

*Domov důchodců Ústí nad Orlicí
Cihlářská 761, 562 01 Ústí nad Orlicí*

MĚSÍČNÍK

**DOMOVA DŮCHODCŮ
Ústí nad Orlicí**



**3. číslo/ Březen 2023
Po přečtení, prosím, předejte dalšímu obyvateli!**

Milé čtenářky, milí čtenáři,

Nejkratší měsíc v roce únor je za námi. Březen nám přinese tolik očekávané jaro a teplejší počasí, i když se zima se ještě určitě nevzdá. Na zahrádkách se pomalu začínají objevovat první jarní květinčky – sněženky, bledule, talovíny (žlutá květinka, co má květ skoro u země), prvosenky. Také sluníčko bude mít větší sílu a dodá nám tolik potřebnou energii a dobrou náladu. Určitě se všichni moc těšíme, že se potkáme venku na procházce. Nebo si třeba už posedíme na lavičce v pergole a parčíku. Čeká nás také první jarní den, změna zimního času na letní.

V tomto Měsíčníku si můžete přečíst o plánovaných akcích v Domově, seznámíme Vás s ekonomickým úsekem a zjistíme, jaká byla móda ve 20.letech uplynulého století.

Přejeme Vám krásné jarní dny a úsměv na tváři ☺

Za kolektiv autorů Eva Plívová a Dana Matoušková



Vaše sociální pracovnice

Schránka na stížnosti, podněty a připomínky

17. ledna 2023 byla ve schránce na stížnosti na 3. patře budovy B nalezena stížnost ohledně chování jedné pracovnice. Stížnost byla podána anonymně na konkrétní pracovníci.

Vyjádření vedoucí přímé péče: *„S konkrétní pracovnící byl veden pohovor ohledně chování při vstupu do pokojů. Pracovnice poučena a vyzvána k nápravě. Písemně zaznamenáno v kartě zaměstnance.“*

Bc. Romana Masopustová, DiS.
vedoucí PP

24. února 2023 byla ve schránce nalezena anonymní připomínka ohledně stravy: Proč bylo zelí k haluškám vymáčené? Zbavené chuti a všech cenných látek?

Vyjádření vedoucí kuchyně: *„Zelí bylo připravováno jako vždy, kuchaři dodrželi technologický postup přípravy, jedině co klientce nemuselo vyhovovat je možná jiný dodavatel kysaného zelí, který má jinou značku produktu.“*

Ludmila Kastelíková, vedoucí kuchyně

Informace z Domova

Rádi bychom vás informovali, že z důvodu zamezení pohybu cizích osob po Domově v době od 18:00 do 5:00 jsou vchodové dveře nastaveny na automatické jednosměrné zamykání.

Tento režim zamykání spočívá v tom, že dveře vás pustí ven, ale již ne dovnitř!!! Obyvatelé mohou pro příchod do Domova v době od 18:00 do 5:00 hod. použít zvonek popř. zavolat na telefonní číslo uvedené u vchodu. Není možné dveře otevírat násilím ani se dožadovat vstupu žádným jiným způsobem. Zároveň bychom rádi požádali návštěvníky Domova o respektování nastavených pravidel. Podle Návštěvního řádu jsou návštěvy v Domově povoleny do 17 hod. Poté je k návštěvě nutný souhlas vedení Domova.

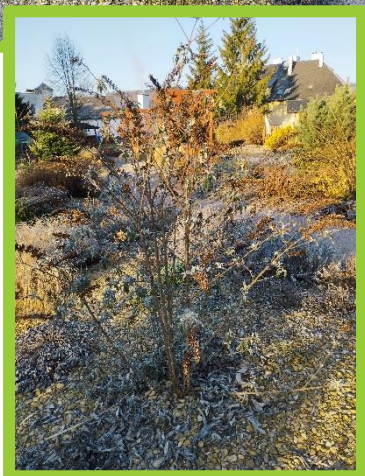
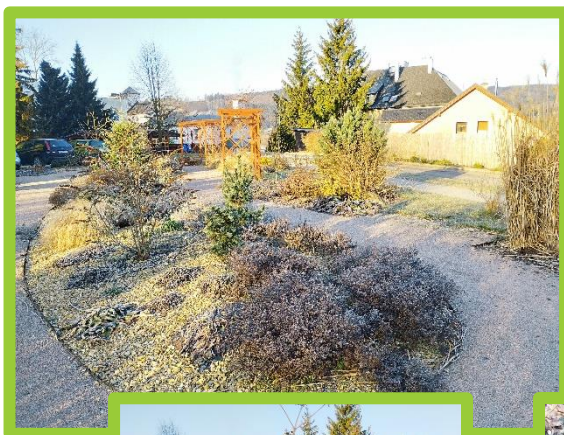


Děkujeme za pochopení.



