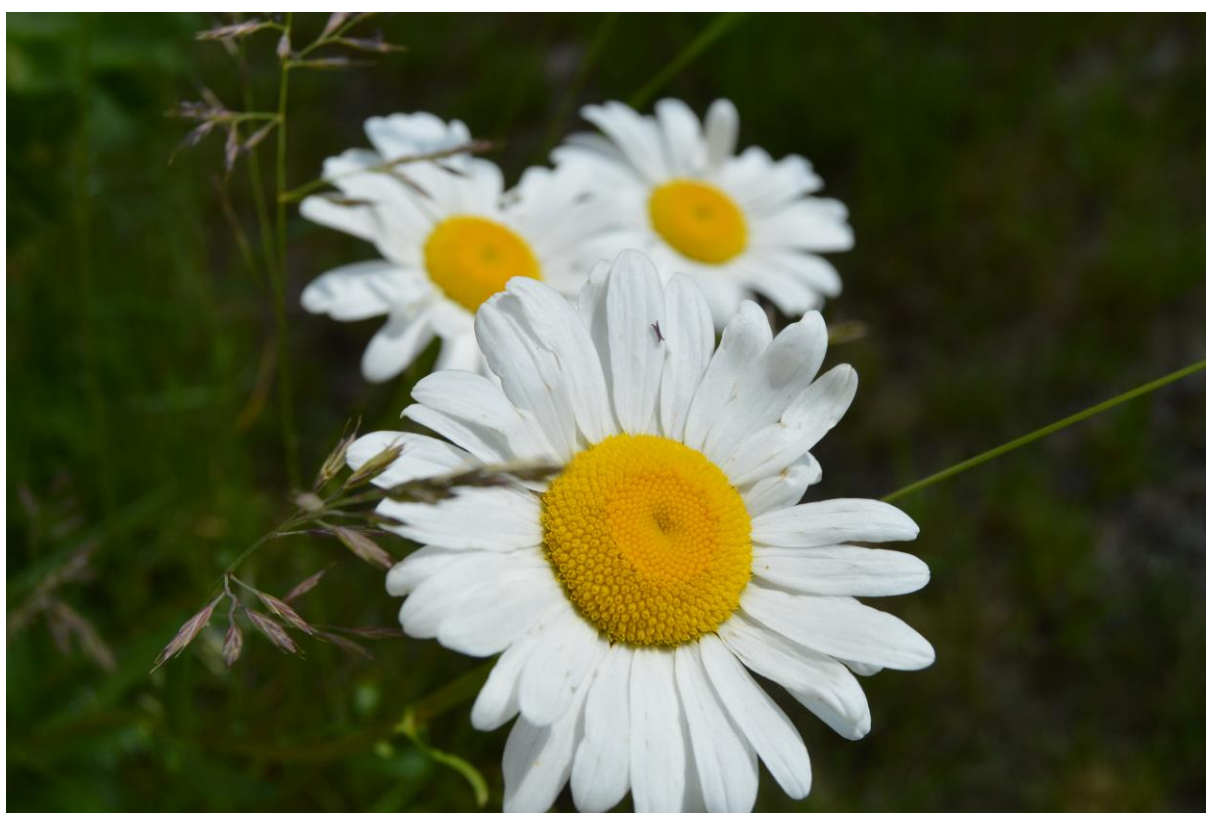


ČERVEN 2018

NÁŠ ČASOPIS PLNÝ ZAJÍMAVOSTÍ

D é č k o



Domov pro seniory Velké Meziříčí,

příspěvková organizace

Zdenky Vorlové 2160

594 01 Velké Meziříčí

www.domovvelkemezirici.cz

OBSAH

Blahopřání na červen	3
Ze života domova	4
Stálá nabídka měsíce	4
Co se dělo u nás v domově v květnu	7
Pozvánka na akce v červnu	8
Z kuchyně	9
Významné dny a výročí v červnu	20
Příběhy pro potěchu duše	21
Fotogalerie	22
Pranostiky	23
Rozhovor	23
Hrady a zámky	25
Bylinky	27
Pověsti z Velkého Meziříčí	29
Vtipy	32

BLAHOPŘÁNÍ NA ČERVEN

Oldřiška SOBOTKOVÁ

Anna HLADÍKOVÁ

Mgr. Libuše MUSILOVÁ

Metoděj JAŠA

Marie KREJČOVÁ

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



Obyvatelé a zaměstnanci domova.

ZE ŽIVOTA DOMOVA

V květnu přišli noví obyvatelé:

Paní Marie Klímová z Vídně

STÁLÁ NABÍDKA MĚSÍCE



- **POJÍZDNÁ PRODEJNA**

Pojízdná prodejna s pečivem bude přistavena každý čtvrtek od 11,20 do 11,30

- **PŮJČOVÁNÍ KNIH**

Donáška knih na pokoje bude probíhat ve středu. Pokud máte o nějakou knihu zájem, kontaktujte přímo recepci nebo svého klíčového pracovníka, který informaci předá.

