

DOMOV
PRO
SENIORY

HEŘMANŮV MĚSTEC



U NÁS DOMA

Ročník XIX číslo 6 červen/2013 www.domov-hm.cz



X. ročník Májového koulení



Obsah

Slovo na úvod	3
Informace z Domova	4
Soutěž Senior centrum roku 2012	4
Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku	5
Stanice A – Fantomovy bolesti a lupenka	5
Stanice B – Blíží se konec školního roku	6
Stanice C – Oslavy narozenin na stanici C	7
Stanice D – Zahrada ve vile	8
Stanice E – Astrologie slunečních znamení - Rak	9
Aktivizace	10
X. ročník Májového koulení	10
Návštěva z Přelouče	12
Přípravy na Den dětí	12
Trénování paměti	13
...a na co se můžete těšit?	13
Sociální úsek	14
Společenské chování v našem Domově na pokračování	14
Poděkování za fair play	14
Koho jsme přivítali, s kým jsme se rozloučili z klientů	14
S úsměvem	15
Požehnaný déšť	15
Pro chytré hlavy	16



Slovo na úvod

Dnešní červnové vydání našeho časopisu U nás doma je poslední před prázdninami a další vydání bude v až září.

Pro naše zaměstnance nastává tolik očekávané období letního odpočinku ve formě dovolené. Dny, které nás od odpočinku oddělují, plynou a dostavuje se s nimi sílí pocit únavy a vyčerpanosti. Tělo i duše přímo volá po načerpání nových sil. Ideální dovolená však znamená pro každého něco jiného a její kvalita nemusí být přímo úměrná penězům, které se na ni musíme vynaložit. Vždyť proto, abychom si odpočinuli, vůbec nemusíme jezdit tisíce kilometrů. A hlavně - pasivní konzumace koupených zážitků se nedá srovnat se

štěstím, které zažíváme při obyčejném těšení se ze života společně s těmi, které máme rádi. Správně se říká, že ten, kdo je šťastný, je i zdravější a na to bychom neměli zapomínat!

Věřím, že se ke mně připojí i naši uživatelé, a tak společně touto cestou přejeme všem

naším zaměstnancům plno krásných zážitků a šťastných chvil při trávení vaší zasloužené dovolené! Užijte si ji a odpočiňte si tak, jak to každému z vás nejvíce vyhovuje.

Klidné a pohodové léto vám všem přeje

Marie Málková, ředitelka



Informace z Domova

V nedávné době jsme vás informovali o **1. ročníku soutěže SENIOR CENTRUM ROKU 2012 - Nejlepší senior-zařízení v České republice. Nyní již známe výsledky.** Jednotlivá seniorská zařízení byla rozdělena do čtyř kategorií a náš domov se přihlásil do kategorie domovy pro seniory certifikované Značkou kvality.

V této kategorii bylo vyhlášeno pouze první místo, které nám o půl bodu ubral Domov pro seniory Kamenec z Ostravy. Vítězství jim přejeme a těšíme se, že na dalším ročníku budeme úspěšnější.



Soutěž byla zaměřená na zvýšení povědomí o těchto zařízeních a zkvalitnění služeb v oblasti sociální péče, volnočasových a jiných aktivit pro seniory. Soutěž zorganizoval nadační fond Veselý senior, který se již 9 let snaží změnit dosavadní stereotypní pohled na stáří a stárnutí naší populace. Patronkou Veselého seniora i této soutěže byla herečka Tereza Kostková a moderátorkou slavnostního předání cen byla herečka a zpěvačka Kateřina Brožová.



Na slavnostní předání jsme se s paní ředitelkou Málkovou také vydaly. V Pražském divadelním sále Emauzského opatství se sešli zástupci ze všech 43 nominovaných zařízení. Předání cen výhercům bylo doplněno o taneční vystoupení dětského baletu a o krásné duety Kateřiny Brožové a operního pěvce a režiséra Oldřicha Kříže.

Celá akce měla pozitivní atmosféru a byla moderována s úctou ke stáří, ale zároveň s humorem, který k nadaci Veselý senior opravdu patří.

