

*Domov pro seniory SKALICE,
příspěvková organizace*



Náš svět

*informace z Domova pro seniory Skalice, p.o.
Skalice 1, 671 71 Hostěradice*

Obsah:	strana
---------------	---------------

Úvod	3
Společenská kronika	4
Informace vedení Domova	5
Co se událo???	6 - 8
Rajská rajčata, Heřmánek	9 - 10
Z pera kuchaře	11
Vtipy	12
Věřte nevěřte...	13
Pro bystré hlavy	14
Závěr	14

ÚVOD

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 zářij nebo zářij, což znamená „za říje“, odvozování od slunečního *záření* je pouze *lidovou etymologií*. Mnoho jazyků (včetně většiny slovanských) převzalo jeho latinský název *september* (šlo o sedmý měsíc před reformou kalendáře).

V září začíná období *podzimní sklizně* a školní rok. 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*, *dočesná* nebo pro jižní Čechy typická *konopická*.

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 čeledí a zároveň se uzavíraly smlouvy s hospodáři na příští rok. Na Plzeňsku si čeled' ze svých řad volila chudého krále a královnu, kteří pak se svými "dvořany" obcházel ves a se zpěvem prosili o dary (vejce, pečivo). Večer se pak v místní hospodě konala z výslužky hostina.

Zdroj: wikipedia

Společenská kronika

V měsíci září oslaví své životní jubileum

- * Jelínková Marie
- * Rozmahelová Jarmila
- * Bojanovská Maria
- * Balíková Anežka
- * Sídlová Ludmila



Jubilantům přejeme do dalších let hodně zdraví, štěstí a životní pohody!

Přivítali jsme nové uživatele:

Paní Stejskalová Marie
Paní Jelínková Marie



Rozloučili jsme se:

Paní Anna Dufková
Paní Marie Danková



Informace vedení Domova

Setkání seniorů



DpS Skalice, p.o.

*Vás srdečně zve na setkání, které se
uskuteční dne 21.10.2015 ve 14.00 hod.*

v jídelně pavilonu B.

Těšíme se na vás !!!

Co se událo???

4.8.2015 proběhl v Domově cviční požární poplach za dohledu požární externistky



Návštěva obce Mramotice

Dne 20. srpna 2015 odjela naše uživatelka Františka Molíková se svou klíčovou pracovnící navštívit svoji rodnou vesnici Mramotice. Uživatelka se nemohla dočkat, až se pojede. Na výlet se velmi těšila. Navštívila hrob svých rodičů, kde zapálila svíčku, položila kytku a pomodlila se. Také se byla podívat na svůj rodný dům. Na zpáteční cestě jsme se zastavily i v místní cukrárně. Uživatelka byla ráda, že se opět do své rodné vesnice mohla podívat.

Týdenní pobyt na chatě Bítov 24. - 28.8.2015

Konečně nastal ten očekávaný den, kdy jsme společně s uživatelkami vyjely na týdenní pobyt na chatu na Bítově. Věci jsme měly už sbalené, a tak se stačilo ráno jen nasnídat a mohly jsme vyrazit. Po



příjezdu na chatu jsme se rozdělily do pokojů a začaly si vybalovat věci. Mezi tím, co jsme si vybalovaly věci, nám paní kuchařka přichystala oběd. Oběd nám moc chutnal, a proto jsme paní kuchařce zatleskaly a poděkovaly. Po obědě jsme se rozhodly, že se půjdeme projít a prohlédnout okolí. Vydaly jsme se do místního kempu a při zpáteční cestě jsme se zastavily na zmrzlinu v cukrárně. Večeři jsme si daly na chatě na terase a unaveny z náročného dne jsme se uložily ke spánku.

Druhý den ráno, v úterý, všechny uživatelky spaly až do 9.30 hodin. Po velice dobrém snídani jsme hrály Člověče nezlob se, Domino, skládaly Puzzle a poslouchaly přitom hudbu. Po obědě nám přestalo pršet, tak jsme se rozhodly, že se pojedeme podívat na výlet na konopnou farmu. Procházkou od konopné farmy jsme navštívily malou rodinou ZOO, kde jsme krmily zvířata. Po náhlé změně počasí, kdy nám znovu začalo pršet, jsme se rozhodly vrátit se zpět na chatu. Po návratu z výletu jsme si povídaly, nejvíce se všem líbilo „TO TICHŮ“. Konečně nám přestalo pršet, a tak jsme se vydaly na procházku kolem vody. Po procházce jsme si sedly kolem ohniště, kde jsme si daly i večeři. Tam jsme si zahrály slovní fotbal a Lianka Rösselová nám zazpívala pohádku o Perníkové chaloupce. Poté jsme šly všichni spát.

