Leden 2012

# naše noviny plné zajímavostí



**Domov pro seniory Velké Meziříčí**

*příspěvková organizace*

**Zd. Vorlové 2160**

**594 01 Velké Meziříčí**

**tel. 561 201 570**

**www. domovvelkemezirici.cz**

# Obsah

[Obsah 2](#_Toc312760091)

[BLAHOPŘÁNÍ 3](#_Toc312760092)

[Ze života domova 4](#_Toc312760093)

[Stálá NABÍDKA měsíce 5](#_Toc312760094)

[Horoskop 6](#_Toc312760095)

[Kalendář leden 2012 8](#_Toc312760096)

[Co jsme dělali… 9](#_Toc312760097)

[Toulky Vysočinou 13](#_Toc312760098)

[Cestování: boubín 16](#_Toc312760099)

[Osobnost: Jakub Pustina 19](#_Toc312760100)

[Zdravotnické okénko 22](#_Toc312760101)

[Bylinkový receptář 23](#_Toc312760102)

[Vinšujeme Vám štěstí, zdraví, dlouhá léta 26](#_Toc312760103)

[Význam jmen 28](#_Toc312760104)

[Něco pro zasmání 29](#_Toc312760105)

[Cvičíme si paměť 29](#_Toc312760106)

[Co říct a co ne? 30](#_Toc312760107)

[Osmisměrka 31](#_Toc312760108)

# 

# BLAHOPŘÁNÍ

*Jurková Anežka*

*Křížová Miloslava*

*Dobrovolná Jarmila*

*Baráková Pavla*

*Brabec Karel*

***Všem oslavencům přejeme k jejich narozeninám hodně štěstí, zdraví a spokojenosti do dalších let***

***Klienti a zaměstnanci DS***

***PE02622_***

# Ze života domova

***V měsíci prosinci jsme přivítali v našem domově tyto nové klienty:***

*Pokorná Marie z Měřína 1. 12. 2011*

*Velebová Božena z Velké Bíteše 1. 12. 2011*

***V měsíci prosinci odešli z našich řad:***

*p. Doležal Ladislav 24. 12.2011*

*p. Pokorná Marie 29. 12. 2011*

***EN00349_***

# Stálá NABÍDKA měsíce

* ***KERAMIKA***
* *v pondělí od 9,30 v pracovní dílně na podlaží II. A*
* ***BUFET***
* *bude otevřen každý den mezi 13,00 a 14,00 hod v jídelně pro klienty i pro zaměstnance*
* ***PŮJČOVÁNÍ KNIH*** *v nové knihovně na III. podlaží*
* *po dohodě se sociálními asistentkami*
* *v úterý a ve středu 9:30 - 11 hodin*
* ***NÁKUPY***
* *pro klienty budou 1x měsíčně*
* *vždy další den po výplatě důchodů*
* ***OSLAVY NAROZENIN***
* *budou připraveny čtvrtletně*

# C:\Documents and Settings\recepce\Local Settings\Temporary Internet Files\Content.IE5\2R01SORP\MC900238417[1].wmfHoroskop

## Kozoroh 22.12. – 20.01.

Čas vašich narozenin bude dynamický a může vás přimět k tomu, abyste se lépe podívali na kvalitu vztahů, které udržujete. Ti z vás, kteří mají ve vztahu obtíže, by mohl tento rok probudit k akci, která by vám měla uvolnit ruce a vnést klid do duše. Najít pravou míru však nebude jednoduché. Ovšem za pokus to rozhodně stojí, neboť březen vnese do vašeho života více jemnosti a něhy. Uvolní se napětí a posílí pocit sounáležitosti a vzájemné péče. Pro nezadané bude letošní rok výzvou, aby odložili přísnost, pravidla a hlavně předsudky, které si do potenciálního vztahu promítají.

Od dubna začne zajímavé období pro Kozorohy narozené mezi 22. a 31. prosince. Nebojte se rozruchu a nebraňte se dočasné nejistotě. To, co se s vámi letos bude dít, je velmi důležité pro nalezení vaší svérázné cesty. A to jak v osobním, tak profesním životě. Pro podnikavé Kozorohy by bylo dobré, kdyby se otevřeli alternativám, které dosud měli za bláznivé či neziskové. Riskování se vám vyplatí. Konec května, první polovina června, konec srpna a první polovina září budou pro Kozorohy časem lásky. Po finanční stránce nepřeceňujte své potřeby. Letošní rok přinese lepší peníze, ale žádné horentní sumy vám do klína nespadnou. Podzim urovná propady na osobním účtu a na Vánoce budete mít tentokrát dostatek peněz. (Zdroj:Horoskop, Zemědělský kalendář 2012, Vydavatelství ZK)

## Lidové pranostiky a pravidla

Jsou-li v lednu na cestách tlusté ledy, podaří se výborně zelí.

Leden ve dne svítí, v noci pálí (ve dne jas, v noci mráz).

V lednu voda, velká škoda.

Je-li leden suchý a studený, bude únor sněhový.

Není-li konec ledna studený, únor si to vynahradí.

Lednové mlhy věští mokré jaro.

V lednu mnoho deště a sněhu, bolí stromy, údolí i hory.

V lednu mráz těší nás.

Lednové deště neúrodu hlásají.

V lednu prší a méně sněží, z polí a zahrad málo se těší. (Zdroj:Horoskop, Zemědělský kalendář 2012, Vydavatelství ZK)

## Práce v lednu na zahradě

Řez a průklest ovocných stromů. Odstranění staré borky. Zimní postřik ovocných stromů. Stříhání živých plotů. Vápnění podle potřeby.

Zemědělci vítají mrazivý leden, nikoli teplý a deštivý. Teplé počasí v lednu má obvykle za následek prodloužení zimy a opožděný příchod jara. Podle pranostik na vánoční oteplení navazuje novoroční zima. Koncem ledna se často oteplí, což se v lidových pranostikách objevuje jako hromniční obleva. (Zdroj:Horoskop, Zemědělský kalendář 2012, Vydavatelství ZK)

## Památné dny ledna

06.01.1412 se narodila sv. Jana (Johanka) z Arku (Panna orleánská), francouzská hrdinka (600 let)

19.01.1942 se narodil Josef Hrdlička, pomocný biskup olomoucký (70. narozeniny)

20.01.1612 zemřel císař Rudolf II., český král v letech 1576 až 1611 (400 let)

21.01.1862 zemřela Božena Němcová, česká spisovatelka (150 let)

23.01.1937 zemřel Josef Pekař, významný český historik (75 let)

24.01.1927 se narodil Karel Vysloužil, český básník, vydavatel „nejmenšího časopisu na světě“ Pasínek (85. narozeniny)

28.01.1937 se narodil Karel Čáslavský, český filmový historik (75. narozeniny)

31.01.1962 zemřel Vlasta Burian, český filmový a divadelní komik (50 let) (Zdroj: Cyrilometodějský kalendář 2012, autor Josef Pala)

## 2012 Evropský rok Aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity

Rok 2012 byl vyhlášen Evropským rokem Aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity. Hlavním cílem tohoto roku je podpořit budování takového prostředí v Evropě, které umožní rozvoj aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity.

