



Sněžinka

(F. Hrubín)

Táta včera na venku, našel první sněžinku,
vedle petrklíč, zima, už je pryč!

Slovo úvodem

Milí obyvatelé, rodinní příslušníci a zaměstnanci,

začíná jaro, příroda se probouzí, rozkvétají první stromy a keře, zelená se tráva, zpívají ptáci. Sluníčko pomalu začíná zkoušet svou sílu, i když mu to občas maří studený vítr a déšť.

Spolu s jarem vychází další číslo našeho časopisu. Jistě jste si všimli, že mezi vydáním prvního a druhého čísla Čtyřlístku uběhla poměrně dlouhá doba. Omlouváme se za časovou prodlevu mezi dvěma čísly, která byla způsobena změnami probíhajícími v naší organizaci.

Rádi bychom časopis vydávali čtyřikrát ročně - v lednu, dubnu, červenci a říjnu a doufáme, že se nám to bude dařit.

V tomto čísle se opět dočtete zajímavosti z Domova a z Havlíčkova Brodu. Také zde bude trochu informací ze sportu, zajímavé vyprávění našich obyvatel o tom, jak před lety prožívali své vánoce, něco pro zamyšlení, zasmání a nebudou chybět ani úkoly pro bystření mysli.

Tak se s chutí pusťte do čtení a luštění.....

Události v Domově, aneb sousede, co je nového?

Vážení přátelé,

právě držíte v ruce druhé číslo našeho časopisu Čtyřlístek. Během doby, kdy vyšlo jeho první číslo, došlo k několika důležitým změnám. Nejdůležitější změnou bylo plánované převzetí nové budovy v areálu nemocnice a s ním také přestěhování paní ředitelky Hlaváčkové, ekonomky Dáši Paulusové, personalistky Věry Holendové a Petry Havlové do nové budovy v areálu nemocnice. Jak Vás již v minulém čísle informovala paní ředitelka, přestěhovala jsem se z kanceláře ve II. patře do kanceláře v přízemí. Tímto krokem vzniklo více prostoru pro práci našich terapeutek a já jsem získala novou kancelář v přízemní našeho Domova, kde jsem Vám kdykoliv k dispozici.

Budovu v Husově ulici jsme převzali s 30 klienty, kteří se v této budově rozhodli zůstat a přejít tak pod naše zařízení. Jedním z větších problémů bylo stravování, které se podařilo vyřešit a od 1.11. 2013 jsme začali stravu do budovy v Husově ulici dovážet od nás - z kuchyně od U Panských. Největším problémem nebylo stravu uvařit, ale ve stejné kvalitě dopravit do budovy v Husově ulici. I přes prvotní drobné nedostatky se denně v kuchyni U Panských vaří průměrně 160 obědů včetně 6 druhů diet.

Ještě bych Vás ráda podrobněji informovala o získaném ocenění Značka kvality, kterou náš Domov získal v loňském roce. Značka kvality usiluje o zvyšování kvality v certifikovaných zařízeních, poukazuje na slabá místa v poskytování péče a předkládá doporučení,

v jakých oblastech je možné se dále zlepšovat. Jde o systém, který je založen na tzv. udělování hvězd. Hodnocení probíhá v 5 základních oblastech: ubytování, stravování, partnerství, kultura a volný čas a péče. Cílem Značky kvality v sociálních službách je poskytnout novým uživatelům sociální služby, zájemcům i rodinám, jednoznačnou informaci o tom, jakou kvalitu mohou od života v daném zařízení sociálních služeb očekávat.

Bohužel nevýhodou našeho zařízení je, že stále nabízíme převážně vícelůžkové pokoje, proto nebylo možné zúčastnit se hodnocení v oblasti ubytování. Získání hvězdiček v ostatních oblastech považujeme za velice úspěšné, a budeme se snažit, abychom v roce 2016, kdy budeme muset prokázat naše kvality znovu, dosáhli ještě lepších výsledků, včetně oblasti ubytování.

Konečné hodnocení Značky kvality:

1. UBYTOVÁNÍ - nehodnoceno
2. STRAVOVÁNÍ - získáno 5 hvězdiček
3. KULTURA A VOLNÝ ČAS - získány 4 hvězdičky
4. PARTNERSTVÍ - získány 4 hvězdičky
5. PÉČE - získány 3 hvězdičky

Předání certifikátu Značka kvality proběhlo 20.6. 2013 v prostorách našeho Domova. Certifikát nám přijel osobně předat ředitel APSS ČR pan Mgr. Jiří Horecký. Certifikáty s hvězdičkami visí při vstupu do našeho zařízení

Velmi důležitou událostí minulého roku byla oslava 115. výročí založení naší organizace. K tomuto výročí jsme si připravili oslavu



spojenou s odhalením kříž od známého brodského sochaře pana Radomíra Dvořáka, který je již autorem patronky našeho zařízení Svaté Barbory. Celá akce se uskutečnila 29.8. 2013 při krásném počasí v prostorách zahrady. Odhalení kříže se zúčastnila řada významných osobností, známých a přátel Vás klientů. Na kříži je vytesána vize naší organizace, podle této vize se snažíme poskytovat služby v našem zařízení. Pohodový a příjemný den byl zpestřen hudbou a chutným občerstvením, které připravily paní kuchařky z naší kuchyně.

