



„Kdo doufá v sebe, našel největší oporu“.

Karel Havlíček Borovský

Obsah:

Úvodní slovo.....	3
Krok k lepšímu životu v SC.....	3
Ohlédnutí za děním v SC aneb Co se stalo.....	4
Plánované aktivity na podzim aneb co se bude dít v SC....	5
Cestovatelské okénko – Zderaz.....	6
Pověst o Strachotovi.....	10
Chvilka poezie - Podzim.....	12
Podzimní svátky a pranostiky.....	13
Trochu teorie o běžných věcech ...Historie čaje.....	17
České vynálezy.....	23
Zookoutek - Felinoterapie.....	26
Osmisměrka	29
Blahopřejeme.....	30
Přivítali jsme.....	31
Rozloučili jsme se.....	31

Vážení klienti, zaměstnanci SC Skuteč a naši příznivci,

je tady podzim. Pravda, letos je to spíše opatrné ukončení vlády léta, teploty jsou stále příjemné, příroda neví, jestli má zopakovat jaro, ale čas nezastavíme a podzim nastoluje svoji vládu.

Jistě jste zaznamenali, že se ke konci blíží největší akce letošního roku. Oprava střechy a výměna oken v podkrovním patře budovy Penzion. Okna jsou vyměněna a nová krytina by měla zdobit střechu během prvního týdne října. Dovoluji si pozvat všechny zájemce na slavnostní zpřístupnění rekonstruovaných prostor, které proběhne v úterý 13. 10. 2015 v budově Penzionu.



Josef Tumpach, ředitel SeniorCentra Skuteč

Krok k lepšímu životu v SC...

V rámci zpestření rehabilitačního cvičení SC zakoupilo dvě televize do tělocvičen. Pro snadnější dopravu imobilních klientů byl pořízen další invalidní vozík s pohonem. Knihovna PE byla vybavena gaučem a televizí. V knihovně PE se nově zabydleli osmáci.

Ohlédnutí za děním v SeniorCentru aneb Co se stalo...

Měsíc červen zahájila v SeniorCentru Skuteč atraktivní událost - Vernisáž výtvarných prací dětí ZUŠ Skuteč. Krásná a zajímavá výtvarná díla vyzdobila prostory budovy DD SeniorCentra Skuteč a nadále zůstanou stálou expozicí, jež zpříjemňuje každodenní život v SC.

Dne 11. 6. byl uskutečněn výlet do záchranné stanice Pasíčka, která se věnuje ohroženým a zraněným zvířatům. Opravdu letní náladou byl protkán Trampský den, který se v SC odehrál dne 24. 6. Venkovní prostory pergol se

proměnily v opravdový trampský tábor, se stany, ohništěm a dokonce i s živými koňmi Polly a Charlie. Klienti SC měli možnost zazpívat si s kapelou Pony Expres právě táborové písně, ochutnat



bramborový guláš či vlastnoručně opečený špekáček, a přitom všem se pokochat přirozenou krásou koní.

Červencové události v SeniorCentru byly ve znamení přednášek. 14. 7. nás opět navštívila paní Burgerová, jejíž povídání o bylinkách je mezi klienty SC velmi oblíbené a žádané. Další velmi zajímavá akce se uskutečnila i dne 28. 7., kdy nás po staročeském skanzenu u nedalekého

Hlinska provedl pan Ing. Jan Štorek ve svém interaktivním Putování po Veselém kopci.

V horkém měsíci srpnu se konalo venkovní již téměř „tradiční“ Posezení s Šeucovankou a také jsme vyrazili na výlet do Nových Hradů. Během měsíce srpna na budově Penzionu SeniorCentra Skuteč probíhala dlouho plánovaná rekonstrukce střechy a výměna oken v 3. NP, která v současných dnech finišuje ke svému úspěšnému závěru.

Plánované aktivity na podzim aneb co se bude dít v SC

30. 9. Koncert Evy Pilarové v KK

6. 10. Den otevřených dveří

7. 10. Muzikoterapie na DD

7. 10. Pygmalion v KK

8. 10. Muzikoterapie na budově PE

13. 10. Slavnostní předání rekonstruovaných prostor

14. 10. Podzimní slavnosti na budově PE

21. 10. Podzimní slavnosti na budově DD

22. 10. Bylinky p. Burgerová

Výlety na houby dle počasí - termín bude upřesněn.

20. 11. Vánoční výstava



Cestovatelské okénko – Zderaz

O vzniku názvu obce najdeme ve zderazské kronice dva zápisy. První zápis z roku 1932 uvádí: „V době budování zemské stezky od královského města Poličky k Vysokému

Mýtu byla budována i Proseč. Mýcení lesů pokročilo až do míst u Zderaze, kde učiněn poslední zde ráz.“



Zderaz

Druhý zápis z roku 1972: „jméno Zderaz je utvořeno přivlastňovací příponou – je z osobního jména Zderad, znamená Zderadův (dvůr) opsáno z místopisu království Českého.“ Kde, ve kterém místě, ležel pravděpodobně zemanský dvůr zmíněného Zderada, se neví. Podle

zatím nepotvrzených názorů by to mohlo být v místech u vodojemu nad Zderazí.

