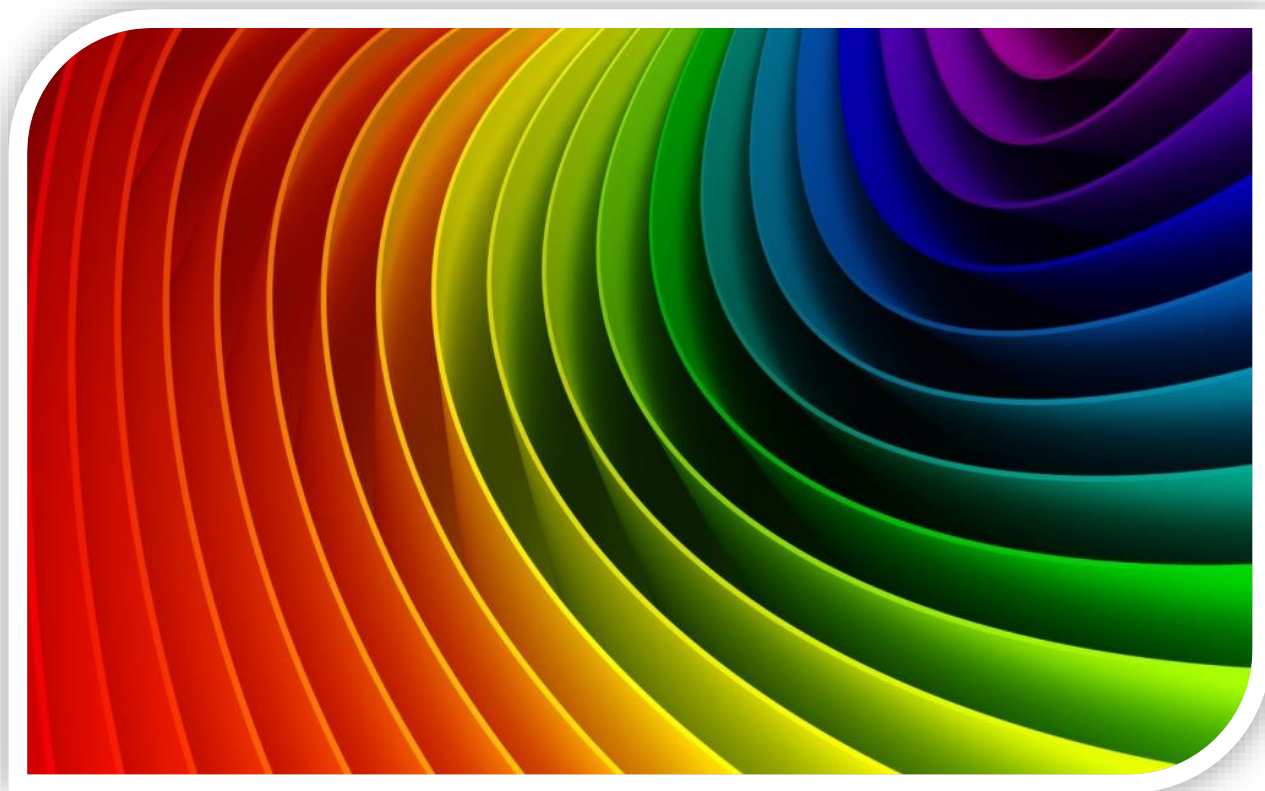


BŘEZEN 2021



DUHA

Měsíčník informací Domova seniorů
Havířov, středisko Luna

Březen

je podle gregoriánského kalendáře třetí měsíc v roce. Český název měsíce se odvozuje od březosti samic zvířat. Druhý výklad odkazuje na rašení bříz. V mnoha evropských jazycích je název měsíce odvozen od latinského *Martius*, což bylo pojmenování podle mytologického Marta, boha války a zemědělství (německy *März*, slovensky *Marec*, anglicky *March*). V tomto měsíci se také bojeschopní římské občany scházeli za hradbami Říma na Martově poli. Po zimě začínalo období příhodné pro vedení bojů a trvalo do října.

V římském kalendáři byl březen původně prvním měsícem v roce, neboť zima byla obdobím bez měsíců. V roce 713 př. n. l. římský král Numa Pompilius do kalendáře začlenil i leden s únorem jako poslední dva měsíce roku.

