

NEŽ ROZŽHNU

Antonín Sova

*Než rozžhnu – v záclony svit luny padá
jak v napadlý sníh do polí a v lada,
i staré housle na stěnách živý,
vrou paprsky. Vzduch teplý, vlažný, snivý.*

*Já cítím, Vánoce se přibližují,
jdou s větry suchými, jež prudce dují,
se sanicí, jež šumí v zmrzlém sněhu,
s vánočním rohem, jehož slyším něhu.*

*Tu zatoužím po knize obrázkové,
rytiny prohlížet, obrazy nové,
a starých mistrů díla proslavená.*

*Tu poslouchám, na krbu kterak sténá
a kvílí jablek píseň polotichá;
můj doutník šedomodrá kouří, jak dýchá,
a květy v oknech vadnou, podřimují.
Já cítím, Vánoce se přibližují.*



PAPRSEK

X. ROČNÍK



ZPRAVODAJ PEČOVATELSKÉ SLUŽBY
PROSINEC 2016



DOMÁCÍ NÁSILÍ A TÝRÁNÍ PÁCHANÉ NA SENIORECH

Pokračování z minulého čísla.

PRÁVA OBĚTI TRESTNÉHO ČINU

Osoba důvěrníka

Oběť trestného činu má možnost, aby ji během trestního řízení doprovázel důvěrník. Tato blízká osoba, kterou si dotyčný zvolí, může být přítomna výslechům oběti a dalším úkonům. Jedná se o psychickou podporu pro oběť. Podmínkou je, že osoba důvěrníka nesmí mít jinou roli v trestním řízení jako např. svědek či znalec.

Peněžitá pomoc obětem

Oběti domácího násilí mají v důsledku zhoršení sociální situace stejně jako oběti jiných trestných činů možnost požádat stát o peněžitou pomoc. Dá se tak učinit zejména v případech, kdy oběť utrpěla vážnější újmu na zdraví. Žádost se podává na Ministerstvu spravedlnosti, pomoci se žádostí může například Bílý kruh bezpečí, IC či odbor odškodňování na ministerstvu.

Mimo peněžité pomoci od státu může poškozená strana v přípravném řízení navrhnout, aby soud uložil povinnost obžalovanému nahradit škodu nebo majetkovou újmu.

DŮLEŽITÁ TELEFONNÍ ČÍSLA

POLICIE ČR	158	
ZÁCHRANNÁ SLUŽBA	155	
TÍSŇOVÁ LINKA	112	
INTERVENČNÍ CENTRUM VYSOČINA	567 215 532	
SENIOR TELEFON	800 157 157	
LINKA SENIORŮ	800 200 007	
BÍLÝ KRUH BEZPEČÍ	116 006	
DONA LINKA	251 511 313	
SOS LONKA ROSA	241 432 466	

Příručku Domácí násilí a týrání páchané na seniorech vydal Život 90 pro seniory a jejich blízké.

ŠTĚDRÝ DEN - receptář

Hospodyně si ráno přivstala, aby mohla začít připravovat štědrovečerní pokrmy včas. Vařila čočku, rybí ale i bramborovou polévku, pekla kubu z krup a česneku. Nezapomínalo se ani na chleba a v ošatce odpočívala již několik dnů upečená vánočka. A při všech přípravách se neujídalo, protože ten, kdo vydržel až do večere nejíst, měl šanci uvidět zlaté prasátko.

Když bylo štědrovečerní jídlo hotové, zabavila hospodyně děti, aby mohl hospodář opatřit a ozdobit stromeček.

Ke stolu se mohlo usednout až tehdy, když vysvitla první hvězda na obloze. Jeho výzdobě se věnovala velká pozornost. Na jednom rohu ležel pecen chleba, aby měla rodina co jíst i během roku. Na druhém slaměnka s tím, co pole dalo, pro lepší úrodu a na třetí roh se pokládaly peníze slibující blahobyt. Na posledním čtvrtém rohu ležela miska na zbylé kousky jídla jako dar pro dobytek a slepice. Stůl obepínal řetěz nebo provaz symbolizující soudržnost rodiny.

Štědrovečerní pokrmy se lišily podle krajů a také movitosti rodin. V některých domácnostech přišel jako první na štědrovečerní stůl hrách a až teprve poté polévka, jež měla dodat sílu a čočka, která měla přinést rodině v novém roce peníze.

