

Leden 2022

NÁŠ ČASOPIS PLNÝ ZAJÍMAVOSTÍ

D ě ě k o

PF 2022

Ze srdce Vám děkujeme
za spolupráci v uplynulém roce.

Přejeme Vám krásné prožití vánočních svátků
a spoustu štěstí, zdraví a spokojenosti
do nového roku.

Obyvatelé a zaměstnanci
Domova pro seniory Velké Meziříčí, p. o.

Domov pro seniory Velké Meziříčí,

příspěvková organizace

Zdenky Vorlové 2160

594 01 Velké Meziříčí

www.domovvm.cz

OBSAH

Blahopřání na leden	3
Výročí ledna a regionální osobnosti	4
Ze života domova	5
Stálá nabídka měsíce	6
Co se dělo u nás v domově v prosinci	7
Fotogalerie	9
Leden	10
Pranostiky	12
Mezinárodní dny měsíce	12
Příběhy pro potěchu duše	13
Ze světa zajímavostí	15
Rozhovor	20
Vtipy	22
Z kuchyně	23
Spojovačka	28
Seznam zdrojů	30

BLAHOPŘÁNÍ NA LEDEN

Růžena Horká

Anežka Padalíková

Věra Kotrbová

Jaroslava Slošková

Jan Jeřábek



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

Obyvatelé a zaměstnanci domova

VÝROČÍ A REGIONÁLNÍ OSOBNOSTI LEDNA

90. výročí narození

Zdeněk Otto BRAUNSCHLÄGER – herec

Narození: 30. 1. 1932 Boskovice

Úmrtí: 17. 1. 2018 Praha

- Od roku 1937 žil s rodiči v Třebíči v domě na Karlově náměstí. Vystudoval JAMU v Brně obor herectví. Hrál v Divadle bratří Mrštíků, podílel se na založení Semaforu. Hrál v zakázaném filmu Město naděje. Poté nesměl vykonávat uměleckou činnost. Emigroval do Německa. 1989 se vrátil do vlasti.



290. výročí narození

Peregrino GRAVANI – skladatel, varhaník, zpěvák

Narození: 13. 1. 1732 Jaroměřice nad Rokytnou

Úmrtí: 18. 4. 1815 Brno

- Hrál na několik nástrojů, na varhany a zpíval. Působil na questenberském panství v Jaroměřicích nad Rokytnou a v Brně v chrámu sv. Jakuba jako tenorista, od roku 1762 byl regentem chori. Složil asi 130 chrámových skladeb, šířil vídeňskou hudbu. Vytvořil tematický katalog s notovými incipity sbírky hudebnin na svatojakubském kůru z roku 1763.

80. výročí úmrtí

Blažej KONVALINA – voják, letec, 2. světová válka

Narození: 3. 1. 1919 Blížkovice (Znojmo)

Úmrtí: 22. 1. 1942 Velká Británie

- S Jaroslavem Hloužkem se věnoval zámečnictví, oba vstoupili do služeb československého letectví během akce „1000 pilotů republiky“, sloužil jako pilot v Prostějově. Emigroval do Polska, pak se v Anglii stal příslušníkem 312. československé stíhací perutě, letky A. Zahynul z neznámých důvodů při cvičném souboji. In memoriam byl povýšen do hodnosti rotmistra letectva.



80. výročí úmrtí

Jindřich SVOBODA – voják, letec, 2. světová válka

Narození: 19. 5. 1917 Třebíč

Úmrtí: 17. 1. 1942 Nizozemsko

- Byl vojenským letcem z povolání. V roce 1940 emigroval na Slovensko, při cestě do Francie byl zadržen maďarskou policií. Ve Francii sloužil v Agde u československé zahraniční vojenské jednotky, byl zařazen k letecké skupině. Po kapitulaci Francie působil ve Velké Británii nejprve u dopravní letky pak u 313. bombardovací perutě.