Pan František Pulda napsal o vývoji osídlení našeho kraje toto: „Podle dosavadních názorů se před velkou kolonizací ve 13. století zastavil starší vývoj osídlení našeho kraje u severních břehů horní Novohradky (Doubravice, Bučina). V rozporu s tím však zaznamenal Podlažický nekrolog v nejstarší vrstvě svých zemřelých (tj. po roce 1160) překvapivě tak výrazná jména jako Sderad, velmož (comes) Perarc a patrně o něco později i svého klášterníka Kutru (Cutra, pater noster), takže nemůže být pochybností, že to byly osobnosti, které daly jména nebo byly přímo zakladateli prvních osad na jih od horního toku Novohradky – Zderaze, Perálce a Kutřína.

Tyto malé sady získal pravděpodobně klášter podlažický brzy po svém založení (před rokem 1160) a učinil je základem pro svou kolonizační činnost v této krajině v 13. a 14. století.

To jsou počátky Prosečska a z časů staršího Novohradska, které však klášter získal až v polovině 14. století zástavou od litomyšlských biskupů. Klášter tehdy osídlil naši krajinu novými osadníky, přebudoval znovu postupně stará (tedy i Zderaz) a založil nová sídliště s větším počtem selských usedlostí a nově rozdělil starou a nově získanou plužinu k intenzivnějšímu využití produktivnějším trojhonným hospodařením, které se v podstatě udrželo až do poloviny 19. století.

Podlažickým opatům se nepodařil záměr spojit svá vzdálená panství kolem Podlažic a Božího domu (Nové Hradky). Naopak ztratili vesnice Perálec, Kutřín, Štěpánov a Zbožnov. Zderaz se stala hraniční vesnicí a pomístní jméno „Hranice“, dělicí pozemky Perálce a Zderaze, se udrželo dodnes.“.

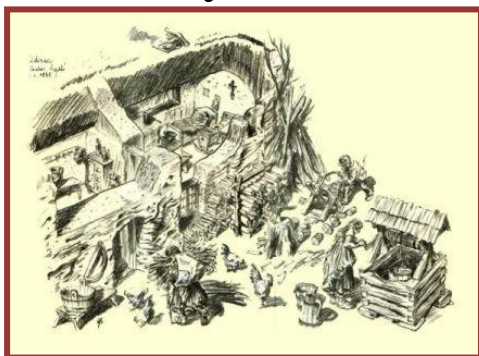
Ze Zderaze se v té době stala typická lesní lánová ves, kterou tvořilo 13 celolánových gruntů. Podlažický klášter zanikl v roce 1421, kdy byl za husitských válek rozbořen. Od roku 1421 do Bílé hory se v našem kraji vystřídaly 3 feudální vrchnosti. První byli Kostkové z Postupic, kteří získali všechno podlažické zboží r. 1450. Po nich přišli Žatečtí z Vejkrsdorfu v letech 1550 – 1580. Z této doby máme 1. písemný záznam o Zderazi. Je to seznam osedlých z roku 1563.

Ve Zderazi bylo 13 osedlých s urbárními povinnostmi. Od robotních poplatků jich bylo 7 osvobozeno. To svědčí o jistém výjimečném postavení zdejších sedláků, které se asi datovalo z nejstarších podlažických dob.

Další vrchností byli Popelové z Lobkovic (cca 1580 – 1604) a po nich v letech 1604 – 1749 Trautsmendorfové. Urbář panství Novohradského z roku 1629 vykazuje ve Zderazi 17 majitelů usedlostí.

Před rokem 1750 koupil Novohradsko Harduval Chamaré – německá šlechta francouzského původu. V té době vznikaly nové osady a jádra starých vesnic se rychle rozšiřovala. (Konec citátu pana Františka Puldy)

Skalní obydlí ve Zderazi



Nevíme přesně, kdy sklepy vznikly. Jisté je, že v polovině 19. století, kdy bylo ve Zderazi přes 600 obyvatel v 94 domech. Obvykle bydlelo i několik rodin v jedné místnosti. Proto se asi uchylovali k bydlení ve sklepech, kolem nichž si přistavovali různé přístřešky a přístavby. Později si nad nimi nebo vedle nich postavili drnové nebo roubené chalupy, které během času přestavovali až do dnešní podoby. Podle některých názorů mohly být vytesány v době 30-ti leté války jako úkryty pro úrodu a majetek před vojskem a teprve později byly některé z nich využity pro bydlení. Před vydáním tolerančního patentu (r. 1781) mohly být využívány k tajným obřadům a setkáním nekatolického obyvatelstva, které bylo v našem

kraji poměrně silně zastoupeno. Podle ústního podání je u čp. 39 velký sklep, který má uprostřed sloup a okolo vytesaná sedátka. Kolem sloupu tančili prý Adamité. Lidé tak říkali helvétům (Viz. Tereza Nováková, román Děti čistého živého). Zасыпан byl v padesátých letech 20. století.