Kraj Vysočina, se v této souvislosti operativně zapojil do přípravy Evropského roku aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity a stal se jeho národním koordinátorem. Slavnostní zahájení Evropského roku aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity na Vysočině se uskuteční 26. ledna 2012, kdy se v sídle Krajského úřadu Kraje Vysočina uskuteční konference věnovaná aktivnímu stárnutí na Vysočině a mezigenerační solidaritě.([www.kr-vysocina.cz](http://www.kr-vysocina.cz), Evropský rok aktivního stárnutí, Jan Nechvátal)

# Kalendář leden 2012H:\Obrázky\ControlCenter3\Scan\kalendář leden.jpg

(Zdroj:Horoskop, Zemědělský kalendář 2012, Vydavatelství ZK)

# Co jsme dělali…

* **1. prosince** v 9:30 se na universitě konala zajímavá beseda na téma Bezpečnost chodců na pozemních komunikacích. Pro účastníky měla paní Vojtová z oddělení BESIP dáreček v podobě reflexních pásků a informačních materiálů. Besedy se také zúčastnila paní Mgr. Martincová z Krajského ředitelství policie kraje Vysočina.
* **5. prosince** se domovem rozléhalo řinčení řetězů a čertovské hudrování. Navštívili nás čerti s Mikulášem a anděly z denního stacionáře Nesa. Pro obyvatele měli připraveny vlastnoručně vyrobené perníčky. Bylo to příjemné dopoledne plné úsměvů a slova díků.
* **7. prosince** si bohatý program připravili studenti Hotelové školy Světlé. Kluci předvedli ukázku sebeobrany, děvčata břišní tance a moderní street dance. Společně nám pak zahráli pohádku o Budulínkovi a zazpívali novodobé vánoční písničky. Na závěr nás čekala sladká tečka v podobě perníků, které studenti upekli.
* **8. prosince** se uskutečnili tradiční Barevné Vánoce v sídle Kraje Vysočina. Tuto akci jsme podpořili výrobky našich klientů.
* **9. prosince** se konal již druhý koncert **Andrejky Vaňkové.** Společně s ní jsme si zazpívali tradiční koledy.
* **12. prosince** v 17:00 hodin rozezněl náš domov baryton světoznámého operního zpěváka Jakuba Pustiny. Společně s dětským souborem Žďáráček nám zazpíval známé operní skladby a vánoční koledy.
* **13. prosince** proběhlo **vánoční tvoření** s dětmi ze ZŠ Bory. Děti s našimi obyvateli vyráběly vánoční svícínky. Toto tvořivé dopoledne zakončily milou besídkou.
* **13.-15. prosince** se v Jupiter clubu uskutečnila **Vánoční výstava**, na které byly k vidění i výrobky našich klientů.
* **15. prosince** k nám přišla s dětmi i paní Kutilová. Děti nám nazpívaly vánoční koledy a zahrály vánoční divadlo o zrození Ježíška.
* **16. prosince** v 16:00 se v jídelně konala **Vánoční besídka rodičů s dětmi** pod vedením manželů Kameníkových.
* **20. prosince** v 10:00 vystoupily děti z **MŠ Mírová** a zpříjemnily nám atmosféru Vánoční besídkou. Popřály nám pěkné Vánoce a obyvatele podarovaly vánočními přáníčky.
* **21. prosince** přišly za námi se svým programem **děti z DDM.** Program byl pestrý, viděli jsme břišní tance, poslechli jsme si vánoční koledy na flétnu i kytaru a děti z dramatického kroužku nám zarecitovaly vánoční koledy. Nakonec nás obdarovaly zvonečkem pro štěstí.
* **23. prosince** v 10:00 hod. bylo v jídelně společné **vánoční posezení** zaměstnanců a klientů. Proběhla i ochutnávka vánočního cukroví, které zaměstnanci napekli a ke zpříjemnění atmosféry nám zahráli Ondřej Chalupa a Andrea Vaňková

**Nabídka na leden**

1. Ve čtvrtek 5. ledna oslavíme narozeniny klientů, narozených v měsíci říjnu, listopadu a prosinci. Oslava začne ve 13:00 hodin na jídelně.
2. Pravděpodobně 13. ledna se uskuteční besídka ZŠ Pavlov. Termín bude ještě upřesněn.
3. V druhé polovině ledna proběhne Trénování paměti s klienty Domova s pečovatelskou službou. Termín bude ještě upřesněn.

**Dopolední programy**

**9,15 – 11,15**

Pondělí: pracovní činnosti/vaření, pečení, práce s keramickou hlínou/

Úterý: výtvarné činnosti

Středa: trénování paměti

Čtvrtek: společenské hry, předčítání

Pátek: relaxační aromaterapie, sledování dokum. pořadů, mše svatá

**Prosba o nábytek a doplňky do kavárničky na III. podlaží**

Prosíme zaměstnance, klienty a rodinné příslušníky, zda by mohli domovu darovat inventář v městském retro stylu (tzn. z 50 let a starší):

* dřevěné židle bez čalounění,
* menší dřevěný jídelní stůl,
* šicí stroj nebo stolek od stroje,
* dřevěná sedačka k piánu (štokrle),
* dřevěný věšák,
* háčkované nebo pletené záclony,
* háčkovaný nebo pletený větší ubrus.

Bližší informace na recepci nebo u paní Ludmily Vidlákové. Děkujeme.

Vánoční vystoupení studentů Hotelové školy Světlé.

Tvořivé dopoledne se ZŠ Bory

Vánoční besídka MŠ Mírová

 Vánoční posezení klientů a zaměstnanců

# Toulky Vysočinou

**Tasov**

[](http://www.tasov-tr.cz/VismoOnline_ActionScripts/Image.aspx?id_org=16510&id_obrazky=2040&datum=22.2.2008+10:55:57)Tasov leží asi 3 km od dálnice D1 mezi Velkou Bíteší a Velkým Meziříčím (exit 153 Lhotka-Tasov). Nadmořská výška je 410 m. n. m. Nejvyšší bod leží u katastrální hranice s Lhotkou u vrchu Na Komárovech – 530 m, nejnižší bod je u řeky Oslavy u katastrální hranice s Vančí – 376 m.

Milovníky přírody a turistiky jistě zaujme malebné skalnaté údolí řeky Oslavy a bludné balvany v okolí obce. Obcí prochází modrá turistická cesta z Třebíče a Budišova do Ořechova a začíná zelená turistická značka z Panského mlýna do Vanče, Náměště nad Oslavou, Oslavan a Ivančic. Tasovem také prochází cyklotrasy mikroregionů Horácko a Náměšťsko. V současné době se dokončuje cyklotrasa “Mlynářská stezka”

**Historie**

První písemná zmínka o Tasově je z roku 1233, kdy se vlastníkem Tasova stává Záviš z Tasova. Tasov se v nejstarších dobách rychle rozvíjel a stal se střediskem tasovského panství s odpovídající výstavbou zvláště církevního rázu. Stal se sídlem děkanátu, k němuž náležely fary v Dolních Borech, Mostišti, Zhoři, Vicenicích, Náměšti, Březníku, Kralicích, Hartvikovicích, Koněšíně, Zvoli, Novém Veselí, Svratce, Radostíně.

Tasov se stal majetkem mnoha vlastníků. Roku 1482 Svobodný dvůr v Tasově získávají Rohovští. Rod Rohovských je nejstarším selským rodem v Tasově a tento dvůr vlastnil až do 50. let 20. století, kdy v době kolektivizace v zemědělství byl statek združstevněn a Rohovští z obce násilím vystěhováni. V roce 1990 byli Rohovští rehabilitováni a od roku 1995 statek přešel do vlastnictví Iva Rohovského, žijícího v současné době v Měříně.

