



*„Pozdní štěstí je jako krásný podzim;
Člověk se z něj těší dvojnásobně.“*

Lessing Gotthold Efram

Obsah:

Úvodní slovo.....	3
Krok k lepšímu životu v SC.....	3
Ohlédnutí za děním v SC aneb Co se stalo.....	5
Plánované aktivity na podzim aneb co se bude dít v SC....	7
Cestovatelské okénko – Něco z historie	
Pověst o Rychmburku.....	9
Chvilka poezie.....	10
Podzim a podzimní pranostiky.....	11
Trochu teorie o běžných věcech ...O tužce	13
Z truhlice vzpomínek... Významná data k podzimu.....	18
Zookoutek.....	22
Trénink paměti.....	24
Filmový kvíz	25
Sudoku.....	28
Osmisměrka.....	29
Blahopřejeme.....	30
Přivítali jsme.....	31
Rozloučili jsme se.....	31

Vážení čtenáři,

vítám Vás při čtení nového čísla Zpravodaje. Je věnováno nadcházejícímu období – podzimu. Nastává čas úrody, barevného listí, babího léta i plískanic. Snažily jsme se, aby Zpravodaj byl rozmanitý, tak jako je různorodé podzimní období.

Za svou osobu i celý kolektiv pracovníků SeniorCentra Vám přeji, aby nadcházející podzimní dny byly teplé, prozářené sluncem a plné lidské sounáležitosti.

Příjemné čtení.

Bc. Kamila Tomková, sociální pracovnice

Krok k lepšímu životu v SC...

V měsíci červenci a srpnu probíhala stavba nového přístřešku – pergoly. Pergola poslouží jako místo pro posezení klientů, mohou zde vystupovat hudební programy, v ostatním období zde získá zázemí vůz Renault Trafic, aby byl chráněn před nepřízní počasí a dlouho nám vydržel.

SeniorCentrum zakoupilo pro potřeby klientů 4 nová polohovací křesla, elektrické chodítko a umělohmotná umyvadélka na



Pergola

hygienu. Na budově PE došlo k opravě žaluzií. V prostoru SC byly nově vyznačeny místa na parkování. Na rehabilitaci bylo pořízeno nové zařízení pro elektroultrazvukovou léčbu. Na hlavní jídelně penzionu přibyl DVD přehrávač pro zlepšení atmosféry při jídle.

V minulém měsíci uzavřelo SC smlouvu s Dobrovolnickým centrem FOKUS (Hlinsko). Díky této spolupráci očekáváme nárůst dobrovolníků v SC.

V neposlední řadě nesmíme zapomenout i na naše tři nové „klienty – osmáky“ (viz str. 22), kteří bydlí na druhém patře DD naproti kanceláři pana ředitele.



Od podzimního období se změní koncepce tzv. besídek. Setkání se budou konat 1x za 2 měsíce budou vždy tematicky zaměřené. Máme se na co těšit.

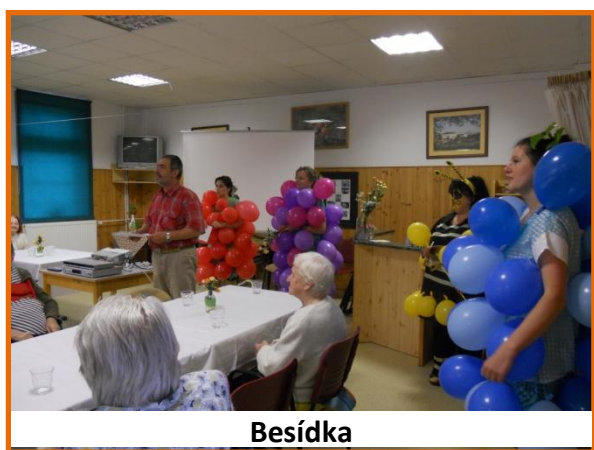
Od měsíce září také dochází ke změně blahopřání k narozeninám - bude probíhat v den oslavencova výročí, né jako to bylo doposud o besídkách.

Protože se domníváme, že si každý člověk zaslouží projevat úctu nejen během života, ale i při jeho konci - budeme nově o úmrtí klientů SC vkusně informovat prostřednictvím rozhlasu.

Ohlédnutí za dním v SC anebo Co se stalo....

Měsíc červen byl ve znamení návštěv zoologické zahrady v Jihlavě, kam se jelo pro velký zájem dvakrát. Za krásného počasí si klienti spolu s aktivizačními pracovníci prošli zahradu a také zhlédli ukázkou výcviku dravců.

