

DOMOV
PRO
SENIORY

PRAHA
PRAGA
PRA G

HEŘMANŮV MĚSTEC



U NÁS DOMA

Ročník XXVII číslo 5 květen/2021 www.domov-hm.cz

Časopis pro pobavení

Jarní pohodička



Časopis Domova pro seniory Heřmanův Městec, zřizovatel Hlavní město Praha

OBSAH

Slovo na úvod.....	2
Informace z domova.....	3
Rekonstrukce otopného systému	4
Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku.....	4
Stanice A – Ze vzpomínek	4
Stanice B	5
Stanice C – Barvy jara	6
Stanice D – Stavění máje	7
Stanice E – Slavíme	9
Informace z aktivizačního úseku	9
Opékání buřtů	9
Filharmonie	10
Přezkoušení našeho canisterapeutického týmu	10
Jedeme po východních Čechách, aneb pěšky i na kole	11
Hádej, kdo jsem?	12
Okatá kočka	13
Náš park	14
Kouzlo rčení aneb: jarní gruntování a třetí dohoda	14
...a na co se můžete těšit?	15
Křesťanské tradice.....	16
Ledoví muži Pankrác, Servác, Bonifác a Žofie.....	17
Vzkaz anděla – Míla Skramuská.....	19



Slovo na úvod

Vážení čtenáři, zase jsme o krůček dál. Máme dokončeno druhé očkování i u seniorů na vile a dalších zájemců. Také jsme se poprvé sešli na vydařené akci v oáze. Vždycky se na jaře těšíme na první jarní opékání buřtů a pěknou písničku. K tomu nám přálo i letošní studenější počasí a věřím, že všichni účastníci měli pěkné odpoledne.



A tak se na zámku pomalu vše vrací do kolejí, a je vidět i světlo na konci tunelu. Samozřejmě víme, že v praxi se v malém množství objevují i další nákazy nemocí Covid-19 po očkování, ale jejich zastoupení je opravdu minimální a není přeci nic, co by bylo stoprocentní. Určitě tedy všeobecně očkování napomůže k našemu původnímu způsobu života. Nejvíce jsem to sama pocítila, když se k nám do domova v dubnu vrátila děvčata ze Střední školy zdravotnické a sociální v Chrudimi na svou povinnou praxi. Ten den jsem měla pocit, že je vše na zámku tak, jak má být. Postupně se v domově začnou objevovat i další lidé, kteří zde něco servisují, či opravují. Nemusíte se určitě bát, že by do domova nákazu přinesli. Všichni se musí prokázat testem na Covid-19 s negativním výsledkem a teprve poté jsou vpuštěni do domova. Stejným způsobem do domova postupně přicházejí i noví uživatelé.

Aktivizační pracovnice chystají další venkovní akce pro zábavu, děvčata z úseků denně vycházejí se seniory do zeleného parku a také jsme zrušili návštěvní rezervační systém. Od května mohou za seniory na návštěvu lidé bez objednání a bez časového omezení trvání návštěvy. Samozřejmě také musí stále dodržovat další opatření a prokázat se požadovaným dokladem o testování či očkování. Všem návštěvám doporučujeme pobyt mimo budovu, ideálně v našem nádherném parku.

Sami vidíte, že situace je den ode dne lepší, ale budme prosím stále obezřetní a dodržujme všechna bezpečnostní opatření. Naši zaměstnanci neustále pracují pod fyzickým i psychickým vypětím, každý se někdy bojí o své blízké, či o sebe, a proto jim i zde moc děkuji za to, jak ke své práci zodpovědně přistupují.

Přeji všem pěkné čtení na dalších stránkách časopisu, a hlavně dobrou náladu.

Klára Husáková, ředitelka

Informace z Domova

Rekonstrukce otopného systému

Dnes již asi mnozí tuto informaci máte, ale jelikož se jedná o větší akci, ještě ji uvedu v dnešním článku. Dne 3.5.2021 začínáme s druhou a třetí etapou akce Rekonstrukce otopného systému. V týdnu od 3. května budou probíhat přípravné práce a dne 10.5.2021 dojde k ukončení topné sezony a začne se s výměnou radiátorů na pokojích. Jedná se o pokoje na stanici B, dále o pokoje na stanici C – zejména v 1. patře a dále na stanici E, a to křídlo severní – tedy tzv. staré podkroví a pokoje u recepce stanice E. S dodavatelem, firmou Instal Hanousek, se budeme domlouvat na harmonogramu prací a vždy budou předem vytipovány pokoje, na kterých budou práce probíhat. Po dobu prací na pokojích budou uživatelé přestěhováni do prostor, které budeme mít připravené pro tuto akci. Většinou se bude jednat o jednu nebo maximálně 2 noci, kdy budete spát mimo svůj pokoj.

Víme, že to pro vás znamená jisté omezení, ale věříme, že se vše zvládne a nové radiátory a celý otopný systém bude dobře fungovat. Již máme možnost porovnávat fungování nových radiátorů v části, kde probíhala rekonstrukce v minulém roce a teplo v pokojích je mnohem větší s možností regulovat si teplo hlavicí na radiátoru dle vaší potřeby.

