



Čtvrtletník

Jablíčko

časopis Sociálních služeb HB



Číslo 4/2017

28. vydání

www.ssmhb.cz

Strana 3



Nová retro místnost

Strana 6



Cesty známé neznámé

Strana 9



Hmyzí domeček/hotel

Vánoční atmosféra u nás v Domově



Ve středu 13. prosince u nás v Domově proběhla tradiční vánoční akce Zdobení vánočního stromu. Akce byla velmi příjemná, zpestřená krásným hudebním a tanečním vystoupením klientů denního stacionáře Úsvit Havlíčkův Brod, se kterým spolupracujeme. Navštívilo nás pár velmi milých hostů: paní Jana Fischerová

– náměstkyně hejtmana Kraje Vysočina, paní Martina Matějková – ředitelka Domova pro seniory Ždírec a paní Naděжда Vrbatová – ředitelka Střední a vyšší zdravotnické školy v Havlíčkově Brodě. Tyto milé dámy nám přišly s dary popřát krásné Vánoce, ale také se společně s naší paní ředitelkou Magdalenou Kufrovou za

zvuku koled zhostily zdobení vánočního stromu ve vestibulu Domova. Celou akci ukončili opět klienti Úsvitu veselým polštářkovým tancem. Všichni jsme se příjemně naladili na nadcházející vánoční svátky.

Vladěna Ranecká,
aktivizační pracovník

Úvodník ředitelky



Vážení čtenáři, blíží se konec roku 2017 adventní čas a to mě vede k ohlédnutí se za končícím rokem. Zamýšlím se, co se nám podařilo, co bychom udělali lépe a jaké plány máme do roku budoucího.

Domnívám se, že adventní čas je tou dobou, kdybychom tzv. inventuru udělat měli. Nebudu zde vypisovat vše, co se nám podařilo, ale dovolím si zmínit se o dokončení naší Zahrady smyslového vnímání u domova pro seniory včetně vodní fontány, jež nám všem dělá velkou radost. Pohled na naše klienty se svými rodinami či s pečovateli, procházející se po zahradě, mě utvrzuje ve smyselnosti tohoto krásného místa. Dalším prvkem, který vede, ke zkvalitnění našich služeb, je nová retro místnost pro klien-

ty s Alzheimerovou chorobou nacházející se v prostorách domova se zvláštním režimem. Tito naši klienti se zaslouží největší pozornost, vzhledem k jejich nemoci. Vnímají realitu jiným způsobem než my. Jsou rádi za nové podněty, které jim připomínají dobu, kdy vychovávali své děti a žili se svými rodinami. Vzpomínková místnost (retro místnost) je prostředí, kde toto nachází. Dále se nám podařilo vybudovat pro rodiny našich klientů zázemí s dětským koutkem, kde si mohou vnoučata či pravnoučata našich klientů pohrát a návštěvy popovídat či vypít kávu. Nová podoba interiéru při vstupu do domova je taktéž ve stylu vzpomínání a dýchá na nás příjemnou atmosférou minulých let. V terénních službách jsme pořídili nový zvedák do střediska hygieny Na Výšině, abychom zvýšili komfort našich klientů, kteří využívají našich služeb. Taktéž pořízení automobilu pro pečovatelskou službu umožňuje zvýšení dostupnosti našich služeb pro občany města Havlíčkova Brodu.

Co nás čeká v novém roce 2018? Největší investiční akcí bude sloučení stravovacích provozů Reynkova a Na Výšině do jednoho stravovacího provozu a koupě devítimístného automobilu pro pečovatelskou službu. Cílem těchto akcí je zefektivnit naše služby a rozšířit kapacitu pečovatelské služby v domácnostech pro občany města Havlíčkova Brodu.

V poskytování všech našich sociálních služeb bychom rádi více přistupovali individuálně k potřebám našich klientů a poskytovali péči šitou na míru s láskou, důstojností a porozuměním.

Na závěr mi dovoluje poděkovat všem našim zaměstnancům, spolupracovníkům, dobrovolníkům za jejich kvalitní práci. Za to, že rozdávají úsměv a porozumění, což tvoří kulturu naší organizace. Děkuji všem, kteří nás podporují.

Přeji všem klientům, zaměstnancům a jejich rodinám hodně zdraví a lásku.

Krásné Vánoce a šťastný Nový rok 2018.

**Vám přeje Vaše
Magdalena Kufrová
ředitelka SSMHB**

Blahopřejeme

V na konci roku oslavili narozeniny tito klienti:

ŘÍJEN

Palán František
Krupičková Marie
Moravcová Anežka
Burda Zdeněk
Čiháková Iva
Dvořáková Vlasta
Fuxová Irena
Krupauerová Božena
Borovičková Ludmila
Paulová Bedřiška
Venzhöferová Milada
Matoušková Oldřiška

Domovinka:

Malečková Marie
Prchalová Danuše

LISTOPAD

Krčálová Zdeňka
Lukeslová Blanka
Michelfeit Jaroslav
Březinová Ludmila
Hojná Jitka
Prchalová Hana
Marek Evžen
Lhotská Marie
Trnková Irena

Domovinka:

Kopřivová Alžběta
Štrachová Marie

PROSINEC

Rezek Bohumil
Jeřábek Jaroslav
Michalíčková Marie
Míka Jan
Maroň Alois
Brtnická Eva
Hofmanová Miloslava
Fučíková Soňa
Kysela František
Kubátová Marie
Dobrý Jaroslav
Havel Jiří
Vlodarčíková Marie
Švecová Jana

Domovinka:

Beránková Vlasta
Kodrlová Marie

Nová retro místnost

Na oddělení domova se zvláštním režimem jsme nyní nově otevřeli tzv. reminiscenční místnost. Ta je vybavena nábytkem ze cca 40. let a má za úkol uživatelům této služby připomínat dobu, ve které žili několik desítek let. Tento nábytek a příslušenství měla většina z nich doma a tyto věci velice dobře znají.