Pranostiky na březzen

- Březzen, za kamna vlezem.
- Březnový sních škodí polím.
- Suchý březzen, mokrý máj – bude humno jako ráj.
- Hřímání března měsíce znamená veselý a úrodný rok.
- Když v březnu hřmí, ve stodolách se tmí.
- Březnové slunce má krátké ruce.
- Březzen bez vody – duben bez trávy.
- Jestli březzen kožich stáhl – duben rád by po něm sáhl.
- Studený marec, mokrý máj - bude humno jako ráj.
- V březnu prach – jistý hrách.



Co nás čeká v březnu

V úterý 7. 3. 2023 od 13. 30 hod. – KAVÁRNIČKA k MDŽ – u kavičky se společně podíváme, jak proběhl v Domově Masopust.

Ve středu 15. 3. 2023 od 13. 30 hod. – MUZIKOTERAPIE S VĚRKOU – obyvatele z budovy B zveme na společné zpívání a hraní na tělocvičnu ve 4. patře.

V pondělí 20. 3. 2023 od 13. 00 hod. – POSEZENÍ PŘI MUZICE – zveme Vás na odpoledne s učiteli ze ZUŠ a společností Glenmark. Občerstvení zajištěno.

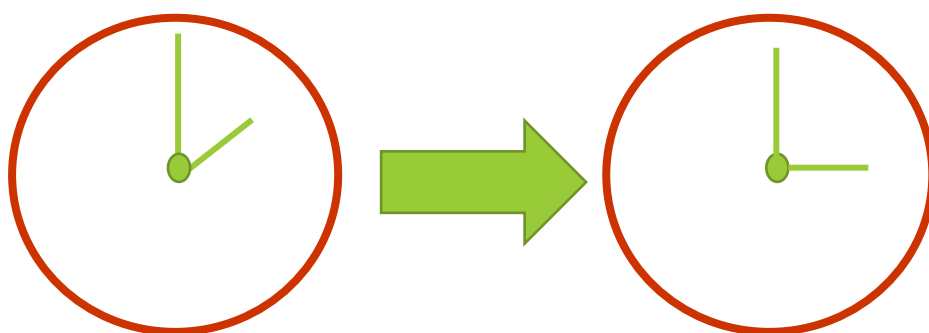
Ve čtvrtek 23. 3. 2023 od 14. 00 hod. – DOMOVSKÝ PLES – zveme Vás na tradiční domovský ples, tentokrát na téma 20. a 30. léta. K poslechu a tanci nám zahraje živá hudba, občerstvení nám zajistí pracovníci kuchyně ☺

Ve středu 29. 3. 2023 od 13. 30 hod. – MUZIKOTERAPIE S MARTINOU – obyvatele z budovy A zveme na společné zpívání a hraní na tělocvičnu ve 4. patře.

Ve čtvrtek 30. 3. 2023 od 10. 00 hod. – NÁVŠTĚVA
DOMU DĚTÍ A MLÁDEŽE – zveme Vás na prohlídku
nových prostor Domu dětí a mládeže s názornou ukázkou práce
s keramickou hlinou.

!!!ZMĚNA ČASU!!!

ZE SOBOTY 25. 3. NA NEDĚLI 26. 3. 2023
POSUNEME HODINOVÉ RUČIČKY O 1 HODINU
NAPŘED, tzn. ve 2 hod. na 3 hod.



2 hod.

3 hod.

**!!!! Od března platí upravené znění
Domácích pravidel. Věnujte, prosím,
zvýšenou pozornost kapitole o vratkách za
dovolenou!!!!**

Ekonomický úsek

Vážení obyvatelé, dovolujeme si představit se a povědět Vám něco o naší činnosti v Domově. Jestli si myslíte, že je to u nás samá tabulka a hromada čísel, tak nejste daleko od pravdy.