I pro letošní rok připravujeme řadu různých aktivit a akcí, plánujeme setkávání s dobrovolníky i sportovní hry s klienty s Husovy. Pokud byste měli nějaké nápady na akce, které bychom mohli uskutečnit, ale i nápady na zlepšení podmínek života Vás klientů v našem Domově (i třeba v oblasti stravování, péče..), zastavte se za mnou a můžeme o všem popovídat.

Přeji Vám pohodové dny v našem Domově

Jitka Piskačová

Společenská kronika

V období od září 2013 do konce dubna 2014 oslavili životní jubilea:

70. narozeniny pan František Vrzák

80. narozeniny paní Zdeňka Krpálková

paní Marie Karlová

Všem oslavencům přejeme pevné zdraví a životní optimismus.

Od září 2013 jsme zde přivítali 6 nových obyvatel:

paní Janu Hájkovou

paní Věru Karlíkovou

paní Evu Štěrbovou

paní Jaroslavu Mackovou

paní Annu Niklovou

pana Karla Švece

Novým obyvatelům přejeme aby se jim v našem Domově dobře žilo.

Během října a listopadu 2013, února a dubna 2014 nás opustili:

paní Anna Tománková

pan Filip Turák

paní Věra Karlíková

paní Věra Průšová

OMLUVA Do minulého čísla se nám vloudil tiskařský šotek a přejmenoval paní **Františku** Beranovou na Marii. Tímto se omlouváme a uvádíme vše na pravou míru.

KULTURNÍ AKCE A AKTIVITY

Připomeňme si..... AKCE V ROCE 2013

ZÁŘÍ

- ✓ V měsíci září proběhly v našem Domově dvě akce. První z nich byl pravidelný, naučně vzdělávací pořad Krajské knihovny Vysočiny na téma "Léto", který přednesla paní Věra Lipenská. Druhým bylo hudební vystoupení pana Šedivého, který našim klientům zpříjemnil odpoledne písničkami Karla Hašlera.
- ✓ Dne 27. září jsme s několika zájemci z řad našich obyvatel vyjeli do Jihlavy, kde probíhal Den s Krajem Vysočina. Strávili jsme zde příjemné odpoledne plné podzimního sluníčka a písniček v podání Josefa Zímy a jeho dvou kolegů. Nakonec jsme si dali výborný bramboráček a spokojení se vrátili do našeho Domova.
- ✓ Od začátku září začali čtyři naši obyvatelé navštěvovat Univerzitu třetího věku, která probíhá v období školního roku 2013/14 v budově Husova. Říjen zahájila přednáška paní Lipenské, kde jsme se dozvěděli něco o životě a díle Jaroslava Haška.

ŘÍJEN

- ✓ V týdnu od 7.10. do 11.10. se v rámci Týdne sociálních služeb konalo několik zajímavých akcí. První z nich byla prezentace paní Jitky Piskačové ze služební cesty do Irska s názvem Cestování po Irsku.
- ✓ V úterý 8.10. se v našem Domově konal pro veřejnost Den otevřených dveří. Ve středu proběhla školící akce pro personál s názvem „Jak se cítí senioři“. Zde měli zaměstnanci možnost zkusit si ve speciálním gerontoobleku pohyb po budově a drobné úkony jako otevření pet lahve či srovnání knoflíků do řady podle velikosti.

- ✓ Ve čtvrtek jsme si mohli změřit síly s dobrovolníky v turnaji v "šoupandě". Týden zakončil Kongres APSS v Táboře, kde byla naší paní ředitelce slavnostně předána Značka kvality pro náš Domov.
- ✓ Měsíc říjen symbolicky uzavřel hudební pořad agentury Viola z Olomouce, s názvem „Na podzim, když kvetou jiřiny“. Naši oblíbení "moraváci" nám zahráli a zazpívali spoustu známých a melodických lidových písniček, které si s nimi publikum s chutí zazpívalo.

LISTOPAD

- ✓ Jak se přivolává slunce - to je název muzikofiltického příběhu paní Bc.Svatavy Drlíčkové, který nám přišla vyprávět 4.listopadu. V příběhu vystupují netradiční hudební nástroje, které vyprávějí o daleké zemi, kde se slunce dotýká hor a lidských srdcí.
- ✓ Abychom se dobře připravili na předvánoční čas, přišla nám 20. listopadu paní Lipenská vyprávět o adventu. Své vyprávění doplnila výbornými vlastnoručně pečenými perníčky.

PROSINEC

- ✓ Prosinec je již každoročně spojen s vůní jehličí, sháněním nebo výrobou dárečků a těšením se na Vánoce. Stejně jako každý rok nás 5.prosince poctil návštěvou svatý Mikuláš s družinou roztomilých andílků a čertíků. Velký dík patří paní Evě Fikarové a brodským skautům, kteří k nám již po několik let chodí roznést nadílku, zazpívat koledy a darovat vlastnoručně vyrobené dárečky.
- ✓ Již od října jsme spolu s klienty poctivě pracovali na zhotovení výrobků na prodejní akci Barevné vánoce na Krajském úřadě v Jihlavě. Naše píle se vyplatila, prodali jsme hodně výrobků a měli radost, že se líbily.

