

Červen 2023

NÁŠ ČASOPIS PLNÝ ZAJÍMAVOSTÍ

D é č k o



Domov pro seniory Velké Meziříčí,
příspěvková organizace

[Zdenky Vorlové 2160](mailto:Zdenky.Vorlove@2160.cz)
[594 01 Velké Meziříčí](mailto:594.01@VelkeMezirici.cz)

www.domovvm.cz

OBSAH

Blahopřání na červen	3
Výročí a regionální osobnosti června	4
Ze života domova.....	6
Stálá nabídka	7
Co se dělo u nás v domově v květnu	8
Fotogalerie	9
Červen.....	10
Pranostiky	12
Mezinárodní dny června.....	13
Příběhy pro potěchu duše	14
Ze světa zajímavostí.....	17
Rozhovor	20
Vtipy.....	22
Z kuchyně	23
Hlavalam	26
Seznam zdrojů	28



Blahopřání na červen

Jaroslav Doležal

Zdenka Buchálková

Mgr. Libuše Musilová

Marie Halámková

Karla Hladíková

Milan Ondráček

Antonín Kratochvíl

Růžena Večeřová

František Kaman

Věra Karásková

Věra Řehulková

František Čermák

Marie Dohnalová

Červnové děti nesou k nám léto,

pole se pyšní, čím bylo seto.

Bouřkové mraky zas napínají poutě,

v horku či v dešti, hlavně ne v koutě.

Všichni, kdo oslaví narozeniny v červnu,

energií zůstaňte naplnění, až do posledních dnů.



VŠE NEJLEPŠÍ!!

VÝROČÍ A REGIONÁLNÍ OSOBNOSTI ČERVNA

70. výročí úmrtí

Josef ČERNOCH – spisovatel

Narození: 8. 1. 1873 Přerov

Úmrtí: 8. 6. 1953 Brno

Prozaik a publicista, autor osvětových, pedagogických a vzpomínkových prací. Ve školním roce 1904-1905 učil na měšťanské škole v Jaroměřicích nad Rokytnou. Psal divadelní hry, romány. Napsal vzpomínkovou publikaci zima a léto s Březinou a Úlehou na jaroměřické škole, Olomouc 1932.



90. výročí úmrtí

Kamil HILBERT – architekt

Narození: 12. 2. 1869 Louny

Úmrtí: 26. 6. 1933 Praha

Autor literatury z oboru architektury a památkové péče. Obnovil třebíčskou baziliku Sv. Prokopa.



30. výročí úmrtí

Vladimír KRAJINA – pedagog, biolog

Narození: 30. 1. 1905 Slavice (Třebíč)

Úmrtí: 1. 6. 1993 Vancouver (Kanada)

RNDr., profesor botaniky a lesní ekologie na univerzitě ve Vancouveru (Kanada), národně

socialistický politik, publikace z oboru botaniky. Od roku 1948 v exilu. V letech 1915-1923 absolvoval třebíčské gymnázium. Vystudoval Přírodovědeckou fakultu Karlovy Univerzity v Praze, kterou ukončil v roce 1929. V roce 1934 byl jmenován docentem geobotaniky a systematiky rostlin. V době druhé světové války se aktivně podílel na odbojové činnosti. V květnu 1945 byl dopaden gestapem, zatčen a prohlášen čestným vězněm K. H. Franka. S manželkou byl převezen do



Terezína, kde byl vězněn ve zvláštní cele. V roce 1945 byl vyznamenán Československým válečným křížem. Po válce byl jmenován profesorem Karlovy Univerzity. O tři roky později emigroval a téhož roku 1948 byl odsouzen za nepřítomnosti k 25 letům vězení (původně byl navržen trest smrti). Byl obviněn ze spolupráce s nacisty a přípravy protistátního puče po válce, kdy byl generálním tajemníkem národních socialistů. V roce 1949 natrvalo odešel do Kanady. Stal se členem Československé strany národně socialistické v exilu a místopředsedou zastupitelstva Rady svobodného Československa. V roce 1958 byl jmenován profesorem biologie a botaniky na Univerzitě Britské Kolumbie ve Vancouveru. Zde se věnoval vědeckému výzkumu v oblasti ekologie a biologie, studoval flóru severní Ameriky a Havajských ostrovů, snažil se prosadit a zdůvodnit význam chráněných území a vytvořit síť ekologických rezervací. V roce 1976 založili jeho kolegové a studenti Nadaci V. J. Krajiny pro rostlinnou ekologii, která je každoročně udělována nejlepším absolventům oboru rostlinné ekologie na Univerzitě Britské Kolumbie. V roce 1982 byl vyznamenán Řádem Kanady. O tři roky později byl zvolen členem Linnéovské společnosti v Londýně. V roce 1990 byla na jeho počest na Univerzitě Britská Kolumbie zřízena katedra lesnictví a pěstování lesa V. J. Krajiny. V Československu byl poprvé vyznamenán až po roce 1989, v roce 1990 mu byl udělen řád Bílého lva 1. třídy.