Některé sklepy sloužily jako dílny. U čp. 45 je v pískovci vytesaná kovárna s výhní (datovaná 1821). Pracoval v ní kovář Leopold Svoboda. U čp. 87 je sklep o třech místnostech, jedna má okna. Jeden sklep je zatesán o podlaží níž. U čp. 32 jsou vedle vchodu do sklepa vidět záseky na sloupky a trámy sušárny ovoce. Čp. 88 mají 3 sklepy, jeden s okny. Stěna jedné obytné místnosti domu je vytesaná v pískovci. Sklep u čp. 99 je dnes znovu využíván jako obytná místnost rekreační chalupy. Některé sklepy mají vytesané různé poličky, výklenky, sedátka, průhledy, záseky pro trámky a prkna. Nad vchody je vidět záseky pro trámky přístřešků. Uprostřed nebo v rohu mají kruhové větrací otvory o průměru 20–30 cm.

Sklepy u čp. 37 a 107 byly vytesány až v polovině 20. století. Některé sklepy mají datování, většinou z druhé poloviny 19. století. Neví se přesně kolik sklepů je zasypaných a odstřelených. Při výkopových pracích plynofikace byl náhodně objeven u čp. 39 zasypaný sklep, o kterém nikdo z pamětníků nevěděl. Takových sklepů může být více. Všechny sklepy jsou na bývalých nebo současných obecních parcelách.



Skalní obydlí

Pověst O siláku Strachotovi

V lese zvaném Polánka, byla kdysi vykácena paseka. Kmeny byly rozřezány na klády a připraveny k odvozu. A tu upozoroval myslivecký mládenec, že se mu z paseky klády ztrácejí. Pátral s hajnými a snažili se objevit nějakou tu stopu, která by prozradila zloděje. Než, nedařilo se jim to. Na místě nebyla žádná stopa po povozu, ani piliny, které by byly důkazem, že dřevo bylo na místě rozřezáno a odneseno. A klády se ztrácely beze stopy dále.

Pan hrabě meškal právě ve Vídni a panský myslivec s hajnými musel celé noci hlídat na pasece, protože chtěl vypátrat zloděje, než se hrabě vrátí. Konečně jednou se přece dočkali. Ve vší tichosti přišel na paseku muž velké, silné postavy, s břevnem v ruce. Nadzvedl kládu u konce do výše, poodešel pod ní doprostřed a pustil ji na rameno. Na druhé rameno si položil břevno a držeje, poněkud si kládu nadlehčil, šel s ní na pilu, kde kládu složil k rozřezání. I hlídali nyní myslivci pilu, neboť vystoupiti proti němu se báli, vidouce jeho velikou sílu. Pilař druhý den kládu rozřezal a nyní za dne, přišel opět ten silák. Konec rozřezané klády svázal provazy, aby se nerozbíhala, vzal je na ramena a nesl je, stopován myslivci, až do Vysokého Mýta, kde řezivo prodal. Zjistili, že se jmenuje Strachota a že je ze Zderaze.

Myslivec si pospíšil vylíčit celou příhodu hraběti, který se právě vrátil z Vídně. Jaké však bylo jeho překvapení, když viděl, že se hrabě zaradoval a hned pro siláka Strachotu poslal. Silák přišel na hrad, pokorně se uklonil a tázal se, čeho si jeho Jasnost přeje. Hrabě pozoroval se

zalíbením jeho svalnatou postavu a povídá mu: "Právě mi žalovali moji služebníci, že snad kradeš z lesa dřevo. Měl bych tě dát zavřít do tmavého vězení, ale chci ti odpustit, jestliže splníš podmínku, kterou ti dám. Poslouchej! Mám ve Vídni uzavřenou sázku s jedním maďarským šlechticem o tom, kdo má na panství silnější a pilnější lid. Proto pojedeš se mnou do Vídně, a když vyhraješ, všechno ti odpustím." Strachota se pokorně uklonil a povídá: "Přijímám podmínku a přičiním se, abych vyhrál. Mám však doma ženu a děti a nebudou mít za mé nepřítomnosti doma co jíst. A já bych sám před zápasem něco lepšího potřeboval." Hrabě mu dal hned nasypati 2 pytle hrachu a k tomu přidal půlku prasete. Strachota si naložil jeden pytel na rameno, druhý na druhé, přes to půlku prasete a ubíral se s tím, k úžasu přítomných, domů, cestou ještě po lese jahody sbíraje.

Za týden odjel s hrabětem do Vídně. Vstoupili na určený den do velké dvorany, kde je již očekával maďarský hrabě se svým silákem, i mnoho k zápasu pozvané šlechty. Maďar si Strachotu škodolibě prohlížel, ale ten nedbal na jeho úšklebky a poprosil svého pána, aby mu dal před zápasem něco napít. Hrabě poručil Strachotovi přinést velké vědro, naplněné do vrchu pivem. Strachota je uchopil jednou rukou, napil se a podával svému sokovi. Ten náhle zbledl, nemohl vědro udržet jednou rukou a musel je zachytit druhou. Když to Strachota uviděl, povídá mu: "Kamaráde, zápas již máš prohraný. Podej mi ruku na usmířenou, bylo by zbytečné zápasit." Maďar se vzdával, podával mu tedy pravici, kterou Strachota tak stiskl, že mu ji rozdrtil. Svému pánu tak získal vítězství, byl za to řádně odměněn, takže již

nemusel chodit do lesa krást dřevo.(z obecní kroniky novohradské) Zdroj: <http://www.obeczderaz.cz/>

Podzim (Dokořán)



František Halas

Jak peníz tiše položený slepci
jsi tu můj podzime,
jak peníz tiše položený slepci
jste tady vy dny mé.