ZE ŽIVOTA DOMOVA

V prosinci přišli noví obyvatelé:

Jaroslav Suchánek ze Žďáru nad Sázavou

Během prosince odešli obyvatelé:

Anna Dostálová † 2. 12. 2021

Marie Pospíchalová † 3. 12. 2021

Ludmila Fleková † 10. 12. 2021

Marie Motáčková † 15. 12. 2021

Jaroslav Suchánek † 17. 12. 2021

Květoslava Pešková † 22. 12. 2021

Milada Zezulová † 25. 12. 2021

Ludmila Tribulová † 30. 12. 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 společné cvičení
Středa	pracovní činnosti
Čtvrtek	společné cvičení
Pátek	modlitba a Mše svatá od 10:00

- **SCHRÁNKA 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 do pokojů**

• 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

CO SE DĚLO U NÁS V DOMOVĚ V MĚSÍCI PROSINCI

V pondělí 6. prosince k nám zavítala vzácná návštěva. Přišel nás zkontrolovat Svatý Mikuláš s andělem a přinesli dárečky všem obyvatelům.

Od pondělí 6. prosince do pátku 10. prosince se na U3V konal zimní bleší trh.

Ve středu 8. prosince jsme na Pomněnce pekli vinné cukroví. Vykrajovali jsme, obalovali v cukru a rovnali na tácky, ale ta nejlepší část je zkrátka vždy ochutnávání. Všechny ty vůně a chutě nás krásně připravili na Vánoce a naladili na adventní čas.

Další pondělí 13. prosince se konalo 1. adventní setkání k příležitosti 3. adventní neděle. Zapálili jsme společně svíčky, vysvětlili jejich význam a vyprávěli si o nejlepším vánočním dárku, který nám Ježíšek přinesl.

V úterý 14. prosince jsme pekli další druhy cukroví, a to vanilkové rohlíčky a linecké. Vykrajovali jsme prasátka a pak je lepili k sobě marmeládou. Byl to krásně trávený čas navíc toho jídle kolem a smích z vyprávěných historek, tomu dni nic nechybělo.

Ve středu 15. prosince jsme odpoledne zasedli na U3V, kde se konala čtvrtroční schůze ke stravování. Dozvěděli jsme se, co bude k jídlu o vánočních svátcích.

V úterý 21. prosince jsme si promítli pohádku Čertova nevěsta.

Ve středu 22. jsme se sešli na společenské místnosti a začali zpívat koledy, rozdali jsme si přáníčka a dárky.

Ve čtvrtek 23. prosince nás navštívila houslistka, která procházela chodbami a nastínila atmosféru Štědrého dne.

Na páteční Štědrý den si Zdenička Mašková pro nás připravila s kamarádkou operní pěvkyní koncert plný koled a lidových písní.



FOTOGALERIE



LEDEN

Leden je prvním měsícem v roce a má 31 dní. Od čeho je odvozen název ledna zřejmě tušíte a máte pravdu - od ledu...

Dříve byl označován také jako "měsíc vlka", ale to už v dnešním světě zní poněkud „zvláštně“... V římském kalendáři totiž byl zpočátku leden až jedenáctým měsíc v roce! Teprve roku 153 došlo ke změně začátku roku z 1. března na 1. ledna. Což je celkem fajn, že rok nezačíná v březnu, ale v lednu...

Mezinárodní den objímání

Když se zamyslíme, tak přijdeme na to, že každý den je něčemu určený. A právě den, který nese datum 21. ledna nazýváme: Mezinárodní den objímání. Lidské objetí je velmi silná a povznášející záležitost a vztah k němu se mezi lidmi velmi liší. Smutné je, že se spoustě lidem obyčejného objetí hned tak nedostane.

Ať už v náručí hledáte podporu či bezpečí nebo objetím vyjadřujete radost či lásku, nejde jen o emoční záležitost. Objímání není totiž jen balzám pro duši, ale i všelékem pro tělo!



Účinky objetí

- Odbourává stres a zklidňuje, snižuje totiž hladinu stresového hormonu kortizolu.
- Díky objímání dochází k dokonalé relaxaci. Uvolňují se svalová napětí a bloky.
- Přirozeně působí proti depresím a úzkostem.
- Vyřeší i nemalé konflikty.
- Dodává pocit jistoty, bezpečí, lásky sebejistoty a důvěry.
- Objetí zvyšuje v mozku produkci serotoninu – hormonu štěstí.

