

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

MĚSÍČNÍK

DOMOVA DŮCHODCŮ
Ústí nad Orlicí



6. ČÍSLO/ ČERVEN 2025
PO PŘEČTENÍ, PROSÍM, PŘEDEJTE DALŠÍMU
OBYVATELI!

MILÉ ČTENÁŘKY, MILÍ ČTENÁŘI,

Po měsíci lásky přichází červen. Počasí je hodně proměnlivé, sluníčko střídá déšť a tepla je zatím pomálu. Zamračená obloha bez sluníčka nám na náladě nepřidává, ale věříme, že si i přesto dokážeme najít něco, co nám udělá radost. Až se počasí ustálí, budeme se více potkávat venku a užívat si sluníčka a tepla.

Ale určitě se v červnu můžeme těšit na výlet, tentokrát do Kostelce nad Orlicí.

V Měsíčníku si můžete přečíst o tom, jakou sílu má černý bez, o významu jména Medard a zjistíte, že svůj den mají i oceány. Nahlédneme také pod pokličku rodu Kinských.

Sluníčkové dny Vám přejí

Dana Matoušková a Eva Plívová Vaše sociální pracovnice



CO NÁS ČEKÁ V ČERVNU

v týdnu od 2. 6. 2025 (podle počasí) venku u fontánky

BRAMBORÁKOVÉ HODY - Dopolední příprava + odpolední smažení a ochutnávání. Nenechte si to ujít. Bližší info o termínu u aktivizačních pracovníků a rozhlasem ☺

v úterý 10. 6. 2025 od 13.00 hod.

JEDEME NA VÝLET - Naším cílem bude letos Kostelec nad Orlicí. Domluveno je posezení v zámecké kavárně a bezbariérová prohlídka zámku. Jedeme nízkopodlažním autobusem, takže i doprava bude pro všechny bez problémů. ☺ Zájemci se mohou hlásit u aktivizačních pracovníků.

v úterý 17. 6. 2025 od 9.00 hod. v jídelně

BESEDA S HASIČI – Zveme Vás na přednášku s hasiči o mimořádných událostech a jak se při nich správně chovat.

v úterý 17. 6. 2025 od 13.30 hod. v tělocvičně/venku

MUZIKOTERAPIE - Oblíbené lidové písničky si notujeme s oblíbenou Věrkou ☺ Přijďte se přidat. Místo konání bude upřesněno v úterý podle počasí.

ve středu 18. 6. 2025 od 13.30 hod. v jídelně

KLAVÍRISTÉ ZE ZUŠ – svým vystoupením nás potěší nadějní klavíristé ze ZUŠ ÚnO pod vedením paní učitelky Kamily Řezáčové.

ve středu 25. 6. 2025 venku

DEN NÁMOŘNÍKŮ - Čeká nás den plný vodních hrátek, smíchu a hezky strávených společných chvil. Těšíme se na Vás ☺

**V týdnu od 2. 6. do 6. 6. 2025 bude ordinace
MUDr. Langové UZAVŘENA.**

Každou sobotu probíhá od 14 hod. MŠE SVATÁ
v tělocvičně ve 4. patře.

**Ve středu 11. 6. od 13. 30 hod. BIBLICKÁ
HODINKA** ve společenské místnosti ve 2. patře.

**Každé úterý od 9 hod. je Vám k dispozici
TERAPEUTKA Bc. Lucie Stehlíková** – poskytuje podporu všem, kdo se cítí v životní krizi; hledají úlevu od svých psychických potíží; mají nevyřešené rodinné problémy; aj. V případě zájmu o setkání s ní, kontaktujte aktivizační pracovnice, které Vám schůzku domluví.

PRANOSTIKY NA ČERVEN



- ❖ Medardova kápě-čtyřicet dní kape.
- ❖ Když na Medarda prší, voda břehy vrší.
- ❖ Když na Medarda prší, těžko se seno suší.
- ❖ Sv. Tonička mívá uplakaná očička.
- ❖ Pohoda na sv. Víta-to dobrota na žita.
- ❖ Na sv. Víta na jedné straně se tmí, na druhé svítá.
- ❖ Na sv. Aloise poseč louku, neboj se!
- ❖ Na sv. Jana otvírá se létu brána.
- ❖ Na Petra a Pavla den jasný a čistý, rok úrodný bude jistý.

