

ROZKVETLO NÁDVOŘÍ...



Naše letní aktivity

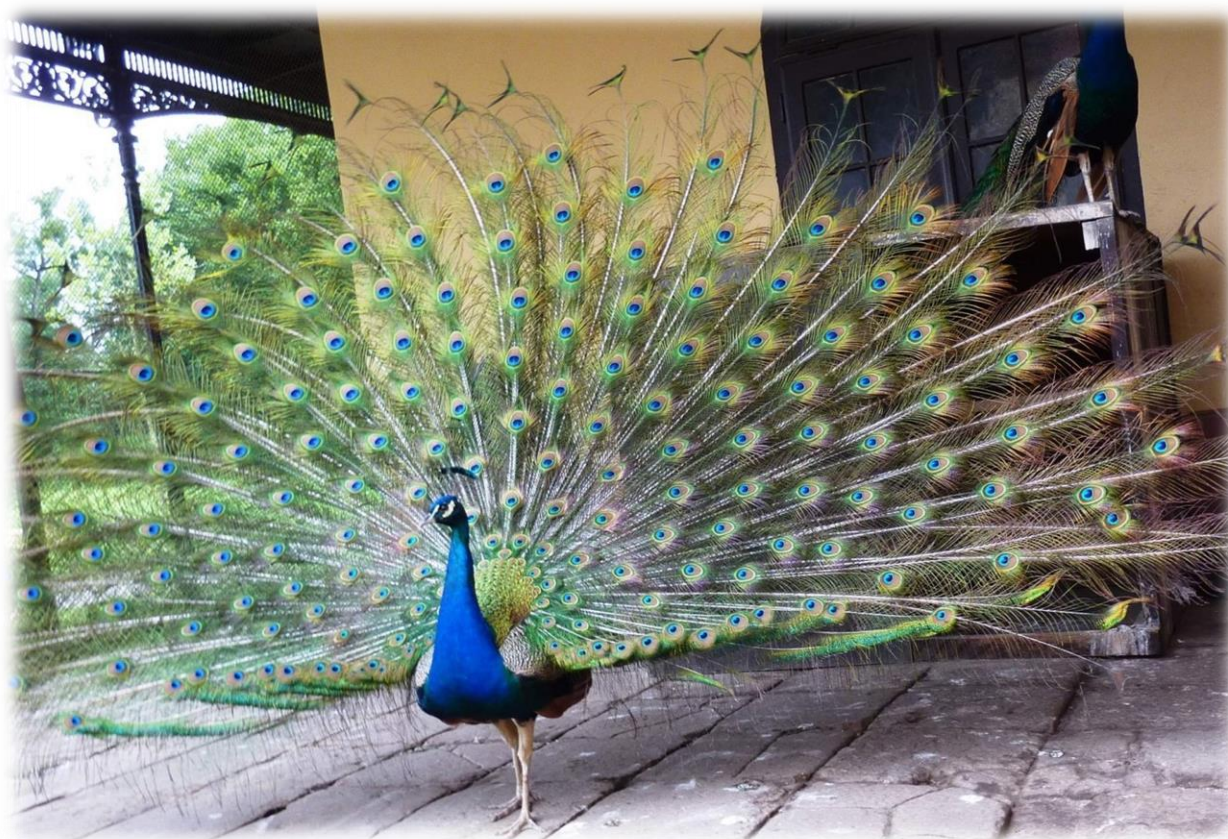
- *Setkání rodin
a přátel DS*
- *Miss staré
koleno*
- *Dobrá duše*
- *letní výlety*
- *kulturní léto
na zámku*



Obsah

Slovo na úvod	3
Naše letní aktivity	4
IV. Setkání rodin a přátel domova pro seniory	4
Vyhodnocení dotazníku pro příbuzné, známé atd.	7
Letní výlety	9
Prezentace našeho Domova v Lysé nad Labem	9
Sportovní hry.....	9
Dobrá duše	10
Bratři Ebeni nadchli zámek nevšedním hudebním zážitkem.....	11
Pracovní cesta do Irska.....	11
Trénujeme paměť	14

I NAŠEMU PÁVOVI SE LÍBÍ LÉTO...



