



Čtyřlístek

4/2016



Časopis Domova pro seniory

Havlíčkův Brod



Husova



U Panských



Břevnice

Vánoce (Co život dal)

*Hlas zvonů táhne nad závějí,
kdes v dálce tiše zaniká;
dnes všechny struny v srdci znějí,
neb mladost se jich dotýká.*

*Jak strom jen pohne haluzemi,
hned střásá ledné křišťály,
rampouchy ze střech visí k zemi
jak varhan velké píšťaly.*

*Zem jak by líliemi zkvětla,
kam sníh pad, tam se zachytil;
bůh úsměv v tvářích, v oknech světla,
a v nebi hvězdy rozsvítil.*

*A staré písně v duši znějí
a s nimi jdou sny jesliček
kol hlavy mé, jak ve závějí
hlas tratících se rolniček.*

*Můj duch zas tone v blaha moři,
vzdech srdcem táhne hluboce,
a zvony znějí, světla hoří -
ó Vánoce! Ó Vánoce!*

Jaroslav Vrchlický





Úvodník



Vážení přátelé,

vítám Vás u dalšího čísla našeho časopisu, a protože píši svůj úvodník těsně před státním svátkem 28. října, tak mi dovoluňte malé zamyšlení na toto téma.

Myslím si, že státní svátky jsou pro nás velmi důležité a že je dobré si připomínat významné dny naší historie. Čím jsem starší, tím více se snažím ten volný den strávit tak, abych alespoň nějakým způsobem oslavila to, co se v tento den před lety přihodilo. Tak například 28. září jezdím již několik let na pouť do Staré Boleslavi a atmosféra tam je pro mě vždy zas a znovu úchvatná. Přijde mi neuvěřitelné, že se mohu poklonit relikvii světce, který stál před tisíci lety u zrodu našeho státu. Dne 17. listopadu se v našem městě účastním vzpomínkové akce u památníku obětem komunismu před bývalým okresním úřadem a je mi vždy líto, jak málo veřejnosti se tam sejde. Často mě šokuje, že lidé procházejí kolem na Trhy řemesel a nezastaví se ani, když tam v tento den hraje naše státní hymna. Přitom to je nedávná historie, mnozí z nás si ji pamatujeme a vzdát úctu obětem komunistické zvěře by mělo být samozřejmostí.

Zítřka je 28. října a já se vždycky s velkou pokorou dívám na přenos z Vladislavského sálu, kde dostávají vyznamenání lidé, kterých bychom si měli za jejich zásluhy vážit. Bohužel v posledních letech se tam objevují i osobnosti, u nichž mi vyznamenání přijde dost sporné. Co se ale děje letos, je pro mě opravdu trpkým zklamáním a nevím, zda se na přenos z Vladislavského sálu budu dívat.

Na závěr bych chtěla napsat jen to, že si vážím tibetského duchovního vůdce dalajlámy, že bych si přála, aby se naši představitelé chovali jako představitelé suverénního státu a že dovoz z Číny možná potřebujeme, ale vlastní hrdost víc!

Přeji Vám vše dobré v nadcházejících měsících!

Vaše

Hana Hlaváčková

ředitelka domova pro seniory



Aktuality z našich domovů

Husova

- V srpnu jsme se podívali na Lipnici nad Sázavou, vesničku Jaroslava Haška, spisovatele a novináře. Napsal nejznámější román Osudy dobrého vojáka Švejka, kde s humorem, ironií a sarkasmem popisuje život lidí za I. světové války. Mezi nimi je i Švejk - voják, který až k absurdnosti plní rozkazy a přivádí tím své nadřízené k šílenství.



Naše putování započalo na dětském táboře, kde jsme zhlédli a hodnotili taneční soutěž táborníků. Děti předváděly své umění na písničky Michala Davida a tak jsme se přenesli do doby spartakiády.

