

ZNÁTE MĚSTO PACOV ?



NĚCO Z HISTORIE

Řád byl zrušen za josefínských reforem, ale teprve druhá polovina 19. století znamenala oživení hospodářského, kulturního a spolkového života. Tady má svůj základ současná průmyslová výroba – strojírenství pro potravinářský průmysl (tehdy mědikovectví) a drobná kožená galanterie.

Roku 1888 získal Pacov rychlejší spojení se světem díky otevření českomoravské transverzální dráhy. Začátek 20. století byl pro město významný i co se týče historie motocyklového sportu. Pravděpodobně tady vznikla myšlenka založení mezinárodní motocyklové federace, která pak byla uskutečněna v Paříži na prvním kongresu FIM 22. prosince 1904. O dva roky později 8. června 1906, se jely první mezinárodní závody na Pacovském okruhu.

pokračování příště

PAPRSEK

V. ROČNÍK



ZPRAVODAJ PEČOVATELSKÉ SLUŽBY

DUBEN 2011



PŘÍBĚHY ČTENÁŘŮ

PRVNÍ ZÁKAZNICE

Od třetí třídy syn jezdil do školy až do Pelhřimova, protože jednotřídka v Kámení byla zrušená. A protože na všechny třídní schůzky a jiné školní akce jsem se většinou musela vypravit já, spojovala jsem vyjížďku do vzdáleného města s většími nákupy a vyřizováním všeho, co u nás nebylo v dosahu. A tak jsem objevila i možnost nechat se ostříhat v učňovském středisku pro budoucí kadeřnice nedaleko Vašíkovy základní školy.

Nejprve se nechal vždycky ostříhat synek a pak jsem nastoupila já. Děvčata byla celkem ochotná a docela i šikovná, i když často podivné vlasové útvary ještě podivnějšího zabarvení na jejich hlavičkách mohly méně odvážné zákaznice odradit. Protože já nemám žádné velké nároky, chci vždycky jen ostříhat nakrátko, neměla jsem první rok s výsledkem jejich práce na mé hlavě žádné problémy a nabyla jsem přesvědčení, že jsem objevila opravdu výhodné, levné a rychlé kadeřnictví. Kolikrát jsem se s učnicemi i zasmála, líčily mi dramaticky své zážitky z učení i z prvních lásek a já si pokaždé i trochu odpočinula od každodenního shonu. Vašík byl také spokojený, holky mu udělaly ježka přesně, jak to chtěl a ještě si s nimi pokecal.

Až jednou, bylo to někdy na podzim, Vašek už jezdil do čtvrté třídy a já se zase rozhodla, že navštívíme naše budoucí lazebnice. Loňské učnice už byly v druhém ročníku a dělaly náročnější účesy, a tak na mé obyčejné stříhání přicupitala postrkovaná mistrovou drobounká novopečená žákyňka prvního ročníku. Hopkala okolo mě a zlehounka oťukávala mé přerostlé vlasy a občas se i pokusila projet je hřebenem. Čekala jsem, kdy se pustí do stříhání, ale ona pořád nic. Pročesávala mi vlasy pořád dokola a najednou vykvikla: „Musím za paní mistrovou!“ a řítla se pryč.

„No nazdar,“ říkám si v duchu, „asi se bojí nebo co“. Za chvíli se ale znovu objevila a třesoucícma se rukama mi začala opět opatrně pročesávat křtici.

Kdy už začne s tím stříháním? Konečně! Vzala nůžky a ušmikla mi malý pramínek. Pak se zase zarazila, zase pípala něco tenkým hláskem a letěla někam do šatny, asi zase za paní mistrovou. A teď už se k mému údivu vůbec nevracela. Něco hrozného se muselo stát, něco musela najít na mých vlasech. To mi došlo. A pak mi napadla příšerná myšlenka. Na podzim, kdy se začínají nosit do školy čepice, objevují se mezi žáčky vši. Co když Vašek nějakou domů přinesl a ona na mě přeskočila? Určitě jo! Už mi začínala svědit hlava a cítila jsem i malé vši nožičky, jak mi pochodují mezi vlasy. Co teď? Taková ostuda! Musím utéct, jiný nápad nemám. Pomalinku a opatrně se zvedám z křesla a chystám se nenápadně zmizet ve dveřích. Vašek na mě udiveně zírá, ale dávám mu znamení, že prcháme a on, ač ničemu nerozumí, mizí za dveřmi.

