

Děčko

NÁŠ ČASOPIS PLNÝ ZAJÍMAVOSTÍ
Říjen 2024



Domov pro seniory Velké Meziříčí
příspěvková organizace

Zdenky Vorlové 2160
594 01 Velké Meziříčí



<i>Narozeniny říjen</i>	3
<i>VÝROČÍ A REGIONÁLNÍ OSOBNOSTI ŘÍJNA</i>	4
<i>ZE ŽIVOTA DOMOVA</i>	5
<i>STÁLÁ NABÍDKA</i>	6
<i>CO SE DĚLO U NÁS V DOMOVĚ BĚHEM ZÁŘÍ</i>	7
<i>FOTOGALERIE</i>	8
<i>ŘÍJEN</i>	9
<i>PRANOSTIKY</i>	12
<i>MEZINÁRODNÍ DNY ŘÍJNA</i>	12
<i>PŘÍBĚH PRO POTĚCHU DUŠE</i>	14
<i>ZE SVĚTA ZAJÍMAVOSTÍ</i>	15
<i>ROZHOVOR</i>	21
<i>VTIPY</i>	23
<i>Z KUCHYNĚ</i>	24
<i>KVÍZ</i>	27
<i>KŘÍŽOVKA</i>	28
<i>SEZNAM ZDROJŮ</i>	30

Narozeniny

říjen

Zdenka Přikrylová

Františka Nováková

Aloisie Vávrová

Marie Sedláková

Ludmila Pálková

Marie Zástěrová

Marie Žundálková

Marie Brodská

Františka Dobrovolná

Josefa Coufalová

Anna Jirovská

Věra Mejzlíková

*Váhy se klání ve prospěch štíra,
říjnem se ozvala rozumu síla.
Zavařit, zabednit, zima se plíží,
plodům a chýším chlad nejčko neublíží.
Proč tedy na mysl přichází deprese,
když mlha lehoučce vznáší se po lese.
Barevné lístečky zkrášlují dálku,
Přichází čas na procházku v parku...*

Výročí a regionální osobnosti října

150. výročí úmrtí

Karel Josef Vilém HAUGWITZ – skladatel

Narození: 23. 10. 1797 Náměšť nad Oslavou

Úmrtí: 30. 10. 1874 Náměšť nad oslavou

Syn Jindřicha Viléma H. V letech 1823 - 1874 napsal mnoho hudebních skladeb pro klavír, citeru, dua pro klavír a harfu, písně, dueta, vokální kvartety, kvintety, sextety, harfové úpravy cizích skladeb.

60. výročí úmrtí

Karel HEJL – pedagog, konstruktér

Narození: 18. 12. 1884 Lomnice u Tišnova

Úmrtí: 29. 10. 1964 Dačice

V letech 1912-1919 učil na reálném gymnáziu v Moravských Budějovicích matematiku, fyziku a tělocvik. Později učil ve Zlatých Moravcích a Brně na střední průmyslové škole textilní. Jeho otec vlastnil továrnu v Tišnově, kde vyráběl hospodářské stroje. Mezi koníčky Karla Hejla patřilo konstruktérství a zlepšovatelství. Spolupracoval při návrzích neseného náradí, lanové orby a malého lehkého traktoru. Byl členem československé akademie zemědělské. Od roku 1952 žil v Dačicích, kde zemřel.

100. výročí úmrtí

Jan MÁCHAL – pedagog, politik

Narození: 9. 2. 1864 Třebíč

Úmrtí: 15. 10. 1924 Třebíč

Středoškolský profesor, redaktor místního tisku, sokolský pracovník. Práce v oboru tělesné výchovy. Studoval na třebíčském gymnáziu a na učitelském ústavu v Brně. Po ukončení studia začal vyučovat na Jelíkově ultrakvistické škole v Třebíči. Od roku 1886 učil na třebíčském gymnáziu, profesorem byl jmenován v roce 1912. V letech 1919-1920 byl jmenován odborným inspektorem pro vyučování tělocviků na středních školách a ústavech. Byl členem třebíčského sokolského hnutí. V roce 1902 se stal náčelníkem Moravskoslezské Obce Sokolnické, v roce 1903 byl zvolen druhým

náčelníkem Československé obce sokolské. Před koncem 1. světové války se stal předsedou okresního národního výboru.

Ze života domova

Během září se přistěhovaly obyvatelky:

Milena Matějčková z Velkého Meziříčí

Ludmila Neumannová z Kadolce

Mgr. Marie Křípalová ze Žďáru nad Sázavou

Během září se odstěhovala:

Věra Řehulková do Nového Města na Moravě

Během září odešly z našich řad:

Růžena Urbánková † 16. září 2024

Věra Trojanová † 28. září 2024



Stálá nabídka

PROSTORY K VOLNOČASOVÉMU VYUŽITÍ

- terapeutická zahrádka
- park (duben - říjen)
- atrium
- terasy
- kaple
- knihovna
- keramická dílna
- jídelna
- spol. místnosti 1A, 2B, 3B
- dětský koutek

TÝDENNÍ HARMONOGRAM

- každý všední den: ranní hlášení
- pondělí: pedikúra
- úterý: individuální canisterapie, holení
- pátek: modlitba a mše svatá od 9:30
- *kadeřnice, masáže, cvičení, keramické tvoření, procházky a manuální činnosti probíhají po domluvě s aktivizačními pracovníci*

PROVOZ KNIHOVNY: knihovnu lze navštívit kdykoli po domluvě s personálem

PŘÍSTUPNOST KAPLE: kaple je přístupná každý pátek při dopolední bohoslužbě; individuální návštěva je možná po domluvě s personálem

NÁKUPY: zajišťují aktivizační pracovníci příslušných pater

SCHRÁNKY DŮVĚRY: V domově jsou umístěny 4 schránky, kam je možné umístit vzkazy, stížnosti, připomínky či podněty k poskytování služeb v domově. S napsáním vzkazu může pomoci personál, rodina nebo dobrovolník.