- Kromě nádherné přírody jsou v okolí Lipnice nad Sázavou, v opuštěných žulových lomech, vytesány ojedinělé, zhruba tři metry vysoké reliéfy. Mecenášem celého Národního památníku odposlechu je Richard Hašek, vnuk spisovatele Jaroslava Haška. Bretschneiderovo ucho (podle tajného policisty z románu Dobry vojak Švejk), Ústa pravdy vytvořeny dle reliéfu Bocca della Verita - Řím. Autorem projektu je sochař Radomír Dvořák spolu s šesticí svých studentů, kamenosochařů. Tyto reliéfy byly odhaleny v letech 2005 a 2006. Zatím poslední díl Národního památníku odposlechu uzavírá reliéf Zlatý voči. Po několika letech přidal Radomír Dvořák další dílo s názvem Hlava XXII, které bylo odhaleno 27. 4. 2013. Na toto dílo jsme se byli podívat, přece jenom zde byla nejschůdnější cesta. Je umístěno na louce těsně vedle silnice Lipnice n. S. - Dolní Město.



- Další cesta byla ke sv. Anně. Jaký je důvod poutí a procesí ke svaté Anně? Nachází se zde zázračná studánka s léčivou vodou. Vznik poutního místa je spjat s působením cisterciáků, jejichž klášter byl v Pohledu založen

roku 1265. Na návrší nad obcí stojí poutní kostel sv. Anny z r. 1766. Je to velmi hodnotná a působivá rokoková architektura dle návrhu J. Santiniho. Jak ale praví místní kronika z roku 1876, byl 8. března 1761 konsekrován hlavní oltář kostela v Pohledu, v místě zvaném Lázně Svaté Anny. To by znamenalo, že je kostel o pět let starší než se dosud uvádí. Také my jsme ochutnali vodu ze zázračné studánky. I když z pramínku tekla voda jen malinko, na jeden hrníček nám natekla.



- A když už jsme byli kousek od Pohledu, zastavili jsme i u zámku. Ohromila nás nejen okřídlená socha, ale i samotný zámek, který hodně chátrá.

- Poslední výlet jsme si udělali po brodském centru a jeho blízkém okolí. Brodští rodáci se podívali na změny Havlíčkova i Smetanova náměstí, jak je opraven most přes řeku Sázavu nebo úpravy v Dolní ulici. Připomněli si, kde je „Hejkal, Hušek nebo Hruška“, co v těchto domech bylo dříve a co je teď. Nakonec jsme se podívali na model města, který se těšil velkému zájmu veřejnosti. Barevná 3D maketa přiblížila vzhled města po II. světové válce ještě před

zásadní asanační centra v 70. letech minulého století. Výlety se moc líbily, a proto jsme si slíbili, že v dalším roce určitě naplánujeme další.

- Cestujeme nejen po okrese, ale dokonce jezdíme po celém světě, myšleno obrazně. Šlapeme na motomedu a máme už prvního klienta, který ujel 500 kilometrů. Je to pan Culek, bývalý řidič sanitky, dnes nejlepší a nejrychlejší. Šlape mu na paty pan Kotlas a za ním je hned paní Kvačková. Oba mají najeto 400 kilometrů. Jsou to úctyhodné výkony, přejeme jim hodně zdraví a další ujeté kilometry.



- Ve čtvrtek 1. září přijeli k nám do Domova předseda vlády Bohumil Sobotka, ministr zdravotnictví Svatopluk Němeček, náměstek ministryně práce a sociálních věcí Petr Krčál a hejtman Kraje Vysočina Jiří Běhounek. Navštívili nás při příležitosti poklepání základního kamene nového Domova pro seniory. I přes vytíženost dne se zašli podívat do pokojů za klienty, pozdravit je a promluvit pár slov. Děkujeme.



