

Srpen 2021

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 srpen	3
Výročí srpna a regionální osobnosti	4
Ze života domova	5
Stálá nabídka měsíce	6
Co se dělo u nás v domově v červenci	7
Fotogalerie	8
Akce srpna.....	9
Srpen	10
Pranostiky	12
Mezinárodní dny měsíce srpna	12
Příběhy pro potěchu duše	13
Ze světa zajímavostí	14
Rozhovor	21
Vtipy	25
Z kuchyně	26
Hádanka	30
Seznam zdrojů	32

BLAHOPŘÁNÍ NA SRPEN



Helena Brožová

Jindřiška Chloubová

Jaroslava Krejčí

Marie Kytnarová

Jitka Lukšová

Růžena Svobodová

Marie Svobodová

Růžena Příhodová

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



Obyvatelé a zaměstnanci domova

VÝROČÍ A REGIONÁLNÍ OSOBNOSTI SRPNA

140. výročí narození

ANTONÍN BRABENEC – malíř, sochař

- Narození: 9. 8. 1881 Horní Újezd (Moravské Budějovice)
- Úmrtí: neznámo kdy ani kde
- Vystudoval Akademii výtvarných umění ve Vídni, působil v Dobřichovicích.
- Dílo: Portrét mladé dámy (pastel, 1925)



20. výročí úmrtí

Eduard Jaša – kronikář, historik

- Narození: 29. 11. 1914 Čechtín (Třebíč)
- Úmrtí: 4. 8. 2001 Kouty (Třebíč)
- Sepsal třídílnou kroniku historie vsi Kouty.

90. výročí narození

Karel Palas – pedagog, literární vědec

- Narození: 24. 8. 1931 Mihoukovice (Budišov, Třebíč)
- Úmrtí: 24. 3. 2005 Brno
- Docent dějin české literatury na Filozofické fakultě Univerzity J. E. Purkyně v Brně. Zaměřoval se na barokní a obrozeneckou literaturu, své

poznatky publikoval v domácím a zahraničním odborném tisku, psal odborné studie. Věnoval se ediční činnosti, vydával knihy Gabriely Preissové, Viléma Mrštíka, Rudolfa Těsnohlídka, Jiřího Mahena, Lva Blatného apod. Výběrové bibliografie prací byly vytištěny v Ročence University J. E. Purkyně v Brně 1964 - 1969.

ZE ŽIVOTA DOMOVA

Během června se přistěhovali obyvatelé:

Marta Javůrková z Velkého Meziříčí

Josef Batelka z Velkého Meziříčí

Jiří Krča z Velkého Meziříčí

Jan Jeřábek z Nížkova

Milan Ondráček ze Štěpánova nad Svratkou

V červnu odešli z našich řad:

Josef Janák † 4. 7. 2021

Karel Pípa † 5. 7. 2021

STÁLÁ NABÍDKA MĚSÍCE

• PŮJČOVÁNÍ KNIH

Pokud rádi čtete, kontaktujte recepci nebo svého klíčového pracovníka.

• PRAVIDELNÉ AKTIVITY

Každý všední den	ranní hlášení
Pondělí	canisterapie s paní Vlachovou
Úterý	canisterapie s panem Trojanem spol. cvičení s rehabilitační sestrou
Středa	pracovní činnosti
Čtvrtek	spol. cvičení s rehabilitační sestrou
Pátek	Modlitba a Mše svatá od 10:00

• SCHRÁNKY DŮVĚRY

V domově jsou umístěny celkem 4 schránky důvěry, kam je možné umístit vzkaz, stížnost, připomínku či podnět k poskytování sociálních služeb v domově. S napsáním vzkazu Vám může pomoci personál, rodina nebo dobrovolník.

Schránky důvěry v domově naleznete:

- 1. se nachází v 1. poschodí – u vstupu do terapeutické zahrádky
- 2. je ve 2. poschodí – u schodiště při vcházení na chodbu 2B
- 3. je ve 3. poschodí – u schodiště na brance s fototapetou plotu
- 4. schránka je přenosná a pravidelně se **přenáší po pokojích**

- **PROSTORY K VOLNOČASOVÉMU VYUŽITÍ**

- Terapeutická zahrádka za domovem
- Atrium v přízemí
- Venkovní terasy ve 3. poschodí
- Společenské místnosti v každém podlaží
- Dětský koutek ve vstupu do zahrady
- Park za domovem otevřený od dubna do října

CO SE DĚLO U NÁS V DOMOVĚ V MĚSÍCI ČERVENCI

V červenci domov najel na prázdninový režim. Ve čtvrtek 8. července v odpoledních hodinách pořádal pečovatelský dům v našem parku koncert skupiny Šafářanka, kam jsme také byli zvaní.

V pondělí 12. července se konala další skupinová canisterapie s Rorry a Bessy. Tento den byl také významný pro chod domova, protože oficiálně nastoupila do funkce nová paní ředitelka.