200. výročí úmrtí

Václav Apollinarius RŮŽIČKA – violista, varhaník

Narození: 8. 9. 1757 Jaroměřice nad Rokytou

Úmrtí: 21. 6. 1823 Vídeň (Rakousko)

Syn jaroměřického varhaníka a školního rektora Růžičky Jana. Získal od otce hudební vzdělání, které dále rozšiřoval ve Vídni. Byl violistou dvorního divadla, varhaníkem dvorní kaple, sbormistrem dvorní kapely. Setkal se se začínajícím hudebně nadaným Franzem Schubertem.

100. výročí narození

Josef ŠABACKÝ – výtvarník

Narození: 19. 6. 1913 Třebíč

Úmrtí: 11. 1. 1994 Třebíč

Ředitel Západomoravského muzea v Třebíči, vlastivědný pracovník, botanik. Práce v oborech, publikoval též časopisecky a ve sbornících. Maturoval na třebíčském gymnáziu v roce 1932. Studoval na přírodovědecké fakultě Masarykovy univerzity v Brně. Od roku 1948 působil jako vedoucí v Trutnovském muzeu, od roku 1959 jako ředitel ve Velkém Meziříčí, v letech 1961-1972 jako ředitel v Západomoravském muzeu v Třebíči.

320. výročí události

Jan Karel z Valdštejna se stal majitelem třebíčského panství

Událost: 03. 06. 1703-18. 09. 1708 Třebíč

ZE ŽIVOTA DOMOVA

Během května se přistěhovala obyvatelka:

Marie Hladíková z Velkého Meziříčí

V květnu odešli z našich řad:

Marie Navrátilová † 6. května 2023

Jan Jiříček † 18. května 2023

Marie Klímová † 28. května 2023



STÁLÁ NABÍDKA

KNIHOVNA - knihovnu lze navštívit, kdykoli po domluvě na recepci

AKTIVITY

Každý všední den.....ranní hlášení

Pondělí.....skupinová canisterapie, pedikúra

Úterý..... individuální canisterapie

.....cvičení/tvoření

Středa.....kadeřnice, holička, prac. činnosti

Čtvrtek.....cvičení/ tvoření

Pátek.....modlitba a mše svatá od 9:30

Cvičení, keramika, procházky a veškeré manuální činnosti denního programu probíhají po domluvě s aktivizačními pracovníci

SCHRÁNKY DŮVĚRY - V domově jsou umístěny 4 schránky, kam je možné umístit vzkazy, stížnosti, připomínky či podněty k poskytování služeb v domově. S napsáním vzkazu může pomoci personál, rodina nebo dobrovolník.

Schránky důvěry v domově naleznete:

- 1. se nachází v přízemí – u vstupu do terapeutické zahrádky
- 2. je umístěna v 1. patře – u schodiště při vcházení na chodbu 2B
- 3. je ve 2. poschodí – u schodiště na brance s fototapetou plotu
- 4. schránka je přenosná a pravidelně se přenáší po pokojích

PROSTORY K VOLNOČASOVÉMU VYUŽITÍ

✚ Terapeutická zahrádka za domovem

✚ Atrium v přízemí

✚ Venkovní terasy ve 3. poschodí

✚ Kaple

✚ Knihovna

✚ Keramická dílna

✚ Jídelna

✚ Společenské místnosti v každém podlaží: 1A, 2B, 3B

✚ Dětský koutek ve vstupu do zahrady

✚ Park



CO SE DĚLO U NÁS V DOMOVĚ V KVĚTNU

Květen nám přinesl konečně příjemně teplé počasí, které poctivě drželo až do konce měsíce. Trávili jsme spoustu času na zahrádce, kde jsme četli knížku o andělech strážných, a na terasách, kam se na čistý vzdoušek přesunuli tréninky paměti.

Ve středu třetího května jsme se vydali posedět do hospůdky.

Čtvrteční výuka na Univerzitě třetího věku byla na celý měsíc květen zrušena kvůli nemoci lektora Kameníka, proto jsme 4. května vyrazili na zahrádku a dali se do práce. Hlína byla opravdu všude. Na rukou, v kapsách, i v ponožkách se nějaká našla. Ale to nám nevadí, nálada a atmosféra na zahrádce je příjemná. Kdo se nemůže zapojit kvůli zdraví do práce, alespoň posedí na sluníčku a čerpá novou energii.

Celý následující týden jsme trávili na zahrádce, kde jsme přesazovali muškáty, stříhali vrbové proutí od Velikonoc, přesazovali rajčata do mobilních truhlíků, připravovali se cibulky a vyrostlým květkám jsme nacházeli větší prostor pro jejich blaho.

