

DOMOVSKÝ ZPRAVODAJ

DS A DZR

zábava na dosah

PODZIM 2018

číslo 21.

Neprodejné, slouží pro interní potřebu DS a DZR

PO PŘEČTENÍ PŘEDEJTE PROSÍM DALŠÍMU ČTENÁŘI



„Pravda má jednu velkou výhodu: člověk si nemusí pamatovat, co řekl.“

Vydává:

Domov pro seniory Loučka, příspěvková organizace

Loučka 128

Domov se zvláštním režimem Loučka

Loučka 119

Újezd u Valašských Klobouk 763 25

reditel@dsloucka.cz

www.dsloucka.cz

ÚVOD.....	2
SPOLEČENSKÉ A KULTURNÍ DĚNÍ DZR.....	5
VAŠE PŘÍSPĚVKY	9
ZAJÍMAVOSTI, AKTUALITY, ZPRÁVY	11
SOCIÁLNÍ KOUTEK	12
NAŠE ZDRAVÍ A MY.....	14
ZÁBAVA A VOLNÝ ČAS	15

ÚVOD

Milé dámy a pánové, milé kolegyně a kolegové, přátelé,

P o d z í m – přechod mezi létem a zimou. Je třetím ročním obdobím, do kterého jsme společně vstoupili 23. září podzimní rovnodenností.

Těšíme se, že nám zase příroda přichystá úchvatné barevné scénérie a v koutku duše věříme i v krásné babí léto. Sklízíme zbytky úrody, dny se nám viditelně krátí a začíná se nám ochlazovat.

Listí na stromech pomalu začíná měnit barvu a my se připravujeme na budoucí podzimní úklid.

Chtěl bych nám všem popřát, abychom přechod do chladnějšího počasí i celý podzim zvládli ve zdraví, klidu a životní pohodě.

“ Klíčem ke štěstí je vděčnost “. Zamysleme se společně nad tím, jaké místo má vděčnost v našem životě. Jak jsme zvyklí děkovat jeden druhému, sami sobě o obohacovat život svůj i život těch, kteří ho společně s námi sdílí. Někdy nás může přepadnout pocit, že se nám všechno nedaří, jak by mělo. Že máme něčeho málo, než bychom si zasloužili a podobně. Je dobré se občas zastavit, zamyslet se a poděkovat za vše ve svém životě, co považujeme za samozřejmost. Každý den, týden, měsíc neustále prožíváme nové události, které nás mohou ovlivňovat a formovat. I neúspěch nás posouvá k novým zkušenostem a začátkům. Moc bych si přál, aby se nám i nadále dařilo žít spolu v důvěře, toleranci a vzájemné podpoře. Jen tak se budeme moci kdykoli ohlédnout a říci si, jakým darem pro nás kterákoli prožitá životní situace byla. Budeme za ni vděční, i přes to, že ne vždy byla pozitivní. Srdce na dlani a dobrá mysl ať jsou neustále s námi.

Přeji vám všem krásný podzim, pevné zdraví a životní pohodu.



Dalibor Maniš, ředitel



Podzim

Jaroslav Seifert



V sychravém větru už tu všechno zebe,
suchého listí plný kout.



Vlaštovko, řekni, pod které zas nebe
přichystala ses odlétnout?



Jen nestýskej si, vrátí se čas jara
a s jarem míza do proutí.
Do šedé mlhy padá země stará
na malou chvilku usnouti.



A máme tady podzim, krásný a barevný. Pestrý jako náš aktivizační program pro naše klienty. Co všechno jsme stihli toto léto kromě ruční dílny, videokaváren, posezení, cvičení, procházek po venku a pod...?

V červenci naše klienty navštívil plukovník Generálního štábu v záloze a bývalý ředitel zlínské krajské vojenské správy pan Radek Henner, přímý účastník mise v Bosně a Hercegovině. Svou prezentací přiblížil našim klientům těžké poslání českých vojáků ve válčících zemích a nelehké životy lidí zasaženými těmito konflikty.



Turnaj v kuželkách - Celým létem nás provázel zvuk padajících kuželek. Turnaj, který jsme pořádali jedno srpnové dopoledne, byl dobrou známkou pravidelných tréninků s našimi klienty. Reprezentovali nás dvě družstva. Družstvo pod vedením pana Kováře, pana Šarmana a pana Fojtíka se umístilo na 1. místě. Družstvo pod vedením pana Podešvy, paní Papežové a paní Skrečkové se umístilo na 3. místě. Pan Kovář si ještě odnesl cenu nejlepšího hráče. Všem moc děkujeme za krásné repré ☺, fanouškům za podporu a paní zapisovatelce paní Pančoškové za zapisování a vyhlašování výsledků hráčům.