Ekonomický úsek má na starosti v Domově vedení účetnictví, zpracování mezd a související personalistiky, evidenci majetku a jeho inventarizaci, provoz kavárny, sklady (ochranných pomůcek, čisticích prostředků a tonerů), drobné nákupy, pokladny, evidenci úhrad za pobyt a stravu, vyúčtování cestovních příkazů, správu dotací, sestavuje rozpočet a kontroluje jeho plnění, podává roční přehledy a mnoho statistických hlášení...

V minulém roce se velkým tématem staly energie a tak se v následující tabulce můžete podívat, jak se konkrétně tato situace dotýká našeho Domova po finanční stránce:

Energie	2021	2022	2023 Odhad
Elektrina	799 170	2 176 653	1 656 912
Plyn	72 780	379 698	536 712
Teplo	1 289 734	2 606 658	3 180 792
Vodné	273 394	278 260	380 575
Celkem	2 435 079	5 441 268	5 754 991

Vzhledem k více než dvojnásobnému zvýšení nákladů na energie žádáme obyvatele i zaměstnance o úspory v této oblasti. V září minulého roku jsme pro Vás otevřeli novou kavárnu, kterou rádi navštěvujete. Víme to, protože jsme Vás obsloužili 5954 krát, koupili jste si 768 chlebíčků, 1939 zákusků a 1208 piv, to vše k 31. 12. 2022.



Tomáš Slezák, ekonom



Zina Novotná, hlavní účetní



Eva Jandová, mzdová účetní



Monika Šimková, nákupčí



Lenka Šťovíčková, recepční



Eva Slezáková, recepční

Děkujeme kolegyním i kolegům a obyvatelkám i obyvatelům za dosavadní spolupráci a těšíme se na Vás v účtárně i Kavárně!

Historie módy 20. století:

20. léta patřila

Fitzgeraldovým dívkám

Pod dvacátými léty se vám možná vybaví opulentní večírky plné štíhlých dívek v krátkých šatech s cigaretou v ruce a blondatou parukou. Tak je vykreslil Francis Scott Fitzgerald ve svých knihách a posléze také moderní zpracování filmu Velký Gatsby. Díky za to. Díky jeho dílu jsou dvacátá léta nezaměnitelná. Měla však v sobě mnohem víc. Protože takovou módu, kterou známe od Fitzgeralda, si mohla dovolit jen ta nejvyšší třída.

Móda 20. let 20. století v kulturním kontextu

20. léta jsou věkem svobody. Společně s první světovou válkou skončilo utrpení, nejistota, monarchie v Evropě hrdě vystřídaly moderní demokraticky uspořádané národní státy. Starý řád světa byl vystřídán novým. Novou aktivní roli ve společnosti začaly hrát ženy. Ty totiž musely během první světové války nastoupit do práce a nahrazovat muže na jimi dříve obsazených pozicích. To jim přineslo značnou soběstačnost, na kterou si navykly a nehodlaly se jí vzdát.

Emancipace v módě 20. let

Po skončení války získaly ženy volební právo. Ženy se chtěly bavit a utrácet své vydělané peníze. Moderní žena je sebevědomá, autonomní, může studovat, cestovat, chovat se vyzývavě, chodit do barů, kouřit. Všechny tyto společenské změny se samozřejmě odrážejí také v módě a umění.

Jako kontrast k viktoriánské a edvardovské éře, která prosazovala porcelánově bílou pleť nepracujících žen, se do módy dostává pleť opálená jakožto symbol života stráveného venku, namísto doma u plotny. Padají nejrůznější společenská tabu. Dříve nepřipustné líčení na ulici je nyní považováno za šik.

Šaty ve stylu 20. let

Móda dvacátých let se nese ve znamení uvolněnosti, pohodlnosti a značného zjednodušení od předchozích období. Na scénu přichází Coco Chanel, která odstranila z módy spodničky a korzety a vytvořila slavné a nesmrtelné „malé černé“. Dvacátá léta dává vale přebujelým ženským tvarům předchozí epochy a upřednostňuje dívky s chlapeckou postavou, na které výborně vyniká rovný střih šatů. Prsa, pas a boky se v módě vytrácejí. Poprvé v historii se na veřejnosti objevují androgynní typy lidí.