Ve čtvrtek 11. května proběhlo posezení s harmonikou v prostorách Univerzity třetího věku. Jelikož na konec května byl plánován bleší trh, začali jsme vytvářet zboží. Někdo šil chňapky, další vycpával polštářky.

V pondělí jsme si řekli, že bychom se vydali do biografu. Tak jsme usedli do lavic na U3V a promítli si nadčasovou českou komedii Slunce seno jahody.

Úterý 16. května jsme oslavili Mezinárodní den Slunce tím, že jsme přišli ve žlutém oblečení.

Další den 17. května jsme společně s děvčaty z Výchovného ústavu Velké Meziříčí zašli do hospůdky.

V pondělí 22. května se učebna U3V proměnila v bleší trh, který trval až do 31. května.

V úterý 23. května nás práce dovedla opět na zahrádku. Konečně venku začalo být krásné teplíčko a o to víc se nás venku sešlo. A když ne na zahrádce, tak na terasách pěkně ve stínu, kde tolik nepraží.

Ve středu k nám přijala pozvání děvčata z Výchovného ústavu. Společně jsme tak mohli oslavit Mezinárodní den parků, opékáním párků. A byla to paráda! Počasí bylo pořád krásné, už jen když svítí Slunce je na světě veseleji.

V úterý 30. května jsme začali s trénovat petang, protože už 13. června se zúčastníme turnaje v Třebíči.

Třicátý květen je znám jako den sousedů, no a my hned ve středu 31. ty naše sousedy v pečovatelském domě navštívili. Celé dopoledne jsme společně prozpívali. Prý jsme byli z pečovatelského domu slyšet až k nám do domova pro seniory. Květen nám utekl jako voda. Teď je potřeba ještě něco udělat s tím suchem a bude všechno ideální.

FOTOGALERIE





ČERVEN

Andělé a strážci

Červen je měsíc teplých slunečních paprsků, odstínů červené barvy dozrávajících plodů a osvěžujících deštíků.

1) Anděl Ambriel

Ambriel přináší světu lásku ke květinám, svěžest jarního deště, vůni šeríku a jemné dotyky slunečních paprsků. Lidem nechává jen samou radost v duši.

Představme si dokonalý den, který začíná východem Slunce. Stojíme na balkóně, mírně zafouká vítr vonící po šeríku, neposlušné vlasy se vzpírají větříku a padají do obličeje. V rádiu hlásí slunečné počasí po celý den a mezitím se na nízkém stolečku hlásí o pozornost čerstvá káva. Vracíme se na terasu a usazujeme do houpací sítě. V rukách držíme krásnou knihu s poutavých příběhem a kdesi v dálce si na rybníku štěbetají husy o tom, co dnes zažily na cestách v oblacích. Potom se usmějeme, protože ptákům přeci nemůžeme rozumět, jen si myslíme, že by to bylo skvělé. Ambrielův dar je pomoci nám rozeznat odpočinek a lenošení a zároveň umění žít a vnímat si maličkostí.

Ambriel se nás ptá: Těžíte své naděje a přání, touhy a plány na maximum? Pokud ne, nevadí alespoň máte chvíli čas zpomalit na odpočinek.



2) Archandělé Metatron a Sandalfon

Metatron a Sandalfon jsou andělští bratři. Nejčastěji jsou zobrazováni s navzájem spojenými křídly, kterými zahalují celičkou Zemi, posilují ji mírem, dobrotou a Boží láskou.

Všechny nebeské bytosti milují Zemi. Každý z nich má svoji specifickou



osobitou lásku, kterou používá pro ochranu dobra. Matatron a Sandalfon se snaží krůček po krůčku Zemi osvobodit od zla, co překroutilo a pošpinilo mnohé věci. Při své práci používají sílu myšlenek. Přemýšlejte, kterou část světa, úsek dějin, velké světové téma či oblast života byste rádi očistili. Požádejte tyhle nebeské sourozence, aby svým světlem projasnili a udržovali jasnou tu bolest táhnoucí se světem a časem. Nastává totiž čas na velké přání pro naši krásnou Zemi.

Archandělé Metatron a Sandalfon se nás ptají: Jakou nejsilnější kladnou emoci chováte k tomuto světu? Na které své konání, jímž pomáháte na Zemi, jste hrdí?

PRANOSTIKY

Nekuká-li kukačka před svátým Janem, bude neúrodný rok.



Na svátého Jána noc nebývá žádná.

Na svatého Jána otvírá se k létu brána.

Bylo-li počasí před Janem sychravé, bude po Janu mírně pršlavé.

Prší-li na Jana Křtitele, prší tři dni celé, bez deště, bude pěkně ještě.

Prší-li v den svátého Jana Křtitele, louskáme červivé ořechy nesměle.

Na svatého Jána – jahody do hod' džbána.

Jaký čas bude na svátého Medarda, takový bude po 40 dní pořád.

Jaký na Medarda čas, taký čtyřicet dní zas.