Letos si s námi sluníčko trochu pohrává a nechává nás vyčkávat na teplejší počasí. Dle předpovědí lze očekávat i více dešťů, a tak se asi bude dařit i zeleni. Naši údržbáři již s údržbou zeleně začali a od května jim přijde na pomoc i jeden brigádník. Věříme, že se podaří uskutečnit

spousta
venkovních akcí a
budete si moci
užívat
příjemného
prostředí venku
v parku, v oáze
nebo na nádvoří.

Přeji všem hodně
zdraví a sluníčka.

Radka Stybalová



Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku

Áčko

Ze vzpomínek



Od malička jsem měl rád všechna zvířata, viděl jsem v nich čtyřnohé kamarády. Bydleli jsme s rodiči a sourozenci v Praze. Na víkendy a na prázdniny jsme jezdili k rodičům maminky, na statek do Dobrovic. Tatínek měl na statku chovnou stanici psů. Choval převážně německé dogy a bílé psy s černými fleky - harlekýny. V útlém dětství jsem si rád hrával se štěnaty těchto psů. Děda s babičkou chovali na statku králíky, drůbež, ovce i koně. Valaši byli tahouni, zastávali práci v lese, poníci byli vychováváni pro účely cirkusu Berousek. Tomuto cirkusu, který měl stanoviště v našem sousedství, naše rodina pronajímala část pozemku. Rád jsem pomáhal s prací na statku. Brzy jsem poznal, že když dáte zvířatům potravu, ošetříte zranění nebo podáte lék od veterináře, každé zvíře si vás oblíbí a projevuje vám svou náklonnost a přízeň. Babička s dědou nám často vyprávěli svoje životní příběhy. Také o nelehkém životě všech členů rodiny ve válečných letech. O mamince, která byla transportována do koncentračního tábora v Terezíně, poté do polské Osvětimi. O všech útrapách, které musela prožít. Před ukončením války byla s ostatními vězni osvobozena partyzány při pochodu do „jiného tábora.“ A tak její strastiplný příběh dobře skončil, došlo i ke šťastnému shledání maminky s tátou, který ve válce bojoval ve Španělsku.

Když byla práce v hospodářství hotová, chodil jsem s babičkou do lesa na dříví a klestí, v létě na borůvky, maliny i ostružiny, na podzim jsme z lesa nosili plné košíky hub. Babička mě učila poznávat přírodu, znala názvy stromů, rostlin a bylin, učila nás, děti, jak se v přírodě chovat. Uměla i léčit bylinami, sušila je na půdě, tam jsme měly vstup zakázaný, abychom byliny nepřeházely. Pro léčivé byliny a pro radu, jak pomocí nich napomáhat k uzdravení, k nám přicházeli lidé místní, i z okolí.

Když jsem vyrostl z dětských střevíců a stal jsem se dospělým, patřilo k mým oblíbeným činnostem trempování. Měl jsem rád trempské osady, posezení u táboráků. Poznal jsem hodně kamarádů, kteří měli stejnou zálibu jako já. Někdo hrál na kytaru, zpívaly se trempské písně, vyprávěly se zajímavé příběhy. Možná i tam, v přírodě, v trempských osadách se zrodil nápad jít pracovat k cirkusu Berousek, ale o tom, jestli bude čtenáře zajímat, až v příštím vyprávění.

Podle vyprávění pána z našeho domova napsala

Vlasta Růžičková



Já se k tomuto krásnému vyprávění připojím s přáním klidných a doufám, že již sluníčkových jarních dní. Chtěla jsem poděkovat všem, kteří s námi přečkali nepříjemné testování a očkování a vyslovit přání, že již bude opravdu líp. Moc bych vám všem uživatelům i zaměstnancům přála hodně zdraví.

Míša Petržílková

Béčko

Tak nám to všechno rychle uteklo, máme tu zase další krásné období. Květen je tu, všude nám všechno kvete, ptáci zpívají, sluníčko krásně hřeje. No a už i nám, zde v domově se blízká na lepší časy.



Máme za sebou očkování, které nám dává velkou naději v boji proti Covid 19. Většině z nás také otevřelo dveře ze zámku. Můžeme se vydat do zámeckého parku, kde se dá hezky projít na čerstvém vzduchu a pokochat se zdejší flórou a faunou, však srnky nám chodí skoro až k zámku. Vycházka do města, která uživatelům také hodně chyběla. Snad se dočkáme dalšího rozvolnění, které zpřístupní další služby ve městě. Zatím si dojdeme nakoupit nějaké dobroty do místních obchodů. Nebo se jen tak brouzdat po městě

a udělat si hezkou procházku a sledovat ve městě, co je nového.

Tak jako se probouzí zámek, také na stanici B nezahlíme. Začínají k nám docházet častěji aktivizační pracovnice, které vždy vykouzlí našim uživatelům úsměvy na tváři a rozzáří jejich dny. Doprovází je ven do přírody. Naši uživatelé rádi poslouchají jejich vyprávění, čtení a různé kvízy. Společnost někoho jiného jim dělá radost.

Po dlouhé době jsme se dočkali velké společné akce. Ještě dnes cítíme vůni opečených buřtů. A posezení v rozkvétající přírodě nám vliło novou energii do žil. Stejně tak písničky. Budeme se těšit na další společné akce, které nám moc chyběly.



