

HÁJEK

Listopad
2025

Naše noviny



OBSAH

■ Pozdrav

■ Kvíz

■ Program DSH

■ Zajímavosti

■ Literární dílna

■ Rozjímání

■ Povídka měsíce

■ Poradna pro vás

■ Kaleidoskop

■ Info z domova

**Srdečně vítáme nové
obyvatele, kteří
nastoupili do našeho DS.**

*Jana Ustohalová,
Alena Kinclová,
Jan Hučín,
Ludmila Hučínová*

Zpravodaj Hájek vychází
v nákladu 200 výtisků pro potřeby
obyvatel Domova seniorů
Praha 4 Háje,
K Miličovu 734 a je neprodejný.
Na vydání spolupracují:
Dominik Petrlík,
Dagmar Zavadilová, ředitelka DS,
ve spolupráci s klienty DS.

DOMOV
PRO SENIORY
HÁJE

PRA
HAGUE
PRA
GA
PRA
G

1. Který slavný americký prezident byl zastřelen 22. listopadu 1963?

- a) Abraham Lincoln
- b) Franklin D. Roosevelt
- c) John F. Kennedy

2. 7. listopadu 1867 se narodila polsko-francouzská fyzička a chemička. Jako první žena získala Nobelovu cenu.

Jak se tato významná vědkyně jmenovala?

- a) Marie Curie-Skłodowská
- b) Gerty Theresa Coriová
- c) Helen Murray Free

3. 29. listopadu 1378 zemřel český král a římský císař Karel IV. Jméno Karel přijal až při biřmování na počest svého kmotra, francouzského krále Karla. Jaké dostal při narození jméno?

- a) Přemysl
- b) Jan
- c) Václav

4. Který listopadový den slaví svůj svátek Martin a tradičně se s ním pojí první sníh?

- a) 10. listopadu
- b) 11. listopadu
- c) 13. listopadu

5. Který z těchto svátků připadá na 1. listopadu?

- a) Dušičky
- b) Den Všech svatých
- c) Halloween

6. 19. listopadu slaví svátek Alžběta. Jednou z významných nositelek byla i rakouská císařovna, česká a korunovaná uherská královna Alžběta Bavorská, která měla známou přezdívku. Jaká to byla přezdívka?

- a) Sissi
- b) odvážná matka
- c) krvavá Mary

7. 13. listopadu je den nevidomých. Braillovo písmo je systém, který používají nevidomí ke čtení. Kolik bodů má základní znak tohoto písma?

- a) 4
- b) 6
- c) 8

8. 25. listopadu 1984 byla odvysílána první epizoda seriálu Sanitka. Děj seriálu je zasazen do prostředí pražské Zdravotnické záchranné služby od roku 1956 do 70. let 20. století. Kdo ztvárnil hlavní postavu MUDr. Vojtěcha Jandery?

- a) Petr Kostka
- b) Jaromír Hanzlík
- c) Oldřich Vízner

9. Marta Kubišová (* 1. listopadu 1942) je česká zpěvačka. Dne 21. listopadu 1989, v době Sametové revoluce, zpívala na Václavském náměstí svou Modlitbu pro Martu. Na jakém místě přesně?

- a) Z budovy Melantrichu
- b) Pod pomníkem svatého Václava
- c) Ve spodní části Václavského náměstí

10. Jedna dušičková pověra říká, že když 2. listopadu prší, znamená to, že:

- a) se duše nemusí vracet zpět do očistce a mohou zůstat na zemi
- b) temné síly budou mít moc až do Vánoc
- c) duše zemřelých oplakávají své hříchy

Vážení čtenáři a luštitelé,
na otázky v červencovém kvízu
odpovědělo 10 čtenářů.

Deset správných odpovědí měli:

**Ing. Marie Černohorská,
Helena Kučerová**

Devět správných měl:

Jiří Sova

GRATULUJEME!!!

Nejvíce vás potrápila otázka č. 4.

**Důležitá informace: vyplněné kvízy
je nutné vhodit do schránky na
oddělení A0 nejpozději do 20.
v daném měsíci. Později vhozené
kvízy už nemohou být započítány
a uvedeny v časopisu Hájek, a to
z důvodu uzávěrky a tisku
časopisu.**

Zde si můžete přečíst správné
odpovědi.

SPRÁVNÉ ODPOVĚDI

1. B: koktavost
2. C: ŠVÉDSKO
3. B: Vesničko má, středisková
4. A: Mezinárodní dětský fond
neodkladné pomoci
5. A: 1. říjen
6. A: Jiří Suchý
7. A: poslední neděle v říjnu
8. C: Thomayerova nemocnice
9. B: Halloween
10. B: říjen dopeče.

5. 11. středa 10:00 hodin SÁL

DŮVĚRNÍCI

Říjnové setkání zástupců obyvatel s vedením domova.

10. 11. pondělí 9:30 – 14:30 hodin

MYSLIVECKÉ DISCIPLÍNY

Již třetím rokem jsme si pro vás připravili Myslivecký týden a jste srdečně zváni si zasoutěžit v různých disciplínách, které se budou konat v areálu domova.

11. 11. úterý 9:30 – 14:30 hodin

MYSLIVECKÉ DISCIPLÍNY

Již třetím rokem jsme si pro vás připravili Myslivecký týden a jste srdečně zváni si zasoutěžit v různých disciplínách, které se budou konat v areálu domova.

12. 11. středa 14:00 hodin sál

MYSLIVECKÝ ROK

Zveme vás na přednášku myslivce Jiřího Michalce na téma myslivecký rok.



13. 11. čtvrtek 14:00 hodin sál

MYSLIVECKÉ ZÁBAVA

Přijďte se pobavit, poslechnout si hudbu, zjistit výsledky a společně uzavřít myslivecký týden.



16. 11. neděle 15:30 hodin kaple

EKUMENICKÁ BOHOSLUŽBA PRO VĚŘÍCÍ I NEVĚŘÍCÍ

Téma: Bolesti v našem životě

Jak přijmout, nést a unést bolest, která k nám někdy přichází. Jak se vypořádat s bolestmi v našem životě v kontextu křesťanské víry.

Slovo: Matěj Pachel, nemocniční kaplan, s hudebním doprovodem

19. 11. středa 14:00 hodin sál

PŘEDNÁŠKA O PRAZE

Zveme vás na přednášku o naší krásné Praze na téma kouzlo Pražských pasáží, druhá část, kterou nám představí paní Micková.

20. 11. čtvrtek 10:00 hodin ergoterapie

BÁBOVKY

Zveme vás na oslavu listopadových narozenin.

20. 11. čtvrtek 10:00 hodin sál

PETR VELETA

Jste srdečně zváni na aktivní dopoledne spojené s poslechem hudby, pohybem a zábavou, kterým nás provede pan Petr Veleť.

23. 11. neděle 15:30 hodin kaple

EKUMENICKÁ BOHOSLUŽBA PRO VĚŘÍCÍ I NEVĚŘÍCÍ

Téma: Odpuštění a smíření mezi lidmi

Hledání a nalezení cesty k odpuštění a smíření s blízkými i vzdálenými lidmi přinese do našeho srdce potřebný klid a pokoj.

Slovo: Jaromír Pachel s hudebním doprovodem

26. 11. středa 14:00 hodin sál

HUDEBNÍ KLUB

Zveme vás na povídání o českém populárním zpěvákovi Petru Mukovi.



