

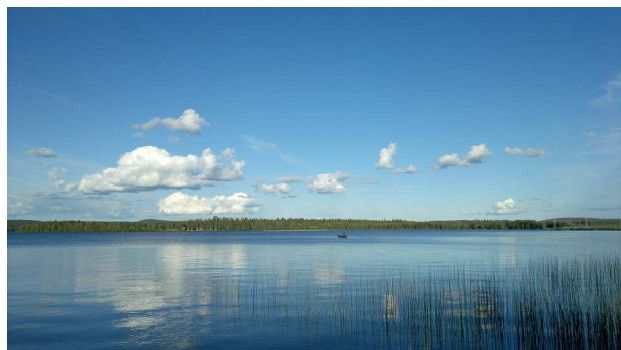
Ladislav Křížek

JDE KOLEM LÉTO

*Jde příjemné léto rozlehlou krajinou
kolem zanechává voňavého dechu stopy
Dívčí půvaby se do krásy rozvinou
nesměle si rozplétají své bujné copy*

*Ptáci do rozmanitých akordů písně ladí
po ránu smáčí rosa vláhu do otav
Hladiny zrcadel rybníků slunce hladí
radostně hučí na řece chladivý splav
Příroda kreslí štětcem barevné obrázky
srdce se otvírají pro druhého i pro lásky*

*Tak vítej léto a přijmi v náruč svou
modrojasné touhy jež osvěží nitro člověka
než zářivé dny se naplní a odejdou
Jako mnohé v životě odchází a nečeká*



PAPRSEK

X. ROČNÍK



**ZPRAVODAJ PEČOVATELSKÉ SLUŽBY
ČERVENEC 2016**



DOMÁCÍ NÁSILÍ A TÝRÁNÍ PÁCHANÉ NA SENIORECH

Pokračování z minulého čísla.

SOUŽITÍ SENIORA S BLÍZKÝM ČLOVĚKEM TRPÍCÍM DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM

Náročná a riziková může být pro seniora společná domácnost s příbuzným s duševním onemocněním. Stává se, že, jak ubývají staršímu člověku síly, tak slábne jeho autorita. Nebezpečné jsou případy, kdy se nemocný neléčí a jeho stav se prudce zhorší. Senior by měl vědět, že v případě, že ho druhá osoba ohrožuje na životě či ohrožuje na životě sama sebe, je nutné zavolat záchrannou službu na čísle 155 či policii na čísle 158.

PŘETÍŽENÍ PEČOVATELE

Špatné zacházení se seniory se objevuje také v situacích, kdy je senior odkázaný na péči druhých. Zejména v případech, kdy potřeby seniora zajišťuje jedna osoba, může snadno dojít k jejímu přetížení. Je-li sám pečující vyčerpaný a frustrovaný, že nestíhá žít svůj život, může se stát, že se ke starému člověku začne chovat špatně.

VAROVNÉ ZNAKY NASVĚDČUJÍCÍ MOŽNÉMU OHROŽENÍ ŽIVOTA

- senior je sociálně izolován, pečující odmítá k seniorovi pustit další osoby a nikdy nenechává seniora s jiným člověkem o samotě,
- na seniorovi je patrné zanedbání péče (je podvyživený, zanedbaný apod.),
- senior se nedostavuje na lékařské prohlídky,
- senior se ocitá bez finančních prostředků,
- senior a jeho rodina odmítají sociální či zdravotní služby,
- senior je depresivně laděný, nemá žádnou radost ze života,
- u seniora se objevuje rezignace na život, chybí životní perspektiva

RECEPTÁŘ

TŘEŠŇOVÁ BUBLANINA

Doba přípravy: 30 minut + 20 minut pečení



Suroviny: olej nebo máslo na vymazání, hrubá mouka, 700 g třešní, 3 vejce, 1 hrnek cukru krupice, 1 vanilkový cukr, ¼ lžičky citrónové kůry, 250 ml smetany na vaření, 2 hrnky polohrubé mouky, moučkový cukr na posypání.

Postup: troubu předehřejeme na 180°C, plech vymažeme a vysypeme. Třešně omyjeme a necháme okapat. Z bílků ušleháme s polovinou cukru tuhý sníh. Žloutky prošleháme se zbylým cukrem, vanilkovým cukrem a citrónovou kůrou, přimícháme smetanu a mouku.

