

## ZNÁTE MĚSTO PACOV ?



### ZÁKLADNÍ ŠKOLA NÁMĚSTÍ PACOV

Se stavbou současné budovy školy se začalo v roce 1879 a v roce 1881 byla stavba dokončena.

V roce 1886 byla zřízena měšťanská škola chlapecká v Pacově. Ke změně v organizaci školy dochází v roce 1894, kdy byla rozdělena na chlapeckou a dívčí, vždy po pěti třídách. Vznikla samostatná pětitřídní škola dívčí s vlastním správcem a samostatná obecná pětitřídní škola pro chlapce spravovaná ředitelem měšťanské školy chlapecké.

Zdroj: [www.zsnamestipacov.cz](http://www.zsnamestipacov.cz)

## PAPRSEK

V. ROČNÍK



### ZPRAVODAJ PEČOVATELSKÉ SLUŽBY ZÁŘÍ 2011



# SLAVNÍ ČECHOVÉ

## FRANTIŠEK KŘIŽÍK

(1847 - 1941)



František Křižík se narodil 8. července 1847 v Plánici. Byl významným českým technikem, průmyslníkem a vynálezcem. Jeho nejznámějším vynálezem byla oblouková lampa se samočinnou regulací. V Praze vystudoval reálku, ale pro nedostatek peněz nemohl složit maturitu. Přesto byl i bez maturity přijat na pražskou techniku.



Během studia zdokonalil železniční signalizaci. V této práci pokračoval i poté, co se stal železničním úředníkem. Z roku 1870 pochází jeho návrh, který se v případě poruchy přestaví automaticky do polohy "stůj". V roce 1880 vynalezl pro

Piettovu papírnu v Plzni nový typ **obloukové lampy**. Za tento vynález získal zlatou medaili na světové elektrotechnické výstavě v Paříži roku 1881. Sám je začal vyrábět v roce 1881 nejprve v Plzni a od roku 1884 v pražském Karlíně. V roce 1888 postavil na pražském Žižkově první **elektrárnu** na českém území, a po ní řadu dalších v Česku i ve světě. Velkým úspěchem byla i jeho účast na Jubilejní výstavě v roce 1891. K Výstavišti jezdila jím navržená **elektrická tramvaj**, areál byl osvětlen jeho lampami, a postavil slavnou světelnou **fontánu**. V roce 1903 postavil první **elektrickou trať** z Bechyně do Tábora. František Křižík zemřel 22. ledna 1941 ve Stádleci u Tábora.

## RADY ČTENÁŘŮM

- \*Hustě osázený květináč se těžko zalévá, aniž byste měli vodu všude okolo. Zasadte do zeminy malý trychtýř a do něj nalévejte rostlině vodu z konvičky.
- \*Pach z myčky odstraníte sodou. Nasypte na dno lžici jedlé sody a ta všechny pachy pohltí.
- \*Pokud nemáte doma drátěnku a potřebujete odstranit z hrnce spálené zbytky jídla, použijte zmačkaný alobal.
- \*Nedopité víno rozlijte do malých kelímků a dejte zmrazit. Bude se hodit na podlévání masa.



## RECEPTÁŘ



### RYCHLÝ ŠVESTKOVÝ KOLÁČ Z KEFÍROVÉHO MLÉKA

250 ml keфіru, 150 g rozpuštěného másla (hery),  
300 g hladké mouky, 200 g cukru, 2 vejce, švestky, skořice

**Postup:** Jednodušší koláč byste si neuměli představit, příprava vám nezabere víc než 10–15 minut. Všechno kromě švestek dejte do mísy a vařečkou vymíchejte hladké těsto. Švestky vypeckujte a rozpujte. Koláčovou formu vymažte a vysypte hrubou moukou, nalijte do ní těsto a navrch naskládejte švestky. Nakonec koláč vložte do trouby předehřáté na 180° a pečte asi 40 minut. Kdo má rád, může koláč před pečením ještě posypat mletou skořicí.

# TAJEMNÁ ENERGIE STROMŮ

Také stromy nám mohou pomoci zůstat v kondici a nemusíme je jen objímat. Postupně vám představíme deset nejznámějších.

## **BŘÍZA** - pro zdraví pokožky



Bílá kůra obsahuje betulin - látku, která podporuje hojení ran. Krémy s touto účinnou látkou velice dobře pečují o citlivou suchou pokožku (např. zn. *Oriflame*). Čaj z březových listů čistí problematickou pleť.