Další pondělí 19. července dopoledne byla další canisterapie tentokrát s Denny a jejími osmi štěňátky. Odpoledne se konala 1. schůze ředitelky s obyvateli domova.

Čtvrtek 22. července se za námi opět podíval pan Pavel Mitrenga se svým čokoládovým trhem.

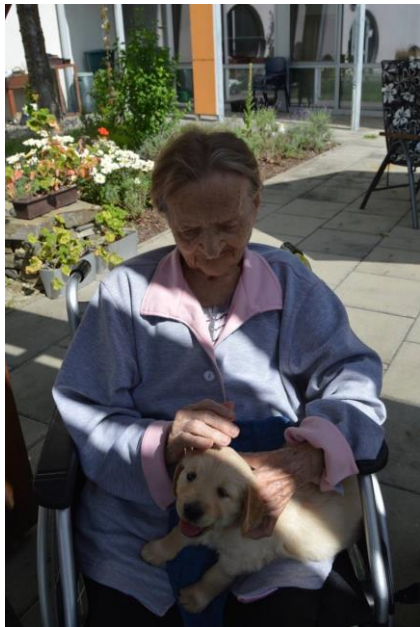
26. července jsme si společně na zahrádce zacvičili.

V úterý 27. července v terapeutické zahrádce proběhla interaktivní přednáška s názvem: Týden v Rimini, přednášejícím se stala naše aktivizační terapeutka Lucka Jiříčková, která nám vyprávěla o dovolené s rodinou v Itálii.

28. července jsme měsíc dovršili středeční návštěvou hospůdky. Koncem července jsme se také rozloučili s kaplany Karlem Adamcem a Jaroslavem Laštovičkou na jejich cestě jim přejeme hodně štěstí !!

FOTOGALERIE





POZVÁNKA NA AKCE V SRPNU

Canisterapie

Posezení na zahradě

Kuželky

Petang

Mše svaté

Návštěva hospůdky

SRPEN

Historické události

- **4. srpen 1306** – Český král Václav III. byl zavražděn v Olomouci, dynastie Přemyslovců vymřela po meči.
- **9. srpen 1945** – Druhá světová válka: Atomová bomba Fat Man byla svržena na japonské město Nagasaki. Zemřelo kolem 70 000 lidí. Sovětský svaz zahájil operaci srpnová bouře - útok na Mandžusko.
- **11. srpen 1914** – První světová válka: Francie vypověděla válku Rakousko-Uhersku.
- **15. srpna 1645** – Třicetiletá válka, obléhání Brna: Císařské jednotky společně s brněnskými studenty a měšťany odrazily poslední velký útok švédských vojsk na Brno.
- **20. srpna – 21. srpna 1968** – Vojenský zásah armád pěti států Varšavské smlouvy (SSSR, Bulharska, MLR, NDR a Polska) v Československu v noci z 20. na 21. 8., a následná okupace Československa, která zastavila reformní proces pražského jara. V té souvislosti vydáno svolání Všem lidu ČSSR.

Narození

- **1753 - Josef Dobrovský**, katolický kněz, český učenec, jazykozpytec, historik a zakladatel slavistiky.

- **1830 - František Josef I.**, císař rakouský, český a uherský král, se narodil 18. srpna 1830 na zámku Schönbrunn ve Vídni, jako nejstarší syn arcivévody Františka Karla a jeho manželky Sophie z Bayernu.
- **1834 - Frédéric Auguste Bartholdi** studoval architekturu v Colmaru a v Paříži. Proslavila jej zejména socha Svobody, umístěná u ústí řeky Hudson do Atlantického oceánu na ostrově Liberty u města New York.
- **1881- Sir Alexander Fleming**, skotský lékař a mikrobiolog, se narodil 6. srpna 1881 v Lochfieldu, skotské hrabství Ayrshire. Při jednom z mnoha pokusů se na špatně umytých Petriho miskách objevila plíseň, která zabila všechny bakterie v okolí. Fleming pochopil, že plíseň vylučovala něco, co zastavilo růst bakterií. I když nebyl schopen rafinovat sloučeninu, popsal objev ve vědecké literatuře v roce 1929. Protože plíseň byla druhu *Penicillium*, nazval tuto sloučeninu penicilin.
- **1899 - Oldřich Nový**, český herec, zpěvák, režisér, dramatik a divadelní pedagog
- **1899 - Sir Alfred Joseph Hitchcock** - filmový režisér. Hitchcock se stal jedním z nejznámějších a nejpopulárnějších režisérů všech dob. Stal se klasikem filmových hororů. Vycházel z psychoanalyticky popsaných patologických jevů (Závrať, Psycho, Ptáci, Marnie, Zběsilost).

- 1901 - Louis Daniel Armstrong, známý jako Satchmo, americký jazzový muzikant, narozen 4. srpna 1901 v New Orleans, stát Luisiana.

PRANOSTIKY

Co červenec neupeče, to již srpnu neuteče.

I když ze strnišť občas fučí, horko nás přece jen mučí.

