

Červenec 2023

NÁŠ ČASOPIS PLNÝ ZAJÍMAVOSTÍ

D é č k o



Domov pro seniory Velké Meziříčí,
příspěvková organizace

[Zdenky Vorlové 2160](#)
[594 01 Velké Meziříčí](#)

www.domovvm.cz

OBSAH

Blahopřání na červenec.....	3
Výročí a regionální osobnosti července	4
Ze života domova	7
Stálá nabídka	8
Co se dělo u nás v domově v červnu	9
Fotogalerie	11
Červenec	13
Pranostiky	15
Mezinárodní dny července.....	16
Příběhy pro potěchu duše	16
Ze světa zajímavostí	21
Rozhovor	27
Vtipy	29
Z kuchyně	30
Hlavalam	32
Seznam zdrojů	34



Blahopřání na červenec

Hana Janečková

Oldřich Beneš

Milada Krejčířiková

Božena Krčálová

Marie Klímová

Jindřiška Nováková

Růžena Urbánková

Věra Trojanová

Marie Peroutková

Marie Kratochvílová

Růžena Skryjová

Marta Javůrková

Milada Olivová

Marie Bartáková

Léto uteklo k dalšímu měsíci,
slaví se poutě v kdejaké vesnici.
Oslavenci července nyní je čas,
kdy luna na nebi zasvítí jen pro vás.
I kdybyste náladu na úsměv neměli,
Snažte se být klidní a veselí pro své okolí.



VŠE NEJLEPŠÍ!!

VÝROČÍ A REGIONÁLNÍ OSOBNOSTI ČERVENCE

40. výročí úmrtí

Josef DOLEŽAL – kněz

Narození: 2. 2. 1911 Moravské Budějovice

Úmrtí: 22. 7. 1983 Brno

Otec Antonín Doležal, tesař a domkař. Narodil se v domku u městské cihelny. Později rodina bydlela v Heřmanicích v domku č. 238.

Absolvoval gymnázium v Moravských Budějovicích, studoval ve francouzském Dijonu a na univerzitě ve Strasburgu, kde vystudoval teologii a církevní právo. 13. července 1935 byl vysvěcen na kněze. Působil v Blížkovicích, v Králově Poli v Brně, od roku 1951 v Poniklé nad Jizerou, kde byl 12. července zatčen StB a vzat do vyšetřovací vazby. 8. a 9. října 1952 probíhalo soudní řízení u Státního soudu v Praze, kde byl uznán vinným z trestného činu velezrady, k trestu odnětí svobody v délce 12 roků a ztrátě občanských práv na 10 let, propadnutí veškerého majetku, degradování z hodnosti podporučíka a zákazu kněžské činnosti. Byl obviněn z nabádání mládeže proti socialistické ideologii a proti materialistickému světovému názoru. Přitěžujícími okolnostmi bylo studium ve Francii a účast na ilegální schůzce vedoucích kroužků mládeže v lednu 1951. Trest si odpykával ve Valdicích a v Mírově, kde pracoval v obuvnickém průmyslu, od 1. října 1953 v Jáchymovských dolech, od 25. května 1958 opět ve Valdicích v brusírně skla. 9. května 1960 byl na základě amnestie podmíněčně propuštěn. Pracoval v cihelně v Moravských Budějovicích, od 11. ledna roku 1962 v Ctidružicích. Od 1. září 1966 pracoval v národním podniku Metra v Brně. Do důchodu odešel v roce 1971. K posláním kněze se vrátil

až v důchodovém věku. Vypomáhal ve farnosti Staré Brno, především v kostele Milosrdných bratří. Byl pohřben v Moravských Budějovicích.

110. výročí narození

František MAREK – spisovatel, pedagog

Narození: 27. 7. 1913 Moravské Budějovice

Úmrtí: 9. 7. 1987 Jihlava

Původním jménem František Müller, změna provedena po roce 1945. PhDr., středoškolský profesor, prozaik, historik, psycholog, kulturně historické stati z Jihlavska a severních Čech, překlady z němčiny a angličtiny.

Profesor na gymnáziu v Moravských Budějovicích. Pracoval v okresním zemědělském archívu v Moravských Budějovicích. Přednášel na pedagogické fakultě. Psal pedagogické a filozofické práce. Byl držitelem mnoha válečných vyznamenání - např. Československý válečný kříž, Polský válečný kříž, Invazní medaile British Star.

110. výročí narození

Vladimír ŠILHAVÝ – lékař, biolog, výtvarník

Narození: 20. 7. 1913 Kutná Hora

Úmrtí: 6. 7. 1984 Budíkovice (Třebíč)

Narodil se v rodině řídícího učitele Františka Šilhavého. Od roku 1918 se rodina přestěhovala do Budíkovice u Třebíče. V letech 1924-1938 studoval na třebíčském gymnáziu, v letech 1932-1938 na lékařské fakultě v Brně, kde promoval v roce 1946. V roce 1936 stál u založení přírodovědeckého klubu v Třebíči, stal se jednatelem klubu, v letech



1961-1984 předsedou Přírodovědeckého klubu. V letech 1938-1945 pracoval jako medik v ordinaci MUDr. Mátl. , v letech 1946-1979 jako lékař, od roku 1950 jako obvodní lékař ve Starči. V roce 1971 byl generálním sekretářem kongresu Centre international de documentation arachnologique uspořádaném v Brně. Je autorem 50 světově významných prací z oboru entomologie. Věnoval se hře na klarinet, malování, grafice a litografii. Je autorem mnoha vědeckých ilustrací, kterými doplňoval své publikované práce. Publikoval práce a studie věnované různým osobnostem, z nich 16 je věnováno entomologickému výzkumu Třebíčska. Byl popularizátorem vědy. Pro veřejnost pořádal přednášky v oboru přírodovědy.

