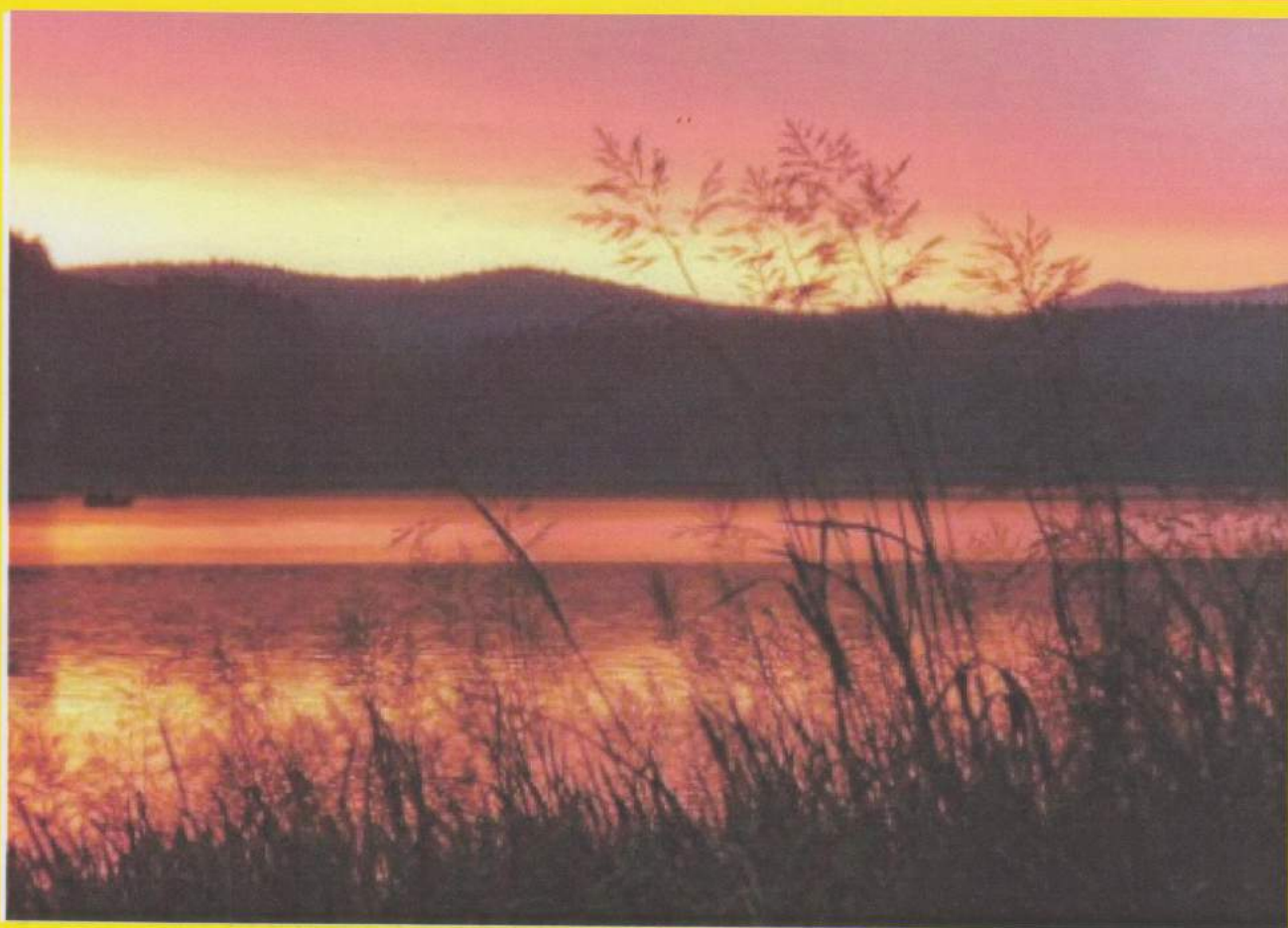


NÁŠ DOMOV



Třetí vydání
roku 2017
červenec - září

Vážení čtenáři,

Na co se můžete těšit v tomto čísle časopisu????

- Připomeneme si Velikonoční zábavu, pálení čarodějnic, oslavu Dne matek a nesmí chybět něco málo z letní rekreace na Mrhale
- Přečíst si můžete něco málo z Povědek malostranských
- Zavzpomínáme si na herce Františka Fialu alias Ference Futuristu
- Poradíme Vám, jak se chránit proti sluníčku a proti klíšťatům
- Připravili jsme si pro vás pár receptů na domácí limonády

**ZÁROVEŇ NABÍZÍME MOŽNOST VŠEM OBYVATELŮM
NAŠEHO DOMOVA, KTEŘÍ BY TAKÉ CHTĚLI PŘÍSPĚT
DO NAŠEHO ČASOPISU JAKÝMKOLIV PŘÍBĚHEM,
SDĚLENÍM ČI NOVÝMI INFORMACEMI, ABY
KONTAKTOVALI PRACOVNÍKY ERGOTERAPIE.**

Přejeme příjemně strávený čas nad řádky našeho časopisu
NÁŠ DOMOV.

Ohlédnutí za ...



11.4.2017 Velikonoční zábava

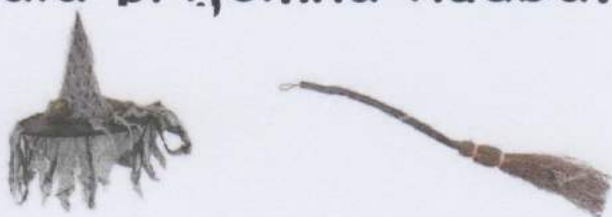
Dne 11.dubna 2017 jsme v domově oslavili svátky jara velikonoční zábavou s posezením při hudbě, hrála nám kapela Ševětínka. Bohaté pohoštění nesmělo chybět, podávali se jarní chlebíčky, tradiční beránek s kávou a pivem. Zábavy v jídelně se zúčastnila spousta klientů.



27.4.2017 Čarodějnice

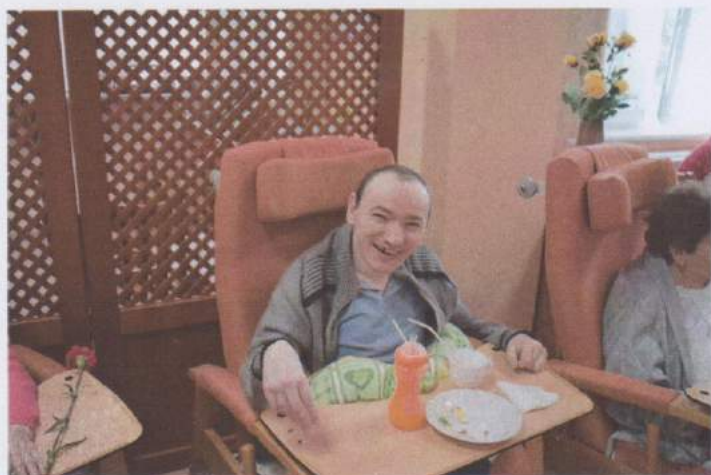
Dne 27.dubna jsme se opět vypravili za našimi přáteli z Domova seniorů Soběslav. Počasí nám nepřálo, ale i přesto nám to zábavu nezkazilo.

