

DOMOV
PRO
SENIORY

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

HEŘMANŮV MĚSTEC



U NÁS DOMA

Ročník XXIX číslo 9 listopad/2023 www.domov-hm.cz

Ve znamení podzimu

Obsah



Slovo na úvod.....	2
Informace z domova.....	3
Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku.....	4
Stanice A – Povzbuzující nápoj – káva	4
Stanice B – Ruční práce.....	5
Stanice C – Podzim.....	7
Stanice E – Zajímavé koníčky	7
Stanice D – Listopadka – květina, která léčí	8
Informace z aktivizačního úseku	9
Výlet do „Dýňového světa“	10
Na výletě v Praze	10
Chodovská šipka	10
Památka zesnulých	10
Duo Ruggieri	11
Naše kavárnička – DARY PODZIMU	11
Solná jeskyně	12
Hlas domova	12
Vystoupení ke Dni seniorů	12
Předvánoční dárek na naší rehabilitaci	12
Hádej, kde jsem	14
... a na co se můžete těšit?	15



Slovo na úvod



Milí čtenáři,

letošní podzimní čas byl a je opět krásný. Barvy podzimu mám moc ráda a v našem zámeckém parku jich je nejvíce. Každému zde doporučuji alespoň krátkou procházku. Letos je hodně kaštanů, takže jsem si se synem užila sbírání, a i další hrátky s kaštany. Na rozdíl od hub, na které byl letošní podzim trochu skoupý. Ještě, že mám zásobu z loňského roku... Život na zámku běží jako každým rokem, snažíme se dokončit mnoho úkolů a mnoho dalších je před námi. Před námi je však také čas zimní, kdy bude více času na povídání, čtení a popíjení teplých nápojů. Každé roční období má něco do sebe. Přeji všem čtenářům, aby se v nadcházejících dnech měli co nejlépe a užili si je dle svého. Určitě najdete inspiraci i na následujících stránkách.

Těž bych vám chtěla nabídnout využít naše nové pietní místo, které jsme nechali vytvořit v parku, hned při cestě naproti zámeckému balkonu. Na žulové desce můžete rozsvítit a ponechat hořet svíčku pro vzpomínku. Budu moc ráda, když se toto místo bude využívat.

S úctou Klára Husáková, ředitelka



Informace z domova



Vážení čtenáři, máme zde měsíc listopad, a to je měsíc, ve kterém dáváme dohromady Plán veřejných zakázek pro další rok. Neznamená to ale, že bychom si až nyní, dva měsíce před novým rokem řekli, co je potřeba koupit nebo udělat v tom nadcházejícím roce. Těmto plánům předchází plány, které zahrnují pětileté období, které je před námi. Již v těchto plánech evidujeme majetek, který už nám dosluhuje, který je neopravitelný nebo jeho oprava není rentabilní. Dále také hodně dopředu plánujeme třeba opravy na budovách, v parku a další velké údržby.

Než se taková zakázka začne realizovat, musí být přesně stanovený její obsah neboli předmět zakázky, musí být známa předpokládaná hodnota a tu si musíme zjišťovat podle nabídek relevantních dodavatelů na současném trhu nebo třeba objednávkou studie na provedení stavebních prací. A také musí být jasné, jestli na realizaci zakázky budeme mít peníze a z jakých zdrojů bude financována.

V letošním roce jsme takto nakoupili dva nové plynové sušiče na prádlo, zrealizovali zakázku na restaurování 4 kusů dveří v přízemí jižního křídla zámku, koupili jsme myčku na podložní mísy, zadali jsme zakázku na provedení Pasportizace budovy zámku – to je projektová dokumentace současného stavu budovy. Nově se nyní uzavírá smlouva na pořízení nových ošetřovatelských lůžek. Naším plánem bylo ještě provést rekonstrukci Rytířského sálu, zde ale musíme čekat, až se vyjádří památkový úřad k připravené projektové dokumentaci a pak se teprve budeme moci pustit do práce a na to se všichni moc těšíme.

