

PRA HA
PRA GUE
PRA GA
PRA G

Zámecké listy

únor 2014

11. ročník, č. 2

pro potřeby klientů Domova pro seniory Pyšely

PRA HA
PRA GUE
PRA GA
PRA G

Domov pro seniory Pyšely

Náměstí T.G. Masaryka č. 1, 251 67 Pyšely
zřizovatel: Hlavní město Praha



Vážení a milí čtenáři,

název měsíce února je pravděpodobně odvozen od slova nořit, v souvislosti s „nořením“ – praskáním, lámáním a táním ledu, který se noří. Významné únorové dny z pohledu pranostik jsou Hromnice a Matěj. Spolu s Hromnicemi mluvíme o tzv. „hromniční zimě“, která bývá často druhým vrcholem zimy, a můžeme počítat s velice nízkými teplotami. Únorové pranostiky jsou například tyto: Únor bílý – pole sílí. Jestli únor honí mraky, březen staví sněhuláky. V únoru sníh a led, v létě nanesou včely med. Když v únoru mráz ostro drží, to dlouho již nepodrží. Nechce-li severňák v únoru váti, v dubnu se to musí přec jenom státi. Únorová voda, pro pole škoda.

Krásný měsíc únor Vám přeje redakce ZL

Společenská rubrika

V měsíci únoru své narozeniny oslavují:

- paní Věra Štekrová
- paní Emílie Nájemníková
- paní Zdeňka Pelikánová
- paní Jaroslava Zahradníková
- paní Božena Nechybová
- pan Jindřich Ureš



Všem oslavencům gratulujeme, přejeme hodně zdraví, štěstí a životní pohodu.

Srdečně zveme oslavence a samozřejmě i všechny ostatní klienty na Kavárnu, kde všechno společně oslavíme.

Dne 11. února 2013 od 13.30 hodin v jídelně v přízemí

Rozloučili jsme se..

pan Pavel Jandera

paní Jarmila Heřmánková

paní Marie Doksanská

Kulturní a společenské akce na měsíc únor

Ve dnech **7.2.** se bude konat „**Klub filmového diváka**“
od 9. hodin na I. patře, od 13. hodin na II. patře

Dne **11.2.** se bude konat **Kavárna s vystoupením pana Šedivého**
od 13.30 hod. v jídelně v suterénu

Dne **14.2.** se bude konat
aktivizace s PhDr. Vereckou od 10. hod. na I. patře, od
13. hodin na II. patře

Ve dnech **21.2.** se bude konat „**Klub filmového diváka**“
od 9. hodin na I. patře, od 13. hodin na II. patře

Dne **26.2.** se bude konat **MASOPUST**
od 14. hodin v jídelně v suterénu

Dne **28.2.** se bude konat
aktivizace s PhDr. Vereckou od 10. hod. na I. patře, od
13. hodin na II. patře



VÝHERNÍ KŘÍŽOVKA

1. část obličeje uprostřed	■					
2. pozdrav	■					
	■					
3. 60 minut	■					
4. 12 měsíců	■					
5. čidla zraku	■					
6. odraz slunce v noci	■					
7. hudební značka	■					
8. svátek 4.4.	■					
9. sladidlo	■					
10. rodový znak	■					
	■					
11. kolem	■					
	■					
12. citoslovce štěkotu	■					
13. těžký kov	■					
14. otec otce	■					
15. zadrhovadlo		■				
16. opak dne		■				
17. horní končetina		■				
		■				
18. noční pták		■				
19. nástroj ke střelbě z luku		■				
20. nástroj k mlácení obilí		■				
21. vtip		■				

SVATÝ VALENTÝN

Historie:

V ČR se oficiálně začal svátek zamilovaných slavit v roce 1989. Existují dvě legendy o svatém Valentýnu, ovšem jak to všechno vlastně začalo se asi nikdy přesně nedozvíme, přesto není špatné si tyto legendy přečíst.

První legenda (křesťanská): O římském knězi, který neposlechl rozkaz císaře Claudiuse II.

Císař Claudius II. byl veliký vojevůdce. Měl však problém s vojáky, kteří neradi bojovali, když se oženili. Zakázal proto po celém Římě svatby. Valentýn byl římský kněz, který přes zákaz císaře tajně oddával zamilované páry, které se chtěli vzít. Proto byl odsouzen k trestu smrti. Tato exekuce byla vykonána právě 14. února r. 296. Podle legendy těsně před smrtí napsal milostné psaníčko své milé a tak vlastně vzniklo první valentýnské přání.