V srpnu když půlnoční vítr věje, bez deště slunéčko hřeje.

Když fouká v srpnu severák, bude dlouho pěkně pak.

Na svatého Vavřince hop zemáky do hrnce.

Prší-li jen týden po svatém Rochu, bramborů každý den trochu.

Jak je teplo o Augustinu, tak bude studeno na Kateřinu.



MEZINÁRODNÍ DNY SRPNA

2. 8. Den suchého zipu

6. 8. Světový den za zákaz jaderných zbraní, Den boje lékařů za mír

9. 8. Mezinárodní den původního obyvatelstva

12. 8. Mezinárodní den mládeže

13. 8. Den leváků

15. 8. Den energy drinků

23. 8. Mezinárodní den památky obětí obchodu s otroky

28. 8. Evropská noc pro netopýry

PŘÍBĚHY PRO POTĚCHU DUŠE

Klubko vlny

V košíčku na šití leželo kulaté červené klubko vlny. To kulaté klubko se nudilo. "Chtělo bych se proměnit," řeklo, ale nikdo se o něho nestaral. Tak se dalo na cestu a kutálelo se pryč. V zahradě potkalo kočku. "Chtělo bych se proměnit," řeklo. Kočka jej uchopila drápy a hrála si s ním. "Nejsem žádná myš," zvolalo klubko a utíkalo pryč. Pod stromem potkalo ptáčka. "Chtělo bych se proměnit," řeklo. Tu jej ptáček vzal do zobáku a pocuchal jej. "Nejsem žádná klec pro ptáky," zvolalo klubko a běželo rychle pryč. Na louce potkalo krávu. "Chtělo bych se proměnit," řeklo. A kráva jej uchopila jazykem a chtěla ho sežrat. "Nejsem tráva," zvolalo klubko a utíkalo dál. Na hřišti potkalo chlapce. "Chtělo bych se proměnit," řeklo. Chlapec jej přivázal ke svému draku, který se vznesl vzhůru. "Nejsem žádná šňůra," zvolalo klubko, utrhlo se a běželo rychle pryč. Pak jen leželo a nevědělo, co by se z něho mělo stát. Naštěstí přišlo malé děvčátko, a když to kulaté červené klubko objevilo, řeklo: „Tebe mohu potřebovat.“ Odnese jej domů, vzalo dvě jehlice a - proměnilo ho. Večer o Štědrém dni leželo jako krásná, červená chňapka na hrnci tety Emy.

Max Bollinger



ZE SVĚTA ZAJÍMAVOSTÍ

Zvíře ve Vás

Možná se někdy zasmějete větě: „probudit v sobě zvíře“. Ale pozor! Podle astrologie má v sobě každé znamení živočišnou povahu, které se dá v životě využít.

Vodnář 

(20. 1. - 20. 2.)

Prase

Když vás lidé potkají, mají pocit, že jste až moc tišší. Dost se stydíte, ale je to jen proto, že se neradi setkáváte s cizími a neznámými osobami. Ale když už si někoho oblíbíte, stanete se nadšeným parťákem plným energie a nápadů. Prasata jednají úplně stejně. Jednu chvíli si tiše pochrochtávají v koutě chlívku a za okamžik by byla schopná dobýt celý svět. Ačkoli na první pohled působíte odtažitě, jste velice opečovávající a milí tvorové. Umíte o věcech přemýšlet, protože máte dar naslouchat. A zkusili jste něco klidným hlasem vyprávět o čuníkovi? Udělejte to a uvidíte.



Ryby 

(21. 2. - 20. 3.)

Delfín



Vašimi hlavními rysy jsou empatie, soucit a jemnost v chování a činech. A také inteligence. Proto si vás lidé často oblíbí. Vy je máte rádi, ale nejlépe je vám při hrátkách ve vlastním hejnu - ano, jako delfínům. Řekl někdy něco špatného o těchto stále se usmívajících miláčcích? Vás také mívají ostatní rádi, ale pozor: je jich tolik, že se mnozí bojí k Vám přiblížit a vyjádřit své city. Býváte skvělými kamarády, ale v partnerství už vám to jde hůře. „Tito lidé prokazují lásku, ale dávat ji na odiv neumějí. Raději se nadechnout a zmizí pod hladinou. Mnoha vztahům to může škodit,“ tvrdí odbornice.

Beran

(21. 3. - 20. 4.)

Vlk

Kdo by to byl řekl, že znamení Berana přitáhne zrovna vlka? Nicméně je to tak. Beraní energie nezná hranic. Lidé narození v tomto znamení musí být pořád aktivní, a to jak duševně, tak i fyzicky. Neumí zůstat v klidu. I vlci neustále pobíhají kolem svého území uprostřed vlastní smečky. „Berani navíc potřebují mít velké pravomoci. Rádi přijímají zodpovědnost a ukazují své vůdcovské kvality. I v tomto jsou s vlky zajedno,“ vysvětluje astroložka Lisa Stardust. Pokud dostanete jakýkoliv úkol, je na vás spoleh. Šťěstí nehledejte jen v rodině. Vaše smečka by měla být mnohem větší.