Opatrně vmícháme ušlehaný sníh, těsto vylijeme na vymazaný a vysypaný plech, poklademe omytými třešněmi a dáme do vyhřáté trouby zapéct na 20 minut.

Hotovou bublaninu necháme zchladnout, posypeme moučkovým cukrem a rozkrájíme.

Rychlovka: nešlehejte se se sněhem, smíchejte mouku s cukrem, smetanou a celými vejci a přidejte prášek do pečiva.

HOUBOVÉ PLACÍČKY

Ingredience: 500g čerstvých hub (nejlépe směs – hříbky, podhříbky, křemenáče), 1 větší cibule, 4 stroužky česneku, 2 vejce, 2 rohlíky, sůl, pepř, drcený kmín, asi 1 dcl mléka, strouhanka, 10 dkg cihly, olej na smažení

Postup: na 2 lžících oleje zpěníme nakrájenou cibuli, přidáme nadrobno nakrájené houby, osolíme, přidáme kmín a dusíme asi 5 minut. Dáme vychladit. Mezitím nakrájíme rohlíky na kostičky, podlijeme mlékem, přidáme vejce, cihlu, promícháme a smícháme společně s houbami. Ochutíme česnekem, solí a pepřem. Trochu zahustíme strouhankou a mokrou rukou tvarujeme menší placičky, obalujeme ve strouhance a smažíme na oleji z obou stran. Podáváme s vařenými bramborami a salátem z čerstvé zeleniny.

CVIČTE SI SVŮJ MOZEK

Tentokrát se kvíz vztahuje k našemu hlavnímu městu Praze.

Doplňte k následujícím slovům vždy jedno podstatné jméno, které je společné všem třem názvům uvedeným na jednotlivých řádcích.

RIEGROVY, CHOTKOVY, VOJANOVY

KARLŮV, PALACKÉHO, JIRÁSKŮV

KONVIKTSKÁ, ŠTĚPÁNSKÁ, NERUDOVA

VÁCLAVSKÉ, STAROMĚSTSKÉ, JUNGMANOVO

MOSTECKÁ, JINDŘIŠSKÁ, STAROMĚSTSKÁ

ANEŽSKÝ, JIŘSKÝ, STRAHOVSKÝ

MÜLLEROVA, BÍLKOVA, TRMAKOVA

FRANTIŠKÁNSKÁ, RAJSKÁ, HARTIGOVSKÁ

NÁPRSTKOVO, NÁRODNÍ, ZEMĚDĚLSKÉ

MATYÁŠOVA, PRAŠNÁ, PÍSECKÁ

NÁRODNÍ, STAVOVSKÉ, DEJVICKÉ

VELETRŽNÍ, CLAM-GALLASŮV, ČERNÍNSKÝ

RAŠÍNOVO, MASARYKOVO, ALŠOVO

STŘELECKÝ, SLOVANSKÝ, DĚTSKÝ

STARONOVÁ, KLAUSOVÁ, ŠPANĚLSKÁ

MASYRYKOVO, HLAVNÍ, SMÍCHOVSKÉ

BETLÉMSKÁ, ZRCADLOVÁ, HUSOVA

VLADISLAVSKÝ, BROŽÍKŮV, ŠPANĚLSKÝ

HÁDANKY

Co je to, má to zuby, ale nic nejí?

Co roste kořenem vzhůru?

Kdo mě krmí, zmenšuje mě, kdo mi ubírá, zvětšuje mě, kdo jsem?

Mám dvě patky, každou na jinou stranu, kdo jsem?

ŽIVÁ ABECEDA

Pokračování z minulého čísla.

