



Čtvrtletník

Jablíčko

časopis sociálních služeb HB



2/2012 ročník 2.

číslo 6

www.ssmhb.cz

Úvodník



Milí čtenáři, když jsem přemýšlela o tématu dnešního úvodníku, napadla mě myšlenka, se kterou jsem se setkala na konferenci s názvem Financování sociálních služeb v ČR minulý týden v Praze.

Konference řešila, jak budou financovány sociální služby v příštích letech, jak budou období nebude jednoduché, jak se hledají koncepční a efektivní systémy financování, jak je důležitá spolupráce a komunikace jednotlivých složek, které se financování účastní, jak je důležité zachovat kvalitní sociální služby a plánovat jejich rozvoj, rozvíjet nové služby a se stávajícími

vytvořit síť péče pro potřebné občany našeho státu.

Mezi jednotlivými příspěvky této konference zazněl příspěvek, který se odlišoval od ostatních svým názvem Dobrá duše. Projekt se zabývá vzájemnou pomocí seniorům jeden druhému. Seniori, kteří jsou soběstační mnohdy však s pocitem samoty s chutí pomoci někomu druhému, se zapojují do tohoto projektu a v pomoci druhým nachází smysl a chuť do života.

Tato myšlenka mě přivedla k zamyšlení, kolik dobrých duší jsem za patnáct let mé práce v sociálních službách potkala. Bylo jich nepočítaně. Tyto dobré duše vidím denně v našem zařízení, ať jsou to uživatelé služeb, kteří jsou vnímaví k těm, kteří již nejsou schopni se o sebe postarat, dobrovolníci, kteří pravidelně dochází za klienty a jsou dobrými dušemi našeho domova, rodiny našich klientů, spon-

zoři, tak i personál, který je duší každé sociální služby a bez jejich práce a bez toho, aby do ní nedali trochu své duše, by sociální služby nebyly tím, co jsou nyní.

Stále znovu a znovu si uvědomuji, že bez empatie a pochopení toho, proč pracujeme v sociálních službách, se tato práce dělat nedá.

A co financování sociálních služeb v budoucnu? Jsem optimista a věřím tomu, že lidé, kteří rozhodují o tom, kolik peněz do sociálních služeb plyne, si uvědomují to, že v našich zařízeních je spousta dobrých duší a měly by být oceněny tak, jako v jiných službách, které jsou ve veřejném zájmu pro občany naší země.

Na závěr bych ráda popřála všem čtenářům hezké léto a mnoho dobrých duší ve Vašem okolí.

Vaše Magdalena Kufrová,
ředitelka Sociálních služeb

Milé čtenářky, milí čtenáři,



přichází léto a k létu patří kromě mnoha jiných radostí také knihy – veselé příběhy, u nichž si můžeme odpočinout od práce i od přemýšlení, nebo naopak mnoha-setstránkové romány plné hlubokých myšlenek, na něž nemáme jindy čas.

V létě se knihy nejenom čtou, ale také píší – mnohem víc než v zimě. Jen málo spisovatelů má to štěstí, že se může žít pouze literaturou.

Většina autorů u nás i ve světě má kromě psaní nějaké „normální“ zaměstnání a na psaní knih jim zbývají večery, víkendy a také léto, čas dovolených, kdy do té své normální práce nemusí chodit a mohou celé dny jenom psát. Nebo aspoň hledat inspiraci, třeba při cestách po vzdálených zemích. K tomu ale dovolenou nepotřebují, protože spisovatelé hledají inspiraci vlastně pořád. Každý všední den, každé slovo, které náhodou zaslechnou a každý člověk, jehož zahlédnou, se může stát inspirací, pootevřenými dvířky, jimiž vejdu do světa nového románu. Někdy je to trochu smutné – jako by se život

naplnil až tehdy, když je zapsán do knih. Můžeme se na věc ovšem podívat i z té veselejší stránky: spisovatelé mají několik životů – ten, který prožívají, a ty, o nichž píší. A čtenáři jsou na tom vlastně ještě mnohem lépe, protože kromě svého života mají ty tisíce dalších životů, o nichž si mohou číst.

Milé čtenářky a milí čtenáři, přeju vám krásné léto plné knih a také co nejvíc veselejších stránek v knihách i v životě.

Markéta Hejkalová
spisovatelka a pořadatelka
Podzimního knižního veletrhu

Malý velký výlet

Letošní jarní výlet byl pojat trochu netradičně. Výletu se tentokrát zhostila a připravila ho jedna z našich pracovnic sociální péče paní Mühlfaiová a čekal ji nelehký úkol, protože její cílovou skupinou bylo ošetrovatelské patro a zvláštní režim.

Za pomoci personálu jsme se vydali na předem vybrané místo, konkrétně na Zelenou horu ve Žďáře nad Sázavou. Je to malý kostelík a jeho velkou zvláštností je, že je zapsaný jako památka UNESCO. Kostelík jsme si prohlédli, měli jsme i odborný výklad o historii a budoucnosti této památky. Asi největším zážitkem byl pro naše klienty oběd v krásné přírodě a pozorování krajiny z oken autobusu, která se tolik změnila od dob jejich mládí.