Býk



(21. 4. – 21. 5.)

Medvěd

Jste nejspolehlivější znamení
zvěrokruhu. Pokud bude někdo



v úzkých, vždycky se na vás s důvěrou obrátí. Máte rádi svou
zaběhnutou rutinu, snažíte se vyvarovat jakýchkoli změn, pokud to
jen trochu jde. I medvědi udržují zaseté zvyky. To samozřejmě souvisí
s jejich zimním spánkem, který si vy nemůžete dovolit. Ovšem také
toho litujete. Tyto šelmy udělají vše pro to, aby se cítily dobře – stále
shánějí jídlo a nehledí při tom na únavu. I vy se potřebujete radovat
z úspěchu, třeba malého. Nebojte se ho. Vaše povaha vám nedovolí
se na cestě za ním vzdát.

Blíženci



(22. 5. – 21.6.)

Gorila

Možná bych vám v džungli nahnala strach. Ale je známo, že gorily
jsou jemná a něžná stvoření. Však se podívejte na film Gorily v mlze



se Sigourney Weaver
(71) a budete v obraze.
Tito primáti se o sebe

zajímají. A to je Vaše charakteristická vlastnost. Také milujete společnost a vždycky jste zvědaví na to, co vám chcete který přítel zase povědět nového. I gorily mezi sebou neustále komunikují. Bez toho byste byli ztracení. Neplánujte si dovolenou na samotě u lesa a neuzavírejte se ani dnes před přáteli. Právě oni vás nabíjejí a jen těžko bez nich okážete žít.

Rak 

(22. 6. – 22. 7.)

Kočka

Jste loajální osoba, vždy připravená postavit se za své blízké. Ale na druhou stranu potřebujete čas od času ukázat drápky a věnovat se sami sobě. Které jiné



zvíře reprezentuje tyto vlastnosti lépe než kočka? I ona miluje rodinu, ale někdy je pro ni těžké to vyjádřit nebo lépe řečeno – udělá to takovým způsobem, že byste jí za to vyprášili kožich. Je to ale jen ze strachu, že by jí i její bližní mohli ublížit. Jste na tom podobně – právě této obavě podřizujete celý život, což není správně. Abyste se nedostávali doma do zbytečných konfliktů, měli byste na sobě na sobě zapracovat. Protože lásky je ve vás hodně.

Lev



(23. 7. – 22.8.)

Lev



Tak tady to napoprvé sedlo tak, jak jméno znamení napovídá. Ke znamení Lva se prostě lev i hodí. Toto oslnivé zvíře je známé jako král (či královna) savany. A i vy ve společnosti zazáříte. Umíte si získat pozornost nenuceným způsobem, ale pozor – milujete možná až příliš obdiv ostatních a jste pro něj ochotni udělat cokoli. A to vás někdy může zavést na scestí. Pokud se vám někdo navíc někdo pokusí zhatit vaši chvilku slávy, stane se vaším nepřítelem. A lev nezapomíná. Lev neodpouští. To je vlastnost, která vám může pokazit život, a to naprosto zbytečně, protože onen člověk si často ani neuvědomuje, že něco takového způsobil.

Panna



(23. 8. – 22. 9.)

Králík

Jste nejstarostlivější a nejanalytičtějšími bytostmi, které si umí člověk představit. Nenechávejte nic náhodě a pečujte o své blízké. Možná jste k sobě trochu kritičtější, než by bylo záhodno, ale co... někdo to tak potřebuje. Navíc je to jen proto, že moc dobře víte, čeho jste schopní a na co už nedosáhnete.



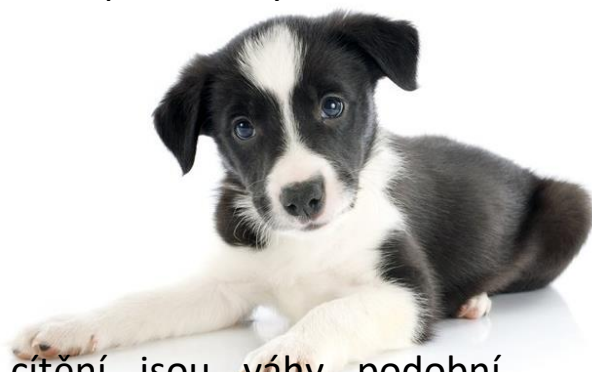
Právě pro to se hodně podobáte králíkům. Tito ušáci jsou hodně podceňováni, ale stejně jako vy mají v zorném poli hlavně rodinu. Neradi na sebe upozorňují. Nejlépe jim bývá na rozkvetlé louce, kde zcela absorbují přírodu. I vám by tento druh odpočinku vyhovoval.

Váhy

(23. 9. - 23. 10.)