Recept: 1 lžičku sušených listů spařte 150 ml vody a po 10 minutách přeced'te. Denně vypijte 2-3 šálky.

## **TOPOL** - na bolesti končetin



Již v dobách antiky se topol ctil jako léčivá rostlina. Jeden z nejstarších dochovaných receptů je mast právě z topolových pupenů. Její výtažky zmírní bolest při revmatismu a dně.

Recept: Pupence zalijte olivovým olejem, aby byly ponořené. Ve vodní lázni je povařte hodinu. Na 24 hodin je potom uložte na teplé místo. Přeced'te a uložte do temna.

# SVATÝ VÁCLAV

## **28. září - Den české státnosti**



Václav (nar. roku 907) byl světec, jeden z patronů českých zemí, přemyslovský kníže, syn knížete Vratislava I. a kněžny Drahomíry. V dětství byl vychováván svou babičkou Ludmilou ze Pšova (sv. Ludmila) na hradě Tetín. Poté, co se Václavův otec stává pražským (českým) knížetem, je Václav poslán do Budče, kde se učí latině.

V roce 921 umírá Vratislav I. a protože sv. Václav, jeho nástupce, je ještě nezletilý, začíná se téhož roku v únoru krátká poručnická vláda jeho babičky Ludmily. Netrvá však dlouho, Ludmila je v září roku 921 zavražděna (patrně na popud Drahomíry) a poručnické vlády za Václava se ujímá její snacha, Václavova matka Drahomíra.

Sám Václav se ujímá moci patrně v roce 922, v roce 924 nechává převést ostatky své babičky Ludmily z Tetína na Pražský hrad. Doba Václavovy vlády je již od počátku charakteristická jeho podporou křesťanské církve a dalším upevňováním moci Přemyslovců nad českými zeměmi.

Václavův politicko-náboženský směr, jeho orientace na Sasko a odklon od vazeb na Bavorsko, se znelíbí politické opozici, jejímž představitelem je Václavův vlastní mladší bratr Boleslav (Boleslav I. Ukrutný), sídlící ve svém údělném knížectví ve (Staré) Boleslavi.

Vzniká bratrský konflikt (pozdější prameny líčí konflikt jako velmi osobní), který vyvrcholí pozváním Václava na svěcení kostela do Boleslavi, kde je pak tento český kníže ráno 28. září 935 zavražděn. Hned na to Boleslav obsazuje se svojí družinou Pražský hrad a stává se knížetem - záhy dává převést Václavovy ostatky do nového chrámu sv. Víta na Pražském hradě.

Státním svátkem si připomínáme 28. září smrt patrona českých zemí Svatého Václava a slavíme ho jako **Den české státnosti**.

# PŘÍBĚHY ČTENÁŘŮ



## BETYNKA

Už od útlého dětství jsem, ostatně asi jako většina pražských dětí, toužila po pejskovi. Tenkrát ještě platilo, že pes do bytu nepatří, a tak jsem marně přemlouvala rodiče, prostě mi psa nedovolili. Měli jsme andulky, přinesla jsem domů i malinká kuřata a králíka, ale pes je pes. V mém srdíčku pořád rostla větší a větší touha, a ta se přece jen dočkala jednoho dne naplnění.

Krátce po svatbě, to jsme ještě bydleli s manželem u rodičů, musel můj muž odletět služebně do Libye. Byla jsem smutná, opuštěná a moc se mi stýskalo. A moji hodní rodiče podlehli mému slzavému údolí, a aby mě alespoň trochu potěšili, připustili navzdory svému přesvědčení, že bych si teda mohla nějaké štěně přinést. Ve všem tom smutku a tesknění se mně rozzářilo štěstí. Jakého psa bych chtěla - to jsem věděla už celé roky - jediné kníračce! Najít inzerát a dojet pro štěňátko byla maličkost. Nedovedete si představit, jak jsem byla šťastná, když jsem si svého prvního pejska přinesla domů. Byl to černý kníraček a jmenoval se Disk. To, že budou se štěnětem starosti, které jsem si ve svém nadšení nepřipouštěla, se dalo čekat. Diska jsem přivezla v pátek, aby si přes víkend trochu zvyknul. Jako naprosto nezkušený chovatel jsem zamýšlela všechny své nedostatky a neznalosti s výchovou psů řešit hlavně přemírou lásky. Štěněti jsem nenachystala žádný pelíšek, spal se mnou samozřejmě hned v naší manželské posteli, kde bylo teď dost místa.