V těchto dnech procházejí naši zaměstnanci po pokojích a kontrolují všechen majetek, který mají svěřený na svých úsecích. Kontrolují evidenční čísla se seznamy, do kterých zapisují, zda je majetek na správném místě a případně mne informují, pokud je něco jinak. I inventarizace je doba, kdy můžeme posuzovat stav našeho majetku. Každou položku majetku vidíme, posoudíme, v jaké je kondici, kdy se pořizovala a zda již nemá svoji životnost za sebou. I to je vodítko k plánování.

Kromě velkých zakázek se provádějí i drobnější nákupy a opravy. V letošním roce se hodně malovalo, i nyní se ještě provádí poslední malování letošního roku. Dále byla také provedena nákladnější oprava automatických dveří. A v parku se kácely nebezpečné stromy a pracuje se tam vlastně nepřetržitě. Bohužel nám dochází k opakovanému poškození tzv. sklípku, kdy si vandalové asi dokazují svoji sílu a shazují ze zídky pískovcové dílce, ničí dveře apod. Náklady na takové opravy jsou peníze, které bychom raději využili jinak, užitečněji.

V průběhu dnů, týdnů, měsíců, prostě v celém roce se provádějí pravidelné údržby a opravy. Myslím, že všechny opravy jsou provedeny bez zbytečných odkladů a v rámci našich sil

a možností. Mnohdy si tak někteří ani nevšimnou, že věci, které běžně k životu používáme, byly porouchané.

Děkuji děvčatům z úklidu a z prádelny a také pánům z údržby za snahu vytvářet čisté a příjemné prostředí pro všechny, kteří zde žijí nebo pracují.

Všem přeji hodně zdraví a klidné prožití konce roku.

Radka Stybalová

Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku



Áčko

Povzbuzující nápoj – káva

Ke chvílím odpočinku nebo k posezení s přáteli neodmyslitelně patří šálek dobré kávy. Ale co předcházelo objevu tohoto výtečného nápoje, oblíbeného lidmi již před pěti sty lety? Za pravlast kávy je považována oblast v okolí Etiopie a Keni. Kávové plody rostou na keřích – jedná se o ovoce. Plod lze tvarem a barvou přirovnat ke tvrdé třešni, uvnitř plodu jsou dvě proti sobě položená semena – kávová zrna. Existuje mnoho legend o objevu povzbuzujících účinků kávy. Jedna z legend, datující se kolem roku 850 našeho letopočtu vypráví o etiopském pastýři koz jménem Kalim. Kalim si všimnul, že když se kozy pasou na louce s keři obsypanými krásně červenými bobulemi, jsou obzvláště čilé. Kalim bobule ochutnal a ke svému úžasu měl po celý zbytek dne dobrou náladu a překypoval energií. Tento svůj objev si nenechal pro sebe a svěřil se opatovi místního kláštera. Opat byl objevem mile překvapen a zkusil plody vařit v horké vodě. Nápoj podával mnichům. Mniši poznali příznivé účinky červených plodů a začali se jimi zásobovat. Aby se plody kávovníku nekazily, sušili je na ohni. Když některé plody spadly do ohně, začala se linout velmi příjemná vůně. A to byl už jen malý krůček k objevu kávy

pražené. Do Evropy kávu přivezli benátský kupci v roce 1650. Historické prameny uvádí, že kolem roku 1710 se v Praze začíná proslavovat arab Georgius Hatalah známý jako Jiří Deodat. Tento cestovatel a obchodník začíná v pražských ulicích prodávat uvařenou kávu. Kávu vařil ve svém bytě pouhým zalitím namleté pražené kávy vroucí vodou za přidání třtinového cukru. O několik let později si Jiří Deodat otevírá svojí stálou kavárnu.