Pes

Díky své loajalitě a společenskému cítění jsou váhy podobní nejlepšímu příteli člověka. Stejně jako psa i vás nejvíc potěší, když je každý kolem vás šťastný a vy mu děláte radost. Mezi přáteli se vždy snažíte vše urovnat, jste takový mírový vyjednávač. Zhlazujete hádky, ještě než se objeví. Pes se při konfliktech, ač se ho netýkají, celé ošívá a zalézá do kouta nebo pod stůl. Ani Vám nevyhovují a neměli byste je vyhledávat. Psi i vy potřebujete smečku – samota vás děsí a rozhodně z ní nenačerpáte síly. Z party ale ano.



Střelec

(23. 11. - 21.12.)

Sova

Nejdůležitější věcí na světě je pro vás svoboda. Potřebujete dělat to, co chcete a kdy chcete. Proto se podobáte sově. I ta potřebuje mít

věci zařízené po svém a ve volnu se pohybovat podle své potřeby. Sami si často přejete, abyste měli křídla a mohli se rozletět do světa. Proto na vás koronavirová krize dopadá hůř než na kohokoli jiného. Musíte k tomu přistoupit s moudrostí sovy. Než někam vyletí, připraví si plán lovu. Umíte i nádherně odpočívat. Je klidná a vyrovnaná. I vy byste si měli dobře rozmyslet, jak tuto kritickou dobu přežít, a pak postupovat přesně podle plánu. Jako v celém životě.



Kozoroh 

(22. 12. – 20. 1.)

Slon

Spolehliví a zodpovědní - takoví jste. Umíte se ovládat lépe než kdokoli jiný. Když už se do něčeho vrhnete, ať se jedná o nějakou práci, nebo o vztah, nikdo Vás nedokáže zastavit. Jdete si neúnavně za svým. Tak jako slon klade jednu nohu za druhou na cestě k úspěchu. Slon jde stovky kilometrů za vodou. Tou je pro člověka tohoto znamení vlastně všechno, na čem mu záleží. Nikdy by tu štreku nevzdal nebo nešel po jednodušší. Protože jen tak zajistí pro rodinu to nejlepší. Právě rodina je pro vás hlavní. Slon neopustí své slůně, dokud si není jistý, že je silné. I pro vás je zásadní udělat cokoli, aby byl život blízkých lepší.



ROZHOVOR

Rádi bychom Vám prostřednictvím Děčka a krátkého rozhovoru představili pracovníky našeho domova, se kterými se setkáváte. V následujícím rozhovoru se nám představí ředitelka naší organizace:

MGR. RENATA HORŇÁKOVÁ



Mohu. Vás poprosit o krátké představení se našim čtenářům?

Dobrý den, všem čtenářům Děčka. Jmenuji se Renata Horňáková a je mi 44 let. Mám dva dospělé syny, jeden již pracuje jako lékař a druhý studuje Vysokou školu záchranářskou. K nám do Domova dojíždím z Jihlavy, kde zároveň i bydlím.

V červenci, přesně 12.7. jsem započala v Domově pro seniory Velké Meziříčí svou další profesní cestu. Doufám, že na této cestě zúročím

svoje zkušenosti, které jsem do této doby získala nejen studiem, ale i praxí v oblasti zdravotnictví a sociálních služeb.

Po základní škole jsem vystudovala Střední zdravotnickou školu v Jihlavě a po jejím dokončení nastoupila do tehdy ještě Psychiatrické léčebny v Jihlavě jako zdravotní sestra u lůžka na příjmovém oddělení. Později jsem přestoupila na oddělení pro léčbu závislostí jako sestra pro sociální práci a dálkovou formou studia si doplnila vysokoškolské vzdělání v oboru sociální pedagogika na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně. Moje profesní cesta se po dostudování ubírala do ambulance pracující s pacienty závislími na návykových látkách a hracích automatech a odtud jsem dále směřovala do Nemocnice Jihlava na oddělení Geriatrické a následné péče a na Stanici paliativní péče, kde jsem působila jako zdravotně sociální pracovnice. Před nástupem do Velkého Meziříčí jsem pracovala v Alzheimercentru v Jihlavě, kde je poskytována péče klientům s chronických duševním onemocněním – konkrétně lidem s demencí jakéhokoliv typu. Tam jsem pracovala jako ředitelka zařízení.

Během získávání zkušeností z praxe jsem si průběžně doplňovala a rozšiřovala svoje znalosti a dovednosti, doplňovala si další profesní kvalifikace, absolvovala mnoho seminářů a vzdělávacích akcí i výcviků. Sama jsem i lektorem a velice ráda předávám svoje zkušenosti formou vzdělávání dál.

Jsem přesvědčená, že úspěch a neúspěch stojí na vzájemné komunikaci, a když mezi sebou lidé komunikují je předpoklad, že najdou řešení. Ať už jde o vztahy mezi kolegy, vztahy s klienty a jejich rodinami, vztahy partnerské i přátelské.

Komunikace a práce s lidmi je úžasná, pestrá, zajímavá, inspirující a umožňuje nám získávat zkušenosti, za které jsem já osobně velice vděčná a ráda. Zkušenost nás vždy posouvá dál a pomáhá porozumět mnoha věcem, se kterými se v životě setkáváme.

