

PROSINEC 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.domovvm.cz](http://www.domovvm.cz)

## OBSAH

|                                            |    |
|--------------------------------------------|----|
| Blahopřání na prosinec.....                | 3  |
| Ze života domova .....                     | 4  |
| Stálá nabídka měsíce .....                 | 4  |
| Co se dělo u nás v domově v listopadu..... | 7  |
| Pozvánka na akce v prosinci .....          | 9  |
| Z kuchyně .....                            | 10 |
| Významné dny a výročí v prosinci .....     | 15 |
| Příběhy pro potěchu duše .....             | 16 |
| Pranostiky .....                           | 17 |
| Fotogalerie .....                          | 18 |
| Ježíškova vnoučata .....                   | 19 |
| Rozhovor .....                             | 21 |
| Tiskové zprávy .....                       | 24 |
| Pověsti z Velkého Meziříčí .....           | 25 |
| Vtipy .....                                | 28 |
| Básnička .....                             | 29 |
| Křížovka .....                             | 31 |

## **BLAHOPŘÁNÍ NA PROSINEC**

**Marie ZEZULOVÁ**

**František JAŠA**

**Eva SUCHÁ**

**Miloslava KUČEROVÁ**

**Marie ZADÁKOVÁ**

**Jaroslav LIPKA**

**Ludmila SLÁDKOVÁ**

**Antonín NEVRKLA**

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

**Obyvatelé a zaměstnanci domova.**



## **ZE ŽIVOTA DOMOVA**

**V měsíci listopadu odešli:**

Pan Leo Hasoň 6. 11. 2018

**V listopadu přišli noví obyvatelé:**

Paní Marie Smutková z Velkého Meziříčí

## **STÁLÁ NABÍDKA MĚSÍCE**



- **POJÍZDNÁ PRODEJNA – PROVOZ UKONČEN**

**Vážení obyvatelé,**

**omlouváme se, ale pojízdná prodejna k domovu od prosince již nebude jezdit. Majitel Pekařství Řečice Josef Částka oznámil, že je nucen ukončit provoz pojízdné prodejny z ekonomických důvodů.**

- **PŮJČOVÁNÍ KNIH**

Pokud máte o nějakou knihu zájem, kontaktujte přímo recepci nebo svého klíčového pracovníka, který informaci předá.

## • 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 |
| Čtvrtek | 10:00 | vaření                             |
|         |       | společenské hry                    |
|         |       | výuka Univerzity třetího věku      |
|         | 11:20 | pojízdná prodejna s pečivem        |
|         | 13:00 | výuka Univerzity třetího věku      |
|         | 15:00 | výuka Univerzity třetího věku      |
| Pátek   | 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.

Schránky důvěry v domově naleznete:

- V 1. poschodí – u vstupu do terapeutické zahrádky
- Ve 2. poschodí – u schodiště při vcházení na chodbu 2B
- Ve 3. poschodí – u schodiště na brance s fototapetou plotu

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

- **PROSTORY K VOLNOČASOVÉMU VYUŽITÍ**

- Zahrádka za domovem s pískovištěm
- Atrium v přízemí
- Venkovní terasy ve 3. poschodí
- Společenské místnosti v každém podlaží
- Kaple ve 3. poschodí
- Dětský koutek ve vstupu do zahrady a na 2. B
- Park – otevřený od dubna do října



## CO SE DĚLO U NÁS V DOMOVĚ V LISTOPADU

Listopad jsme v domově zahájili vzpomínkou na zemřelé klienty. V pátek 2. listopadu, na Dušičky, proběhl Vzpomínkový den v kapli. Vzpomínka se uskutečnila před mší svatou.

V úterý 6. listopadu domovem zavoněly bramboráky. Obyvatelé domova připravovali tuto tradiční pochoutku společně s pracovníci terapií.

Ve čtvrtek 8. listopadu se konala univerzita třetího věku společně s panem RNDr. Milanem Kameníkem.

Při pravidelném ranním cvičení čekalo na obyvatele domova překvapení v podobě Martina na bílém koni. Každoroční příjezd Martina do domova už je tradicí, obyvatele vždy pozdraví a potěší svou návštěvou.

13. listopad je známý jako Den laskavosti a v tento den nás navštívili žáci ze Základní školy a Praktické školy Velké Meziříčí, se kterými jsme si společně opekli buřty. Milá návštěva nás také překvapila hudebním vystoupením.

Na Den laskavosti se také konal tradiční zahradnický kroužek, který zaštiťují Chaloupky pod vedením paní Tomandlové. Na tematickém podzimním kroužku se pekla jablka s ořechy a také se vyráběla polévková směs.

Setkání seniorů v Jupiter Clubu, které pořádá velkomeziříčský Dům s pečovatelskou službou, se letos uskutečnil 14. listopadu. K tanci a poslechu zahrál Jiří Helán.

V pondělí 19. listopadu se uskutečnila už třetí beseda pro rodiny a žadatele. Tentokrát přijala pozvání Mgr. Markéta Fuchsová. Tématem byla paliativní péče v domovech pro seniory.