ČERVEN

Rudé třešně, jahody,

Vám červen nese.

Měsíc prvních plodů,

luční seno seče.

Na koupání vodu hřeje,

na vycházkách zmrzliny vám též dopřeje.

(báseň do Měsíčníku poskytla obyvatelka paní

Vlasta Matoušková)

ZÁMEK KOSTELEČ NAD ORLICÍ

Něco z historie

Zámek byl postaven
v empírovém stylu v letech 1829-



1833 podle plánů vídeňského architekta Jindřicha Kocha pro hraběte Josefa Kinského, jehož rodině kostelecké panství patřilo od roku 1796. V roce 1948 přešel zámek do majetku státu a v roce 1949 byl prohlášen za státní kulturní majetek.

Navzdory snažení orgánů památkové péče a kulturní veřejnosti se staly budovy zámku v roce 1952 sídlem několika zemědělských institucí a v odborné správě zůstal pouze zámecký park. Hospodářské objekty začala v roce 1950 užívat okresní inseminační stanice a od ledna 1951 začal vlastní zámek sloužit aplikovanému výzkumu. V průběhu roku se do něj nastěhoval nově vznikající Výzkumný ústav pro živočišnou výrobu, přejmenovaný následně na Výzkumný ústav pro chov prasat. Ten se v roce 1975 přestěhoval do nové budovy postavené v užitkové zahradě zámku. Opuštěný a chátrající zámek převzalo v roce 1979 Krajské středisko státní památkové péče a ochrany přírody v Pardubicích, který zde provedl základní záchranné práce.

V roce 1992 byl zámek v neutěšeném stavu vrácen rodině Kinských a v letech 1996 - 2008 prošel jeho exteriér i interiér velmi náročnou rekonstrukcí. Dochovaný mobiliář



v empírovém stylu spolu s dalšími předměty z původního majetku rodiny byl postupně restaurován a v prvním patře zámku z něho byla vytvořena zámecká expozice Život v biedermeieru, která byla otevřena v dubnu 2012. Zámek tak byl poprvé ve své historii zpřístupněn veřejnosti. Součástí prohlídkové trasy je Zrcadlový sál, který slouží díky své skvělé akustice koncertům různých hudebních žánrů a také jako místo pro svatební obřady. Ve druhém patře se nachází výstavní prostor - Galerie Kinský a v přízemí najdete muzejní expozici historie města Kostelec nad Orlicí.

Historie rodiny Kinských

Kinští patří k nejrozvětvenějším a dlouhou dobu také patřili k nejvýznamnějším českým aristokratickým rodům. Kořeny rodu Vchynských (od 17. století Kinských) leží v severních Čechách v okolí Litoměřic na počátku 13. století. Rodina Kinských se během staletí neustále větvila, z chlumecké větve se časem oddělila linie sloupská a z té později linie severomoravská, z choceňsko-budenické se odštípila nejdříve linie

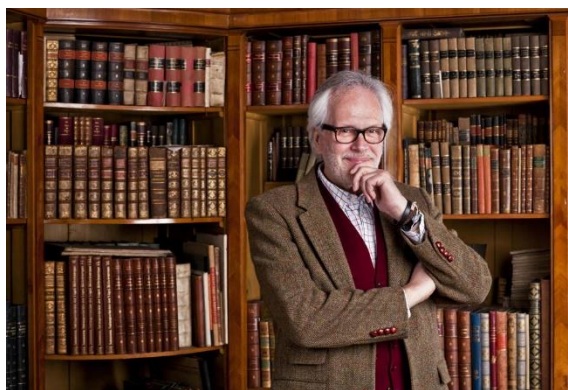
kostelecká, později horažďovická a moravsko-krumlovská a nakonec linie Lysá nad Labem - Benátky. Nevelké panství Kostelec nad Orlicí koupil v roce 1796 Josef 4. kníže Kinský od hrabat Cavriani. K panství, na jihu přiléhající k panství Chocně, patřilo včetně Kostelce 15 obcí. Téhož roku kníže Josef připojil ke kosteleckému panství statek Borovnice s 9 obcemi, do té doby náležející k Chocni.