- **NÁKUPY**

Nákupy pečiva a potravin můžete uskutečnit každý čtvrtek v pojízdné prodejně s pečivem, každou středu v pojízdné prodejně s uzeninami, nákup drogerie je možno uskutečnit přes Vaše klíčové pracovníky, pracovnice terapií nebo sociální pracovníci, případně se domluvit na recepci.

• PRAVIDELNÉ AKTIVITY

Pondělí	10:00	trénink paměti
	13:00	canisterapie s paní Dyntarovou
Úterý	9:00	canisterapie s paní Kamenskou
	10:00	tvůrčí činnosti
	14:30	canisterapie s panem Trojanem
Středa	10:00	keramická dílna / čtení v knihovně
		setkání u kávy
Čtvrtek	10:00	vaření
		společenské hry
		výuka Univerzity třetího věku
	11:20	pojízdná prodejna s pečivem
	13:00	výuka Univerzity třetího věku
Pátek	15:00	výuka Univerzity třetího věku
	10:00	čtení, audioknihy
	13:00	společná modlitba
	13:30	bohoslužba v kapli domova

• **SCHRÁNKA DŮVĚRY**

V domově jsou umístěny v každém poschodí schránky důvěry, do kterých je možné umístit vzkaz, stížnost, připomínku či podnět k poskytování sociálních služeb v domově. S napsáním vzkazu Vám může pomoci pečovatelka, rodina, dobrovolník.

Schránka důvěry v domově naleznete:

- v 1. poschodí - u vstupu do terapeutické zahrádky,
- ve 2. poschodí - u schodiště při vcházení na chodbu 2 B,
- ve 3. poschodí - u schodiště na ohrádce s fotografií plotu.

Vzkaz, stížnost, připomínku je možné umístit také do **přenosné schránky důvěry**, která je pravidelně **přenášena po jednotlivých pokojích**.



• **PROSTORY K VOLNOČASOVÉMU VYUŽITÍ**

- Park v blízkosti domova – otevřený od dubna do října
- Zahrádka za domovem
- Atrium v přízemí
- Venkovní terasy ve 3. poschodí
- Společenské místnosti v každém podlaží
- Kaple ve 3. poschodí

CO SE DĚLO U NÁS V DOMOVĚ V KVĚTNU

Měsíc květen jsme zahájili 4. května výpravou do Jihlavy, konkrétně do Horáckého divadla, kde se konala Generální zkouška divadelního představení Jediný život, aneb o životě vysočinského básníka Jana Zahradníčka.

Následující týden 9. května se konala přednáška PaedDr. Josefa Lázníčky na téma Osobnost Ludvíka Svobody, která byla velmi poutavá a zajímavá, doplněná množstvím fotografií.

Došlo také na výuku univerzity třetího věku s panem doktorem Kameníkem 10. a 24. května.

Ke Dni matek si pro nás připravily besídku děti z MŠ Oslavické se svými učitelkami. Besídka byla plná krásných písniček, básniček a tanečků.

V úterý 22. května přišla děvčata z Výchovného ústavu, abychom společně smažili palačinky a pekli trdelníky. Konečný výsledek všem moc chutnal.

Poslední týden měsíce uzavřela v pátek 25. května společná narozeninová oslava pro všechny květnové oslavence. Na klávesy nám přijela zahrát paní Anna Bartošová, hrála krásné melodie lidové i modernější a všem na přání. Jednu píseň neznala, proto se osmělila paní Hammerová a zazpívala tuto píseň pro ostatní do mikrofonu, za což sklídila velký potlesk a uznání.

Ve středu 30. května jsme pozvali do našeho domova klienty z denního stacionáře Nesa, aby s námi opékali buřty. Tato akce se konala už loňský rok a i letos nám vyšlo krásné počasí, proto byl společně strávený čas ještě příjemnější.

V následujícím měsíci se bude konat Krajské kolo ve hře pétanque, proto už přišel nejvyšší čas začít trénovat, čemuž jsme se věnovali závěrečný den měsíce.

POZVÁNKA NA AKCE V ČERVNU

1. června/ pátek

Návštěva v MŠ Oslavické – Den dětí

5. června/ úterý

Trénink hry pétanque

7. června/ čtvrtek

Výuka U3V

13. června/ středa

Krajské kolo ve hře pétanque v Třebíči

14. června/ čtvrtek

Zahradnický kroužek

17. června/ neděle

Zahradní slavnost

19. června/ úterý

Společné učení s žáky ze ZŠ Oslavické v parku

21. června/ čtvrtek

Zahradnický kroužek

28. června/ čtvrtek

Zahradnický kroužek

25. – 29. června/ poslední týden v měsíci

Společná narozeninová oslava pro červnové oslavence

Z KUCHYNĚ

UMĚLÁ SLADIDLA

Umělá sladidla jsou synteticky připravené látky s velkou sladivostí v malých dávkách, které nemají výživnou hodnotu a užívají se při nesladkých dietách či pro odstranění rizika kvašení.

