků, lehce se smráká.
 Tam někde na scéně sólista kváká.
 Ta vůně léta, když ovoce zraje,
 jdi tam, kde divadlo se hraje.

Josef Kubart

Drazí přátelé,

začínám psát příspěvek do vašeho časopisu. Myslím na vás na všechny, kdo tyto řádky budou číst. Mám vás rád. Uvědomuji si, jak ten náš pozemský život není lehký. Každý z nás prožíváme někdy bolestné chvíle. Zvláště, když nás opustí někdo blízký, blízká osoba, kterou jsme měli mimořádně rádi. Z mé blízkosti odešla na věčnost kamarádka, přítelkyně Ing. Irena Řivnáčová. Tolikrát v životě byla mou blízkou pomocnicí. Autem mě vozila k lékaři, do nemocnice, všude, kde bylo potřeba. Její úsměv, dobrá nálada posilovala můj život, dodávala motivaci. A teď tu sedím, v blízkosti mám dvě francouzské hole a přemýšlím, co bude dál. A tak se chci s vámi podělit o naději, kterou nám dává Ježíš Kristus. Ten, který přišel na svět, aby nám všem ukázal směr, cíl toho našeho lidského snažení. On všem lidem dobré vůle vzkazuje: „Já jsem světlo světa, kdo mě následuje, nebude chodit ve tmě, ale bude mít světlo života.“ (Jan 8,12) - Jeho slova plná naděje najdeme v Bibli v Knize života.

V knize, která nám dává odpověď na naše otázky, na otázky, na které my lidé často neznáme solidní odpověď. Ježíš i nám dává radu: „Vaše srdce ať se nechvěje úzkostí! Věříte v Boha, věřte i ve mne. V domě mého Otce je mnoho příbytků; kdyby tomu tak nebylo, řekl bych vám to! Jdu, abych vám připravil místo. A odejdu-li, abych vám připravil místo, opět přijdu a vezmu vás k sobě, abyste i vy byli, kde jsem já. A cestu, kam jdu, znáte. Řekne mu Tomáš: „Pane, nevíme, kam jdeš. Jak bychom mohli znát cestu?“ Ježíš mu odpověděl: „Já jsem ta cesta, pravda i život. Nikdo nepřichází k Otci než skrze mne.“ (Jan 14,1-6). A my můžeme jen podotknout, Ježíš je východisko z každé životní situace, i kdyby byla nesmírně náročná, z lidského hlediska neřešitelná. Protože nás často trápí bolesti, nemoc, různá strádání, odchody blízkých z našeho života, ale Ježíš jde tu cestu s námi, tu cestu lásky, on nás neopouští, ale dává nám naději, že jednou na věčnosti se setkáme, abychom se v Boží blízkosti radovali a naše srdce, naše nitro bylo šťastné. A co my, jak reagujeme, jak žijeme, jak pomáháme druhým, aby jejich cesta byla snesitelná. Nechybí nám

úsměv, dobré slovo, odpuštění. Kdo zná modlitbu Otče náš..., prosí každý den o odpuštění našich vin, protože i my odpouštíme našim viníkům. A Ježíš radí: „Odpouštějte si, mějte se rádi, buďte v každém věku krásné a milé vztahy, mluvte spolu, modlete se jeden za druhého. Dokud máte šanci žít vedle sebe, mít rodinu, kamarády, přátele, ale také ty sestřičky, které se o vás starají, které o vás pečují. Všichni lidé toužíme po lásce, po dobrém slovu, po příjemném prostředí, aby naše nitro, svědomí bylo v pohodě, v klidu a míru. Definice šťastného života je: klid a pohoda, harmonie v našem srdci. A když na nás přijde nějaká úzkost, strach, zklamání, je tu ten, který nás miluje, ten, který chce, abychom mu důvěřovali, Ježíš Kristus! Ten, který nám stále radí: Nebojte se! Dokonce on nám to radí v Novém zákoně 365x, tak jako je dní v roce. Přeji nám všem, aby náš život byl opravdu Bohu milý, aby z našeho nitra zářila vzájemná láska.

Váš jáhen Pavel Urban

Rozloučili jsme se:

Durčák René, Jankovská Eliška, Konvičná Anna, Kovandová Ludmila, Křivanková Květuše, Nováková Marta, Šálek Josef, Wolfová Rozalia, Zoubková Radomila.



**1. V následujících větách najděte názvy ptáků.**

Žádná kostra kanál nevidí.
Nová dívka v kabátě byla hezká.
Špinavá voda televizi škodí.
Kdo to umí, točí laso kolem těla.
Moderní apoštol kamarádí s orlojem.
V sobotu celý den Pedro rýsoval.
Stará ostruha vraného koně nezraní.
Narazila jsem si kostrč.
Není dobré maso vařené málo solené.
Nesu papír do sběru.

2. Paní Klára si napsala na papírek všechny aktivity, které musí dnes udělat. Pozorně si je přečtete, zapamatujte a poté seznam schovejte a zkuste všechny aktivity vyjmenovat.

Umýt okna,
zavolat k zubaři,
upéct štrúdl,
dočíst knížku,
navštívit kamarádku,
jít si zaplavat do bazénu.

3. Doplňte jedno slovo, které pojmenovává všechna slova.

Př.: přechod pro chodce, zvíře = zebra.