Letní slovo na úvod

Vážení čtenáři,

stalo se již pravidlem, že náš časopis má přes léto prázdniny. Ale jelikož od posledního vydaného čísla časopisu se udála spousta akcí a do září je ještě daleko (což jsme jistě všichni rádi) a všechno bychom zapoměli, udělali jsme letos výjimku a redakční rada se rozhodla, že je o čem psát a že nechceme, aby některé akce vyprchaly z naší paměti, a proto jsme se rozhodli vydat první Letní speciál U nás doma. Jedná se o zkrácenou verzi, která vás jistě potěší.

Ráda bych vám připomněla asi nejúspěšnější letošní událost, která proběhla v sobotu 14. 6. - IV. Setkání rodin a přátel domova pro seniory. Program Setkání byl natolik pestrý, že jsme ani nestačili sledovat mraky, které se honily po obloze a každou chvíli hrozily deštěm. Setkání si užili nejen uživatelé a jejich blízcí, ale i na tvářích zaměstnanců bylo vidět, jak rádi se pochlubí pestrou nabídkou všech našich aktivit a partnerským přístupem ke „svým“ seniorům. V odpoledních hodinách nám firma Abena zorganizovala milou akci v Rytířském sále Miss staré koleno, kde jsme se zásluhou hostů, zvláště pak p. Přeučila a p. Hruškové, všichni dobře pobavili. Za velmi dobré zvládnutí této náročné sobotní akce



bych chtěla poděkovat všem zaměstnancům, kteří se na ní podíleli, a přispěli tak k jejímu zdaru. Moje poděkování patří především zaměstnancům sociálního úseku, vedoucím stanic, zaměstnancům kuchyně, údržby, úklidu, p. Heřmanovi a dalším zaměstnancům a samozřejmě i uživatelům, kteří na Setkání vystupovali.

Po Setkání se nám rozjely letní výlety, na nádvoří zámku nám krásně zpívali Bratři Ebenové a není týden, kdyby se něco zajímavého nedělo.

Také jsme se letos prezentovali i mimo náš Domov. V červnu jsme s Klárou Čížkovou navštívily až vzdálené Irsko, abychom si dokázaly udělat srovnání péče o seniory u nás i ve světě. V červenci jsme se s naší bývalou zaměstnankyní a současnou dobrovolnicí paní Ivou Krbcovou v Praze účastnili II. ročníku projektu Dobrá duše. Se svými zážitky se s vámi podělím na stránkách Letního speciálu.

Do dalších letních dní vám všem přeji hodně slunce nejen na nebi, ale hlavně v duši, a ve zdraví si léto užívejte!

Marie Málková, ředitelka

Naše letní aktivity

4. Setkání rodin a přátel domova pro seniory

Myšlenka na příjemný společně strávený den s vámi, uživateli našeho domova, a vašimi blízkými se opět potvrdila. V sobotu 14. června proběhlo již 4. Setkání rodin a přátel domova pro seniory a dle našeho názoru se vydařilo. Smyslem tohoto Setkání není jen pobavit vás a vaše blízké, ale také možnost společného setkání zaměstnanců domova s návštěvníky. Proto tuto akci plánujeme na víkendový den.

Počasi si s námi malinko pohrávalo, ale nakonec vše dopadlo velmi dobře. V 9

hodin již začali přijíždět první hosté a za celý den jsme jich napočítali 82.

Nádvoří zámku jsme obsadili několika stánky, hned u uvítacího stánku návštěvníci obdrželi program a drobnou upomínku z našich vlastních zdrojů. Také jsme návštěvníky požádali o vyplnění dotazníků spokojenosti a o zapsání do pamětní knihy našich Setkání.