Celá posádka autobusu šťastně zakončila výlet zmrzlinou v Přibyslavi a k velké spokojenosti obyvatelů se vrátila do Havlíčkova Brodu.

Zdena Lehmannová, terapeutka



Mráz nás nabíjí, shodují se senioři

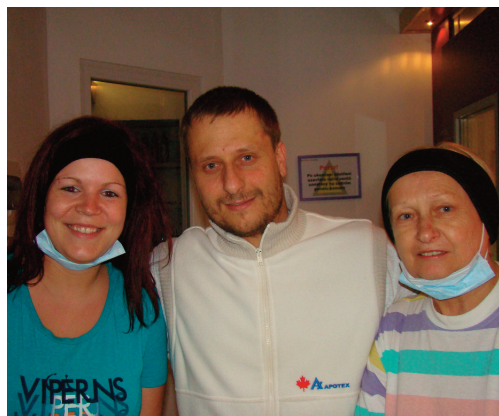
První cyklus dobročinného projektu Mrazíme těla, hřejeme srdce je u konce. V jeho rámci dojížděli do žďárské kryokomory půl roku senioři z havlíčkobrodského Domova pro seniory. Pravidelně jednou týdně, výjimečně jednou za 14 dní, zamířila do žďárského zařízení skupinka klientů Domova pro seniory v Havlíčkově Brodě doprovázená vedoucí zdravotního úseku. „Když jsme tady měli seniory poprvé, to bylo tuším v prosinci, byly na nich vidět určité obavy. To je ale u všech klientů komory stejné, respekt z polárních teplot je velký,“ usmívá se provozovatel kryokomory a lékař Pavel Vávra. U seniorů nakonec původní obavy vystřídala radost z blahodárných účinků mrazu. Jak říká jeden z klientů, pan Felix, kromě účinků na fyzickou na sobě pociťoval i mírný nástup euforie a radosti, který je pro návštěvu kryokomory typický: „Jednak mám pocit, že se mi lépe chodí. Psychika se

mi určitě taky zlepšila, mám vždycky po tom dobrou náladu,“ přitakává také paní Plodíková: „Od té doby, co navštěvuji kryokomoru, jsem neměla rýmu ani kašel a to jsem na to trpěla celkem dost. Pokaždé mě to nabije energií. Cítím se lépe, co se týče fyzického i psychického stavu. Možná i tak trochu adrenalin.“ Účinky kryokomory tak vystihla úplně přesně: zlepšuje imunitu a celkovou výkonnost a zároveň má stimulační účinky na psychiku. Ideální je tak třeba i pro skupinu sportovců. Třetí ze zúčastněných, paní Pavlíčková jako třešničku na dortu přidala i pozitivní účinek na pleť.

V současné chvíli tak pomalu vrcholí první a vlastně tak trochu ošukávací část projektu Mrazíme těla, hřejeme srdce. „Jsme rádi, že komora potvrdila všeobecně platné a ověřené blahodárné účinky na zdravotní stav člověka. U všech klientů jsem v průběhu terapie zaznamenal zlepšení hybnosti, odezněly vleklé kloubní bolesti a zlepšila se psychika.“ Podle Pavla Vávry se ale projekt nezastavuje: „Přes prázdniny vytipujeme další skupinu lidí, kterým bychom rádi pomohli: rozhodujeme se mezi pacienty v rehabilitačních programech a sportovci. Na obě skupiny má kryokomora skvělé účinky, jen přemýšlíme, kterou vybereme. I když ono se postupně dostane asi na obě skupiny,“ směje se Vávra.

Jana Zušicová,

Kryokomora Žďár nad Sázavou



BLAHOPŘEJEME!

V uplynulých měsících oslavili narozeniny následující klienti. Všem ze srdce blahopřejeme a přejeme hodně zdraví a životního optimismu.

DUBEN

DS:

Badalová Marie
Fousková Olga
Hortenská Emilie
Hromádková Františka
Chroustovská Anna
Pelikánová Jiřina
Petrová Marie
Souček Jiří
Svobodová Marie
Vaněk Jaroslav Mgr.
Vokálová Anna

Domovinka:

Nezbedová Zdeňka

KVĚTEN

DS:

Bořilová Jaroslava
Dočekalová Marie
Dvořáková Věra
Havelková Otilie
Tůmová Marie
Venc Václav
Zadinová Anna

Domovinka:

Sládková Miloslava
Severová Zdeňka
Niklová Věra

ČERVEN

DS:

Absolonová Jindřiška
Čiháková Jana
Endrlová Zdeňka
Felix Miloslav
Jaroš Jan
Koukolová Věra
Neuvirtová Marta
Novotná Ludmila
Pavlas Jaroslav
Šlégrová Zdena
Volfová Květuše
Zimmermannová Marie

Domovinka:

Crhánová Božena

Rozhovor s panem Krédlem u příležitosti jeho 101. narozenin

František Krédl, uživatel služby domov pro seniory, oslavil v březnu neuvěřitelné výročí 101 let života. Pan Krédl je nejstarším obyvatelem města Havlíčkova Brodu a je plný optimismu, chutí do života a elánu, který rozdává všem ve svém okolí, nejenom ostatním uživatelům, ale i zaměstnancům Domova pro seniory, Reynkova. Rozhodli jsme se proto mu položit pár otázek z jeho soukromí.

