



**DOMOV
PRO SENIORY**
Frýdek-Místek, p.o.

DOMOVNÍK

2026
duben



www.dsfm.cz

ZMĚNY V KUCHYNI



Vážení uživatelé,

Z důvodu aktuálního personálního omezení v kuchyni bude dočasně zajištěno stravování pro uživatele i zaměstnance prostřednictvím externí firmy (včetně nastaveného dietního plánu u uživatelů). Toto opatření je přijato s cílem zachovat kontinuitu a kvalitu poskytovaných služeb.

Děkujeme za pochopení.

ZPRÁVY Z BISTRA



Úsměv je zdarma.

Ráda bych Vám popsala, jak vypadá náš/můj běžný pracovní den.

Začátek dne

Do práce přijíždím s manželem denně kolem páté. Převlíknout a hurá do práce... zatímco já minimálně hodinu vybaluju pečivo a zákusky (nejde urychlit), manžel připraví k výdeji polévku a párečky a odchází do své práce. (Věřte, že je to obrovská pomoc). Já se přesouvám do kuchyňky a rychle připravuju snídani. Denně máte změnu .. pomazánky, toasty, smaženky, vajíčka..... Vždy jen jeden druh. 6:30 otevírám, rychle píšu na tabuli denní nabídku, aby bylo vše připraveno. A začínám den s úsměvem.

Zbytek dne

V 11:30 zavírám a MUSÍM stihnout do 12:00 udělat objednávky pečiva a zákusků na další den. Sundám zástěru a rychle jedu dokoupit ovoce, noviny, zkrátka co je potřeba. 13:00 otevírám zase s úsměvem. Ty běžné úkony popisovat nebudu a že jich je.

Skoro pořád s hadrem v ruce, aby se Vám u nás líbilo a bylo čisto. Přichází můj muž po své práci a zase mi pomáhá.. douklízet, sbalit co zbylo, nanosit do auta, cestou vyhodit odpadky. Dovytírám, zamykám a odjíždíme. Doma vybalit a pokračuju v plánování na další dny. Chodím spát unavená jak kotě a jak se říká, se slepicemi.



Každý den naplno

Ráno ve 4:00 zazvoní budík, začíná kolotoč a takový je každý den. Opravdu se snažím Vám vycházet vstříc a každý den Vám zpříjemnit nějakým dobrým jídlem. V sobotu, když jsme na to dva a chceme pro Vás udělat něco NAVÍC, tak se nemůžete na mě zlobit za to, že to není HNED, nebo se hádat, kdo byl na řadě první. Věřte mi, že v tu chvíli mám chuť to zavřít a jít domů. Jsem taky jen člověk a mám jen dvě ruce. Kapacita naší malé kuchyňky je prozatím taková jaká je a proto Vás prosím o pochopení a trpělivost. A když nás pochválíte, že to děláme dobře, že Vám chutná a máte u toho spokojený výraz ve tváři, tak to je pro nás odměna, motivace a chvíle, kdy jsme spokojeni i my. A za to děkujeme.

Otevírací doba

Za provozu se učím a zjišťuju, co a jak vylepšit, zdokonalit a co třeba vůbec není potřeba.

Opravdu si potřebujeme jeden den v týdnu odpočinout, proto otevírací doba s platností od 1. dubna už bude taková.

Po-Pá 6:30–11:30 a 13–15:30, So 13–16:00, Ne a státní svátky zavřeno.

Dovolenou vypíšu včas vždy na tabuli, nebo tady do časopisu, aby jste se mohli na to připravit, že si mohou objednávat pečivo i zákusky vždy den předem do 11té hodiny.

Zakončení

A teď proč Vám tohle všechno píšu.. každý z nás to má nějakým způsobem náročné. Každý z nás má občas nějaké trápení a každého z nás občas nebo stále něco bolí. Prosím... myslíme na to, že když se přesto všechno na sebe dokážeme usmát, ten den může být hned o něco hezčí... A moc děkuji všem, kteří se takhle usmívají přirozeně, bez ohledu na to, jak těžké to mnohdy mají.