Měly by jim připomínat jejich mládí a měli by se tam cítit dobře. Tzv. reminiscenční terapie (neboli vzpomínková) patří mezi základní terapie u klientů s demencí, využívá se však i u zdravých seniorů a u seniorů s kognitivní poruchou. Jejím cílem je zlepšit kvalitu života za pomoci vyvolání příjemných vzpomínek, kte-

ré mají pro člověka důležitou hodnotu a v neposlední řadě by měla uživatelům ulehčovat přesun z domácího prostředí do zařízení sociálních služeb. Vzpomínky jsou jediné bohatství, o které nás nikdo nepřipraví.

Petra Plodíková,
aktivizační pracovnice



Herna pro děti u nás v Domově

Během listopadu tohoto roku byla u nás v Domově uvedena do provozu herna pro děti. Tato herna vznikla z části nevyužívané jídelny na modrém patře. Cílem je poskytnout zázemí návštěvám s dětmi, kteří sem chodí za svými příbuznými. Prostor je přístupný denně

od 9 do 18,30 hodin. Hernou vzniklo celkem prostorné zázemí s kulečnickem, mini fotbal, stolkem pro nejmenší s různými hrami, knihovnička a další zábavné prvky. Také zde vznikla výstavní plocha pro výrobky našich přátelů organizací MŠ, ZŠ a

dalších sociálních zařízení. V současnosti nám pro výzdobu poskytl svá krásná díla denní stacionář Úsvit z Havlíčkova Brodu, se kterým v tomto směru budeme dlouhodobě spolupracovat.

Vladěna Ranecká,
aktivizační pracovník



**Chcete přispívat do Jablíčka? Máte pro nás nějaké nápady, připomínky?
Napište nám na terapie@ssmhb.cz!**

Vánoce mého dětství

Pocházím z malé vesničky pod Melechovem. Budu Vám vyprávět o Vánocích mého dětství, které byly sice chudší, než jsou ty současné, ale za to krásné, radostné a plné pohody.

Vánoce začínaly již začátkem prosince. Na vesnici ve všech chaloupkách se začalo pomalu uklízet,

aby bylo všude čisto a uklize-no. Úklidu neušly ani dvorky, chlěvy, stodoly a náves.

Na Svatou Barborku se utrhl větvička třešně a děvčata, která toužila po vdavkách, netrpělivě

čekala na Štědrý den, zda větvička vykvete. Říkávalo se, že když vykvete, děvče se do roka vdá.

Sváteční vánoční hostině předcházela půst, který si dnes málokdo umí představit. Ale za to na Štědrý den si i v nejchudších rodinách dopřávali.

Tak to bylo i v naší rodině. Byly jsme maminka, já a moje starší sestra (dále my ženy). Tatínek nám, když mi bylo 10 let, zemřel.

Před vánočními svátky jsme došly pěšky do vedlejší vesnice na skromný nákup.

Maminka napekla vánočku, ovesné placky a nasušila z jablíček křížaly. Cukroví jsme nepekly. Mléko jsme měly od vlastní kravičky, mouku z ručně vymláčeného obilí, vajíčka od svých slepiček a máslo maminka tloukla z vlastní smetany. Vlašské a burské ořechy, ty jsme vůbec neznaly. Když nastal Štědrý den, maminka se na chvíli ztratila a jako zázrakem přinesla malý voňavý vánoční stromček. Ten upevnila do kříže a postavila na stůl. Potom jsme

všechny tři začaly stromček zdobit. Do tzv. třepení, to byl lesklý papír na konci roztržený, jsme zabalily kostky cukru a byly vánoční ozdoby. Přidaly mašličky a stromček dozdobily řetězem ze slepených barevných papírových proužků. Nakonec na konce větviček jsme připevnilly klasické svíčky. Říkalo se, že za každého, který už s námi v rodině nebyl, u nás hlavně za tatínka.

Nastalo dlouhé čekání na ten sváteční večer. Odpoledne jsme ještě nasypaly ptáčkům



do krmítka semínka a daly kousek loje, zašly i do chlěva, kde jsme přilepšily něčím na zub pašíkovi, koze i kravičce. Kočičkám jsme dolily plné misky mlíčka a maminka nasypala zrní svým slepičkám. Svolávala je voláním na puťu, puťu, na... v mžiku byly všechny u ošatky.

Vše bylo připraveno a čekalo se až vyjde na nebi první hvězdička.

Než nastala štědrovečerní hostina, maminka se nastrojila a pomodlila. Stůl byl ozdoben větvičkami z lesa, rozkrojeným jablíčkem a sušeným ovocem. Tradičním jídlem u nás byla hrachová polévka. Jako hlavní chod byl vepřový řízek a skromný bramboro-

vý salát, vše ze surovin, které jsme si doma vypěstovaly. Když se náhodou dostal v obchodě, někdy byl i párek. Kapra a rybí polévku jsme v té době rovněž neznaly.

Nikdo nesměl od stolu vstát, než zazvonil zvoneček. Zvoneček zazvonil, maminka zapálila svíčky a prskavky. V tu chvíli se nám rozzářila očka a pojalo nás takové nepopsatelné těšení.