1730 byla dokončení přestavby kostela sv. Petra a Pavla. V 1. polovině 19. století přišlo nařízení úřadů o zřízení nemocnice, což se uskutečnilo až r. 1929. O rok později byl dokončen obecní dům a předán do užívání. Tento dům je stejně jako dům Jakuba Demla postaven dle plánu architekta Bohumila Fuchse, pozdějšího národního umělce. Téhož roku byla zřízena obecní knihovna. V roce 1928 byl odhalen a vysvěcen kamenný pomník padlým v 1. světové válce v parku na Městečku.

**Kulturní památky**

V dávných dobách měl Tasov tři kostely, z nichž dva - kostel sv. Petra a Pavla a kostel sv. Václava - měly své vlastní samostatné duchovní správy. Třetí kostel, zasvěcený sv. Jiří, byl kostel filiální. První zmínka o faře a kostele sv. Petra a Pavla se uvádí r. 1341, kdy Tasov byl sídlem děkanství, které bylo velice rozsáhlé. O druhé faře se hovoří od r. 1440. Ještě r. 1560 jsou v Tasově uváděny dvě fary a tři kostely. Ale již v r. 1572 měl Tasov pouze faru jednu, která později vlivem reformace zanikla. Tasov patřil až do r. 1662 do Rudíkova a poté do r. 1734 do Budišova. Tohoto roku byla v Tasově zřízena lokálie, která v r. 1785 byla povýšena na samostatnou faru. Kostel sv. Václava stával před někdejším panským dvorem, dnes u budovy základní školy. Roku 1785 byl zrušen a rozbořen. Kostel sv. Jiří zanikl v druhé polovině 16. stol. Stával na místě nynější farské zahrady a starobylá socha zde stojící připomíná tento tasovský kostelík.

**Kostel sv. Petra a Pavla** je barokní stavba z první poloviny 18. stol. K původnímu polygonálnímu gotickému závěru presbytáře byla přistavěna barokní loď s pruskou klenbou a průčelní věž.

Farní kostel sv. Petra a Pavla stojí v nadmořské výšce 432 m n. m. je dlouhý 40,7 m, široký 10,7 m a 13,7 m vysoký, kostelní věž je vysoká 39,8 m. Kostel byl v nynější podobě vybudován v létech 1728-1730 nákladem hraběte Josefa Paara. Kostel byl vybudován na místě původního kostela, jehož nejstarší část pochází z 12. stol. K rozsáhlému presbytáři byly přistavěny ostatní části chrámu. Gotický ráz presbytáře však byl porušen tím, že byla zazděna gotická okna a gotická klenba byla nahrazena klenbou valenou, tím byl vzhled presbytáře přizpůsoben vzhledu ostatních části chrámu. Stěny a klenba gotického presbytáře byly zdobeny bohatými freskami.

Nynější výzdoba chrámu je velmi bohatá. Jsou to především tři oltáře, které jsou zasvěceny sv. Petru a Pavlu, Panně Marii Lurdské a sv. Kříži.

[](http://www.tasov-tr.cz/VismoOnline_ActionScripts/Image.aspx?id_org=16510&id_obrazky=2032&datum=22.2.2008+10:55:57)Hlavní oltář je ozdoben kopii vzácného obrazu "Loučení sv. Petra a Pavla před smrtí". V chrámové lodi je dalších šest velkých nástěnných obrazů představujících sv. Jana Nepomuckého, sv. Annu, sv. Barboru, sv. Josefa. V interiéru jsou řezbářsky bohatě zdobené kostelní lavice z r. 1680.

Na věži jsou barokní plastiky sv. Sebastiána a sv. Floriána. Obrazy tvoří krásný doplněk vnitřní výzdoby chrámu. Jejich tvůrcem je malíř Ondřej Kuběcký. Obrazy byly namalovány v době vybudování kostela tj. r. 1728 až 1730. Vlastní historii má velmi vzácný obraz sv. Václava, který pochází z někdejšího tasovského kostela sv. Václava. Po rozboření tohoto kostela byl obraz darován kostelu v nedaleké Rudě, odkud byl r. 1898 odkoupen a vrácen zpět do Tasova. Ve farním kostele se nachází další tři vzácné mariánské obrazy, z nichž zvláště cenná je dřevořezba "Panna Maria Tasovská".

Na věži kostela jsou dva zvony z let 1483 a 1763. V polovině výšky věže jsou po stranách umístěny dvě kamenné sochy sv. Petra a Pavla 3,25 m vysoké, též z doby budování nynějšího kostela a tvoří vhodný doplněk jeho vnějšího vzhledu. Kolem kostela byl od nepaměti hřbitov.

Další kulturní památkou je **Hrádek,** zřícenina gotické tvrze pod městečkem. Stojí na východním okraji obce na mírné vyvýšenině nad potokem. Jde o zbytky kruhové zdi a brány gotické tvrze z doby kolem roku 1390, která je od roku 1569 uváděná jako pustá. Na tvrzi sídlili svobodní Dvořáci.

V údolí řeky Oslavy najdeme zříceninu **hradu Dub**.

Známá je také **Vila Jakuba Demla**, spisovatele a básníka (1878-1961), jejím architektem je známý architekt Bohuslav Fuchs. Jakub Deml, se podle svého vlastního vyjádření v knize Mohyla, narodil v domě č. p. 100, podle fotografie v knize jej lze identifikovat jako dnešní dům se stejným č. p.

Od srpna 2002 je také otevřen **Literární památník Vysočiny**. Odborným garantem je Muzeum Vysočiny v Třebíči. Památník je zaměřen na život a dílo Jakuba Demla a další umělce spojené s ním nebo s krajem, např. Marie-Rosa Junová, Pavla Kytlicová, Stanislav Vodička, František Bílek, Josef Pěnčík, Karel Švestka, Jindřich Zezula, Lidmila Dohnalová-Vodičková a mnoho dalších. *(*[*www.tasov.cz*](http://www.tasov.cz)*, O obci)*

# Cestování: boubín

Jedna z nejznámějších šumavských a jihočeských hor vůbec se vypíná v prostoru mezi Vimperkem ležícím severně od Boubína a Lenorou na jeho jižním úpatí. Společně se sousedním Bobíkem (1.264 m) tvoří výraznou dominantu této části Šumavy. Boubín se tyčí do výšky 1.362 m nad mořem. Je neodmyslitelným symbolem Šumavy nejen svým tvarem a výškou, nejen tím, že je vidět z velkých vzdáleností, ale i rozsáhlými lesy a zejména pralesní rezervací Boubínský prales.

Z vrcholu Boubína není díky vzrostlým stromům rozhled, zato však z mnoha míst, zejména z mýtin na úbočích, jsou krásné výhledy do mnoha stran. Na svazích hory je několik kamenných památníčků. Modrá značka, jež vede na vrchol od železniční zastávky Kubova Huť, přivede návštěvníky k památce na zakladatele pralesní rezervace známé pod názvem Johnův kámen. U místa, kde se setkávají pod vrcholem cesty zelené, modré a červené značky, je další kamenný památníček zvaný Křížová smrč (na tomto místě se stýkaly hranice tří bývalých boubínských polesí - Zátoně, Včelné a Mlynařovic). Trasa žluté značky nás z vrcholu hory vede do Včelné pod Boubínem a dál do Šumavských Hoštic okolo památníčku označovaného jako Monument. V prostoru Boubínského horského komplexu je kromě již zmíněného pralesa ještě několik dalších chráněných lokalit. Nedaleko Zátoně se nachází rozlehlé chráněné území přírodní památky Jilmová skála (812 ha). Na východním svahu Boubína se nedaleko památníčku Křížová smrč rozprostírá Milešický prales. Přístup na vrchol, kde je uložena vrcholová kniha, je možný po modré značce z Kubovy Huti (5 km) nebo ze Zátoně (část Lenory, asi 5 km). Z Vimperka (asi 15 km) a z Volar (asi 20 km) vede k vrcholu trasa červené značky. Po žluté značce je přístup na vrch možný ze Včelné pod Boubínem (5 km). Motorizovaní návštěvníci mohou vyjet až na parkoviště u Idiny Pily (asi 2 km od Zátoně). Odtud již musí pěšky po trase zelené značky, která je dovede k Boubínskému pralesu. Dále k vrcholu mohou pokračovat po modré (asi 7 km).