Schránky důvěry v domově naleznete:

- 1. se nachází v přízemí – u vstupu do terapeutické zahrádky
- 2. je umístěna v 2. patře – u schodiště při vcházení na chodbu 2B
- 3. je ve 2. poschodí – u schodiště na brance s fototapetou plotu
- 4. schránka je přenosná a pravidelně se přenáší po pokojích

Co se dělo u nás v domově během září

Září mělo sváteční nedělní příchod. Počasí stále lákalo ven pěkně na zahrádku na poslední teplé paprsky. Začátkem měsíce ještě moc nepršelo, takže na sklizení jsme času měli dost.

Ve čtvrtek 5. září jsme si udělali výlet do Proseče u Pošné, kde se konal další ročník Prosečkiády. Putovní pohár jsme nezískali, ale náramně jsme si to užili.

S dalším týdnem začal další akademický rok výuky na Univerzitě třetího věku. Čtvrtečním odpolednem 12. září odstartoval zimní semestr. Novým lektorem je Mgr. Ladislav Vaverka Ph.D.. Kurz nese název Napoleonské války a české země. Téma první přednášky – Napoleonovo mládí 1768 - 1793. Po zbytek týdne jsme barvili ruličky a ořechy, navlékali korálky, vymalovávali mandaly a motali klubíčka.

Úterý 17. září proběhl koncert Šimona Pečenky na téma: Chtěl bych mít kapelu. Program se věnoval písním i životu Milana Chladila. Zazněly songy: Až na severní pól, Pár růží pro smutnou paní nebo Za rok se vrátím.

Ve středu 18. září k nám na návštěvu zavítali obyvatelé z Domova pro seniory v Mitrově. Poseděli jsme nad kafičkem a zákuskem a vyprávěli si o našich domovech.

Najednou byl čtvrtek 19. září a tento den si klidně můžeme nazvat jako jablečný den. V dopoledních hodinách jsme pekli štrůdl a odpoledne v zahradnickém kroužku moštování. Dozvěděli jsme se zajímavosti o odrůdách Gala a Golden a vyrobili jsme nádivku z piškotů, rozinek, másla a skořice. Nádivkou jsme vycpali vydlabaná jablka. Po rozdělání ohně a během pečení sladoučkových jableček, jsme se pustili do samotného moštování.

Týden pěkně rychle utekl a nás 26. září čekala druhá napoleonská přednáška. Téma: Napoleonův vzestup k moci, Italské tažení, Napoleon v Egyptě 1794 - 1801. Na jídelně se ve stejnou dobu konala přednáška pro formální a neformální pečovatele, kteří se věnují osobám s PAS v rámci projektu Podpora transformace se zohledněním problematiky osob s poruchami autistického spektra v Kraji Vysočina.

Fotogalerie



Říjen

Příprava na podzim

Podzimní měsíce s sebou často přináší pokles energie, nekonečnou únavu a snížení produktivity. Naštěstí ale existuje několik triků, jak s tím zatočit, a jak si podzim užít i přesto, že se nemusí jednat zrovna o nejoblíbenější období.

1. Aktivita

I když máme dojem, že cvičení je teď to poslední, na co máme chuť, pohyb dokáže neuvěřitelně nakopnout. Během fyzické aktivity si totiž pročistíme hlavu a uvolněné endorfiny s dopaminem se pro tělo stanou doslova raketovým palivem.

Pravidelná fyzická aktivita je nezbytná také z pohledu fyzického zdraví, kdy zlepšuje funkci imunitního systému a krevní cirkulaci, snižuje krevní tlak, chrání srdce, cévy i kosti, zvyšuje citlivost k inzulínu a pomáhá také s udržením tělesné hmotnosti.

2. Pobyt na čerstvém vzduchu

Venkovní svět nabízí spoustu podnětů, které odvrací pozornost od stresorů běžného života, pomáhají se člověku uklidnit, stimulují a nabíjejí energii. Čas strávený na čerstvém vzduchu navíc snižuje pocity úzkosti, zlepšuje spánek, kreativitu a soustředěnost. Pobyt venku je také ideální příležitostí pro aktivní pohyb a budování sociálních kontaktů, které jeho pozitivní účinky ještě prohloubí.

3. Suplementace vitamínu D

Jsou vitaminy, bez kterých by imunitní systém nefungoval, jak má. Patří mezi ně vitaminy A, C, E a D. Vitamin A má zásadní roli ve správné imunitní reakci. Dostatečný příjem vitaminů C a E zaručuje zvýšení aktivity likvidace patogenních buněk, podporuje množení bílých krvinek a rychlou eliminaci volných radikálů. Funkce vitamínu D v rámci

imunitních reakcí je působení na lymfocyty a adaptaci imunitního systému. Většinu z nich ale zvládneme doplňovat pomocí stravy, a proto v podzimních měsících bychom měli do jídelníčku zařadit víc ovoce, zeleniny, vejce či ryby.