Posledního dubna si připravíme košťata a sejdem se u zapálených ohňů. Snad se všichni ve zdraví vrátíme z čarodějného letu.

Na konec vám všem přeji ze srdce, ať jsme všichni zdraví a užívejte si sluníčka ☺☺

Anna Pirohovičová



Céčko

Barvy jara

I když to za okny ještě příliš nevypadá a venku často poletuje sníh nebo prší, opravdu tu máme jaro. Sluníčko už občas vykukuje skrze mraky a prohřívá zmrzlou půdu. Tu a tam jsou už vidět sněženky, bledulky, sasanky a další jarní kvítí. Zem se probouzí ze zimního spánku a začíná nám ukazovat, jak umí být krásně barevná. Ale protože těch barev venku ještě není tolik, rozhodla se u nás na stanici C paní Danuše, že si to čekání na jaro



Darovaný kámen nás potěšil a udělal radost! ❤️
DĚKUJEME!



zpestří vybarvováním různých obrázků. Od samého rána bere pastelky do ruky a vybarvuje a vybarvuje. Prázdné obrázky přeměňuje pestrými barvami na svá umělecká díla, které si s ní pak se zájmem prohlížíme. Paní Danuše sice říká, že není žádná malířka, ale nám se její obrázky moc líbí. A co ráda vybarvuje? Snad úplně všechno. Květiny, hrady a zámky, přírodu, ale nejraději obrázky s motivy koček. A tak paní Danuše každý den přivolává jaro svými kresbami plnými barev a šíří kolem sebe

dobrou náladu. A jelikož se nebrání novým věcem, zkouší se svojí klíčovou pracovnící p. Jesínkovou zdobit pro potěšení i různé kamínky pomocí permanentních fixů. Namalovat kamínek není nic jednoduchého, ale je to skvělá zábava, které propadlo již mnoho nadšenců v celé ČR. Svá díla označí směrovacím číslem, kamínek při procházce nebo výletě umístí na viditelné místo, a když ho někdo najde, přemístí ho zase dál a předá o tom zprávu prostřednictvím internetu. Putovní kamínek pak dělá radost dalším a dalším lidem.

I na stanici C máme již 2 zdobené kamínky, jeden od paní Danuše a další kamínek, který jsme dostaly od dcery p. Jesínkové, která podporuje personál v současné nelehké době. Moc jí za to děkujeme.

A všichni se už těšíme, že se snad budeme moci zase brzy sejít, popovídat si a konečně se nadechnout čerstvého jarního vzduchu. Potěšit se pohledem a procházkou v přírodě, ohřát se na sluníčku. Prostě, že si to jaro budeme moci společně užít! A třeba někde objevíme i putovní kamínek.

Magda Kudrnová

STAVĚNÍ MÁJE

Děčko

Nejčastěji je stavění máje či májky spojováno s filipojakubskou nocí z 30. dubna na 1. května, ale není to tak vždy. Někde se staví máj až o letním slunovratu, o svátku sv. Jiří nebo zejména na Moravě, až při hodech či posvícení. U nás je zvyk písemně doložený až roku 1422, kdy na základě postavení máje a vzájemného slibu hochy a dívky byl tento závazek uznán jako manželství církevním soudem a sporný případ skončil svatbou.

Přesný původ a význam tradice není doložen a váže se k němu řada lidových pověstí od oslavy jara přes ochranu úrody před nepřízní počasí až po pověsti ze života Filipa a Jakuba. Často je vztyčený máj vysvětlován jako symbol jarní bohyně, přírody a obnovy plodivé síly a v tomto smyslu působí i pro zdar a život obce.

V Čechách se často uprostřed obce o filipojakubské noci staví máj - vysoký, štíhlý, krásně rovný strom nejčastěji smrkový či jedlový případně borový, někdy i březový, okleštěný od větví, oloupaný a čistý a ponechaný jen s pěkně zelenou korunou, případně je pod korunou z kůry vyřezané ozdobení. Mládenci z večera či v noci máj přinesou do vsi, pak se máj pěkně nazdobí pentlemi. Nedílnou součástí bývá rovněž opentlený věnec zavěšeným pod vrcholem. Zdobení a stavění máje se neobejde bez tance, zpěvu a veselí kolem něj. Máj je nutné hlídat celou noc. Vesnice, která máj neuhlídá a nechá si jej skácet, má ostudu pro celý rok. V některých oblastech se volí král, případně i královna a pojí se s nimi celá řada obřadů a zvyklostí.



Malý máj často stavěli mládenci dívkám, buď všem svobodným ve vsi nebo jen děvčatům na vdávání a jinde zas každý mládenec jen své vyvolené před jejím oknem či před stavením na znamení lásky a úcty. Počínal si tak vždy přes noc a svůj máj si hlídal, aby jej nikdo neodnesl nebo nevyměnil. Máje byly často zdobeny např. pentlemi, sklíčky, lesklými plíšky apod. a byly ze stromků březových, ale i smrkových. Mohly být i nástrojem pomsty odmítnutého mládence, protože škaredý křivý či zakrslý máj byl dívce k pohaně, proto dívky v noci vyhlížely, kdo jim máj staví a jaký máj je a ošklivý máj před rozedněním odstranily, aby neměly ostudu.