Maminka začala krásně zpívat koledy, byla jako anděl. My jsme se k ní po chvíli přidaly. Ježíšek byl u nás chudý, ale přesto pod stromčkem jsme nějaké dárky našly. Převážně prádlo a nějaké pamlsky. Pro maminku jsme největším dárkem byly my dcery. Měla radost, že jsme hlavně zdravé a že v nás měla oporu a zastání. Musely jsme jí hodně pomáhat, když byla na naši výchovu a celé hospodářství sama. O to víc z nás měla radost.

Po rozbalení dárků jsme dodržovaly některé vánoční zvyky. Šly jsme na zahradu a klepaly keřem, říkalo se třesu, třesu vřes, kde jsi milý dnes? Odkud se ozval štěkot psa, odtamtud měl být jednou náš ženich. Pak jsme házely botou. Botu jsme hodily za sebe, byla-li špičkou ven, znamenalo to, že v dalším životě budeme bydlet jinde. Byla-li špičkou dovnitř, znamenalo to, že zůstaneme doma.

Rozehrály jsme vosk a nalily do studené vody. Vždy se vytvořil nějaký obrázek, ze kterého jsme se snažily vyčíst, co pro nás znamená.

Pokračování na str. 5.

Pokračování ze str. 4.

O půl noci šla celá vesnice pěšky do lipnického kostela na půlnoční mši. Všichni se měl rádi, vyprávěli si zážitky, cestou zpívali koledy. Holky měly v kapse lístečky se jmény kluků. Když odbíjely půlnoční zvony, každá si vytáhla jeden lístek se jménem toho, který měl být pro ni tím vyvoleným. Po půlnoční jsme šli zase všichni společně domů a usínaly

šťastni nad prožitým krásným Štědrým dnem.

Neznaly jsme elektrické svíčky, televizi, videa, mobily, hry a všechny ty vymoženosti současné moderní doby.

Neznaly jsme mnohatisícové nákupy v přeplněných nákupních centrech, neznaly jsme cestování autem, přesto jsme byly spokojené, šťastné a možná i radostnější.

Nostalgie staročeských vánoc je milou vzpomínkou na dny pohody, klidu a radosti, které často v dnešní hektické době chybí.

Veselé Vánoce plné štědrosti, pohody, lásky a klidu a šťastný nový rok se spoustou štěstí a pevného zdraví Vám přeje

Ludmila Prchalová

Vzpomínka na Šumavu

Psal se rok 1950 a já jsem končila druhý ročník měšťanky – dnešní 7. třída.

Na pozvání tety mne tatínek odvezl k nim na prázdniny. Moc jsem se těšila na změnu. Teta a strýc měli velké hospodářství. Od vlaku jsme museli asi pět kilometrů šlapat pěšky, ale to mi vůbec nevadilo, protože jsem byla uchválena přírodou a lesy. V údolí tekla řeka Vltava a svými zákrutami vytvářela srdce - srdce Vltavy.

Na druhý břeh se nedalo vystoupit, to už bylo hraniční

pásmo.

Do řeky jsme se chodili koupat. Pomáhala jsem tetě v kuchyni, hlavně při škrábání brambor. Teta dokonce sama pekla chleba. Byli velká rodina a teta se starala o 4 chlapy.

Vyrazila jsem s konvičkou na maliny a když jsem rozhrnula větve, uviděla jsem klubko hadů. Konvičku jsem zahodila a v hrůze utekla domů. Na maliny mě přešla chuť.

Nejvíce jsem si užívala krásu přírody, když jsem vyháněla krávy na pastvu. Hlavně se

muselo hlídat, aby neutekly do vojenského nebo hraničního prostoru. Naštěstí byly krávy hodné a klidné a vše proběhlo v pohodě.

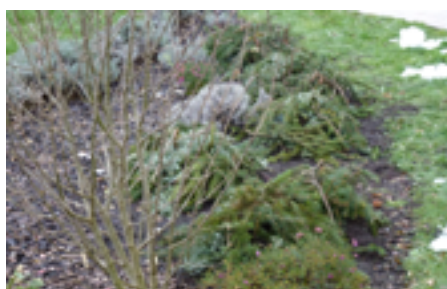
A tak při těchto dobrodružstvích utíkal čas a prázdniny se krátily. Tatínek pro mě přijel a nastal mi všední život ve škole v Nymburce. Dlouho jsem vzpomínala na krásu Šumavské přírody a nikdy nezapomenu.

Jaroslava Zvolánková

Zahrada

Na zimní období je potřeba připravit i naši zahradu, aby si vše mohlo odpočinout a připravit se na jaro.

Zdena Lehmannová,
aktivizační pracovník



Poděkování

Můj první vstup do domova byl v Humpolci. Brzo jsem se se všemi seznámila. Prostředí tam bylo pěkné a neměla jsem důvod být nespokojená. Ráda na všechny vzpomínám. Pak ale z Domova pro seniory v

Havlíčkově Brodě přišla zpráva, že by pro mě měli volné místo. Rodina byla moc ráda a tak jsem musela, ač nerada, do Brodu. Teď je ale všechno jiné. Stačila chvílka a mám zase všechno, přátele a blízko

domů. Jsem ráda, že jsem to všechno zvládla a už jinam nechci. Jsem zde spokojená a tak díky oběma domovům za všechnu starost, kterou mi věnujíte.

**Milada Kopřivová,
klientka**

CESTY ZNÁMÉ NEZNÁMÉ – ŠPANĚLSKO 2. část

Vítáme Vás v dalším díle našeho nového seriálu o cestování. Tentokrát si představíme Španělsko a představí nám ho naše kolegyně Hanka Opršalová, které tato země přirostla k srdci.