Problém ale nastává u velmi důležitého vitamínu D. Jeho optimálního příjmu je hlavně v období od podzimu do jara velmi těžké dosáhnout, jelikož se na jeho syntéze podílí také sluneční záření. Doporučuje se tedy proto v podzimních a zimních měsících zařadit jeho suplementaci kvalitním doplňkem, který obsahuje formu D3 a nejlépe v kombinaci s vitamínem K2, se kterým tvoří synergického partáka.

4. Vyvážený jídelníček

Jídlo je láska, ovšem jeho výběr ovlivňuje fyzický i psychický stav více, než si myslíme. V boji s podzimní únavou by měly základ jídelníčku tvořit kvalitní a komplexní potraviny, jako jsou např.:

- celozrnné obiloviny
- dostatek ovoce a zeleniny
- ořechy a semena
- olivový olej
- ryby a mořské plody
- libové maso, tofu a luštěniny
- avokádo
- dýně
- koření kurkuma a skořice

Naopak vyhnout bychom se měli vysoce zpracovaným potravinám plným tuku, soli, cukru, smaženým jídlům a slazeným limonádám, které většinou neobsahují dostatek kvalitních živin (zejména bílkovin, vitaminů a minerálních látek), zasytí jen na krátkou dobu a onen potřebný „energy boost“ bychom v nich našli jen stěží.

5. Pořádný odpočinek

Permanentní únavu lze řešit logicky. Pořádnou dávkou odpočinku. To však v žádném případě neznamená, že celé dny proležíme v

posteli. Pro efektivní „dobití baterek“ se v noci zaměříme zejména na spánkovou hygienu a vytvoříme tak si pravidelný spánkový režim. Alespoň půl hodiny před usnutím odložíme elektronická zařízení, zajistíme si v pokoji optimální zatemnění a teplotu, snažíme se nerozrušovat, těsně před spaním se nepřecpávat, nepít alkohol, kávu, ani černý čaj. V případě, že se pak nepodaří usnout do 30 minut, vstaneme z postele a nadechneme se čerstvého vzduchu, odreaguje čtení si nebo poslech relaxační hudby.

6. Imunitní systém

Rychlý příchod chladného počasí s sebou nese riziko vzniku nějaké té rýmečky nebo nachlazení. Nikdo si nepřeje chytit nějakého bacila a zůstat v posteli. V aktuálním ročním období „číhají“ viry a bakterie na každém kroku, proto je důležité se zaměřit na posílení imunity.

Zamysleme se nad složením jídelníčku a případné přidání potravin, které obsahuje látky podporující imunitu. Imunitní systém funguje ruku v ruce s naším mikrobiomem. Abychom si udrželi ty správné bakterie na naší straně, je potřeba konzumovat dostatečné množství potravin bohatých na probiotika a v ideálním případě podávat probiotické komplexy i formou doplňku stravy.

7. Mysleme pozitivně

Pozitivní myšlení pomáhá vyrovnat se se stresem a má tak skutečně příznivý vliv na zdraví. Úsměv totiž v mozku způsobuje uvolnění endorfinů, dopaminu a serotoninu, které zlepší náladu, zvýší produktivitu a dodají potřebnou energii. Kromě toho se ukazuje, že pozitivní nastavení mysli a duševní pohoda mohou mít z dlouhodobého hlediska blahodárny vliv také na imunitní systém.

Pranostiky

Čím déle u nás vlaštovky prodlévají, tím déle pěkné dny potrvají.

Sněží-li v říjnu, bude měkká zima.

Je-li říjen hodně zelený, bude leden velmi studený.

Svatý František zahání lidi do chýšek.

Po svaté Tereze mráz po střechách leze.

Jaký den svatý Havel ukazuje, taková zima se objevuje.

Na svatého Havla ovoce plná komora.

Suchý Havel - suché léto.

Šimona a Judy - buď sníh nebo hrudy.

Na Šimona, Judy kočka leze z půdy.



Mezinárodní dny října

1. 10. - Mezinárodní den seniorů, Mezinárodní den hudby, Mezinárodní den kávy, Mezinárodní den lékařů, Světový den cyklistiky, Světový den vegetariánství, Den domácích sušenek

2. 10. - Světový den hospodářských zvířat

4. 10 - Den vodky, tacos a dýňových semínek

6. 10. - Den nudlí

7. 10. - Den preclíků v čokoládě

8. 10. - Památný den Sokolstva, Den pirohů

9. 10. - Světový den pošty, Den plísňového sýra, Den piva a pizzy



10. 10. - Světový den duševního zdraví, Světový den zraku, Den zdobení dortů, Den kaše

11. 10. - Den salámové pizzy

12. 10. - Světový den boje proti artritidě, Mezinárodní den za omezení přírodních katastrof, Den trhaného vepřového masa

14. 10. - Den moučníků

15. 10. - Světový den žen žijících na venkově

16. 10. - Světový den jídla a výživy, Světový den páteře, Mezinárodní den proti McDonald's, Světový den chleba

17. 10. - Den těstovin

18. 10. - Den čokoládových cupcaků

19. 10. - Mezinárodní den ginu s tonikem

20. 10. - Mezinárodní den kuchařů, Den stromů

21. 10. - Den původních odrůd jablek, Mezinárodní den nachos

22. 10. - Den ořechů

23. 10. - Den zavařování

24. 10. - Světový den Organizace spojených národů, Světový den dršťek

26. 10. - Den dýně a kuřecích steaků

28. 10. - Den vzniku samostatného československého státu

29. 10. - Den ovesných vloček

31. 10. - Den UNICEF, Světový den spoření



Příběh pro potěchu duše

A zase ta jména...

