

DUBEN 2024 | ČÍSLO 02

LISTY Z DOMOVA

časopis pro klienty a příznivce Domova pro seniory Chodov





Vážení a milí obyvatelé našeho krásného Domova, vážení příznivci a podporovatelé,

je mi ctí, že se s vámi mohu prostřednictvím Listů z Domova podělit o své dojmy spojené s přicházejícím jarem.

Jednou z náplní mé práce sociální pracovnice je i zprostředkování prohlídek Domova pro zájemce o služby, které nabízíme. Děláním je často a moc ráda. Prohlídka Domova v jarním období má své zvláštní kouzlo. Příroda se začíná probouzet se zimního spánku, v ovzduší je vůně prvních jarních květin, rašících listů a květů stromů, zkrátka vůně jara. V sluncem zalitém atriu a na zahradě Domova se začíná zelenat tráva, pučí keře, ozývá se štěbetání ptáčků, jarní příroda probouzí své oázy klidu a pohody. Každý účastník takové prohlídky okouzleně obdivuje krásu Domova a hned by chtěl být jeho obyvatelem.

K jarnímu období patří také nejvýznamnější křesťanské svátky – Velikonoce, které jsou oslavou zmrtvýchvstání Ježíše Krista. Vedle toho jsou Velikonoce obdobím krásných lidových tradic, zvyků a symbolů. Často vzpomínám na naše slovenské tradice. K Zelenému čtvrtku se mi váže vzpomínka na maminčiny domácí široké nudle se sladkým zelím. Velký pátek byl postním dnem bez masa, spojeným s účastí na mši svaté. Na Bílou sobotu jsme společně pekli voňavého beránka a malovali vajíčka. O velikonoční neděli se světilo jídlo, hned ráno jsme šli do kostela s košíkem plným dobrot. Po 40denním půstu nesmělo v košíku chybět uzené maso, klobásky, vajíčka, máslo, sůl, křen a červená řepa. Pak už nadešlo Velikonoční pondělí a pomlázka, kterou jedni milují a těší se na ni a druzí ji nemusí. Já patřím k té první skupině. Na Velikonoční pondělí nás chlapi místo pomlázky „oblievali“ studenou vodou, abychom byly celý rok zdravé a hezké. Na oplátku jsme jim dávaly čokoládová vajíčka. Dodnes se snažím dodržovat naše lidové tradice, pokud to jenom jde. Bez minulosti by totiž nebyla naše současnost.

Milí čtenáři, využijte tento nádherný jarní čas, umocněný překrásnou probouzející se přírodou k užívání si času pro sebe. Přeji vám všem, abyste si našli v současné době co nejvíce pozitivních podnětů, které vám dodají zdraví a energii do dalších let.

Vaše
Mgr. Anna Tomčáková
sociální pracovnice



Narozeniny

Březen

- | | |
|----------------------------------|------------------------------|
| 1. 3. Otakar Vytvar | 19. 3. Miluška Chlapcová |
| 2. 3. Milan Autengruber | 19. 3. Václav Lisec |
| 5. 3. Bohuslav Halberstadt, Ing. | 19. 3. Josefka Zapletalová |
| 5. 3. Josef Karásek | 21. 3. František Ševčák |
| 5. 3. Petr Vondrák | 22. 3. Alena Horáčková |
| 6. 3. Věra Ptáčková | 23. 3. Miluše Tvarohová |
| 6. 3. Alena Vaněčková | 27. 3. Květoslava Mezeiová |
| 8. 3. Irena Boubelíková | 29. 3. Jiří Klejna |
| 9. 3. Blažena Mašková | 29. 3. Miroslava Zumrová |
| 10. 3. Marie Havlová | 30. 3. Ludmila Hanáková |
| 10. 3. Jaroslava Jeníčková | 30. 3. Vilemína Koliandrová |
| 13. 3. Eva Abušinová | 30. 3. Vladimír Kroupa, Ing. |
| 13. 3. Eva Chlistovská, Mgr. | 30. 3. Drahuše Picková |
| 14. 3. František Filandr | 30. 3. Jiřina Semerádová |
| 16. 3. Jana Vinčálková | 30. 3. Jaroslav VINTR |
| 18. 3. Josef Vopěnka | 31. 3. František Provod |
| 19. 3. Helena Bartošová | |

Duben

- | | |
|-------------------------|-----------------------------------|
| 1. 4. Danuše Poláková | 11. 4. Jaroslav Faix |
| 1. 4. Ljuba Töltéssyová | 12. 4. Jana Bímová |
| 2. 4. Hana Barešová | 13. 4. Eva Kramářová |
| 4. 4. Jitka Knollová | 16. 4. Anna Bursíková |
| 5. 4. Ladislav Antušek | 16. 4. Jana Buschová |
| 5. 4. Alma Fischerová | 16. 4. Rostislava Krajcová, MUDr. |
| 6. 4. Ludmila Cermanová | 17. 4. Jan Vaníček |
| 6. 4. Alenka Marešová | 18. 4. Jindřiška Hlaváčková |
| 7. 4. Helena Hudečková | 20. 4. Hana Burdová, Ing. |
| 7. 4. Andrej Zamba | 25. 4. Růžena Cihlářová |
| 8. 4. Jiří Mlázovský | 25. 4. Věra Křížová |
| 9. 4. Olga Bláhovcová | 29. 4. Eva Jarošová |
| 10. 4. Zdeňka Pavlů | 30. 4. František Mezei |
| 11. 4. Pavel Babák | |