Z kulturních akcí klienti shlédli s nadšením představení „Pane, vy jste vdova“ v Kulturním domě Skuteč, z dalších



Besídka

programů to byly Roztančené střevíčky a Aerobic v KKS. Navštívily nás dětičky z MŠ Poršova se svým programem „Pásmo lidových písní“. Opět jako každý měsíc nechyběla besídka, kde se tentokrát aktivi-

zační pracovníce pro veselou náladu převlékly do letního ovocného oděvu - víno a rybízek a nechyběl ani zástupce hmyzí populace - sršeň ☺.

V červenici nás opět navštívila paní Burgerová se svojí v pořadí již 4. přednáškou „O Bylinkách a jejich léčivých účincích“, která měla veliký úspěch.

V překrásný letní den 22. 7. 2014 vyrazili klienti SC Skuteč na výlet do nedalekých Rosic u Chrasti. V bývalé cihelně je ukryto muzeum s expozicí Vesnice žije. K vidění jsou zde nejrůznější zemědělské stroje, řemeslné nástroje, vybavení

domácností apod. Mnozí klienti při pohledu na předměty zavzpomínali s nostalgií na své mládí, někteří s trochou nadsázky a nadhledu nazvali vystavované artefakty „starými krámy“.

V neděli 6. 7. se klienti SC za doprovodu aktivizačních pracovníků vypravili na Hradní slavnosti na Rychmburku, kde byl připraven bohatý kulturní program od divadelního představení po vystoupení oblíbené Šeucovcovské muziky.

31. 7. uspořádala paní Zahálková přednášku týkající se aromaterapie a zároveň nás nechala nahlédnout do tajů aromaterapie svíček, které provoněly celé přízemí penzionu.

13. 8. vystoupil v SC se svým hudebním pásmem „Láska bez hádky“ pan Šimon Pečenka, který tak připomněl legendu 50. let Rudolfa Cortése.



17. 8. navštívili klienti SC Skutečské posvícení.

20. 8. jsme byli svědky krásné události a to šedesátéhopátého výročí společného soužití tzv. kamenné svatby manželů L. + M. Svobodových.

Konec prázdnin završila besídka 27. 8. za hudebního doprovodu VIVA music na budově DD.

Plánované aktivity na podzim aneb co se bude dít v SC

4. 9. Přednáška paní Burgerové – „*Bylinky a jejich léčivé účinky s ochutnávkou bylinných čajů*“.

24. 9. Posezení s muzikou

1. 10. *Mezinárodní den seniorů*

7. 10. *Den otevřených dveří* (v rámci Týdne sociálních služeb) od 9 do 11 hod

Program:

Vystoupení pěveckého sboru SC Radost

Prezentace SC

Prohlídky SeniorCentra

Tvořivé dílny

10. 10. *Komunální volby do zastupitelstva* – klienti s trvalým pobytem v SC budou mít možnost volit v knihovně PE

15. 10. „*Podzimní posezení*“ na DD- vystoupení pěveckého sboru Smíšek

22. 10. „*Podzimní posezení*“ na PE - vystoupení pěveckého sboru Smíšek

28. 11. Tradiční prodejní „*Vánoční výstava*“

Pravidelné programy:

PO 1x za 14 dní - návštěvy v ZŠ Žďárec u Skutče

ÚT – kinokavárna na DD

ST – kinokavárna na PE

ČT – střídavé návštěvy MŠ Ležáky (sudý týden SC, lichý týden MŠ)

ČT – Klub důchodců od 13,30 hod

PÁ 1x za 14 dní – canisterapie – návštěvy psích kamarádů

PO – PÁ od 13 hod dílny na DD i PE



Canisterapie

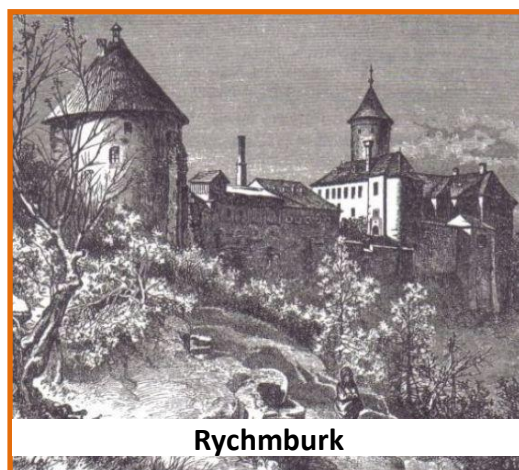
Cestovatelské okénko – Něco z historie.....