Ve středu všechny uživatelky spaly dlouho, proto jsme se rozhodly, že se půjdeme dopoledne jen projít po chatové osadě. Po výborném obědě, jsme šly před chatu nachečkat trochu sluníčka. Při opalování jsme uspořádaly turnaj v pétanque. Měly jsme čtyři družstva, která se mezi sebou střídala. Na 1. místě se umístila K. Kočárová a L. Rösselová. Všechny účastnice dostaly odměnu v podobě sladkosti. Během hry jsme měly svačinu, ale později jsme dostaly hlad a tak jsme si rozdělaly oheň a opekly buřty. Při praskajícím ohni jsme si



zazpívaly písničky a vyprávěly, co jsme krásného prožily za poslední dny. Do postelí se nám moc nechtělo, ale šly jsme a představovaly si, co nás čeká příští den.

Ve čtvrtek ráno po pozdní snídani jsme vyjely na Vranovskou pláž. Auto jsme zaparkovaly na parkovišti a vydaly se přes hráz na pláž. Cestou jsme viděly výletní loď, které jsme zamávaly. Protože bylo venku hrozné teplo, daly jsme si občerstvení v podobě limonády a zmrzliny. Po občerstvení jsme pokračovaly na pláž, kde jsme vykoupaly pejska, který nám celý týden dělal společnost. Při zpáteční cestě k autu si někteří nakoupily suvenýry a vracely jsme se zpět na chatu. Na chatu jsme se vrátily až navečer a rozhodly se, že si večer uspořádáme „pyžamovou party“. Po večeři jsme se všichni osprchovaly a oblékly do pyžam. Seděly jsme na terase a povídaly si o společných zážitcích, které jsme měly během týdne na Bítově, pily, jedly a tančily. Největší radost jsme měly ze Soničky Küffelové, která se přestala bát psa. Některé uživatelky vydržely být vzhůru až do 22.00 hodiny, jiné šly spát dříve.

Poslední den v pátek jsme se probudily do nepěkného dne, sluníčko nesvítilo a byla mlha. Daly jsme si snídani a začaly si balit věci. Balení nám šlo rychle, ani jsme to nečekaly, a za chvíli jsme byly hotové. Asi po 9. hodině nás přijela navštívit a přebrat chatu p. ředitelka se sociální pracovnící Bc. Čertkovou. Ukázaly jsme jim chatu a všechny uživatelky p. ředitelku prosily, jestli by tu ještě aspoň týden nemohly zůstat. P. ředitelka slíbila, že určitě příští rok si týdenní pobyt na Bítově zopakují.

Po vyprávění zážitků p. ředitelce jsme naskládaly věci do aut, rozloučily se s chatou a jely zpět domů do Domova, kde na nás čekal moc dobrý oběd a personál, který chtěl vědět, jak se uživatelkám na Bítově líbilo a co pěkného zažily.



Více fotografií na: www.domovskalice.cz

Rajská Rajčata

Rajčatová nostalgie

Moje nejstarší vzpomínka na rajčata je určitě z předškolního věku, kdy mi máma ještě na prkýnku donesla ovečky (vojáčky / nudličky) chleba s máslem a šunkou, a k tomu nakrájené rajče. Domácí rajče. Šťavnaté, sladké, plné chuti a sluníčka. Neomrzelo mě to celé dětství a nepohrdnu tím ani teď, když u našich loupím na zahradě a v chlebníku najdu čerstvý chleba.