Hity Heleny Vondráčkové, Marie Rottrové a Evy Pilarové zazněly domovem 21. listopadu. Písně zmíněných umělkyní přijela zazpívat brněnská zpěvačka Jana Slavíková.

22. listopadu se opět konala výuka na univerzitě třetího věku. Přednášku s názvem Labutě a Temže navštívila široká veřejnost i klienti domova. Odpoledne téhož dne za námi přijel místní folklorní soubor Horáčan, který předvedl písně a tance z Velkého Meziříčí a okolí.

Žáci ze ZŠ Školní přišli do domova v pátek 23. listopadu. Žáci tvořili společně s obyvateli domova vánoční skřítky a stromečky. Velké poděkování patří paní učitelce Kubátové, která si pro nás celý program připravila.

V pondělí 26. listopadu se uskutečnila vernisáž zapůjčených fotografií od Kraje Vysočina. Fotografie, na kterých naleznete spřátelené regiony Kraje Vysočina, si můžete prohlédnout podél atria v prvním a druhém poschodí. U příležitosti vernisáže byla také představena kampaň na třídění odpadu. Třídící boxy můžete nalézt na



chodbě u vstupních dveří domova a od 3. prosince také na každém pokoji v domově. Článek o proběhlé vernisáži naleznete také v tomto vydání Děčka.

## **POZVÁNKA NA AKCE V PROSINCI**

### **Prosinec – březen**

Výstava fotografií podél atria – Vysočina a partnerské regiony

### **5. prosince/ středa**

Mikulášská nadílka s denním stacionářem Nesa

### **6. prosince/ čtvrtek**

Výuka na univerzitě třetího věku a Barevné Vánoce na KÚ Jihlava

### **7. prosince/ pátek**

Mše svatá se bude konat dopoledne od 10.30 hodin

### **10. – 18. prosince**

Vánoční bleší trh

### **11. prosince/ úterý**

Adventní setkání s Kooperativou a děvčaty z VÚ

### **13. prosince/ čtvrtek**

Besídka se ZŠ Oslavickou a ZUŠ Velké Meziříčí

### **17. prosince / pondělí**

Adventní setkání obyvatel a zaměstnanců domova

### **18. prosince/ úterý**

Besídka s MŠ Oslavickou

**20. prosince/ čtvrtek**

Výuka na univerzitě třetího věku

## **Z KUCHYNĚ**

### **ČOKOLÁDA**

**Sychravé podzimní dny za oknem nás svádějí k tomu, dopřát si nějaké to pohlazení po duši. Řada z nás k tomuto účelu sáhne právě po čokoládě, jeden pak zápasí s výčitkami svědomí, že se prohřešil zdravé stravě, jiný zas tvrdí, že sama čokoláda vlastně zdravou stravou je. Kdo má tedy pravdu?**

Dalo by se říci, že vlastně oba, neboť i tady platí, že neexistují nezdravé potraviny, pouze nezdravá množství. Bylo by ale škoda právě čokoládu odbýt tak prostým tvrzením, vždyť první zkušenosti lidstva s čokoládou pocházejí už z doby více než před třemi tisíci lety, kdy indiáni pěstovali v pralesích dnešního Mexika kakaovníky (*Theobroma cacao*), stromy plodící hořké a kyselé kakaové boby, které starověké civilizace používaly nejen jako potravinu, ale také s nimi platily. Za 100 bobů se dal koupit krocan, za 30 bobů králík, ryba stála 3 boby a rajče 1 bob. Aspoň takové kurzy měli staří Aztékové, kakao bylo využíváno i při náboženských obřadech. Kakaovník byl posvátným stromem už v Mayské civilizaci, odkud také pochází první recept na výrobu čokolády, dá-li se tak nazvat mayská pověst, podle které lesní mravenci uloupili kakaové boby v chrámu

bohů a odnesli je indiánům. Ti se pak naučili boby pražit, mlít a míchat s kukuřičnou moukou a medem. U toho však nezůstalo a nápoj z kakaového prášku se různě dochucoval, například vanilkou, pepřem nebo chilli kořením. S objevením Ameriky poznali čokoládu i Evropané, vděčíme za to španělskému dobyvateli Hernandu Cortézovi, který ji dovezl do své vlasti. Čokoláda se ve Španělsku rychle stala módní záležitostí a tato vlna se šířila dále do světa. Stále však ve formě horkého nápoje, první tabulka čokolády se objevila až v roce 1847. Může za to holandský lékárník Conrad van Houten, který dokázal oddělit kakaové máslo z kakaové hmoty a sestrojil na to lis. Další čokoládové objevy pochází ze Švýcarska, kde Daniel Peter v roce 1875 vyrobil první mléčnou čokoládu, k tomu použil sušené mléko. O čtyři roky později vznikla čokoláda, která se rozpouštěla na jazyku – Fondant Schokolade, vyrobil ji opět Švýcar, Rodolphe Lindt. K největšímu rozšíření čokolády došlo po obou světových válkách. A jak vlastně přišla ke svému jménu? Kakao pochází ze slova kakawa, kterým indiáni z kmene Olméků označovali kakaovník a jeho plody, čokoláda pochází od Aztéků, vznikla ze slova xocoatl což znamená kyselá (xococ) voda (atl).