Kuželkářský turnaj pořádali taky klienti a zaměstnanci na Lukově, zde jsme taky nechyběli. Naši si vybojovali krásné 2. místo



Barvy života – každoroční akce pořádaná pro klienty domovů pro seniory, která se letos konala opět v Boršicích byla velmi vydařenou akcí a našim klientům se moc líbila. Sociální služby Uherské Hradiště připravili bohaté kulturní odpoledne za přítomnosti Jiřího Helána, Franty Uhera, Ladies BUDU a kapely DH Buchlovjané.



Jóga - je prastará nauka, která propojuje tělesné a duchovní cvičení. Jóga se zrodila před více jak 5000 lety v Indii. Slovo jóga znamená sjednocení. Jóga je velmi široká nauka, používá se pro tělesná a duchovní cvičení. Pod slovem jóga se také rozumí určitý styl života. Pomocí jógy lze porozumět vlastnímu já a naučit se naslouchat. Je to způsob očišťování a otevírání svého nitra. Jóga zpomaluje stárnutí, pomáhá nás udržet stále vitální, zlepšuje psychiku, koncentraci, pomáhá k tvarování a udržení linie. I v našem domově jsme si zařadili do pravidelných aktivit cvičení jógy. Pod vedením lektorky paní Denisy Balšánové se snažíme proniknout do tajů jógy. Jsme teprve na začátku, ale věříme, že se klientům cvičení zalíbí natolik, že nebudou chtít s touto aktivitou přestat.



Měsíci září patří již 28 let hlavní místo k připomenutí otevření našeho domova. Ani letos tomu nebylo jinak. Pravidelná slavnostní mše svatá vše zahájila, pokračovali jsme slavnostním obědem, za který našim kuchařkám moc děkujeme, a pokračování probíhalo ve společenské místnosti. Zde byl pro klienty připraven odpolední program, na který jsme si pozvali „PÁNY MUZIKANTY“. Pánové Maňas, Ryza a harmonikář to opět rozjeli a naše klienty moc, moc pobavili. Všem děkujeme za hladký průběh akce.



Ruční dílna v našem DS probíhala celé prázdniny a nyní už hraje všemi barvami! Pod rukama našich klientů vzniká krásný podzim ☺.



Kouzelné podzimní dny Vám všem přejí a na společné vánoční přípravy se těší VNP DS.

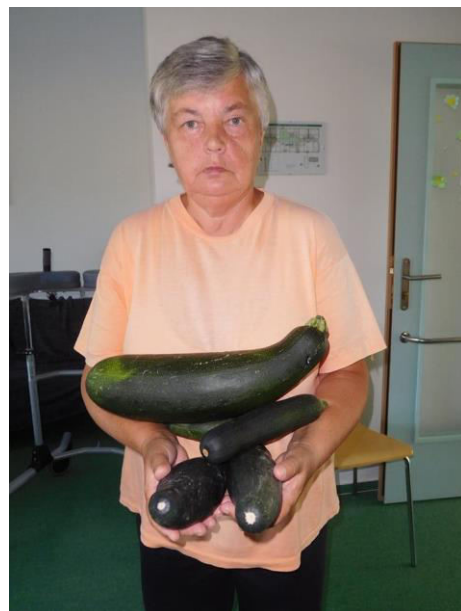


Výchovně nepedagogické pracovnice DS



Úroda z naší zahrádky

Letos si klienti obzvláště užili plody naší zahrádky. Díky pečlivému zalévání a okopávání se nám odměnila bohatou úrodou. Ať už to byly brambory, cukety, dýně, hrášek, ostružiny, rybíz, nebo josta, každou z těchto plodin jsme dokázali s radostí a s chutí zužitkovat. Pekly se buchty – zeleninové i ovocné, pečeňáky, smažily bramboráčky z cuket, nebo se jen tak s chutí zobal hrášek s rybízem.



Koupaliště Újezd

S krásným počasím a dobrou úrodou jde ruku v ruce i koupání. My jsme naplno využili skoro místní koupaliště v Újezdě, na které jsme jezdili, kdykoliv, kdy byla možnost a chuť klientů. V dopoledních hodinách jsme měli většinou koupaliště jenom sami pro sebe a o to víc jsme využívali celou plochu bazénu, kde jsme si pinkali s balony, plavali a užívali si sluníčka. Zašli jsme si na langoš, dali si kávu, chytali bronz a zahráli si karty.