Klára Čížková

Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku

Stanice A

FANTOMOVY BOLESTI A LUPENKA

Nejkrásnější měsíc v roce je za námi, počasí ne a ne se umoudřit, jakoby nás zkoušelo, co všechno vydržíme. Abychom odolali, podíváme se zase na pár dobrých rad našich babiček z přírodní lékárničky.

Povíme si něco málo o fantomových bolestech a lupence. Po amputaci končetin i po delší době přicházejí krajně bolestivé fantomové útrapy, které často trvají roky. K amputaci může dojít z různých důvodů. Po úrazech, omrzlinách, cévních problémech, ale především velmi často amputací končí i banální malá rána u diabetiků. Přerušovaná nervová zakončení nám dlouhá léta připomínají chybějící končetinu, možná proto, abychom na ni nezapomněli. Bolesti to bývají velice úporné a běžná analgetika si s nimi často neporadí, tito pacienti docházejí do speciální ambulance bolesti a musí často dlouhodobě užívat opiáty, které mají spoustu vedlejších účinků.



Dříve se často používaly obklady z kaše kostivalu, které přinášely pouze krátkodobou úlevu. Výborně účinkuje cibulová esence, kterou lze koupit v homeopatických lékárnách. Velmi pomáhá i čaj z oddenku kosatce. Vykope se v říjnu, umyje a zavěšený usuší. Potom se semele na prach. Půl čajové lžičky prášku přes noc vyluhujeme v 1/4litru vody. Pahýly po amputaci by se měly koupat třikrát týdně v odvaru z mateřídoušky a tymiánu. Doporučuje se i polštářek naplněný mateřídouškou a plavuní, který se přikládá na noc.

Lupenka čili Psoriáza je z lékařského hlediska nevléčitelná, ale je tomu opravdu tak? Tato trýznivá nemoc má více podob. Jedna se nazývá červená psoriáza - má jedovatě červené ohraničené skvrny. Při druhé je pokožka pokryta šupinami jako ryby. Třetí se projevuje hrubou kožovitou a tvrdou kůží a její trhlinky se večer prohlubují, praskají a jsou velice bolestivé. K tomu se přidává i silné svědění, které je nepříjemným nervovým zážitkem pro každého nemocného. Z těla se odlupuje svrchní část pokožky a sype se při každém pohybu. Chorobu vyvolává funkční porucha jater, proto je třeba dodržovat přísnou jaterní dietu, ze

stravy vyloučit všechny salámy, tučná masa, všechny druhy kyselin od octa přes ovocné šťávy, zrnkovou kávu, čokoládu, med, luštěniny a převážně alkohol.

Pokožku je potřebné udržovat vláčnou, ne suchou. Potřeme ji proto dvakrát denně vepřovým střečním sádlem. Také se může do sádla přidat šťáva z čerstvého vlašovičnicku, nebo slézu. Také koupele v odvaru slézu a přesličky zmenšují svrbění. Pro pročištění celého organismu od škodlivých látek se doporučuje popíjení čajové směsi: zeměděmu, dubové kůry, kopřivy, měsíčku, vlašovičnicku, tužebníku jilmového, oplodí ořechu, vrbové kůry, rozrazilu a žebříčku. V průběhu dne se popíjí jeden až dva litry tohoto čistícího čaje, který se nemusí pít pouze při lupence, ale i u jiných chorob postihujících jaterní buňku.

Na závěr vám přeji, aby vás žádný z výše uvedených neduhů nepotkal, čistící čaj si přesto můžeme uvařit všichni a třeba se nám umoudří i počasí, čeká nás léto, tak si jeho příchod všichni krásně užijte. Příště si povíme jak na zácpu, hromadění vody v těle a pásový opar.

