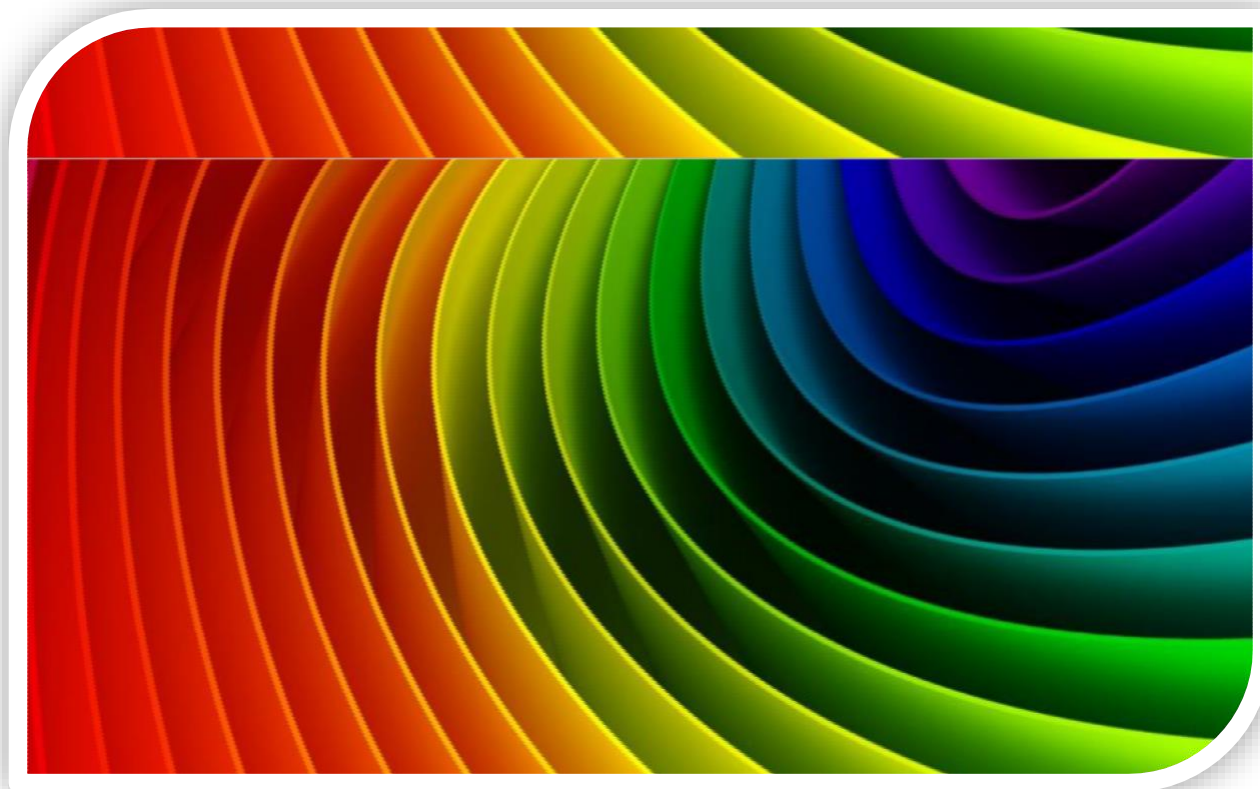


ÚNOR 2021



DUHA

Měsíčník informací Domova seniorů
Havířov, středisko Luna

Pranostiky pro měsíc ÚNOR



- *Únor bílý - pole sílí.*
 - *Sněhový únor - sílí úhor.*
 - *Únorová voda - pro pole škoda.*
 - *Netrkne-li únor rohem, šlehne ocasem.*
 - *Když v únoru mráz ostro drží, to dlouho již nepodrží.*
 - *Když záhy taje, dlouho neroztaje.*
 - *Když únor vodu spustí, ledem ji březem zahustí.*
 - *Když tě v únoru zašimrá komár za ušima, poběhneš jistě v březnu ke kamnům s ušima.*
 - *Leží-li kočka v únoru na slunci, jistě v březnu poleze za kamna.*
 - *Jestli únor honí mraky, staví březem sněhuláky.*
 - *V únoru sníh a led - v létě nanesou včely med.*
 - *Teplý únor - studené jaro, teplé léto.*
 - *Co si únor zazelená - březem si hájí; co si dubem zazelená - květen mu to spálí.*
- 
- *Mnoho mlh v únoru přivodí mokré léto.*
 - *Když větrové na konec února uhodí, moc obilí se na poli neurodí.*
 - *Jestli únor honí mraky, staví březem sněhuláky.*
 - *Můžeš-li se v lednu vysvléci do košile, připravuj si na únor kožich.*



Biblické příběhy

Příběh o Mojžíšovi

**„Mojžíš ... díky své víře odmítl být nazýván synem faraonovy dcery a vybral si, že bude raději trpět s Božím lidem.“
(Hebrejcům 11:24, 25)**

V Egyptě se Jákobovým potomkům začalo říkat Izraelité. Když už byl



Jákob po smrti, začal vládnout nový faraon. Nahánělo mu strach, že Izraelitů je čím dál víc a jsou čím dál silnější. Proto z nich udělal otroky. Nutil je, aby pro něj vyráběli cihly a tvrdě pracovali na polích. I přesto, že se k nim Egyptané chovali krutě, bylo Izraelitů pořád víc. To se faraonovi nelíbilo, a tak nařídil, aby byl každý izraelský chlapeček hned po narození zabít.