- V září jsme si také poslechli pořad Pletky paní Operetky. Spousta známých melodií nás přenesla do doby krinolín, rukaviček a širokých klobouků. Některé písně jsme si společně zaspívali a dobře se pobavili.
- Paní Lipenská nám přišla povyprávět o Karlu Hynku Máchovi a něco málo o léčivých bylinách. Vždy, když přijde, je sváteční nálada. Paní Lipenská moc hezky povídá a vždy se dozvíme něco zajímavého nebo poučného.
- Také jsme si pověděli o tradicích a zvycích Svatováclavských poutí v Brandýse nad Labem, tentokrát s aktivizační pracovnící, která byla letos přímým účastníkem. Ukázala nám fotografie relikvie sv. Václava a Baziliky sv. Václava, povyprávěla o poutní svatováclavské mši, kterou sloužil brněnský biskup Vojtěch Cikrle a slavnostním kazatelem byl kardinál Joachim Meisner, držitel nejvyššího státního vyznamenání Řádu bílého lva. Kázání se zúčastnil prezident republiky Miloš Zeman, bývalý prezident Václav Klaus a jiní vzácní hosté.
- A samozřejmě se připravujeme na prodejní výstavu Barevné vánoce. S chutí klientky krájí křížaly, vyrábějí drobné výrobky. Vždy jim tato práce přináší radost a rády své výtvořiny nabídnou veřejnosti i svým příbuzným k odkoupení.

U Panských

- Letošní podzim byl tak trochu soutěžní. Začátkem měsíce září jsme se zúčastnili



Westernového dne v Domově pro seniory ve Světlé nad Sázavou, kde jsme změřili své síly s jinými seniory. Soutěžili jsme například v házení lasem, střelbě z luku a tasaní zbraně. Na konci září jsme si zasoutěžili v Domově pro seniory Reynkova, při příležitosti otevírání jejich nové smyslové zahrady. A nakonec jsme si zahráli o ceny v našem Domově během Týdne sociálních služeb.

- Během září jsme několikrát uspokojili své chuťové buňky. Vyrázili jsme na houby a tentokrát jsme přinesli slušný „úlovek“, takže jsme si všichni mohli pochutnat na výborných houbových řízcích. Využili jsme i úrodu švestek na naší zahradě a napekli švestkové buchty a švestkový koláč s drobenkou.



- Koncem září jsme se zúčastnili slavnostního křtu kalendáře, který jsme nafotili spolu s dětmi z Dětského domova v Nové Vsi u Chotěboře. Kalendář se moc povedl a máme z něj všichni radost.

- „Týden sociálních služeb“ úspěšně proběhl v našem zařízení v říjnu. Jako poděkování jsme dobrovolníkům, kteří k nám docházejí a věnují se obyvatelům, nachystali posezení s kávou, zákusky a šlehačkovým pohárem. Paní Lipenská z Krajské knihovny Vysočiny nám přišla vyprávět o životě a díle Karla Hynka Máchy. Přijeli se k nám podívat klienti z našich dalších budov – Husova a Břevnice. Pohostili jsme je vlastnoručně upečenými tvarohovými šátečky, banánem s čokoládou a kávou a společně si zahráli kuželky a „šoupandu“. Na závěr týdne jsme si zrelaxovali při muzikoterapii paní Ivety Novotné.



- Udělali jsme si radost a do našeho Domova koupili bubínky, dešťovou hůl, tibetskou mísu, shanti zvonky a různá chrastidla. Hned jsme nástroje vyzkoušeli a s chutí si zamuzicírovali. Výhodou těchto nástrojů totiž je, že na ně může hrát úplně každý a není nutné učit se noty 😊.

- Hezké písničky jsme si mohli zanotovat při vystoupení agentury Viola plném lidových písní a při písních Karla Hašlera v podání pana Karla Šedivého.
- V listopadu jsme si vyslechli zajímavý muzikofiletický příběh paní Svatavy Drlíčkové „Spadlá z nebe“.
- Opět proběhl prodej oblečení, kde si obyvatelé i zaměstnanci mohli koupit něco nového na sebe.



- Ve druhé půli listopadu jsme pro zájemce připravily naučně vzdělávací program Krajské knihovny Vysočina na téma „Léčivé stromy a keře v lidových zvycích a jejich léčebné účinky“ v podání paní Lipenskéé.