Po převzetí zámku státem v roce 1949 byly rodině vyhrazeny k obývání dvě místnosti, ale i ty museli v roce 1951 opustit.

Představitelé rodu Kinských:

Josef Kinský, Bedřich Kinský, František Josef, Josef Kinský a Bernadetta Kinská. Současným představitelem rodu Kinských je

FRANTIŠEK KINSKÝ (*1947)



Vyrůstal v Praze. Během svého aktivního života vystřídal řadu zaměstnání, pracoval jako projektant, asistent produkce a režie v České televizi a pak na dlouhý čas zakotvil u reklamy, nejdříve jako vedoucí oddělení film, rozhlas, televize v reklamním podniku Merkur, po revoluci jako kreativní ředitel v českých pobočkách nadnárodních reklamních agenturách Lintas a Ogilvy. V roce 2004 převzal správu restituovaného rodinného majetku v Kostelci nad Orlicí, kterou

vykonává dosud. V roce 2010 byl zvolen do městského zastupitelstva v Kostelci, v roce 2012 do krajského zastupitelstva v Hradci Králové a v roce 2014 byl zvolen starostou města Kostelec nad Orlicí.

V roce 2014 převzal František Kinský cenu Torzo naděje. Tato cena, kterou uděluje Nadační fond angažovaných nestraníků ve spolupráci s Národní knihovnou ČR, patří dle slov Františka Kinského nejen jemu, ale také jeho otci Josefovi a dědečkovi Františkovi.

Ceny jsou určeny vždy 7 osobnostem české veřejné scény, které svým životem a prací bojují za pravdu a právo, zasazují se o rozvoj demokracie a občanské společnosti a jsou rovněž příkladem a nadějí naší společnosti pro současnost i budoucnost. Udělované sošky jsou zmenšenými originály plastiky Olbrama Zoubka „Mukl – 3. v řadě“, která je součástí Památníku obětem komunismu umístěného na pražském Újezdě.

MEDARD, 8. 6.

Charakteristika

Jméno Medard se u nás užívá jen zřídka, možná je na češtinu příliš tvrdé. Muž jménem Medard může být dle významu svého jména udatným silákem, častěji však bývá spojován s počasím a deštěm.

Odvozeniny a varianty

Jméno Medard nemá ženský protějšek. Domáckými podobami jména jsou Medardek, Meda nebo Medek. Jméno Medard se užívá i ve slovenštině, němčině nebo polštině. Francouzská podoba jména je Médard, španělská a italská Medardo.

Maďarskou mutací je Madárd.

Významní nositelé

Asi nejznámějším nositelem jména je Svatý Medard, francouzský biskup žijící v 6. století. Je patronem sedláků, pastýřů, vinařů a sládků. Dnes je však také pomocníkem meteorologů. Dalším nositelem jména byl také italský sochař, představitel impresionismu Medardo Rosso. Jméno nosil i německý psychiatr Medard Boss.