Jeden krásný chlapeček se narodil izraelské ženě Jokebed. Chtěla ho ochránit, a tak ho dala do třtinového košíku, který ukryla v rákosí na břehu řeky Nilu. Kousek dál se schovala jeho sestřička Miriam a čekala, co se bude dít.

K řece se přišla vykoupat faraonova dcera. Uviděla košík a uvnitř našla plačící miminko. Bylo jí ho líto. Miriam se jí zeptala: „Mám ti najít nějakou ženu, která by ho kojila?“ Faraonova dcera souhlasila, a tak Miriam přivedla svoji maminku Jokebed. Faraonova dcera jí řekla: „Vezmi si to dítě, koj ho a já ti za to budu platit.“

Když bylo dítě o něco větší, Jokebed ho přivedla k faraonově dceři. Ta mu dala jméno Mojžíš a vychovávala ho jako vlastního syna. Mojžíš vyrůstal v královské rodině a mohl mít všechno, co chtěl. Nikdy ale nezapomněl na svého Boha. Mojžíš věděl, že je ve skutečnosti Izraelita, ne Egyptan. A vybral si, že bude sloužit Bohu.

Ve 40 letech se Mojžíš rozhodl, že svému lidu pomůže. Jednou uviděl Egyptana, jak bije izraelského otroka. Mojžíš toho Egyptana uhodil tak silně, že ho zabil. Jeho tělo pak schoval v písku. Když se o tom dozvěděl faraon, pokusil se Mojžíše zabít. Mojžíš ale utekl do země Midian. A Bůh se tam o něho staral.

Něco o Mojžíšovi:

Mojžíš (hebrejsky מֹשֶׁה, Moše, vykládáno jako „z vody vytažený“) je jednou z nejvýznamnějších postav izraelského národa a Starého zákona. Podle Bible to byl náboženský a vojenský vůdce, starozákonní prorok a vykladač zákona, kterému je tradičně připisováno autorství Tóry - prvních pěti knih Tanachu. Tyto knihy jsou souhrnně označovány jako Pentateuch či Pět knih Mojžíšových. Je mu též připisováno autorství knihy Job. Mojžíš žil pravděpodobně okolo 15.-13. století před naším letopočtem. Pocházel z kmene Levi a měl bratra Áróna a sestru Miriam.

