

LEDEN 2023



D - magazín



ŠŤASTNÝ
NOVÝ
ROK

<https://www.facebook.com/ceskezvyky>

Úvodní slovo ředitelky domova

Vážené čtenářky, vážení čtenáři D-magazínu,

rok 2022 se stal nenávratně minulostí. Vstoupili jsme do dalšího roku, 2023, kde součet číslic přináší číslo 7, které je podle numerologie číslem ochoty pracovat na sobě, hledat své slabiny a odstraňovat je vlastní pílí a prací. Vnímejte aktivně druhé lidi, jejich přání, potřeby, podporujme se vzájemně, setkávejme se s přáteli, udržujme dobré rodinné či přátelské vztahy, o které se můžeme kdykoliv opřít.

Přeji nám všem hlavně zdraví, štěstí, lásku, sounáležitost. Užívejme si každého dne radostně, vesele a ať nás neopouští optimismus ☺.

PhDr. Šárka Nováčková
ředitelka domova

D-magazín

Vydáván pouze pro vnitřní potřebu

Domova pro seniory Světlo

Sídlo zařízení:

Drhovle 44, 397 01 Písek

IČO: 708 69 812

Tel.: 382 789 611 – recepce

Datová schránka: mvcki29

Redakční mail: social@dps-svetlo.cz

Odpovědná osoba pro vydávání

Mgr. Martina Kolářiková, DiS.

www.dps-svetlo.cz

Číslo účtu: 2723271/0100

Distribuce: zdarma na nástěnky, do dílen, kluboven a veřejných prostor domova.

Charitativní výstava fotografií autorky

Dity Kozákové
v prostorách
recepce Domova
pro seniory
Světlo, pobočka
Písek, potrvá do
31.1.2023.

Zakoupením
obrazů přispějete
na aktivizaci
klientů.



Leden

Jaroslav Seifert

O křehké holi, kuté z ledu,
jde leden, přítel neposedů;
ti, uši skryté do beranic,
se smíchem běží větrem vánic.

To není hůl a rampouch ani,
ježž najdeš v oknech po svítání,
to starodávná píšťala je
a ze všech nejsmutněji hraje,
když do horkých ji vezmeš dlaní.

O smutku zpívá v bílé kráse
a ihned v slzách rozplývá se.

**DLOUHODOBĚ
NÁS PODPORUJÍ:**



MĚSTO
PÍSEK



SLEDUJTE AKTUÁLNÍ DĚNÍ V DOMOVĚ

PROSTŘEDNICTVÍM INTERNÍHO TELEVIZNÍHO
KANÁLU NA SVÝCH PŘIJÍMAČÍCH

V PÍSECKÉ POBOČCE SI MOHOU KANÁL NALADIT
KLIENTI, KTEŘÍ MAJÍ SPOLEČNOU ANTÉNU

Lednové povídání.

Zatím moc vody neuplynulo v řece Otavě, protékající Pískem, od chvíle, kdy jsme trávili nejkrásnější svátky v roce, totiž Vánoce. Pokud jsme si je sami nezkazili, nebo si je zkazit nenechali, tak byly nádherné. Opět jsme si připomněli narození Spasitele. A to všichni bez rozdílu. Nebo snad někdo při nich hlavně myslel na něco jiného? Pak ho tedy upřímně lituji. Ale nechme zatím těchto rádoby filozofických úvah, a podívejme se raději na vyhlídky do budoucnosti. Ale nejprve mi dovoluňte se ještě trochu vrátit k Vánocům. Moje dcerka darovala celé rodině pejška. Na tom by nebylo nic tak moc pozoruhodného. Zvláštní na tom ale je to, že fenka byla v útulku a že je od narození slepá. Jmenuje se Enča. Často jsme spolu chodili o Vánocích na procházky. Bylo to bezva. A teď konečně co nás čeká. Tak především od současné vlády neočekávejme nic. Protože co si nezařídíme sami, mít nebudeme. Asi se nám nejspíš pobyt tady v domově opět prodraží. Ale to se dá lehce vysvětlit. Třeba tak, že se tady léta nezdrazovalo a důchody vesele rostly. Teď to bude asi horší. Ale přejme si všichni hlavně hodně zdraví. Když se tak rozhlížím kolem sebe a vidím tady v domově, jak jsou někteří klienti odkázáni na pomoc druhých, říkám si, "zaplaťpánbů", že jsem tom tak jak jsem. Je důležité pečovat nejen o vlastní tělesnou schránku, ale i se udržovat v dobré psychické pohodě. Já to řeším tak, že hodně čtu, luštím sudoku a hraji šachy. Každý by měl mít svého koníčka. Alespoň mně to hodně pomáhá. Tady v domově jsou pro to navíc ideální podmínky. Dopoledne trávím v dílně, kde se snažím rozvíjet svoje dávno zapomenuté dovednosti. Odpo, pokud to počasí dovolí, chodím na procházky po Písku a okolí. To je takový můj recept, který mi pomáhá udržovat se v kondici, a který můžu poradit všem. Na to, že je leden, si myslím, že jsem toho napovídal, vlastně napsal, dost. Každopádně Vám všem přeji hezké vykročení do nového roku a ještě jednou hlavně hodně zdraví.

Slávek Felcman

ŘEŠNÍ KVÍZU ZE STR. 23

- 15) Nemocnice na kraji města
- 14) Proč?
- 13) Čtyři vraždy stačí, drahoušku
- 12) Libáš jako ďábel
- 11) Drahé tetý a já
- 10) Jak utopit doktora Mráčka
- 9) Rok ďábla
- 8) Dva lidi v ZOO
- 7) Táto sežen štěně
- 6) Noc na Karloštině
- 5) Což takhle dát si špenát?
- 4) Na kolejiček čeká vrah
- 3) Slunce, seno, jahody
- 2) Trhala flalky dynamitem
- 1) Na samotě u lesa



Zdroj: <https://www.facebook.com/ceskezyvyky>

Valorizace důchodů v roce 2023

V lednu přichází **pravidelná (řádná) valorizace**. Každý důchod se skládá ze základní výměry a procentní výměry. Při řádné valorizaci se zvýší obě tyto části. Základní výměra důchodů stoupne od ledna 2023 o 140 korun, procentní výměra o 5,1 %. Průměrný důchod se díky tomu zvýší o 825 korun na úroveň kolem 19 tisíc korun.

Základní výměra je pevně stanovená část důchodu, stejná pro všechny důchodce.

Neovlivňuje ji délka doby pojištění ani výše předchozího výdělku. V lednu 2023 se základní výměra zvýší z 3900 Kč na 4040 Kč, tedy o 140 Kč měsíčně.

Procentní (zásluhová) výměra důchodu závisí na průběhu důchodového pojištění u konkrétního člověka: čím jsou vyšší příjmy v rozhodném období a delší získaná doba pojištění, tím vyšší je procentní výměra. Procentní výměry se od ledna zvýší o 5,1 %.