To, že objímání je zdravé, potvrzuje i studie vědců z americké univerzity v Severní Karolíně. Podle ní dobrovolníci, kteří se neobjímali, měli mnohem rychlejší tepovou frekvenci oproti lidem, již se pravidelně objímali se svým partnerem. Ti měli totiž tep klidnější. Doporučuje denně nashromáždit alespoň 4 objetí! „Potřebujeme čtyři objetí denně, abychom přežili a osm objetí denně, abychom vydrželi. A celkem dvanáct objetí denně potřebujeme k tomu, abychom rostli.



PRANOSTIKY

V lednu mráz - těší nás, v lednu voda - věčná škoda.

Leden jasný, roček krásný.

V lednu málo vody - mnoho vína, mnoho vody - málo vína.

Je-li leden nejostřejší, bude roček nejplodnější.

Holomrazy - úrody vrazi.

Ryje-li krtek v lednu, končí zima v květnu.

Když je leden bílý, je sedlákovi milý.

Je-li teplo v lednu, sahá bída ke dnu.

MEZINÁRODNÍ DNY

1. ledna - Nový rok; Den obnovy samostatného českého státu

4. ledna - Světový den Braillova písma

6. ledna - Tři králové

21. ledna - Mezinárodní den objímání

26. ledna - Mezinárodní den celníků

27. ledna - Mezinárodní den památky obětí Holocaustu a předcházení zločinům proti lidskosti

28. ledna - Mezinárodní den mobilizace proti jaderné válce; Den ochrany osobních údajů

31. ledna - Světový den pomoci malomocným; Den dětí ulice



PŘÍBĚHY PRO POTĚCHU DUŠE

Nový začátek

Tomovi je šest let a narodil se jako osmé dítě romské mámě, ale dva dny po narození se ocitl v Klokánku.

Do pěstounské péče se dostal v sedmi měsících. Stále se smál a bál se hlasitých zvuků vysavače a štěkotu psa. Pět měsíců od Tomova se u narodil malý bráška. Jejich mamince se tedy ještě podařilo synka s Tomáškem společně kojit.



Po několika měsících pobytu doma se u Toma projevily velké a opakující se záněty průdušek a noční můry – vždy kolem úplňku proplakal několik nocí. Po několika letech jsme zjistili příčinu těchto potíží: Jedna z tet v Klokánku ho prý nechala plakat v postýlce, odháněla od něj ostatní děti, když ho chtěly pochovat, krmila ho ustříženým dudlíkem, aby to krmení šlo rychleji, a ve dvou měsících mu tak „vyrobila“ aspirační bronchitidu, která mu nenávratně poškodila kousek plicní sliznice.

Tomovy noční můry odpovídaly prožitému zážitku. Když začal mluvit, vždy vyprávěl, co se mu zdálo, třeba to, že je někde s námi a my ho vysadíme z autobusu a odjedeme, nebo spadne do moře z lodi a zůstane sám...vždy šlo o pocit opuštění osoby, kterou má rád. Tomášek se časem dozvídal vše o biologické matce a také se jeho rodině podařili vyhledat tři z jeho starších biologických sourozenců, se starší sestrou, která se mezitím také dostala do náhradní rodiny, dokonce doposud udržují velmi přátelský a pravidelný kontakt.

Když byly Tomáškovy asi tři roky, rodičům se zdálo, že se nějak vnitřně zasekl. Nechtěl se učit nic nového a jaksí chtěl začít celý život znovu. Jenže to šlo jen obtížně zařídit. Když to trvalo několik měsíců, udála se

jednoho pátečního odpoledne důležitá příhoda. Tom si najednou zalezl pod svetr maminky s tím, že je jako v břiše. Maminka na hru přistoupila a hladit své „těhotné“ břicho a mluvila k němu. Cítila, jak se úplně uvolňuje, hrozně dlouho setrval uvnitř, a pak se začal jakoby rodit. Pomalounku vylézal na svět, pak seděl a zcela uvolněný mamince hleděl dlouhou dobu do očí. Maminka na něj hleděla a říkala, jak se ji narodil krásný chlapeček, jaké má krásné tmavé oči. Po několika minutách se Tom probral z opojení a chtěl to celé opakovat znovu a znovu, přidal se k němu i mladší bráška a tak maminka rodila dvojčata.....