- Pravidelně probíhají aktivity jako cvičení, trénování paměti, pracovní aktivity, narozeninová setkání a další...

Břevnice

- V jednom z nejhezčích zářijových dnů jsme měli v našem Domově v Břevnici opravdu živo. Na každém kroku jste mohli narazit na pracující skupinku převážně mladých lidí v zelených tričkách. Někteří na zahradě vytvářeli



vyvýšené záhony pro zeleninu a květiny, jiní natírali kurník mezi kvokajícími slepicemi. Pomohli nám s odchytem ovcí, vyvenčili našeho psa Leona, nebo vyráběli slámovaný betlém na Vánoce.

Jednalo se o čtyřadvacet zaměstnanců firmy Provident, kteří svůj čas věnovali našim seniorům a přispěli ke zvelebení naší zahrady i

hospodářství. Děkujeme jim za jejich pomoc, finanční dar i příjemné setkání, které obohatilo naše seniory i samotné dobrovolníky.

- Teplý začátek podzimu nás zval, abychom trávili na zahradě většinu dne. Záhonky nám přetékały a my jsme měli co dělat, abychom zpracovali vlastní vypěstovanou úrodu. Bylinky sušíme na



čajové směsi, nakládáme petržel se solí, abychom si ji mohli vychutnat v zimě v polévce. Řepa, cukety, brambory - ať nic nepřijde na zmar!

- Tak přece jenom rostou! Z počátku jsme tomu v průběhu léta moc nevěřili, ale nakonec jsme vyrazili na houby několikrát a nikdy jsme se nevraceli s prázdnou. Houby nám krásně voní a ještě lépe chutnají!



- Kde pracuje maminka? Na tuto otázku už znají odpověď děti našich zaměstnanců v Břevnici. Jeden prázdninový den strávily s rodiči v jejich "práci". Naše děti tak poznaly nejen to, co děláme, ale měly možnost pobýt i s našimi obyvateli, se kterými si zpívaly nebo četly. Samozřejmě přišel ke slovu i fotbálek nebo pohádka.



- Podzim je tady a tak sušíme jablka, vaříme povidla, pečeme štrúdly a připravujeme se na příchod zimy.



Co chystáme

Husova

- Těšíme se na přestěhování do svých pokojů.

U Panských

- Opět nás čekají „Barevné vánoce“ na Krajském úřadě v Jihlavě, kde budeme prodávat výrobky našich klientů.
- Začátkem prosince se můžeme těšit na Mikuláše a jeho andělsko-čertovskou družinu, která rozezní náš Domov melodiemi českých koledí.
- Vánoční písně a koledy nám o týden později přijde zazpívat pěvecký sbor při Střední zdravotní škole v Havlíčkově Brodě.
- Abychom si v předvánočním čase plném uklízení, pečení cukroví a shánění dárků, mohli také trochu odpočinout, přijede se svými hudebními nástroji paní Iveta Novotná. S její muzikoterapií strávíme hodinku plnou pohody a uvolnění.
- Poslední prosincovou akcí bude pořad pana Šimona Pečenky „S vůní cukroví“ při němž posedíme a pochutnáme si na vánočním cukroví a punči.
- S koncem roku se chýlí ke konci i náš projekt „Rok v přírodě“, kde jsme si každý měsíc vyprávěli o tom, co lze v přírodě zrovna pozorovat. Také se rozloučíme s povídáním o mezinárodních a světových dnech.
- Pro ty, kteří si rádi rozšiřují své znalosti, připravujeme od ledna 2017 nový projekt „Cesta kolem světa“.