SOUČÁST KOSTRY; PRACOVNÍ NÁSTROJ;
SOUČÁST MLÝNSKÉHO KOLA =

SPORTOVEC; ŽÁBA =

PŘÍLOHAK JÍDLU; NEBE =

NÁŘADÍ; KŮSTKA V UCHU =

HRAD – MĚSTO; ČÁST LIDSKÉHO TĚLA =

PŘEDNÍ ČÁST POSTELE;
ČÁST HLAVY; HUDEBNÍ NÁSTROJ =

VĚZENÍ; PŘEPRAVKA S PIVEM; HUDEBNÍ NÁSTROJ =

HISTORICKÁ BUDOVA; SOUČÁST DVEŘÍ =

ČÁST TĚLA (ZDROBNĚLE); SOUČÁSTKA HODIN =

POKRÝVKA HLAVY; ČÁST HŘIBU =

4. Uveďte, co znamenají jednotlivé zkratky.

HZS -
JZD –
CHKO –
ThDr. –
ZOH –
VZP –
MFF –
FN –
DiS. –

5. Vyřešte následující slovní úlohu.

Na Jamajce je o 6 hodin méně než v České republice, protože Jamajka leží daleko na západě, a tak tam slunce vychází i zapadá později než v Čechách.
Kolik hodin ráno je na Jamajce, když jsou v Pardubicích 3 hodiny odpoledne?

6. Vymyslete co nejvíce pojmů, které souvisí s kategoriemi:

- a) druhy látky
- b) české herečky
- c) letní oblečení.

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.
při zpracovávání úkolů.



Vápník posiluje kosti, ale může ovlivnit i rytmus srdce

Vápník je dalším z minerálů, bez kterých bychom se nedokázali obejít. Kromě toho, že se podílí na stavbě kostí, ovlivňuje činnost svalů, pomáhá vést i nervové vzruchy a neobešel by se bez něj proces srážení krve. Je tedy zásadní, abychom ho měli v těle dostatek, ale pozor, nadbytek může být také problém. V souvislosti s vápníkem vás asi napadnou jako první silné kosti a zuby. Je to správně, protože skoro devadesát devět procent ho najdete právě v nich. Ale rozhodně to není všechno, na co ho tělo využívá a nutně potřebuje.

Na co je dobrý vápník?

Vápník neboli kalcium je minerál, který si tělo neumí vyrobit, takže spoléhá na dodávky prostřednictvím stravy. Potřebuje ho dost, neboť v těle ho každý má kolem 1,5 % hmotnosti. Bez vápníku se neobejdou zdravé zuby a kosti, ale i řada dalších nezbytných funkcí. Jde například o nervové přenosy, produkci hormonů, činnost srdce, srážlivost krve nebo správnou činnost svalů, dále pomáhá při trávení a výživě buněk. Zajímavé je, že pokud vápník v těle chybí, začne se uvolňovat právě z kostí, které pak slábnou a řídnou a jsou náchylné ke zlomení.

VÁPNÍK
VÁPNÍK
VÁPNÍK
VÁPNÍK
VÁPNÍK

Kolik vápníku je potřeba?

Aby bylo vápníku v těle dostatek, měli byste ho denně přijmout kolem 1000 mg, tedy 1 gram. Denní dávka se mění s věkem – děti do pěti let věku by měly denně přijmout kolem 800 mg, do deseti let pak 800–1200 mg a dospívající v době největšího růstu 1200–1500 mg denně. Stejně hodnoty jako dospívající jsou doporučeny i pro těhotné a kojící matky.

Příznaky nedostatku vápníku

Mezi příznaky nedostatku vápníku (hypokalcemie) patří bolesti svalů nebo kostí v zádech a na krku, prozradí ho i lámavost nehtů, suchá pleť, vyšší kazivost zubů, ale mohou to být i svalové křeče a vyšší krevní tlak. Mohou se objevit i poruchy srážlivosti krve – krvácení z nosu a tvorba modřin. Příčinou nedostatku vápníku může být i porucha jeho vstřebávání ve střevě, ke které dochází kvůli nedostatku vitamínu D a estrogenů, kvůli intoleranci laktózy, ale také v důsledku stáří nebo při nadměrném pití alkoholu. Dalším důvodem chybějícího vápníku může být jeho zvýšené vylučování ledvinami.

Vápník

Doporučená denní dávka: Děti do 10 let potřebují cca 500 mg vápníku denně, dospívající od 11–18 let cca 1000 mg, nad 19 let 700 mg, nad 50 let 700–1200 mg. **Zdroje vápníku:** Mléko a mléčné výrobky, listová zelenina, květák nebo brokolice, mák, sezamové semínko, mandle, para ořechy, kakaové boby, hrášek, fazole, sójové boby. **Nedostatek vápníku:** K projevům patří bolesti svalů nebo kostí v zádech a na krku, lámavost nehtů, suchá pleť, vyšší kazivost zubů, svalové křeče a vyšší krevní tlak, poruchy srážlivosti krve (krvácení z nosu a tvorba modřin), křivice u dětí a osteoporóza nebo osteomalacie u dospělých, častější zlomeniny.

