

Leden 2020

NÁŠ ČASOPIS PLNÝ ZAJÍMAVOSTÍ

D é č k o



Domov pro seniory Velké Meziříčí,

příspěvková organizace

Zdenky Vorlové 2160

594 01 Velké Meziříčí

www.domovvm.cz

OBSAH

Blahopřání na leden	3
Ze života domova	4
Stálá nabídka měsíce	4
Co se dělo u nás v domově v prosinci	6
Pranostiky	8
Poděkování	9
Významné dny a výročí v lednu	10
Pozvánka na akce v lednu	11
Příběhy pro potěchu duše	12
Vtipy	13
Fotogalerie	14
Pověsti z Vysočiny	15
Z kuchyně	17
Pozvánka na přednášku	20
Co se dělo v domově před 40 lety	23
Křížovka	24

BLAHOPŘÁNÍ NA LEDEN

Růžena HORKÁ

Anežka PADALÍKOVÁ

František ŠÍPEK

Ludmila HRADOVÁ

Květoslava PEŠKOVÁ

Marie RENÁČOVÁ

Marie HUBLOVÁ

Josef POŽÁR

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



ZE ŽIVOTA DOMOVA

V měsíci prosinci odešli:

Antonín Příhoda + 9. 12. 2019

Václav Křeček + 9. 12. 2019

Jaroslav Schroller + 16. 12. 2019

V prosinci přišli noví obyvatelé:

Jarmila Krčálová z Velkého Meziříčí

Jiří Kytnar z Velkého Meziříčí

STÁLÁ NABÍDKA MĚSÍCE

• PŮJČOVÁNÍ KNIH

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

• PRAVIDELNÉ AKTIVITY

Každý všední den		ranní hlášení s denními událostmi
Pondělí	9:15	ranní cvičení
	13:00	canisterapie s paní Dyntarovou

Úterý	9:00	canisterapie s paní Kamenskou
	14:30	canisterapie s panem Trojanem
Čtvrtek	9:15	ranní cvičení
	10:00	Výuka na U3V (každých 14 dní)
	13:00	Výuka na U3V (každých 14 dní)
	15:00	Výuka na U3V (každých 14 dní)
Pátek	10:00	společná modlitba
	10:30	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 PROSINCI

Advent jsme v domově zahájili v pondělí 2. prosince, kdy jsme se sešli společně v prostorách U3V, kde jsme zapálili první adventní svíčku. Připomněli jsme si tradice, které se vážou k této době. Pan ředitel nám také zahrál na kytaru a zazpívali jsme si vánoční koledy.

V úterý 3. prosince za námi přišla děvčata z výchovného ústavu a společně jsme pekli vanilkové rohlíčky a linecké cukroví. Odpoledne se také konal zahradnický kroužek, kdy se připomínala doba adventní a účastníci kroužku také dokončovali staročeský vrkoč.

Mikuláš letos do domova přišel o den dříve. Mikulášové, andělé a čerti opět přišli z denního stacionáře Nesa a navštívili obyvatele nejen na společenských místnostech, ale také na pokojích.

Alkoholický i nealkoholický punč a keramika. To je již klasika, kterou se náš domov každoročně prezentuje na krajské prodejní akci s názvem Barevné Vánoce. Letos se Barevné Vánoce uspořádaly ve čtvrtek 6. prosince.

V pondělí 9. prosince za námi zavítali studenti z místního gymnázia. V doprovodu paní učitelky Ilony Pokorné si pro nás připravili dopoledne plné her, kvízů, písniček a dalších her pro procvičení mysli.

Poslední letošní zahradnický kroužek se uspořádal v úterý 10. prosince. Účastníci kroužku se sešli v prostorách U3V, kde si pochutnali na punči, promítaly se také fotky z uplynulého roku a probíraly se nápady pro další rok.

Výsledkem spolupráce žáků ze ZŠ Oslavická a ZUŠ VM byl opět krásný vánoční koncert, který se konal ve středu 11. prosince v dopoledních hodinách v jídelně.