Při slavnostním zahájení všechny uvítala paní ředitelka Marie Málková a paní Eliška Kebrtová, která jako předsedkyně Výboru uživatelů popřála všem pěkný den na krásném zámku. Také náš Zlatý skřivan, pan Josef Fabián uvítal návštěvníky pěknou písní za doprovodu paní Magdy Kudrnové a spolupráce p. Jiřího Heřmana.





A poté už se mohli hosté rozprchnout po nádvoří i po dalších zastávkách, které pro ně naši šikovní zaměstnanci a dobrovolníci nachystali. Ukázka práce s keramickou hlínou i licí hmotou, mnoho sportovních a psychomotorických pomůcek a her, ukázka rehabilitačních pomůcek i možnost pohladit si fenku Lucku využilo mnoho návštěvníků.

Postupně také všichni obhlédli 2 pracovní dílny pro uživatele, kde si mohli vyzkoušet například pletení z papírových ruliček.

V jídelně přednáška o trénování paměti, u ohniště pohoda s opékáním uzeniny pro hladové žaludky, nebo ukázka práce s terapeutickou panenkou. Den běžel tryskem a všichni se dobře bavili a zároveň očekávali zajímavý odpolední program.



Někteří sportovní nadšenci si stihli vyzkoušet vámi oblíbenou hru pétanque a poté jsme se všichni přemístili do Rytířského sálu. Zde pro nás firma Abena připravila zajímavou soutěž Miss staré koleno, kterou doprovázelo i mnoho zajímavých hostů v rolích porotců.

MISS staré koleno

Od dopoledních hodin se na tuto soutěž připravovalo 5 našich odvážných seniorek, které se do soutěže přihlásily. Jmenovitě paní Čapková, Flíčková, Kebrtová, Nadřová a paní Potužníková. Všechny tyto dámy jsme při soutěži sotva poznali, vizážistka je velmi pěkně nalíčila, upravila a oblékla do 2 modelů. Dámy předvedly velké výkony a hlavně odvalu, že na pódium vystoupily a předvedly se před vzácnou porotou. V porotě zasedl i starosta



Heřmanova Městce Ing. Aleš Jiroutek, naše dobrovolnice Eva Janoušková, ředitelka domova Marie Málková a za rodinné příslušníky MUDr. Hana Červášková.

Známé osobnosti v porotě zastoupil herec Jan Přeučil se svou manželkou Evou Hruškovou a režisér Tomáš Magnusek. Pan Přeučil

předvedl své rétorické umění i vtipnou stránku své osobnosti. Také ve svém vystoupení neopomenul svůj vztah k Heřmanovu Městci. Paní Hrušková zaspívala několik písní

v doprovodu své sestry, zpěvačky Jany Yngland Hruškové. A samozřejmě jsme byli nedočkaví, která z 5 žen obdrží šerpu a titul Miss.

Vítězkou se stala paní Marie Naďová, ale jak nám porota následně

prozradila, nebylo to vůbec jednoduché a všechny dámy by

si zasloužily první místo. Podle potlesku v sále a obsazených židlí se zdálo, že celá akce se vydařila. Zbyl čas na poslední fotografie, poděkování a rozloučení.

Věřím, že úsilí, které zaměstnanci vydali, do přípravy celé akce, se zúročilo a všichni přítomní si den užili ke své spokojenosti.

A za 2 roky už se těšíme.

Klára Čížková



VYHODNOCENÍ DOTAZNÍKŮ PRO PŘÍBUZNÉ, ZNÁMÉ A OPATROVNÍKY UŽIVATELŮ DOMOVA

Cílem dotazníku pro příbuzné bylo zjistit v 9 jednoduchých otázkách dosavadní spokojenost příbuzných či blízkých uživatelů našeho domova pro seniory s kvalitou péče a služeb pro jejich blízké. Na závěr dotazníku měl každý respondent možnost a prostor na vlastní připomínky, návrhy a podněty.