Jak dodat vápník do těla

Nejlepším zdrojem vápníku jsou mléko a mléčné výrobky, z nichž umí tělo vápník i dobře využít. Lze použít i rostlinné zdroje – tedy hlavně listovou zeleninu, květák nebo brokolici, mák, sezamové semínko, mandle, para ořechy, kakaové boby, hrášek, fazole, sójové boby. Vápník lze přijímat v mnoha podobách. Můžete si vybrat z různých doplňků stravy. Vhodným zdrojem vápníku jsou také přírodní minerální vody. Obsahují životně důležité minerální látky (kromě vápníku také hořčík, draslík aj.) v dobře dostupné formě, které lidské tělo dokáže lehce vstřebat a využít.

Nadbytek vápníku

Pokud se stravujete běžným způsobem, není prakticky možné se vápníkem „předávkovat“. Může se to stát, pokud byste užívali velké množství doplňků stravy s vápníkem. Příznakem nadměrné hladiny vápníku mohou být zažívací obtíže, bolesti hlavy, pocit žízně a výjimečně poruchy srdečního rytmu. Problém může nastat, pokud vysoká hladina vápníku v krvi trvá dlouho. Pak může způsobit nejen tvorbu ledvinových kamenů, ale i selhání ledvin.

Eduard Bass – Náš František

Kdo nás zná, nikdy nechápe, že by mezi mnou a naším Františkem mohlo existovati vážné napětí. Každý, kdo k nám přijde a seznámí se s Františkem, rozplývá se nadšením, jaké je to roztomilé stvořeníčko.

„Podívejte se na jeho něžnou hlavičku! A ta chytrá očička! A jak se má k světu! Pámbů požehnej – takový František v rodině, to je přece radost.“

Nu, já nemohu říci, že by takový František byl v rodině zrovna radost. Už ty jeho zvrácené chutě: nedávno jsem objevil, že náš František papá písek. Všechno domlouvání a hubování bylo marné; jak se dostane k písku – třebaš z podlahy –, už si lebedí.

Ale jsou i jiné věci u něho, o âterých náhodný návštěvník nemá potuchy. František je především lenoch. A to je vlastnost, které tak příčinlivý člověk, jako jsem já, nesnese. Máme tu v pokoji pěkný tmavý kout, kde stojí pohovka, a když jsme po dobrém obědě, prohlásím paní Bassové, že se ve světě dějí strašlivé věci a že musím o nich přemýšlet a že mne nikdo nesmí v přemýšlení rušit. Paní Bassová ví, že taková vážná a odpovědná práce žádá klidu, proto se někde usadí s knížkou a čte, zatímco se já, který se nikdy neoddávám takové maskované zahálce, natáhnou na pohovku a přemýšlím, usilovně přemýšlím, dokud mě z přemýšlení neprobudí.

Tak to bylo až do té doby, kdy jsme dostali Františka. Jeho příchodem se všechno změnilo, protože nám zkušené lidé řekli, že vždycky po obědě bude zpívat. Zpíval krásně, dvojhlasně a někdy i trojhlasně. Prosím vás, na nožičce má kroužek, že jako dostal na výstavě první cenu, a v šupletí mám vysvědčení, že je to čistokrevný harcký dutopěvec kmene Seifertova. Není tedy dvojhlasý zpěv u něho žádný zázrak; naopak slibovali nám, že bude zpívat až čtyřhlasně, ale ačkoliv jsem se velmi těšil, až se z klece ozve pěkně harmonizovaný kvartet, František to dál nežli na terceto nedotáh. To bylo v prvních dnech, ale když se okoukal, přestal zpívat vůbec.

Byl z toho veliký zármutek v rodině. Konali jsme dlouhé porady, v nichž paní Bassová houževnatě zastávala názor, že se František ve mně zhlíd a teď nechce nic dělat, jenom přemýšlet. Byl jsem tímto výkladem velmi pobouřen, ale jako rozvážný muž jsem se vyhnul při, která by byla pro mne tak jako tak ztracena, a poučil jsem paní Bassovou, že jsou kanáři, kteří zpívají, jen když slyší hluk. Byla to jediná pomoc, jak odvrátiti ženskou podezřívavost od vlastní osoby. Nemohu však říci, že bych si tím byl zjednal v domácnosti klid.

Sotva jsme totiž byli po obědě, dostala Pepička rozkaz přinést do pokoje šicí stroj. Mně vrazila paní Bassová do ruky kytaru, sama si vzala foukací ladičku a cinkavý zvonek, na který jsme cinkávali v nemoci, když jsme chtěli zahnat ošetřovatelku. Aspoň kdykoli jsme cinkli, nikdy nepřišla. Teď jsme se tedy s tím vším seskupili kolem almaryl, na níž v kleci na vrchním bidélku seděl náš František. Nakonec byl ještě přivolán pan Kulík, který se usadil na dolním konci pohovky. Paní Bassová dala pokyn a teď jsme spustili. Pepička hřměla se šicím strojem, paní Bassová ječela a bručela ladičkou a cinkala zvonkem, já třískal do kytary a kopal do židle, Pepička zpívala, proč prý pláčou černé oči, já zpíval Salome a pan Kulík na pohovce vyl, až mu uši padaly na bedra a z očí tekly slzy.

Byl to překrásný koncert a František, když jsme spustili, lekl se tak, že spadl z bidélka na zem. Ale nic si neudělal, naopak, než jsme dozpívali první píseň, zase se vzpamatoval a vlezl si do koupelky, odkud na nás stříkal vodu. Opakovali jsme svůj koncert několikrát, a poněvadž u nás v domě bydlí samí inteligenti, pochopili hned, že jde tu o pěkný džezbend, a snažili se doplniti chybějící nám nástroje. Smetáky, holemi, paraplaty mlátili do našich zdí, zprava i zleva, zdola i shora, někteří přišli až z přízemku a kopli nám aspoň do dveří, zkrátka kvůli Františkovi jsme pořádali hudební produkci celého činžáku.