28. 11. pátek 10:00 SÁL

CIRKUS SENIOR

Přijďte se pobavit, potrápit, potrénovat, a hlavně potěšit s našim cirkusovým

Představení nových psychologů



Jmenuji se Vašek Koutecký a jsem novým psychologem v našem domově na Hájích. Možná jsme se už potkali, možná ještě ne – ale rád bych se vám touto cestou trochu více přiblížil a představil.

Pocházím ze severu, konkrétně z města jménem Rumburk s tím, že teď již několik let žiju v Praze, kde jsem moc spokojený. Psychologii jsem studoval na Karlově univerzitě

v Praze. Do tohoto oboru jsem ale směřoval již dlouhou dobu předtím. Vyrůstal jsem totiž v prostředí pomáhajících profesí a měl tak možnost už od malička takříkajíc nahlédnout „pod pokličku“. Moje maminka byla zdravotní sestrou, a kromě nemocnice, kde jsme s ní trávili s mým bratrem dvojčetem spoustu času, také dlouhá léta pracovala právě v domově pro seniory. I díky ní mám tak k práci se seniory blízko a přirostla mi k srdci.

Kromě studia a různých kurzů také aktuálně procházím psychoterapeutickým výcvikem v Českém institutu PCA v Brně. Tento směr – Poradenství a psychoterapie zaměřená na klienta podle Carla R. Rogerse – je mi velmi blízký nejen jako přístup v práci, ale i jako životní filosofie.

Díky němu věřím, že každý člověk má v sobě schopnost růst, pokud mu k tomu vytvoříme dostatečně dobré podmínky. Mimo svůj profesní život je pro mě také opravdu důležitý volný čas, kdy rád vyrážím do přírody, vařím, chodím po horách, hraju na klavír, cvičím, a hlavně trávím čas se svými blízkými a rodinou – ti jsou pro mě totiž tou největší oporou. Rád bych, abyste věděli, že se na mě můžete kdykoli obrátit. Jsem tu pro vás, ať už budete potřebovat podporu, porozumění nebo si jen tak popovídat či se o něčem poradit.

Těším se, až se společně více poznáme a věřím, že najdeme cestu, jak si být blíž a jak tu být jeden pro druhého. Než se s vámi v tomto příspěvku rozloučím, tak bych se s vámi rád podělil o svůj oblíbený citát od Ralpha W. Emersona:

„Být sám sebou ve světě, který se vás neustále snaží udělat někým jiným, je ten největší úspěch.“

Milí čtenáři,

těší mě, že se m o h u s t á t součástí týmu psychologů a podělit se s vámi pár slovy o sobě.

Vystudovala jsem magisterský obor psychologie



v Praze. Zájem o porozumění lidské duši mě provází od dětství – už na střední škole jsem pochopila, že můj svět bude spíše o lidech než o číslech.

Z lidských příběhů, ať už radostných či bolestných, čerpám inspiraci, pokoru i sílu. Důvěru, s níž se se mnou dělíte o své životní zkušenosti, vnímám jako moment lidského setkání i jako závazek.

V současnosti se dále odborně rozvíjím v psychoanalytickém směru. K mým zálibám patří umění a sport, od krasobruslení přes skateboarding až po golf, který mě v poslední době poměrně okouznil.

Energii čerpám z pobytu v přírodě, od zvířat i z cestování. Nějaký čas jsem prožila v Anglii a Austrálii, kam jsem vyrazila „na zkušenou“. S odstupem ale mohu říct, že doma je doma – a těší mě, že mohu být součástí i tohoto *Domova*.

Těším se na naše setkávání, ať už při rozhovorech, společných aktivitách nebo třeba procházkách.

Adéla Růžicková

Výstava ukázala zručnost klientů

Ptali jsme se v minulém čísle našeho časopisu: „Co bude dál?“. Už to víme. Náš sen se stal skutečností a my jsme si oddechli. Dalo nám to sice spoustu práce, ale vyplatilo se. Klienti se nadchli. Aspoň někteří. Exponáty se jen hrnuly a bylo z čeho vybírat. Vernisáž se také povedla, úvodní slovo měla paní ředitelka a velmi kladně hodnotila výsledek. I příběh našeho ježka jsme uzavřeli. Dostal mandalu, „keramický portrét“ a je maskotem našeho domova. Ale všechno jednou končí. I naše výstava. Byla úspěšná a přispěla k našim dobrým úmyslům pro příští čas? K tomu se vyjádří vedení a návštěvníci.

Dagmar Zavadilová, ředitelka: „V našem domově probíhal i letos Den otevřených dveří, v jehož rámci jsme chtěli nabídnout možnost návštěvy a prohlídky všem potenciálním žadatelům i jejich rodinám. Součástí programu bývá tradičně video prezentace, exkurze po domově, kulturní vystoupení a drobné pohoštění s možností posezení v kavárně. Letos byl program rozšířen o výstavu výrobků a ručních a literárních prací našich klientů. S nápadem uspořádat přehlídku z kreativních dílen přišla paní Věra Ličmanová, klientka našeho domova. Výstava se setkala s velmi pozitivní odezvou – byla nejen ukázkou tvořivosti a zručnosti klientů, ale i důkazem úspěšného vedení volnočasových aktivit pracovníky aktivizace.

Tímto bych rada srdečně poděkovala paní Věře Ličmanové za její iniciativu a spolupráci na šíření dobrého jména domova. Stejně tak patří dík všem členům výtvarných dílen a kolegům, kteří se na přípravě Dne otevřených dveří podíleli.”

Vedoucí aktivizace: „Byla to velmi zajímavá zkušenost zhotovit projekt této velikosti. Díky tomuto kroku jsme i přiblížili více klientům našeho domova možnosti našich volnočasových aktivit a také si mohli prohlédnout již hotové výrobky, které by sami mohli tvořit. Celkově byla výstava úspěšná od samotných příprav, až po oficiální zahájení za doprovodu lidové harfy slečny Alžběty Trojanové.“

Atady jsou názor návštěvníku:

Moc hezké a podnětné.

Snad v sobě jednou najdu sílu a zkusím něco podobného.

Jen tak dál, připravte zase něco.



Díky všem, realizační tým.

Ystad
Švédsko

Ystad je město v okrese Ystad v jižním švédském regionu Skåne na pobřeží Baltského moře. Region Skåne náležel až do roku 1658 Dánsku, ale na základě podepsání tzv. roskildekého míru připadl Švédsku. Město Ystad je hlavním městem stejnojmenného okresu. Pro svůj významný a početný soubor cihlových staveb, zčásti památek gotické architektury, byl Ystad zařazen mezi města na Evropské cestě cihlové gotiky. První písemná zmínka o městě pochází z dánského jazyka z roku 1244, ale oblast byla osídlena již dříve. Dánský název v Lundských análech zněl „Viistatha“. V roce 1285 byl poprvé zapsán název „Ystath“.

Podle některých interpretací „Y“ odkazuje na církevní vesnici Öja, 3,5 km severovýchodně od města, jejíž pláže do města zasahují. Jiný výklad „Y“ zaměňuje s „I“ ve smyslu „Isas stad“. je vykládají jako název pro tis. Předpona „Ly“ může odkazovat na skutečnost, že námořníci hledali v zátocě úkryt před ostrým větrem. Nejpravděpodobnější nový výklad je založen na zápisu z roku 1244 s předponou „Vi“, Vi bylo vikingské obětní místo, často situované poblíž pobřeží. V 17. století se název Ysted v dánštině psal Ystedh nebo Ystæd a ve švédštině Ystad.