Dotazníky byly rozdány příbuzným a známým uživatelů u příležitosti Setkání rodin v sobotu 14. 6.2014. Dotazníky byly rozdány 35 rodinám. Vyplněné dotazníky vhazovali respondenti do připravených uzavřených krabic, případně dále do Schránek důvěry. **Vyplněných dotazníků bylo vráceno celkem 23.**

Níže je uvedena frekvence odpovědí a další návrhy.

Po vyhodnocení dotazníku bylo možno konstatovat, že celkově převládaly kladné odpovědi a naprostá spokojenost, až na 2 dotazníky, kde byly odpovědi spíše negativní. Bohužel u těchto dotazníků nebylo více specifikováno, s čím jsou nespokojení, až na uvedení nedostatečné lékařské péče.

Doplňující informace a připomínky byly pečlivě prostudovány a vyhodnoceny, a nadále se jim budeme věnovat. Ale i tyto připomínky byly veskrze kladné.

S výsledky dotazníku byli uživatelé seznámeni na pravidelné měsíční schůzi uživatelů a v místním rozhlasovém vysílání. Celkově lze dotazník vyhodnotit jako přínosný pro další zkvalitnění a spokojenost uživatelů v domově pro seniory.

1. Je podle Vás dostatečný kontakt mezi rodinou (opatrovníkem) uživatele a sociálním pracovníkem?

ANO - 22 x NE - 0 ČÁSTEČNĚ – 1x

1. Je podle Vás dostatečný kontakt mezi rodinou (opatrovníkem) uživatele a vedoucí sestrou?

ANO - 22 x NE - 0 ČÁSTEČNĚ – 1x

2. Je podle Vás dostatečný kontakt mezi rodinou (opatrovníkem) uživatele a klíčovým pracovníkem, který je klientovi přidělen?

ANO - 22 x NE - 0 ČÁSTEČNĚ – 1x

4. Jste spokojen s podáváním informací (dostatečně, včas) ze strany personálu o změnách v poskytování péče vašeho příbuzného?

ANO – 22 x NE – 1x

5. Jste spokojen, že si může váš příbuzný založit osobní účet v DS a s tím jak je veden?

ANO – 20 x NE – 2 x NEVÍM – 1

6. Jste spokojen s tím, jak personál domova respektuje soukromí uživatelů?

ANO - 23 x NE - 0 ČÁSTEČNĚ – 0

7. Jste spokojeni s kvalitou a rozsahem námi poskytovaných služeb?

a) s rozsahem ? ANO - 22 x NE – 1x

Proč ne ? **nedostatek lékařské péče**

b) s kvalitou ? ANO - 22 x NE – 1x

Proč ne ? **bez připomínek**

8. Myslíte si, že námi poskytované služby *

- **se zkvalitňují - 18 x**
- jsou na stejné úrovni, změnu jsem nezaznamenal – 4x
- spíše se zhoršují – 1x

9. Doporučili byste tento domov svým přátelům a známým

ANO – 21 x NE – 2 x

Další vaše připomínky, návrhy a podněty:

Citlivý přístup ke klientům, přátelské domácí prostředí.

Připomínky dobré. S akcí jsme spokojeni.

Díky za vynikající péči.

Myslím, že je co vylepšovat, ale nic mne nenapadá.

Hezké prostředí, dostatek kulturních akcí a příjemný personál.

Klára Čížková

Letní výlety

Jako každý rok je pro vás připraveno několik výletů, které proběhnou v měsících červenci a srpnu vždy ve středu. Některé už proběhly a další na vás čekají. První výlet měl být do obory Žleby, ale z důvodu špatného počasí byl výlet přesunut. Dále jste mohli navštívit zříceninu hradu Lichnice, velké akvárium v Hradci Králové a zámek v Pardubicích.