Vítáme nové obyvatele

Leden

Eva Kyralová
Věra Šilerová
Milan Autengruber
Libuše Tyslová
Jaroslav Víntr
Helena Starovičová, Ing.
Magdalena Šenkyříková
Jana Vinčálková
Miloslava Čejková
Václav Kašpar, Mgr.
Mária Etlíková, Ing.
Lydia Fialová
Jaroslava Jeníčková

Únor

Jan Trojan
Miroslav Paumer, Ing.
Ludmila Hanáková
Eva Pletichová
Libuše Šlapáková

Rozloučili jsme se

Leden

Emília Klubrtová
Zdeňka Drašťáková
Jana Žilková
Libor Kalenda, Mgr., Ing.
Olga Lojkásková
Bedřiška Martinovská

Únor

Alžběta Konrádová
Vladimír Špaček
Miroslav Mrzena, MUDr.
Růžena Hánová



NOVINKY V PANELU ÁMOS

V dotykovém informačním panelu ÁMOS, který je umístěn vedle vstupu do jídelny v přízemí Domova (pracoviště Praha), najdete kromě užitečných a zajímavých informací nejen o Domově nově i oblíbenou číselnou hru SUDOKU. Zobrazí se vám pod tlačítkem ZAJÍMAVOSTI.

Víte, co znamená SUDOKU? Je to zkratka názvu „SUuji wa DOKUshin ni kagiru“, což volně přeloženo do češtiny znamená „Vlož vždy jen jedno číslo do vymezeného prostoru“. Tak směle do toho!



Jestliže si nejste jisti, jak panel ÁMOS správně ovládat, obraťte se na aktivizační pracovníky, kteří vám postup rádi vysvětlí a předvedou.

ZAPOJTE SE I VY DO PŘÍPRAVY KULTURNÍHO PROGRAMU!

Máte zajímavý koníček, cestovatelské zážitky nebo umělecký talent, o který byste byli ochotni se podělit, nebo o někom takovém víte? Finanční odměnu vám nabídnout nemůžeme, ale nadšené publikum, uznalý potlesk a krásné prostředí divadelního sálu Domova rozhodně ano!

S náměty, tipy či nabídkami spolupráce se neváhejte obrátit na vedoucí úseku ART Jaroslavu Slivoňovou, osobně nebo e-mailem:

jaroslava.slivonova@seniordomov.cz

Těšíme se na vás!



PROČ JE 1. DUBEN DNEM APRÍLOVÝCH ŽERTŮ?



Apríl v evropské podobě je anglosaská tradice s počátkem v Anglii ve 14. století. V roce 1392 vyšel v Chaucerových Povídkách canterburských příběh, ve kterém liška napálí pyšného kohouta. Chaucer den povídky situoval na 32. den od března. Myslel tím zřejmě 2. květen, ale Angličané to pochopili jako 1. duben. Od té doby se tradice ustálila právě na 1. dubnovém dni.

Zvláště oblíbené je vyvádění aprílem ve Francii. Tento den se zde nazývá poisson d'avril podle dětského vtipu, kdy se vystřižená papírová ryba (fr. poisson) připevní na záda nic ne-

tušící oběti. Tradice „aprilování“ je ve Francii doložená už od roku 1564.

A co apríl v českých zemích? U nás je tato tradice o něco mladší. První písemné sdělení o aprílu u nás pochází

z roku 1690 a jeho autorem byl Bartoloměj Chrystellia z Prahy, který uvádí, že „prvního dne měsíce apríla nechá se mnohý obelstít potměšilostí, ale dvakrát tak často i hrubou lží“.

V podrobnější zprávě z roku 1792 je popsáno, jak pán na apríla žertem poslal sluhu pro půl lokte nehašeného vápna do apatyky, kde si z něho vystřelil i lékárník sdělením, že už žádné nemá, protože se o ně lidé porvali a všechno vápno potrhali.

Od konce 18. století jsou v Čechách zprávy o aprílovém vyvádění podstatně častější. Žertíky byli zprvu častováni příbuzní a známí, například byli vysláni koupit nebo si vypůjčit nejrůznější neexistující předměty, které nic netušící oběti aprílového žertu marně

sháněli. Takovým oblíbeným artiklem byly například nová bublinka do vodováhy, vtipné semínko, ohýbák rohlíků, ohýbák na cihly nebo rovnák zataček. Oblíbené byly také požadavky na sušený sníh, pytel páry, hodinářskou motyku, kohoutí vejce, kachní mléko, nové mezery do žebříku, bleší jazyky, dvacet deka mušího nebo komářího sádla nebo snad dvě libry zaječího peří. Každý, kdo aprílový žertík včas neprohlédl, si vysloužil titul „aprílový blázen“ a byl celý den terčem posměchu.

V současné době lze zaznamenat aprílové žerty u jindy seriózních novinářů. Tento den totiž tradice dovoluje překročit rámec vážnosti, vypustit tzv. novinářskou kachnu a těšit se z napálených čtenářů nebo televizních diváků.

ZAJÍMAVOSTI O 1. DUBNU

- Říká se, že když se muž ožení 1. dubna, bude doživotně pod pantoflem své ženy.
- Kdo má narozeniny 1. dubna, bude prý mít štěstí po celý život.
- V Dánsku a Švédsku se tento den nazývá „aprilsnar“, v Itálii „pesce d'aprile“ a ve Skotsku „Hunt the Gowk Day“. Dánsko a Švédsko mají další podobný svátek 1. května s názvem „majkat“ (den vtipů).
- Ve Francii a Belgii se tento den nazývá „poisson d'avril“ a ti, kteří jsou oklamáni, nosí na zádech papír s nakreslenou rybou. Lidé si také dávají kartičky

s rybou nebo čokoládu ve tvaru ryby. Proč zrovna ryby? Podle astrologie totiž v dubnu Slunce opouští právě znamení Ryb.