Porod se pravidelně opakoval každé dva měsíce, pak postupně polevovala frekvence, až vše ustalo. Od té doby se malému Tomáškovi zcela ztratily noční můry.

Tom si díky svému mladšímu bratrovi relativně záhy uvědomil svoji odlišnost, to, že je hnědý, jak sám o sobě říkal. Jednou se zeptal maminky, jestli věděla, že bude hnědý, když si ho brala domů. Odpověděla mu, že jí i tatínkovi to bylo úplně jedno. Jejich odpověď ho evidentně uspokojila. Fakt, že obě děti vyrůstají navíc v dvojjazyčném prostředí, protože tatínek byl cizinec, velmi pomohla i v otázce identity. Kluci zkrátka věděli, že všichni byli tak trochu zmixovaní z různých příslušností k různým skupinám. Později se Tom ptal, kdo vlastně je. Maminka začala vyprávět, že je všechno možné – Čech, Rom, chodí do mateřské školy a jezdí na koni....a Tomášek najednou mamku přerušil a řekl – „mami, a je to důležité?“ Domluvili se, že to bude v jeho životě důležité natolik, jak on sám bude chtít.

Dnes je z Tomášek krásný citlivý a milý předškolák, plně dvojjazyčný, s velkým zájmem o svět a s velkou zvědavostí, jak v tomto světě všechno funguje. Jediné co odmítá je označení Tomášek, protože je to samozřejmě jméno pro dítě, a on je přece už velký.



Nenechme si jednou událostí, která nás odkazuje zůstat v jedné rovině, aby nás v té rovině nechala navždy. I když přechod nebo narušení předurčené linie jsou dány, a vybočení je někdy náročné a bolí i jeho následky, mějme sílu jako Tomáš a vnímejme jen to, co nás dělá krásnější bytostí. Je tu přece nové ráno nebo pro méně odvážné nový rok 2022, kdy máme šanci začít prostě znovu.



ZE SVĚTA ZAJÍMAVOSTÍ

Pozitivní události roku 2021

V časech, kdy mezi nejfrekventovanější výrazy patří omikron a lockdown, není úplně snadné vstávat ráno s optimistickou písní na rtech. Přesto ale svět, zdá se, není ještě úplně ztracen. Následující článek je úkazem solidarity a štědrosti, vědeckého pokroku či síly přírody, které byly znatelné v roce 2021. Nevěříte? Pojd'me se o tom přesvědčit.

1) Neckář, Kubišová a spol. jsou Andělé strážní

Nebývá zvykem, aby se ve studiu najednou sešly takové persony: Václav Neckář, Marta Kubišová, Marie Rottrová, ale i Klára Výtisková, Milan Cais či Jiří Macháček. A ještě méně obvyklé je, že tak všichni učinili bez nároku na honorář. Osobnosti české hudby totiž pro Člověka v tísní nazpívaly song Andělé strážní.

Anděla strážného potřebuje někdy každý z nás. Na vlastní kůži to zakoušíme i teď, kdy svět ztrácí půdu pod nohama, a hledáme i letmé povzbuzení v úsměvu a dobré náladě ostatních. Účelem je zpropagovat tradiční projekt Skutečný dárek.

2) Češi se nežínýrují a dávají

Češi stále více mají ochotu darovat. Je větší než kdy dřív, svědčí o tom aspoň výsledky podzimní Sbírký potravin. Ta byla podle šéfky České federace potravinových bank Veroniky Láchové za sedm let existence vůbec nejplodnější – zapojilo se to ní nejvíc prodejen (754) i jednotlivců (4500) v historii.

Sbírka potravin se v roce 2021 poprvé konala dvakrát za rok.

3) Breda už zase svítí

Složit se dá na ledasco a tenhle crowdfunding rozzářil Opavu. Doslova. Po sedmnácti letech se o víkendu rozsvítila fasáda tamního ikonického obchodního domu Breda. Stavba je jednou z nejkrásnějších novodobých památek, které v Opavě zůstaly zachovány po druhé světové válce. Bohužel už delší dobu chátrá a zeje prázdnotou.

To by se však brzy mohlo změnit. Město chce Bredu koupit za 39,5 milionu korun. Obchody už se do budovy zřejmě nevrátí, ale je

poměrně slušná šance, že zde vznikne místo pro kulturní a společenské akce.