- ✓ Stejně jako skauti, nezapomínají na nás ani děti z Českého červeného kříže a každoročně nám přijdou přiblížit vánoční atmosféru básničkami, zpěvem nebo nějakým příběhem. Také nikdy nezapomenou přinést našim obyvatelům drobné dárky.
- ✓ V pondělí 16.prosince jsme u nás přivítali pěvecký sbor Havlíčkova gymnázia z Havlíčkova Brodu, pod vedením paní Hamaričové. Vyslechli jsme si v jejich podání vánoční písně a koledy a začali se těšit na Vánoce, které již byly za dveřmi.
- ✓ Předvánoční čas jsme zakončili společným posezením klientů a personálu. Nechybělo zde cukroví, punč ani hudba. Několik obyvatel spolu s terapeutkami připravilo a zahrálo pro ostatní dojemný Vánoční příběh o putování Marie a Josefa a narození Ježíška. Všichni jsme odcházeli příjemně vánočně naladěni.

✓

AKCE V ROCE 2014

LEDEN - ÚNOR

- ✓ Od ledna do dubna proběhly dvě přednášky paní Lipenské - jedna na téma Betlémy a druhé povídání bylo o Jiřím Wolkerovi, jeho životě a díle. V únoru a březnu proběhly soutěže v „Šoupandě“ a vědomostní soutěž, kde se utkaly družstva U Panských a Husova. Soutěžící byli odměněni sladkými cenami.

BŘEZEN

- ✓ Dne 4.března se v našem zařízení konal MASOPUST. Naši obyvatelé při poslechu písniček agentury Viola obdivovali různorodé masky, které si připravili naši obyvatelé a zaměstnanci. Vidět jsme mohli paní učitelku se svým žákem, mnicha, květinářku, papouška, Rumcajse, husopasku, žábu či masajskou ženu.

DUBEN

- ✓ Duben byl ve znamení příprav na Velikonoce jehož součástí bylo pečení beránka a mazanců a tradiční barvení vajíček. Období před Velikonoci nám přišli zpříjemnit svým zpěvem členové pěveckého sboru při Střední zdravotní škole v Havlíčkově Brodě pod vedením paní Pavlíny Kocmanové.
- ✓ Metodik našeho zařízení paní Marie Prášková a paní Jitka Scholzová si pro zájemce připravily bohoslužbu, konanou formou Křížové cesty.
- ✓ Nakonec jsme s několika ženami navštívily budovu Husova, kde jsme shlédly generálku módní přehlídky, kterou předvedou klienti tohoto zařízení v Jihlavě v rámci akce Srdce na dlani.
- ✓

Připravujeme...

- ✓ 30. dubna se bude konat každoroční rej čarodějnic, spojený s opékáním špekáčků a posezením u ohně a na terasách. V případě nepříznivého počasí roznese personál špekáčky všem obyvatelům - samozřejmě za vydatné pomoci čarodějnických krasavic.
- ✓ Dne 21. května nás přijdou svým vystoupením potěšit děti z mateřského centra Zvoneček.
- ✓ Na červen plánujeme přednášku o vývoji hudebních nástrojů od starověku po současnost a taneční vystoupení dětí z Ledče nad Sázavou.
- ✓ Kromě toho budou probíhat pravidelné přednášky univerzity třetího věku v budově Husova a vyprávění paní Lipenské v našem Domově. Také se budou konat již tradiční narozeninová setkání obyvatel s vedením Domova.
- ✓ Během teplých letních dní opět připravíme zmrzlinovou párty a melounové hody. V červenci bychom rádi uspořádali spolu s dobrovolníky Letní květinovou slavnost.

„Malý krámeček“ U Panských

Již několik let přijíždí pravidelně každou středu do našeho zařízení manželé Bockschneiderovi z Dolního Papšíkova a otevírají na hale na I. patře svůj „malý krámeček“ pro nakupování.



Obyvatelé našeho Domova, kteří nejsou omezení ve svém pohybu, si sami zajdou nakoupit to, co potřebují. A pro ty co nemohou, jsou zde naše terapeutky Hanka Kubátová a Iveta Šemíková. Během středečního dopoledne zajdou za všemi klienty a zjistí, co právě chtějí nakoupit. S paní Bockschneiderovou se telefonicky domluví, co je potřebné přivést a po 12 hodině se na hale na I. patře očekává otevření prodejny.

Manželé Bockschneiderovi nám vyšli také vstříc v okamžiku, kdy jsme hledali někoho, kdo nám bude zajišťovat prodej potravin na nové budově v Husově ulici.

Jsme moc rádi, že pro nás tuto službu zajišťují v obou našich budovách a těšíme se na pokračující spolupráci.

Děni kolem nás...

