



Domov pro seniory v Lázních Kynčvart

Časopis „Na slovíčko.....“

Duben 2023



Milé čtenářky, milí čtenáři,

jaro už nám dává svou silou osobě vědět a my můžeme začít čerpat energii z prvních teplých slunečních paprsků. Už se můžeme těšit na to, že budeme trávit více času v smyslové zahradě, kde se bude konat i plno akcí, které pro Vás připravují naše šikovné aktivizátorky.

Na následujících stránkách se poohlédneme za uplynulými měsíci, které akce se u nás konaly. Některé z nich začínají být našimi stálicemi a vy už víte, že se pravidelně můžete těšit na poníka Ferdu nebo na to, že nás přijedou pohostit z cukrárny výbornými zákusky. Také se pravidelně můžete účastnit společenských her na hale Domova.

Rozpis akcí máte vždy připraven na patrech, na recepci nebo na hale. Nové akce pro Vás již bedlivě připravujeme.

Přejeme Vám plno krásných prosluněných dnů a také pěkné prožití Velikonoc.

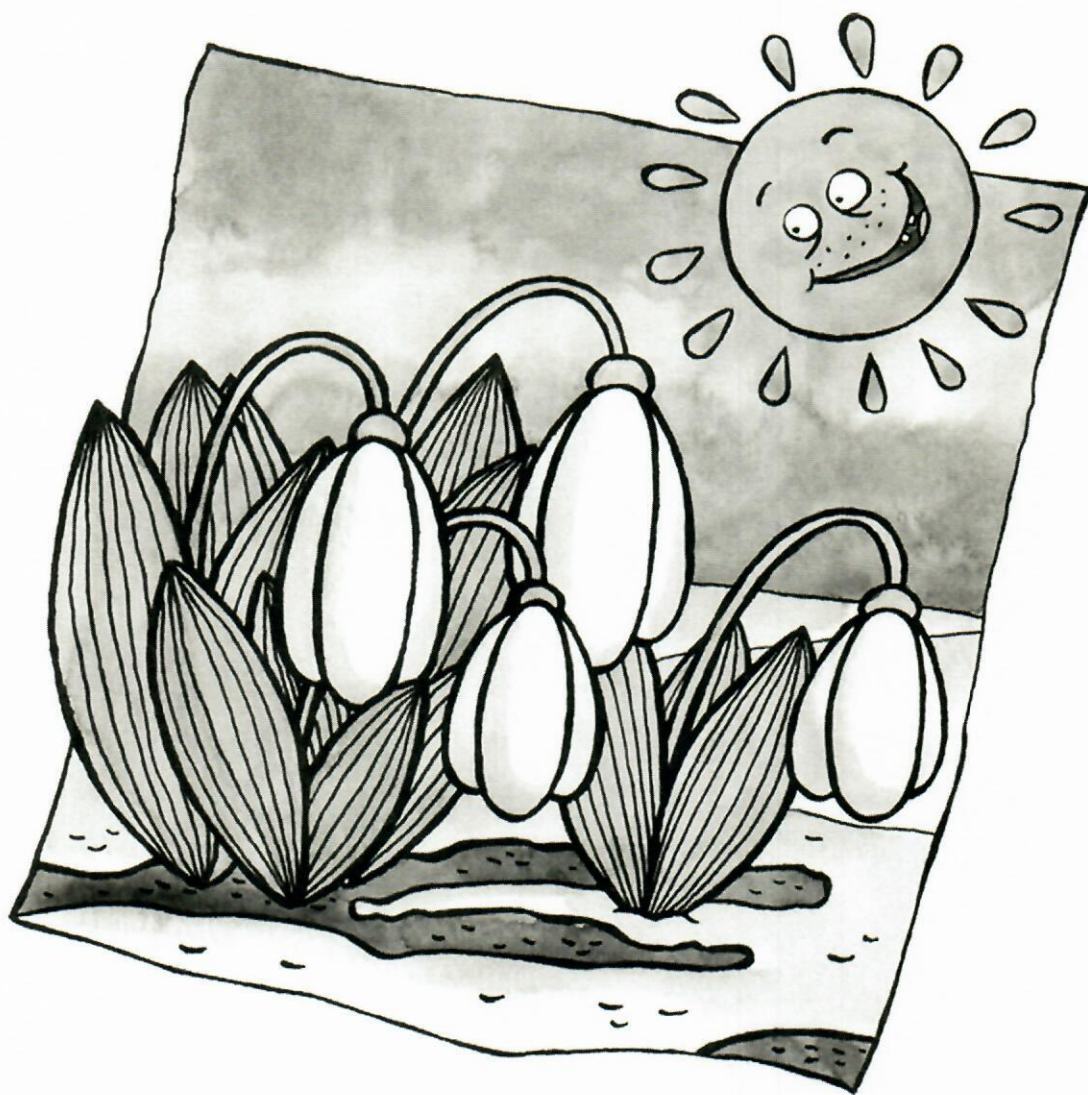


STRÁNKY POHODÁŘEK

Vážení klienti a klientky našeho Domova,

vítejte u prvního vydání našeho časopisu v roce 2023. Opět se ohlédneme, co se u nás událo od začátku nového roku. Co jsme společně zažili, co nového jsme vybudovali a také, co nás v následujících měsících čeká. Zdá se mi, že jsme do nového roku vykročili tou správnou nohou a vše klapě, jak má být. Obměnil se i tým aktivizátorek na DZR. Mou novou kolegyní je paní Hanka Nováková. Dosavadní spolupráce je skvělá. Snažíme se, aby byly volnočasové aktivity zajímavé a lákavé.