Pověst Rychmburk

Rychmburk

O hradě Rychmburku se vypravuje pověst tuze smutná a dojemná. Kdysi dávno, v těch prastarých dobách, žil na hradě pán s dcerou. Dívka byla jako obrázek a když přišla doba, kdy by se již mohla vdávat, začal jí otec hledat ženicha.

Mladá panna však netoužila po panském životě. Ráda by žila jako obyčejní lidé. Často se procházela kolem hradu a dívala se, jak lidé pracují na polích. A tak se stalo, že se dcera hradního pána zamilovala do chudého pacholka, kterého vídala na svých procházkách.



Rychmburk

Několik týdnů jejich láska kvetla a nikdo o ní nevěděl. Avšak hradnímu pánovi se začalo zdát podivné, jak dívka každý den opouští hrad ve stejnou dobu a jednoho dne se za ní tajně vydal. Když před sebou uviděl vesnického mládence, který vede za ruku jeho dceru, převelice se rozzlobil. Vrátil se na hrad a čekal, až se dcera vrátí. Vypověděl jí, že všechno viděl a zakázal, aby se s jinochem scházela. Dívka však odmítla uposlechnout otcova nařízení a to pána ještě více rozhněvalo. Poručil svou dceru odvést do nedalekých Janoviček a v kostele zaživa zazdít. Jak pán poručil, tak poddaní vykonali. Několik dní poté zazníval z

kostela žalostný dívčin zpěv a mnoho lidí přišlo pána prosit o slitování.

Otec tedy dívku osvobodil a nechal ji přivést na hrad. Tam už mu nikdo nemohl překazit jeho počínání a dceru zazdil navždy. Lidé se na krutého pána dlouho zlobili a píseň, kterou dívka sama složila a zpívala ve svém vězení, zpívali při každém procesí ke kostelu v Janovičkách.

http://www.rozhlas.cz/hradyzamky/povesti/_zprava/236094 25. 8. 2014

Chvilka poezie - Mládí

Máme před sebou
ještě kus života,
proč bychom se měli ještě trápit.
Rychle letí čas mladosti,
blažené chvíle mladosti se poztrácí,
po cestě životem,
se člověk potácí.
Jak často léty znaveni
pod střechu mládí zalétáme
a na mládí
rádi vzpomínáme.
Vždy něco začíná a také končí.
Tyto verše věnuji všem
obyvatelům domova.
Stáří si vážím
a před ním se skláním.



S úctou Hanzl Jiří, klient PS

Podzim...

Podzim je jedno ze čtyř ročních období, je to přechod mezi létem a zimou. V klimatických podmínkách mírného pásu se právě na podzim sklízí většina úrody a opadavé listnaté stromy ztrácejí listí. Podzim často vytváří v přírodě úchvatné barevné scenérie. Dny se krátí, ochlazuje se, více prší.

Astronomický podzim začíná podzimní rovnodenností – na severní polokouli kolem 23. září, na jižní kolem 21. března a končí zimním slunovratem – 21. prosince, resp. 21. června.

V meteorologii jsou souhrnným termínem podzim označeny měsíce září, říjen a listopad (březen, duben a květen na jižní polokouli).



Podzim je čas dozrávání a sklizně, čas přípravy na zimu.

Začíná v době podzimní rovnodennosti, kdy jsou opět světlo a tma v rovnováze. Tentokrát už ale přibývá stále více tmy. Už během babího léta víme, že něco končí, a začínáme pozorovat náznaky přicházející zimy. V přírodě všechno dozrává, sklízí se plody, které se vyvíjely už od jara. Ptáci odletají za teplem na jih, zvířata, která přes zimu zůstanou doma, shromažďují zásoby. Rostliny rozsévají svá semena,

která budou čekat na příští jaro. Podzim připomíná životní období, kdy člověk sklízí plody své celoživotní práce. Vychoval své děti a vypouští je do světa, tak jako stromy rozseívají svá semena.

Na podzim v mnoha zemích také začíná školní rok. Je to dáno historickými důvody, kdy děti běžně pomáhaly při sklizni na statcích, a teprve když bylo sklizeno, mohly chodit do školy.

Zdroj: <http://www.mezistromy.cz/cz/les/rok-v-lese/podzim> - upraveno 16. 7. 2014, <http://cs.wikipedia.org/wiki/Podzim> - upraveno 16. 7. 2014

Podzimní pranostiky

Září jezdí na strakaté kobyle.

Pěkné růže v zahrádkách věští pěkný podzimek a pozdní zimu.