Druhá legenda (pohanská): O zamilovaném Valentýnu, silně věřícím křesťanu

O moudrosti a ctnosti Valentýna se dozvěděl i císař Claudius II. Nechal si Valentýna zavolat a popovídal si s ním. Dobře si rozuměli, než padlo slovo o náboženství, tedy o křesťanství, kterému Valentýn tak moc věřil. Císař prohlásil, že křesťanství jsou jen pověry a lži a zklamaně Valentýna propustil i přesto, že ho obdivoval. Císař nakázal městskému prefektu, aby si Valentýna pohlídal, a proto prefekt pozval Valentýna k sobě domů. Tam Valentýn poznal slepou dceru prefekta. Valentýn se do prefektovy dcery bezmezně zamiloval. Modlil se každý den za to, aby začala vidět. Stal se zázrak a dívka začala opravdu vidět. Byla to senzace pro celý pohanský Řím. Valentýna se ale začali Římané bát a tak ho na rozkaz císaře zajali a stali mu hlavu mečem. Právě navzdory jeho osudu se stal svatý Valentýn patronem čisté lásky.



Cestář

1. |: Na silnici do Prášil
jeden mladý cestář žil.:|
|: A kamení a kamení a kamení
tam roztloukal, když silnici
šterkoval.:|

2. |: Paní v zlatém kočáře
uviděla cestáře.:|
|: A povídá a povídá a povídá:
Cestáři náš, těžkou práci tady máš.:|

3. |: Cestář na to odpoví:
Vzácná paní, to se ví.:|
|: Kdybych já moh, tak jako pán,
jezdit ve zlatém kočáře, nedělal bych
cestáře.:|



HISTORIE KALENDÁŘE

Zatímco například v Číně žijí v současné době v pátém tisíciletí, v našich zeměpisných šířkách jsme teprve docela nedávno oslavili vstup do tisíciletí třetího. Je to proto, že v různých místech a v různých civilizacích se v dávných dobách používaly odlišné typy kalendářů. Spousta jich do dnešního dne nevydržela a byla nahrazena jinými typy, některý ale v dané civilizaci převládl a používá se dodnes. V Číně dnes mají tak vysoký letopočet díky tomu, že jejich kalendář byl sestaven v roce 2637 našeho letopočtu.

Ať už je to, jak chce, všechny kalendáře, které kdy měla lidská civilizace k dispozici, mají jedno společné: vycházejí ze sledování pohybu vesmírných těles. Lidé si totiž už v dávných dobách všimli, že se některé jevy, které jim udávají životní rytmus, po určité době opakují. Střídání světla a tmy tak určilo základní časovou jednotku – jeden den. Další časový úsek byl dán měsíčním cyklem, tedy dobou, za kterou Měsíc ubyde od úplňku po nov a znovu vyroste až do úplňku. Tato perioda rozdělila věčnost na měsíce. A stejně tak si museli lidé v minulosti všimnout i toho, že Slunce je vůči Zemi v průběhu roku v odlišných polohách. Vzniklo tak dělení na roky. Prakticky už nejstarší kalendář, který jsme schopni z archeologických nálezů dovodit, byl kalendář egyptský. V Babylonské říši měl svůj vlastní kalendář každý městský stát a další významnou kulturou, která do historie kalendáře promluvila výrazněji, byli Mayové. Všechny starověké civilizace se snažily rok rozdělit na stejnoměrné části, ale protože by se poloha vesmírných těles v konkrétní den rok od roku stále více lišila, museli k pravidelným měsícům přidávat další různě dlouhá období, aby se kalendářní čas srovnal s časem astronomickým. A tak to bylo dlouho. Důležitý prvek pak do vývoje kalendáře vnesl římský císař Gaius Julius Caesar, který zavedl reformu kalendáře a přijal takové rozdělení roku, jak ho známe dnes. Vznikl tak juliánský kalendář, který se stal díky rozšíření křesťanství základem systému mnoha civilizací. Důležité zavedení pravidla přestupných roků, kdy se v kalendáři přidává jeden den kvůli dorovnání běhu času se skutečným pohybem těles, přinesla reforma papeže Řehoře XIII. Vznikl tak kalendář gregoriánský, kterým se dodnes řídíme.

ČÍNA

Čína je dominantním územním celkem východní Asie. V současné době existují na území Číny dva státy, Čínská lidová republika (ČLR) a Čínská republika na Tchaj-wanu. S počtem 1 337 mil. obyvatel je Čína nejlidnatější zemí světa. Mimo etnické Číňany, kteří se nazývají národem Chan, v Číně žije mnoho etnických menšin. Čína zaujímá rozlohu 9 632 940 km², což ji řadí na třetí místo na světě.