Na rozsvěcení fasády bylo v akci 1450 žárovek.

4) Do porodnice? Jedině na kole.

Na Nový Zéland sice turisté pořád nesmí, vnitrostátnímu cestování se ale meze nekladou. A tak tamní poslankyně Julie Anne Genter vytáhla kolo – a odjela do porodnice. Po desetiminutové jízdě šla rovnou rodit a do hodiny byla na světě holčička: „Původně to nebylo v plánu, ale prostě to tak dopadlo.“

Gentner na kole odjela rodit už podruhé. Ne každá budoucí máma má takovou kuráž a tak pevné zdraví, ale dobrou zprávou samo o sobě je, že existují země, kde mají politici lidskou tvář.

5) Tygře, tygře planoucí

Slavná báseň Williama Blakea se zhmotnila v jednom ze vzdálených kusů světa. V ruském Jakutsku, oblasti spadající pod východní Sibiř, poprvé po půlstoletí objevili stopy sibiřského tygra. Ti se ve čtyřicátých letech minulého století ocitli na pokraji zkázy, po sněhu tehdy kráčelo pouhých čtyřicet jedinců.



6) Létat díky podmořskému bohatství

Budoucností létání mohou být mořské řasy. Konkrétně čepelatka obří, jak se píše v pozoruhodném textu BBC, který ukazuje na potenciál spojení lidské kreativity a síly přírody. Jde o to, že by pěstování čepelatek mohlo zajistit téměř nevyčerpatelný přísun biopaliv.

Nezapomínejme, že plocha moří a oceánů je dvakrát větší než pevniny.

7) Velký bariérový útes ožívá

A ještě jednou pod hladinu. I přes letité obavy o zdraví korálů jsou tu totiž dílčí dobré zprávy. Velký bariérový útes, tento více než dva tisíce kilometrů dlouhý div světa u břehů Austrálie, vědce potěšil obrazem připomínající zrození všehomíra.

Koráli totiž nejsou rostliny, nýbrž zástupci mořské fauny. A rozjeli to ve velkém, když vypustili do vody miliony vajíček a spermií, které vytvořily ve vodě pestrobarevné shluky.

Je potěšující, že útes opět rodí nový život. Jde o silnou demonstraci toho, že jeho funkce zůstaly neporušeny.



8) Naděje pro duševně nemocné

Snad ještě horší než špatný zdravotní stav může být špatná diagnóza, zvláště v případě psychických potíží. Vědci z university v americké Indianě ale nabízejí pokrok: díky používání mRNA markerů by měl přesnou diagnózu zajistit obyčejný odběr krve.

Díky tomu se rozliší třeba mezi depresí a bipolární poruchou a může se okamžitě nasadit správná léčba. Tímto se dá vyhnout rokům pokusů a omylů, hospitalizací a nežádoucích efektů.

9) Sbohem, pet lahve

Britské pláže jsou nejčistší za posledních dvacet let. Ukázala to tradiční akce, při níž dobrovolníci likvidují svinčík, který vyplavilo moře. A zatímco v roce 2014 bylo na sto metrech potřeba vysbírat v průměru 835 předmětů, teď jich bylo jen 385.

„Což je pozitivní znamení, že iniciativy vedené na osobní, lokální i celostátní úrovni fungují. Teď je jen třeba mít ještě ambicióznější plány.

10) Noví obyvatelé planety

A zvířátka na konec. V zoo v německém Rostocku se samici ledního medvěda Sizzel narodila dvojčata. Podle všeho prospívají dobře. Sizzel se chová jako vzorná medvědí máma.



ROZHOVOR

Rádi bychom Vám prostřednictvím Děčka a krátkého rozhovoru představili pracovníky našeho domova, se denně setkáváte. V následujícím rozhovoru se nám představí **pomocná síla úklidu:**

KVĚTOSLAVA HOŘÍNKOVÁ



Mohu Vás poprosit o krátké představení se našim čtenářům?