(Jana)

Zdroje: <https://cs.wikipedia.org/>
www.jw.org

Havířovské sochy a plastiky

Sedící žena

Autor: akad. sochař J. Wielgus

Rok: 1959

Místo: před Nemocnicí s poliklinikou Havířov

Vlastník: Moravskoslezský kraj

Popis: Travertinová socha na betonovém podstavci.

Když musíme na vyšetření do nemocnice, myslíme jen na to, aby nám vše dobře dopadlo a nic nás nebolelo. Kamenná sedící dáma hlídá prostor před nemocnicí od roku 1970. Zkusme si jí někdy všimnout, možná nám přinese štěstí.



(Milada)

Slavné obrazy, které bychom měli znát SLUNEČNICE

Umělec: VINCENT van GOGH

Technika: olej na plátně

Rok vzniku: 1888, 1889

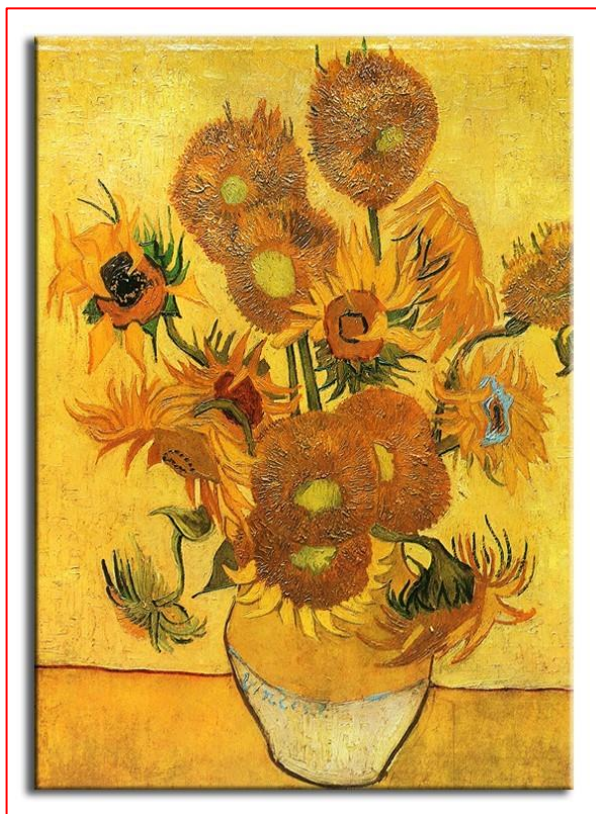
Umístění: Van Goghovo muzeum Amsterdam

Období, styl: Postimpresionismus

Čtyři původní obrazy Slunečnic namaloval Vincent van Gogh pro výzdobu ložnice svého domku v Arles na počest příjezdu Paula Gauguina.

Do dnešních dnů se zachovaly tři. Kromě Londýna, visí další originál v Mnichově a poslední je pak součástí soukromé sbírky.

(Milada)



Prales Boubín

Prales Boubín je největší nedotčenou plochou původního lesa ve střední Evropě, s porosty smrku, jedle a buku. Rozkládá se na západním svahu hory Boubín. Některé vzácné stromy zde dosahují věku 300 až 400 let. Ze starých pařezů rostou mladé stromky a smrky dosahují výšky až 50 m. Kmeny stromů jsou všelijak pokroucené, kořeny propletené a kůra stromů vrásčitá a plná podivných útvarů. Zajímavé jsou například chůdové kořeny - mohutné kořenové systémy, které rostou nad zemí. Vznikají tak, že mladý strom využije starého nebo často tlejícího stromu pro svůj růst.

Kolem jádra pralesa vede okružní naučná stezka Boubínský prales. Výchozím místem je Boubínské jezírko, které vzniklo roku 1836 jako umělá vodní nádrž pro umožnění plavby dřeva z boubínských lesů do sklárny v Lenoře. Stezka prochází několik pásem, která se odlišují mírou, jakou do života lesa zasahoval a zasahuje člověk. Prastarý les byl zachován díky lesmistru Johnovi, když jeho naléhání nakonec tehdejší majitel zdejšího panství, kníže Jan Adolf Schwarzenberg, vyhověl a v roce 1858 rozhodl, aby část lesních porostů o rozloze 150 ha byla vyjmuta z normálního lesního hospodaření, a stala se tak pralesní rezervací.