Nyní se můžeme poohlédnout za akcemi, které jsme pro Vás připravili.



Hipoterapie

Jsme opravdu velice rádi, že se podařilo vedení Domova zprostředkovat hipoterapii pro naše klienty. Je to pro nás všechny zase něco nového a hlavně jiného. Pro někoho je jen přítomnost poníka Ferdy nezapomenutelný zážitek. Ferda je velmi společenský. Velkou výhodou je návštěva poníka přímo u lůžka klienta. Možnost pohladit si ho je pro některé velmi vzácný okamžik. Pojdme si přiblížit, co vlastně hipoterapie je – jedná se o metodu využívající kontaktu s koněm a interakce s ním jako prostředku k motivaci, aktivizaci a která má nezanedbatelný vliv na psychiku. Pro některé naše seniory byla tato aktivita odpočinkovou a relaxační, z hlediska rehabilitačního má tato aktivita příznivý vliv na normalizaci svalového napětí a rozvoj fyzické kondice.

Poník navštěvuje klienty postupně. Ale nebojte se, na každého se dostane. Toto pololetí k nám bude docházet 1x14 dní. Až bude pěkné počasí, budeme se s poníkem více stýkat ve smyslové zahradě.



CANISTERAPIE

Podařilo se nám sehnat náhradu za paní Woltrovou, která k nám docházela s malými pejsky na canisterapii. Nyní nás bude navštěvovat pan Stránský z Habartova. Myslím si, že Vás mile překvapí pejsci, se kterými k Vám přijede vykouzlit úsměv na tváři. Jsou to psi o něco větší, než na které jste dosud byli zvyklí. Dovolte mi, abych Vám je trochu představila.

Leonberger



Je to velký, svalnatý, robustní, ale elegantní pes. Charakteristická je pro něj vyvážená stavba těla, sebevědomý klid a trocha temperamentu. Psi jsou v porovnání s fenami mohutní a silní. U tohoto psa se setkáváme s výškou od 65 - 80 cm a někdy i více a s odpovídající vahou 50 - 75 kg. Leonberger je obr svou velikostí, ale dobrák svým srdcem. Je to skvělý rodinný pes a své rodině je plně oddaný. Děti má velmi rád a nechá si od nich ledacos líbit.

SPOLEČENSKÉ HRY

Jak jste byli vždy zvyklí, zavedli jsme od ledna opět herní čtvrtky. Pravidelně se scházíme na hale Domova, kde si společně zahrajeme např. Člověče, nezlob se! nebo karty. Scházíme se vždy skoro ve stejném počtu. Proto bych ráda touto



cestou vyzvala více klientů, aby se k nám připojili. Nejde jen o hru samotnou, ale jde o legraci, kterou u her zažíváme nebo si povídáme. Je prokázáno, že hraní her má velmi pozitivní vliv na zdraví člověka, redukuje stres, odbourává deprese, pocit neklidu a úzkosti.

Hraní také samozřejmě stimuluje mozek, úspěchy v něm pak posilují sebeúctu. Při hraní společenských her se nevzdáváte společenských kontaktů, ale naopak do nich vstupujete a rozvíjíte je.

Tedy když to shrnu, tak hraní je her je po všech stránkách velmi pozitivní. Doufám, že se každý čtvrtek uvidíme v hojnějším počtu.

MUZIKOTERAPIE

Poslech hudby je každodenním chlebem všech klientů. Pokusili jsme se na toto téma podívat z jiného úhlu. Většina klientů vnímá hudbu pouze pasivně. Ale



jakmile zapojíme i tělo, třeba pouze tleskání melodie, již hudbu vnímáme aktivně. Využili jsme hudebních nástrojů a pomůcek, které jsme dostali k dispozici. Náhle se poslech hudby změnil. Posunula se pomyslná laťka o kousek výše. Klienti se, za pomoci hudebních nástrojů, okamžitě zapojili do muzikoterapie a velmi je to bavilo. Oddělením se neslo znění triangu, dřívěk, paliček, činelů....velmi krásné povznesení hudby jako takové. Klientům se muzikoterapie velmi líbila a moc si ji užili. U nás na

oddělení je muzikoterapie zapojována mezi volnočasové aktivity pravidelně a vždy s velkým úspěchem.