- Pozor, aprílový žert musí být proveden do pravého poledne, aby se zabránilo smůle!
- Smůlu bude mít i ten, kdo se žertům na svůj účet nezasměje a urazí se. Proto si nezapomeňte aprílové žertíky patřičně užít nebo to alespoň zdařile předstírat!

*Použité zdroje:
Mgr. Romana Loudínová
gymta.cz*

JARO

Eva Frantálová

Jaro už nakukuje do oken
a úsměv od ucha k uchu má,
všichni se těšíme na slunce,
jak příroda se k tomu zachová.

Jak úchvatně voní země
než do ní zapustíme sémě,
rostliny začnou pučet – rašit,
nebudem se na nic mračit.
Přejme si, aby to dobře dopadlo
toto naše krásné divadlo.

Vůně jara je omamná,
kolem nás se prožene,
situace není tak klamná
a vždycky nás to dožene.

Jaro buď pozdraveno!



VELIKONOČNÍ TRADICE ZNÁMÉ I NEZNÁMÉ



Velikonoce si mnozí z nás nedovedou představit bez vůně beránka nebo mazance, pomlázky ozdobené pentlemi, barevných vajíček a jarní výzdoby. Ani v Domově tomu není jinak. Zdobí se nejen společné prostory v přízemí Domova, ale tradiční dekorace kráslí i jednotlivá patra a pozadu nezůstává ani zahrada, ověččená prvními květy a pozlacená slunečními paprsky.

Především pro křesťany jsou Velikonoce nejvýznamnějším svátkem roku. Během Zeleného čtvrtka, Velkého pátku, Bílé soboty a neděle Zmrtvýchvstání Páně si věřící připomínají umučení a zmrtvýchvstání Ježíše Krista. Znáte význam a tradice jednotlivých dní?

Zelený čtvrtek

Název nejspíše souvisí s německým výrazem greinen/grienen s významem nářkat. Změnou hlásek vzniklo pojmenování Gründonnerstag, což se do češtiny přeložilo jako Zelený čtvrtek. Dopoledne biskup žehná oleje, které budou používány celý rok při udílení svátostí. Ve-

čer se slaví mše svatá na památku večere Páně. Protože Ježíš při večeři umyl nohy apoštolům, tak také kněz nebo biskup umývá nohy některým věřícím. Během mše přestávají zvonit zvony (odtud lidové rčení „zvony odlétají do Říma“) a hrát varhany až do sobotní večerní bohoslužby.



Velký pátek

Na Velký pátek se koná bohoslužba na památku umučení Páně, která má ideálně probíhat kolem 15. hodiny, protože v tu dobu Ježíš zemřel. V začátku bohoslužby si kněz lehne na zem tváří k zemi, tím vyjadřuje pokoru člověka „pocházejícího ze země“. Následně se čtou nebo zpívají pašije (vyprávění o utrpení a smrti Ježíše Krista) a modlí se za celý svět.

Za připomínku stojí i pohanské zvyky spojené s tímto dnem. S Velkým pátkem se pojí pověra o magické síle země, která se v tento den otvírala a na krátkou dobu zpřístupňovala poklady. Poklad označovalo světýlko nebo kvetoucí kapradí či otvor ve skále, ze kterého vycházela záře. Na souš vycházeli vodníci a proháněli se na koních. Podle pověsti se na chvíli otevřela i hora Blaník. Věřilo se, že se v tento den nesmí nic půjčovat, protože půjčená věc by se mohla očarovat. Nepracovalo se na poli ani v sadu, aby se nehýbalo zemí.

Z novodobých událostí spojených s tímto dnem stojí za zmínku, že od roku 2016 je Velký pátek státním svátkem.

Bílá sobota

Název je odvozen od bílých rouch věřících, kteří jsou v tento den křtěni. V noci se slaví velikonoční vigilie. U kostela bývá oheň, který symbolizuje světlo Kristova vzkříšení. Věřící se za rozsvícenou velikonoční svící, tzv. paškálem, odebírají do tmavého kostela, kde se zapalují další svíčky a zpívá slavnostní chvalozpěv. Během mše bývají křtěni dospělí lidé.

Podle lidových tradic se v tento den vymetaly domy novými košťaty a někde se i bílilo, aby bylo všude čisto a čistota se domu držela po celý rok. Chlapci pletli z vrbového proutí pomlázky a dívky malovaly velikonoční vajíčka. Typickou barvou byla v minulosti především červená, která symbolizovala krev Ježíše Krista.

Neděle Zmrtvýchvstání Páně

Den Zmrtvýchvstání Páně (též Velikonoční neděle nebo Boží hod velikonoční) je největší slavností křesťanského církevního roku. Dříve v tento den lidé tradičně do kostela přinášeli velikonoční pokrmy, zejména mazance, beránky, velikonoční vajíčka, a nechávali je světit. Na mši se chodilo obvykle v novém svátečním oblečení na znamení připomínky zmrtvýchvstání Ježíše. Kromě toho lidé na Boží hod velikonoční často chodili na návštěvu a obdarovávali se drobnými dárky.

Ať již tradice dodržujete, nebo ne, na jednom se jistě shodneme všichni – Velikonoce jsou obdobím vítání jara, nového života a také příležitostí k vychutnání dobrot, které k nim neodmyslitelně patří.