2013

- Během podzimních měsíců 2013 byl částečně omezen provoz na Severovýchodním obchvatu města, a to od kruhového objezdu s ulicí Žižkova po odbočku na obec Břevnice. Ředitelství silnic a dálnic ČR v tomto úseku opravovalo povrch komunikace.
- Ve středu 2. října 2013 se v prostorách Kulturního domu Ostrov v Havlíčkově Brodě již potřetí uskutečnil Veletrh zdraví a sociálních služeb na kterém jsme i my prezentovali náš Domov. Cílem veletrhu je představit stávajícím a potenciálním klientům i veřejnosti spektrum možností, které nabízejí poskytovatelé nejrůznějších sociálních služeb i výrobci a prodejci kompenzačních pomůcek, léčiv a potravinových doplňků.
- Práce spojené s půlroční rekonstrukcí havlíčkobrodské obřadní síně u Nového hřbitova jsou u konce a od poloviny října se do ní vrátily smuteční obřady. Přestože čtyřicet let starý objekt působil stále nadčasově, oprava vnitřních i venkovních prostor byla nutná. Náklady na rekonstrukci činily 17,5 mil. Kč, šlo o jednu z letošních největších investičních akcí města.
- Stalo se již tradicí, že státní svátek, který připadá na 17. listopadu, byl v Havlíčkově Brodě spojen letos s již 47. trhem řemesel. V neděli zaplnilo Havlíčkově náměstí okolo 200 prodejců s nejrůznějším rukodělným zbožím. Nechyběly ani stánky s občerstvením. Celý den zpestřil bohatý doprovodný program.
- Výjezd z Husovy ulice na frekventovanou Masarykovu ulici, který řidiči často kritizují, je od konce listopadu bezpečnější. Na této křižovatce začala fungovat světelná signalizace, která zlepšila plynulost dopravního provozu.

2014

- Z důvodu rozsáhlé rekonstrukce povrchu komunikací a inženýrských sítí bude v termínu od 3. března do 31. října 2014 uzavřena podstatná část komunikace Žižkova v Havlíčkově Brodě. Uzavírka bude členěna do tří etap, ve kterých budou probíhat různé stavební práce, buď na inženýrských sítích nebo na povrchu komunikace a chodníku.
- Ve dnech 25.-27.dubna proběhla v Havlíčkově Brodě prodejní výstava ZAHRADA 2014. Zájemci si zde mohli nakoupit rostlinky pro své zahrádky a také různé pomůcky do domácnosti.

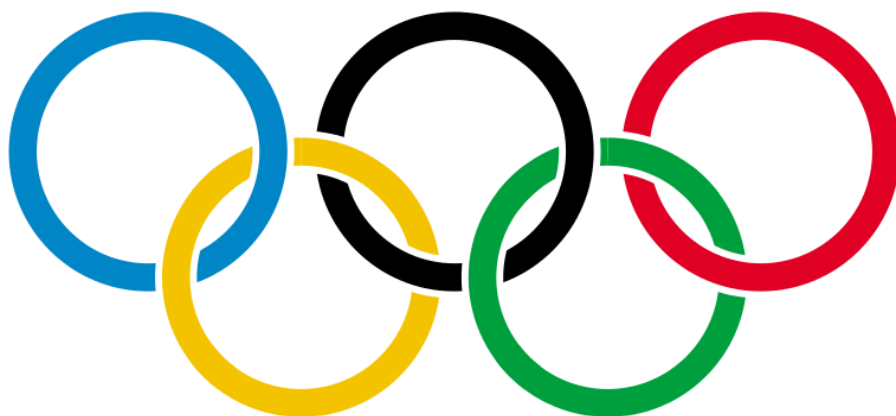
Ze světa sportu...

Slavnostním ceremoniálem začal v neděli 19. ledna 2014 v Havlíčkově Brodě šestý ročník zimní olympiády dětí a mládeže ČR. Jedné z největších celostátních sportovních akcí pro mládež se do 24. ledna zúčastnilo přes 1 000 závodníků a přes 240 trenérů ze všech 14 krajů České republiky.

Devadesátiminutový slavnostní ceremoniál na zimním stadionu Kotlina byl velkou světelnou show, sledovalo ho přes 3 500 diváků, další stovky jich zůstaly před halou. Doprovázen byl projekcí a efekty na třech velkoplošných obrazovkách. Nejdůležitější okamžiky zahájení se odehrály na skleněném podsvíceném pódiu.

Nástup výprav provázel Tam Tam Orchestra, nechybělo vztyčení olympijské a české vlajky, zazněla hymna, v programu bylo i složení olympijských slibů či efektní zapálení olympijského ohně. Mezi hosty byl předseda Českého olympijského výboru Jiří Kejval a krajsí hejtmani.

Ozdobou ceremoniálu byli vlajkonoši. Byla mezi nimi řada úspěšných medailistů, třeba běžkyně Jarmila Kratochvílová, lyžařka Kateřina Neumannová či hokejista Jiří Holík, který vedl domácí tým.



XXII. zimní olympijské hry

Zimní olympijské hry 2014 se konaly 7. až 23. února 2014 v Rusku.

Soči pro Česko bylo ve znamení osmiček. Ruské zimní hry trvaly celkem **18 dní**. Na olympijské hry v Soči se kvalifikovalo celkem **88 zemí z celého světa** a shodou okolností stejné číslo (**88**) reprezentoval i počet sportovců, které vyslala do bojů Česká republika. Aby toho nebylo málo, získali jsme celkem **8 medailí!** Dvě medaile - zlatou a stříbrnou - přivezla Martina Sáblíková z rychlobruslení, jednu zlatou dovezla Eva Samková ve snowboardcrossu, což bylo asi největší milé překvapení pro Česko z letošních OH. Úctyhodných 5 medailí - zlatou, tři stříbrné a jednu bronzovou - přivezli naši sportovci z biatlonu.



Doufejme, že minimálně takto úspěšní budou naši sportovci i na dalších olympijských hrách. Zimní hry se konají v roce 2018 v jihokorejském Pchjongčangu.

Pro zvědavé - Poznáte město na obrázcích?



A nyní slovo obyvatel...