Zdroj: wikipedia

(Šárka)





Rubrika zdraví – med

Říká se, že „sklenice včelího medu – půl lékárny doma“. Není to nadsázka, stačí vědět, kdy a jak med použít. Med je oblíbený v lidovém léčitelství a ani prášky ho nepřekonají.

Med se stal populární počátkem minulého století. Lékaři dokázali, že



toto přírodní antibiotikum může organismus zbavit dokonce zlatého stafylokoka, odolného proti syntetickým antibiotikům. Má i protizánětlivý účinek a posilující vlastnosti.

Dnes už víme, že med pomáhá při léčbě nachlazení, chřipce, zánětech dýchacích cest. Urychluje hojení žaludečních a dvanáctíkových vředů, léčí zácpu, choroby jater a žlučníku a žlučových cest. Rozšiřuje cévy a snižuje tlak, ale

i oslabení srdečního svalu, zmírňuje sklerotické procesy. Med má velmi dobrý vliv i na ledviny, močové cesty a měchýř, urychluje filtraci tekutin, zabraňuje tvorbě otoků, písku a kamenů, jakož i ukládání těžkých kovů v organismu. Med působí dobře na deprese a snižuje škodlivé působení kávy, cigaret a alkoholu na lidský organismus. Měli by ho užívat dospělí i děti. Je doporučen především lidem, kterým věkem slábne srdeční sval a ve větší či menší míře se modifikuje.

Lidé, kteří jsou alergičtí, mají různé problémy s cévami a diabetici by se však neměli medem léčit.

Prevence je lepší než léčení. Med zvyšuje přirozenou odolnost organismu. Příznivě ovlivňuje krevní oběh, vyživuje srdce, obsahuje látky tvořící kosti. Pylová zrna v květových a smíšených medech jsou zdrojem vitamínů. Med – to je přírodní čistý produkt včely medonosné, který byl kdysi výsadou králů. Dnes si ho může dopřát každý.

Med v lidovém léčitelství: 10 vyzkoušených rad a doporučení

1. Při rekonvalescenci po různých onemocněních

2. Záněty horních cest dýchacích

Med pomůže, podaný v teplém mléce nebo čaji s citronem, proti infekci.

3. Žaludeční vředy vzniklé překyseleností žaludku

4. Nespavost

Před spaním si dejte kávovou lžičku medu. Večeřet by se mělo již v 17 hodin.

5. Žloutenka

6. Nedostatek krevního barviva (hemoglobinu)

7. Přecitlivělé nervy

8. Pálení žáhy

Med se užívá namísto jedlé sody.

9. Při zácpě

Před spaním si dejte kávovou lžičku medu - upravuje stolici.

10. Při cukrovce, po konzultaci s lékařem

Zdroj: www.vitalia.cz

(Jana)

Rubrika zvířat

Brokesie nejmenší

Brokesie nejmenší, *Brookesia minima*, je trpasličí druh zemního chameleona. Včetně ocásku dorůstá délky jen 3 cm. Donedávna byla



považována za nejmenší druh chameleona vůbec, ale v roce 2012 byl popsán ještě menší druh, *Brookesia micra*, a ještě menší druhy možná na své objevení teprve čekají.

Brokesie nejmenší má válcovité tělo s hlavou nasazenou bez výraznějšího přechodu, na hřbetě je vyvinut dvouřadý hřeben. Nos je krátký a směřuje šikmo dolů, přilba vrásčitá. Prsty má srostlé v klíšťky, na hrudních

končetinách srůstají tři vnější a dva vnitřní prsty, na pánevních je tomu naopak. Prsty jsou opatřené dráčky. Šupiny na těle jsou nepravidelné a kůže tvoří svisle probíhající vlnovité vrásky. Samice dorůstají délky až 34 mm včetně ocasu, který je asi 12 mm dlouhý. Samci jsou menší, do 28 mm dlouzí, mají více zploštělé tělo než samice a zesílený kořen ocasu.