Mezi 19. a 21. březnem nastává na severní polokouli jarní rovnodennost. Slunce při svém zdánlivém ročním pohybu protíná světový rovník a přechází z jižní polokoule na severní. Končí astronomická zima a začíná jaro. Na severním pólu poprvé v roce vyjde Slunce, končí polární noc a začíná polární den. Na jižním pólu je to naopak.



Březen – Měsíc knihy,

Měsíc čtenářů

Březen – Měsíc čtenářů (dříve Měsíc knihy) je celostátní akce podporující a propagující četbu, pořádaná každoročně v tomto měsíci. Vznikla v roce 2009 a jejím organizátorem je Svaz knihovníků a informačních pracovníků České republiky (SKIP). Každý rok se k této akci svými aktivitami hlásí více než 400 veřejných knihoven z celé České republiky.

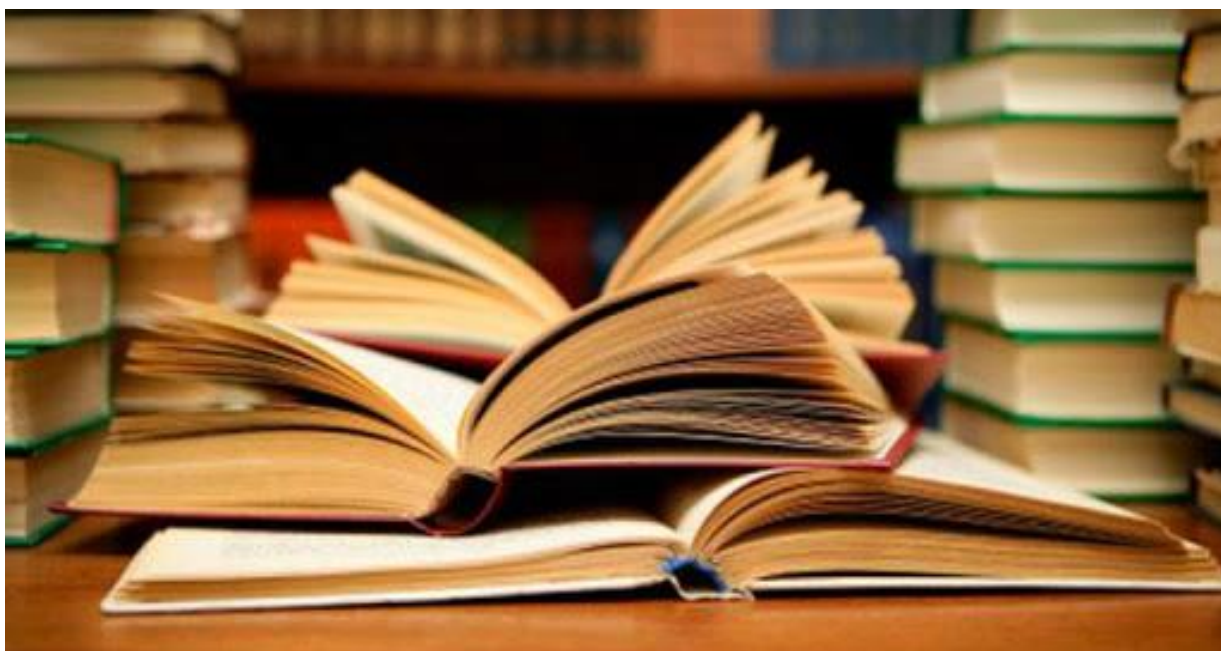
Historie Měsíce knihy sahá do roku 1955, tedy do období hlubokého komunismu, kdy tehdejší propagátoři použili tuto akci jako nástroj osvěty. Kladli za cíl, aby se knihy dostaly do všech domácností a do povědomí co největšího počtu lidí. Knihovny a knihkupectví měly vedoucí slovo a pořádaly nejrůznější akce, besedy či večery poezie.

S příchodem sametové revoluce v roce 1989 přišla i řada změn, především to, že Měsíc knihy přestal být ministerstvem řízenou akcí a téměř zanikl. Snaha o jeho nahrazení přišla s Týdnem knihoven a následná vlna vizuálních a elektronických médií sesadila tištěnou knihu z jejího výsadního postavení. To mělo za následek vznik Měsíce knihy a internetu, který rozpoutal ostrou debatu o postavení knihy v současné společnosti.