Španělsko

Španělské království se rozkládá na Pyrenejském poloostrově a se svou rozlohou 504 782 m² se stává 50. největší zemí planety. Žije zde 48 958 159 obyvatel, což znamená, že průměrná hustota osídlení je 87,8 obyvatel / km². Průměrný věk Španělů je u mužů 74 let a u žen o 6 let více. Oficiálním jazykem je španělština, tu považuje za rodný jazyk 70% obyvatel. Dalšími používanými jazyky jsou katalánština, galicijština a baskičtina. 97% Španělů se hlásí ke katolickému vyznání, zbylá procenta jsou většinou ateisté. Typ vlády ve Španělsku je konstituční monarchie a králem je Filip VI. Španělsko je součástí Evropské Unie od roku 1986 a euro, jako svou měnu, přijalo v roce 2002. Do té doby španělská měna byla peseta (1 peseta = 100 centimů). Barvy španělské vlajky navazují na znak aragonského království z 12. století. Současná úprava, při níž je střední žlutý pruh dvakrát širší než červené pruhy

na okrajích, byla přijata v roce 1938 během občanské války.

Španělské království je druhou největší zemí západní Evropy, hned po Francii. O území poloostrova se dělí s Portugalskem. Většina státu se rozkládá na rozsáhlé náhorní plošině Meseta. Nad ní však vyčnívají horská pásma Sierra Morena a Sierra Nevada. Na severu se tyčí Kantaberské pohoří a

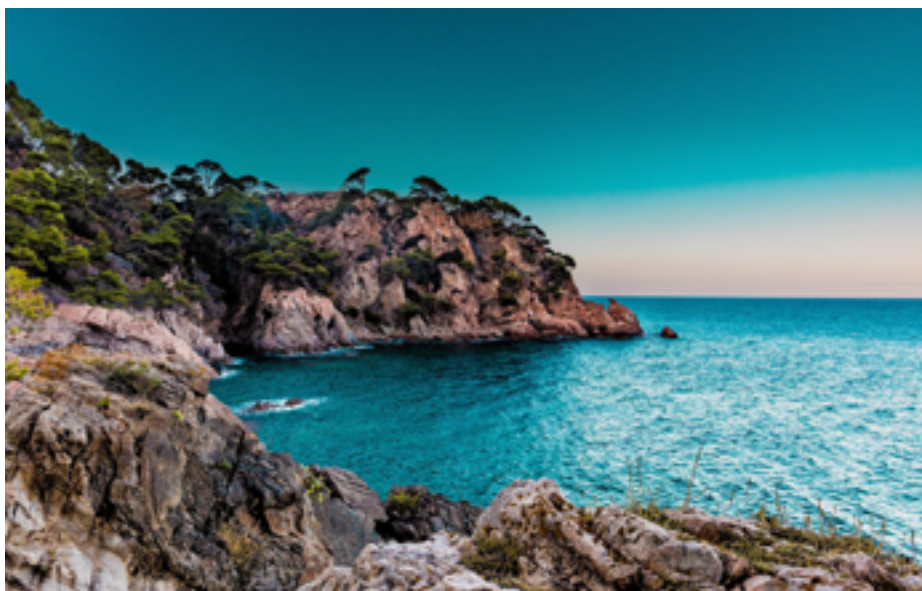
SERIÁL O CESTOVÁNÍ

vysoké Pyreneje, tvořící hranici s Francií. Nejvyšší vrchol Španělska však leží na jihovýchodě v Sierra Nevadě a nese název Mulhacén a jeho výška dosahuje 3 478 m.n.m. Španělsko má také úrodné pobřeží, roviny a nížiny v povodí řek Ebra na severovýchodě a Guadalquiviru na jihozápadě. Ke Španělsku patří rovněž Baleárské ostrovy ve Středozemním moři a Kanárské ostrovy

u severovýchodního pobřeží Afriky.

Hlavním městem země je Madrid. Leží v srdci země a má horká léta a studené zimy, kdy teploty klesají pod bod mrazu. Sníh pokrývá nejvyšší vrcholy horstev v Mesetě. Pobřeží a nížiny mají horká léta a mírné zimy. Většina srážek se soustřeďuje do zimních měsíců. Většina původních španělských lesů byla již dávno vymýcena. Nyní rostou lesy jen na horských svazích a na nepravidelné porosty narazíme v nižších jižních oblastech. Velké plochy pokrývají travnaté a křovinaté porosty. Dobře se v tomto podnebí, především na jihu země, daří palmám.

Zemědělská půda a pastviny zabírají asi 2/3 rozlohy. Nejrozšířenějšími plodinami jsou rajčata, okurky, papriky a mimo zeleninu jsou to citrusové plody a především olivy. Španělsko se považuje za největší pěstitele oliv na světě. Zelenina se pěstuje v pařnících z bílých plastových fólií. Celková produkce dosahuje až 2,5 milionu tun zeleniny ročně. Pěstují se zde speciálně vyšlechtěné odrůdy, které se sklízí před úplným dozráním, proto bohužel nevynikají svou chutí. Další surovinou, kterou Španělsko produkuje ve velkém je korek. Vyrábí se opracováním kůry korkového dubu. Hlavní složky španělského průmyslu jsou výroba automobilu spolu s lehkým strojírenstvím a velký rozvoj zaznamenal chemický průmysl.



Pokračování na str. 7.

Pokračování ze str. 6.

Živočišstvo je ve Španělsku převážně středomořského typu. Na severu, v horských oblastech, se vyskytují střevoevropské druhy – kozorožec, vlk, divoké prase, kamzík nebo rys. V horských oblastech ve středu státu žije vlk, mnoho menších hlodavců, lišky, ježci, krtci. Pro stepní oblast je charakteristický hraboš, králík nebo kapský zajíc. Na jihu země převažují druhy zvířeny severoafrické, lasičky a africké druhy šakala. Z ptactva je zde hojně koroptví a křepelek, dále jsou zde chřástali vodní, divocí holubi nebo stepokurci. V řekách žije hodně ryb, a mnoho vod se užívá k hospodaření na pstruzích a lososích farmách. V mořích žijí tresky, makrely, sardinky a tuňáci.