V některých krajích chodili mládenci obchůzkou a děvčata, hezky nastrojená, vyvedli z domu a zatančili s nimi kolem jejich májů. Děvčata mládencům přidala na útratu v hospodě.

Máje se však stavěly i před kostelem, odkud vycházel průvod po vsi. Také před domem starosty či radních na znamení jejich počestnosti a váženosti. Na některých místech se máje upevňovaly na domy ve štítech nebo po hřebeni či do plotů u stavení.

Z 18. století jsou dochovány záznamy, že bylo stavění májů zakazováno úředně, a to proto, že kvůli značnému množství zmařených mladých stromků docházelo ke škodě na lesích panských i obecních.

Jana Novotná

Éčko

Slavíme 😊

V měsíci dubnu jsme měli na podkroví několik důvodů k oslavám.

Své 70. narozeniny s námi oslavila paní Helena. Z občerstvení a dortu měla obrovskou radost, došlo i na slzičky dojetí.

Dalším oslavencem byla o pár dní paní Maruška. Nikdo by nevěřil jejich 85 let. Při dobrém jídle a vyprávění o zážitcích nám čas až příliš rychle utíkal.





A co ostatní? Ti také měli důvod k radosti. Nejenom, že mohli vyrazit do města na nákupy, ale mnohé z nás vylákalo jarní sluníčko na procházku do zámeckého parku. A opravdovou radost přináší procházka s naší milou společnicí psí slečnou Luštičkou. 😊

Jiřina Dittrichová



Informace z aktivizačního úseku

OPEKÁNÍ BUŘTŮ

Jsem ráda, že jsme letos mohli uskutečnit opékání špekáčků, které je částečně spojeno s čarodějnickým rejmem, který se koná 30. dubna, kdy čarodějnice nasednou na svá košťata. My všechny děvčata jsme se držely při zemi, abychom vám mohly opéct špekáčky. Na lítání je času dost. K poslechu a dobré chuti vám hrálo naše zámecké duo J+M tedy Jirka Heřman

a Magda Kudrnová.

Nejen Jirka s Magdou, ale i počasí nám hrálo do noty a my si tak s vámi užili

krásné

odpoledne, protože to je poprvé od doby covidu, kdy jsme se mohli takto sejít.



Akce se nám krásně vydařila a v očích všech byla vidět spokojenost. Jednou se za strastiplnou etapou plnou covidu, karantén a strachu ohlédneme a řekneme si, že už je dobře.

FILHARMONIE

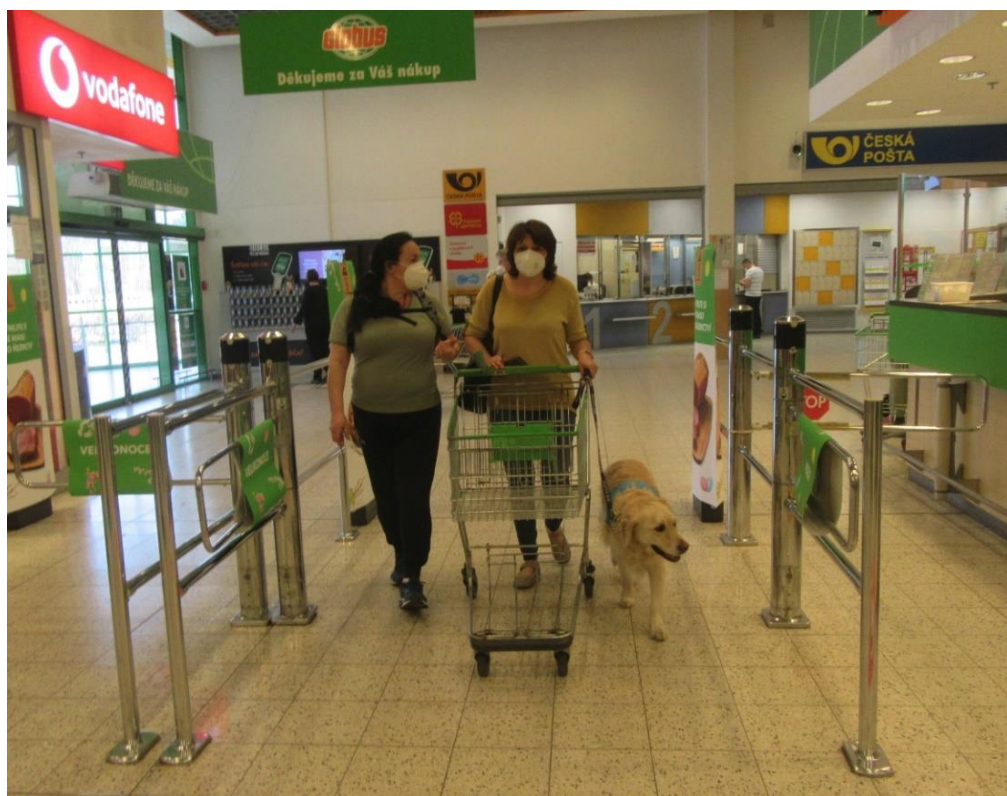
Máme to ale bláznivé jaro, že? Chvilku teplo, chvilku zima, chvilku slunce, chvilku chumelenice. Moc jsme si přáli, aby se počasí umoudřilo, protože k nám měli zavítat muzikanti z pardubické filharmonie. Vše dopadlo dobře a 15. dubna nám žesťový kvintet hrál na nádvoří průřez od klasické hudby až po současnost. Vystoupení to bylo povedené. Z otevřených oken bylo vidět pár hlav, které poslouchaly a někteří z vás se zabalili do dek a vyrazili s námi přímo na nádvoří nasát atmosféru, která nám nebyla tak dlouho dopřána. Doufám, že takových akcí nám začne pomalu přibývat a my budeme moci zase kulturně žít. Poslouchat, zpívat, tančit a smát se.