I přes veškeré snahy internetu a médií s ním spojenými si tištěná kniha stále drží svojí pozici „lidského společníka“ a březen, kromě svátku jara, zůstává i nadále svátkem knihy.

Nakladatelství a knihkupectví přicházejí s výhodnými cenami titulů a je tedy jasné, že už jen díky tomu nebude čtenářů ubývat, ba naopak bude přibývat těch, co budou nalézat kouzlo a vůni tištěných knih.

Zdroj: <https://eurozpravy.cz/kultura/literatura/147597-brezen-mesic-knihy-kde-se-vzal-a-jak-je-tomu-dnes/>,
wikipedia (Barbora)



Pokojové rostliny v našem domově

Na rozdíl od vestibulu domova, který je pln světla, jsou chodby na patrech v našem domově dlouhé a tmavší. Na jejich konci pod okny stojí různé pokojové rostliny. Mnohé z nich nemají konkrétního majitele, ale vždy se najde nějaká „dobrá duše“ z řad vás - uživatelů, nebo zaměstnanců domova, kteří vezmete konvičku s vodou a květinám dáte vláhu. Patří Vám za to díky. Občas se nám dokonce nějaká rostlina odmění tím, že začne kvést. Bez pokojových květin by chodby působily dozajista smutnějším dojmem. Milí uživatelé, pokud budete chtít v prostorech domova umístit nějakou pokojovou rostlinu, prosíme, porad'te se dopředu s personálem, zda je to možné. Moc děkujeme.

(Milada)





Nový domov



Jmenuji se Kaštánek a umím hodně moc věcí. To byste koukali, jak umím podlézat ploty, utíkat po silnici svým majitelům a hrát si na honěnou se strážníky. Ale to mi skončilo, poněvadž opět mě odchytili a zavřeli do psího útulku. Tam se mi

vůbec nelíbilo! Nemám rád kotec, mříže a ostatní štěkající psy. Taky jsem se s nikým nekamarádil a byl jsem nešťastný. Každý den někdo přišel do psího útulku na návštěvu a prohlížel si nás. A pes, který se mu líbil, byl adoptován. Já jsem nechtěl být adoptovaný, já jsem chtěl volnost a běhat po silnici. To mi dost dobře vycházelo, protože všichni moc dobře věděli, že neumím chodit na vodítku a musím se nosit! Jednoho dne ale přišli zajímaví lidé na obhlídku psů. Paní kolem mě jen prošla, byl jsem asi nezajímavý, vůbec jsem neštěkal a dělal jsem, že spím. Ale páníček se vrátil od ostatních štěkajících psů a začal si mne prohlížet... Taková drzost! Pak mě vytáhli z kotce, a že půjdu s nimi. Jaká to změna - já ucítil svobodu a najednou jsem uměl jít na vodítku a nasednout do auta. A jelo se do mého nového domova. V novém domově jsem si prohlédl svou novou zahrádku a šup pod plot, hned jsem byl u svých nových

sousedů. Panu sousedovi se to ale vůbec nelíbilo a můj pán si pro mne musel rychle přijít. Od té doby už tam ale nechodím. Pelíšek ve svém novém domově mám jak se sluší a patří. Jeden je ve verandě - tam odpočívám, když přijdu z venku a jsem mokrý. Druhý pelíšek mám v kuchyni pod stolem u radiátoru - tak tam je nejlíp, když panička vaří a něco dobrého vždycky dostanu. Třetí pelíšek mám povolený pouze večer - to všichni sedíme na gauči a sledujeme zprávy! A protože jsem moc chytrý pejsek, naučil jsem se povelům sedni a lehni. Na povel zůstaň ještě nereaguji, protože se mi nechce. Ale řeknu vám, zbytečný čas na cvičáku, já jsem tam moc poslouchat nechtěl, ale kamarádit se s ostatními pejsky, to se mi líbilo. Taký rád jezdím se svým pánem autem do obchodu a na výlety. A co jsem vám zapomněl říct, v novém domově jsem dostal nové jméno „pes Argo“. Argo je moc pěkné jméno! Ted' už jsem opravdický pes, mám své majitele a chráním je! Jediná kámoška, která mě stále odmítá, je naše Micka. Micka je mourovatá kočka a stále přede mnou utíká, nebo vyleze hodně vysoko, kde já nemohu. Nemluvě o tom, že vrčí a syčí! Málem bych zapomněl na mé oblíbené společné stolování! Každý den společně snídáme, obědváme i večeříme! Moc se mi to líbí, já udělám ty své psí oči a ustrne se nade mnou i můj pán a dostanu něco dobrého. To víte, že mi chutná, vždyť ta vaše jídla jsou o mnoho chutnější než psí granule! Tak to je zatím asi všechno, co jsem vám chtěl o sobě říct. HAF Argo