Na Pyrenejském poloostrově žili lidé již před 5 tisíci lety. V historické době jsou zde doloženy četné kmeny, z části keltského, z části iberského původu. Ve 3. století do Španělska expandovalo Kartágo, následované římskou říší. Od 2. století před naším letopočtem postupně ovládl celý poloostrov Řím. Římané stavěli cesty, vodovody, přístavy a zcela změnili tvář celé oblasti. Kolem roku 400 n.l. vpadly do Španělska germánské

kmeny, ale v roce 711 dobyli Španělsko Arabové. Arabská kultura se ve Španělsku rozvíjela, budovaly se velké mešity a paláce, mnohé z nich stojí dodnes. Od 11. století zahájili křesťanští Španělé dlouhý boj proti Maurům. Poslední maurská pevnost na jihu Španělska, Granda, padla v roce 1492. V 15. století, po sňatku Isabely Kastilské s Ferdinandem Aragonským se vytvořili podmínky pro sjednocení Španělska. V 16. století se Španělsko stalo světovou mocností. Na svém vrcholu ovládalo území ve Střední a Jižní Americe, v Africe a na Filipínách. Od konce 16. století začala moc Španělska upadat. Jeho námořní síly byly zničeny při pokusu o dobítí Anglie. Ve 20. století již bylo Španělsko chudou zemí. V roce 1931 bylo Španělsko vyhlášeno republikou, ale po fašistickém povstání vypukla občanská válka, která trvala 3 roky. Republikáni byli nakonec poraženi a generál Franco vládl jako diktátor. Po jeho smrti byla ve Španělsku obnovena monarchie a princ Juan Carlos I. Se stal králem.

Vzestup španělské ekonomiky, krutě postiženou občanskou válkou, začal v 50. a 60. letech, jednak díky růstu turistiky a jednak po rozvoji průmyslu.

Na počátku 90. let už pracovalo v zemědělství pouhých 10% obyvatelstva, v průmyslu 35% a v obchodě a službách (včetně cestovního ruchu) 55%.

Za zmínku rozhodně ještě stojí španělská kultura. Ta je pevně zakořeněna v katolictví, jehož mocný vliv na tvorbu tradice dokazují například

procesy o velikonočním týdnu Semana Santa. Vlivy cikánské kultury se odrážejí v tanci a hudbě – flamenca, maurské dědictví se promítlo nejvíce v architektuře, například palác Alhambra. Další známou španělskou tradicí jsou býčí

SLOVNÍČEK:

Dobrý den – Buenas Dias

Dobrý večer – Buenas Noches

Ahoj – Hola

Dobrou chuť – Buenas gusto

Prosím – por favor

Děkuji – Gracias

Nashledanou – Adios.

zápasy neboli corrida, provozované zejména na jihu země. V Katalánsku bylo v roce 2010 rozhodnuto o jejich zákazu. Ve Španělsku se narodilo spoustu slavných umělců, malíři jako Salvator Dalí, Pablo Picasso, Francisco de Goya nebo experimentující architekt Antoni Gaudí, který začal se stavbou snad nejznámější španělské památky, chrámu Sagrada Família, česky chrám Svaté rodiny. Výstavba byla započata v Barceloně roku 1882 a stavební práce a úpravy trvají dodnes.

Na závěr bych Vám ráda představila pár základních španělských slovíček.

O Španělsku by se dalo napsat mnohem více slov, ale věřím, že i tento krátký článek Vám krásu a rozmanitost této země alespoň trochu přiblížil.

**Hana Opršalová,
pracovník přímé péče**



HUDBA LÉČÍ: Popová hudba (5. část)

Vítám vás u dalšího dílu našeho seriálu o hudbě. Dnes se zaměříme na hudbu rockovou- tedy aspoň na její větší část.

Rock je žánr populární hudby, který se do hlavního proudu dostal v 50. až 60. letech 20. století. Má kořeny v rock'n'rollu, rhythm and blues a country hudbě 40. a 50. let, ale je také ovlivněn folkem, jazzem a vážnou hudbou. Jako nástroje se nejčastěji používají elektrická kytara, baskytara, bicí nástroje a klávesové nástroje jako hammondovy varhany, klavír nebo od konce 60. let syntezátor. V rocku se často objevují kytarová, ale někdy i klávesová, saxofonová nebo harmoniková sóla.

Na konci 60. a na začátku 70. let se z rocku vyvinulo několik podžánrů. Spojením s folkem vznikl folk rock, smícháním s blues blues rock a rock s jazzem stvořily jazz fusion. V 70. letech rock ovlivnily Soul, funk a latinsko-americká hudba. V tomto období také vznikly další podžánry jako soft rock, glam rock, heavy metal, hard rock, progresivní rock a punk rock. V 80. letech syntézou punk rocku s mnoha dalšími styly vznikla tzv. Nová vlna, na druhou stranu se punk rock zradikalizoval za vzniku hardcore, což položilo základy alternativnímu rocku a grunge. V 90. letech britský alternativní rock vykristalizoval v britpop, indie rock. V Americe vznikl nu metal.