Během roku – pravděpodobně v červnu – přijde další mimořádná valorizace. Ministr práce a

Důchod před valorizací	Zvýšení základní výměry důchodu	Zvýšení procentní výměry důchodu	Důchod po zvýšení
12 000 Kč	140 Kč	414 Kč	12 554 Kč
13 000 Kč	140 Kč	465 Kč	13 605 Kč
14 000 Kč	140 Kč	516 Kč	14 656 Kč
15 000 Kč	140 Kč	567 Kč	15 707 Kč
16 000 Kč	140 Kč	618 Kč	16 758 Kč
17 000 Kč	140 Kč	669 Kč	17 809 Kč
18 000 Kč	140 Kč	720 Kč	18 860 Kč
19 000 Kč	140 Kč	771 Kč	19 911 Kč
20 000 Kč	140 Kč	822 Kč	20 962 Kč
21 000 Kč	140 Kč	873 Kč	22 013 Kč
22 000 Kč	140 Kč	924 Kč	23 064 Kč
23 000 Kč	140 Kč	975 Kč	24 115 Kč
24 000 Kč	140 Kč	1 026 Kč	25 166 Kč
25 000 Kč	140 Kč	1 077 Kč	26 217 Kč
26 000 Kč	140 Kč	1 128 Kč	27 268 Kč
27 000 Kč	140 Kč	1 179 Kč	28 319 Kč
28 000 Kč	140 Kč	1 230 Kč	29 370 Kč

sociálních věcí Marian Jurečka předpokládá, že důchody při ní stoupnou v průměru zhruba o 700 korun. Při mimořádné valorizaci kvůli inflaci se zvedá jen zásluhová (procentní) část penzí. A ta je tím menší, čím menší je důchod. Mimořádná valorizace proto podle dosavadních pravidel pomáhá lidem s nižšími důchody méně než těm s vyššími.

Výchovné 500 Kč k důchodu

Od ledna 2023 dostanou starobní důchodci příspěvek ve výši 500 korun měsíčně za každé vychované dítě – takzvané výchovné. Dosáhnou na něj i ti, kteří už důchod začali pobírat dříve (do konce roku 2022). Příspěvek automaticky dostanou ženy, které odešly do penze dříve díky počtu vychovaných dětí. Ostatní zájemci musí vyplnit žádost o příspěvek, nejpozději do konce roku 2024.

Výchovné zvýší důchod hlavně ženám, které mají dlouhodobě podstatně nižší penze než muži. Kromě jiného je to dáno právě tím, že ženy většinou pečují o děti, přicházejí o roky v práci, a tím se jim snižuje pobíraná mzda. To se pak odráží i v nižších důchodech.

Zdroj: <https://www.penize.cz/starobni-uchod/438677-jak-se-zvysi-uchody-v-roce-2023-urad-rekl-podrobnosti>

ZMĚNA ÚHRAD ZA POSKYTOVÁNÍ SOCIÁLNÍCH SLUŽEB OD 1. 2. 2023

Na základě vyhlášky 440/2022 ze dne 16. prosince 2022, kterou se mění vyhláška č. 505/2006 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů, se mění ceník poskytovaných služeb v Domově pro seniory Světlo od 1. 2. 2023.

Od února 2023 dojde i v našem domově ke zdražení poskytovaných služeb. To znamená, že si klienti připlatí za stravu a pobyt. Ministerstvo práce a sociálních věcí vydalo novelu úhradové vyhlášky, která stanovuje maximální platby za jednotlivé služby. Důvodem nezbytného zdražování jsou rostoucí ceny energií a potravin. Je potřeba zajistit především ekonomickou stabilitu poskytovaných služeb a v nastavených cenách reflektovat výši státních dotací a také valorizace důchodů.

CENÍK POSKYTOVANÝCH SLUŽEB PLATNÝ OD 1. 2. 2023

DOMOV PRO SENIORY SVĚTLO DOMOV PRO SENIORY SVĚTLO, POBOČKA PÍSEK DOMOV SE ZVLÁŠTNÍM REŽIMEM

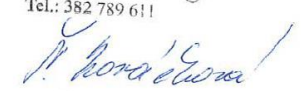
UBYTOVÁNÍ v Kč	SNÍDANĚ + SVAČINA v Kč	OBĚD v Kč	VEČEŘE v Kč	STRAVA CELKEM v Kč	UBYTOVÁNÍ A STRAVA CELKEM v Kč
280	75	95	65	235	515 / 1 den
Počet dní v měsíci: 30,42					15 666,-Kč / 1 měsíc

Hodnota potravin v %, režijní náklady v Kč

celodenní strava	%	potraviny v Kč	režie v Kč	CELKEM v Kč
snídaně + odpo. svačina	31,9 %	29 + 12	34	75
oběd	40,4 %	45	50	95
večeře	27,7 %	34	31	65
CELKEM	100%	120	115	235

Schválen dne: 23.12.2022
Platnost od: 1. 2. 2023

Domov pro seniory Světlo
Drhovle 44, 397 01 Písek
IČO: 708 69 812
Tel.: 382 789 611


PhDr. Šárka Nováčková
ředitelka

DŮLEŽITÉ INFORMACE - DSS, POBOČKA PÍSEK

• **PREZIDENSTKÉ VOLBY 2023**

Termín pro první kolo prezidentských voleb:

- Pátek 13. ledna 2023 od 15:00 hod.

V klubovně ve 2. patře bude volební místnost. Imobilní klienty navštíví volební komise na pokojích. Prosíme o připravení volebního lístku a občanského průkazu. Voličské lístky obdržíte neprodleně po jejich dodání do domova.

Termín pro druhé kolo prezidentských voleb bude upřesněn.



• **ZMĚNA TELEVIZNÍCH POPLATKŮ A POPLATKŮ SIPO**

Úhrady rozhlasových a televizních poplatků

- **TELEVIZOR:** měsíční úhradu za používání televizoru tvoří 2 poplatky:
 1. Poplatek kabelové televizi: úhrada za zprostředkování signálu firmě ELSAT hotově prostřednictvím sociální pracovnice každý měsíc → **130 Kč základní nabídka, 330 Kč rozšířená nabídka.** Nebo poplatek za užívání společné antény Domova pro seniory Světlo ve výši **40 Kč měsíčně** formou fakultativní služby.
 2. Koncesionářský poplatek: poplatky dle zákona o rozhlasových a televizních poplatcích č. 348/2005 Sb. jsou hrazeny prostřednictvím SIPO (hotově nebo bezhotovostně) nebo trvalým příkazem z osobního účtu. Platba v hotovosti sociální pracovnici činí **135 Kč + 28 Kč poštovné** → 163 Kč.
- **RÁDIO:** měsíční úhradu za používání rádia tvoří 1 poplatek:
 1. Koncesionářský poplatek: poplatky dle zákona o rozhlasových a televizních poplatcích č. 348/2005 Sb. jsou hrazeny prostřednictvím SIPO (hotovostně nebo bezhotovostně), příp. trvalým příkazem z osobního účtu. Platba v hotovosti sociální pracovnici činí **45 Kč + 28 Kč poštovné** v hotovosti → 73 Kč. **Koncesionářský poplatek za rádio se hradí i v případě, že má uživatel na pokoji pouze TV (na TV lze rádio poslouchat).**

Přihlášky, odhlášky a změny v evidenci SIPO si zajišťuje klient sám nebo s pomocí rodinných příslušníků. V odůvodněných případech toto zajistí sociální pracovník za předpokladu, že obdrží kopii dokladu SIPO a podepsanou žádost o změnu SIPO. Komunikaci s poskytovatelem kabelového signálu zajišťuje sociální pracovník. **Za veškeré následky vyplývající, z neplacení zákonného poplatku klient nese zodpovědnost sám!**

• DONÁŠKOVÁ SLUŽBA - NABÍDKA PŮJČOVÁNÍ KNIH

Na základě spolupráce s Městskou knihovnou Písek dojde od ledna 2023 k pravidelnému zavážení knih přímo k nám do domova. Knihy jsou zaváženy zpravidla první středu v měsíci. Veškeré služby jsou zdarma. Pokud rádi čtete, kontaktujte sociální pracovníci, aktivizační pracovníci nebo svého klíčového pracovníka a sdělte mu svá přání ohledně výběru žánru nebo autorů. Knihu Vám poté přineseme až na pokoj.