(Velký lékařský SLOVNÍK, s. 1078, Vokurka a kol., 2009)

Nekalorická sladidla – jsou vysoce čisté, synteticky připravené látky s velkou sladivostí v malých dávkách, které nemají žádnou nebo zanedbatelnou kalorickou hodnotu. Nezvyšují hladinu krevního cukru. Řadíme mezi ně: acesulfam K, aspartam, cyklamát, neohesperidin, sacharin, steviosil (stévie), sukralózu.

Acesulfam K – bílá nebo bezbarvá krystalická látka, vyrábí se methylací oxathiazinu uhelnatého, látka intenzivní sladké chuti, cca 200x sladší než cukr. Termostabilní, vhodný pro vaření i pečení.

- Použití - stolní sladidla, bonbóny, nealkoholické a alkoholické nápoje, instantní nápoje, pekařské výrobky, jogurty, zmrazené dezerty, žvýkačky, želatina, konzervy, pudinky, zubní pasty, léky.
- Zdravotní rizika – nebyly prokázány toxické účinky, výzkumy vlivu na plod u ženy nejsou známy.

Aspartam – bílá, krystalická látka, vyrábí se z aminokyselin L-asparagové a L-fenylaninu, přibližně 200 x sladší než cukr, bez vedlejších příchutí, málo termostabilní, při dlouhém skladování ztrácí účinnost.

- Použití – stolní sladidla, nealkoholické nápoje, instantní čaje, žvýkačky, mléčné výrobky, pudinky, dezerty, zmrzliny, čokoláda, ovocné konzervy, marinády, dresingy, snídaňové cereálie, majonézy, hořčice, vitamínové doplňky, zubní pasty, farmaceutické výrobky.
- Zdravotní rizika – nevhodný pro nemocné fenylketonurií, u běžné populace nebyly dle klinických studií prokázány nežádoucí vlivy, produktem rozkladu je methanol, vzhledem k nízkému přijatému množství aspartamu však nepředstavuje zdravotní riziko.

Cyklamát – bezbarvá látka tvořící jehlicovité krystalky, vyrábí se sulfonací cyklohexaminu, je přibližně 35x sladší než cukr. Je termostabilní, není hygroskopický.

- Použití – nealkoholické nápoje, stolní sladidla, pudinky, dezerty, sladkosti, čokoláda, pekařské produkty a směsi, žvýkačky, pomazánky, jamy, marinády, dressingy, zubní pasty, multivitaminy, léky, zavařeniny, konzervy.

- Zdravotní rizika – v 60. letech diskutováno zvýšení rizika výskytu rakoviny, po opakovaných testech nebylo prokázáno, v EU povolen od r. 2000.

Sacharin – bílá, krystalická látka, s nahořklou vedlejší příchutí, nejčastěji používaná forma je 300 - 450 x sladší než cukr. Vyrábí se synteticky z toluenu. Nejstarší náhradní sladidlo, objeveno v roce 1879.

- Použití - nealkoholické nápoje, mléčné výrobky, pudinky, dezerty, sladkosti, čokolády, pekařské výrobky a směsi, potraviny pro diabetiky, žvýkačky, zavařeniny, majonézy, hořčice, stolní sladidla, vitaminové přípravky, zubní pasty, ústní vody nebo pomády na rty.

- Zdravotní rizika – u březích zvířat prokázán vliv na vznik rakoviny u mláďat, u lidí však toto nebylo prokázáno, přesto je doporučeno jeho konzumaci v těhotenství omezit.

Neohesperidin – bílý prášek, vzhledem připomíná mouku. Vyrábí se extrahováním flavonoidů ze slupek hořkých pomerančů. Je až 1500x

sladší než cukr, vyznačuje se lékořicovou příchutí. Velmi termostabilní látka, proto je vhodná pro přípravu pekárenských produktů.

- Použití - pekařské výrobky, nápoje, snídaňové cereálie, sýry, žvýkačky, koření, rybí produkty, zmrzliny, želé, jamy, mléčné výrobky, ovocná piva, zubní pasty, ústní vody. Používá se také jako přísada do krmiv.

- Zdravotní rizika – nejsou známy žádné nežádoucí účinky.