Připraveno bylo bohaté občerstvení a k poslechu a tanci nám hrála příjemná hudba.



11.5.2017 Oslava Dne matek

Každý rok slavíme krásný svátek a to Den matek. K poslechu nám zazpíval Radek Žalud. Všechny maminky dostali kytičku od našeho pana ředitele a náměstka primátora RNDr. Michal Kohn, CSc.



5.6. - 16.6.2015 Rekrece Mrhal

I letos nás čekala rekreace na Mrhale, opět na 14 dní. První týden jeli klienti ze stanice C a Zlaté Stoky a druhý týden jeli klienti stanice A, B a F. Oba dva týdny nám počasí naštěstí přálo, sluníčko nás hřálo. :-) Chodili jsme na procházky, pekli buřtíky, grilovali maso, hráli hry, hráli na kytaru, zpívali a užívali si nádherné přírody v okolí rybníka Mrhalu. A někteří z nás se i vykoupli v bazénu. Nikomu se po týdnu domů nechtělo. Už nyní se těšíme na příští rok.





Duha

Já sluníčko čaruji,
pěknou duhu maluji.
Paprsky jsou štetcem mým,
duhu s nimi vykouzlím.
Žlutá, modrá, zelená,
oranžová, červená,
také barva fialová
do duhy se často schová.
K čarování patří ještě
trochu vody ,kapky deště.
Déšť a světlo postačí,
krásnou duhu vytvoří.
Já, slunce jsem čarovalo,
pěknou duhu udělalo.
Barevná je dost a dost,
je na nebi pro radost.



FERENC FUTURISTA

(7.12.1891 - 19.6.1947)



Ferenc Futurista, vlastním jménem František Fiala, se narodil 7. prosince 1891 v Mníšku pod Brdy (někdy bývá omylem uváděna Praha Smíchov). Svůj pseudonym si zvolil ze jména amerického sochaře Ferenthe a názvu uměleckého směru Futurismus. Ferencův otec, herec a divadelní ředitel Karel Fiala (1871 – 1931) se po smrti své první manželky znovu oženil, a narodil se mu (Františkův nevlastní bratr) Emanuel Fiala (1899 – 1970), pozdější herec, dirigent a hudební skladatel. Ferenc byl manželem divadelní a filmové herečky Anny Filípkové – Ferencové (1906 – 1989) a otcem filmové i divadelní herečky Anny Ferencové (*1927).

Futurista šel nejdříve k Antonínu Rédlovi studovat štukatérství. Od roku 1908 studoval sochařství na pražské Umělecko – průmyslové škole. Byl vynikajícím sochařem. Je např. autorem soch „Spravedlnost“, „Práce“, „Vlast“ a „Samospráva“ na secesní radnici v Humpolci a hlavy klauna nad bočním vchodem do pražského Vinohradského divadla.

Více ho však přitahovalo herectví. Od roku 1913 vystupoval jako zpěvák a kabaretiér na různých kabaretních scénách: Vinohradské divadlo, U kuřího oka, Bum, Červené eso, Varieté, Divadlo komiků, Rokoko (1918 – 1921), Červené sedma (1921), Vinohradské divadlo (1922 – 1924), Komedie (1925), smíchovská Aréna (1926), opět Rokoko (1927 – 1928), Osvobozené divadlo (1929), Tylovo divadlo v

Nuslích (1933, 1935 – 1939, 1941), Unitarie (1941) a Metropol (1943 – 1944), kdy roku 1944 musel kvůli onemocnění omezit svoji divadelní činnost. Po válce s bratrem Emanem založil Divadlo Ference Futuristy v pražském paláci Kotva (1945 – 1946) a do své smrti hrál v Divadle V + W (1946 – 1947). Na přelomu 20. a 30. bylo Ferencovi nabídnuto hostování v Národním divadle, které však odmítl.

Diváky přitahoval svým originálním, svérázným, drastickým a černým humorem, vypoulenýma očima a nápaditými zuby. Své kabaretní čísla (ve kterých mu byl často partnerem bratr Eman či komik Jára Kohout), které si také sám psal, naplňoval sarkasmem, excentrickým humorem a schválně deformovaným slovním projevem. Své nejhodnotnější činoherní a operetní role ztvárnil ve Vinohradském divadle (např. princ v Shakespearově „Cymbelinu“) a Tylově divadle (hajný Štětivec v operetě „Na tý louce zelený“).

Jako známý a oblíbený komik debutoval roku 1918 ve filmových groteskách: OŠÁLENÁ KOMTESA ZUZANA, FERENC SE ŽENÍ a UČITEL ORIENTÁLNÍCH JAZYKŮ. Následně se v letech 1918 (FERENC SE ŽENÍ) a 1923 (ZA OPONOU SMRTI) pokusil o filmovou režii (občas také o psaní scénářů).

V němém filmu, kde mohl uplatnit pouze svou divokou mimiku, hrál například mistra Nesvačila (VENOUŠEK A STÁZIČKA), postavičku (PROČ SE NESMĚJEŠ), barona Petra (ZÁHADNÝ PŘÍPAD GALGINŮV), Dr. Mortala (ZA OPONOU SMRTI), egyptologa Rapapidese Bulvu (TU TEN KÁMEN ANEB KTERAK LÁSKOU MOŽNO V MŽIKU VZPLANOUT TŘEBA K NEBOŽTÍKU), vodníka Ivana (LUCERNA), velitele Bojkova (ŠVEJK V RUSKÉM ZAJETÍ), mlékaře (FERENC A KRÁVA), Matěje Kuděje (VE DVOU SE TO LÉPE TÁHNE), hráče na trombon (PÁTER VOJTĚCH), detektiva (MODRÝ DÉMANT) atd. Ve filmech často hrál ve dvojici se svým bratrem Emanem Fialou, či se svým dobrým přítelem Járou

Kohoutem.

Ve zvukové éře v malých roličkách mohl uplatnit svůj neodolatelný a nenapodobitelný slovní projev ve snímcích MILÁČEK PLUKU (holič Ferenc), NAŠE IX. (sluha), OTEC KONDELÍK A ŽENICH VEJVARA (malíř Vopička), DŮVOD K ROZVODU (opilec), ZBOROV (kočí), VZHŮRU NOHAMA (vrchní Ignác), TŘETÍ ZVONĚNÍ (ponocný), SLEČNA MATINKA (továrník), LUCERNA (vodník Ivan), HOLKA NEBO KLUK? (komorník Alois), VENOUŠEK A STÁZIČKA (švec Nesvačil), DĚDEČKEM PROTI SVÉ VŮLI (sluha Ferdinand), CESTA DO HLUBIN ŠTUDÁKOVY DUŠE (školník Peťule), POZNEJ SVÉHO MUŽE (zahradník Rambousek), DVA TÝDNY ŠTĚSTÍ (hluchý hostinský), Z ČESKÝCH MLÝNŮ (truhlář Josef Zeman), HOTEL MODRÁ HVĚZDA (opilec), PANTÁTA BEZOUŠEK (zedník Kocián), ROZTOMILÝ ČLOVĚK (obchodník Fretka), MĚSTEČKO NA DLANI (nachmelený policajt Pazdušek), POČESTNÉ PANÍ PARDUBICKÉ (katův pomocník), PAKLÍČ (zloděj Šajna) či NEVIDĚLI JSTE BOBÍKA? (zahradník).