Literární dílna

Podzim s novým přítelem

Karel Pešťák

Podzim na mě vždy působí. Mám rád chladnější rána. Zvláštní vůni lesa. Stromy mají pěkné barevné listy. Dozrávají různé plody. Rostou houby. Příroda se mění. Svádí k romantickému snění. Já snílek jsem.

V tomto čase jsem složil zkoušku pro lesní ochrannou a technickou službu.

Přišel čas, abych nastoupil do prvního zaměstnání.

Podnik mě přidělil k Lesnímu závodu Červený Hrádek.

Měl jsem nastoupit jako lesník. Hájovna, která patřila k lesnickému úseku, byla na Červeném Hrádku v polesí Park v severních Čechách.

Měl jsem smůlu. Lesník, který byl přede mnou, se nechtěl vystěhovat. Udával různé důvody, mimo jiné i zdravotní. Tak tam chtěl bydlet ještě pár měsíců. Protáhlo se to na několik roků. Měl jsem smůlu. Můj sen se začal hroutit.

Byl jsem vyučen jako lesní těžbař. Mechanizace a těžba dřeva. Na lesním závodě mi bylo nabídnuto místo manipulačního a expedičního mistra. Bylo mi necelých sedmnáct let.

Pracoviště v blízkosti vlakového nádraží. Na pracovišti tři lidé ve stálém pracovním poměru. Dalších deset střídavě a až patnáct brigádníků. Vesměs starších o deset i více let než já. Nebylo to lehké. Místo pěkné hájovny byt. Byl to majetek státních lesů. V bytě jsem byl sám. Bylo mi smutno. Nejdříve učiliště, škola, parta a kamarádi. Nyní sám v místnosti. Neznámé prostředí. Často jsem po práci seděl na posteli a přemýšlel, co mám dělat.

Jednou k večeru sedím na posteli a slyším nějaký šramot. Sluch a zrak mě nasměřují ke skříni. Tam sedí malá myška. Počkej ty potvůrko, ty mě dlouho otravovat nebudeš. Koupím si na tebe pastičku a bude s tebou amen.

Paní myška někam zaběhla za skříň. Byl klid. V práci jsem na ni zapomněl. Měl jsem dost starostí. Pro dělníky jsem byl usmrkaný kluk. Často nechtěli mé příkazy respektovat. Na jídlo chodili do hospody. Někdy se do práce ani nevrátili.

Naštvaný jsme se vrátil do svého bytu. Otevřu dveře a vzpomenu na myšku. Tu pastičku jsem nekoupil. Sedím a čekám, zda se objeví. V ruce jsem držel koště. Jak vyleze, tak ji seknu.

Vylezla, pomaličku, opatrně. Opustila úkryt. Já ani nedýchám. Připraven s koštětem. Vylezla více do prostoru. Byla docela pěkná. Jen ouško natržené a jedna pacička divně pokroucená. Tak ty jsi pastičku asi okusila. Ty chudinko. Moje vražedné úmysly mě opustily.



Protože jsem byl celé večery sám, tak mě soužití s myškou začalo bavit. Dal jsem jí ke skříni něco dobrého. Ona vylezla. Nebyla ani moc plachá. Já ji zdravil: „Ahoj, čumáčku. Jak se máš?“ To trvalo skoro do konce listopadu.

Pak se přestala objevovat. Já odtáhl skříň. Ucpal díрку v rohu podlahy. Vzpomněl na kamarádku a popřál dlouhý život.

Nezůstal jsem dlouho sám. Objevil jsem na tanečních čajích místo myšky kočičku.

Té jsem neřikal čumáčku, ale miláčku.

Čas utíkal jako voda. V práci se začalo dařit. Ani jsem se nenadál, rukoval jsem na vojnu. Pak se vrátil k lesnímu závodu. Oženil jsem se. Mám vnoučata i pravnučku. Vzpomínám i sním. Byl to krásný život.

Když nemohu spát

Karel Pešťák

Jedna hodina v noci. Co dělat? Televize vypnuta. Manželka spí. Nebudu rušit. Budu vzpomínat.

Končil jsem základní vojenskou službu. Stříhání metru bylo dokončeno. Hurá civil. Vrátil jsem se pracovat k lesnímu závodu Červený Hrádek. Byl na úpatí Krušných hor.

Za ty dva roky došlo k velkým změnám. Ředitel, který byl lesní inženýr, šel do důchodu.

Nový nebyl lesák. Byl povoláním pekař. Byl také inženýr. Vystudoval na to za jeden rok.

Nechal si narůst dlouhé vousy. Snad aby vypadal důležitě. Stejně toho moc o lese neznal.

Často dělal inspekce. Na polesí i technických úsecích. Kontrola netrvala dlouho. Jen do času, kdy otevřela první hospoda. Ve funkci ředitele nebyl dlouho. Byl odvolán. Snad se vrátil do některé pekárny.

Čas se pomalu vleče. Do rána daleko. Co nadělám. Nic. Hledím do stropu. Vzpomínám na své zážitky. Nebylo jich málo. Někdy veselé. Někdy poučné.

V době, když jsem dělal lesníka, tedy hajného, byl každý den jiný. Můj lesnický úsek měl jméno Park. Byl to rozsáhlý prostor v okolí zámku. Byl zde jehličnatý i listnatý les.

Louky i paseky. I čtyři rybníky plné ryb. Tady se dřevo moc netěžilo. Nějaká souška.

Někdy polámaný nebo vyvrácený strom.

Hlavním úkolem byla pěstební činnost. Tu vykonávaly převážně ženy. Bylo jich celkem osm. Není to moc. Někdy jich byl plný les. Tady jsem prožil ta nejlepší léta. Desítky zážitků i příběhů.

Měl jsem v úseku dvě lesní školky. Tam se pěstovaly malé školky. V každé školce čtyři ženy. Docházel jsem tam denně. Když jsem se u některé zdržel déle, nebo naopak, to bylo řečí. Někdy se pomlouvaly, nebo hádaly. Musel jsem si dávat pozor, abych někomu nestránil. Byl jsem chlap. Tam, kde byly ty mladší, jsem se zdržoval déle.

Do školek nebo na pracoviště jsem většinou přicházel ze stejné strany a ve stejný čas. Jednou, bylo to v létě, ženy ožínaly malé stromky na pasece u lesa. Již ráno bylo vedro. Nepůjdu po cestě. Půjdu lesem.

Příjemný chládek. Slyším, že si ženy něco vyprávějí. Málem jsem vyšel z lesa na paseku.

Stop. Brzdi. V záři slunce ožínají trávu u malých stromků. To by bylo dobře. Ony však v tom vedru byly nahoře bez. Byla to krása.

Hlavou mi probleskl obraz Paridův soud. Měl rozhodnout, která je nejkrásnější. Byly tři. Já to měl horší, byly čtyři. Za pár minut jsem měl jasno. Z úkrytu lesa jsem nevystoupil. Druhý den se zvědavě ptaly: „Kde jste byl hajný?“ Tak jsem jim odpověděl: „Dámy, těžká situace. Těžká záležitost. Měl jsem na vybrání čtyři možnosti.

Nebylo to lehké. Trvalo to několik minut. Hodnotil ze všech stran.

Korunou jsem házet nemusel. Co jsem viděl, to jsem viděl.

Jsem si jistý, že jsem vybral správně.“

Byl jsem spokojený. Ještě v noci se mi o tom zdálo.