Podařilo se nám najít posilu, takže časem budeme moci chystat pestřejší a zdravější snídani, častěji nabízet vaše oblíbené hotdogy a pokud to bude možné, tak i míchaná vajíčka a možná i nějaké minutky. O všem vás budu denně informovat. Také bych ráda informovala, že pokud máte zájem o objednání pečiva a zákusků, prosím, o jejich objednání předem, a to vždy do 11-té hodiny den předem.

Děkuji za přečtení a nezapomeňte... úsměv je zdarma. Info k **velikonočním svátkům... Pá-Po 3.-6. 4. 2026 zavřeno.**

BŘEZNOVÉ SETKÁNÍ

VEDENÍ DOMOVA S UŽIVATELI

Přítomni:

Mgr. Petr Kuchta – ředitel, Mgr. Ivana Šebestová – sociální pracovnice, Mgr. Marcela Petrošová – Vedoucí zdravotního úseku, Kateřina Pělučová, DiS. – nutriční terapeutka, Vedoucí Domovů, sociální pracovnice, volnočasové pracovnice, uživatelé z jednotlivých pater.

Přivítání uživatelů v novém roce

Informace o organizační změně na sociálním úseku

- Novou vedoucí sociálního úseku se stává Mgr. Ivana Šebestová, která nahradí Mgr. Veroniku Kutáčovou. Mgr. Kutáčová zůstává nadále v organizaci a bude se věnovat žadatelům a dalším administrativním činnostem.

Informace o mimořádné situaci – výpadek personálu stravovacího úseku

- Uživatelé informováni o mimořádné situaci – omezení chodu v kuchyni důsledkem několik nemocenských najednou, kdy je aktuálně v kuchyni k dispozici pouze jeden kuchař místo šesti.
- Zajištění stravování bude realizováno dodavatelsky firmou Příbyl, Palkovice, v rozsahu celodenní stravy a potřebných typů diet. V zařízení bude strava pouze přihřívána v konvektomatech, dále upravována (např. mixováním) a připravována k servírování.
- K dispozici bude vždy pouze jeden druh jídla, výběr z více variant nebude možný (např. nebude nabízena alternativa večeře v podobě krupicové kaše).
- Tato mimořádná situace je vyhlášena od 25.03.2026 a trvá na dobu neurčitou.
- Nové aktuální jídelníčky budou vždy pravidelně vyvěšovány jako doposud

V souvislosti s touto mimořádnou situací nevzniká uživatelům povinnost hradit žádné doplatky, a to ani za dovoz stravy.

Opravy

Ředitel domova informoval uživatele o aktuálních opravách v zařízení:

- uživatelům byla znova vysvětlena příčina vzniklé situace na rozvodech vody (stupačkách). V rámci preventivních opatření proti šíření Legionelly byly realizovány výplachy horkou vodou, které zapříčinily vznik prasklin na rozvodech. Tyto závady jsou v současnosti řešeny, přičemž dokončení oprav se předpokládá do konce dubna. Při opravách nedojde k celoplošnému uzavření vody. Současně je v plánu řešení celkové situace v oblasti zásobování vodou našeho zařízení ve spolupráci s MMFM, hlavním energetikem a dalšími odpovědnými osobami, s cílem předcházet obdobným situacím do budoucna.
- v důsledku zimní údržby (solení) došlo k uvolnění dlažby na vstupním schodišti před hlavním vstupem do budovy (u recepce). Do konce března proběhnou prohlídky ze strany dvou firem, které posoudí stav a navrhnou termín realizace opravy.
- v poslední době proběhla opětovná oprava jednoho z výtahů. Uživatelům bylo připomenuto, že v případě zaseknutí je třeba využít tlačítko
- ve výtahu, které umožní spojení s recepcí, kde je nepřetržitě přítomný personál. Pravidelně také probíhá jejich revize. Uživatelům sděleno, že se zařízení snaží získat dotaci na výměnu a přístavbu dalších výtahů v části jednolůžkových pokojů, avšak v případě jejich nefunkčnosti, bude momentálně vše řešeno formou oprav.

Změna otevírací doby Bistrička

- Pondělí – pátek od 6.30–11.30 a od 13.00–15.30 hodin
- Sobota od 13.00–16.00 hodin
- Neděle - zavřeno
- V bufetu jsou k dispozici mimo jiné i teplá jídla (párky, polévky, langoše, bramborové placky a další).