Historickou exkurzi máme za sebou, pojďme se podívat na výrobu. Vše začíná sklizní kakaových bobů, které dozrávají během celého roku, hlavní sklizně však probíhají v květnu a v listopadu. Boby se musí zbavit slupky a poté vysušit, aby mohly postoupit k dalšímu zpracování, což znamená pražení a následné mletí na prášek připomínající pastu, obsahuje totiž ještě kakaové máslo. Vzniklá hmota se dále lisuje, což má za následek oddělení právě kakaového másla. Výsledný produkt lze rozmělnit na kakao, nebo kakaové máslo přidat zpět ke kakaové sušině, čímž vzniká primární čokoláda. Ta se pak zjemní procesem konšování, což je hnětení čokolády při teplotě mezi 60 -75°C po dobu až tří dnů, čímž čokoláda získává jemnou konzistenci, výrobek se poté zchladí, aby v čokoládě dobře ztuhlo kakaové máslo. Do takto připraveného čokoládového polotovaru se přidává cukr, sušené mléko, lecitin pro zvýraznění chuti, a další přísady jako ořechy, ovoce, alkohol či koření.

Druhy čokolády:

- **hořká čokoláda** – jinak také pravá čokoláda, obsahuje nejméně 35 % kakaové sušiny, obecně se za kvalitní považuje čokoláda s obsahem kakaava vyšším než 50 %
- **mléčná čokoláda** – musí obsahovat nejméně 25 % kakaové sušiny, kvalitní mléčná čokoláda pak obsahuje minimálně 30 % kakaových a 14 – 25 % mléčných součástí
- **bílá čokoláda** – neobsahuje pevné kakaové přísady, pouze kakaové máslo, kondenzované nebo sušené mléko a cukr, obsah kakaového másla musí být minimálně 20 %, v kvalitní bílé

čokoládě pak nejdeme alespoň 25% kakaového másla a minimálně stejné množství mléka

- **čokoláda s přísadami** – výše zmíněné druhy čokolád se obohacují o nejrůznější přísady, tou nejoblíbenější jsou oříšky, dále pak kandované ovoce, rozinky, ...



A co že to je ta kvalitní čokoláda?

Není to ta s nejvyšším obsahem kakaa, pokud je ho ve složení více jak 75 %, převládne hořká chuť kakaa nad ostatními složkami, tedy kakaovým máslem, třtinovým

cukrem, sušeným mlékem a vanilkou, což jsou mimo výše zmíněných přísad jediné složky opravdu dobré čokolády, z umělých přísad se toleruje pouze sojový lecitin, který zlepšuje konzistenci čokolády. Naopak by čokoláda neměla obsahovat umělá dochucovadla, vanilin, výplně jako sušenou syrovátku nebo lískooříškovou pastu. Ten největší rozdíl mezi dobrou a špatnou čokoládou však dělá tuk použitý při její výrobě. Tou správnou součástí čokolády je kakaové máslo, které je ovšem velmi drahou surovinou, proto bývá nahrazováno jiným tukem (mléčný, ztužený, palmojádrový, kokosový). Rozdíl poznáme podle zvláštní chuti a konzistence, čokoláda s náhražkovými tuky rychleji taje a je mazlavější. Hlavně však tyto tuky obsahují více nasycených mastných kyselin, jejichž



nadměrný příjem zvyšuje hladinu cholesterolu a také riziko srdečně-cévních onemocnění a obezity.

Dobrá čokoláda naopak díky složení kakaového másla působí jako prevence kardiovaskulárních chorob a snižuje krevní tlak. Evropský úřad pro bezpečnost potravin tak v roce 2012, na základě četných studií, vydal kladný posudek ohledně příznivého působení čokolády na kardiovaskulární systém. Dle švédské studie konzumace 50g čokolády týdně o 15 procent snižuje riziko mozkové příhody. Pozor by si ovšem měli dát všichni, kdo jsou citliví na obsah histaminu v potravinách, neboť čokoláda a kakao jsou jeho bohatým zdrojem, v takovém případě je lepší sáhnout po čokoládě bílé. Čokoláda je dále zdrojem minerálních látek, zejména hořčíku a fosforu, a také antioxidantů, z nichž stojí za pozornost flavanol, neboť tato látka obsažená v kakau, působí proti zhoršování paměti spojenému s narůstajícím věkem. Všechny pozitivní účinky však platí zejména u čokolády hořké, u ostatních druhů jsou zastíněny obsahem tuku a cukru, který nám naopak neprospívá

O čokoládě se také hodně mluví jako o pochutině způsobující dobrou náladu. Proč tomu tak je? Není bez zajímavosti, že člověk vyhledává sladké ve chvílích, kdy potřebuje nějak povzbudit či utěšit, neboť právě sladkou chuť má většina z nás spojenou od dětství s nějakou odměnou, úspěchem či příjemnou událostí a proto si právě sladkými potravinami tyto pocity navozujeme ve chvílích nepohody.