Legiovlak Valašské klobouky

Návštěva Legiovlaku ve Valašských kloboukách byla nádhernou ukázkou z dob minulých. Prohlídka nás všechny vtáhla do dob legionářů a jejich životů za války ve vlaku. Celá naše prohlídka byla i s průvodcem, který nás seznámil s tím, jak se tam dříve žilo. Zhlédli jsme 13 vagónů, kde legionáři spali, jedli, plánovali

válečnou strategii, kovali a podívali jsme se i na obrněný vagón, odkud útočili. Taky jsme navštívili vlak, kde bydleli důstojníci. Nejvíce nás zaujal zdravotní vagón, kde se v případě potřeby i operovalo. Na konci naší prohlídky jsme zhlédli loutkové divadlo, které hráli i v době války pro zkrácení i tak drsného času.



Nad oblaky Olomouc

Po krajském kole na Vsetíně jsme se dostali do celostátního kola, které se konalo na náměstí v Moravské filharmonii Olomouc. Výlet to byl nádherný. Potkali jsme se a seznámili se spoustou nových lidí, kteří byli přátelští a podávali úžasné výkony, které jsou s jejich handicapem mnohdy neuvěřitelné. Atmosféra byla uvolněná a přátelsky naladěná. Odnesli jsme si cenu za první místo ve výtvarné kategorii, které obsadil pan Rožek se svým obrazem "Slon v dešti" a druhé místo, které obsadila paní Najtová s obrazem "Květiny ve váze". Rozhodování ale porota neměla snadné, protože všichni zúčastnění by si zasloužili cenu, už jenom za odvahu a chuť vystupovat. Soutěž jsme zakončili prohlídkou náměstí a samozřejmě Orloje.



Opékání špekáčků ve Smolině

Dostalo se k nám pozvání z Domova pro seniory Naděje z Nedašova na opékání špekáčků. Akce proběhla na myslivecké chatě ve Smolině, a proto se celé odpoledne neslo v mysliveckém duchu. Zpívaly se písničky s motivem lesa a myslivců, přiřazovali jsme zvířata ke stopám, hádali jsme názvy bylin a stromů, nebo jsme doplňovali přísloví o lese. Nakonec si všichni opekli slíbené špekáčky, zazpívali si společně pár písní a užili si krásného počasí. Celé odpoledne se neslo v přátelském a veselém duchu. Při našem odjezdu nám nakonec ještě všichni zazpívali lidovou písničku a mávali na pozdrav.



Charitativní koncert skupiny Dareband

Celá akce vznikla nabídkou od samotného frontmana kapely Jiřího "Dareby" Václavíka, který nabídl paní Světlance Čurečkové, se kterou jsou kamarádi, charitativní koncert pro naše klienty. Plán se nám velmi zamlouval a hledali jsme možný termín, který vyšel na pracovní den před tak krásným státním svátkem, jako je Svatý Václav. S klienty jsme si na aktivitách Zpívání při kytáře zpívali jejich chytlavé písně. Na akci se podíleli i samotní klienti pečením pagáčků. Přišel vytoužený den. Pracovnice VNP spolu s vedoucím panem Sitkem a se sociální pracovníci nachystali sál a vše k tomu potřebné. Naše pracovnice PSS dbali na vhodné oblečení klientů a pomohly nám tím s přípravou. Chvilí před začátkem koncertu se sál začal plnit jak našimi klienty, tak i lidmi z místa, z okolí, i vzdálenějšího okolí (Luhačovice, Zádveřice, Slavičín....). Kapela je známá po celém kraji, a proto přilákala plný sál návštěvníků. Také se na akci prezentovali a nabízeli výrobky, které vyráběli klienti s pomocí pracovníků VNP. Akce byla velmi zdařilá, atmosféra byla úžasná! Všem se to moc líbilo. Samotní klienti říkali, že byli rádi, že nehráli jen pro ně, ale i pro ostatní a to je smyslem sociálního začleňování.



VAŠE PŘÍSPĚVKY

Zatím

Petr Kroupa

Vzdálíš-li se, zmrzneme,
přiblížíš-li se, shoříme,
jak vidíš, jsme na tobě závislí,
závislí vším svým bytím.
A ty si náš ani nevšimneš,
zahleděná někam do hvězdné dálky,
a nejvýš nám nastavíš klacek pod nohy,
když jdeme s plným košíkem hub.
A jen si letíš někam, kde jsi už byla,
snad ano a někdy i odtamtud, co budeš.
Jsi rozverná, jako hodinky
co nepotřebují hodináře – zatím!