Koncert byl krásný, ale měl jednu vadu: nikdy jsme nezjistili, jestli František zpívá s námi. Leckdy se tak tvářil, ale kdyby místo čtyřhlasého zpěvu spustil celý šestnáctičlenný smíšený sbor, nebylo by z něho slyšet ani pípnutí, jak jsme jen my dva s panem Kulíkem řvali. A když jsme přestali, byl i František zticha a jen si urovnával peřička, která se mu při naší produkci poněkud zježila.

Tak jsme uznali marnost svých koncertů, upustili jsme od nich a v rodině zavládl hluboký smutek. František nezpíval. A tenkrát jsem se jednou dopustil něčeho, co od základu změnilo můj pravidelný život a co se může státi osudným a nikdy nečekaným určením mého zbývajícího života.

František totiž sice nezpíval, ale občas si pípl. A tu jsem se jednou zapomněl a pípl jsem taky. Paní Bassová zvedla hlavu a podívala se na mne. Já jsem v úplné nerozvážnosti pípl podruhé. František vyletěl na nejvyšší bidýlko, natáhl krk a pátral po celém pokoji, kde je ten kanár. Když ho nespátril, pípl.

Já pípl taky.

On pípl.

Já pípl.

On spustil trylek.

Já spustil trylek.

A vtom se už ozvala paní Bassová:

„Bassinko, ty umíš hvízdát jako kanár!“

Lekl jsem se strašlivě, neboť jsem okamžitě věděl, co mě očekává. Ale už bylo pozdě.

„Bassinko, zahvízdej jako František. On bude zpívat s tebou.“

Nešlo se vymluvit. Musil jsem pípat, trylkovat i tlouci a František skutečně došel přesvědčení, že jsem nějaký větší kanár, a pípal, trylkoval i tloukl se mnou. A to byl začátek mého zlého osudu. Vyprávěl jsem vám ze začátku, jaký jsem příčinlivý člověk, a jak rád po obědě trochu přemýšlím. S tím už je nyní konec.

Jakmile se natáhnou na pohovku, ozve se něžně energický hlásek:

„Bassinko, udělej kanára!“

A i kdyby se mi chtělo sebevíce přemýšlet, musím sešpulit ústa a pípat. František už na to čeká a hned se začne s tím tlustým kanárem na kanapi předhánět. Mohu říci, že dělám pokroky. Už se mi daří občas vzítí dva tóny najednou. Je to sice ještě disharmonické, ale to se časem poddá.

Paní Bassová soudí, že bude ze mne brzo čistokrevný dutopěvec.

A tu je kámen úrazu. Paní Bassová je trochu nervózní. Navykla si, aby jí František po obědě zazpíval. Nemůže už bez toho být. Co se stane, až po Novém roce začne František pelichat? Obávám se nejhoršího.

Docela jistě vyhodí Františka a do klece na almaře zavře mne. Ví přece předem, že jí nic nedovedu odepřít.

Bude to trochu fatální existence, až mě natrou nažluto a kolem břicha bíle. A semenec mi přece jen tak nepojede jako filet du boeuf rôti aux champignons v Chapeau Rouge. A věru že bych raději seděl na bidélku v Sektpavilóně než na almaře.

Ale když to paní Bassová poručí...

Jen vy, děvčata, která k nám občas přijdete, pomněte pak toho, že ten roztomilý kanárek, který na vás laškovně upírá svá černá očka a přitom se drbe nožičkou na hlavičce, je vlastně váš vroucně, ale nešťastně vás milující Básek, Basíček, Basánek, Bassinka nebo Edýnek.

Text pochází ze souboru povídek Eduarda Basse Pražské a jiné historie, který vydala Městská knihovna v Praze.

Parga



Parga je přímořské město ležící v regionu Epirus v severozápadním Řecku. Žije zde přibližně dvanáct tisíc obyvatel. Rozloha činí 276,5 kilometrů čtverečních. Město je každoročně vyhledávané přímořské letovisko. Současné město Parga vzniklo v roce 2011 sloučením dvou předešlých obcí Fanari a Parga. **Parga** je malebné letovisko, které oblévá Jónské moře. Nachází se mezi městy Igoumenitsa a Preveza. Leží přibližně 40 kilometrů od Albánie. Také je nedaleko od ostrovů Paxos, Antipaxos a Korfu. Dělí se na čtyři městské části Agia, Anthousa, Livadari a Parga.

Ve městě Parga se nachází několik pláží a zátok. V historii sloužily jako přístavy nebo kotviště pro lodě.

Dnes výrazně přispěly k rozvoji turistického průmyslu. Mezi nejvíce navštěvované a oblíbené patří Valtos, Kryoneri, Piso Kryoneri, Lichnos, Sarakiniko, Ai Giannakis.

V Parze a okolí se nachází velké množství kostelů. Obyvatelstvo je převážně věřící, kvůli historickému postavení (museli čelit útokům pirátů a Turků), proto se začali obracet na náboženství. Mezi nejznámější patří kostel svatého Mikuláše a kostel svaté Heleny.