Je to endemit Madagaskaru, v přírodě se vyskytuje na několika lokalitách na severu ostrova a dále na ostrůvku Nosy Be. Obývá nížinný deštný les, dává přednost stinným místům. Aktivní je ve dne, v noci šplhá na větve a na nízké rostliny a nocuje asi 10 cm nad zemí. Brokesie nejmenší je samotářský druh, ale není tak agresivní jako některé jiné druhy chameleonů. Samec se samici dvoří kýváním a trhavými pohyby hlavy. Je-li samice svolná k páření, samec se jí vyšplhá na hřbet a i několik hodin se nechá nosit. Ke kopulaci dochází obvykle večer nebo v noci.

Brokesie nejmenší je vejcorodá, za 4-6 týdnů po páření samice klade nejčastěji dvě vejce, ze kterých se již za několik dní líhnou mlád'ata. Pohlavně dospívá po jednom roce.

Brokesii nejmenší je možno chovat v párech nebo i ve skupinách tvořených samcem a více samicemi. Minimální velikost terária pro pár nebo skupinu 1,2 je 40x40x40 cm. Vhodným substrátem je zahradní zemina, terárium je dále doplněno kůrou a větvemi na šplhání. Vhodná teplota přes den se pohybuje mezi 23-25 °C, s nočním poklesem na 18-20 °C. Důležitá je vysoká vlhkost vzduchu, mezi 80-100 %. Proto je třeba terárium několikrát denně rosit, kapky vody z rostlin chované brokesie také pijí. Délka světelného dne je 12 hodin.

Krmí se drobným hmyzem, octomilkami, mšicemi a chvostoskoky. Nelze je krmit cvrčky, ti by mohli být pro zvíře této velikosti nebezpeční.

Zdroj: www.wikipedia.cz

(Jana)



Kvíz: Umíte slovensky?

Doba, kdy Češi a Slováci tvořili jeden národ, už je ta tam, a tak jazyk našich někdejších bratrů slýcháme stále méně. Ještě tři dekády zpátky by Čecha nenapadlo, že by nedokázal dokonale rozumět Slovákovi. A totéž naopak. Zatímco u našich sousedů běží čeština z televize poměrně často, u nás slýcháme slovenštinu výrazně méně. V kvízu si ověřte, jak jste na tom.

1. Kdo v práci především „upratuje“?

- ☐ uklízeč
- ☐ krejčí
- ☐ bagrista

2. Zvládnete ve slovenštině odpovědět, na co byste pravděpodobně použili „špongiu“?

- ☐ na pery
- ☐ na bielizeň
- ☒ na riad

3. Vyberte ze správných slovenských slov, které jídlo se jí v průběhu dne jako první?

- ☒ raňajky
- ☐ desiata
- ☐ sniedanica

4. Jak se slovensky řekne „zelí“?

- ☐ kel
- ☐ kapusta
- ☐ zelí

5. Jak by Slováci dokončili toto rčení: „Robí z komára...” ?

- ☐ velblúda
- ☐ t'avu
- ☐ somára

6. Na čem si pochutnáte, když si dáte k obědu „morčacie rezeň“?

- ☐ na haluškách s brynzou
- ☐ na krútím řízku
- ☐ na maďarském guláši

7. Kterou z následujících věcí byste mohli popsat slovem „chrumkavý“?

- ☐ popcorn
- ☐ ponožky
- ☐ peřinu

8. Co jsou to „zemiačky“?

- ☐ líčidla
- ☐ brambůrky
- ☐ druh obuvi

9. Které z následujících slov neoznačuje živočicha?

- ☐ lienka
- ☐ žubrienka
- ☐ bábika

10. Budete vědět, co znamená „cencúl“?

- ☐ kaluž
- ☐ rampouch
- ☐ vítr

Tak co, máte všechny odpovědi zkontrolované? Pokud ano, vyhodnoťte si test.