Mužské prvky v módě – kalhoty a saka

Vlasy se zkracují a odhalují se dlouhé šíje. Do dámské módy a mravů pronikají maskulinní (mužské) prvky jako saka, kalhoty, kravaty. Zženštilost je nyní opovržením hodná. Zájem Evropy se upírá směrem k USA, které diktují módní trendy. Typickým idolem dvacátých let se stala tzv. flapper girl. Dívka chlapecké postavy, v krátkých rovně střižených šatech, výrazně zmalovaná, se špičkou v ruce a trávící svůj volný čas na bujarých tanečních večírcích (mnohdy se oddávající kokainu či opiu).

Šaty a doplňky

Délka sukní a šatů se zkracuje, sahá nyní ke kolenům. Šaty jsou bohatě pošity třásněmi, flitry, krajkou či štrasem. Ruce pokrývá množství náramků v exotickém stylu. Kolem krku visí dlouhé šňůry umělých perel. Na nohou se nosí boty na pohodlném klínku s páskem kolem kotníku, aby při tanci nespadaly z nohou. Tančí se shimmy a charleston. Postupně se do šatů začínají všívat klíny z jemných lehkých látek. Výstřihy dekoltu i zad jsou hluboké, nosí se přes ně kožichy, které se přidržují pouze rukou. Žena, která neměla na kožich, nosila alespoň kožešinu kolem límce a rukávů. A pozor! Bez špičky ani ránu! Pod krátké a vyzývavé šaty se nosily ovinovací

podprsenky z pryže, které zplošťovaly poprsí, příp. speciální podprsenky pro hluboké výstřihy. Dále se nosily krátké košilky.

Móda 20. let – každodenní nošení

Během dne ženy chodily do práce ve vhodném oblečení. Blůzky, kostýmky rovného střihu, malé těsné klobouky. Barvy pro běžné denní nošení byly méně nápadné stejně jako ošacení, kde se uplatnila zvláště chanelovská jednoduchost. Po válce se ženy věnují široké škále sportu – běhání, plavání, tenisu či turistice. Pro tyto volné chvíle nacházejí uplatnění kalhoty či kalhotová sukně.

Meziválečná avantgarda

Avantgardní umění odmítá sociální nespravedlnost a je pro něj typická vůle k experimentu. To samé se odehrává také v módě, kde nalezneme patrné vlivy surrealismu, kubismu, futurismu, art deca, ale také doznívající secese. V módě jsou oblíbené africké, incké, egyptské motivy, geometrické tvary. Umění a móda zdůrazňuje novost, originalitu a experimentování.

20. léta a účesy

Na krátko! Móda 20. let se vyznačuje krátkou délkou vlasů. Vlasy jsou napomádované a uhlazené s tzv. položenou vlnou a lemují výrazně nalíčený obličej. Krátký účes dává vyniknout

dlouhému krku, který ještě podtrhne velký výstřih na zádech či vpředu.

Móda 20. let – ikona Coco Chanel

Pro dvacátá léta je typický trend pohodlnosti. Upouští se od korzetů a dlouhých šatů. Průkopnicí zkracování sukní byla Coco Chanel, která v roce 1916 představila model šatů bez kanýrů s délkou sukně do půl lýtek. Ze šatů zmizely rukávy a nahradila je ramínka. Do popředí se dostává sportovní oblečení, krátké šortky, tílko a pásek. Módními barvami se stávají hnědá, béžová a šedá.

Charleston je tanec, pojmenovaný podle města Charleston v Jižní Karolíně v USA.

Charleston se tančil na ragtime jazz. První zmínky o charlestonu pocházejí z období kolem roku 1903. Charleston byl představen na harlemských jevištích v roce 1913. Na Broadwayi v roce 1922, v *Zeigfeld Follies*. V následujícím roce představily charleston na Broadwayi hra „Liza“ a show „Aubreyho Lylese“ „Runnin' Wild“, kde zazněla melodie „The Charleston“ skladatele a pianisty Jamese P. Johnsona a stala se jedním z nejpopulárnějších hitů desetiletí. Charleston se tak stal hlavním tanečním proudem ve Spojených státech. Ve třicátých

letech přispěl ke zrodu tance lindy hop. Dívky, které tančily charleston byly nazývány *flappers*.

