



Domov pro seniory Světlo

# D-magazín

DUBEN 2024



DLOUHODOBĚ NÁS PODPORUJÍ:



Potravinová  
banka  
Jihočeského kraje



MĚSTO  
PÍSEK



JEZISKOVA VNOČATA



Církev československá husitská



Charita  
Písek



NADACE ČEZ



(MĚSTSKÁ | KNĚHOVNA | PÍSEK |



Jihočeský kraj



OBEC HERMAŇ



ADRA

## Úvodní slovo ředitelky domova – DUBEN 2024

Vážené čtenářky, vážení čtenáři D-magazínu,

přichází duben, ... dub... opravdu název měsíce je přirovnáván ke stromu dubu. Dubům v tomto období začínají růst listy. Název dubna je někdy odvozován i od řecké bohyně lásky a plodnosti, Afrodity.

Během dubna se výrazně prodlužuje délka dne, budeme si více užívat slunných dní, ale určitě nás nepřekvapí ani drobné přeháňky a jarní vrtochy počasí ☺.

V dubnu nás čeká plno zajímavých dnů. Ráda bych zmínila 1. duben „april“, kdy si lidé již od 16. století dělají různé žertíky. Dalším významným dnem pro naši zemi je 7. duben, den vzdělanosti, kdy byla v roce 1348 založena naše nejstarší Univerzita Karlova. Duben uzavírá tajemná poslední noc, kdy probíhá tzv. “pálení čarodějnic”.

I nás čeká v dubnu plno akcí ☺. Máme se všichni na co těšit ☺.

Přeji všem, krásné chvíle při čtení D – magazínu a zároveň čerpejte energii z jarního sluníčka, užívejte si každého dne ☺.

S úctou,

PhDr. Šárka Nováčková

### 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](mailto:social@dps-svetlo.cz)

Odpovědná osoba pro  
vydávání

Mgr. Martina Kolářiková, DiS.

[www.dps-svetlo.cz](http://www.dps-svetlo.cz)

Číslo účtu: 2723271/0100

Distribuce:

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

### **UPOZORNĚNÍ NA PŘERUŠENÍ DODÁVKY ELEKTŘINY**

**17. 4. 2024 od 7:30 do 15:30 hod.**

PROBĚHNE V DOMOVĚ PRO SENIORY SVĚTLO V DRHOVLI  
ODSTÁVKA ELEKTŘINY Z DŮVODU PROVEDENÍ NUTNÝCH  
ÚDRŽBÁŘSKÝCH PRACÍ NA ZAŘÍZENÍ DISTRIBUČNÍ SOUSTAVY.  
PRO KLIENTY BUDE PŘIPRAVEN NÁHARADNÍ JÍDELNÍČEK.  
OMLOUVÁME SE ZA PŘÍPADNĚ KOMPLIKACE.

VEDENÍ DOMOVA



DOMOV PRO SENIORY SVĚTLO BUDE OD ROKU 2024  
POUŽÍVAT POUZE MODROU VERZI ZNAKU. ŽLUTOMODRÁ  
VERZE V BARVÁCH PÍSKU JIŽ NADÁLE NEBUDE  
VYUŽÍVÁNA. POSTUPNĚ DOJDE K JEJÍMU NAHRAZENÍ.





# MODERNÍ TECHNOLOGIE V DOMOVĚ PRO SENIORY SVĚTLO

Domov pro seniory Světlo, pobočka Písek prošel v roce 2023 certifikací Značka kvality v sociálních službách a získal nejvyšší možné ocenění - 5 hvězdiček. Samotný proces certifikace byl impulzem k zavedení nových technologií v domově pro seniory v Drhověli i v Písku, které výrazně zlepšily kvalitu života klientů v domově.

Strava pro klienty do písecké pobočky je dovážena z kuchyně domova v Drhověli. Abychom zajistili všem klientům dokonale teplé hlavní jídlo a zároveň chlazené např. saláty, kompoty a zákusky, rozhodli jsme se investovat do nové technologie. Aktivní tabletový systém Socamel od firmy Dekos s.r.o., Říčany u Prahy, má zabudovanou technologii ohřevu a chlazení zároveň. Automatický systém lze nastavit odlišně na jednotlivé dny v týdnu či jednotlivé typy stravy (studené snídaně, teplé obědy apod).

Celé ovládání je pro personál domova snadné a intuitivní. Klienti si velmi pochvalují teplotu servírovaného jídla. Jsou dodrženy stanovené hygienické normy dané pro uchování a servírování potravin. Jsme prvním domovem v ČR,

kteří tuto v zahraničí „běžnou technologii“ využívá.

V návaznosti na servírování stravy jsme se zabývali i likvidací zbytků a jejich odvozem. Vzhledem k tomu, že Česká republika se zavázala EU snižovat podíl biologicky rozložitelného odpadu na celkovém množství odpadů končícím na skládkách, hledali jsme další řešení, které jsme našli v podobě elektrického kompostéru GreenGood od společnosti CB Global, s.r.o., České Vrbné.

Zákonná povinnost likvidace odpadu se vztahuje i na biologicky rozložitelné odpady. Povinnost předání odpadu odpadové společnosti za úhradu nahradila možnost efektivního zpracování odpadu v místě vzniku. Došlo k redukci objemu organického odpadu až o 90%. Přeměna zbytků z kuchyně na organické hnojivo trvá pouhých 24 hodin. Hnojivo je plně využito v parku v Drhověli i na zahradě pobočky v Písku. Dochází k bezpečné likvidaci všech složek organického odpadu, včetně masa a dalších živočišných zbytků. Optimalizují se náklady vznikající z povinnosti třídění, odvážet a likvidovat organický odpad. Kompostér je bez hluku, zápachu a znečištění. Jedná se o koncept nulového odpadu. Elektrický kompostér v České



republice ke konci roku 2023 využívalo celkově 21 zařízení pobytových sociálních služeb, v Jihočeském kraji jej aktuálně využívají pouze 2 zařízení.

Aktuální jídelničky zveřejňujeme klientům mimo jiné prostřednictvím moderního interaktivního dotykového panelu Amos. Vzhledem k tomu, že někteří senioři nemají chytrý telefon či tablet k vyhledávání informací, pořídili jsme jim moderní dotykový panel pro seniory, který přináší praktické a užitečné informace o celkovém dění v domově. Na jednom centrálním místě lze najít již zmíněné jídelničky, dokumenty, novinky, plánované akce, fotografie z akcí nebo je možné věnovat se aktivizačním činnostem – kvízy, hry, 3D prohlídky zajímavých míst ve světě. V současné době jsme jediná pobytová sociální služba v Jihočeském kraji, která využívá interaktivní dotykový panel pro seniory, v České republice bylo ke konci roku 2023 v pobytových sociálních službách umístěno celkem 50 těchto panelů.

PhDr. ŠÁRKA NOVÁČKOVÁ



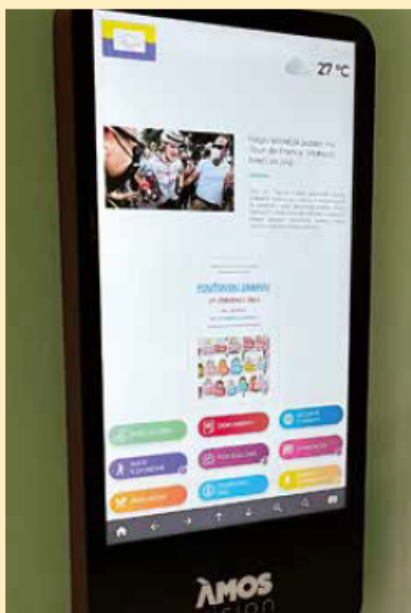


# NOVÉ TECHNOLOGIE MÍŘÍ DO DOMOVŮ PRO SENIORY

Veřejnost v současnosti se zájmem sleduje záplavu informací k umělé inteligenci. Co všechno bude ovlivňovat, řídit, kde bude pomáhat a kde škodit? Písecký Domov pro seniory Světlo se nových technologií nebojí a hledá cesty, jak zlepšit kvalitu života svých klientů.

„Nyní jsme jediná pobytová služba v Jihočeském kraji, která pro klienty pořídila interaktivní dotykový panel ÁMOS, informovala nás ředitelka PhDr. Šárka Nováčková. „Klienti si na něj velmi rychle zvykli, a využívají ho i ti, kteří neumí vyhledávat na chytrých telefonech. Na jednom centrálním místě najdou všechny důležité informace o dění v domově.“ Klienti si nejčastěji prohlížejí jídelničky, plánované akce, fotografie z akcí domova, najdou si 3D prohlídky zajímavých míst ve světě, kvízy, hry k cvičení paměti, soutěže, webové stránky, tipy na vzdělávání. Obrázky i texty jsou dobře viditelné, ovládání je snadné a většina zájemců se ho rychle naučí.

