

# Zámecké listy

listopad 2010

7. ročník, č. 11

pro potřeby klientů Domova pro seniory Pyšely

*Milí přátelé,*

*Předposlední měsíc v srpnu je listopad. Už sám název nám napovídá, co se děje v přírodě. Listnaté stromy shodily svoji okrasu, jen duby si své listy ponechají až do jara. O to více vyniknou jehličnany – vysoké smrky, rovné jedle a vlasaté borovice. Hmyz i drobná zvířátka se uložila k zimnímu spánku a sluníčko na nás mžourá šikmými paprsky. Mám ráda podzim i s jeho ranními mlhami a dlouhými večery, čas, kdy příroda ulehla k odpočinku, čas dušičkový. Začátkem listopadu si vzpomeneme na nám blízké, kteří jsou s námi už jen v našich srdcích. Touto dobou jsou hřbitovy vyzdobené a září do šera světem svíček.*

*11. listopadu k nám přijede svatý Martin na bílém koni a 17. listopadu si připomeneme Mezinárodní den studentů a oslavíme Den boje studentů za svobodu a demokracii 1989. Nu a 28. listopadu už bude 1. adventní neděle!*

*Milí přátelé, užijte si listopad ve zdraví mezi laskavými a pozitivně naladěnými lidmi.*

*Vaše Dáša*

Pranostiky na listopad

- Ø *Na začátku listopada teplo se se zimou hádá.*
- Ø *Kolem Všech svatých slunce uroní ještě malou slzu babího léta.*
- Ø *Na Bohumíra (8. 11.) příroda k spánku se ubírá.*
- Ø *Je-li zamračeno na svatého Martina, bude zima mírná. Je-li jasno, bude zima tuhá.*
- Ø *Na svatého Martina bývá dobrá peřina.*
- Ø *Zelí naložené na svatou Kateřinu (25. 11.) platí za nejlepší.*
- Ø *Je-li Kačenka ucouraná, je Baruška naškrobená.*
- Ø *Na svatého Ondřeje (30. 11.) ještě se zem ohřeje, ale na svatého Mikuláše už je zima zase naše.*
- Ø *Začátkem-li listopadu sněží, mívá sníh pak výšku věží.*

## Zajímavosti

*17. listopadu – Mezinárodní den studentstva. Tohle datum je nám všem známé, ale co se tedy stalo?*

*Hitler po obsazení Československa nechal zavřít všechny vysoké školy. Studenti uspořádali manifestaci, při které byl zastřelen student Jan Opletal (1915 – 1939). Adolf Hitler (1889 – 1945) soptil vzteky, protože pohřeb mladého Opletala se stal další protinacistickou demonstrací. Nařizuje svým vojákům, aby se nerozpakovali použít na další demonstranty hrubé síly. Na 1200 studentů končí v koncentračních táborech.*



**Jan Opletal**

*Dáša*

### **Citát pro listopad:**

*Musíme přečíst hodně knih, abychom zjistili, o čem je život, a musíme hodně zažít, abychom přišli na to, že buď špatně žijeme, nebo jsme četli špatné knihy.*

*Zdeňka Ortová*

# Společenská rubrika



V měsíci listopadu své narozeniny oslavuje:

Paní Marie Andriková

Pan Václav Hynek

Paní Anna Marešová

Paní Ludmila Matejzíková

Paní Zdenka Pudilová

Pan Jiří Šlégl

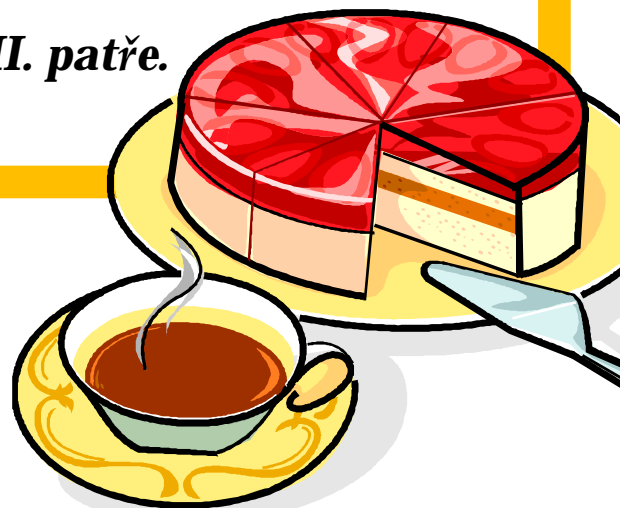
Paní Božena Vanišová

***Všem oslavencům gratulujeme a přejeme hodně zdraví a štěstí  
a těšíme se nejen s nimi, ale i s vámi ostatními na setkání  
v naší zámecké Kavárně.***