Pouze jednou jedinkrát získal možnost zahrát si charakterní roli rozšafného a hodného majordoma Hynka, který přijde s nápadem, jak vytrestat příbuzné hodné paní Berty (Růžena Nasková) za jejich chamtivost v duchařské komedii TETIČKA (1941) Martina Friče. Naposledy se v československém filmu objevil těsně před osvobozením jako knížecí kočí pan Václav v komedii PRSTÝNEK (1944) Martina Friče, která byla uvedena jako poslední protektorátní film.

Významnou zajímavostí je také fakt, že Ferenc Futurista měl původně hrát hajného Matěje Štětivce v Lamačově operetce NA TÝ LOUCE ZELENÝ (1936), kterého s nevídaným úspěchem hrál na jevišti. Lamač však obsadil do této role vynikajícího Járu Kohouta. V tu

chvíli bylo po starém přátelství, Ferenc se cítil uražen, dotčen a zrazen. Járu Kohouta napadl a málem zastřelil. Zasahovat musela dokonce také policie a Futurista byl na několik měsíců převezen na psychiatrii... Když si poté při natáčení Jára Kohout zlomil nohu po nehodě se splašeným koněm, bral to Ferenc Futurista jako spravedlivou odplatu. Neměl prý podepisovat smlouvu na roli, která měla patřit jinému herci, dokonce jeho kamarádovi.

Ferenc namluvil a nazpíval také několik gramofonových desek (velice populární byla jeho četba románu „Dobrá voják Švejk“ od Jaroslava Haška) a účinkoval v rozhlase („Na tý louce zelený“), kde byl za druhé světové války donucen vystupovat také v pronacistických skečích (např. „Hvězdy nad Baltimore“).

Ferenc Futurista předčasně zemřel na vážné onemocnění 19. června 1947 v Praze ve věku pouhých nedožitých padesáti šesti let. Je pohřben na pražském hřbitově Malvazinky.



Proti klíšťatům nejsme bezbranní

5 pravidel, jak se nenakazit

1. Používejte **repelenty**, **ochranné návleky** a prostředky pro zvýšení imunity.
2. Pokud najdete klíště, odstraňte jej a místo desinfikujte. Čím dříve, tím lépe!
3. Klíště neničte a **pošlete jej na vyšetření**. Jen tak se dá odhalit možné nebezpečí včas.
4. Sledujte jakékoliv změny zdravotního stavu a v případě pochybností navštivte lékaře.
5. Nezapomeňte ani na **ochranu domácích mazlíčků**. I oni mohou onemocnět.

Správné odstranění klíštěte

Klíště je třeba odstranit co nejdříve. Včasné a správné odstranění klíštěte je velice důležité pro snížení rizika přenosu infekce.

Na přisáté klíště v žádném případě nepoužívejte oleje či masti, které ho **přidusí**. Může totiž vyvrhnout obsah střev do rány, čímž se zvyšuje pravděpodobnost přenosu **nákazy**. Ani klíště nemačkejte rukou či pinzetou. Nejbezpečnější způsob odstranění klíštěte je za pomoci **speciální karty** se zářezy, která klíště pevně podebere a vytáhne bez rizika rozmáčknutí a vytlačení obsahu **střev** do rány. V případě velmi malého klíštěte (larvy) použijte navlhčenou vatovou štětičku nebo sirku a klíště vyviklejte. Místo zákusu poté

vydesinfikujte běžným desinfekčním prostředkem. Jestliže je klíště na špatně přístupném místě, je možno použít háček se zářezem. Pokud se klíště nedaří vyndat žádným z uvedených způsobů, pak nezbyvá než použít ostrou pinzetu a klíště chytit těsně u kůže a vytrhnout.

Použití gumových rukavic není nutné - pokud nemáme čerstvé oděrky či odřeniny, ale ruce bychom měli řádně umýt.

Jestliže se nepodaří klíště vyndat i s kusadly, která zůstanou v kůži, není třeba propadat panice. Ze samotných kusadel již přenos **infekce** nehrozí. Tělo si s nimi poradí jako se zadřenou třískou, takže se vydrolí nebo vyhnisají. Ranku je třeba vydesinfikovat a sledovat, aby nedošlo k **zanícení**.

Někdy se může v místě přisátí objevit zarudlá boulička, což je jenom lokální reakce, která časem zmizí. Zarudnutí, zduření a svědivost ranky po přisátém klíštěti tedy nemusí znamenat nákazu.

Odstraněné klíště nevyhazujeme, neboť se tím **zbavujeme** možnosti zjistit zda je přenašečem infekčních onemocnění a předejít tak zdravotním komplikacím.

Pokud chcete zjistit, jestli bylo klíště **infikováno**, vložte ho do igelitového sáčku a odešlete do laboratoře na **vyšetření**. Použití desinfekce, mýdel či mastí nemá vliv na analýzu klíštěte.

Jestliže chcete klíště bezpečně **zlikvidovat**, spláchněte ho do záchodu.



Klíšťová encefalitida

Klíšťová encefalitida je nemoc virového původu a krom přisátého klíštěte se jí lze nakazit i konzumací nepasterizovaného mléka a mléčných výrobků. Nemoc zasahuje centrální nervovou soustavu a těžší případy mohou mít za následek i ochrnutí, poruchy motorické koordinace a soustředění a snížení intelektuálního výkonu. Proti klíšťové encefalitidě existuje účinné očkování.

Lymská borelióza

Lymskou boreliózu způsobuje bakterie a její projev je typický zvětšující se a uprostřed blednoucí červenou skvrnou (erythema migrans). V pozdějších stádiích se projevuje postižením nervového a kardiovaskulárního systému. Léčba se provádí podáním antibiotik.

Ochrana před sluncem v létě

Léto je časem pobytu u vody a na čerstvém vzduchu. Je to ale i období, kdy na nás média chrlí reklamy na opalovací krémy. Všechny proklamují „zaručenou ochranu“ před slunečními paprsky, které jsou označovány jako „nebezpečné“ nebo „škodlivé“. Nanesení opalovacího krému ve zjednodušené řeči inzerentů zaručuje zdraví. Pojďme se však podívat hlouběji na to, jak je to s ochranou zdraví pomocí opalovacích krémů ve skutečnosti a která forma ochrany před slunečním zářením nám opravdu svědčí a která je naopak riskantní.



Jaké opalovací krémy vybírat?

Výrobci opalovacích krémů argumentují ochranou před slunečním zářením. Často však opomíjejí **chemické složení ochranných krémů, které má na náš organismus prokazatelný vliv**. Řada krémů, třebaže jsou určeny pro citlivou pokožku, obsahuje **množství chemických látek, které se v našem těle ukládají a mohou je ovlivňovat**. Jak se ale v solární kosmetice správně orientovat?