Stévie – *Stevia rebaudiana Bertoni* (jako první ji popsal švýcarský botanik Moisés Santiago Bertoni), rostlina patřící do stejné skupiny rostlin jako slunečnice a endivie, původem ze Střední a Jižní Ameriky patří, kde byla po staletí využívána jako tradiční sladidlo; přidávala se do bylinných čajů a různých nápojů. V listech jsou přítomny dvě hlavní sladce chutnající glykosidické sloučeniny: steviosid a rebaudiosid A, které jsou 200-300 krát sladší než cukr. Izolují se ze sklizených stéviových listů několikasupňovým postupem: sušení, macerace, srážení a odbarvování, iontová výměna a vícenásobná krystalizace. Od roku 2011 je schválena k používání v zemích EU.

- Použití – stolní sladidlo, výroba nápojů

- Zdravotní rizika – nebyly prokázány karcinogenní, mutagenní ani teratogenní účinky, ani alergické reakce

Sukralóza – bílý prášek, o sladivosti cca 500x vyšší než běžný cukr, vyrábí se ze sacharózy, přičemž tři hydroxylové skupiny v molekule sacharózy jsou nahrazeny atomy chlóru. Jedno z tepelně nejstabilnějších sladidel. Sukralóza se používá jako náhrada cukru buď samostatná nebo v kombinaci s ostatními náhradními sladidly, např. aspartamem či acesulfamem K.

- Použití – stolní sladidlo, pekařské produkty, směsi na pečení, sladkosti, mléčné výrobky, žvýkačky, konzervované ovoce.
- Zdravotní rizika – nebyla prokázána.

Některé z látek se stále ještě zkoumají, není u nich potvrzen ani vyvrácen negativní vliv na zdravý vývoj plodu. Používání umělých sladidel se proto těhotným, kojícím ženám a dětem do 3 let věku nedoporučuje.

Kalorická sladidla – obsahují energii. Mají podobnou chemickou strukturu jako glukosa nebo sacharosa, mají vliv na hladinu glykémie, po jejich požití stoupá pomaleji než po glukose nebo sacharose. Mají obdobnou sladivost jako cukr, nezpůsobují tvorbu zubního kazu. Řadíme sem tyto druhy: sorbitol, maltitol, mannitol, isomalt, xylitol.

Isomalt – cukerný alkohol s nízkým glykemickým indexem, vyrábí se z cukrové řepy. Nepodporuje vznik zubního kazu, má zhruba poloviční sladivost oproti cukru. Zvyšuje sladivost syntetických sladidel.

- Použití - výroba nízkenergetických potravin, cukrovinek, zmrzlin, dezertů, džemů, dortových krémů, žvýkaček, čokolády, není povoleno u dětské výživy, ryb, likérů. Dále se používá jako protispékavá látka.
- Zdravotní rizika – při nadměrné konzumaci může vyvolat žaludeční potíže, nadýmání, průjmy

Laktitol – vyrábí se z laktózy, obsahuje 50 % kalorickou hodnotu oproti sacharóze, sladivost je oproti ní cca 40 %. Pro svoji nízkou sladivost se téměř nepoužívá samostatně ale v kombinaci s jinými sladidly. Dále je využíván jako plnidlo v nízkokalorických potravinách.

- Použití – cukrovinky, žvýkačky, instantní potraviny, nápoje
- Zdravotní rizika - nadměrné konzumaci může vyvolat žaludeční potíže, nadýmání, průjmy

Maltitol – bílá, krystalická látka, průmyslově se vyrábí kvašením maltózy, sladivost dosahuje

70 – 90 % glukosy. Stimuluje růst probiotických bakterií v tenkém střevě. Nezpůsobuje kažení zubů.

- Použití – součást stolních sladidel, žvýkačky, sladkosti, mražené krémy.

- Zdravotní rizika - při nadměrné konzumaci může vyvolat žaludeční potíže, nadýmání, průjemy.

Mannitol – bílá, krystalická látka, průmyslově se vyrábí kvašením glukózy a maltózy pomocí bakterií *Lactobacillus intermedius*. Mannitol je velmi vhodný jako náhradní sladidlo pro diabetiky (nezvyšuje hladinu inzulínu) a má menší kalorickou hodnotu než cukr.

- Použití: výrobky bez cukru, sladkosti, cukrové polevy, džemy, želé, nebo se používá na povrch cukrovinek (nepohlcuje vzdušnou vlhkost), žvýkačky. Používá se také jako stabilizátor, rozpouštědlo pro barviva a aroma, zvlhčující látka a plnidlo.

- Zdravotní rizika - při nadměrné konzumaci může vyvolat žaludeční potíže, nadýmání, průjemy.

Sorbitol – látka bílé barvy, vyskytující se jak v krystalické tak tekuté formě, vyrábí se hydrogenací glukózy. Sladivost oproti cukru je nižší o cca 50 %, Bakterie v ústech ho hůře rozkládají, čehož se využívá do žvýkaček, které nezpůsobují vznik zubního kazu. Používá se jako sladidlo, stabilizátor, absorbuje vodu, při tepelném zpracování nevytváří hnědé zbarvení.