Jmenuji se Květoslava Hořínková. Je mi 58 let a mám tři dospělé děti – nejstarší dceru a 2 syny. Nyní jsem čtyřnásobnou babičkou. Bydlím ve Velkém Meziříčí. Vyučila jsem se v oboru pánská krejčová. V domově jsem již dříve pracovala jako pečovatelka na Pomněnce celé 4 roky. Ze zdravotních důvodů jsem se musela s domovem na čas rozloučit, ale letos v říjnu 2021 jsem se vrátila. Moc jsem se na domov těšila, i když jsem měla obavy, teď pracuji jako pomocná síla.

Co se Vám na práci v domově líbí?

Práce s lidmi.

Co ráda děláte ve volném čase?

Mám spoustu koníčků. Trávím čas s vnoučaty, v létě pracuji na zahrádce, ráda maluju nebo šiju. Mezi mé koníčky patří také quilling.

(je výtvarná technika využívající proužky papíru, které se stáčí a formují do požadovaného tvaru).

Vyzkoušela jsem už mnoho manuálních činností.

Na jaké místo byste se ráda podívala a proč?

K pyramidám.

Jak by vypadal Váš ideální den?

Bez práce dlouho nevydržím. Pustila bych si v televizi něco pěkného, šla na zahrádku, byla s vnoučaty a taky odpočívala.

Co byste si nejvíce přála?

Lepší zdravotní stav.

KVÍZ:

Nejoblíbenější jídlo – rajská a těstovinami

Nejoblíbenější barva – fialová

Nejhezčí dovolená – Jugoslávie

Nejoblíbenější roční období – léto

Nejoblíbenější zvíře – kočka

Nejoblíbenější květina – růže

Nejoblíbenější seriál – Případy detektiva Murdocha

Nejoblíbenější místo v domově – denní místnost

VTIPY

Miláčku, líbí se ti tenhle náhrdelník? Ano, moc! Je perfektní!! Tak já tě sem zítra vezmu podívat se na něj znovu...

Ta holka je krev a kroupy! Snad krev a mlíko, ne? Ne, je to JELITO!



Karle, představ si, že pokaždý když zavřu oči, tak vůbec nic nevidím!

Nenávidím pořady o vaření, které začínají větou: „Dnes si uvaříme něco zdravého z ingrediencí, co máme každý doma.“ BUM a najednou vytáhne delfína.

Z KUCHYNĚ

Novoroční pokrmy

Po celé Evropě během novoročních oslav jde střídmost stranou. A když se hoduje, musí se na to jít chytře. Evropská gastronomie dosahuje vysoké úrovně. Na Nový rok nám nabízí tolik dobrot, které nejenže nás nestojí moc peněz, ale zaručí štěstí, zdraví a ještě odežene zlé síly.

1. Čočka - peníze

Když si na Nový rok dáme čočku, nebudete mít v dalším roce hluboko do kapsy. Je vcelku jedno, zda si ji dopřejeme s uzeninou a kyselou okurkou k novoročnímu obědu anebo si dáme čočkovou polévku brzy po přípitku ještě v nočních hodinách. Čočku si dáváme v České republice, Maďarsku nebo v Itálii. Maďaři preferují spíše čočkovou polévku. Italové si rádi dopřejí čočku s uzeninou.



2. Prasátko - štěstí

Maďaři či Rakušané na Nový rok s oblibou jedí vepřovou pečení. Důvod je jasný: prasátko je symbol nosí štěstí. Prasátko totiž necouvá a vždy jde kupředu a k pokroku. To se může hodit.



3. Mandarinka pro dlouhověkost a feferonka proti duchům

V Itálii nosí štěstí a peníze čočka, rýže, zrníčka granátového jablka a také mangold – zelená barva listů připomíná zelenou barvu dolaru. Kulatý tvar mandarinek symbolizuje věčný běh života a přináší dlouhověkost. Feferonky také nepodceňujeme, protože odhání špatné úmysly.



4. Granátové jablko přinese štěstí z Turecka



V Turecku je období kolem přelomu starého a nového roku a následný měsíc leden vrcholnou sezónou pro sklizeň hořkých a šťavnatých granátových jablek. Ty zajistí zdraví,

plodnost a prosperitu.