O rozšíření charlestону v Evropě se zasloužila tanečnice Josephine Bakerová. Když byla roku 1925 na turné po Evropě, zastavila se i v Berlíně a stalo se něco, co by nikoho ani ve snu nenapadlo. Svým úchvatným tancem a malou banánovou sukýnkou rozpoutala charlestonovou horečku. Charleston se stal tancem období dnes známého pod pojmy „zlatá“ či „báječná“ dvacátá léta (Golden/Roaring Twenties). Na ulicích, doma, v tančírnách, všude jste mohli vidět lidi, kteří se pokoušeli pohybovat jako jejich černý idol – s nohama do X a do O a ve velmi ostrém, strojovém pohybu, stejném, jako byl hudební rytmus.

Lindy hop (také *lindyhop* nebo *Lindy Hop*, zkráceně pak *lindy*) je tanec, založený na populárním charlestону a pojmenovaný podle přeletu atlantiku Charlesem Lindberghem v roce 1927. Tanec se vyvinul v Harlemu v New Yorku v pozdních 20. a raných 30. letech 20. století a tancoval se na tehdejší jazzovou a swingovou hudbu. Lindy byl směsicí mnoha tanců s výrazným vlivem jazzu, stepu, breakaway a charlestónu. Je často popisován jako swingový tanec.

Tanec kombinuje párové a sólo tancování, používá taneční pohyby a improvizaci, charakteristické pro černošské tance s osmi-dobou stavbou tanců evropských. Toto spojení je vidět v základním kroku, nazývaném *swing out*, který střídá otevřené postavení, kde jsou tanečníci spojeni pouze jednou rukou s uzavřeným držením, kde je partnerka v partnerově náruči.

Trénujeme paměť – Co víte o jarní přírodě?

1. Která z těchto jarních květinových krásků není jedovatá?

- a) Narcis žlutý
- b) Bledule jarní
- c) Podběl lékařský

2. Která jarní houba je opravdu velkou lahůdkou, oblíbenou kuchaři i jejich strážníky?

- a) Smrž obecná
- b) Liška obecná
- c) Kotrč kadeřavý

3. Jak buk pozná, že přišlo jaro?

- a) Podle teploty vzduchu
- b) Podle délky světla
- c) Probouzí se hmyz, který ve stromě přezímoval

4. Co uděláte, když na procházce narazíte na kolouška nebo malého zajíčka?

- a) Zavolám ochránce přírody a mládě mezitím přesunu na bezpečnější místo.
- b) Opatrně mládě seberu, abych ho ochránil například před psem.
- c) Na mládě v žádném případě nesahám a vzdálím se, protože matka se k němu vrátí

5. Mlád'ata kterého ptáka nejenže vystřelují v sebeobraně salvy trusu, ale mají k dispozici i účinnou chemickou zbraň?

- a) Žluna obecná
- b) Dudek chocholatý
- c) Konipas bílý

6. Jeden z našich plazů je na jaře naprosto magicky přitahován vodou. Jakmile se někdy v průběhu března až května probere z hibernace, hned k ní se svými druhy hromadně táhne. Který to je?

- a) Zmije obecná
- b) Užovka podplamatá
- c) Ještěrka živorodá

7. Pro kohoutky kterého ptáka je typické jarní „čiríkání“?

- a) Křepelka polní
- b) Koroptev polní
- c) Jeřábek lesní

8. Na jaře vykukují ze země semenáčky dubů a buků i na místech, kde žádný z těchto stromů neroste. Kdopak je tam zasadil?

- a) Kuna lesní
- b) Žluva zelená
- c) Sojka obecná

9. Která samička má mléčné bradavky téměř na zádech?

a) Nutrie říční

b) Netopýr černý

c) Krtek obecný

10. Prášek z této rostliny se užíval do daktyloskopické směsi pro snímání otisků prstů. Při hození do ohně prudce vzplane a prská. O kterou jde rostlinu?

a) Přeslička rolní

b) Plavuň vidlačka

c) Vratič obecný

Správné odpovědi:

1c) Dříve se sušené listy podbělu balily do cigaret nebo pěchovaly do dýmek, protože jejich potahování ulevovalo cestám dýchacím. Čerstvé listy rozdrcené na kaši zase tiší bolestivé hmyzí kousnutí nebo bodnutí.

2a) Léčivá houba roste výhradně na jaře v dubnu a květnu v listnatých lesích, parcích a zahradách. Posiluje imunitu a má antioxidační účinky.

3b) Jakmile se buk dočká alespoň 13 hodin světla denně, začnou mu rašit mladé lístečky. Ovšem pouze jedenkrát za 3 až 5 let tyto stromy kvetou.