Skupina hudebníků soustředujících se na rockovou muziku se nazývá rocková kapela. Mnoho rockových kapel se skládá z kytaristy (hrajícího na elektrickou kytaru), hlavního zpěváka, basáka a bubeníka, takže tvoří kvarteto. Některé kapely jednu nebo více z těchto rolí vynechají nebo využijí zpěváka i na hraní

nějakého nástroje, takže tvoří trio neboduo; některé naopak nějakého hudebníka přidají. Rockové kapely nějakých žánrů, hlavně těch založených na rock'n'rollu, používají i saxofon. Méně často se používají strunné smyčcové nástroje jako housle nebo violoncello a žesťové nástroje jako trubka nebo pozoun.

Základní kámen rockové hudby je rock'n'roll, který vznikl ve Spojených státech během konce 40. a začátkem 50. let a rychle se rozšířil do velké části světa. Vznikl smícháním různých žánrů černošské hudby (např. rhythm and blues a gospel) s country-hudbou. V roce 1951 v Clevelandu začal diskžokej Alan Freed hrát rhythm and blues pro multirasové obecenstvo a jako první použil termín „rock and roll“.

Brzy se rock'n'roll dostal do popředí americké hudby a vyřadil ze žebříčků populární zpěváky předchozího desetiletí. Dal vznik několika podžánrům včetně rockabilly, který byl populární hlavně v polovině padesátých let díky Elvisovi Presleymu, Buddy Hollymu a Carlu Perkinsovi. V této době se začala stále více používat elektrická kytara.

Na konci padesátých let, když zemřel Buddy Holly a Elvis Presley narukoval do armády, začala sláva rock'n'rollu ustupovat.

Úsek mezi koncem 50. a začátkem 60. let se pro rock'n'roll ukázal jako zlomový. Zatímco v jeho začátcích měli největší úspěch muži a běloši, v této době v popředí stáli černoši a ženy. Na konci 50. let rock'n'roll nezmizel a jeho energie může být viděna např. ve vlně šílenství okolo Twistu, který proslavil Chubby Checker na počátku 60. let.

První britský rock'n'rollový hit byl „Move It“ od Cliffa Richarda. Na

začátku 60. let byla jeho doprovodná kapela The Shadows nejúspěšnější instrumentální kapelou. Když rock'n'roll ustupoval k lehkému popu a baladám, britské rockové skupiny v klubech začaly hrát s prudkostí a elánem málokdy viděným ve vystoupeních amerických bělochů.

Významný byl také příchod soulu a jeho velký komerční úspěch. V jeho čele stáli v polovině 50. let Ray Charles a Sam Cooke, od 60. let Marvin Gaye, James Brown, Aretha Franklinová, Curtis Mayfield a Stevie Wonder, kteří tak pomáhali zrychlit včlenění černošů do společnosti.

Na začátku 60. let se spustila vlna instrumentálního surf rocku, za jehož zakladatele se považuje Dick Dale, který mu dal typický „mokrý“ reverb.

Největšího komerčního úspěchu dosáhl surf rock jako vokální hudba, a to hlavně díky Beach Boys, kteří se dali dohromady v roce 1961. Jejich první hit „Surfin“ z roku 1962 udělal ze surf rocku národní fenomén. Od roku 1963 kapela pomalu opouštěla surfování jako hlavní téma jejich písní a přesunula se k obecnějším tématům chlapeckého mládí - např. autům a dívkám. Éra surfové hudby byla rázně ukončena v roce 1964 britskou invazí. Jediná rocková nebo popová kapela, která v té době mohla v Americe konkurovat Beatles, byla např. se svým albem Pet Sounds z roku 1966 právě Beach Boys.

Zlatý věk (1963-1974)

Koncem roku 1962 se na britské rockové scéně začaly objevovat big beatové skupiny jako The Beatles, které ovlivňovala velká škála amerických hudebníků stylů - např. soul, rhythm and blues a surf rock. Zpočátku tyto skupiny pouze přebíraly klasické americké

ké písni, později přidali vlastní skladby se stále složitějšími hudebními myšlenkami a osobitým zvukem. V roce 1962 vznikli The Rolling Stones jako jedna z mnoha kapel (mezi nimi The Animals a The Yardbirds) ovlivněných bluesem. Během roku 1963 získaly v Británii velký úspěch beatové kapely jako The Beatles, The Searchers a The Hollies.

Britský rock se populárním ve Spojených státech stal v lednu 1964 díky The Beatles. Jejich hit „I Want to Hold Your Hand“ se dostal na první místo v žebříčku Billboard Hot 100 a začal tak Britskou invazi v Americe. 9. února, kdy se The Beatles poprvé objevili v The Ed Sullivan Show, se považuje za mezník v americké popkultuře. Vysílání přilákalo

zhruba 73 milionů diváků, což byl v té době rekordní počet pro televizní program. The Beatles se stali nejprodávanější rockovou kapelou všech dob a následovalo je mnoho britských kapel. Těším se v dalším díle.

Vlad'ka Ranecká
aktivizační pracovník

Zahrada našeho Domova - hmyzí domeček/hotel

Milí čtenáři,

máme tu období zimy, kdy my zahrádkáři máme čas snít o svých zahradních projektech na další sezónu. Jedním z nich může být **hmyzí domeček/hotel**. Inspiraci můžete přijít načerpat do naší terapeutické zahrady u Domova pro seniory Reynkova.

Hmyzí domeček je krásný, ale současně velmi užitečný zahradní doplněk. Jde o zpravidla dřevěnou konstrukci vyplněnou různými druhy přírodního materiálu, s cílem poskytnout hmyzu náhradní prostředí, neboť hmyz nejen v městském prostředí nachází stále méně vhodných míst pro svůj život.