Původ a význam jména

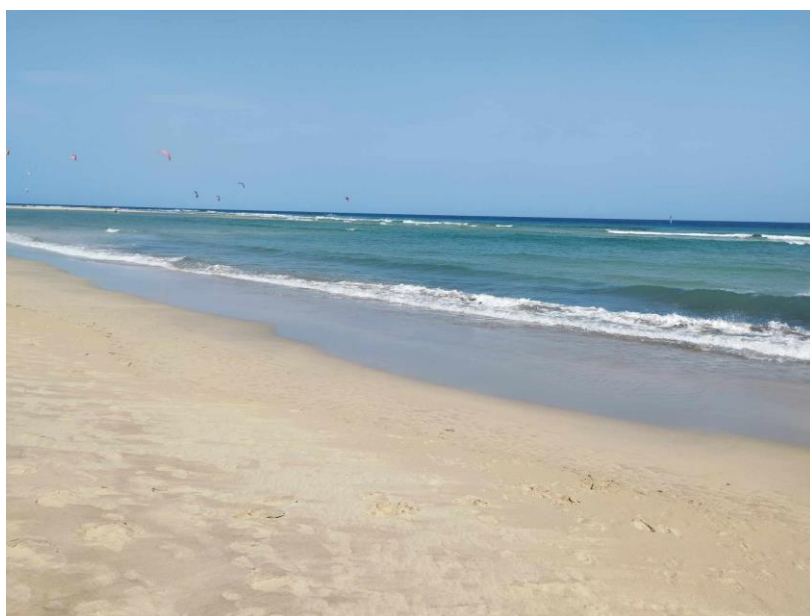
Mužské křestní jméno Medard má germánský původ. Vyvinulo se ze staroněmeckého jména Mahtahard, resp. německých slov „macht” s významem „moc”, „síla” a „hardus” s významem

„tvrdý“. Jméno se tak překládá jako „mocný, „silný“, „udatný“, také „tvrdý“ nebo „přísný“. V ČR toto jméno nosí 17 lidí.

Na tento den také připadá:

MEZINÁRODNÍ DEN OCEÁNŮ

OSN vyhlásila mezinárodní den oceánů roku 1992 a má připomínat důležitosti oceánů a moří pro celý svět. Nejen mořské



ovzduší je důležitý prvek pro životní prostředí, ale oceány a moře ovlivňují celou naši planetu, její biosféru a celkové klima Země. První oslavy

tohoto dne jsou od roku 2009. Moře a oceány musíme chránit a neznečišťovat je.

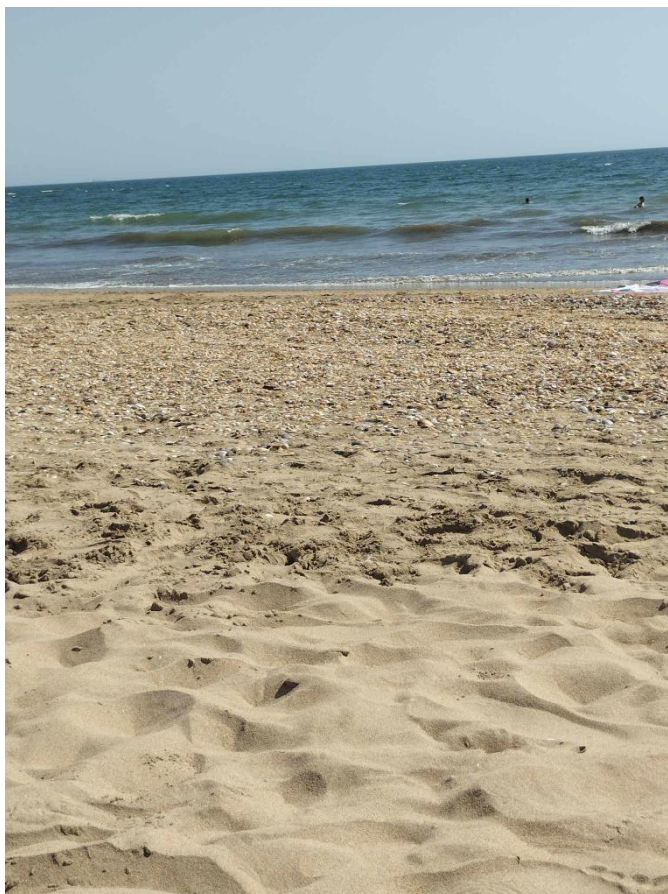
Oceány pokrývají 71 % povrchu modré planety Země. O Zemi tak můžeme bez nadsázky hovořit jako o vodním světě.

Na Zemi máme 4, resp. 5 oceánů. Ten poslední oceán "vznikl" teprve v roce 2000, byť jen na mapách a z moci úřední. Jeho "vznik" však nebyl přijat všeobecně, takže ve světové geografické literatuře (i té nejnovější) se můžete i nadále setkávat s údaji jak o

čtyřech, tak o pěti oceánech. K všeobecně známým Tichému oceánu, Atlantskému oceánu, Indickému oceánu a Severnímu ledovému oceánu ještě přibyl Jižní oceán zvaný také Jižní ledový oceán nebo Antarktický oceán.