Lidská paměť je zrádná a leckdy se říká, že působí selektivně. Pamatujeme si jen to, co bylo hezké, a na negativní věci zapomínáme. Anitin manžel Petr má paměť jako slon. V hlavě uchovává kdejakou prkotinu z dětství, ale jedna věc mu nejde. Jména a příjmení....

Manžel si pletl názvy ulic i jména lidí ve škole

Zrovna nedávno přišel pozdě na jednání v práci. A to jen proto, že si předtím měl cosi vyřídit v Navrátilově ulici. Šel, a přestože měl k dispozici mapu na mobilu, ulici, kterou mapa neznala, prostě ne a ne najít. Aby také ano, když napoprvé zadal Převrátilovou a posléze ještě Vyvrátilovou. Těžko se potom nezasmát vykuleným očím kolemjdoucích, kterých se ve městě zkoušel zeptat na cestu, než mu došlo, kde je chyba a že výše zmíněné ulice opravdu nikdo znát nebude, dokonce ani zdejší rodák.

Humornější situace vznikla před několika roky, kdy dostal za úkol odhlásit naší nemocné dceři ve škole obědy. Já zrovna po ránu nemohla, šla jsem k lékaři, a tak byla tato činnost svěřena jemu. Což o to, obědy skutečně odhlásil, jenže když nám doma pověděl, s kým po telefonu hovořil, padly jsme s dcerou smíchy k zemi. Prý věc probíral s nějakou paní Mokrou a samozřejmě ji tak i oslovil. Bohužel si už nevzpomněl, že Mokrá se jmenuje ulice, kde škola sídlí...

Z nadřízeného Pytláka udělal Pytlíka

Další zážitky se děly porůznu. Specialitou mého manžela totiž je jména a příjmení všelijak zaměňovat. Takže z jedné mé kamarádky, která se jmenuje Dokoupilová, udělal Nedokoupilovou a pak se mě doma ještě v legraci ptal, jestli se třeba náhodou nejmenuje Drahokoupilová.

Obdobně si utrhl trapas v práci, když mu byl představen nový nadřízený, jakýsi pan Pytlák, a on ho překřtil ponejprv na Vydláka, později zase na Pytlíka, nebo když mého spolužáka Vlka přetvořil na

Lišku... Ten však jeho omyl vzal s humorem a ihned opáčil, že je „*pouze obyčejný vlk, ale třeba takový vlkodlak už by se mu líbil víc*“. Z jednoho souseda, který se jmenuje Holubník, udělal Gumovník a z kolegy v práci Pecky zase Šišku. Série trapasů tak nezná mezí.

Paměť na jména mému muži chybí

Zprvu jsem se na Petra hněvala a myslela, že to dělá schválně, protože na jiné drobnosti měl odjakživa paměť jako slon. Nikdy nepotřeboval žádné poznámky ani notýsky a vše, co má udělat, udělá. Jeho vzpomínky navíc leckdy sahají až do dětství, kdy nemá problém vyprávět, jaké věci, a hlavně kdy a kde, podnikal s kluky v dětství. Zato pár jmen a příjmení nic... K nepochopení. Jenže pak mi došlo, že přesně tak, jako mnoho lidí nemá paměť na čísla nebo různé souvislosti, on si nepamatuje jména. Nakonec, co... Existují přece daleko horší věci než pár popletených názvů.

Ze světa zajímavostí

České vynálezy, které změnily svět.

I když je Česko v porovnání s ostatními zeměmi světa poměrně malá země, dokázali naši vědci, inženýři a badatelé objevit principy a vynálezy, které přinesly užitek celému světu. Kontaktní čočky, hromosvod nebo lodní šroub... A jaké další vynálezy pocházejí z „českých dílen“?

Karel Klíč – vynálezce hlubotisku

Heliogravura je grafická technika tisku z hloubky, která pracně ruční rytí nahradila fotochemickým procesem. Roku 1878 ji vynalezl malíř a vynálezce Karel Klíč (30. května 1841 Hostinné – 16. listopadu 1926 Vídeň), v roce 1890 ji pak zdokonalil a sestrojil i první hlubotiskovou rotačku. Podle svého tvůrce se technika občas nazývá klíčotypie.

Muttichovy němé značky – unikátní turistické značení v Krkonoších
Krkonošskou raritou, kuriozitou i kulturním dědictvím jsou Muttichovy značky. Nikde jinde v Evropě a patrně ani na světě se nic podobného nepoužívá. Jméno, údaje o vzdálenosti ani času na nich nenajdete, jen na jejich dolním okraji „němých značek“ objevíte šipky. Ty prozrazují směr k nejznámějším krkonošským boudám, osadám, rozcestím i k přírodním útvarům.

České pivo – nejlepší pivo na světě

Prastaré receptury i prvotřídní kvalita domácích surovin včetně regionálních pramenů lahodné vody jsou zárukou vynikajících vlastností výrobků více než 100 českých pivovarů. Průměrná roční spotřeba piva se České republice již delší dobu drží nad hranicí 160 litrů (tedy 320 půllitrů piva) na osobu, což je nejvíce na celém světě.