Těším se na všechny, které díky této své nové cestě potkám, poznám a jistě pro mě budou cenným životním obohacením. Těším se na všechny, kteří půjdou stejným směrem jako já, ale i na ty, které pouze potkám, když se budeme na cestě jen na chvíli míjet.

Co jste již znala o našem domově, než jste se stala ředitelkou?

Domov pro seniory ve Velkém Meziříčí má v Kraji Vysočina dobré reference, jak z hlediska poskytování kvality služeb, tak i spokojenosti klientů a jejich rodin.

Vaše dosavadní práce se orientuje především na starší osoby. Proč jste se rozhodla pracovat právě s touto věkovou skupinou?

V průběhu praxe jsem získala k seniorům velice vřelý vztah a práce s touto skupinou mě velice baví a naplňuje.

Jaké jsou Vaše první dojmy?

Na první dojem se nemá hned sázet, ale z našeho domova byl velice milý a krásný. Byla jsem moc ráda, jak mě celý Domov přivítal.

Panuje zde přátelská a pozitivní atmosféra. Všichni společně se snaží o co nejvyšší kvalitu života našich obyvatel.

Co ráda děláte ve volném čase?

Mým koníčkem je zahrádka. Také ráda pracuji se dřevem: kácení, šípání a rovnání rázu. Zabavím se i kytarou a zpěvem, navštěvovala jsem i tehdy ještě Lidovou školu umění.

Na jaké místo byste se ráda podívala a proč?

Do Egypta na pyramidy. Fascinují mě faraoni a egyptská historie.

V rámci naší země mě lákají hrady a zámky, přála bych si někdy v budoucnosti strávit jednu noc právě v těchto historických objektech a zónách.

Jak by vypadal Váš ideální den?

Byl by to den, kdy udělám někoho šťastného a zároveň budu šťastná sama se sebou. Nechci však být v tento den sama, chci mít kolem sebe rodinu a spokojené lidi.

Co byste si nejvíce přála? Aby každý měl sílu a energii zvládat svou životní cestu a mohl ji procházet ve zdraví a s onou pověstnou kapkou štěstí.

KVÍZ:

Nejoblíbenější jídlo – tatarák

Nejoblíbenější barva – modrá

Nejoblíbenější roční období – léto a podzim

Nejhezčí dovolená – na chalupě s rodinou

Nejoblíbenější květina – slunečnice

Nejoblíbenější film – Forest Gump, Nedotknutelní, M.A.S.H, Pelíšky, Vratné lahve, Kráska a zvíře a neodpustila bych si S čerty nejsou žerty

Nejoblíbenější místo v domově – zatím jsem na vážkách, celý domov je krásný, časem se ukáže...

VTIPY

Pepíček prosí tátu: "Tati, kup mi buben."

"Nekoupím, budeš mě rušit při práci."

Pepíček: "Neboj, budu bubnovat jenom, když budeš spát."

Povídají si dva spolužáci: „A ty se před jídlem modlíš?“ „Ne, já nemusím, maminka naštěstí vaří dobře.“

Pohovor u Českých drah:

„Dobrý den, já se hrozně omlouvám za zpoždění...”

„Jste přijat!”

A nyní minutu ticha za všechny ty dny, kdy jsme vypadali dobře a zrovna nepotkali nikoho důležitého.

Z KUCHYNĚ

Čaj

Čaj je kulturní nápoj připravovaný louhováním lístků rostliny čajovníku v horké vodě. Označení čaj se běžně užívá i pro nálevy, zápary a odvary různých rostlin jako jsou *ovocné čaje, bylinné čaje* nebo čaj šípkový.

V následujícím článku se zaměříme na druhy, užití a účinky.

Pěstování a zpracování

- Čaj má díky obsahu kofeinu povzbuzující a stimulující účinky na lidský organismus.
- Vzniká zpracováním listů čajovníku. Z botanického hlediska je čajovník stálezelený keř, dorůstající v přírodě výšky 5 až 15 metrů, výjimečně až kolem třiceti metrů. Na plantážích jsou keře udržovány ve výšce kolem jednoho metru. Umožňuje to pohodlnější sběr čajových lístků a zvyšuje úrodu.



- Přirozeně čajovník roste v jihovýchodní Asii při hranicích Číny a Indie. Jako kulturní rostlina se pěstuje na mnoha místech s příhodnými podmínkami
- Mezi známé čaj produkující země patří Indie, Pákistán, Írán, Srí Lanka, Tchaj-wan, Indonésie, Nepál, Austrálie, Argentina a Keňa.
- Nejlépe se čaji daří v monzunovém klimatu v subtropickém a tropickém pásu, roste na kyselých půdách, od hladiny moře až po nadmořské výšky kolem 2500 m.
- Listy čajovníku jsou dlouhé od tří do pětadvaceti centimetrů a široké mezi jedním a deseti centimetry, dospělé listy jsou tlusté, hladké a kožnaté, s krátkým řapíkem. Čajové lístky se většinou sbírají několikrát do roka, v některých oblastech prakticky celý rok. Lístky se sbírají podle takzvaných sběrových formulí, které určují, kterou část výhonku uštípnout. Cennější jsou mladší menší lístky u špičky výhonku a pupen.

