



Zimní idyla

Kraj leží zadumán v posvátném tichu
pod bílým závojem křehkých sněhových vloček,
přikrývá nálady, radost, klam i pýchu,
zapadly i příběhy, které bys rád pročet...
Mrazivý vítr proniká i do všech stínů,
jako by jej vábil neustálý spěch
a hraje svou píseň na ledovou okarinu,
s níž odráží se akordy v promrzlých zdech...
Mráz se kolem prohání na sněhobílém koni
a třímá ve svých rukou malířskou paletu,
rampouchem štětce chladnou barvu míchá na ní,
pak okna lidských příbytků vyzdobí do květů...

(z cyklu „Vzpomínky a návraty“ – Ladislav Křížek)

PAPRSEK

VII. ROČNÍK



ZPRAVODAJ PEČOVATELSKÉ SLUŽBY
ÚNOR 2013



CVIČTE SI SVŮJ MOZEK

Hledejte jména českých a slovenských měst, která se skrývají v následujících větách.

Příklad:

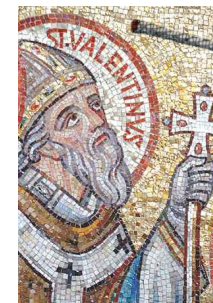
MAMINKO, STRAVA JE V TÁBOŘE VELMI DOBRÁ, PSALA MÍLA DOMŮ.
(Ostrava)

1. JE ZIMA, BR, NOHY MÁM STUDENÉ JAKO LED.
2. PAMATUJ SI JIRKO, LÍN A KAPR JSOU DVĚ PODOBNÉ RYBY.
3. NAŠEL JSEM V KOŠI CELÝ ROHLÍK SE SALÁMEM.
4. V BLÍZKOSTI KRAVÍNA JE SENÍK PLNÝ CHUTNÉ PÍCE.
5. NAŠI PŘEDKOVÉ ŽILI NA MÍSTECH S DOSTATKEM VODY.
6. U RYBNÍKA JE SAMÝ KOMÁR, NOC JSME STĚŽÍ PŘEČKALI.
7. NA UDICI SE HOUPAL VELKÝ KAPR A HANKA VÝSKALA RADOSTÍ.
8. TEPRVE PO VELIKÉM BOJI HLAVATKA PODLEHLA A RYBÁŘ JI VYTÁHL NA BŘEH.
9. NE, PO MUKÁCH NETOUŽÍM.
10. SESTRA KONI CELÝ DEN DÁVÁ OVES.
11. PASÁK BENEŠ OVCE ŽENE Z PASTVY.
12. I KOPÍ SEKNE DO SRDCE.
13. JAK MI LEV SKOČIL DO PASTI.
14. V POHÁDCE SE VYSKYTUJE ZLATÁ BOROVICE.
15. V KOSTELE SE CEPEM NEMLÁTÍ.
16. VEPŘE ROVNOU PALICÍ DO CHLÉVA NAZAŽENEŠ.
17. VELKÝ KOP A VAŠKŮV MÍČ JE NA SVĚTĚ.
18. PAN KOBR NOVÁKŮM DOSUD NENAPSAL.
19. PŘÍLIŠ MNOHO HRAN I CENU VÝROBKU SNÍŽÍ.

(BRNO, KOLÍN, KOŠICE, JESENÍK, ŽILINA, KOMÁRNO, PRAHA, JIHLAVA, NEPOMUK, STRAKONICE, BENEŠOV, PÍSEK, MILEVSKO, TÁBOR, KOSTELEC, PŘEROV, OPAVA, BRNO, HRANICE)

KALENDÁŘ

2. 2. Svátek uvedení Páně do chrámu – Hromnice
3. 2. sv. Blažej
Světový den modliteb
4. 2. Světový den boje proti rakovině
11. 2. Panna Maria Lourdská
Světový den nemocných
13. 2. **Popeleční středa**
14. 2. Svátek zamilovaných – sv. Valentýn
17. 2. 1. neděle postní
20. 2. Světový den sociální spravedlnosti
21. 2. Mezinárodní den mateřského jazyka
22. 2. Den sesterství – Mezinárodní den skautek
24. 2. 2. neděle postní



MASOPUST

Jakýmsi předělem mezi zimním časem a časem probouzející se přírody je masopustní období. Český název není třeba vysvětlovat. Je to složenina dvou slov (maso a půst), které vyjadřovaly následující období – tj. období střídmosti v zábavách i stravování.