Setkání se zmijí v přírodě není nijak vzácné, i když je to poměrně plaché zvíře. Jed zmije je vysoce účinný, ovšem má ho jen velmi malé množství, takže většinou člověka neohrozí. Ohrozit ale může alergika, malé děti, staré a nemocné lidi. Zmije dorůstá až metrové délky, ale nejobvykleji je dlouhá okolo 70cm. Zbarvení šupin je šedé až modrošedé s výraznou tmavou klikatou čarou na hřbetě. U nás v ČR se můžete setkat se zbarvením hnědým, šedo zeleným, žlutavým, není výjimkou ani černá a červená forma zmije. Černá zmije by se dala možná splést s užovkou, ale snadno ji poznáme podle tvaru zornic u očí. Zmije má úzké zornice kolmo postavené (vypadají jako kolmá čára), užovka má zornice kulaté. Trojúhelníková hlava bývá znakem už blížícího se útoku nebo rozrušení hada (je to obvyklé i u jiných hadů), a tak podle toho zmiji nepoznáme. Se zmijí se můžeme setkat na horských loukách, močálech, ale také se může vyhřívat na nějakém kameni na břehu rybníka, nebo třeba na železničním náspu či ve vaší zahradě. Zmije je na rozdíl od užovky živorodá, mláďata se vyvíjejí ve vejcích uvnitř matky, a ta je porodí po ukončení březosti již živá. Bývá jich okolo deseti a jsou dlouhá asi 20cm. Už tato mláďata mají jedové zoubky.

Na závěr bych chtěla dodat, že uštknutí hadem patří jistě mezi velmi nepříjemné zážitky, ale mnozí z nás na něj reagují přehnaným strachem a zbytečnou hysterií. Jsou známy případy, kdy člověk zemřel ze šoku a strachu a přitom ho kousl nejedovatý had. Vždy je velmi nutné zachovat klid a rozvahu a pokaždé přivolat nebo vyhledat lékařskou pomoc.

J. Marešová

ČERVENEC – STÁTNÍ SVÁTKY

5. 6. – Den slovanských věrozvěstů Cyrila a Metoděje

6. 6. – Den upálení mistra Jana Husa

HUMOR LÉČÍ 😊

Jeden důchodce se dožil 106 let. Novináři se ho ptají:

„Povězte nám prosím, jak se vám povedlo dožít se takového věku?“

„No, už delší čas nekouřím, jsem skoro vegetarián, všude chodím pěšky a spát chodím, když se setmí.“

„Aha. Snažíte se tedy žít zdravě, že?“

„Ani ne. Ale víte, při dnešních cenách cigaret, masa, benzínu a elektřiny...“

Televize vysílá tři duhy informací:

1. Pravdivé – To je přesný čas.
2. Polopravdivé – To je předpověď počasí.
3. Ostatní.

DOBRÁ RADA NAD ZLATO

- rýhy na varné desce lze vyčistit tak, že desku trochu zahřejeme, nasypeme na ni prášek do pečiva a potom otřeme čistícím tamponem
- skvrny na varných deskách zmizí, když na ně nasypeme sůl a důkladně je očistíme navlhčeným kartáčem. Pak desku opláchneme velkým množstvím vody a otřeme důkladně dosucha
- špínu ze sklokeramických desek odstraníme vlhkým hadříkem a několika kapkami mycího prostředku na nádobí. V obchodech s domácími potřebami dostaneme speciální plastovou škrabku na šetrné odstranění připečených nánosů



AKTUÁLNĚ

Rok 2015 přinesl na krizové lince ŽIVOTA 90 Senior telefon 475 případů týrání seniorů, policie jich jako trestný čin řešila 44. Podvody a krádežemi přišli staří lidé za loňský rok o víc než 25 a půl milionu korun. Tato údaje zveřejnila 15. 6. Organizace ŽIVOT 90 v rámci Světového dne připomenutí násilí na starých lidech.

- Na nonstop anonymní krizovou linku Senio telefon se ročně obrací 14 000 volajících. S tématem týrání se jich v roce 2015 dovolalo 475.
- Nejvíce roste počet hovorů s tematikou psychického týrání – za prvních 5 měsíců roku 2016 evidujeme 101 hovorů.
- Nejčastějším pachatelem týrání je někdo z blízkých (dcera, syn, vnučka, vnuk, jiný příbuzný).
- Roste i počet hovorů s tematikou násilí mezi partnery,
- Zaznamenáváme velký nárůst hovorů s tematikou osamocení. Samotu volající vnímají jako velice tíživou. Z odborných zdrojů vyplývá, že samota neboli sociální vyloučení je závažný problém, který má devastující (zejména psychické) účinky. V případě samoty seniorů můžeme mluvit o závažném celospolečenském problému.
- V roce 2015 evidovala Policie ČR celkem 745 případů trestné činnosti majetkového charakteru páchané na seniorech.