Ty krásná větrnosti čistá
mi v dýmu natí dětství vracíš zpět,
a zase žádostiv se vracím v stará
místa svou lásku povědět.

Chudobě tvé a lidské bídě
že navždy jsem jen s ní,
podzime ve své tesklivíně
jen na mne dolehni,
a vyplat' kovy listí svého
mě ze dnů odraných,
a zbav mě všeho bázlivého
bych jiné v sebe vdých.

Jak peníz tiše položený slepci
jsi tu můj podzime,
jak peníz tiše položený slepci
jste tady vy dny mé.



<http://www.cesky-jazyk.cz/citanka/frantisek-halas/podzim> 20. 9. 2015

Podzimní svátky a pranostiky

Sv. Václav



Sv. Václav

Sv. Václav je patronem České země a patronem šlechty, kněží a vinařů. Sv. Václav má svátek 28. září. Kníže sv. Václav se narodil okolo roku 907, jako nejstarší syn knížete Vratislava I. a kněžny Drahomíry. Dostalo se mu výborného vzdělání na škole v Budči a pod vlivem své babičky sv. Ludmily se přiklonil ke křesťanství. Na knížecí stolec usedl pravděpodobně v roce 921, jako v pořadí čtvrtý historický kníže přemyslovského rodu.

Zemřel rukou vlastního bratra

Dle legendy se zavázal platit německému králi Jindřichu I. Ptáčníkovi každoročně 120 volů a 500 hřiven stříbra. V těchto časech to však nebylo nic neobvyklého, jednalo se o takzvaný „tributum pacis“, poplatek za mír. Tak například k obdobnému závazku se v této době upsal vůči výbojným Maďarům, kteří pustošili západní Evropu, sám německý císař Jindřich I. Ptáčník a bavorský vévoda Arnulf. Právě s tímto poplatkem za mír zásadně nesouhlasil mladší bratr Václava, Boleslav. Dne 28. září roku 929, dnešní historici se spíše kloní k roku 935, Boleslav s několika dalšími muži pak zavraždil sv. Václava ve Staré Boleslavi. Někdy okolo roku 973 bylo v Praze založeno biskupství. Nová diecéze potřebovala domácího světce a sv. Václav, který zahynul

jako panovník a politik, se stává mučedníkem. Sv. Václav nebyl světce ledajakým, vždyť byl vládnoucím knížetem, to znamená, že byl Bohem obdařen zvláštní milostí. V této době taky velmi vzrostla prestiž vládnoucího přemyslovského rodu a sv. Václav jako patron České země ochraňuje její panovníky a lid.

Sv. Václav v lidové pranostice

Na svatého Václava pěkný den – přijde pohodlný podzimek.

Svatováclavské časy přinesou pěkné počasí.

Na svatého Václava bývá bláta záplava.

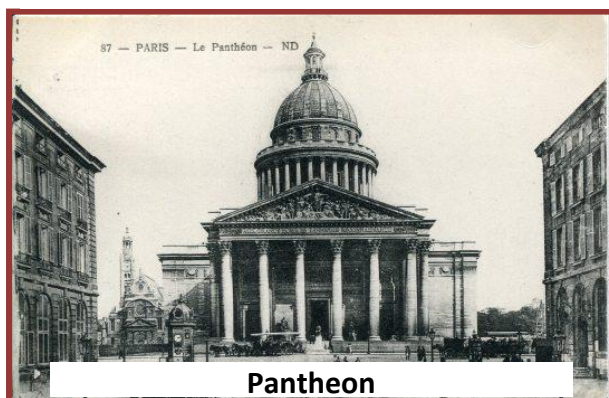
Svatý Václav praví, pusťte krávy do otavy.

Svatý Václav vyhání sedláky z polí.

Na svatého Václava mráz nastává.

Svatý Václav v slunci září – sklizeň řepy se vydaří.

Svátek Všech svatých



Svátek Všech svatých je 1. listopadu. Svátek Všech svatých vychází z historické události a to církevního vysvěcení Pantheonu v Římě roku 609. Pantheon byl totiž původně antický chrám, v němž se uctíval kult všech římských bohů. Svátek Všech svatých

je vzpomínkovou slavností těch zemřelých, kteří dosáhli svatosti a to i těch kteří nebyli kanonizováni a o jejich svatosti ví jen Bůh. Svatí dosáhli v nebi věčné blaženosti a tím se tedy tento svátek liší od Dušiček, které jsou vzpomínkou na ty, kteří blaženosti nedosáhli.

Svátek Všech Svatých v lidové pranostice

Den Všech svatých je poslední, který léto zahání.

Kolem Všech svatých se mají okopávat stromy, aby nesly hojně ovoce.

Když na Vše svaté padá mlha, bude o Adventu bez sněhu.

Jíní na Vše svaté věští tuhou zimu a kruté mrazy.

Je-li o Všech svatých teplo, bude na Martina zima.