Moje nejkrásnější vánoční vzpomínka

...klienti Domova pro seniory U Panských vypráví...

Předmluva

Každý máme zajisté nějakou vzpomínku na vánoční čas. Ať již z dětství, kdy vzpomínáme na své nejbližší, se kterými jsme pekli cukroví nebo alespoň jej ochutnávali. Vánoční čas bývá jedním z nejkrásnějších právě v dětství, kdy ještě věříme na Ježíška a těšíme se na dárečky. Později, jak dospíváme, si zase užíváme rodinné pohody a jsme to my, kdo se snažíme, aby naše děti měly nezapomenutelné Vánoce.

Klienti Domova pro Seniors U Panských v rámci reminiscenční (vzpomínkové) terapie zavzpomínali na své dětství, dospívání i dospělost v době Vánoc a na základě jejich vzpomínek vznikl tento malý sborník.

Za války jsem měla panenku. Byla jsem velmi ráda, že ji mám, kočárek jsem však neměla. Ta panenka byla taková moje kamarádka.

Jedny Vánoce se však panenka ztratila. Pořád a všude jsem ji hledala. Maminka také nevěděla, ani nikdo z rodiny, kde by panenka byla. Ze ztráty panenky jsem byla moc smutná. Nakonec byla panenka na Štědrý den pod stromečkem a měla na sobě nové uháčkované oblečení a klobouček s mašličkou.

Jana Hájková

Byla válka a já žil v malé vesničce bez elektřiny. Jedny Vánoce, už nevím kolik mi bylo, jsem dostal jako dárek sáňky. Sousedovic kluci byli dva a měli taky sáňky. Jednoho dne se šli svést a já šel s nima. Za naší vesnicí byl takový pozvolný svah a tak jsem nasedl na sáňky, ale jak jsem byl malý tak jsem nedosáhl nohama na zem a jel jsem a jel až jsem se překlopil. Vzal jsem sáňky a šel pomalu k domovu. To víte kluk malej, než jsem došel, byla skoro tma. Byl jsem celý ubrečený. „Kde jsi byl?“, zeptala se mě maminka. „Jel jsem jel, chalupy jsem neviděl a myslel jsem, že vás už nikdy nevidím a mám hrozný hlad“.

Ladislav Rasocha

Od tří let si dobře pamatuju, jak jsme slavili Vánoce. Ono nás bylo hejno, konkrétně dvanáct a tak se stávalo, že se u nás metla často nezastavila. Měl jsem dvě starší sestry a bratra, pak jsem byl já a ostatní sourozenci. O Vánocích jsme hodně zlobívali, uždíbovali jsme cukroví, prostě na to zlobení nás bylo dost. Maminka říkala, že když budeme hodní, uvidíme zlaté prasátko. Pamatuju si, že maminka každé Vánoce pekla svatojánský chléb, který jsme dávali na plotnu a on se nafoukl. Každý z nás měl také svou malou vánočku, kterou jsme už dokázali ukrojit. Byla to taková staročeská štědrovečerní hostina, takže na stole nesměly chybět ani fíky a jablíčka. Měli jsme také stromeček, protože jsme měli les. Do kostela jsme chodili, až když jsme byli starší. Taky si pamatuju, jak nám dědeček s babičkou ukazovali, jak skládat třísky, aby nám správně hořel oheň, protože na roztápku se dělali takové malé klacíky. S třískama jsme si taky hráli.

Antonín Skřivan

Bylo krásné, jak lidé dříve drželi více pospolu. Byly jsme tři děti, maminka a tatínek, který byl kočí. Přestože jsme byli velmi chudí, měla jsem krásné dětství. Na Štědrý den jsme mívali slanečka a chléb, na víc jsme neměli. Samozřejmě byla také vánočka, bez té by nebyly Vánoce. Kapra jsme měli až později, když začala maminka pracovat pro Eckhardta, ten sehnal levnější ryby a prodával je svým zaměstnancům. Eckhardt udělal pro lidi v Chotěboři vůbec hodně, ale nakonec musel stejně odejít do Německa. Na Štědrý den jsme měli také jablka a ořechy. Jablka jsme rozkrajovali a z ořechových skořápek vyráběli lodičky pro svíčky, které jsme pouštěli v umyvadle. Na Štědrý den jsme také házeli botou. Dárčky jsme prvně nedostávali, protože jsme na ně neměli. Až když maminka pracovala v továrně, tak jsme nějaké dostali. Většinou se jednalo o praktické věci jako bylo oblečení. Chodili jsme také na půlnoční mši do kostela, vzpomínám si na to, jak krásně tam hrály varhany. Zpívali jsme také koledy.

Marie Jiránková

Když byly děti ještě malé, dávala jsem jim takový dárek, který musely hledat, například velké vlašské ořechy, které jsem vybrala na náměstí v Havlíčkově Brodě. Ořechy jsem vydlabala tak, že byly bez jádra a dala do nich taková pozlátka barevná. Děti si přály prstýnky a řetízek. Ořechy jsem pověsila tak, aby je děti musely hledat a když je našly, měly velkou radost.