170. výročí narození

Velebín Augustin František Urbánek - skladatel

Narození: 28. 7. 1853 Moravské Budějovice

Úmrtí: 26. 8. 1892 Praha

Hudební nakladatel a organizátor. Studoval reálné gymnázium v Praze. Od roku 1876 pomáhal bratrovi v nakladatelské činnosti. Byl členem Hudební matice, dal podnět k založení Populárních koncertů Umělecké besedy, věnoval se hudební organizátorské činnosti v Praze. V roce 1891 založil vlastní hudební nakladatelství a koncertní jednatelství.



ZE ŽIVOTA DOMOVA

Během června se přistěhovali noví obyvatelé:

Jaroslava Kratochvílová z Velkého Meziříčí

Jindřiška Zelená z Velkého Meziříčí

Miluše Pivničková ze Žďáru nad Sázavou

Jiřina Blahová z Velkého Meziříčí

Josef Bořecký z Velkého Meziříčí

V červnu odešly z našich řad:

Marie Hladíková † 4. června 2023

Bohuslava Hajná † 10. června 2023

Marie Kytnarová † 21. června 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 ČERVNU

Červen nám konečně přináší krásné počasí. Byl to příjemný měsíc plný čerstvého vzduchu, a hlavně pobytu venku, pěkně na zahrádce.

Prvního června na Mezinárodní den dětí jsme zašli na zahrádku trénovat petang na blížící se turnaj a ti, kteří měli natrénováno trávili chvíli zpěvem pohádkových písní.

Druhý červen v pátek jsme pěkně zůstali na terase ve stínu domova.

V úterý 6. června se konalo setkání obyvatel s vedením a poté stravovací schůze. Kdo chtěl, ještě na společenské místnosti stihnul stríhat výplně do polštářků.

Ve středu jsme ráno vyšli na zahrádku, kde pro nás vystoupili studenti ZUŠ z Velkého Meziříčí. Žáci ze tříd Mgr. Kateřiny Přívratské, Radovana Hajného, Bc. Jana Chatrného a Mgr. Víta Košíčka zahráli plno známých písní a melodií. Koncert se povedl, žáci hráli výborně a naše již tradiční mezigenerační setkání dopadlo na jedničku.

V pátek 9. června jsme šli znovu trénovat petang, abychom byli na soutěž v plné síle.

Nastal den turnaje, v úterý 13. června Krajský úřad Kraje Vysočina a Domov pro seniory Třebíč - Manž. Curieových p. o. uspořádaly seniorskou soutěž ve hře pétanque o putovní pohár. Turnaj se odehrával v nádherně prostorných zahradách Domova pro seniory Třebíč - Manž. Curieových a zúčastnilo se patnáct týmů po třech soutěžících. Počasí vyšlo tak akorát a pozitivní nálada pozvedala sportovního ducha všech našich hráčů, ale i soupeřů. Odpoledne uteklo jako voda a my se jen těšíme na odvedu v příštím roce. Naši senioři obsadili krásné druhé místo.

Středa 14. 6. patřila výpravě do hospůdky za sladkou odměnou.

Během dní od 15. června do 20., probíhala spousta drobnějších skupinkových terapií. Některá skupina četla knihu na pokračování,

další šila polštářky a sáčky, jiná motala vlnu do klubíček nebo připravovala meduňku k usušení na podzimní bylinkové čaje.

Ve středu 21. června na první letní den jsme se odpoledne vydali na Hliniště oplatit návštěvu obydlí klientů z Domova Kamélie a musíme říct, že to tam mají nádherné. Krásné domečky, lokalita a ty zahrady, zkrátka krásné, a to zcela zaslouženě. Už se těšíme na příště.

V pátek 23. června jsme oblékli růžovou, abychom uctili Mezinárodní den růžové barvy a hned na to v úterý 27. 6. den slunečních brýlí.

O den později ve středu 28. června na nás čekalo hudební vystoupení: S kytarou napříč žánry, které si pro nás připravil pan Stanislav Havelka se svou žačkou Ladou Buršíkovou. Představili nám pár písniček vlastní velmi originální tvorby a k tomu přidali i klasiku jako je třeba Bláznova ukolébavka. A byl to krásný zážitek!

Ve čtvrtek proběhlo oficiální ukončení kurzu „Nauky o planetě Zemi V“. Koordinaci Univerzity třetího věku vedla Bc. Šárka Venkrbcová a samotných přednášek o Zemi se ujal námi velmi oblíbený RNDr. Milan Kameník. Během zimního a letního semestru jsme procestovali napříč historií mnoho měst a států a poznali osobnosti, které je budovali. Zastavili jsme se ve Vídni, Íránu, Indii, Singapuru a třeba ještě v Indonésii a Lurdách. Společníky a průvodci nám byli například Walther von der Vogelweide, Evžen Savojský nebo Nebukadneser II. a Kýros Veliký. Nejen tyhle známé pány nám profesor Kameník dokázal "oživit", aby nám pověděli svůj příběh.