• ZÁPIS ZE SCHŮZKY Z VÝBORU OBYVATEL

Přítomni: PhDr. Šárka Nováčková, Mgr. Martina Kolářiková,

Mgr. Miroslav Felcman, Jarmila Ždimerová, Jiří Sladovnick, Danuše Hovorková, Richard Douša

Ředitelka domova PhDr. Šárka Nováčková na úvod přivítala všechny přítomné a popřála vše nejlepší v novém roce.

Informace a připomínky:

1) SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ ÚSEK

→ **Změna úhrad** od 1. 2. 2023 – na základě schválení vyhlášky 440/2022 Sb. dochází ke změně v ceníku poskytovaných služeb od 1. 2. 2023.

→ **Rozšíření nabídky volnočasových aktivit** – promítání filmů, návštěva restaurace, nákup v blízkém obchodě, návštěva bohoslužby v kostele, donášková služba knih z Městské knihovny v Písku, pravidelné výlety – návrhy na výlety, filmy, atd. můžete předávat aktivizačním pracovnícím, příp. do schránek důvěry. Plánované akce budou vyvěšeny i ve výtahu.

→ V zahradě bude nově umístěna vodní fontánka

→ Prezidentské volby budou v pátek 13. 1. 2023 od 15:00 hod. v klubovně ve druhém patře. Imobilní klienty volební komise navštíví na pokoji. Prosím o připravené občanské průkazy.

2) STRAVOVÁNÍ

→ požadavek klientů, aby ve středu byla hustá polévka (v současné době se střídá vložková, koprová, masový krém, drůbeží s těstovinou, zeleninový krém). → V letním jídelníčku bude zohledněno.

→ Dotaz ohledně zbytků jídla → zbytky jsou likvidovány dle hygienických norem.

→ Dotaz ohledně velikostí porcí → klienti si mohou na kartičky nechat napsat, že chtějí např. poloviční přílohy (ostatní zůstává stejné).

→ Dotaz, proč se vaří tolik sladkých jídel → K obědu je sladké jídlo 1x týdně, k večeři 2x. Vždy je v nabídce i jídlo nesladké!

• PÉČE, ZDRAVOTNICTVÍ

→ klienti obdrží na pokojce cedulky na kliku „prosím nerušit“. V případě, že nebudou chtít být rušeni (návštěva, odpočinek, ranní delší spánek atd.), pověsí si cedulku na kliku.

→ fyzioterapie – nabídka bude rozšířena o magnetoterapii, biolampu s laserem, perličkovou masáž nohou, masážní perličkovou lázeň, termoterapii – harmonogram činností bude vyvěšen na nástěnkách a ve výtahu.

→ připomínka klientů, že v případě použití signalizace trvá někdy velmi dlouho, než personál přijde. Paní ředitelka informovala o plánu modernizovat letos signalizaci, která by umožňovala komunikaci personálu s klientem i mimo sesternu.

• PROVOZ

→ Připomínka ohledně slabého televizního signálu. Někdy se stane, že zcela vypadne program třeba na 5min. → Bude řešeno s odbornou firmou.

Další schůzka výboru je plánována na 1. 2. 2023 v 9:00 hod. v ředitelně.

• ZMĚNA CENÍKU ČESKÉ POŠTY

Od 1. 1. 2023 a 1.2 2023 dochází ke změně v ceníku České pošty. Uvádíme zde některé změny. Kompletní ceník je k nahlédnutí u sociální pracovnice nebo v sekretariátu.



OBYČEJNÉ PSANÍ EKONOMICKÉ	Do hmotnosti / cena v Kč				
	50 g – standard ¹⁾	100 g ²⁾	500 g ²⁾	1 kg ²⁾	
Základní cena	21,00	25,00	29,00	35,00	
OBYČEJNÉ PSANÍ PRIORITNÍ	Do hmotnosti / cena v Kč				
	50 g – standard ¹⁾	100 g ²⁾	500 g ²⁾	1 kg ²⁾	
Základní cena	28,00	32,00	36,00	42,00	
DOPORUČENÉ PSANÍ EKONOMICKÉ	Do hmotnosti / cena v Kč				
	50 g – standard ¹⁾	100 g ⁶⁾	500 g ⁶⁾	1 kg ⁶⁾	2 kg ⁶⁾
Základní cena	52,00	60,00	62,00	68,00	74,00
DOPORUČENÉ PSANÍ PRIORITNÍ	Do hmotnosti / cena v Kč				
	50 g – standard ¹⁾	100 g ⁶⁾	500 g ⁶⁾	1 kg ⁶⁾	2 kg ⁶⁾
Základní cena	59,00	67,00	69,00	75,00	81,00
Druh poštovní poukázky čl. 57, 58, 59 pošt. podmínek	Do částky včetně / cena v Kč				
	1 Kč až 5 000 Kč	5 001 Kč až 50 000 Kč	Za každých dalších započatých 10 000 Kč		
A	49,00	57,00	7,00		
B – písemně	42,00	52,00	7,00		
B – datově	40,00	50,00	7,00		
C	58,00	69,00	13,00		
D	117,00	139,00	13,00		
Platba SIPO na přepážce včetně zaslání Platebního dokladu SIPO – Hotovost				28,00	
Platba SIPO na přepážce se Zákaznickou kartou včetně zaslání Platebního dokladu SIPO – Hotovost				22,00	
Platba SIPO u doručovatele včetně zaslání Platebního dokladu SIPO – Hotovost				32,00	
Platba SIPO uhrazená Jednorázovým příkazem k úhradě včetně zaslání Platebního dokladu SIPO – Hotovost				18,00	
Platba SIPO Inkasem včetně zaslání Platebního dokladu SIPO – Bezhotovost poštou				18,00	

VOLBY V DRHOVLI

ve dnech 13. a 14. ledna 2022 se uskuteční volby prezidenta České republiky

**Domov pro seniory v Drhovli navštíví volební komise
v pátek 13.ledna ve 14.15 hodin.**

Volit se bude v klubovně oddělení III.

LEDEN

Leden je podle gregoriánského kalendáře první měsíc v roce. Má 31 dní. Český název měsíce pochází od slova led – měsíc ledu. Ve východní Evropě byl tento měsíc původně označován jako *měsíc vlka*. V mnoha jazycích je název měsíce (anglicky *January*, německy *Januar*, slovensky *Január*) odvozen od latinského *lanuarius*, což bylo pojmenování podle boha Januse z římské mytologie. Janus je mimo jiné bohem začátků a konců.

Měsíc leden stejně jako únor v římském kalendáři zpočátku neexistoval. Římský kalendář měl pouze 10 měsíců, celkem 304 dny a zima byla považována za období bez měsíců. V roce 713 př. n. l. římský král Numa Pompilius do kalendáře zahrnul i leden a únor, takže kalendář zahrnoval celý lunární rok. Leden byl v římském kalendáři 11. měsíc v roce a měl 28 nebo 29 dní. Kalendářní rok začínal v březnu, když 1. a 15. března římský lid volil své konzuly. Kvůli vojenským operacím museli být konzulové v roce 153 př. n. l. zvoleni o dva měsíce dříve a začátek roku se proto přesunul na 1. leden. Když v roce 45 př. n. l. zavedl Julius Caesar juliánský kalendář, leden byl prodloužen na 31 dní.

Zdroj: <https://cs.wikipedia.org/wiki/Leden>

Další reformu kalendáře vyhlásil až v únoru 1582 tehdejší italský papež, Řehoř XIII. Upravil nepřesnosti v přestupnosti let a přizpůsobil jej astronomickým skutečnostem. I on si na úpravu kalendáře povolal dva učence, bratry Liliovy, jejichž návrh byl podstoupen několikaletému zkoumání. Poté byl schválen komisí i samotným papežem. Kalendář byl pojmenovaný podle papeže, gregoriánský (neboli řehořský) a jeho zavádění provázely mnohé zmatky. V roce vyhlášení reformy jej přijalo pouze několik katolických států, jako byla Itálie, Portugalsko, Španělsko nebo Polsko. České země jej akceptovaly až v roce 1584 za vlády císaře Rudolfa II. Posledním českým městem, jež odsouhlasilo přijetí gregoriánského kalendáře, byla Kadaň v roce 1588.