Bouřky v září - na jaře mnoho sněhu.

Spadne-li v říjnu listí, bude mokrá zima.

Když se táhnou ptáci blízko k stavení, bude tuhá zima.

Říjen a březen rovné jsou ve všem.

Když krtek v listopadu ryje, budou na vánoce létat komáři.

Studený listopad - zelený leden.

Když se v listopadu hvězdy třpytí, mrazy se brzo uchytí.

Zdroj: <http://www.pranostika.cz/zari,rijen,listopad.html> 11. 8. 2014



Krtek



Trochu teorie o běžných věcech ...O tužce

Neobyčejná historie obyčejné tužky

"Vyplňte obyčejnou tužkou" - nejenže je pro nás tužka něčím naprosto běžným, ona má dokonce tu obyčejnost včleněnou i do svého názvu. Přesto byly doby, kdy byla tužka předmětem vzácnějším než šperky, byla předmětem diplomatických sporů i snem vynálezců. Tužka je totiž vynález nečekaně mladý. Chceme-li se však podívat k jeho samotným počátkům, musíme začít kde jinde než u starých Římanů.

Už před asi dvěma tisíci lety Římané spolu s Řeky objevili, že olověná tyčka nechává na papyru lehounkou suchou stopu, která je čitelná a tedy vhodná pro psaní. Nevýhodou ovšem byla malá viditelnost takové stopy. Římané se ale na tužce podíleli i později, i když spíše zprostředkovaně - anglické "pencil" pochází z latinského "pencillus", tedy "malířův štětec" nebo doslova "ocásek".

Tuha nad zlato

Někdy v šestnáctém století učinili vesničané anglické vesničky Borrowdale zvláštní objev - na úpatí hory našli podivné černé kameny. Legenda praví, že se tak stalo poté, co víchř vyvrátil strom a černou hmotu našli pastýři pro-

rostlou do jeho kořenů. Balvany vypadaly jako uhlí, ale nehořely. Vyznačovaly se také tím, že byly mastné a zanechávaly černou, smazatelnou stopu.

Hmotu si spojili s olovem, které mělo podobné vlastnosti, a tak vzniklo i jméno plumbago (latinsky "olověná ruda"). Dodnes některé jazyky mají název pro tuhu vycházející z názvu pro olovo, ačkoli tuha nikdy olovo neobsahovala (např. německé "der Bleistift"). Dodnes je Borrowdale jedi-



ným místem na světě, kde byl objeven grafit v takto čisté a okamžitě použitelné formě.

Grafit je součástí nejen tužek, ale také některých elektromotorů. Používá se také ve vysokých pecích, při odlévání nebo pro řízení reakcí v jaderných reaktorech.

Teprve o dvě staletí později, v roce 1779 zjistil švédský chemik Carl W. Sheele, že černá hmota je ve skutečnosti forma uhlíku. Deset let nato jí německý geolog Abraham G. Werner pojmenoval grafit, podle řeckého slova graphein, tedy psát.

Počmárané ovečky - jediná bílá věc v okolí

Pastýře v Borrowdale tehdy samozřejmě nenapadlo, že by s tuhou psali na papír. Nicméně hroudy grafitu použili po

svém - označovali jimi ovce, aby tak lépe odlišili svá stáda. Grafit řezali na hranolky a obalovali kůží nebo dřívky, aby se při práci s ním neumazali.

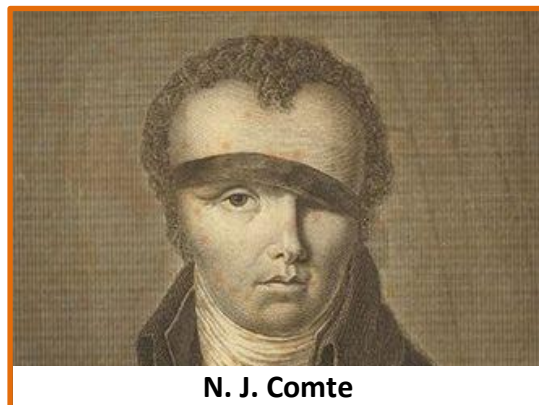
Ještě v roce 1540 byla tužka nejspíše zcela neznámou, protože italský odborník na psaní Giovanni Battista Palatino se o ní nezmiňuje ve své knize "o všem, co dobrý písař potřebuje." Všimněme si tedy, že tužka se objevila až po vynálezu knihtisku. O čtvrt století později už se ale Konrad Gesner, švýcarský fyzik a přírodovědec, zmiňuje o vynikajícím psacím nástroji, zdá se, že jde o první zápis tužky do historie.