Veronika Vodičková

Přezkoušení našeho canisterapeutického týmu

Poslední březnový den jsem s naším Joeym byla v Pardubicích na tzv. přezkoušení a kontrole. Termín jsem se dozvěděla na poslední chvíli, protože cvičitelé se vydali předávat do Pardubic dalšího vycvičeného asistenčního pejska a při té příležitosti oslovili další již pracující týmy

z okolí. Cvičitelé bydleli několik dní v karavanu na parkovišti, protože v době nouzového stavu a opatření jsou všechna ubytovací zařízení uzavřena. Větší část zkoušek jsme absolvovali v obchodním centru Globus, zbytek na parkovišti a u karavanu. I když to nemělo úplně úroveň oficiálních zkoušek, které probíhají v Plzni, zvládli jsme vše na výbornou a dostala jsem



pochvalu já i Joey přímo od ředitelky organizace Pomocné tlapky, o.p.s. paní Hany Pirnerové,

kteřá osobně na vše dohlížela. Ještě čekám na průkazku CT týmu s další platností na dva roky. Takže můžeme pokračovat v práci a vy se můžete radovat ze společnosti vašeho Joeyka.

Lenka a Joey

Jedeme po východních Čechách, aneb pěšky i na kole

Akce začíná 3.5.2021 a trvá jeden měsíc.

Zúčastnit se může každý, kdo má chuť zapracovat na svém zdraví, rád se baví a je hravý. Úmyslně jsem vybrala **VÝCHODNÍ ČECHY**, protože náš Domov pro seniory se nachází právě v této části Čech a více je tedy pomyslně procestujeme a poznáme.

Podmínky jsou jednoduché: buď můžete šlapat na motomedu na naší rehabilitaci nebo na vile, kde na displeji se zobrazí ujetý počet kilometrů, který společně zapíšeme do připravené tabulky. Anebo pěšky, ráda vám zapůjčím krokoměr, kde též bude změřena a následně zapsána ušlá vzdálenost. Během akce budeme sledovat na mapě zajímavá místa, města a v kterém kraji, okrese se právě nacházíme. Já vám budu vyhledávat informace k danému místu. Věřím, že vás to bude bavit, každý z vás má určitě svoje oblíbené místo, buď se tam narodil, prožil dětství, pracoval, bydlel, jezdil na dovolenou nebo na výlety... Vyjedeme z městečka Lanškroun, kde jsme skončili na jaře 2019 při akci Jedeme po České republice. Procestujeme Pardubický a Královehradecký kraj a společně se vrátíme domů do Heřmanova Městce.

Podmínky a shrnutí akce:

1. Přihlásit se může každý na rehabilitaci v prvním patře, ale i v průběhu akce si může přijít zašlapat třeba i jednou. 😊
2. Akce trvá od **3.5. - 31.5. 2021**
3. Jednou za týden zveřejníme počet najetých kilometrů a navštívená místa v našem rozhlase RÁDIO DOMA.
4. Šlapeme na motomedu denně od PO-PÁ od 8 do 11hodin a PO a ST odpoledne na rehabilitaci.
5. Pokud půjdete ven, zapůjčím krokoměr.
6. Po ukončení akce zveřejním výsledky a postřehy z akce v našem časopise.
7. Tato akce nemá soutěžní charakter, protože vítězem je každý účastník. Nerozhoduje věk,

Fotografie č. 3

- mám ráda kytičky a přírodu
- v domově pracuji 23 let
- vystřídala jsem tři oddělení

V květnovém čísle této ankety máte možnost poznat dámy, které pracují v našem domově a pozor! U fotografie č.1 jsem nic nepopletla, je to nápověda. A druhá nápověda: i když to tak nevypadá, dnes tu máme blondýnky. 😊