- Použití – bonbóny bez cukru, sirupy, džemy, sušené ovoce, zmrzliny, moučníky, ústní vody, zubní pasty. v medicíně se používá k redukci vody v těle a při nitrožilním stravování.

- Zdravotní rizika – Ve vyšších dávkách může způsobovat střevní potíže, průjmy, nadýmání nebo plynatost, u citlivých osob může působit jako projímadlo.

Xylitol – Přírodní látka, téměř stejně sladká jako sacharóza, dříve vyráběná z březového dřeva (odtud název březový cukr). Nyní se získává z rostlinné hemicelulózy (z kukuřice, malin, švestek). Má příznivé účinky na zuby, využívá se při prevenci zubního kazu.

- Použití – stolní sladidlo, žvýkačky, cukrovinky, čokolády, marmelády, zubní pasty.

- Zdravotní rizika – u člověka nebyly zjištěny negativní účinky na zdraví, u psů může nadměrný příjem vést až k selhání ledvin.

Přehled umělých sladidel

Obchodní název	Účinná látka	Sladivost	Poznámka
Dianer	sacharin	1tbl. = 1kostka cukru	vhodný i pro tepelnou úpravu
Dias	sacharin	1tbl. =	

		1kostka cukru	
Diafan	sacharin	15 ml = 0,15 cukru	tekuté sladidlo, žádná energie
Sualin	sacharin, aspartam	1tbl. = 1kostka cukru	při dlouhé tepelné úpravě se sladivost zmenšuje
Clio premium	sacharin, aspartam	1tbl. = 1kostka cukru	
Diachrom	aspartam, laktosa	1tbl.= 1 kostka cukru	
Irbis sweet	aspartam, laktosa	1tbl. = 1 kostka cukru	1tbl.= 1,5 kJ, při tepelné úpravě ztrácí sladivost
Irbis big sweet	aspartam, sacharosa	1 lž. = 10 lž. cukru	1 lžička = 85kJ, vhodný na dlouhodobou tepelnou úpravu
Irbis snow flake	aspartam, maltodextrin	1lž. = 1lž. cukru	1 lžička=8kJ

Kandisin	sacharin, acesulfam K	1tbl. = 1 kostka cukru	
Vitar sweet	aspartam, maltodextrin	1:1 nebo 3:1 (39kJ)	
Cukřenka bez cukru	aspartam, maltodextrin	1lž. = 1lž. cukru	
Sorbit	sorbitol, může být přidán sacharin	2lž. = 1lž. cukru	100 g = 155 kJ
Cukren	sukralosa	1tbl. = 3,6 g cukru	použití pro vaření, pečení, zavařování, pasterizaci
Stevia !N	steviosid, rebaudiosid, laktosa	1 lž. = 4 lž. cukru	
Sladík	rebaudiosid, steviosid	1 tbl. = 1 kostka cukru	
Stevia tabs	rebaudiosid, steviosid	1 tbl. = 1 kostka cukru	

Přehled sladidel povolených v ČR

Číslo E	Název
E420	sorbitol, sorbitol sirup
E421	mannitol
E950	acesulfam K
E951	aspartam
E953	isomalt
E954	sacharin
E955	steviosil
E957	thaumatin
E959	neohesperdindihydrochalkon
E965	maltitol
E966	laktitol
E977	xylitol

Autorem je Jan Hutař

*ZDROJ:

- 1) SVAČINA, Štěpán. a kol. *Klinická dietologie*. Praha: Grada, 2008.
- 2) Kohout, Ryšavý, Šerclová. *Vybrané kapitoly z klinické výživy I.* Praha: Forsapi, 2010
- 3) Kvapil M et al. Aspartam, hrdina z báji. *Diabetologie* 2013. Triton, Praha 2013
- 4) <http://www.eufic.org/article/cs/page/FTARCHIVE/artid/sladidla-sladki-zivot/>
- 5) <http://www.eufic.org/article/cs/page/FTARCHIVE/artid/The-role-of-low-calorie-sweeteners-in-weight-management/>
- 7) www.bezpecnostpotravin.cz
- 6) www.fansladidla.cz

VÝZNAMNÉ DNY A VÝROČÍ V ČERVNU

- 1. 6. Mezinárodní den dětí
- 4. 6. Světový den životního prostředí
- 8. 6. Světový den oceánů
- 10. 6. Významný den ČR – Vyhlazení obce Lidice v roce 1942
- 14. 6. Světový den dárců krve
- 17. 6. Den otců
- 21. 6. Svátek hudby
- 27. 6. Významný den ČR – Den památky obětí komunistického režimu – výročí popravy Milady Horákové v roce 1950

- 1. 6. 1948 se narodil **Tomáš HALÍK** (70. výročí), teolog a publicista,
- 8. 6. 1893 se narodila **Marie PUJMANOVÁ** (125. výročí), prozaička a básnířka (zemřela 19. 5. 1958),
- 11. 6. 2013 zemřel **Jan KAŠPAR** (5. výročí), herec, člen Divadla Járy Cimrmana (narozen 6. 9. 1952),
- 14. 6. 1798 se narodil **František PALACKÝ** (220. výročí), politik, historik, obránce jazyka českého (zemřel 26. 5. 1876),
- 19. 6. 1623 se narodil **Blaise PASCAL** (395. výročí), francouzský přírodovědec a filozof (zemřel 19. 8. 1662),
- 25. 6. 1903 se narodil **George ORWELL**, vlastním jménem Eric Arthur Blair (115. výročí), anglický prozaik a esejista (zemřel 21. 1. 1950).