Těšit se ještě můžete na hřebčín ve Slatiňanech, na Nové Hrady, Technické muzeum v Čáslavi, pojízdnou ZOO ve Vilémově, na již zmíněnou oboru Žleby a rozhlednu v Kutné Hoře. Pevně věřím, že na všechny zbylé výlety bude objednané krásné počasí, abyste si je náležitě užili.

Veronika Vodičková



Prezentace našeho Domova v Lysé nad Labem



13. července 2014 jsme navštívili 15. ročník výstavy „Šikovné ruce našich seniorů“ v Lysé nad Labem. Na přípravě výrobků se podílelo 20 uživatelů z šicí i keramické dílny. Kolekci vystavovaných výrobků tvořily košíčky, věnečky a další výrobky pletené z novinového papíru, keramické výrobky a hlavně pak nástěnka ve tvaru Afriky, která zahrnovala prezentaci pomoci Felixovi z Keni. Nechyběl ani plyšový slon, žirafa a stylová sádrová maska. Vše vyjadřující text vymyslela paní Zdeňka Procházková a s vytvořením nástěnky velmi pomohla Veronika Vodičková. Spolu s pěti uživateli jako doprovod Lysou navštívila také Veronika Kumperová a řidič Josef Janda. Hlavní část prezentace z Lysé můžete vidět v 1. patře stanice A.

Děkuji všem, kteří se na přípravě kolekce výrobků podíleli.

Hana Zítová

Sportovní hry

Že sportovat může opravdu každý, jste se přesvědčili na sportovních hrách, které pro vás vymyslel aktivizační tým. Soutěže hod na medvěda, kostky, kroužky i kuželky rozehrály každého v poněkud chladnějším odpoledni a dobrá nálada zahнала začínající dešť. Uzené i sklenka piva zkrátily chvíle před vyhlášením výsledků a udělení diplomů. Za rok zase u sportovních her v oáze na shledanou.

Verča a Verča, Hana, Lenka, Alena



DOBRÁ DUŠE je název projektu, který podporuje instituce i jednotlivce, kteří pomáhají rozvíjet dobrovolnictví v České republice. Cílem projektu je zvýšit v institucích počet dobrovolníků z řad seniorů a poskytnout tak pomoc těm, kteří ji nejvíce potřebují a ocení. Partnery projektu jsou firma Hartmann – rico, a.s. (hlavní sponzor projektu), Ministerstvo práce a sociálních věcí, Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR a Gerontologické centrum v Praze 8.

V našem domově jsme založili dobrovolnickou činnost před 10 lety a u jejího zrodu byla paní Iva Krbcová. Do projektu Dobrá duše jsme nominovali za náš domov právě p. Krbcovou, která po odchodu do starobního důchodu v r. 2007 dochází do domova jako dobrovolnice. 1 x týdně vede keramický kroužek, když je třeba, jede s uživatelem jako doprovod do nemocnice, často se účastní různých

kulturních posezení, které se v domově často pořádají, a tam pomáhá personálu i uživatelům, povídá si s uživateli, často je i v porotě při různých soutěžích.

Titul Dobrá duše se uděloval v kategoriích Jednotlivci a Instituce. Byli oceněni tři jednotlivci z přihlášených 48 jednotlivců a mezi organizacemi byla vybrána jedna z 28 přihlášených. Projekt Dobrá duše není soutěží, ve které vyhrává lepší či nejrychlejší. Vyhrává ten, kdo se rozhodne pomáhat. Vítězem ankety byl však vlastně každý, kdo z dobrovolníků byl přítomný v sále. Slavnostní vyhlášení se konalo dne 3. 7. 2014 v krásném sále kláštera minoritů sv. Jakuba v Praze. Iva Krbcová sice mezi vítězi nebyla a neodnesla si titul Dobrá duše 2013, odnesla si čestné uznání a hlavně hezký pocit z příjemné atmosféry celé akce, kterou moderoval Aleš Cibulka a krásnými písničkami ozvláštnil zpěvák Vladimír Hron. Ivo, blahopřejeme a zachovej nám přízeň!