Dále se servíroval kuba, ryba nebo jiné maso pro radost a vánoční pohodu. A v žádné domácnosti nesměla chybět vánočka, případně i cukroví, které se podávalo s kávou, čajem a někde s vínem, pivem nebo i pálenkou.

Od stolu se smělo odejít až v momentě, když všichni dojedli. Zbytky večere se rozdělily mezi dobytek, který jen tuto magickou noc mluvil lidskou řečí, a také ovocným stromům, aby dobře rodily a studni, aby měla čistou vodu.

Po štědrovečerní večeři přinesl hospodář do světnice stromeček ozdobený sušenými jablíčky, švestkami, ale také ořechy, cukrovím a řetězy. Zapálil svíčky a mohly se začít zpívat koledy. Na rozdíl od našich Vánoc se dříve koledy zpívaly každý večer až do odstrojení stromečku.

CVIČTE SI SVŮJ MOZEK

VÁNOČNÍ KVÍZ

1. V jakém městě se narodil Ježíš?
 - a) Nazaret
 - b) Jeruzalém
 - c) Betlém
2. Jak se jmenovala Ježíšova matka?
 - a) Máří Magdaléna
 - b) Alžběta
 - c) Marie
3. Kam Ježíše jeho maminka položila, když se narodil?
 - a) do jeslí
 - b) do kolébky
 - c) do inkubátoru
4. Jak se pastýři dozvěděli, že se narodil Spasitel?
 - a) ze snu
 - b) od anděla
 - c) od místního ponocného
5. Jaké dary přinesli mudrci právě narozenému Ježíšovi?
 - a) zlato, perly, drahokamy
 - b) zlato, kadidlo, myrhu
 - c) plátno, velbloudy, koně
6. Kam utekl Josef s malým Ježíšem a jeho matkou, když ho chtěl král Herodes zabít?
 - a) do Babylóna
 - b) do Sýrie
 - c) do Egypta
7. Jak se člověk podle učení Bible dostane do nebe?
 - a) pokud koná dobré skutky
 - b) pokud věří, že se Ježíš za něho obětoval
 - c) pokud je členem církve a nechá se pokřtít

PODĚKOVÁNÍ

Vážení čtenáři,

konec roku je vždy příležitostí k zamyšlení nad tím, co se nám v tom končícím roce podařilo, a co ne, a samozřejmě i nad tím, co nás v novém roce čeká.

Zpravodaj pečovatelské služby Paprsek dovršil 10 let od svého vzniku. Když zavzpomínám na jeho začátky – byli jsme plni nápadů a elánu: někdo rád vaří – bude psát recepty, někdo prožil životní příběhy, o které se s ostatními rád podělí, někdo si pamatuje vtipy a někoho políbí múza a napíše báseň...

Hlavní myšlenkou bylo v první řadě to, aby si čtenáři předávali mezi sebou to, o co by se chtěli s ostatními podělit a v druhé řadě jsme vás chtěli oslovit my, pracovníci pečovatelské služby.

Jak šel čas, nápady ale začaly pomalu ubývat, mění se pracovníci a někomu možná došly i síly...

Posledních pár měsíců je vymýšlení a psaní Paprsku jen na jednom člověku a myslím, že je tedy čas na jeho ukončení.

Na tomto místě bych chtěla poděkovat všem, kdo se na Paprsku jakýmkoli způsobem podíleli a podporovali jeho vydávání.

Něco nám tento rok vzal, něco končí, ale budeme doufat, že nás v příštím roce zase něco nového čeká.

Alena Kokešová

CVIČTE SI SVŮJ MOZEK – ŘEŠENÍ: 1c,2c, 3a, 4b, 5b, 6c, 7b

HÁDANKA – ŘEŠENÍ: Platili 27 liber. Měli platit 25. Dvě libry pro poslíčka. Číslo 30 není vůbec důležité.

HUMOR LÉČÍ 😊

Co jste takový smutný, pane doktore?

Ani se nepetejte. Ten muž, kterému jsem dával lekce ve cvičení paměti, mi nakonec zapomněl zaplatit, a já si zaboha nemohu vzpomenout, jak se jmenoval.



Moje žena trpí chorobnou výměnou látek ...

A jak se to u ní projevuje?

Hrozně. Už zase chce nový šatník.