5. Vasilopita s mincí

Na Balkáně, a zejména v Řecku by to nebyl opravdový Nový rok bez koláče, známého jako vasilopita. Světlý dort z máslového těsta provoněného i řeckou Metaxou, posypaný moučkovým cukrem. Jeho hlavní kouzlo je, že se do něj před pečením



uschová do alobalu obalená mince. Kdo se do ní při konzumaci vasilopity zakousne, ten v následujícím roce nebude mít hluboko do kapsy. Aby bylo bohatství opravdu zaručeno, je třeba dodržovat několik základních pravidel: koláč se rozkrojí brzy po půlnoci, a to na tolik dílků, kolik je přítomných osob. Rozkrajuje hlava rodiny. První trojúhelníček je pro Krista, druhý pro Pannu Marii, třetí pro světce Vasila, podle kterého je koláč pojmenovaný, a další už dostanou další přítomné osoby.

6. Šupiny sledě nejen pro rybáře



O tom, že štěstí (a peníze) nosí rybí šupiny, víme v České republice své. Podobný efekt mají i stříbrné šupiny sledě ve Skandinávii a přímořských oblastech Polska a Německa. Rybářům nosí štěstí dvojnásob.

7. Zlé síly navždy venku

Za inspirací, jak nechat zlé síly přede dveřmi se vydáme do Irska. Kdysi tam totiž bylo zvykem nechat na Nový rok



venku před dveřmi a na okně bochník chleba, aby se mimo dům zdržely i všechny nepříjemné události, které by mohly rodinu potkat. Pro štěstí se v Irsku obvykle připíjí tmavým pivem. A aby se peníze v novém roce držely v rodině, je zvykem jíst zelené zelí, podobně jako je tomu třeba i v Německu. Stojí za tím opět zelená barva dolaru.

8. Holandské novoroční koblížky - pro jistotu po celý rok

Holandské nadýchané mastné smažené koblížky z kynutého těsta jsou tradičním pokrmem. Jsou známé jako oliebollen a mohou být i plněné rozinkou nebo kouskem jablka. Bez náplně se obvykle připravuje jejich belgická verze. Kulatý tvar symbolizuje cyklus celého roku.



9. Kuličky vína - přání pro celý rok

Ve Španělsku či Portugalsku je zvykem jíst s příchodem Nového roku hroznové víno – a to přesně dvanáct kuliček, jako měsíců v roce. Pokud budeme dostatečně rychlí a vytrénovaní jako Španělé, možná zvládneme spolknout jednu kuličku vína s každým jedním odbitím hodin o



půlnoci. Tak jako tak nám každá kulička splní jedno přání v jednom z následujících dvanácti měsíců a ochrání nás před zlými silami. Je vcelku jedno, jestli jíme čerstvé víno nebo rozinky. Výhodou toho čerstvého je, že z chuti jeho kuliček můžete i věštit budoucnost, pokud si na to troufneme. Sladká kulička značí štěstí a prosperitu v daném měsíci, kyselá neštěstí a neúspěch.

10. Evropa konzumuje, co země dá...

V Bulharsku je zvykem jíst na Nový rok něco, co země dala. Ať jsou to fazole, nakládané okurky, kandované ovoce...

V Polsku je zvykem na Nový rok podle tvaru pečiva předvídat, co koho v následujícím roce čeká.

V Estonsku si lidé popřejí štěstí s přituknutím svařeným vínem.

Ve Skotsku čím jiným než skotskou whisky? Ať už si přituknem kdekoliv, nezapomeňme do svého novoročního menu přidat i něco, co vám zaručí zdraví a štěstí. Výběr máme pestrý a po cestě Evropou se najíme zkrátka kdekoli, zbývá vzít s sebou kamaráda.



Autor: Terezie Hlouchová, DiS.; nutriční terapeutka

SPOJOVAČKA

Spojte sousloví podstatných a přídavných jmen z řecké mytologie nebo biblických příběhů. Znáte jejich původ a přenesený význam?