Miroslav Lukáč

Puding

Alexandra Navrátilová

Puding – dobře chlazený
Hned je dobře, dobře na zemi.
Hnedle dobře, dobře je mi,
Když je puding jemný, jemný.

Když je horko polední,
K pochoutce té usedni.
Nebo jez ji třeba v stoje,
I tak si řekneš o jé, o jé!



Jiří Veselý



Jana Vašáková



Dana Rybničková

Klienti měli za úkol nakreslit, nebo namalovat obrázek, a to typický motiv pro podzim – strom. Jak vidíte, každý tenhle úkol pochopil po svém a tak nám tu vyrostly zajímavé fantasticky barevné stromy, a taky jeden hlídač k nim.

Báseň

Antonín Valášek

Nechci pýchu,
 nechci slávu světskou,
 nechci panovačnou ženskou,
 toužím změnit osud svůj,
 chci to stůj, co stůj,
 toužím jít za svým přáním, k nekonečně hojným pláním,
 s plamenem v srdci za svým cílem si stojím,
 musíš mě zabít,
 já těžko hlavu skloním, nezměním svůj záměr,
 ztrat' se!

Program akcí v našem domově:

15. 11. 2018 Svatomartinská zábava – Tento den nás čeká letos netradičně Svatomartinská zábava, těšit se můžete na odpoledne plné zábavy, hudby a tance a také nějaké občerstvení k tomu. Abychom si přiblížili, kdo vlastně sv. Martin byl, máme níže o této významné osobnosti křesťanských dějin pár slov.

Svatý Martin z Tours (latinsky *Martinus*), narozen v roce 316 či 317 v Savarii, dnešním Maďarsku, zemřel 8. listopadu 397 v Candes; 11. listopadu byl pohřben v Tours), byl římský voják, poustevník a biskup v Tours. V Římskokatolické církvi je brán jako jeden z nejznámějších a nejoblíbenějších svatých a patří mezi první nemučedníky, které církev označila za svaté. Je zakladatel prvních klášterů ve Francii. Svou misijní činností horlivě potíral pohanství a obracel lidi na křesťanství, přičemž při christianizaci pohanů užíval i násilné prostředky vůči pohanským věřícím a jejich posvátným místům. Ve 4. století nechal vykácet kilometry lesů pro pohany posvátných megalitických řad v Bretani. Pro tuto svou usilovnou christianizační činnost bývá některými lidmi vnímán jako význačná osobnost, která se podílela na christianizaci Evropy. Je znám i díky křesťanské legendě, ve které se rozdělil se žebrákem o svůj plášť.



Svatý Martin je patronem vojáků, jezdců, koní a podkovářů, vinařů, cestujících, chudáků a žebráků, zajatců, abstinentů, domácích zvířat a hus, úrody na polích.

5. 12. 2018 Mikulášský průvod s jeho družinou - Ještě v 18. století měl mikulášský průvod spíše masopustní ráz. V maškarních průvodech byli často k vidění dva, místy až čtyři Mikulášové. Ty na své pouti po vsi doprovázeli andělé, čerti, husaři, dragouni, hajduci a další řada dnes již neznámých masek. Teprve později zůstal Mikuláš pouze s čertem a andělem. Kupříkladu v okolí Litomyšle býval mikulášský průvod velmi početný ještě na konci 19. století. Chodívalo se obvykle dům od domu a tam kde dostali laufři, oznamující příchod Mikuláše, od hospodáře povolení, se obvykle sešlo mnoho lidí. Součástí průvodu bývala muzika, za kterou do světnice postupně vcházeli dragouni, husaři, andělé a nakonec i Mikuláš. Andělé nosili nejen pamlsky, ale i pokladničku, do které hospodář vhodil pár krejcarů, bohatší i zlatku. Mikuláš obdaroval děti, uložil hospodáři, aby se o ně řádně staral a poté nastal rej masek. Všichni tančili a radovali se, některé masky se snažili v místnosti něco odcizit a poté to prodat zpět hospodáři. Hospodář obvykle požádal kaprála o potrestání masek, posléze jim však odpustil a věnoval navrch pár krejcarů.



Masky z mikulášského průvodu: sv. Mikuláš, husar, dragoun, táta.