Střípky z mého života napsala aktivizační pracovnice Renáta

Biblické příběhy NOEMOVA ARCHA

Lidstvo na zemi bylo morálně zkažené a Bůh se tak rozhodl zničit je potopou. Vybral si však jednoho muže, který byl bohabojný a morálně čistý. Jmenoval se Noe. Dostal úkol, aby postavil archu, která měla sloužit jako dočasný domov pro něj, jeho rodinu a suchozemská zvířata, která měla být do páru. Noe dostal přesné pokyny, z jakého materiálu a jaké rozměry mělo toto plavidlo mít. Když Noe archu postavil, Bůh učinil, co slíbil - všechny živé tvory smetl z povrchu zemského. Když voda sedmnáctého dne sedmého měsíce opadla, archa spočinula na hoře Ararat. Noe se bál archu opustit. Bůh mu řekl, aby z archy vyšel on i jeho synové a všechna zvířata. Měli znovu naplnit zemi.

Je biblický příběh pravdivý?

1. Archa má přesné umístění, jak popisuje Bible - dnešní východní Turecko, hora Ararat (v minulosti činná sopka).
2. Nalezený objekt má přesné rozměry, jaké uvádí Bible (300 loktů). Bylo změřeno, že objekt má délku 156,97 metrů, což odpovídá 300 egyptským loktům. Mojžíš, který psal o celosvětové potopě, používal egyptský loket (1 loket = 52,3 cm).

3. Někteří nevěřící lidé argumentují tím, že je to jen náhodný útvar. Průzkumné vrty a radarové skeny vyvracejí teorii skály a prokazují strukturu zkamenělého dřeva.
4. V okolí archy byl nalezen náhrobní kámen, zbytky obydlí, ve kterých Noe bydlel s rodinou, a kotvící kameny, které arše umožňovaly lepší pohyb po vodě. Velké kotevní kameny visely dolů ze zádi lodi, aby udržovaly stabilitu plavidla. Lod' tak byla odolnější vůči příchozím vlnám.
- Zdroj: krestanem.cz (Jana)



Havířovské sochy a plastiky

Socha SEDÍCÍ DÍVKA S KVÍTKEM

Autor: akad. sochař Jan Kavan

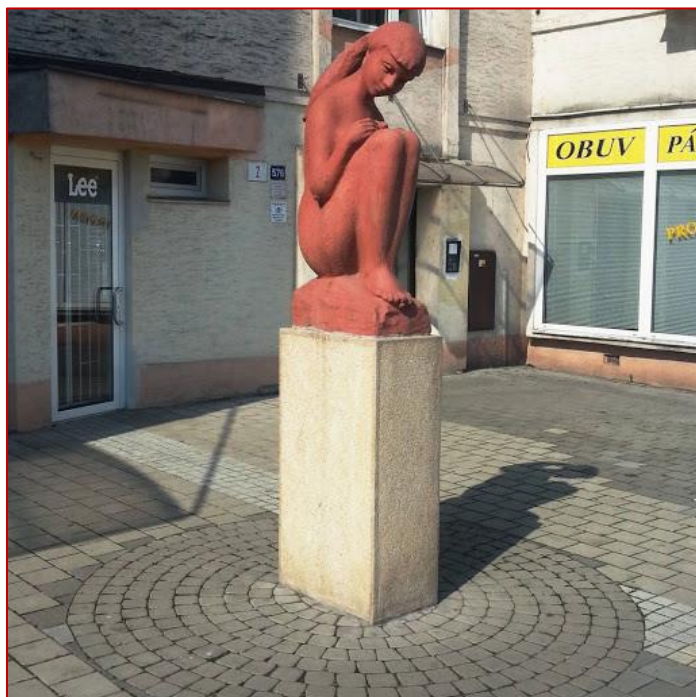
Rok: 1962

Místo: Havířov-Město, Národní třída

Vlastník: Statutární město Havířov

Správce: odbor školství a kultury Magistrátu města Havířova

Popis: Socha sedící dívky je vyrobena z šamotu a umístěna v žulové kašně s fontánou. V letech 1999 a 2010 proběhlo restaurování tohoto díla. V roce 2011 byla socha odstraněna a



uložena v depozitáři. Následně roku 2012 bylo odstraněno torzo kašny, proběhla úprava chodníku a socha byla zpět osazena na novém pískovcovém podstavci.