Některé protestantské země se tomu ještě dlouho bránily a přijaly ho za svůj až třeba ve 20. století. Jak již bylo zmíněno, neobešlo se zavedení nového kalendáře bez průvodního chaosu a mnohých kuriózních situací. Jednou z nich je například příběh pohlednice zaslané v roce 1906 z Dánska, kde již platil gregoriánský kalendář, do Ruska,

Mnoho sněhů v lednu,
mnoho hřibů v srpnu.



v němž používali ještě kalendář juliánský. Pohlednice byla odeslána z Dánska dne 24. července 1906 a do Ruska dorazila 14. července 1906.

V současné době je však gregoriánský kalendář celosvětově používaným systémem pro počítání času.

Zdroj: <https://www.hrady.cz/clanky/leden-byval-mesicem-odpocinku-mrazu-obav-o-zivobyti-ale-take-mesicem-nadeje-a-lidovych-mouder>

Počasí v lednu

Podle meteorologických měření v pražském Klementinu byla od 18. století nejvyšší lednová teplota zaznamenána 12. ledna 1993 (17,4 °C) a nejnižší 31. ledna 1830 (-27,5 °C). Průměrné lednové teploty se v letech 1961–1990 pohybovaly od -2,1 do 1,8 °C. Z celého území České republiky byla nejvyšší teplota naměřena **1. ledna 2023 v Javorníku (19,6 °C)** a nejnižší 24. ledna 1942 v Chlumu u Třeboně (-36,2 °C).

Zdroj: <https://cs.wikipedia.org/wiki/Leden>

Leden býval měsícem odpočinku od fyzicky těžkých prací

Měsíc leden býval dříve považován za měsíc odpočinku, jelikož se nedalo pracovat v lese ani na poli. Slovo „odpočinek“ bylo však zavádějící. Žádné válení se na peci! Dokud to počasí umožnilo, opravovala se lidská stavení, zvířecí příbytky a stroje a náčiní se chystaly na příští sezónu. Pouze v dobách třeskutých mrazů se lidé přesouvali dovnitř stavení. Byla to doba, kdy se členové rodiny sesedli u rozehrátých kamen a za zvuku praskajících polínek si vyprávěli pohádky i tajemné příběhy. Tehdy se rodily dodnes používané báje a pověsti. I přes nelehkou dobu to býval čas všemi milovaný. Ženy jej využívaly na předení přízí, draní peří, tkaní koberečků, šití, vyšívání, paličkování nebo pletení proutěných košíků. Pánové se věnovali práci se dřevem nebo proutím a pod jejich rukama vznikaly vařečky, měchačky, hrábě či košťata nebo třeba oblíbené pantofle, zvané dřeváky. Ručně se vyráběly i střešní šindele. Prodej těchto výrobků byl často jediným zimním zdrojem příjmů.

Leden – měsíc vlka

Východní Slované nazývali leden - **měsícem vlka**. Proč, to není zcela jisté, ale možná to souviselo právě s lednovou tuhou zimou a jejich obavami, že hladem strádající vlci se mohou přiblížit do blízkosti lidských obydlí.

Pranostiky

K lednu se váže asi úplně nejvíc pranostik ze všech ročních měsíců. Mezi nejznámější patří pořekadlo „Jak na Nový rok, tak po celý rok“. Pochází z doby, kdy ještě silvestrovské bujaré oslavy neexistovaly a lidé na Nový rok vstávali střízliví, odpočatí a plni energie. Většina starých lidových rčení se však vztahuje k počasí. Zima mívala za úkol připravit půdu na jarní výsadbu a dát základ dobré budoucí úrodě. Půda pod sněhem odpočívala a nabírala sílu a dostatečné mrazy likvidovaly choroby



a škůdce. Naopak teplé a deštivé počasí bylo v tuto dobu nežádoucí, protože půdu značně vysušovalo. V pranostikách našich předků jsou ukryta moudra i životní zkušenosti, jež platí dodnes. Stačí jim jen umět dobře naslouchat.

Tady je pár z nich:

- *Když dne přibývá, mráz silně pálí,*
- *leden ve dne svítí a v noci pálí,*
- *v lednu za pec si sednu,*
- *jaký leden, takový červenec,*
- *lednoví druhové – vánice a mrazové,*
- *je-li leden nejostřejší, bude roček neplodnější,*
- *leden studený – duben zelený,*
- *teplý leden, k nouzi krok jen jeden,*
- *zelené žito v lednu na poli, po žních budou prázdné stodoly,*
- *létají-li v lednu mouchy, bude rok na úrodu skoupý,*
- *leden bílý je sedlákovi milý.*

Zdroj: <https://www.hrady.cz/clanky/leden-byval-mesicem-odpocinku-mrazu-obav-o-zivobyti-ale-take-mesicem-nadeje-a-lidovych-mouder>

Významné dny

V České republice se od roku 2001 slaví 1. leden jako Den obnovy samostatného českého státu a je státním svátkem. Na leden připadají také dva významné dny: Den památky Jana Palacha (16. ledna) a Den památky obětí holocaustu a předcházení zločinům proti lidskosti v rámci Mezinárodního dne památky obětí holocaustu (27. ledna). 1. ledna také lidé neoficiálně slaví Nový rok. Pro pravoslavnou církev, která užívá juliánský kalendář, začíná nový rok o 14 dní později.

Podle ledna jsou pojmenovány některé události, které se v tomto měsíci odehrály. Termíny "*polednový vývoj*", "*polednová politika*" či "*doba polednová*" odkazují na více než sedmiměsíční období československých dějin po 5. lednu 1968, kdy Ústřední výbor Komunistické strany Československa uvolnil z funkce svého prvního tajemníka Antonína Novotného a na jeho místo zvolil Alexandera Dubčeka. Toto období západní média s odkazem na "*Jaro národů*" pojmenovala jako "*Pražské jaro*" a název se pak ujal i v Československu. Období Pražského jara (polednové období) skončilo invazí vojsk Varšavské smlouvy do Československa 21. srpna 1968.

Zdroj: <https://cs.wikipedia.org/wiki/Leden>

Nový rok a první návštěvník

Obřadní význam prvního návštěvníka se všeobecně vázal k představě, že příchozí osoba předurčuje pohlaví

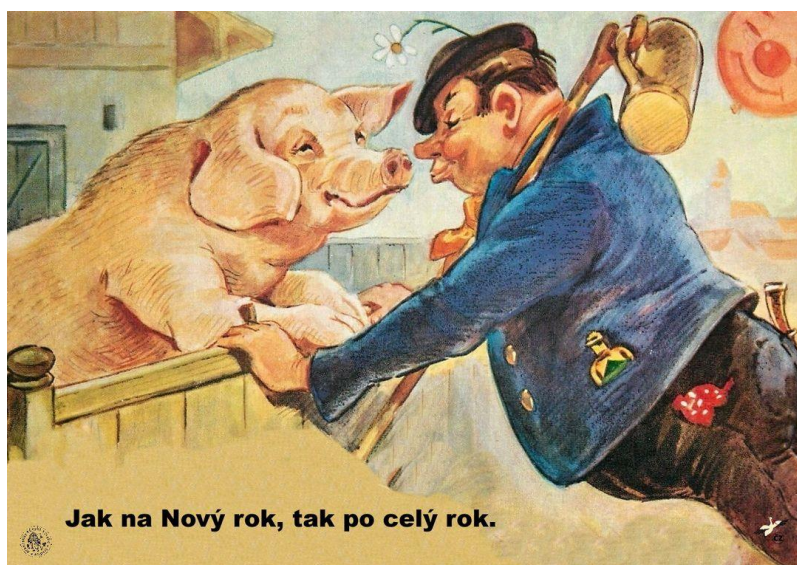


budoucího stáda anebo potomka v hospodářské rodině: Má-li hospodyně v týž den skotnou krávu ve chlévě a přijde-li v týž den cizí mužská osoba první do domu, má mít kráva býčka, přijde-li však ženská osoba jako první, má kráva mít jalovičku. Tento zvyk byl velmi rozšířený. Na Žďársku, Chrudimsku, nebo Tábořsku se tyto prognózy vztahovaly k **Novému roku**.