MEZINÁRODNÍ DNY ČERVNA

1. 6. Mezinárodní den dětí, Světový den mléka
2. 6. Mezinárodní den čistého ovzduší
3. 6. Evropský den jízdních kol
4. 6. Den objímání koček
5. 6. Mezinárodní den ptačího zpěvu, Den rozvoje a vzdělání dospělých, Světový den životního prostředí
8. 6. Mezinárodní den oceánů, Den nejlepších přátel
9. 6. Den kačera Donalda
10. 6. Den ledového čaje
12. 6. Den červených růží
14. 6. Světový den dárců krve
16. 6. Mezinárodní den karamelu
17. 6. Mezinárodní den proti rozšiřování pouští a sucha
20. 6. Světový den uprchlíků
21. 6. Evropský den hudby, Den hrdosti, Mezinárodní den trpaslíků, jógy a triček
23. 6. Mezinárodní den vdov, Světový den házené, Mezinárodní olympijský den, Mezinárodní den růžové barvy
24. 6. Mezinárodní den pralinek
25. 6. Světový den námořníků
27. 6. Den slunečních brýlí, Světový den rybářství





PŘÍBĚHY PRO POTĚCHU DUŠE

O Slunečním paprsku a Sněhové vločce

Je tomu dávno, kdy byla celá Země rozdělena na dvě území, jimž vládli dva bratři. To první území bylo zalité sluncem, na polích zrály zlaté klasy obilí, na stromech stále rostla šťavnatá jablka, sladkoučké hrušky a švestky. Tráva byla věčně zelená a zvířata nacházela v lesích stín a odpočinek. Říkalo se mu Sluneční království. TV tomhle království však nevládli lidé ani zvířata, ale Slunce, které svými syny Slunečními paprsky, hladilo každou část svého území, dotýkalo se každého kousku půdy, každého listu v korunách stromů, každé vlnky ve vodě i kapky rosy, každého zvířete i člověka, jemuž posílalo hřejivé polibky na tváře.

Země však byla dělena ještě na druhou část. Ta druhá byla oproti Slunečnímu království zahalena bělostnou peřinou. Voda zde spala pod průhledným závojem, stromy hrdě stály ve svých zelených kožích, zvířata pobíhala a s radostí otiskovala své stopy do sněhu a poté se utíkala schovat do svých nor a chýší. Lidé tam každý den vycházeli ze svým domků jen v nejteplejším oblečení, aby zhluboka dýchali ten mrazivý vzduch, cílili křoupání sněhu pod každým svým krokem a spolu s celým tímto Mrazivým královstvím vnímali klid, mír a ticho, občas přerušené něžnou písni sněhových vloček. Kdo jiný by mohl tomuto Mrazivému království vládnout než Mráz, v jehož chladivém dechu tančily a zpívaly jeho dcery, Sněhové vločky.

Obě království žila vedle sebe v míru a pokoji, přesto mezi nimi existovala Dešťová hranice, která vznikla ze slz Slunce a Mrazu. V dávných dobách chtěli tito bratři Zemi vládnout spolu, střídavě pečovat o svá území, dávat jim hřejivé dotyky i chladivé polibky. Jenže zvířata začínala hynout, stromy usychaly a květiny nacházely v mrazivém objetí věčný spánek. Slunce i Mráz věděli, že chtějí-li aby

jejich poddaní byli šťastni a živi, musí si rozdělit Zemi na dvě království. Svým synům i dcerám pak nakázali, aby respektovali území bratra a vyhýbali se mu. Tak Sluneční paprsky i Sněhové vločky nikdy nepřekračovali tuto Deštivou hranici...

Léta plynula a obě království si žila vlastními spokojenými životy. Slunce však jednou nevydrželo stesk po svém bratrovi, a tak poprosilo svého nejstaršího syna, ať letí až těsně k Dešťové hranici a šeptá do kapek, jak moc se Slunci po Mrazu stýská. Sluneční paprsek nevydržel otcovy nářky a rozletěl se k hranici, v jejíž jediném dotyku by našel smrt a proměnil by se v duhu. Láska k otci však byla silnější než strach. Zhlcen myšlenkami doletěl až k hranici, přiblížil se k ní tak, že cítil vlhký vzduch, ale přesto byl opatrný, aby se jej ani jediná kapka nedotkla. Šeptal slova, která mu otec řekl a najednou utichl v němém úžasu. Dešťová hranice s každým slovem slábla až nekapala už ani jediná kapička na zem, šumění ustalo a Sluneční paprsek mohl poprvé spatřit zemi Mrazu. Fascinovala ho. Bílý závoj pokrývající zem až oko dohlédne a v tom tichu a prázdnu byla jen ona, malá Sněhová vločka. Byla kouzelná, bledá jako krajina, nad níž tančila ve svém stříbrném šatu, s hlasem třpytivým a cinkajícím jako rolničky. Poslouchal tu píseň plnou radosti a nadějí. Poslouchal až zapomněl na to, že každou chvíli se může znova hranice rozpršet a on může umřít.