Typickou vlastností mořské vody je její slanost. Mořská voda je vlastně roztokem řady minerálních a organických látek, mezi

nimiž převažují chlorid sodný (sůl), chlorid hořečnatý a síran hořečnatý, které dodávají mořské vodě hořkoslanou chuť. Průměrná salinita (slanost) mořské vody činí 35 ‰, obvykle se pohybuje mezi 33 až 37 ‰. Lokálně však může salinita kolísat i více. V



závislosti na teplotě a výparu mořské vody, na mořských proudech, vodních srážkách a dalších faktorech. Maxima tak salinita dosahuje v Rudém moři - 41 ‰ a naopak minima v Baltském moři - 7,2 ‰.

BEZ ČERNÝ

Bez černý je listnatý keř, který má široké využití v léčitelství, farmacii i potravinářství. Čerstvé plody bezu černého mají projímavé účinky; sušením nebo tepelným zpracováním se tato vlastnost ztrácí. Keř je označován v Čechách **bez** a na Moravě **chebz**, **chebzí** či **pukač**. Při dvouslovném pojmenování se mohou využívat přívlastky černý, bílý, planý, smradlavý, divoký či psí. Pro označení plodů se používají jména bezinky, chebzinky, kozičky, smradinky, kozinky či hural. Někdy bývá zaměňován, přes zjevné odlišnosti, s jinými druhy bezu, které jsou na území ČR rozšířeny, s bezem chebdí a v době květu i s bezem červeným. Oba tyto druhy obsahují větší množství toxických látek a jsou označovány jako jedovaté.



Lze jej najít na vlhkých lesních mýtinách, na kamenitých místech, v roklicích, na mezích, u cest a na rumištích. V přírodě roste volně na světlých i polostinných místech. Vyskytuje se též hojně na venkově na plotech a domech a v zahradách, tedy především na místech bohatých na živiny, především dusík, a vlhkých místech.

Plody jsou i vyhledávanou potravou některých ptáků, kteří v trusu roznášejí nestrávená semínka po okolí a tím napomáhají rozšiřování rostliny.

Keř nebo malý strom dorůstající do výšky 3 – 7 m, při ideálních podmínkách až 10 metrů. Kvete postupně v průběhu zhruba 3 týdnů od května do července v závislosti na místních klimatických podmínkách. V době květu se šíří kolem bezu omamná vůně a i po odkvětu má tato rostlina zvláštní aroma. Plody bezu jsou malé, černé, kulaté, lesklé peckovice. Začínají dozrávat koncem srpna.

ZDRAVOTNÍ RIZIKA

Čerstvé plody se dle některých zde uvedených pramenů nedoporučuje konzumovat, protože mají projímavé účinky; tepelná úprava či sušení škodlivé látky neutralizuje. Květy a plody se vnitřně používají s úspěchem celá staletí k léčebným účelům, k přípravě čajů, vín a likérů. Kůra a listy se v minulosti občas doporučovaly zevně k obkladům při revmatismu a jako protikřečový prostředek. Odvar z listů hubí hmyz. Listy a kůra jsou v některých pramenech uváděny jako poněkud jedovaté; vzhledem k tomu, že obsahují silné účinné látky glykosid sambucinigrin a alkaloid sambucin, **nelze doporučit vnitřní užívání listů a kůry**. Otravy po požití listí nebo kůry se projevují silným zvracením, průjmem, ošklivostí a celkovou slabostí. Podobné příznaky se mohou dostavit i po požití syrových plodů ve větším množství. V zájmu objektivity je třeba dodat, že více

zdrojů – jak z historie, tak současných – uvádí mnohé prospěšné a léčebné účinky bezu černého bez závažnějších vedlejších či nepříznivých důsledků.

VYUŽITÍ

V potravinářství se používají především bobule – bezinky. Šťáva lisovaná z plodů se používá jako potravinářské barvivo. Pecek zbavená dřev jako náhražka dražšího ovoce především do směsí. Nezastupitelnou úlohu mají i při výrobě likérů. Pro tyto účely se bezinky částečně vykupují i pěstují.