Další rok, to už byly děti větší, a měly panenky na hraní. To nejmenší nebo spíš nejmladší, bylo mu 13 let, chtělo také panenku a dokonce s kožíškem. Panenku jsem sháněla po celém Brodě, ale nikde neměli takovou, kterou jsem chtěla. Nakonec jsem panenku sehnala i s kožíškem u nás v Pohledu a zabalila jí na Štědrý večer. Večer po štědrovečerní večeři jsem dala pod stromeček všechny dárky, zazvonila na zvoneček a zapálila svíčky. Děti přišly a hledaly dárky a malá Jájina byla smutná. Manžel jí říkal: „To musíš hledat i třeba pod stolem“. A taky, že tam panenka byla. Měla kožíšek, dupačky a ještě byla voňavá, jiná než měly větší holky. Nakonec jsem musela ještě uplést bačkory na tu panenku.

Zdeňka Polzerová

Na Štědrý den maminka upekla vánočku, měla jí takovou tužší, si vzpomínám. Rybu jsme neměli na Štědrý den, ale až na Boží hod u tety Antonie, a ten byl. Rybu jsem mívala na Štědrý den až s manželem v Brodě. Jako malé děti jsme také házely botou a pouštěly v umyvadle ořechové skořápky se svíčkou. První dárek, který jsem dostala byl od sestry Vlasty, byla to taková béžová knížka, na to ráda vzpomínám. Taky jsem dostala omalovánky, já byla totiž nejmladší z pěti dětí. Když jsem byla starší, studovala jsem na škole v Jihlavě a na Štědrý den vždycky přijížděla zpátky domů, měla jsem s sebou housličky, na které jsem u stromečku hrála koledy jako „*Narodil se Kristus pán*“. Stromeček jsme vždy měli. Vzpomínám si také, že když se pak narodila Alenka, koupili jsme postýlku a kočárek jsme dostali po Vlastiných dětech jako vánoční dárek. Chodili jsme také do kostela, i na odpolední požehnání.

Ludmila Švecová

Moje vzpomínky na Vánoce? Narodila jsem se ve Věži roku 1922. Tatínek a maminka hospodařili na statku, který maminka zdělila po rodičích. Měla jsem tři sourozence. Rodiče byli pevně věřící a tak nás vychovávali ve víře a lásce.

Na svátky vánoční se maminka připravovala s velkým úklidem, pečením cukroví a to bylo něco pro nás děti. Vánočky a jiné dobroty voněly. V době vánoční jsme chodily na roráty. Chodila jsem také zpívat koledy. Na Štědrý den jsem se postili a těšili všichni na večeři. K večeři byla ryba, cukroví, vánočka, oříšky a jablíčka. Před večeří jsme se také oblékali do svátečních šatů a zasedli k večeři. Společně jsme se pomodlili. Po večeři se krájela jablíčka a pouštěly se svíčky po vodě. Tatínek se šel podívat, jestli už chodí Ježíšek, rozsvítil stromeček, zazvonil a my děti jsme honem běžely ke stromečku a prohlížely si, co nám Ježíšek nadělil. Také jsme zpívaly koledy. Pod stromeček byly různé dárky, nějaké oblečení a hračky. Byly jsme přešťastny, co nám Ježíšek nadělil. Maminka sebrala zbytky po večeři a donesla je drůbeži na zahradu pod stromy. Po večeři a rozbalení dárků, jsme šli na půlnoční mši, rádi jsme chodili k Betlému. Na Hod Boží byla husa a na koledu řízky. Na Štěpána jsme šli na koledu po příbuzných, maminciných a tatínkových rodičích a tetách. Koledu jsme vždy uměly. Ráda na toto vzpomínám.

Anežka Drahozalová

Co všechno víme o snech?

Když někdo říká, že se mu nikdy nic nezdá, není to pravda, jen si to nepamatuje.

Za noc prožijeme, respektive prosníme, osm až deset různých snů.

První sen se dostaví asi 70 min po usnutí.

Sny probíhají v reálném čase a jejich délka je přibližně 10 až 30 minut.

Bylo dokázáno, že sny jsou barevné, nikoli černobílé.

Snění slouží k tomu, abychom se zbavili nepříjemných zážitků, které jsme prožili.

Bylo zjištěno, že asi 65% snů je nepříjemných a pouze 20% zábavných a radostných.

Sny si nejlépe zapamatujeme, když si je hned po probuzení zaznamenáme.

ANKETA:

Zdají se vám sny a o čem nejčastěji?

Pamatujete si je po probuzení?

**Odovědi na anketní otázku z minulého čísla
„Jak se Vám žije(pracuje) v našem Domově:**

...dobře, jsme tu spokojení...

...dobře tu vaří...

...jsem spokojená, těším se do práce, je tu fajn atmosféra...

...zatím si zvykám, poznávám nové kolegyně a klienty...

...neumím si představit, že bych dělala něco jiného...

PRO ZAMYŠLENÍ.....

Staří bohové se radili, kam by měli ukrýt Velkou sílu Vesmíru, aby ji člověk nemohl ve své nevědomosti najít a zničit.

Jeden bůh řekl: „Schovejme ji na nejvyšší vrcholek hor“.

Ale došli k tomu, že by člověk hory překonal a Sílu našel.

„Uložme ji na dno moře“ řekl druhý.

Ale opět se všichni shodli na tom, že člověk překoná i hlubiny moře, aby zde Sílu našel.

Další z nich navrhl: „Skryjme Velkou sílu Vesmíru do středu Země“.

Ale i v tomto byli všichni zajedno, že člověk by jednoho dne dobyl i tuto oblast a vzácný poklad vykopal.