Někdy nebylo v lese do smíchu

Karel Pešťák

Při slově dřevorubec nebo drvoštěp se mnoho lidí představí zdatného muže s rukama jako lopaty, který voní lesem a smolou. Nejsou daleko od pravda. Dnes se takovým chlapíkům říká v oboru lesní těžaři.

Já znal ženu, která pracovala se svým manželem v těžební činnosti. On byl bývalý boxer. Jmenoval se Mirek. Chlap jako hora. Měl obrovitou sílu a výdrž. Ona se jmenovala Jiřina. Pohledná žena středních let. Byla tajemná jako leknín v hluboké vodě.

Káceli spolu v zámeckém parku jasan, který byl poškozený po zásahu bleskem. Ruční motorová pila se zasekla. Mirek se snaží ze všech sil, co má, pilu vyprostit. Nedaří se. Jiřina vzala klín a palici. Zasunula klín do zářezu. Jedna rána palicí a strom jasan se kácí k zemi.

V tom okamžiku se snaží Mirek pilu z řezu vyprostit. Motor pracuje a řezací řetěz je v pohybu. Jak s pilou cukne, pila mu vyletí z ruky. Jiřina stojí u pařezu v mírném předklonu. Padající pila ji zasáhne na zadní části těla. Bolestivý křik. Padá na zem vedle poraženého stromu.

Sanitka, lékař, ošetření zranění a odvoz do nemocnice. Vyšetřování, protokol o úraze. Paní Jiřina zůstává v péči lékařů delší dobu.

Po dvou měsících ji potkávám, jak se prochází v zámeckém parku, jak se prochází. Pěkně ji pozdravím. „Tak, jak se vede, paní Jiřinko? Je to dobré?“

Podívá se na mě. Zvedla sukni, stáhla kalhotky. „Tak se podívej hajnej. Líbí se vám to?“ „Moc ne.“ Dříve se jí přes vypnuté montérky rýsovaly dvě půlky pěkného zadečku. Dnes zadek na čtyři čtvrtky a zarudlá jizva.

Paní Jiřinka již v těžbě dřeva nepracovala. Uplatnění našla v zámecké oboře. Tam se páslo několik jelenů, daňků i muflonů. Spolu jsme se setkali na mysliveckém bále. Požádal jsem ji o taneček. Usmála se. Tančila jako víla.

„Byla jsem na plastice. Povedlo se to. Ukazovat vám to nebudu.“ Jednou to stačilo. Škoda. Mohlo to být zajímavé.



Milí čtenáři,

v naší kapli jsme nedávno vytvořili pietní místo, které slouží k vzpomínce na obyvatele, již nás opustili. Toto místo nabízí klidné prostředí pro osobní zastavení a zamyšlení. Na pietním místě je umístěna vzpomínková kniha, do které může každý z našich klientů, zaměstnanců a návštěvníků zapsat své osobní vzkazy těm, kteří nás opustili. Kniha se stává jakýmsi společným památníkem, kde se setkávají slova úcty, vděku a lásky. Svou vzpomínku můžete vyjádřit také rozsvícením svíčky, které jsou v kapli k tomuto účelu přichystány. Svíčky jsou z bezpečnostních důvodů elektrické. Děkujeme.

Drazí přátelé,
člověk má sedm společníků: hlad, žízeň, teplo, zimu, únavu, nemoc a smrt. V naší zemi jsou z velké části vyřešeny první čtyři z těch špatných společníků. Únava, nemoc jsou stále lidským problémem, i když pokrok medicíny s nimi bojuje. Ale poslední zůstává celý, absolutní, univerzální. Člověk si klade důležitou otázku; jaký smysl má můj život, a co přijde, až opustí tento svět. Jedinou správnou odpověď nám dává Ježíš. On je světlo života, naděje pro každého člověka. On i nám říká: „Já jsem světlo světa, kdo mě následuje, nebude chodit ve tmě, ale bude mít světlo života.“ Světlo nám ukazuje cíl, světlo nám dává naději, světlo nám otvírá budoucnost. A přesto kolem nás chodí někteří lidé, kteří se s tímto Ježíšem nechťejí vůbec setkat, slyšet jeho slova dobra a lásky. Často, ani nevíme, proč to dělají, proč před sebe stavějí nějakou bariéru.

A přitom jim život utíká, teče jako voda v řece dál a dál... Možná si ve své mysli vybudovali nějaké údolí, nějakou propast. A teď nevědí, jak se dostat na druhou stranu, chybí jim most odpuštění, dobra a lásky. Na světě je mnoho mostů. Doprava v hornatých nebo na vodní toky bohatých oblastech by byla nemyslitelná bez mostů, které vytvářejí spojení. – Jedno mají všechny mosty společné. Tvoří přechod přes údolí, vodní tok nebo roklí, ať už je malá nebo velká. Největší propast je duchovního růstu, v psychické oblasti jak mezi lidmi, tak i ve vztahu člověka s Bohem. Jak často ten náš život utíká, rychle dopředu, tak se naše propast prohlubuje. Možná, že se nám zdá, že nemá ani žádné řešení. A tak si v tomto stavu zvykneme, a tak den co den život ubíhá.

A přitom Bůh se postaral o dobře únosný most. A tím úžasným mostem je Ježíš Kristus. On vytvořil svou smrtí na kříži možnost, aby všichni lidé mohli přijít k Bohu. Každý je zván, aby se vydal přes most, aby přijal Boha do svého života. Nikdo není vyloučen! I kdyby celý svůj život byl Bohu vzdálen. I kdyby jeho život byl jakkoliv složitý, komplikovaný. Vždycky je nějaké kladné řešení. Ale nikomu by nepomohlo, kdyby zůstal stát před tímto mostem anebo kdyby filosofoval o tom, jak je ten most krásný a dobrý. Člověk musí „přes most přejít“! Musíme svůj život svěřit Kristu.

On nás vede k Bohu. Bůh miluje každého člověka, Bůh trpělivě čeká na naši odpověď, na naše rozhodnutí. A my musíme jen chtít a jít – a je jedno, kdo jsme a jaká byla naše minulost. Jiná cesta, jiný most k Bohu není. Dnes je mnoho lidí, kteří tvrdí, že Bůh není; a nikdo jim to nemůže zakázat, aby to říkali.

Ale skutečně důležité je, zda to je pravda. Naše právo vyjádřit své osobní přesvědčení a právo na svobodu projevu nás neochrání od omylů. A je tomu stále, člověk je často mylně informován. Tak to zažíval v první křesťanské době i apoštol Pavel, jeden z prvních hlasatelů evangelia o Ježíši Kristu.

On vybízí tehdejší lid: „Smiřte se s Bohem.“ I on nemohl dělat víc, než prosit. I my máme prosit za lidi kolem nás, i nám Ježíš sděluje: Proste, a bude vám dáno... Modlitba má obrovskou sílu. Modlitba je největší náboj, náboj vysokého kalibru. Nikdo nemůže druhého přinutit, aby do svého života přijal Boha, Ježíše Krista. Ale může lidem kolem sebe nabídnout Ježíše Krista. Můžeme stále, vytrvale modlit se za druhé, za svou rodinu. Vodu pijeme ze sklenice, obdivujeme ji v moři, používáme ji k vaření těšíme se z ní, když se myjeme, čistíme své tělo. Lidé zoufale toužili po vodě zvláště tam, kde je horko, kde je nedostatek vody. Bible tak často používá vodu jako symbol požehnání. Voda osvěžuje, voda je důležitým prostředkem, při křtu, když jsme se stali, a nebo někteří ještě stanou, křesťany. Voda při křtu nám dává život, život věčný. Ve svátek stánků v Jeruzalémě Ježíš zvolal: Žízní-li někdo, ať přijde ke mně a pije. A my tak často žízníme po lásce, po dobrém slovu... A to nám může dát jen Ježíš Kristus. A kdo věří ve mne, řeky živé vody potečou z jeho nitra! A užitek z toho bude mít i naše okolí, lidé kolem nás.