Jinde se věřilo, že první návštěvník svou přítomností přímo působil na pohlaví potomstva. Když chtěli mít ve Velkých Karlovicích na Valašsku v příštím roce přírůstek jalovic, zvaly hospodyně chudobnější sousedky na koledu: No přidi Marino, přidi Rozino, ale ráno skoro, ať ťa nepředběhne nějaký ogara lebo co. Abychom měli samé dojky celý rok. Podobně hovořili ve Vlachovicích o mužských kolednících, když nechtěli, aby se rodili býčci: Nech k nám enom žádný nechodí, abychom neměli býka! (z knihy Vánoční obyčeje na Valašsku).

JAK NA NOVÝ ROK, TAK PO CELÝ ROK

První leden je tzv. prorockým dnem pro celý rok a lidé říkávají "Co v ten se dělá, dělati se bude po celý rok. Radívají: „S nikým se nehněvati, raději zpívati“. Na Chodsku si na Nový rok známí přáli, kdekoliv se potkali: „Já vinšuju štěstí, zdraví a Boží požehnání." Všichni se snažili vyhnout všem nepříjemnostem a hádkám, protože věřili úsloví „jak na Nový rok, tak po celý rok". Na Nový rok všichni časně ráno vstali, čistě se oblékli a v rámci svých možností se



dobře najedli. Na Žďársku měli domácí lidé zasednout společně k snídani ke stolu, aby byla svornost v domě a hospodyně krajíc chleba, měla krajíce počítat, aby z domu nikdo neubyl. Hospodyňky nesměly na Nový rok prát ani uklízet, aby se ten rok neudřely, ale zároveň nesměly dlouho polehávat a ani zahálet, to by přineslo smůlu. Nesmělo se však zametat, aby se štěstí nevymetlo z domu. Zapomenuté prádlo na šňůře zase mohlo přinést neštěstí, nebo dokonce smrt někoho blízkého. Přes práh se pokládalo koště, kdo ho překročil a neodklidil, byl celý rok líný. Z domu se nic do sousedství nevynášelo, aby nenastal nedostatek. Rozbil-li se hrnec, byl celý rok „rozkřápaný“, nešťastný.

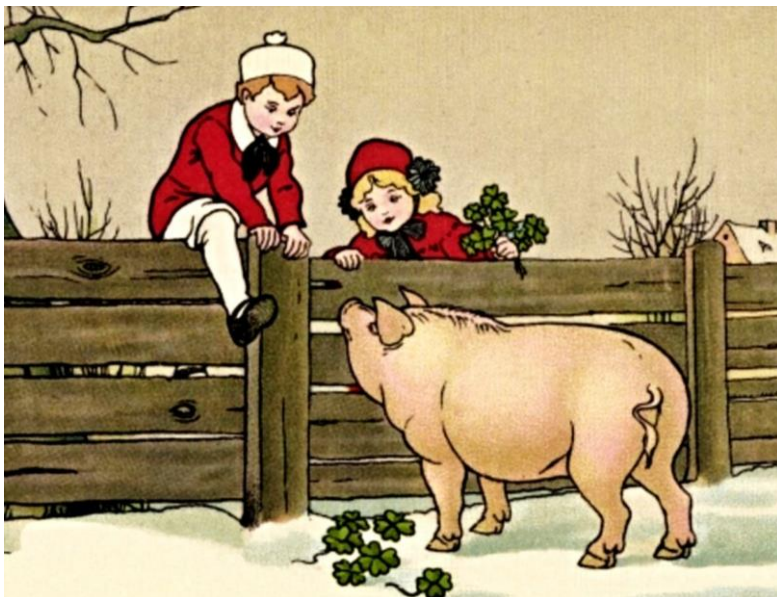
NOVÝ ROK A JÍDLEM KE ŠTĚSTÍ

Pokud jde o peníze a štěstí nenechali naši předkové nic náhodě, i u jídla platila magie dobrého počátku. Na Nový rok se nejedlo maso z pernaté zvěře, aby neuletělo štěstí, nejedla se ryba, aby štěstí neuplavalo.

Na Nový rok se jedla čočka, cinká stejně jako peníze a měla přinést bohatství. K čočce se někdy jedlo volské oko, protože vajíčko symbolizuje nový život. Hodně oblíbené bylo i vepřové maso. Prase je pradávným symbolem plodnosti a blahobytu a za obětní zvíře je měli již staří Řekové, Římané, Germáni i Slované.

Na Nový rok se pekly koláče, nebo vánočka, do kterých se zapékaly peníze, případně hrášek. Hrášku se užívalo proto, že má na sobě nakreslený kalich. Kdo našel koláček s hráškem, měl po celý rok štěstí a peníze. Někde se pojídal po ránu opečený chléb, což prý byl znamenitý prostředek proti můře. Kdo na štědrý den jedl rybu a nechal si kousek přes Nový rok, budou se ho zaručeně držet peníze. Hospodyňky rozhazovaly po světnici hrách, aby v novém roce nikdo nezabloudil.

Snese-li dopoledne slepice vejce, bude mít hospodyně půl roku dostatek vajec, snese-li odpoledne, ponесou slepice celý rok. Klepe-li někdo při obědě na stůl, přivolává nuzný rok.



SYMBOLY ŠTĚSTÍ - MUCHOMŮRKA ČERVENÁ www.ceskezvyky.cz

Na novoročních pohlednicích je pravidelně vyobrazována s ostatními symboly štěstí i muchomůrka červená. Je to možná i tím, že jde o „houbu štěstí“ o kterou se zajímaly již středověké čarodějnice. Ty údajně kousíček červeného klobouku tajně přidávaly do nápojů lásky nebo na svatební hostině do polévky novomanželů pro povzbuzení milostné vášně.

Původ jména muchomůrka je přímo návodný, neboť po celá staletí sloužila k hubení much. Dnes už ovšem není zapotřebí používat ji ve chlévech a venkovských chalupách tak, jak to dělali naši předkové. Klobouky muchomůrek se tehdy namáčely do oslazené vody nebo mléka a pak posypaly cukrem a spíše omámené, než otrávené mouchy se pak staly snadným terčem pro plácačku.

www.ceskezvyky.cz



NOVÁ RUBRIKA – „ČESKÁ NEJ...“

1. Nejlepší síť turistických značek na světě

Turistická značení v Česku jsou svou metodikou a kvalitou nejlepším systémem značení turistických tras na světě. Jsou geniálně jednoduché, dobře promyšlené a přes 130 let staré. Základem je jednoduchost pásové značky, kterou od českého KČT řada zemí převzala.

Mají rozměry 10 x 10 cm, všechny vodorovné pruhy jsou stejně široké, prostřední udává barvu trasy a krajní bílé slouží k tomu, aby byly lépe vidět.