20. 12. 2018 Vánoční posezení

21. 12. 2018 Vánoční nadílka –rozdávání dárků

Vedoucí přímé péče DZR



Rok 2019: Největší navýšení důchodů v historii

Od ledna 2019 dojde k historicky největšímu navýšení důchodů. Průměrný starobní důchod přesáhne částku 13 200Kč.

Celkové navýšení pro rok 2019 je 7,3%. Základní výměra důchodů se navýší u všech důchodů stejně. Procentní výměry důchodů, které jsou u jednotlivých příjemců důchodů rozdílné, budou všem příjemcům navýšeny o 3,4%.

„Jsem ráda, že se nám podařilo vybojovat v Poslanecké sněmovně mimořádné navýšení základní výměry důchodů a že díky tomu bude valorizace od ledna o 300Kč vyšší, než kdybychom ji určovali jen ze statistických údajů jako každý jiný rok. Od ledna 2019 dojde k největšímu navýšení důchodů v historii. Průměrný starobní důchod, který byl v polovině roku 12 386Kč, bude navýšen o 900Kč a přesáhne tak 13 200Kč,“ uvedla ministryně práce a sociálních věcí Jana Maláčová (ČSSD). Důležité pro ni je také, aby v období rychlého růstu mezd měli z hospodářského růstu odpovídající užitek také lidé, kteří svojí celoživotní prací budovali naši ekonomiku.

Lednová valorizace navýší výdaje na výplatu důchodů o 31,7 miliardy korun na celkových 464, 4 miliardy korun.

Senioři a studenti budou od září jezdit levněji

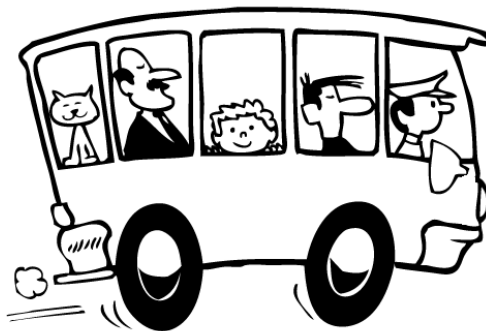
Slevy na jízdném pro děti, studenty a seniory schválila vláda (tehdy ještě v demisi) letos v březnu. Podle ministra dopravy Dana Ťoka zvýší levnější jízdné dostupnost veřejné dopravy pro lidi s omezenými příjmy: jízdenku si pořídí o 75% levněji.

Sleva se bude vždy počítat ze základní ceny jízdného. Za méně peněz se díky ní svezou:

- děti od 6 do 18 let
- studenti od 18 do 26 let
- všichni cestující starší 65 let

Už dnes jezdí děti od 6 do 15 let za polovic, studenti mají slevu 25%. Výraznou úsporu však můžou slevy přinést seniorům nad 65 let, pro které dosud plošné nižší ceny neplatily. Nic se naopak nemění pro děti do 6 let (jízdné zdarma) a držitele průkazek ZTP a ZTP/P, kterým zůstala sleva 75%.

Kdo bude chtít slevu využít, musí dopravci **dokázat svůj věk**. Cestující starší pětadesáti let si vystačí s občanským průkazem nebo třeba řidičákem. **Vždycky ale platí, že příslušný doklad musí být opatřený fotografií.**



Ušlé zisky bude dopravcům stejně jako nyní kompenzovat stát. Jen letos mají levnější jízdenky přijít stání kasu zhruba na 3 miliardy korun. Ačkoli se slevy netýkají městské hromadné dopravy, kterou ze svých rozpočtů platí města a kraje, zlevňovat se nakonec bude i v MHD. Ale ne všude.

Mgr. Ludmila Mikulková



**TRUST ME,
I'M A
SOCIAL
WORKER**

„Věř mi, jsem sociální pracovník“

Zdravotní obtíže v létě a jak jim čelit

Letní období přináší dlouhé, sluneční dny, ale také rizika některých zdravotních komplikací. V letním, horkém počasí se zvyšují nemoci související s horkou energií- migrény, záněty, pálení žáhy, průjemy, vysoký krevní tlak, nemoci srdce. Nejvíce v ohrožení jsou srdce, oči, pokožka, dýchací systém a imunita. Problémy způsobuje také dehydratace.