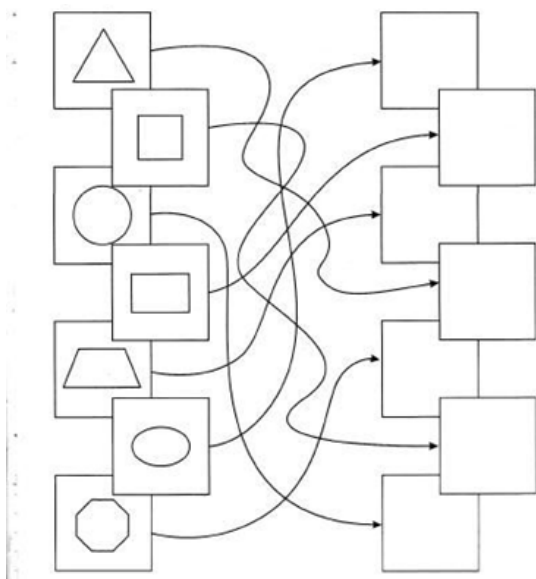
Váš jáhen Pavel Urban

Rozloučili jsme se:

Ing. Marie Černožorská, Květoslava Podroužková, Věnceslava Svobodová



1. SKRZE ČÁRY NAJDĚTE SPRÁVNOU CESTU K JEDNOTLIVÝM POLÍČKŮM. DO PRÁZDNÉHO POLE VŽDY NAKRESLETE STEJNÝ TVAR.



2. NĚKOLIKRÁT SI PŘEČTĚTE A SNAŽTE SE ZAPAMATOVAT NÁSLEDUJÍCÍ NÁKUPNÍ SEZNAM. POTÉ HO PŘIKREJTE A SNAŽTE SE VYJMENOVAT JEDNOTLIVÉ POLOŽKY.

1 kg vepřové kýty
12 rohlíků
0,5 kg brambor
cibule
banány
toaletní papír



3. SLOVNÍ ÚLOHA - Dědeček měnil, až vyměnil. Za koně dostal 2 krávy. Za každou krávu dostal dvě ovce. Za každou ovci dostal tři kohouty. Za každého kohouta dostal 4 dukáty. Kolik dukátů přinesl domů?

4. SLOVESO V INFINITIVU PONECHTE VE STEJNÉM TVARU, POUZE PŘIDEJTE VŽDY PODSTATNÉ JMÉNO VE 4. PÁDĚ (KOHO/CO), ABY VZNIKLÉ SPOJENÍ DÁVALO SMYSL. PŘ. VAŘIT – brambory, oběd, svíčkovou...

VYHODIT –
UPÉCT –
OPRAVIT –
ČÍST –
KRÁJET –
ŠETŘIT –

ZASADIT –
PRÁT –
UTÁHNOUT –
UMÝT –
DOKONČIT –
KRESLIT –

5. PŘÍŘAĎTE KE SLOVŮM PODŘAZENÝM (LEVÝ SLOUPEC) SLOVA NADŘAZENÁ (SLOVA V PRAVÉM SLOUPCI).

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1. Dunaj | a) hmyz |
| 2. jaro | b) nábytek |
| 3. krajta | c) povolání |
| 4. křeslo | d) květina |
| 5. leden | e) zvíře |
| 6. lékárník | f) příbor |
| 7. náhrdelník | g) roční období |
| 8. sedmikráska | h) rostlina |
| 9. Španělsko | i) had |
| 10. vážka | j) stát |
| 11. vidlička | k) řeka |
| 12. bříza | l) šperk |
| 13. kukačka | m) strom |
| 14. špenát | n) měsíc |

6. NAPIŠTE CO NEJVÍCE:

VĚCÍ, KTERÉ SE VYRÁBÍ Z PAPÍRU:

ČINNOSTÍ, KTERÉ JSOU NEBEZPEČNÉ:

PŘÍDAVNÝCH JMÉN, KTERÉ VYJADŘUJÍ VLASTNOST

ČLOVĚKA:



Nutriční poradna

Proč znovu objevit tuřín, mangold nebo pohanku?

Mangold, tuřín nebo kdoule... Že jste o nich jen slyšeli, ale ani nevíte, jak vypadají, natož chutnají? Máme pro vás hned několik důvodů, proč byste se po nich měli poohlédnout!



Tuřín

Zdravý, chutný a levný – takový je tuřín. Chutí připomíná kedluben. Je skvělý pro vysoký obsah vitaminů A a C, vápníku, draslíku a vlákniny. Je dobře stravitelný,

působí hojivě a prospívá zažívacímu ústrojí, je vhodný proti osteoporóze nebo při léčbě zlomenin. Obsahuje silné antioxidanty s protirakovinnými účinky. V kuchyni ho můžete spotřebovat celý: listy připravte jako špenát, bulvy můžete jíst syrové, nastrohané do salátů, použít do polévky, do směsi s masem, ale klidně i jako hranolky, zapečené, připravené jako zelí... Lze je i nakládat nakyselo.

Kdoule

Kdouloň je stromek nebo keř, ale i velký rozložitý strom. Našli byste ji v obyčejné zahradě, stejně jako v zámecké či klášterní – pěstuje se u nás od středověku. Plody kdoule se podobají jablku či hrušce a v syrovém stavu jsou nepoživatelné. Pro svou citrusově-vanilkovou vůni se dávaly do šatníků a prádelníků jako vonítka. Kdoule mají vůni i chuť dávných časů.

Jáhly

Jáhly jsou vyloupaná semena prosa, jsou dobře stravitelná a bez lepku. Obsahují velké množství minerálů, jako jsou draslík, hořčík, fosfor, železo a mnoho dalších. Dále obsahují vitamin skupiny B a vlákninu. Tradiční čínská medicína je řadí mezi potraviny, které zahřívají, a naše prababičky využívaly odvar z neloupaného prosa k očištění organismu a k vyvolání pocení. Před vařením jáhly propláchněte horkou vodou, zbavíte je tak hořkosti. I jáhly lze upravit jako sladké či slané jídlo. Asi nejznámější je jahelník, ale vyzkoušet lze i jáhlové šišky s perníkem anebo jáhly s křupavou slaninou.

Mangold

Mangold se podobá špenátu a je příbuzný s řepou. Mladé křehké listy se hodí do salátů, čepele listů zpracujte na špenát a silné stonky můžete dusit nebo vařit a užívají se i jako alternativa chřestu. Mangold obsahuje sodík, draslík a vitaminy A, D a skupiny B. Pomůže vám udržet zdravé zuby, nehty, kosti a pokožku.



Pohanka

Pohanka je přirozeně bezlepková, takže se hodí pro celiaky. Koupíte ji jako krupky, lámanku nebo mouku. Obsahuje cenné látky – hlavně zinek, železo, fosfor, měď, mangan, draslík či vitaminy B1, B2 a E, niacin a rutin. Díky nim pohanka chrání srdce, snižuje riziko mrtvice, uklidňuje trávení, pomáhá udržet zdravá játra a mírní problémy s křečovými žilami. Pohanku stačí zalít vroucí vodou a nechat nabobtnat. Vařit ji lze také, ale přijdete o část cenných látek. Upravuje se nasladko i naslano.