*Zdroj textu: http://kjm.data.quonia.cz/kalendarium_2018_web.pdf

PŘÍBĚHY PRO POTĚCHU DUŠE

PAVOUČÍ DĚTI

Sotva maminka s čtyřletým Marečkem přijeli na jaře na chalupu, zahájila lov pavouků, kteří všude nasoukali spoustu pavučin. Mareček se jich zastával: „Ty malinké pavoučky nezabíjej.“

Ale maminka odporovala: „Cožpak nevidíš, jak jsou oškliví?“

„Ale svým maminkám se určitě zdají roztomilí,“ ukončil rozhovor Mareček.

*Zdroj textu: Bruno Ferrero – Příběhy pro potěchu duše



FOTOGALERIE



PRANOSTIKY

Prší-li na Ladislava, deště čeká nás záplava.

Na svatého Ivana déšť neví co roupama.

Když Alois léto přivleče, louka se skvěle poseče.

Červen kapavý všechno napraví.

Je-li červen deštivý, krásný červenec nás navštíví.

*Zdroj textu: <http://www.pranostik.cz/pranostiky-na-cerven/>

ROZHOVOR

Rádi bychom Vám prostřednictvím Děčka a krátkého rozhovoru představili pracovníky našeho domova, se kterými máte možnost se denně setkávat. V následujícím rozhovoru se můžete dozvědět víc o:

JAN HUMLÍČEK



Mohu Vás poprosit o krátké představení se našim čtenářům?

Dobrý den všem čtenářům Děčka. Jmenuji se Jan Humlíček, je mi 55let. Mám vystudovanou střední zdravotnickou školu a atestaci v oboru intenzivní péče. Pocházím z Maršovic, což je v současné době část Nového Města na Moravě. S partnerkou bydlíme v rodinném domku se zahradou a dvěma psy.

Kdy jste se dostal k práci v domově?

V Domově pro seniory pracuji od roku 2016, kdy jsem nastoupil na pozici vedoucího úseku přímé péče. Před nástupem do domova jsem neměl velké zkušenosti s vedením, ale byla výzva zkusit něco nového. Práce je založena hlavně na komunikaci s lidmi, jak personálem, tak s klienty domova. Dříve jsem pracoval na Záchranné službě a na Urgentním příjmu. Z obou pozic jsem si odnesl cenné zkušenosti.

Co rád děláte ve volném čase?

Ve volném čase se věnuji svým dvěma psům, německým ovčákům Rexíkovi a Ronečce. Mám rád Vysočinu a podnikám s partnerkou výlety po okolí. Také mne učarovaly lázeňská města a Františkovy Lázně jsou mojí srdeční záležitostí. Můj relax je řízení auta. Odpočínu si, načerpám síly a také něco vidím. Ještě by se mi líbila motorka, ale partnerka je proti. Tak nevím, jestli se jí někdy dočkám. Uvidíme. Věnuji se také vnoučatům, ale nevidám je moc často.

Jak by vypadal Váš ideální den?

Svůj ideální den si představuji strávený ve společnosti rodiny, psů a třeba grilování pod pergolou. Někdy se sejdeme s přáteli na Maršovské Rychtě, kde si dáme dobré pivo. Mám rád koncerty rockových kapel. Naposledy jsem byl na koncertě skupiny Olympic, kde jsem si zavzpomínal na dřívější léta.

Kdo je Vaším životním vzorem?

Svůj konkrétní životní vzor nemám, ale je jím každý, kdo je poctivý, pracovitý a zodpovědný za své jednání. Mám rád lidi přímé a pravdomluvné.

HRADY A ZÁMKY

LEDNICE

První zmínka pochází z roku 1222, kdy zde stála gotická tvrz, kterou český král Václav I. propůjčil roku 1249 rakouskému šlechtici. Dalšími majiteli se na dlouhou dobu stali Lichtenštejnové.

V 16. století vlastnili Lednici Kryštof z Lichtenštejna zvaný Rozmařilý, který chtěl panství roku 1571 prodat, ale jeho poddaní se z obavy z nové vrchnosti obrátili na císaře, a ten prodej nepovolil. Císař potom sám Lednici držel až do roku 1575, kdy ji zpět získal Hartmann II. z Lichtenštejna.

