

Zámecké listy

duben 2011 8. ročník, č. 4

pro potřeby klientů Domova pro seniory Pyšely

Milí přátelé,

V těchto dnech jsme vstoupili do čtvrtého měsíce roku – dubna. Letos připadl první jarní den – jarní rovnodennost – na 21. března a my se konečně můžeme oddat těšení se na opravdové jaro se vším všudy – delšími dny, sluníčkem, jarními květy i příchodem na svět malých tvorečků – kuřátek, housátek, kachňátek, ptáček a jiných mládětek. Nálada se nám zlepšila, lépe se nám dýchá. I jarní deštík je příjemnější, než podzimní plískanice.

9. března jsme si připomněli Popeleční středu a nastávající postní dobu, trvající 40 dní. Každá neděle v této době má svůj název:

- 1. – černá*
- 2. – pražná*
- 3. – kýchavá*
- 4. – družebná*
- 5. – smrtná. V tento den se vynášela „Smrtka“ (letos 10. dubna).*

6. neděle – Květná (letos 17. dubna).

Následují Velikonoce s Modrým pondělím, Šedivým úterý, Škaredou středou, Zeleným čtvrtkem. Velký pátek, jako den ukřižování Ježíše Krista, je pro křesťany dnem hlubokého smutku. V tento den hlas zvonů nahrazovaly řehtačky, věřilo se, že zvony odletěly do Říma. Velký pátek je spojen s pověstmi o kouzelné moci země a otvírání pokladů.

Velikonoční neděle – Boží hod – nastává konec půstu a lidé se mohli konečně dosyta najíst. O Velikonočním pondělí hospodyňky odměňují koledníky s pomlázkami malovanými vajíčky a jinými dobrotami.

Tak si milí přátelé užívejte sluníčka a vlídného počasí, přeji vám všem i vlídné lidi kolem vás.

*Nezapomeňte! 1. dubna – Apríl
30. dubna – pálení čarodějnic. Já už mám své košťátko na slet připravené!*

*Hodně zdraví Vám přeje
Vaše Dáša*

Citát pro duben:

S rozumem nutno mít soucit, se srdcem nikoliv, protože je od přirozenosti statečné samo sebou.

Společenská rubrika



V měsíci dubnu své narozeniny oslavují:

Paní Iva Kosařová

Paní Jarmila Ludvíková

Paní PhDr. Helena Tatrová

Paní Jiřina Vejvodová

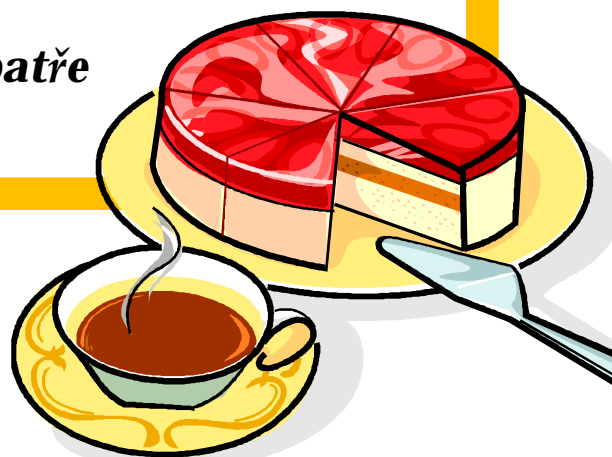
Pan Ján Vincúr

***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

14. dubna, tentokrát se sejdeme

ve 13.00 hodin na 2. patře





Kulturní akce

*Jste srdečně zváni v pondělí
11. dubna 2011 na 1. patro
na
přednášku paní Mellerové*

*Termín Besedy
klientů bude
v průběhu měsíce
upřesněn*

*Dne 29. dubna 2011
se bude konat
VIZITA
- návštěva vedoucích
pracovníků na jednotlivých
oddělení*

Pojďte si zacvičit ...