Um našich šikovných pracovníků terapií, které s obyvateli tvoří nejrůznější výrobky, byl předveden na tradiční vánoční výstavě v Jupiter klubu, která se letos uspořádala v termínu 9. – 11. prosince.

V domově se také od 12. do 16. prosince uspořádal vánoční bleší trh. Pracovníci, obyvatelé i návštěvy mohli přinést věci, které již nepotřebují, aby udělaly radost zase někomu jinému.

V pondělí 16. prosince dopoledne nám uspořádali členové křižanovského klubu důchodců příjemné dopolední posezení na Pomněnce. Návštěva nás potěšila výborným občerstvením, kávou a společností.

Vánoční setkání zaměstnanců a obyvatel s cukrovím a punčem se konalo v úterý 17. prosince. Svými písněmi nás také potěšily děti z MŠ a ZŠ Oslavice pod vedením Andrejky Vaňkové. Na závěr nám na kytaru zahrál i pan ředitel.

Na závěr letošní „besídkové“ sezóny za námi přišly děti z MŠ Oslavické, které nás potěšily svým vystoupením ve středu 18. prosince. Děti nám předvedly velmi povedenou besídku, která nás provedla podzimem až do Nového roku.

Výuka na U3V proběhla v měsíci prosinci ve čtvrtek 5. a 19. prosince. Probírala se témata jako Tutanchamonova rodina a Vídeň.

PRANOSTIKY

Jsou-li červánky v novoroční den, přinesou jistě samou slotu jen.

Když na Alžbětu sněží, sníh dlouho poleží.

Svatá Anežka když laskavá, vypustí skřivana z rukáva.

PODĚKOVÁNÍ

Dovoluji si touto cestou poděkovat všem zaměstnancům v domově za veškerou péči, kterou věnovali mému tatínkovi ***panu Jaroslavu Schrollerovi***.

Velice děkuji za odbornou, profesionální a lidsky poskytovanou péči ze strany zdravotního personálu, především paní Komínkové a paní Polové a celému týmu pečovatelek. Velké díky patří i aktivizačním pracovnícím za vyplnění volného času a často i psychickou podporu mému tatínkovi, hlavně paní Jiříčkové. Za to, co pro klienty děláte, si zasloužíte moji hlubokou úctu a obdiv. Ne každý by byl schopen tuto práci vykonávat s citem a láskou.

Přeji Všem zaměstnancům hodně dalších úspěchů v jejich záslužné a velice náročné práci.

Dana Bártíková s rodinou



VÝZNAMNÉ DNY A VÝROČÍ V LEDNU

1. ledna Mezinárodní den míru

1. ledna Den obnovy samostatného českého státu (státní svátek)

16. ledna Den památky Jana Palacha

27. ledna Mezinárodní den památky obětí holocaustu

9. 1. 1890 narozen **KAREL ČAPEK**, prozaik, dramatik, novinář a překladatel (zemřel 25. 12. 1938) – 130. výročí narození.

17. 1. 1905 narozen v Mastníku, okr. Třebíč, **JAN ZAHRADNÍČEK**, básník, překladatel, publicista (zemřel 7. 10. 1960 v Uhřínově, okr. Velké Meziříčí) – 115. výročí narození.

21. 1. 1950 zemřel **GEORGE ORWELL**, vlastním jménem Eric Arthur Blair, anglický prozaik a publicista (narozen 25. 6. 1903) – 70. výročí úmrtí.

28. 1. 1910 narozena **ADINA MANDLOVÁ**, filmová herečka, autorka pamětí (zemřela 16. 6. 1991) – 110. výročí narození.

28. 1. 1930 zemřela **EMA DESTINNOVÁ**, vlastním jménem Emilie Pavlína Věnceslava Kittlová, operní pěvkyně (narozena 26. 2. 1878) – 90. výročí úmrtí.