Roku 1601 se Lednice stala rodovým majetkem Lichtenštejnů a jako nejstarší ji zdědil Karel I., který byl roku 1608 povýšen do knížecího stavu a po bitvě na Bílé hoře se stal českým místokrálem.

Od roku 1836 patřila Lednice Aloisi Josefu II., jenž byl císařským vyslancem na korunovaci anglické královny Viktorie. Roku 1858 Alois Josef II. zemřel a téhož roku nabyli plnoletosti jeho syn Jan Josef II., který Lednici vládl 71 let až do roku 1911, kdy panství přešlo na Františka Josefa z Lichtenštejna. Od roku 1945 je zámek v majetku státu.



Legenda o praotci Lichtenštejnů

Praotec Lichtenštejnů, který žil před mnoha staletími, byl chudý horník a celé dny v podzemních štolách doloval rudu. Byl to člověk poctivý a velmi pracovitý. Svou urputnou prací si však vydělal jen na skromné živobytí. Nikdy si nestěžoval, jenom doufal, že se mu snad povede lépe. Jednou zase kopal v podzemí, když tu se mu zjevila víla. Vzala horníka za ruku a dovedla ho na samý konec dávno opuštěné

štoly. Jakmile se zastavila, řekla: „Zde kopej.“ A zmizela. Horník tedy nelenil a pustil se do díla.

Sotva párkrát dopadl krompáč na tvrdou skálu, ulomil se z ní krásný kámen. Horník ho zvedl a kámen se mu v dlani rozsvítil jako tisíc hvězd. Byl to drahokam. Praotec Lichtenštejnů chvíli stál s pokladem v ruce a přemýšlel, co s ním provede. Po krátkém zamyšlení usoudil, že drahokam odnese knížeti, kterému patří půda, kde kope.

Vydal se na knížecí hrad, stanul před knížetem a předal mu poklad. Kníže byl potěšen horníkovou poctivostí, kámen mu vrátil a k tomu mu ještě přidal kus země, kde horník začal hospodařit jako svobodný pán.

Podle drahého kamene si potom on i jeho potomci začali říkat páni z Lichtenštejna.

BYLINKY

JAHODNÍK OBECNÝ

Kdo by neznal a neměl rád toto ušlechtilé ovoce, k jehož vynikající chuti se přidává i krásný vzhled? Pěkné a působivé jsou především plody, ale ani listy se svým tvarem nedají v kráse zahanbit.

Avšak pozor, k léčebným účelům používáme výhradně lesní jahody. Všechny zahradní jsou z tohoto hlediska pouze prázdnou dobrotou.

Jahodníkové lístečky sbírám hned zjara, dříve než rostlina začne kvést, ale nejpozději do začátku kvetení. V té době jsou pěkně svěže zelené a plné účinných látek. Listová droga se dá koupit i v lékárně a v drogerii, dávám však přednost vlastnímu sběru, neboť jahodník velmi potřebuji. Mnohé recepty doporučují fermentaci listů, které se potom více podobají ruskému čaji. Já to však nedělám, neboť je mi líto zahřívát tyto krásné zelené lístečky a určitě to ublíží i jejich léčivé síle.



Chvála jahodového čaje nemá konce, protože čaj je nejen lahodný a chutný, ale i mimořádně zdravý. Proslulý botanik Linné jím léčil například dlouhotrvající dnu. Jahodník pomáhá při léčení mnoha chorob, například při průjmech a cévních obtížích, při hemeroidech a

zánětlivých onemocněních i při chudokrevnosti. Jeho hlavní přednost spočívá v širokém a všestranném působení na celý organismus. Můžeme jej užívat neomezeně, tím se stává nejdůležitější, zdravotně preventivní rostlinou. Každý, kdo si chce zachovat zdraví, měl by častěji místo černého čaje nebo kávy vypít jahodový čaj.

Je výborný i samostatně, ještě lepší je v kombinaci s plody šípku a listy borůvky, maliníku a ostružiníku.

V sezóně je třeba jíst co nejvíce plodů. Známé jsou takzvané jahodové dny – jeden až tři dny jíst jen jahody, které dokáží výborně pročistit a zregenerovat celý organismus. Plody obsahují značné množství vitamínů (A, B, C), působí mírně močopudně, čistí krev, upravují trávení a stolicí. Známe i ojedinělé případy, kdy organismus některých lidí reaguje na jahody vyrážkami a svěděním. V takovém případě můžeme používat pouze čaj z listů.