Michaela Petržílková

Stanice B

BLÍŽÍ SE KONEC ŠKOLNÍHO ROKU

Pomalou, ale jistě se blíží letní prázdniny – čas plný her a nevšedních zážitků. Dětem začnou bezstarostné dva měsíce volna. Rodičům v mnohých případech perné chvílky při plánování hlídání ratolestí. Velké plus mají rodiny s hlídací babičkou a dědečkem. Mnozí z vás si jistě hlídání vnoučat sami rádi vybaví. Spousta dětí jezdí na tábory. Vznikají tam nová kamarádství, děti se učí postarat se sami o sebe a vede je to přirozeným způsobem k samostatnosti. Pro mě jsou prázdniny především voda, plavání, táborové ohně, výlety do přírody. Výlety za historií na zámky a hrady. Pod jabloní postavený stan, cvrlikání cvrčků a kuňkání žab. Toulání po lese, kdy návraty nebyly nikdy s prázdnou. Tak rok co rok na chatě v jižních Čechách stálo plno zavařených sklenic borůvek a naše pusy byly neustále fialové od té dobroty. Ale bez práce nejsou koláče. A trhání borůvek, které nechtějí v bandasce rychle přibývat je zkouškou trpělivosti. Mé prázdniny voní senem. A k nim pochopitelně patří hrábě, kosa a srp. Zkrátka neustálé obracení sena, večerní shrabování a zakládání kupek. Šlapání fůry na valníku či na půdě. Trhání rybízu a ovoce, které postupně dozrávalo. Ba ani motyka nám nebyla cizí. Však zelenina chutná nejlépe z vlastní zahrádky.



Nejhezčí chvíle prožívám, když sedím na břehu rybníka a pozoruji za svitu měsíce třpytící se hladinu. Na noční obloze plno hvězd. Doufám, že uvidím některou z nich padat,



kteřá mi splní moje přání. To je to, co si uložím do paměti, protože sebelepší fotografie mi tyto vzpomínky nedokáže nahradit. Člověk si myslí, že ty malé bezvýznamné momenty nejsou vůbec důležité, ale jsou a to velmi. Vzpomínky mě utvrzují v tom, že jsem prožila to nejhezčí dětství. A ze vzpomínek čerpáme neustále. Doufám, že při čtení těchto řádků, jsem vám přivolala vzpomínky na váš prázdninový čas.

Vynechala jsem, ale něco hodně důležitého v životě žáků a studentů. Ukončení školního roku – předávání vysvědčení. Maminka nám pokaždé připravila sváteční šaty. Z mých poměrně krátkých vlasů vykouzila culíčky s barevnou mašlí. A předala připravenou kytičku růžiček z naší zahrádky. Pivoňky, které mám od dětství raději, právě s časem vysvědčení odkvétají a po záhonech se rozprostírá bílý či rudý koberec okvětních lístků.

Pro někoho je vysvědčení první v životě a tyto prvňáčky čeká ještě dlouhý čas ve školních lavicích. My dospělí moc dobře víme, že ten čas uteče jako voda. Některým studentům je předáno vysvědčení poslední. V jejich věku má člověk pocit, že mu svět leží u nohou, možnosti jsou nekonečné a všude na něj čeká nějaké poprvé. Každého však čeká pár životních kotrmelců, tragikomických situací a průšvihů. Člověk se musí učit celý život, i když už ve školní lavici nesedí.

MEZI NEBEM A ZEMÍ JE VÍCE ZÁHAD, NEŽ SE NÁM S NAŠIMI ŠKOLNÍMI VĚDOMOSTMI ZDÁ.