**Boubínský prales**

Nedaleko vrcholu Boubína se rozprostírá komplex původního jedlobukového porostu s příměsí smrčin, známý jako Boubínský prales. Tento prastarý les zde byl zachován přičiněním lesmistra Johna. Tehdejší majitel zdejšího panství, kníže Jan Adolf Schwarzenberg, vyhověl jeho naléhání a v roce 1858 rozhodl, aby část lesních porostů o rozloze 150 ha byla vyjmuta z normálního lesního hospodaření a stala se tak po Žofínském pralese a Hojné Vodě další pralesní rezervací v Čechách.

Velká vichřice roku 1870 však značnou část porostů v nově vyhlášené rezervaci poničila. Nepoškozená zůstala pouze část pralesního prostoru o ploše necelých 50 ha. Po zestátnění šumavských lesů v roce 1933 bylo toto území vyhlášeno státní přírodní rezervací. V poválečném období byla výměra rezervace několikrát měněna a nakonec rozšířena na dnešních 666 hektarů. Vlastní jádro rezervace je veřejnosti nepřístupné. V minulosti totiž množství turistů, kteří si chtěli prales prohlédnout, sešlapem vážně poškodilo kořeny stromů, ty uschly a podlehly větru nebo lesním škůdcům.

Stejný osud postihl i tzv. "Krále smrků". Tento mohutný strom, který dosahoval výšky 58 m a obsahoval na 30 m krychlových dřevní hmoty, padl v prosinci 1970. Tehdy bylo přijato rozhodnutí o tom, že jádro pralesa s největšími stromy a dalšími přírodními zajímavostmi bude veřejnosti nepřístupné.

Dnes jeho zajímavost ještě umocňuje Naučná stezka Boubínský prales, která byla vybudována okolo jádra pralesa v roce 1979.

Odolnost pralesa je dána kombinací několika faktorů. Pralesní půda je bohatší na mikroorganismy a pro stromy a další flóru daleko výživnější. Pro tvorbu humusu je zvláště příznivý bohatě zastoupený [buk](javascript:void(0)). Přirozené lesy jsou většinou smíšené a v Boubínském pralese vedle sebe také naleznete [smrky](javascript:void(0)), buky a jedle. Listnáče jsou v našich lesích zastoupeny 23 procenty, ale v bezzásahovém režimu by jejich počet jehličnany převážil. Bez člověka se les reguluje sám a přežívají v něm ti nejzdatnější. Mladé stromky skryté pod hustou [korunou](http://intext.billboard.cz/core/ad_transaction?att=4&atd=1853;6064423532224442747;1766164174;2057;17077;198733;3229;4721833356066360220;150;2;6;335451256&curl=http%3A%2F%2Fwww.pujcka365.cz) čekají až padne nějaký ze starců a uvolní jim [cestu](http://intext.billboard.cz/core/ad_transaction?att=4&atd=1853;6064423532224442747;1766164174;445;693;18254;603;2666519586536792383;100;2;6;989662028&curl=http%3A%2F%2Fwww.pneunet.cz%2F%3Futm_source%3Dbillboard%26utm_medium%3Dintext%26utm_campaign%3DBillboard) ke světlu, aby ti nejhouževnatější zastoupili jeho [místo](javascript:void(0)). Rozdílné stáří a druhy stromů v posledku znamená, že různé kalamity postihují jenom části pralesa, který se v dobré půdě zase [rychle](javascript:void(0)) probudí k novému životu.

Prales zároveň slouží jako jedinečná [přírodní](http://intext.billboard.cz/core/ad_transaction?bdid=b9c7f6e8aeda5d6ecef471984963199823627745&att=4&atd=1853;6064423532224442747;1766164174;1266;8326;92851;1848;5631493735299949748;100;2;6;3660767550&curl=http%3A%2F%2Fcz.search.etargetnet.com%2Fgeneric%2Fbublina.go.php%3Fkwl%3DP%C5%98%C3%8DRODN%C3%8D%26bdid%3Db9c7f6e8aeda5d6ecef471984963199823627745%26ref%3D17710) laboratoř. Dá se zkoumat z hlediska složení [půdy](javascript:void(0)), mykologie, botaniky, entomologie, a dalších speciálních disciplín nebo jako komplexní ekologický [systém](javascript:void(0)). Na rozdíl od hospodářského lesa je příkladem uzavřeného systému a vše co se v něm zrodí, se znovu dostává do půdy. Díky tomu, že není ovlivňován ze strany člověka, vykazuje specifické chování, které je jedinečným příkladem celoplanetárních změn. Proměna druhové skladby stromů je např. důkazem probíhajících změn klimatu. Poslední dobou se zvyšuje podíl buku, který se jako teplomilný druhem a vyskytuje se spíše v nižších polohách. Bez lidských zásahů by v evropských lesích buk brzy převážil nad ostatními druhy.

Původní pralesy byly plné vlků, medvědů a rysů a jejich hubení znamenalo i narušení přirozené rovnováhy. Tyto šelmy byly přirozeným predátorem jelenů, srnců, daňků a další spárkaté zvěře, jejíž nadměrný výskyt je dnes pro prales největším nebezpečím. Odhaduje se, že je její stav asi desetkrát vyšší, než je pro les únosné. Ta elegantní stvoření mlsají mladé stromky jako šťavnatý kaviár a výběrovou ochutnávkou navíc proměňují druhovou skladbu lesa. Plot kolem Boubínského pralesa nebyl postaven jen kvůli turistům, ale hlavně kvůli zvěři. Oplocení je ale na několika místech poškozené a pro vysokou je snadnou překážkou. Částečně i z tohoto důvodu bylo v osmdesátých letech na Šumavě vysazeno několik exemplářů ryse ostrovida, který se tu úspěšně množí a v devadesátých letech tu byl zaznamenán i výskyt vlka.(převzato z [www.jiznicechy.org](http://www.jiznicechy.org), Jižní Čechy a Šumava, Přírodní krásy)

# Osobnost: Jakub Pustina

*12. prosince nás navštívil operní pěvec ze Žďáru nad Sázavou, pan Jakub Pustina. V prostorách našeho domova nám zazpíval společně s dětským souborem Žďáráček operní árie a známé vánoční kolegy. Nyní se o něm můžete dozvědět něco víc.*

Dnes mohl být devětadvacetiletý Jakub Pustina špičkový chemik. Pracoval by třeba na akademii věd, nebo by ho velmi dobře platila nějaká velká chemická korporace. Jenže celá tato vidina vzala za své během jediného večera, kdy rodák ze Žďáru nad Sázavou navštívil při svém studiu na vysoké škole operní představení.

„Byla to Tosca a vystupoval v ní Peter Dvorský. V polovině představení jsem se začal bát okamžiku, kdy přijde konec a já budu muset z divadla odejít,“ vzpomíná několikanásobný vítěz chemických soutěží na moment, kdy se svým milovaným oborem seknul a rozhodl se pro zpěv.