*Zdroj textu: <https://www.kjm.cz/kalendarium>

POZVÁNKA NA AKCE V LEDNU

2. ledna – čtvrtek

Výuka na U3V

6. ledna – pondělí

Tříkrálový průvod

9. ledna – čtvrtek

Besídka se čtvrtáky ze ZŠ Školní (od 10.15 v jídelně)

16. ledna – čtvrtek

Výuka na U3V

29. ledna – středa

Cestopisná přednáška o Africe

30. ledna – čtvrtek

Výuka na U3V

Dále (termíny budou upřesněny):

Zahradnický kroužek

Besídka s VÚ VM



PŘÍBĚHY PRO POTĚCHU DUŠE

SPRÁVNÁ VELIKOST

Jedna mladá žena pracovala v obchodě s dámskými oděvy na okraji města. V sobotu před polednem do dveří vrazila udýchaná holčička. V ruce držela kasičku ve tvaru prasátka a prohlásila, že by chtěla koupit něco pro maminku, protože je Svátek matek. Prodavačka jí tedy pomohla vytáhnout z kasičky všechny úspory, a když je spočítala, zjistila, že by se za ně dala pořídit pěkná halenka. Jestlipak by se mamince halenka líbila?

„Určitě ano. Halenka se jí bude moc líbit,“ odpovědělo nadšeně děvčátko.

„Jakou má maminka velikost?“ ptala se prodavačka.

„Tu nejhezčí!“ odpověděla přesvědčeně holčička.

A tak jí prodavačka zabalila halenku velikosti 38.

Následující pondělí se holčička vrátila do obchodu i s maminkou, aby halenku vyměnily. Maminka potřebovala číslo 46.

Mezi tím, jak si dokonalost představuje svět módy a svět dětí, zeje hluboká propast.

Ten rozdíl způsobuje srdce plné lásky.

Malý chlapec musel začít nosit brýle. Spolužák se ho zeptal: „Nevadí ti, že je budeš muset nosit?“

„Ne, třeba budou jako ty, co nosí babička,“ odpověděl. „Máma říká, že babička vždycky pozná, kdo je unavený, smutný a potřebuje povzbudit. Ví, že potřebuješ pomoci, a hned si všimne, když tě něco trápí nebo když se potřebuješ s něčím svěřit. Ale nejlepší je, že v každém člověku dokáže najít něco dobrého.“

Jednou jsem se jí ptal, jak to dělá, že všechny ty věci na lidech hned vidí, a babička mi pověděla, že to začala vidět, když zestárla. Ale já jsem si jistý, že je to těmi brýlemi.“

VTIPY

„Ty jsi ke mně milá, jen když potřebuješ peníze!“

„Ale já jsem k tobě přece milá pořád!“

„No právě!“

Přijde malinký člověk do knihkupectví a říká: „Dobrý den, máte něco proti diskriminaci malých lidí?“

Prodavačka: „Ano, úplně tam nahoře.“

FOTOGALERIE



POVĚSTI Z VYSOČINY

SVĚTLÁ NAD SÁZAVOU | ČERT A MLYNÁŘ

Kousek od Světlé, směrem po řece Sázavě nalézá se vesnice Smrčná. Na levém břehu řeky stával mlýn a nad ním ležel od nepaměti ohromný balvan. Často, při velké vodě, byla povodeň balvanem odkloněna směrem na mlýn a páchala škody.

Mlynář i s čeledíny se několikrát pokoušeli balvan odvalit, ale byl příliš těžký. Po jedné takové povodni si mlynář posteskl:

„Přisahám, dal bych cokoli, jen aby ten kus skály byl pryč!“

„I duši bys dal?“ Ozvalo se znenadání. Mlynář sebou trhl a otočil se. Za ním stál čert, ohromný, chlupatý čert.

„A - ano, dal.“ Zakoktal vystrašeně, už bylo pozdě brát slib zpět. Tak se ti dva tedy dohodli, pokud čert stihne do klekání odnést balvan přes řeku tak daleko, aby od mlýna nebyl vidět, tak mlynářova duše propadne peklu. Pokud to ale nestihne, musí mlynáři vyplatit pytel stříbrňáků.

Čert se dal tedy do práce, zvedl balvan, fuňel a potil se u toho, i na pekelníka byl těžký. Pomalu si tu skálu hodil nad hlavu a belhal se pryč od mlýna. Šlo to ztuha, ale již překročil řeku a pomalu mizel za kopečkem, mlynář se už, už smířoval s tím, že je jeho duše ztracena.