Počet našich pravidelně studujících obyvatel, kterým se povedlo absolvovat, dosáhl hodnoty dvanáct. Studium na Univerzitě třetího věku je krásným důkazem, že vzdělávat se a studovat, může každý. Dítě, mladiství, dospělí i senior. V září na nás čeká téma kurzu: Zdravý životní styl, přednášející lektorkou se stane RNDr. Jitka Macháčková.

Poslední červnový den v pátek 30. června, jsme mysleli hlavně na děti a jejich prázdniny. Proběhl také trénink paměti, plný hlavolamů, kvízů a postřehů ze světa. Zjistili jsme, že škola v nás přeci jen něco zanechala. No a najednou tu byl další měsíc - červenec.

FOTOGALERIE





ČERVENEC

Andělé a strážci

Červenec je období, kdy hlavní slovo přebírá znamení Raka. Rak je zanedlouho střídán lvem, přesto zanechává stopu citu, oddanosti a mírumilovnosti. Řekněte, pociťujete v tomto období výjimečnou vlnu sympatií nejen k celému světu?

1) Anděl Zechiel

Zechiel miluje štěstí a harmonii. Líbí se mu třpyt hvězd a Měsíce, proto je měsíčnímu záření zcela oddán. Zechiel spojuje srdce se stříbrnou energií Měsíce jen proto, aby v nás probudil štěstí.

Andělů je tolik, kolik je hvězd ve vesmíru. A určitě i mnohem víc, víc než všech hvězd a planet dohromady. Samozřejmostí je, že každý anděl miluje svit hvězd a sílu planet. Zechielovo poslání je, přinášet světlo hvězd lidem do duší. Zechiel ví, že síla hvězd na obloze je obrovská, i když se ze Země zdá malá. Snaží se v lidech otisknout jen to dobré, aby se na Zemi, právě oni, lidé zasáhnuti světlem Raka, stali posli dobra. Zechiel věří, že každá bytost má v sobě sílu, která oslní a přesvědčí i ty méně nakloněné.

Anděl Zechiel se ptá: Cítíš i ty moc Měsíce? Vnímáš, jak reaguje na tvoji duši? Cit Raka ti pomůže, stačí se napojit na jeho hluboké emoce.



2) Anděl Ardarel

Anděl Ardarel pracuje s ohněm a nechává se doprovázet posvátnými zlatými draky. Ardarel bojuje za ty, kteří se bojí, a přitom touží v nás probudit statečnost a sílu překonat lidské strachy.

Co je projevem statečnosti? Filmy dnešní doby doprovází spoustu superhrdinů, kteří jsou přímo zosobněním statečnosti. V životě má

však statečnost spoustu jiných podob. Hasič, který nese po havárce zraněného, lékařka, která operuje srdce, chlapec, co opět nasedne na kolo, na kterém se zranil. Stateční lidé, kteří se postaví žalu, obavám a nespravedlnosti, se nehodlají vzdát své laskavé povahy pomoci druhým, i když to není někdy pro jejich život snadné. Pro jednu osobu z tisíce je zasmát se v zapeklité situaci pouhým nesplnitelným statečným přáním.

Anděl Ardarel a jeho kamarádští draci se nás ptají: Vzpomínáš na své statečné malé i velké činy? Na které z nich vzpomínáš? Byl jsi na sebe pyšný? Rozesmál jsi někoho, i když ti nebylo do smíchu?



3) Anděl Shekinah

Anděl Shekinah je nádherný. Zahrnuje všechny svěřence pečující láskou a ujišťuje nás, že každá bytost je důležitá a má své místo ve vesmírné rodině. Připomíná všem na planetě, že každý jsme krásní.

Člověk se často domnívá, že není jedinečný a má zastupitelné místo ve vesmíru. Anděl Shekinah má jedno poslání, má člověka přesvědčit, že každý z nás je malým zázrakem stvoření, a tím mu patří i určené

důležité místo. Shekinah nám má připomenout, že se naše duše uchytlí kdekoli, stačí jen si najít správnou cestu, potěšit druhého.

Dobrý anděl Shekinah se nás ptá: Kdo je kolem Vás podceňován a vy byste mu přáli, aby ho svět začal brát s větším obdivem, respektem a vděkem? Pomozte mu a přejte mu, že si to zaslouží!



PRANOSTIKY

Prší-li na Panny Marie Navštívení, 40 dní dešti konce není.

Sv. Prokop koříněk podkop.

Prší-li na sv. Prokopa, promokne každý mandel i kopa.

Na sv. Cyrilla a Metoděje mnohý hospodář se směje.

Déšť o sv. Markytě trvá 14 dní a je sklizni sena nepříznivý.

Jakubského větru bojí se sedláci.

Svatá Anička dá nám chlebička.