**Opravdu to bylo tak impozantní rozhodnutí, že jste ze dne na den skončil se studiem?**

Ano. Hned druhý den po představení jsem jel do Pardubic, kde je konzervatoř a ptal jsem se, zda by mě nepřijali. Tam mi ale řekli, že musím udělat talentové zkoušky a co všechno k tomu potřebuji. Nebylo toho málo, ale myslel jsem si, že to zvládnu. Když mi však sdělili, že zkoušky jsou už další den, tak i když jsem dost šílený, mi bylo jasné, že tohle nedokážu. Dostal jsem však číslo na soukromého učitele zpěvu. Ze začátku to bylo hodně náročné, protože mi chyběl jakýkoliv hudební základ, a pan učitel si se mnou hodně zkusil. Ale asi za půl roku se to začalo pomalu lámat.

**Šel Vám zpěv hned stejně dobře jako chemie?**

Po roce zpívání jsem nabyl dojmu, že už to umím. Tak jsem jel na soutěž. Z těch chemických jsem byl zvyklý, že jezdím vyhrávat. A s tím jsem jel i na svou premiérovou pěveckou soutěž. A byl jsem zase první – ale ten, kterého vyhodili. To byla osudová facka. Řekl jsem si: takhle to nejde. Začal jsem pracovat jiným stylem. Za rok jsem byl na stejné soutěži čtvrtý a další rok jsem ji už vyhrál. A od té doby jsem se, zaplaťpánbůh, umísťoval doma i v zahraničí na předních příčkách.

**Kolik času denně pracujete?**

To je velmi rozdílné. Pro mě je hrozně důležité prostředí. Nejsem schopen pracovat všude. Navíc zpěv není práce, jako když jdete do Kolbenky, píchnete si a pak budete osm hodin svařovat. Ne vždy máte chuť na zpívání. Jsou dny, kdy na nic nesáhnu, protože se mi nechce. Pak ale přijde týden, kdy zpívám osm devět hodin denně. Ale snažím se, abych každý den, nebo při nejhorším každý druhý den zpíval. Často si však něco pustím, abych to nastudoval, a také když se mi nechce, tak během pěti minut mě hudba natolik pohltí, že naopak přestat nechci.

**Opera není zrovna masový žánr. Poznávají Vás lidé třeba venku na ulici nebo žijete víceméně v ústraní?**

Ve Žďáře a na Vysočině mě už velké procento lidí zná. Bylo ale třeba velmi příjemné, když jsem přijel na první koncert do Luhačovic a kulturní referentka mi říkala: Kdo ví, kolik lidí přijde. Sál byl asi pro 250 lidí. A večer bylo naprosto natřískaný, nebylo jediné volné místo. Po koncertě jsem mluvil s lidmi a zjistil jsem, že to bylo tím, že do lázní se sjedou lidi z celé republiky. A jedni mě znali z Hradce, další z Prahy nebo Havlíčkova Brodu. A ti řekli ostatním, aby přišli, že to stojí za to. A to je obrovská odměna, když vidíte, že vaše jméno evokuje jistou kvalitu, a jsou lidé, kteří na váš koncert přijdou několikrát.

**Co osobně máte radši? Sólové koncerty nebo účinkování v opeře se všemi jejími rekvizitami a kostýmy?**

Obojí má své. Mám moc rád koncerty, kde je kontakt s diváky. Při vystoupeních například zpívám na přání, pokud to zrovna mám v repertoáru. A jednou se mi stalo, že lidi chtěli, abych zazpíval českou hymnu. Sice ji miluju, ale po tom rozjásaném koncertu mi to přišlo divné. Ale nakonec jsem ji zazpíval. A to byste nevěřil, co se v sále strhlo. To byl frenetický potlesk. Naprosto fantastický zážitek. To v opeře nezažijete. Ovšem když jdete do divadla, dostanete kostým a jste součástí obrovského ansámblu, kdy v jeden okamžik účinkuje třeba až dvě stě lidí, je to taky úžasný pocit. Jde ale o mnohem větší zodpovědnost než na koncertě. Tam, když něco pokazíte, nebo nastoupíte dříve, klavírista vás dožene. Ale v opeře stačí nastoupit o jednu šestnáctinku později a rozsype se vám celý ansámbl. Když jdete na jeviště, musíte dokonale ovládat tři sta stran textu a tři sta stran not.

**Máte oblíbenou postavu, kterou v opeře rád hrajete a zpíváte?**

Nemám žádnou postavu, o které bych mohl říct, že je má nejoblíbenější. Je ale pravda, že mám hodně rád Evžena Oněgina. Pokud však mám mluvit o rolích, které bych chtěl zpívat, půjde určitě o verdovský repertoár. Verdiho opery jsou pro někoho plytké, ale já je považuji za nádherné. Navíc Verdi měl hodně rád barytony a psal jim krásné postavy, charakterové postavy – zločince a padouchy. A v těch se herecky pořádně vyřádíte. Více než v kladné postavě.

**Jak moc je pro českého pěvce složité dostat se na tak prestižní scénu, jako je Metropolitní opera v New Yorku?**

Newyorská opera patří mezi tři nejprestižnější světové scény společně s milánskou La Scala a Wiener Statsoper. A publikum v nich je hrozně rozdílné. Když to velmi zjednoduším, v milánské Scale jde o to, aby zpěvák uměl skvěle vysoké tóny a měl brilantní techniku. A pokud je navíc tenor, tak je to pro něj skvělá scéna. Tam pokud zpíváte skvěle vysoký tón, je konec představení, protože přes potlesk se nedostanete dál. Ve vídeňské státní opeře preferují naprosto dokonalé zpívání. V Miláně jsou ochotni vám odpustit i malé chybičky. V New Yorku se pořád zkouší něco nového, navíc tam lidé reagují naprosto jinak. Můžete skvěle odzpívat složitou árii, ale dostane se vám jen vlažného potlesku. Publikum se probouzí v momentě, kdy zazní všeobecně známé melodie. *(časopis Vysočinka, podzim 2011, Kraj Vysočina)*

*Vzkaz pro náš domov od pana Pustiny: „Děkujeme za milé a již tradiční setkání. Moc se těšíme na koncert v těchto krásných a nových prostorech. Přeji Vám všem, ať se daří, ať máte mnoho spokojených klientů!*

# Zdravotnické okénko

## Dieta při onemocnění ledvin

Ledviny jsou životně důležitým orgánem, vylučují odpadní produkty metabolismu (zejména dusíkaté látky), udržují stálý objem a složení tekutin v organismu, vylučují cizorodé látky z těla a mají další metabolické funkce, např. přeměnu vitamínu D.

Onemocnění ledvin může být infekční (akutní nebo chronické), zánětlivé (zánět postihuje některé části ledvin), selhání ledvin, ledvinové kameny.