Památka všech zemřelých – Dušičky

Památka všech zemřelých – Dušičky jsou 2. listopadu. Svátek na Památku všech zemřelých bývá lidově označován jako Dušičky. Je to vzpomínka na zemřelé, jejichž duše ještě pobývají v očistci. Lidé svým zemřelým předkům prokazovali úctu a vděčnost od nejstarších dob. V počátcích křesťanské církve se nejprve vzpomínalo na zemřelé v rodinném kruhu. V roce 988 se ve francouzském reformním klášteře v Cluny konala první výroční vzpomínka na všechny zemřelé spojená s veřejnou slavností. Svátek se

v průběhu 11. až 13. století rozšířil v mnoha dalších zemích a ve 14. století zdomácněl taky v Římě. Je to pěkný svátek a Dušičky mají dlouholetou tradici taky v naší zemi. Každoročně na konci října a počátkem listopadu se scházejí rodiny a navštěvují hroby svých zemřelých příbuzných a přátel. Tyto hroby zdobí květy, věnci a svícemi a tak těm, kteří již nejsou mezi námi na tomto světě, projevují úctu, vděčnost a lásku, neboť právě láska je onen most, který spojuje mrtvé se živými na této zemi.



Památka všech zemřelých – Dušičky v lidové pranostice

Prší-li na den Dušiček, oplakávají duše zemřelých své hříchy.

Na Památku zemřelých bývá hustá mlha, neboť pomáhá k utěšení duší.

Když na Dušičky jasné počasí panuje, příchod zimy to oznamuje. Zdroj: <http://www.stastniseniori.cz/>

Trochu teorie o běžných věcechHistorie čaje

Čaj je fantastický přírodní produkt s bohatou a pestrou historií. Dodnes si miliony lidí na celém světě vychutnávají šálek čaje během celého dne. Historie čaje začíná v Číně, neboť to je to místo, kde to všechno před staletími začalo. Vstupte do světa čaje a můžete zjistit více o jeho historii, výrobě či čajových lístcích.

Historie čaje

Čaj má dlouhou a pestrou historii. Po dlouhá staletí si tento nápoj vychutnávají lidé na celém světě.

O vynálezu čaje koluje několik legend. Poprvé je čaj zmiňován v čínské historii v době 2700 let před naším letopočtem, v době císaře Shen Nung. O něm se říká, že objevil čaj během jedné ze svých cest po čínské říši. Když udělal krátkou zastávku k odpočinku, spadlo několik lístků z jednoho keře přímo do jeho šálku s převařenou vodou k pití. Z jeho šálku vystoupila lahodná vůně a zvědavý císař ochutnal nápoj, který tak vznikl náhodou. Nápoj nejen že měl vynikající chuť, ale i osvěžující a posilující účinek. Císař byl ze svého objevu tak nadšen, že začal propagovat zázračný keř. První čínský název pro čaj byl "te" a ten se pak změnil na "chai".

Evropě byl čaj poprvé představen v roce 1610, kdy připlul první náklad čaje na holandské obchodní lodi. Po delší dobu byl dovoz čaje omezený, neboť cesty trvaly velmi dlouho. Někdy byla loď na cestě téměř celý rok. V důsledku toho se

čaj stal drahým zbožím. Během 18. století došlo ke snížení ceny čaje, což přispělo k jeho rozšíření a popularitě. Největšími spotřebiteli čaje na světě jsou Irové, zatímco Britové jsou až na druhém místě. Ale velké množství čaje se vypije také v Japonsku a dalších zemích jako je Turecko, Sýrie a Irán. V Holandsku se vypije například více čaje než v Indii, Spojených státech nebo Německu.

Pěstování a sklizeň

Plodina se obvykle pěstuje na svazích kopců, přičemž nadmořská výška má zásadní vliv na kvalitu čaje. Pro úspěšné pěstování čaje je zapotřebí tropické či subtropické klima a úrodná půda. Čím výše se čaj pěstuje, tím lepší je jeho kvalita. Největšími světovými pěstitelskými zeměmi



jsou Čína a Indie, které společně zajišťují asi polovinu světové produkce.

Se sklizní se může začít, když jsou čajové keře přibližně čtyři roky staré. Normálně se čajové lístky sbírají ručně, čímž se sklizeň stává nesmírně náročnou na pracovní sílu. Čaj je možné sklízet kdykoliv během roku, ale lístky jsou nejlepší během suchého monzunového období.

Čajové lístky je možné poprvé sklízet přibližně po čtyřech letech. Ruční sklizeň je náročná na intenzivní práci. V některých oblastech, kde je nedostatek pracovní síly, je ruční práce nahrazena stroji, ale kvalita sklizeného čaje tak může dost zásadním způsobem poklesnout.

Pro sklizeň čaje se používají tři techniky: standardní sklizeň, při které se sklízí dva lístky a jeden pupen, střední sklizeň (tři lístky a jeden pupen) a hrubá sklizeň (čtyři lístky a jeden pupen na stopce). Čím je sklizeň výběrovější, tím lepší bude čaj. Na výše položených plantážích, které mají nejlepší podmínky pro pěstování vysoce kvalitního čaje, se používá výhradně výběrová sklizeň. Čajové keře žijí dlouhou dobu. Assamica se dožívá v průměru 40 let, avšak Sinensis může rodit až po dobu 100 let.

Zpracování čaje



Po otrhání jsou čajové lístky zpracovávány. Postup při výrobě černého čaje se liší od oblasti k oblasti, avšak vždy zahrnuje čtyři základní stádia: zasychání, válcování, fermentaci a sušení.