MEDITAČNÍ MÍSTNOST

Meditační místnosti na 3., 4. a 5. patře prošly malou přeměnou. Od dob covidu se užívaly tyto místnosti jako provizorní jídelna, byt pro klienty nebo technická místnost. Nyní jsme jim opět vrátili původní podobu. Díky vedení Domova jsme mohli zakoupit nové krásné závěsy a dekorační polštářky. Vrátila se zpět ratanová křesla a některé doplňky. Opět tyto místnosti slouží k příjemnému posezení, relaxaci či k aktivizaci. Naším záměrem by bylo meditační místnosti přeměnit na vzpomínkovo-relaxační místnost. Na FCB je umístěna prosba o vzpomínkové předměty, které bychom pro dekoraci mohli využít. Přikládám prosbu i sem. Pokud Vám na půdě, ve sklepě či doma přebývají „retro“

doplňky do kuchyně nebo obývacího pokoje, budeme za ně moc rádi.



MDŽ

Dne 8. března 2023 jsme oslavili Mezinárodní den žen. K hudbě a poslechu nám přijel zahrát pan Homolka na harmoniku. Personál připravil občerstvení. Podávaly se jednohubky s různými pomazánkami a spousta sladkých buchet, závinů a rolád...prostě oslava se vším všudy. Jsme velmi rádi, že naše pozvání na MDŽ přijaly i dámy z Dámského klubu Lázně Kynžvart. Bylo nám ctí se o dámy postarat a zároveň se revanšovat. Vždy, když se u nás uskutečnila nějaká větší akce, tak dámy neváhaly a připravily spoustu občerstvení pro naše klienty, a to zcela zdarma.

Takováto spolupráce se jen tak nevidí a je záviděníhodná. My si jí nesmírně vážíme a děkujeme stále dokola a pořád je to málo. Každá z dam dostala jako malou pozornost květinu, kterou jim předal pan Janošec, jako jediný mužský z řad personálu. A pak se jedlo, pilo a tančilo....





CUKRÁRNA



AROMA MASÁŽE



KÁVOVÝ DÝCHÁNEK



CVIČENÍ S KLIENTY



CUKRÁRNA

Pro naše klienty odebíráme zákusky z místní cukrárny. Naši klienti tak mají nejen barevné, ale i chuťové zpestření dne. Všem velice chutná.

„Nejlepší sport je kafe a dort!“

~ Halina

Pawlowská
Za nedlouho budeme odebírat zákusky a dokonce i chlebíčky z cukrárny Tritia v Mariánských Lázních.

MASÁŽE

Dne 21. března. v 9 hodin dopoledne proběhly první aroma masáže. Klienti byli spokojení, řeč nevázla a všichni jsme si to moc užili. Masáže se neuskutečnily naposled a budou probíhat pravidelně

KÁVOVÝ DÝCHÁNEK

Každý pátek si klienti mohou vychutnat kávu a skvělou atmosféru plnou radosti v naší jídelně. Mohou si mezi sebou popovídat a tak si sdělit novinky.

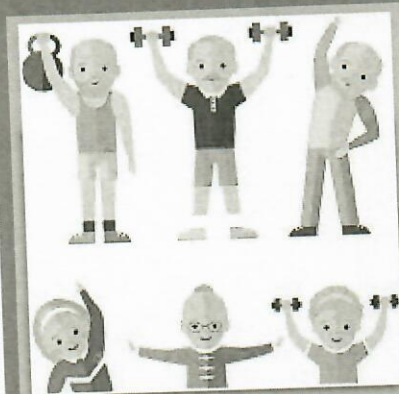
CVIČENÍ S KLIENTY

Dne 21. března. se také poprvé uskutečnilo cvičení. Jde o jednoduché cviky, které posílí nejen fyzickou, ale také psychickou kondici a pohodu. Cvičení se koná každý den v dopoledních hodinách.

PĚT PÍSMEN PRO
VŠECHNY, KTEŘÍ
POTŘEBUJÍ

RELAX:

M-A-S-Á-Ž



Stránka plná nápadů, rad, zajímavostí, receptů a hádanek



Tři měsíce roku 2023 jsou za námi. Uteklo to jako voda a máme tu duben. Venku to podle toho také vypadá. Definice aprílového počasí je v posledních dnech dodržována do písmene – chvilku prší nebo sněží a chvilku svítí slunce. Prostě ukázkové aprílové počasí. Jaro je na svém začátku a s ním přichází i jeho největší oslavy – Velikonoce. Velikonoce jsou nejvýznamnější částí liturgického roku a také pro všechny ostatní platí za studnici lidových tradic. Mnoho velikonočních zvyků vychází z pohanských oslav jara. My se v našem článku zaměříme na první polovinu pašijového týdne.

Modré pondělí a Šedé úterý

Pondělí po 6. postní, Květné, neděli dostalo přívlastek modré, nejspíše od označení nepracovních pondělků. Nic zvláštního, se stejně jako na Šedé úterý, neděje. V domácnostech zpravidla probíhal velký úklid a přípravy na další, významnější dny pašijového týdne.