**Doporučená strava**

Při infekčním onemocnění ledvin je doporučována nedráždivá strava, vyšší příjem tekutin, vyšší příjem vlákniny (pravidelné vyprazdňování střev) a střídání kyselé a zásadité reakce moči. Mezi potraviny působící kyselou reakci moči patří maso, vejce, tuky, uzeniny, sýry, luštěniny, obiloviny, ořechy. Mezi potraviny působící zásaditou reakci moči patří ovoce a zelenina. Při zánětlivých onemocněních ledvin se doporučuje dieta s šetřícím charakterem (u diabetiků diabetická dieta šetřící), tj. strava šetřící trávicí trakt termicky (ne příliš horká, ani příliš studená), mechanicky (nenadýmavá strava (např. luštěniny, hlávkové zelí, kapusta, okurky, cibule, hrušky), ne kůrky, šlachy, pecičky, zrníčka, slupičky) a chemicky (ne pikantně kořeněná strava, ne tučná strava, nepoužívá se přepalovaný tuk). Tuk se vkládá až do hotových pokrmů (z kuchyňských úprav se nepoužívá smažení, fritování), alkohol a černá káva jsou zakázány. Rovněž je doporučován zvýšený příjem tekutin a omezení pohybové aktivity)

**Při ledvinových kamenech**

Je třeba dodržovat tyto zásady:

* Omezit příjem vitamínu C (podporuje tvorbu močových kamenů).
* Vyhnout se konzumaci pšeničných otrub, cereálií, ořechů, řepy, špenátu, kakaového prášku (kakao, čokoláda), jahod.
* Denně přijmout dostatek tekutin – každou hodinu vypít jednu sklenici pitné vody (stolní vody bez příchuti, neslazeného čaje, pramenité vody)
* Konzumovat stravu dle druhu ledvinových kamenů. Při tvorbě vápníkových kamenů není doporučeno omezovat vápník – vápník se vylučuje ledvinami ve velkém množství, při jeho nedostatku hrozí riziko osteoporózy. Tvoří-li se kyselina šťavelová v nadměrném množství, vznikají vápenato-šťavelové kameny. Diabetik trpící tímto druhem kamenů má snížit konzumaci potravin bohatých na šťavelany na max. 50 g denně (řepa, rebarbora, špenát, pšeničné otruby, ořechy, petržel, rybíz, maliny, brambory, pórek, lilek, celer, tmavá listová zelenina, pravý čaj (zelený, bílý, černý, ruský), rovněž má omezit solení (snižuje se vylučování vápníku močí). Při tvorbě cystinových kamenů se naopak doporučují pít zásadité minerálky, omezit příjem soli a živočišných bílkovin. *(časopis Generace, č. 6/2011, Dieta při onemocnění ledvin, Evžena Janovská Dis, )*

# Bylinkový receptář

## Bez černý

Lidové názvy: Bezinky, kobzinky, kozičky, bezoví, smradinky, bzina a psí bez.  “Před heřmánkem smekni, před bezem klekni” - staré přísloví.

Černý bez je rozšířený v Evropě a v Přední Asii, u nás hojný u plotů, na rumištích, v lesích, hájích a křovinách. Kvete v červnu, nové výhony někdy i v září. Plody dozrávají koncem srpna a brzy na ně slétá ptactvo.

Popis: Černý bez je keř, někdy i stromovitého vzrůstu, s bohatými složenými vrcholíky silně páchnoucích krémově bílých květů. Plody jsou černé šťavnaté peckovice, obsahující velké množství černofialově zbarvené šťávy.

Zprávy o existenci bezu černého nacházíme v pramenech starých tisíce let. Údajně právě z jeho dřeva byl zhotoven kříž, na kterém zemřel Ježíš z Nazareta.

Sbíraná část: Květy (Flos sambuci), plody (Fructus sambuci) a listy (Folium sambuci).

Sbíráme: Květy můžeme trhat v červnu a v červenci, plody ve tvaru kuliček dozrávají od srpna do září a listy od května do července.

Sběr: Na jaře se sbírají květenství. Odstříhávají se a ukládají do košíků, aby se nezapařily. Sušíme celá květenství, nejlépe zavěšená na šňůrách, popřípadě v malé slabé vrstvě, vždy ve stínu max. do 45 ° C. Dbáme na to, aby droga nezahnědla, neboť tím se stává bezcennou. Na podzim se sbírají a vykupují plody - bezinky. Sušení musíme začít na slunci, ale dosoušet umělým teplem tak, aby se daly sdrhnout stopky. Dobře usušené plody mají černofialovou barvu, lesknou se, mají nakysle sladkou chuť. Čerstvé květy mají nepříjemný pronikavý zápach, který po usušení zmizí. Droga si zachovává silný, ale celkem příjemný charakteristický pach.

Sesychací poměr je u květů 6 : 1, u plodů 8 : 1 a u listů 4(5) : 1.

Účinné látky: Květy obsahují silice, slizy, třísloviny, glykosidy (sambunigrin a rutin), organické kyseliny (jablečnou, octovou, valerovou) a vitamin C. Plody obsahují cukry, kyselinu jablečnou, třísloviny, pektin, v čerstvém stavu vitamín C, ve slupce a v semenech vitamin A a skupinu vitamínů B: B1, B2, B6, B12 a kyselinu panthotenovou. Listy obsahují pryskyřici, glykosidy, sambunigrin, sambucin a dosti velké množství vápníku.

Použití: Působí antiskleroticky, regeneruje jaterní buňky a preventivně působí proti rakovinám všeho druhu. Slazený a horký čaj má větší projímací účinek.  Květu černého bezu se používá jako podpůrného prostředku buď samostatného nebo ve směsi s lipovým květem. Pozor: Bezinky nejezte za syrova, neboť mohou vyvolávat příznaky otrav.

Čaj z usušených květů (nálev): pijeme jako prostředek potopudný při nachlazení, začínající chřipce, rýmě, kašli a při horečce.

Sladíme jej cukrem, medem, jitrocelovým sirupem (jitrocel svaříme s cukrem).

 Chladný neslazený čaj popíjíme při žaludečních nevolnostech, žaludeční a střevní kolice, žaludečních křečích, k uvolnění plynatosti, při žlučníkových obtížích, menstruačních bolestech, neuralgických bolestech, migréně.

 Vlažný neslazený čaj pijeme po šálcích proti zácpě, vysokému krevnímu tlaku, jako močopudný prostředek, při ledvinových chorobách, nemocech močového měchýře, ledvinových a močových kamenech, prostatě, vodnatelnosti.

 Neslazený vychlazený čaj pijeme po šálcích pravidelně jednu hodinu po jídle k upravení zažívacích poruch a jako mírně projímací prostředek.

 Kloktáme: při bolestech v krku, vlažným čajem vyplachujeme ústní dutinu při

bolestivých a krvácejících dásních, teplý odvar držíme po douškách v ústech při chrapotu, začínajícím kašli, bolení v krku, obtížném odkašlávání, zánětu dásní, otoku dásní a při aftech v ústech.

 Žvýkáme při bolení zubů, dá se žvýkat bezová větvička

Obklady: Obklady z teplého odvaru přikládáme též na vnější otoky (např. po vytržení zubu – ve směsi s heřmánkem)

Čaj z listů (nálev): čistí krev, je močopudný a projímavý. Může se užívat jen dva měsíce!

Tinktura se užívá 3x denně 8 kapek při svalovém a kloubovém revmatizmu, nadměrném pocení, při suchých sliznicích v nose (zejména po probuzení), akutní rýmě, křečích v oblasti hrtanu, při nadměrném vylučování moče, bolestech kloubů a svalů, zánětech a zahlenění horních cest dýchacích, horečnatých onemocněních z nachlazení a astmatu bronchiale.

Obklady z listí (černý bez): Mladé listy rozemeleme nebo rozválcujeme válečkem na nudle a přikládáme na bolestivé záněty kloubů, znehybněné klouby, na končetiny postižené revmatizmem.