Další vzpomínkou na rajčata je sladká rajčatová polévka se smetanou a kolínky. Záležitost, která se dá konzumovat v jakékoli roční době, protože základem je protlak, bobkový list a nové koření. A taky to nebylo nic dietního: jíška z másla a mouky a minimálně jeden kelímek šlehačky. Tenkrát ale nebyly tablety a počítače, takže jakékoli dítě kalorie vyběhalo za barákem, když fláкло taškou po škole do rohu a zmizelo do Večerníčku ven. K večeři v létě u nás často hrálo prim lečo. Spousta z vás určitě bude ohrnovat nos, ale já ho měla ráda – s klobáskou, zahuštěné vajíčkem a k tomu čerstvý chleba. Máma ho zavařovala i do sklenic, abychom si léto připomněli v zimě. Krom toho lečový základ tvoří jedinou omáčku, kterou sní náš táta se špagetami. Málem bych zapomněla na školní jídelnu! PO: Rajská omáčka s knedlíkem nebo těstovinou a plátkem hovězí sušinky. ÚT: Řízek s bramborem, rajčatový salát s octem a cibulí. To máme pár typických porevolučních (asi i předrevolučních, ale to jsem byla ještě na houbách) rajčatových pokrmů, které si pamatuju. Je až k neuvěření, kolik jídel teď s rajčaty běžně jíme, stejně jako kolik domácích kuchyní zůstalo smutně jen u těch pěti. Nezoufejte! Po tomhle článku jich v repertoáru budete mít určitě víc!

Zdraví zdravé rajče

Rajčatům se ne nadarmo říká rajská jablíčka. Díky jejich blahodárným účinkům na lidský organismus a všestrannému využití v kuchyních po celém světě jsou zeleninou číslo 1 a nedivila bych se, kdyby je bohové jedli místo ambrozie. Každému dojde, že zelenina je zdravá, takže bude logicky i rajče. Proč ho ale vyzdvihují? Podle Italů jsou rajčata významným antioxidantem a

mají tak protirakovinný účinek. Pravděpodobně konzumace rajčat nebude jediným důvodem, proč v Itálii je podprůměrný výskyt rakoviny navzdory velkému počtu kuřáků. Původcem zdraví bude i velká konzumace volně žijících ryb (ne ze sádek, kde jsou často ryby narvané antibiotiky a růstovými hormony, jsou tučné, protože se nehýbou, atd...), zeleniny a o hodně menší konzumace uzenin než u nás. Rajčata hrají přesto jednu z hlavních rolí. Co tedy obsahují? Vitamíny A, B, C, D, F, K a spoustu minerálů. Zajímavá je látka niacin, která způsobuje dobrou náladu. Dále v rajčatech najdeme kyselinu listovou, jablečnou, citronovou, aj. Nejzajímavější je u rajčat podle mě výskyt lykopenu. Nikde jinde ho nenajdeme tolik jako v rajčatové šťávě. Lidské tělo ho vstřebá ale daleko víc, pokud jsou rajčata tepelně upravená a prošla teplotou varu. Potom je pro nás mnohem lépe stravitelný. Je proto naprosto skvělé, že na rozdíl od ostatní zeleniny, která vařením ztrácí to nejlepší ze sebe, rajčata válí. Lykopen je obrovský antioxidant a podle mě je hlavní příčinou italské dlouhověkosti. Ital prostě vydrží dlouho. Zpátky k rajčatům. Co ale víc dodat? Jezte je, jsou plná zdraví, lepší nálady a hlavně báječné chuti.

Zaslala: Blanka Kábelová

Heřmánek proti rakovině, depresi i diabetu II. stupně

Heřmánek je vysoce toxický pro buňky rakoviny prsu: U esenciální oleje z heřmánku bylo ve studii prokázáno, že zabíjí až 86% buněk karcinomu prsu spuštěním programované buněčné smrti.

Heřmánkový čaj se používá po staletí v tradiční a ajurvédské medicíně proti úzkosti, depresi, nespavosti, pro úlevu od bolesti, jako protizánětlivý a protiplísňový prostředek (zabíjí kvasinky jako je Candida). Nyní ale vědci zjišťují, že heřmánek může také pomoci v boji proti několika typům rakoviny, včetně rakoviny prostaty, rakoviny plic, leukémie a jiné. Proč je heřmánkový čaj tak zdravý? je to způsobeno tím, že je velmi bohatým zdrojem silného protinádorového flavonoidu zvaného apigenin, jenž je jinak těžké získat z naší stravy (petržel, oregáno a celer jsou také dobré zdroje). Jeden šálek heřmánkového čaje obsahuje asi 2 mg apigeninu, což je čtyřikrát více než průměrný denní příjem u evropských a amerických dospělých! A ano, tato úroveň může být rozdíl v riziku rakoviny. Jedna studie v Řecku zjistila, že za každý další 0,5 mg apigeninu užitého ženami, jejich riziko rakoviny prsu kleslo o 17%. Studie na lidech potvrzují, že heřmánek může zmírnit depresi, zlepšit spánek, a co je dost neuvěřitelné, způsobit pokles hladiny inzulinu, inzulinové rezistence, LDL cholesterolu a triglyceridů u dospělých s diabetem typu II!