V České republice bylo ke konci roku 2023 v pobytových zařízeních umístěno více než 50 ks interaktivních dotykových pa-



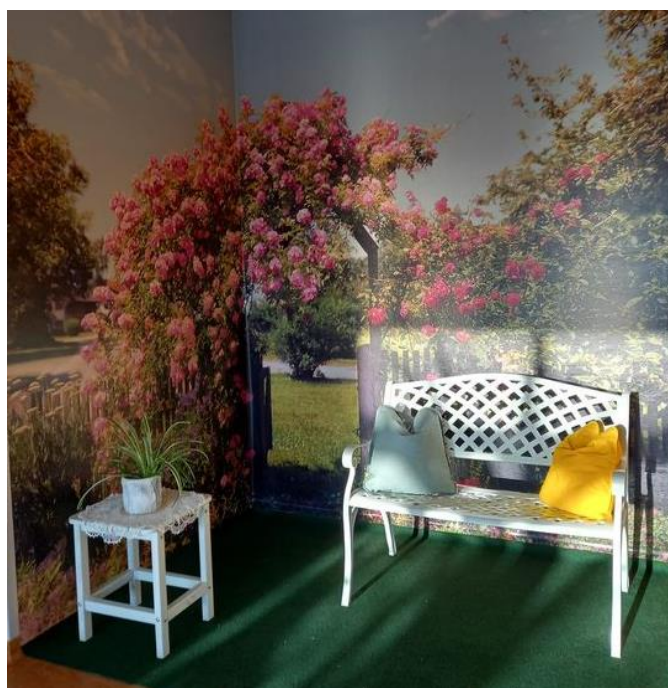
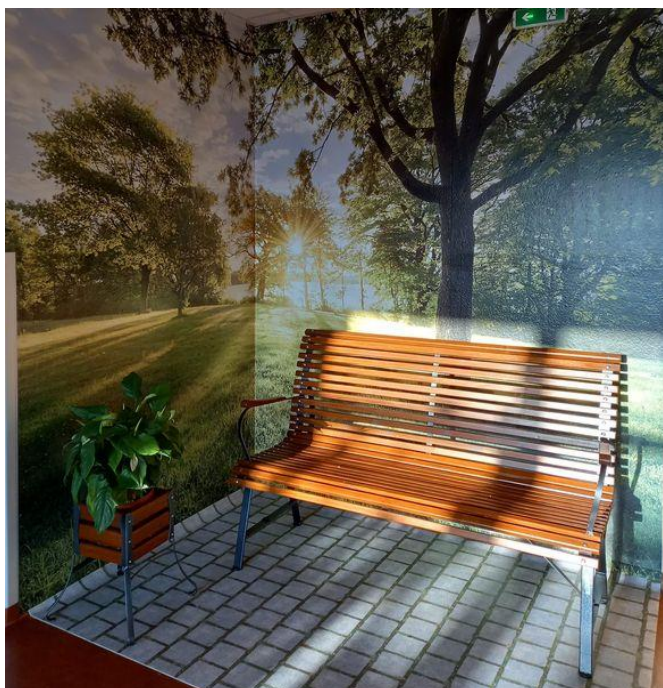
nelů ÁMOS. „Mnoho seniorů nemá chytrý mobil, tablet, či počítač, a pokud ano, velikost textů a ikon je pro ně příliš malá. Proto jsme přišli s nápadem moderních dotykových panelů pro seniory. Velmi úzce spolupracujeme s uživateli našich panelů, a neustále rozšiřujeme informační obsah panelů podle konkrétních zájmů. Obsah panelů je možné snadno vzdáleně spravovat. Panel mohou prakticky využívat i návštěvníci,“ sdělil nám Richard Prajsler, jednatel společnosti InPublic, která panely ÁMOS dodává.



Více informací: [www.amosvision.cz](http://www.amosvision.cz)  
Kontakt: e-mail: [office@inpublic.cz](mailto:office@inpublic.cz)  
Tel.: 724 705 060

## NOVÁ POSEZENÍ

Pro naše klienty v Písku jsme připravili nová posezení. V prvním patře se klienti mohou rázem ocitnout v krásném a prosluněném parku. Druhé patro pak kolemjdoucí vybízí k posezení pod rozkvetlým růžovým keřem. Přejeme příjemný odpočinek a relaxaci.








## Charitativní projekt

Domov pro seniory Světlo, pobočka Písek, se zapojil do projektu na pomoc starým a opuštěným kočkám. Výrobky našich klientů poskytneme zdarma **Nadačnímu fondu Kočkomil**, který je nabídne široké veřejnosti prostřednictvím internetové aukce. Peníze za vydražené výrobky poputují na pomoc kočičím seniorům do útulků v celé republice. Doufáme, že naše výrobky udělají velkou radost a jsme velmi rádi, že můžeme podpořit tuto skvělou myšlenku. 😊





**Nadační fond Kočkomil**  
6 d · 🌐

Milí kočkomilové, na duben pro kočičky z útulků chystáme velký projekt!!! Seniori z pečovatelských domovů se vrhli na tvorbu krásných věcí, aby podpořili staré kočičky, které žijí v útulcích.  
Je až dojemné, s jakou radostí se zapojili a moc si toho vážíme.  
A že jde o nádherné věci uvidíte v dubnu ve velké aukci.

## FYZIOTERAPIE V PÍSKU

Fyzioterapie je v našem zařízení součástí celého ošetrovatelského procesu. Klientům je poskytována na základě jejich aktuálního zdravotního stavu.

Cílem fyzioterapie je udržet a rozvíjet stávající tělesnou zdatnost, zlepšit koordinaci a dynamiku pohybu, zvýšit psychomotorickou aktivitu, podpořit samostatnost a soběstačnost a preventivně předcházet nežádoucím změnám.

Rehabilitační péče (aktivní cvičení, pasivní cvičení, dechová a cévní gymnastika, kondiční cvičení, masáže, polohování) je prováděna individuálně nebo v rámci skupinové terapie.

K dosažení co nejlepších výsledků využíváme různé rehabilitační, kompenzační a protetické pomůcky – berle, chodítka nízká a vysoká, rotopedy, posilovací a polohovací pomůcky, ortézy, bederní pásy a jiné.



*Každý okamžik  
je důležitý*

Každý okamžik  
našeho života  
může být začátkem  
velkých věcí.

MATKA TEREZA



## • RUBRIKA PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ

### Báječné Velikonoce

Minulý měsíc se nesl zcela ve znamení Velikonoc. Kromě pravidelné návštěvy dílny se toho dělo mnohem víc. Proběhlo několik událostí, kterých jsem se rád zúčastnil. S Domovem jsme se například vypravili do Prácheňského muzea. Zde jsme si prohlédli expozice a milými průvodkyněmi nám byly paní Pavla a Danuška, které nejen že se o nás jako o klienty staraly, ale ještě nám podali výklad k jednotlivým vystaveným exponátům.

Jiný den nás potěšily děti ze školky, které nás, obyvatele domova, obdarovaly vybarvenými vajíčky a přáním hezkých Velikonoc.

Také jsem se zúčastnil 15. března u písecké radnice vzpomínkové akce k výročí německé okupace naší vlasti. Ale o tom píše podrobněji na jiném místě našeho magazínu. Rovněž jsem se už tradičně byl podívat u Sudoměře. Jako obvykle pohoda, jenom počasí nic moc. Po dlouhých letech byla součástí setkání i husitská bohoslužba. Za účasti patriarchy naší církve. Vlastní bitva i tržiště byly opět návštěvníky akce vděčně přijaty.

Další kulturní akcí, kterou se mi podařilo navštívit, byl koncert Adamusova tria v koncertní síni Trojice. Zazněly zde skladby Josefa Haydna, Bedřicha Smetany, Antonína Dvořáka a Josefa Suka. Prostě nádhera.

Poněkud jiný charakter měla Velikonoční veselice v našem Domově. Perfektně vyzdobený sál, o který se postarala děvčata z dílny. Velice dobré občerstvení, podpořené navíc výtečnou hudbou. Během probíhajících Velikonoc jsem pochopitelně nevynechal ani dění v kostele. Sederovou večeři, čtení pašijí, noční vigilie a slavnostní mši na Hod Boží. A co by to bylo za Velikonoce bez tradiční pomlázky. Obešel jsem s pomlázkou spoustu žen, kromě jiného i u nás v Domově a mírně jsem je vymrskal. Aby je to nebolelo a byly hodně zdravé. Těm, které jsem nestihl nebo nezastihl, se moc omlouvám. Byly to opět krásné Velikonoce, bohudíky. To je pro dnešek opravdu vše a přeji Vám všem hezké jaro. A abych nezapomněl „nenechte se nikým a ničím otrávit“. Ani hloupými a zbytečnými řečmi ani hloupými a ošklivými skutky. Vše dobré přeje

Slávek Felcman

### Lidé a příroda

#### Autor: Slávek Felcman

V úplném úvodu bych rád podotkl jednu věc, abych vám dokázal aspoň nějak trochu přiblížit způsob mého myšlení a uvažování. Od svých deseti let se věnuji rybaření. A to si myslím mi umožnilo ještě více proniknout do tajemství přírody, která jsou kolem nás. Abych se to pokusil vysvětlit. Ony chvíle prožité u vody jsou vlastně neopakovatelné. Ne nadarmo mám rád staré dobré čínské přísloví, „chceš-li být šťasten hodinu, tak se opij, chceš-li být šťasten jeden den, tak se ožeň, chceš-li být šťasten celý život, staň se rybářem“. Kouzelná rána, kdy vychází slunce a příroda se probouzí do nového dne. V dálce hučí jez, stromy šumí ve větru a na hladině se občas vymrskne ryba. Zdaleka nemám na poetické vyjadřování Oty Pavla, abych dokázal popsat celou tu krásu. Právě kolem vody

se dá opravdu prožít hodně neopakovatelných zážitků. Už samotné čekání na záběr ryby sebou přináší skvělé zážitky. Přemýšlet nad tím, jak a čím na rybu vyvrát a přimět ji, aby zabrala, je vlastně úplná věda. Aspoň pro mne. Při tom je báječné pozorování okolní přírody nebo povídání s okolo sedícími rybáři, nebo lidmi procházejícími kolem. Nebo když člověk sedí tak sám a dokáže vnímat tu krásu kolem sebe. To je pro člověka úplný balzám na duši. I to obyčejné rákosí, ve kterém si libují a hnízdí vodní ptáci, přináší vnímavému pozorovateli mnoho skvělých pohledů.

Velice rád vzpomínám na chvíle, které jsem u vody strávil se svým vnoučkem. Zejména na jeho první chycenou rybu. Byla to plotice. Možná je to náhoda, ale moje první ryba byla tatáž. Akorát jsem ji ulovil o nějakých šedesát let dřív než on. Ale radost byla u nás obou asi stejná. Škoda, že mu vašeň pro rybařinu nevydržela, tak jako mně, celý život. Dneska už jenom smutně vzpomínám na chvíle, které jsme spolu u vody prožili.