4c)

5b) Pokud byste dudkovi nakukovali do hnízda, mějte se před jeho mláďaty na pozoru. Kromě trusu vystřikují na nepřítele i silně zapáchající sekret z kostrčních žláz.

6b) Voda je její živel, jen pro přezimování si vybírá vyvýšená místa na suchých svazích. Pohybuje se v ní obratněji než na souši, pro svou kořist se ve vodě potápí a vynáší ji na břeh. Na jídelníčku má totiž převážně rybky a další obojživelníky.

7b) Koroptev z našich polí a luk skoro definitivně vymizela. Na vině jsou změny v hospodaření s půdou. Již z ornitologických statistik z roku 1982 vyplynulo, že se jejich populace ztenčila o 97 %. Stejně tak kriticky mizí další ptačí druhy, které jsou vázané na tento biotop.

8c) Sojky v zimě přecházejí na rostlinnou potravu a ukládají si jako zásoby žaludy a bukvice, a to přímo do země. Aby zimu přestála, potřebuje jedna sojka asi 2 tisíce kusů žaludů a bukvic. Některé už pak ale nenajde a napřesrok z nich vyrostou nové stromky.

9a) Samička nutrie má většinou čtyři páry mléčných bradavek, umístěných podél páteře na boční straně těla, poblíž hřbetu. Z prostého důvodu. Aby mohla krmit mláďata, když plave ve vodě.

10b) Plavuně patří k přeborníkům v přežití. Na Zemi byly již před více jak 300 miliony let a dosahovaly tehdy výšky čtyřpatrové budovy, okolo 25 metrů. Dnes tato světломilná rostlina měří jen 30 až 120 cm. Onen kouzelný prášek pochází z výtrusnic a byl používán i k působivým eskamotérským efektům. V Česku je plavuň vidlačka chráněnou rostlinou.

Jarní porce smíchu

Dvě přítelkyně se baví při opeře. Starý pán vedle nich se ošívá, až se konečně ozve: „Prosím Vás, dívenky, já nic neslyším!“

„Taky Vám do toho nic není!“

„Váš kluk se strefoval kamenem do mého vozu.“

„Strefil se?“

„Naštěstí ne.“

„Tak to nebyl můj kluk, ten by se jistě strefil.“

„Tak jste se dozvěděli, že se těleso při zahřívání roztahuje a při ochlazování stahuje. Uveďte nějaký příklad.“

„Prosím, prázdniny. Letní jsou dva měsíce a zimní jenom týden.“

„Je tu mnoho pěkného mladého masa“, povídá jeden muž druhému na plese.

„Co je nám to platné, když my máme ty staré konzervy s sebou, ...“

„Pane kolego, přibylo vám po svatbě hodně starostí?“

„Právě naopak, ubylo. Žena mi řekne, kdy mám vstát, co snídat, kdy se vrátit, na co se dívat v televizi, ...“