Petra Polgárová

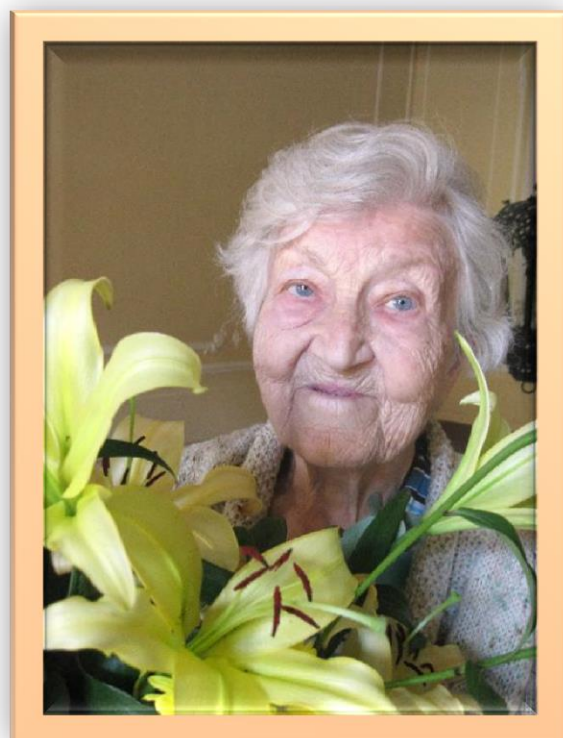
Stanice C

Oslavy narozenin na stanici C

Naši uživatelé přivítali možnost společných oslav narozenin, které se pořádají v jídelně na stanici C.

Všichni zatím oslovení uživatelé souhlasili s uspořádáním společné oslavy narozenin a tak se u nás oslavy stávají pomalu tradicí.

Před oslavou po domluvě s uživatelem nakoupíme potřebné suroviny na přípravu jednohubek, nebo



chlebíčků, objednáme drobné zákusky a zakoupíme drobný dárek – kytičku či čokoládu.

Naposledy jsme uspořádaly oslavu životního jubilea pro p.Drozenovou. Pro oslavenkyni a hosty jsme připravili několik talířů jednohubek se šunkovým salámem a sýrem zakoupili vaječný koňak na přípitek. Oslavy se zúčastnilo 10 uživatelů a dcera p.Drozenové, která byla z uspořádané oslavy velmi nadšená. Ke gratulantům se přidalo vedení DS v čele s p.ředitelkou, která předala oslavenkyni dort a zástupkyně MÚ v Heřmanově Městci p.Dědičová, která předala drobné dárky a gratulaci, v neposlední řadě jsme za náš kolektiv s přáním pevného zdraví a pohody předali p.Drozenové kytičku. Potom již nebránilo tomu začít slavit. Přípitek vaječným koňakem všem moc chutnal a k voňavé kávě jsme nakrájeli dort. Nakonec došlo i na jednohubky. Společně jsme si zazpívali několik lidových písníček. Atmosféra byla slavnostní a p. Drozenová byla velmi šťastná. Všichni už se těšíme na další slavnostní posezení spojené s oslavou narozenin.

Monika Šmídová

Zahrada ve vile - Mochna husí

Stanice D

Blondřaté hlavy svítí z trávy,

U pěšin u cest, ze zahrady

Tam všude září mochny zlaté,

Ať kvetou v prachu nebo blátě.

Mochna husí je vytrvalá bylina, která se často využívá v lidovém léčitelství. Obsahuje mnoho účinných látek- třísloviny, flavonoidy, hořčiny, cholin, pryskyřici, sliz, vitamin C a další látky.



Pomáhá při křečích, zlepšuje trávení, omezuje kapilární krvácení atd. Využívá se nať, která se sbírá v květnu až červnu. Suší se na slunci, nebo uměle.

U nás ve vile na zahradě roste vzpřímený kultivar, hustě větvený keř dosahující výšky 60 - 90cm. Kvete od začátku léta až do prvních mrazů. Vyžaduje dobře propustnou půdu a místo na slunci. Z jara je dobré mochnu seříznout alespoň o jednu čtvrtinu tak, aby se podpořil kompaktní růst rostliny.

Všechny srdečně zvu přijít se na tyto krásně kvetoucí keře podívat.