DOBRÁ RADA NAD ZLATO

- Zeď postříkanou tukem od škváření nejdříve zabělíme obyčejnou školní křídou. Nános ponecháme do druhého dne. Křidu pak lehce oprášíme a zjistíme, že mastnota zmizela.
- Zašlé stříbrné předměty dáme do větší nádoby, nejlépe umyvadla a přidáme kousek hliníkového nebo zinkového plíšku. Může to být i obyčejná hliníková lžice. Na vše nalijeme horkou vodu. Stříbrné předměty po chvíli vyjmeme, opláchneme, osušíme a flanelem vyčistíme.

HÁDANKA

LORDI

Do hotelu přišli tři lordi. V recepci si řekli za jeden pokoj 10 liber, které každý z gentlemanů zaplatil – dohromady 30 liber.

Když měl poslíček odnést pánům zavazadla, přispěchal ředitel hotelu, že měli hosté zaplatit jen 25 liber. Dal tedy poslíčkovi pět liber, ať je lordům vrátí. Poslíček nevěděl, jak rozdělit 5 liber mezi tři osoby, tak dal každému po libře a dvě si nechal. Každý tedy zaplatil 9 liber (deset původně, jednu dostal zpět). $3 \times 9 = 27$. Dvě libry si nechal poslíček. $27 + 2 = 29$. Kam zmizela jedna libra?

VÁNOCE, VÁNOCE, PŘÍCHÁZEJÍ ...

ADVENT

Je dobou očekávání – původně očekávání příchodu Spasitele na svět, z latinského „advent“, které znamená „příchod“. Počátek adventu, trvajícího 22 až 28 dní může připadnout na jakoukoliv neděli mezi 27. listopadem a 3. prosincem.

ADVENTNÍ VĚNEC

Živé adventní věnce symbolizovaly věčný život, který věřícím přislíbil Ježíš Kristus. Kruhový tvar věnce vyjadřoval jednotu společenství lidí a Boha, plamen svíček připomínal Krista jako světlo ozařující plamenem lásky každého



člověka. Poněvadž adventní čas začíná čtvrtou nedělí před Vánoce, ustálil se počet svící na adventním věnci na čtyřech. Každou adventní neděli se jedna z nich zapálí.

KDE SE VZALY VÁNOCE

Křesťané zavedli svátek – Adventus Domini neboli Příchod Páně.

BETLÉMY

Tradici vánočních betlémů založil v roce 1223 Svatý František z Assisi. Se svými přáteli přivedl do jeskyně, kterou přeměnili na kapli, živého osla i vola a zinscenovali betlém, v němž pak kněz sloužil půlnoční mši.

VÁNOČNÍ JMELÍ

Této věčně zelené rostliny si povšimli již naši předkové. Připadala jim tajemná – vždyť roste vysoko v korunách stromů a její plody, bílé bobule, se podobají perlám a dozrávají právě v prosinci. A protože bylo tajemné, mělo i kouzelné účinky. Věřilo se tedy, že chrání před ohněm a zavěšovalo se do domů, aby bránilo v přístupu čarodějnicím a zlým duchům. Podle legendy bylo jmelí kdysi stromem, z jehož dřeva byl zhotoven kříž, na kterém zemřel Kristus. Strom prý hanbou seschl, aby se přeměnil v rostlinu, která zahrnuje dobrem všechny, kdož pod ní projdou. Jmelí prý nosí štěstí tomu, kdo je jím obdarován, a nikoliv tomu, kdo si jej koupí sám.

TO BYLO TENKRÁT ...