Kololod' – originální český dopravní koncept, který kombinuje cyklistiku a plavbu lodí

S nápadem přišla cestovní kancelář Geotour v roce 1994 a dnes nabízí čtyři lodě, asi dvacet průvodců a desítky zájezdů. Seznamte se s Kololodí na Kudy z nudy!

Podsadové stany – český vynález z roku 1913

Prázdniny pod stanem? Pro ty, co jezdili nebo jezdí na tábory, celkem běžná věc, pro jiné zážitek vonící dobrodružstvím a romantikou. Pokaždé to ale tak být nemusí – třeba v roce 1913 na tábořišti u Pelíškova mostu na Sázavě. Právě tam vznikly první stany s podsadou.



Bleskosvod – první praktické využití vědeckých poznatků o elektřině

Bleskosvod znamenal první praktické využití vědeckých poznatků o elektřině. Prokop Diviš začal experimentovat s elektřinou a v roce 1754

vztyčil v Příměticích 15 m (později 41,5 m) vysoký bleskosvod, který nazval machina meteorologica.

Eduard Bartelmus – vynálezce užitečného smaltu

Smaltování neboli povrchová úprava kovových předmětů nanesením křemičité taveniny, je prastará umělecká technika známá už od starověku. Až do konce 18. století však smalt obsahoval i některé jedovaté příměsi a těžké kovy, a proto se vůbec nehodil k povrchové úpravě kuchyňského nádobí. Zásadní změnu v této oblasti přinesl až muž jménem Eduard Bartelmus z jihomoravského Blanska.



MyCello – první elektrické violoncello na světě vytištěné na 3D tiskárně

MyCello je unikátní violoncello, ve kterém se propojují tradiční a moderní prvky ve futuristickém vzhledu s technologií 3D tisku. Tiché elektrické violoncello na míru přesně podle představ zákazníků a za skvělou cenu vyvinula přerovská firma Sensio.

Johann Gregor Mendel – nejvýznamnější genetik

Johann Gregor Mendel (20. července 1822 Hynčice – 6. ledna 1884 Brno) byl přírodovědec, zakladatel genetiky a objevitel základních zákonů dědičnosti. Jeho životem a dílem se zabývá Mendelianum, interaktivní muzeum a centrum G. J. Mendela lokalizované v autentických prostorách Mendelovy vědecké společnosti v historickém srdci Brna.

České sklo – synonymum kvality a tradice s puncem UNESCO

Sklo je fascinující a krásný materiál ve všech svých podobách. Jeho ruční výroba od roku 2023 zapsána na reprezentativní seznam nemateriálního kulturního dědictví lidstva UNESCO. České sklo tak potvrdilo svou světovou úroveň a pověst! Jeho zvláštní postavení v

Evropě od středověku vytvářel rozsah výroby i široká škála výrobků od průzračně čistého stolního skla, často broušeného, rytého a malovaného, přes bižuterii až po obří křišťálové lustry či autorský design současných uměleckých objektů.

Kontaktní čočky – vynález Otty Wichterleho

Otto Wichterle (1913–1998) byl světově proslulý český vědec a vynálezce, který měl na kontě přibližně 150 vynálezů a patentů. Nejznámější z nich jsou měkké kontaktní čočky, které profesor Wichterle poprvé vyrobil u sebe doma o Vánocích roku 1961 na přístroji, sestaveném z dětské kovové stavebnice Merkur.



Obložený chlebíček – nejchutnější český vynález a slaná stálice

Kdyby prý měla první republika svou typickou chuť, vyhrály by obložené chlebíčky z lahůdkářství Jana Paukerta (1888–1972) na pražské Národní třídě. Typická součást silvestrovských oslav, dobrota na dvě tři kousnutí a zároveň bytostně česká tradice je dokonalá ve své jednoduchosti.



Kinoautomat – první interaktivní film na světě

Slyšeli jste někdy o Kinoautomatu? Multimediální projekt scénáristy a režiséra Radúze Činčery (17. června 1923, Brno – 28. ledna 1999, Praha) mohli diváci poprvé vidět v roce 1967 na světové výstavě EXPO '67 v kanadském Montrealu. Pražská premiéra Kinoautomatu se konala v roce 1971 v kině Světozor.

Krevní skupiny – nejvýznamnější objev české medicíny

Za nejvýznamnější objev české medicíny se považuje dělení krevních skupin, k němuž v r. 1907 dospěl Jan Janský.

Alpa neboli Francovka – roztok s mnohostranným využitím

Francovku značky Alpa začal Josef Veselý vyrábět v roce 1913 ve vlastní továrně na chemické a kosmetické přípravky v Brně – Králově Poli. Ochrannou známku Alpa si dal zaregistrovat 22. června 1913, receptura je dodnes stejná: jde o alkoholický roztok éterických olejů, silic, vonných látek ze čtrnácti bylin a přírodního mentolu z máty, a je podobně tajná jako třeba složení bylinného likéru Becherovka.



Simax – varné sklo ze skláren Kavalier

Boritokřemičité, borokřemičité nebo borosilikátové sklo znáte také pod názvem varné sklo či Simax. Má řadu výhod a využívá se jak v domácnostech, tak v laboratořích a průmyslu. Vyrábí je sklárny Kavalier v Sázavě, které jsou s tavicí kapacitou přes 220 tun skloviny za den největším výrobcem borosilikátového skla na světě.

