

Zámecké listy

srpen 2011 8. ročník, č. 8

pro potřeby klientů Domova pro seniory Pyšely

Milí přátelé,

říká se – srpen je už začátek podzimu. Vždyť pranostika říká, že: „Svatý Vavřínek – první podzimec.“ Vavřínek má svátek 10. srpna, ale věřme, že nám ještě léto dopřeje příjemné dny plné slunce.

Srpen je též měsícem oslav Dožínek, slavností ukončení žní. Tato slavnost zahrnovala odvážení posledního snopu z pole, předání dožínkového věnce přání hospodáři a následně se pořádala hostina s hudbou a tancem. Věnc se schovával v hospodářství do Vánoc nebo do příštích žní. Víte, který svátek předcházel Dožínkám? Byl to kelty uznávaný svátek Lunhnasad,

konaný na počest boha Luga. Slavil se z 31. července na 1. srpna.

Lughnasad oslavoval začátek sklizně. Lidé se scházeli se vzdáleným příbuzenstvem, konaly se trhy i koňské závody. Snop obilí, který se v tento den rukou utrl, se ponechával až do příštího léta. Bylo zvykem jít časně ráno na kopec a pozdravit vycházející slunce a prosit o přízeň počasí. Lugh byl kelty uznávaným bohem Slunce, světla a všech řemesel. Byl symbolem vlády nad světlem.

Všem čtenářům přeji krásné dny plné letního slunce a pohody.

Hanka

Citát pro srpen:

*Utrhl jsem květinu a ona mi zvadla.
Chytil jsem motýla, ale brzy zemřel. Až pak jsem pochopil, že krásy je třeba dotýkat se srdcem.*

Společenská rubrika



V měsíci červenci své narozeniny oslavují:

Paní Marta Čejková

Paní Eva Chytrá

Paní Marcella Krejčíková

Pan Jaroslav Rubáš

Paní Hedvika Landová

Pan Miroslav Máša

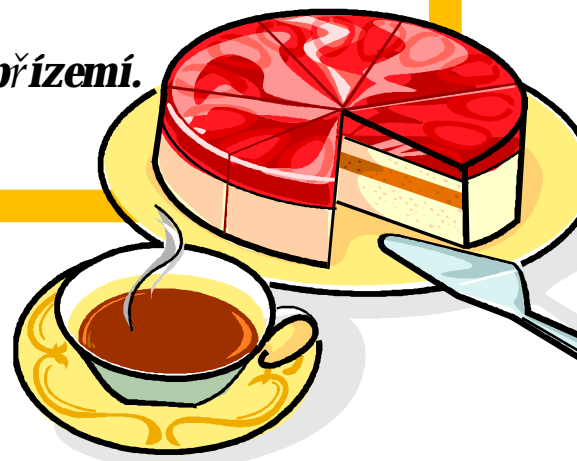
Paní Anna Petříková

***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

24. srpna, tentokrát se sejdeme

ve 13.00 hodin na jídelně v přízemí.





Kulturní akce

Kavárna

*Párty nejen pro oslavence
se bude tentokrát konat
ve čtvrtek 24. srpna 2011
ve 13:00 hodin
na jídelně v přízemí*



*Dne 25. srpna 2011
se bude konat
VIZITA*

*- návštěva vedoucích
pracovníků na jednotlivých
oddělení*



*Pořad paní PhDr. Nadi
Verecké se společným
povídáním, zpěvy a tanci
se bude tento měsíc konat:
5. srpna 2011
26. srpna 2011*

Výlet na konopiště



Ve čtvrtek 4. srpna byl výlet na Konopiště. Prohlédli jsme si rozkvetlou zahradu, která hrála všemi barvami.

Příjemně osvěženi jsme se vydali k zámku, zda se nám podaří spatřit medvěda. Kopeček, který k němu vedl, všichni statečně zdolali. Ani nikomu nevadilo, že medvěd ve výběhu nebyl. Tedy vlastně byl, ale dřevěný.



Výlet se zdařil a stihli jsme i oběd.

Výletům a sportu zdar!