Tančila a zpívala, jako vždycky. Zpívala ptákům, stromům i půdě. Tančila a vnímala jen svůj svět, svůj nádherný třpytivý svět. Otevřela oči, jako by cítila, že ji někdo pozoruje, a otočila se. Uviděla ho, byl tam, obklopený září jak anděl a za ním byl svět jiný, než který znala, tak barevný a veselý. Utichla a letěla k hranici. Koukali na sebe, mlčeli a už se chtěli dotknout, když si všimli, že Dešťová hranice ožívá. Letěli zpátky, co nejdál od toho nebezpečí a za zády jen slyšeli šum dešťových kapek. Oba s hlavou pomatenou od toho, co se stalo, letěli za svými otci.



Slunce čekalo na svého syna a začínalo se bát. Když se paprsek vrátil, začal otci vyprávět, co viděl, že se zamiloval do té třpytivé víly, do jejích pohybů i hlasu. Slunce ho přerušilo: „Zapomeň na ni, v jejím doteku je tvá smrt“.

Sněhová vločka také vyprávěla Mrazu, o světě, který viděla za hranicí, o tom andělovi obklopeném jasem, o pohledu, v němž se ztrácela a Mráz ji taktéž řekl, že jediný dotyk by ji zabil a ani on svým ledovým dechem by už ji život vrátit nedokázal. „Nikdy více nepůjdu k hranici,“ slíbili oba svým otcům.

Dny plynuly a Sluneční paprsek stále myslel na tu kouzelnou Sněhovou vločku, trápil se, prosil otce, ať ji může ještě alespoň jedinkrát spatřit, ale otec mu vždy připomněl slib, který dal. Sněhová vločka také nemohla zapomenout na tajemného anděla, bez kterého nemůže tančit a zpívat jako dřív. Jednou to vločka nevydržela a letěla k hranici do jejíž kapek šeptala slova určená Slunečnímu paprsku. V tu samou chvíli tam byl i Sluneční paprsek a šeptal do kapek svůj stesk po Vločce. Začali se scházet u hranice a při jejich slovech kapky slábly a šum ustával a oni se mohli alespoň vidět skrze závoj deště. Oba začali ztrácet hlavu a toužit jeden po druhém. Šeptali slova o lásce, o bolesti, o touze až kapky ustaly úplně.

Sluneční paprsek i Sněhová vločka se přibližovali k sobě. Přestože věděli, že v jediném dotyku najdou jistou smrt, políbili se. Pocítil chlad, třpytivý klid a mír. Pocítila žár, paprsky prostoupily její tělo a pak zemřeli ve vzájemném spojení. Od té doby se už nikdy Dešťová hranice nerozpršela, místo kapek vody je posetá sněženkami a bledulemi, narozených z lásky Sněhové vločky a Slunečního paprsku.



ZE SVĚTA ZAJÍMAVOSTÍ

Nejlepší přítel

Není na světě lepší pocit než vědět, že nejsme na světě sami. A pak je úplně jedno kolik nohou nebo jaké uši má. Pojd'me se v následujícím článku zaměřit a fakta o psech, o kterých jste doposud nevěděli.

- Pes dokáže zachytit milionkrát slabší pach než člověk.
- Na světě existuje více než 400 psích plemen.
- Nejstarším psem v historii byl Bluey, australský honácký pes. Dožil se 29 let.
- Nejoblíbenějšími plemeny na světě jsou labradoři a zlatí retrívři.
- Nejhloupější pes je afghánský chrt.
- Psí plemeno basenji vůbec neštěká. Vydává totiž zvuky podobné jódlování.
- V Norsku je zakázán chov kříženců psa s vlkem.
- Psi se nepotí. K regulaci tělesné teploty jim slouží dýchání s vyplazeným jazykem.
- Na světě je více než 400 milionů psů. Nejvíce z nich žije v USA.
- O tom, kolik zdravých štěňat fena donosí, rozhoduje stavba a velikost těla plemene.



- Kvůli 2. světové válce přestal být německý ovčák populární, začalo se mu říkat alsaský ovčák.
- Greyhound umí běžet rychlostí až 72 km/h.
- Žádný pes není 100% hypoalergenní. Některým plemenům, jako jsou naháči, bišonci, maltézáčci, pudlíci nebo knírači, odpadává méně odumřelých částic, které jsou původci alergií.
- Prapředci psů žili v době před 60 miliony lety.
- Psi mají dichromatické vidění, což znamená, že vidí jako barvoslepý člověk, který nerozlišuje červenou a zelenou.
- Kvůli šlechtění, které zvýraznilo určité fyzické rysy, nemohou feny některých plemen vůbec rodit bez pomoci. Porody bývají většinou řešeny císařským řezem. Jedná se například o anglického buldoka.
- Většina psů miluje čokoládu, přestože je pro ně velmi nebezpečná.
- Nejdelší název psího plemene je Nova Scotia Duck Tolling Retriever. Zkráceně se mu říká toller nebo novoskotský retrívr.
- Psi před ulehnutím hrabou nohama a točí se dokola. To je pozůstatek z doby, kdy si v divočině museli ušlapat trávu.
- Pro některá plemena neumějí plavat. Jedná se například o basety nebo buldočky, kteří mají těžkou hlavu a krátké nohy.