Existují **dva základní typy opalovacích krémů: krémy s chemickým UV filtrem a krémy s minerálním UV filtrem**. Hlavní rozdíl spočívá v tom, že **chemické filtry se vstřebávají do pokožky a ultrafialové záření pohlcují**, zatímco **minerální filtry zůstávají na povrchu kůže a záření odrážejí**. Přestože krémů s chemickým filtrem je na našem trhu většina, krémy s minerálním filtrem jsou celkově zdravější a méně rizikové.

Chemický UV filtr

Syntetické krémy s chemickým UV filtrem přeměňují sluneční záření pomocí chemické reakce na teplo. Rizikem tohoto procesu je možnost přehřátí organismu. Za jednu z nejnebezpečnějších látek přidávaných do krémů s chemickým filtrem je považován **hliník**. Ten může vyvolávat alergické reakce, zhoršovat akné, podporovat vznik rakoviny a v neposlední řadě je podezřelý z podpory nástupu Alzheimerovy choroby.

Vědeckými studiemi byla také dokázána souvislost mezi používáním syntetických slunečních filtrů a vznikem hormonálních poruch v těle. Chemické přísady syntetických krémů (*avobenzone, benzophenone, ethylhexyl p-methosycinnimate, 2-ethylhexyl salicylate, homosalate, octocrylene, oxybenzone, ethylhexyl salicylate, glyceryl PABA* či *octyl methoxycinnamate*), které se ukládají v tukové tkáni a v mateřském mléku, svými účinky napodobují hormon estrogen, což může vést k hormonálním změnám v organismu. Měli bychom se tedy zamyslet nad tím, zdali jsou běžné syntetické solární krémy vhodné pro citlivou dětskou pokožku, nebo také pro kojící a těhotné ženy.

Existuje několik výjimek krémů se syntetickým filtrem, u kterých se neprokázal vliv na lidské zdraví a hormonální systém. Pokud bychom takový krém hledali, kupujme ten, jehož filtr tvoří jedna z následujících látek: *Mexoryl SX, LX, Tinosorb S* nebo *Tinosorb M*.

Minerální UV filtr

Minerální filtry jsou vyrobeny z přírodních minerálů umletých na jemný prach a rozpuštěných v emulzi. Do kůže se nevstřebávají – zůstávají na povrchu, kde vytvářejí neviditelný film a odrážejí veškeré sluneční záření jako zrcadlo. Minerální pigmenty totiž dokážou vytvořit fyzickou bariéru na pokožce a tím zde fungují jako přirozená ochrana.

Minerální filtry se přidávají zejména do opalovacích krémů a olejů na přírodní bázi. Tyto krémy by neměly obsahovat rizikové parabeny ovlivňující endokrinní systém ani látky na bázi minerálních olejů, vyvolávající alergie a zodpovědné za řadu dalších zdravotních problémů. Jejich praktickou výhodou také je, že **působí ihned po nanesení – na rozdíl od chemických filtrů, u nichž trvá zhruba 30 minut, než proběhne reakce.** Je však třeba mít na paměti, že **krémy s minerálními filtry mívají v mnoha případech ochranný faktor maximálně 30.** Proto je nezbytné **důsledně a často opakovat jejich aplikaci.**

Přírodní opalovací krémy s minerálními filtry bývají **hypoalergenní a pokožkou jsou celkově lépe snášeny.** Pro děti jsou tedy rozhodně vhodnější, ovšem také dospělí by se měli zamyslet nad tím, jakou péči budou pro své tělo volit. **Přírodní opalovací mléka, krémy a oleje jsou rozhodně bezpečnější a méně rizikovou volbou pro všechny.**

Olej z malinových semen

Velmi zajímavou variantou pro ty, kdo hledají co **nejpřírodnější ochranu před slunečními paprsky, je olej z malinových semen.** Tato vzácná tekutina vaší pokožce podle některých zdrojů poskytne **ochranný UV faktor 30 až 50.** Obsahuje totiž **velké množství vitamínu E,** který chrání před škodlivým zářením, zpomaluje stárnutí pokožky a potlačuje vznik nádorových onemocnění.

Je dokonce tak účinný, že pokud neplánujete koupání, stačí vám **jen jedno namazání na celý den.** Olej navíc **působí protizánětlivě, hydratuje pokožku a podporuje její hojivé schopnosti.** Můžete jím tedy ošetřit případné spáleniny od sluníčka či jinak podrážděnou pleť.

Díky svým přirozeným vlastnostem je olej z malinových semen vhodný také **pro malé děti a osoby s alergickými reakcemi na klasické opalovací prostředky.** Příznivě působí na pleť, kterou trápí **ekzémy, vyrážky či lupenka.** Dokonce si na něm můžete i

smlsnout, používá se totiž jako exkluzivní dochucovadlo pokrmů ve studené kuchyni nebo vnitřně jako prevence kardiovaskulárních onemocnění či rakoviny.

Jak se dále chránit před sluncem?

Sluneční paprsky jsou pro zdravý vývoj organismu důležité, protože podporují tvorbu nezbytného vitamínu D. Zároveň je však třeba **dávat pozor na délku a intenzitu záření, kterému se vystavujeme,** abychom předešli rizikům nadměrného slunění, vedoucímu k lehčím či těžším zdravotním problémům úpalem počínaje a rakovinou kůže konče.

V době **mezi 11 a 15 hodinou**, kdy dosahuje sluneční záření nejvyšší intenzity, bychom měli **pobývat spíše ve stínu** a nevystavovat se slunci vůbec. **Opalování na přímém slunci by nemělo přesáhnout 20 minut denně u dospělých.**

Malé děti by se ostrému slunečnímu záření měly vystavovat v co nejmenší míře, kojenci do 6 měsíců by na slunci neměli pobývat vůbec. Dětská pokožka je totiž mnohem citlivější a náchylnější rychlému spálení než pokožka dospělého. Příčina je ta, že u dětí ještě není plně vyvinutý systém tvorby pigmentového barviva melaninu a kůže tak do sebe přijme mnohem větší objem UV záření. Pokud dojde v dětském věku k opakovanému spálení, v dospělosti se zvyšuje riziko onemocnění rakovinou kůže. Proto by rodiče malých dětí měli dbát na zvýšenou ochranu před sluncem.

U malých dětí je také dobré myslet na **postupné dávkování slunečního záření.** Ze začátku sezóny proto s dětmi raději nepobývejme u vody celý den. Voda odráží sluneční paprsky a záření je tak intenzivnější. První výlet na koupaliště omezme na dvě hodiny. Postupně, až si pokožka „zvykne“, lze dobu strávenou u vody prodlužovat.

smlsnout, používá se totiž jako exkluzivní dochucovadlo pokrmů ve studené kuchyni nebo vnitřně jako prevence kardiovaskulárních onemocnění či rakoviny.

Jak se dále chránit před sluncem?

Sluneční paprsky jsou pro zdravý vývoj organismu důležité, protože podporují tvorbu nezbytného vitamínu D. Zároveň je však třeba **dávat pozor na délku a intenzitu záření, kterému se vystavujeme,** abychom předešli rizikům nadměrného slunění, vedoucímu k lehčím či těžším zdravotním problémům úpalem počínaje a rakovinou kůže konče.