Tak! A je pozdě! Z chodbičky u šatny se šourá moje malá učnice, celá uplakaná a za ní se hrne paní mistrová. Tak a je konec! Jdou mi říct, že mám vši a uslyší to celé kadeřnictví. Slzy tekoucí po tvářích budoucí kadeřnice a rozezlený výraz mistrové byly pro mě jasným důkazem. Odevzdaně jsem se sesunula zpět do křesla a čekala na ten veškový ortel. Snad to nějak přečkám, ale nikdy už sem nebudu moct přijít, to je jasné.

„No tak Zuzi, neboj se a pusť se do toho“, povídá mistrová takovým milým a povzbuzujícím hlasem. „No tak Zuzi“, říkám si v duchu i já, „tak mi to už o těch vších řekni!“

Ale Zuzi jen vzlykala a neříkala vůbec nic. A mistrová znova: „Zuzi, jednou začít musíš! Tak do toho!“ Ale Zuzi zase nic. Zírám a čekám, co se bude dít. Najednou popadla mistrová nůžky a během několika minut mě ostříhala. „Vidíš, že to nic není, vždycky je to jednou poprvé a příště už musíš stříhat sama,“ obrací se k uplakané Zuzance. Ta mezi slzami překotně kývá, celá šťastná, že se na ni nikdo nezlobí. Tak žádné vši! Zuzi se prostě jenom bála, byla jsem totiž její první zákaznice. Kdyby tak tušila, že já prožila daleko větší strach než ona.

Jsem ostříhaná, na hlavě mě už nic nesvědí, „vši nožičky“ zmizely a já celá rozradostněná s úlevou rázuju ke dveřím, kde vykukuje udivený Vašík, který ničemu nerozumí a jen čeká, jak tohle podivné stříhání dopadne a proč ta mamka dneska vyváděla takové prapodivnosti.

KALENDÁŘ - DUBEN

Duben je čtvrtý měsíc gregoriánského kalendáře v roce. Má 30 dní. Před přechodem do gregoriánského kalendáře to byl druhý měsíc v roce. Slovo pochází ze slova dub. Duben začíná stejným dnem jako červenec a v přestupném roce jako leden. První dubnový den se nazývá apríl. Už od 16. století je apríl spojen s různými žertíky a drobnými zlomyslnostmi. Aprílové počasí označuje počasí nestálé, proměnlivé.

1. 4. Den ptactva
7. 4. Světový den zdraví
17. 4. Květná neděle
21. 4. Zelený čtvrtek
22. 4. Velký pátek
22. 4. Den Země
23. 4. Bílá sobota
24. 4. Slavnost Zmrtvýchvstání Páně – Boží hod velikonoční
25. 4. Pondělí velikonoční

Velikonoce jsou nejvýznamnějším křesťanským svátkem, který je oslavou zmrtvýchvstáním Ježíše Krista. K tomu podle křesťanské víry došlo třetího dne po jeho ukřižování.

Slovanský název svátku, Velikonoce, se vztahuje na „velkou noc“, v níž byl Kristus vzkříšen.

Podobně jako mnoho jiných křesťanských svátků, i Velikonoce se přenesly mimo církve. Už od jejich vzniku jsou časem oslav a veselí.

V Česku je prastarou tradicí hodování a pomlázka. Na Velikonoční pondělí ráno muži a chlapci chodí po domácnostech svých známých a šlehají ženy a dívky ručně vyrobenou pomlázkou z vrbového proutí.

Jeden z výkladů slova pomlázka praví, že pochází od slova pomlazení, tj. omlazení. Proto muži používají mladé proutí s největším podílem „životní síly“ kterou jakoby předávají vyšlehané osobě. Z téhož důvodu ženy pak dávají jako odměnu za omlazení vajíčko, prastarý symbol nového života.



CVIČTE SI SVŮJ MOZEK

TROJICE SLOV

Pokuste se najít takové vhodné podstatné jméno, které by šlo spojit se všemi třemi uvedenými přídavnými jmény a vytvořilo tak ustálené slovní spojení.