V roce 1622 začal Friedrich Stadtler z Norimberku vyrábět tužky ve velkém. A v roce 1683 píše John Pettus ve své knize o metalurgii o "dole v Borrowdale", kde se těží olověná ruda využívaná malíři, chirurgy a spisovateli. Malířům tuha posloužila k náčrtům, chirurgové ji používali v medicíně (nezjistil jsem, jak) a spisovatelé a písaři s sebou konečně nemuseli tahat lahvinku inkoustu.

Důl v Borrowdale byl na celém světě jediným místem, kde se grafit těžil. Jeho cena rapidně stoupla, zvláště poté, co se ukázaly jeho další možnosti: grafit využívala třeba armáda pro odlévání dělových koulí.

V roce 1752 schválila dolní sněmovna britského parlamentu zákon nadepsaný "An Act for the More Effectual Securing

Mines of Black Lead from Theft and Robbery" (Zákon pro efektivnější zabezpečení dolů černého olova před krádeží a loupeží), který mimo jiné trestal krádež grafitu otrockými pracemi ne-



N. J. Comte

bo transportem do kolonií. Kromě toho samozřejmě Angličané (a zjevně ani Němci) nehodlali poskytnout cenný grafit Francouzům, svým vojenským protivníkům. Francie, v čele s Napoleonem, dychtila po grafitu a výsledkem byl objev Nicolas-Jacques Contého.

Česká tuha v ohni - diamant Koh-I-Noor

Jedním z kandidátů na post vynálezce tužky je také Joseph Hardmuth, Rakušan, který již v roce 1790 (pět let před Contéem) objevil podobnou metodu, jak za použití jílů připravit kvalitní umělou tuhu a vpravit ji do dřevěného pouzdra. Metoda ale získala patent až roku 1802.

Již šest let nato vyrostla ve Vídni nová továrna na výrobu tužek firmy Koh-I-Noor, která se o čtyřicet let později přestěhovala do Českých Budějovic. Přestože původní činností společnosti Koh-I-Noor byla výroba kameniny, v roce 1870 už se zaměřila výhradně na výrobu tužek.

Historie továren Koh-I-Noor ostatně dobře mapuje vývoj tužky jako takové - na konci devatenáctého století se objevi-

ly tužky mechanické, krátce na to se na tužky začala montovat guma pro stírání nechtěných stop tuhy na papíře, přibýly různé gradace...

Aby tužka lépe tužkovala

Tužka sama o sobě nepíše, protože tuha je uzavřená v pouzdře. Jak ví každé malé dítě, musíme si ji nejprve ořezat. Historie ořezávátek by však vydala na samostatný článek.

Proč lidé olizují tužku?

Nevíme, proč lidé stále i dnes tužky olizují, ale dříve to mělo praktický důvod - vlhkost uvolnila některé typy tuh (například tzv. inkoustovky). V anglicky mluvících zemích, kde se tuze v tužce stále ještě říká "lead" (olovo) doted' přetrvává mýtus, že je tužka jedovatá. Není - grafit není zdraví škodlivý, i když pochopitelně jedlý také není.

Tužka do 21. století

Ze všech vynálezů doznala tužka od svého prvního prototypu snad nejméně změn. Přesto se nezdá, že by měla v příštím století vymizet. Jednou tužkou napíšete prý až padesát tisíc slov, ročně se jich u nás vyrobí 300 milionů a každá z nich by mohla nakreslit 35 kilometrů dlouhou čáru.

Ještě si myslíte, že tužka je obyčejná?

Zdroj:<http://www.technet.idnes.cz/neobycejna-historie-obycejne-tuzky>17. 7 . 2014 - upraveno

Z truhlice vzpomínek... Významná data vážící se k podzimu

ZÁŘÍ

3. září 1948 – Zemřel druhý československý prezident E. Beneš (1935-38; 1945–8).

8. září 1841 – Narozen Antonín Dvořák, český a světový hudební skladatel.

14. září 1886 – Narozen Jan Masaryk, syn Tomáše Garrigue Masaryka; významný československý diplomat a politik.

14. září 1937 – Zemřel první československý prezident Tomáš Garrigue Masaryk (v úřadu 1918-1935).

19. září 1922 – Narozen Emil Zátopek, nejslavnější československý běžec a sportovec.



23. září 1253 – Zemřel Václav I., 29. český panovník a 4. český král (1228).

23. září 1901 – Narozen Jaroslav Seifert, český držitel Nobelovy ceny za literaturu.