Pane Krédl, můžete nám říci, kde jste pracoval?

Triatřicet let jsem pracoval jako cestmistr u údržby silnic v Chotěboři, kde se mi moc líbilo.

Co Vaše rodina?

Ženíl jsem se v roce 1938 a opravdu jsem byl šťastný. Mám tři děti, deset vnoučat a jedenáct pravnoučat. S manželkou jsem prožil 71 krásných let, na které rád vzpomínám.

Znáte recept, jak se dožít tak krásného věku?

Musí být člověk spokojený, veselý, nezávidět a nenervovat se. Vše řešit s úsměvem a na špatné věci zapomínat. Velký podíl na mém věku měla manželka, s kterou jsem prožil krásné chvíle života.

Čeho si nejvíce vážíte v životě?

Mám radost z dětí, vnoučat a jak se všichni ke mně chovají. Jsem šťastný, že mohu trávit stáří v tomto pěkném zařízení a vážím si personálu, který se o nás stará.



Co Vám dělá radost?

Radost mi dělá každého úsměv, návštěva rodiny ale i kytičky, o které se starám. Rád si povídám i se spolubydlicími a navštěvuji terapii. Mám rád hudbu.

Na jakém jídle si pochutnáte?

Mám rád polévky, houby, které mi vozí dcera a všechno jídlo, které si uvaří. Nesmí chybět ani skleničky na zdraví.

Moc Vám děkujeme za rozhovor a za všechny zaměstnance i uživatele Sociálních služeb města Havlíčkova Brodu Vám přejeme hodně zdraví, štěstí a radosti do dalších let.

Bc. Magdalena Kufrová, ředitelka SSMHB

Brodští senioři jsou celosvětovým unikátem

V havlíčkobrodském Domově pro seniory, Reynkova mají projekt, který je unikátní nejen v celé republice, ale možná i na celém světě. Místní senioři už více jak rok pracují na tvorbě časopisu Jablíčko - magazínu pro klienty Sociálních služeb města i ostatní spoluobčany. "O podobném projektu jsem nikde neslyšela, takže se opravdu můžeme pyšnit raritou. Jsem na naše seniory pyšná, a oceňuji jejich zapálení," říká ředitelka zařízení Magdalena Kufrová, která se zároveň na tvorbě časopisu také podílí.

V červnu vychází už šesté číslo, ve kterém se čtenáři mohou těšit nejen na novinky z Domova či denního stacionáře pro seniory, ale

také na oblíbené rubriky jako je Škola základ života nebo Pamětníci starých časů ještě žijí.

Časopis vzniká v rámci kurzu Žurnalistika pro seniory, který vede lektor Ondřej Rázl. Redakci v současné době tvoří dva klienti z Domova pro seniory (Irena Trnková a



Irena Trnková a Věra Niklová při korektuře Jablíčka

Jaroslav Vaněk) a klientka Domo-vinky - denního stacionáře (Věra Niklová). Z pracovníků Domova se na časopise kromě ředitelky podílí také její asistentka Petra Plodíková a terapeutka Zdena Lehmannová. Jablíčko vzniká ve spolupráci s obecně prospěšnou společností Centrum Vysočina, tisk zajišťuje tiskárna Hermann a spol. Časopis je k dispozici na recepci Domova pro seniory, v Městském informačním centru na Havlíčkově náměstí, v Krajské knihovně Vysočiny anebo také v čekárnách lékařů. Dostupný je také na webových stránkách Sociálních služeb www.ssmhb.cz.

redakce

Tvůrcem časopisu se může stát úplně každý! Stačí navštívit kurz Žurnalistika pro seniory nebo kontaktovat pracovníky Domova pro seniory (569 433 757).

Škola základ života

Druhá třída družičky, Školní rok 1935/1936

Do školy nás opět přivítala paní ředitelka Žofie Pokorná a třídní učitelka z první třídy Marie Svobodová. Nejdříve jsme si zopakovali učivo z první třídy. Ze psaní to byla malá a velká písmena abecedy, pak čtení z učebnice Poupata a některé říkanky. V počtech psaní číslic a význam znamének plus a minus. Měli jsme znamenitou třídní učitelku. Chovala se k nám mateřsky a my jí její lásku opláceli. Její výklad předmětů byl tak příkladný, že jsme si látku většinou zapamatovali již ve škole a doma v domácím úkolu jen zopakovali. Písemné domácí úkoly jsme měli dvakrát týdně ze psaní a z počtů, jinak byly zadány k zopakování texty z učebnic.

V občanské výchově a vlastivědě jsme si zopakovali vznik první republiky, význam a zásluhy prezidenta osvoboditele T. G. M. To jsme netušili, že za pár měsíců bude situace jiná. V prosinci 1935 abdikoval pan prezident na svou funkci. Paní učitelka měla slzy v očích, když nám vysvětlovala, co je to abdikace. Že pan prezident je vážně nemocný, musí odpočívat a nemůže dál funkci prezidenta zastávat. Na nového prezidenta je navržen současný úspěšný ministr zahraničí, nejbližší spolupracovník pana prezidenta Edvard Beneš. Tomuto vysvětlení jsme rozuměli a bylo nám to moc a moc líto.