MAZANEC

Irena Prchalová

Před velikonočními svátky jsem při čekání na tramvaj nemohla neslyšet vášnivou debatu dvou tetek, které se přely o to, co je při pečení mazanců to nejhlavnější. Dobrá mouka, nebo čerstvé droždí? Jedna přes druhou se dovolávaly rad babiček i jednoho strejce, který pekl pro nejvyšší ordonance. Nedalo mi to a začala jsem jim rozhodně sdělovat, že to ani ono, o co se přely, není až tak důležité. Ztichly, koukaly na mě jako čerstvě vyoraná myš, a tak jsem spustila svůj příběh, který bych tímto ráda předala i vám.

Je mi hanba, že až v 70 letech jsem pekla svůj první mazanec. Dříve jsem ho dostávala jako velikonoční dárek, a tak jsem se nemusela snažit. Dárců během života ubývalo a já jsem s příchodem jara a jeho svátků silně pocítila vůni vanilky z krásně rozkrojeného žlutého mazance. Sebrala jsem poslední síly své životní vitality a umínila si, že ho upeču sama. Dopředu jsem od všech známých, o kterých jsem věděla, že jsou vyhlášení pekaři vánoček a mazanců, loudila a vyzvídala všechny okolostojičnatosti, rady a úskalí, aby se dílo povedlo. Sepsal jsem si to všechno i s podrobnostmi a výsledně se dala do díla. Smíchala jsem všechno, co jsem měla napsané na papírku, uplácala těsto a večer jsem to beze slova šoupla do trouby.

Výsledek byl odstrašující. Nedala jsem se a šla na to jinak. Jakmile jsem se chystala udělat druhý pokus, nejprve jsme v bytě málem vymalovali, aby bylo čisto. Uklízeli jsme do noci, popoháněla nás vidina vděčného mazance. Roztopili jsme všechna kamna, aby u nás bylo

teplo a vlídno. S mužem jsem zadělala pěkňoučké těsto, mluvili jsme spolu slušně a něžně. V hmoždíři utloukli koření, přidali do těsta a to dali do postele kynout pod peřinu. Položili jsme na ni kapesník, kdyby zvětšujícím se objemem začala kýchat. Muž byl svým logickým pohledem a připomínkami na věc také k něčemu. Konečně jsem pochopila, že při přípravě a pečení se s mazancem musí být doma jako s rozmazleným psem a nehnout se z domova ani na chvíli.

Neodpustitelné, co jsem při prvním pokusu udělala, bylo, že jsem večer přilítla domů jako uragán a bez oslovení ho šoupla do trouby. Teď se nedivím, že z něj byla placka, vhodná tak na židličku pod hemoroidy. Bezpečně už vím, že není důležité staré nebo nové droždí, ani mouka a máslo bůhví odkud.

Nejdůležitější je rodinná soudržnost a pospolitost, to je to pravé koření.

Ten byl!

HISTORIE MAZANCE

Mazanec, bochánek ze sladkého kynutého těsta, patří mezi nejstarší druhy českého obřadního pečiva. Jeho pečení probíhalo tradičně na Bílou sobotu, aby byl připravený do kostela na nedělní svaté pomazání – odtud vznikl název mazanec.

Před pečením se horní část nakrojí do tvaru kříže, což má jednak symbolický význam jako připomínka ukřižování Krista, jednak praktickou funkci, protože tudy odchází při pečení pára a mazanec nepopraská.

Nejstarší české recepty na mazanec pocházejí z 15. a počátku 16. století. Do těsta se tehdy nedával cukr, protože nebyl ještě příliš rozšířený a byl drahý, místo něj se dávala sladká smetana. Dále pak bílá mouka, kvasnice, vejce a koření (zmiňovány jsou šafrán a hřebíček), případně i sladký tvaroh v majetnějších rodinách. Složení těsta se lišilo i podle toho, pro koho byl mazanec určen. Pro čeledíny a sloužící se dělal mazanec z obyčejného kynutého těsta, naproti tomu pro pány a návštěvy bylo těsto obohaceno rozinkami a mandlemi.



Mazanec upečený obyvateli Domova

NAŠI ZVÍŘECÍ MILÁČCI

Eva Frantálová

V naší rodině všichni milujeme zvířátka.

Když naše dvojčata (synovec a neteř) nastoupila do 1. třídy, začalo žadonění o dalšího zvířecího člena domácnosti. Nejprve to byli křecci, potom myšky a nakonec morčátka.

Když nám zemřela poslední morčice, dlouho jsme se s tím nemohli vyrovnat. Dvojčata mě vytrvale přesvědčovala, že tatínek si přeje k Ježíšku nějaké zvířátko. Pochopitelně to bylo jejich vlastní přání, „nenápadně“ skryté za tatínkovo. Nakonec jsme se dohodli, že jim přání splníme, a koupili jsme činčilu. Konkrétně to měl

být šedý sameček. Aby ho dvojčata nenašla dříve než pod stromkem, zabydlel se nejprve u mě doma. Bydlíme v jednom domě v bytech nad sebou, takže se činčilák na Štědrý den nestěhoval daleko. Jistě si umíte představit, jak obrovskou radost měla dvojčata z vytouženého chlupatého dárku. A čekalo nás ještě další překvapení. Po pár týdnech jsme v kleci objevili bílé mládě! Místo samečka Ferdy jsme rázem měli samičku Ferdinku. Mláďátko k naší radosti dobře prospívalo, a když dostatečně vyrostlo, přestěhovalo se do svého nového domova k našim dobrým známým, kteří si mrňouska rádi vzali. Aby nebylo Ferdince smutno, koupili jsme jí



společníka. Tentokrát to byl opravdu sameček a dostal svou vlastní klec, aby nebylo mládětek příliš. I přes oddělené bydlení se jim za 8 společných let narodilo 5 krásných mládětek. Bohužel už je to rok, co Ferdinka zemřela. Oplakali jsme to, ale zůstal nám její věrný kamarád Míšan, kterému věnujeme svou péči a lásku. Společnost mu dělá krásná zrzavá kočka, se kterou se pozorují, tolerují, ale nemilují.