V době **mezi 11 a 15 hodinou**, kdy dosahuje sluneční záření nejvyšší intenzity, bychom měli **pobývat spíše ve stínu** a nevystavovat se slunci vůbec. **Opalování na přímém slunci by nemělo přesáhnout 20 minut denně u dospělých.**

Malé děti by se ostrému slunečnímu záření měly vystavovat v co nejmenší míře, kojenci do 6 měsíců by na slunci neměli pobývat vůbec. Dětská pokožka je totiž mnohem citlivější a náchylnější rychlému spálení než pokožka dospělého. Příčina je ta, že u dětí ještě není plně vyvinutý systém tvorby pigmentového barviva melaninu a kůže tak do sebe přijme mnohem větší objem UV záření. Pokud dojde v dětském věku k opakovanému spálení, v dospělosti se zvyšuje riziko onemocnění rakovinou kůže. Proto by rodiče malých dětí měli dbát na zvýšenou ochranu před sluncem.

U malých dětí je také dobré myslet na **postupné dávkování slunečního záření.** Ze začátku sezóny proto s dětmi raději nepobývejme u vody celý den. Voda odráží sluneční paprsky a záření je tak intenzivnější. První výlet na koupaliště omezme na dvě hodiny. Postupně, až si pokožka „zvykne“, lze dobu strávenou u vody prodlužovat.

Ideální je také permanentní ochrana těla – doporučujeme volné dlouhé tuniky z lehkých, vzdušných materiálů (indická bavlna, len, konopí).
A na konec: **nezapomínejme na pravidelný a dostatečný přísun tekutin!**



Domácí limonády dodají svěžest letním dnům



Domácí limonády dodají svěžest letním dnům

Hledáte způsob, jak se osvěžit v parném létě? Chcete se napít něčeho dobrého a skutečně svěžího a chutného? Už jste zjistili, že přeslazené nápoje nejsou to pravé a se žízni si poradit neumíte?

Vyzkoušejte domácí limonády! Příprava je jednoduchá, osvěžení zaručeno a co víc – tyto limonády jsou plné zdravých prospěšných vitamínů a minerálních látek.

Citrusová limonáda

Je jen na vás, zda sáhnete po citrónech, limetkách, pomerančích nebo třeba grepech. Vyberte si prostě, co vám chutná. Citrusy můžete také různě kombinovat.

Na litr vody je třeba asi 5 velkých plodů.

Jak citrusovou limonádu připravit?

Vybrané citrusy odšťavněte. Šťávu vlijte do připraveného džbánu a přidejte cukr, nejlépe třtinový. Na litr vody vystačí 100 – 200 g cukru dle vaší chuti. Aby se cukr v limonádě rozpustil, zalijte šťávu dílem

horké vody, lépe se rozmíchá. Jakmile bude cukr rozpuštěný, ještě zalijte studenou vodou. Limonádu nechte zchladnout nejlépe do druhého dne.

Pro řádné letní osvěžení podávejte s ledem a kolečky citrusů.



Melounová limonáda

Meloun si v létě můžete vychutnat i jako skvělou limonádu. Jak?

Budete potřebovat menší vodní meloun, asi 3 citróny, pár snítků máty a třtinový cukr.

Melounovou limonádu si připravíte snadno:

V mixéru rozmixujeme meloun bez pecek tak, abychom měli asi 0,5 l šťávy. Bokem odšťavníme citróny. Melounovou a citronovou šťávu smícháme ve džbánu spolu s 1 – 2 lžícemi cukru. Přidáme nasekané lístky máty, dolijeme 0,5 l vody a promícháme. Před podáváním přidáme led.



Okurková limonáda

Letní limonáda může chutnat i po okurkách. V kombinaci s citrónovou šťávou bude příjemně osvěžující.

Na jednu salátovou okurku si připravte šťávu z jednoho citronu, 2 lžice třtinového cukru a mátové lístky. Na toto množství bude třeba 1 l čisté vody.

Postup pro přípravu okurkové limonády:

Nejprve oloupejte okurku, nakrájejte ji na větší kusy a důkladně rozmixujte. Rozmixovanou okurku smíchejte s citrónovou šťávou, mátovými lístky, cukrem a zalijte trochou vody. Směs důkladně rozmíchejte, aby se cukr v limonádě rozpustil. Nakonec ještě dolijte zbývající vodou.

Stejně jako u všech letních limonád i u té okurkové platí, že nejlépe bude chutnat vychlazená.



Zázvorová limonáda

Zázvor nemusíte popíjet pouze v podobě hřejivého čaje, v létě se dá připravit i „na studeno“.

Základem zázvorové limonády přesto bude zázvorový čaj.

Kousky oloupaného zázvoru zalijete horkou vodou a nechte luhovat asi 10 min.

Zázvorový výluh pak zředíte s citrónovou šťávou a vmíchejte cukr.

Nakonec ještě zalijete vodou, oproti čaji je limonáda více zředěná.

Na 1 l vody bude třeba středně velký oddenek čerstvého zázvoru, šťáva ze 2 citrónů a asi 2 lžíce třtinového cukru.



Kouzlo lesa

Ačkoli les němý zdá se být,
i on má svou duši a touhu žít.
Ačkoli stromy na dotek chladné jsou,
uvnitř nezkrotný žár a dobré srdce nesou.

Les ukrývá tajemství v každické živé bytosti,
ptáci svou božskou píseň spustí.
A ty jen přemýšlíš, co to znamená,
ta píseň ptákem zrozená.
Rozezní se lesem dál a dál
a ty zjistíš, že nikdy nejsi sám.

Zem pokryta lesa dary,
važ si každého lístku trávy!
Koruny stromů k tobě promlouvají,
každé dobré srdce uvítají.

Obejmi strom a oči nech spát,
ucítíš lásku, strom tě má rád!
Koruna jeho ti bude ochranou,
čas kolem se zastaví, bolest se stane pramalou.

Les své kouzlo nikdy neztratí,
lásku, kterou mu dáš, ti vždy navrátí.
Tak pohled! Stromy ti mávají,
a své požehnání ti dávají.



Od dubna do června roku 2017 k nám do domova nastoupili tyto klienti:

- p. Blechová Anna
- p. Koutecká Švandová Inge, Mgr.
- p. Bárta Vojtěch
- p. Turková Marie
- p. Jouzová Jana
- p. Skalický Zdeněk
- p. Fiala Jaroslav
- p. Hovorka Ladislav, Ing.
- p. Honalová Libuše
- p. Šrámková Zdeňka
- p. Šílená Jaromíra

Jan Neruda - Povídky malostranské

Týden v tichém domě

(III) V rodině pana domácího

Již je čas, abych určitěji naznačoval dějiště a osoby. Při těchto visím na náhodě, jak která v průběhu začínajícího právě téhož dne pošine se sama v popředí; o dějišti ale mohu hned říci, že to jeden z nejtišších domů tiché Malé Strany. A dům to stavby divné, jakých arcí ještě více na nejpríkřejším svahu Ostruhové ulice. Dům má poměrně značnou hloubku, prostým průčelím svým dívá se v ulici Ostruhovou, kdežto zadní část budovy hledí do hluboké a mrtvé uličky Svatojanské. Tím svahem se stává, že zadní část vzdor svým dvěma patřům je přec nižší než jednopatrová část přední. Obě ty části nejsou budovami spojeny, zdi sousedních domů trčí mezi nimi do výše, ale slepě, bez oken.