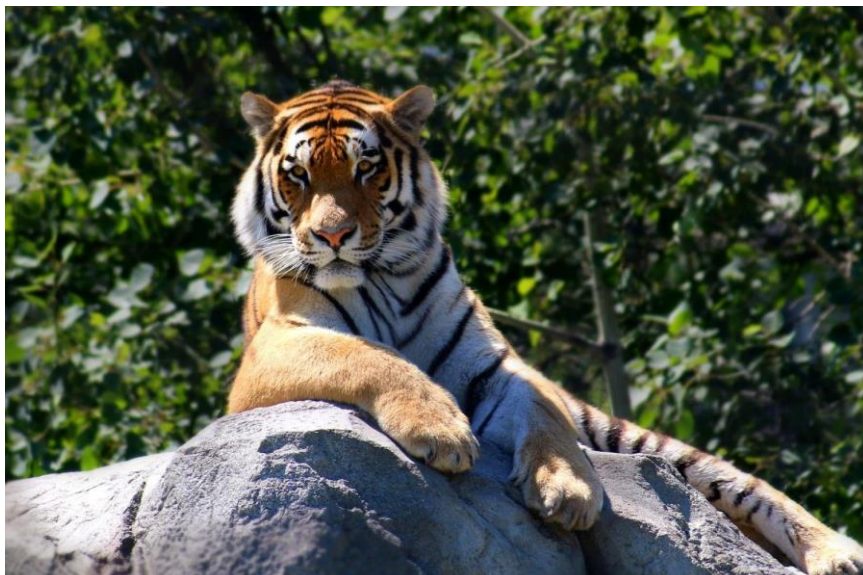
Když na sv. Annu prší, 40 dní po ní se voda vrší.

Zvětšují-li o sv. Anně mravenci své hromádky, bude tuhá zima.



MEZINÁRODNÍ DNY ČERVENCE

- 2. 7. - Světový den UFO
- 5. 7. - Mezinárodní den objetí zdarma
- 6. 7. - Světový den polibku
- 7. 7. - Světový den čokolády
- 9. 7. - Světový den veterinárních lékařů
- 10. 7. - Světový den správců počítačových sítí
- 11. 7. - Světový den populace
- 15. 7. - Den gumových medvídků
- 17. 7. - Světový den smajlíků
- 18. 7. - Mezinárodní den Nelsona Mandely
- 20. 7. - Den lízátek, Mezinárodní den šachu
- 28. 7. - Den mléčné čokolády, Světový den boje proti žloutence
- 29. 7. - Mezinárodní den tygrů
- 30. 7. - Mezinárodní den přátelství
- 1. sobota v červenci - Mezinárodní den družstev
- 2. neděle v červenci - Evropský den koupání v řekách



PŘÍBĚH PRO POTĚCHU DUŠE

Pavučinka života

Psal se šestý červenec roku 1973. Mohlo být okolo sedmé hodiny ráno, kdy se v jednom chlívku narodilo osm silných a jedno slabší statečné prasátko. Tohle menší a chudší selátko s jediným tmavým flíčkem na zádech dostalo jméno Sam. Sam nebyl nikdy nejsilnější a nejprůbojnější, ale nad sourozenci vyhrával se schopností mluvit. Sam nebyl obyčejné prasátko, ale přesto jako každé sele miloval valení se v loužích a konzumaci chutných dobrůtek.

Jednoho dne vešel do Samova chlívku řezník. Sedlákovi se totiž zdálo, že takové slabé prasátko je pro další chov zkrátka nepotřebné. Příchod řezníka na dvorek sledovala všechna zvířátka na statku, včetně pavoučice Šarloty. Šarlota byla postarší velmi spravedlivý pavouček, který jako součást farmy žil v kotcích přes 10 krásných let. Šarlotka věděla o všem, co se na statku šustne. Zvířátka se k ní nechovala moc hezky, říkala o ní, že je ošklivá, tak ani ona nevyhledávala jejich společnost.

Zvířátka pomalu ale jistě ztrácí naději, že Sama dokáží zachránit. Sam se smiřuje s osudem a v tom do hučícího chlívku přiběhne dceruška statkáře Rony. Je zvědavá, co se děje, když všechna zvířata jsou nepokojná a nechtějí jíst. Rony prasátko zachraňuje a domlouvá s tatínkem, že si prasátko nechá pro jeho výjimečnost. Rony se Samem tráví většinu času, mluví spolu, jí, dokonce leží v posteli a spí. Šarlota je



z chlívku pozoruje a usmívá se, že je Sam v bezpečí.

Rony končí po čase prázdniny a je nucena nechat Sama u příbuzných na venkovské farmě. Je ráda, že se má čile k světu, netuší však, že hravý a roztomilý Sam skončí o svátcích jako sváteční šunka.

Sam se stále víc bojí budoucnosti, kterou mu ještě výrazně znepřijemňuje cynický krysák Ted. Unavené a vyčerpané selátko si zaleze do rožku svého chlívka a schoulí se na slámu. V tom si všimne, že u stropu u stodoly je pavučinka a na ní schoulený drobný pavouček. Přátelský Sam hned s laskavou pavoučicí naváže řeč. Sam je se svým osudem smířený a Šarlotě svůj životní příběh vypráví, ale netuší, že ho pavoučice zná a chce mu pomoci. Po chvíli je selátko uchlácholeno a usne. Šarlot má obrovskou radost nikdy předtím neměla na statku kamaráda, pro ostatní byla vždy ošklivá. Až teď, až teď je konečně aspoň pro jedno prasátko krásná.

Přichází čas na moudrou Šarlot, která začíná spřádat svůj plán. Do velké pavučiny v jednom růžku Samova přístřešku vetká nápis *Skvělé prase*. Nápis vzbudí senzaci, která přitahuje spoustu zvědavců a novinářů. Nebezpečí je sice zažehnáno, ale jen na krátký čas. Šarlot žádá ostatní zvířata, aby ji poradila s dalším nápisem. Zvířata odhlasují slovo *Úchvatné*. Šarlot pracuje opět celou noc.