Slova k doplnění: chlév, zvěst, vítězství, skříňka, znamení, osel, meč, pata, žena, nit, muka, pád

1) Achillova_____

2) Buridanův_____

3) Tantalova_____

4) Pyrrhovo_____

5) Ariadnina_____

6) Augiášův_____

7) Damoklův_____

8) Pandořina_____

9) Ikarův_____

10) Lotova_____

11) Jobova_____

12) Kainovo_____



ŘEŠENÍ

Achilova pata - věc, která je slabinou

Buridanův osel - vyjádření pro lidskou nerozhodnost

Tantalova muka - nejhorší trest v podobě nejhoršího lidského utrpení

Pyrrhovo vítězství - bezcenné vítězství, které bylo draze zapláceno

Ariadnina nit - řešení složitého problému

Augiášův chlév - výzva k likvidaci a vyčištění úděsného nepořádku

Damoklův meč - výčitky špatného svědomí

Pandořina skříňka - symbol zhoubného daru a uvolněního zla

Ikarův pád - útrapy, jenž přineslo přecenění vlastních možností

Lotova žena - stav člověka ochromeného tím, co uviděl, nebo nesmírné překvapení pozorovatele, co „vyrazí dech“ Varování při nedodržení podmínek za neuposlechnutí.

Jobova zvěst - zpráva o neočekávané tragické nebo nepříjemné události (Jobovka)

Kainovo znamení - je cejch, který člověk zatížený vinou se nemůže začlenit mezi ostatní



SEZNAM ZDROJŮ

Leden: <https://blog.hubatacernoska.cz/lednove-svatky-vyroci-a-dalsi-vyznamne-dny-a-zajimavosti>;
<https://blog.hubatacernoska.cz/21-ledna-je-mezinarodni-den-objimani>; <https://www.blesk.cz/clanek/radce-zdravi-a-zivotni-styl-zdravi/667165/slavime-den-objimani-psycholozka-rekla-proc-je-zivotne-dulezite.html>;
<https://seznamte.se/a/pratelske-spojzeni/>; <https://www.istockphoto.com/cs/vektor/obejmout-ruku-ve-tvaru-srdce-gm849265430-139568213>

Mezinárodní dny: <https://blog.hubatacernoska.cz/lednove-svatky-vyroci-a-dalsi-vyznamne-dny-a-zajimavosti>;
<https://lukastomasek.blog.idnes.cz/blog.aspx?c=583949>

Pranostiky: <https://ceskykutil.cz/clanek-146173-lednove-pranostiky-jsou-ukazatelem-hospodareni>;
<https://cz.depositphotos.com/vector-images/kreslen%C3%AD-vlo%C4%8Dka.html>

Vtipy: banánová halina; www.fungate.cz

Příběhy pro potěchu duše: https://www.idnes.cz/jenprozeny/volny-cas/tom-pribeh-o-novem-zacatku.A150916_125848_jpz-volny-cas_jph1; <https://pixabay.com/cs/vectors/t%C4%9Bhotn%C3%A1-%C5%BEena-silueta-t%C4%9Bhotenstv%C3%AD-5729863/>; <https://www.shutterstock.com/cs/video/clip-11664152-happy-young-family-running-along-beach-sunset>;
<https://pixabay.com/cs/vectors/d%C4%9Bti-d%C3%A9%C5%A1%C5%A5-silueta-chlapci-de%C5%A1tn%C3%ADk-5556460/>

Blahopřání: <https://dvojka.rozhlas.cz/z-jakeho-snehu-se-dobre-stavi-snehulak-7529351>

Spojování: <https://cs.ellas-cookies.com/novosti-i-obschestvo/74412-grecheskaya-mifologiya-kratkiy-obzor.html>;
<https://www.cksen.cz/blog/vsechny-zajimavosti-recke-mytologie-na-jednom-miste/>

Výročí a regionální osobnosti: <http://www.knihovnatr.cz/cze/sluzby/vyroci-a-regionalni-osobnosti-leden-2022/>

Ze života domova: https://www.doplňkydomova.cz/SMUTEČNI-DEKORACE-c43_0_1.htm

Ze světa zajímavostí: <https://forbes.cz/dobre-zpravy-pro-tezkou-dobu-neckar-zpiva-pro-charitu-cesi-daruji-a-priroda-chyta-druhy-dech/>; <https://www.spiegel.de/panorama/eisbaerenzwillinge-im-rostocker-zoo-schreien-trinken-und-schlafen-a-89e7db7b-baf6-449f-b325-c55ad6056a68>

Z kuchyně: <https://www.radynacestu.cz/magazin/povinne-novorocni-pokrmu/>