Sportovní hry v Domově pro seniory Pyšely

V úterý 12. července se u nás v Domově konaly sportovní hry. Všichni jsme se oblékli do sportovního oblečení a s dobrou náladou zdolávali jednu disciplínu za druhou. Počasí k nám bylo vlídné a tak jsme mohli soutěžit venku. Celkem byly čtyři soutěžní stanoviště - metaná, hod na koš, hod na branku a písničky na téma. Že se nám den vydařil, dokazují tyto fotografie.



**Báseň, kterou přednesla paní Květoslava Parýzková na
Sportovních hrách v Domově pro seniory Pyšely**

Viliam Shakespeare

1564 – 1616

Sonet – LXVL

Jsem unavený, nechce se mi žít,
když lumpovi se metál připíná
a nuzná nicka chce se dobře mít
a čistou víru každý proklíná
a zlatý věnec zdobí ničemu
a dokonalost není k ničemu
a dobro k veslu zla se přikulí,
vším znavený bych lehce měl smrt brát,
však opustil bych i to co mám rád.

Pojďte si zacvičit ...

Palcová pozice – Cvičení svalstva pánevního dna



Výchozí pozice:

Jděte na kolena, palce se dotýkají ale kolena jsou rozevřená. Skloňte horní část těla dopředu a položte čelo na ruce.

Provedení pohybu:

Napněte svalstvo pánevního dna. Držte napětí po několik sekund a poté uvolněte.

Počet opakování:

Opakujte 10 až 12x.

Intenzivní variace:

Napněte pánevní dno, držte napětí a poté dodatečně v malých intenzivních kontrakcích 4-5x rychle napněte.

Vítáme mezi námi novou klientku

paní Evu Lintymerovou

Přejeme Vám hodně zdraví a mnoho
pěkných chvil strávených mezi námi



Posilujeme břišní svaly smíchem

Chytrý Pepíček:

Paní učitelka vyvolá
Pepíčka: „Pepíčku, řekni
dvě zájmena!“ „Kdo, já?“
„Výborně, Pepíčku.“

Přechod přes hranice

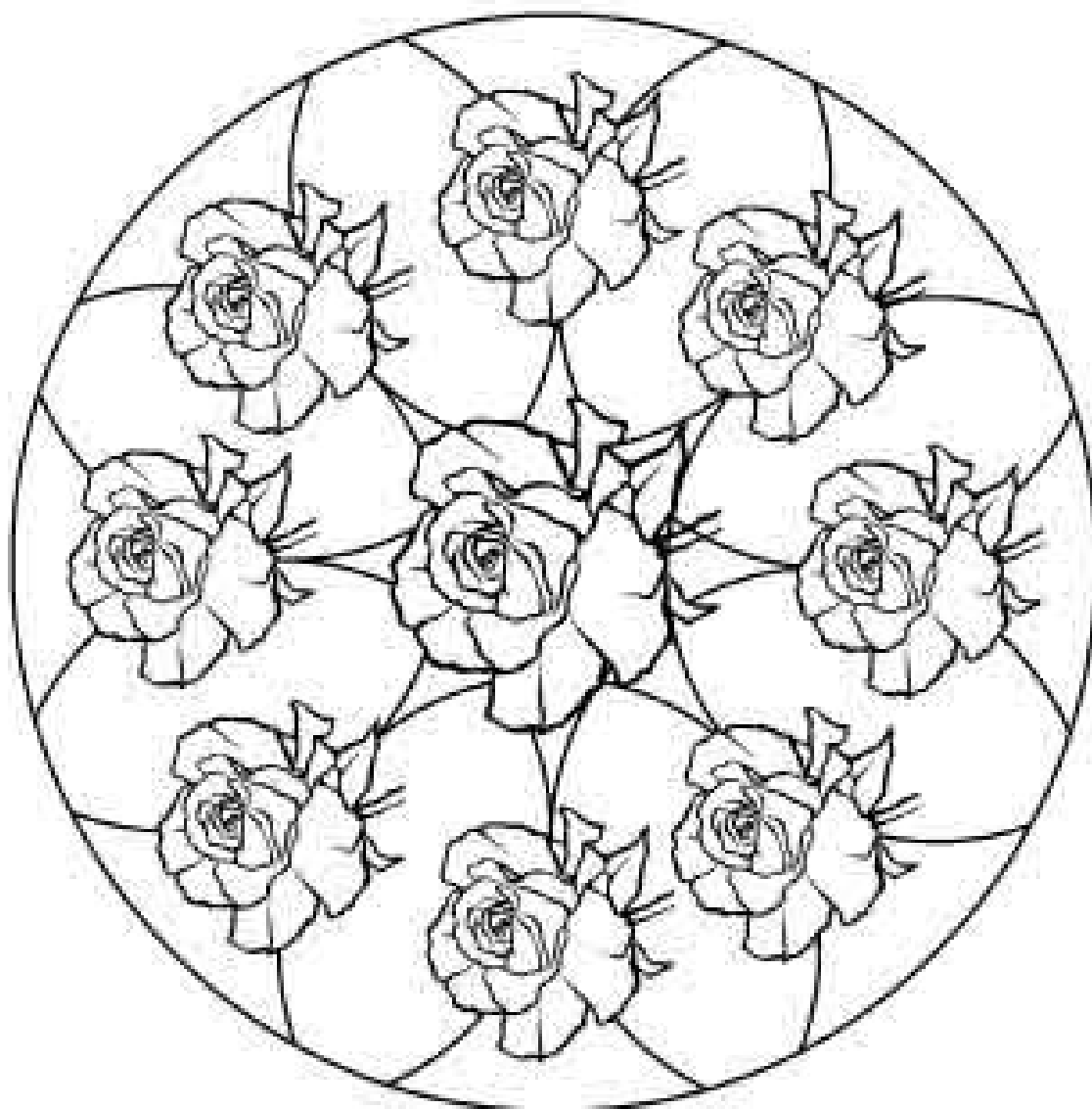
Římský císař promlouvá ke
gladiátorům: "Gladiátoři, dneska
budete mít zápas ve vodním pólu.
Mužstvo, které vyhraje, dostane
svobodu!" "A jak poznáme
soupeře?" ptají se gladiátoři.
Císař se uchechtne a povídá:
"Snadno, krokodýli budou mít bílé
čepičky."