Pokud jde o výplňový materiál, můžete použít šišky, stonky a květenství divizny, dřevěné větve. Výborný úkryt pro hmyz představují i duté stonky křídlatky či hliněné květináče vyplněné dřevěnou „vatou“. Přední i zadní strany domečku bývají chráněny králíčním pletivem.

Přes všechnu pomíjivost všech módních výstřelků však má budování hmyzích útulků přeci

jen opodstatnění i v dlouhodobějším horizontu. Představují totiž v zahradě nejen okrasný prvek, ale navíc jsou praktické a užitečné. Přilákají do zahrady hmyz, který se postará o opylování zejména ovocných stromů a keřů, pomůže ale i v boji se škůdci, a to vše ekologicky. Pomůžeme také přírodě, všech druhů včel i hmyzu totiž kvůli likvidaci jejich přirozeného prostředí v posledních desetiletích rapidně ubývá.

A jak takový hmyzí hotel/domeček vyrobit?

Záleží na fantazii a umu každého z nás, každopádně však toho na výrobu takového menšího hmyzího domečku příliš potřebovat nebudeme.

1. Základ hmyzího hotelu bude tvořit **dřevěná konstrukce**. Postačí „bezdná“ krabice (po předělání dobře poslouží např. paleta či dřevěná bedýnka).

2. Pokud jde o „pokojíčky“ hmyzího hotelu, resp. jeho **výplň**, využít můžeme rákosová stébla, suchou trávu, slámu, mech, nalámané klacíky, bam-

busové tyče, větve s měkkou dužninou (bezové), stonky slunečnic či divizny, staré děrované cihly, dřevěná polínka s navrtanými dírami, dřevěné odřezky, šišky, květináče či polena s vyvrtanými otvory o průměru cca 3-10 mm.

Postup:

Do dřevěné konstrukce hmyzího obydlí vkládáme postupně výplně z přírodního materiálu, který vytvoří skulinky a chodbičky – ideální pro úkryt, pobyt a další život hmyzu. Zadní stranu hotelu ponecháme „otevřenou“, aby byl prostor pro hmyz přístupný z obou stran. Výjimkou je pouze pletivo v zadní části a případně i přední části, na které bychom neměli zapomenout, aby se posléze nestal hmyzí hotel „krmítkem“ pro ptáky. Povrch dřeva není zapotřebí nijak ošetřovat.

Hmyzí hotel nemusí být nutně příliš velký, pokud na něj v zahradě nemáme dostatek místa, postačí i miniatura ve velikosti ptačí budky.



Pokračování na str. 10.

Pokračování ze str. 9.

Hmyzí hotely vyrábíme pro samotářské druhy hmyzu. U nás jich žije asi 500 druhů. Hmyzí hotel se pro ně stane důležitým náhradním biotopem, aby si zajistili pokračování svého rodu. Nejčastějšími obyvateli hmyzího hotelu tak bývají například včely samotářky, čmeláci, některé vosy, motýli, pestřenky, zlatoočky, škvoři či slunéčka sedmitečná.

Slunéčka sedmitečná – už jako larva, později i jako beruška zkonzumuje za svůj život až 4 tisíce mšic.

Škvoři – v zahradě patří k nejužitečnějším. Vyhledává tmavé úkryty, protože je aktivní v noci. Vyskytuje se nejčastěji v zemi. Když mu ale umožníte ukrývat se na stromě nebo keři, nikdy nepohrdne hostinou v podobě mšicemi obalených větví a květů. Vedle mšic, kterých dospělý škvor uloví až 100 za jednu noc, rád zobe také vlnatky a svilušky, které škodí ovocným stromům, a další pomalu lezoucí hmyz a jeho vajíčka. Ideálním škvořím úkrytem je obrácený květináč, zavěšený na větev. Kdyby ná-

hodou začali okusovat rostliny, můžete úkryt se škvoři přesunout na jiné škůdci napadené místo.

Vosíci – jsou podobně vybarvení jako vosy, loví drobný hmyz a pavouky.

Zlatoočky – patří mezi vůbec největší konzumenty mšic, v larválním stádiu má tento hmyz v oblibě kromě mšic také housenky, larvy much, červce, svilušky a další drobné škůdce.

Včely samotářky – nežijí ve velkých rojích, žijí skrytým nenápadným životem, jsou to důležité opylovači ovocných dřevin, kteří létají i za nižších teplot než včela medonosná, nevadí jim ani déšť a pro pozorování dětmi jsou zcela bezpeční, neboť nemají žihadlo. Někteří si jako hnízdní komůrky vyhrabávají díry v zemi nebo vykusují chodbičky v suchých rostlinných stvolech, jiné využívají škvíry v zídkách nebo chodbičky vyžrané brouky v mrtvém dřevě.

Hmyzí hotel se doporučuje umístit nejlépe na jižní stranu a místo, kde moc nefouká.

Zpravidla ještě tentýž den, kdy instalujeme hmyzí domeček



v zahradě, přiletí první hmyzí obyvatelé. Do otvoru si nejprve nanosí potravu ve formě pylu, pak nakladou vajíčka a nakonec otvor zavíčkují. Zabydlené otvory tedy poznáme podle toho, že mají uzavřený, zavíčkovaný vchod.

(zdroj: www.vysnenazahrada.cz)

Všem zahradním projektům zdar ☺

Krásný nový rok 2018 Vám přeje

Petra Vencová

Senior Point bilancuje uplynulý rok

Letos v srpnu jsme oslavili už 3 narozeniny. Během těchto krásných let nás v Senior pointu navštívilo velké množství seniorů. O prázdninách jsme uspořádali první ročník pobytového tábora pro seniory, který se konal ve Svatce – jelikož byl natolik zdařilý a je o něj veliký zájem, bude se konat i v příštím roce s navýšenou kapacitou. Velice povedený byl i další ročník Seniorské miniolympiády (v letošním roce se jí zúčastnilo 10 pětičlenných týmů z celého kraje

Vysočina). Za celičkový rok jsme se snažili vytipovat, co Vás nejvíce baví a zajímá a chceme v těchto aktivitách pokračovat i v příštím roce.