Neteř už dávno vyrostla a odstěhovala se s přítelem, ale láska ke zvířatům ji ne-

opustila. Mají doma jednoho činčiláčka, synka Ferdinky, a také koucourka Felixe. Našli ho opuštěného, zbídačeného a kulhajícího u kontejneru a obrovskou péčí a láskou z něj doslova vyoplali milého a přítulného kocourka, který jim vrchovatě splácí jejich lásku tou svou.

Zvířátka zkrátka vždy byla, jsou a budou součástí naší domácnosti. Milujeme je a mají se u nás dobře. Vrací nám to vrchovatě, svou oddaností, láskou a věností. Ne nadarmo se říká, že zvířata jsou nejlepší přátelé člověka. Ta naše rozhodně ano.

ZVÍŘATA JAKO LÉKAŘI

Je vědecky dokázáno, že zvířata umí svou přítomností člověka nejen potěšit, ale také léčit. Už samotná blízkost živého tvora většinou vyvolává u člověka pocit klidu a bezpečí. Snižuje se tím nejen stres a napětí, prokázáno je dokonce i snížení krevního tlaku! Terapie se zvířaty, známá také pod názvy animoterapie nebo zooterapie, využívá pozitivního působení zvířete a léčebného kontaktu člověka s ním.

Mezi nejčastější druhy patří

- **Canisterapie** – léčebné využití psa
- **Felinoterapie** – léčebné využití kočky
- **Hipoterapie a hiporehabilitace** – léčebné využití koně
- **Ornitoterapie** – léčebné využití ptactva
- **Terapie malými zvířaty** – např. morčaty, křečky, akvariijními rybami nebo plazy
- **Terapie hospodářskými zvířaty** – např. ovce, kozami, kravami či prasaty



PŘÍBĚHY LAVIČEK

Edita Svobodová

Na svůj okamžik trpělivě čekají,
nabízejí k odpočinku místa,
až poslední památky sněhu roztají,
je chvíle pro posezení jistá.

Jsou svědkem mnoha setkání,
jejichž tajemství jsou skrytá.
Pokud prsty rukou byly láskou protkány,
jsou jména zamilovaných do nich vrytá.

NADĚJE

Edita Svobodová

Když ledy tají, praskají, až tají se dech,
a osud nás tíží na zádech,
když život se zachvěje v základech,
není, kdo by se po výdechu nenadech’.



Foto: Edita Svobodová

KULINÁŘSKÁ INSPIRACE Z DOMOVA B



Jak máte nejrady banány? Někdo je má rád hodně zralé, jiný skoro ještě zelené a jistě se shodneme, že takový banán v čokoládě se šlehačkou má také něco do sebe. Věřte, že po přečtení následujících řádků však na tuto otázku budete odpovídat bez rozmyslu: „No přece pečené!“

Na základě vlastních zkušeností vás upozornujeme, že jestli nemáte doma banán, čokoládu, listové těsto a vajíčko, měli byste si tyto suroviny pořídit dříve, než budete pokračovat ve čtení, protože zaručeně neodoláte a okamžitě se pustíte do pečení.

Netradiční recept jako první vyzkoušeli členové „kulinářského klubu“ domova B, kteří pod vedením Aničky a jejích kolegyně pečovatelek, dostali své zasloužené pověsti vynikajících kuchařů a tuto exotickou dobrotu si společně připravili a následně i po zásluze vychutnali.

Jak na to?

Připravíme si banány, čokoládu nebo krém typu Nutella, listové těsto, moučkový cukr a vajíčko na pomazání.

Banány oloupeme a lžičkou do horní části vyhloubíme po celé délce rýhu/prohlubeň, kterou vyplníme kostičkami čokolády nebo čokoládovým krémem. Listové těsto vyválíme a nařezeme na pruhy, které ovíjeme okolo banánu tak, aby byl celý přikrytý. Poté těsto potřeme rozšlehaným vejcem a dáme banány péci do rozehřáté trouby cca na 40 min. Při 180 °C. Když je těsto krásně zlaté, vyndáme banány z trouby a pocukrujeme je moučkovým cukrem.

Pak však přichází nejtěžší chvíle, kdy musíme počkat, až banány trochu vychladnou, a odolávat jejich lákavé vůni. Hurá, konečně se do nich můžeme pustit a pochutnat si stejně jako Anička a její pomocníci, kterým ještě s plnou pusou děkujeme za inspiraci!