Z denního stacionáře

Václav Veselý - Výprava po Norsku

5. část

Čtvrtek 16. srpna. Tento den byl vyhlášen dnem odpočinku. Dopoledne jsme podnikli malou procházku do městečka Hemsdal. Prošli jsme pár obchodů, doplnili zásoby o čerstvý chléb, hořčici, okurky a další laskominy. Ještě jsme pokoupili pár pohledů a vrátili se zpět do chaty. Po obědě jsme nevydrželi dlouho sedět a rozhodli jsme se, že se podíváme trošku po okolí. Hemsdal je vlastně velké lyžařské středisko, velice citlivě zakomponované do zdejší krajiny. Na první pohled nepoznáte, že je zde osm velkých sjezdovek se sedačkovými lanovkami, nevšimnete si, že v lese je postaveno deset velkých parkovišť, odhadem pro 300 aut. Všechny stavby jsou jakoby zamaskovány přírodou a tudíž splývají s okolní krajinou. Pouze větší komplexy chat a bungalovů vystupující na kraji lesa z jeho stínu dávají tušit, že zde může bydlet větší počet lidí. Vydali jsme se tedy vzhůru po neznačené cestě, až jsme došli na spodní část sjezdových drah.



Nebylo toho dne příliš dobré počasí, přes údolí se valily cáry mlh. Začali jsme stoupat podél lanovky stále výš. I když byla cesta mnohdy neschůdná, vyšplhali jsme na druhý nejvyšší vrchol Hamar, 1444 m n.m. Pěkný výhled do okolí nám kazila nízká mračka, která se valila přes okolní vrcholky hor. Na svazích byly vidět skupinky pasoucích se ovcí. Chvilku jsme poseděli u budovy lanovky. Dlouho jsme se však nezdrželi a rychle jsme se vraceli zpět. Na okolních sjezdovkách panoval čilý ruch, vše se již připravovalo na zimní sezónu. Sešli jsme až k lyžařskému středisku, kde nás dostihla bouřka se silným deštěm. Nebylo se kde schovat, takže nezbylo nic jiného než zrychleným pochodem dojít k chatě. Úplně promočení jsme dorazili do campu. Postavili jsme na čaj, sundali mokré oblečení a zabalili se do teplých dek. Večer jsme si zahráli ještě karty, ale poměrně brzy jdeme spát.

Je pátek. V půl deváté jsme připraveni vyjet za dalším dobrodružstvím. Jedeme stejnou cestou jako druhý den až do Borlaugu. Zde odbočujeme na Tonjumu, kde míříme do nejdelšího, 24,5 km dlouhého tunelu, kterým se dostaneme až do městečka Aurland. Pro zpříjemnění cesty tunelem jsou po cestě dvě velké jeskyně, kde je možné zaparkovat. Obě jsou nasvíceny modrým světlem. Cítil jsem se jako bych navštívil zimní královnu. Projeli jsme tunelem i městečkem Aurland a zamířili do vesničky Vassbigdi, které nese jméno podle jezera, které se zde nachází. Odkud jsme se vydali do



Aurlandského údolí, kterému se rovněž říká norský Grand kaňon. Obuli jsme si boty do horského terénu, pláštěnky a nezbytný proviant a vydali se na cestu. Zpočátku byla cesta velice příjemná, ale postupně se změnila v kamenitou stezku. Navíc začalo drobně pršet. Po včerejší zkušenosti s bouřkou hned

Z denního stacionáře Václav Veselý - Výprava po Norsku

5. část

nasazujeme pláštěnky. Sice nám je pod nimi vedro, ale nedá se nic jiného dělat. Příroda je stále divočejší. Po dvaceti minutách jsme již třicet metrů nad peřejemi dole se zmítající řeky. Neustále musíme dávat pozor na kluzké kameny. Přišli jsme na místo, kde je ve skále jeskyně, v níž je celý rok jako v ledničce. Otevírá se nám panoráma černé soutěsky, z níž se valí zpěněná voda. Vpravo nad námi padá odněkud z vrcholku skal krásný vodopád. Stezka nás zavedla opět k řece. Přicházíme k malé zemědělské usedlosti, spíš se jedná o dvě rozbořená stavení. V jednom z nich je schováno malé stádečko ovcí, které si tam našlo střechu nad hlavou, aby na ně nepršelo. Marta s Vandou si vzpomněly na všechny možné pohádky a rozdělují svačinu rovným dílem s nejstarší ovcí. Místo pochvaly se nám však dostalo od nejstarší ovce kousnutí. Po této malé zastávce postupujeme dále, musíme projít pod vodopádem, jehož voda padá na kraj cesty. Ihned za ním nás čeká serpentinový výstup až na úzkou traverzu, kterou se dostáváme na konec soutěsky, a celou dosavadní cestu máme před sebou jako na dlani. Cesta je však nebezpečná, všude teče voda a pod námi je padesátimetrová propast. Nabádám všechny, aby se drželi u skály a postupovali obzvlášť opatrně. Děti vyrazily dopředu a pouze mávly rukou na znamení, že se jim nemůže nic stát. Traverzu jsme zvládli, ale musíme ještě šplhat po kamenech vzhůru, abychom se dostali k vrcholu. Na vrcholu se nám otevřel krásný pohled na široké údolí, plné zelené trávy a asi v polovině bylo jezero. Hned na začátku stála zemědělská usedlost, která byla postavena roku 1600 a místo, kde se nachází, se jmenuje Sinjarheim. V tomto nehostinném kraji měla zde žijící rodina v letech 1886-1921 dvanáct dětí. Usedáme k dřevěnému stolu a vydatně se posilujeme před další cestou. Začíná hustě pršet. Zvažujeme, zda jít dál a pokusit se stihnout autobus zpět. Ptáme se lidí, co jdou proti nám. Říkají, že cesta je dlouhá ještě tak tři hodiny. Vzhledem k neznalosti terénu a zhoršujícímu se počasí velím k ústupu a z půlky cesty se vracíme zklamáni zpět. Tentokrát jdeme svižně, takže cesta zpět trvala polovinu času. Při cestě zpět jsem jel kolem východu z Aurlandského údolí. Sprchovala se tam zrovna jedna skupina Norů v gumových oblecích. Byl jsem rád, že sedíme suší v autě a jedeme domů. Nastává poslední večer v tomto malebném campu, balíme pomalu naše vybavení, které nebudeme již potřebovat.