Škaredá/ Sazometná středa

Svůj název získala kvůli Jidášově zradě – škaredému činu zrady Ježíše Krista. Druhý přívlastek je odvozen od činnosti, která se na tento den kdysi prováděla. Vzhledem k době Velikonoc - na začátku jara se vymetali saze z komínů po topné sezóně. Podle lidové pověry by se nikdo na tento den neměl mračit, aby mu to nezůstalo po celý rok.

Zelený čtvrtek

Původ tohoto označení není úplně jasný. Existuje hned několik variant původu tohoto označení. První z nich vychází z barvy pokrmů, které se tento den konzumují – špenát, zelí. Druhá varianta vychází také ze zelené barvy, a to roucha kněze, které si pro tento den obléká. Třetí varianta vychází z německého slova, které znamená plakat a v originále je podobné právě zelené barvě. Na zelený čtvrtek zazní naposledy zvony a následně “odletí” do Říma. Jejich zvonění poté nahrazují tzv. drkáči. Ti chodí s dřevěnými řehtačkami po vsi vždy ráno, v poledne a večer do té doby, než se zas zvony vrátí. Za to poté dostanou koledu. Z pohledu lidových tradic a zvyků se v tento den vstávalo ještě před východem slunce. Zametala se chalupa, a smetí se odneslo na křižovatku, proto aby doma nebyly blechy. Dalším zvykem bylo zvonit paličkou a hmoždířem, aby se v domě nedržely myši a hmyz. Velké oblibě se v lidové tradici těšil i med. Namazaný na chleba měl chránit před vosím žihadlem či hadím uštknutím a obecně měl posílit zdraví, namazaný chleba se házel i do studny, aby se v ní držela voda.

Velký pátek

Jedná se o nejvýznamnější den křesťanských Velikonoc, je to čas smutku, ticha a rozjímání. Jednalo se o nejtišší den v roce. V přibližný čas Ježíšova úmrtí, kolem třetí hodiny odpoledne, se věřící scházejí k zvláštní bohoslužbě. Výzdoba kostela byla chudá. Chyběly květiny i svíce. Varhany mlčely stejně jako zvony. V tento den se nejčastěji jedla čočka, aby se doma držely peníze. Prádlo se nesmělo prát, protože se věřilo, že by se pralo místo ve vodě v Kristově krvi. Vzhledem k tomu, že se jedná o nejposvátnější den křesťanů platil na tento den zákaz práce. Nesmělo se ani uklízet a vykonávaly se jen ty nejnnutnější práce. V tento den se také nesmělo hýbat se zemí. Velká moc se opět připisovala vodě – mělo se vstát před východem slunce a omýt se ve studánce, potůčku nebo řece. Poté se čekalo na východ slunce, které se stalo symbolem Ježíše Krista.

Bílá sobota

Svůj název získala podle bílého oblečení, které nosili takzvaní novokřtění. Ti byli v tento den pokřtěni a přijatí do církevního společenství. Je to poslední postní den svatého třídenní. Všichni se těšili na maso a na různé dobroty. Hospodyně měly ještě před východem slunce vymést dům novým koštětem, aby se tam nedržel hmyz.

V tento den se pekly mazance a velikonoční beránci a zajíčci. Chlapci si připravovali pomlázky z vrbových proutků a děvčata jim připravovala zdobená vajíčka. Na večer se koná slavnost Vzkříšení, při kterém se světil oheň

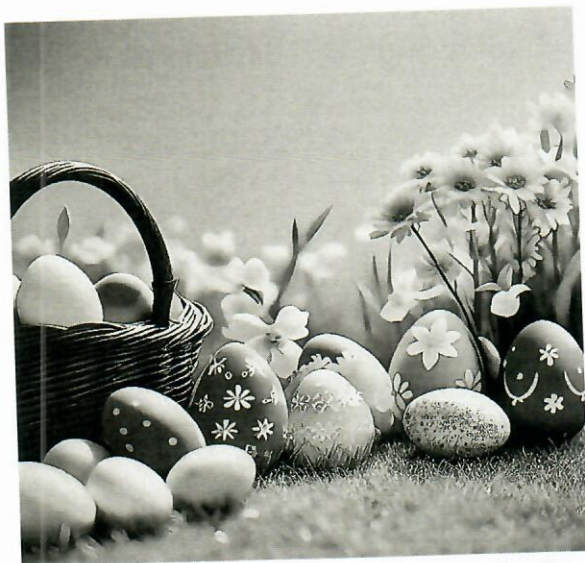
vykřesaný za pomoci křemene. Tento oheň si pak lidé nosili polínkem domů. Z ohořelých dřívěk se tvořily křížky, které se zapichovali do pole, aby byla dobrá úroda. Popelem se poté sypal na louku. Důležitou roli při zapalování ohně hrál takzvaný Paškál. Jedná se o velkou velikonoční svíci, která má na sobě vyryté první a poslední písmeno řecké abecedy, které symbolizují že v Kristu je začátek a konec. Také na sobě má kříž a aktuální letopočet. Označení svíce pochází z řeckého slova pascha, které označuje Velikonoce. Z tohoto slova pochází i označení pašijový týden – velikonoční týden.