TENKRÁT V ALBENĚ U AUTOMATU NA KÁVU

Jiří Růžička

Psal se rok 1975 a mně bylo skoro 11 let, když táta obdržel honorář za svůj další patent a s mámou se dohodli, že jej v Čedoku vymění za letecký zájezd do Bulharska. Už v srpnu téhož roku jsme pak trávili dovolenou u Černého moře v letovisku Albena. Kromě hotelů, pláží, restaurací a sportovišť tu měli i automat na kávu, který mi padl do oka. Přikládám text, který tenkrát o mém rejdění kolem přístroje napsal táta:

Jirka prostál u automatu Café denně dost času, hlavně po večeři, a sledoval dění kolem něj. Zde jsou některé výjevy, které zaznamenal a o kterých nám pak vyprávěl:

Přišel pán, vhodil 20 stotinek, rozsvítilo se to, zarachotilo, vypadl cukr, vyteklo kafe na podlahu a pak vypadl kelímek. Později jsem viděl téhož pána, jak si vypadlý kelímek plní vodou z hadice v přilehlém sadu.

Přišel jiný pán, který žádné stotinky nevhodil, ale vložil svůj kelímek. Poté praštil do automatu a začalo mu do kelímku téct kafe. Praštil ještě jednou a vypadl mu cukr.

Také se stalo, že jedné paní po vhození mince nevypadl kelímek ani neteklo kafe, ale vypadly jí 4 cukry.

Čtyřem zákazníkům vše fungovalo bezvadně až na to, že jim nevypadly kelímky, a tak automat úplně plaval v kafi. Přišel pátý a hle, vysypalo se do misky 5 kelímků a kafe krásně nateklo, ale kelímky s kafem pro jejich výšku nešlo vy-

ndat. Po delším dolování, když už kafe bylo studené, se to přece jenom za pomoci Jirky podařilo.

Jirka se stal známým expertem přes tento automat a každému v nesnázích ochotně pomohl a poradil. Jednou dokonce za přítomnosti odborníka, který právě automat přezkoušel. Přišel zákazník a kafe mu samozřejmě začalo téct bez kelímku. Zatímco odborník bezmocně kroutil hlavou, Jirka neváhal a přesným úderem na určité místo skříně uvedl v činnost mechanismus pro vyhazování kelímků, a tak zachránil lačnému zákazníkovi neznámé národnosti alespoň půl dávky. Ten z vděčnosti Jirkovi poděkoval úsměvem a s kelímkem zmizel v davu.

Jinak máme pořád dostatek balených kostek cukru, neboť lidé se domnívali, že Jirka je správcem tohoto stroje, a zbylé cukry mu někteří odevzdávali. Když cukry nevypadly, Jirka vždy věděl, kde má rukou v útrokách stroje zalovit, popřípadě kam praštit, aby patřičný počet cukrů získal.

Každý večer nás Jirka lákal na kafe. Většinou jsme si u něho objednali jen jedno. Toho dne nás ale přemluvil na dvě. Před námi byl jakýsi Bulhar s početnější rodinou, který vypadal dost suverénně a pořád mačkal knoflík, který mačkat neměl. Na Jirkovu radu nedbal, a tak jsme se škodolibě usmívali, když zkušenému Bulharu páté kafe místo do kelímku vy-

teklo na podlahu. Pak jsme byli na řadě my, ale předběhla nás jakási Němka, která tvrdila, že přišla dřív. To Jirku rozčílilo, a tak jsme byli svědky dalšího vypuštění dávky kávy na podlahu.

Potom Jirka před zraky přihlížejících diváků perfektně připravil z automatu dvě kávy.



POZDRAVY Z PYŠEL

Zuzana Vydrová

Začátek roku se v Pyšelích nesl ve sportovním duchu. S klienty jsme sledovali hokej a fandili juniorskému mužstvu na mistrovství světa a chvílku nato měly juniorský pohár i ženy. Při sportovním odpoledni jsme si udělali s klienty vlastní turnaj ve stolním bowlingu, který je u nás velmi oblíbený. Hráčů i diváků bylo několik a pro výherce byly připraveny zasloužené odměny. Po sportovním vyžití přišlo vzpomínání na Palachův týden a události s ním spojené, které jsme zakončili sledováním oceňovaného filmu *Hořící keř*.

Během ledna nás potěšilo také několik různých milých návštěv, ať už zvířecích, či těch lidských. Mohli jsme se těšit například z keramiky, kouzelnického vystoupení, milé dětské návštěvy při mezigeneračním setkání Mezi námi atd.



Ke konci prvního letošního měsíce si klienty vzala do péče naše paní kadeřnice a proměnila domov v salón. Návštěvy paní kadeřnice jsou zde velice oblíbené. Únor byl v pyšelském zámku ve znamení změn. Zkrášlují se nám prostory jídelny a rekonstrukce proběhla i v kuchyni. V celém domově máme také nový a přístupnější systém signalizace, na který si všichni velmi brzy zvykli.

Tento měsíc jsme se při aktivitách hodně bavili o filmovém a divadelním prostředí. Na přání klientů jsme se věnovali například Andrey Hepburn, kterou jsme si mimo povídání připomněli i filmy *My fair lady* a *Prázdniny v Římě*. Oblíbeným tématem byly klasické české pohádky. V domově se také věnujeme politické-



mu i světovému dění a s klienty jsme rozebírali vhodné zdroje, ze kterých čerpáme, a jak si informace z nich ověřovat. Po těchto náročnějších diskusích nás potěšila zvířecí návštěva ze Setkávání se zvířátky, nebo dvojice pracovníků z organizace Diakonie, se kterými jsme se ponořili do pracovního prostředí

a vzpomínali jsme na vysněná zaměstnání z dětství. Všichni už se těšíme na jaro a čekání na teplé počasí si zkracujeme pozorováním našeho krmítka a zavěšených lojových koulí, které máme dosti frekventované, odpočinkem na prosluněné terase nebo procházkami v probouzející se zahradě.