Edvard Beneš byl zvolen na Hradě ve Vladislavském sále prezidentem ČSR dne 18. 12. 1935.

Ze třídy zmizel portrét prezidenta Masaryka a byl vyměněn za portrét Edvarda Beneše.

Učební plán jsme ve druhé třídě dokončili podle učební osnovy i za těchto zvrátů.

V sousedním Německu se začal roztahovat Adolf Hitler. Mezinárodní politická situace se začala měnit. Panovalo všeobecné mínění, že dokud bude živ prezident

Masaryk, nic se nám zlého nemůže stát. Masaryk se svojí autoritou ve světě, to byl náš ochranný štít. Národ si přál, aby T. G. M. byl ještě dlouho s ním.

Třetí třída hodní žáci, školní rok 1936/ 1937

Školní rok byl pro nás zahájen v klidné atmosféře. Uvítány jsme byli opět paní ředitelkou a naší milou třídní učitelkou Marií Svobodovou. V počtech jsme již měli násobení a dělení, v českém jazyce přibyla četba literatury, doporučen byl Alois Jirásek - Staré pověsti české. Zeměpis, dějepis, ruční práce. V ručních pracích jsme se nejdříve učili různé vzory háčkování. Pak jsme háčkovali polštářek, tak zvaný jehelníček na zapichování jehel a špendlíků. To byl dárek pro maminky. Ta moje ho ráda používala a já ho mám na památku dodnes. Od první třídy dál pokračoval i tělocvik a zpěv. Ve výuce jsme při zkouškách byli dobře hodnoceni na jedničky a dvojky. Trojek bylo málo. Čtyřka snad žádná nebo se na konci roku napravila. Moje maminka se zlobila, že mi dvojka ze zpěvu kazí vysvědčení. Paní učitelka jí vysvětlila, že musí hodnotit zpěv a nikoliv znalost not či hru na piano. Maminku ujistila, že i tak mi vyšla vstříc se známkou dvě. Vedení obecné školy dívčí i chlapecké v Palackého ulici na Žižkově se rozhodlo uspořádat na konci školního roku Besídku. Od první až páté třídy děvčata nacvičovala pod odborným vedením učitelky program. Totéž i vedlejší chlapecká

škola. K tomu účelu bylo pronajato divadlo Akropolis blízko školy. Moc jsme se všechny na vystoupení těšily a pilně nacvičovaly. Program byl dobře uspořádán, vhodně byla sladěna vystoupení nižších tříd s vyššími, chlapci spolu s děvčaty i každý samostatně. Prostrná cvičení se střídala s tanci, zpěv s recitací básní, oboje sólově i se souborem, vhodně vložena byla hraná pohádka dětmi z nižších tříd o Červené Karkulce, o Sněhurce a sedmi trpaslících. Na závěr vystoupila naše paní ředitelka a pan ředitel z chlapecké školy. Poděkovali rodičům i žákům za spolupráci ve školním roce a popřáli nám krásné prožití prázdnin.

Besídka měla velký úspěch a jednotlivá vystoupení žáků byla odměněna bouřlivým potleskem. Divadlo bylo naplněno rodiči, příbuznými dětí. Jako diváci přišli učitelé z jiných škol. Pozváni byli také zástupci Sokola i jiných organizací. Naše třetí třída chlapců a děvčat zahajovala besídku řízným pochodem a prostrným cvičením ve stylu spartakiády. Potom jsem ještě účinkovala v tancích spolu s chlapci.

Druhý den jsme obdrželi vysvědčení. Rozloučili jsme se s třídní učitelkou, poděkovali jí za všechnu práci a lásku k nám. Slova našich díků byla potvrzena květinovým darem. Nejen paní učitelka, ale i my děti jsme byly dojaty. Loučily jsme se mezi sebou na celé dva měsíce.

Věra Niklová



Pokračování v příštím čísle...

Návrat do doby dávno minulé



Byli jste někdy v Egyptě?

Já ano. Do cíle jsem dojela autobusem. Na západním břehu Nilu, v malém údolí, kde se nyní nachází vesnice řemeslníků Dér el-Medína, která se stala památkou těchto geniálních umělců, tvořících hrobky faraonů v Údolí králů. Se skupinkou lidí jsem vešla do velké haly. Tam jsme dostali potřebné instrukce, kudy půjdeme, co uvidíme v podzemí.

Byli jsme uvedeni ke sestupnému schodišti, které vedlo do dlouhých navzájem proplétaných chodeb. Vstup hlídala stráž. Muži měli na hlavách něco jako zlatou přilbu, umělecky zdobenou, kolem beder krátkou tkanou sukénku. Sandály držely na úzkém řemínku, který měly křížem obtočený od kotníků přes lýtky až pod kolena. Zlaté kopí, které drželi v ruce, bylo zkříženo a tím zatarasen vstup do podzemí. Ruce od zápěstí měli zdobené až po loket. Po prokázání vstupenky nás pustili do sestupného schodiště.