Během procesu fermentace je šťáva listů vystavena působení kyslíku, kterým se mění barva listu ze zelené na černou. Z 250 gramů čerstvých čajových lístků se získá 100 miligramů čerstvého čaje. Výroba zeleného čaje nezahrnuje stádium fermentace, po zaschnutí jsou lístky napařovány.

Zasychání je první stádium zpracování čaje. Lístky se rozloží a nechávají se zaschnout při teplotě 25 - 30°C. Obsah vody, který se u čerstvých lístků pohybuje kolem 75 - 80%, se tak sníží na 60 - 70%. Zavadlé lístky jsou pak asi půl hodiny válcovány. Jakmile jsou rozdrceny, získávají postupně svoji typickou chuť a

vůni. Rozdrcené lístky jsou k fermentaci přeneseny do zvláštních místností, do kterých je vháněn vzduch o teplotě 25°C a vlhkosti 95%. Při tomto stádiu zpracování se lístky mění z jasně zelených na hnědé a vyvíjí se zvláštní typické aroma. Délka fermentace (okolo čtyř hodin) je rozhodující pro konečný charakter produktu. Proces fermentace končí sušením lístků. To se provádí při teplotě 95°C, a vlhkost čajových lístků se tím sníží až na 4 - 6%. Asi během půl hodiny získává čaj svoji černou barvu. Ze 100 kg čerstvých lístků se získá asi 20 kg černého čaje. Poté, co čaj opustí sušičku, je nutná selekce. Ta se obvykle provádí podle velikosti, a to prosíváním. Různě velké částčky jsou používány od čajů sypaných po čaje filtrované.

Skladování a doprava

Nyní je čaj připraven pro skladování a transport. Je pečlivě zabalen, aby se zabránilo vnějším vlivům, které mohou vzniknout během přepravy. Používají se bytelné dřevěné bedny vyložené hliníkovou folií.

Produkční země, které mají nedostatek dřeva, někdy používají pro přepravu balení čaje do papírových pytlů.

Podle velikosti lístků může být čaj rozdělen do následujících kategorií: lístkový čaj, lomové čajové lístky a drť.

Keř čajovníku



Čajový keř je trvale zelená rostlina z rodu kamélií. Dvě hlavní odrůdy, ze kterých je možné získávat čajové lístky, jsou Camellia Sinensis, druh Sinensis a Camellia Sinensis Assamica.

Každá zásilka čaje je odlišná; kvalita čaje závisí na zemi původu, na sklizni a na technice zpracování. Zákazník však vždy od svého čaje očekává stejnou chuť.

Čajové rituály

Čaj představuje skutečně světový nápoj; je to jeden z nejstarších a nejpobulárnějších nápojů na celém světě. Ačkoliv lidé pijí čaj na celém světě, způsob, jakým je čaj podáván, se v jednotlivých zemích liší. V tomto oddíle zjistíte, jak lidé pijí čaj od Číny přes Anglii až po Holandsko. Tajemství dokonalého šálku čaje je skryto v kombinaci uchovávání, přípravy a podávání čaje.



Příprava čaje

Existuje pět zlatých pravidel pro přípravu dobrého šálku čaje:

1. Vodu uveďte co nejrychleji do varu a ponechte ji pět

- minut vařit, aby změkla.
2. Použijte trochu horké vody k vyhřátí konvičky.
3. Vložte čajový sáček nebo sypaný čaj do konvičky a zalijte vroucí vodou. Použijte 4 dvougramové sáčky čaje na litr vody, nebo jednu čajovou lžičku na šálek.
4. Nechte čaj vylouhovat, avšak ne příliš dlouho - po pěti minutách může čaj hořknout.
5. Vyjměte čajové sáčky a výluh promíchejte, aby měl jednotnou chuť (jinak zůstane silnější na dně konvice).

Skladování a podávání čaje

Čaj může být snadno ovlivněn různými vnějšími podmínkami, jako je vlhkost, světlo nebo vysoká teplota. V originálním uzavřeném balení se aroma čaje uchovává beze změn po dobu asi dvou let. Po delší době se jeho barva a vůně může měnit a ztrácet se aroma. Je důležité, aby po otevření byl čaj uchováván na chladném, suchém a tmavém místě. Čaj je obvykle podáván z konvičky. Konvičku vybírejte pečlivě, neboť materiál, ze kterého je vyrobena, může ovlivnit chuť čaje. Nejlepšími materiály jsou porcelán, sklo, keramika nebo ocel. Nejlepší čaj se má usrkávat z porcelánu. Třpytivá barva a odstín nápoje nejlépe vynikne v krásném šálku. Ideální teplota pro pití je kolem 60°C.

Zdroj: <http://vasden.webnode.cz/historie-cape> 20. 9. 2015

České vynálezy

Objev 4 krevních skupin

Nezávisle na sobě učinili tento objev (1905) Karl Landsteiner z Vídně a český neurolog a psychiatr **Jan Janský** a také jiní vědci ve světě.

Zjistili, že existují čtyři skupiny lidí, jejichž krve se navzájem při smíchání nesnášejí, ale aglutinují (stmelují) červené krvinky vlivem dvou různých aglutininů, “a“ a “b“, které jsou v krvi přítomny buď oba, nebo jednotlivě, nebo vůbec. Podle toho lze všechny lidi zařadit do skupin I-IV, které se označují jako AB, A, B a 0.