Teď si užívám pobyt u vody sám. Ale i tak to stojí za to. Ono je vždy dobré, aby člověk vnímal a hlavně uměl vnímat krásu vedle sebe. Bohužel, většina lidí redukuje primitivně svoje názory příliš rádoby vědecky a nesrozumitelně. „Chytrost“ některých lidí je obdivuhodná a pro mne mnohdy nepochopitelná. Hlavně, že mlátí hubou. Ale to jsem poněkud odbočil. Když se někdy sejdeme s mojí bývalou ženou, to je bohudíky dost často, je vždy o čem povídat, prožili jsme toho za patnáct let společného života opravdu dost. Možná se divíte, proč míchám do přírody ženu, se kterou jsem prožil hodně let. Ale byli jsme spolu na spoustě míst i v přírodě, kde jsme se i milovali. Míchám tady spoustu věcí dohromady, ale myslím si, že to v tomto případě není na škodu. Příroda má mnoho významů a provází člověka vlastně od nepaměti. A na to bychom neměli zapomínat. Je pravda, že jak člověk stárne, tak má tendenci si věci idealizovat. Ale vzpomínky jsou to, co nám zůstane v paměti. Vždycky jsem si myslel, že v životě se máme řídit podle toho, co nám káže především naše svědomí. A je na každém, jak dokáže se svými pocity zacházet a jednat podle nich. Ale to jsem se od přírody dostal úplně někam jinam. Ale ono se zase říká, že všechno souvisí se vším. Když se tak na to zpětně dívám, tak mi to zas tak rozdílné nepřipadá. Ale život je příliš rozmanitý na to, aby se dal jednoduše vysvětlit. Jeho rozmanitost je tak velká, že nelze všechno jednoduše shrnout do jednoho pytle. Možná by pomohlo, kdybychom se opět jako lidstvo vrátili blíž k přírodě. Ne v duchu tak zvaného, podle mě zmateného, „greendýlu“, ale opravdu se zkusit sžít s přírodou. Ono je něco jiného hlásat nějaká podivná hesla nebo opravdu dokázat žít život v souladu se životem, a hlavně s přírodou. I když se to nezdá, je to možná to nejtěžší. I podle toho, že každý z nás má na to jiné měřítko. A podle toho se řídí. A je těžko říct, které je to správné. Ale asi to má opravdu každý jinak a vlastně ani nevím, jestli s tím samotná příroda může něco dělat. Mně samotnému je sedmdesát pět let a dívám se nato pohledem svého věku. Každopádně nehodlám svůj pohled na svět nikomu vnucovat. Jenom chci přidat střípek k zamyšlení těm, kteří si myslí, že byli na kraji „světa a ještě kousek dál“. Každopádně by se měl podle mého názoru každý člověk věnovat věcem, kterým rozumí, a ne běhat od problému k problému. Každopádně je asi i dobré si nezahlcovat mozek množstvím informací, které potom zákonitě vytěsňují to, čím bychom se měli opravdu vážně zabývat.

## • RUBRIKA: ROZHOVORY SE ZAMĚSTNANCI

Dnešní pozvání na rozhovor přijala paní Věra Machová, vedoucí kuchyně v Drhovli.

Přeji dobrý den a vítám ji i vás čtenáře u našeho povídání, které jsme připravili v únoru tohoto roku.



- ✓ **Co to všechno obnáší práce vedoucí kuchyně?** Objednávání zboží, počítání, kolik potřebujeme porcí, normování.
- ✓ **Pro kolik lidí vaříte?** Asi pro 200, dohromady pro klienty i personál v Písku a Drhovli.
- ✓ **Co nejvíc chutná?** Řízky a bramborový salát, svíčková, rajská, prostě klasika.
- ✓ **Co vám osobně přináší při práci největší radost?** Samozřejmě pochvala od klientů, že jim jídlo chutná a potom prázdné talíře.
- ✓ **Myslíte si, že je nějaký rozdíl mezi chutěmi klientů v Drhovli a v Písku?** Je, v Drhovli si nestěžují. Je to asi tím že nás v Písku klienti málo znají.
- ✓ **Jaký je váš názor na volnočasové aktivity klientů, jsou dostatečné?** No úžasný, my se na ně při jejich aktivitách chodíme koukat, jsou skvělí.
- ✓ **Jak vy osobně nejraději trávíte volný čas nebo dovolenou?** S vnoučaty a ráda jezdím na kole ve Strakonících, kde bydlíme.
- ✓ **Kdybyste vyhrála hodně peněz, za co byste je utratila?** Já vám to řeknu popravdě, já bych zaplatila dětem hypotéku.
- ✓ **Komu v životě nejvíc věříte?** Svým dětem, děti jsou děti.
- ✓ **Jaké roční období máte nejraději?** Jaro, že všechno začíná a zimu kvůli Vánocům. Já prostě miluji Vánoční svátky. Nemám ráda podzim a léto také nemusím.
- ✓ **Jaká je vaše oblíbená barva?** Zelená.
- ✓ **Jste věřící?** Nejsem. Já už tady nemám rodiče, ale když už o něco jde, kouknu nahoru a řeknu „tati, prosím“.
- ✓ **Berete svoji práci jako povinnost, nebo poslání?** Povinnost určitě ne, poslání nevím. Mně to především baví.
- ✓ **Čím jste chtěla být jako malá?** Já jsem chtěla být maminkou, a pak mě hrozně bavilo hrát si na kadeřnici.
- ✓ **Pamatujete se na svou první lásku?** Pamatuji, na tu se nezapomíná, bylo mi asi třináct let.
- ✓ **Co vás dokáže vytočit?** Neřešení problémů a pomluvy.
- ✓ **Jaký je váš oblíbený film, kniha, písnička?** Film Pelíšky, kniha asi Babička a knihy o Šumavě, co se týče hudby, tak mám ráda rock a skupinu Harley.
- ✓ **Co byste chtěla na závěr vzkázat všem čtenářům D-magazínu?** Aby se všichni měli dobře, hlavně zdraví a aby Vám vše chutnalo.

Za velmi upřímný rozhovor děkuje na další spolupráci a na dobré jídlo se těší Slávek Felcman





Rozšíření obsahu ÁMOS vision

Na začátku března proběhlo v domovech pro seniory dotazníkové šetření zaměřené na využití zpravodajských a společenských portálů na panelech ÁMOS vision.

### **Výsledek dotazníku je tento:**

64% odpovědí bylo kladných a vyjádřili jste souhlas s umístěním tohoto typu obsahu do panelů ÁMOS. 36% respondentů zájem nemá. U samotného výběru portálů získal nejvíce procent Blesk.cz a to 55%.

Stránka blesk.cz je zpřístupněna v dotykové zóně. Obsah tedy bude zobrazen pouze ve chvíli, kdy si jej klient sám aktivně vyvolá.

- **RUBRIKA „ČESKÉ PAMÁTKY UNESCO“**

### **Sloup Nejsvětější Trojice Olomouc**

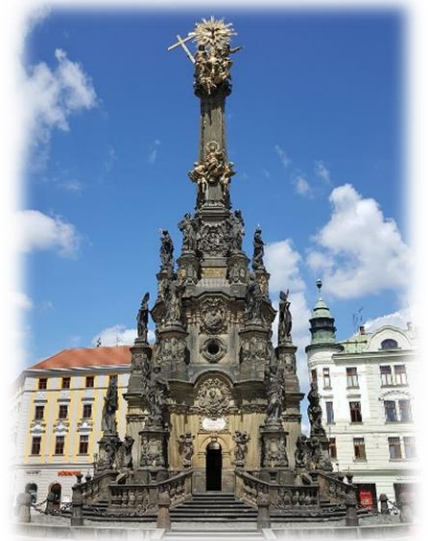
V roce 2000 byl do seznamu UNESCO zapsán olomoucký Sloup Nejsvětější Trojice. Jedná se o tzv morový sloup, poměrně běžný pro řadu českých měst. Tento je však jedinečný jednak svou velikostí – se svou výškou 35 metrů je nejvyšším sousoším v Česku a jeho součástí je i malá kaple, tak i způsobem svého vzniku – na stavbě se podíleli pouze olomoučtí občané.

### **Vila Tugendhat**

Jediným zástupcem moderní architektury v seznamu UNESCO je brněnská Vila Tugendhat. Jedná se o architektonicky i umělecky jedinečný počin německého architekta Ludwiga Miese van der Rohe ze začátku 30. let minulého století. Zajímavá je nejen vila jako taková, ale i příběh rodiny Tugendhatů, která dům nechala vystavět. Na seznam UNESCO byla zapsána v roce 2001.

### **Třebíčská židovská čtvrť**

Centrum Třebíč je neobyčejně zachovalým dokladem, že v minulosti vedle sebe žili a pracovali židovští i křesťanští obyvatelé města. Do seznamu památek UNESCO patří židovská čtvrť Zámostí i nedaleko stojící bazilika sv. Prokopa a bývalý benediktinský klášter. Na seznam byly zapsány v roce 2003.





**Znamení Beran alias Skopec** od 20. března do 20. dubna.

Beran je vůbec prvním astrologickým znamením zvěrokruhu. Název mu dalo souhvězdí Berana.

Berani patří k ohnivým znamením. Rovněž jej označujeme jako jedno ze čtyř znamení základních. Ovládán je ohnivou planetou Mars. Nelze se tak zřejmě příliš divit tomu, že se Beran označuje jakožto znamení extrovertní. Být prvním znamením zvěrokruhu je pro Berany skutečně příznačné. Líbí se jim totiž být pomyslnou jedničkou všude. Berani jsou dostatečně ambiciózní a odvážní a ochotně se doslova po hlavě vrhají i do náročných životních situací. Jde o nebojácné a silné osobnosti, které milují nové zážitky. Jsou také velmi schopní a můžete se u nich spolehnout i na to, že dodržují své závazky.



Charakteristický je pro Berany obrovský zápal. Mimořádně nadšení jsou do všeho a s vervou se tak vrhají do vztahů a projevují i vlastní ambice. Ve všech oblastech jsou velmi energičtí a v tom, co dělají, se odráží jejich sebedůvěra. Bytostně rovněž touží po uznání svého okolí a potřebují se stát středem pozornosti.

Charakteristický je pro Berany obrovský zápal. Mimořádně nadšení jsou do všeho a s vervou se tak vrhají do vztahů a projevují i vlastní ambice. Ve všech oblastech jsou velmi energičtí a v tom, co dělají, se odráží jejich sebedůvěra. Bytostně rovněž touží po uznání svého okolí a potřebují se stát středem pozornosti.

### **Beran je ctižádnostivý a skvěle plánuje**

Kromě toho, že můžete u Beranů čekat obrovskou ctižádnostivost, je také charakterizuje i to, že si udržují optimistický přístup k věci. Okouzlit lidi kolem sebe dokáží i svými tvůrčími schopnostmi.