Měla jsem jakýsi zvláštní pocit, že vstupuji do posvátných prostor dávných časů. O tom jsem četla ve

světoznámé knize finského spisovatele Mika Valtari - **Egypt'an Sinuhet**. Když jsme sestoupili dolů po úzkém a nízkém schodišti, octli jsme se nejprve v místnosti písácké dílny. Na dlouhém stole byly kalamáře s inkoustem a množství tyčinek z tvrdého dřeva, kterým písáři psali a zaznamenávali vše důležité. Obdivujeme hieroglyfy, písmo, které dlouho bylo nerozluštitelné... Až v roce 1799 byla nalezena **Rossetská deska** se třemi druhy písma. V roce 1821 písmo rozluštil **Jean Francois Champollion**. Dnes egyptologové písmo neluší, ale čtou úplně normálně.

Na zdi viselo také mnoho dopisů doplněných různými malovanými figurami. Na stolech bylo mnoho keramických váz a různých zvířat, brouků s typickým zdobením z té doby. Pokračovali jsme dál. Ve vitrině byla kopie části **Huneferovy knihy mrtvých** z 18. dynastie kolem roku 1275 před Kristem. Zde bylo obrazně a hieroglyfem popsáno, jak Anup přivádí zesnulého před Usírův soud... Nádherné! Dlouhou chodbou pokračujeme dál. Dostáváme se k hrobu šesti mumií. Každá má v místě hlavy zobrazenou svoji tvář. Hieroglyfy jsou napsaná jejich jména. Po prohlídce se blížíme k nejdůležitějšímu místu naší prohlídky - k hrobce se sarkofágem. Jednoho z mnoha stavitelů a řemeslníků faraonových hrobek. Jmenoval se **Sennedjem**. Zřejmě zastával vysokou funkci. Nasvědčuje tomu celá pohřební výbava. Krásně zdo-

bený sarkofág s jeho otiskem obličejů, nádherně vymalovaná hrobka s mnoha pohřebními hosty a nespočtým množstvím hieroglyfů. Žil v době faraona Sethiho a Ramesse II. V celé hrobce byl jen jeden nápis česky - **Služební v místě pravdy**. Tím prohlídka asi po hodině a půl končila. Vraceli jsme se zpět chodbou. Na modrém stropě zářila jedna hvězda za druhou.

Byla jsem nadšená a obohacená nevšedním zážitkem. Celé podzemí vytvořili několikaměsíční práci studenti Gymnázia Havlíčkův Brod, Základní umělecké školy J. V. Stámice, Akademie - Vyšší odborné školy, Gymnázia a Střední odborné školy uměleckoprůmyslové Světlá nad Sázavou. Díky jejich nádherné práci!

Netradiční atmosféru egyptského podzemí můžete navštívit do konce letošního roku v Muzeu Vysočiny v domě K. H. Borovského na Havlíčkově náměstí. Jen pozor - přístup do sklepení není bezbariérový!

Věra Niklová



Zasad'te strom pro své blízké!

Sociální služby města Havlíčkův Brod připravili projekt **Zahrada aneb Zasad'te strom pro své blízké**, který je zaměřen na zahradní úpravy v okolí Domova pro seniory, Domova s pečovatelskou službou a Centra pro seniory. "Prostor v okolí těchto zařízení není vhodně řešen pro uživatele sociálních služeb. Nová zahrada zabezpečí dostatek míst vhodných k odpočinku a relaxaci. Zahradu oz-

dobí kvetoucí keře a květiny, které potěší oči i duši," říká ředitelka Magdalena Kufrová.

Cílem projektu je zkvalitnění života uživatelů sociálních služeb. "Oslovujeme tímto rodiny i občany města k příspěvku na konkrétní strom, keř či květiny v zahradě. Každý strom bude označen cedulkou se jménem dárce," představuje záměr projektu Kufrová, která dodává, že se jedná o dobrou věc,

která udělá radost mnoha lidem v současnosti i v budoucnosti. "I my zestárneme, zastavíme se a budeme si vážit posezení v příjemném prostředí pod rozkvetlým stromem," uzavírá ředitelka.

Více informací: Sociální služby města Havlíčkova Brodu, Reynkova 3643, Havlíčkův Brod. Petra Plodíková - tel.: 569 433 757

redakce

Pamětníci starých časů ještě žijí: Cesta do neznáma

Ne každému se podaří dožít život tam, kde se narodil. I ptáci si hledají dobrá místa pro zbudování hnízda a tak i člověk hledá místo pro lepší, důstojnější život.

Narodila jsem se na Podkarpatské Rusi v době, kdy byla ještě součástí Československa. Naše vesnice byla veliká. Byl tam notářský úřad, poštovní úřad, několik řezníků, jeden řezník košer pro Židy, Baťova prodejna, doktor Lustig, ke kterému jsem chodila babičce pro aspirin, obchody s textilem, tři školy, dvě školky, řecko a římskokatolický kostel, židovská synagoga. V roce 1907, kdy babička stavěla domek, už měl číslo 398, v roce 1947 říkal tatínek, že už bylo čísel 900.

Ve vesnici žila většina Rusínů, dále Slováci, Češi, Maďaři, Poláci, Rumuni, Židé, Němci, které kdysi Marie Terezie posílala jako kolonisty obydlovat některá místa. Nepamatuji si, že by mezi tou různorodou směsí národností byly nějaké rozbroje. Všichni se navzájem potřebovali. Chodila jsem do třídy se dvěma židovskými chlapci a všichni společně jsme se zúčast-

ňovali dětských lumpárniček.