V případě čokolády však nejde jen o psychologický efekt, obsahuje totiž dopamin a serotonin, látky, které v mozku způsobují pocity štěstí a dobré nálady, stejně jako další látka obsažená v kakau – fenylethylamin, zvaný též „droga zamilovaných“. Ne nadarmo se tak říká, že nikdy není tak zle, aby to nesprávil kousek čokolády. Stejně jako v jiných případech ale platí, že je třeba vybírat kvalitní výrobky a hlavně nepřekračovat doporučené množství

*Autorem je Jan Hutař*

\*ZDROJ: <https://www.cokolada.cz>  
<https://www.cokomuzeum.cz/cz/muzeum/historie/historie-cokolady>, <http://cokolada.info/druhy-cokolad/>  
[https://www.vimcojim.cz/magazin/clanky/o-vyzive/Rozdil-mezi-nasycenymi-a-nenasycenymi-mastnymi-kyselinami\\_\\_s10010x9736.html](https://www.vimcojim.cz/magazin/clanky/o-vyzive/Rozdil-mezi-nasycenymi-a-nenasycenymi-mastnymi-kyselinami__s10010x9736.html)  
[https://www.irozhlas.cz/zivotni-styl/zdravi/cokolada-je-jako-drogy-v-lidskem-mozku-aktivuje-podobna-centra\\_1711101205\\_elev](https://www.irozhlas.cz/zivotni-styl/zdravi/cokolada-je-jako-drogy-v-lidskem-mozku-aktivuje-podobna-centra_1711101205_elev)  
<HTTP://WWW.SVYCARSKO.COM/PHOTO/TABULKY-SVYCARSKE-COKOLADY.JPG>, <HTTPS://WWW.COKOLADA-BONBON.CZ/WP-CONTENT/UPLOADS/2017/11/BONBONIERA-COKOLADA.JPG>

## VÝZNAMNÉ DNY A VÝROČÍ V PROSINCI

- 5. 12. Mezinárodní den dobrovolníků
- 6. 12. Mikuláš
- 11. 12. Světový den dětství
- 20. 12. Mezinárodní den lidské solidarity
- 24. 12. Štědrý den
- 25. 12. 1. svátek vánoční – Boží hod vánoční
- 26. 12. 2. svátek vánoční – Štěpán

**1. 12. 1968** zemřel **HUGO HAAS**, divadelní a filmový herec, režisér a scenárista (nar. 19. 2. 1901 v Brně) – 50. výročí úmrtí.

**7. 12. 1928** narozen **ZDENĚK MAHLER**, prozaik a scenárista – 90. výročí narození.

**8. 12. 1943** narozen **JAN KLÍMA**, historik a politolog – 75. výročí narození.

**12. 12. 1863** narozen **EDVARD MUNCH**, norský malíř (zemřel 23. 1. 1944) – 155. výročí narození.

**25. 12. 1938** zemřel **KAREL ČAPEK**, prozaik, dramatik, publicista a překladatel (nar. 9. 1. 1890) – 80. výročí úmrtí.

\*Zdroj textu: [http://kjm.data.quonia.cz/kalendarium\\_2018\\_web.pdf](http://kjm.data.quonia.cz/kalendarium_2018_web.pdf)

## PŘÍBĚHY PRO POTĚCHU DUŠE



### TAJEMSTVÍ

Dědeček s babičkou slavili zlatou svatbu. Na oslavu se shromáždila celá rodina, děti, vnoučata, prostě široké příbuzenstvo. Dědečka se ptali, zda má nějaký recept na tak dlouhé manželství. Starý pán na chvilku zavřel oči, a pak, jako by se probíral dávnými vzpomínkami, vyprávěl: „Lucie, moje žena, byla jediné děvče, které jsem kdy měl. Vyrostl jsem v sirotčinci a vždycky jsem musel tvrdě pracovat, abych si aspoň něco málo vydělal. Neměl jsem na chození s děvčaty čas, získala si mě teprve Lucie. Než jsem si stačil uvědomit, co se se mnou děje, požádal jsem ji o ruku.

Byli jsme oba velmi mladí. V den svatby, když jsme se vrátili z kostela, si mě vzal její otec stranou a dal mi do ruky malý balíček. Řekl mi: „To je všechno co potřebuješ ke šťastnému manželství.“

Byl jsem rozrušený a chvíli mi trvalo, než se mi podařilo dárek rozbalit. Byly v něm veliké zlaté hodinky. Opatrně jsem si je prohlížel. Na plášti měly vyrytý nápis, na který mi musel padnout pohled pokaždé, když jsem je chtěl otevřít a podívat se, kolik je hodin. Ta slova byla velmi moudrá.“

Stálo v něm: „Řekni Lucii něco pěkného.“

***Řekni něco pěkného člověku, kterého máš rád. Ted' hned.***

\*Zdroj textu: Bruno Ferrero – Osvěžení pro duši

\*Zdroj obrázku: [www.google.com](http://www.google.com)

## PRANOSTIKY

Na svatého Mikuláša už je celá zima naša.

Je-li na Silvestra větrno, bývá to dosti patrné.

Svatá Barborka, vyhání dřevo ze dvorka.

Dny nejkratší – svátky nejdražší.

Hřímání v prosinci větry, obroku hojně, pokoj a svornost znamená.

Svatý František, kapává ze stříšek.