Kavárna se jistě stala oblíbenou, inspirovala obchodníky k otevírání kaváren v Praze, ale i po celých Čechách. Kavárny se staly populárními nejen mezi místními obyvateli, ale vyhledávali je různí umělci, filozofové i politici. V roce 1901 japonský doktor Satori Kato představil první rozpustnou kávu. V roce 1938 společnost Nestlé položila základy prodeje rozpustné instantní kávy. Nejoblíbenější náhražka pravé kávy se vyráběla z čekankového kořene. Čekanka je vytrvalá léčivá rostlina s krásně blankytně modrými květy rostoucí u cest, na loukách, nebo na okrajích silnic. Podle legendy tato rostlina dostala název podle dívky s modrými očima, která čekala na návrat milého. Ke kávě z čekankového kořene se pro lepší chuť přidávala šípková jádérka sušená a drcená, prý dodávala kávě lahodnou vanilkovou chuť.

Vlasta Růžičková

Béčko



Ruční práce

Blíží se nám dlouhé zimní večery. Každý raději vyhledá teplo domova. Skončily práce na zahrádce a na polích. Úroda je sklizena, vše je připraveno na zimu. Mýlí se však ten, kdo si myslí, že dobrá hospodyňka doma zahálí. Dříve třeba vyšívání, tkaní, pletení košíků apod. bylo i jediným příjmem rodiny. Jistě si každý z vás vzpomene na kolovrátek, tkalcovský stav. Práce to byla těžká a zdlouhavá. Později se začaly bohatší domácnosti zdobit vyšívanými ubrusy. Pamatuji si, že na zámku Orlík mají ubrus, který šlechtična vyšivala údajně dvanáct let. Úžasná trpělivost. A to každý nemá.

Moje babička neustále pletla. Bylo nás sedm vnoučat a každou chvíli jsme měli něco nového. Ještě ve školce jsem dostala krásný červený propínací svetr. Dlouho mi nevydržel. Oni totiž natřeli vchodové dveře školky bílou barvou. Místo kalhot jsme nosili kamaše. A taky čepice. A některé ukrutně štípaly. Babička měla snahu nás vnučky tomuto umu naučit. Bohužel se to nepovedlo. Seděla proti nám, pletla složité vzory, a přitom se na své jehlice skoro nedívala. Za to neustále sledovala ty naše. A my slyšely, že nám uteklo oko, že nám to trvá. Pak nás raději propustila běhat ven. Takže zvládnou minimum. Pokud svetry, které jsem měla už na střední škole, vyšly z módy a nebyly zničené, tak jsem je důkladně uložila. Bylo mi líto vyhodit babiččinu práci. A světe div se, některé jsou opět používány, protože se zalíbily dceři. Právě na střední škole jsem začala vyšívat. Hlavně křížkovým stehem. Bylo to počítání, ale obdarovaný měl pak radost. Babička mi věnovala svůj



vyšivací bubínek ještě z války, který se dá upevnit ke stolu. Poslední vyšivanou věc mojí rukou jsem udělala po svatbě. Potom se narodila první dcera a již nebyl čas. Bavlnky teď používají dcery a neteře na pletení náramků.

Háčkování mě nikdy moc nebavilo. Dříve se hodně háčkovaly ubrusy, dečky. Ale ta práce při praní. Škrobit, natahovat. Teď se hodně háčkují postavičky, třeba zvířátek, dětem na hraní. Jsou nádherné.

Je plno nápadů. I z úplně obyčejných věcí se dá vyrobit něco krásného. Před lety se hodně pracovalo s fimem. Je to hmota podobná moduritu. Vyráběly se hlavně šperky. A taky se tím zabavily děti. Potom se to upeklo a třeba malé zvířátko na hraní bylo na světě. Dříve se také ženy věnovaly drhání. Vyráběly se sítky na vlasy, šátky či závěsy na květiny. Uběhly roky a drhání je zpět. Říká se mu macramé, ale pořád je to stejná technika vázání nití.



Tady pracujete v dílnách a díky vám vznikají krásné výrobky. Hlavně se nezahlí v šicí dílně. Keramika udělá další radost. Není to tak dlouho co se pletly košíčky z novin. Listy novin se stočí do trubiček a ty se používají jako proutek. S těmi se pak plete. Výrobky dostaly finální nátěr a dozdobení. Čas rychle běží a přinese nám adventní čas. My si společně vyzdobíme oddělení a budeme se těšit na Vánoce.