Břevnice

- Advent prožijeme s připomenutím tradic a svátků, s tím nám jistě pomůže folklórní soubor Škubánek. Možná přijde i sv. Lucie nebo Mikuláš. Také nás čeká příprava vánoční dekorace nebo třeba míchání čajových směsí z bylinek, které jsme v létě pilně sušili.
- Na začátku prosince bude již nejvyšší čas přemýšlet o tom, jaké druhy cukroví se na letošní Vánoce budou péct. My ale nezůstaneme u přemýšlení a pustíme se rovnou do pečení a ochutnávání. Uděláme si tak dlouho před Vánocemi vánoční atmosféru. Už se těšíme na rohlíčky, perníky, vosí hnízda a slepované cukroví.



Sociální okénko

Vážení přátelé,

máme před sebou další číslo našeho časopisu, které na nás dýchá předvánoční atmosférou. Dny se mění v týdny a měsíce, příroda se zabarvuje do podzimních barev, aby na sebe pomalu vzala zimní háv. Do klidných listopadových dušičkových dní i do přicházejícího adventu patří i pohled zpět na uplynulý rok. My jsme se spolu s Vámi ohlédli v podobě vyplňování dotazníků, kde jsme se Vás ptali, jak Vám chutná a co byste nám ohledně jídla chtěli sdělit. Pokud s něčím u nás v Domově nejste spokojeni, řekněte nám to, abychom se mohli společně postarat o změnu. Jsou ale i věci, které změnit nemůžeme. Přeji nám všem, abychom uměli změnit, co změnit můžeme a naučili se trpělivě přijímat to, co změnit nejde. A týká se to nejenom našeho společného setkávání v Domově.

Poklidný předvánoční čas!

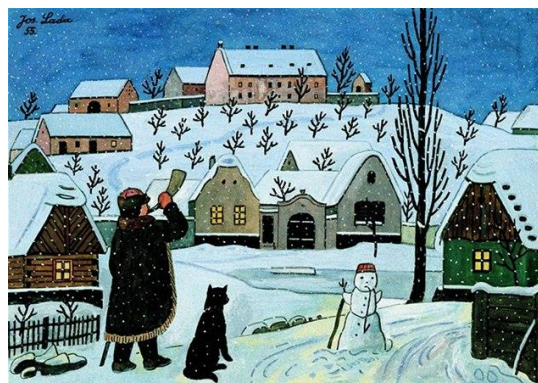
Marie Prášková, sociální pracovnice



Zdravotní okénko

Milí čtenáři,

je zde podzim a s ním i větší výskyt nemocí z nachlazení, největší počet případů se objevuje však na přelomu roku a pokračuje až do března. Virům se v této době



daří zejména kvůli tomu, že jsou naše sliznice vysušeny od suchého vzduchu z topení. Nosní sliznice je oslabena a není schopna se virové infekci ubránit. Lidé na podzim a v zimě často přecházejí ze zimy do tepla, a to se může rovněž podepsat na obranyschopnosti. Vliv na rozvoj zánětu dýchacích cest má také nesprávná životospráva, nedostatek spánku a stres. Dovolte mi, abych Vám touto cestou prozradila [babiččin recept na cibulový čaj](#), který působí proti kašli a nachlazení. Dvě oloupané cibule pokrájíme, dáme do kastrolu, zalijeme půllitrem vody a přivedeme k varu. Na mírném plamenu vaříme 10 – 15 minut. Pak cibulový vývar scedíme a osladíme medem nebo cukrem. Pokud sladíme medem, který by mohl dráždit ke kašli, můžeme čaj zjemnit trochou mléka nebo lžičkou másla, které se v horkém čaji rozpustí. Pro lepší chuť můžeme během vaření přidat skořici nebo hřebíčky, kousek nastrohaného zázvoru nebo kůru z citronu. Citronovou šťávou můžeme ochutit i hotový čaj. Je to také výborný čaj při zánětu průdušek. Doufám, že toto období všichni přečkáme ve zdraví, abychom se mohli radovat z překrásných jarních dní.

Renáta Exnerová, staniční sestra v Břevnici



Přečtěte si

Svátky adventního období

4. prosince - Svatá Barbora – patronka našeho Domova

Svatá Barbora je legendární postava z počátku křesťanství, podle jedné z legend pocházela ze šlechtické rodiny a žila ve 3. století v Malé Asii.