Pokračování na další stránce



Zdravotní úsek

- Uživatelům byla opětovně připomenuta možnost kontaktovat MUDr. Mostýnovou prostřednictvím jejích webových stránek a e-mailu, a to jak jimi samotnými, tak i jejich rodinnými příslušníky a blízkými.
- Předány informace o závozu inkontinentních pomůcek.
- V zařízení je nově možné zajistit infuzní terapii. Uživatelé mohou tuto službu využít na vlastní žádost (např. infuzi s vitamíny). Podmínky využití budou dohodnuty se zdravotní sestrou, která zajistí předepsání u MUDr. Mostýnové.
- Do zařízení dochází také každé úterý zdravotní sestra MUDr. Mostýnové,
- která zajišťuje potřebné podklady pro plánované preventivní prohlídky.

Úsek údržby

- Dne 21.04.2026, v čase od 08:00 – 10:00 hod. proběhne koordinovaná funkční zkouška systému EPS v objektu domova.
- Do Velikonoc by měla být umyta veškerá okna na budově.
- Úklid – každý měsíc se sepisuje zpětná vazba pracovníky zařízení.

Různé

- Seznámení s plánovanými aktivitami v období Velikonoc.
- V průběhu cca 14 dní bude zajištěna jarní výzdoba.
- Informování o plánovaném dokončení volnočasového areálu v těsné blízkosti domova.
- Sděleno plánované bourání haly vedle domova.

UDÁLO SE V BŘEZNU



V Domově pro seniory

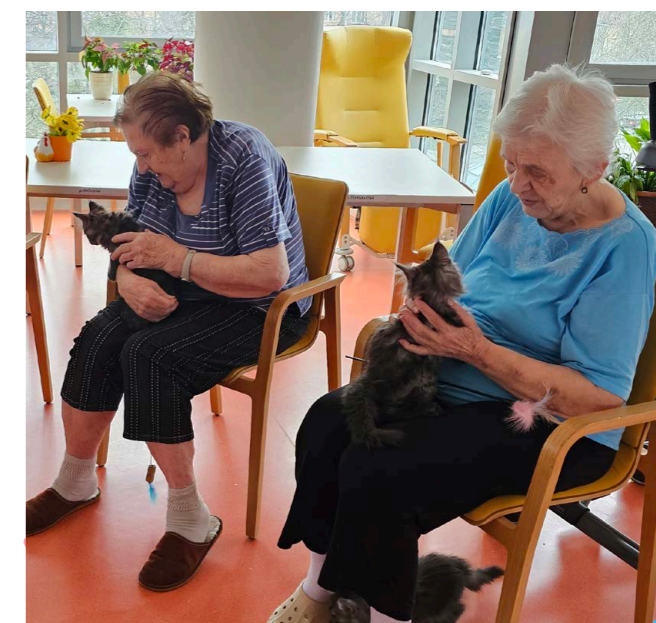
V březnu se v našem Domově pro seniory odehrálo mnoho zajímavých událostí a aktivit. Ty přinesly radost a vzrušení nejen uživatelům, ale i personálu. Začátek měsíce byl věnován oslavě Mezinárodního dne žen, která byla nádherným projevem vděku a uznání všem ženám v našem domově. Každá žena obdržela osobně od pana ředitele karafiát, což bylo gesto, které velmi ocenily. A děti ze ZŠ Staré Města, kteří nám zahráli pohádku o popelce.

A v polovině března nás navštívili zastupitelé města, kteří si přišli zahrát z našimi uživatelné společenské hry. Uživatelé byli moc spokojení a moc se jim to líbilo.

Nechybělo ani slavnostní přivítání jara. Uživatelé si užili dopoledne plné hudby

a pohody. Hostem byl pan Pavlíček, který zahrál na harmoniku a zazpíval známé lidové písně.

Během měsíce se pravidelně konaly i terapeutické aktivity jako canisterapie, muzikoterapie a felinoterapie, které jsou pro naše uživatele významné a poskytují jim příjemné a uvolňující okamžiky. Předvelikonoční období jsme pak věnovali různým tvořivým a společenským aktivitám. Studenti Střední zdravotnické školy pomohli vytvořit uživatelům velikonoční dekorace a po cestě uživatelé hlasovali o nejhezčího beránka. Také děti ze školní družiny se zapojily do velikonočního tvoření a přípravy dalších symbolů jara.