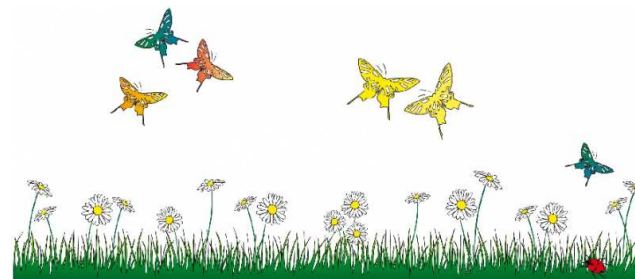
„Nedovedeš si představit, jakou hrůzu jsem dnes prožil“, sděloval mi manžel po návratu z opatrování naší čtyřleté vnučky. „Ztratila se mi Zuzanka. Prošmejdiť jsem všechny pokoje, skříně, komory, prostě vše, kde by se mohla ukrýt a nenašel jsem ji. Když už mé volání mělo v sobě zoufalství, ozvala se ukrytá za skleníkem v rohu pokoje. No, bylo to strašné!“ V tu chvíli se mi vybavily moje dětské útky. Myslím, že po prvé to bylo, když přijel na trhovisko cirkus. Přesto, že jsem tam byla s oběma rodiči, nestačili mě uhlídat a najednou jsem byla pryč. „Proboha, teď tu to děcko bylo, a už je v tahu“, bědovali. Mezitím mě už někdo strašně řvoucí našel. „Jak se jmenuješ?“ „Hanička.“ „Čí jsi?“ „Tatínkova.“ Kde bydlíš?“ „Hned vedle stařenky.“ Informace zcela podle dětské logiky. Frenštát tenkrát ještě nebyl tak velkým městem jako je dnes a návštěvníků cirkusu také mnoho nebylo, setkání s rodiči bylo brzké. Místo, aby byl odměněn nálezce, dostala jsem od něho tabulku čokolády já. Často jsem se ztrácela doma – což byly dvě chalupy spojené dvorem, v nich půdy, sklep – míst vhodných k ukrytí celé mateřské školy. Nejdříve mě začali hledat ve studni. Byla sice plytká, říkalo se, že máme malou studnu, jenom čtyři metry, ale na utopení jednoho nezbedníka by to stačilo. Ta naštěstí k mým úkrytům nikdy nepatřila. Zato mě našli spící na záchodě. Upřímně se přiznám, že jsem ústní podání této historiky přemýšlela s odporem, než jsem ji v pozdějším věku vyslechla správně. Nejdříve jsem rozuměla, že jsem do záchodu spadla – ó ta hrůza, i když to byl pravý suchý venkovský záchod – teprve později jsem to pochopila. U nás se o děvčatech a o ženách vůbec zásadně mluvilo ve středním rodě. Bylo to legrační, když se potkaly dvě staré bětky a jedna druhé se ptala: „Mařeno, kde si bylo?“ Takže ono „spalo“ se mi propojilo se slovem „spadlo“. Naši staříček nás děcka, neměli rádi, snad proto, že vyrostli jako jedináček – v době, kdy v každé chalupě bylo děcek k deseti. Nás tedy brali jako škůdce, kteří neustále něco prováděli. Vyháněli nás ze dvora s nepřilíživým příkazem, který mi dodnes zní v uších: „Tahnitě na přihon!“ Jednou mě však všichni hledali už příliš dlouho a právě staříček přispěli

k mému nalezení. Vydali se od chalup chodníkem dál, na hlavní cestu, která byla asi kilometr vzdálená. Za nedlouho našli moji botičku zavěšenou na žerdi, kterou jsem tam snad dala jako poznávací znamení. Staříčka v tu ránu pojala hrůza. Auta sice tenkrát po hlavní cestě jezdila jen sporadicky, snad nepřejelo ani jedno denně, ale co kdyby a přidali do kroku. Brzy mě našli sedící na lavičce před kapličkou. „Proboha, fakane jeden, co tu děláš?“ „Čekám na modlení.“ Tak zbožný úmysl nebylo možné vyřešit nějakým pohlankem. Na modlení jsem chodívala se stařenkou skoro každý večer. Bylo to v květnu a v kapličce byla „májová“. Ztrácela jsem se opravdu často. Jedna příhoda mi dokonce zavoní. Za naší chalupou byla veliká louka a já jsem si do ní vyšla. Nejdříve jsem se na květinu dívala shora, číchala jsem k nim a pak, abych je měla blíže u sebe, lehla jsem si přímo do nich, pozorovala motýly, kteří na ně usedali, tak dlouho, až jsem usnula. Probudilo mě mamínčino volání, ale ještě dlouho jsem se neozývala, abych si vychutnala tu pozornost, které se mi právě dostávalo. Nebyla jsem bita, protože maminka měla radost, že mě našla.

S dorůstáním už byly ztráty děcka plánované, zvláště, když jsem něco provedla. Našla jsem si úkryt na stromě, nebo na půdě a dlouho jsem se nechala hledat. Moje objevení vyvolalo vždycky tolik radosti, že k potrestání za provinění už obvykle nedošlo.