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



## FOTOGALERIE





**JEŽÍŠKOVA VNOUČATA**  
**STAŇ SE JÍM I TY!**

## JEŽÍŠKOVA VNOUČATA

Ježíškova vnučata vznikla na podzim roku 2016. Novinářka Olga Štrejbarová si při jednom svém natáčení uvědomila, že opuštění lidé tvoří často až třetinu obyvatel domovů pro seniory. Vánoční dárek nedostali mnohdy roky a období svátků pro ně bylo spíš časem prázdnoty než radosti. Rozhodla se to změnit. Nápad byl na světě.

Spolu se svými přáteli a dalšími nadšenci a dobrovolníky, kteří se soustředili kolem facebookové skupiny Ježíškova vnučata dokázali splnit během dvou měsíců 600 vánočních přání babičkám a dědečkům v domovech pro seniory a dalších podobných zařízeních.

V roce 2017 se do organizace Ježíškových vnučat pustil Český rozhlas. Oslovil stovky domovů pro seniory, zdravotnických zařízení a pečovatelských služeb. O projektu odvysílal velkou informační kampaň a řadu reportáží.

Posluchači zareagovali fantasticky. To, co rozpoutali, nečekali ani největší optimisté.

13 084 doručených dárků – nejčastěji drobné věci – kosmetika, sladkosti, hry, oblečení, knížky, ale také počítače, rádia nebo televize. A mechanické a elektrické vozíky – těch bylo přes padesát. Hodně se

jich zaplatilo ze sbírky na Slevomatu, tam podporovatelé Ježíškových vnoučat mezi sebou vybrali 2 503 000 korun.

A pak to byla přání. Někdy trochu „bláznivá“, jindy relativně snadno splnitelná. Výlety do krajů dětství, návštěvy příbuzných, prohlídky památek, divadelní představení, ale taky například skok padákem, projížďka v závodním autě, zabíjačka, dovolená u moře nebo audience u papeže Františka. Takových přání bylo splněno celkem 1037.

Projekt dobrovolně podporovala řada známých osobností - Karel Gott, Eva Samková, Jiřina Bohdalová, Tomáš Klus, Lucie Bílá, Jiří Bartoška, Ewa Farna a další.

Přes 14 000 seniorů mělo před rokem o dost hezčí Vánoce. Plné překvapení a údivu. Pro mnohé z nich to byl totiž první dárek po letech.

O dědečky a babičky tady jde především. A je úplně jedno, zda jsou v domově, v nemocnici, nebo se o ně stará pečovatelská služba.

***Také náš domov se vloni i letos do projektu Ježíškova vnoučata zapojil. Obyvatelé si přáli sladkosti, kosmetické produkty nebo také různé společenské akce. Touto cestou bychom chtěli poděkovat všem Ježíškovým vnoučatům, která nás navštívila nebo potěšila naše obyvatele třeba zaslanými dárčky.***

\*Zdroj: <https://www.jeziskovavnoucata.cz/p/o-projektu>



## ROZHOVOR

Rádi bychom Vám prostřednictvím Děčka a krátkého rozhovoru představili pracovníky našeho domova, se kterými máte možnost se denně setkávat. V následujícím rozhovoru se nám představí **pracovnice vztahů k veřejnosti, pracovnice recepce:**

KRISTÝNA POKORNÁ



### **Mohu Vás poprosit o krátké představení se našim čtenářům?**

Jmenuji se Kristýna Pokorná a teď v prosinci mi bude 27 let. Pocházím z Kamenice u Jihlavy, ale již třetím rokem jsem provdána v Měříně. Mám čtyři mladší sourozence a s manželem nyní představujeme rodinný domek, kam bychom se rádi na jaře přestěhovali i s naším novým přírůstkem. Miminko by se nám mělo narodit začátkem února. Až do 21. prosince vám ale budu dělat společnost v domově a pak budu chodit na pravidelné návštěvy.

### **Jak jste se dostala k práci v domově?**

Ihned po dostudování bakalářského studia na Univerzitě Karlově jsem zkusila, zda není volné místo tady v domově. Shodou okolností zrovna hledali zástup za dlouhodobou nemoc a tak jsem nastoupila na pozici pečovatelky v říjnu 2015. A od ledna 2017 jsem se přesunula na recepci, kde jsem až do teď.

### **Co máte na své práci nejraději?**

Na své práci mám nejraději to, že není žádný den jako ten předešlý, a že je tak různorodá. Také mám moc ráda kontakt s lidmi, ne jen s veřejností, ale především s obyvateli domova.

## **Chystáte se na mateřskou dovolenou, jak probíhají u vás doma přípravy na miminko?**

Přípravy jsou zatím velmi střídme, mapuji situaci a dávám si dohromady seznam, co všechno budu potřebovat, ale vzhledem k tomu, že v současnosti bydlíme na více frontách, není to jen tak. Zatím vše pořizuji v neutrálních barvách, protože zdali to bude chlapeček nebo holčička se dozvíme, až přijde na svět. V současnosti je pro mě největší starostí co si obleču, protože jsem ze všeho vyrostla.