Jan Janský

Jan Janský se narodil 3. dubna 1873 v Praze. Vystudoval lékařství na Karlově Univerzitě v Praze. Od roku 1899 pracoval na psychiatrické klinice a roku 1914 byl jmenován profesorem. Během první světové války byl vojenským lékařem, po infarktu byl propuštěn ze služby

a pracoval jako neuropsychiatr v Ústřední vojenské nemocnici v Praze.

V jeho době nebyl objev krevních skupin ještě náležitě oceněn. Janský zemřel 8. září 1921 v Černošicích. Jeho jménem “Janského plaketa“ se nazývá čestné ocenění dlouholetých a mnohonásobných dárců krve.

Kontaktní čočky a silon

Kontaktní čočky a umělé polyamidové vlákno Silon – jsou nejznámější vynálezy jedinečného člověka, českého chemika, kterým byl **Otto Wichterle**.

Otto Wichterle se narodil 27. října 1913 v Prostějově. Po maturitě se roku 1931 zapsal na studium chemie na pražské technice, které úspěšně ukončil v roce 1936 doktorátem. Po dobu uzavření vysokých škol nacisty se stal vedoucím oddělení polymerů ve Výzkumném ústavu firmy Baťa ve Zlíně u docenta Stanislava Landy.

Již od 40. let pracoval na projektu pružných polyamidových vláken, ale nechtěl, aby vynález získali nacisté, a proto výzkum nedokončil. Vrátil se k němu až po válce od roku 1946 až do roku 1951, kdy se v Žilině rozjela výroba Silonu ve velkém. Jeho první nápady na realizaci měkkých kontaktních čoček vznikly díky náhodnému rozhovoru ve vlaku.

První prototyp kontaktních čoček z hydrofilních gelů vyrobil a vyzkoušel v roce 1957. Čočky sice nešlo téměř nosit, ale tímto si ověřil, že je možné je vyrobit a soustředil se na techniku výroby nositelných pravidelných čoček. Mezitím byl díky osobním animozitám a politickým čistkám vyštván z Vysoké školy



Otto Wichterle

chemicko technologické.

Ve svých pokusech pokračoval doma a později na Akademii věd, kam přešel z VŠCHT. Své domácí experimenty prováděl s pomocí své ženy Lindy a roku 1961 sestavil svůj první „čočkostroj“ z dílů stavebnice Merkur a dynama z jízdního kola, který již dokázal vyrobit použitelné čočky. O rok později se mu jich povedlo vyrobit okolo 5000.



Wichterle se několikrát dostal do sporu s vládnoucí mocí socialistického Československa, důkazem je **smutný a nejméně logický prodej patentu** na výrobu měkkých kontaktních čoček do zahraničí **bez vědomí Wichterleho, a za minimální částku.**

Po roce 1989 se stal předsedou Československé akademie věd až do jejího zániku 31. 12. 1992 spojeného s rozpadem Československa. Otto Wichterle zemřel 18. srpna 1998.

Zdroj: <http://vlast.cz/rubriky/cesti-vynalezci-svetu/>

Tajenka z osmisměrky str. 29: Září.

Zookoutek

V předchozích vydání zpravodaje jsem se věnovala popisu canisterapie. Nyní popíši terapii s kočkou tzv. felinoterapii. Nejen psi a koně mají léčivé schopnosti - další oblastí naší činnosti je prohlubování povědomí o léčivých terapiích formou využití vrozené energie a empatie zvířat. Právě o tom je felinoterapie (léčba kočkou), se kterou se snažíme veřejnost maximálně seznamovat, neboť její podstata pomáhá rozvíjet sebeuvědomění především u osob jakkoliv



handicapovaných, stejně tak jako si klademe za cíl formou osvěty výchovu dětí a mládeže k zodpovědnosti, což je v době, kdy týrání zvířat stále vzrůstá, zcela nezbytné.

Felinoterapie patří podobně jako canisterapie mezi zooterapie. Jedná se o podpůrnou léčbu somatických i psychických poruch a zátěží. Jejím principem je přímý kontakt pacienta s kočkou domácí. Rozlišujeme dvě možnosti využití:

AAT (Animal Assisted Therapy) – kočka tvoří nedílnou součást terapeutického procesu, kontakt s pacientem je řízený, výsledky interakce jsou objektivně pozorovatelné (např. zlepšení motoriky rukou apod.) AAA (Animal Assisted Activities) – kočka svou přítomností navozuje příjemné prostředí, její kontakt s pacientem je nenucený,

pacient i kočka sami volí své aktivity (např. česání srsti apod.)



Pro felinoterapii se hodí každá kočka, která je zvyklá na kontakt s cizími lidmi a má klidnou, milou, vstřícnou a vyrovnanou povahu. Vhodnější jsou kocouři (zejména kastrování), ale ani kočky nejsou výjimkou.