Druhy čaje

Další zpracování se děje různými způsoby. Základním faktorem je stupeň oxidace (z historických důvodů chybně označována jako fermentace, nejde zde však o působení mikroorganismů, nýbrž kyslíku). U oxidace jde o pozměnění některých molekul listu, které má vliv na chuťové vlastnosti čaje a způsobuje zhnědnutí. Oxidace probíhá do té doby, než obsah vody v lístku neklesne na určitou hodnotu.

Avšak i pojem tradiční fermentace se váže k určitému druhu čajů, a sice k tajemnému čaji Pchu-er, u něhož dochází nejdříve k oxidaci a poté k fermentaci, některé z těchto čajů je poté možné nechat zrát.

Čaje rozdělujeme dle způsobu zpracování do čtyř základních skupin:

- **čaje bílé** (bai cha) – dochází zde k jemné oxidaci, jde o samovolnou oxidaci probíhající během "zavadání", čaj je následně sušen. Lístky jsou lehce nahnědlé v místech, kde proběhla oxidace, části listu zůstávají zelené. Obvykle se takto zpracovávají mladé lístky, někdy se keře pěstují zastíněné, aby se omezilo množství chlorofylu v listech.
- **čaje zelené** (lu cha) – prochází minimální oxidací v době mezi utržením a zpracováním. Enzymy způsobující oxidaci jsou zničeny teplem: užívá se sušení na pánvích, nebo napařování. Zpracování je ukončeno jeden až dva dny od sběru. Lístky si uchovávají svěží zeleň.
- **čaje polozelené** (oolong, modrozelené, žlutozelené nebo modré – lístky procházejí oxidací, která je však v různých fázích přerušena (přechod mezi zelenými a červenými či černými čaji). Tyto lístky jsou hnědé, s lehkými zeleným odstínem. Sběr lístků na jeho výrobu musí proběhnout v okamžiku jejich plné zralosti, aby čajový nálev získal svou pověstnou vyváženou chuť.
- **čaje černé** (červené čaje, pokud se jedná o *camelia sinnensis* – čínský čajovník) – lístky se mechanicky naruší, oxidace probíhá za teploty okolo 30 °C a velice vysoké vlhkosti. Získáváme lístek na plně oxidovaný, tedy na pohled hnědý až černý. Zpracování trvá týden i déle. Velmi výrazný rozdíl je ještě mezi ortodoxním zpracováním a plně průmyslovou výrobou metodou CTC (Crush, Tear, Curl), kterou vzniká nadrcený substrát vhodný do čajových pytlíků. Ve střední Evropě (a „západní civilizaci“ obecně) je historicky nejoblíbenější právě čaj černý.



Existuje řada způsobů zpracování, které do uvedených kategorií příliš nezapadají. Z těch známějších to jsou:

1. **Tmavý čaj:** Popisuje se jako „dvakrát fermentovaný“, u „druhé fermentace“ už opravdu jde o působení mikroorganismů. Dříve bylo toto dosaženo až několikaletým zráním v zemi,
2. **Žlutý čaj:** Stejně jako u zeleného čaje jsou enzymy způsobující oxidaci zničeny teplem. Poté se však nesuší rychle, nýbrž pozvolna v silných vrstvách.
3. **Řapíkový čaj,** vedlejší produkt při výrobě japonského práškového čaje Matcha.
4. **Hojicha:** Japonský čajový produkt, vzniká pražením řapíků
5. **Lapsang souchong** (pravá malá horská odrůda): Černý čaj sušený nad pálicím se borovým dřívím, získává specifické kouřové aroma. (U Lapsangů pochybné kvality je černý čaj zakouřen dodatečně a aroma je spíše dehtové.)
6. **Rize:** Čaj z turecké provincie Rize.

Čaj o páté

Zvyk pít čaj o páté (tzn. v pět hodin odpoledne) vznikl ve Francii, ačkoliv je přisuzován Anglii (Anna Russellová, vévodkyně z Bedfordu v polovině 19. století), která ho od Francouzů pouze převzala.



Čajová plantáž
na Srí Lance

Autor: Terezie Hlouchová, DiS.; nutriční terapeutka

HÁDANKA

Zpráva z tisku

V roce 1929 seděl v pohodlném křesle ve společenské místnosti svého klubu postarší gentleman. Velký krach New Yorské burzy byl ještě několik měsíců daleko a tak si v klidu pokuřoval svůj doutník, popíjel whiskey a četl noviny. Náhle narazil na krátký článek, který jej velmi rozradostnil. Informoval o události, která jej velmi potěšila. Týkala se totiž syna jeho dávného přítele z mládí. Pod titulkem „Vyznamenání hrdinové“ byl následující text: *„Hrdina bojů první světové války, letecké eso Allan Richardson, bude vyznamenán za odvahu v bojích s nepřítelem Medailí cti v budově kongresu ve Washingtonu.“* Gentleman upil ze skleničky, potáhl mocně z doutníku a zálibně se pousmál...