Karel Čapek

Kalendář

PODZIMNÍ

Jsou ještě dny zlaté a modré; neboť nic na světě není zlatějšího než listopadové slunce. Avšak pravá hodinka listopadová, to není úsvit zastřený mlhou ani zlaté poledne, nýbrž soumrak. Soumrak vonící bramborovou natí, pochládlé šero, které na tebe studeně sáhne, zlodějská tma, ve které se zavrtí vzdálené světlo nějakého lidského okénka. Domů, domů! Jak pěkné jsou stěny, lampa, lenoška a knížka! Teprve v těchto dlouhých hodinách tmy pozoruješ zvláštní slávu a dokonalost lidských příbytků: že září.

* * *

Avšak jsou také černé hodinky, jiný z darů podzimku. Ona ta tma přijde tak rychle, že si jí člověk zprvu ani nevšimne; a pak už je v ní uložen jako v nějaké tlumené a husté hmotě, ve které se všechno zpomalí, i sám čas. I počnou lidé žít a mluvit pomaleji; nemyslí na to, aby uhonili nějaký prospěch, provedli nějaký hbitý úskok nebo skočili někomu v týl. Spočívají jako opoutáni a slova, která si povídají, jsou jaksi vnitřnější a měkčí než to, co říkají pod kontrolou světla. Myslím, že radí-li se vrazi nebo zrádcové mezi čtyřmi stěnami, rozsvítí si k tomu. Zvlášť ďábelské úmysly pak vznikají, odeberou-li se lidé ze světla do tmy, aby se v ní ukryli. Avšak tma černé hodinky není jako maska, za kterou se člověk skrývá, nýbrž jako mech, který na něm narůstá. Je to, abych tak řekl, přímo mech věčnosti, neboť věčnost je temná. Proto lidé o černé hodině hovoří o věcech vážných a vnitřních. Myslím, že by například ministerská rada měla občas držet černou hodinku; měla by zasedat v rostoucím šeru, ve kterém by žhnulo jen několik cigár. Jeden ministr po druhém by upadal v tichou zádumčivost. „Mládenci,“ ozval by se pan předseda měkce, „mně je vám někdy ouzko z toho politikaření. Víte, kdybychom si nikdy nelhali a vždycky si řekli, co vlastně chceme...“ „No ba,“ vzdychl by jiný ministr. „Já si tak někdy myslím, že vládnout je zatracená povinnost. To člověka strašně zavazuje. Kdyby to tak nějak šlo... beze všech klíčků a hejblů... aby byl člověk jako ze skla...“ „Taky to říkám,“ děl by třetí. „Co by se všechno dalo udělat, kdybychom si navzájem věřili!“ „No jo,“ řekl by čtvrtý, „ale politika je neřád. Kdybychom mysleli víc na svou zatracenou povinnost nežli na politiku.“

„Tak co,“ zeptal by se pan předseda, „mám už rozsvítit?“

„Ještě ne; vždyť se nám tady tak dobře sedí!“

* * *

To je pravda, když takový uhelný vůz rachotí po ulici, může se člověk zbláznit. Nic neřinčí a nelomozí tak strašlivě jako uhelné vozy; snad se dělají z nějakých zvučných dřev jako negerské bubny. Polovina městských psychóz pochází jistě z řinčení uhelných vozů. Chodec s vražednou nenávistí měří kočího, který nemá nikterak naspěch, a dvě babky, jež se natrásají nahoře na nákladu uhlí, a hledí uniknout té řinčící potvoře buď napřed, nebo vzadu, nebo za nejbližším rohem, ovšem marně; neboť ať se vrtne kamkoliv, octne se v akčním rádiu jiného uhelného vozu s kočím i babkami.

Tato divoká nenávist však městského člověka rázem opustí, když sám čeká vůz s uhlím na zimu. V tomto případě se mu zdá, že vůz řinčí triumfálně a právem rachotí honose se svou těžkou naložeností; i babky nahoře poskakují jaksi radostně, jako by je ten drtivý lomoz rozjařoval. A pak ti vůz zastaví u vrat, koně dostanou na huby pytlíky s ovsem a kořenitě páchnou, babky slezou a nastaví své nůše vyčalouněné pytlavinou, kočí si mistrně odplivne a nabere uhlí širokou zvonivou lopatou, a už ti rachotí a bubnuje uhlí do sklepa, čpí to uhelným prachem jako v dolech, ale zaplať pánbůh, je toho hromada, s tímhle stačím až do jara, a je to uhlí, panečku, černé a lesklé jako smůla.

Ale až půjdeš zítra po ulici, budeš s vražednou nenávistí měřit řinčící uhelné vozy, budeš před nimi prchat sténaje a klna, že se takový lomoz na ulicích trpí a že by se to mělo nějak zakázat a basta.

Lidové noviny 28. 11. 1926



Pokračování na straně 14

PODZIMNÍ DNY



Tedy tohle dovede jenom podzim: aby jeden den byl celý zlatý sluncem a čistý jako ze škatulky a zářivý až do nachového západu; a druhý den aby se urodil tmavý a ucouraný pluhavým deštěm, samá mlha, samá sychravost, samý soumrak od božího rána. Takové zlaté a černé dny má jenom pozdní podzim. Ještě maličko, a bude tu už nové slunce; bude se den za dnem silněji zavrtávat do hlubin noci, den za dnem se šíř rozkročí nad širou a studenou zemí. Ale teď ještě je to naše staré slunce, zralé zralostí všeho, co jsme poznali i sklídili; ještě dožíváme svůj starý rok.

* * *

Ne, to dělá jenom ta tma, že se nám zdá podzimek tak smutný a těžký jako příklop; to dělá ta tma, která se na nás denně valí jako rostoucí černá voda. Stojíme na břehu noci a děláme si znamínko: ještě stoupla; ještě pohltila tenhle proužek bílého dne; ještě o kousek překročila demarkační čáru včerejška. Tak už dost, už dost; už je tak maličko toho světla, které nám zbývá! Už je dost té tmy, dost ústupu, dost toho smutku; není-li načase začít z jiného soudku? Ne, ještě ne; ještě nejsme na dně noci, na dně temnot; ještě se musíme spokojit s lampičkou noční a obracet stránky toho, co bylo. Nebuď netrpělivý; vždyť už je připravena neviditelná hranice slunovratu. Nic velkého se nestane; žádná rána z děla, žádný ohňostroj, žádná vlajkosláva neohlásí tu přesnou hodinu; bude se podobat kterékoliv jiné hodině, která teď uplývá, ale už to tu bude; jen o píd' světla víc, a už se to nedá ničím zadržet. Chválabohu, my lidé nejsme dnešní a víme, jak to v našem vesmíru chodí dokola.

* * *

A je před námi ještě jedno znamení, jako záložka v rodinné knize: Vánoce. Vlastně jimi se uzavírá koloběh roku; jimi se dovršuje zralost podzimu. Návrat domů. Svátek domova. Hvězda domácích. Dlouhý a těžký je rok, a bůhví co se v něm někdy nahrne osudů a ztrát a dobrodružství; ale na konci všeho je ten návrat domů, to posvěcení domova. Vejdi pod střechu svou, neboť rok se nachýlil.