Pokračování příště.

ČERVENCOVÁ VÝROČÍ

6.7.1848 obdržel sedlák, řezník a uzenář **Georg Schicht z Rynoltic živnostenské povolení k výrobě mýdla a založil podnik, vyrábějící „mýdlo s jelenem“**. V roce 1891 si další z rodu Schichtů, Johann, zaregistroval jelena ve skoku jako ochrannou známku. Počátkem dvacátého století vyráběly Schichtovy závody tři sta milionů kusů mýdla ročně. Od konce 19. století se reklamy na mýdlo s jelenem pravidelně objevovaly na stránkách novin a časopisů, například Ženského světa, České hospodyně, Národních listů, Lidových novin a dalších. Mýdlo se prodávalo v klasické kostce s tmavě béžovou barvou. Používalo se k praní namísto pracích prostředků a je tomu tak dodnes. Nástupcem znárodněné Schichtovy továrny po roce 1948 byly Severočeské tukové závody, po roce 1989 firma Setuza se sídlem v Ústí nad Labem, která začala vyrábět mýdlo s jelenem i v tekuté a práškové podobě.

12.7.1848 uveřejnilo **67 nepodepsaných „pořádkumilovných“ pražských měšťanů v Prager Zeitung vzkaz Thunovi a Windischgrätzovi**, že děkují za potlačení červnového povstání a prosí o zachování výjimečného stavu a vojenské přítomnosti císařských vojsk v Praze. Anonymní autoři deputace byli označováni jako sedmašedesátníci a stali se terčem výsměchu Prahy. Slovo sedmašedesátníci se poté v tisku vžilo jako pejorativní označení protivníků revoluce z roku 1848.

15.7.1863 otevřel v Praze na Újezdě **fotograf Jindřich Eckert svůj první portrétní ateliér**. Jindřich Eckert (22.4.1833 – 28.2.1905) byl jeden z nejvýznamnějších českých fotografů 19. století. Kromě fotografování se aktivně účastnil života společnosti. Působil v Komisi pro soupis památek Prahy a spoluvytvářel první systém památkové péče v Čechách. Podílel se i na činnosti fotografických organizací a prvních fotografických časopisů. Jindřich Eckert začínal jako portrétista, nejvýznamnější částí jeho tvorby je ale místopisná fotografie, a to právě pro její dokumentační význam. Po roce 1881 začal jako první v Čechách vytvářet fotografie zachycující umělecké a přírodní krásy dalších míst v Čechách, důležité jsou například soubory fotografií z Šumavy a Krkonoš. Po roce 1890 se věnoval především dokumentování pražských míst určených k asanaci. Tyto snímky jsou zachyceny v knihách Praha královská (1898) a Pražské ghetto (1902). Podílel se také na dokumentaci výrobků renomovaných firem, například Ringhoffer a Křižíka. Zajímavé jsou též jeho experimenty s rentgenogramy po r. 1896. Jeho práce je významná dodnes.

9.7.1898 vzniklo **Tiskařské družstvo Národně sociální strany, pozdější nakladatelství Melantrich**. Název Melantrich neslo nakladatelství a vydavatelství od roku 1910. V období první republiky se Melantrich stal nejvýznamnějším polygrafickým podnikem v Československu. Byla zde vydávána řada novin a časopisů i množství knižních publikací, včetně děl nejvýznamnějších autorů české i světové beletrie, naučná literatura, sebrané spisy významných osobností, soudobá poezie, životopisné knihy i knihy historické. Roku 1926 Melantrich koupil smíchovskou tiskárnu firmy Koppe a Bellmann (Drtinova 557/10), postupně založil filiálku v Ostravě v Brně i v Žilině. Ve třicátých letech se Melantrich podílel i na natáčení filmů a věnoval se reklamní grafice. Průběžně docházelo i k modernizaci tiskařského zařízení, takže tiskárna Melantrichu na Václavském náměstí mohla roku 1929 vytisknout 755 000 výtisků Českého slova denně. Roku 1936 vzniká hudební nakladatelství MelPa (Melantrich & Pazdírek), v r. 1938 Orchestrální oddělení Melantricha a cestovní kancelář Prago Via. Roku 1938 měl Melantrich obrát 2000 zaměstnanců a patřil k největším a nejmodernějším polygrafickým podnikům v Evropě. Melantrich fungoval i v období nacistické okupace. Po komunistickém převratu nezanikl, ale jeho činnost byla výrazně okleštěna. V listopadu roku 1989 posloužil balkón Melantrichu jako tribuna řečníků na demonstracích sametové revoluce. Po roce 1989 se ale podnik nedokázal adaptovat na nové podmínky a v roce 1999 zanikl. Dnes sídlí v historické budově Melantricha na Václavském náměstí obchodní dům Marks & Spencer, wellness centrum a hotel.