V domácí kuchyni – květenství je možné máčet v těstíčku a smažit podobně jako květák – pochutina se nazývá kosmatice. Z květů se dá připravit bezová šťáva nebo kvašením osvěžující limonáda. Je možné z nich vyrobit i sirup. Ze sušených léčivý čaj. Z bezinek se vyrábí sirup, marmeláda, likéry i víno. Bezové víno má výbornou chuť a vůni. Je též využíváno jako chuťové korigens.

Ve farmacii – moderní farmaceutický průmysl má zájem hlavně o květy. Pro tyto účely se sušené květy vykupují. Květy se sbírají za suchého počasí nejlépe před jejich úplným rozvitím. Suší se co možná nejrychleji ve stínu a ukládají se v suchu, aby nezhnědly.

V lidovém léčitelství. Všechny části rostliny mají léčivé účinky. Sbírá se květ, list, bobule a kůra, a to v červnu a červenci, bobule v říjnu a listopadu.

V minulosti se bezem léčilo snad téměř vše. Výhonky bezu se používaly na zmírnění bolesti zubů, mladé lístky smíchané s ječnou moukou léčily popáleniny a přikládaly se též na rány způsobené pokousáním vzteklého psa. Práškem z rozemletých suchých listů se zastavovalo krvácení z nosu.

Mystické užití. Pro jeho léčivé účinky kdysi dostávali novomanželé jednu rostlinku svatebním darem.

Bez dříve lidé vysazovali v blízkosti obydlí a chlévů, protože věřili, že zahání dobytkčí mor.

Šťáva lisovaná z plodů se používala na barvení látky, protože má intenzivní tmavě červenou barvu.

Na Slovensku je bezové dřevo významnou surovinou pro výrobu tradičních hudebních nástrojů – fujar a i na výrobu různých píšťalek. V neposlední řadě se ukazuje být dřevo bezu černého v Evropě vhodné na výrobu hudebního nástroje didgeridoo, a to technologií klasického ručního vrtání.

Prísloví praví: „Před heřmánkem smekni a před bezem klekni“ nebo „Je lékem proti devíti nemocem a je považován za bylinu magickou“.

ÚČINKY KVĚTŮ

Odvar ze sušených květů je močopudný, rozpouští hleny a podporuje pocení.



Má diuretické účinky, snižuje horečku a mírní kašel. Chlazený neslazený čaj z květů je výtečným lékem i při zažívacích potížích, plynatosti, nevolnosti a pomalém trávení, či nedostatečné činnosti žlučníku. Také podporuje funkci ledvin a močového ústrojí.

ÚČINKY PLODŮ

Šťáva z plodů působí blahodárně při léčení migrén a nervových chorob, zejména při zánětu trojklaného nervu. Nezralé plody mají projímavý účinek. Proto se doporučuje natrhaná plodenství nechat den, dva dozrát rozložená v tenké vrstvě. Projímavý účinek se vařením ztrácí. Ztrácejí se rovněž, avšak jen částečně, léčivé látky.

ÚČINKY LISTŮ A KŮRY

Historicky byly listy používány k úlevě od bolesti, otoku, zánětu,



ke stimulaci produkce moči a k vyvolání pocení. Kůra byla používána jako diuretikum, projímadlo a k vyvolání zvracení. Kůra a listy rostliny jsou také známé jako jedovaté a způsobují žaludeční potíže. Toxické látky, které se nachází v bobulích, lze snadno odstranit vařením, ale větve, kůra nebo listy by se

při vaření ani odšťavňování používat neměly.