26. září 1212 – Zlatá bula sicilská dokument vydaný v Basi-leji římským králem Fridrichem II. Štaufským českému králi

Přemyslu Otakarovi I.; zaručovala povýšení Českého státu na království a dědičný královský titul.

28. září 995 – Boleslav II. dal vyvraždit Slavníkovce.

29. září 1938 – Mnichovská zrada; spojenci Československa – Velká Británie a Francie podepisují společně s fašistickou Itálií a nacistickým Německem smlouvu nakazující Československu odevzdat velkou část svého území, výzbroje, staveb a další.



ŘÍJEN

1. říjen 1931 – Narozen Jiří Suchý, zakladatel divadla Na Zábřadlí a SeMaFor; český skladatel, publicista, grafik.

5. říjen 1936 – Narozen Václav Havel, první prezident ČR (1989-2003).

11. říjen 1424 – Umírá husitský vojevůdce Jan Žižka z Trocnova.

18. říjen 1867 – Narozen Alois Rašín, český a československý politik, jeden z tzv. „Mužů 28. října“.

18. říjen 1956 – Narozena Martina Navrátilová, nejslavnější československá tenistka.

27. říjen 1913 – Narozen Otto Wichterle, český vynálezce, chemik a spoluzakladatel makromolekulární chemie, vynalezl měkké kontaktní čočky a např. polyamidové vlákno (silon a hydro gel).

28. říjen 1918 – Oficiálně vzniká Československo, a tedy samostatný svrchovaný stát Čechů a Slováků po několika setletém utlačování ze strany Habsburků a Maďarů.

29. říjen 1929 – Narozen Evžen Plocek, známý svým upálením v Jihlavě 4. dubna 1969.

LISTOPAD

8. listopad 1620 – Proběhla Bitva na Bílé hoře – významná bitva, která zpečetila osud českého lidu a státu a na 300 let jej uvrhla do moci Rakouska.



11. listopad 1918 – Oficiální ukončení první světové války, od tohoto dnes se slaví mezinárodní den válečných veteránů.

13. listopad 1957 – Zemřel Antonín Zápotocký druhý komunistický československý prezident (1953–1957).

18. listopad 1991 – Zemřel Gustáv Husák, poslední československý komunistický prezident (1975-1989).

23. listopad 1896 – Narozen Klement Gottwald, první komunistický prezident v Československu (1948-1953).

28. listopad 1378 – Zemřel český král a římský císař „otec Vlasti“ Karel IV.;
36. český panovník, významná osobnost českých dějin.



29. listopad 1780 – Zemřela Marie Terezie, česká královna (1743)

Zdroj: <http://vlast.cz/vyroci-a-vyznamna-data/>

Výsledky osmisměrka: ... tuhá zima

1.b), 2. b), 3. c), 4.c), 5. a), 6.a), 7. b), 8. a), 9. b), 10. b)

Výsledky filmového kvízu:

Zookoutek

Zooterapie je druhem léčebného působení, které využívá přítomnosti zvířete. Již samotná přítomnost živého tvora většinou vyvolává u klienta pocit klidu a bezpečí. Snižuje se nejen stres a napětí, prokázáno je dokonce i snížení krevního tlaku klienta. Zvíře má rovněž schopnost vyvolat u člověka silné emoce a tím podporuje psychickou stimulaci, uvolňuje komunikaci a všeobecně podporuje psychický i fyzický stav klienta. Využití tohoto působení je skutečně široké.

Rytmus současné moderní doby odloučil člověka od přírody, změnil náš každodenní životního rytmu tak, že tyto změny bohužel často vedou k narůstajícímu stresu a psychickým i fyzickým obtížím. Terapie se zvířaty, známá také pod názvy animoterapie nebo zooterapie, využívá pozitivního působení a léčebného kontaktu zvířete a člověka.

Animoterapii nebo též **zooterapii** dělíme jednak podle druhu zvířete, využívaného pro terapeutické působení a dle využití animoterapie lze rozdělit na působení a pozitivní vliv psychický a fyzický.

Mezi neznámější a nejrozšířenější druhy animoterapie, se kterými se můžeme v praxi setkat, patří:

- **Canisterapie** – léčebné využití psa.
- **Felinoterapie** – léčebné využití kočky.
- **Hipoterapie a hiporehabilitace** – léčebné využití koně.