Lehkosti bytí a moudra stáří

- „Smyslem života je cítit radost, uměním života je naučit se ji šířit dál.“
- „Kdybych život brala vážně, tak mám vrásky na čele, ale teď je mám ve tváři od smíchu.“
- „Dejte si bonbon a nebuďte nešťastná, nešťastných je na světě dost a bonbonů je na to málo.“
- „Jsem ráda, že tu stále jsem a můžu se těšit na jaro.“

BLAHOPŘEJEME PETŘE BAIER K OCENĚNÍ PEČOVATELKA ROKU!



Zaslouženého úspěchu dosáhla koordinátorka péče Petra Baier, která získala při slavnostním vyhlášení 11. ročníku celostátního ocenění Národní cenu sociálních služeb Pečovatelka roku 2023 v kategorii bytové služby.

Cenu každoročně uděluje Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR a Diakonie ČCE a jejím cílem je ocenit a zviditelnit pracovníky v sociálních službách, kteří svou práci vykonávají s nadstandardním, inovativním či výjimečným přístupem, a zvýšit tak prestiž a společenské uznání těchto profesí.

„Mám obrovskou radost, moc si ocenění vážím a děkuji za velkou podporu paní ředitelce. Dneska to oslavím s rodinou, zítra si s nimi užiji volno a ve čtvrtek v 6 hodin ráno budu ve službě, prostě jako normálně,“ takto se svou přiroze-

nou skromností reagovala Petra Baier na gratulaci od paní ředitelky Ilony Veselé, která ji byla na slavnostním vyhlášení osobně podpořit a předem Petru ujistila, že pro celý Domov je vítězkou už nyní, bez ohledu na to, kdo cenu získá.

Petra Baier je druhou držitelkou ceny Pečovatelka roku, která profesně působí v Domově pro seniory Chodov. V roce 2016 se stala vítězkou této ceny v kategorii sociální pracovník Ing. Bc. Jaroslava Slivoňová, která je vedoucí úseku ART. Jednou z oceněných v kategorii sociální pracovník se v roce 2013 stala také Mgr. Anna Tomčáková, která na této pozici v Domově stále působí.

Veliká gratulace samozřejmě náleží všem nominovaným i oceněným, stejně jako poděkování všem pečovatelům i sociálním pracovníkům, kteří se své práci věnují s nasazením a láskou k profesi.

PODPATEK

kreslí a píše Magdalena Ziková



Pro trvalé neshody v práci jsem dala výpověď. Cítila jsem se výborně. Rozhodla jsem se jít to oslavit a dát si skleničku. Byla jsem po rozchodu s přítelem a nemusela jsem proto pospíchat. V lokále, který jsme často navštěvovali, jsem našla několik známých. S chutí jsem jim vyprávěla, jak mě ředitel, když viděl, že to myslím vážně, začal přemlouvát, abych zůstala. U jedné skleničky nezůstalo, a protože nikdo z nás nespíchal, odcházeli jsme až za tmy. Známi mě doprovodili skoro až domů.

Poslední kousek cesty jsem přidala do kroku. Vtom jsem ucítila, jak se mi ulomil podpatek. Zaklela jsem a začala šátrat po zemi. Bez úspěchu. Když jsem se vztyčila, stál těsně vedle mě muž. Začala jsem křičet a nepřestala, dokud mi nepodal podpatek. „Nehledáte náhodou tohle?“ zeptal se. „Ano!“ vyhrkla jsem, „ale nemyslete si, že proto nepřestanu křičet!“

„Nemusíte,“ řekl, „já už odcházím. Nastupuji zítra do nového zaměstnání a chci být svěží.“ Jmenoval můj bývalý podnik. „Počkejte!“ zavolala jsem, „po kom tam nastupujete?“ „Po nějaké paní...“ Jmenoval mě. „Tak abyste věděl,“ řekla jsem, „ta paní jsem já. Vy nejenže mě přepadnete v noci, ale ještě mě připravíte o místo.“ Oba jsme se zasmáli. „Víte co?“ řekl Jan Toman, který se ihned představil, „chtěl jsem jít spát, ale tohle si vyžaduje alespoň ještě jednu skleničku nebo kafe. Pojdte, zvu vás!“ Pan Toman vyprávěl, že chtěl změnit pobyt i zaměstnání. Přijel ze sousedního města, aby se ucházel o místo tady. Přijali ho. Pan Toman prohlásil, že po mě nastupovat nebude. Vrátil se domů a najde si zase místo tam.

Já si také našla místo tam. Bydlím tam už patnáct let a díky ulomenému podpatku se jmenuji Tomanová.

TAJEMSTVÍ RECEPTŮ ANEB CO BUDE DOBRÉHO

Na základě vašich připomínek ze stravovací komise jsme se rozhodli pro zavedení pravidelné rubriky „Tajemství receptů aneb Co bude dobrého“, ve které vás blíže seznámíme s pokrmy, které jsou pravidelně zařazovány do jídelního lístku Domova. Jestli máte tip, o jakém jídle byste si chtěli přečíst příště, neváhejte se o něj podělit s redakcí časopisu, rádi jej do rubriky zařadíme. Své podněty nám můžete předat na zasedání stravovací komise, na které jsou zváni všichni, kdo mají zájem se zúčastnit, nebo prostřednictvím aktivizačních pracovníků či pečovatелů.

KAPLICKÁ CMUNDA

Kaplická cmunda patří mezi oblíbená jídla a stálice na jídelních lístcích restaurací. Bramborák plněný uzeným masem a kysaným zelím v hostinci dokonce vznikl. Navíc si získal takovou oblibu, že si ho lidé začali připravovat i doma.