Když se znenadání z blízké vsi ozvalo klekání. Čert vzteky praštil se skálou a propadl se do země. Zbyl po něm jen pach síry, dým a pytel stříbra. Kámen byl od mlýna dost daleko a již nikdy velká voda škody nenapáchala.

Balvan zůstal tam, kde jej čert odhodil, leží u lesa, kousek od míst, kde je dnes vlaková zastávka Smrčná. Na vrcholku balvanu jsou vidět ještě otisky čertových rohů, jak jej nesl na hlavě, a pod kamenem je prý vchod do samotného pekla.



*Zdroj: http://povesti.zvysociny.com/2014/povest_cert_a_mlynar.php

Z KUCHYNĚ

ČOČKA

Někdy trochu přehlížená, nedoceněná, taková popelka v kuchyni. Mnozí si na ni vzpomenou jen na Nový rok. Popelka skutečná čočkua hrách také přebírala, tak si ji pojďme přebrat také.

Čočka jedlá, luštěnina z čeledi bobovitých, patří spolu s hrachem mezi nejstarší kulturní plodiny. Pochází z oblasti Přední Asie, odkud se přes oblast Středozemního moře rozšířila do Evropy. K nám se dostala někdy v době okolo 5600 let před Kristem. Ve středověku patřila čočka k základním stavebním kamenům jídelníčku, spolu s hrachem, pohankou, jáhlami či kroupami. Z čočky se připravovaly pokrmy slané i sladké, později však byly luštěniny nahrazovány pokrmy s obilnin a brambor. Dnes, s rostoucím zájmem o zdravou výživu, se luštěniny opět dostávají do hledáčku spotřebitelů.

Čočka, tak jak jí známe dnes, byla vyšlechtěna křížením čtyř planých druhů. Jde o jednoletou rostlinu, dorůstající výšky 30 – 40 cm. Čočka vyžaduje spíše lehčí, písčitohlinitou, dobře propustnou půdu s dostatkem vápníku. Sklízí se pro lusky, v nichž jsou ukryta drobná semena. Ač je poměrně náročná na teplo a také citlivá na

povětrnostní podmínky, jedním z nejvýznamnějších producentů čočky je Kanada, u nás se pěstuje jen minimálně. Čočka má mnoho odrůd, které se od sebe liší barvou a velikostí plodů a také svými vlastnostmi.

Čočka hnědá a tmavozelená

U nás nejznámější odrůda čočky, obsahuje značné množství kyseliny listové a železa, tedy látek předcházejících chudokrevnosti. Obsahuje však nadýmavé látky, které lze částečně odstranit namočením čočky ve vodě.

Čočka červená

Je lépe a lehčeji stravitelná odrůda. Neobsahuje nadýmavé látky a je tak vhodná jako zdroj železa i pro kojící matky. Dále obsahuje škroby, které se díky obsahu vlákniny pomalu uvolňují do krve, tím dohází ke stabilizaci hladiny krevního cukru, čočka je tak velmi vhodnou potravinou pro diabetiky.

Čočka černá

Známa také pod názvem Beluga. Její drobná semena tvarem i barvou připomínají kaviár. Obsahuje až 3x více bílkovin než čočka červená či hnědá. Spolu s červenou čočkou patří mezi nenadýmavé luštěniny, které se nemusí namáčet.

Všechny druhy čočky mají společný vysoký obsah rostlinných bílkovin, vlákniny, minerálních látek a vitaminů skupiny B. Díky svému složení čočka pomáhá snižovat obsah cholesterolu v krvi a působí proti zácpě. Obsahuje také kyselinu listovou, která v krvi odbourává homocystein, což je aminokyselina, která ve zvýšeném množství může přispívat k vyššímu riziku srdečních a cévních onemocnění.