***Do Kavárny vás všechny srdečně zveme***

***11. listopadu, tentokrát se sejdem***

***ve 13.00 hodin na II. patře.***



# Kulturní akce

Návštěva – střední škola  
zdravotnická

*Kdy:* 9. listopadu 2010

*Program:*

I. Patro – Povídání s Dášou

Cca 9:00 – 10:30 hodin

II. Patro – Cvičení

Cca 9:00 – 10:30 hodin

## „Tématické setkání“

*Všichni jste srdečně zváni, toto tématické setkání bude na téma **Dušíčkové vzpomínání**.*

*Kdy:* 25. listopadu 2010

*Začátek:* 14.30 hodin

*Místo konání:* u kulatého stolu na II. patře

*Všichni jste srdečně zváni.*

## Informace pro vás

### *Beseda*

Zveme vás na besedu, kde se dovíte důležité informace z oblasti stravování, sociálních služeb, ošetrovatelské péče, služeb pana doktora, standardů kvality soc. služeb apod.

Budeme rádi za vaše případné dotazy, připomínky či náměty ke zkvalitnění služeb v našem domově.

Beseda se koná: **24. 11. 2010**  
Od **13.00 hodin**, na II. patře

### *Schůzka* *Výboru klientů*

Zveme všechny členy Výboru klientů k setkání s vedením domova.

Budeme rádi za vaše náměty a připomínky ke zkvalitnění služeb v našem domově.

*Kdy:* 2. listopadu 2010

*Od:* 10.00 hodin

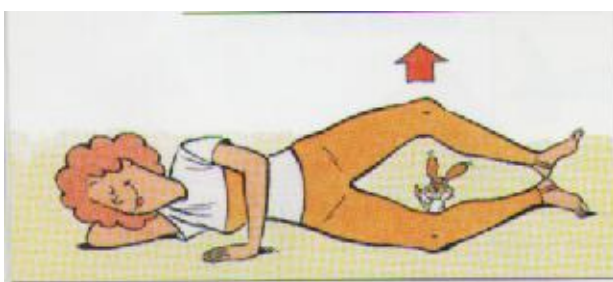
*Místo konání:* ředitelna

# Pojďte si zacvičit ...

## Cviky v lehu na zádech



Lehněte si na bok, nohy jsou lehce pokrčené. Hlava je položená na spodní paži. Horní paži opřete před hrudníkem. Pánev je lehce sklopena.



S výdechem tlačte paty k sobě, špičky a kolena od sebe. Pánev je podsazená – stažená, svaly pánevního dna stažené, hrud' vypnutá, záda rovná, šíje prodloužená. S nádechem uvolníte svaly a vráćíte se do



## Posilujeme břišní svaly smíchem

### **Kuře - běžec**

Jede automobilista, když tu ho předběhne kuře. Automobilista přidá, ale nedokáže jej dohonit, pouze vidí, jak zaběhlo do statku. Dojede tam a ptá se statkáře, zda je to pravda, že má tak rychlé kuře. "Ano, mám, je speciálně vyšlechtěné, aby mělo velká stehýnka" - "A neprojevuje se to na chuti?" - "Nevím, ještě isme žádné nechytili!"

### **Poker**

U lékaře doma zvoní telefon. Ze sluchátka se ozve kamarádský hlas jednoho jeho kolegy: "Co je s tebou? Potřebujeme čtvrtého do pokeru."

"Chvilí vydržte, hned jsem u vás", odpovídá lékař.

Když si obléká kabát, manželka se ho ptá: "Je to vážný případ?" "Určitě to bude něco hodně vážného, odvěti lékař. Už jsou u toho tři doktoři."





# Znamení zvěrokruhu

## ŠTÍR (24. 10. - 22. 11.)

*Celý rok pro vás budeme zjišťovat osobnost lidí podle znamení zvěrokruhu, v každém měsíci uveřejníme znamení, které bude právě aktuální.*

Tento měsíc jsou to lidé narození od 24. 10. do 22. 11. - ŠTÍŘI .

### Charakteristika znamení:

Lidé narození ve znamení Štíra mají velmi jasné myšlení, bystrý úsudek a přesný odhad situace. Nemají jen dobrou paměť, ale mají i aktivní tvořivé myšlení, které se vyznačuje originalitou. Je v nich velká tvrdošijnost, pokud hájí názory, ke kterým dospěli a vyplývá to z jejich oprávněné sebejistoty.