* * *

Ať prší, ať prší; ať namoknou oranice a rozblátí se cesty; ať zalézá mráz za nehty a šedivý mráz lehne na trávu: všechno je zkouška a příprava. Ať je to cesta rokem, nebo cesta dějinami: musejí se snést

snést i ty horší a temné dny. Pravdaže jsme zimomřiví po světle; ale ještě nám zbývá lampa domácí; i při ní je vidět daleko dopředu. Rozsvíťme všechny své lampy, aby lidé ze tmy našli cestu domů. Přišel čas temnot; nezhášejte žádné ze světel našeho domova. Byl by to hřích.

Dlouhý a těžký je rok, ale je moudře stavěn; ať se uzavírá nocí a nepohodou – i to je k něčemu dobré. Abychom lépe a jistotněji objevili svůj vlastní dům.

Lidové noviny 11. 12. 1938

LISTOPAD



Ještě se nemůže říkat, že rok se končí; například venku, na polích a mezích, je ještě převelmi živo; kdekerá kozička a kravka se honem vypásá, než ji zaženou do jejího chléva, aby tam představovala betlémské jesle; ještě pokvětají slzičky Panny Marie, zlatě se třpytí starček a zamane si kvést plazivá mochna. Co se půdy týče, ta pracuje na celé kolo; je zrytá, zoraná a zvláčená, a teď tedy přijímá vláhu i vzduch, voní a větrá, dýše a potichu se rozpadá v kyprou ornici. Ještě mokvá v lese hřib, křehnou žluté lišky a kreslí čarodějné kola bělavá houba, které nemohou přijít na jméno; a všude jsou zardělí strejci, kteří osekávají, sbírají a vozí na fůrách voňavé klestí. I těch zvířat je nějak nápadně víc než v létě; z každé oranice frčí hejno koroptví, zajíc kličkuje k lesu, těžce plácají křídly tetřevi a na pasece zasvítí srní světlými zadečky. Tedy jak říkám, živo by bylo dost; ale najednou, než se kdo nadá, je tu mlhavý soumrak, tu tam proskočí světélko, a celý svět zalehne nesmírná osiřelost; jen pomalá fůra skřípe k vesnici a osamělý člověk s rukama v kapsách jde někam chvatně a zamlkle. Rok se ještě nekončí; ale končí se dnové.

* * *

Marná sláva, tmavý je podzim; ale i to je dobře seštimováno. Jinak by nemohly tak pateticky řevět poslední barvy podzimu: nach šípků a bohatá červeň bobulí dřišťálových, šarlat višňových korunek, temná žluť modřínů a těžké zlato spadanych listů kaštanových (koukej, mezi nimi to lesklé, brunátně hnědé oko kaštanu, pootevřené v puklé slupce). A nebýt té tmy, nesvítla by nám tak silně ta pravá a nejslavnější barva podzimu: světélko v oknech domova.

* * *

Říká se, že se na podzim příroda ukládá k spánku. Je to přibližně pravda, ale ukládá se k němu, jako to děláme my; otálí s tím, odstrojuje se s pomalou libostí a ještě se jí chce povídat, co bylo dnes a co bude zítra; a ještě než usne, smísí si vzpomínky uplynulého času s plány budoucích dnů. Ještě nespadlo letošní listí, a už jsou na větvích a proutí tvrdě nalité pupence příštího jara. Tak, a teď se může usnout; neboť i spát se má dopředu.

* * *

Čím jsem si ušetřil na konec ten pravý a každoroční objev podzimu. Je to objev vlastního pelíšku. Je to každoroční návrat do postele. Nikdy člověk nespí vděčněji a neprotahuje se v posteli blaženěji než v této době, kdy se krátí dnové. Všechno básníci opěvali, ale nevím, že by některý

z nich místo ňader a nebeských úkazů zapěl chválu obyčejného teplého lůžka. I o snech se toho napsalo ažaž, ale kdo popsal hladkou přívětivost podušky a důvěrnou dlaň dülku pod námi proleženého? Připojme tudíž k chvále podzimu tuto chválu lidského pelíšku; ať je laskavý k spícím, něžný ke všem chorým a posilující pro ty unavené; ať najde i zajíc dobrý pekáč, srna suchý důlek a vrabec dobrý úkryt pod okapem střechy, amen.

Lidové noviny 7. 11. 1937



VÝSLEDKY KLUB EINSTEIN

VÝSLEDKY:

1. odshora: ovál, obdélník, lichoběžník, trojúhelník, osmiúhelník, čtverec, kružnice
3. Dědeček přinesl domů 48 dukátů.
4. například: vyhodit odpadky, upéct chleba, opravit umyvadlo, číst návod, krájet zelí, šetřit vodou, zasadit strom, prát špinavé peníze, utáhnout víčko, umýt okna, dokončit dílo, kreslit obraz
5. 1k, 2g, 3i, 4b, 5n, 6c, 7l, 8d, 9j, 10a, 11f, 12m, 13e, 14h
6. př. noviny; skok padákem; laskavý; pouto

KALEIDOSKOP



Zooterapie – Proběhla individuální zooterapie na oddělení B0.



Heineken – Dobrovolníci s firmy Heineken nám dovezli zásobu ochucených piv a zahráli si se seniory deskové hry.





Vernisáž – V naší galerii jsme zahájili vernisáž výstavu obrazů paní Ivany Somogyiové.



Darované přání – Naplnili jsme přání plavbu lodí po Vltavě a s přednáškou od paní Kopecké.





Výlet

„To byl den!“ To se ozývalo u vrátnice našeho domova v úterý 30. září v podvečer. Jaký to byl den? Jako každý rok pozvala sestra pečovatelka Věrka klienty na svou malou farmu v Alberovicích, kde chová zvířátka. Počasí nám báječně vyšlo. Dominikova organizace jako vždy výborná a jízda pana Ládi bezpečná a jistá. Naše nálada velmi dobrá, po příjezdu, než jsme se stačili porozhlédnout, už nás vítalo skvělé pohoštění z rukou paní domu a přes plot na nás zvědavě nahlížela zvířátka. Běželi k nám psi, kočky pokukovaly, slepice se také zúčastnily, kozičky pomekávaly a důstojně přikráčel starší kozel s velmi nebezpečně vypadajícími rohy. Vypadalo to, že všemu velí - aspoň se tak tvářil. Vzájemně jsme



se prohlédli, a pak nám Věrka nasypala do dlani krmení pro kozičky. Pro některé z nás to byl nový zážitek, ale kozičky byly opatrné, tak to bylo docela prima. Po fotografování jsme se s velkým poděkováním hostitelce rozloučili a nadšení odjeli domů.

Tak to byl den!

Tak ještě jednou velký dík Věrce a všem, kteří nám „ten den“ umožnili.

Spokojení a nadšení výletníci





Niagarské vodopády jsou krásné za každého počasí

Kdo čeká čistou přírodu, jak se ukazuje na fotografiích, bude zklamán. Na kanadském břehu shlíží na vodopády mrakodrapy, na americkém je vyhlídková terasa v rušném turistickém středisku. Přesto mají Niagara Falls, Niagarské vodopády, svoje nezaměnitelné kouzlo.

Při naší návštěvě USA jsme k nim zamířili v zapůjčeném automobilu, jezdili jsme naštěstí pár dní před tím po amerických silnicích s naší skoro dcerou, která před víc jak pětadvaceti lety u nás byla jako studentka a naše přátelství přetrvalo roky. V Americe jezdí stejně jako u nás vpravo, ale je tu v provozu dost rozdílů. Třeba semaforey jsou doslova pověšené až za křižovatkou, v některých státech můžete vždy na červenou odbočovat vpravo, a dokonce i vlevo, pokud to není výslovně zakázáno. Většina značek je totiž v psané formě. Kdo neumí anglicky, má smůlu.