V přední části lze z ulice vidět vlevo krám hokynářský, vpravo hospůdku. Do prvního patra nechodí se schody z průjezdu temného, nýbrž musí se vyjít na schůdky do dvora vedoucí, odtud vpravo po krátké pavlačce k točitým schodům, těmi nahoru zas na krátkou pavlačku, z ní do malé chodby. Patro to tvoří do ulice i do dvora jediný byt, obydlený hospodářským úředníkem, žijícím na odpočinku zde se ženou a dcerou. Pan doktor, vlastně pan Josef Loukota, praktický amanuensis bez doktorátu, má u nich pokojík v podnájmu a musí skrz kuchyň do obydlí svého.

Točité schody jdou ještě o něco výš, až k půdě.

Vpravo i vlevo od schůdků dole jsou dřevníky. Dvorek je značně svislý. V přízemí zadní části domu je známé nám již obydlí nebožky slečny Žanýnky, vedle něho schody do sklepa, vedle těch zas točité schody do dvou, dlouhými pavlačemi opatřených pater a opět dál na půdu. V druhém patře bydlí Josefinka s nemocnou starší sestrou svou i s matkou, vdovou to po úředníku panském. Byt jejich, taktéž celé, ostatně dost skrovné patro zaujímající, má okna do dvora i na Petřín.

V prvním patře bydlí pan domácí se svou rodinou, již jsme byli, už zběžně na pavlači spatřili. Učinme zde slušným způsobem přední návštěvu.

Kuchyní, v níž spatřujeme nyní starou Bavorovou opět, a sice u pracích necek co posluhovačku paní domácí, vkročíme do prvního pokoje. Nářadí je tu dosti jednoduché a nemoderní. Vlevo ustlané lože, pokryté pletenou přikrývkou, vpravo prádelník a vysoký šatník, zde onde několik sedadel, uprostřed kulatý, potrhaným trochu a vybledlým kobercem pokrytý stůl, v oknech po šicím stolku a sedadle i podnožce, na stěně mezi okny velké zrcadlo, na stěnách ostatních, zeleně malovaných, prázdno. Na prádelníku a zrcadelním rámcu nasadil se prach; avšak to neškodí, teprv druhý pokoj je pokojem parádním, proto také říká Bavorová pokoji prvnímu jen "parádní vorzimmer". V druhém, parádním tedy pokoji je na stěnách několik iluminovaných litografií, a nářadí skládá se z piana, kanape, stolu před ním, asi šesti, bílými pokrývkami opatřených, v kruhu kolem stolu nastavených sedadel a opět lože. Lože to je odestláno a povaluje se na něm holčice, druhá dcera to domácí. Třetí pokoj je ložnicí rodičů.

U jednoho okna prvního poschodí sedí paní domácí, u druhého sedí slečinka. Matka je posud jen napolo oblečena, dcera posud jen ve spodničce, ač jde již na jedenáctou.

Paní domácí je dáma velmi ostrých tahů, obličej až stlačeného a v špičatou bradu vybíhajícího. Má nasazeny brejle a šije velmi pilně na hrubém jakéms plátně. Černé, na plátnu vytištěné marky ukazují, že to prádlo vojenské. Slečna je, abychom vyjádřili se krátce, blondýnkou nejfádnejšího druhu. Její obličej činí ji matce podobnou, jenže ostrost tahů je trochu zmírněna a špičatá brada že má pro sebe alespoň jakýs ten půvab mladosti. Oči její jsou světle modry, vlasy nezdají se být hustý, jsou ale posud v papiloty svinuty. Vidíme nyní, že je přec již značně přes dvacet let.

Košík se šicím náčiním stojí na okně a bílé, tenké jakés prádlo leží na sedadle vedle slečny. Červené, na prádle ležící klubičko dokazuje, že slečna buď prádlo znamenat začala, neb alespoň začít chtěla. Na uprázdňeném stolečku, při každém pohnutí se kývajícím, stojí miska

s kalamářem, vedle něho je odevřené album s rozloženými a popsanými pamětními lístky, před slečnou na podložených starých novinách jeden lístek bílý, a na okně je po ruce rozložený sešit, popsaný samými německými verši. Slečna chce zajisté kus poezie na ten bílý lístek vkouzlit, ale je patrné, že nemá péro ještě dost připravené; zkouší je na pokraji novin, i pomáhala mu již všelijak, jak její inkoustem počerněné rty svědčí.

Matka vyzdvihla hlavu, pohlédla k dceři a zavrtěla hlavou.

"To se ti té práce chce! - Slyšíš?"

"I vždyť budu!"

"Tys byla v kuchyni, Matyldo, když ráno Loukota se k nám díval? To je vždy jeho ranní modlitba!"

"Copak je mně do něho, ať se dívá!" odpovídala Matylda hlasem ostře pronikavým.

"No, věř mně, že by mně byl vždycky milejší než ten nadporučík!"

"Mně ne."

"Je také mladší a je hodný, známe ho už léta. Musí mít hezky peněz našetřeno!"

"Ale maminko, ty jsi fádni!"

"A tys husa!"

"Copak jsem ručník, že se pořád o mne utíráš? Nech mne přec dělat, co chci!"

"I vždyť já tě nechám, ty bys mi stála za zlobení!" pravila matka, odložila šití a šla do kuchyně.

Bylo patrné, že by slečně také za to nestálo, aby se zlobila. Rovnodušně položila sešit s verši před sebe, namočila ještě jednou péro a začala na bílý lístek klást písmenku vedle písmenky. Kladla je pomalu a s patrnou obtíží. Konečně byla první řádka dovršena, po slušné časové mezeře pak řádka druhá, třetí; až po půlhodinném namáhání skvěla se již celá sloha na papíru. Zněla věrně takto:

Roszen verwelken Mirthe bricht

*Aber wahrer Freundschaft nicht;
Wahrer Freundschaft soll nicht brechen
Bis man einst von mir wird sprechen*
"Sie ist nicht mer."

Čtveroverší bylo napsáno švabachem, emfatický konec latinkou. Slečna Matyllda dívala se na poetické dílo své velmi spokojeně, přečtla sobě verše ty dvakrát nahlas a podruhé pronesla krásný konec hlasem tuze dojemným. Pak začala podepisovat jméno. Napsala celé "M" a polovic "a", vtom péro z nedostatku potravy selhalo. Slečna namočila znovu, přiložila ruku zas k podpisu a v tomtéž okamžiku byla vedle začatého "a" velká kulatá kaňka. Energicky zdvihla slečna lístek a slízla kaňku jedním rázem.