Jsou to lidé zvláštních krajností. Umějí být nesmírně laskaví a obětaví k přátelům, ale pokud k někomu zaujmou negativní stanovisko, jsou vůči němu skrytě nebo i zjevně krutí. Málokdy se dá předem odhadnout jejich reakce a je možné, že ji sami předem neznají. Dobro, které dovedou na jedné straně působit je bezmezná, ale v hněvu jsou stejně důslední až neúprosní. Jsou to lidé nesmírně zvědaví až zvědaví a pokud je někdo zajímá, nebudou litovat žádnou námahu, aby se dozvěděli, co potřebují. Pod svou kontrolou chtějí mít hlavně lidi stejné duševní zralosti, a to nejen proto, aby se mohli správně orientovat v konkurenci, ale i proto, že to je jejich zvláštní hobby.

Jsou to lidé, kteří touží po uznání svých kvalit a je překvapivé, že se tito velmi chytrí jedinci přátelí s lidmi, kteří jsou duševně na mnohem nižší úrovni než

oni. Spočívá to v tom, že se rádi nechají obdivovat. Staří astrologové jim připisují genialitu, ale i méně schopností, uvádět své originální nápady ve skutek. Uvádí se, že by je musela hnát velmi negativní síla, nebo touha někoho předčit.

Štíři jsou velmi okouzující společníci, kteří dovedou hýřit nápady a každé společnosti vtisknou svou pečeť. Jsou to přitažlivé osobnosti, které nešetří námahou ani prostředky na to, aby se lidé, které mají rádi, dobře bavili.

Jsou to silné osobnosti, které dokáží mistrně maskovat své pocity a jejich partneři se nikdy nedozví o jejich žárlivosti, stejně jako jejich kolegové o závisti. Tito lidé často prožívají mučivé stavy mysli a nikdo z okolí o tom nemá tušení.

Jsou to jedinci stvoření pro vedoucí místa, kde sice budou náročnými šéfy, ale podřízenými budou velmi oblíbeni. Planeta Mars, která vládne jejich znamení jim dává nejen bojovnost, ale hlavně nadání pro medicínu a zvláště pro chirurgii, pro kterou mají všechny předpoklady i vnitřní sílu, která každého uzdraví.

### Znamé osobnosti narozené ve znamení Štíra

Rudolf Hrušínský nejml., Miroslav Horníček, Pavel Trávníček, Petra Janů, Marta Kubišová, Marie Antoinetta, Karel Havlíček Borovský,



Richard Burton, Fjodor Michajlovič Dostojevskij, Jodie Fosterová, Indira Gándhiová, Annie Girardotová, Princ Charles, Grace Kellyová, Jana Koubková, Demi Mooreová, Julia Robertsová, Marie Rottrová, Nicolo Paganinni, Pablo Picasso, Voltaire, Pavel Zedníček.

## **LEGENDA K TAJENCE**

### **Vodorovně:**

- A - Saň; Předložka
- B - 1. část TAJENKY
- C - Obdržeti
- D - Zn. mouky; Příbuzná
- E - Tišící citoslovce; Zolův román
- F - Země; Seveřan
- G - Úder rohy; Zkr. voltampéru
- H - Chem. zn. astatu; Sůl kyseliny olejové
- I - 2. část TAJENKY
- J - Konec závodu; Dvoukolák
- K - Domácky Eduard; Čili.

### **Svisle:**

- 1 - Zkratka dýdžeje; Římská bohyně plodnosti; Čin
- 2 - Potěšení; Měkká vlněná tkanina
- 3 - Oddělení v nemocnici; Rozpouštět se pod vlivem tepla; Pobídka. 4 - Část skeletu; Být v koncích
- 5 - Zasténání; Část dveří
- 6 - Mohutný listnáč; Nadšení
- 7 - Vyrobená z ratanu; Solmizační slabika
- 8 - SPZ Ostravy; Mongolský pastevec; Zn. kosmetiky.

# SOUTĚŽNÍ KŘÍŽOVKA

Tento měsíc jsme pro Vás připravili Švédskou křížovku. Pozor, tato křížovka je soutěžní. Tři z vás, kteří tuto křížovku správně vyluští a odevzdá do naší redakce do konce listopadu, budou v prosincové kavárně ohodnoceni malým dárkem.

„TAJENKA“  
skladatel, dirigent,  
klavírista a  
hudební pedagog  
se narodil  
21. 4. 1892,  
zemřel  
18. 2. 1958.

	1	2	3	4	5	6	7	8
A					*			
B								
C	*							
D			*					*
E				*				
F					*			
G	*	*				*		
H			*					
I							*	*
J				*				
K				*				