Byla mimořádně krásná a moudrá. Její otec jí zakázal vídat se s křesťany, dokonce ji držel ve věži, aby tomu zabránil. Přesto se však stala křesťankou. Vlastní otec ji nechal bičovat a mučit, aby víru odvolala. Dívka však zůstala věrna svému přesvědčení a byla odsouzena k smrti stětím mečem. Tento trest vykonal sám její otec. Legenda praví, že když šla Barbora na popravu, zachytil se cíp jejího pláště o suchou větvíčku a ta rozkvetla.

Proto se z ovocných stromů řezají 4. prosince větvíčky, které se dají do vázy, aby o Vánocích rozkvetly a naznačily tak, že síla lásky (tepla) je větší než síla zla (zimy).



Barbora je symbolem statečnosti, věrnosti svému přesvědčení a vytrvalosti v dobrém. Je patronkou nejen našeho domova, ale také ochranitelkou rozličných profesí (např. sedláků, kuchařů, tesařů, kovářů, zedníků, kameníků). Je označována jako pomocnice zajatců a všech lidí v nouzi.

6. prosince - Svatý Mikuláš



Mikuláš pocházel z bohaté námořní rodiny a podle tradice rozdal svůj majetek chudým. Jako mladý muž se stal ve 3. stol. biskupem v Myře na břehu Středozemního moře. V době pronásledování křesťanů byl vězněn a zemřel 6. prosince. Proslul svou štedrostí, péčí o nemocné a moudrostí při dohlížení nad spravedlivým průběhem soudů. Legendy vypráví, že v noci obdarovával chudé. Podle jednoho příběhu vypravil loď plnou potravin, aby zachránil jiné město před hladomorem. Zřejmě založil první špitály pro nemocné námořníky a pomáhal jim pak dopravit se na lodích domů. Námořníci si ho velmi vážili a díky jim se zprávy o něm roznesly do celého světa. Tak se stal Mikuláš nejznámějším světcem na světě – v USA se postupně

mikulášská tradice přetvořila ve fenomén Santa Klause, v Rusku ho děti znají jako Dědu Mráze.

Mikuláš vynikal dobročinností, je ochráncem proti zlodějům a před velkou vodou. Je patronem charity a mnoha profesí, uctívají ho např. námořníci, lodníci, rybáři, právníci, soudci a vězni.



Slovo obyvatel

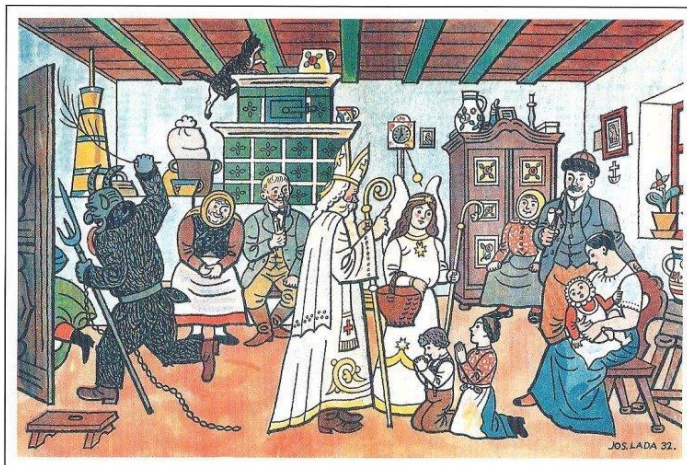
Návštěva Mikuláše a vánoční vzpomínky Ze vzpomínek obyvatel v Domově v Břevnici

- Za Mikuláše chodila moje sestřenka. Když jsem byla větší, chodila jsem s ní za čerta a můj tatínek mi říkal: „*Ty se nemusíš ani převlékat, trochu si zamaž hubu a budeš jako čert*“. Hned po Mikuláši jsme pekli zázvorky, které potřebují rozležet a teprve potom přišly na řadu perníky, které jsme zdobili bílkovou polevou, rozinkami a bílými mandlemi. Na



Vánoce jsme pak měli dva stromky – jeden zelený a jeden perníkový.