(Milada)

Zdroj:

historie.havirova.cz

Slavné obrazy, které bychom měli znát

Giuseppe Arcimboldo (1527 Milán - 11. červenec 1593 Milán) byl italský malíř a dekoratér působící ve službách Habsburků na dvorech ve Vídni a v Praze. Proslul jako svérázný manýristický portrétista, který tvořil podobizny na způsob zátiší z rozličných předmětů, plodů, květin i zvířat. V tomto stylu vytvořil známé obrazy jako několik řad alegorií Čtvero ročních období nebo portrét Rudolfa II. jako Vertumnus.

Za života byl oslavován, ale po smrti jeho tvorba upadla v částečné zapomnění. Teprve na počátku 20. století byl znovu objeven představiteli symbolismu a později také evropskými surrealisty, kteří ho označili za jednoho ze svých předchůdců.

Zdroj.:wikipedie.cz

(Milada)



Květomluva

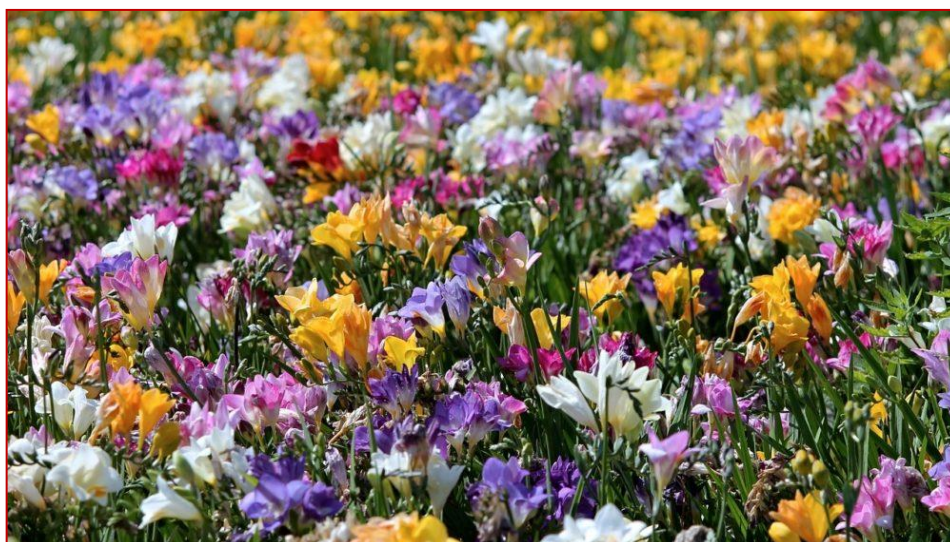
Frézie

Tyto květiny jsou opravdu doslova požítkem pro naše smysly. Potěší duši, oko i čich. Velmi často jsou frézie používanými květinami ve svatebních kyticích.

Frézie vyžadují světlé stanoviště. V létě je vhodné za slunného počasí rostliny přistínit. Pěstují se ve sklenících, ale je možné vysadit je na záhony nebo je pěstovat v bytě.

V květomluvě znamená darování této krásné květiny:
Nepozbývej naděje. (Milada)

Zdroj: magazin.zahrada.cz



Zajímavosti z přírody

DUHA

Víte, že:

1. Duha je jev, který vzniká odrazem, lomem a rozptylem světla ve vodních kapičkách atmosféry.
2. Tvar duhy je kruh, ale vidíme ji jako oblouk, protože se na ní díváme ze země.
3. Viditelný oblouk duhy je vždy 40-42 °.
4. Duha je optická iluze světla a vody v atmosféře. Nemůžete se fyzicky dotknout duhy.
5. Duhy se mohou objevit před, během nebo po mlze, dešti nebo rose.
6. Existuje sedm barev, které lidské oko může vidět v duze.
7. Řecký filozof Aristoteles byl první, kdo se pokusil vysvětlit, jak vznikají duhy.
9. Největší zásluhu na vysvětlení duhy má v 17. století český fyzik a lékař Jan Marcus Marci.
10. Duha se stala součástí různých mytologií. V náboženství je chápána jako důkaz smlouvy mezi Bohem a lidstvem, že již nikdy nebude lidstvo vyhlazeno potopou.