Sice také vyvolá u publika nadšení, ale už ne tak velké. Je jisté, že pokud má být Sam zachráněn, je potřeba přijít s něčím úplně novým, co odrovná všechny návštěvníky a podpoří Samův život.

Rony se zapojí a začíná realizovat další akci. Podstrčí farmáři leták, který ho zve na soutěž farem o nejlepší hospodářské zvíře a lákovou

cenu. Farmář se nechá přesvědčit a přihlásí Sama do soutěže. Zvířátka jsou přesvědčena, že soutěž vyhraje, ale Šarlot vyslechne





rozhovor statkáře, a rozhodne se i přes svůj špatný zdravotní stav doprovodit Sama na soutěž, aby utkala své poslední slovíčko. Šarlota, Ted a Rony Sama doprovází. Aniž by to Sam věděl, ostatní hledají poslední vhodné

slovo, které by mu pomohlo vyhrát nejen soutěž, ale i jeho život.

Pomalu ztrácí naději celý záchranný tým. Věci se nechávají plynout tak, jak jsou. Všichni jdou na kutě, opět kromě Šarloty, která nechce Sama nechat jeho osudu, a přes celou noc pracuje do vyčerpání sil.

Po rozednění obcházela hodnotící komise. Porozhlédli se po celém areálu a zase vešli do budovy, zpracovat výsledky soutěže. U zvířátek, která se účastnila soutěže, byla hodnocena spousta kritérií. Jak jsou vytrvalá, inteligentní, originální, laskavá a jak se patří vypasená.

Najednou k Samovi do kotce vpadl farmář s medailí a nasadil mu medaili na krk. Sam sice tušil o co jde, ale stále tomu nedokázal uvěřit. Až najednou sedlák popadl dech a s pyšným tónem hlasu povídá: „Já to věděl, ty jsi můj šampion, právě jsme vyhráli první místo a tady je tvá odměna. Už se nemusíš strachovat o svůj život!“

Nahoře na jednom z trámů se akorát Šarlotka usadila po vyčerpávající práci. Byla hrozně unavená, neměla už žádnou sílu někam se hnout, natož ještě něco podniknout nebo jen slézt dolů, aby se společně se Samem a Tedem zase dostala domů na statek. Ted všechno pozoroval z podlahy a hned začal šplhat nahoru. Šarlota opravdu umírala. Z posledních sil Tedovi poděkovala za pomoc a vydechla naposledy. Ted si



všimnul, že za jejími zády pod hromadou pavučin je obal s Šarlotinými vajíčky. Sam byl moc smutný, Šarlotu měl moc rád a věděl, že ona zase jeho. Proto hned nevěděl, jak se má chovat, byl v šoku. Z dálky slyšel známý hlas motoru auta, které ho má převézt domů. Nařídil Tedovi, který truchlil nad tělem kamarádky pavoučice, aby váček s vajíčky Samovi hodil dolů. Ted tak vykonal, Sam vzal váček ho tlamičky a nastoupili oba do přepravky, připraveni na cestu domů. Selátko se při odjezdu otočilo a začalo plakat. Nad stájí byl nápis *Skromné prasátko*, který tam vetkala za noc Šarlotka a který mu získal první místo. Prasátko vyhrálo soutěž, ale stálo to život jeho nejlepší přítelkyni. Celou cestu domů smutně provzdychal. Vůbec nevěděl, co si myslet ani jak dál žít. Domů jeli dlouho Sam ani Ted nic neříkali. Když přijeli konečně domů, jejich návrat sledovala zvířata ranče. Ovce, koně, krávy, husy a další. Sam nic nemusel říkat, ostatním bylo vše jasné. Položil ukrytý váček na zem a společně vzhledli do vrcholů vrat od stodoly, kde ještě zůstaly zbytky pavoučích vláken z porouchaných pavučin utkaných Šarlotou. Všem se stískalo, zvířátka se smutkem v očích sklonila hlavy k podlaze. Zvířata se kolem váčku střídala a hlídala jej, aby mohla spatřit děti Šarlot.

Bylo jaro, a váček se začal hýbat. Najednou prasknul a postupně vylezlo 514 malých pavoučků. Pavoučci hned odletěli, ale se Samem v chlívku 3 zůstali. Chtěli zůstat tam, kde žila jejich matka, u přítele. Sam prvnímu řekl, že by jeho matka měla radost. Tak první pavouček dostal jméno Radost. Druhý chtěl znát druhé písmenko jména matky. Pojmenoval se Aranea. Třetí chtěl, aby mu jméno dal Sam. Prasátko se zamyslelo a řeklo: „Kráska, tak jako tvá maminka. Už se těším, až vám o ní budu vyprávět.“ Od té doby panoval ve stáji klid, nikdo se neurážel, všichni se respektovali, měli se rádi a společně se smáli.

ZE SVĚTA ZAJÍMAVOSTÍ

10 míst, kam vycestovat za dobrodružstvím

Je tu červenec a léto, čas jako stvořený pro cestování. Další článek přináší deset fascinujících faktů z celého světa, která inspirují našeho vnitřního dobrodruha.

1. Mongolsko – země s nejnižší hustotou zalidnění

Počet koní v Mongolsku převyšuje počet obyvatel země.

Mongolsko je velký vnitrozemský stát, který na severu hraničí s Ruskem a na jihu s Čínou. Přestože se rozlohou nejedná o největší zemi, může tento dojem vzhledem k nejnižší hustotě zalidnění na světě budit, protože v některých regionech je možné celé dny vůbec nikoho nepotkat. Hory, rozlehlé náhorní plošiny, travnaté pláně a pouštní stepi či rozmanitá a neobyčejná krajina dělají z této země destinaci snů.