Bezinkový ocet: Používáme k obkladům a k masírování únavou namožených bolestivých údů. Jedno až dvě květenství naložíme do 1 litru octa a necháme stát 14 dní na slunci. Potom slijeme a procedíme.

Bezinky jsou velmi zdravé pro obsah minerálů a vitaminů.

Šťáva a likér z bezinek: 2 litry černých kuliček bezinek, 1 litr vody, 1 kg cukru, 2 sáčky vanilkového cukru, 4 lžíce odvaru černé kávy, 1 dl rumu.

Kuličky bezinek vybíráme je hodně dozrálé. Uvaříme je v 1 litru vody a dobře procedíme. Pak do šťávy přidáme cukr, vaříme 5 minut, přidáme vanilku a nakonec 4 lžíce odvaru černé kávy. Velmi dobře se osvědčuje káva instantní. Do vychladlé šťávy přidáme rum. Pro labužníky získanou šťávu smícháme s hanáckou vodkou v poměru 1:1.

Tento likér prý chutná velice ženám.(<http://zdravinadlani/leciverostliny>, Léčivé rostliny)

# Vinšujeme Vám štěstí, zdraví, dlouhá léta

C:\Documents and Settings\recepce\Local Settings\Temporary Internet Files\Content.IE5\U1MZMNVN\MC900415370[1].wmfObdobí Vánoc končí svátkem Tří králů. Původně větší skupina mudrců, v oblečení z někdejší Persie, se postupem času zúžila na tři známé postavy – krále Kašpara, Melichara a Baltazara. Přicházejí, vedeni zářící hvězdou, poklonit se malému Ježíškovi a odevzdat mu své dary – zlato, kadidlo a myrthu. Také na Tři krále chodívali na venkovskou koledu duchovní, učitelé a všechny děti. Vykuřovali kadidlem obydlí a psali na dveře křídou iniciály K+M+B a letopočet. Přitom rozdávali tříkrálové lístky s obrázky králů i různých světců. Časem se tato obchůzka stala záležitostí jen malých koledníků. Jejich nezbytnou rekvizitou byla zlatá hvězda, nesená na tyči. Někdy zazpívali známou koledu My tři králové…

Potom koledníci dostali dary – koláče, jablka, peníze – a šli o dům dál.

Na Tři krále, 6. ledna, se také naposledy rozzářil vánoční stromeček. Jen někdy vonělo jeho jehličí až do Hromnic, do 2. února, kdy zpravidla opouštěly své čestné místo i Betlémy a stěhovaly se na dlouhou dobu zpět do komor a na půdy. Dny plné kouzla a pohody skončily.

Svátku Tří králů se také říkalo den Zjevení Páně a tímto dnem také končí pro většinu z nás doba vánoční. Z liturgického hlediska je konec Vánoc až druhou neděli v lednu na Křest Páně. Tento den byl ale hlavně ve znamení malých koledníků převlečených za Tři krále, kteří obcházeli domácnosti, kde koledovali a přitom žehnali stavení.

V Podbeskydí chodívali také tři králové, nejmenovali se ale Kašpar, Melichar a Baltazar, nýbrž Bača, Ševeček a Kovaliček. Děvčata se hned ráno, ještě před příchodem slunce, omývala sněhem, což jim mělo zaručit svěží bělostnou pleť.

Tříkrálový večer byl večerem, kdy se předpovídala budoucnost. Když lidé chtěli vědět, kdo z nich nejdříve zemře, zapálili stejně velkou svíčku. Komu svíčka shořela nejdříve, ten zemřel jako první. Navíc podle stoupajícího nebo klesajícího kouře se dalo poznat, jestli se jeho duše dostane do nebe nebo do pekla. Také se věřilo, že pokud by se člověk podíval skrz vyražený smolný suk do světnice, uviděl by toho, kdo by ještě tentýž rok zemřel. Kdo se chtěl dozvědět něco z budoucnosti, mohl také připravit sedm hrnečků, kterými přiklopil různé předměty (kousek uhlí, hřeben, peníz, figurku dítěte, prsten, kousek látky a chleba). Každý si pak zvolil hrneček, obklopil jej a podle předmětu pod ním se usuzovalo, co jej čeká. Peníze znamenali bohatství, hřeben nedostatek, prsten svatbu, látka cestování, figurka dítěte narození dítěte, chleba dostatek všeho a uhlí nemoc či smrt. Zamilované páry pouštěly do vody svíčky v ořechových skořápkách v naději, že se k sobě přiblíží, což věštilo svatbu. Malé svíčky se lepily na okraj mísy se svěcenou vodou, s níž pak hospodář kropil celý dům (proti myším a nevítanému hmyzu) a také pole.

Církev původně slavila 6. ledna jen jako svátek Zjevení Páně neboli den Ježíšova pokřtění. Ke spojení se svátkem Tří králů došlo až později. Z liturgického hlediska byl pro ni důležitý také proto, že uzavíral vánoční období a s ním oslavu narození Krista a zahajoval přípravu na nejdůležitější svátek křesťanů – Velikonoce. Při bohoslužbách býval v tento den věřícím oznamován termín velikonočních svátků.

A kdo vlastně byli tří králové? Zrodila je středověká legenda, navazující na evangelium sv. Matouše. To popisuje, jak v den, kdy se v Betlémě narodil Ježíš, přišli od východu mudrci (mágové) s dary a malému dítěti se poklonili. Cestu jim ukázala jasná hvězda. Přitom neuvádí ani kolik jich bylo, ani jak se jmenovali. Křesťané si je zpočátku představovali různě, jejich počet kolísal mezi dvěma a dvanácti, až se nakonec ustálil na třech. Trojka byla jednak magické číslo, jednak Matouš vypočítal tři dary – zlato, kadidlo a myrthu (vonné pryskyřice), takže bylo možné předpokládat, že každý král nesl jeden. V roce 1194 byly z Milána do chrámu v Kolíně nad Rýnem převezeny ostatky tří králů, které posílily vytvoření jejich kultu. Ve středověku byly ostatky, to znamená skutečné nebo domnělé části těla různých svatých, velmi důležité pro věřící. Ukládaly se do drahocenných schránek (relikviářů) a každý chrám nebo klášter byl o to významnější, o co víc takových relikvií vlastnil. Kolínská katedrála se díky těmto ostatkům stala oblíbených poutním místem. V době převážení ostatků a vzniku kultu došlo také k definitivní záměně mudrců za krále, protože takovému slovu všichni rozuměli. Jejich jména – Caspar (Kašpar), Melichar a Baltazar – se poprvé objevila v 8. století, ale až ve 12. století se všeobecně rozšířila. Počáteční písmena C + M + B (u nás se užívalo i K + M + B) se po celá staletí psala spolu s příslušným rokem svěcenou křídou na dveře. Podle některých badatelů je to však úplně jinak a písmena mohou znamenat zkratku starého požehnání „Christis mansionem Benedikt“ neboli česky „ Kristus nechť požehná tento příbytek“.