Nemoci srdce a vysoký tlak:

Srdečně-cévní nemoci jsou nebezpečné, protože s horkem se rozšiřují cévy odvádějící přebytečné teplo z těla, což kompenzuje srdce zvýšeným objemem přečerpané krve silou stahu a zrychlenou frekvencí. U lidí umí srdce kompenzovat odvádění horkosti jen zrychleným tepem, s nemocným srdcem hrozí tak vyčerpání a nedokrvění srdečního svalu a infarkt, stejně tak dušnost z hromadění krve v plicích. U vysokého krevního tlaku se zvyšuje riziko krvácení do mozku nebo selhání srdce.

Oči:

Záněty spojivek, slzení nebo pálení očí vzniká při přechodu ze světla do tmavší místnosti nebo zvýšeném množství světla při odrazu od vody.

Doporučení: sluneční brýle s UV filtrem.

Kožní nemoci:

Na sluníčku dochází ke vzniku popálení od sluníčka nebo sluneční alergie. Často dochází také k oparům.

Doporučení: před opalováním vynechejte kosmetiku a parfém. Jezte dostatek beta-karotenu nikoli v tabletách, ale ve stravě (sladké brambory, dýně, mrkev, špenát) a zinku (pšeničné klíčky, lískové ořechy, zázvor, hořčice, slunečnicová, dýňová, sezamová a lněná semínka). Nechoďte na slunce mezi 11 až 15 hodinou. 30 minut před opalováním používejte krémy se silným UV filtrem.

Dehydratace:

Dehydratace při špatném pitném režimu může dána též ztrátou tekutin a minerálů, zejména sodíku a draslíku, větším pocením a dlouhodobějším pobytem na slunci. K příznakům dehydratace patří tmavá moč, suchost v ústech, únava a malátnost, bolesti a točení hlavy. Někdy se objevuje výrazná žízeň, ale není to pravidlem.

Nejvhodnější je voda, nejlépe o pokojové teplotě. Lze pít balenou nesycenou, často je ale voda z kohoutku, pokud ji přefiltrujeme, případně převaříme, zdravější. Doporučují se v létě teplé nápoje jako teplý čaj, protože velmi vhodně snižuje vnitřní horkost. Vyhněte se časté konzumaci kofeinu v zeleném a černém čaji, kávě, a horké čokoládě.



ZÁBAVA A VOLNÝ ČAS

Změna času v roce 2018: Kdy se změní letní a zimní čas

Každé jaro a podzim nás čeká posun času o jednu hodinu. Stejně tomu je i v roce 2018:

Letní čas v roce 2018 začal platit v noci 25. března. Hodiny se posunuly o hodinu vpřed z 2:00 na 3:00.

Standardní (zimní) čas v roce 2018 nastane v noci 28. října. Hodiny se posunou ze 3:00 na 2:00.

Standardním časem je čas, který platí v zimním období. Označení „zimní čas“ tedy není úplně přesné, měli bychom říkat standardní či běžný čas.

Zvláštním časem, který si zaslouží sezónní označení, je čas letní. Opravdový zimní čas, tedy sezónně posunutý v zimním období oproti standardnímu času, u nás rovněž krátce existoval, a to pouze v roce 1946. Ten rok byl tedy rozdíl mezi letním a zimním časem dvě hodiny.

Zdá se ale, že střídání času v Evropské unii skončí. O prázdninách proběhla anketa, ve které se 84 % ze 4,6 milionu respondentů vyjádřilo, že jim střídání vadí. Evropská komise proto posílá do Evropského parlamentu a Rady návrh na jeho zrušení. Po celý rok by měl platit dnešní letní, o hodinu posunutý čas.

Užijte si poslední změny času: Už od března 2019 můžeme mít trvale letní čas

Proč se mění čas?

Střídání času bylo zavedeno především za účelem úspory elektrické energie. Díky posunu je denní světlo k dispozici déle po dobu běžné denní aktivity člověka, a tudíž je o to snížena potřeba svítit světlem umělým. Toto přizpůsobení má pozitivní vliv i na psychiku člověka a jeho biologický rytmus, ovšem samotný proces posunu času se projevuje negativně.

Letní čas byl poprvé zaváděn v období první světové války. Elektřina byla v té době drahá a nedostatková, a když slunce svítlo i později do večera, dosáhlo se významné energetické úspory.

Letní čas platí v celé evropské Unii a v dalších zemích světa včetně USA či Kanady. V Evropské Unii je změna času harmonizována a probíhá ve všech zemích ve stejný den, a to vždy poslední neděli v březnu a v říjnu.