2. Granada, Španělsko – evropské hlavní město jeskyní

Takto lidé žili již v 15. století.

V jeskyních Sacromonte a Guadix v Granadě žijí lidé jeskynním stylem života, který ve Španělsku vznikl v 15. století. Mezi skalními útvary se nachází 2 000 podzemních domů, které jsou diskrétně vytesané do kamene. V

minulosti byly tyto jeskyně útočištěm pro ty, kdo prchali před náboženským a rasovým pronásledováním. Dnes poskytují obyvatelům místo, kde mohou dál žít spojeni se zemí, jako tomu bylo před staletími.



3. Ojmjakon, Rusko – nejchladnější obydlené místo na planetě

Ve vesnici Ojmjakon zmrzne i alkohol.

Vesnice Ojmjakon, alias Pól chladu, se nachází v republice Sacha na severovýchodě Ruska. Teploty zde klesají až k -70°C . Při takovéto zimě zamrzá dokonce i alkohol. V této zdánlivě neobyvatelné vesnici s minimem moderního vybavení žije 500 Sibiřanů, kteří se věnují tradičními povoláním, jako jsou lov, rybaření a chov sobů. Ojmjakon začíná také pomalu lákat turisty, kteří se nebojí drsných podmínek.



4. Čína - replika Paříže

Nachází se zde druhá největší kopie Eiffelovy věže na světě.

Předměstí Chang-čou v Číně se přezdívá „malá Paříž“.

Tato luxusní čtvrť je

architektonickým a inženýrským počinem, najdete zde dokonce repliku Eiffelovy věže (a přestože je třikrát menší než originál, je stále druhou největší kopií této slavné stavby na světě, hned po té v hotelu Paris Las Vegas v USA) , Vítězný oblouk, bulvár Champs-Élysées, fontánu z Lucemburské zahrady a téměř dokonalé repliky bulvárů francouzského hlavního města s typickými krémově zbarvenými budovami v neoklasicistním stylu.



5. Bahamy - největší podvodní socha na světě

Potopte se a prohlédněte si ji zblízka.

Ostrov New Providence je omýván křišťálově čistými vodami, ale skrývá se tu také další poklad. Na dně oceánu se nachází socha Ocean Atlas, která je díky své výšce 5,5 m a váze 60 tun největší podvodní sochou na světě. Vytvořil ji umělec Jason deCaires Taylor, který se specializuje na podvodní sochy, jež přitahují rozmanitý mořský život do pustých částí mořského dna.



6. Galešnjak, Chorvatsko – ostrov v dokonalém tvaru srdce

Ideální destinace pro nezapomenutelnou romantickou dovolenou.

Ačkoli na světě existuje několik ostrovů ve tvaru srdce, tvar

ostrova Galešnjak v Chorvatsku byl mezi všemi označen jako ten nejdokonalejší. Dříve býval neobydlený, nyní je přetvářen v destinaci pro nezapomenutelnou romantickou dovolenou, kde se budou konat svatby a líbánky.



7. Dánsko – nejčistší země na světě

V Dánsku je odpovědný přístup k životnímu prostředí součástí každodenního života.

Šarm, kultura a káva – Dánsko má opravdu hodně co nabídnout. A nyní se země také stala tak trochu světovým průkopníkem v oblasti životního prostředí, protože byla v indexu environmentálního výkonu (EPI) pro rok 2021 označena za nejčistší zemi světa. V Dánsku je odpovědný přístup k životnímu prostředí součástí každodenního života, což se například odráží i na moderně pojaté stavbě CopenHill. Ta totiž slouží nejenom jako spalovna, která přetváří městský odpad na teplo a energii, ale na její střeše se nachází také umělá sjezdovka.

Po celý rok si zde rodiny i profesionálové mohou užít adrenalinový sjezd.



8. Turecko – vesnice používající „ptačí jazyk“ v každodenním životě

Ptačí jazyk je od roku 2017 na seznamu nemotného kulturního dědictví UNESCO.

V turecké vesnici Kuşköy se používá vzácný jazyk na bázi pískání známý jako „ptačí jazyk“.

Nenechte se ale zmást,



navzdory jeho označení se jazyk nepoužívá ke komunikaci s ptactvem, nýbrž s vesničany rozptýlenými ve strmém horském terénu Kuşköy. Sdělení mohou být stejně komplikovaná jako v jakémkoli jiném jazyce a jeho vysoké tóny jsou důmyslným způsobem komunikace na velké vzdálenosti. Tento zvyk je starý několik set let a v roce 2017 byl přidán na seznam nemotného kulturního dědictví UNESCO. Tak třeba jednou budeme mít štěstí a uslyšíme zvuk pískání nad korunami stromů.

9. New York – Central Park jako nejžádanější filmová lokalita na světě

Film Romeo a Julie z roku 1908 byl prvním filmem natáčeným v Central Parku.

Central Park je oázou klidu na rušném Manhattanu, který park obklopuje. Jedná se o první veřejný park ve Spojených státech a

najdete zde velké travnaté plochy, památky, sochy, nesčetně mostů, stěhovavých ptáků, a dokonce i zoologickou zahradu – což filmovým produkcím nabízí nekonečné možnosti pro všechny druhy filmových scén.