O značení turistických tras se v České republice stará Klub českých turistů. Značení pěších tras se věnuje víc než 1 700 dobrovolníků v téměř stovce značkařských obvodů, na které dohlíží krajské komise. Ty rozhodují o tom, kde budou vyznačeny nové trasy, a určují, na kterých úsecích je v daném roce potřeba obnovit staré značení. Každá pěší trasa se obnovuje každé tři roky. Také je nutné pečovat o cyklotrasy a lyžařské stezky.

Až do první světové války se pro turistické značení pro pěší stezky používala červená barva. Později se začalo značit i modrou a od roku 1916 se používaly čtyři barvy, tak, jak je známe dnes. Červeně bývají vyznačené dálkové nebo hřebenové trasy. Modrá značka vás provede po významnějších trasách, zelená barva je určená pro místní trasy a žlutá je spojovací na zkratkách a po kratších cestách.

Kudy vedly první značené trasy

Úplně první turistická trasa KČT byla dokončena 11. května 1889 a vedla ze Štěchovic ke Svatojánským proudům. V současné době je její část nezatopená vodními nádržemi Štěchovice a Slapy obnovena původním značením s replikami historických směrovek a doplněna informačními tabulemi.

Zdroj: <https://www.kudyznudy.cz/ceska-nej/sportovni/turisticke-znacen-v-cesku-nejlepsi-system-znacen>



Poděkování za dárky od Ježíška

Srdečně děkujeme Evě Keřkové, která i letos, jakožto posel od Ježíška, uspořádala vánoční sbírku pro naše klienty. Podařilo se jí připravit překrásné balíčky, které udělaly obrovskou radost klientům v Písku i v Drhovli. Velmi si její

obětavosti vážíme a musíme obdivovat neuvěřitelné nasazení při shánění a balení dárečků. Děkujeme srdečně i dárčům, kteří do sbírky přispěli, protože bez nich by se tento nádherný vánoční zázrak uskutečnit nemohl.



Co se u nás v Písku událo...

Vánoční koncert pod vedením dirigenta Oldřicha Vlčka

Druhá adventní neděle 4. 12. 2022 byla pro naše klientky sváteční událostí. V sále našeho domova jsme se s velkým očekáváním sešli k poslechu komorního orchestru pod vedením pana Oldřicha Vlčka s korejskou sólistkou Minyoung Park. Slyšeli jsme dech beroucí písně ve stylu baroka, klasicismu, romantismu a současnosti. Zpívala latinsky, anglicky, korejsky i česky. Byl to zážitek pro všechny přítomné a budeme se těšit na další spolupráci s tímto orchestrem.



Mikuláš, čerti a anděl – návštěva u našich klientů na pokoji

Letošní 5. prosinec 2022 byl dnem, kdy klienty našeho domova navštívil Mikuláš, anděl a čerti. Většinou jsme na tvářích klientů vyloudili úsměv a obdarovali je malou pozorností. Bylo to příjemné setkání, na které se bude dlouho vzpomínat.

Česko zpívá koledy

Ve středu 7. prosince 2022 jsme se jako každoročně s našimi klienty zapojili do projektu Česko zpívá koledy. Nápomocný nám byl pěvecký sbor Šobrováček ze ZŠ T.Šobra. Pod vedením paní učitelky Kláry Kempferové, která děti doprovázela na klávesy, jsme si zazpívali šest celostátně zpívaných vánočních koled. Byla výborná a sváteční atmosféra u rozsvíceného vánočního stromčku.



Návštěva dětí z 12. mateřské školy T. Šobra

V pátek 9. 12. 2022 nás navštívily děti z 12. mateřské školy T. Šobra v Písku. Svým vystoupením dokázaly navodit klientům tu pravou předvánoční atmosféru. Děkujeme jim za to a všichni se těšíme na vzájemnou spolupráci v příštím roce 2023.



Návštěva dětí z 13. mateřské školy na Jihu

I v letošním roce si děti a paní učitelky z 13. mateřské školy na Jihu připravily pro naše klienty pásmo vánočních básniček a koled. Po vystoupení společně vyrobily zvonečky z květináčů, které si klienti odnesly jako výzdobu na pokoj.



Vánoční zpívání

V úterý 20. 12. 2022 jsme se s klienty sešli v sále našeho domova. Společně s panem Franců a jeho doprovodem jsme si v tomto adventním čase zazpívali koledy a vánoční písně. Bylo to krásné setkání plné klidu a pohody.



Silvestr v Písku

Slavnostní nálada, oblíbená hudba, dobré jídlo a pití – tak vypadala oslava Silvestra roku 2022 v našem domově. Klienti se sešli v pátek, předposlední den roku, v klubovně k příjemnému posezení a popovídání. Při přípitku jsme si popřáli vše nejlepší do nového roku, hlavně zdraví a štěstí.



Co se u nás v Drhovli událo...

ZAHÁJENÍ ADVENTU V DRHOVLI

Vánoce se kvapem blíží, a i u nás v domově se začínáme poctivě připravovat, a hlavně těšit, protože každý adventní čas je u nás plný rozmanitých akcí. Hned po vyzdobení domova nejrůznějšími tematickými dekoracemi, pro dokreslení slavnostní atmosféry přicházejících Vánoc, a upečení prvních plechů vánočního cukroví jsme pro naše klienty připravili již tradiční zahájení adventu o prvním adventním víkendu.

Po zahájení akce a symbolickém rozsvícení vánočního stromečku a zapálení první svíce na adventním věnci ve společenském sále, zazněly krásné písně od Babského sboru z Poříčí.

Po ukončení svého vystoupení přidaly i pár známých koled, které si zazpívaly společně s našimi klienty. Vánoční pohodu nám vykouzlilo i voňavé vánoční cukroví připravené v aktivizačních dílnách a k pití a trochu na zahřátí výborný ovocný punč. Přejeme Všem krásný adventní čas a těšíme se na další společnou akci.



ADVENTNÍ VYSTOUPENÍ KAMARÁDŮ Z PÍSKOVIŠTĚ V DRHOVLI

Dalším z našich adventních setkání bylo hudební vystoupení oblíbené skupiny Kamarádi z pískoviště. Sálem se linula pohodová atmosféra plná známých vánočních koled, které si klienti s chutí zazpívali společně s kapelou.



Kapele patří naše velké poděkování za krásně strávené odpoledne s příjemnými melodiemi, které k Vánocům neodmyslitelně patří.

MIKULÁŠSKÁ NADÍLKA V DRHOVLI

I letos se mohli naši klienti těšit na sv. Mikuláše v doprovodu čerta i anděla. K tomuto dni tradičně patří i nepatrná nadílka, přednes básniček, zpěv a popovídání či rozptýlení. Tato družina prošla celým Domovem, navštívila všechny pokoje, aby popřála všem uživatelům pokojné svátky a vyvolala úsměv na tváři. Svatý Mikuláš našel v Knize hříchů i pár zápisů, které bylo potřeba napravit či vysvětlit, čertík se postaral o symbolické pozlobení a anděl rozdával připravené ovoce. Z tohoto společenského odpoledne měli všichni opravdu velký zážitek.



ČESKO ZPÍVÁ KOLEDY S DENÍKEM

Náš domov se s radostí přihlásil do dvanáctého ročníku celorepublikové akce „Česko zpívá koledy.“ Ta se letos konala 7. 12. Klienti se sešli v hojném počtu vybaveni texty vybraných koled. Zpívání u rozsvíceného stromečku a adventního věnce navodilo pravou vánoční atmosféru. Zpěvem vánočních koled jsme se všichni naladili na blížící se vánoční svátky.