Berani si svými rozhodnutími zůstávají jisti. K jejich silným stránkám patří to, že se nedají nijak snadno zmanipulovat. Jejich devizou je i to, že jsou velice pravdomluvní. Můžete si být jisti, že s vámi budou mluvit na rovinu.

Vlastní je jim i schopnost plánovat. Jsou také přesní. S tím souvisí i to, že se jedná o velmi dobré organizátory. Rozhodně se můžete spolehnout i na jejich věrnost. Zrozenci tohoto znamení jsou velmi kreativními osobnostmi, které jsou zároveň mimořádně nápadité. To však neznámá, že by životem kráčeli zahledění výhradně do vlastních záležitostí. Berani jsou založením velice laskaví a sympatičtí. Také je můžeme považovat za pozorné.

Jejich temperament jim však na druhou stranu může i značně komplikovat život. Příliš se neumí krotit a snadno se rozzlobí i kvůli maličkostem. V takovém případě je vhodné se jim vyhnout a počkat až „vychladnou“. Jejich výbuchy však naštěstí zpravidla netrávají dlouho. Způsobuje to podle astrologů nadvláda Marsu, která v Beranech vzněcuje agresivitu.

### **Zbrklí a impulzivní, takoví jsou Berani**

Značně impulzivní jsou především, pokud jde o finance. Impulzivita Beranů je náročná nejen pro jejich okolí, ale také pro ně samotné. Pokud je ovšem nenaštmete, projevují se doslova jako beránci a jsou hraví a oplývají velkou radostí ze života.

Stejně tak jsou zrozenci v Beranu mimořádně soutěživí. Někdy jim to brání i jednat s dostatečným citem a empatií s lidmi, kteří jsou pro ně v dané situaci konkurencí. Projevují se podrážděně a odtažitě. Mohou být proto považováni za sobecké a arogantní. Taktéž bývají zbrklí a činí ukvapené závěry. Beran je neustále v pohybu a nemá tedy čas zodpovědně rozvažovat pro a proti svého rozhodnutí. Většinou o důsledcích svých činů přemýšlí až poté. I sám sobě si Beran občas uštědří nebývale tvrdou lekci. Pokud někoho v tomto znamení znáte, možná si na něm můžete povšimnout i toho, že takovému člověku jednoduše schází trpělivost. Může také vykazovat vyloženě sobecké



sklony. Životním krédem Berana by totiž jednoznačně mohlo být heslo „každý sám za sebe“. Pro vášnivou a dobrodružnou povahu, díky které se s nimi nikdy nebudete nudit, jim to však rádi odpustíte.

### Charakteristika znamení

Živel: Oheň

Planety: Mars

Barva: červená

Kameny: jaspis, granát, karneol, rubín, opál

Povaha: mužská

Opačné znamení: Váhy

### Zajímavosti o znamení Beran

- Aktivní a energičtí: Berani jsou známí pro svou vysokou energii a aktivitu. Rádi se zapojují do nových projektů a zápasí s překážkami.
- Nezávislí a sebejistí: Berani jsou nezávislí jedinci, kteří věří ve své schopnosti a mají sebejistotu potřebnou k dosažení svých cílů.
- Otevření změnám: Berani mají rádi nové zkušenosti a nebojí se rizika. Jsou otevření změnám a přizpůsobují se novým situacím.
- Impulzivní a netrpěliví: Berani mohou být impulzivní a netrpěliví, což někdy vede k neuváženým rozhodnutím.
- Lídři a průkopníci: Berani mají silné vůdčí schopnosti a rádi se ujímají vedení. Jsou průkopníky, kteří se nebojí jít vlastní cestou.
- Odvážní a soutěživí: Berani jsou odvážní a rádi se pouštějí do soutěží. Mají potřebu být nejlepší a dokázat ostatním své schopnosti.
- Upřímní a přímí: Berani jsou známí svou upřímností a přímým způsobem komunikace. Řeknou vám, co si myslí, aniž by si dělali starosti o diplomacii.
- Kreativita a invence: Berani jsou kreativní jedinci s mnoha nápady a vizemi. Mají talent na přemýšlení mimo zaběhnuté koleje a hledání nových přístupů.
- Kompatibilita s ostatními znameními: Berani se obvykle nejlépe snášejí se znameními, která jsou také ohnivá nebo vzdušná, jako jsou Lev, Střelec, Blíženci a Vodnář.
- Zdraví a životní styl: Berani by měli dbát na své zdraví a udržovat si dobrou fyzickou kondici. Mohou být náchylní k úrazům hlavy nebo zánětům, proto je důležité pečlivě sledovat své tělesné i duševní zdraví a dbát na prevenci.

Zdroj: <https://autorskesperky.com/blog/post/znameni-beran.html>

### Známé osobnosti ve znamení Berana:

Jiří Adamíra, herec (2. dubna 1926)  
Jiří Bartoška, herec (24. března 1947)  
Iveta Bartošová, zpěvačka (8. dubna 1966)  
Lucie Bílá, zpěvačka (7. dubna 1966)  
Lucie Borhyová, moderátor (16. dubna 1978)  
Ondřej Brousek, herec (28. března 1981)  
Vlasta Burian, komik (9. dubna 1891)  
Vilma Cibulková, herečka (26. března 1963)  
Jitka Čvančarová, herečka (23. března 1978)  
Tomáš Hanák, herec (27. března 1957)  
Dagmar Havlová, herečka (22. března 1953)  
Jana Hlaváčová, herečka (26. března 1938)  
Jiří Hrzán, herec (30. března 1939)  
Dalibor Janda, zpěvák (21. března 1953)  
Marta Jandová, zpěvačka (13. dubna 1974)  
Jan Kaplický, architekt (18. dubna 1937)  
Bohumil Klepl, herec (31. března 1958)  
Naďa Konvalinková, herečka (18. dubna 1951)  
Karel Kryl, zpěvák (12. dubna 1944)  
Pavel Kříž, herec (18. dubna 1961)  
Lubomír Lipský, herec (19. dubna 1923)  
Kamila Moučková, moderátor (8. dubna 1928)  
Petr Nárožný, herec (14. dubna 1938)  
Jaroslava Obermaierová, herečka (10. dubna 1946)  
Halina Pavlovská, spisovatel (21. března 1955)  
Zdeněk Pohlreich, kuchař (10. dubna 1957)  
Jan Potměšil, herec (31. března 1966)  
Jitka Smutná, herečka (16. dubna 1952)  
Josef Somr, herec (15. dubna 1934)  
Petr Spálený, zpěvák (22. března 1944)  
Zdeněk Svěrák, herec (28. března 1936)  
Alena Šeredová, modelka (21. března 1978)  
Milan Šteindler, herec (12. dubna 1957)  
Jiří Štěpnička, herec (15. dubna 1947)  
Eva Urbanová, operní pěvkyně (20. dubna 1961)  
Karel Vágner, hudebník (22. března 1942)  
Michal Viewegh, spisovatel (31. března 1962)  
Stela Zázvorková, herečka (14. dubna 1922)

Zdroj: <https://horoskopy.etarot.cz/znameni-beran-celebrity-ceske.htm>

## APRÍL

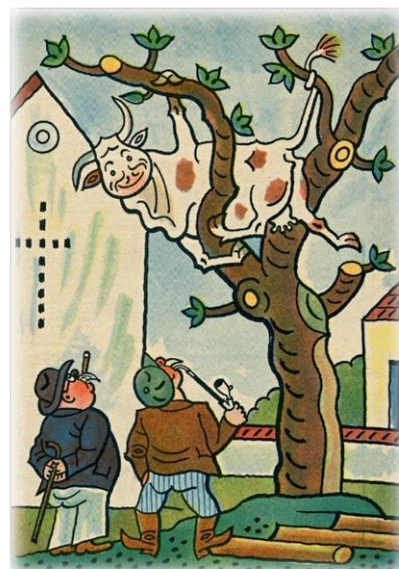
1. duben je klasickým svátkem šprýmařů. Tento den je společensky dovoleno žertovat a vyvádět „april“ až do oběda. Předpokládá se, že svátek pochází z pohanských dob, jako reakce na změnu ročního období ze smutné zimy na veselejší jaro.

Nejedná se však o původní český svátek, ale přišel do Česka ze zahraničí a rychle zdomácněl. První písemná zmínka v Česku se o aprílu zmiňuje v roce 1690 a zápis pochází od Bartoloměje Chrystellia z Prahy. V dřívějších dobách se jako oběti žertíků stávali známí a příbuzní, kterým se posílaly nápady na nákupy neexistujících věcí, jako např. ohýbák na cihly, bublinka do vodováhy...

V severské tradici je patronem 1. dubna Istimý bůžek Loki, který vyvádí lidem různé kousky.

autor: J. Lada, zdroj: Kvítka z čertovy zahrádky, r. 1930, č. 21, str. 6

Zdroj: <https://www.ceskezvyky.cz/duben/>



### 1. DUBEN, NA APRÍLA SE VŽDY DĚLY DIVNÉ VĚCI

Na prvního apríla se od nepaměti dějí zvláštní věci. Podle jedné tradice se té noci narodil Jidáš Iškariotský, podle jiné se Lucifer přestěhoval do pekla. I když v tomhle případě asi půjde o dávné aprílové žertíky amatérských teologů. Mimochodem, slovní spojení „aprilový žertík“ jsme převzali z němčiny, jiné národy mluví o aprílových rybách (románské) nebo bláznech (anglosaské).

První věc, co se ve střední Evropě v souvislosti s aprílem vybaví, je počasí. Němci pro to mají pořekadlo: „April, April, der tut nur was er will“ (přeneseně: duben, duben, co ten má za lubem). Tradice dělat si z lidí šprýmy včetně volání „april!“ přišla také z Německa. Zvyk „posílat do apríla“ je prvně zmiňován v bavorských pramenech roku 1618, v Česku až v roce 1690 jejím autorem je Bartoloměj Chrystellia z Prahy, v následujícím století pak byly zápisy častější. Také v oblíbené knížce pro dívky od Amálie Kutinové Gabra a Málinka se hlavní hrdinky posílají do lékárny pro semetele, semosel a komáří sádlo, do obchodu pro zaječí peří a podobně.