Správné odpovědi na straně 17

Zdroj: prozeny.cz

(Barbora)

Chvilka poezie

O naději

Horuju pro jednu ušlechtilou paní
krásnou jako rozednění.

I v hlubokých tmách světýlko rozsvítí,
nemocným a slabým sílu dá, mráz v teplo promění.



Léčí, rány hojí, proti vichrům jde,
bouří se nezalekne,
nic ji neochromí.

Vždy blízko s loučí v rukou
a nezlomnou vůlí,
do posledních chvil při nás stojí,
ozáří ty, kteří věří v ni,
že umírá jako poslední.

Zdroj : Meduňka

(Jana)

Správná odpověď: uklízeč, na riad, raňajky, kapusta, somára, na krútím rízku, popcorn, brambúrky, bábika, rampouch



Vtipy o blondýnkách

Proč blondýna nedokáže napsat číslo 11? Protože neví, jakou jedničku má napsat první.

Co dělá sedmnáct blondýnek před kinem?

Čekají, až přijde ještě jedna, protože film je přístupný až od osmnácti.

Říká blondýnka druhé: "Tak co? Udělala jsi autoškolu?"

"Ne", odpovídá druhá.

"Jak to?" ptá se první.

"Protože, když jsem jela ke kruháku, byla tam značka 40, tak jsem ho 40x objela."

"A nepřepočítala ses?"

Proč blondýnka vyhazuje hodinky do vzduchu?

Aby viděla, jak ten čas letí.



(Milada)

Motto měsíce

„Nejdřív tě budou ignorovat. Pak se ti budou smát. Pak proti tobě budou bojovat. Potom zvítězíš.“

Mahátma Gándhí

Mahátma Gándhí

Datum narození: 2. říjen 1869

Datum úmrtí: 30. leden 1948

Celým jménem Móhandás Karamčand Gándhí byl jeden z největších politických a duchovních vůdců Indie a indického hnutí za nezávislost. Prosazoval filosofii aktivního, ale nenásilného odporu satjágraha, založeného na jogínském principu ahimsá, který nakonec dovedl Indii k vyhlášení nezávislosti 15. srpna 1947. Gándhí je znám ve světě pod přізviskem mahátma „Velký duch“ a v Indii také pod přízviskem bápú „Otec národa“. Organizace spojených národů přijala rezoluci, která prohlašuje 2. říjen, den jeho narozenin, za „Mezinárodní den nenásilí“.



Zdroj: <https://citaty.net/autori/mahatma-gandhi/>

(Barbora)

V měsíci únoru slaví narozeniny:

Macháčková Ilona

Sokol Tomáš

Trzyniecki Pavel

Gomola Pavel

Kozlová Štěpánka

Bláboliová Zdeňka

Hapla Jaromír

Chroboczek Jan

Viglašská Irena

Nečasová Jarmila

Holiszová Bronislawa Teresa

Olszar Vladislav

Menšíková Františka

Linhart Josef



Všem oslavencům GRATULUJEME!

Přišli mezi nás

Leden

Šlapetová Jiřina
Vaculíková Marie
Hejdová Drahomíra

Únor

Hradilová Květoslava
Fukalová Aurelie
Šiplová Helena
Zbránek Václav
Zacek Maria
Manželé Mančařovi
Kubiczek Evžen
Průcha Miroslav
Kochaníček Vladimír

Vítáme vás mezi námi



Na tomto čísle se podílely:

Renáta Czechová

Barbora Gerátová

Jana Kubáňová

Šárka Soukupová

Milada Kubová

Irena Vámoš

Tisk a vazba: Pavlína Hochmanová a Jitka Kunorová

**PO PŘEČTENÍ MĚ PROSÍM VRAŤ,
ABYCH BYL K DISPOZICI TAKÉ PRO
OSTATNÍ UŽIVATELE**