- Loutkové, ochotnické, experimentální→.....
- Balicí, křídový, novinový→.....
- Dětský, obývací, nemocniční→.....
- Posmrtná, plet'ová, karnevalová→.....
- Jezdící, točité, dřevěné→.....
- Stěhovací, alegorický, Velký→.....
- Světová, politická, Malá→.....
- Psací, šicí, parní→.....
- Sladinová, stojací, oblouková→.....
- Úřední, píchací, sluneční→.....
- Juliánský, adventní, trhací→.....
- Paví, kuří, mastné→.....
- Potápěčské, dioptrické, sluneční→.....
- Červený, perský, létající→.....
- Obecná, soukromá, vysoká→.....
- Pohřební, výzkumný, diagnostický→.....
- Turistická, ochranná, dopravní→.....
- Redukční, diabetická, šetřící→.....
- Hůlkové, krasopisné, psací→.....

HUMOR LÉČÍ

V ordinaci: „A pamatujte si, pane Smutný, že alkohol je váš největší nepřítel!“

„Jen žádný starosti, pane doktore, já nejsem zbabělec.“

„Poslechni, Havránku, ty jsi říkal, žes byl včera nemocný, ale já tě viděl jet po ulici na kole!“

„Prosím, to jsem si zrovna jel pro doktora.“

„Už nepracuješ v zelenině?“

„Ne, vyhodili mě!“

„A proč?“

„Ale, lezl jsem vedoucímu do zelí.“

„Moje žena má hudební nadání!“

„Vážně?“

„No, všechno, co ví, to vytroubí sousedce.“

DOMÁCÍ LÉKAŘ

ZMÍRNĚNÍ BOLESTÍ ZAD, KLOUBŮ A SVALŮ MASÁŽ PLECHOVKOU

Vychlazená plechovka s nějakým nápojem může skvěle posloužit jako pomůcka k masírování zad. Uvolníte jí svalovou tkáň a podpoříte tok krve v oblasti zad. Stoupněte si ke stěně a plechovku dejte mezi stěnu a záda. Potom se pohybujte ze strany na stranu a plechovku válejte po zádech. Tento improvizovaný masážní přístroj velice dobře pomáhá především při uvolňování trapézového svalu, lopatek a svalů v dolní části zad.

Příspěvek poskytl pan J.H.

7 KLÍČŮ KE KVALITNÍMU STÁRNUTÍ

Jezte méně, ale mnohem častěji

Pokud budete jíst 5-7 malých porcí denně, nebudete jíst nárazově velké porce a nebudete se přejídat, udržíte si nižší a stabilnější hladinu cukru v krvi a budete do značné míry chráněni před vznikem cukrovky a chorobami srdce. Naopak střídaté přejídání a hladovění vede ke vzniku nadváhy.

Pijte hodně vody

Pět až osm sklenic vody denně snižuje riziko infarktu i dalších vážných onemocnění a podporuje látkovou výměnu. Spolu s bylinkovými čaji a s ovocem a zeleninou dodá tělu potřebné množství tekutin.

Vyhýbejte se škodlivinám

Co nejvíc se vyhýbejte přísadám a ingrediencím, které škodí zdraví: potravinám s nadbytkem soli a rafinovanými cukry, s transmastnými kyselinami a nasycenými tuky, s umělými sladidly. Tyto látky zvyšují špatný LDL cholesterol, krevní tlak a také riziko vzniku určitých nemocí.

Hýbejte se

Vyberte si takový pohyb, který máte rádi a který vám věk umožňuje. Neseďte doma!

Naučte se odpočívat a relaxovat

Dbejte na správný spánkový režim, s ním totiž úzce souvisí i váš zdravotní stav. Naučte se relaxovat. Stýkejte se s přáteli, pěstujte si příjemné vztahy s okolím.

Optimismus má mimořádnou sílu

I pokud jste vyhlášenými pesimisty, vědomě pouštějte z mysli všechny úvahy typu „Co by, kdyby...“ Naučte se na hrozící či smyšlené nepříjemnosti reagovat když ne pozitivně, tak alespoň neutrálně. Dělejte to navzdory tenkému hlásku ve vaší hlavě, který sděluje samé negativní informace. Zabráňte tak chronickému stresu a z toho plynoucím zdravotním problémům.

Příspěvek od paní Z.

AKTUÁLNĚ

EUROBABIČKA 2011

Zveme všechny babičky, dámy v nejlepších letech na již šestý ročník stále prestižnější oficiální soutěže **MISSIS EUROBABIČKA 2011** České a Slovenské republiky.