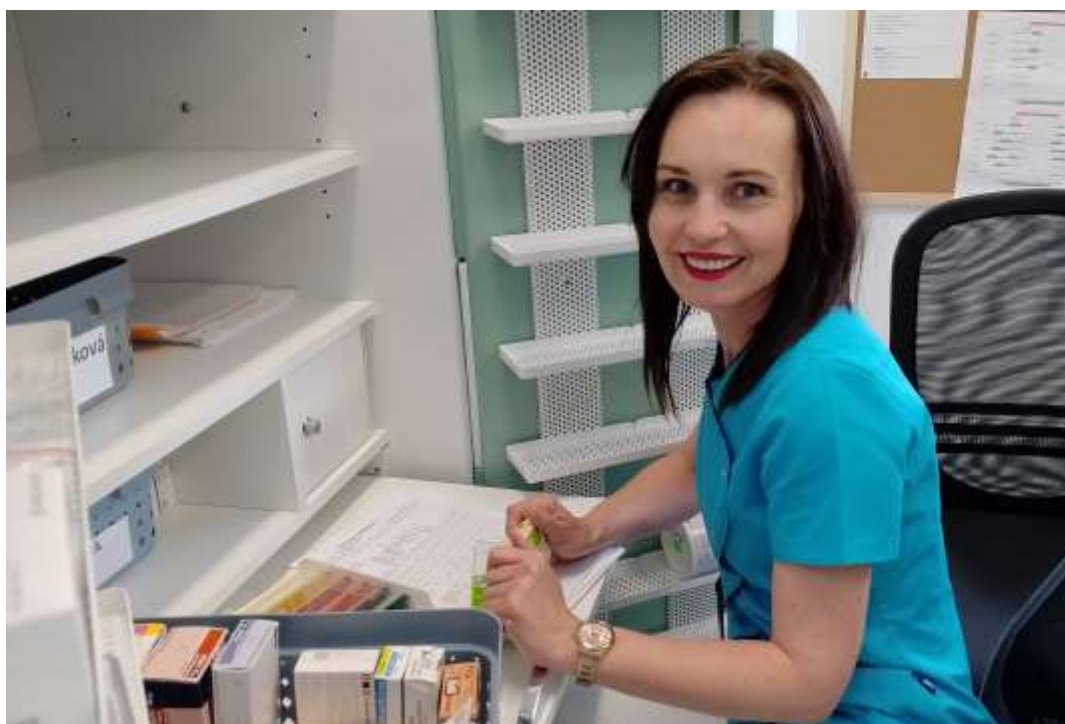
- Nejtěžší pes vážil 156 kg a jmenoval se Alcama Zorba of La-Susa. Byl z Londýna, v kohoutku měřil 94 cm a na délku měl 251 cm.
- Lopatky psů nejsou spojené se zbytkem kostry. Psi nemají klíční kosti, což jim umožňuje zvýšenou pružnost a protáhnutí délky kroku.
- Při močení psi zvedají nohu, aby ostatní psi nabyli dojmu, že značku zanechal větší pes, než jsou oni.
- Nejlepšími plavci jsou novofundlandští psi, kteří jsou dokonce vybaveni plovacími blánami.
- Psi také mají své otisky prstů, resp. čenichu. Každý čenich je unikátní a lze ho použít k identifikaci.
- Není pravda, že jeden psí rok je srovnatelný se sedmi roky lidského života. Například roční pes malého nebo středního plemene je věkem na úrovni 15tiletého adolescenta.
- Psi žijící ve městě se dožívají v průměru o tři roky déle než psi z venkova.
- Nejbohatší psí dědic získal po své paničce necelých 106 milionů dolarů.



ROZHOVOR

Rádi bychom Vám prostřednictvím Děčka a krátkého rozhovoru představili pracovníky našeho domova, se kterými se denně setkáváte. V následujícím rozhovoru se nám představí **zdravotní sestřička**:

Zdeňka Doležalová



Mohu Vás poprosit o krátké představení se našim čtenářům?

Jmenuji se Zdeňka Doležalová a je mi 42 let. Narodila jsem se ve Velkém Meziříčí, kde také nyní žiji. Bydlím v rodinném domě s manželem a třemi dětmi, Berenikou (13), Toníkem (10) a Rozárkou (3). Po studiu na SZŠ ve Žďáru nad Sázavou jsem odešla pracovat do Prahy do Motola. Potom jsem se vrátila a pracovala na int. JIP na Mostišťích. Velkou zkušeností pro mě byla práce v pečovatelském domě v Anglii, kde jsem strávila tři roky. Po návratu domů jsem mnoho let vyučovala angličtinu, vystudovala střední pedagogickou školu a pracovala jako vychovatelka ve školní družině. No a od prosince 2022 pracuji tady v domově.