Iva Střílková

Stanice E

Astrologie slunečních znamení

Rak- 22.června - 22.července

Živel: země

Vládoucí planeta: Měsíc

Kameny: křemen, opálit, selenit, křišťál

Kladné vlastnosti: intuice, vnímavost, citlivost, oddanost, starostlivost, soucit, představitost, mateřský instinkt, spořivost

Záporné vlastnosti: přecitlivělost, nespěšnost, náladovost, vztahovačnost, sentimentalita, ustaranost, pesimismus, jízlivost

Rak pod drobnohledem: rak je první znamení léta a také první vodní znamení zvěrokruhu. Symbolem tohoto znamení je rak, pod jehož krunýřem se symbolicky skrývá citlivý, jemný a lehce zranitelný člověk. Proto tito zrozenci milují svoje rodné město, svůj domov a svou rodinu. Mají silně vyvinutý mateřský pud, a to i muži i ženy, a s láskou opatrují a chrání své děti. Jejich potřeba pocitu bezpečí je téměř pověstná. Dokáží projevit neuvěřitelnou odvahu, pokud jim nebo milovanému člověku hrozí nebezpečí. Nutně okolo sebe potřebují sympatie lidí, se kterými se stýkají a obtížně snášejí kritiku svého jednání. Ranit je není zase tak těžké, všechny neúspěchy berou více než osobně. Mají sklon dlouho a hluboce přemýšlet nad chybami, místo toho aby neúspěch setřásl a chopili se další příležitosti. Tito zrozenci mají velmi komplikovanou povahu. Jsou citliví a jemní, mírní až plaší, laskaví a romantičtí. Pociťují hlubokou potřebu emocionální jistoty. Někdy to zachází až tak daleko, že se uzavírají do sebe, vyhledávají samotu a nenávidí celý svět. Jejich povaze neschází cílevědomost, ale k postupu vpřed nepoužívají lokty a tvrdé metody, ale postupují pomalu. Jsou velice vnímaví a dovedou předpovědět, co se má stát či co mají na mysli ostatní lidé. Jsou také ostýchaví a bojí se odmítnutí, jsou velmi podezíraví a teprve pokud mají opravdu jistotu, odhalí své vnitřní „ já “. Často se utápí ve vzpomínkách. Jejich nálady se často snadno mění, neustále se pohybují mezi snem a skutečností, můžou se proto ostatním lidem zdát jako neteční a flegmatictí. Zrozenci jsou citliví „ měsíční “ lidé a bez vás by život byl necitlivý a studený.

Jak poznáte Raka ?

Budí dojem ostražitých lidí, jako by byli stále ve střehu před možným nebezpečím. Jsou to velmi emocionální lidé, jejich obličej je v neustálém pohybu a v jejich tváři lze během rozhovoru postřehnout tisíce výrazů a nálad. Mají zpravidla vyšší postavu a bývají spíše silnější. V mládí mají mírně kolébavou a nejistou chůzi, ve které se odráží nedostatek jejich vnitřního sebevědomí. Teprve v pozdějším věku získáním životních zkušeností dokáží vystupovat sebevědoměji a vyrovnaněji.

Jana Novotná



Aktivizace

X. ROČNÍK „MÁJOVÉHO KOULENÍ“

Jak to letošní rok bylo? Nejprve bylo velmi chladné povětří a zatažená obloha, ale poté se začalo objevovat sluníčko. Přesně podle objednávky. Soutěžící z 10 domovů pro seniory či zdravotně postižené přijeli s úsměvem na tváři, pláštěnkou a velikým odhodláním hrát pétanque za jakéhokoli počasí. A ono nebylo pláštěnek potřeba. Zahájení X. ročníku již doprovázelo vykukující slunce a proto jsme se hned pustili do hry. Na 4 stanovištích bojovalo 13 družstev v základním kole. A jak jim to šlo. Všude byla cítit pohoda, žádná rivalita, jen zájem o příjemné setkání a radost ze hry.

Domáci zastupovali dvě družstva - Zámečtí pávi 1 ve složení pí. Naďová, pí. Flíčková a p. Musil a Zámečtí pávi 2 ve složení p. Drbout, pí. Procházková a p.

Svoboda. O bodech rozhodovali rozhodčí Lenka, Iva, Veronika a Ivoš.

Po výborném obědě ze zámecké kuchyně jsme ihned přistoupili ke hře finálové, kde si také zasoutěžili všechny týmy a tím jsme znali pořadí od 1. až do 13. místa. A přišlo finále. Hra o ta nejdůležitější místa. V tomto boji zvítězil tým Medvědi 2 z DS Kobylisy, druhé místo patřilo týmu Farmáři z Doubravčan a třetí místo obsadil tým JaMaRaMa z DS Háje.