Lenka Pumerová

Okatá kočka



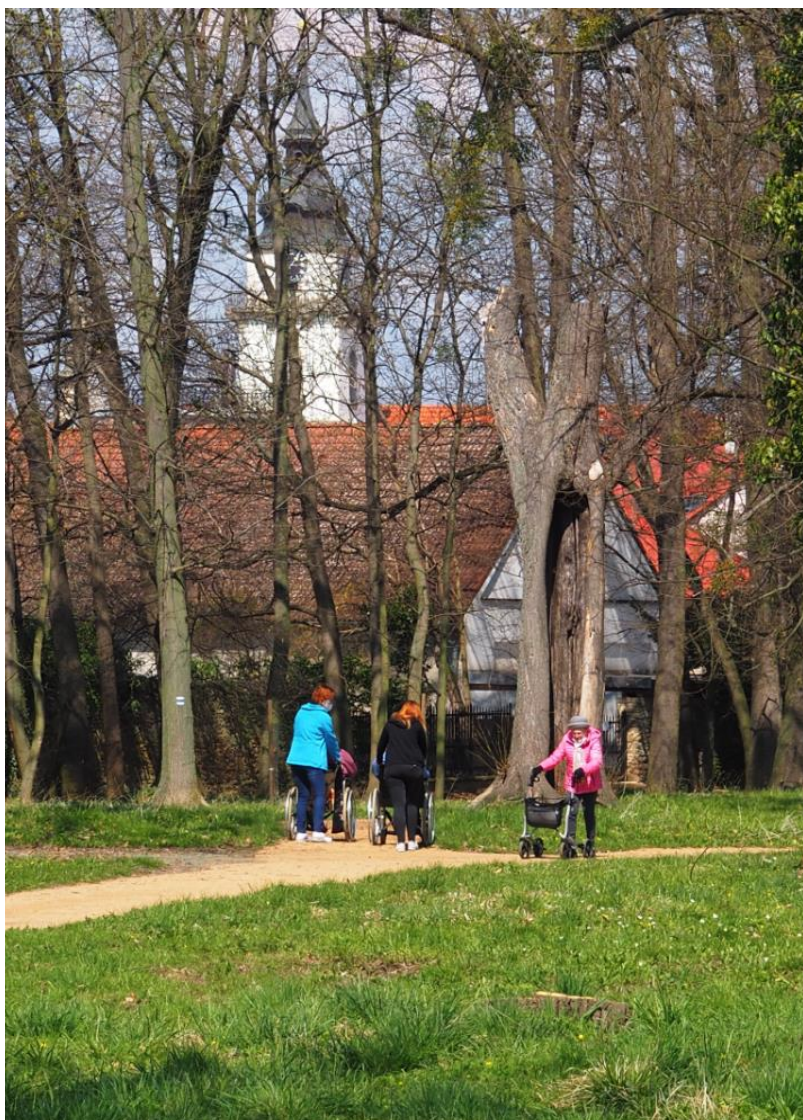
V šicí dílně jsme se dali do šití polštářků ve tvaru hlavy kočky. Má veliké oči, ručně vyšívané dlouhé fousky a je to pěkný jedlík. Spořádá plnou tašku vatelínu. Používáme různé barvy látek a očí, a tak je každá jiná, jak to u koček bývá.

Při šití nové hračky se domlouváme, jak se bude jmenovat. Tentokrát jsme kočce jméno nedávali a necháme to na vás, na čtenářích časopisu. Autora jména, které bude vtipné a líbivé, odměníme drobným dárkem z naší dílny. Za vaše tipy předem děkujeme.

Hana Zítová

Náš park

Mezi krásnou podívanou, která je v současné době k vidění v našem parku, patří pestrá květena. Pampelišku asi vynechám, tu znáte i s jejím názvem smetanka lékařská. Možná ale nevíte, že sbírat se dá její květ a list, hlavně na jaře a na podzim její kořen. Když kořen usušíte, dá se z něj připravit výborný čaj. Na dálku váš zrak upoutá žlutě kvetoucí keře zlatice. Stejnou barvou kvete orsej jarní, křivatec a talovín. Jejich květy lemují cestu v hojném množství. Nelze přehlédnout modře kvetoucí druhy. Především violka vonná, modřeneček hroznatý, rozrazil rezekvítek. Jejich barva uklidňuje a pohladí. Krásné a bělostně kvetoucí sasanky hajní vytváří koberce porostu pod stromy, daří se jim právě v listnatých porostech. Svoji obyčejnou krásou si s ostatními nezádá ani sedmikráska čili chudobka. Potěší nás bílé okvětní lístky, které bývají někdy na krajích narůžovělé. Sedmikráska kvete od jara do podzimu a čaj z květů podporuje imunitu. Fialkovými květy kvete nyní popenec a hluchavka nachová. S pomalu stoupající teplotou budou kvést další květy, keře a stromy. Zkuste objevovat jejich názvy a léčivé schopnosti. Určitě jsem nejmenovala všechny, pokud máte další tipy, budu jedině ráda.



Veronika Ludvíčková

Kouzlo rčení aneb: jarní gruntování a třetí dohoda

Mám **Cíl** na mušce. Tiše zaměřuji, abych ho nevyplašila. Mířím pravým okem skrze kukátko dveří... Cíl je sousedka z protějšího bytu. Právě **zametá před svým prahem**. Jenomže /!/ ona mete „své“ smetí k mým dveřím!! Taková akurátní paní, soudružka učitelka ve výslužbě, samozvaná strážkyně pořádku v bytovce číslo popisné 2372, přísně dohlížející na to, aby

obyvatelé domu nestavěli květináč, botníček či vánoční stromek do společných prostor!

Taková pečlivá a činorodá dáma - že by neměla lopatku a smetáček? Nebo ji trápí „houser“ a nemůže se ohnout? Ne, houser to určitě není. Myslím na jiné opeřené stvoření, ale... to neřeknu. JÁ jsem přece slušně vychovaná! Anebo, nedej bože, je milá paní susedka dnes prostě poněkud...ehm...lenošná...??