Hlavně, že nás práce baví a je dělaná s láskou. Já byla nucena vytáhnout mašinu a přešít dceři padesát let staré kalhoty po mém tatínkovi. Hodí se jí na nějakou tematickou akci do školy. V životě by mě nenapadlo, že ještě budou k užitku. A příští týden moje babička slaví 98 let. Ukazovala mi, že má už vetché povlaky na polštářky. Takže já mám už připravené látky, povlaky ušiju a budu mít pro ni dárek. A pokud budu mít v zimě chvíli času, vyndám si korálky. Už jsme si to vyzkoušeli i u nás na oddělení a dámy si odnesly náramky z vybraných korálků. Já vyrábím náramky a růžence. Buď na přání či jako dárek.



Pokud člověk nechce zahálet a zdraví mu dovolí, jistě si něco najde. Tak přeji ať se daří ve vašem úsilí a každá ruční práce se velmi cení!

Polgárová Petra

Řešení ze str.13 – vlk, rys, páv, kos, los, myš, had, ... koza, lama, kuna, bobr, žába, kuře, ... kočka, kráva, opice, sysel, holub, liška, ... žirafa, klokan, kocour, pavián, čmelák, delfín, havran, ... veverka, slepice, činčila, kosatka, krkavec, pěnkava, skřivan.

Céčko



Podzim

Podzim často vytváří v přírodě úchvatné scenérie. Listy se barví do oranžova, červena i žluta a začínají opadávat, aby strom měl dostatek mízy pro sebe.

Právě opadané listí, šípek, kaštiny a třeba malé ozdobné dýně nám krásně zdobí naši stanici. Paní Šárka a pan Michal se u nás na stanici C postarali o krásnou podzimní výzdobu, která nám všem dělá radost a když k nám přijdete, jemně na vás dýchne podzim a podzimní barvy vás pohladí po duši.

Často o podzimu mluvíme s našimi uživateli a pokud nám to počasí dovolí, chodíme na vycházky do zámeckého parku a chytáme poslední teplé sluneční paprsky.

Město Heřmanův Městec uspořádalo podzimní slavnosti, na kterých jsme samozřejmě nemohli chybět. Naším uživatelům se slavnosti moc líbily, poslechli si hudbu, mohli si dát něco dobrého na zub a třeba si i koupit na památku hezký suvenýr.

Protože se dny krátí a je brzy tma, užíváme si krásných dní plnými doušky, jsme na sebe hodní a hodně se usmíváme, protože úsměv, dobré srdíčko a pohlázení nic nestojí a je to pro nás všechny ten největší dar.



Krásné podzimní dny vám všem za stanici C přeje Katka Augustinová.

Éčko

Zajímavé koníčky

Koníčky nás provází celý život. Každého baví něco jiného. Třeba paní Jana je vášnivá čtenářka. Že to není zajímavý koníček? Pro nás, čtenáře, je kniha součástí života. Je to „dobrý přítel“ za každé situace a dokáže zlepšit náladu. A když dočtete dobrou knihu, je to jako kdyby odešla vzácná návštěva, doznívá ve vás přečtený příběh a vy už se těšíte na další.

Paní Jana má ráda mnoho žánrů, občas se vrací i k dětským knihám, vždyť pohádky se dají číst v každém věku. Knihy si vybírá podle momentální nálady, někdy má rozečtených i více knih

najednou. V poslední době se zajímá hlavně o biografii známých osobností. V domově navštěvuje zámeckou knihovnu, kde narazila na mnoho krásných knížek. Ale často zajde i do knihovny ve městě.



Dalším členem „čtenářského kruhu“ je paní Stanislava. Její oblíbené čtení jsou hlavně detektivky, třeba Agatha Christie a její klasika Vražda v Orient-expressu, Vražda na faře, Němý svědek.