Čínská lidová republika (Čung-chua žen-min kung-che-kuo), nejlidnatější stát naší planety, je nepochybně zemí na vzestupu. Počet jejích obyvatel již dalece přesáhl jednu miliardu a dá se předpokládat, že Čína bude do budoucna čím dál tím více udávat směr globálnímu vývoji. Čína, z historie známá například jako „Říše středu“, na svém území skrývá množství kulturních památek, jako je například Velká čínská zeď, pekingské Zakázané město nebo terakotová armáda. Dynamický rozvoj současné Číny se projevuje především v extenzivním růstu jejích metropolí, z nichž největšími jsou Šanghaj a Peking. Čína je však rovněž zemí přírodních krás, vždyť v oblasti Tibet, na hranicích s Nepálem, se tyčí nejvyšší hora světa Mount Everest.

PEKING

Centrem Číny je její hlavní město Peking, patřící k největším městům na světě. Srdcem a středem mnohamilionového Pekingu je Zakázané město (Zijin Cheng). Toto úchvatné sídlo císařů dynastií Ming a Qing má rozlohu 32 hektarů a je to nejvelkolepější architektonický komplex v Číně. Rozlehlý palác byl dokončen v roce 1420 a obsahuje asi 9 000 místností v 800 budovách. K dalšímu významnému místu v Pekingu patří náměstí Brány nebeského klidu (Tian'anmen). Představuje ho rozlehlá betonová plocha, jejíž středobodem je mauzoleum Mao Ce-tunga, v němž jsou nabalzamované ostatky tohoto krutého diktátora. Okolo náměstí se mísí stavby v komunistickém duchu se starobylými bránami z dřívějšího období. Je zde také budova velkolepého čínského parlamentu. K dalším významným pekingským památkám patří Podzemní město, výstřední Letní palác, Bubnová a Zvonová věž, Konfuciov chrám či slavný Chrám Nebes (Tian tan), který je nádhernou ukázkou staré čínské architektury. Chrámů je obecně v Pekingu nespočet, stejně tak zajímavých muzeí. Z Pekingu se tradičně navštěvuje Velká čínská zeď, která se vine severně od města. Návštěvníci by neměli vynechat zdejší populární jídlo - pekingskou kachnu. K dopravě po městě lze využít metro, autobusy či levné taxi. Tradičním dopravním prostředkem je zde však kolo.



MOZKOVNA

1. Najděte ve slovech názvy zvířat:

LISOVÁNÍ

KAPESNÍK

POSEL

PŮDORYS

2. Najděte ve větách cenné předměty,
nerosty:

Sešit je doma, Ondra ho kamarádovi
ještě nevrátil.

Uklouzl a to pak byla mela.

Bude kapr s tenkými plátky citronu.

Bundu vyper, lyže zabal a šálu zašij.

Řízla se o ostří Broňkova nože.

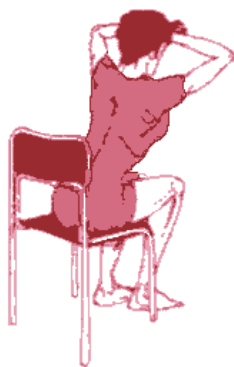
Správné řešení:

1. sova, pes, osel, rys

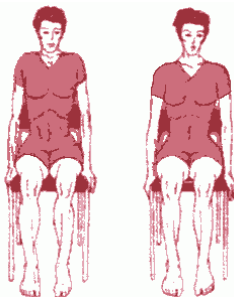
2. drahokam, zlato, prsten, perly, stříbro

ZACVIČTE SI

1. Sed na židli u stěny, kolena i chodidla od sebe na šířku pánve, kolena se dotýkají stěny. Ruce složené pod čelem, předloktím se opíráme co nejvýše o stěnu. S nádechem vyhrbíme hrudní páteř, s výdechem povolíme a snažíme se prohnout v této oblasti. Opakujeme



2. Sed na židli, stáhnout břišní a hýžd'ové svaly, vyrovnat páteř, lopatky k sobě, ramena dolů, ruce volně podél těla. S nádechem přitáhneme ramena nahoru k uším, s výdechem silou zatlačíme ramena dolů a dozadu, lopatky u sebe. Opakujte



3. Sed na židli, stáhnout břišní a hýžd'ové svaly, vyrovnat záda, přisedneme si levou ruku, pravou ruku dáme přes temeno hlavy nad levé ucho a pomalu ukloníme hlavu vpravo. V této poloze lehce zatlačíme hlavou do ruky, výdrž 6 s, hluboký nádech, s výdechem hlavu povolíme a mírně protáhneme do úklonu (směrem k pravému rameni). Cvik opakujeme 2x a poté vyměníme ruce.