100 LET

V Domově pro seniory



Dne 6.3.2026 započaly významné oslavy naší uživatelky – paní Jarušky Trpákové, která se dožívá obdivuhodného životního jubilea 100 let.

Pro kvalitní začátek jsme zvolili velmi příjemné posezení s rodinou, hosty a personálem Domova pro seniory. Na tuto oslavu přišli popřát a zahrát členové sboru Radost a zástupkyně dobrovolníků z ADRY. Dalšími gratulanty byli představitelé Sokola, duchovní z katolické církve a představitelé vedení našeho Domova pro seniory.

Protože se jedná o velmi významný životní milník, nemohlo zůstat pouze u jednodenní oslavy, ale následovalo ještě další radostné setkání u dobrého jídla a pití s ostatními uživateli Domova III, kde paní Jaruška žije. Oslavy jsme zakončili oficiální, avšak velice

přátelskou návštěvou z Magistrátu města Frýdek-Místek a společným zpěvem lidových písní o dva dny později.

Přijměte prosím pozvání a pojďte s námi krátce nahlédnout do pestrého života paní Jarušky Trpákové.

Paní Jaruška se narodila 7. 3. 1926. Část dětství strávila na statku. V mládí navštěvovala TJ Sokol. Poblíž jejího bydliště byl Hájek (Lískovec), kam chodívala pro vodu, která byla považována za zázračnou, uzdravující a byla z ní výborná káva. Po škole pracovala jako prodavačka obuvi a dodnes jsou boty její vášní. Když jí bylo 20 let, vzala si za manžela Čendu, kterého poznala v Ostravě. Svatba byla v Mariánském kostele ve Frýdku-Místku. S manželem bydleli v domku s jejími rodiči, odkud

byl výhled na Lysou horu a Beskydy, měli psa Tarzana, v 21 letech se jim narodil syn Čeněk. Manžel pracoval u Českých drah, hodně cestovali po Československu a Evropě vlakem, autem, na motorce. Když cestovali do SSSR, museli cestou přehodit vagóny kvůli jiným kolejím. S vnuky Martinem a Romanem jela do Piešťan autem s přívěsem, navštívili i Trenčín. Do penze odešla v 60 letech a tehdy začala zpívat v souboru Radost. Od března 2017 je obyvatelkou Domova pro seniory ve Frýdku-Místku. Byla aktivní řidičkou motorky a auta i s obytným přívěsem. Ve svých 98 letech se naučila řídit elektrický vozík. Paní Jaruška má dobrovolníka Radima, se kterým vztah přerostl v mezigenerační přátelství. Jejím oblíbeným jídlem je bramborový placek a mléko. Receptem na dlouhověkost je její celkový přístup k životu, včetně hluboké víry.

Jménem paní Jarušky děkujeme všem, kteří přiložili ruku k dílu u příprav rozsáhlých oslav!

Paní Jarušce z celého srdce přejeme mnoho zdraví a slunce do dalších dní!





Co plánujeme v dubnu?

Termíny i akce se mohou měnit. Sledujte prosím nástěnky a web.

01	St	9.00	Jídelna		Velikonoce se studenty SZŠ
01	St	9.00	Vstupní hala		Soutěž o nejhezčího beránka
02	ČT	13.00	Klubovna suterén		Tematický odpolední klub
03	Pá	15.00	Kaple		Biblické setkání
04	So	16.00	Kaple		Římskokatolická mše svatá
07	Út	9.30	Domov III		Muzikoterapie individuální
07	Út	10.00	Jídelna		Vystoupení tanečního souboru Astra
07	Út	10.30	Domov II		Muzikoterapie individuální
07	Út	14.00	Domov IV		Muzikoterapie individuální
08	St	7.30	Domov IV		Snídaňový raut
08	St	9.30	Vstupní hala, Jídelna		Sportovní dopoledne (se studenty SZŠ)
09	Čt	13.30	Klubovna suterén		Tematický odpolední klub
10	Pá	15.00	Kaple		Biblické setkání
14	Út	8.00	Vstupní hala		Prodej p. Menšíková