Umístění našich dvou týmu bylo na 5. a 7. místě. Ale všem bez rozdílu patří dík a velký obdiv za to, že se rozhodli soutěžit a reprezentovat náš Domov. Zakončení celé soutěže, vyhlášení výsledků i pohoštění jsme raději umístili do rytířského sálu, kde bylo přeci jen tepleji. Avšak na nádvoří jsme ještě chvíli zůstali a shlédli šermířské představení „GOTIKA“ v podání šermířského divadla Zubří. Čtyři statní muži předvedli ukázky turnajových klání s železem i ohněm v ruce. Představení bylo doplněno ukázkou zbraní a možností společného focení.



Organizační tým

A poté už jen to očekávané vyhlášení výsledků, předání cen, medailí i putovního poháru pro vítěze. Předání cen jsme ukončili poslechem státní hymny a velkým potleskem pro všechny soutěžící. Až do pozdního odpoledne nás bavil p. Jirka Heřman s manželkou za doprovodu kláves a akordeonu. Písničky zahráli i na přání a všichni odjžděli s úsměvem a dobrou náladou. A za rok zase na viděnou.



Děkujeme celému týmu za přípravu a bezchybný průběh celé akce.



Veronika Kumperová, Mirka Bečková, Lenka Pumerová

VÝSLEDKOVÁ LISTINA

1. MÍSTO – TÝM MEDVĚDI 2 DS KOBYLISY

2. MÍSTO – TÝM FARMÁŘI 2 DOUBRAVČANY

3. MÍSTO – TÝM JAMARAMA DS HÁJE

4. MÍSTO – TÝM BAŽANTI DS HEŘMANŮV MĚSTEC

5. MÍSTO – TÝM PÁVI 2 DS HEŘMANŮV MĚSTEC

6. MÍSTO – TÝM CHODOVÁCI DS CHODOV

7. MÍSTO – TÝM PÁVI 1 DS HEŘMANŮV MĚSTEC

8. MÍSTO – TÝM FARMÁŘI 1 DOUBRAVČANY

9. MÍSTO – TÝM SKŘIVANI DS KRČ

10. MÍSTO – TÝM MEDVĚDI 1 DS KOBYLISY

11. MÍSTO – TÝM ŠAMPIONI SENIOR CENTRUM SKUTEČ

12. MÍSTO – TÝM HORTENZIE DS BOŘANOVICE

13. MÍSTO – MALEŠICKÝ TÝM DS MALEŠICE

Návštěva z Přelouče

Ve čtvrtek 2.května navštívilo náš domov osm aktivizačních pracovníků z Domova pro seniory Přelouč. Návštěva byla předem domluvena a pro hosty byla na jejich přání připravena prohlídka dílen s ukázkou pletení košíků z novinového papíru. Hosté si také prohlédli spoustu našich dalších výrobků, které se jim velmi líbily.

Příprava na Den dětí

V měsíci květnu vrcholily v našich dílnách přípravy na Dětský den. Jako každým rokem i letos v tuto dobu, přijdou do našeho domova děti z Mateřské školy Heřmanův Městec v Jonášově ulici, aby u nás oslavily Den dětí. K této příležitosti pro ně v našich dílnách vyrábíme různé dárky. Letos to budou kocoři s velkými mašlemi, které si děti budou moci domalovat podle vlastní fantazie. Připravili jsme jich cekem osmdesát a ráda bych všem, kteří pomáhali, moc poděkovala.

Hana Zítová



Trénování paměti

Paměť nás zrazuje – máme problémy zapamatovat si tváře, jména, čísla... K tomu abychom si dobře zapamatovali a vybavili si dobře z dlouhodobé paměti, musíme mít dobrou a dobře cvičenou krátkodobou paměť.