Tučný čtvrtek je poslední čtvrtek před masopustní nedělí, jehož znakem je hodování. Pověra praví: Kdo v tento den hodně jí a pije, tomu v příštím roce nebude chybět síla a zdraví.

Taneční neděle byla zasvěcena tanci v podobě plesů a tancovaček. Tanečníci se velmi snažili, aby se naplnila pověra, která říkala: Obilí a len bude letos tak vysoké, jak vysoko budou tanečníci vyskakovat.

Masopustní pondělí pokračovalo v zábavě a tanci. V mnoha vsích se toho dne konal „mužovský bál“, kam neměla svobodná chasa přístup.

Maškarní úterý bylo vyvrcholením masopustu. Rozpustilý průvod masek a maškar dominoval tomuto dni.

Popeleční středa zahajuje období předvelikonočního půstu, který nás nabádá k pokoře a pokání, k odvrácení se od toho, co je zlé a navrácení se k Bohu.

AKTUÁLNĚ

DŮCHODOVÁ REFORMA

Lepší zabezpečení ve stáří z více zdrojů má zajistit druhý pilíř důchodového systému zavedený v rámci důchodové reformy. Mimo jiné umožní uzavírat nové celoživotní důchodové spoření. Lidé se budou moci sami rozhodnout, zda do systému vstoupí – smlouvu o důchodovém spoření bude moci uzavřít každý, komu je víc než 18 let a dosud nedostává starobní důchod z českého důchodového pojištění, tedy z I. pilíře. Lidé nad 35 let mohou do II. pilíře vstoupit do 30. června 2013, mladší pak do konce kalendářního roku, kdy jim bude 35 let. Každému, kdo se rozhodne spořit ve II. pilíři, se sníží pojistné na důchodové pojištění, které dnes platí do I. pilíře. A to o 3%, tedy z 28% na 25%. Tuto částku, k níž přidá další 2% ze svých příjmů, si bude spořit na individuální účet u penzijní společnosti.

Klient si bude moci zvolit jeden ze tří způsobů výplaty: doživotní starobní důchod, doživotní starobní důchod se sjednanou výplatou pozůstalostního důchodu po dobu tří let, anebo starobní důchod na 20 let. Výše vypláceného důchodu bude záviset na tom, jaký druh penze si lidé zvolí, kolik si celkem naspoří a případně i na tom, kolik jim bude let.

DŮCHODY

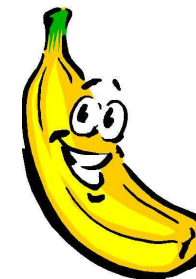
Od splátky důchodu v lednu 2013 se zvyšují všechny důchody vyplácené z českého důchodového systému, tedy z I. pilíře. Týká se to důchodů starobních (včetně předčasných), invalidních (pro invaliditu prvního, druhého i třetího stupně) a pozůstalostních (vdovských, vdoveckých a sirotčích).

Základní výměra důchodu (stejná pro všechny druhy důchodů) se zvýší o 60 Kč, z 2 270 Kč na 2 330 Kč. Procentní výměra důchodu, která je individuální a odvíjí se od získaných dob důchodového pojištění a příjmů, vzroste o 0,9%. Zvýšení provede Česká správa sociálního zabezpečení automaticky, není potřeba o ně žádat.

DOBRÉ RADY NA KAŽDÝ DEN

BANÁN NA NESPAVOST

Jestliže trpíte nespavostí, tak zkuste asi půl hodiny před spaním sníst 1 – 2 banány a zapít to vlažným mlékem. Obě ingredience můžete společně i rozmixovat. Tento koktejl má osvědčený účinek. Pozor, fungovat bude ale jen v případě, když do něj nebudete přidávat cukr!