14	Út	13.45	Domov II		Družina 4. ZŠ
15	St	7.30	Domov III		Snídaňový raut
16	Čt	13.30	Klubovna suterén		Tematický odpolední klub
17	Pá	10.00	Vstupní hala		Přednáška p. Pořízka "Lázeňství a lázně v ČR"
17	Pá	15.00	Kaple		Biblické setkání
18	So	16.00	Kaple		Římskokatolická mše svatá
20	Po	9.30	Domov III		Felinoterapie individuální
20	Po	10.30	Domov IV		Felinoterapie individuální
21	Út	10.00	Domov II		Felinoterapie individuální
21	Út	14.00	Domov IV		Družina 7. ZŠ
22	St	7.30	Domov II		Snídaňový raut
23	Čt	13.30	Klubovna suterén		Tematický odpolední klub
23	Čt	13.45	Domov III		Družina 4. ZŠ
24	Pá	15.00	Kaple		Biblické setkání
28	Út	15.00	Vstupní hala		Pop academy
30	Čt	10.00	Vstupní hala		Stavění májky s vystoupením žáků 4. ZŠ soubor Radost



POSTŘEHY PANÍ MARIE



Veselé aktivity

Dne 10. 3. 2026 jsme mněli poklidné aktivity. Poněvadž jsme zdobili i s dětma ze 4. ZŠ perníčky, které jsme napekli den předem. Mněli jsme to za chvíli hotové, děti byly šikovně zdobili. Pak nám celkem všechny řekly básničky. Mněli jsme k tomu zákusek i dobrou kávu. To jsme mněly k tomu svátku v neděli. Bylo ro za odměnu. Děkujeme jim za krásné strávené odpoledne.



Muzikoterapie

Ve čtvrtek 12. 3. 2026 jsme mněli výkonnou aktivitu, a to muzikoterapii s p. Gavlasem to jsme se tedy vyřádili. Zaspívali si z plných plic. Mně to osobně baví. Zas někdy příště.



Malování na téma Jaro

To jsme měli v úterý 17. 3. 2026 dopoledne. Jsme kreslili na udělané kytičky, které byly vyřezané z překližky dřevěné. Jenom jsme vybarvovali. To zas bylo také ticho, že kdyby pustili špendlík na zem tak by byl slyšet. Každý byl do toho zabraný. I sestry se dívaly a moc se jim to líbilo. Byla to pěkná aktivita.



Připomínka MDŽ

V pátek 6. 3. 2026 jsme si připomněli MDŽ, a to v atriu. Byli nás plno. Mněli jsme tam děti ze ZŠ Staré město. Byly to děti ze čtvrté třídy, kteří nám zahráli pohádku. Zaspívali, a tak jsme si oslavili MDŽ. Bylo to takové vzpomínkové. Protože MDŽ bude v neděli. Děti si pro nás přichystaly malé dáreček. Pak jsme dostali kávu a k tomu zákusek.

Paní Marie, Domov II





UDÁLO SE V BŘEZNU



V Domově se zvláštním režimem

Měsíc březen byl v našem Domově se zvláštním režimem skutečně bohatý na pestré aktivity, radostná setkání i první doteky jara. Již od prvního březnového dne se program nesl v duchu probouzející se přírody. Uživatelům během dopoledních aktivit přinášelo velkou radost nejen povídání o jaru, poznávání květin či jarní bingo, ale také tvoření, díky němuž společenskou místnost rozzářily krásné papírové tulipány.

Příjemné počasí lákalo ven, a tak uživatelé v doprovodu pracovníků vyráželi na procházky po okolí a zavítali i do cukrárny. Jaro jsme v DZR přivítali slavnostně, a to společnou oslavou narozenin našich březnových oslavenců. Samozřejmě jsme v březnu nezapomněli ani na oslavu Mezinárodního dne žen, která proběhla díky dobrovolníkům společnosti Tesco a jejich programu v radostné a přátelské atmosféře. Velmi zdařilou akcí bylo připomenutí tradičního vynášení Morany. Uživatelé se aktivně zapojili do její výroby a symbolicky se tak rozloučili se zimou. Během akce také s nadšením zdobili lítečko barevnými pentlemi a radovali se z příchodu jara. Nechybělo ani pohoštění v podobě mazance a dobrá nálada.