MIKULÁŠSKÁ ZÁBAVA V DRHOVLI

Hudba s tancem, čerti, vánoční cukroví a hlavně skvělá nálada. V takovém duchu se nesla pravá nefalšovaná Mikulášská zábava, kterou jsme pro naše klienty uspořádali ve čtvrtek 8.12. 2022. K tanci a poslechu nám přijela zahrát naše oblíbená skupina Rytmix ze Strakonice pod vedením známého muzikanta a šoumena p. Pavelky. Vedle vánočních písniček zazněly i známé moderní či lidové písně. Zpestřením celého odpoledne byli rozhýřeni čerti, kteří roztančili parket a tak bylo postaráno o



pěknou pekelnou zábavu. Klienti si pochutnávali na vánočním cukroví, vánočkách, chlebičkách a k těmto dobrotám popíjeli kávu či citronovou limonádu a poté si pěkně zatancovali. Nadšený potlesk a smích všech našich klientů nám opět potvrdil, že v našem domově jsme pro každou legraci. V sále byla výborná atmosféra a všichni účastníci si mikulášskou veselici užili, jak se patří. Na závěr každý dostal od čerta čokoládovou figurku v podobě Mikuláše. Tímto děkujeme našim muzikantům za pěkné hudební vystoupení a těšíme se na další spolupráci v roce 2023.

VÁNOČNÍ NÁVŠTĚVA V MIROTICKÉ MATEŘSKÉ ŠKOLCE

Pár dnů před vánočními svátky jsme opět navštívili děti v mateřské školce v Miroticích, kam pravidelně a velmi rádi jezdíme. Samozřejmě jsme nezapomněli dětem přivést malé dárečky – zvonečky z drátků, které si děti samy budou moci dotvořit keramickou hvězdičkou a mašličkou. Děti nám na oplátku předvedly pásmo písniček, básniček a koled, za které sklidily veliký potlesk. Nechybělo ani výborné občerstvení, při kterém si s námi děti popovídaly i zazpívaly. Bylo to velmi milé setkání a moc za ně dětem i paním učitelkám děkujeme a budeme se těšit na spolupráci v roce 2023.



VÁNOČNÍ VYSTOUPENÍ DĚTÍ ZE ZŠ MIROTICE

Vánoční čas je přímo stvořen pro setkávání, rozjímání a společné tvoření, a protože návštěvy dětí, jsou u nás v domově velmi oblíbené, ve spolupráci se ZŠ Mirotice jsme uspořádali vystoupení plné krásných vánočních i lidových písniček a básniček. My jsme na oplátku pro děti připravili společné tvoření, kdy jsme si dopoledne v rámci aktivizace



připravili papírové podklady, abychom mohli po vystoupení společně vyrábět vánoční ozdoby. Práce se nám dařila a z výsledku jsme měli velkou radost.

Odměnou nám všem bylo setkání plné úsměvů jak na tvářích dětí, tak i na tvářích našich klientů.

VÁNOČNÍ VYSTOUPENÍ P. PAVLA JUSTICHA

Při zimním zasněženém čtvrtku se za námi přijel podívat námi oblíbený muzikant pan Pavel Justich, aby nás potěšil a hlavně vánočně naladil. Během dopoledne probíhaly přípravy v aktivizační dílně, klientky si uvařily vánoční punč a připravily cukroví i další občerstvení. Odpoledne jsme už byli všichni natěšeni v jídelně, která se pro



tuto dobu proměnila v taneční sál a mohla začít dlouho očekávaná zábava. Pavel Justich si pro nás připravil spoustu vánočních písní, ale i velké překvapení. Program přijela okořenit Deniska Zavřelová, žákyně ze ZŠ Mirovice, zaspívala koledy a hlavně pohádkové písničky, které k Vánocům patří. Tóny z jeho kytary se okamžitě přenesly na všechny posluchače, přísedící, ale i personál v jídelně. Jeho skladby zvedly spoustu lidí ze židlí. Tančilo se, zpívalo, pilo a hodovalo. Zkrátka akce se velice líbila a zpříjemnila nám adventní čas. Děkujeme panu Justichovi za tuto krásnou a veselou vánoční náladu a atmosféru, kterou díky svému vystoupení vykouznil, a těšíme se na další spolupráci.

KONCERT V KAPLI SVATÉ ANNY V DRHOVLI

Ve středu 21. 12. 2022 jsme uspořádali koncert v kapli sv. Anny. K poslechu nám přijel zazpívat sbor kantorů Gymnázia Strakonice. K zahřátí



se podával nealkoholický punč a kaplí se rozléhaly vánoční písně a koledy. Lidé byli velice spokojeni a užívali si příjemnou atmosféru. Tímto děkujeme účinkujícím za zpříjemnění předvánočního času a těšíme se na další akci.

SILVESTROVSKÁ ZÁBAVA V DRHOVLI

V pátek 30. prosince se u nás v domově konala silvestrovská oslava. Aby byla zábava pestřejší, přišel nám tradičně jako každý rok zahrát na harmoniku starosta obce Drhové pan Jiří Bláha. Nejprve zábavu zahájil slavnostním projevem a poté hrál veselé a známé písničky, při kterých si mnozí zazpívali. Při pohledu na stoly plné dobrot se všem přítomným zbíhaly sliny. Každý si mohl vybrat, na co měl chuť. Na výběr bylo sladké vánoční cukroví, slané brambůrky a všemi oblíbené silvestrovské jednohubky a chlebičky, které připravily v rámci aktivizace klientky z DZR. Každému stolu vévodila lahev šampaňského, která byla určena ke slavnostnímu přípitku. K pohoštění se podával punč, káva či voda s citronem. Společenský sál byl slavnostně vyzdoben barevnými řetězy a fáborky. Povídko se, zpívalo a nechyběl také společný přípitek s přáním k Novému roku 2023. Rádi bychom poděkovali panu starostovi Jiřímu Bláhovi za zpestření silvestrovské oslavy, kterou si všichni náležitě užili.



Akce v lednu 2023 v Drhovli

Aktivizační činnosti v Domově pro seniory v Drhovli

Aktivizační dílna, individuální aktivizace

Pondělí – pátek 9:00 – 11:00, 13:00 – 15:30

Keramická dílna

Pondělí – pátek 9:00 – 11:00, 13:00 – 15:30

Filmový koutek

Pátek od 10:00

Cvičení

pondělí, středa, pátek od 9:00

Kulinářský koutek

Úterý 9:00 – 11:00

Relaxační místnost

Pondělí – pátek 9:00 – 11:00 13:00 – 15:30

Bohoslužba

Čtvrtek od 10:00

Narozeninový den

1 x měsíčně od 14:00

Akce, výlety, besedy

dle aktuálního plánu akcí

Canisterapie

dle domluvy 1x měsíčně



	AKCE V DOMOVĚ PRO SENIORY SVĚTLO DRHOVLE DZR + DS		
	Plánované akce na měsíc leden 2023		
NÁZEV AKCE	DATUM KONÁNÍ	HODINA OD - DO	MÍSTO KONÁNÍ
TŘI KRÁLOVE Návštěva pokojů	pátek 6.1.	9.00	Návštěva pokojů
Narozeninový den	čtvrtek 19.1.	14.00	U obchůdku
Vzpomínkový den <u>Kufr</u> plných vzpomínek	úterý 24.1.	9:00	DZR – aktivizační dílna
Výroba – tvoření masek	čtvrtek 26.1	9:00	Společenský sál dílna DS
Bohoslužba	každý čtvrtek	10:00	DS – společenský sál