Vše bude probíhat dle osvědčeného modelu. Po uzávěrce, 30. dubna 2011 bude vybráno maximálně 80 soutěžících, které budou pozvány na základní castingy, které se budou konat na rozhraní května a června v Praze, Hradci Králové, Olomouci a na Slovensku. Další místo bude případně určeno dle regionu s největším počtem přihlášených. V září proběhne semifinále na které bude pozváno minimálně 12 nejlepších z castingů a náhradnice ročníku 2010. Do finále postoupí 8 nejlepších, které se utkají o korunku královny babiček pro rok 2011.

Na závěr ještě připomínáme všem babičkám, které mají smysl pro humor, chtějí všem předvést co dovedou a v čem vynikají, že uzávěrka soutěže je 30. dubna 2011.

Hlásit se můžete na tel.: **491 812 429**

mob.: **732 573 461**

nebo email: eurobabicka@seznam.cz

Více informací najdete na : www.eurobabicka.cz

ZMĚNA TERMÍNŮ VÝPLATY DŮCHODŮ V ROCE 2011

Česká správa sociálního zabezpečení oznamuje svým klientům, že v roce 2011 dojde ke změně některých výplatních termínů důchodů. Mění se kvůli státním svátkům, dnům pracovního klidu a svátkům, které stanovuje zákon č. 245/2000 Sb., o státních svátcích. Změna se týká následujících výplatních termínů:

Důchody splatné:	Budou v roce 2011 splatné:
22. 4. 2011	21. 4. 2011
24. 4. 2011	22. 4. 2011
6. 7. 2011	7. 7. 2011

Výše uvedená změna výplatních termínů se týká pouze dávek důchodového pojištění, tedy důchodů starobních, invalidních a pozůstalostních. Zdroj: Česká správa sociálního zabezpečení

ROZLOUČENÍ S ROBINEM

Jak jste možná poznali již z nadpisu, tentokrát se setkáváte s pejskem Robinem naposledy. Jestli jste napnutí, jak dopadl Robinův velký útek, tak vezte, že samozřejmě dobře. Dva týdny byla celá rodina zapojena do pátracích akcí, vylepovali fotografie, psali inzeráty a hledali a hledali. Když už pomalu ztráceli naději, zatelefonovala jim lékařka z veterinárního střediska, že k ní přišla paní s tím, že našla foxteriéra, ujala se ho a chtěla nějaké informace o péči a o očkování. Teprve když odešla, vzpomněla si veterinářka, že byla hlášena ztráta přesně takového psa. Nadiktovala Alence adresu Robinova nového bydliště a celá rodina pro něho hned vyrazila.

To víte, že do poslední chvíle byli napnutí, jestli to bude opravdu Robinek. A byl! Dováděl u nové majitelky na zahradě a vypadal náramně spokojeně. Přivítal je sice obvyklou smrští skoků, ale pak zas odběhl a klidně se věnoval okusování jahod na záhoně. Prostě Robin je pes společenský a družný a je mu skoro jedno, u koho právě přebývá. Má rád všechny hodné lidi a všichni patří mezi jeho kamarády. Tentokrát to dopadlo naštěstí dobře, rodina si útěkáře odvedla a jeho záchránkyni, která s těžkým srdcem Robinka v slzách vracela, sehnali od paní Tylínkové úplně stejné štěně od stejné psí maminky – tedy vlastně Robinova mladšího bratříčka. Určitě má velké naděje, že si s ním užije stejné patálie i radosti, jako kdyby si nechala Robina. Foxteriéři jsou totiž pejskové s neutuchající energií a člověk se s nimi nikdy nenudí.

Další a další příhody a dobrodružství pejska Robinka si můžete přečíst v knížce paní spisovatelky Zdeny Frýbové – Robin. Napsala i další knihu, kde je pokračování Robinkových kousků a protože si rozrůstající rodina (Alence se narodí malá Anička) pořídí ještě další pejsky, můžete se opravdu pobavit. Všechny knížky paní Frýbové jsem četla a všechny vám můžu doporučit. Nepíše jen o psech, ale pustila se často i do témat zcela odlišných. Knihy má napsané opravdu velmi poutavě a čtivě. Jakmile jsem sehnala nějakou její další knihu, věřte, že

jsem ji neodložila, dokud jsem ji neměla přečtenou. K řadě jejích knih se opakovaně vracím a jsou nedílnou součástí mé knihovny i doma.