Březen je odedávna známý jako Měsíc knihy, a proto jsme si společně

připomněli kouzlo literatury prostřednictvím krásných retro publikací. Společné čtení a vzpomínání na oblíbené příběhy vytvořilo velmi příjemnou atmosféru.

S blížícími se velikonočními svátky se uživatelé věnovali tematickému tvoření a nechybělo ani pečení tradičních beránků. Oblíbené kuchtění, povídání o koření a vzpomínání na domácí recepty obohatilo také jedno dopoledne, kdy si uživatelé společně připravili výborné zelňáčky z listového těsta.

Velmi milou návštěvou bylo opětovné setkání uživatelů s dětmi z blízké mateřské školy. Společně si užili dopoledne plné pohádkových příběhů, vyrábění záložek do knih a veselých básniček. Mezigenerační setkání přineslo mnoho úsměvů a radosti, stejně jako předvelikonoční návštěva dětí ze školní družiny.

Jedno z březnových dopolední bylo věnováno také péči o krásu. Naše pracovníce připravily pro uživatelky příjemné chvíle plné hýčkání a péče, které si každá žena zaslouží v každém věku.

Celý březen byl naplněn množstvím krásných aktivit, společných zážitků a radostných okamžiků. Již nyní se těšíme na duben, který jistě přinese další zajímavé akce a příležitosti k setkávání.



OSLAVA MDŽ

S DOBROVOLNÍKY



V Domově se zvláštním režimem

V DZR jsme si moc hezky užili oslavu Mezinárodního dne žen. O skvělý program se postaraly dobrovolnice z Tesca ve spolupráci s ADROU, které k nám přijely poprvé a hned přivezly spoustu radosti i výborné občerstvení pro všechny ženy. Uživatelkám udělaly velkou radost, některé byly i dojaté, když každá dostala krásnou růži, a myslelo se i na ty, které zůstaly na pokojích – dobrovolnice jim květinu osobně donesly. Celé dopoledne se neslo v pohodové atmosféře plné úsměvů, milých slov a příjemného povídání, pro spoustu uživatelky to bylo velmi milé překvapení, které jim zpříjemnilo den a vykouzliho úsměv na tváři. Moc děkujeme dobrovolnicím za návštěvu a budeme se těšit na další spolupráci.



DEN PRO KRÁSU V DZR

aneb malé radosti v každém věku

V úterý 17. března 2026 se v Domově se zvláštním režimem nesl den v duchu klidu, péče a příjemných prožitků. Dopolední program nazvaný „Den pro krásu“ nabídl uživatelkám prostor zpomalit, odpočinout si a dopřát si chvíle, které patřily jen jim.

Hned při vstupu do společenské místnosti byla cítit jemná vůně, která spolu s tichou, uklidňující hudbou vytvořila atmosféru pohody a bezpečí. Ženy se postupně scházely, usedaly vedle sebe a nechávaly se unášet příjemnou náladou, která vybízela nejen k odpočinku, ale i ke sdílení. A právě sdílení se stalo jedním z nejkrásnějších momentů celého dopoledne. Uživatelky ve střípcích vzpomínaly na dřívější dobu, na své rituály krásy, oblíbené vůně, účesy i drobnosti, kterými o sebe pečovaly. Nechyběl smích ani dojemné chvíle, které připomněly, jak důležitá je péče o sebe v každé životní etapě.

Hlavní část programu patřila zkrášlování a hýčkání. Péče o pleť, úprava vlasů, jemné masáže či lakování nehtů přinesly uživatelkám nejen viditelnou proměnu, ale především radost a pocit výjimečnosti. Každý dotek, každá drobná péče měla svůj význam a připomínala, že si zaslouží pozornost a laskavost.

Toto krásné dopoledne připravily pro uživatelky pracovníce DZR, kterým se podařilo vytvořit prostředí plné klidu, důvěry a lidskosti. Programu se zúčastnila většina uživatelky domova a v následujících dnech se nezapomnělo ani na péči o uživatelky, které tráví čas převážně na svém pokoji.

Den pro krásu tak nebyl jen o vzhledu, ale o celkovém prožitku, o milém zastavení, sdílení a připomenutí, že v každém věku se žena může cítit krásně, spokojeně a být sama sebou.