Zdroj: ŽIVOT 90

CVIČTE SI SVŮJ MOZEK – ŘEŠENÍ: SADY, MOST, ULICE, NÁMĚSTÍ, VĚŽ, KLÁŠTER, VILA, ZAHRADA, MUZEUM, BRÁNA, DIVADLO, PALÁC, NÁBŘEŽÍ, OSTROV, SYNAGOGA, NÁDRAŽÍ, KAPLE, SÁL.

HÁDANKY – ŘEŠENÍ: HŘEBEN, HORNÍ ZUBY, JÁMA, PECEN CHLEBA.

TO BYLO TENKRÁT ...

ATÓMOVÁ LIMONÁDA

Do rodinných análů se zapsala příhoda s limonádou a černým bezem. Asi ve stejném vztahu jako byli pánové Šlégl a Ryšánek v Malostranských povídkách Jana Nerudy byl děda a soused z uličky. Děda o něm tvrdil, že je to prašivka, ale když nepřešel několik dní kolem baráku, tak se po něm postranně sháněl. Když dozrály bobule černého bezu kolem dokola, přišel dědův nečekaný rozkaz. „Vem kýblík a přines ho plnej bezu. Ať je to pěkně vyzrálý.“

Jako obvykle jsme na sebe koukli s babičkou a protože befel je befel, jsem úkol splnil. Děda to prohlédl a jeho obvyklé „tauglich“ dotvrdilo správnost materiálu. Pořád jsme ale nevěděli, co se bude dít. Tou dobou byla ve sklípku uložená babiččina „atomová limonáda“. Surovinou byl pro změnu květ bezu. Bylo to schopné roztrhnout na drát a porcelánové víčko zavřenou láhev. Otevírali jsme to na dvoře. Děda si nechal přinést čtyři lahvičky bouřliváku a přede dveřmi se snažil do jiného kbelíku zachytit, co se dalo. Na dvě sklenice to stačilo. Do toho vysypal bezové bobulky a tlačítkem na šťouchání brambor je rozmačkal. Vznikla nádherná, rudě zářící tekutina. To scedil a nalil do dvou sklenic zase s tauglichem. „Myslíš, že to bude eště bouchat?“ Výrobce přitakala, že tak za týden určitě. Tak týden byl klid.

Na nákup přešel jeho oblíbený soused. „Hlídej, až bude zpátky, tak mi řekneš!“ Po chvíli byl soused už u Meduňů. Děda vzal dvě sklenice, vyšel na zápraží a hlaholil: „Víš, Franto, seš mizera, ale abys neřek, bába dělala limonádu. Na, vem vochnat starý.“

Obdarovaný chudák byl zjevně otřesen a ztratil i dar předvídavosti. Sklenice vzal, poděkoval a šel k domovu. Děda zamnul ruce a nahlásil: „U nich se bude bílit kuchyně. Hlídej, jak vona poletí dolů, včas řekni!“ Dlouho to netrvalo, sousedka se hnala jak uragán ulicí a cosi vykřikovala. Včas jsem dědu varoval. Ten vyběhl někam na dvorek a nebylo ho. Bába vletěla do baráku: „Kde je ta beštie, roztrhnu ho jak

žábu. Ten muj trouba to vod něj vzal. Měl přeci vědět, co v něm je. Však taky už rozdělává vápno. Bude si to bílit sám. A ten pacholek plavajznickej by mu měl jít pomoct.“

A ještě mnoho a mnoho na adresu jejího manžela a našeho dědy jsme se dozvěděli.

Když odfrčela, komentovala babička: „No není v tom tatin sám. Ale ta chuděra netuší, že to budou bílit nejmíň třikrát. Černej bez je pěkný svinstvo.“



Pokračování šlo mimo mě. Já odjel z prázdnin domů.

Na Vánoce nás vítali do chaloupky oba. Tak děda přežil i tuhle patálii.

Zdroj: www.seniortip.cz

Pamětníci vzpomínejte!

Vzpomínky, které nosíme, v hlavě mají jednu nevýhodu, dokud je nenapišeme na papír nebo nevyprávíme, nemůže do nich nikdo nahlédnout. Je velká škoda, odcházejí-li do nekonečna s námi, aniž by poučení či radost odevzdaly jiným.