A nejtipnější nám přišlo, když jsme přijeli na křižovátku, kde ve všech směrech byla stopka. Řeší se to jednoduše - zastavíte, a pak se rozjídáte v pořadí, v jakém jste přijeli. Na dálnici můžete předjíždět ve všech pruzích, nikdo se na vás hystericky nelepí, netroubí, abyste konečně uhnuli. I když je to prý výjimečné, neviděli jsme po cestě jedinou dopravní nehodu, a tak jsme v klidu dojeli k vodopádům.

Niagara vlastně není řeka v tom pravém smyslu slova, nemá žádný pramen. Přírodním kanálem teče voda z jezera Erie do Ontarijského jezera. Na břehu Erie jsme při první návštěvě neodolali, zajeli na parkoviště a posadili se, jak se zpívá ve slavné písni na břehu Niagary. Tedy žádného starého tuláka, co by tam seděl a vzpomínal na svou první lásku, jsme tam sice nenašli, ale i tak to byl krásný pocit. A v dálce už byla vidět mlha, stoupající od vodopádů, které leží ve městě s příznačným názvem Niagara Falls. To je současně pohraničním městem mezi USA a Kanadou. Do té se jede přes Niagaru po Rainbow Bridge, Duhovém mostě.

Vodopády jsou dnes čistě turistickou atrakcí, ale ještě v 19. století hrozilo, že budou sloužit jen průmyslu. V roce 1881 tady vznikla první vodní elektrárna, jež dodávala elektřinu vodním mlýnům a pouličnímu osvětlení několika ulic. V roce 1895 zase Nikola Tesla u vodopádů postavil první významnou hydroelektrárnu na světě a když byla v roce 1961 spuštěna vodní elektrárna Roberta Mosese se 13 generátory, byla to největší vodní elektrárna západního světa; dodnes je největším výrobcem elektřiny ve státě New York.

To naštěstí turistu nemusí tížit, stačí zdolat pár schodů a je na prohlídkové plošině, odkud se za nízký poplatek dají dalekohledem pozorovat vodopády. Jsou tři, největší z nich je Podkova, dosahuje výšky 52 metrů a leží převážně na území kanadské provincie Ontario. Menší Americký vodopád a nejmenší Nevěstin závoj jsou na území státu New York. My jsme je viděli v dubnu dvakrát úplně jiné.

Poprvé bylo krásné slunečné počasí, turisté se natěšeně projížděli v lodičkách kolem Amerického vodopádu a Nevěstina závoje až do srdce Podkovy, kde je ze tří stran obklopují burácející vodopády a stříká na ně vodní tříšť. I proto jsou všichni oblečení do pláštěnek, kdo nastupuje na kanadské straně, má ji červenou, na americké modrou. Oblíbená je také jeskyně Cave of the Winds, kam jede výtah dolů na úroveň řeky, kde se za hlasitého hučení vody procházejí lidé pod vodopády po dřevěných lávkách, schodech a plošinách, jež se každé jaro znovu staví, protože přes zimu tam panuje extrémní počasí.

To jsme zažili při naší druhé návštěvě USA, opět v dubnu, kdy jsme viděli ve vodopádech padající kusy ledu. Tam, kde se rok před tím lidé procházeli po rozkvetlých pěšinách, byly závěje sněhu, lodičky zůstaly pečlivě zakotvené.

A turisté se dali spočítat na prstech jedné ruky. Zato se nám podařilo vidět vodopády v noci nasvícené. Byl to sice možná kýč, ale olbřímí hra světla prostě k Americe patří.

Jana Hanušková

INFORMACE Z DOMOVA



Další stravovací komise budou **6. 11. a 20. 11.**
O schvalování nového jídelníčku budou členové stravovací komise předem informováni.

Schůzka
důvěrníků
s vedením
domova se uskuteční
ve středu 5. 11. 2025
od 10:00
v sále.

Multisenzorická místnost A0

Připomínáme, že na odd. A0 je k dispozici multisenzorická místnost, která slouží k relaxaci a setkávání klientů. Místnost je odemčená a můžete ji kdykoli navštívit.

Zooterapie – Již nám běží léto v plném proudu a s tím také začínáme další sezónu setkávání se zvířaty paní Bukričové v naší velké zahradě.



VIRTUÁLNÍ VÝLETY PO KRÁSÁCH NAŠÍ VLASTI I SVĚTA

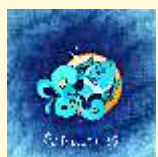
Do našich 3D brýlí jsme nahráli nový obsah, který je v češtině. Nechte se provést po Pompejích, Florencii, ale i Brně nebo Bratislavě. Neváhejte oslovit svého aktivizačního pracovníka.

Listopad



Kozoroh - 22. 12. – 20. 1.

Zpomalte tempo při jídle a vybírejte menší porce, aby vaše tělo mohlo fungovat. Přetížení žaludku snižuje vitalitu.



Vodnář - 21. 1. – 20. 2.

Přestaňte lpět na starých zvycích a vyzkoušejte nové přístupy. Čerstvý pohled vás posune dál než rutina. Zkuste to.



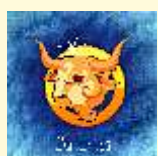
Ryby - 21. 2. – 20. 3.

Spánek a klid nejsou jen odpočinek, ale aktivní součást regenerace. Nechte tělo relaxovat a mysl odpočívat. Opatrně.



Beran - 21. 3. – 20. 4.

Vyslechněte všechny strany při konfliktu a najděte kompromis. Diplomacie zabrání napětí a rozproudí pozitivní energii.



Býk - 21. 4. – 21. 5.

Napište si každý večer seznam úkolů na další den. Ráno začnete s jasnou hlavou a pocitem, že máte situaci pod kontrolou.



Blíženci - 22. 5. – 21. 6.

Vložte energii do fyzického projevu citu. Přitiskněte partnera k sobě, jako by byl středem vašeho vesmíru. Potřebuje to.



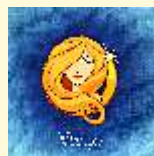
Rak - 22. 6. – 22. 7.

Vaše tělo si žádá posílení, i když to zatím necítíte. Vitaminy, čerstvý vzduch a pohyb udělají víc než drahé přípravky.



Lev - 23. 7. – 22. 8.

Milí lvi, rodina stojí při vás s otevřeným srdcem. I když jste zvyklí spoléhat sami na sebe, je čas přijmout jejich pomoc.



Panna - 23. 8. – 22. 9.

Malý dárek či gesto udělá z obyčejného dne slavnost. Připravte někoho na úsměv, budete sami sebe těšit ještě víc.



Váhy - 23. 9. – 23. 10.

Nepodceňujte drobná gesta. Podržené dveře, přikývnutí, pevné držení těla. Právě maličkosti mohou otevřít cestu k větší



Štír - 24. 10. – 22. 11.

Společné chvíle u jídla nebo smíchu vám připomenou skutečnou hodnotu rodiny. Netřeba velké události pro propojení.



Střelec - 23. 11. – 21. 12.

Nepřepínejte se snahou o dokonalost. Dovolte si smát se trapasům a užít si spontánní chvíle s přáteli.