PLÍSNĚ NA NOHOU přemůžete koupelí šalvěje a levandule. Lázeň připravíte tak, že do 2 litrů vroucí vody přidáte hrst šalvěje a půl hrsti levandule. Necháme půl hodiny vylouhovat a poté ponoříme napadené nohy. To opakujeme 2x týdně dokud plíseň nezmizí.

ZÁPACH Z BOT odstraníme kouskem křídý, kterou necháme v páchnoucích botách přes noc.

HUMOR LÉČÍ

Víte, jaký je rozdíl mezi současným zřízením a tím, co tu bylo před rokem 89? Tenkrát to brali politici vážně a lidi si z nich dělali srandu. Teď to berou lidi vážně a srandu si dělají politici.

Všude hustý dým, polovina poslanecké sněmovny v plamenech. Před vraty stojí televizní reportér a informuje diváky: „V parlamentu začíná být před nadcházejícími volbami pěkně dusno!“

Přijde poslanec s výplatou domů a začne vytahovat z tašky bankovky. Žena se na to zděšeně kouká a říká: „Prosím tě, co s nimi mám furt dělat. Máme toho plné skříně, není to kam dávat!“ A manžel jen smutně odvětí: „A to si představ, že v jiných rodinách pracují oba!“



SLAVNÍ ČECHOVÉ

Matyáš Bernard Braun

(1684 – 1738)



Matyáš Bernard Braun se narodil v Sautensu, v malé vsi nedaleko Oetzu v středním Tyrolsku. Stal se českým sochařem a řezbářem, jeden z nejvýznamnějších představitelů české vrcholně barokní plastiky.

Kolem roku 1710 založil v Praze dílnu, z níž vyšla díla vrcholné kvality přesahující svým provedením a přístupem prostor střední Evropy. Ovlivnilo jej především dílo Michelangela Buonarrotiho, G. L. Berniniho a benátská sochařská škola 17. století.

Spolupracoval s takovými umělci, jako byli malíř J. K. Liška či architekt a stavitel F. M. Kaňka a J. B. Fischer z Erlachu. M. B. Braun se podílel mj. na sochařské výzdobě chrámu sv. Klimenta v jezuitské koleji Klementinu na Starém Městě v Praze, na tvorbě výzdoby Karlova mostu vynikajícím sousoším sv. Luitgardy a na výzdobě náhrobku hraběte L. Šlika vytvořeného podle návrhu F. M. Kaňky v chrámu sv. Víta v Praze.

Z jeho dílny rovněž pocházejí sochy v zahradě Vrtbovského paláce na Malé Straně v Praze, plastická výzdoba chrámu Nalezení sv. Kříže v Litomyšli, plastická výzdoba v chrámu sv. Jakuba Většího a v zámeckém parku v Cítolibech, sloup Nejsvětější Trojice tamtéž, plastiky v chrámu P. Marie ve Staré Boleslavi, sloup Nejsvětější Trojice v Teplicích, plastiky na portálu zámku v Konopišti.



Jeho nejvýznamnější prací byla patrně objednávka Františka Antonína hraběte Sporcka pro Kuks, kde vytvořil sérii Blahoslavenství, Ctností a Neřestí a alegorii Náboženství. Dále plastiky pro Betlém v Kuksu, na nichž spolupracoval se svým synovcem Antonínem Braunem, a který je po jeho uměleckém odmlčení v roce 1729 dokončil. M. B. Braun umírá ve svém domě na Karlově náměstí ve věku 54 let.