Autorem je Jan Hutař, nutriční terapeut



Zdroje: <https://www.zahradaapriroda.cz/cocka-jedla/>, <https://www.vitalia.cz/clanky/4-barvy-cocky-vyberte-si-pro-sebe-tu-pravou/>, <https://zahrada.bydleniprokazdeho.cz/zelenina/Cocka/>, <https://www.mojezdravi.cz/zdravy-zivotni-styl/cocka-je-skvely-zdroj-zeleza-pomaha-s-hubnutim-i-proti-mrtvici-1649.html>

POZVÁNKA NA PŘEDNÁŠKU

Ve čtvrtek 29. ledna nás odpoledne čeká povídání s cestovatelem Bohumilem Hanusem. Tentokrát zavítáme až do Afriky a to konkrétně do Zambie a do Parku Chobe v Botswaně. Přednáška se uskuteční od 13.30 hod v prostorách univerzity třetího věku.

Zambie – místo, kde čas plyne pomaleji

Rovinatá země mnoha tváří. V létě vyprahlá a suchá krajina hraje všemi tóny hnědé, oranžové a žluté, naopak na jaře se celá



země zazelená a změní k nepoznání. Na jedné straně žijí místní v nesmírné chudobě, na druhé se nachází nádherné resorty pro bohaté turisty poskytující veškerý luxus západního světa. Vlády se snaží podporovat vývoj, ale kvůli obrovské korupci z vlastních řad nejde půl roku pořádně elektřina.

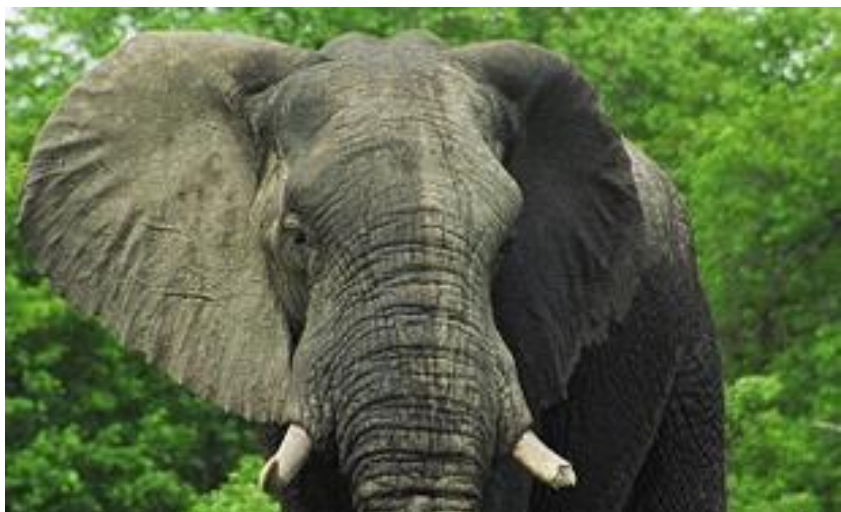
Na wikipedii stojí, že Zambie patří mezi nejrychleji se ekonomicky rozvíjející porevoluční země, ale ve škole děti ve čtvrté třídě stále neumí číst a násobí se nenaučí nikdy. Spousta věcí tu nefunguje, schází organizace a na vše je dost času – učitelé nechodí včas do tříd, autobusy odjíždí z nádraží o hodinu později, váš dokument se na úřadě ztratil a vy musíte znovu přijít druhý den. Země, nad jejímž

stavem vás svírá úzkost a místní organizace vás možná rozčiluje, ale přitom nakazí dobrota a veselí místních lidí. Země, do níž se chcete vrátit.

Zambie je bývalou kolonií Velké Británie, tehdy se jmenovala Severní Rhodesie a byla součástí území společně se Zimbabwe a Malawi. V roce 1964 získala nezávislost a prvním prezidentem se stal Kenneth Kaunda, člověk, který pro Zambii a její boj za nezávislost znamená přibližně tolik jako Nelson Mandela pro Jihoafrickou republiku. Dlužno říci, že tento téměř stoletý pán stále žije a je politicky aktivní.