Sloveso „posílat“ poukazyvalo na zvyk pověřit nějakého nešťastníka (prostí lidé tehdy nenesli v hlavě přesné datum) nějakou absurdní službou, např. přinést hodinářskou motyku, bublinku do vodováhy, mezery do žebříku.

Němci zvyk převzali z Francie a dnešní Británie, kde se napáleným poslíčkům, kteří někdy běhali celé dopoledne a nesmyslný vzkaz předávali ode dveří ke dveřím posměšně přezdívalo: „April Fools!“ Důležité je, že ve středověké Anglii se šprým musel odehrát nejpozději v pravé poledne, minutu po dvanácté se „aprilovým hlupákem“ automaticky stával ten, kdo si hlupáka objednal. Jenže proč se to celé dělo právě 1. dubna? Klíčem k záhadě se zdá být rok 1582, kdy se papež Řehoř XIII. rozhodl zreformovat starý juliánský kalendář a přesunout začátek roku na první leden...

autor: J. Lada, zdroj: Kvítka z čertovy zahrádky, r. 1930, č. 21, str. 6

Zdroj: <https://www.ceskezvyky.cz/duben/>

### HISTORIE APRÍLU, TAHATI NĚKOHO ZA NOS

Vše začalo v Povídkách Canterburských. Apríl v evropské podobě je anglosaská tradice, poprvé s ním přišli v Anglii ve 14. století. V Chaucerových Povídkách Canterburských je příběh, ve kterém liška napálí pyšného kohouta. Chaucer den povídky situoval na 32. den od března, myslel tím zřejmě 2. květen, ale Angličané to pochopili jako 1.





duben. Od té doby se tradice ustálila právě na 1. dubnovém dni. Tento den byl především oslavou radosti. Po dlouhé zimě se lidé upřímně veselili z tepla, slunce a květin – tak si to hodlali užít naplno, a tak se lidé „tahali za nos“ prostě si z někoho dělali blázný.

Střílení si z lidí během slunovratu praktikovali již staří Řekové a Římané o svátku zvaném Hilaria, připadajícím dříve na 25. března. Anebo Peršané již pět století před Kristem o svátku Sizdah Be-dar, který připadal na začátek dubna a který pod jménem „Den přírody“ slaví dodnes. Je asi nutné smířit se s tím, že zvyk vysmát se sousedům a autoritám nemá jednoho autora, k oslavám příchodu jara patří, tak nějak přirozeně.

Zdroj: <https://www.ceskezvyky.cz/historie-aprilu-vse-zacalo-v-povidkach-canterburskych/>

## ZAHÁJENÍ PASTVY A HELEKÁNÍ

Kolem sv. Vojtěcha (23.4.) začalo být běžnou povinností vesnických dětí pást dobytek, kozy a husy. Na pastvě se od jara do zimy, od rána do stmívání scházely děti z celé vesnice, různého věku. V prostředí volné přírody si vedle svých povinností hrály a provozovaly různé zábavy. V čase jara to bylo například u kluků hotovení pišťálek z čerstvých prutů, u děvčat pletení věnečků z lučních kvítků, taneční hry, písničky. Pokud ale neměly společnost, potřebovaly svou samotu narušit, a tak na sebe pokřikovaly na dálku. Vznikly tak helekačky, hojakačky, „hlásání“. Helekáním se děti domlouvaly na praktických věcech nebo se škádliily. Nejlip se helekání neslo v kopcovité krajině.



Hej, hej!

Báro, Baruško Kulichova!

Požeň ty ke mně sem,

já pasu pod lesem.

ty červený jablíčka očešem

a ty zelený necháme,

až uzrajou, počkáme...

Héla, helilahou!

obrázek: Jaroslav Černý (1904-1984)

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

## FILIPOJAKUBSKÁ NOC, PÁLENÍ ČARODĚJNIC - LIDOVÉ ZVYKY A POVĚRY, KTERÝM VĚŘILI NAŠI PŘEDCI

Podle starých tradic rozděluje tato noc temnou a světlou část roku. Filipojakubská noc, která svou moc otevírá večer 30.4., má svůj název podle jmen dvou apoštolů, jejichž svátek se původně slavil 1. května. V 19. století církev však jejich svátek přesunula na 3. květen. Této magické noci se někdy říká i Valpuržina a to podle světice jménem Walburga, proto se leckdo domnívá, že Valpurga byla snad nějaká čarodějnice, ale opak je pravdou. Valpurga, správně sv. Walburga byla světice.

Lidé od pradávna věřili, že filipojakubskou nocí končí nadvláda zla a temna, že vše staré a zlé bylo vyhnáno, očištěno nebo spáleno. Život vítězí nad smrtí, dobré síly nad těmi špatnými a přichází ta slunečná, světlá část roku, kdy příroda nabývá té největší plodivé síly. Od pradávna to byla také noc ohňů a milostných rituálů. Chlapci například nechávali svým vyvoleným květiny před domem. Z těchto zvyků se pak vyvinulo stavění májky na první květnový den.

### Původ vzniku názvu "pálení čarodějnic"

Pověra říká, že čarodějnice se v tuto noc slétají na jeden ze svých srazů. Pohanské zvyky se pak změnil v rituály na ochranu proti čarodějnicím. Jedním z nich bylo zapalování ohňů na kopcích a to

proto, aby se čarodějnice zahnyly dýmem, co nejdále od lidských obydlí. Později vznikl rituál, kdy mladíci házeli hořící košťata k nebi, aby srazili k zemi případnou letící čarodějnici, odtud název "pálení čarodějnic". Nebylo náhodou, že právě koště se stalo symbolem čarodějnic. Koště od pradávna nesloužilo jen k zametání smetí, ale i jako magický rituální předmět pro duchovní očistu. Špatné a špinavé věci ulpívaly na koštěti, a tak se v lidské fantazii stal tento ušpiněný nástroj stal ideálním dopravním prostředkem zlých čarodějnic. Roztočené hořící koště symbolizovalo slunce a vyhozené do výšky mělo podpořit růst obilí.

### **Proč uměly čarodějnice létat?**

Podle lidové víry byla právě tato noc hlavním dnem roku, kdy se projevovala činnost čarodějnic. Strach z čarodějnic byl mezi lidem velmi dlouho. Obecně se věřilo, že ďábel, odvěký nepřítel člověka, je pouze duchem a povolnými nástroji pro jeho zlo jsou čarodějnice. Tyto ženy pak ničily lidský majetek, vyvolávaly bouře, povodně a krupobití, přiváděly na lid zhoubné nemoci a zkrátka prováděly jen samé škody a nepříjemnosti. K tomu všemu jim měl ďábel poskytovat potřebné návody a propůjčovat jim moc, aby se mohly libovolně proměňovat ve zvířata a další různé věci. Dokonce když se tyto ženštiny potřely kouzelnou masťou, mohly se projíždět vzduchem na košťatech, vidlích, pohrabáčích atd.

To vše byly věci, které naháněly ostatním lidem hrůzu, a proto se báli čarodějnic právě tak, jako samotného čerta. Nemůžeme se proto divit, že hledali prostředky, kterými by se mohli bránit. Nejlepší obranou bylo, když objevenou čarodějnici daly na pospas plamenům. Však ještě v druhé polovině XVIII. století byly zapalovány hranice, na nichž v krutých bolestech umíraly ženy, jimiž bylo za vinu kladeno čarodějnictví.

### **Jak naši předci bránili vstupu čarodějnic do domu?**

Během času vznikly desítky různých jednoduchých pověřčivých praktik, jak čarodějnicím zabránit vstupu do domu a chlévů a tak, když se se poslední soumrak dubnového dne skláněl nad vesnicí, bylo kolem jednotlivých stavení velmi živo. Hospodáři, čeládka např. přinášeli narýpané drny a kladli je hlavně před chlévy a stáje, aby do nich nemohly čarodějnice vejít a dobytku uškodit. Podle lidové víry musely totiž čarodějnice nejprve spočítat stébla trávy, na drnech rostoucí, aby mohly započít se svým dílem, a protože stébel bylo mnoho marnily počítáním svůj drahocenný čas a s blížícím jitem 1. května slábla jejich moc. Proto čím více bylo drnů, tím lépe pro hospodářství.

Lidé také věřili, že čarodějnicím vadí hluk, a proto mužská chasa nezahálela a práskala bičem. Nejčastěji odešla na nejbližší křižovatku, aby tam na rozcestí, která bývala shromaždištěm čarodějnic působila, pokud možno největší hluk a hřmot. Někdy se tam i střílelo. Jinde zase zapichovali pruty a pichlavé trní do hnojiště, před vchody chlévů, stájí a svých obydlí a věřili, že tudy čarodějnice





neprojdou. Hospodář vykropil celé stavení a okolí svěcenou vodou, na dveře kreslili tři křížky svěcenou vodou. Jinde na dveře upevňovali požehnané větvičky z Květné neděle, na vrata a na zem malovali kruhy a křížky. Někde sypali před chlěvy řezanku, písek nebo rozhazovali smetí, před chlěv se kladla otep slámy, a to vše proto, aby čarodějnice musela dlouze počítat.

Když takto bylo stavení zajištěno a dobytek proti čarování zajištěn, mládež sebrala košťata a šla za ves „pálit“ čarodějnice. K tomu cíli byla vybírána místa vyvýšená. Tam byla košťata zapálená a vyhazována do výše, při čemž se prováděly různé reje. Jasně planoucí osmolená košťata pak zaháněla čarodějnice. Mnohde si již během noci mládenci v lese vyhlédli pěknou břízku, kterou po půlnoci nebo na druhý den ráno uřezali. Ze zdola, až po korunu ji hladce oklestili, věnci, kvítím, pestrými stužkami a červenými hedvábnými šátky ji vystrojili a pak na návsi ji doprostřed postavili. Také každá zachovalá poctivá dívka dostala svou májku, kterou ji před dům postavil její milenec, buď pod okna nebo na dvoře...