10. Lichtenštejnsko – země, kterou lze projít za jeden den

Hranice země se táhnou pouze 25 km od severu k jihu a 4 km od východu na západ.

Pokud vám někdy víkendový výlet na prozkoumání nového města přišel jako lákavá výzva, zkuste projít celou zemi za pár hodin. Malá, ale krásná země Lichtenštejnsko se táhne jen 25 km od severu k jihu a 4 km od východu na západ. Ať už se vydáte kterýmkoli směrem, můžete dojít z jednoho konce země na druhý za pár hodin. Země se ale nachází v samém srdci Alp, takže se připravte na strmé stoupání.



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**:

Jana Pipová



Mohu Vás poprosit o krátké představení se našim čtenářům?

Jmenuji se Jana Pipová a je mi 40 let. Narodila jsem se v Brně, kde jsem vystudovala střední zdravotnickou školu, obor všeobecná sestra. Ve 24 letech jsem se odstěhovala za svým budoucím manželem do Vel. Meziříčí. Bydlím v rodinném domě s manželem, tchýní a dvěma dětmi – Tomíkem (12) a Honzíkem (8). Po studiu na SZŠ jsem pracovala v Brně v soukromé zubní ambulanci. Po odstěhování do VM jsem pracovala na poliklinice Dům zdraví v ambulancích. Od dubna 2022 pracuji zde v domově.

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

O domově jsem věděla pouze to, že se ve VM nachází. Jinak v mé praxi byla péče o seniory novinka.

Co se Vám na práci v domově líbí?

Líbí se mi, že práce v domově je pestrá. Nikdy nevím, když ráno přijdu, co mě všechno čeká.

Co ráda děláte ve volném čase?

Ráda chodím do kina, na výlety do přírody, ráda si zajdu do restaurace na dobré jídlo.

Na jaké místo byste se ráda podívala a proč?

Vždy mě ve škole hodně bavila historie., a proto bych si chtěla zkusit prožít aspoň jeden den v době za První republiky. Líbí se mi, jak lidé chodili oblečení a jak se k sobě uměli chovat.

Jak by vypadal Váš ideální den?

Moje přestava ideálního dne je jednoduchá. Zajít si do wellness na dobré jídlo a celý den odpočívat.

Co byste si nejvíce přála?

Přála bych si, z mých dětí vyrostli slušní a dobří lidé, kteří dokáží pomoci druhým – zatím takoví jsou.

KVÍZ:

Nejoblíbenější jídlo – vepřo - knedlo - zelo

Nejoblíbenější barva – červená

Nejoblíbenější roční období – léto

Nejhezčí dovolená – Řecko - Ostrov Korfu

Nejoblíbenější květina – růže, ikdyž brzo uvadá ráda si ji dám do vázy

Nejoblíbenější film – Vzkaz v lahvi a všechny ostatní romantické filmy (vždy si u nich pobřečím)

Nejoblíbenější místo v domově – terapeutická zahrada v létě, když je venku sychravo, tak se mi líbí vestibul kolem recepce

VTIPY



Pepíčku, jak bys dokázal, že je Země kulatá?
Nijak paní učitelko, já to nikdy netvrdil.



Když ti dojde, že Tom a Jerry na pláži nosí plavky, ale jinak chodí pořád nazí

Majitelé koček to holt už tak mají.



Přesně ta samá moje máma, kterou když vezu autem rychleji než 55 km/h, vřeští, ať zpomalím, nebo ji zabiju

Šéf v práci: Co to děláš při práci nemůžeš pít.
Já: Neboj já nepracuju...

„Kláro, vezmi si ten kousek dortu.“
„Dík Pavle, ale nechci.“
„Prosím tě, dej si ten dort.“
„Ale já sladké nesmím. Přibrala bych.“
„Prosím tě.“
„Opravdu nechci.“
„Vezmi si ten dost, káčo jedna.
Je v něm prsten.
Chci tě požádat o ruku!“

Dotankoval.



Ked' ste sa rozhodli ísť na prechádzku, aby ste niečo urobili pre svoje zdravie



Z KUCHYNĚ

Tvaroh



Každá lžička tvarohu je plná vápníku, bílkovin a ryzího zdraví. Tvaroh zasytí, je snadno stravitelný, vyplatí se i přírodním léčitelům a zastoupí v určitých směrech i kosmetiku.

Odlišnost tvarohů

Z nutričního hlediska je tvaroh, po mase, nejbohatším zdrojem bílkovin. 100 g tvarohu obsahuje až 13 g bílkovin. Tvrdý tvaroh obsahuje dokonce 25 g bílkovin.

Tvaroh existuje odtučněný, polotučný nebo plnotučný. Plnotučné produkty jsou ale častěji ignorovány právě proto, že jsou plnotučné. Naopak preferujeme produkty s názvy light, linie, odtučněný apod. Věděli jste, že plnotučný tvaroh obsahuje tolik tuku, co Lučina linie?

S mléčnými výrobky je někdy situace složitější v tom, že se množství tuku neuvádí jen v přehledné tabulce na 100 g, ale jako množství tuku v sušině. Plnotučného tvaroh obsahuje 40 % tuku v sušině a obsah sušiny je 25 %. Tento údaj však znamená, že ve 100 g tvarohu je 75 g vody a zbývajících 25 g je sušina (tj. živiny, vitamíny, minerální látky). Takže ve 100 g tvarohu se nachází 10 g tuku.