Zambie je bohatá co do počtu etnik. Předkové tamějších obyvatel přišli do Zambie cca před 3.000 lety v rámci Bantu migrace z Kamerunu a vytlačili tehdy původní Křováky. Hlavními etniky jsou Bemba, Nyanja-Chewa, Lunda, Tonga, Lozi, Luvale a Kaonde. Navíc je v Zambii, především v hlavním městě Lusace, spousta Britů, Arabů, Indů a Číňanů. Hlavním náboženstvím je křesťanství.

*Počet obyvatel
Zambie je asi 1,5x
větší než počet
obyvatel Česka.*



Botswana – země zeber a fantastického safari

Romantická, drsná, divoká, krásná, rozmanitá, malebná, dobrodružná s fantastickým safari – tak by se dala ve zkratce popsat jedna z nejkrásnějších zemí Afriky.



Vnitrozemský stát sousedí se Zambií, Zimbabwe, JAR a Namibií. Leží na jihu černého kontinentu na obratníku Kozoroha. Svou krajinou se od sousedních zemí liší, a tak je zajímavým okořeněním overland cesty ze západního na východní pobřeží. Botswana je lákavá především pro ty, kteří mají rádi dobrodružství, požitek z jízdy v hlubokém písku či po škvárových pistách. Divoké národní parky, neoplocené kempy, volně se pohybující exotická zvěř a unikátní přírodní krásy pohltnou každou duši.

Neváhejte a vydejte se zažít nezapomenutelné safari, slony promenádující se kolem vašeho auta, lvy očuchávající váš stan postavený kdesi uprostřed africké buše nebo se zkuste na kánoích mokoro doplavít daleko do unikátního ekosystému delty řeky Okavango či se toulat v solných pánvích mezi gigantickými stromy baobaby. V zemi, kde žijí pouhé 2 miliony obyvatel, nehledejte moc kulturně etnického vyžití, zato svobody v dechberoucí krajině si

užijete víc než dost a na půdu diamantové země se budete chtít kdykoli vrátit.

*Zdroj textu: cestujlevne.com, zdroj obrázků: google.com

CO SE DĚLO V DOMOVĚ PŘED 40 LETY

LEDEN 1980



Schůzka se konala 7. 1. 1980 za přítomnosti sester:

Poulové, Sobotkové, Havlíčkové, Kašparové, Špačkové, Operchalské, Zemanové, Ambrožové a Komínkové.

- 1) Zahájení provedla s. Špačková a přivítala všechny členky na dnešní schůzce.
- 2) Návrh nových závazků na obhájení titulu BSP na rok 1980 vypracuje s. Špačková.
- 3) Hodnocení starých závazků provede s. Zemanová.
- 4) Hodnocení jednotlivců provede s. Komínková a s. Ambrožová.
- 5) Hodnocení jednotlivců za minulý rok k obhájení stříbrného odznaku BSP provedla s. Komínková se s. Špačkovou. Hotovou dokumentaci předložila s. vedoucí brigády hlavní sestře s. Hudcové jako podklad k získání stříbrného odznaku.
- 6) Závěrem s. Špačková poděkovala všem za účast.

KŘÍŽOVKA

ŠVÉDSKÁ KŘÍŽOVKA

„Pepíčku, proč dáváš těm slepicím čokoládu?“ „Víš, mami, já bych chtěl ... (tajenka).“

Po- můčka: IS, klišé	Sestra kněžny Libuše	 Lovit ryby (obecně)	Iniciály herečky Syslové					„L“			Podoba		
				Ceský herec Značka nití						Trknutí			
1. díl tajenky											Násep		
			Zvířecí výkaly Nemo- tora					Trans- formátor Horstvo v Asii					
Mužské jméno				Značka pro kus „P“			Mužské jméno Trápit						
						Noční podniky Český spisovatel					Zn. kilo- ampéru		
Ustálený slovní obrat				 Osobní zájmeno						Mužské jméno Chemický prvek			
Silně pršeti				Týkající se orla MPZ aut Islandu					Pádová otázka Římských 495		Cenný papír (zkratka)	„S“	
Evrop- ský pohár (zkratka)			2. díl tajenky										
Značka vápníku			Obyvatel světa- dílu					Ovocné bonbony					

*Zdroj: <https://www.turpress.eu/vitejte/zacni-lustit/svedska-krizovka/>