Tak je to možná i s naší Zuzankou. Vycítí, že jí není věnována patřičná pozornost, dědeček si třeba čte noviny a ona si řekne: „Já se mu na chvíli ztratím.“

Hana Juračáková, převzato z www.seniortip.cz



RÁDCE PACIENTA 2016

Pokračování z minulého čísla.

NEMOCNICE

Co si vzít s sebou do nemocnice:

- doklad totožnosti a průkaz pojištěnce,
- starší záznamy o svém onemocnění (kopie lékařských zpráv), lékař z nich lépe a rychleji získá informace o Vašem zdravotním stavu,
- další zdravotní dokumentaci (předoperační vyšetření, RTG snímky, doporučení k hospitalizaci, atp.),
- seznam aktuálně užívaných léků, případně i léky v originálním balení,
- seznam léků, na které jste v minulosti měli alergickou reakci,
- věci osobní hygieny, pyžamo či domácí oděv, vhodnou protiskluzovou či jinak bezpečnou obuv,
- kompenzační pomůcky.

Co si s sebou raději nebrat:

- větší množství peněz a cenností, šperky, kreditní karty, cennou elektroniku.

Poskytovatel zdravotních služeb ručí za odložené věci, ale jen za ty, které se obvykle do nemocnice přinášejí. Neočekávejte, že poskytovatel převezme odpovědnost za vyšší sumy peněz a cennosti, pokud si je neodložíte do trezorů k tomu určených.

PŘÍJEM DO NEMOCNICE

Ve většině případů je pacient přijímán na základě doporučení registrujícího lékaře nebo ambulantního specialisty. Nastanou samozřejmě situace, kdy jste nuceni přijet do nemocnice akutně, bez doporučení lékaře. Přijímací lékař Vás seznámí s důvodem přijetí a s plánem zdravotní péče v průběhu hospitalizace. Vyšetří Vás a bude se ptát na vše, co se týká Vašeho aktuálního zdravotního stavu, co přesně Vás do nemocnice přivádí a jaké nemoci jste prodělali.

Až lékař získá všechny potřebné informace, přichází čas na Vaše otázky.

PŘEDSTAVUJEME MIKROREGION STRAŽIŠTĚ

KÁMEN

První písemné zmínky o Kámenu jsou z roku 1316. Nejstarší část hradu však byla založena neznámým stavebníkem již kolem poloviny 13. století. Pod hrad spadalo jen malé panství, v roce 1460 to byl, kromě městečka pod hradem dvůr ve Věžné, vesnice Eš a poplužní dvůr Janov. Kámen byl původně královský, z čehož těžilo i městečko, kde se nacházel pivovar. Byl dáván v léno různým šlechticům a dvorským úředníkům, kteří tu dolovali i zlato. Zlaté doly založil v roce 1366 Jindřich z Ciglheimu. V roce 1671-1673 postavil Jan Kryštof z Malovic kapli Sedmibolestné Panny Marie na kraji vsi, nachází se zde hrobka Malovců.

Po první světové válce se zásadně začala měnit i vesnička pod hradem. Roku 1924 byla započata stavba silnice Kámen – Dobrá Voda, jako přípojka silnice státní.

V roce 1928 byly znovu vysvěceny zvony na hradní zvonici, po tom, co byly poškozeny při jarní větrné bouři. Roku 1935 byla rekonstruována kaple Panny Marie.

NOVÝ DVŮR

Byl pravděpodobně založen v roce 1808. Původní dvůr Neuhoř patřil pod panství Proseč-Pošná, ale v roce 1815 jej tehdejší majitel oddělil jako samostatný. Zřídil zde prádelnu a textilní továrnu. Před II. světovou válkou byl majitelem židovské rodiny Glasserů. Ti zvelebili park a založili oboru. Za okupace byli všichni odvezeni do koncentračního tábora a Nový Dvůr se stal letním sídlem K.H.Franka.

NÍZKÁ LHOTA

Její vznik je datován do 13. století, kdy v poslední fázi vrcholné kolonizace byly na dosud neosazené půdě zakládány Lhoty (po založení osady byli její obyvatelé na nějaký čas osvobozeni od všech platů, žili tzv. „na lehotě“). Nížká Lhota se původně jmenovala Německá. Na Nížkou byla přejmenována teprve ve 20. století.