Patrno, že jí ta kaňka nespletla a že kvůli ní nezačne psát znovu; držela lístek proti světlu a čekala, až mokrý pruh nebude více mokrý. Vtom však vkročila matka z kuchyně spěšně do pokoje.

"Baurovic jdou k nám - a ty nejsi ani ještě oblečena," volala již mezi dveřmi. "Vezmi honem něco na sebe!"

"Copak tu zase chtějí ty sůvy!" mrzela se slečna a schovala lístek ještě nepodepsaný do podložky. Vstala a šla k posteli, na níž ležel bílý domácí živůtek. Paní domácí mezitím rychle sebrala své hrubé šití a hodila je do druhého pokoje za dveře. "Valinko, ted' nevstávej, jde sem někdo," zavelela dovnitř a zavřela zas dveře.

V kuchyni bylo již slyšet tázající se ženské hlasy. Slečna Matyllda běžela na své místo a vzala červené klubko do ruky, paní domácí taktéž skočila k oknu a začala se v šicím košíku hrabat.

Na dveře se zaklepalo.

"Kdo to?" tázala se paní domácí.

Dveře se odevřely a za nimi se objevily dvě ženské, kvůli dojmu jakoby se vstupem váhající.

"Ach - paní Baurová - Matylldo, podívej se, kdo to k nám jde!"

"Ale ale, to je radost!" zvolala dobrá slečna Matyllda a tleskala radostně. "Marie, tys hodna, počkej, tak dlouho nepřicházet!" a obejmula vřele mladší z příchozích.

"Jen na skok jsme tady, Frau von Eber," vysvětlovala starší.
"Jdem nahoru k panu strýčkovi kanovníkovi a Marie nedala pokoje, chtěla vidět slečnu Matyldu. Pročpak nás tak dlouho nenavštěvujete? To je vidět, kdo o koho stojí, my přicházíme přece častěji, dnes jsme tu ale věru jen na skok. Povídala jsem Marii, že snad ani nepříjdem vhod, v pondělí, když se pere -"

"Ale toto," odmítala paní domácí, "copak to překáží, že se v kuchyni pere! Snad si ale přec u nás sednete?! Vida, děvčata se ani nepustí, ty se mají rády! Jen slečinku neudus, Matyldo!"

Podala dámám poblíž oken sesle. Starší z příšlých, velmi elegantně oblečených dam byla as padesátiletá, mladší byla as třicetiletá, mající ale v suché, matčině podobné tváři vzdor dvornému nyní úsměvu výraz již nevýslovné unavenosti. Jen oko mladší té dámy svědčilo o jakés pichlavé živosti a bloudilo pátravě po předmětech.

Rozmluva se zapředla a vedla se hned česky, hned zas německy, podle vzletu.

"Jen prosím, není-li tu nikde průvan," mínila stará dáma sedajíc.
"Moje zuby trpí tuze reumou! - Krásné nebe nás dnes vylákalo, - slečinko Matyldo, to je dnes krásné nebe venku!"

"Já je vidím, je skutečně krásné, elegantní."

"Velmi elegantní," přisvědčila slečna Marie.

"Paní Ebrová snad už dnes šila?" ptala se zas paní Baurová a zdvihla ze země ostřížek plátna. "To je přec - komisní plátno?"

"Ano, to je plátno - komisní plátno," nutila domácí paní ze sebe v okamžitých rozpacích. "Naše posluhovačka, chudá žena, šije do komise, a když mně pere, pomohla jsem jí trochu. Mně je jí líto, co se napíchá, než si asi padesát krejcarů za týden vydělá! Ten lid se musí dřít!"

"Ano, chudáci!"

"A copak ty děláš, Matyldo! Ty vyšíváš známky do prádla? Ukaž, jaké děláš písmenky!" zapřádá slečna Marie hovor. "M-K? Ach, teď se pamatuji, vždyť já slyšela, že jsi nevěstou, to ti musím tedy štěstí

přát!? Slyšela jsem, že je to nadporučík Kořínek? Sešla jsem se s ním u strýce jednou, znám ho trochu - máš ho ráda?"

Slečna Matylda se ani nezačervenala, naproti přítelkyni toho také není třeba. "Ano, odhodlala jsem se! Prosím tě, čehopak se člověk dočká! On je hodný a má mne rád, nač bych taky zakysala?"

"Nevšimla jsem si ho dobře - mně se zdá, že je blondýn - nebo by to měl snad už šedivé vlasy?" mínila slečna Marie nevinně a zahrávala si s lístky pamětního alba.

"Ó, Kořínek není tak stár!" červenala se Matylda zlehýnka. - "On měl jen - povídal mně to už - v Štýrském Hradci vždycky tak nezdravé byty a ležel hlavou zrovna u vlhké zdi. On není opravdu tak stár!"

"Tedy se jen tak dělá, čtverák! Těm mužským není v ničem co věřit!"

"Ó ten je prohnáný! Včera jsem se mu nasmála. Škádčila jsem ho, že tak mnoho kouří, a ptala se proč. On mně odpověděl, že chce mít pysky už navykly práci, až začne jednou doopravdy hubičkovat. Der ist witzig!"

Slečna Marie prozrazovala nevinným zachechtnutím, že sdílí náhled o vtipu páně Kořínkově. "Ale proč šel tedy z řadového pluku k oděvní komisi, když je ještě dost statečný?"

"Chtěli ho poslat až do Dalmácie, dal se tedy přesadit z řadové služby proto, že ho už opouštěla paměť -"

"A nebyl by trefil pak až z tak daleka domů, chudák!" mínila slečna Marie soucitně.

"Nějakou chybu má každý muž a Kořínek má peníze!" rychle podotýkala slečna Matylda. "Otec jeho si jich vydělal ve francouzských válkách."

"Ano, slyšela jsem, kupoval tenkrát zlámané nohy nebo co - ale tomu my děvčata nerozumíme!" dodala zas slečna Marie zcela nevinně. "Vida, vida, jaký ti to napsal krásný pamětní lístek," - a čtla polohlasitě verše lístku.

Na lístku stálo:

*Dein, treues Herz und Tugend Pracht
Hat mich in dich verliebt gemacht,
Mein Herz ist dir von mir gegeben
Vergissmeinnicht in, Todt und Leben.*

*W. Korzineck,
Oberlieutenant.*

"Pročpak ale nevypsal celé jméno, jmenuje se Wolfgang nebo Viktor nebo jak?"

"No - on se jmenuje Václav, ale nelíbí se mu to. Říká, že se chtěl dát o každé kostelní parádě překřtít."

"A zdehle máš celý cahier veršů!"

"Půjčil mně Kořínek."

"Aha, abys mu z nich také něco vypsala! To je pěkné! - Mamá, nepůjdem ještě?"

Matky se byly rozhovořily o věcech domácích. "Půjdem, máš pravdu! Škoda ale, že nevidíme pana z Ebrů, nu arcit', on je v kanceláři! Ale, kdepak je můj malý andílek, má Valburga, není doma?"

"Je, ještě však leží. Necháávám ji dopoledne vyležet, to prý je dobré pro hlas! Valinka bude zpěvačkou, no, každý se jí diví. Jako čertík je do hudby, když vstane od piana, kouří se až z něho!"