Co jste věděla o našem domově, než jste se stala jeho součástí?

Vůbec nic. Můj návrat do zdravotnictví byl velkým krokem do neznáma.

Co se Vám na práci v domově líbí?

To, že chodím do práce jako do druhého „domova“. Tím myslím, že jsem se postupně seznámila s klienty a jejich problémy. Většinou vím, co mě v práci čeká, i když jsou dny, které dokážou překvapit.

Co ráda děláte ve volném čase?

Čtu, chodím do kina, ráda si zajdu do restaurace na dobré jídlo. Kromě rodiny trávím ráda čas s přáteli na výletech.

Na jaké místo byste se ráda podívala a proč?

Určitě do Egypta tak před 2000 lety. Vždycky jsem si přála vědět, jak to tam opravdu vypadalo a jaké to bylo žít v té době.

Jak by vypadal Váš ideální den?

Určitě by nebyl moc akční. Taková pohoda někde v krásné přírodě, určitě u moře nebo oceánu. Spousta dobrého jídla a pití, které bych si užila s rodinou.

Co byste si nejvíce přála?

Aby se mi podařilo dobře vychovat svoje děti.

KVÍZ:

Nejoblíbenější jídlo – Asijská kuchyně a cokoli od mojí mamky

Nejoblíbenější barva – všechny kromě červené a oranžové

Nejoblíbenější roční období – léto

Nejhezčí dovolená – pokaždé v Chorvatsku

Nejoblíbenější květina – konvalinka a všechny pokojovky, které přežijí moji péči

Nejoblíbenější film – Zelená míle

Nejoblíbenější místo v domově – terapeutická zahrada, zvláště teď na jaře

VTIPY



Paní učitelka: „Jaká je vaše nejčastější lež?“

Anička: „Já jsem se učila!“

Honzík: „Já to nebyl!“

Pepíček: „Četl jsem a souhlasil jsem s podmínkami.“

Povídá zubař pacientovi na křesle:

„Mohl byste při tomto zákroku hodně řvát?“

„Ale proč, vždyť to vůbec nebolí?“

„Víte, za hodinu mám tenis a je plná čekárna.“

Na přijímacím pohovoru:

„Tahle sklenice je do poloviny dolitá vodou. Co si myslíte? Je z poloviny prázdná nebo z poloviny plná?“

„No, když se podíváte, kolik je v ní vzduchu, tak je úplně plná!“

„Gratuluji, vítejte ve výrobně brambůrků!“

„Dobrý den, v životopise máte, že umíte rychle počítat.“

„Ano, to je pravda.“

„Tak kolik je 365×8 ?“

„930.“

„To je špatně!“

„Ale bylo to rychlé!“

Dnes jsem četla inzerát: Muž, 40 let hledám ženu. Ted' sedím a přemýšlím, jestli vynechal čárku, nebo je tak zoufalý.

Miluji knihy, které vás rozberejí už na první stránce. Ted' čtu učebnici matematiky pro devátý ročník a je to fakt síla.

Z KUCHYNĚ

Ředkvička



Ředkvičky pěstujeme už více než 500 let a dostaly se k nám z Číny. Věděli jste, že jeden hrnek nakrájených ředkviček má pouhých 19 kilokalorií a dokáže vyrůst za pouhých 25 dní?

Původ

- Ředkvička opravdu pochází z Číny. Do Evropy se dostala až počátkem 16. století. Ve starém Egyptě se ředkvičky společně s cibulí a česnekem odměňovali dělníci, kteří stavěli pyramidy. Od těch dob pro své blahodárné vlastnosti jsou oblíbené téměř po celém světě.

Vitamínová bomba

- Ředkvičky svou pikantní chutí nabízí tělu vitamíny a zároveň chuťové zpestření.
- Čím delší a teplejší je léto, tím pálivější jsou ředkvičky. Malé pikantnější kuličky hlavně nadupané vitamíny.
- Obsahují minerální látky a kyseliny. Z vitaminů je to vitamin E, D, C, pyridoxin (B6), thiamin (B1), riboflavin (B3), niacin, také beta karoten neboli provitamin A. Z minerálních prvků pak sodík, mangan, železo, měď, fosfor, hořčík, vápník, síru a draslík, kyselinu listovou, lipidy, proteiny, sacharidy a vlákninu.
- Jejich hořčičné oleje a silice ulevují trávicímu traktu a podporují jeho správnou funkci. Kyselina listová přispívá ke správné tvorbě krve a vyrovnává některé chemické procesy v mozku, takže zlepšuje



náladu a draslík má příznivý vliv na srdce a vápník zase podporuje tvorbu kostí a chrupavek.