Boží hod velikonoční

Není asi třeba vysvětlovat odkud pochází název tohoto dne. Slovo hod označovalo svátek a samozřejmě hodování. Slavilo se zmrtvýchvstání Ježíše Krista. Do kostela se spěchalo s napečenými beránky a mazanci a tam se pečivo posvětilo. Poté se snědlo a také se kus mazance odnesl na zahradu, na pole ale i do studny. To mělo zajistit dostatek ovoce, obilí i dobré vody. Na stolech nesměla chybět ani velikonoční nádivka.

Velikonoční pondělí

Je především spojeno s pomlázkou. Občas se mu přezdívá pondělí červené, a to díky oblíbené barvě zdobených vajíček, červená barva symbolizuje oheň, krev, život a lásku. V tento den propuká bujaré jarní veselí. Chlapci chodí s pomlázkami za děvčaty, aby neuschla. Za to dostanou zdobená vajíčka. Ty byly považována za velmi cenná, protože se s nimi děvčata zdobili i několik hodin, chlapci si vajíčko museli zasloužit.

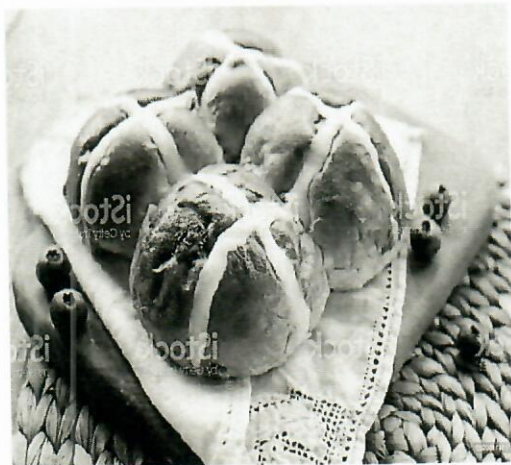


Symbyly Velikonoc

Velikonoce jsou svátky jara, a tak je s nimi spojeno i spoustu zvířat. Zejména mláďat, ty se totiž v této době začínají rodit a líhnout. Mezi nejoblíbenější se řadí králíčky/zajíčci, housátka a kuřátka, a hlavně také beránci.

K neodmyslitelným znakům Velikonoc patří samozřejmě i vejce. Je tomu tak zejména kvůli tomu, že jarní období je nejbohatší právě na vejce, nemuselo se jimi v této době šetřit, protože slepice hodně nesou. Už od pradávna bylo vejce navíc považováno za symbol plodnosti, úrody slunce a bezpečí. O jejich zdobení svědčí nálezy už z 11. století. Nazdobená vajíčka, která byla plná nevydržela tak dlouho, proto se později začaly zdobit prázdné skořápky.

Mazanec



Do 18. století byl mazanec slaný. Pekl se z mouky, másla, vajec a sýra, případně se plnil masem. Po upečení se mazal tvarohem, odtud vzniklo označení mazanec. Při jeho přípravě platily různé zvyk – hospodyně měla skákat, aby mazanec dobře nakynul. Někde se do něj zapékaly mince a ten, kdo ji poté ve svém kousku našel měl naději na zbohatnutí. Mazanec díky svému žlutému vnitřku symbolizoval slunce.

Duben je tu a s ním spousta zeleně v kuchyni. Na zahradách se objevují první zelené výhonky, začíná sezóna medvědího česneku a zelené potraviny se objevují jak na pultech obchodů, tak doma na stolech. Jednou z nejoblíbenějších surovin je špenát. Kdo by neznal Pepka námořníka, který měl právě díky špenátu nadlidskou sílu. Asi každý si na něj vzpomene při přemlouvání člena rodiny, co se při zmínce o špenátu netváří zrovna dvakrát nadšeně. S naším receptem si špenát oblíbí i oni. Špenát by do zajisté měl patřit do našeho jídelníčku díky jeho vysokému obsahu železa, kyseliny listové, vitamínu K a H. Špenát nám také dodává po zimě tolik potřebnou energii. Vyzkoušejte tento recept na výtečné špenátové knedlíky a uvidíte, že u vás doma všem zachutnají.

Špenátové knedlíky

Suroviny na 4 porce:

500 gramů čerstvého špenátu

2 šalotky

1 stroužek česneku

2 lžíce olivového oleje

trochu soli

pepř

250 g špaldové mouky

2 vejce

3 housky

špetka muškátového oříšku

50 gramů parmazánu

2 lžíce strouhanky

4 lžíce másla

šalvěř



Postup přípravy:

Špenát si umyjeme a natrháme na menší kousky. Dáme ho do hrnce s trochou vody a necháme ho na prudkém ohni trochu zavadnou. Poté jej nakrájíme nadrobno. Šalotku a česnek oloupeme, nakrájíme a otestujeme na pánvi s olivovým olejem dozlatova. K tomu poté přidáme nakrájený špenát, osolíme, opepříme a přidáme muškátový oříšek.