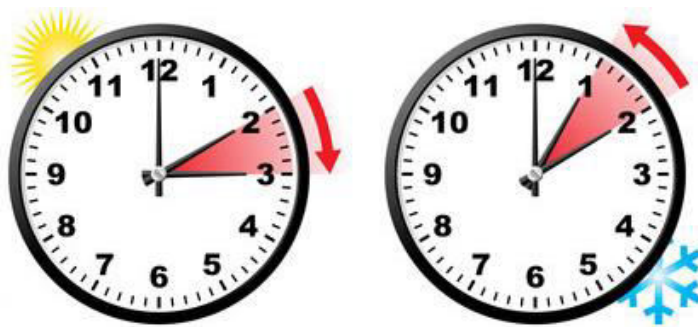
V jiných zemích světa jsou data změny času rozdílné, například v USA začíná letní čas o něco dříve a končí později než v Evropě. Zajímavostí je, že změna času probíhá i na jižní polokouli Země, ovšem opačně. V době zimního období u nás tam totiž mají léto.

Zajímavost: Když se čas neliší o celou hodinu

Letní čas vnáší zmatek do orientace v časových pásmech. Naštěstí jde o posun o celou hodinu. Víte ale, že na světě jsou oblasti, kde se čas posouvá jen o její zlomky?

Třeba v celé Indii platí Indian Standard Time. Ten je oproti základnímu času UTC posunutý o 5 hodin a k tomu 30 minut. A co teprve Austrálie! Když je na západě 8.00, směrem k východu hodinky postupně ukazují: 8.45, 9.30, 10.00, 10.30.

Podobně se o půlhodinu posouvá čas v Íránu, Afghánistánu, Severní Koreji, na Srí Lance, kanadské provincii Newfoundland. V roce 2016 posunula svůj čas o 30 minut dozadu také Venezuela. Zde to bylo z energetických důvodů.



Na území dnešního Česka se s letním časem poprvé začalo za Rakouska-Uherska, později byl ale zrušen a následně opět na pár let zaveden. Naposledy byl letní čas zaveden v roce 1979 v rámci tehdejšího Československa a od té doby už se drží dodnes.

Zrušení letního času

V dnešní době už jsou energetické důvody změny času sporné. Osvětlení dnes tvoří jen menší část spotřeby energie a harmonogram spotřeby elektrické energie se značně liší od doby před sto lety. Energetici (včetně těch českých) tvrdí, že změna času nemá na spotřebu elektrické energie prakticky žádný vliv. Kromě pozbytí energetických důvodů existují další argumenty, proč by se mělo od letního času upustit. Jedním z nich je vliv skokové změny času na člověka, kterému mohou způsobit zdravotní obtíže. Statisticky se změna času projevuje například tím, že krátce po změně času vždy přibývá dopravních nehod.



Sílí proto hlasy za zrušení letního času, respektive prohlášení letního času jako nového standardního času s tím, že by se v průběhu roku již nijak neposunoval. Taková změna však není nic jednoduchého, musela by se zajistit synchronizace všech mezinárodně fungujících systémů od jízdních řádů, přes energetickou soustavu až po počítačové sítě.

Evropská komise nechala o prázdninách občany hlasovat, jestli si přejí zachovat letní čas. Jedním z iniciátorů průzkumu byl český europoslanec Pavel Svoboda.

Výroba ručně dělaných svíček

Tento rok nás čeká na DZR pár nových aktivit, jednu z nich Vám teď představíme, a to ruční výrobu svíček. Je spousta různých technik na výrobu nádherných, voňavých, nebo jenom okrasných svíček a my se o pár z nich pokusíme sami.

Svíčky nejsou jen praktická záchrana při vypadlém proudu, ale hlavně slouží jako voňavá dekorace do bytu. O Vánocích navíc můžete vyměnit předražené svíčky z obchodů za vlastnoručně vyrobený dárek. Zvládnete to i vy.

Světlo patří k nejzákladnějším lidským potřebám. V dávných dobách se k osvětlování používaly nejprve louče a pochodně, které byly nahrazeny voskovými a lojovými svíčkami. Je doloženo, že okolo roku 160 n. l. se při náboženských obřadech používaly voskové i lojové svíčky. Svíčky se vyskytovaly ve dvojím provedení – svíčky pochodňové (skládaly se z vláken napuštěných lojem) a svíčky s knotem. Svíčky se stavěly do lamp nebo svícňů vyrobených z různých materiálů. Svíčky s knotem se vyráběly od 11. století ve Francii a od 14. století v Německu. Vosk na výrobu svíček připravovali voštníci a svíčky vyráběli svícníci. V roce 1818 se vedle svíček z včelího vosku začaly vyrábět i svíčky stearinové (stearin byl vedlejší produkt mydlářského průmyslu). V roce 1848 byl v Manchesteru zkonstruován první kontinuálně pracující odlévací stroj na svíčky.