### **Jedna pověra na závěr: Jak se dala změnit voda na víno**

O půlnoci, před sv. Filipem a Jakubem, kdy duchové mají moc škodit, může prý ten, kdo má květ z kapradí nabrat sobě vody odkudkoli a v libovolném množství a ta se mu proměnila v nejlepší víno.

Zdroj: <https://www.ceskezvyky.cz/filipojakubska-noc-valpurzina/>

### **JAK SLAVILI FILIPOJAKUBSKÝ VEČER NA STARÉM BĚLIDLE?**

Byl večer filipojakubský. Babička, když tříkrálovou křídou na všechny dveře — zvenku u stavení, u chlívu a kurníku — tři kříže udělala, šla s dětmi na zámecký holý vrch. Chlapci nesli na ramenou stará košťata. Na vrchu byla již Kristla, Míla, všeka chasa ze dvora, ze mlýna, také Mančinka. Václav Kudrnův s bratry pomáhal Mílovi smolit košťata a ostatní rovnali do hranice dřeva a chvojí k pálení ohně. Noc byla krásná, teplý větřík vlnil zelenou osivu a roznášel vůni květin z parku a z kvetoucího sadu po celém vrchu. Z lesa ozývalo se houkání sovy, na vysokém topole u silnice štěbetal kos a z křoví v parku zanášely se líbezné zvuky slavíkovy písně až nahoru.

Tu najednou vyšlehl plamen na Zlickém kopci, v okamžení nato na Zernovském vrchu, a po stránkách začaly se míhat a skákat plameny větší menší. A dále na vrchách náchodských, novoměstských vzplanuly ohně, tancovaly světla. Také Míla rozžal smolou napuštěné koště, hodě ho do hranice, která v malé chvíli vzplanula. Chasa začala výskat, každý uchvátil nasmolené koště, zapálil, a jak vysoko mohl, do povětří vymrštil, křiče: „Leť, čarodějnice, leť!“ Pak seřadili se a začali s hořícími pochodněmi tance provádět, děvčata však držíce se za ruce a zpívající točily se kolem hořící hranice. Když skončila, rozházely oheň a začaly přes něj skákat, jak která daleko mohla. „Dívejte se, tahle stará čarodějnice musí nejméně vyletět!“ zvolal Míla, a popadna pometlo, tak prudce jím vyhodil, že v letu až zafičelo, vysoko vyletělo a skoro k zelenému osení zaletělo, kde stáli diváci. — „Ta prská!“ smála se chasa, běžíc pro praskající nasmolené pometlo. Chlapci tleskali pochvalou. Také ze Zernovského i Zlického vrchu ozýval se výskot, smích a zpěv. Okolo rudého ohně kmítaly se v divém kolování postavy jako fantastické. Chvilí po chvíli z jejich středu diblík do výše vyletěl, zatřásl v povětří ohnivou palicí, až tisíce jisker spršelo, a zase dolů padal při jásotu lidstva. „Hele, ta vysoko letěla!“ zvolala Mančinka, ukazujíc prstem na Zernovský vrch. Jedna z žen jí ale ruku dolů stáhla napomínajíc, aby neukazovala na čarodějnice, že by jí mohla pustit některá střelu do prstu...

Zdroj: <https://www.ceskezvyky.cz/filipojakubsky-vecer-uryvek-z-knihy-babicka/>



## O BÁBOVCE, LIDOVÁ TRADICE

Bábovka patří k nezdolným klasikám pečených moučníků, v mnoha případech nám připomene dětství a prázdniny u babičky. Podává se nejen při svátečních příležitostech, ale potěší naše srdíčka a mlsné jazýčky i když je upečená jen tak, pro radost.

Péct ji lze z mnoha těst od piškotového až po třené, které patří mezi nejoblíbenější. U nás se nejčastěji

připravuje dvoubarevná – se světlou a tmavou částí, přičemž tmavá část je tvořena z těsta obvykle barveného kakaem, místy se pekla bábovka maková. V některých oblastech se do těsta před pečením přidávají rozinky, mandle, kandované ovoce, kokos či kousky čokolády. Bábovka se připravuje ve stejnojmenné speciální formě, která dává pečivu typický tvar s otvorem uprostřed, a dekoruje se posypáním moučkovým cukrem.

Kde přesně se bábovka vzala, není tak docela jasné. V zemích, jako jsou Česká republika, Slovensko, Rakousko, Polsko a Německo se ale připravuje již stovky let. První zmínky o ní se objevují již ve spisech z 15. století. Jisté však je, že bábovka byla původně jen forma, pekáč na pečení a že hotovému pečivu se říkalo bába. V bábovce se tedy pekla bába. Ostatně byla to nejen tato bába, ale také semlbába, tedy jak spisovně říkáme, žemlovka. Původ slova však může pocházet z polského slova bába, v překladu dětské jídlo.

Když slyšíme slova bábovka a bába, napadne nás otázka po souvislosti mezi druhem pečiva a starými ženami. Vznikají pak teorie, jak by bábovky a matky našich rodičů mohly souviset. Někteří soudí, že jde o jídlo, které starým ženám chutná. Jiní říkají, že babičky bábovky rády pečou. Třetí, podloženější, teorie praví, že původní bábovka, tedy forma na pečení, mívala podobu obličeje staré ženy. V Etymologickém slovníku jazyka českého J. Holuba a F. Kopečného se naznačuje, že toto pečivo mohlo dostat takové jméno proto, že se obvykle předkládalo během porodu porodním bábám, babičkám, jinak řečeno babicím. Samozřejmě, že všechno může být jen teorie, ale jisté je, že bábovka se pekla jen ke zvláštním příležitostem a jednou z nejčastějších byla návštěva „kouta“ tedy místa v koutě světnice, kde odpočívala šestinedělka.

Takto se příprava na návštěvu do "kouta" popisuje v dobových textech:

Stane-li se a hospodyně strojí v příbuzenstvu nebo sousedství do „kouta“, tu hledí, aby se každá co nejlépe „nechala vidět“. Zabije se slepice a uvaří s nudlemi, jiná se nadije krupičnou nádivkou a upeče, k této se uvaří suché švestky; pak se upeče bábovka a koláče nebo koblihy, někde dají udělati u pekaře věnec z těsta, i nějaká láhev rosolky ovšem neschází. Kmotře nebo kmotru odslouží se pak koutnice „vazným“, pošle jim totiž k svátku pečivo a kořalku.

Bábovka se peče z nejlepší mouky, na niž mají v každé řádné domácnosti zvláštní formu hliněnou; moderní formy plechové netěší se valně oblibě, protože se v nich pečivo snadno připalí. Má-li bábovka býti dobrá, aby se „jen rozsejpala“, nesmí hospodyně šetřiti smetany, másla a vajec; čím více toho obětuje, tím chutnější jest její výrobek. A šetřiti tu není na místě již proto, že bábovka se dělá málokdy, jsouc vlastně pečivem příležitostným. Hospodyně ji dává např. darem k jmeninám, veze ji s sebou, jak již řečeno, jede-li návštěvou někam, kam se zřídka dostane, posílá ji, chce-li někoho zvláště uctíti a podobně. Do bábovky dávají nejčastěji mák nebo skořici s cukrem a hrozinkami, někdy též rozstrouhaná jablka. Bábovka do formy se peče jen někdy darem „do kouta“ nebo „vazného“ kmotrům anebo na svatbu. (1892)





## • RUBRIKA – CO SE U NÁS V PÍSKU UDÁLO V BŘEZNU 2024

### HMYZÍ DOMEČEK

Hmyzí domeček (nebo také hmyzí hotel) je uměle vytvořená skrýš pro užitečné druhy hmyzu. Kromě možnosti úkrytu mu může posloužit i ke kladení vajíček a následnému vývoji larev. Jedná se zpravidla o dřevěnou konstrukci vyplněnou různými druhy přírodního materiálu. Lidé je vyrábí pro hmyz s cílem poskytnout mu náhradní prostředí, neboť hmyz v městském prostředí nachází stále méně vhodných míst pro svůj vývoj.

I našem domově jsme svépomocí jeden domeček vyrobili a doufáme, že po umístění na zahradu bude pro hmyz dostatečně atraktivní. Dřevěnou konstrukci darovali domovu žáci SOŠ a SOU Písek. Děkujeme.



### JARNÍ DEKORACE V DOMOVĚ V PÍSKU

S našimi klienty jsme se rozhodli přivítat nadcházející roční období společným tvořením jarních dekorací.

Výběru materiálu a kreativitě se meze nekladly a vznikly tak pěnové květy, mechové koule, věnce i zdobené květináče s jarními květinami.

Po několika setkáních a hodinách tvůrčího procesu jsme měli barevnou kolekci jarních dekorací, kterými jsme ozdobili společné prostory domova.



### PŘEDNÁŠKA „BYLINKY NAŠÍ KUCHYNĚ V ČÍNSKÉ MEDICÍNĚ“

V domově v Písku se minulý týden uskutečnila inspirativní přednáška na téma tradiční čínská medicína a využití běžně dostupných bylinek. Mgr. Miluše Štojdlová klientům přiblížila základní principy čínské medicíny a provedla je světem léčivých bylin.

Podle této medicíny jsou bylinky jedním z klíčových prostředků k dosažení rovnováhy a harmonie v těle. Mgr. Štojdlová nám předala cenné informace o správném sběru, skladování a přípravě těchto léčivek, abychom mohli co nejlépe využít jejich potenciál.

Na závěr přednášky se účastníci mohli zeptat na rady ohledně používání a bylo patrné, že se klienti chtějí dozvědět více a začlenit tyto poznatky do svého každodenního života.



### ZOOTERAPIE

V pátek 15. 3. 2024 jsme v domově v Písku přivítali milou návštěvu – paní Doležalovou a její terapeutické domácí mazlíčky. Tentokrát dorazil nejen pes, ale opeřený pomocník – slepička hedvábníčka Elsa. Se





zvířecími terapeuty se nejprve potěšili klienti v aktivizační dílně a nezapomněli jsme ani na klienty upoutané na lůžko. Paní Doležalové i zvířátkům srdečně děkujeme a těšíme se na příští návštěvu.