## **Co ráda děláte ve volném čase?**

Volného času teď příliš nemám, neboť veškerý čas padne na přestavbu, kde jsem samozřejmě spíše podporou než platnou pomocí. Dříve jsem ráda chodila na dlouhé procházky, ale teď k nim bohužel není ani fyzicka, ani počasí. Nyní jsem však objevila těhotenskou jógu, která mě moc baví. Ráda jezdím také plavat, oboje jsou činnosti zdravé jak pro miminko, tak pro mě. Ve volném čase také hlídám neteře a synovce.

***Děkujeme za rozhovor a přejeme vše nejlepší do nové životní etapy!***

## TISKOVÉ ZPRÁVY

### „VŠICHNI MŮŽEME“, ZNĚLO VÝSTAVOU VELKOMEZIŘÍČSKÉHO DOMOVA PRO SENIORY

Pondělí 26. listopadu patřilo v Domově pro seniory Velké Meziříčí výstavě, která spojuje Kraj Vysočina s jeho partnerskými regiony. U příležitosti slavnostní vernisáže výstavy fotografií byla zároveň zahájena nová osvětová kampaň domova, zaměřená na důsledné třídění odpadu. V domově se tak od včerejška mohou klienti a zaměstnanci, ale i všichni ostatní návštěvníci pokochat krásnými fotografiemi a přitom se mohou seznámit se zavedeným systémem třídění odpadu v domově, kterému slouží nově instalované boxy na chodbách i pokojích klientů.

Vernisáž zahájil ředitel domova Vítězslav Schrek: „Chceme naši výstavu, jejíž tematikou je především příroda, spojit s jakousi výzvou a prohlášením, že se náš domov



připojuje ke společenské odpovědnosti, kterou je chránit naše životní prostředí, a že pečlivě třídit odpad u nás mohou už nejen pouze zaměstnanci, ale i všichni naši obyvatelé, hosté a návštěvníci našeho domova“.

Pozvání na vernisáž přijali také vzácní hosté, náměstek hejtmana Kraje Vysočina Pavel Franěk, starosta Velkého Meziříčí Josef Komínek, anebo regionální manažerka společnosti Ekokom Jana Úšelová, která s domovem na kampani spolupracuje. „Domov pro seniory Velké Meziříčí se stal prvním zařízením sociálních služeb na Vysočině, které se zapojilo do tak důsledného třídění odpadu. Máme z jejich nápadu i spolupráce s námi velkou radost“, prohlásila Úšelová.

Kulturní událost domova si nenechali ujít další organizace a partneři, kteří s domovem dlouhodobě spolupracují, například zástupci z Výchovného ústavu ve Velkém Meziříčí, ze Základní školy Školní, z Denního stacionář Nesa nebo ze Základní školy a Praktické školy Velké Meziříčí. Prostřednictvím zapůjčených fotografií od vysočinského kraje tak mohli všichni pozvaní putovat po jeho spřátelených regionech, které představil zástupce Krajského úřadu Kraje Vysočina pan Zbyněk Čech

## POVĚSTI Z VELKÉHO MEZIŘÍČÍ

### O VÍLE

Vesnice Rohy je vysoko na kopci. Od řeky se k ní stoupá pěšinou podél potoka do strmé stráně. Krásně je tady! Pěšinu kryje spadlé listí, v korytě potoka leží veliké balvany a pod nimi jsou maličké tůňky s průhlednou vodou, ve které to za slunečních dnů zeleně a zlatě probleskuje. Vysoký les stojí velebně kolem a hučí ve větru.



Na samém okraji Rohů měla domek chudá vdova, matka tří dětí. Živila se bídňě, peněz v chalupě skoro neviděli a buchty jen jednou do roka – o pouti.

Že měla žena v chlívě kravičku, musela se starat, aby pro ni nasušila sena na zimu. Pracovala u sedláků a ti ji dovolili žnout meze.

Jedna z nich byla až u řeky Oslavy. Vdova se vydala na trávu až k večeru. Když požala srpem tolik, kolik se jí vešlo do plachty trávnické, svázala její cípy a hodila si ji přes ramena. Pak pomalu, těžce stoupala do stráně. Bylo už pozdě večer, tma rostla a jen podle zvuku vody věděla vdova, že jde dobře cestou kolem potoka.

Pak vyšla na malou mýtinku. Tam bylo jasno od měsíce. Tráva na zádech byla těžká a žena si potřebovala odpočinout. Usedla na zem, plachtu opřela o kámen za sebou a dívala se kolem. A najednou uslyšela tichouňkou hudbu. Znělo to jako drobounké zvonečky a píšťaličky. Hrály překrásnou písničku. A kde se vzaly, tu se vzaly, vyběhly z houštiny na palouček krásné zlatovlasé víly. Šaty měly průsvitné jako chmýří pampelišky a líbezný jako krásný sen. Vzaly se za ruce a tančily. Pak se daly i do zpěvu.

Žena seděla bez hnutí a okouzlena sledovala jejich rej. A když tanec skončil, povzdechla si. Víly ten povzdech uslyšely a rázem se k ní seběhly. Začaly se jí vyptávat,



co zde dělá tak pozdě večer a k tomu v den, kdy je měsíc v úplňku.