Nanovlákná – unikátní průmyslová technologie z Liberce

Dalo by se říci, že Technická univerzita v Liberci je Mekkou nanotechnologií. Jednou z hlavních osobností, díky kterým své pozice na poli nanovláken nebo nanočástic dosáhla, je profesor Oldřich Jirsák. Ten se svým týmem roku 2003 objevil způsob, jak vyrábět nanovlákná ve velkém, průmyslovou cestou.

Velorex – legendární motorová tříkolka

Hadrák, hadraplán, hadrolet, husí stehno, montgomerák, velouš, chroust, netopýr nebo splašený stan: tak se přezdívalo legendárnímu vozítku značky Velorex.

Přezdívky jsou možná směšné, kultovní vozítko si ale výsměch rozhodně nezaslouží: mnoha lidem sloužilo jako normální dopravní prostředek a dodnes je oblíbeným sběratelským artiklem. O jeho



popularitu se postaral také tříkolový Velorex ve filmu Vrchní, prchni! anebo čtyřkolový kousek v dětské komedii Ať žijí duchové!

Silonky – punčochy z materiálu, který vynalezl Otto Wichterle

Jsou vynálezy, které zazáří jako kometa a zase rychle zmizí. Jiné ale zůstávají a jejich obliba s lety neklesá. To je případ silonek, dámských punčoch a punčocháčů z umělých vláken, která v polovině 20. století nahradila drahé luxusní hedvábí. Za jejich zrodem stál vědec Otto Wichterle a zlínská firma Baťa.



Pexeso aneb PEKelně SE SOustřed' –společenská hra původem z Česka

Nekorunovaným králem jednoduchých stolních her pro děti je pexeso. Jde o ryze český vynález: hru, která procvičuje paměť a soustředění, vymyslel v roce 1965 redaktor nakladatelství Pressfoto Zdeněk Princ. Dodnes patří nejenom mezi nejoblíbenější stolní hry, ale mají ji rádi i sběratelé.

Prskavky – jediná výrobná v Evropě sídlí v severních Čechách

Pro oslavu se vždycky najde důvod, říkají v závodu Drutep v Neštěmicích. Od roku 1952 vyrábějí prskavky nejrůznějších barev, tvarů a délek. Věřte nebo ne, je to jediná dílna na jejich výrobu nejenom u nás, ale v celé Evropě.

Kostkový cukr – vynález z Dačic

Kostkový cukr se začal poprvé vyrábět v Dačicích – do roku 1841 se cukr prodával pouze ve velkých homolích. Na nápad vyrábět kostky cukru přivedla ředitelka cukrovaru Jakuba Kryštofa Rada jeho manželka, která se při sekání cukrové homole zranila. Pomník stojí v parčíku poblíž vysoké renesanční věže kostela sv. Vavřince.



Rozhovor

Rádi bychom Vám prostřednictvím Děčka a krátkého rozhovoru představili pracovníky našeho domova, se kterými se denně setkáváte. V dalším rozhovoru se nám představí **naše milá a krásná sestřička:**

Markéta Svobodová, DiS.



Mohu Vás poprosit o krátké představení se našim čtenářům?

Zdravím čtenáře Děčka. Jmenuji se Markéta Svobodová, za svobodna Prášková. Je mi 31 let. Narodila jsem se v Brně a pocházím z Velké Bíteše. Aktuálně bydlím v rodinném domě na Ronově, místní část Ořechova. Mám dvě děti, syna Matěje a dceru Beátku. Studovala jsem všeobecnou sestru ve Žďáru nad Sázavou. Kromě všelijakých brigád je moje zaměstnání tady v domově jediné. V domově jsem začala pracovat v roce 2016, tento rok jsem se vrátila po mateřské.



Co se Vám na práci v domově líbí?

Práce v domově mě naplňuje z psychického hlediska tak, že můžu pomoci někomu plnit přání, která pro nás mladé jsou samozřejmostí. Práce mi dává smysl. Každý úsměv klienta mi dělá radost. Z dalšího hlediska je to profesionalita personálu a výborný kolektiv.

Co ráda děláte ve volném čase?

O volném dni ráda trávím čas s dětmi a rodinou. Ráda vyrazím s rodinou na výlety. Jinak osobně moc ráda čtu. Nejraději něco vyrábím s dcerou nebo háčkuji dětem plyšáky.

Na jaké místo byste se ráda podívala a proč?

Kamkoli, mně se líbí všude.

Jak by vypadal Váš ideální den?

Celý den prožitý s dětmi někde u moře, bez každodenních povinností a vaření 😊. A kousek dne patřící jen mě. 😊

Co byste si nejvíce přála?

Prioritně zdraví celé rodiny. Celkově zdraví a mír pro všechny.

KVÍZ:

Nejoblíbenější jídlo – květák na jakýkoliv způsob

Nejoblíbenější barva – růžová, modrá a černá

Nejoblíbenější roční období – léto

Nejhezčí dovolená – minulý rok s dětmi ve Špindlerově mlýně

Nejoblíbenější květina – růže a gerbery

Nejoblíbenější film – Kde zpívají raci (*film i kniha*)

Nejoblíbenější místo v domově – terasa a místnost se zvířátky



Vtipy

Drahá, jak dlouho žije osel?
Proč se ptáš? Není ti dobře?

Ahoj, ty máš krásné tetování na lýtku.
To jsou křečové žíly!