- Karoten zase pomáhá udržet zdravé oči a přispívá ke zdravému zbarvení kůže.
- Ředkvičky navíc dokážou působit proti vzniku močových a žlučových kamenů, takže pokud vás tyto problémy trápí, není nic lepšího než pravidelná porce poctivé ředkvičkové pomazánky.
- Díky obsahu silic navíc ředkvičky také podporují vykašlávání.
- Využívají se při detoxikaci organismu a pro nastartování metabolismu. Obsahuje velké množství minerálních látek, vitamínů a kyselin (především kyselinu listovou), nezbytných pro správnou funkci organismu. Má pozitivní vliv na naši imunitu i psychiku. Pomáhá čistit střevní systém i játra a podporuje trávení.

Ředkvičková polévka

Nevíte si rady, jak připravit ředkvičky, a hledáte správný recept? V tom případě zkuste ředkvičkovou polévku, která svou chutí zaujme každého, kdo ji okusí. I zde přitom existují různé recepty, podle kterých můžeme postupovat.

Budeme potřebovat následující ingredience:

- 2 svazky ředkviček
- 1 svazek petrželky
- 1 cibuli
- 1 stroužek česneku
- 4 brambory
- 2 lžíce másla
- 200 mililitrů smetany ke šlehání
- 800 mililitrů zeleninového vývaru
- sůl a pepř na dochucení

Nejprve si v hrnci rozpustíme máslo, na kterém pak zpěníme nadrobno nakrájenou cibuli. K tomu přilejeme zeleninový vývar a přidáme oloupané brambory nakrájené na kostičky. Ty vaříme, dokud nejsou měkké, a poté je z hrnce vyjmeme. Mezitím si omyjeme a očistíme ředkvičky, které pak pokrájíme na menší kousky. Spolu s bramborami a stroužkem česneku je následně rozmixujeme.

Připravené pyré osolíme a opepříme podle chuti a poté jej vlijeme do vývaru. Následně přidáme smetanu, kterou je nutné v polévce dobře rozmíchat, a vše dobře prohřejeme.

Na závěr ještě polévku ochutnáme a případně přidáme sůl nebo pepř, aby dostala šmrnc. Poté ji můžeme ještě ozdobit pomocí bylinek nebo troškou pokrájených zbylých ředkviček.



Autor: nutriční terapeutka Terezie Hlouchová, DiS.

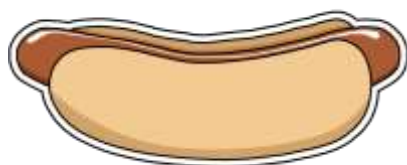
HLAVOLAM

Na pouti

Na pouti pět chlapců různého věku konzumuje různé druhy jídel a dává přednost různým atrakcím.

- *Ron jí zmrzlinu, Joe nemá rád žvýkačky.*
- *Sam, kterému je 14, není na horské dráze.*
- *Chlapci na zvonkové dráze je 15 let.*
- *Len není ve strašidelném zámku, Don je na kolotoči.*
- *Chlapci, který má rád zmrzlinu, je 13 let.*
- *Chlapec ve strašidelném zámku jí párek v rohlíku.*
- *Jedenáctiletý Joe jí hranolky na lochnesce.*
- *Don, kterému je 12, si pochutnává na cukrové vatě.*

Zjistěte všechny informace o každém z chlapců.



Řešení:

Sam – 14 – Strašidelný zámek – Párek v rohlíku

Joe – 11 – Lochneska – Hranolky

Don – 12 – Kolotoč – Cukrová vata

Len – 15 – Zvonková dráha – Žvýkačky

Ron – 13 – Horská dráha – Zmrzlina

SEZNAM ZDROJŮ

Červen: Kalendář Andělé 2022

Pranostiky: Magisterská diplomová práce Bc. Marcely Býčkové z roku 2014 - <https://slavistika.phil.muni.cz/>

Vtipy: <https://www.alik.cz/v/top>

Výročí a regionální osobnosti: <https://www.knihovnatr.cz/cze/sluzby/vyroci-a-regionalni-osobnosti-cerven-2023/>

Kvíz: <https://mozkolam.cz/slovni-hlavolamy/zebry/na-pouti/>

Ze světa zajímavostí: www.muj-pes.cz, www.procrypto.cz, www.wikipedia.cz

Z kuchyně: <https://www.blesk.cz/clanek/radce-zdravi-a-zivotni-styl/468854/sezona-redkvickek-co-o-nich-mozna-nevite.html>,
<https://radimejak.cz/recepty-z-redkvickek/>

Příběhy pro potěchu duše: <https://www.liter.cz/pohadkybajky-maledeti-145869-cist>

Mezinárodní dny: <https://canlistore.com/vtipne-svatky-o-kterych-nemate-ani-zdani/>