Vdova pověděla pravdu a postěžovala si na těžké živobytí. „Teď se teprve vracím domů a jsem už tak zmořená, že mi ta plachta na zádech připadá těžká jako kamení.“ Víly se na sebe podívaly a řekly: „Pomůžeme ti, ale musíš nám něco slíbit!“ A jedna dodala: „Dáš-li nám o pouti nejlepší koláče, pomůžeme ti!“

„Ach mé krásné panenky, jak vy byste mi mohly pomoci! Vždyť vy máte ručky tak malé a slabé, že byste ani srp neudržely!“

„Jen slib koláče a uvidíš, že ti pomůžeme!“

„Inu, když je to tak, slibuji. Ty nejkrásnější, které upeču, budou vaše!“

Jen to dořekla, dotkla se jedna z vil její plachty a ta byla rázem tak lehká, že ji žena na zádech ani necítila.

„Koláče přines o pouti večer na toto místo,“ řekly víly a zmizely.

Žena spěchala domů, vyklopila trávu v dřevníku a šla spát. Ráno nakrmila krávu trávou večer nažatou a viděla s úžasem, že jí neubýlo. Krmila tak celý týden a trávy neubývalo a přitom kráva dojila jako nikdy před tím!

Když přišel den pouti, napekla vdova koláčů a ty nejkrásnější svázala do šátku. Večer se s nimi vydala na palouk.

Sotva tam přišla, seběhly se k ní víly. Pochválily ji, že dodržela, koláče s chutí snědly a pak jí podaly zpět její šátek, svázaný za cípy.

„Teď ho nerozvazuj,“ poručily jí, „podívej se do něho až doma!“

Vdova poslechla, a když pak v komoře rozvázala šátek, našla v něm několik hrstí dukátů.

Ty peníze byly základem jejího štěstí. Dala za ně opravit chalupu, přikoupila pole, oblékla děti i sebe, chlapce dala do škol a ještě něco zbylo pro strýčka Příhodu.

Když děti dorostly, často jim vypravovala, jak jí víly pomohly za pár koláčů.

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

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

## VTIPY

### Ze školních lavic

Pan učitel píše na tabuli vzorec  $\text{HO}_2$  a ptá se podřimujícího Petra co je to za vzorec? -Petr koktá: „Pane učiteli mám to na jazyku“. -Tak to honem vyplivni, protože to je kyselina.

Učitel k žákovi: „Kde leží Afrika?“ „Na mapě ...“

Před písemkou: „Doufám, že nikoho neuvidím opisovat.“ Z prostřední řady se ozve: „Taky doufáme.“

Přijde malá Anička domů ze školy a tatínek se ptá: „Co bylo ve škole?“ „Ale nic, jen jsem dostala 4 ze zeměpisu.“ „A proč prosím tě?“ „Ale nemohla jsem najít Aljašku.“ „... a nenechala sis ji v pokojíčku?“

„Kam půjdeš, až vyjdeš ze školy?“ ptá se učitel v deváté třídě. „Na autobus.“

Anička donesla ze školy poznámku: „Vaše dcera nic neumí.“ Otec si poznámku přečetl a připsal pod ní: „Právě proto ji posílám do školy!“

\*Zdroj textu: <http://vtipy.portik.cz/stranky/nejnovejsivtipy/>

## BÁSNIČKA

### VÁNOČNÍ STROM

Dřív zelený a tichý háj,  
v náruč svou mě bral,  
a mému mládí vlahý máj,  
vonné květy stlal.  
Rád přec spouštím lesa lem,  
já teď vánoční strom jsem.  
Dni vánoční, ó vítěj nám.  
K těm maličkým já napřed jdu,  
k milým dítkám svým.  
Jim radost, světlo donesu,

hody vystrojím.  
Pláně, hory, Vám sbohem všem,  
já teď vánočním stromem jsem.  
Dni vánoční, ó vítěj nám.