Akce v lednu 2023 v Písku

NÁZEV AKCE	DATUM	HODINA	MÍSTO KONÁNÍ
1. TÝDEN od 2. 1. 2023 – 8. 1. 2023			
Skupinové kondiční cvičení	PONDĚLÍ 2.1.	9:30 hod.	vestibul u rehabilitace
Vaření, pečení - bramboráky	PONDĚLÍ 2.1.	13:30 hod.	aktivizační dílna
Čtenářský kroužek	ÚTERÝ 3.1.	9:30 hod.	společenská místnost 1. patro
Výbor obyvatel	STŘEDA 4.1.	9:00	ředitelna
Skupinové kondiční cvičení s Jaruškou	STŘEDA 4.1.	9:30 hod.	vestibul u rehabilitace
Film pro pamětníky „Eva tropí hlouposti“	STŘEDA 4.1.	13:30 hod.	klubovna
Bohoslužba	ČTVRTEK 5.1.	10:00 hod.	kaple
Nákupy klientů dle jejich požadavků	ČTVRTEK 5.1.	13:00 hod.	město Písek
Tříkrálové posezení s dětmi MŠ	PÁTEK 6.1.	10:00 hod.	aktivizační dílna

NÁZEV AKCE	DATUM	HODINA	MÍSTO KONÁNÍ
3. TÝDEN od 16. 1. – 22. 1. 2023			
Skupinové kondiční cvičení	16.1. PONDĚLÍ	9:30 hod.	vestibul u rehabilitace
Vaření, pečení	16.1. PONDĚLÍ	13:30 hod.	aktivizační dílna
Čtenářský kroužek	17.1. ÚTERÝ	9:30 hod.	klubovna 1. patro
Skupinové kondiční cvičení s Jaruškou	18.1. STŘEDA	9:30 hod.	vestibul u rehabilitace
Posezení „U Kapličky“ – návštěva restaurace	18. 1. STŘEDA	13:30 hod.	Hotel U Kapličky
Bohoslužba	19.1. ČTVRTEK	10:00 hod.	kaple
Nákupy klientů dle jejich požadavků	19.1. ČTVRTEK	13:00 hod.	město Písek
Návštěva muzea	20.1. PÁTEK	9:30 hod.	Muzeum Písek

NÁZEV AKCE	DATUM	HODINA	MÍSTO KONÁNÍ
5. TÝDEN od 30. 1. – 31. 1. 2023			
Skupinové kondiční cvičení	PONDĚLÍ 30.1.	9:30 hod.	vestibul u rehabilitace
Vaření, pečení	PONDĚLÍ 30.1.	13:30 hod.	aktivizační dílna
Čtenářský kroužek	ÚTERÝ 31.1	9:30 hod.	klubovna 1. patro

NÁZEV AKCE	DATUM	HODINA	MÍSTO KONÁNÍ
2. TÝDEN 9. 1. 2023 – 15. 1. 2023			
Skupinové kondiční cvičení	PONDĚLÍ 9.1.	9:30 hod.	vestibul u rehabilitace
Klientské fórum k volbě prezidenta	PONDĚLÍ 9.1.	10:30 hod.	klubovna
Vaření, pečení – jablečný závin	PONDĚLÍ 9.1.	13:30 hod.	aktivizační dílna
Čtenářský kroužek	ÚTERÝ 10.1.	9:30 hod.	Společenská místnost 1. patro
Kufr plný vzpomínek – reminiscenční odpoledne	ÚTERÝ 10.1.	13:30 hod.	klubovna 1. patro
Skupinové kondiční cvičení s Jaruškou	STŘEDA 11.1.	9:30 hod.	vestibul u rehabilitace
Bohoslužba	ČTVRTEK 12.1.	10:00 hod.	kaple
Nebojme se počítačů – výuka PC dovedností	PÁTEK 13.1.	10:00 hod.	klubovna
Volby prezidenta ČR 1. kolo	13. 1., 14.1. bude upřesněno	bude upřesněno	klubovna 2. patro (pokoje)

NÁZEV AKCE	DATUM	HODINA	MÍSTO KONÁNÍ
4. TÝDEN od 23. 1. – 29. 1. 2023			
Skupinové kondiční cvičení	23. 1. PONDĚLÍ	9:30 hod.	vestibul u rehabilitace
Vaření, pečení	23. 1. PONDĚLÍ	13:30 hod.	aktivizační dílna
Čtenářský kroužek	24. 1. ÚTERÝ	9:30 hod.	klubovna 1. patro
Skupinové kondiční cvičení s Jaruškou	25. 1. STŘEDA	9:30 hod.	vestibul u rehabilitace
Přednáška p. Felcmana na téma Doba husitská	25. 1. STŘEDA	10:30 hod.	klubovna
Bohoslužba	26. 1. ČTVRTEK	10:00 hod.	kaple
Individuální nákup Coop	26. 1. ČTVRTEK	13:30 hod.	Coop potraviny
Narozeninový den	27. 1. PÁTEK	9:30 hod.	aktivizační dílna
Volba prezidenta ČR 2. kolo	27. 1., 28.1 bude upřesněno	bude upřesněno	klubovna 2. patro
Mše svatá - kostel individuální doprovod	27. 1. PÁTEK	8:00 hod. odjezd v 7:30	Kostel Narození Panny Marie (Bakaláře)

Doplňte zvíře do rčení:

POZNÁTE ČESKÉ FILMY?



 Za nejznámějším a architektonicky nejcennějším románským palácem považujeme tzv. Přemyslovský palác v Olomouci. Zůstal zachován v objektu, který je doplněn...										
POMŮCKA: AIM, OONA, TI	POTRAT ZASTAR.	ČESKÁ HUDEBNÍ SKUPINA	INICIÁLY HERCE VETCHÉHO	ORGÁN ČICHU	KORYTO		PROJEVY KOROZE MN. Č.	OBYVATEL IRSKA	2. DÍL TAJENKY	UCHAZEČ
PARUKA ZASTAR.						LOTYŠSKÉ HLAVNÍ MĚSTO				
SUDOKO- PYTNÍK						VZNIK				
						MAZADLO				
OBCHODNÍ CENTRUM ZKR.			OPUŠTĚNÍ					CHEM. ZN. TELLURU		
			ŘECKÉ PÍSMENO					SUNDAT BOTY		
ZNAČKA HYGIEN. POTŘEB				PŘITAKÁNÍ CHAPLINO- VA MAN- ŽELKA			ZDRHO- VADLO			
						ZNAČKA MILIMETRU				
TRUP SLOV.					ZVLÁDNOUT					
					OBLÍBENÝ NÁPOJ HOVOR.					
	SYMBOL LÁSKY	SYMF. ORCH. PRAHY 1. DÍL TAJENKY				ČESKÝ ZPĚVÁK PETR ??? OSTYCH				ODPLATA
TROPICKÝ PLOD							SKUPINA DRUH KUDR- NATÉHO ÚČESU			
MOJE ŽEN. ROD.			BOLÁK V ÚSTECH PSACÍ POTŘEBY					MISTROV. SVĚTA ZKR. PŘÍR. SLANÁ VODA		
ODPOLEDNE ZKR.				ŘEKA V ME- ZOPOTÁMII ADVENTNÍ ÁRIE ZKR.						
MĚSÍC SATURNU					DIVADELNÍ HRA					
					ZAROLOVA- NÉ MASO					
	STÁTNÍ POKLADNA NÁDOBA NA OSTATKY					SPZ OPAVY INIC. HEREČ. ISSOVÉ				BÁJE
BOJOVÝ POKŘÍK				OZNAČ. ČES. LETADEL NEPRAVDA HOVOR.			AK. INFARKT MYOKARDU INIC. PROZ. RAISE			
CHEM. ZN. RADONU			CVIK ČÍNSKÝ LITERÁRNÍ SOUDCE					ZVUK TROUBENÍ OSOBNÍ ZÁJMENO		
MALÁ KOVOVÁ SPOJOVACÍ SOUČÁSTKA						DOSTAT SE DOVNITŘ VOZEM				
ZN. KOS- METIKY						OBRUBY OBRAZŮ				