Dětství do určité doby jsem měla moc krásné. Žili jsme s babičkou, která byla velice moudrá. Neuměla číst ani psát, ale dala mně i sestře hodně moc. Zнала nepřeborné množství pohádek, některé jsem po létech našla i v knize pohádek Boženy Němcové, znala naše pověsti, zkazky a my byly vděčnými posluchačkami. Bydleli jsme skromně. V domku byla síň s pecí na chleba a pokoj, kde jsme všichni spali. Babička stavěla domek s pomocí sousedů, protože dědeček odešel do Kanady v r. 1907 a už se nikdy nevrátil. Sama se musela starat o dvě děti, život měla velice těžký. V domku jsem se narodila já i sestra. Byli jsme chudí. Tatínek pracoval v lese, ma-

minka pracovala, kde se dalo. Oba byli šetrní, nakoupili trochu polí a pro každou z nás parcelu. Na koně to nebylo, měli jsme tři kozy (jak říkal tatínek pekelná stvoření), pak už mohl koupit kravičku a to už bylo půl živobytí.

Možná by byl život už trochu lepší, ale přišla okupace a to už byl konec krásného, bezstarostného dětství. 14. března 1939 ve vsi byli ještě Češi a 15. tého už Maďaři. Všechno se začalo měnit a hlavně to, že bude válka, nás strašilo, protože jsme věděli, že tatínek bude muset na frontu. A taky po vypuknutí války tatínek narukoval a až do r. 1945 jsme o něm neměli žádnou zprávu. Odešel na frontu po boku Maďarů společně s Němci. Tehdejší maďarský admirál Horthy Miklos sympatizoval s Němci a tak všichni muži z naší země šli bojovat proti Rusům.

Dětství nám vzala válka. Na každého z nás byla naložena míra zodpovědnosti a práce, na kterou dětské síly stačily.

Pokračování v příštím čísle.

Irena Trnková



Bartůňek do dvojky, kalhoty a boty dolů!

Řízný poddůstojník Vodrážka dostal příkaz, aby šetrným a taktním způsobem sdělil vojínu Novákovi, že mu zemřel otec. Popřemýšlel a pak vyřešil záležitost takto:

„Četo, na můj povel, v řad nastoupit! Všichni vojíní, kteří ještě mají otce, krok vpřed!“ Nic netušící vojín Novák vykročil také. „Krucí, Novák, kam vy se cpete?“ zařval Vodrážka. A tak se vojínu Novákovi dostalo příslušné informace, že už nemá otce.

Stará vojenská anekdota nechť nám poslouží jako východisko k malému zamyšlení nad zdvořilostí a taktem.

Zdvořilost, vlídnost, trpělivost a takt (samozřejmě ne ten vodrážkovský) mají blahodárný, div ne léčebný,

účinek v mezilidských vztazích. Asi všichni vděčně vzpomínáme na lékaře, sestřičky, učitele, úředníky, sousedy a známé, kteří nám svou trpělivostí, laskavostí a taktem pomohli přenést se přes těžké chvíle v našem životě. V Domově pro seniory, kde trávíme závěr svého života, se s vlídností, ochotou a laskavostí personálu setkáváme denně. Díky za to. Zůstat zdvořilý a vlídný i pod návaľem práce a někdy i osobních problémů není jistě snadné. Spíše se musíme zamyslet, zda my sami jsme dost ohleduplní k nim.

Ale jinde tu a tam se ještě s vodrážkovstvím setkáme. V jednom zdravotnickém zařízení jsem zaslechl povel:

„Bartůňek do dvojky, kalhoty a boty dolů!“

Samozřejmě nechceme, aby pracovní vyčížená sestra volala:

„Pane Bartůňku, buďte tak laskav a vstupte do kabiny číslo 2, a pokud vás to nebude obtěžovat, odložte si kalhoty a boty.“ Ale stačila by dvě krátká slova: pan a prosím. „Pan Bartůňek do dvojky. Sundejte si prosím kalhoty a boty.“ A hned to zní zdvořile a moc času navíc to nezabere. Ale i bez těch dvou slov se na sestru zlobit nebudeme. Víme, že má hodně práce, a ve srovnání s desátníkem Vodrážkou je to stejně jen úsměvný úlet. Ostatně, na zdvořilost si ještě nepřiplácíme, tak co bychom chtěli.

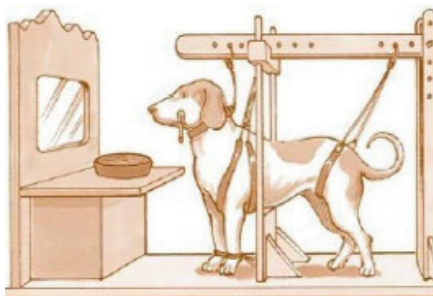
Jaroslav Vaněk

O podmíněných reflexech

Mnoho desítek let už uplynulo od doby, kdy Ivan Petrovič Pavlov zkoumal na svých pejscích podmíněné reflexy. Když pejsci dostávali jídlo, ozývalo se zvonění. Psi si zvonění spojili s jídlem, a když se po určité době ozvalo zvonění, už se jim sbíhaly sliny a slintali, i když jim jídlo nepřinesli.