Problém nastal v pondělí ráno. Musela jsem do práce a můj původní plán, že Diskoušek zůstane doma s dědečkem, který už byl v důchodu, se štěněti nějak nelíbil. S těžkým srdcem jsem prchla a až dolů (bydleli jsme ve čtvrtém patře) jsem slyšela jeho hlasitý nářek a vytí. Z práce jsem hned volala domů. Děda se mi

snažil něco říct, ale přes kvílení Diska jsem ho vůbec neslyšela. Za hodinu jsem to zkusila znovu, ale telefon nikdo nezvedal. Plná starostí to zkusím za další hodinu znova. A nadšený dědoušek mi za podezřelého ticha důležitě a hrdě sděloval, že to se psy neumíme, za to on ano (přitom žádného psa nikdy neměl), a proto vzal štěně na procházku, kde se krásně unavilo a teď spokojeně spinká v mé posteli. No, moc klidná jsem nebyla, ale hlavně, že už byl konec toho psího nářku. Ale nedalo mi to a hned po obědě jsem letěla z práce domů. Šéf mě pustil, protože bych podle něj při těch nervech stejně nic pořádného neudělala.

Tak honem na autobus a rychle domů. Letím po schodech, sotva dechu popadám. Proletím dveřma a skokem jsem v našem pokoji. Zírám na postel, kde si v peřinách hoví knírač a ten zase zírá na mě. Proboha, co je to za psa? Místo černého šedivý a dokonce i nějaký větší. Zvednu podezřelého, i když velmi přítulného pejska, a zírám ještě víc. Je to totiž ještě ke všemu fenka. Olizuje mi přátelsky bradu a tváří se náramně spokojeně. Co teď?!? Zmatený děda přiznal návštěvu samoobsluhy za účelem zakoupení buřtíka pro Diska kvůli snadnějšímu navázání přátelství. Štěně přivázal na vodítku (které ještě nikdy na sobě nemělo) k mříži před samoškou a rychle běžel dovnitř pro buřtu. Když se vrátil, štěně tam pořád spořádaně sedělo, i když už bez vodítka. Tak ho vzal domů, kde radostně sežralo buřtíka a ochotně vlezlo do naší postele a tam za chvíli tvrdě usnulo.

Bylo mi dědečka moc líto, myslel to určitě dobře, tak jsem mu ani nic nevyčítala. Vzala jsem naši psí návštěvnici do náruče a letěla s ní k samoobsluze. Tam, u uvázaného Diskouška, seděla na bobekku malá holčička, hladila ho po hlavičce a tiše plakala. Nemusela jsem říkat vůbec nic. Vítání bylo veliké a já jen těžko rozeznávala mezi nadšeným rykem a štěkotem tenký hlásek: „Betynko, Betynko moje, kde si byla?“ Rychle jsem odvázala štěně, popadla ho do náruče a tiše a zahanbeně odcházela domů, aby se ty dvě veliké přítelkyně mohly nerušeně radovat ze svého šťastného shledání. A Disk? Prožil si krásný psí život, i když moc vycvičený tedy nikdy nebyl.

# KALENDÁŘ - ZÁŘÍ

Září je devátý měsíc gregoriánského kalendáře a má 30 dní. Kolem 23. září začíná na severní polokouli podzim (podzimní rovnodennost). Staročeské označení tohoto měsíce bylo *zářuj* nebo *zářij*, což znamená „za říje“, odvozování od slunečního záření je pouze lidovou etymologií.

V září začíná období podzimní sklizně. Kromě ovoce a brambor dozrává také vinná réva a chmel. Proto se v lidové tradici českých zemích odehrávají v tomto měsíci tzv. sklizňové slavnosti – vinobraní, dočesaná nebo pro jižní Čechy typická konopnická.

28. září je den sv. Václava. Dnes den státního svátku, do nedávné minulosti den, kdy se v hornatých krajích sváděl dobytek z letních pastvin do vsí k přezimování. V některých oblastech také končila roční služba čeledi a zároveň se uzavíraly smlouvy s hospodáři na příští rok.