Marie Málková

Řešení Trénování paměti: Přesmyčky hradů a zámků: Konopiště, Telč, Žleby, Švihov, Bezděz, Okoř, Karlštejn, Frýdlant, Locket, Kuřka; doplňte přísloví: 1. Láska hory přenáší 2. Sytý hladovému nevěří 3. Lež má krátké nohy 5. Stokrát nic umožilo vola 6. Po bitvě každý generál 7. Co oko nevidí, to srdce nebolí 8. Ranní ptáče dál doskáče 9. Tak dlouho se chodí se džbánem pro vodu, až se ucho utrhne 10. Mezi slepými jednooký král 12. Kam čert nemůže, nastrčí ženskou 13. Když se dva perou, třetí se směje 14. Ráno moudřejší večera 15. Tichá voda břehy mele 16. Darovanému koni na zuby nehleď 17. Koho chleba jíš, toho píseň zpívej. Napište český výraz pro slovo: 1. Výcvik 2. Nadšení 3. Rosol 4. Žák 5. Vrchol 6. Poleva 7. Osa 8. Výbuch

Bratři Ebeni nadchli zámeček nevšedním hudebním zážitkem



V neděli 22.7. jsme na zámeckém nádvoří měli možnost poslechnout si koncert Bratří Ebenů. Na nádvoří se sešlo víc jak 400 posluchačů. Starší i novější písničky a vtipné moderování Marka Ebena si vysloužilo velký ohlas posluchačů. Tento hudební zážitek byl dalším z řady příspěvků do oslav X. výročí Hudebního léta v kostele sv. Bartoloměje.

Eva Merclová

Pracovní cesta do Irska

Dovolte mi, abych se s vámi podělila o pár poznatků z pracovní cesty – odborného tematického zájezdu po Irsku.

Cestovala jsem s paní ředitelkou Málkovou a s 50 dalšími zaměstnanci domovů pro seniory z Prahy a Středočeského kraje. Cesta do Irska nás vedla autobusem přes území Německa až do Francie. Cestou jsme udělali zastávku v Remeši a také krátce v Paříži. Dále jsme pokračovali směrem do Normandie, městečka Cherbourg, kde jsme se nalodili na noční trajekt. Po téměř 18hodinové plavbě jsme připluli do irského přístavu Rosslare.

Po vyloďení jsme pokračovali autobusem do městečka Waterford. Následovala první odborná exkurze do ústavu sociální péče pro dospělé s mentálním postižením **Brother of Charity Services South East**. Tato nezisková organizace je součástí řetězce, který má okolo 600 klientů. Zajišťuje rezidenční služby s celoročním





pobytem, dále denní stacionář, chráněné bydlení, podporuje zaměstnávání osob s mentálním postižením tím, že má svou farmu, zahradnictví, truhlářské dílny, stavební práce. Chráněné bydlení měli na několika místech v běžné bytové zástavbě. Vybavení a systém organizace v chráněném bydlení byl podobný jako u nás. Klienti docházejí přes den pracovat právě do zahradnictví nebo různých dílen, které jsou součástí této organizace. Jediný

rozdíl je v počtech klientů na pracovníka – v chráněném bydlení odpovídal 1 pracovník ke třem klientům. O zařízení a jeho aktivitách nás informovala přímo regionální ředitelka Ms Julia Kelly (tento ústav sociální péče má celostátní působnost - jsou cca 4 centra na různých místech Irské republiky). Po této exkurzi pokračovala cesta jižní částí ostrova do hlavního

města této oblasti Corku. Zde jsme se po ubytování a večeři sešli na večerní **odborné přednášce o organizaci Home Instead.**