Felinoterapie je v České republice takřka neznámým, většinou opomíjeným pojmem, vytlačovaným do pozadí známější a náročnější hipoterapií a canisterapií. Jistě, psi jsou nejčastějšími pomocníky člověka, přínos asistenčních, vodicích a signálních psů je značný, velmi záslužný a obdivuhodný. Zaslouží si tedy právem podporu a prezentaci. Kočka nemůže poskytnout člověku pomoc takového formátu, jako tito psi. Ale ruku na srdce, to od ní ani neočekáváme. Požadujeme od ní a dostáváme cit, něhu, duševní harmonii a lásku. Za tak málo péče můžete dostat spoustu lásky, tepla, mazlení, přijetí bez ohledu na to, co jste komu právě provedli; kočka vás bude respektovat, poslouchat bez skákání do řeči, komunikovat s vámi beze slov. Rozesměje vás a potěší svou elegancí. Hodiny vám bude příst na klíně. A navzdory tomu, co zlé jazyky tvrdí, vám bude naprosto věrná. Nebude mít nikoho jiného tak ráda jako vás.

Podle řady zdrojů má kontakt s kočkou příznivý vliv na děti i seniory (sociální a psychická podpora), pomáhá řešit rodinné krize (úmrtí partnera, stresové situace, puberta), podporuje optimistický přístup k životu a zmírňuje vnímání bolesti i dalších zdravotních obtíží. U klientů po zákrocích zkracuje dobu pobytu v nemocnici, má prokazatelný vliv u depresí, hypochondrie či autismu. Kladný účinek byl zaznamenán také u hypertonie, mozkové mrtvice, apoplexie, mentální retardace, revmatismu, svalové dystrofie u dětí, smyslových vad, tělesných postižení, poruch chování a vývoje či psychosomatických onemocnění.

Na fotografiích je „naše terapeutka“.

„Když slzíš radostí,
tvá kočka jí sdílí s tebou,
když kruší tě starosti,
tvé slzy jí v duši zebou,
a když se mračíváš,
tlapkou ti vyhladí vrásky,
všechno snáz překonáš -
tolik ti dává lásky.
Má vždy čas na hraní,
umí se s tebou smát,
jen jednou tě poraní -
když naposled odejde spát.“

Zdroj:

<http://www.felinogrey.estranky.cz>

<https://cs.wikipedia.org/wiki/Felinoterapie>

Kočičí zpověď:

„Slyším, co jiní neslyší,
zvuk bosých nohou na plyši.

Vidím, co jiní nevidí,
přes ticho vidím do lidí.

Tuším, co jiní netuší,
nahlížím lidem do duší.

Cítím, co jiní necítí
strach mouchy spadlé do
sítí.

Mám to, co jiní nemají,
dotýkám se tmy potají
a Bůh mé prosby vyslyší.
Mám totiž sílu kočičí...“

Zpracovala: Zuzana Krkošková

Osmisměrka

Pranostika: Když je vlhko i v(tajenka)..v lesích se houbám daří .

E T O K
Y L Ě U Z V U A
L D T A P E L E T P
Á I J A M E U F O R I E
V S E A L C E O Ř O A L
A D E R E Š K Ž U P A N L
A U T I S T A V I D B O Í

AORTA	REJDY
AUTISTA	ŠEREDA
EFEKT	TELEPAT
EUFORIE	TESIL
KUTIL	TRAMP
OBDIV	TUPEC
OVERAL	VIDLE
ŽUPAN	POUPĚ
PIANO	VKLAD

Zdroj: Chvilka pro luštění 9/2015
Výsledek na str. 25

Blahopřejeme všem oslavencům a oslavenkyním, kteří v následujících měsících oslaví své narozeniny:

Září:

Jirásková Božena
Doležalová Marie
Kreuzová Marie
Vajová Zdeňka
Mokrejš Jaromír
Losenická Vlasta
Pátková Věra
Svoboda Mirostav
Stoklasa Stanislav
Šnajdrová Zlata
Cimburková Růžena



Listopad:

Šťovíčková Jaroslava
Kratochvílová Ludmila
Habal Jiří
Obrovská Františka
Skálová Marta
Jůn František
Cimplová Vlasta
Adel Bedřich
Kratochvílová Františka
Polívková Marie
Štěpánková Emilie
Myšková Ludmila

Říjen:

Pešková Jarmila
Starý František
Kozderková Anna
Syrová Julie

Henychová Zdeňka
Hladík Miroslav
Čížková Olga
Šmaha Karel

V minulých třech měsících jsme v SC přivítali nové klienty:

Jedlička Jaroslav
Buňková Stanislava
Andrlíková Marie
Minář Petr
Hanušová Zdeňka

Blažejovská Jarmila
Hellerová Jarmila
Čáslavská Bohumila
Pinkava Jaromír
Chasáková Dana
Kratochvílová Františka



V období od června do konce srpna nás opustili:

Mazuchová Marie
Filipi Jiří, Mgr.
Krňáková Marie

Šiklová Vlasta
Doubalová Božena
Kacafírková Věra
Matoušková Blanka
Zajícová Máří Magdalena
Janoušková Anežka



Vzpomínáme.

KAVÁRNA



Otevírací doba:

Pondělí 12.30 – 13.00

Úterý 12.30 – 13.00

Středa 12.30 – 13.00

Čtvrtek 12.30 – 13.00

Pátek 12.30 – 13.00

Kavárnu najdete v hlavní jídelně střediska PE.

Toto vydání podpořila firma



Zpravodaj vychází jako čtvrtletník SeniorCentra Skuteč.

Příspěvky můžete zasílat na email: Machackova.Eliska@scskutec.cz.