Cvičení ve stoji

Mírný stoj rozkročný, asi na šířku kyčlí, špičky lehce směřují ven. Mírně pokrčte kolena. Podsadte pánev, srovnejte záda, vypněte hrud', protáhněte šíji.



S každým výdechem se zpevněte v této poloze – zpevněte břišní svaly, pánevní dno je pevně staženo. Nyní pochodujte na místě. Posilujte svalstvo pánevního dna tím, že ho vědomě budete stahovat.

Vítáme mezi námi novou klientku

paní Ludmilu Hromkovou

Přejeme Vám hodně zdraví a mnoho
pěkných chvil strávených mezi námi



Posilujeme břišní svaly smíchem

Musíme šetřit...

*Chlap se vrací s manželkou z hospody:
„Teď už to holt, milá ženo, nepůjde, aby
jsme chodili každý večír do hospody!
Musíme se, holečku, pořádně uskromnit!“
„Hmm, a jak se chceš uskromnit?“ „No
jak? Snadno! Ode dneška budu chodit do
hospody sám!“*

Netopýr

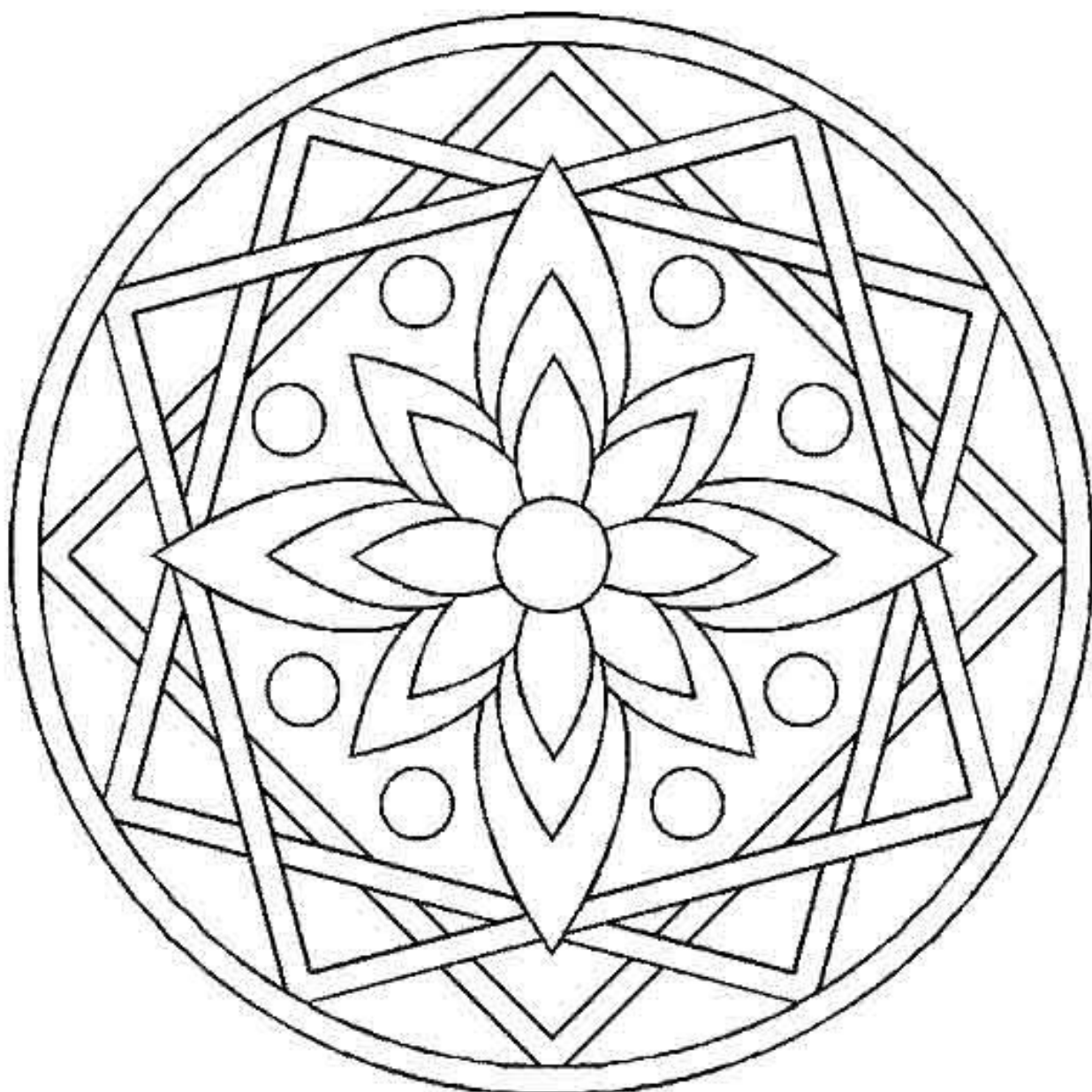
*Na telegrafním drátě visí několik
netopýrů hlavou dolů, a tu z
ničeho nic se jeden prudce otočí
a zůstane hlavou nahoru. "Hele,
co je s ním?" ptá se jeden.
"Nevím, asi omdlel."*