A co vy? Už jste si byli půjčit nějakou knihu v zámecké knihovně? 😊

Jiřina Dittrichová

Děčko

Listopadka - květina, která léčí



Listopadka je přiléhavá přezdívka pro chryzantémy, které rozkvétají od srpna až do listopadu. Za jejich syté a veselé barvy by se nemuselo stydět ani plné léto, ony však schovávají svou krásu až na čas padajícího listí. A navíc mají i vynikající léčivé účinky. Odkud pocházejí?

Domovina chryzantém je Čína a Japonsko - již zde byly pro svou krásu s oblibou pěstovány. Postupně se rozšířily i dále a nyní se chryzantémy pěstují po celém světě.

V Číně byla chryzantéma velmi ceněna a pokládána za symbol věčného života, v Japonsku považována za květinu hodnou císaře. Její motivy často zdobí tradiční čínský porcelán, textilie i staré japonské obrazy. Podle staré čínské legendy se jeden císař doslechl o květině věčného mládí a rozhodl se ji získat. Měla růst na Dračím ostrově a utrhnout ji mohlo pouze dítě. Když tedy dětská výprava s císařem dorazila na Dračí ostrov, našla tu krásnou zlatou květinu.

Výběr chryzantém je obrovský - půvabné jsou takzvané koreánky, chryzantémy s jednoduchými květy. Ve Šlapanicích vyšlechtili odrůdy s pěknými jmény - fialovou Magdu, bílou Marii, červenou Elišku či oranžovou Vladěnkou. Kulovité a plné květy mají například

varianty Fairie, jež je tmavě růžová, a bílá Adeline s poměrně velkými květy. Do květináčů se nejvíce hodí chryzantémy nízkých a drobnokvětých odrůd.

Podzimní čaj z listopadek

Na zápraží, které je vyzdobeno kvetoucími chryzantémami, můžeme popíjet i čaj připravený právě z těchto rostlin. Chryzantémy byly ve staré Číně ceněny nejen pro svou krásu, ale používány i jako léčivé rostliny - květy, listy i kořeny sloužily k přípravě nálevů a odvarů upevňujících zdraví. Užívaly se především při infekcích a horečce, pro posílení jater a zraku. Příznivé účinky má chryzantéma i při vysokém krevním tlaku a cukrovce. Nálev z listů chryzantém, do kterého

se přidávají i kvítky, je velmi osvěžující, a můžeme ho vyzkoušet také. Žádné nebezpečí nám nehrozí, chryzantémy jsou opravdu jedlé, a proto i s oblibou používané v gastronomii, například ke zdobení dortů. K dostání jsou nyní i semena takzvané jedlé chryzantémy, asijské speciality, která slouží jako zdravá zelenina na saláty se specifickou, větrově kořenitou chutí.

Jana Novotná

Informace z aktivizačního úseku



Pohodička...

Výlet do „Dýňového světa“

Před pár dní jsme se seniory vyrazili do Nové Vsi u Leštiny. Každoročně se zde koná výstava dýní. K vidění jsou desítky druhů dýní uspořádaných do různých tvarů, např. bludiště z dýní, dýňová pyramida a věž, okénko mezi dýněmi a podobné zajímavosti. K vidění jsou dýně všech barev a velikostí: Hokkaido, Hidemi, Kumi kumi, Kabocha, Turban, Goliáš, dýně máslová, špagetová, olejnatá a spousta dalších. Pohled na ně lahodí oku a když chcete, tak i chuťovým buňkám. Místní dýňová polévka, klobásky a pivo či bezová limonáda, vše to chutnalo moc dobře. Příští rok se těšíme na další zážitky.

Veronika Ludvíčková

Na výletě v Praze

V říjnu jsme uspořádali výlet do Prahy. Podívali jsme se do obchodního domu Kotva, který se nachází v centru Prahy na Náměstí Republiky a v současné době zde probíhá zajímavá retro výstava. Od roku 2019 je obchodní dům Kotva vyhlášen národní kulturní památkou. Poté měli naši uživatelé rozchod. Nedaleko je Staroměstské a Václavské náměstí. Řada z nich se podívala po pražských památkách. Nakonec někteří uživatelé využili místní občerstvení v dolní části Kotvy. Všem uživatelům se výlet velmi líbil a těší se na další výlet do Prahy.