Méně známými a méně rozšířenými druhy terapie se zvířaty jsou například:

- **Ornitoterapie** – léčebné využití ptactva.
- **Lamaterapie** – léčebné využití lamy (často v rámci Ergoterapie – pracovní terapie).
- **Delfinoterapie** – využití léčebného působení delfínů.
- **Terapie za pomoci malých zvířat** – nejčastěji se využívají akvariijní rybičky, plazi, různí drobní savci (křečci, morčata, fretky) – pro chov a kontakt se zvířaty.
- **Terapie za pomoci hospodářských zvířat** – (ovce, kozy, prasata, krávy...) – využívána především v rámci pracovní terapie a farmingterapie u osob s psychosociálními problémy. Terapeutické farmy jsou ve světě rozšířené jakožto prostředek pro návrat lidí k přirozenému biorytmu a respektu k životnímu prostředí.



Osmák degu

Hlazení zvířete, pohled na ptáky či pozorování jiných zvířat napomáhá relaxaci. Trendem posledních let je umísťování zvířat i do různých zařízení poskytující ubytování. I v našem zařízení již několik let využíváme

Canisterapii a Terapii za pomoci malých zvířat. Na všech patrech Domova důchodců i Penzionu máme andulky a nově na 2.patře DD máme tzv. Chilské veverky neboli Osmáky degu (viz obrázek). S jednotlivými zástupci zookoutků Vás seznámíme v dalších vydání Zpravodaje SeniorCentra.

<http://www.spektrumzdravi.cz/lecebne-pusobeni-zvirat-na-nase-zdravi-i-psychiku> 28

Trénink paměti

Stačí k tomu pouze stopky, tužka a papír (můžete i psát do počítače). Snažte se během 1 minuty zapamatovat v přesném pořadí co nejvíce z 15 uvedených slov. Zakryjte je a během 2 minut jich napište co nejvíce v přesném pořadí.

Hrad

Pes

Motorka

Hokej

Vířivka

Nákyp

Lady Di

Velké nůžky

Víno

Hory

Lampa

Víla

Růže

Ředkvičky

Parník

Pokud máte ve správném pořadí 12 až 15 slov váš výsledek je výborný, 7 až 11 slov je dobrý výsledek, pokud máte správně 6 a méně slov. Svůj mozek pravidelně netrénujete.

<http://tn.nova.cz/clanek/zpravy/na-vasi-strane/probiha-narodni-tyden-trenovani-pameti-jak-jste-na-tom-s-pameti-vy-testy.html>

Filmový kvíz

1. „To jsou blechy psí, ty na člověka nejdou,“ zazněno v české komedii:

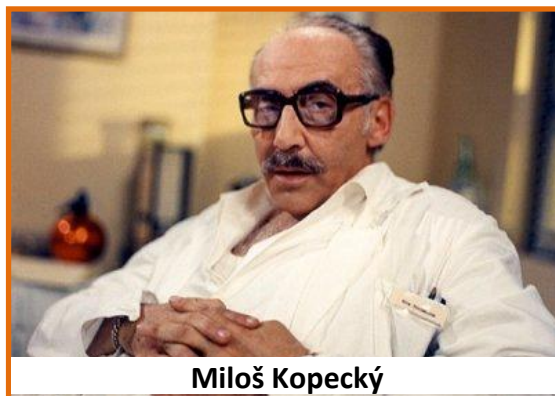
- a) Kulový blesk
- b) Na samotě u lesa
- c) Slavnosti sněženek

2. Zábavný soutěžní pořad pro děti „Piškvorky“ uváděl v 70. letech před svou emigrací herec Martin Štěpánek a:

- a) Štěpánka Haničincová
- b) Pavlína Filipovská
- c) Nad'a Konvalinková

3. „Kdyby hloupost nadnášela, vy byste se vznášela jako...“. Doplňte citát dr. Strossmayera z první série „Nemocnice na kraji města“.::

- a) pírkó
- b) anděl
- c) holubička



Miloš Kopecký

4. Jan Svěrák získal svého prvního Oscara za film:

- a) Ropáci
- b) Jízda
- c) Kolja

5. Jak se jmenovala obec, ve které spolu v jedné chalupě svorně žili „**Chalupáři**“:

- a) Třešňová
- b) Křečovice
- c) Víška



6. Ve kterém filmu si nezahráli královský pár Vlastimil Brodský a Jana Brejchová?

- a) Jak se budí princezny
- b) Noc na Karlštejně
- c) Arabela

7. Postavu, kterou měl původně ztvárnit v seriálu „**Nemocnice na kraji města**“ v roce 1977 zesnulý Karel Heger, si nakonec zahrál:

- a) Ladislav Pešek

b) Ladislav Chudík

c) Karel Moučka

8. Kdo uvádí oblíbený pořad „O češtině“, který se mj. dočkal již tří knižních vydání?

a) Aleš Cibulka

b) Zdeněk Svěrák

c) Halina Pavlowská

9. Jaký příbuzenský vztah panoval mezi postavami, které ztvárnili Eduard Cupák a Jaromír Hanzlík v seriálu „**Taková normální rodinka**“?

a) bratři

b) švagři

c) tchán a zeť



Taková normální rodinka

10. Která herečka propůjčila hlas Křemílkovi a Vochemůrkovi, skřítkům z pařezové chaloupky?

a) Aťka Janoušková

b) Jiřina Bohdalová

c) Dagmar Patrasová

Výsledek na str. 21

Sudoku

Cílem hry je doplnit chybějící čísla 1 až 9 v předem dané předvyplněné tabulce. Tato tabulka je rozdělena na 9x9 polí, která jsou seskupena do 9 čtverců (3x3). K předem vyplněným číslům je potřeba doplnit další čísla tak, aby platilo, že v každé řadě, v každém sloupci a v každém z devíti čtverců byla použita vždy všechny čísla jedna až devět. Pořadí čísel není důležité. Čísla se nesmí opakovat v žádném sloupci, řadě nebo v malém čtverci.

		7	9	6	2	4		
9				1				2
	1		8	5	3		6	
5			4	7	9			1
				8				
4			3	2	1			7
	9		2	4	8		5	
6				3				8
		8	6	9	5	1		

Zdroj: <http://www.netplaces.com/memory-booster-puzzles/3sudoku-puzzles/sudoku-puzzle-6.htm>

Zdroj: Tatičková, I. Znáte je? Malá televizní maturita. Edice ČT.

Osmisměrka

Sedláci utnou 1. listopadu z dubového anebo bukového stromu tříska: Jestli je tříska suchá, tedy očekávají levnou zimu; jestli ale vlhká a zaostnatá, tady se domnívají, že bude (tajenka),

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

AKORDEON - ANIMACE - ASTRONOM - BAROKO - BONUS -
FRAKTURA - KANTOR - KATEDRA - KOLEK - KOMORA -
KOMPAS - KORBA - KORZO - MASAŘKA - MENZA - MIKINA -
NEROST - OBAVA - OBKLAD - OSLICE - OŠTĚP - OVEČKA -
PATRON - PIONÝR - POCHVA - PODPIS - POTOMEK -
PROSTOR - ROPOVOD - RUksak - SÁZENKA - SONDA -
STAVBA - STUDIO - TAMBOR - TRIKO - UČIVO - VEVERKA -
ZÁHONEK - ZDROJ

Výsledek na str. 21

Zdroj: <http://www.chytrazena.cz/clanky-fotky/krizovky-a-osmismerky-11524/fotka-13493.html>

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

Září:

Jirásková Božena
Horák František
Doležalová Marie
Kreuzová Marie
Vajová Zdeňka
Mokrejš Jaromír
Svobodová Lidmila
Severinová Ludmila
Modráček Zdeněk
Svoboda Miroslav
Stoklasa Stanislav
Šnajdrová Zlata
Vích Rudolf
Cimbůrková Růžena

Říjen:

Pešková Jarmila
Starý František
Kozderková Anna
Syrová Julie
Janoušková Anežka
Henychová Zdeňka
Procházka Petr
Hladík Miroslav
Čížková Olga
Knězová Miroslava
Šmaha Karel
Šinkorová Květoslava
Krňáková Marie

Listopad:

Šťovíčková Jaroslava
Kratochvílová Ludmila
Habal Jiří
Obrovská Františka
Skálová Marta
Jůn František

Cimplová Vlasta
Škvorová Františka
Polívková Marie
Volf Ladislav
Stará Jarmila
Myšková Ludmila



V minulých třech měsících jsme v SC přivítali nové klienty:

Pavlíková Marta

Dospěl Josef

Malá Jiřina

Šejnová Janka

Drahošová Anna

Svoboda Miroslav

Svobodová Lidmila

Cachová Marie

Janecký Jaroslav

Chadima Bedřich

Bureš Jan

Kusá Miroslava



V červenci odešel domů pan Dospěl Josef, a tímto mu přejeme pevné zdraví a ať se mu daří.

V období od června do konce srpna nás opustili:

Pavlíková Marta

Malá Jiřina

Scheinpflugová Helena

Dostálová Miloslava

Kusý Vlastimil

Vanický Zdeněk

Jonášová Jiřina

Chadima Bedřich

Drábková Milada



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