Přibližně od poloviny března se scházela skupina seniorů v zámecké knihovně na kurzu trénování paměti. Z původně přihlášených deseti uživatelů zůstalo sedm statečných, který každý pátek od deseti hodin trénovali svoji paměť. Velice zdatně vypracovávali zadané domácí úkoly, učili se mnemotechniky a postupně se dožadovali stále složitějších a těžších úkolů.

Účastníkům bych chtěla poděkovat za vzornou účast, za příkladnou vzájemnou spolupráci, bylo radost s vámi pracovat.

Eva Merclová, certifikovaný trenér paměti

...A NA CO SE MŮŽETE TĚŠIT?

Pondělí **3.6.2013** - Dětský den v parku od 10 hodin

Úterý **4.6.2013** - Sportovní hry v DS U Bažantnice

Pátek **7.6.2013** – Bohoslužba v zámecké kapli od 13 hodin

Úterý **11.6.2013** - Schůze uživatelů v jídelně s povídáním o bezpečnosti a požární ochraně

Středa **12.6.2013** - „Tance v sedě“ soutěž v Kobylisích

Pátek **14.6.2013** – Vyhlášení soutěže Šikovné ruce našich seniorů v Lysé nad Labem

Pátek **14.6.2013** – Východočeské divadlo Pardubice na Kuňce – Balada pro banditu od 20,30 hodin

Úterý **18.6.2013** - Povídání o společenském chování v Besedě s Ivošem Šimákem

Čtvrtek **20.6.2013** – Soutěž „Tuzemský um“ v DS Praha Háje

V průběhu letních měsíců července a srpna se můžete těšit na osm výletů, které pořádá **Zámecká cestovní kancelář Mirka, Veronika, Hanka a Lenka** po blízkém i vzdálenějším okolí Heřmanova Městce. Doufáme také, že se v létě ohřejeme, když jaro nám propršelo. Letní prázdniny určitě zakončíme výletem na Bartolomějskou pouť do bažantnice a taneční pouťovou zábavou, která se již tradičně bude konat na konci srpna.



Sociální úsek

SPOLEČENSKÉ CHOVÁNÍ V NAŠEM DOMOVĚ NA POKRAČOVÁNÍ:

V úterý 14. května od 14 hodin se uskutečnila v Besedě první diskuse a beseda na téma

„ Jaké jsou a jak se naučit tolerovat odlišnosti ve společenském chování v našem Domově“. Celkem se zúčastnilo sice jen 9 uživatelů, ale i tak byl průběh velice zajímavý, upřímný a otevřený. O tom, že téma ohledně etikety v našem domově je bráno zcela vážně, vypovídá i skutečnost, že se besedy zúčastnila i paní ředitelka Málková a Mgr. Klára Čížková.

Druhé posezení s besedou na téma „ **Vzájemná komunikace a její význam**“ se uskuteční v úterý 18. června v Besedě od 14 hodin. Těším se vaši účast

Ivoš

Poděkování za fair play

V nedávné minulosti v našem Domově docházelo k častým problémům ohledně ztráty peněz nebo různých drobných věcí. Mezi uživateli a zaměstnanci to vyvolávalo nedůvěru, nervozitu, tiché podezírání a napětí, které se jako letní opar vznášelo nad našimi hlavami. Kdybych měla nyní možnost udělovat cenu fair play, tak bych jí velice ráda udělila a to hned třem našim uživatelům za jejich poctivost. Jedná se o pana Křivánka, který našel peněženku s penězi paní Růžičkové, paní Beranové, která našla mobilní telefon paní Naďové a v neposlední řadě panu Štolbovi, který našel na nádvoří 100 Kč a odevzdal je na stanici E. Cenu udělit nemohu, ale přijměte ode mě alespoň jako vyjádření díky toto veřejné poděkování v našem časopise. Velice si vašich činů vážím a jsem na vás hrdá.

Marie Málková, ředitelka

KOHO JSME PŘIVÍTALI?

- p. Vlastu Loskotovou – stanice C
- p. Marii Marchalovou – stanice C
- p. Janu Zábranskou – stanice E
- p. Jiřinu Ulrichovou – stanice C

S KÝM JSME SE ROZLOUČILI?