Jsou dvě vši a potkají třetí. Ta se ptá: „Kam jdete?“
„Navštívit Františka.“
„Jděte raději za Josefem, Franta je plešatej!“
„Víme, jdeme bruslit.“

„Luboši, proč dneska není Karel v práci?“
„Je v nemocnici.“
„Ale já ho včera viděl s krásnou blondýnkou.“
„No právě, jeho manželka taky.“

„Ty už zase piješ?“
„Jsem na podnikovém večírku, co potřebuješ?“
„Nepovídej, vidím, jak sedíš sám na baru.!“
„Dej mi pokoj jsem OSVČ!“

On: „Nevyměníme si čísla?“
Ona: „Ne, já jsem s tím svým spokojená.“

Z kuchyně

Zákusky 60. let

Moderní dezerty jsou fajn a často mají méně kalorií, ale občas stojí za to se vrátit k osvědčeným zákuskům. S nostalgií vzpomínáme na rakvičky, kremrole nebo indiánky.

Velmi oblíbené byly také různé sladké řezy – od punčových a žloutkových až po míša řezy, které se často pekly doma a spousta lidí je dodnes miluje. Dají se totiž upéct jednoduše na plechu a skvěle chutnají nejen ke kávě.

Likérové špičky

Koňakové neboli také likérové špičky naopak i dnes nabízí většina klasických cukráren. A moderní kavárny je mnohdy přetváří do netradičních tvarů nebo je různě odlehčují a servírují v kelímku či skleničce. Skvělé dělají třeba v Ovocném světozoru nebo v Café Café.



Jejich základ ale zůstává stále stejný a vychází z osvědčené receptury plné vaječného likéru, holandského kakaa, smetany ke šlehání a kvalitní čokolády na polevu.

Bezé roláda

Rolády byly v českých domácnostech odjakživa slavnostním dezertem, za minulého režimu vedly piškotové nebo bezé varianty s těstem, do kterého se přidávaly mleté ořechy. Měly tedy jemnější a méně sladkou chuť. Náplň byla velmi jednoduchá, stačilo vyšlehat smetanu s cukrem do tuhé šlehačky a přidat kávu. A nakonec se roláda ještě posypala, někdy jen cukrem, jindy kávou.



Punčové řezy

Mezi retro zákusky dnes už řadíme i punčové řezy, které jsou populární i jinde ve světě. Do jejich pečení se pouští jak tradiční, tak moderní cukrárny, protože jsou poměrně snadné, zaujmou na první pohled a mají mnoho variací. Trik zkušených cukrářů je jednoduchý – barví rovnou piškot, nikoli nálev, aby se jim barvy neslévaly.

A co klasickým „punčákům“ nikdy nesmí chybět? Přece typická lesklá poleva z citronové šťávy, moučkového cukru, oleje a vody, která nejlépe vypadá lehce poutá čokoládou.

Míša řezy

Další stálicí z řady řezů jsou Míša řezy s tvarohem a čokoládou. Původ mají v tradičním českém nanuku, který si oblíbilo už několik generací. Vynalézavé hospodyňky tehdy inspiroval natolik, že ho přetvořily do slavnostnější dezertní verze, kterou si navíc můžeme vychutnávat i v zimě, kdy na mražené dobroty nemáme chuť.

Žloutkové řezy

Milovníci listového těsta, máslového krému a cukrové polevy zase ocení žloutkové řezy. Na pultech cukráren a pekáren je najdete dodnes, ale pokud preferujete poctivé suroviny, můžete se do jejich pečení pustit i doma. Je to tak snadné, že vám mohou pomáhat i děti a zhruba za dvě hodiny budete mít hotovo.

Rakvičky se šlehačkou

V žádné cukrárně ani mléčném baru nechyběly v dobách minulých rakvičky. Svůj morbidní název získal tento dezert díky tvaru korpusu. Děti ani dospělí to ale neodradilo a všichni milovali jeho křehké žloutkové těsto i lahodnou neslazenou šlehačku na povrchu. Dnes už na něj narazíte málokde, ale občas je k dostání v supermarketech a snadno si ho připravíte i doma. Třeba podle tohoto receptu:

Suroviny:

- 1 vejce
- 4 žloutky
- 250 g moučkového cukru
- 300 ml smetany ke šlehání
- 1 vanilkový cukr
- tuk na vymazání formiček



Postup:

Nejprve předehřejte troubu na 180 až 190 stupňů a elektrickým šlehačem vyšlehejte vejce, žloutky i cukr, aby vznikla hustá pěna. Potom formičky vymažte tukem, do dvou třetin je naplňte, dejte na plech a vložte do trouby.

Jakmile těsto vyběhne, snižte teplotu na 150 stupňů a nechte je ještě asi půl hodiny dopéct. Uvnitř musí být propečené, ale na povrchu by měly zůstat světlé. Po vyndání z trouby je nechte zchladnout, vyklopte a pomocí cukrářského sáčku ozdobte neslazenou šlehačkou.



PŘEJEME DOBROU CHUŤ!

Klasické zákusky už nejsou jako dřív. Většinu, ne-li všechny, ze zmiňovaných zákusků dnes stále koupíme v cukrárnách, ale shodnout se můžeme na tom, že už nechutnají jako dřív. Ať už je to změnou složení, nebo jen nostalgickou vzpomínkou...