„ Já vím, co bychom měli udělat“, řekl nakonec nejmoudřejší z nich.

„Schovejme Velkou sílu Vesmíru v člověku samém. Kdo ji dokáže nalézt ve vlastním srdci, ten je hoden přijmout její pomoc.

A tak ukryli Velkou sílu Vesmíru v člověku. Dodnes zde leží, aby se zjevila tomu, kdo ji skutečně hledá a dokáže tento klenot ctít a ochraňovat.

Velká síla Vesmíru je světlo, které nás naplňuje svojí kosmickou energií a opatruje pro nás nekonečné bohatství. Pokud je vyzvedneme ze svých duševních hlubin, ozáří svojí ohromnou světelnou silou naši pozemskou existenci a naplní ji.

Malá inspirace z indiánské pohádky o dvou vlčích

Starý indián vyprávěl svému vnukovi o boji, který probíhá uvnitř každého člověka.

Řekl mu, že takový boj se dá přirovnat ke krutému souboji dvou vlků.

Jeden z nich je zlý - je to závist, žárlivost, smutek, sobectví, nenávisť, hrubost, sebelítost, domýšlivost a ego.

Ten druhý je dobrý - je to radost, láska, pokoj, naděje, vyrovnanost, skromnost, laskavost, empatie, štědrost, věrnost, soucit a důvěra.

Vnuk o tom všem přemýšlel a po chvíli se zeptal: "A který z nich vyhraje?"

Starý indián odpověděl: "Přece ten, kterého krmíš!"

Pro zasmání...

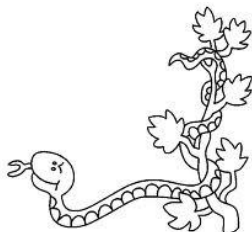
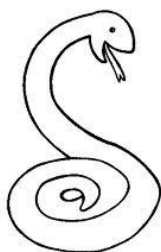
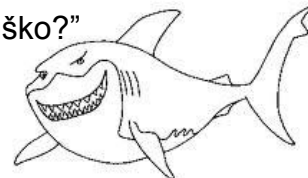
Pan učitel vysvětluje žákům: „Tak děti, co se stane, když se zvířátku narodí miminko?“

No přece kráva se okraví, kočka se okotí... Co bys řekla třeba ty, Maruško?“

Holčička povídá: „Slepička se oslepičí.“

„Výborně!“ pochválí ji kantor.

Přihlásí se Pepíček a říká: „Prosím, a žralok se ožral!“



Jsou dva hadi a jeden povídá druhému:

"Ty, Franto, jsme my jedovatí hadi?"

"Ne proč?"

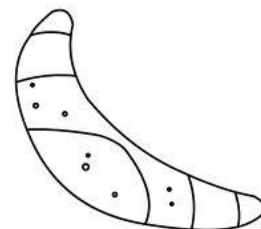
"Uf, to se mi ulevilo, protože já jsem se před chvílkou kousl do jazyka."

Vrátí se muž ze služební cesty a vidí svou ženu blondýnku sedět na židli a po kolena má samou strouhanku.

Blondýna ale stále dál strouhá další a další rohlíky.

Tak se jí zeptá: "Proboha, co to tady vyvádíš?"

Blondýna odpoví: "Chtěla jsem ti na přivítanou udělat řízky a recept v kuchařce začíná: Strouhej tři dny staré rohlíky."



Jede žena v trabantu a ten jí vypoví poslušnost.

Začne tedy stopovat kolemjedoucí auta. Zastaví jí chlapík v bavoráku.

"Opravit to neumím, ale vezmu vás do vleku, jestli chcete.", nabídne jí.

Žena souhlasí.

"Kdybych jel moc rychle, nebo jste měla nějaký problém, tak zatrubte nebo zablikejte.", instruuje ji ještě před rozjezdem.

Jedou a předjede je mercedes.

Ani jeden z nich si nevšimne policajtů s radarem.

Policajt u měřicího přístroje vytřeští oči.

"Viděl jsi to?", ptá se jeden.

"Co prosím tě?", na to druhý.