- Večer před Štědrým dnem jsem chodila s tátou pro stromek, byla už tma jako v ranci, to aby nás nikdo neviděl. Pak nám tatínek sehnal hvězdičky, teta nám ozlatila ořechy a měli jsme i skleněné ozdoby z korálků. Všechno se to krásně blýskalo. Zdobily jsme my tři sestry, ale bylo to hlavně na mně, sestry byly ještě malé. Nejmladší vždycky říkala: „Musíme přece Ježíškovi pomoci, podívej se, co je lidí v Beranově! Kdyby musel všechny obejít, bolely by ho nožičky.“ O Štědrém dnu jsme chodili na půlnoční a hned další den ráno byl Boží Hod Vánoční – to jsme šli i na ranní mši.
- K nám domů chodil za Mikuláše převlečený pan řídící, jako děti jsme to věděli a nebáli jsme se ho. Měla jsem jedenáct sourozenců a tak u nás vždycky bylo hodně práce, i před Vánocemi. To se doma pořád peklo, protože maminka měla pekařství. Vždycky pamatovala i na chudé sousedy a obdarovávala děti.



- Když k nám přišel Mikuláš s čerty, hodně jsme se jako děti bály. Kluci utekli pryč a já jsem nikdy neřekla žádnou básničku, protože jsem měla strach. Mikuláš něco málo přinesl, ale nebylo toho mnoho, žádné sladkosti, spíš ovoce nebo ořechy.





Společenská rubrika září – listopad

Oslavili životní jubileum:

Husova

Libuše Rakušanová (75 let)

Alena Dobešová (90 let)

Marie Prokopová (90 let)

U Panských

Marie Kosinová (85 let)

Zdeněk Čapek (85 let)

Libuše Lédlová (90 let)



Břevnice

Eva Štěrbová (80 let)

Oslavencům přejeme hodně spokojenosti, klidu a životního optimismu.

Přivítali jsme nové obyvatele:

Husova:

Marie Bártová

Emílie Bžochová

Marie Prokopová

Ida Medová

Ladislav Prokeš

Jarmila Voplakalová

Stanislav Růžička

U Panských:

Josef Beránek

Ladislav Vaňkát

Jan Kučera

Marie Kubátová

Růžena Nováková

František Růžička

Všem novým obyvatelům přejeme, aby se jim v našem Domově dobře žilo!

Opustili nás:

Husova:

Josef Christl

Margot Peštová

Josef Vacek

U Panských:

Josef Beránek

Jan Kučera

Eliška Kocourková

Na všechny, kdo nás opustili, vzpomeneme při bohoslužbách.



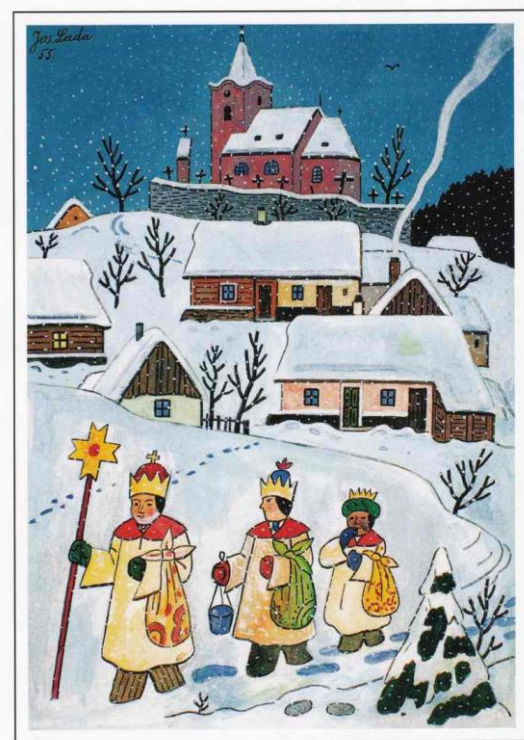
Stránky zábavy

Sestavte k sobě správně dvě poloviny pranostik (můžete je i seřadit podle kalendáře)