Zaslala: Jiřina Binderová



Z pera kuchaře

TROUBOVÝ GULÁŠ

SUROVINY:

1 až 1,5 kg masa (hovězí nebo vepřové) nakrájet na kostky
3 až 4 velké cibule nakrájet na drobno
5 stroužků česneku nasekat
2 lžičky gulášového koření
3 lžičky sladké papriky
1 lžička pálivé papriky
3 pol. lžice solamylu
2 kostky masoxu
1 rajčatový protlak
sůl podle chuti
0,75 až 1 l vody

POSTUP:

Podle chuti můžeme přidat čerstvou papriku, kozí rohy nebo feferony. Vše vložíme do pekáče přiklopíme a dáme do trouby vyhřáté na 250 stupňů. Pečeme hodinu (vepřové) až hodinu a půl (hovězí)

V žádném případě neotevíváme, nemícháme a už vůbec nekoukáme dovnitř.

DOBROU CHUŤ!



Zaslala: Ing. Romana Hušková

Ovesné sušenky

230g hladké mouky, 450g ovesných vloček, 100g hnědého cukru, 2 lžice medu
1 vanilkový cukr, 100g hrozinek, 1 vejce, 115g másla, špetka soli, půl lžičky prášku do pečiva, půl lžičky jedlé sody, 1 lžička skořice, trochu mléka

Postup:

Všechno smícháme dohromady a uděláme tak středně velké kuličky nebo placičky, pečeme na 180 stupňů 20 minut.

Dobrou chuť přeje Radka Rolinková



Vtipy o víně



"Drahá, po tom víně jsi mimořádně zkrásněla!"

"To není možné, vždyť jsem ho ještě ani neochutnala?"

"Ale já jsme ho už vypil celý litr."

Slyšeli už jste o tom poslanci, co slyšel, že ve vínu je pravda a od té doby se ho ani nedotkl?

Jak se hodnotí víno:

nejlepší: dá se

špatné: nedá se

nejhorší: dá se pražákům

Jaký je rozdíl mezi červeným vínem, bílým vínem a burčákem?

Červené víno roztahuje cévy.

Bílé víno roztahuje nohy.

Burčák roztahuje konečník.



Věřte - Nevěřte...

Modrý kámen

Klenotník seděl u svého stolku a roztržitě hleděl na ulici výkladem malého elegantního obchodu, který mu patřil. Před výkladem se zastavila holčička a přitiskla nos na sklo. Oči modré jako nebe se jí rozzářily, když uviděla jeden z vystavených šperků. Rozhodně otevřela dveře a ukázala na nádherný tyrkysový náhrdelník. "Chci ho pro sestru jako dárek. Můžete mi ho pěkně zabalit?" Klenotník se na svou zákaznici nevěřícně zadíval: "Kolik máš peněz?" Děvčátko si bez zaváhání stouplo na špičky a vysypalo na pult plechovou pokladničku.