MEZINÁRODNÍ DEN PTAČTVA

1. dubna

Na první aprílový den, kdy je v plném proudu pohyb tažných ptáků, byla roku 1906 podepsána Mezinárodní Konvence o ochraně užitečného ptactva. Československá republika k této konvenci přistoupila až roku 1924. Tento den se zároveň řadí k významným mezinárodním dnům pro přírodu.



VELIKONOCE 2026

Velký pátek

3. dubna

Velký pátek je součástí tzv. svatého týdne během Velikonoc, kdy byl podle křesťanské tradice v tento den ukřižován Ježíš Kristus.

V České republice je od roku 2016 novým státním svátkem a jeho termín připadá na období od 20. března do 23. dubna. Jako den pracovního klidu se Velký pátek slaví asi ve čtyřiceti státech světa, například v Austrálii, Brazílii, Kanadě, Německu, Spojeném království nebo na Slovensku.

V České republice byl Velký pátek slaven jako státní svátek do 50. let 20. století. Po roce 1989 započaly snahy o jeho obnovení, přičemž tyto snahy se periodicky objevovaly vždy během Velikonoc. Kromě KDU-ČSL usilovali o obnovu Velkého pátku jako dne pracovního volna mimo jiné senátoři Martin Mejstřík, Soňa Paukrťová a Jaromír Štětina.

2. dubna 2015 podpořil tento návrh předseda vlády Bohuslav Sobotka a dne 21. října 2015 schválila Poslanecká sněmovna novelu zákona o státních svátcích, jež nově zahrnoval Velký pátek.

Dovršení těchto snah pak došlo 2. prosince téhož roku, kdy o jediný hlas prošla novela schvalovacím procesem v Senátu a 11. prosince ji podepsal prezident České republiky. Během Velkého pátku jsou hrány tzv. Pašijové hry podle sv. Jana. Vrcholem obřadů



je uctívání kříže. Eucharistie se v tento den neslaví. Podává se však svaté přijímání (z hostií, jež byly proměněny na Zelený čtvrtek).

Na Velký pátek se papež modlí Křížovou cestu v římském Koloseu. Pravoslavní též eucharistii neslaví, ale třikrát se během dne scházejí k modlitbě. Velký pátek je jedním ze dnů přísného půstu. Zvláštní bohoslužby se konají i v protestantských církvích.

V lidových pověrách je Velký pátek spojován s magickými silami. V tento den se měly otevírat hory, které vydávaly poklady; v tento den se nemělo nic půjčovat, protože půjčená věc by mohla být očarována; nesmělo se hýbat se zemí (rýt, kopat, okopávat) ani prát prádlo, protože by bylo namáčeno do Kristovy krve.

Velikonoční pondělí

6. dubna

Velikonoce jsou nejvýznamnějším křesťanským svátkem v roce. Ovšem Velikonoce mají dlouholetou tradici a jedná se o oslavu jara. Velikonoce vznikly z latinského pascha, které překládáme jako přechod či přejití a jedná se o oslavu z mrtvých vstání Ježíše. Právě ukřižování Ježíše bylo nedaleko od židovského svátku pesach – oslava osvobození Izraelitů Mojžíšem z egyptského otroctví. Velikonoce nemají v našem kalendáři stálé datum, jsou vypočítávány právě podle „velké noci“ kdy byl Kristus vzkříšen. Celé velikonoční období trvá 50 dní od Velikonoc do tzv. Letnic, přičemž pro většinu z nás znamená oslavu Velikonoc pár dnů volna navíc, které jsou s jejich oslavou spojeny. Celý velikonoční týden: Modré (někdy žluté pondělí) Šedivé úterý Popeleční středa Zelený čtvrtek Velký pátek Bílá sobota Boží hod velikonoční (připadá vždy na neděli) Velikonoční pondělí Právě k Velikonočnímu pondělí se vážou tradice, které zná každý z nás. Nejčastější je pletení pomlázek a barvení vajíček. Většinou chodí na koledu chlapi a vyšupávají dívky „aby neuschly“. A v některých koutech naší republiky se jednou za 4 roky tato tradice obrací a chodí šupat dívky – jedná se o přestupný rok. Další tradicí koledy je polévání vodou a samozřejmě ta nejpříjemnější část – obdarovávání. Tradiční malovaná vajíčka – kraslice v dnešní době často nahrazují čokoládová vejce či různé sladkosti a v neposlední řadě i něco na zahřátí.