- p. Annou Šedivou – stanice A
- p. Odřichem Bačou – stanice B



S úsměvem...

... a chtěla bych dodat - v letošním uplakaném jaru i s nadhledem...

Úryvek z knihy **K. Čapka – Zahradníkův rok**



POŽEHNANÝ DĚŠŤ

Nejspíš má každý z nás v sobě nějaký zděděný kousek hospodáře, i když nám neroste ani pelargonie nebo mořská cibule v okně; jak na nás týden svítí slunce, začnem se starostlivě dívat k nebi a říkáme si na potkání: “Mělo by zapršet.”

Ale zatím slunce praží, Praha ponenáhlu počíná páchnout uhřátou člověčinou, v tramvajích se melancholicky zapařuje lidská tělesnost, lidé jsou na sebe podráždění a jaksi nedružní.

“Myslím, že bude pršet,” praví opocení tvor.

“Mělo by,” sténá druhý.

“Aspoň týden kdyby pršelo,” povídá první, “na travičku a tak.”

“Je příliš sucho,” míní druhý.

Zatím se sluneční úpal dusně podebírání, ve vzduchu kvasí těžké napětí, bouřky se převalují po obloze, ale neuleví zemi ani lidem. Ale jednou zas na obzoru zahlučí bouřky, dýchne vítr nasycený vodou, a už je to tady: provazy deště crčí na dlažbu, země vydechne téměř hlasitě, voda šumí,

bubnuje, pleská, drnčí do oken, ťuká tisíci prsty v okapech, běží stružkami a zvoní v kalužích, a člověk by chtěl křičet radostí, vystrčí hlavu z okna, aby si ochladil hlavu vláhou nebeskou, píská, povykuje a chtěl by se postavit bos do žlutých bystrin ženoucích se ulicemi. Požehnaný dešti, chladivá rozkoši vody! vykoupej mou duši a obmej mé srdce, třpytná a studená roso. Byl jsem již zlý horkem, zlý a líný; byl jsem líný a těžký, tupý, hmotný a sobecký; vyschl jsem suchostí a dusil jsem se v sobě tíhou a nelibostí. Zvoňte, stříbrné pusinky, kterými žíznivá země přijímá úder krůpějí; huč, letící závoji vody, smývající vše. Žádný zázrak slunce nevyrovná se zázraku požehnaného deště. Běž, zkalená vodičko, stružkami země; napoj a zkypři žíznivou hmotu, jež nás vězní. Všichni jsme vydechli, tráva, já, hlína, my všichni; takto je nám dobře.

Šumící liják ustal, jako by za šňůru zatáhl; země se rozzáří stříbrným oparem, v křoví se rozkřikne kos a vyvádí jako blázen; i my bychom vyváděli, ale zatím vycházíme prostovlasí před dům, abychom vdechli svěží a jiskrnou vlhkost vzduchu i země.

Markéta Jirásková

Pro chytré hlavy

1. Který pojem k ostatním nepatří? (Nejprve musíte správně rozluštit anagramy).

- a) NANAMARIDK
- b) POLOME
- c) FRAGEGUITR
- d) REČPONMA
- e) VOKADÁO
- f) TIRCNO

2. Spojte správně pojmy s jejich významy

- | | |
|---------------|-----------------------|
| 1) Retardace | a) oddech |
| 2) Deflace | b) zhodnocení měny |
| 3) Akcelerace | c) orientace v terénu |
| 4) Rekrece | d) zpomalení |
| 5) Inflace | e) znehodnocení měny |
| 6) Navigace | f) zrychlení |

3. Do které kategorie pojem skrytý v anagramu nepatří?

TURGOJ

- a) Mléčné výrobky
- b) Cukrovinky
- c) Potraviny

4. Zaměňte jedno písmeno v zadaném slově tak, abyste vytvořili slovo nové.

- a) Brno
- b) Liška
- c) Bota
- d) Mech
- e) Ústí
- f) Marta

Řešení najdete na str. 4