Představila se nám sympatická paní Noeleen Cronin - oblastní ředitelka (tato organizace má celoirskou působnost). Patří mezi největší pomocné nelékařské organizace v Irsku. Vznikla před 7 lety a pečuje o více jak 2000 osob v jejich vlastních domácnostech. Myšlenka vzniku této organizace byla převzata z USA a její podstatou je, aby senior žil co nejdéle a



plnohodnotně ve svém prostředí. Péči provádějí u třech skupin osob: 1) osoby, které se vrátily z nemocnice, 2) osoby, které jsou trvale zdravotně postižené, 3) osoby s demencí nebo mentálně postižené. Péče je po dobu 7 dní až 24 hodin denně. Neprovádí však péči zdravotní. Péči si platí klient, ale pak mu stát vrátí 41%. Zde je vidět, že skutečně si klient službu prokazatelně kupuje a finance nejsou zneužívány, jsou skutečně použity na sociální službu (např. – 300 euro stojí služba celkem, 100 euro zaplatí stát, 200 euro zaplatí rodina a z těch 200 euro, co zaplatila rodina, vrátí stát 41% rodině.) Pokud již klientovi nevyhovuje terénní služba, nastupuje rezidenční péče.

Další den jsme měli sjednanou další odbornou exkurzi v **Domově pro seniory Beamont**. Uvítala nás a provázela paní Bronagh Craigh - vrchní sestra. Tento domov je po celkové rekonstrukci v letech 2010/2011. Původně byl pro 22 klientů, po rekonstrukci má nyní 73 lůžek. Nejvíce obyvatel je tu okolo 90 let. V domově pracuje 90 zaměstnanců, z toho jich je 36 na plný úvazek. Mají 20 zdravotních sester. Poskytují také paliativní péči, kde velmi aktivně spolupracují s rodinou a dávají vybrat rodině i klientovi, aby se rozhodl, zda chce zemřít v domově nebo v nemocnici. Tento domov patří mezi nejlépe hodnocené soukromé domovy seniorů v Irsku.

Další den následovala poslední odborná exkurze do **Carrigoran House, kde je katolický domov pro seniory** se 113 lůžky. Tento domov je velmi moderní a vznikl na základě charitativních služeb kláštera Milosrdných sester. Provázela nás vrchní sestra paní Frances Neilan. Toto zařízení patří mezi nejlepší zařízení v Irsku. Mají ještě 8 apartmánů pro klienty, kteří nejsou tak závislí na péči. Poskytují také týdenní stacionář, který mohou využívat i o víkendu jiné organizace – školy nebo rodiny – pro různé oslavy apod. Zařízení má 130



zaměstnanců, z toho 98 na plný úvazek. Zařízení bylo opravdu na vysoké úrovni. Frances nám sdělila, že v Irsku je 600 domovů pro seniory, z toho 10% tvoří neziskové organizace, ostatní jsou státní, soukromé a církevní.

Víkendový den jsme obohatili návštěvou proslulého hřebčína a navštívili hlavní město Dublin. 2. června jsme se vraceli zpět k trajektu, kde jsme opět absolvovali



dlouhou plavbu do Francie a poté pokračovali přes Francii, Německo až do ČR. Tato zpáteční cesta trvala autobusem téměř 20 hodin. Přestože to bylo velmi náročné, dojmy byly skvělé.

Pracovní cesta byla velikým přínosem a přinesla pro všechny nové poznatky pro nás méně známé země a hlavně porovnání v oblasti sociálních služeb. Pro mnohé to byla cesta i pro navázání vzájemných kontaktů a možnosti budoucí spolupráce a výměny zkušeností.