5.7.1908 bylo založeno **Technické muzeum Království českého – tedy dnešní Národní technické muzeum**. Jeho programem bylo dokumentovat hlavní vývojové směry technického a průmyslového rozvoje českých zemí, a to i ve vztahu k zahraničí. Expozice ve Schwarzenberském paláci se otevřela pro veřejnost v roce 1910. Muzeum se zrodilo z iniciativy technické inteligence, především profesorů české vysoké školy technické v Praze. Po vzniku Československa byl přijat název Technické muzeum československé. Díky veřejným sbírkám, darům a finanční pomoci státu byly shromážděny prostředky k výstavbě nové muzejní budovy na Letné. Stavba byla zahájena roku 1938 a dokončena 1941 již v Protektorátu Čechy a Morava a ihned zabrána okupační správou pro ministerstvo pošt. Po válce v roce 1945 byla budova na Letné obtížně získávána zpět pro muzejní účely.

Částečně se to podařilo v roce 1948, kdy zde byly otevřeny první výstavy a expozice – cyklistika, film, rozhlas. Velkou část budovy však zabíraly jiné instituce až do roku 1990. Teprve od 90.let slouží celá budova Technickému muzeu. Za dobu delší než sto let zde byly vybudovány rozsáhlé sbírky dokumentující vývoj mnoha technických oborů, přírodních a exaktních věd a průmyslu na území dnešní České republiky.

Ve dnech 6. až 13.7.1938 se z iniciativy amerického prezidenta Franklina D. Roosevelta konala

v lázeňském městě Évianu ve Francii mezinárodní konference o přijímání židovských uprchlíků z nacistického Německa. Zúčastnilo se jí 31 států a dvacet čtyři dobrovolnických organizací. Vzdor deklarované vůli k pomoci se na konferenci nepodařilo prosadit rezoluci odsuzující německé chování vůči Židům, což okamžitě využila nacistická propaganda. Jedním ze zaznívajících názorů hodnotících závěry této konference je takový, že selhání nalezení dohody nad tím, kdo bude přijímat židovské migranty z Německa, ještě více povzbudila Adolfa Hitlera v jeho útoku proti evropským Židům. Jednou ze zúčastněných byla i židovská pozorovatelka z Palestiny a pozdější izraelská premiérka Golda Meirová. Ve svých pamětech popisovala, jak delegáti ze 31 zemí opakovaně vyjadřovali zármutek nad osudem evropských Židů, zároveň však uváděli, proč jejich státy nemohou s přijetím uprchlíků pomoci.

5.7.1943 zahájil wehrmacht operaci Citadela neboli bitvu o Kursk. Bitva v Kurském oblouku byla jedna z nejvýznamnějších bitev druhé světové války na východní frontě. Německá vojska chtěla získat zpět strategickou iniciativu na východní frontě a oslabit sovětskou Rudou armádu tak, aby nemohla v následující době zahájit významnější ofenzívu. Cílem bylo zlikvidovat Kurský oblouk a zničit sovětské síly v této oblasti. Bitva u Kurska se řadí k největším tankovým bitvám historie. Ačkoliv ztráty Rudé armády byly mnohem větší než na německé straně, z pohledu Německa šlo o neúspěch, který je definitivně odsoudil k porážce. Historici tuto bitvu považují spolu s bitvou o Stalingrad za rozhodující střet východní fronty.

14.7.1968 byla ve Varšavě zahájena dvoudenní schůzka představitelů Bulharska, Maďarska, Polska a SSSR. Jejím tématem byla „kontrarevoluce“ v ČSSR a výsledkem byl otevřený dopis adresovaný KSČ, který kritizoval uvolňování poměrů a stal se předzvěstí srpnové okupace. Byl formulován jako zásadní přelom v rozhodování sovětského vedení o tom, jakým způsobem bude řešena pro Sověty nepříjemná situace v Československu. Sověti tu jednoznačně potvrdili, že otázka vývoje v ČSR není vnitřní záležitostí, ale záležitostí vývoje Východního bloku. Šlo o uplatnění tzv. Brežněvovy doktríny omezené suverenity, která řídila sovětskou zahraniční politiku od roku 1968 do Perestrojky. Sovětský svaz si tím vyhradil právo intervenovat v libovolné zemi východního bloku, ve které by existovalo nebezpečí samostatného politického rozhodování. Na tuto schůzku navazovalo i dvoustranné československo-sovětské jednání v Čierné n. Tisou koncem července. K trapným a tragickým pikanteriím patří i tzv. **Dopis 99 pragováků**, který uveřejnila Moskevská Pravda a který volal po přítomnosti sovětských vojsk v ČSR. Představitelé závodních výborů ROH a KSČ se od dopisu distancovali.