Radka Šťastná

Chodovská šipka

V Domově pro seniory Chodov v Praze se v říjnu uskutečnil již po čtrnácté turnaj v šipkách. Na této soutěži reprezentovali náš domov pro seniory uživatelé paní Svobodová, pan Svoboda a pan Zázvorka. Divadelní sál DS Chodov se zaplnil deseti týmy soutěžících.

Naši soutěžící sice nezískali medaile, ale velmi se snažili o ně bojovat. Zlaté medaile si s těsným rozdílem odvezli

Památka zesnulých

Začátek listopadu je spojen se vzpomínkami na naše blízké, kteří již odešli do jiného světa, kam my sami prozatím za nimi nemůžeme. Jak rádi bychom se s nimi zase setkali, slyšeli jejich hlas, potěšili a zasmáli se s nimi, mohli se jich dotknout!

Rozsvěcujeme na jejich památku alespoň světla, zapalujeme svíčky na hřbitovech...

Mnozí z vás jste si jistě již povšimli nového pietního místa v zámeckém parku, nedaleko mladého platanu javorolistého a pamětního kamene k 60. výročí domova. Ve vnitřních prostorách zámku a na pokojích není možné zapalovat svíčky, a tak máte nyní možnost zavzpomínat a zapálit ji vašim zesnulým blízkým právě tam. Budeme v těchto dnech určitě s lítostí myslet i na celou řadu našich spolubydlících, které už nepotkáváme. Někteří z nich zde prožili mnoho spokojených let, a tak i jim věnujme tiché zastavení.



zástupci DS Malešice. Všichni účastníci si užili nejen sportovní klání a společné setkání, ale také tradiční svíčkou k obědu a závěr v podobě skvělého hudebního vystoupení Lucie Třešňákové.

Jana Voříšková



Duo Ruggieri

Ve středu 11. října jsme u nás v domově už podruhé přivítali sympatické manžele Ruggieri. Italský tenorista nám zaspíval známé árie ze slavných oper G. Verdiho, italské populární písně i písně v neapolském nářečí. Jeho manželka Soňa umocnila tanečním a baletním vystoupením pěvecký výkon svého muže.

Alena Tučková

Naše kavárnička – DARY PODZIMU

V úterý 24. října 2023 jsme se sešli v zámecké jídelně, abychom společně zahájili podzimní a zimní pravidelná setkávání u kávy a povídání si na různá zajímavá témata.

Již tradičně jsme napoprvé zvolili téma „Dary podzimu“. Stoly byly vyzdobeny košíčky s květinami, zeleninou, ovocem a bylinkami, které jste poznávali podle vzhledu a vůně. Tentokrát voněl libeček, máta, meduňka, oregano, pažitka, cibulová nať a petržel listová a kudrnatá. Nechyběly ani zajímavosti ze světa o rekordní vypěstované zelenině a ovoci. Věděli jste, že největší vypěstované bílé zelí vážilo 35 kg, mrkev 10 kg, cibule 9,2 kg, citrón téměř 6 kg, meloun 150 kg a dýně dokonce 1.200 kg?

Součástí výzdoby byly i krásné ubrousky se slunečnicemi, houbami a barevnými podzimními listy, které jste si spolu s květinami odnášeli na pokoje pro radost. Děkujeme vám za krásnou atmosféru, kterou jste vytvořili a spolu s kolegyněmi z aktivizačního úseku se na vás těšíme zase příště.

Hana Zítová, Jana Voříšková



Solná Jeskyně

Nastalo podzimní období, výlety do okolí jsme zase v chladných měsících roku vyměnili za pravidelné pobyty v solné jeskyni. Do nedaleké Třemošnice jezdíme každých čtrnáct dní vždy ve středu. Hodinka strávená ve vlhkém slaném prostředí má blahodárny vliv na naše dýchací cesty.