TRÉNUJEME PAMĚŤ

1. Jaké z níže uvedených čísel se nejvíce blíží aktuálnímu počtu obyvatel České republiky?

- a) 8,5 milionu
- b) 10,5 milionu
- c) 12,5 milionu

2. Kdy Česká republika nabyla samostatnosti jakožto nástupnický stát Československa?

- a) 1. ledna 1993
- b) 1. ledna 1990
- c) 28. října 1918

3. Nedaleko jakého města se stéká Labe s Vltavou?

- a) Litomyšle
- b) Mělníka
- c) Prahy

4. Vrcholným a jediným zákonodárným orgánem je v České republice ...

- a) Parlament
- b) Vláda
- c) Prezident

5. Na kolik vyšších územních samosprávných celků – krajů se Česká republika administrativně dělí?

- a) 9
- b) 12
- c) 14

6. V jakém okrese stojí středověký královský hrad Karlštejn?

- a) Beroun
- b) Kladno
- c) Příbram

7. Jak se jmenuje obec, která proslula tím, že se zde každoročně koná lidový obyčej s názvem Jízda králů?

- a) Zaječí
- b) Vlčnov
- c) Hustopeče

8. Do jaké části České republiky spadá město Opava?

- a) Čechy
- b) Morava
- c) Slezsko

9. Co nepatří mezi České korunovační předměty?

- a) Svatováclavská koruna s čepičkou
- b) Královské jablko s pouzdrém
- c) Svatováclavský meč

10. Klínovec je nejvyšším vrcholem jakého pohoří?

- a) Jizerských hor
- b) Lužických hor
- c) Krušných hor

Správné odpovědi: 1b), 2a), 3b), 4a) 5c), 6a), 7b), 8c), 9c), 10c).

SMĚJEME SE

Na návštěvě v muzeu se ptá průvodce dětí:



„Tak děti, víte, jak staré jsou tyto kostry dinosaurů?“

Pepíček se hlásí: „Já vím, jsou 70 miliónů a šest měsíců staré!“

Průvodce se zarazí: „Jak to, Pepíčku?“

Pepíček vysvětluje: „Když jsme tu byli naposledy před půl rokem, říkal jste, že jsou staré 70 miliónů let.“



V galerii:

„Krásný obraz. Nádherně zachycený východ slunce, co říkáte?“

„Krásný obraz to je, ale je to západ slunce.“

„Jak to dokážete rozeznat? Vy jste odborník?“



„Nejsem, ale znám malíře. Ten v životě nevstal před polednem.“



Začal jsem držet dietu. Jako první jsem se zbavil všech nezdravých jídel v baráku. Bolí mě břicho, ale bylo to hrozně dobré.



„Když jsem byla malá, byla jsem dost namyšlená..... Ale teď, teď už nemám žádnou chybu“



U optika: "Jaké písmeno vám ukazují?"

Já: "Kde jste?" :-)



Nevěsta se ptá snoubence: "Drahý, co se ti nejvíc líbí na děvčatech? Inteligence nebo krása?"

- "Ani jedno ani druhé, víš, že se mi líbíš jenom ty!"



JAK JSME SE MĚLI V KVĚTNU



Připravovali jsme jarní jednohubky, pekli jsme perníčky a pomáhali se zeleninou do kuchyně. Tvořili jsme a cvičili.



Uspořádali jsme velmi povedený Den rodiny a hráli jsme oblíbené společenské hry. Navštívily nás děti z MŠ Na Výsluní a trávili jsme čas venku.



Zdroje:

<https://svatky.centrum.cz/svatky/jmenne-svatky/medard-159/>

<https://svatky.centrum.cz/svatky/vyznamne-dny/mezinarodni-den-oceanu-106/>

<https://www.treking.cz/cestovani/oceany.htm>

<https://www.alik.cz/v/nejlepsi>

https://cs.wikipedia.org/wiki/Bez_%C4%8Dern%C3%BD#Extern%C3%AD_odkazy

https://www.denik.cz/cestujeme-doma/kviz-cesko.html?utm_source=google&utm_medium=cpc&utm_campaign=DSA&utm_source=google&utm_medium=cpc&utm_campaign=DSA&utm_id=1616722013&gad_source=1&gad_campaignid=1616722013&gbr aid=0AAAAADCmz3cGwa5jkVNFTlyiwKfrfoHr0&gclid=EAIaIQobChMIIsN25msXIjQMVyICDBx3FFySvEAAYASAAEgI9tvD_BwE