V uvedeném textu je jedna zásadní nelogická chyba.

Co v tomto příběhu naprosto nedává smysl?



Řešení: *V roce 1929 nebylo naprosto možné hovořit o první světové válce jako o “první”. Nikdo tou dobou netušil, že za deset let vypukne válka další, která bude označována jako “druhá”. Zkrátka dobře – v roce 1929 před jedenácti lety ukončenou válku nebylo třeba číslovat... Proto by text mohl znít například “Hrdina bojů velké války...”, určitě ale ne “...Hrdina bojů první světové...”*

SEZNAM ZDROJŮ

Srpen: https://cs.wikipedia.org/wiki/Wikipedie:Vybran%C3%A1_v%C3%BDro%C4%8D%C3%AD_dne/srpen;
https://cs.wikipedia.org/wiki/21._srpen; <http://birthday.wz.cz/index08.htm>

Mezinárodní dny: <http://svatky.centrum.cz/svatky/vyznamne-dny/srpen/>

Pranostiky: <http://www.pranostika.cz;/srpen.html> https://www.jing.fm/iclip/TooT_clip-art-library-download-techflourish-collections-sun-clouds/

Vtipy: <http://vtipy.org/jidlo/>; <https://www.vtipy.net/>; <https://czechtheworld.com/nejlepsi-vtipy/#ixzz70OPLzNH9>;
www.loupak.cz

Příběhy pro potěchu duše: https://wiki.rovernet.cz/lib/exe/fetch.php/pribehy_k_zamysleni_i_-_fons.pdf;
<https://www.istockphoto.com/es/foto/ovillo-de-hilo-de-lana-azul-gm840056516-136779579>

Blahopřání: <https://www.mall.cz/kvetinace/click-and-grow-napln-pro-smart-kvetinace-a-farmy-chrpa-3ks-v-balení>;
<https://www.loukykvet.cz/obchod/semena/chrpa>

Výročí a regionální osobnosti: <http://www.knihovnatr.cz/cze/sluzby/vyroci-a-regionalni-osobnosti-srpen-2021/>

Hádanka: <https://mozkolam.cz/slovni-hlavolamy/logicke-ulohy/zprava-z-tisku/>

Ze světa zajímavostí: časopis Pestrý svět, číslo 52/53, vyšlo ve středu 23. 12. 2020, str. 38-39;
https://www.123rf.com/photo_51440165_one-wolf-standing-in-the-woods-a-cold-winter-day-deep-snow-on-the-ground-.html; <https://epochaplus.cz/jak-inteligentni-je-delfinje-chytrejsi-nez-clovek/>; <https://www.erekce.cz/eroticky-horoskop-ryby/>; <https://epochalnisvet.cz/4-zvirata-ktera-jime-a-pritom-isou-chytrejsi-nez-nasi-domaci-mazlicci/>;
<https://www.energiezivota.com/skryte-moudrosti/vyvoj-znameni-vodnar-cesta-volnosti/>;
<http://dobryhoroskop.cz/znameni-zverokruhu.php>; https://www.irozhlaz.cz/veda-technologie_priroda/zemrela-nejstarsi-gorila-na-svete-samici-colo-bylo-60-let_201701172157_vman; <https://zpravy.aktualne.cz/regiony/stredocesky/v-beroune-uhynul-vojta-jeden-z-trojice-televiznich-medvedu/r~d8e4843a015411e69e33002590604f2e/>; <https://g.cz/seat-20-dukazu-ze-jste-se-narodili-ve-znameni-lva/>; <https://www.finance.cz/528072-cipovani-kocek/>; <https://www.mujchlupac.cz/rady-a-tipy/co-byste-meli-vedet-nez-si-poridite-zakrsleho-kralika/7545>; <https://pixers.cz/fototapety/stene-border-kolie-46804105>;
<https://www.zoopraha.cz/zvirata-a-expozice/zvireci-osobnosti/68-shanti-slon-indicky>;
<https://www.dumprirody.cz/informacni-stredisko-chko-beskydy/novinky/sovy-beskyd/>

Z kuchyně: <https://cs.wikipedia.org/wiki/%C4%8Caj>; <https://www.zivotnacestach.cz/sri-lanka-zeme-caje-nejlepsi-cajove-plantaze-ceilonu/>; <https://www.vasedieta.cz/cerny-caj-a-hubnutí/>; <https://www.cajovydychanek.cz/zbozi-orechovy-polozeny-caj.html>; <https://www.vitalia.cz/clanky/zeleny-caj-delsi-zivot/>; <https://www.darka-shop.cz/o-caji-a-kave/bily-caj>