V míse si smícháme mouku se směsí špenátu, šalotky a česneku. Přidáme vejce a pořádně rukama propracujeme. Přidáme housky nakrájené na malé kostičky a také je zapracujeme. Hmota by neměla být moc lepivá a měla by jít snadno tvarovat, pokud se moc lepí přidáme buďto housky nebo trochu strouhanky. Ruce namočíme do vody a tvarujeme kulaté knedlíky. Ty vaříme v osolené vodě asi 10 minut.

Mezitím si na másle opražíme strouhanku, osolíme ji a smícháme s parmazánem. Knedlíky po uvaření opečeme na pánvi s máslem a čerstvou šalvějí. Po opečení je posypeme směsí strouhanky a parmazánu.

Pranostiky pro měsíc duben:

V tomto měsíci jest obyčejně mnoho silných větrů, nato hned sníh, déšť, kroupy, slunečnost, a protože stále proměnitelné povětrí, že se sotva v celém roku takové nalézá.

Ranní déšť a dubnový čas jest stejný.

Panská láska a dubnový sníh za mnoho nestojí.

Sníh dubnový jako mrva pohnojí.

Jak hluboko v dubnu namokne, tak hluboko v máji vyschne.

Na mokrý duben - suchý červen.

Teplé deště v dubnu, teplé dny v říjnu.

Necht' si duben sebelepší bývá, ovčákovi hůl přec jen se zasněživá.

Mokrý duben - hojnost ovoce.

Je-li v dubnu krásně a povětrí čisté, bude květen nepříjemný jistě.

Hodně-li v dubnu vítr duje, stodola se naplňuje.

Jasný měsíc v dubnu škodí květu stromů.

Když se ozve v dubnu hrom, chyt' si kámen nebo strom.

Jak prvně zahřmí, fialka víc nevoní.

Duben časy mění a obdaří fiolů zemi.

V dubnu hrom - nebojí se mrazu strom.



*Bohatou velikonoční pomlázku, štěstí,
zdraví a lásku, jarní pohodu celé dny a
noce, zkrátka krásné Velikonoce!*

JAROSLAV, OZÁK A JEJICH KOUPEL

Příběh ze života chovatele leonbergerů

Zdravím všechny přátele psů a leonbergerů zvlášt.

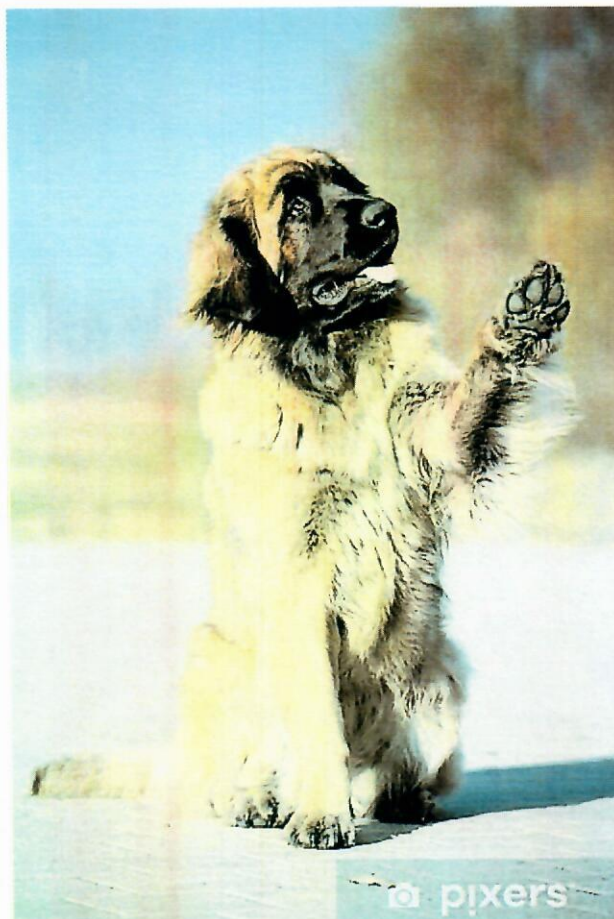


Ležím doma, mám chřipku jako prase a dostanu spásný nápad vykoupat psy, kteří jedou v neděli na canisterapeutické zkoušky. Přišlo mi to jako dobrý nápad, vždyť psy mám vychovaný, tak to nebude problém. Ovšem zapomněl jsem na to, kteří dva jedou na zkoušky – Ozák a Jaroušek. Dvě ztělesnění ztřeštěnosti, vlastního názoru na vše a naprosto nepředvídatelného chování.

Připravím si ručníky - teda prostěradla, šampón a sebe obleču do plavek a už jen vybírám, koho беру jako prvního. Co čert nechtěl, najednou je nemůžu najít a nejenom Jarouška s Ozákem, ale žádnýho z mých deseti psů. Všichni někde zašitý, protože šampón v ruce znamená pohromu aspoň u nich. Jen Eny, která tu není dlouho, mi skáče vesele kolem nohou. Napřed jsem našel Karla který se jakožto 70ti kilový leonberger se snažil narvat mezi gauč a zeď . Říkám mu, ty mamlasi, do 15 cm se fakt nevejdeš, nejsi Houdini trumpeto. Pátrám dál, pak jsem našel Lad'u v mé posteli, jak se tváří, že je vyšívanej vzor na mé peřině.