Kvíz

Přiřadte rčení a pojmy k jejich významům.

status quo

chiméra

překročit Rubikon

labutí píseň

genius loci

Kostky jsou vrženy.

slavit Abrahamoviny

Achillova pata

Damoklův meč

Amorův šíp

Danajský dar

jáma lvová

benjamínek

enfant terrible

alter ego

hora k Mohamedovi

rozhodnout

zranitelné místo

poslední výkon

je rozhodnuto

oslatit 50

druhé já

hrozba stálého nebezpečí

zamilovat se

zlobivé dítě

nevhodný dar

duch místa

nejmladší člen

jít situaci naproti

klamná představa

stávající situace, neměnnost

dostat se do nepříjemné situace

Křížovka

AKIM, LILAC, LURK, NAN, RAAB, TIA	OHRADA	ŠKOLNÍ HALA	PŘEDLOŽKA	BEZKŘÍDLÝ HMYZ	◆	ZÁKONÍK PRÁCE	VELKÁ MĚCHAČKA	OZNÁMIT	KOŽNÍ CHOROBA	2. DÍL TAJENKY	SYMETRÁLY
ČESKÝ DIRIGENT					NA ZKOUŠKU						
ANGLICKY ČCHAT					ČÁST PODVOZKU ZNAČKA SUŠENEK						
TĚŽKÝ KOV						MĚSTSKÉ ZELENÉ					
UKAZOVACÍ ZÁJMENO			PRIMÁT NEPŘÍMÁ CESTA			TAK TAKÉ THAJSKÁ ŘEKA					DOMÁCKÝ KILIÁN
◆	SKLADBA PRO OSM NÁSTROJŮ	SYMBOL ZBOŽNOSTI 1. DÍL TAJENKY						HOVĚZÍ DOBYTEK PLASTIKO- VÁ FÓLIE			
PROVÁDĚTI OČKOVÁNÍ									ČÍN. MÍRA NA RÝŽI ČESKÝ HUD. SKLADATEL		
ZÁKLADNÍ JEDNOTKA TEPLOTY							ROŽEŇ ANGLICKY FIALOVÁ				
DRUHY OBLEČENÍ						DOMÁCKÝ LEONA POŠTOVNÍ BRAŠNA				ROZNĚTKA	GHANSKÝ KMEN
DOMÁCKÝ EVA					ŽENSKÉ JMÉNO DŘÍVE						
AUSTRAL- SKÉ SÍDLO				PUSA JM. HER. HRZÁNOVÉ							
◆	INIC. HERCE LUKAV- SKÉHO	LET. SPOL. JEMENU	ŠKOBRTAT ŠUSTĚNÍ						TIHLE SLOVENSKÉ HORSTVO		
ZRZAVÝ ČLOVĚK								CIKÁN MEZ. KÓD KRÉTY			
PLATIDLO ANGLIE							LOV OSTŘÍ ŘEZAVÉHO NÁSTROJE				ČESKÝ FILOZOF
◆	ANGLICKY MUŽ	CHEM. ZN. ANTIMONU SMYČKY			ČESKÝ HEREC PUKLINA						
HNACÍ SÍLA						KŘIČETI ČÍNSKÉ ETNIKUM					
3. DÍL TAJENKY								ČESKÝ ZPĚVÁK			
TAHÁNÍM NANOSIT								HORA PRAŽSKÉ PLOŠINY			

Řešení:

Kvíz:

stávající situace, klamná představa, rozhodnout, poslední výkon, duch místa, je rozhodnuto, slavit 50, zranitelné místo, hrozba stálého nebezpečí, zamilovat se, nevhodný dar, dostat se do nepříjemné situace, nejmladší člen, zlobivé dítě, druhé já, jít situaci naproti

Křížovka: ČERVI, MĚKKÝŠI A KORÝŠI

Seznam zdrojů

Říjen: <https://www.eticky.cz/jak-se-pripravit-na-podzim/>

Pranostiky: <https://knihovna.obecmokre.cz/lidove-pranostiky>

Vtipy: www.fungate.cz, https://www.facebook.com/halina.bananova/?locale=cs_CZ, <https://www.tycico.cz/>,
<https://www.loupak.fun/vtipy/>, <https://emefka.sk/>

Výročí a regionální osobnosti: <https://www.knihovnatr.cz/cze/sluzby/vyroci-a-regionalni-osobnosti-rijen-2024/>

Křížovka: Křížovky s velkými písmeny/Nejkrásnější místa Evropy Ottovo nakladatelství, s. r. o. 2020; ISBN 978-80-7451-815-7

Kvíz: Zábava pro seniory 1 časopis pro smysluplné trávení času, Rubico, s.r.o.; ISSN 2788-3023, 2023

Ze světa zajímavostí: <https://www.kudyznudy.cz/aktuality/ceske-vynalezky-ktere-sokovaly-svet>

Příběhy pro potěchu duše: <https://www.lifecy.cz/anita-39-manzel-ma-katastrofalni-pamet-na-jmena-sefa-zkomolil-tak-az-se-divim-ze-nedostal-padaka-e175a>

Mezinárodní dny: <https://www.toprecepty.cz/kalendar/2024-10/>; <https://blog.hubatacernoska.cz/novinky/celorocni-prehled-svatku-vyroci-a-zajimavosti>

Z kuchyně: https://www.kupi.cz/magazin/clanek/24768-retro-dezerty-socialismus?utm_source=www.seznam.cz&utm_medium=sekce-z-internetu#dop_ab_variant=0&dop_source_zone_name=hpfeed.sznhp.box