V této rubrice se snažíme zabránit jejich ztrátě. Spolu s vámi popisujeme dějiny všedního dne obyčejných lidí od dětství, přes poznávání světa až po překážky, které případně museli překonávat. Podělte se s námi o své příběhy. Nevadí, že zrovna nejste „spisovatelé“ – vaše příspěvky v případě potřeby upravíme do „čtecí podoby“.

Napsané příběhy můžete přinášet i ručně psané do střediska Charity na faře nebo je poslat emailem na adresu: alena@charitapacov.cz

RÁDCE PACIENTA 2016

DESATERO BEZPEČÍ PACIENTA

Pokračování.

- **Zdravotnická dokumentace**

Každý poskytovatel zdravotních služeb je povinen vést a uchovávat zdravotnickou dokumentaci o svých pacientech v listinné nebo elektronické podobě nebo v kombinaci obou těchto podob.

Zdravotnická dokumentace plní mnoho funkcí – přehledně popisuje, co a kdy se s Vámi dělo, jaké medikace Vám byly podány, informuje o nežádoucích událostech atd. Do dokumentace mohou zapisovat pouze osoby k tomu pověřené, a to pouze v rozsahu jejich kompetencí (tzn., že zdravotní sestra Vám do zdravotnické dokumentace může zaznamenat pouze určitý rozsah informací, mnohem širší pravomoc má ošetřující lékař).

Víte, že máte právo znát informace, které obsahuje zdravotnická dokumentace vedená o Vaší léčbě?

Kromě toho, že zdravotníci mají povinnost Vám umožnit nahlédnout do Vaší zdravotnické dokumentace (za přítomnosti zaměstnance poskytovatele zdravotních služeb), může si také požádat o výpis nebo kopii této dokumentace. Ceník za jejich pořízení by měl být veřejně dostupný a měl by odpovídat obvyklým cenám. Seznamte se s ním předtím, než o zhotovení výpisu nebo kopie písemně požádáte. Poskytovatel zdravotních služeb má na pořízení výpisu či kopie 30 dnů.

Kromě Vás má k dokumentaci přístup ten, koho jste určili jako osobu, které mohou být poskytnuty informace o Vašem zdravotním stavu, a osoby, které k tomu výslovně zmocňuje zákon.

PŘEDSTAVUJEME MIKROREGION STRAŽIŠTĚ BRATŘICE

Podle dochovaných písemných zpráv patří Bratřice k nejstarším obcím na Pacovsku. První písemná zmínka o obci je z roku 1273. Je v ní uveden latinský název obce Sonebnar, který byl nejspíš odvozen z německého názvu Schoenebrunne (krásná studně, krásný pramen). Původní český název zněl Bratřetice, tj. ves lidí Bratřatových. Od druhé poloviny 13. století až do husitských válek patřily Bratřice církevní vrchnosti, Strahovskému klášteru, poté se zde vystříдалo několik majitelů a po bitvě na Bílé hoře znovu připadly Strahovu.

Významným přínosem pro obec byla od 2. poloviny 17. století uprostřed návsi vybudovaná kovárna, kolem které se soustřeďoval hospodářský i společenský život obce. V 18. a 19. století byly totiž Bratřice malou vesnicí s těžkou, málo úrodnou půdou, s převahou pěstování brambor, obilí, trochou lnu a ovoce.

Protože okolo obce vždy byly hluboké lesy s dostatkem dřeva, navrhl zde chyšecký farář založit skelné hutě, které pracovaly od roku 1836. Huť se nacházela u osady Cetule a jmenovala se Jarolímka. Fungovala přes 40 let, dokud se zásoba dřeva výrazně nesnížila.

Polovina 19. století a začátek dvacátého nepřinesly Bratřicím nic dobrého. Války, nemoci a navíc nikdy nevidané krupobití v roce 1903 přinesly hodně bídy a utrpení. K rozvoji obce opět došlo za první republiky. Bylo postaveno mnoho nových budov, mimo jiné také obecní škola vybudovaná svépomocí občanů, a v roce 1936 byla do obce zavedena elektřina.

Kromě svých negativ přinesla doba socialismu naštěstí také výstavbu a úpravy dalších domů, kanalizaci a úpravy cest. Družstvo bylo založeno až v roce 1959 a postavilo v Bratřicích kravin i další hospodářské budovy.