I u nás lidí se podmíněné reflexy vytvářejí. Nosíte třeba v zimě pokrývku hlavy, která se při pozdravu smeká (např. klobouk). „Dobrý den, paní Vopršálková, dobrý den, pane Lebedo“ a zvedáme ruku k hlavě, aby nadzvedla klobouk. A pak přijde jaro, vyjdeme si prostovlasí a potkáme paní Vopršálkovou. „Dobrý den, paní Vopršálková“ a ruka se automaticky zvedne k hlavě, na níž žádná pokrývka není. Podmíněný reflex zapracoval. Abychom to zamaskovali, podríbeme se třeba za uchem. Vyprávěla mi jedna známá úsměvnou historku. V podniku, kde pracovala, musela stále zvedat

telefon: „Tady strojírny, odbytové oddělení, co si přejete?“ Za chvíli znovu: „Andělová, odbytové oddělení strojíren. Jaké máte přání?“ A tak to pokračovalo od šesti hodin ráno do oběda. V polední přestávce zamířila dotyčná pracovnice do nedalekého obchodu s potravinami, aby si koupila něco k jídlu. Ale ouha. Na dveřích obchodu byl zvonek, a když paní Andělová otevřela, ozvalo se zazvonění. A podmíněný reflex vyvolaný každodenním vyzváněním telefonu zaučinkoval. „Tady odbytové oddělení strojíren, Andělová. Co pro vás mohu...?“ zahlaholila



paní ve dveřích překvapeným prodávčkám a zákazníkům. Tak mě napadá, zda někteří naši politici, úředníci a podnikatelé nebyli také vystaveni pokusům s podmíněnými reflexy. Třeba při projednávání pracovních záležitostí vždycky něco zacinkalo a po čase cinkalo i bez pracovních záležitostí. A sliny se začaly sbíhat... Co takhle vypěstovat v lidech pozitivní podmíněné reflexy? Někdo potřebný někoho o něco požádá. Oslovený by si za normálních okolností pomyslel: „Trhni si nohou, já mám svých starostí dost a nejsem kuře, abych hrabal zadarmo.“ Ale pozitivní podmíněný reflex by ho přiměl říci: „Samozřejmě, beze všeho. Hned se na to podívám, ale tu obálku, co vám vypadla, si dejte do aktovky, abyste ji tu nezapomněl.“

Jenže jak na to?

Jaroslav Vaněk

Festival dechových hudeb DOBROHOSTOV 2012

V neděli 19. srpna se na letním parketu v Dobrohostově u Havlíčkova Brodu uskuteční už čtvrtý ročník Festivalu dechových hudeb DOBROHOSTOV 2012.

Program festivalu:

14.00 LESANKA (Humpolec)
15.30 REBELKA (Havl. Brod)
17.00 STRAŇANKA (Strání)
18.40 VYSOČINKA (Humpolec)

Předprodej vstupenek v Městském informačním centru v Havlíčkově Brodě. Jednodenní vstupenky v předprodeji za 100,- Kč, na místě za 150,- Kč. Na nedělní dechovky zajištěn autobusový svoz z Havlíčkova Brodu.

Akci podporuje Město Havlíčkův Brod. Více informací na webových stránkách www.emil-music.cz a na plakátech.

FESTIVAL DECHOVÝCH HUDEB

STOCK 2012

**DOBROHOSTOV
LETNÍ PARKET - NEDĚLE**

19. 8. 2012, 14-20 hod.

PARKET JE ČÁSTEČNĚ ZASTŘEŠEN

• **STRAŇANKA** •

Mistr Evropy dechových hudeb 2009 a vítěz Zlaté křídlovky 2008

VYSOČINKA • REBELKA

• **LESANKA** •

Vstup do 14 hodin nebo v předprodeji **100 Kč**. Vstup po 14. hodině **150 Kč**.
Předprodej vstupenek: Městské informační centrum Havlíčkův Brod (budova nové radnice)

ZAJIŠTĚN AUTOBUSOVÝ SVOZ (jízdné 10 Kč jedna cesta)

Linka 1 = 12.45 Havlíčkův Brod (Česká spořitelna) – 12.55 Havlíčkův Brod (Humpolecká OMV) – 13.05 Šmolovy – 13.10 Lípá. Linka 2 = stejná trasa od 13.30 hodin. Odjezd po skončení akce.

Rebel
havlíčkobrodské
pivo



**MIROSLAV KRUPAVER
TRUHLÁŘSTVÍ**
Dobrohostov 27, tel.: 569 447 344

Festival dle podpoří: Obec Lípá, Město Havlíčkův Brod, SINKA reklama, spol. s r.o., TRADECO, spol. s r.o. středisko Havlíčkův Brod, EFEKT projektová kancelář, s.r.o. a Karel Milchovský

17. MALÝ LETNÍ FESTIVAL
18. 8. TANDEM • E.M.I.L. • FORTUNA • BASS ROCK
• LIQUID FACE • SATLAVA • ROCKLE
začátek v 17.00

Křížovka

Správnou tajenku odevzdejte na recepci DS Reynkova do 31. srpna, tři vylosovaní získají hodnotné ceny.