Klára Čížková

Trénování paměti

Kolikrát se skupina čísel 123 opakuje v daných číslech? 18x

46578**123**42461434217651231421435494571235132312646562132342312346
5164216751234978497516213212379849156213212398191562123768974517
6231237597412357952132954456225969521256812398653268982123689865
6212158895422123589422154657621675123627132142123421342143671235
46565746231203121326424612342134234213421612345645421310342

Přesmyčky hradů a zámků

ŠNOPIKOĚT

ČTEL

ELBYŽ

VHIŠOV

ZEBĚZD

OŘKO

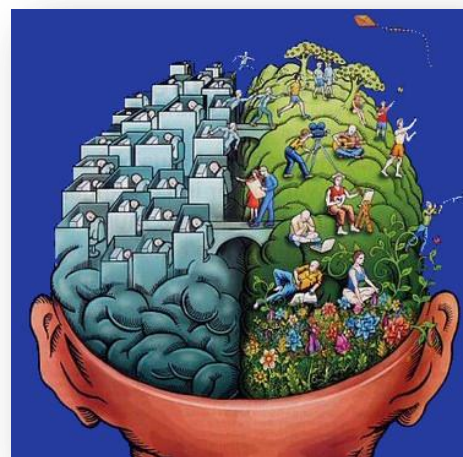
TEJŠNLRAK

LÝDRFATN

OLKET.....

ŇKKUA

Řešení naleznete na str. 10.



ARU, EÍ, LENOK, RMM, VAO	MOSKEV. FOTBAL. KLUB	MYS INDONÉ- SIE	1. DÍL TAJENKY	JMÉNO REŽISÉRA KREJČÍ		ČÁST STODOLY	SPZ PRAHY	ZNAČKA CÍNU	KRESLENÝ HUMORNÝ SERIÁL	OBVAZ VE SPREJI
DEZINFEKČ- NÍ PŘÍPRA- VEK						ŠKRABOŠ- KA				
BUNKR						BEZOCASÁ RYBA OBVAZOVÁ POTŘEBA				
ROBOT								MASARYK. UNIVERSITA 2. DÍL TAJENKY		
	DRUH HUDBY	ZÁRMUTEK JM.SKLAD. STRAVIN- SKÉHO					ŠLÁGR STÁTNÍ PO- KLADNA			
SOK						NÁZEV PÍS- MENE L TĚLOCVIČ. POLOHA				
ROZSOLOVI- TÁ HMOTA						DRAMA- TURG ČTV SPOJENÍ				
POLOVINA ZAST.				SLOVAN TÁBORNÍK					ČESKÁ ZNAČKA NÁKLAD. AUT	ŠPANĚL. POKRM
FINANČNÍ VÝNOS- NOST										
	BŮŽEK LÁSKY	POHYB PO ODRAZU POLSKÝ SPI- SOVATEL					DOBA TAKÉ NÁŘEČNĚ			
ASIJSKÉ POHOŘÍ						SPISY ZVÍŘENA				
JÍDELNÍ LÍSTEK						SKANDINÁV- SKÝ ZÁLIV NĚKDO BÁSNICKY				
POVRCH ZDI							ZANIKLÁ ŠACH. FIG- URA TAJEMSTVÍ			
MPZ MALI				PRÁZDNÁ					ŘÍMSKÝCH 99	ČÍN.JEDN.- DĚLKY
Rekord ve s fotbalovým míčem v sedě na židli dosáhl Charalambos Bursas z Branek na Moravě. Za 10 hodin a 17 minut jich zvládl 209640.				SEBE- UKÁJENÍ						
				SAVÝ						

Doplňte přísloví

1. Láska hory
2. Sytý hladovému
3. Lež má
4. Mluviti stříbro
5. Stokrát nic
6. Po bitvě každý
7. Co oko nevidí
8. Ranní ptáče
9. Tak dlouho se chodí
10. Bez peněz
11. Mezi slepými
12. Kam čert nemůže
13. Když se dva perou
14. Ráno
15. Tichá voda
16. Darovanému koni
17. Koho chleba jíš,

Napište český výraz pro slovo

1. Drezura
2. Euforie
3. Agar
4. Elév

5. Zenit
6. Glazura
7. Symetrála.....
8. Detonace