Výrobek	obsah sušiny v %	% tuku v sušině	obsah tuku (g) ve 100 g výrobku	kJ ve 100 g výrobku
Tvaroh odtučněný	25	2	0,5	280
Tvaroh polotučný	25	14	3,5	400
Tvaroh plnotučný	25	40	10	600
Lučina linie			10	660
Lučina			26	1130
Cottage	22	20	5	450
Eidam 20 % t. v suš.	50	20	10	950
Eidam 30 % t. v suš.	50	30	15	1100
Sedlčanský Hermelín	46	54	25	1250

Co tvaroh dokáže?

Tvaroh neslouží jen v kuchyni, využití pro něj najdete i jinde. Poradí si s četnými neduhy a problémy.

- Tvarohová maska se postará o pleť, když se do ní přidá ještě trošku medu, pleť bude krásně hebká, lesklá a bez chybičky.
- Zábál z tvarohu přes noc dokáže „vyháhnout“ bolest uší.
- Tvarohový obklad ulevuje od bolesti v krku.
- Pomáhá velmi rychle na suché rozpraskané paty.
- Snižuje následky úpalu a poradí si i se spáleninami od slunce.
- Uvolňuje napětí.
- Posiluje imunitu.
- Vytahuje horkost z oparů a tlumí jejich svědění.
- Léčí drobné jizvy a stopy po akné.



Tvaroh v kuchyni

S tvarohem v kuchyni můžeme i kouzlit. Málokterá potravina má tak široké použití a výhodou je i jeho nízká cena.

Tvaroh se hodí pro přípravu sladkých, slaných, teplých i studených pokrmů.

Pomazánky

Tvaroh smícháme nebo vyšleháme s chutí, která je vám nejbližší:

- | | |
|------------------------------|-------------------------|
| • Rajče a bazalka | • tuňák |
| • Česnek a bylinky | • vejce |
| • Jarní cibulka nebo pažitka | • ředkvičky |
| • Cibule a paprikové koření | • okurka, kopr a česnek |



Pečené brambory s tvarohem

Brambory oloupeme nebo pořádně jen pořádně umyjeme, pokud máte rádi. Dále je nakrájíme na plátky či čtvrtky a naskládáme na plech. Osolíme, příp. přidáme česnek a oblíbené bylinky. Brambory pečeme do měkka v troubě při 200 °C. Ideální je vyložit plech pečícím papírem, který lehce potřeme tukem. Vyšleháme tvaroh se solí, příp. česnekem, jarní cibulkou apod. a konzumujte opečené brambory spolu s tvarohem.

Pečené brambory mají vyšší glykemický index než vařené. Pokud byste tedy chtěli zdravější variantu, uvařte si brambory ve slupce.

Autor: nutriční terapeutka Terezie Hlouchová, DiS.

HLAVOLAM

Sklenka whisky



Policejní vyšetřovatel je postaven k zapeklitému případu. V noci byl v hotelovém baru otrávený muž. Jedl byl podle stop v jeho sklenici s whiskey.

Podle svědků přišli do baru dva přátelé a oba si objednali whiskey s ledem. Barman před ně postavil čisté skleničky a do obou nalil ze stejné lahve nápoj.

Muži si připili. Jeden z nich vypil svůj drink a objednal si další. Ten dostal (opět ze stejné lahve) a opět jej vypil. Druhý muž popíjel stále svůj první drink, zatímco přítel si objednal třetí skleničku a opět ji ihned vypil. Stejně jako v předchozích případech dostal čistou skleničku a barman nalil ze stejné lahve, která stála celou dobu na baru a bylo na ni dobře vidět. Když druhý muž dopil svůj první drink, skácel se bezmocně k zemi, kde po chvíli zemřel. Muž, který ovšem vypil sklenky tři, byl zcela v pořádku.

Co se tedy stalo?



Řešení:

Otrávený byl led. Zatímco první z mužů vypil své tři drinky prakticky hned, co je barman nalil, druhý si svou sklenku vychutnával, což se mu stalo osudným. Led měl dost času na to, aby se rozpustil a uvolnil do nápoje jed.

SEZNAM ZDROJŮ

Červen: Kalendář Andělé 2022

Pranostiky: <https://www.bejvavalo.cz/clanek/zapomenute-lidove-pranostiky-na-cervenec/>

Vtipy: www.fungate.cz, https://www.facebook.com/halina.bananova/?locale=cs_CZ, <https://www.tycico.cz/>,
<https://www.loupak.fun/vtipy/>, <https://emefka.sk/>

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

Kvíz: <https://mozkolam.cz/slovni-hlavolamy/co-se-stalo/sklenka-whiskey/>

Ze světa zajímavostí: https://www.booking.com/articles/10-curious-facts-from-places-around-the-world.cs.html?fbclid=IwAR2WEwuhCBgRq6J6lmaUyW0mIHrtW7H0GMj12STDk44UezH3U96sHlo4p_g

Z kuchyně: <https://www.stobklub.cz/clanek/tvaroh-a-jeho-pozitiva/>; <https://babinet.cz/clanek-27395-co-vsechno-dokaze-tvaroh-jeho-ucinky-a-vyuziti-vas-prekvapi.html>

Příběhy pro potěchu duše: <https://www.fdb.cz/film/sarlotina-pavucinka-charlotte-s-web/43045>

Mezinárodní dny: <https://www.darkoviny.cz/vyznamne-a-vtipne-mezinarodni-dny>