- | | |
|-------------------------------------|--|
| 1. Na svatého Jiří | a) metelice za metelící se honí. |
| 2. Svatá Markéta | b) o krok dále. |
| 3. Na Adama a Evu | c) o hodinu více. |
| 4. Chodí-li Kateřina po ledě, | d) čekejte oblevu. |
| 5. Medardova kápě - | e) tak po celý rok. |
| 6. Jak na Nový rok | f) chodí Štěpán po blátě. |
| 7. Svatá Lucie | g) vylézají z děr hadi a štíři. |
| 8. Na svatou Barboru | h) noci upije (ale dne nepřidá). |
| 9. Na tři krále | ch) ledoví muži spalují mrazem ovoce i růži. |
| 10. Pankrác, Servác, Bonifác - | i) čtyřicet dní kape. |
| 11. Na Hromnice | j) hodila srp do žita. |
| 12. Přijede-li Martin na bílém koni | k) saně do dvoru. |

Seřadte následující instrukce na přípravu vánočního kapra do správného pořadí:

1. obalte kapra ve vajíčku
2. osolte kapra
3. osmažte kapra na oleji
4. obalte kapra ve strouhance
5. smaženého kapra podávejte s bramborovým salátem



6. obalte kapra v mouce
7. nakrájejte kapra na jednotlivé porce
8. odsajte přebytečný tuk ubrouskem



Anketa

Anketní otázka z minulého čísla: **Jak nám chutná v letním období?**

Odpovědi:

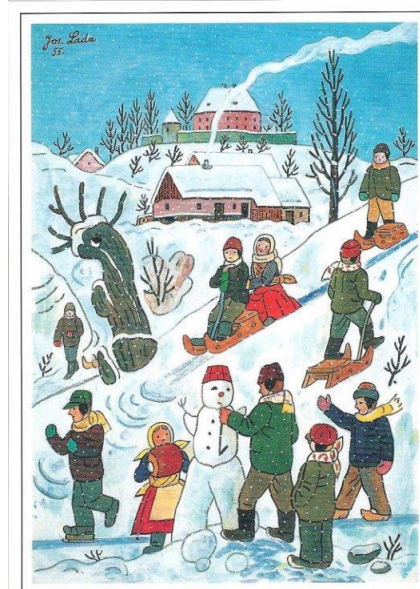
- nepozorují změnu
- normálně
- pořád stejně
- tak jako v zimě
- ráda si dojdu koupit něco dobrého, třeba zmrzlinu
- pořád stejně, jen večere jsou moc brzy

Nová anketní otázka: **Jakou zimní pranostiku znáte?**

Vaše odpovědi na anketní otázku:

- můžete napsat anonymně a vhodit do schránky na stížnosti
- můžete sdělit aktivizačním pracovnícím

**Marie Prášková,
Domov se zvláštním režimem, Břevnice**



Správné odpovědi:

Pranostiky: 1.g, 2.j, 3.d, 4.f, 5.i, 6.e, 7.h, 8.k, 9.b, 10.ch, 11.c, 12.a

Pořadí v kalendáři: 6., 9., 11., 1., 10., 5., 2., 12., 4., 8., 7., 3.

Jak připravit kapra: 7., 2., 6., 1., 4., 3., 8., 5.

Vydává:

Adresa sídla: Domov pro seniory Havlíčkův Brod, Husova 2119, 580 01
Havlíčkův Brod

Redakční rada: Hana Hlaváčková, Petra Trefilová, Marie Prášková, Ondřej Rázl,
Hana Kubátová, Eva Hedbávná, Božena Vašková, Lenka Drahošová

Kontakt a náměty: m.praskova@ddhb.cz

Vydáno dne: 1. 12. 2016

Uzávěrka příštího čísla: 3. 2. 2016