Zdroj: [www.wikipedia](http://www.wikipedia)

- 8. 9. Svátek Narození Panny Marie
- 12. 9. Jména Panny Marie
- 14. 9. Svátek Povýšení svatého kříže
- 15. 9. Panna Maria Bolestná
- 16. 9. sv. Ludmila
- 21. 9. Svátek sv. Matouše  
Mezinárodní den míru
- 25. 9. pouť v Lukavci a Catorazi
- 28. 9. Slavnost sv. Václava
- 29. 9. Svátek sv. archandělů Michaela, Gabriela a Rafaela
- 2. 10 pouť v Pacově



## CVIČTE SI SVŮJ MOZEK

### Doplňte názvy českých filmů

- Romance pro.....bramborové natě.
- .....
- Plavecký.....smutná princezna.
- .....to zařídí.
- Měsíc nad.....
- Anděl.....
- Svatba jako.....
- Parta.....
- Kdyby tisíc.....do pravěku.
- .....
- Já už budu hodný, .....
- Marečku.....
- Limonádový.....
- Noc na.....
- Jak vytrhnout.....
- Rozmarné.....
- Král.....
- Tři vejce.....
- Vesničko má.....hvězdou na čele.
- .....
- Trampoty.....
- Ženu ani.....
- Drahé tety.....
- Slunce, seno.....

# HUMOR LÉČÍ

„ Moje žena má hudební nadání!“

„ Vážně?“

„ Všechno, co ví, vytroubí sousedce.“

„ Chtěl bych hrát na hudební nástroj.“

„ Tak co třeba na kytaru?“

„ To nejde, ta má šest strun a já mám jen pět prstů.“

„ Proč jste přišel o dvě hodiny později do práce?!“

„ Pane šéf, vždyť jste mi včera říkal, abych si přečetl noviny doma.“

Zákazník se ptá prodavačky v obchodě s obuví:

„ Vydrží mi ty boty dlouho?“

„ Když je necháte zabalené v krabici, tak ano!“

# AKTUÁLNĚ

## SENIOR PRAHA

8. – 10. 9. 2011 Výstaviště Holešovice  
veletrh pro péči o seniory a životní styl seniorů

## ZLATÉ TRUMPETY

V sobotu 15. října 2011 se stana Praha hlavním městem dechovky. Bude se zde konat největší dechovkové představení v Evropě s názvem „ Zlaté trumpety aneb Dechovková hitparáda“.

Zdroj: [www.seniorklub](http://www.seniorklub)

# DOMÁCÍ LÉKAŘ

## ZKLIDNĚNÍ ZAŽÍVACÍCH POTÍŽÍ

Trpíte nechutenstvím? Nevolností? Obyčejným bolením břicha?

Na vyřešení problémů s trávením se tradičně používají listy, květy a semena některých bylin. Mezi ně patří – v abecedním pořádku – andělíka, anýz, dobromysl, fenyklová semínka, heřmánek, kmín, majoránka, máta peprná, skořice a zázvor. A z nich ze všech můžete udělat nálev nebo bylinkový čaj.

## STARODÁVNÝ LÉK NA ZÁCPU

Babičky měly jistě důvod k tomu, aby si jej oblíbily: Ricinový olej se používal v první řadě jako projímadlo; užijete-li 1-2 lžičky ricinového oleje nalačno, výsledek se dostaví asi za 8 hodin. Ricinový olej účinkuje proto, že se jedna jeho složka rozkládá na látky, které stimulují pohyb tenkého a tlustého střeva. Poznámka: tento postup se nedoporučuje používat opakovaně, protože zhoršuje vstřebávání živin.

## MALÝ ČERVENÝ BOJOVNÍK S INFEKČÍ

Jako prevenci proti infekcím močových cest pijte 2 ½ až 4 ½ šálku neslazeného brusinkového džusu denně. K dostání jsou také kapsle se sušeným práškem z brusinek.

Kyselina hippurová obsažená v brusinkách zabraňuje růstu bakterií E coli, které bývají nejčastější příčinou problémů s močovým ústrojím.

## PETRŽEL NA ÚLEVU OD BOLESTI

Nasekejte listy petrželky, dejte 1 lžičku lístků do šálku vroucí vody, nechte je louhovat 3 – 5 minut a slijte. Denně můžete vypít až 3 šálky tohoto čaje. Těkavý olej v listech a kořenech petržele má diuretické vlastnosti a tak se petrželový čaj hodí na zmírnění menších problémů s močovým měchýřem, na potlačování zánětů močových cest a na menší ledvinové kameny.

Upozornění: Pacient s chronickými obtížemi s ledvinami by se měl o užívání petržele poradit s lékařem!

Příspěvek od pana J. H.