Ukázky z knížky o Robinovi jsem zvolila právě proto, abych vás takovou populárnější formou seznámila právě s touto spisovatelkou, i když věřím, že většina z vás už její knížky zná. Myslím, že její jemný humor je nezaměnitelný a i knihy s vážným tématem (vydala jich také řadu) dokázala napsat na vysoké odborné úrovni a přitom tak čtivě, že jsou blízké čtenářům každého věku. Škoda, že už není mezi námi a žádnou novou knížku už nenapíše. Jsme ale rádi, že knížky, které nám tu zanechala, si zaslouží jen a jen pochvalu.

Je totiž jen na nás, abychom i naše děti a další generace učili trávit více času nad knížkami. Je to škoda, že mnohdy je jim počítač milejší. Snad se děti v budoucnu zase ke knížkám a četbě vrátí, ale také i my jim musíme být vzorem a příkladem. Pamatuji se, jak i můj syn nebo děti v ozdravně, kde jsem dříve pracovala, měli rádi čtení nebo vyprávění pohádek. A věřte, že i teď na Charitě, když navštěvuji babičky nebo dědečky, kteří už nemají sílu si sami něco přečíst, vidím, jak jsou šťastní a spokojení, když si k nim sednu s knížkou a vrátíme se spolu třeba k příhodám Káji Maříka. A úsměv na jejich vrásčitých tvářích nebo i malá slzička je mi pak odměnou za to, že jsem jim vrátila alespoň na chvíli nějaké vzpomínky na doby dávno minulé.

A tak se loučíme s četbou na pokračování a příště přijdeme s něčím novým, abychom náš časopis zase oživil nějakou novinkou a vy se nechte překvapit jakou.



VELIKONOCE

Velikonoce jsou svátky pohyblivé, začínají každý rok v jiném datu. Určuje jej první jarní úplněk.

Pašijový svatý týden začíná Květnou nedělí. V tuto neděli se nosívali do kostela světit ratolesti, které se pak dávají doma za křížek nebo obrázek, aby přinesli požehnání a aby do stavení neuhodilo.

Na Květnou neděli se prý nemá nic péct, nerozkvetly by květy na stromech. Po květné neděli následuje Modré pondělí, Šedivé úterý, Škaredá – Sazometná středa. O té hospodyně vymetaly a čistily komíny. Zametaly světnice novým koštětem, prostě dělaly jarní úklid.

Zelený čtvrtek. Máme sníst něco zelených bylinek, to abychom byli celý rok zdraví. Peče se pečivo z kynutého těsta – Jidáše. Toto pečivo, pečené v den Jidášovy zrady, jíme s medem. Ochrání nás od hadího uštknutí a od lidské zloby. Zachrastíme-li v kapse mincemi, nouze se nám vyhne. V tento den přestávají zvonit zvony a odlétají do Říma. Nahrazuje je klepání. Až do Bílé soboty.

Velký pátek, den klidu, nejpřísnějšího půstu, den pověr a rituálů. Když se ráno, hned za úsvitu omyjeme rosou nebo proudící vodou, ozdravíme si tělo i duši na celý rok. Jen tento den, při pašijích se otevírá zem a vydává ukryté poklady. O velkém pátku lidé nepracovali na poli ani v kuchyni.

Bílá sobota, den sejmutí Ježíše z kříže, den jeho pohřbu. Při vigílii se zapalují silné svíčky a svítí se oheň. Lidé si ohořelé uhlíky nosili domů jako ochranu proti požárům.

Hod Boží velikonoční. V kostele si hospodyně nechávaly posvětit mazance, bochánky, vajíčka, pečené maso, víno a všelijaké dobroty, které v kuchyni nachystaly. Posvěcené jídlo pak hospodář rozdělil nejen mezi členy rodiny, ale nosil i do sadu a polí, aby byla dobrá úroda, do studně, aby voda nevyschla. Rodina jedla posvěcené jídlo, aby mezi jejími členy panovala soudržnost.

Velikonoční pondělí, také Červené pondělí. Chlapci pletou pomlázky, děvčata na oplátku barví vajíčka.