Postní doba je časem k obrácení a odpuštění

V „postní době“ nejde v první řadě jen o půst. Půst je jen jedním z prostředků k něčemu důležitějšímu: totiž k obrácení. Ano, hlavní náplní postní doby není bezduchý půst a odříkání! Ale obrácení se k Někomu, kdo mi chce nabídnout více, než to, čím právě žiji. Moudrost církve předávaná po staletí doporučuje tři, resp. čtyři kroky na cestě obrácení: „půst“, „modlitbu“, „almužnu“ a „smíření“. Modlitbou se člověk spojuje s Bohem, naslouchá mu, rozlišuje, jak a kudy se má ubírat jeho život. Postem se člověk něčeho dobrovolně zříká (peněz, času, aktivit...) a to, čeho se zřekl, poskytuje potřebným – což je podstatou „almužny“. Smíření pak člověka naplňuje pokojem ve vztahu k Bohu, k druhým i k sobě. Zastavme se chvíli u tohoto nejtěžšího kroku - a to je smíření a odpuštění.



Kdo nenávidí, žije ve tmě a neví, kam jde, protože jeho oči pro samou tmu nevidí... (srov. Bible 1 Jan 2, 11)

Chceš-li být otrokem nějakého člověka, nesnášej ho. Pak s tebou bude ráno, po celý den i v noci. Tenhle člověk s tebou bude také jíst a naruší tvé trávení. Zničí tvou schopnost koncentrace, zničí každou příjemnou chvíli a zbaví tě tvého drahého pokoje i radosti. Svě štěstí vkládáš do jeho rukou. Dáváš mu skutečnou moc nad sebou samým... (John Powell)

Neexistuje člověk, který by nikdy neprožil křivdu a ublížení. Neexistuje člověk, kterého by prodělaná křivda a ublížení nebolely. Pocit křivdy, ublížení a nespravedlnosti se hluboce dotýkají nitra každého člověka a volají po vyrovnání, odplatě a pomstě. Příkoří nenechává nikoho chladným. Neodpuštění negativně ovlivňuje celý život člověka, včetně jeho těla a psychiky. Zanedbané, potlačené a někdy i zdánlivě zapomenuté křivdy nic neřeší. Působí destruktivně. Neodpuštění člověka ničí, rozkládá a znepokojuje. Je zdrojem napětí a podrážděnosti. Neuzdravené křivdy se mění i ve zdroj ubližování druhým. Ať už totiž člověk chce nebo ne, předává to, co sám zakusil dále. Potřebuje se utrpení zbavit a tak ho přesouvá dál. Ono se k němu pak ale vždy navrací... Neodpuštění působí jako jed zasahující všechny oblasti života a vztahů: k Bohu, k lidem, ke světu a i k sobě. Projevuje se na úrovni osobní, na úrovni rodin, různých skupin i národů... Skrze odpuštění se naopak člověk stává vnitřně nezávislým na negativním vlivu zla. Ukřivdění pak ztrácí svou zničující moc. *Odpuštějte a bude vám odpuštěno. (Lk 6,37)*

RECEPTÁŘ

Staročeské postní pokrmy

Zelák

Z 1 kg žitné chlebové mouky, asi 6 dl vlažné vody, 60 g droždí, 3 lžiček kmínu, 3 lžic octa, 3 lžiček soli a lžičky cukru zadělejte těsto: droždí nadropte do důlku v mouce, pocukrujte, zalijte troškou teplé vody, a když droždí "ožije", dodejte ostatní ingredience a vypracujte tužší těsto. Po vykynutí jej rozdělte na 4 díly, každý vyválejte na placku, naplňte vymačkaným kysaným zelím, zatočte nebo jenom přehněte, zmáčkněte a nechte na pomoučeném plechu opět kynout. Pak potřete vodou a pečte asi 30 minut při 120-150°C za občasného potírání vodou. Ke konci můžete zelák posypat strouhaným sýrem.



Jáhlová kaše naslano

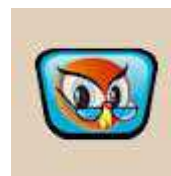
400 g dvakrát spařených jáhel vysypte do 1,5 l osolené vroucí vody a vaňte, než se voda vypaří (asi 10 minut). Pak odstavte a nechte zabalené do deky dojít. Pak doplňte podle chuti: smaženou cibulku, dušenou zeleninu, opražená semínka slunečnice, dušené houby ...