Hlas domova

Již brzy začneme s nácvičkou pásma koled na vánoční punčovou zábavu. Nedávno jsme se naposledy rozloučili s naším sbormistrem Jirkou Heřmanem, ale budeme se snažit společně s jeho ženou Magdou pokračovat v aktivitách sboru. Protože do našeho domova přišli i noví uživatelé, měly bychom radost z dalších zájemců o zpěv. Zveme mezi nás všechny, kdo si rádi zaspívají! Termíny našich setkání dáme včas na vědomí.

Alena Tučková

Vystoupení ke Dni seniorů

Na začátku října k nám do domova přijela zaspívat zpěvačka Lucie Třešňáková, která má v repertoáru především písně od Ivety Bartošové. Její hlas zněl jako zvon,



společně jsme si pobrukovali známé hity a hudební vystoupení ocenili velkým potleskem. Paní Lucie jako poděkování přidala ještě několik známých lidových písní. Krásné hudební odpoledne jsme si společně užili i s výborným občerstvením.

Předvánoční dárek na naší rehabilitaci

Na konci října jsme se dočkali dárečku v podobě nových 120 video tras ke Spoteee. Celá video rehabilitace je založena na vzpomínání, ale tím hlavním přínosem je tu rehabilitační přístroj



motomed, na kterém si procvičujete klouby, posilujete svaly a díky SPOTEEE zase trénujete paměť.☺ Máte příležitost si zpestřit cvičení, virtuálně cestovat po světě a poznávat města a krásnou přírodu. Znovu se můžete vrátit a zavzpomínat na místa, která znáte, nebo jste je kdysi navštívili. Zároveň se pobavíte a zlepšíte svoji kondičku. Přijďte a uvidíte. Jste srdečně zváni!

Lenka Pumerová



Příprava na Vánoce je v plném proudu

Napište co nejvíce zvířat na počet předepsaných písmen.

3 písmena

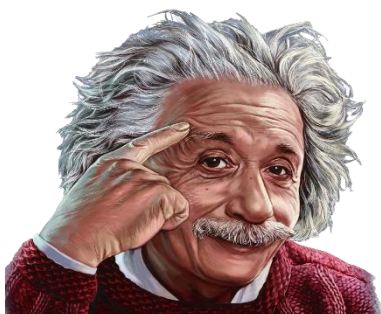
4 písmena

5 písmen

6 písmen

7 písmen

Řešení naleznete na str. 6



Hádej, kde jsem

V říjnovém čísle jsem zveřejnila tři fotografie z Prahy a vaším úkolem bylo uhádnout, co na nich je. Tak tedy:

Fotografie č. 1 Opona Národního divadla, nad oponou nápis Náš sobě z roku 1883

Fotografie č. 2 Františkánská zahrada, v blízkosti kostel Panny Marie Sněžné nedaleko Václavského náměstí, Nové Město, Praha 1

Fotografie č. 3 Náplavka pod Rašínovým nábřežím, skleněná čočka poháněná motorem, uvnitř kavárna, Praha 2

Další fotografie jsou také z našeho hlavního města a vy si můžete tipnout, v jaké části Prahy jsem je pořizovala a co na nich konkrétně je.

Lenka Pumerová



... a na co se můžete těšit?

Středa 1. a 15. 11. - Solná jeskyně v Třemošnici, odjezd ve 12,30 hodin

Čtvrtek 9. 11. - Naše kavárnička laděná hudebně, v jídelně od 13,30 hodin

Pondělí 13. 11. - Exkurze do výroby vánočních ozdob v Hlinsku – odjezd v 10,45 hodin

Úterý 14. 11. - Schůze uživatelů v jídelně od 9,30 hodin

Úterý 21. 11. - Naše kavárnička s tématem vinobraní - v jídelně od 13,30 hodin

Pátek 24. 11. - Rozsvěcení vánočního stromu na nádvoří a zpívání dětí z MŠ od 10,00 hodin

Středa 29. 11. - Adventní prodejní výstava v Pardubicích – odjezd ve 13,00 hodin

Bohoslužby každé úterý od 13,00 hodin v kapli