### **OSLAVA MDŽ**

Mezinárodní den žen je v našem domově v Písku každoroční příležitostí k oslavě žen a je okamžikem spojeným s radostí a společnými prožitky. Klientky se sešly v pátek 8.3. v dopoledních hodinách v aktivizační dílně, kde strávily příjemné chvíle a vychutnaly si program připravený speciálně pro ně.

Součástí oslavy bylo posezení s občerstvením, kávou, sklenkou vína a povídáním, které doplnilo příjemnou a uvolněnou atmosféru. Nezapomněly jsme ani na historii MDŽ. Pustili jsme si dokument, který nám připomněl význam tohoto dne a jeho historické kořeny a na závěr byla připravena hudební lahůdka – písňe na přání.

Klientky byly velmi potěšeny krásným dárkem od dobrovolnic z Městské knihovny Písek, které jim vyrobily překrásné tulipány a látkové ptáčky. Všechny ženy v domově dostaly karafiát, bez kterého by tento svátek nebyl úplný.

Věříme, že si klientky tuto akci užily a odnesly si pěkné vzpomínky.

### **PŘEDNÁŠKA „TOULKY BLATNOU“**

13. 3. 2024 k nám do domova v Písku zavítala paní Libuše Benešová z Blatné. Naše klienty zavedla na virtuální cestu plnou krásné přírody, historie a tradic. Formou přednášky bylo prezentováno téma: „Toulky Blatnou“. Pro klienty, kteří jsou převážně omezeni v pohybu, byla tato přednáška příležitostí prozkoumat nové krajiny a připomenout si krásy přírody, které jsou vzdálené pár kilometrů od jejich domova. Fotografie doprovázející přednášku pomohly přítomným propojit se s krásou tohoto místa. Toulky Blatnou se staly nejen názvem přednášky, ale i inspirací pro další chystané aktivity. Jistě do této malebné jihočeské oblasti naplánujeme výlet s klienty.

### **VÝLET DO PRÁCHEŇSKÉHO MUZEA**

Jarní sluníčko sice láká k procházkám, ale stále ještě je dost chladno – výlet do uzavřených a vytápěných prostor je tedy zatím jasnou volbou. Prácheňské muzeum v Písku sídlí v objektu bývalého královského hradu a jako městské muzeum vzniklo už před 140 lety.



Budova má výtah a je tedy částečně dostupná i lidem, kteří mají problémy s mobilitou. Ve třech podlažích jsou prezentovány nejen dočasné výstavy nejrůznějšího charakteru, ale i stálé expozice věnující se historii, školství či kultuře ve městě.

Pro některé z klientů byla dnešní návštěva vůbec první, a tak se zaujetím četli popisky a prohlíželi vystavené objekty. Jedna z klientek byla velmi potěšena, když mezi pravěkými vykopávkami našla bronzové náramky na lezené v její rodné obci.

### **KOSMETICKÉ DOPOLEDNE**

V pátek 22.3. nás navštívila paní Pavlína Zíbová, zástupkyně kosmetické firmy Mary Kay. Klientky se v hojném počtu sešly v aktivizační dílně, kde jim bylo názorně ukázáno, jak správně pečovat o zralou pleť, tzv. lifting pleti a o ruce. Dále jim byly ukázány vhodné produkty této firmy a seznámily se s jejich účinností.

Klientky také projevíly zájem o denní líčení. Těšíme se na další společná setkání, neboť naše dámy si kosmetickou péči velice užívají a zcela jistě si ji zaslouží.

### **VELIKONOČNÍ PONDĚLÍ**

Mrskání nebo šupání? Velikonoční pondělí patří podle tradic chlapcům a dívkám. V pondělí je zvykem vzít do ruky domácí pletenou pomlázku a jít koledovat a mrskat děvčata.

Ani v našem Domově pro seniory Světlo v Písku se na klientky 1.4.2024 nezapomnělo. Koledníci navštívili klienty na chodbách i pokojích. Všichni dostali od dětí z Grünwaldovy základní školy krásné přání k Velikonocům.

Koledníci svojí přítomností potěšili a rozveselili celý náš domov.

### **VELIKONOČNÍ VESELICE**

Oslava Velikonoc již tradičně bývá v našem domově velkou událostí. Od zdobení interiéru, přes barvení kraslic a pečení všeho dobrého se těšíme na velikonoční veselici. Ta se tento rok uskutečnila ve čtvrtek 28. 3. 2024. Do jasně vyzdobeného sálu nám přijela zahrát skupina Johny Band z Písku. Podávala se káva, a vše, co napekly naše klientky. Linecké cukroví, beránci, muffiny zdobené květy provoněly celý sál. Panovala sváteční atmosféra, většina přítomných si prozpěvovala, neboť v repertoáru byly i písničky pro pamětníky.

Všichni odcházeli do svých domovů s dobrou náladou a nešetřili chválou.

A ještě jedna pověra na závěr – jezte o Velikém pátku čočku, aby se Vás držely peníze.





## PŘÍPRAVY NA SVÁTKY JARA V NAŠEM DOMOVĚ V PÍSKU

Velikonoce jsou časem radosti, naděje a společného sdílení tradic. V našem domově v Písku se každoročně připravují programy a aktivity, aby se klienti mohli společně těšit z této sváteční atmosféry. Jedním z oblíbených způsobů, jak oslavit Velikonoce, jsou společné přípravy, jako je zdobení vajíček, pečení lineckého cukroví a tvorba velikonočních dekorací.

Zdobení vajíček je jednou z nejoblíbenějších tradic spojených s Velikonocemi. Klientky měly možnost projevit svou kreativitu a fantazii tím, že zdobily vajíčka různými technikami - od tradičního barvení až po použití decoupage či zdobení slámou.

Pečení lineckého cukroví s jarními motivy je další nezbytnou součástí příprav na Velikonoce. Klientky dále upekly skvostné muffiny, na kterých si všichni pochutnaly na Velikonoční zábavě.

Tento rok jsme také společně vytvořili zájčkové girlandy z papíru, které ozdobily společenský sál a přinesly do něj barvy Velikonoc.

Tyto přípravy jsou pro klienty způsobem, jak strávit příjemný čas a zapojit se do společných aktivit, které vytvářejí nezapomenutelné vzpomínky a přinášejí do domova radost a harmonii během svátečního období.



## PROCVIČME SI MOZEK!

*(skrývačky pro vás i vaše klienty)*

*Dokážete v následujících větách objevit názvy profesí?*

1. Než se na pódiu vystřídají všichni ti pomalí řečníci, bude půlnoc.
2. Podívej, jak seš mokrej, čí to byl nápad vyrazit na horskou túru bez pláštěnky?
3. Ta kniha si čtenáře, bohužel, nezískala, její obsah je poněkud nesrozumitelný.
4. Čekají tady na vás zeleninové natě, račte je uklidit, než přijdou zákazníci.
5. Dávejte pozor, je tady prasklá římsa, mohla by spadnout!
6. Sousedovic kluk je děsnej vejlupek, a říkají to o něm všichni, co ho znají.
7. Čekali jsme na opozdilé návštěvníky za hradní komnatou na západní straně.
8. Vrzající kolečko strýčkova trakaře zní každopádně nepříjemně, zejména když ještě chcete spát.
9. Byla to buchta maková, řádně pocukrovaná, sliny se na ni jen sbíhaly.
10. Odpoledne se karbaníkovi vydařilo, potěšil ho gotes a řezané pivo.
11. Zlobte se, jak chcete, klidně si stěžujte kapitanovi, nářky vám ale nepomohou.
12. Belhal se o holi časné ráno kolem potoka a na blátivé cestě upadl.

**LUBOŠ ČEJKA**

Řešení: 1 - mař, 2 - křel, 3 - has, 4 - natě, 5 - slá, 6 - pka, 7 - zahradník, 8 - řezník, 9 - kovář, 10 - tesal, 11 - novinář, 12 - holič



## • RUBRIKA – CO SE U NÁS V DRHOVLI UDÁLO V BŘEZNU 2024

### JARNÍ TVOŘIVÁ DÍLNA

Celý náš domov, každý jeho kout, chodbu či okno zdobí krásná jarní výzdoba. Již chybí jen přinést trošku toho jara na pokoje našich klientů. Proto jsme připravili tvořivou dílničku, při které si všichni zájemci mohli podle své fantazie a vkusu vytvořit jarní dekorace na své pokoje. Práce šla všem krásně od ruky, a na konci našeho tvoření nejedno srdce zaplesalo nad originálními a nápaditými dekoracemi. Pondělní aktivizace se nesla v duchu prvních jarních dnů, a proto jsme osázeli venkovní truhlíky jarními květinami, které jistě všechny potěší a naladí tak na nadcházející jaro.



### PŘEDNÁŠKA NA TÉMA: TOMÁŠ GARRIGUE MASARYK

Před 174 lety se narodil první československý prezident Tomáš Garrigue Masaryk. Jeho život a odkaz dnes připomínají vzpomínkové akce po celé republice. Ani my v Domově pro seniory Světlo v Drhovli jsme na toto výročí nezapomněli a s našimi klienty jsme na Tomáše Garrigua Masaryka zavzpomínali v podobě prezentace a úryvku z dokumentu Největší Čech.



### TÉMATICKÉ CVIČENÍ: MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN

Dnešní tematické cvičení se neslo v duchu MEZINÁRODNÍHO DNE ŽEN. Ranní rozvíčku jsme si s našimi klienty zpestřili a jako cvičební pomůcky nám posloužily červené karafiáty, které k oslavám MDŽ bezpochyby patří.



### OSLAVY MDŽ

Pátek 8.3.2024 jsme v Drhovli oslavili Mezinárodní den žen. Oslava proběhla ve společenském sále. Potěšit naše klientky přijely děti ze ZŠ Mirovice pod vedením paní učitelky Pivoňkové, které k nám jezdí pravidelně na různé akce. Děti si pro naše ženy připravily spoustu básniček a písniček. Toto vystoupení sklidilo veliký úspěch. Klientky si s dětmi zaspívaly a vždy je podpořily velikým potleskem. Na závěr pak nechyběl přípitek, předání přání a tradičního karafiátu od dětí. Nebyly ochuzeny ani klientky, které zůstaly na pokojích, kytička jim byla předána i s přáníčkem. Bylo to krásně strávené dopoledne a již se těšíme na další podobné akce.