4.7.1969 měl premiéru film Vojtěcha Jasného Všichni dobří rodáci. Snímek ukazuje osudy vesnických lidí ve 40. a 50. letech 20. století zcela jinak, než oficiální propaganda. Strhující herecký výkon podal především Radoslav Brzobohatý, ale nezapomenutelná je i kreace Vladimíra Menšíka a do paměti diváků se navždy vryla i Drahomíra Hofmanová. Film měl celkově hvězdné obsazení – hráli v něm mj. Vlastimil Brodský, Karel Augusta, Waldemar Matuška, Václav Lohniský či Ilja Prachař. Ačkoliv byl v kinech uváděn jen necelé čtyři měsíce během léta a podzimu 1969, vidělo jej více než 900 000 lidí. Poté byl mnoho let ukryt v trezoru a až do pádu komunistického režimu se nesměl promítat.

26.7.1983 Jarmila Kratochvílová zaběhla v Mnichově dodnes platný světový rekord na 800 metrů, činí 1:53,28 minut. Jarmila Kratochvílová (* 26.1.1951) je bývalá běžkyně na krátkých a středních tratích, nejlepší československá běžkyně všech dob. Mnichovský rekord je nejdéle platným světovým rekordem v oficiálních disciplínách v historii ženské atletiky.

30.7.1998 byl v Ústí nad Labem dán do provozu Mariánský most. Most tvoří dva 60 metrů vysoké pylony, z každého jednostranně vychází 15 ocelových lan, které nesou mostovku. Ta je 179 metrů dlouhá. Jejich výška má být shodná s výškou ústeckého kostela Nanebevzetí Panny Marie.

Je zčásti ocelový, zčásti železobetonový a váží 3500 tun. Návštěvníci jej naleznou na severním okraji města, kde slouží jako jeho hrdá a elegantně tvarovaná brána. Most získal řadu mezinárodních prestižních ocenění a patří mezi deset nejlepších současných mostních staveb ve světě.



INFORMACE Z DOMOVA

Schůzky stravovací komise domova se uskuteční
ve středu 12. 7., 26. 7., 9. 8., 23. 8. v hlavní jídelně domova.



Schůzka
důvěrníků
s vedením
domova se uskuteční
v úterý 4. 7. 2023
od 10:00
v sále.

V úterý 11. 7. nás opět přijede navštívit paní Eva se svými zvířátky.

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.

Každé pondělí se za příznivého počasí konají
vycházky do Milíčovského lesa.
Odchod je vždy v 13:00 od recepcce DSH.

Ve středu 26. 7. se koná celodenní výlet na zámek Kačina.
Zájemci, hlase se u svých aktivizačních pracovníků.

VIRTUÁLNÍ VÝLETY PO KRÁSÁCH NAŠÍ VLASTI I SVĚTA

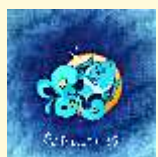
Do našich 3D brýlí jsme nahráli nový obsah, který je v češtině. Nechte se provést po
Pompejích, Florencii, ale i Brně nebo Bratislavě. Neváhejte oslovit svého aktivizačního
pracovníka. 3D brýle nejsou doporučeny pro klienty s kardiostimulátorem.

Červenec



Kozoroh - 22. 12. – 20. 1.

Partner či kamarád vás poprosí o radu,
jak by se měl zachovat v jisté záležitosti.
Nabídnete mu hned několik variant.



Vodnář - 21. 1. – 20. 2.

Budou vás přitahovat optimisticky naladěni
lidé. Nový protějšek či kamarády si dnes
budete vybírat výhradně mezi nimi.



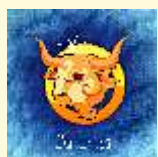
Ryby - 21. 2. – 20. 3.

Na nějaké akci vám padne do oka
zajímavá osoba. Jakmile se konečně
osmělíte ji oslovit, budete na dobré cestě.



Beran - 21. 3. – 20. 4.

Připadalo vám, že některému z kolegů
jste protivní. Ale ukáže se, že k vám
nemá averzi, jenom se neprojevoval.



Býk - 21. 4. – 21. 5.

Ve společnosti budete jako doma.
Posílíte tedy své šance na seznámení
s osudovým protějškem, na které čekáte.



Blíženci - 22. 5. – 21. 6.

Láska vtrhne i do vašeho srdce, nepůjde
tedy o žádné povrchní okouzlení. Vedle
erotického jiskření tu budou i sympatie.

HOROSKOPY



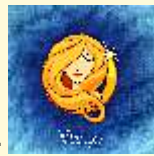
Rak - 22. 6. – 22. 7.

Bude vám vyhovovat nakupování z pohodlí
domova. V klidu si projdete nabídku a
navíc přitom můžete být třeba v pyžamu.



Lev - 23. 7. – 22. 8.

Po práci se posadíte do útulné kavárny
abyste si vydechli. Za chvíli vás ale
osloví zájemce o seznámení.



Panna - 23. 8. – 22. 9.

Trochu se vás dotkne, když si vás
mladší příbuzní začnou dobírat. Chcete
vzbuzovat hlavně respekt a obdiv.



Váhy - 23. 9. – 23. 10.

Díky svému přístupu k ostatním si ušetříte
spoustu nervů. Morouse ignorujete, ať se
podusí ve vlastní šťávě.



Štír - 24. 10. – 22. 11.

Duševně vyzrálým jedincům bude jasné,
že mají své kouzlo v každém věku. Ti
ostatní si budou hrát na teenagery.



Střelec - 23. 11. – 21. 12.

Průběh milostných schůzek vás dostane
do euforie. Většina zamilovaných bude
ve dne v noci vedle své lásky.