Autorkou je Aurélia Dugasová

*Zdroj textu: Babiččiny bylinky – Aurélia Dugasová, Dionýz Dugas

POVĚSTI Z VELKÉHO MEZIŘÍČÍ

JAK HASRTMAN MUSEL SLOUŽIT

Ve vsi Černá sloužil u sedláka pacholek. Bylo jaro a musel orat. Ale práce šla příliš pomalu, volí chodili tuze líně, že si pacholek div nezoufal. Myslel si, že dobytek je hladový a pustil ho proto na pastvu

na blízkou louku. Sám si zatím sedl na mez a díval se kolem. Spatřil pár krásných koní, kteří volně pobíhali po mezi. Hned si pomyslel, že by to byla jiná práce, kdyby místo volů měl zapřažené koně. Skočil k volům a sejmul jim chomouty, pak se rozběhl ke koním a hodil jim ohlávky na krk. Koně šli za ním jak ovečky a když je přitáhl k pluhu, táhli jako šrouby. Brázda za brázdou přibývala a pacholek byl s polovinou práce hotov do oběda.



„Teď si můžete zase odpočinout,“ řekl koním. Sejmul jim ohlávky a zapřál zase voly a s těmi pole do večera dooral.

Pak se radostně ohlédl – a ztrnul. Tam, kde oral s voly, brázdy byly. Kde pluh táhli koně, bylo pole nedotčené.

Pacholek doma vypravoval hospodáři, co se mu stalo.

„Milý hoch, myslím, že ti koně byli proměnění hastrmani a že si z tebe udělali žert.“ Všichni kolem stolu tomu uvěřili.

Když přišla sobota, vydal se chasník za svým děvčetem, které sloužilo v Netíně. Cesta ho vedla přes mez, na které onehdy chytil koně. I teď se zas jeden z nich tam popásal.

„No, počkej, teď si vynahradím, cos mi provedl,“ řekl si pacholek.

„Orat s tebou nebudu, teď mě doneseš k mé milé.“

Koně chytil snadno, vyskočil na něj a radoval se, jak brzy bude u děvčete a že si k němu přijede jako zeman. Ale jak dosedl, začal se kůň vzpírat, běhal a skákal jako posedlý a nakonec se začal válet v trávě.

Pacholek spadl dolů a natloukl se. Jen s námahou se dobelhal zpět.

„Vidíš, to byl zase hastrman. Má na tebe nějak spadeno,“ řekl mu hospodář.

„Však už mne víckrát nenapálí,“ dušoval se pacholek. „Dnes to bylo naposledy.“

Když přišel podzim, dal se hospodář do stavby nové stodoly. Kámen vozili z daleko a šlo to pomalu a těžce. Tu si pacholek vzpomněl, že je hastrmanovi dlužen oplátku za jeho žerty. Opatřil si ohlávku z lipové kůry, schoval se v křoví u rybníka a čekal, až kůň – hastrman přijde zase na pastvu.



Dlouho nečekal. Krásný bělouš přiklusal a začal se pást. Pacholek vyskočil, hodil mu lipovou ohlávku na krk a kůň šel poslušně s ním.

Od toho dne ho pacholek stále zapřahal do vozu, kterým vozil kámen na stavbu a jezdil s ním, až dovezl

poslední kousek. A po celý čas koně ani nekrmil, ani nenapájel. Když byla práce hotova, pustil koně na svobodu.

Ten přeskočil cestu a pádil přes luka k rybníku. Na hrázi se proměnil v zeleného mužíčka, zlostně zaprskal a skočil do vody.

Od té doby se už nikdy neukázal.

*Zdroj textu: Pověsti z Velkého Meziříčí a okolí. Ilustroval Oldřich INOCHOVSKÝ. Žďár nad Sázavou: M. Smejkal, 1996.

*Zdroj obrázků: <https://www.google.cz/>

VTIPY



Víte, kolik klokanů vyskočí výš než mrakodrap?

Všichni, mrakodrap skákat neumí.

Ptá se učitel dějepisu:

„Co víme o lidech, kteří žili ve starověku?“

„Že už všichni umřeli.“

Velitel se ptá vojáka:

„Kolikrát jste seskočil padákem?“

„Jedenkrát, pane veliteli!“

„Ale v záznamech máte napsáno, že desetkrát!“

„Hlásím, že devětkrát jsem byl z letadla vyhozen!“

Stará dáma u přepážky předložila šek.

„Tady se prosím podepište,“ reaguje úředník.

„Jak to mám napsat?“

Stejně, jako byste se podepsala na dopis.“

A stará dáma napsala:

„Vaše milující teta Miluška.“

„Člověče, potřeboval bych nějakého odborníka na GDPR, neznáš nějakého?“

„Jo, jednoho znám, to je perfektní odborník na tyhle věci.“

„To je skvělé, přesně někoho takového potřebuju. Dáš mi na něj kontakt?“

„No, to právě nemůžu.“

Baví se dvě kamarádky:

„Kdo tě tak pokousal?“

„Můj pes.“

„A jak se ti to stalo?“

„Vrátila jsem se domů od kadeřníka a on mě nepoznal.“

*Zdroj textu: <https://www.alik.cz/v>