Pranostiky

Dubnové pranostiky

V tomto měsíci jest obyčejně mnoho silných větrů, nato hned sníh, déšť, kroupy, slunečnost a protože stále proměnitelné povětrí, že se sotva v celém roku takové nalézá.

Ranní déšť a dubnový čas jest stejný.

V dubnu čas a panský kvas.

Panská láska a dubnový sníh za mnoho nestojí.

Sníh dubnový hnojí, březnový tráví.

Mokrý duben a máj chladný - k sýpkám, senu přístup žádný.

Jak hluboko v dubnu namokne, tak hluboko v máji vyschne.

Na mokrý duben - suchý červen.

Teplé deště v dubnu, teplé dny v říjnu.

Nechť si duben sebelepší bývá, ovčákovi hůl přec jen se zasněžívá.

Když duben laškuje, bývá mnoho sena a obilí.

Dubnový sníh rodí trávu.

Pakli mokrý a zimavý duben, jest úroda na víno.



Abeceda žádná věda

ŠALVĚJ LÉKAŘSKÁ

Je léčivá rostlina z čeledi hluchavkovitých

Použití:

Je známo asi 14-17 druhů, které jsou rozšířeny v Evropě, jihozápadní Asii a v severní Africe, jinde se vyskytují pouze adventivně.

Rozšíření v Česku:

Jako koření se užívají čerstvé nebo sušené listy barvy zelenošedé až stříbrošedé. Chutnají trpce a lehce nahořkle a hodí se hlavně k vepřovému a telecímu masu. Přidávají se také do omáček, nádivek, k ochucení sýrů. Ve staročeské kuchyni byla používána šalvěj lékařská stejně často jako petrželka. Sbírá se i kvetoucí nať v červnu až červenci.

Šalvěj se používá též v léčitelství pro své protizánětlivé, antivirotické a antibakteriální účinky, zabraňuje průjmům. Pomáhá při žaludečních, střevních a žlučkových potížích a nadýmání. Droga je někdy mylně používána při alternativní léčbě různých druhů rakovin.

Žádaná je šalvěj i v kosmetice, kde se využívají její stahující a dezinfekční schopnosti.



Rozloučili jsme se...

Domov pro seniory

Majkus Jiří

Popelka Drahoslav

Černík Josef

Kaňoková Marie

... mezi nás vítáme.

Domov pro seniory

Hendrychová Jana

Fajkus Miroslav

Pečínková Marie

Přejeme všem novým příchozím, abyste si u nás brzy zvykli a navázali nová přátelství.



NAROZENINY SLAVÍ

Domov pro seniory

Řehová Karla

Raiskubová Věra

Kubínová Milada

Jenknerová Marta

Carbolová Terezie

Koláčková Danuše

Ryšková Marie

Blahuta Dušan

Domov se zvláštním režimem

Kubačák Jaroslav

Všem oslavencům ze srdce přejeme pevné zdraví a spoustu radostí.



Zábavné úkoly pro seniory

1 Doplňte známá přísloví

Jak se do lesa volá, tak se z lesa

Ranní ptáče dál

Komu se nelení, tomu se

Darovanému koni na zuby

Kdo jinému jámu kopá, sám do ní

Lepší vrabec v hrsti než na střeše.

2 Najděte, co do řady nepatří

Jablko | hruška | banán | mrkev

pes | kočka | králík | člověk

pondělí | úterý | květen | středa

tramvaj | auto | vlak | koleje

růže | tulipán | pampeliška | petržel

lípa | bříza | dub | smrk

ŘEŠENÍ

jsou listnaté stromy)

1. Mrkev (ostatní je ovoce) 2. Člověk (ostatní jsou zvířata) 3. Květen (ostatní jsou dny v týdnu) 4. Koleje (ostatní jsou dopravní prostředky) 5. Petržel (ostatní jsou květiny) 6. Smrk (ostatní

1. ozývá, 2. doskáče, 3. zelení, 4. nehledí, 5. padá, 6. holub