## VÝLET DO MUZEA PSACÍCH STROJŮ

Úterní dopoledne patřilo plánovanému výletu do muzea psacích strojů, které provozuje Štěpán Kučera z Kraselova. Po vřelém přivítání jsme vyslechli zajímavou přednášku o exponátech. Dozvěděli jsme se např. z jakého roku je nejstarší psací stroj, který má majitel muzea ve své sbírce, popovídali si o jejich historii, a hlavně si prohlédli desítky psacích strojů různých výrobců. Po prohlídce jsme se přemístili do další expozice, kde byly vystaveny výrobky ze Strakonice, a to slavné motocykly značky ČZ. Návštěva muzea a poutavý výklad byl pro všechny velmi poučný a zajímavý. Náš program jsme završili posezením ve stylové restauraci Lovecká bašta, kde si každý z účastníků výletu mohl v krásném prostředí objednat velmi chutné dobroty a posilnit se nápojem či kávou. Na závěr jsme si udělali společnou fotografii, aby nám připomínala den plných nevšedních zážitků. Klienti nešetřili chválou, jak se jim tento výlet líbil a už se moc těší na další.



## MEZINÁRODNÍ DEN ŠPERKŮ – BESEDA + VÝROBA

Třináctý březen je MEZINÁRODNÍM DNEM ŠPERKŮ. Připravili jsme si proto pro naše klienty v Domově pro seniory Světlo v Drhovli malou přednášku na dané téma, doplněnou o výrobu vlastnoručně vyrobených šperků.



## VYNÁŠENÍ MORENY

Ve čtvrtek 14.3.2024 jsme se s klienty z domova pro seniory v Drhovli vydali na procházku do nedaleké obce Drhovle. Za tematického zpěvu jsme byli vynést Morenu, kterou si klienti sami vyrobili a symbolicky jsme se tak rozloučili s dlouhou zimou.

Cestou zpět si každý z klientů uvázal barevnou stuhu na rozpučené větvičky vrby, jako symbol přivítání jara. Ozdobené větvičky jsme pak vystavili ve vestibulu domova. A teď už jen můžeme vyhlížet to krásné a všemi očekávané slunečné jaro.





## NEDELNÍ TVOŘENÍ

Smrtná neděle, zvaná také Postní nebo Pašijová je druhá neděle před Velikonocemi. Vyrobili jsme Morenu a slavili přicházející jaro.

## DEN SVATÉHO PATRIK

V pondělí 18. března proběhl v Domově pro seniory Světlo v Drhovli všemi očekávaný DEN SVATÉHO PATRIKA. Nejprve jsme si s klienty povídali o historii tohoto irského svátku, představili jsme si symboly Irska a nechyběla ani legenda o sv. Patrikovi. Dokonce jsme mezi sebou přivítali i irského skřítku Leprikóna, který dle irské legendy hlídá hrnec zlata na konci duhy. Tomu se mezi našimi klienty tak líbilo, že se nejen podělil o trochu zlaťáků, ale zatančil si i úryvek irského tance, který si pro naše klienty připravily a secvičily zaměstnankyně domova.

Celým sálem se po celou dobu rozléhaly irské písně, při kterých si klienti pochutnávali na všelijakých dobrotách, které byly laděny do tradiční zelené barvy, která je pro svátek svatého Patrika typická.

## JOSEFOVSKÁ ZÁBAVA

19. března slaví svátek všichni Pepíci, Josefové. A protože nositeli tohoto krásného jména jsou i někteří naši klienti, tak pro ně každoročně pořádáme Josefovskou zábavu. Od rána v aktivizačních dílnách probíhaly přípravy, kde klientky připravovaly bohaté občerstvení na odpolední slávu.

Na stolech nechyběly chlebíčky, jednohubky, šneci, sladké pečivo a také perníková srdce s přáním všem Josefům. Staré známé lidové písničky nám přijel zaspívat a zahrát na heligonku p. Talián s ženským doprovodem. Sváteční chvíle si užíval, každý, kdo přišel vzdát hold Josefům. Nálada byla výborná, ochutnávaly se dobroty, popíjely citronový čaj, káva a voda s citronem a mátou. Společně jsme si zaspívali, zatančili a pobavili, jak se na takovou oslavu patří. Zábava se velmi povedla, vše se moc líbilo a těšíme se na další akce, které si podobně užijeme.

## PŘEDNÁŠKA NA TÉMA VELIKONOCE

V úterý 26. března opět navštívila naše drhovelské klienty Mgr. Irena Novotná, etnografka ze strakonického muzea. Připravila si tentokrát přednášku na téma: Velikonoce. Přednáška se nesla ve velmi příjemném duchu a již nyní se těšíme na další přednášky.





## MEZIGENERAČNÍ SETKÁVÁNÍ S DĚTMI ZE ZŠ EDUBBAA ŘEPICE, TENTOKRÁT NA TÉMA: JARNÍ OSENÍ



## VELIKONOČNÍ PUTOVÁNÍ

Velikonoce jsou v Domově pro seniory Světlo v Drhovli v plném proudu, a proto jsme si pro naše klienty připravili další program s velikonoční tematikou a to: VELIKONOČNÍ PUTOVÁNÍ. Tohoto putování se zúčastnili nejen naši klienti, ale i děti z mateřské školy MIROTICE.



Společně se vydali po stopách velikonočního zajíčka, na jednotlivých stanovištích plnili mnoho úkolů a odpovídali na otázky týkajících se velikonočních svátků. Na samém konci celého putování našli neposedného velikonočního zajíčka, který všechny obdaroval malým dárkem. Velikonoční putování bylo pro všechny příjemným zpestřením a již nyní se těšíme na další podobné akce.

## SOUTĚŽ

### O NEJHEZČÍ VAJÍČKO

V úterý 26.3. probíhala v našem domově soutěž o nejkrásnější vajíčko. V prostorách u občůdku jsme pro naše klienty nachystali stoly, na kterých byly různé způsoby a techniky tvoření a malování vajíček. Každý, kdo přišel,



mohl nazdobit vejce dle své libosti a fantazie. Účast byla veliká. Klienti si mohli vyzkoušet několik technik zdobení, od těch jednodušších, po ty náročnější. Připraveno bylo například zdobení voskem, barvení vajíček v cibuli, mramorování, malování fixami, polepování samolepkami, ubrousková technika. Soutěžní vajíčka byla vystavena ve vestibulu s možností hlasování. Vítězové nejlepších vajíček byli odměněni ve čtvrtek na velikonoční zábavě.



## CVIČENÍ NA TÉMA: VELIKONOCE

Čtvrteční skupinové cvičení bylo v Domově pro seniory Světlo v Drhovli opět tematické. A jelikož se blížil velikonoční víkend, tak téma bylo více než jasné – VELIKONOCE. Jako pomůcky pro velikonoční cvičení jsme tentokrát zvolili nafukovací velikonoční vajíčka.

## VELIKONOČNÍ ZÁBAVA

Velikonoce v našem domově jsme zahájili na Zelený čtvrtek tradiční velikonoční zábavou. Zahrát, zaspívat a pobavit nás přijela naše oblíbená kapela Písecká čtyřka. Stoly se prohýbaly pod pestrou paletou velikonočních dobrot, které jsme v dopoledních hodinách v rámci aktivizace s našimi klienty připravili. Na stolech nechyběl čerstvě upečený beránek, zajíčky z třešňového těsta, krásně nazdobené chlebíčky a dokonce ani velikonoční perníčky. K pití se podávala káva, ledový čaj či voda s citrónem. Pro zpestření programu bylo vyhlášení soutěže o nejkrásnější vajíčko. Cenu vítězům předal náš Velikonoční zajíček. Všem se moc líbilo, každý ochutnal, na co měl chuť, zaspíval si s muzikanty či si zatancoval u veselých písniček. Všichni odcházeli plni dojmů a s velkým úsměvem na rtech.

## SMYSLOVÁ AKTIVIZACE





7	„Mami, strejda je kanibal?“ „To si nemyslím, proč se ptáš?“ „Táta říkal, že...“									
NÁPOVĚDA: ENTE, ŠIRC, GO	BITKY	MUŽSKÉ JMÉNO (22.5.)	UZDRA- VOVÁNÍ SE	OHODNO- TITI	ZN. TELLURU		DRUH LAHVÍ	PŮSOBIT ÚNAVU	1. část tajenky	SNĚŽNÝ MUŽ
ŘEHTÁNÍ							POLIBKY			
CITOVÉ VZRUŠENÍ							NĚM. KACHNA ZKR. STÁTNÍ ARBITRÁŽE			
2. část tajenky					ZAČÁTEK ZÁVODU ZNAČKA KILOTUNY					
MALÁ ELENA							SKUČET PRUDKÝ HOD			
	SVŮDNÁ ŽENA	ŠICÍ VLÁKNO TU MÁTE					BÝT SCHOPEN ČESKÝ ARCHITEKT			
VEJMOUT (ZAST.)					SPOJ PROVEDENÝ ŠITÍM ŘÍMSKÝ 1102				SLADIDLO	PROTO (LAT.)
SPISOVÁ ZNAČKA			NAPODO- BENINA 3. část tajenky							
MATERIÁLNĚ- TECHNICKÉ ZÁSOBOVÁNÍ (ZKR.)				ZN. CHROMU LIBERECKÉ VÝSTAVNÍ TRHY (ZKR.)			HOVĚZÍ DOBYTEK DĚRAVÝ SÝR			
ZÁVORA								ZN. JEDNOTKY HMOTY HOMÉRŮV EPOS		
	PSANÍ	DOMÁCKY UVE PASENÍM OŽRAT					JMÉNO ZPĚVÁKA ŽBIRKY ČIN. STOLNÍ HRA			
CUKRÁŘSKÝ VÝROBEK					PRŮSVITNÝ KRÉM UKAZOVACÍ ZÁJMENO				SOUKE- NICKÝ TOVARYŠ	DĚJSTVÍ
PRIMÁTI				POSILUJÍCÍ LÉKY KVĚTEN						
OBLAST							OBRNĚNÉ VOZIDLO ZN. BULHAR. CIGARET			
SLOVENSKY JISTÁ					ZKOUMAT					
ZASTAV					PRACKY					