Kaplická cmunda vznikla v druhé polovině minulého století a vymyslel ji šéfkuchař Oto Kořínek v jedné hospodě v jihočeské Kaplici. Traduje se, že po zavírací době přišli do hospody hladoví hosté. On je z nechtěl vyhodit s prázdným žaludkem a uvařil jim jídlo z toho, co zrovna v kuchyni našel. Z bramborákového těsta usmažil bramborák, na něj vložil plátky uzeného masa a jako přílohu přidal zelí. Hostům kombinace natolik zachutnala, že ji šéfkuchař zařadil do své stálé denní nabídky.

Kaplická cmunda, nebo také cmunda po kaplicku, se brzy dostala na jídelní lístky v celé zemi a nechybí ani v tom našem.





KATŮV ŠLEH

Tento pokrm z vepřového masa nakrájeného na nudličky spolu s paprikami a rajčaty nebo rajčatovým pyré vděčí za svůj název právě své pikantní chuti. V Domově si ho můžete vychutnat s omáčkou typu lečo a nemusíte se obávat, že by pro vás byl příliš pálivý, protože má příjemnou zeleninovou chuť.

ŠPECLE

Špecle jsou v podstatě nudle nebo noky, které se mohou podávat jako příloha i hlavní chod. Jsou běžným pokrmem v jižním Rakousku, jižním Německu, Maďarsku, Švýcarsku, jižním Tyrolsku a Alasce, ale i u nás si už získaly značnou oblibu.

Tradičně se připravují z mouky a vajec a poté se přes síto zavaří ve vroucí vodě. Existují však i méně známé bramborové špecle, jež se dělají z brambor, mouky a vejce. Bramborové špecle připomínají spíše halušky, ačkoliv se připravují trochu jiným způsobem.



KLOPSY V RAJSKÉ OMÁČCE

Klopsy je nářeční označení pro masové knedlíčky, které se vytvarují z mletého masa. Následně se mohou péci, vařit ve vývaru nebo v omáčce. V Domově jsou klopsy podávány s klasickou rajskou omáčkou a těstovinami.



VÝLET ZA POZNÁNÍM

Irena Prchalová

Dopoledne 8. března jsme vyjeli z našeho Chodova do botanické zahrady v Troji na výstavu pokladů cestovatele a dobrodince Josefa Kořenského.

Při vstupu do výstavní síně nás uvítala směsice barev, vůní a roztodivných předmětů. To všechno jsme si mohli osahat, pohladit. Provázel nás zasvěcený výklad, moli jsme se ptát na to, co nás zajímá, byl to vzájemný kontakt.

Viděli jsme zámotky bource morušového a vzápětí si pohladili krásné hedvábné látky. Výrobky z bambusu byly nejrůznějších tvarů a použití. Květy lotosu byly pro nás s přidanými fotografiemi zajímavé a fascinující. Uvědomila jsem si, jak jeden výjimečný člověk obohacuje tisíce jiných. Dostali jsme na ochut-

nání pro nás vzácný čaj a různé sušené ovoce.

Do knihy návštěv jsme my, senioři z Chodova, napsali srdečné poděkování za nevšední zážitky. Potom jsme si ještě prošli okolní přírodu, uviděli jsme bambusový háj, také břízu bělokorou, která z jednoho základu poslala na svět deset kmenů, které jsme si objímali. Obdivovali jsme hnízda rozkvetlých tulipánů, není divu, Troja zalitá sluncem se svými vinicemi rozdává radost plnou náručí. Domů jsme přijeli s novými pohledy a poznatky.

Šárka a paní, která řídila auto, se o nás příkladně staraly. Děkujeme. Byli jsme nadšeni, spokojeni a potvrdila se stará moudrost, že změna je život.



12. DUBNA MEZINÁRODNÍ DEN LETECTVÍ A KOSMONAUTIKY

Mezinárodní den letectví a kosmonautiky je stanoven na 12. dubna, protože v tento se v roce 1961 konal první let člověka do vesmíru. Tím člověkem byl sovětský kosmonaut Jurij Alexejevič Gagarin ve vesmírné lodi Vostok 1, který ke svému 108 minut trvajícím kosmickému letu odstartoval z kosmodromu Bajkonur.

Po svém návratu na Zem pronesl: „Když jsem v kosmické lodi obletěl Zemi, viděl jsem, jak je naše planeta krásná. Lidé, chraňme a rozmnožujme tuto krásu, ale neničme ji.“

V souvislosti s kosmonautikou nemůžeme nezpomenout jediného československého kosmonauta Vladimíra Remka, který do kosmu vzlétl společně se sovětským kosmonautem Alexejem Gubarevem dne 2. března 1978 na palubě kosmické lodi Sojuz 28 a ve vesmíru prožil 7 dní, 22 hodin a 17 minut.

V minulém roce byl Vladimír Remek hostem pořadu Křeslo pro hosta v DS Chodov a jako dar dostal originální upomínkovou plaketu s vyobrazením kosmické lodi Sojuz, která byla ručně vyrobena v keramické dílně Domova.





Šéfredaktorka: Kateřina Svobodová, DiS.

Redakční rada:

Mgr. Bc. Ilona Veselá

Ing. Bc. Jaroslava Slivoňová

Vydal: Domov pro seniory Chodov

Adresa: Donovalská 2222/31, Praha 4

Tisk: BossCan Reprstudio s.r.o.

Praha 2024

www.seniordomov.cz