Nevytvářejte si domněnky, říká Don Miguel Ruiz ve své knize Čtyři dohody. A já tady a teď vytvořila už nejmíň čtyři. Můžu ty své 4 domněnky vzít společně s balíčkem sušenek, zazvonit u jiné, mně milé a příznivě nakloněné susedky a se slovy: „ Představ si, co ta XY udělala!!!! ...začneme u kávy a sušenek **prát špinavé prádlo** /a to nejméně tři hodiny a na 90 stupňů!/

Domněnek je moc a skutečnost bývá často úplně jinde. Stane se, že se mylná domněnka donese k uchu toho, kdo byl **propírán**, a pak lituji, že jsem křivdila, **pláču nad rozlitém mlékem** a ráda bych si **to** u dotyčného nějak **vyžehlila**, což není jen tak. A nebo můžu prostě a jednoduše zvolit taktiku **mrtvého brouka**, jinak též strategii **já nic, já muzikant**, zdravít osobu, na níž jsem **si zasedla**, přeuctivě a usmívat se na ni široce.

Mám-li však svědomí, poznávám, že je třeba, abych si já sama **zametla před svým prahem**. Abych si **sáhla do svědomí** a zjistila, kolik svých nevyřešených záležitostí jsem **zametla pod koberec**, protože zajímavější bylo **praní špinavého prádla** u susedů. A když je vypráno /vyžehleno být nemusí, neboť stále více hospodyněk od žehlení upouští/ je třeba uložit prádlo do skříně, ale pak radím: POZOR na **kostlivce ve skříní!**...

Ale zpět na začátek: je pro mě opravdu tak důležité vědět, co paní susedku vedlo k tomu, aby hrnula „svou“ trošku smetí k mým dveřím? Pokud ano, pak si **vezmu k srdci** radu Dona Miguela Ruize:

"Způsob, jímž se můžeme vyvarovat vytváření domněnek, je klást otázky. Ujistěme se, že komunikace je jasná. Pokud nerozumíme, zeptejme se. Mějme odvalu klást otázky, dokud nám nebude vše jasné, jak by mělo být, a dokonce ani pak se nedomnívejme, že víme o dané situaci vše, co by se o ní dalo vědět. Jakmile uslyšíme odpověď, nebudeme nuceni vytvářet si domněnky, protože budeme znát pravdu..."

A o to jde nejen při jarním gruntování.

Vaše Jarka Baliharová

...a na co se můžete těšit?

Středa 5. 5. Hudební vystoupení na nádvoří od 10 hod.

Pátek 14. 5. Opékání na vile – hraje Jirka a Magda

Pondělí 17. 5. poník v oáze od 13,30 hod.

(akce se uskuteční za příznivého počasí 😊)



Křesťanské tradice

Oslavili jsme společně příchod jara a velikonoční svátky. Nyní máme před sebou májové dny, které spojujeme nejen poeticky s lásky časem, ale i s obdobím posledních bojů druhé světové války a osvobozením naší vlasti. Tyto dny jistě mnozí z vás mají ještě v živé paměti. My už se o této těžké době dozvídáme pouze zprostředkovaně, právě z vašeho vyprávění, z knih i z dokumentárních nebo hraných filmů.

K měsíci květnu ale v naší křesťanské tradici patří i období poněkud opomíjených Svatodušních svátků, Letnic. Povězme si něco málo o nich.

Po čtyřiceti dnech od Božího hodů velikonočního, tedy Velikonoční neděle se slaví svátek Oslavení nebo také Nanebevstoupení Páně. Letos připadá na čtvrtek 13. května. Váže se k události, kterou popisuje biblická novozákonní kniha Skutky apoštolské. Hned v její první kapitole se dozvíme, že vzkříšený Ježíš svým učedníkům přikázal, aby setrvali v Jeruzalémě a počkali na den, kdy dostanou dar Ducha svatého, aby mohli putovat po světě, zvěstovat evangelium a mocí Ducha svatého uzdravovat i konat podivuhodné a zázračné skutky. Potom Ježíš před očima svých učedníků odešel vzhůru do nebe a zmizel v oblaku. Udiveně a bezradně učedníci stáli a hleděli za ním, jak odchází. Náhle se objevili dva muži – Boží poslové v bílém rouchu, aby jim oznámili také Kristův druhý příchod na konci věků. Tato slova jsou symbolická a pro nás obestřená neproniknutelným tajemstvím. Padesát dní od velikonoční neděle v církevní tradici slavíme již zmíněné Svatodušní svátky – Boží hod svatodušní a Pondělí svatodušní. V letošním roce vycházejí na neděli a pondělí 23. - 24. května. Původ mají v židovském Svátku týdnů, Šavuot. Padesát dní po židovských Velikonocích - svátcích Pesach se přinášely do jeruzalémského chrámu první dary z úrody a slaví se zároveň i přijetí desek Zákona, tedy Tóry. Hospodin je svěruje do rukou Mojžíše na hoře Sinaj.