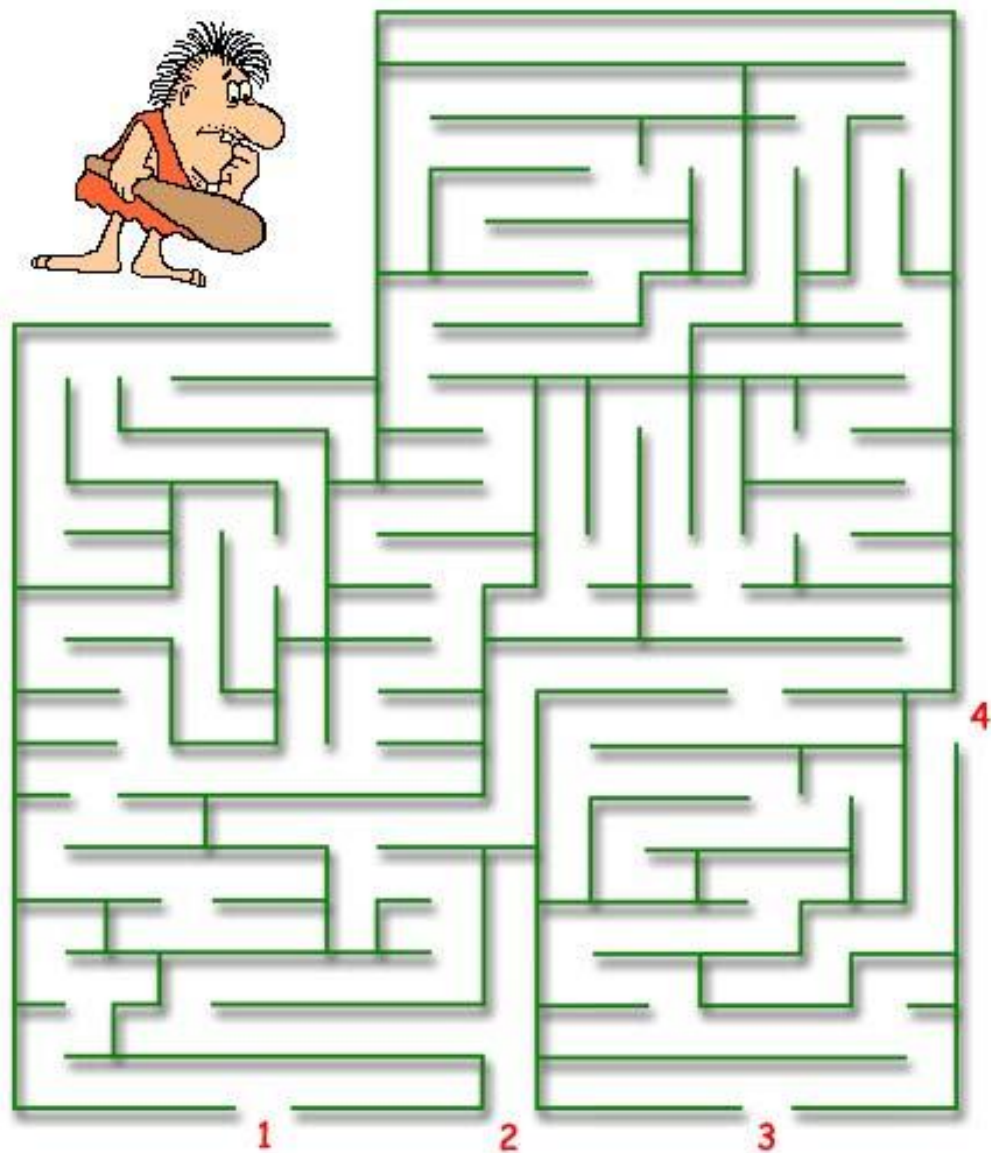
Vypadlo z ní pár drobných bankovek, hrst mincí, několik mušliček a kovových figurek. "Bude to stačit?" zeptala se hrdě. "Chtěla bych koupit dárek starší sestře. Co umřela maminka, se o nás stará ona a nikdy nemá ani chvilku pro sebe. Dneska má narozeniny a z tohoto dárku bude mít jistě velkou radost. Ten kámen má stejnou barvu jako její oči."

Muž odešel do zadní části obchodu a za chvíli se vrátil s krásným červeně a zlatě zdobeným dárkovým papírem, do kterého pečlivě zabalil krabičku z náhrdelníkem. "Tady ho máš," řekl holčičce. "A dej na něj pozor." Děvčátko hrdě vykročilo, jako by si neslo poklad.

Hodinu poté vešla do klenotnictví krásná dívka. Měla nádherné modré oči a vlasy barvy medu. Položila na pult před klenotníka balíček, který on předtím s takovou péčí připravoval. "Ten náhrdelník byl koupený u vás?" "Ano, slečno." "Kolik stál?" "To je věc dohody mezi zákazníkem a mnou. Tato informace je důvěrná." "Ale moje sestra měla jen pár drobných! Nikdy by si takový náhrdelník nemohla dovolit koupit!" Klenotník zvedl pouzdro s náhrdelníkem, zavřel ho, znovu pečlivě zabalil a podal dívce. "Vaše sestra ho zaplatila. Dala za něj víc, než by dal kdokoli jiný - dala všechno, co měla."

Zaslala: B. Kábelová

Pro bystré hlavy



Uzávěrka příštího čísla časopisu je 30.9.2015.

Časopis vydává: kolektiv zaměstnanců DpS.

kontakt: tel.: 515 339 157

e-mail: info@domovskálice.cz

Příspěvky můžete zasílat na email: našdomovskálice@seznam.cz