Číslo 5

POMŮCKA: AHAU, ENS, FASE, LIN- HA, MAES, RICHE	OSTRÝ SKALNATÝ VÝBEŽEK	1. DÍL TAJENKY	STARŠÍ NÁZEV GENU	AUTOR PALIČOVY DCERY		JMÉNO LI- TÉRÁRNÍHO HISTORIKA NOVÁKA	KALEVALA	OZVĚNOVÉ HLOUBKO- MĚRY	VAZALOVÉ	FINSKÉ PŘÍSLOVÍ				
ZUŽOVAT					ODSLUNÍ									
NUŽE					FRANCOUZ- SKÝ „BOHATÝ“ JSOUCNOST									
NÁZEV ZNAČKY DUSÍKU			ČLEN BEATLES HADŘÍK							UKAZOVACÍ ZAJIMENO		DRUH STIPENDIA	3. DÍL TAJENKY	ZNAČKA NÁKLAD- NÍCH AUT
RYBÁŘSKÁ POTŘEBA				NESPOJIT TEKUTINY INICIÁLY JANŽUROVÉ						ZNAČKA GI- GAPASCALU UMLÁCENÝ				
	DLOUHÝ OCAS	TLAKOVÝ STROJ 2. DÍL TAJENKY				PATŘÍČÍ MOURKOVÍ PISEMKO								
BOLESTNÉ CITOSLOVCE					KOŘISTITI RANNÍ VLÁHA					INDONÉSKÝ OSTROV V MINULEM ROCE				
ZÁBAVA (obecně)				DOMÁCKÝ RENATA KORNOUT- TICE						NÁŠ DIRI- GENT (jiří) STÁT V AFRIČE				
PŘÍZVISKO HAROLDA LLOYDA			ZEŠIKMENÁ MELODIE					HESLO ZÁKRSKY						STŘEŠNÍ ZLAB
NENACPANÝ												SPZ DOMAŽLIC DAŇ. PŘI- ZNÁNÍ (zast.)		
	PLAVIDLO 20. DEN MAYSKEHO MĚSÍCE					VELCÍ DRAVÍ PTÁCI DRUH PSA				CITOSLOVCE ŘÍZNUTÍ ZPĚVNÍ PTÁCI				
ÚŘEDNÍ SPISY					VZOREC SILICIDU PALLADIA RUSOVLAŠE					POTUPENÍ BODAVÝ HMYZ				
ČLOVEČE, NEZLOB SE				STARO- GERMÁNSKÉ LITERY ZASYČENÍ					VYSYPÁNÍ KARETNÍ BARVA					
CITOSLOVCE ŽIVNUTÍ			ROZHODČÍ JMÉNO HUDEBNÍKA KOCÁBA					NALEPENÁ VRSTVA STRATÉG						HRÁT TENIS JEN TAK
VZÍTÍ SI DO HLAVY											OPICE (knížně) NĚST TREST (knížně)			
	RECKÁ BOHYNĚ VÍTEZSTVÍ BELGICKÝ CYKLISTA					AGUTIOVÝ HLODAVEC LÁTERENÍ				TERIÉRI VODNÍ OB- RATLOVEC				
ZARÍZENÍ U VARHAN					DOUŠKY SÍLA					JMÉNO HERCE O'NEALA MŮNKA				
ŠPANĚLSKÁ VYCHOVA- TELKA				PLÉŠT CHEMICKÁ ZNAČKA LITHIA					VYCHYTRA- LÝ ČLOVĚK SPZ KOLÍNA					
VOJENSKÝ VLAK							JAPONSKÝ ZPŮSOB ÚPRAVY KVĚTIN							
URČENÝ K POSÍLENÍ							STÁVAT SE KOŠATÝM							

Děkujeme sponzorům a partnerům za věcné a finanční dary:

Uniderma, s. r. o.
Ludmila Novotná
Miroslav Bořil
MUDr. Ludmila Skálová
MUDr. Jaroslav Říman
Miroslava Kumbárová
ALFAMEDICAL, s. r. o.
Ludmila Štětinová
Danone, a. s.
Anna Rudinská
Jiřina Franzová
Zdeněk Vávra
Ing. Jiří Skála
Marie Vondrová
Měšťanský pivovar HB,
a. s.
Kryocentrum Žďár nad
Sázavou
Feroplast, spol. s r. o.
Centrum Vysočina,
o. p. s.

**CENTRUM
VYSOČINA** o.p.s.

**SPONZOREM
ČASOPISU JABLÍČKO
JE SPOLEČNOST UNI-
DERMA s.r.o., KTERÁ
NABÍZÍ KOSMETIKU
PRO KOMPLEXNÍ PÉČI
O NAMÁHANOU
POKOŽKU. Více na
www.uniderma.cz**

UNIDERMA®
PROFESSIONAL HYDRA SYSTEM

Redakce: Věra Niklová, Irena Trnková, Jaroslav Vaněk, Zdena Lehmannová, Zdeněk Baloun

Redakční rada: Ondřej Rázl, Magdaléna Kufrová, Petra Plodíková

Kontakt a náměty: ondrej@razl.cz, 608 646 658.

Náklad: 300 ks

Za případné chyby v textu se omlouváme.

Uzávěrka příštího čísla 15. září 2012.