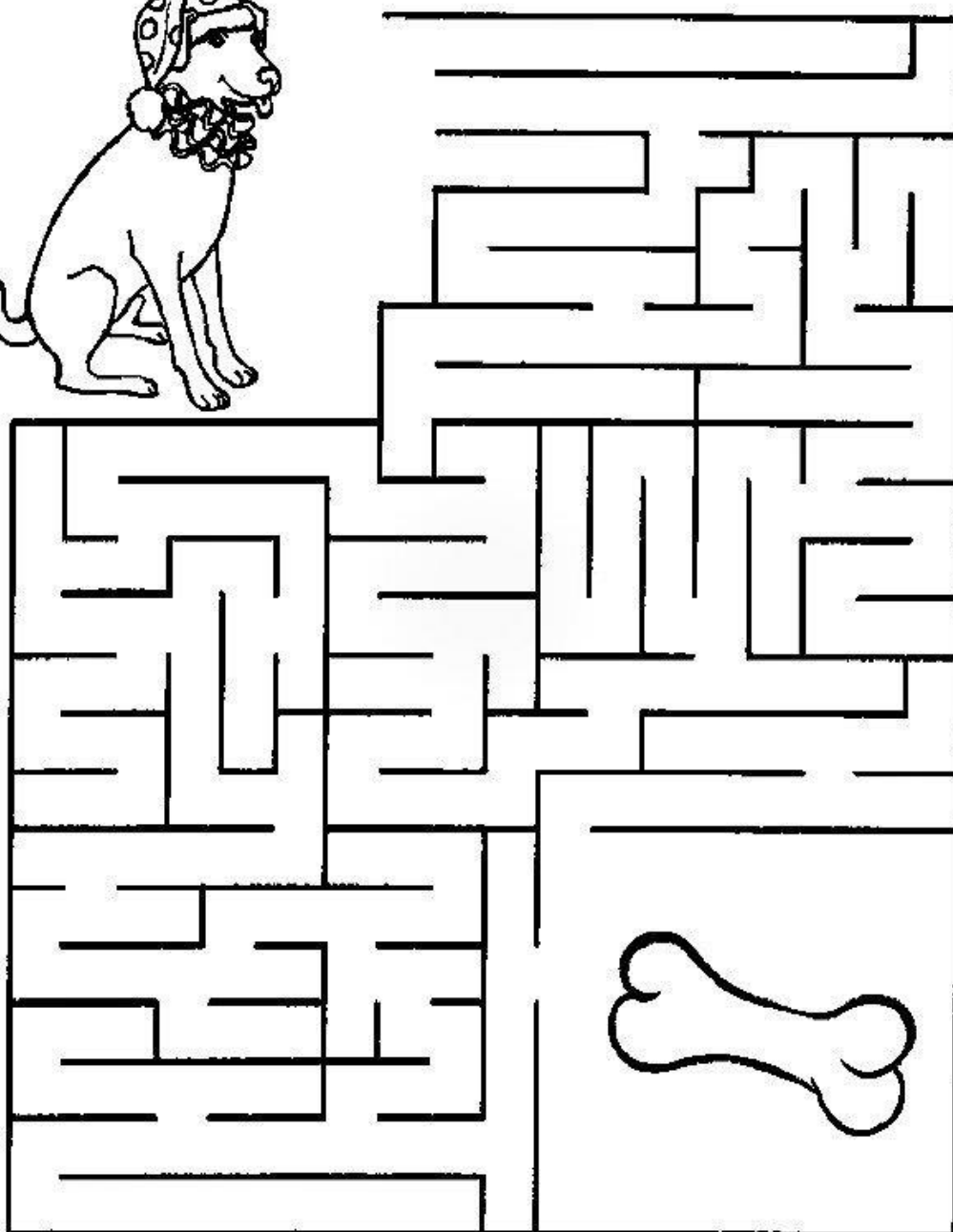
"No, mercedes, jede dvě stě." "No a?"

"Za ním bavorák, taky dvě stě." "No a co?"

"A za nimi trabant bliká a troubí, že je chce předjíždět!"

Stránky zábavy

Ben nemůže najít svou kost. Ukážeš mu cestu?



Trénink paměti a logického myšlení

Doplňte:

1. Komu čest,.....
2. Stará láska.....
3. Nikdy není tak zle,.....
4. Na svatého Jiří,
5. Březen, za kamna vlezem...

Určete město:

1. výstava Flora, orloj
2. soutok Labe a Vltavy, víno Ludmila, kostnice
3. Země živitelka, řeka Malše
4. květná zahrada, Max Švabinský
5. Vincenc Priessnitz, lázně

Co znamenají zkratky:

OPBH, RVHP, SPZ, MHD, SČSP, LVT, ČSA

Doplňte dvojici:

Čuk a
Dařbuján a
Radúz a
Sherlok Holmes a
Robinson a

Přesmyčky názvů měst:

ČÍNJI, BORÁT, RAPAĤ, STOM, VEŠONEB,

Pokuste se vymyslet co nejvíce slov, která začínají písmenem K a končí písmenem N

K.....N

ŘEŠENÍ

Doplňte:

1. Komu čest, tomu čest.
2. Stará láska nerezaví.
3. Nikdy není tak zle, aby nemohlo být ještě hůř.
4. Na svatého Jiří, vylézají hadi a štíři.
5. Březen, za kamna vlezem..., duben ještě tam budem, máj-půjdeme v háj.

Určete město:

1. výstava Flora, orloj - OLOMOUC
2. soutok Labe a Vltavy, víno Ludmila, kostnice - MĚLNÍK
3. Země živitelka, řeka Malše – ČESKÉ BUDĚJOVICE
4. květná zahrada, Max Švabinský - KROMĚŘÍŽ
5. Vincenc Priessnitz, lázně - JESENÍK

Co znamenají zkratky:

- OPBH – Okresní podnik bytového hospodářství
RVHP – Rada vzájemné hospodářské pomoci
SPZ – Státní poznávací značka
MHD – Městská hromadná doprava
SČSP – Svaz československo-sovětského přátelství
LVT – Liberecké výstavní trhy
ČSA – Československé aerolinie

Doplňte dvojici:

- Čuk a Gek
Dařbuján a Pandrhola
Radúz a Mahulena
Sherlok Holmes a doktor Watson
Robinson a Pátek

Přesmyčky názvů měst:

- ČÍNJI- Jičín, BORÁT- Tábor, RAPAĤ- Praha, STOM- Most,
VEŠONEB-Benešov

SLOVA: kámen, komín, křín, kmín, Kolín, Kunín, klín, kravín ...