*Autorkou je obyvatelka domova*





## KŘÍŽOVKA

|                                                  |                                            |                           |                                            |                                     |                                           |                              |                            |                                   |                                             |                                               |                    |                                       |                                     |                                        |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------|---------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------|----------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>POMŮCKA:</b><br>IMÁM,<br>POZA,<br>ŠMÍRA       | HRÁČI<br>POČÍTAČO-<br>VÝCH HER<br>(EXPR.)  | PODVĚST                   | KDO<br>NĚCO<br>ZADÁVÁ                      | ŽIVOČÍS-<br>NOST                    | <b>7</b>                                  | SETRÝVÁVAT<br>VE<br>SPÁNKU   | ROVNĚŽ                     | STO-<br>METRŮ<br>ČTVEREC-<br>NÝCH | SAMOHYBNÉ<br>VOJENSKÉ<br>OBRNĚNÉ<br>VOZIDLO | ISLÁMSKÝ<br>PŘEDŘÍ-<br>KÁVAČ<br>MODLITEB      | MUŽSKÉ<br>JMÉNO    | <b>AUTOR:</b><br>LADISLAV<br>MARTINĚA | VERDIHO<br>SLAVNÉ<br>OPERNÍ<br>DÍLO | VÝRAZNÝ<br>RYTMICKÝ<br>TEP (HUD.)      |
| ZA (NÁŘ.)                                        |                                            |                           |                                            |                                     | STOJAN<br>UŽÍVANÝ<br>FOTO-<br>GRAFY       |                              |                            |                                   |                                             |                                               |                    | ATELIÉRY<br>BARRANDOV<br>(ZKR.)       |                                     |                                        |
| OBYVATEL<br>ZÁPADO-<br>ČESKÉHO<br>MĚSTA          |                                            |                           |                                            |                                     | NEMÍSTNÁ<br>PITVOR-<br>NOST               |                              |                            |                                   |                                             |                                               |                    | <b>1. DÍL TAJ.</b>                    |                                     |                                        |
| ŘIDIČSKÝ<br>PRŮKAZ<br>(HOVOŘ.)                   |                                            |                           |                                            |                                     |                                           |                              |                            | VESELÝ<br>CITOVÝ<br>STAV          |                                             |                                               |                    |                                       |                                     |                                        |
| PŘÍSLUŠNÍCI<br>SEKTY TZY.<br>NAHÁČŮ<br>(HIST.)   |                                            |                           |                                            |                                     |                                           |                              |                            | KOMÍHAT                           |                                             |                                               |                    |                                       |                                     |                                        |
| ROVNÁ<br>LUČNÍ<br>PLOCHA                         |                                            |                           |                                            |                                     |                                           |                              |                            |                                   |                                             | BAŽE                                          |                    |                                       | ODZVONIT<br>(EXPR.)                 | JSOUČÍ<br>Z ŘECKÉHO<br>OSTROVA<br>DÉLU |
| OBYVATEL<br>JIŽNÍ<br>EVROPY                      |                                            |                           |                                            |                                     |                                           |                              |                            |                                   |                                             | STATEK<br>BEZ LENNÍHO<br>ZÁVAZKU<br>(HIST.)   |                    |                                       |                                     |                                        |
| <b>7</b>                                         | DÝMKA,<br>PŮVODNĚ<br>Z NĚMECKÉ-<br>HO ULMU | ZN. TITANU                |                                            |                                     |                                           |                              |                            |                                   |                                             | TVOROVÉ<br>SMRTELNÍ<br>A K HŘÍCHU<br>NÁCHYLNÍ |                    |                                       |                                     |                                        |
| ODJET<br>PROTI<br>NĚČÍ<br>VŮLI                   |                                            | <b>2. DÍL<br/>TAJENKY</b> |                                            |                                     |                                           |                              |                            |                                   |                                             | JEZEVIČEK<br>(SLANG.)                         |                    |                                       |                                     |                                        |
| POPĚVEK                                          |                                            |                           |                                            |                                     |                                           |                              |                            |                                   |                                             | <b>7</b>                                      | ČÍŠNÍK<br>(SLANG.) | INIC. HERCE<br>SOBOTY                 |                                     |                                        |
| MALO-<br>OBCHODNÍ<br>CENA<br>(ZKR.)              |                                            |                           | RŮZNO-<br>BAREVNÉ<br>REKLAMNÍ<br>OSVĚTLENÍ | POLSKÁ<br>ŘEKA<br>PRAMENÍČÍ<br>V ČR |                                           |                              |                            |                                   |                                             | CITOSLOVCE<br>KÝCHNUTÍ                        |                    | NÍZKÁ UMĚ-<br>LEC, ÚROVEŇ             |                                     |                                        |
| OTVOR<br>VE STĚNĚ<br>K OSVĚTLO-<br>VÁNÍ          |                                            |                           |                                            |                                     | INICIÁLY<br>NĚMECKÉHO<br>MALÍŘE<br>DÜRERA | STÁLE<br>ZELENÝ<br>JEHLUČNAN | <b>7</b>                   | TAKOVÝM<br>ZPŮSOBEM               | STUDENÝ<br>(NÁŘ.)                           |                                               |                    |                                       |                                     |                                        |
| VSTUPOVAT<br>DO NĚČEHO<br>A<br>USEDÁVAT          |                                            |                           |                                            |                                     |                                           |                              | MALÁ<br>PENĚŽITÁ<br>ČÁSTKA |                                   |                                             |                                               |                    |                                       |                                     | ZNAČKA<br>KOSMETIKY                    |
| PŘÍSTROJ<br>K VYNÁŠENÍ<br>SOUŘADNIC<br>NA MAPÁCH |                                            |                           |                                            |                                     |                                           |                              | POBÍDKA                    |                                   |                                             |                                               |                    |                                       |                                     |                                        |
| PALINDRO-<br>MICKÉ<br>ŽENSKÉ<br>JMÉNO            |                                            |                           |                                            |                                     | CO<br>SNIŽUJE<br>KVAITU<br>DŘEVA          |                              |                            |                                   |                                             | ZÁPLATA<br>(OB.)                              |                    |                                       |                                     |                                        |

*Znění tajenky z minulého Déčka: Člověk, který se směje, je jako  
baterka, která se nabíjí.*

# PF 2019



\*Zdroj: [www.google.com](http://www.google.com)

*Rádi bychom Všem čtenářům Děčka  
popřáli krásné a požehnané Vánoce a  
do nového roku co nejvíce zdraví,  
štěstí a krásných chvil s těmi, které  
máte rádi.*