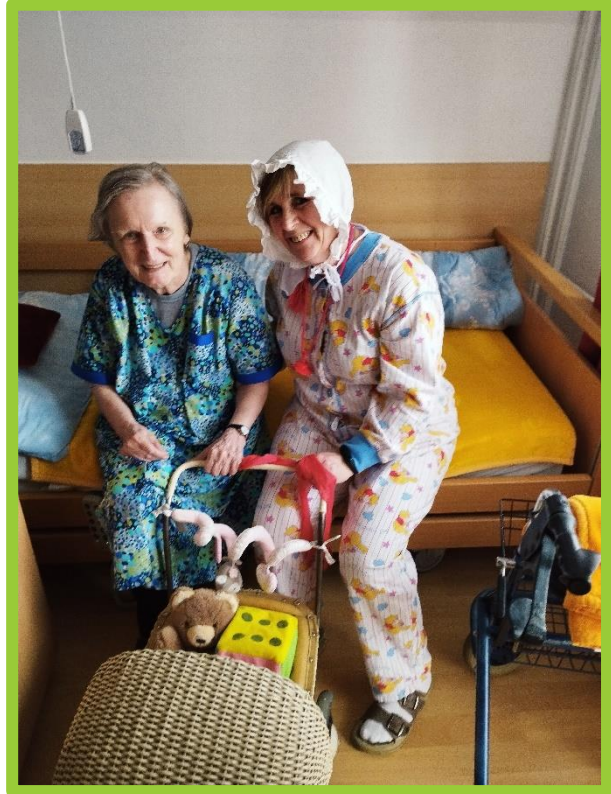
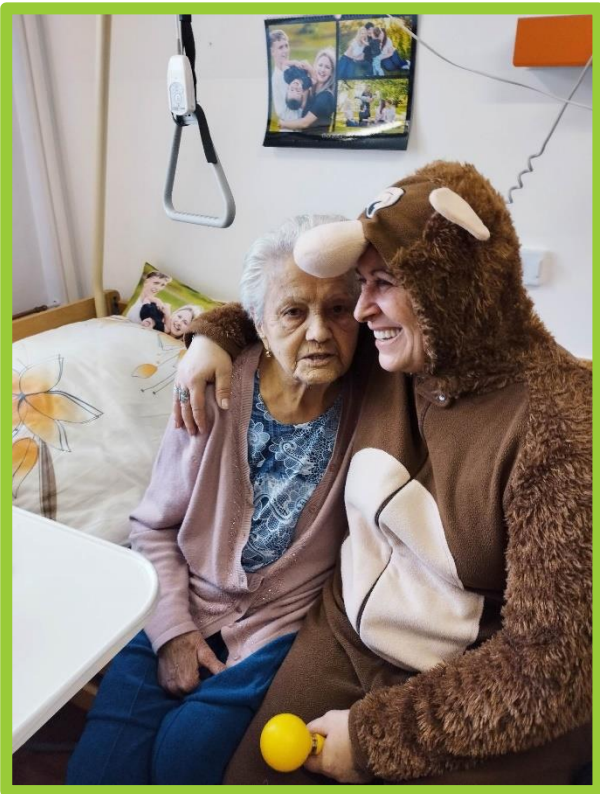
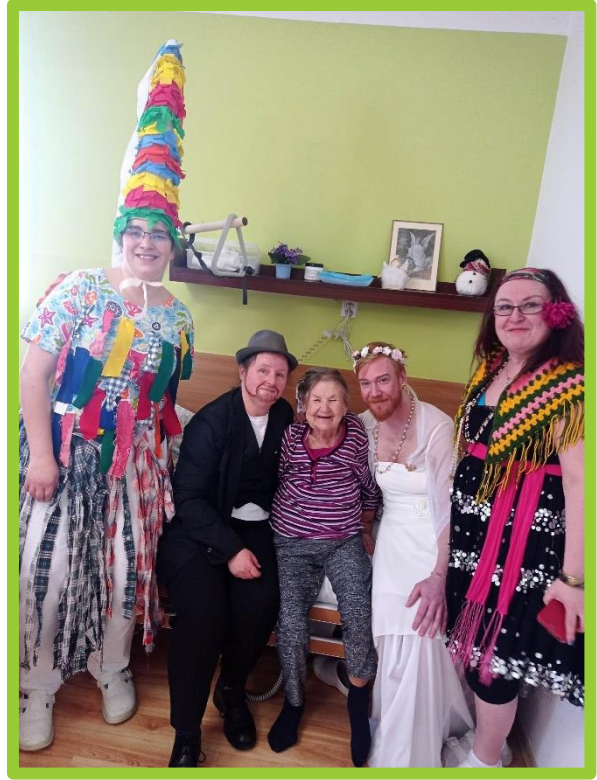
Jak jsme se měli v únoru



Uspořádali jsme si
Masopustní kavárničku

A přivítali jsme
Masopustní průvod masek







Dopřávali jsme si wellness a společně protahovali těla na skupinovém cvičení a józe

Zdroje:

https://www.idnes.cz/hobby/co-vite-o-jarni-prirode-v-cesku.Q190320_114431_hobby_mce#quid

<https://www.vtipy.net/vtipy/5>

<https://www.pranostika.cz/mesic-brezen.html>

<https://designavenue.cz/ceska-moda/historie-mody-20-stoleti-20-leta-patila-nejen-fitgeraldovym-divkam>

<https://www.womanonly.cz/moda-20-let-v-cem-nas-nejvice-okouzluje/>

[https://cs.wikipedia.org/wiki/Charleston_\(tanec\)](https://cs.wikipedia.org/wiki/Charleston_(tanec))

https://cs.wikipedia.org/wiki/Lindy_hop