To už jsem se smál. Říkám, kde je ten zbytek ? No, našel jsem skoro všechny, až na ty dva pitomce, co se měli jít koupat. Ty jsem našel v komoře kde dělali jeden brambory a druhej pračku. Tak to jsem jim fakt nesežral.

Začal jsem s tím menším, říkám si, budeš rychle hotov a zbude mi sil na toho druhýho. Vzal jsem Ozáka do náruče, strčil ho do vany, pustil sprchu, namočil ho, otočil jsem se pro šampón? a pes byl v prdeli. Já chytrák nezavřel dveře z koupelny, takže ten pitoma mi vletěl na gauč a začal se tam válet. Já v dýchavičném záchvatu chřipky jsem za ním vyrazil a jal se ho stíhat. Přátelé, ještě nikdy jsem nebyl tak ponížen. Ten hajzlík mi vždy hravě zdrhnul a já si připadal jako parní lokomotiva v kopci, těsně před bouchnutím kotle, kdežto on běhal po bytě jako laňka a ať mi nikdo neříká, že se psi nebaví, protože celá moje smečka s vytlemenejma



jazykama sledovala kdy a kde padnu. Dočkali se brzy. Padnul jsem na gauč v záchvatu kašle a Ozák udělal tu chybu, že si přišel prohlídnout můj konec.



Chachá mám tě pse. Odešel jsem s ním znovu do koupelny tentokrát za sebou zavřel dveře a vymydlič jsem ho tak, že se mu lesknou i drápy na nohou. Zvítězil jsem!

Tak říkám, kde je ten druhej? Jaroslav opět dělal pračku. Na piškotek jsem ho dostal na chodbu, pečlivě zavřel všechny dveře a jal se ho lákat do koupelny. Vždy došel ke dveřím koupelny a tam si to rozmyslel a šel zase pryč. Pomalu mi docházely piškoty i trpělivost. Říkám mu: Jaroušku jsi velký hodný leonberger, v rybníku se válíš pořád, tak ve sprše nebude tak zle. Pohrdavě se na mě podíval způsobem jako „Odkud ty si?“

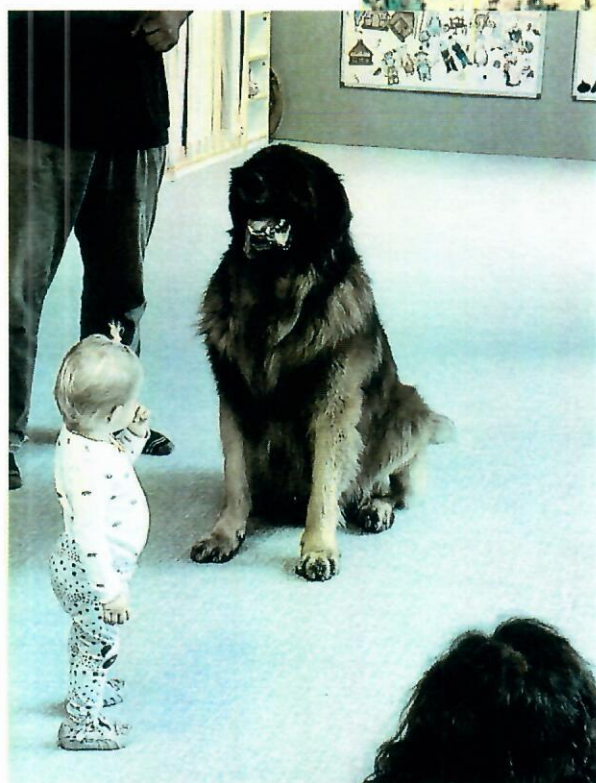
Myslíš, že mám na čumáku napsáno vepřová nudle nebo co??“ No prostě mi jasně dával najevo, že ho tam nedostanu. Vono, když jsem nemohl skoro dýchat, hrozilo že bude mít pravdu. To jsem nemohl dopustit. Chytil jsem ho za obojek rázně vydal povel, zatáhl za obojek a ten vůl se zadníma běhama sekl ve dveřích, mě ruplo v zádech a dál jsem ho nedostal ani o píd'. No výborně, teď jsem nejenom nastydlej, ale i hyn na záda. Super!!!!!!!

Ale pak mi svítla naděje. Protože vím, jak je tenhle hňup nenažranej, tak jsem vytáhl z lednice šunku a tý nedokázal odolat. Vběhl do koupelny, já zabouchl dveře. Sežral tu šunku, začal mu zase pracovat mozek a zjistil, že byl zrazen. Přátelé tak smutnýho psa jste ještě nikdy neviděli. Zbytek koupání proběhl v duchu zlomené hrdosti, což mě nevadilo, protože už jsem opravdu nemohl a byl jsem rád, že už držel.

Přátelé jsem zvědav,
co na mě vymyslí
příště.

Loučí se vykoupaný
Ozák Jaroslav a já se
jdu konečně
domarodit.