Včelí vosk dobře izoluje teplo, elektřinu a odpuzuje vodu. Byl využíván již ve starověkém Egyptě např. na povrchovou úpravu dřeva ale hlavně na balzámování mumií (kdy se hojně využívaly zábaly s voskem).

My ale budeme tvořit svíčky z parafínu. Parafín je produkt získaný z ropy. Je voděodolný, snadno se taví. Využívá se v celé řadě oborů - jako přísada do svíček, v kosmetice, na výrobu různých druhů vosků (např. lyžařských), ve stavebnictví apod. Parafíny se rozdělují do několika skupin dle obsahu oleje. Parafíny s nízkým počtem olejových složek se využívají třeba na výrobu svíček. Liší se taky svou tvrdostí. Měkké parafíny se vyznačují šedou barvou. Ty středně tvrdé jsou obvykle nažloutlé. Měkký až blátivý parafín poznáte už z dálky díky jasné bílé barvě. Tipnete si, jaká tvrdost je výhodná při výrobě svíček? Určitě hádáte správně. Pro tvorbu nejruznějších krás s knotem je velmi dobrý nejměkčí, tedy bílý, parafín. Parafíny tají již při teplotě vyšší než 50°C.



Gastro festivaly (festivaly jídla)

Během posledních let se do centra pozornosti milovníků neobvyklých zážitků dostává stále častěji takzvaná gastronomická turistika, která nechává zájemce ochutnat ty nejzajímavější specifika regionálních kuchyní. Gastronomie - nauka o vztahu kultury a potravy, v užším pojetí jde o kuchařské nebo kulinářské umění. V souvislosti s tímto trendem se zvyšuje i počet gastronomických festivalů, nabízejících účastníkům prvotřídní gastronomické zážitky zprostředkované těmi nejlepšími kuchaři z České republiky i zahraničí.



Soutěž frgálů ve velkých Karlovicích

"Valašská pizza" - i tak se někdy s nadsázkou říká frgálu, typickému valašskému koláči, jehož výroba se na Valašsku v rodinách dědí již po staletí. Soutěž o nejlepší frgál patří právem k nejoblíbenějším doprovodným akcím Karlovského gastrofestivalu. Pravidelně se konala ještě před vznikem Karlovského gastrofestivalu, jehož se později stala součástí. Letošní ročník je již 16. v pořadí.

Frgál se na Valašsku připravuje podle stejného receptu již několik století. Toto tradiční pečivo se peklo většinou na velké svátky (Vánoce, Velikonoce), ke křtinám či svatbám, v bohatých chalupách i v neděli. „Pravý“ valašský frgál má v průměru 30 cm, váží 600 gramů a je s jednoduchou náplní. Tou nejčastější dříve bývaly sušené hrušky – namočily se, rozemlely, uvařily a dochutily. Těsto se původně dělalo ze směsi žitné a pšeničné mouky.

Právě dodržení správných parametrů je jedním z hlavních kritérií hodnocení poroty v soutěži o nejlepší frgál. Posuzuje se také vzhled a tvar koláče, chuť a vůně, poměr náplně k těstu a originalita. Tradičně se v soutěži objevují koláče s povidly, hruškami, tvarohem a mákem, ale výjimkou nejsou ani méně obvyklé - meruňkové, ořechové, borůvkové, rynglové nebo třeba dýňové.



Označením „frgál“ se v původním smyslu označoval nepovedený koláč. První zmínka o frgálu pochází z roku 1826. Později se však označení frgál začalo používat pro velké sladké koláče různých chutí, tak jak je známe dnes. Frgály se pak pekly pro různé slavnosti a hostiny. Frgál je také znám jako koláč nebo pecák.



Výchovně nepedagogické pracovnice DZR

Redakční rada Domovského zpravodaje

Dalibor Maniš, Mgr. Karla Čížová, Bc. Dagmar Fiedorová, DiS, Milada Surovcová, Markéta Zvonková, Michaela Vašíčková, Martina Jálová, Světlana Čurečková, Ing. Daniel Sitko, Blanka Lysáková, Ludmila Divoká, Jana Konečná