Mandala pro radost

*V minulém čísle jsme se dozvěděli jak Tibetané mandalu vytvářejí,
nyní se dozvíme, jak je to s mandalou u nás:*

Tibetští mniši u nás vytvářeli mandalu třikrát, v letech 1990, 1996 a 1999. Poprvé to byla Kálačakra, kterou vytvářeli mniši z buddhistického centra v Hamburku patřící škole Gelug. V letech 1996 a 1999 navštívili Prahu mniši z tantrické školy Gjütö patřící také do školy Gelug, kteří vytvářeli mandalu soucítění zasvěcenou Avalókitéšvarovi (tib. Čänräzig). Teď do České republiky přijíždí ladačtí mniši z kláštera Tikse, který opět patří do školy Gelug. Mandala, kterou budou vytvářet, je zasvěcena tantrickému božstvu Guhjasamádži (tib. Sangwadüpa).

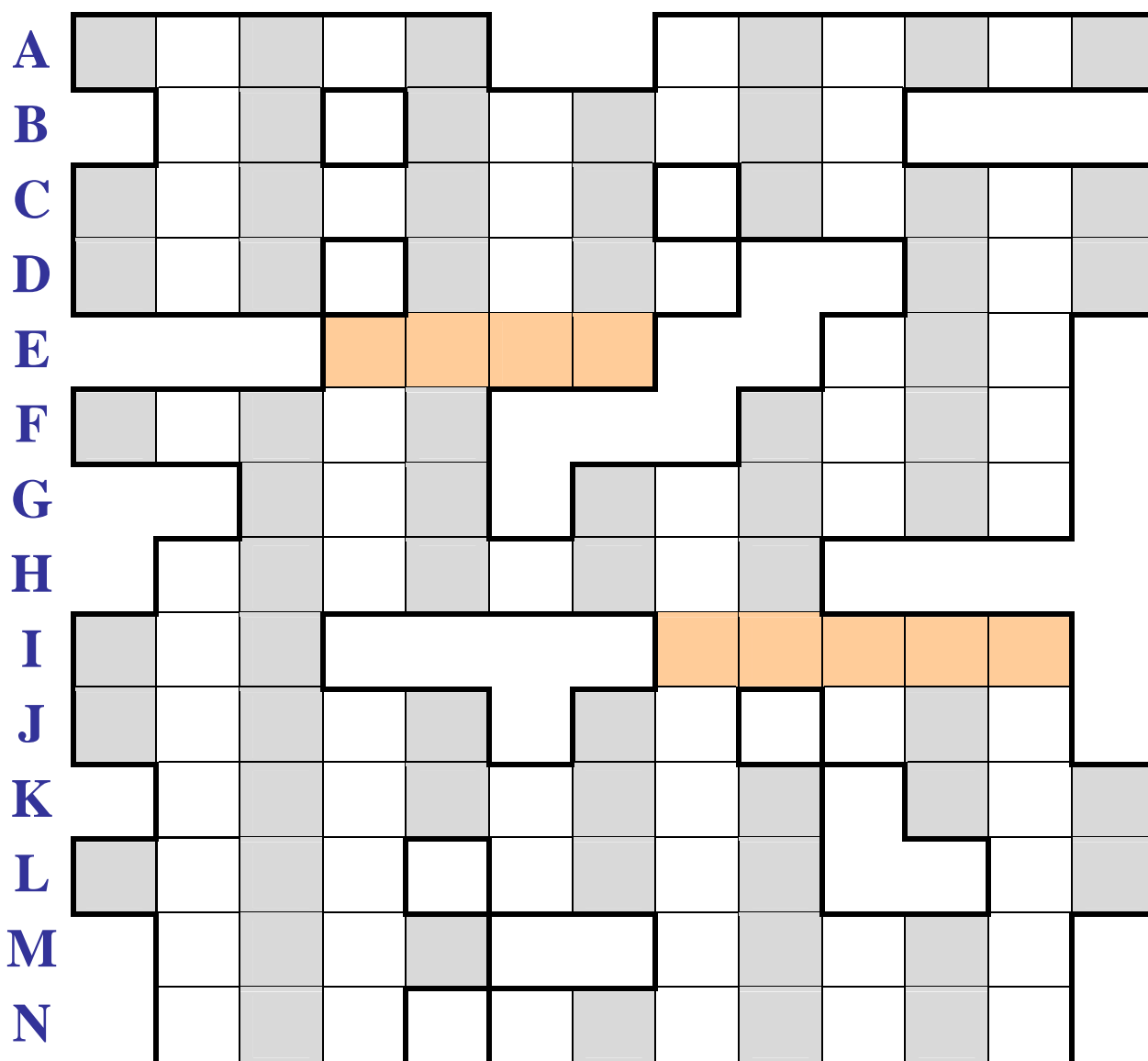
Nyní si můžete svou mandalu vybarvit



AMERICKÁ KŘÍŽOVKA

Vymyslela jsem si na Vás nový druh křížovky! Vy to bravě zvládnete, tak směle do toho! Způsob luštění: Slova se do řádek vpisují tak, aby až do přerušení prázdným polem byla v každém sloupci stále stejná písmena pod sebou. Nerozlišují se písmena s čárkou ani háčkem.

Král uherský a český, arcivévoda rakouský a císař římskoněmecký Josef II. (13. 3. 1741 Vídeň – 20. 2. 1790 tamtéž) byl pokrokový panovník, hlavní představitel osvícenského absolutismu. Snažil se o centralizaci a zavedení jednotného jazyka - němčiny. Je ale zajímavé, že jako jeden z mála habsburských panovníků (TAJENKA).



Legenda:

- A – Část domu paši; žádnou cestou
- B – Plošná míra; město na soutoku Labe a Vltavy
- C – Pálený cukr; pravoslavný obraz
- D – Ledovcový kotel; pranice; zájmeno osobní
- E – 1. část TAJENKY; zvuk určité výšky
- F – Značka pneumatik; sídlo u Londýna
- G – Lihovina; rozpouštědlo
- H – Potřeby kopáčů
- I – Žlutohnědé barvivo; 2. část TAJENKY
- J – Lem; identifikační číslo (zkr.); anglicky „nebe“
- K – Pruh vedle vozovky; pohyb kyvadla
- L – Rybí vajíčko (slovensky); město na jihu Francie; MPZ Venezuely
- M – Vápencové území; tretky
- N – Vraní citoslovce; úzké ozdobné stužky