Krupková kaše

Nechte namočit hrnek přebraných propláchnutých krup ve 2 l hrnku vody, pak vaňte asi hodinu, osolte a nechte zhruba půl hodiny dovařit (podle velikosti krup). Opět doplňte podle chuti: česnekem, smaženou cibulku, kysaným vařeným zelím, můžeme promíchat s vařeným hrachem ...

Lepiduša

Kilo oloupaných brambor uvaňte v osolené vodě, NECEĎTE, ihned vmíchejte asi 1/4 kg hrubé mouky, rozšlehejte a nechat propařit. Část této kaše rozetřete na talíře, potřete povídky, pokapejte rozpuštěným máslem, na to dejte druhou vrstvu, kterou posypte mletým mákem promíchaným s cukrem a opět pokapejte máslem.



NA ČESKÉM INTERNETU ZAČALA PŮSOBIT INTERNETOVÁ TV PRO SENIORY

V posledních dnech roku 2012 se na českém internetu objevila specializovaná TV se zaměřením na seniory a jejich blízké www.tvsenior.cz. Témata, kterým se bude TVsenior věnovat, budou zaměřena zejména na rady v oblasti zdravého životního stylu, výhodného cestování i lázeňské péče a užitečné rady běžného života, které šetří finance. Budou také představovány seniorky a senioři, kteří jsou inspirací pro ostatní.

VÝSLEDKY VOLEB PREZIDENTA ČR V NAŠEM MĚSTĚ

	Ing. M. Zeman	K. Schwarzenberg
okres		hlasů
1. Městský úřad	307	145
2. ZŠ Náměstí	413	279
3. ZŠ Za Branou	301	237
4. ZŠ Nádražní	281	205
5. Bedřichov	17	16
6. Velká Rovná	22	16
7. Jetřichovec	59	38
8. Roučkovice	56	31

Volební účast celkem: 61, 03 %

PŘÍBĚHY ČTENÁŘŮ

PRVNÍ RANDE



Jak jsem vyprávěla minule, moje taneční zatím plynule pokračovaly a můj tanečník Mojmir byl velmi vytrvalý a trpělivý. Neměla jsem šanci tancovat s někým jiným. Při každé volence letěl rychlostí blesku přes celý sál, aby mě „ulovil“. Jen občas, při dámské volence, kterou však mistr Nekola vyhlašoval velmi sporadicky (tanečnice totiž svou bojovností dokázaly předčít mnohé tanečníky a docházelo ke kolizím a nezdárkám i pŕtkám), se mi podařilo získat jiného tanečníka. Ale většinou mi ho, často nedovoleným a tvrdým bodyčkem, dokázala vyrvat jeho stálá tanečnice a na mě zase zbyl můj Mojmir, kterého si ostatní tancechtivá děvčata nevsímala a mně ho pak bylo líto.

Smŕla byla, že mojí mamince, tzv. gardedámě, která mě na každou lekci vyprovázela (protože dobře věděla, že bych tam sama nikdy nešla a trávila raději taneční s odpadlíky a dezertéry na chodbě či v přilehlém baru), se můj tanečník Mojmir velmi zalíbil, jelikož jí na každou lekci přinesl květiny, culil se na ni jako blbeček a vyprávěl jen o škole a svých jedničkách. Mamka v něm viděla šanci na tzv. vážnou známost, která by mě (podle jejího mínění) srovnala do kolejí spořádané slečny a její dcera by tak přestala lítat s kamarády po lesích a trávila volný čas vznešenými procházkami po pražských parcích a památkách s inteligentním a perspektivním hochem, možná budoucím ženichem. Po každých tanečních vzal Mojmir mou maminku za rámě a spolu se mnou (ploužící se metr za nimi) nás vyprovázela na stanici tramvaje. Maminka byla nadšená. Srovnávala ho s jinými „chuligány“, (podle mě normálními kluky), kteří neumí ani pořádně pozdravit, natož aby jí přinesly kytku.