Betlémská Hvězda, podle níž se králové na své cestě měli řídit, zamotala hlavu mnoha astronomům, když se snažili přijít na její vesmírný původ. Objevily se názory, že šlo o přelet Halleyovy komety. Problém pravděpodobně rozřešil proslulý německý astronom Johanes Kepler, který 17. prosince 1603 pozoroval v Praze konjunkci planet Jupiteru a Saturnu. Pátrání po hvězdě nebylo důležité jen kvůli legendě o třech králích. Určení času, kdy se na obloze objevila, umožňuje přesné určení data narození Krista, tedy řešení jedné z nejdůležitějších otázek týkajících se vánočních svátků*. (Vinšujeme Vám štěstí, zdraví, dlouhá léta; Zemědělský kalendář 2012; Vydavatelství ZK, s. r. o.)*

# Význam jmen

## 23.1. Zdeněk

Slovanský, základem je jméno Sděslav, později Zdislav, z něhož byla vytvořena domácí podoba Zdeněk, která se osamostatnila. Ve jménu je zakódován základ sdě 'udělat, sdělat', význam jména je tedy 'udělat se slavným'. *Dnešní den se připomíná Sidonius z irské misionářské školy, který působil v 7. století ve střední Francii. Další Sidonius byl biskupem ve 4. století.*

## 24.1. Milena

Staročeské, jméno je tvořeno příponou -ena od přídavného jména 'milý' a znamená tedy 'milující, milá'. Je obdobou latinského Amáta nebo Amanda. *Jméno u nás dosáhlo největší obliby na začátku 20.století.*

## 29.1. Zdislava

Slovanský, ženská podoba mužského jména Zdislav. První složka jména je slovesný základ sdě 'udělat, sdělat', význam jména je 'udělat se slavným'. *Zdislava Berková (1200 - 1252) patří k českým světicím. Proslavila se svou péčí o chudé a nemocné, ke které přivedla i svého manžela pána z Lemberka. Nechala upravit některé části hradu jako špitál.*(<http://legacy.unas.cz/ostatni/doo/puvod_historie_jmen>; význam jmen)

# Něco pro zasmání

Medvěd veze ježka na motorce. Medvěd zrychluje a ptá se ježka: "Nebojíš se?" "Nebojím," odpoví hrdinsky ježek. Na druhý den si to vymění, a když se motorka řítí 150kilometrovou rychlostí, ptá se ježek medvěda: "Bojíš se?" "Nebojím," odpovídá medvěd. "Ale měl bys, protože já nedosáhnu na brzdy!"

Stojí blondýnka na břehu řeky. Zastaví u ní kamion a řidič se ptá: "Slečno, prosím vás, kde se to tu dá přebrodit?"

Blondýnka se na něj podívá a říká: "No hned tady jak stojíme."

Kamion vjede do řeky a celý zmizí. Blondýnka kroutí hlavou a říká si pro sebe: "To je zajímavý, před chvilkou tudy šly kačenky?!" (www.vtipy.net)

# 

# Cvičíme si paměť

## Lidové hádanky

1. Obchází se srpem celou zem, nesekne do trávy tam ani sem
2. Stojí babice, rozcuchaná velice. Když přijdou časy, zelené má vlasy. Když tělo chřadne, do vody spadne.
3. Na vodě se točí, nic se neomočí.
4. Každodenně se natahují, a přece jsou stále stejně dlouhé!
5. Čtyři pacholci se honí, žádný žádného nedohoní.
6. Jede panna uličkou, trousí drobnou krupičkou.
7. Jedna hlavička, jedna nožička. Hlavička když zčervená, konec nožky znamená.
8. Jedna paní němá, v bytě stání nemá. Jakmile však byt svůj ztratí, životem tu ztrátu platí.
9. Měsíc; b) hodiny, c) zápalka, d) ryba, e) vrba, f) vítr, g) pila, h) kola u vozu

# Co říct a co ne?

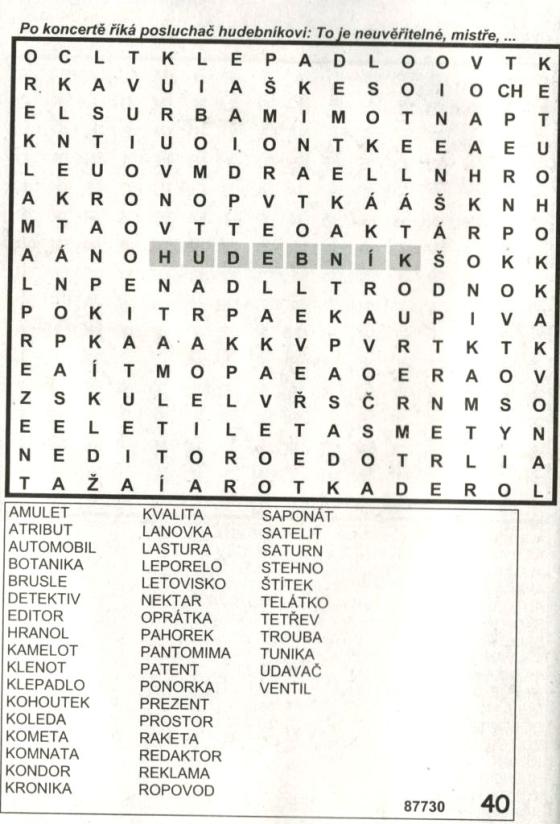
Člověku, kterého máme rádi, bychom neměli říkat 27 věcí:

„Já jsem Ti to říkal; jsi jako tvá matka; máš pořád špatnou náladu; ty jsi se zbláznil; za to můžeš ty; co to s Tebou je; na všechno umíš jenom nadávat; ať udělám cokoli, nic ti není dost dobré; dobře ti tak; proč nikdy neposloucháš, co Ti říkám; musíš být zodpovědnější; na co pořád myslíš; jsi nemožný; nechápu, jak jsem se do tebe mohl zamilovat; já si můžu dělat, co chci; z tebe nikdy nic nebude, i kdybych se na hlavu stavěl; jestli se ti to nelíbí, klidně si běž pryč; děláš samé hlouposti; zase další nesmysl; myslíš jen sám na sebe; kdybys mě opravdu miloval, tak…; jsi jako malá; ty se umíš akorát vymlouvat; vezmi si prášek na uklidnění; co máš za problém; já tě nechápu; ty musíš mít vždycky pravdu.“

Je 37 věcí, které byste měli tomu, koho máme rádi, říkat bez ustání:

„To jsi udělal pěkně; jsi fantastický; to bylo krásné; dnes ti to moc sluší; bez tebe mi pořád něco schází; vážím si toho, co jsi pro mne za ty roky udělal; ty jsi pro mne v celém životě nejdůležitější: jsi důležitější než děti, práce, kamarádi, všechno; jsem šťastný, že tě mám; jsi můj nejlepší kamarád; kdybych si měl znovu vybírat, vzal bych si zase tebe; dnes chci být s tebou; chyběl si mi; celý den jsem na tebe myslel; je krásné se ráno probudit vedle tebe; budu tě milovat celý život; rád se dívám, jak ti svítí oči, když se směješ; jako obvykle ti to moc sluší; důvěřuju ti; na tebe se vždycky můžu spolehnout; je mi s tebou dobře; jsem hrdý, že můžu být s Tebou; je mi to líto; udělal jsem chybu; pověz mi, co by se ti líbilo; pověz mi, co plánuješ; rád tě poslouchám; jsi mimořádný člověk; nedokážu si představit život bez tebe; můžu ti nějak pomoct; modli se za mě; dnes jsem se za tebe modlil; každý okamžik, který strávíme spolu, má obrovskou cenu; děkuju Ti za tvou lásku; děkuju ti, že mě bereš takového, jaký jsem; děkuji ti, že jsi tu se mnou; s tebou je každý den krásnější.“ (převzato z:Osvěžení pro duši; Bruno Ferrero; vyd.Portál)

# Osmisměrka



(Veselé křížovky na cestu, 4/2011)

Správné odpovědi lidové hádanky: **1a, 2e, 3f, 4B, 5h, 6g, 7c, 8d**