Od listopadu naprosto vše válkuje šipkový turnaj, který zaznamenal ohromný zájem všech seniorů z různých koutů havlíčkobrodska. Opět oblíbené jsou cestopisné přednášky a přednášky zabývající se naším zdravím.

Letošní rok jsme ukončili tradičním Vánočním posezením pro

seniory, které se konalo poslední středu před Vánocemi. Společně jsme poseděli, zazpívali si koledy, prožili vánoční příběh a ochutnali punč, svařák a něco dobrého.

Senior Point je pro Vás otevřen každý všední den v čase od 8.00 do 12.00 hodin, v pondělí a ve středu i v odpoledních hodinách v čase od 13.00 do 17.00 hodin v budově AZ Centra – 2. patro (výťah).

Ilona Loužecká,
koordinátorka Senior Pointu

Mikulášská nadílka v našem Domově

Pátý prosinec je výjimečný pro všechny domácnosti, ve kterých jsou slyšet dětské hlásky. Každé dítě se těší a možná je i plné obav z delegace, která tento jediný den v roce brázdí ulice. Ač v naší službě není žádné dítě, i přesto nás navštívil Mikuláš v doprovodu s čerty a anděly. Delegace vonící sirou a perím

nás překvapila na posledním letošním setkání obyvatel domu s pečovatelskou službou. Překvapení nebyli jenom přítomní obyvatelé, ale také pan starosta Tecl a místostarostka paní Mojžíšková, kteří nám jako každý rok přišli vinšovat vše dobré v nadcházejícím roce. Poslední letošní schůzka se nesla v du-

chu klidu a pohody a byla více neformální než pracovní. Společně jsme si zazpívali koledy a pochutnali si na malém občerstvení.

A já nám všem přeji, abychom se ve zdraví za rok sešli a Vánoce si užili s klidem a mírem v srdcích tak, jak to má být.

Lucie Košmiderová



Ani našemu Domovu se nevyhnula Mikulášova družina.



Akordeonový koncert pod vedením paní Laštovičkové.



Taneční vystoupení klientů denního stacionáře Úsvit.



Vyrábíme keramické ozdoby na vánoční stromečky.



Paní Fischerová při zdobení stromečku.



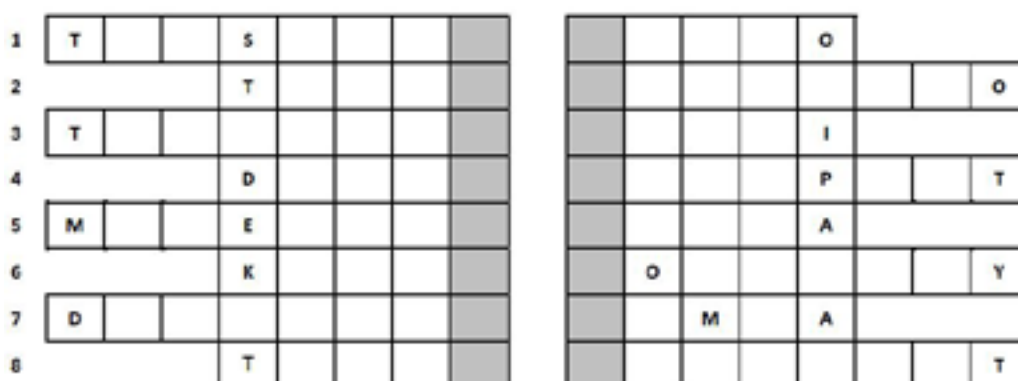
Vystoupení dětí ZŠ Konečná.

Křížovka

„Tak už nevím, čím bych ještě udělala manželovi na Vánoce radost,“ říká jedna přítelkyně druhé.

Ta bez váhání odpoví: „.....tajenka.....?“

Vyplněnou křížovku se správnou tajenkou odevzdejte na recepci DS Reynkova do 28. února. Tři vylosovaní úspěšní luštitelé získají hodnotné ceny!



1. STAROČESKÉ BRAMBOROVÉ JÍDLO
2. HYPERMARKET
3. TĚLESNÁ VÝCHOVA
4. POSLEDNÍ FÁZE HODU
5. ZEMĚ V JIŽNÍ ASII
6. TURECKÉ MASOVÉ JÍDLO
7. PROLEŽENINY
8. OPĚRNÁ ZEĎ

- HORSKÁ PRYSKYŘICE
- SOUČÁST KOUPELNY
- PÁTÁ CHUŤ
- LÉČITEL
- TEORIE MORÁLKY
- ROZMĚRNÉ CHODBY
- EXOTICKÉ ZVÍŘE / NADÁVKA
- DIKTÁTOR

POMŮCKA: AUTOKRAT, LEMRA, MUMIO, UMAMI

Autorem křížovky je Markéta Kufrová, které moc děkujeme!

Redakce: Věra Niklová, Ludmila Prchalová a další přispěvatelé

Redakční rada: Ondřej Rázl, Petra Plodíková,

Vladka Ranecká, Zdena Lehmannová,

Magdalena Kufrová

Kontakt: plodikova@ssmhb.cz, 569 433 757.

Náklad: 400 ks

Za případné chyby v textu se omlouváme.

Uzávěrka příštího čísla 25. února 2018.

Evidenční číslo: MK ČR E 21809

Sponzorem časopisu Jablíčko je