A právě s jedním takovým jsem se seznámila na věnečku, kam jsem dorazila sama, bez dozoru gardedámy, kterážto musela trávit večer na povinné schůzi ROH. Věneček byla taková větší taneční lekce s volnějším programem a také morálkou. Mojmir neměl šanci. Byly totiž spojeny dva kursy, tudíž se tanečníci a tanečnice pomíchali. Při volence jsme už nestáli potupně ve dvou řadách, ale seděli u stolů nebo korzovali okolo sálu. A tak se stalo, že pro mě přišel cizí vlasatý kluk, který se představil jako Igor. No, taky nic moc jméno, říkala jsem si, ale proti Mojmirovi bylo přece jen lepší. Igor byl ovšem velký sympaták. Do tanečních byl dotlačený též milující maminkou, aby se z něho stal spořádaný jinoch. Ale nepodařilo se, stejně jako ze mě taneční nečinili sličnou dámu. Proto jsme si hned padli do oka a

vypadalo to, že se z nás stanou bezva kamarádi. Vylíčila jsem mu své trable s Mojmiřem a on se postaral, abych měla do konce věnečku klid. Střežil mě pečlivě a pohlídal si každou volenku. Byla jsem šťastná a dokonce se mi začalo tancování i líbit. Pozdě večer mě Igor doprovodil až domů a pozval v neděli na moje první rande, které se mělo realizovat v kině Květen v centru Prahy.

Celá zasněná a vyjevená jsem se dostavila před půlnocí domů a rozechvěním nemohla ani usnout. První rande! Celou noc se mi honilo hlavou, jaké to bude. Ráno jsem lehce povyprávěla rodině o věnečku, což vyvolalo mírné podezření, že něco není v pořádku, když nenadávám na Mojmíra. Ale neprozradila jsem nic. V neděli odpoledne jsem nenápadně a s poněkud křečovitým úsměvem prohlásila, že jdu do kina se Zuzanou. Rodiče mírně konsternovaní z toho, že nejdu nikam lítat se skautama, mně návštěvu kina povolili.

Ve tři hodiny jsme se sešli s Igorem před Květnem. Vrazil mi do ruky sáček s bonbóny a vnořili jsme se do sálu kina. Jaký dávali film, to už opravdu nevím, ale to nebylo důležité. Igor mně svíral ruku ve své zpoceně a mně to vůbec nevadilo a poprvé jsem poznala takový ten nádherný a slastný pocit štěstí, který člověk zažívá, jen když je mu s někým opravdu krásně. Ale moje vášeň pro sladké, která mě neopustila ani v těchto chvílích, všechno pokazila.

Igor mě pořád pevně držel za pravou ruku a já začala levou nešikovně štrachat v pytlíku s bonbóny. Byly to pravé bonboniérové čokoládové, které se tenkrát prodávaly na váhu. Abych nerušila tu krásnou pohodu mezi námi dvěma, opatrně jsem vydolovala jeden bonbón a rychle ho strčila do pusy. Ó hrůzo! Bonbón byl celý zabalený ve staniolu a začal se mi v puse rozpouštět. Vyndat jsem ho nemohla. Čokoláda se propojila se staniolem a vytvořila nepoživatelný mišmaš. Rozhodla jsem se celou věc spolknout. Ale nepodařilo se. Staniol zůstal v krku a já se začala zvolna dusit. Igor napřed nic nepoznal, ale podivné zvuky ozývající se z mého hrdla ho probraly ze zamilované letargie. Zíral na mě, jak mi čokoládové sliny kapou na moji sváteční výstroj. Museli jsme rychle ven z kina, kde jsem před vyzkoprnělým Igorem nakonec všechno spolkla. I staniol. Můj nastávající přítel mě jakžtakž očistil svým velkým kapesníkem a úplně vyřízenou doprovodil domů. Musel být už opravdu asi trochu zamilovaný, když se po tom všem dokázal za trafikou před našim domem pokusit i o náš první polibek a pozvat mě na další rande. Ale já už nikdy nepřišla, tolik jsem se styděla. Tak skončila moje první známost. A všechny zbylé lekce tanečních jsem už dotancovala se svým starým věrným Mojmiřem.