Přeju hezký den..



Převzato se souhlasem ze stránek [www.https://kdyzpespomahazit.cz/](https://kdyzpespomahazit.cz/).

Autor se zabývá canisterapií, a pracuje také v domovech seniorů.

Seniorům vrací úsměv na tvář a chuť užít si další den života.

Přijede potěšit se
svými pejsky i Vás.



JAKÉ ZNÁTE JARNÍ PRANOSTIKY?

Pranostiky na březien



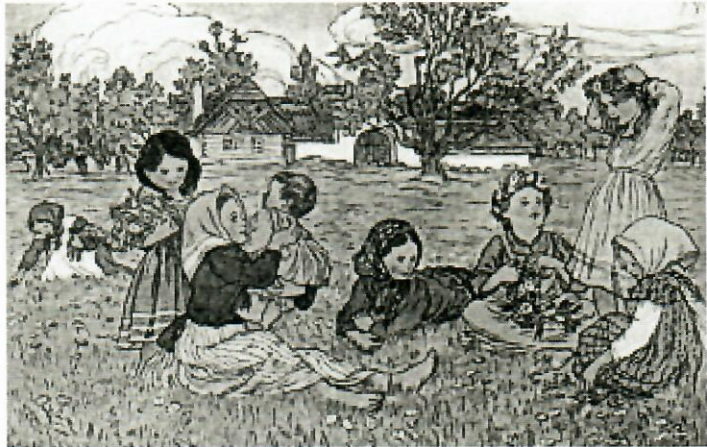
- Začneme něčím jednoduchým. *Březien, za kamna vlezem (Duben, ještě tam budem)*, tím nejspíš nikoho z vás nenachytáme. *Že na svatého Řehoře letí čápi přes moře* si taky asi vzpomenete. A dál?
- 6. 3. *Na svatého Bedřicha slunce teplem zadýchá.*
- 7. 3. *Na svatého Tomáše sníh měkne a je z něj kaše.*
- 9. 3. *Když svatý František dobré větríky dává, opyleny budou jetel i tráva.*
- 10. 3. *Když je na čtyřicet mučedníků mráz, bude ještě za čtyřicet zas.*
- 12. 3. *Na sv. Řehoře jdou ledy do moře. Na Řehoře první pluh do pole.*
- 17. 3. *Pokud mrzne na svatou Gertrudu, bude mrznout ještě celý měsíc.*
- 19. 3. *Kolik dní před Josefem teplo, tolik po něm zima.*
- 20. 3. *Na svatého Jáchyma skončila se už zima.*
- 22. 3. *Na Kazimíra pohoda – bude dobrá úroda (brambor).*
- 31. 3. *O svaté Albíně je už u nás po zimě.*

Pranostiky na duben a květen

Ani další jarní měsíce nezůstávají, co se týče pranostik, nijak pozadu. Pálení čarodějnic, *Na svatého Jiří, vylézají hadi a štíři* (24.4.), patří mezi klasiku. Milovníci vína budou netrpělivě čekat na jarní déšť, protože vědí, že *Duben hojný vodou - říjen vínem*.

Velikonoce

Pranostikami a moudry jsou Velikonoce přímo nabité. Co takhle třeba:



- *Co je na Zelený čtvrtek vyseto, vše se vydaří.*
- *Je-li Zelený čtvrtek bílý, tak je léto teplé.*
- *Na Zelený čtvrtek hrachy zasívej, na Velký pátek se zemí nehýbej!*
- *Kdo na Velký pátek orá, tomu se chleba nedostává.*
- *Když na Velký pátek hřmí, na poli se urodí.*
- *Velikonoční a velkopáteční déšť zřídka přináší žním požehnání.*
- *Velký pátek vláha - úrodu zmáhá.*



A jaké pranostiky si můžeme připomenout v květnu?

- *Deštivý květen – žíznivý říjen.*
- *Jestli v máji neprší, červen to dovrší.*
- *Když máj vláhy nedá, červen se předá.*
- *Kdo se v máji ožení, přivodí si soužení.*
- *Když se v máji blýská, sedlák si výská.*
- *Májová kapka platí za dukát.*
- *Roj, který se v máji rojí, za plný vůz sena stojí.*

- *Sníh v máji, hodně trávy.*
- *Studený máj, ve stodole ráj.*
- *Suchý březen, chladný máj – bude humno jako ráj.*
- *Suchý březen, mokrá máj – bude humno jako ráj.*
- *Suchý květen – mokrá červen.*

Květen



- *Májová vlažička – naroste travička.*
- *Májový deštiček, poroste chlebíček.*
- *Mnoho chroustů v máji – dobrý rok.*
- *Mokrý máj – v stodole ráj.*
- *Svatba v máji volá na máry.*
- *V květnu-li hrom se ozývá, v červnu zřídka mrholívá.*
- *V máji hřímoty nadělají trampoty.*
- *V máji vlhko, chladno – bude vína na dno.*
- *Večerní rosy v máji hodně sena dají.*

A jaké další jarní pranostiky znáte Vy?