Mandala pro radost

V minulém čísle jsme se dozvěděli, jak na nás mandaly mohou působit, nyní se dozvíme co o nás mandala prozradí.

Umění mandaly je především nástrojem osobního poznání, proto vytvořením těchto symbolů vystihneme mnoho našich částí. Naše tělo je obsaženo v mechanické části kresby. Vidíme tak náš nervový systém dosud nepoznaným způsobem v pohybech, které byly potřeba k vlastní malbě. Náš stav myšlení je odražen ve formách a strukturách, které se objevují v kružnici a naše pocity jsou odraženy v použitých barvách. Když je mandala dokončena, získáme zajímavý ucelený otisk toho, co se v nás odehrávalo v daný okamžik.

Nyní si můžete svou mandalu vybarvit



OSMISMĚRKA

Alfons Šťastný (19. 4. 1831 Štěkeň u Strakonice - 8. 11. 1913 Padařov) byl sedlák, publicista a duchovní otec agrárního hnutí v Čechách. Kritizoval také náboženství a zvláště katolickou církev i její úzké propojení se státem. Toužil zavést jednotný umělý mezinárodní jazyk a zasazoval se o vytvoření (TAJENKA).

A	G	N	A	G	Y	R	O	S	K	O	P	Y
E	S	O	P	V	E	P	O	R	V	A	P	O
A	K	J	A	M	A	J	A	O	N	A	V	S
T	L	A	T	T	K	A	Š	D	N	A	H	T
A	Á	R	R	A	I	T	A	A	L	Y	S	Y
P	D	N	O	M	Ě	S	T	O	B	Í	K	S
Y	A	A	R	P	Í	O	U	Y	L	L	U	K
A	N	E	L	A	S	N	A	H	A	I	O	K
R	K	K	G	A	G	A	R	I	N	Č	L	R
D	A	É	O	U	B	R	E	É	K	N	B	I
Y	E	Č	I	L	O	H	G	A	A	R	O	N

Aaron
Alena
Balada
Blanka
Gagarin
Ganga
Garnát
Gejša
Génius
Gyroskopy

Hlíst
Holič
Hranostaj
Husita
Jamajka
Karmín
Kočka
Lokny
Město
Oblouk

Oštěp
Padlí
Panda
Patro
Rajon
Rolba
Shyby
Skládanka
Sojka
Svahy

Tanap
Tuareg
Valoun
Yardy