V křesťanské tradici je stěžejním textem pro tyto svátky vyprávění z druhé kapitoly knihy Skutků. Evangelista Lukáš, autor knihy Skutků popisuje, že se náhle strhl hukot z nebes, podobný prudkému větru, který naplnil dům, v němž se konalo velké shromáždění. Pak se ukázaly ohnivé jazyky, ty se rozdělily a na každém z přítomných jeden spočinul. Všichni byli naplněni Duchem svatým a začali ve vytržení hovořit jinými jazyky. Zbožní židé z různých

národů na světě, kteří v tu dobu trávili svátky Šavuot v Jeruzalémě užasli, protože každý z nich je slyšel hovořit ve své vlastní řeči o velikých skutcích Božích. Velice se podivovali, že jim rozumí a byli v rozpacích. Někteří se jim dokonce i vysmívali a prohlašovali je za opilce! Zastane se jich ale apoštol Petr, cituje na jejich obranu verše z proroctví Jóelova, kde se hovoří o všech těchto podivuhodných jevech.

Jak jsem už zmiňovala, se svatodušními svátky je spojeno formování prvotní církve, její další působení i dlouhá a spletitá cesta církve staletími.

Objevila jsem několik méně známých, ale pro letošní chladné jaro příhodných lidových pranostik, spojených s Letnicemi:

O Svatém duše chod' ještě v kožiše.

Po Svatém Duchu nezbavuj se kožichu.

Svatý duch přinese plný pytel much.

Prší - li o Svatém Duše, bývá po něm málo suše.

Děšť o letnicích – slunce na Boží tělo.

Na Svatého Ducha bláto – bude laciné mláto.

Prší – li na Svatého Ducha, jsou klepána žita.

Alena Tučková



Ledoví muži Pankrác, Servác, Bonifác a Žofie

Všichni známe dny v polovině května, ke kterým se váží poslední jarní mrazíky. Obvykle to bývaly dny, kdy přestávalo v ranních hodinách mrznout a byl nejvyšší čas zaset na poli. Pojdme si trochu přiblížit, kdo byli svatí Pankrác, Servác, Bonifác a Žofie.

Pankrác (12.5.)

„Ledový světec “ svatý Pankrác se narodil okolo roku 290 ve Frýgii (Malá Asie). Matka zemřela hned po jeho narození, otec o rok později. Pečoval o něj strýc Dionýsos, který s ním přesídlil do Říma. Bylo to v době, kdy císař Dioklecián veřejné přiznání ke křesťanství trestal smrtí. Mladý Pankrác se však nezalekl

a své vyznání neskrýval, byl tudíž zajat a vězněn. Pokud by se své víry vzdal, mohl

si tím zachránit život. Čtrnáctiletý Pankrác se ale nedal přesvědčit, a tak byl 12.5. roku 304 veřejně sťat. V roce 500 papež Symach postavil nad Pankrácovým hrobem kostel. Později zde byla vystavěna bazilika sv. Pankráce, jež zde stojí dodnes.



Servác (13.5.)

Druhý „ledový světec “ svatý Servác pocházel z Arménie, jeho datum narození spadá do 4. století. Pravděpodobně roku 340 se stal biskupem v Tongernu (Belgie). Patřil k nejtvrdějším odpůrcům arianismu (ariánství popíralo božství Ježíše Krista). Zemřel 13.5. roku 384 v Maastrichtu (Holandsko) na zimnici. Na světce počest se v tomto městě koná každých 7 let velká posvátná pouť. Při procesí nesou věřící ulicemi Servácovu hlavu a další ostatky.

Bonifác (14.5.)

Třetí „ledový světec “ svatý Bonifác se podle legendy narodil v Římě ve 3. století. Bohatá Římanka – křesťanka – jej poslala do Tarsu v Malé Asii (dnešní Turecko), aby tam pro ni se svými druhy vyhledával ostatky mučedníků. V Tarsu byl svědkem toho, jak jsou zde křesťané krutě a bez soucitu v celých zástupech veřejně pro víru zabíjeni. Pod vlivem hrůzných zážitků se přihlásil k víře Ježíšově. Okamžitě byl uvězněn a po krutém mučení byl vhozen do vařící se smůly. Legenda říká, že jeho zděšení přátele přinesli nakonec do Říma ostatky jen jednoho mučedníka – Bonifáce. To vše se mělo stát kolem roku 306.

Žofie (15. 5.)

Den „ledové světice“ svaté Žofie Římské. Ta se narodila ve 3.století v Římě. Stala se křesťankou a za vlády císaře Diokleciána, kdy vrcholilo pronásledování křesťanů, byla pro svou víru (asi roku 305) sťata. V roce 846 byly na příkaz papeže Sergiuse II. přeneseny její ostatky

do kostela svatého Martina di Monti v Římě a zde uloženy pod hlavní oltář. Žofie Římská je zobrazována s mečem a neckami - snad symbolika její smrti stětím - ale většinou ji můžeme spatřit s knihou a palmou. K Žofii se lidé modlili, aby se přimluvila a ochránila plodiny před pozdními mrazy a také aby podpořila růst osevu na polích. Proto se doporučuje květiny umístit ven, třeba na balkon, až po 15.květnu.

Pěkný jarní čas vám přeje

Soňa Kočí

Vzkaz Anděla

Míla Skramuská

**Dnes v noci,
anděl mé čelo pohládl
u mého lůžka dlouho stál.
Šeptal mi, ať se nebojím,
že všechno zlo vydržím.
Svou ruku na mé čelo dal
a chvíli mě takto hřál.
Ráno mne vzbudila slunce zář,
lidé si zpívali, byl krásný den.
Sestřička vstoupila s výkřikem,
vstávejte lidičky,
může se ven.**