"Ale já musím svého andílka obejmout, to by bylo pěkné, abych šla bez hubičky domů! Je tady vedle, je-li pravda?" a paní Baurová blížila se dveřům druhého pokoje.

"Ale vždyť tam nemáme ani ještě ustláno," bránila paní domácí.

"Prosím vás, paní Ebrová, mezi námi! Vždyť je to u nás taky tak!" a již byla ve dveřích.

Nezbývalo ostatním, než aby šly za ní. Paní Baurová spatřila na podlaze hromadu komisiního šití. Lehýnký úsměv přeletěl hubenou její tvář; ani však nemukla a šla rychlým krokem k posteli.

"Nechte mne - já nechci!" bránila se Valinka obejmutí.

"No, buď přece slušná, copak je to!" kárala ji matka. "Ale co mne napadá! Ve čtvrtek večer máme u nás malý koncert, přijďte přec taky, paní z Baurů! Matyldo, domluv slečně Marii, aby ve čtvrtek zcela jistě přišla!"

"Přijdem, přijdem obdivovat se našemu andílkovi," slibovala laskavě paní Baurová.

Druhý, parádní pokoj byl tak veliký jako kuchyň a první pokoj dohromady, měl tedy také dvě okna do dvora. Slečny přistoupily, vedouce se za ruce, k jednomu z nich. Viděly právě mladého Bavora, ubíraje se ze Žanýnčina bytu a drže chumáč listů v ruce kvapil k prvním točitým schodům.

"Kdo je to?" tázala se slečna Marie.

"Náš špaček, syn naší posluhovačky, hokynářky! Ale strašně nadutý, on nosí i kabát přes ruku!"

"Špaček se jmenuje?"

"Ne, Bavor, ale my mu přezdíváme špaček. Jednou nám ulít špaček a papá myslil, že ho vidí na střeše. Když ale papá vylez nahoru, nebyl to špaček, nýbrž cíp od kabátu mladého Bavora; mladý Bavor tam vždy na střeše studoval. Ted' tam jde zas, podívej se!"

"On tedy studuje?"

"Ne! Ted' je v úřadě u mého papá, ale papá říká, že z něho nic nebude, že prý by udělal nejlíp, kdyby skočil z mostu do vody jako svatý Jan."

"Děvčata, děvčata, rozlučte se přec - vždyť už musíme jít, Márinko!" volala paní Baurová. Slečinky se začaly objímat. Trvalo dlouho, než se nasytily hubiček, trvalo dlouho, než se konečně vykomplimentovaly všechny skrz pokoj, kuchyň až ke schodům.

Paní domácí se slečnou Matyldou zůstaly stát, na pavlači.

"Slyšelas, Matyldo, jak se bála reumy?" tázala se paní domácí, když paní a slečna Baurovy již scházely z prvního poschodí do dvora. "A nemá snad ani jediný pravý zub!"

"Baže ne, děvečka jí myje zuby po obědě vždy zároveň s nádobím!"

Paní Baurová obrátila se u průjezdu a kývala ještě jednou na rozloučenou přívětivě rukou. Slečna Marie poslala slečně Matyldě ještě několik třepetavých hubiček. Pak zmizely v temném průjezdu.

"Bůhví, pokolikáté již si znamená ta Matylda prádlo na jiného vždy ženicha a kolikrát už zas párala," mínila slečna Marie, urovnávajíc sobě mantilu. "A snad bude pořád párat!"

"Což ale Kořínek? Vid', že strýc jednou o něm s tebou mluvil? - Co tomu říkáš?"

"Mhm! - no!" mínila slečna Marie a vyhoupla se na ulici.

Pokračování příště.....

Přiřazování přídavných a podstatných jmen

Přiřadte k sobě vždy přídavné jméno z levé části stránky a podstatné jméno z pravé části stránky tak, aby vzniklo ustálené, běžně užívané slovní spojení.

- | | |
|-----------------|---------------|
| 1. ostnatý | A. výslech |
| 2. ponorný | B. objezd |
| 3. povolávací | C. rok |
| 4. ponorková | D. společnost |
| 5. pokerová | E. dieta |
| 6. neprůstřelná | F. kazajka |
| 7. přestupný | G. drát |
| 8. svěrací | H. mléko |
| 9. kruhový | I. vaříč |
| 10. redukční | J. skupina |
| 11. krevní | K. vesta |
| 12. akciová | L. tvář |
| 13. houpací | M. rozkaz |
| 14. plnotučné | N. křeslo |
| 15. křížový | O. nemoc |

Počítání bez kalkulačky

Pokuste se spočítat následující početní příklady bez použití kalkulačky.

$$68\,732 - 951 = \dots\dots\dots$$

$$9\,305 + 6\,425 = \dots\dots\dots$$

$$360 + 976 = \dots\dots\dots$$

$$9\,902 - 6\,321 = \dots\dots\dots$$

$$4\,730 + 3\,012 = \dots\dots\dots$$

$$12\,720 : 265 = \dots\dots\dots$$

$$354 \times 69 = \dots\dots\dots$$

$$1\,034 : 11 = \dots\dots\dots$$

$$845 \times 34 = \dots\dots\dots$$

$$14\,596 : 356 = \dots\dots\dots$$



Blahopřejeme k narozeninám

Hodně zdraví, štěstí a pohody v nadcházejících dnech přejeme našim oslavencům nejen slovem, ale i písničkou, kterou si můžete poslechnout v relaci Písničky na přání Českého rozhlasu České Budějovice vždy dopoledne v den Vašeho jubilea.

Červenec

- | | |
|-------|----------------------------|
| 5.7. | pan Čejka Petr |
| 6.7. | paní Nováčková Božena |
| 8.7. | paní Kokešová Marie, MUDr. |
| 9.7. | paní Čejková Libuše |
| 9.7. | pan Broum Jan, MUDr. |
| 14.7. | paní Rylichová Libuše |
| 16.7. | pan Bárta Vojtěch |
| 23.7. | paní Vačkářová Marie |
| 24.7. | pan Pohunek Miroslav |
| 31.7. | pan Marek Jaroslav |
| 31.7. | paní Mynářová Olga, MUDr. |

Srpen

- 6.8. paní Tůmová Božena
6.8. paní Bízková Marie
9.8. pan Drozdek Luděk
11.8. paní Peltanová Libuše
12.8. pan Frček Eduard
13.8. paní Ryjáčková Ludmila
14.8. pan Holzbauer Josef
17.8. pan Novák Josef
17.8. paní Peterková Milana
23.8. paní Indráčková Irena
26.8. paní Mikulová Alžběta
27.8. paní Jouzová Jana
31.8. paní Blechová Anna

Září

- 2.9. paní Dvořáková Otília
5.9. paní Jedličková Marie
7.9. paní Veselá Světlana
11.9. paní Kolářová Ludmila
11.9. paní Novotná Terezie
12.9. paní Remtová Marie
13.9. paní Šváchová Marie
15.9. paní Šílená Jaromíra
22.9. paní Honalová Libuše
24.9. paní Kodadová Věra
29.9. paní Švecová Antonie