Zdroj : storymag.cz
(Jana)

Znamení zvěrokruhu

Každé znamení je symbolizováno zvířetem nebo mytickou postavou, které vyjadřuje povahu tohoto znamení. Existuje dvanáct souhvězdí rozmístěných v pásu, který obklopuje naši Zemi. Tomuto pásu říkáme zvěrokruh.

Dnes si povíme něco o znamení Berana neboli Skopce.

21. březen

až 20. duben

Planeta: Mars

Živel: Oheň



Zdroj: Thinstock

Stručná charakteristika znamení Beran

- *Typický Beran je průkopník, který motivuje ostatní svým příkladným nadšením.*
- *Povaha Berana je přímočará. (Například, když se s Vámi chce podělit o novou myšlenku nebo zážitek, neváhá, zvedne telefon a rovnou Vám zavolá, třeba i o půlnoci.)*

- *Beran hodí často opatrnost za hlavu a jde rovnou k věci, čehož může později litovat.*
- *Beran žije pro dnešek - zítřek je pro něj daleko, včerejšek už zase pryč, takže jediná pořádná chvíle pro život je právě teď.*
- *Lidé narození ve znamení Berana jsou průbojní a ambiciózní. Snadno se pro něco nadchnou.*
- *Beranům často schází určitá jemnost, pokora a smysl pro společenský takt. Navíc jsou obvykle netrpěliví, což je pak ta nejhorší kombinace pro jejich diplomatické schopnosti.*
- *Živlem Beranů je oheň. Překypují proto životní energií. Jsou iniciativní, odvážní a podnikaví.*
- *Berani nejsou přirozeně spořiví. To, co jim přináší radost, nejsou peníze uložené v bance, ale peníze proměněné v zážitky a úsměvy všech lidí okolo.*
- *Beran není schopen dělat něco polovičatě, takže i do lásky se vrhá střemhlav.*
- *Beran bude jen stěží předstírat vášeň, kterou skutečně necítí. Tito lidé jsou temperamentní a hledají neustále nové výzvy a dobrodružství.*

Zdroj: horoskopy.etarot.cz

(Petra)

Slavní sportovci

JIŘÍ RAŠKA

Jiří Raška byl český skokan na lyžích, olympijský vítěz a český lyžař století.



Jeho otec zemřel na leukemii, když bylo Jiřímu devět let, a matka tak musela sama vychovávat čtyři děti. Jeho záliba v zimních sportech nebyla překvapivá: „U nás se říkalo, že se tam děti rodí s lyžema na nohou,” řekl v rozhovoru pro Lidové noviny. Bratranec a strýc, aktivní skokani, ho přivedli k jeho budoucí hvězdné disciplíně. Raška ovšem pěstoval i řadu jiných sportů (od fotbalu přes cyklistiku po házenou). Díky čtvrtému místu na MS 1966 a druhé příčce na Intersport turné o rok později odjížděl na ZOH 1968 v Grenoble jako jeden z favoritů. Sám doufal v umístění do pátého místa a i desátou příčku by nepovažoval za zklamání.

Jiří Raška se však stal prvním českým vítězem na ZOH v historii. K tomu přidal stříbro na velkém můstku. Týž rok dokázal vyhrát šest závodů v řadě. Na mistrovství světa ve Vysokých Tatrách se na něj přišlo podívat sto tisíc diváků.

V roce 1969 se na jeden den stává i světovým rekordmanem. Na novém můstku v Planici skočil 164 metrů a o čtyři metry tak překonává den starý rekord svého velkého soka, Nora Bjørna Wirkoly. Nicméně hned následující den mu rekord bere Manfred Wolf (165 m) z tehdejší NDR. Jeho další úspěchy čítají stříbro na MS na velkém můstku v roce 1970, vítězství v Intersport turné rok poté, bronz na historicky prvním MS v letech na lyžích a pátou příčku na ZOH v Sapporu. Od roku 1974 působí jako trenér a z počátku ještě i souběžně skáče. „Řekl jsem si, že skončím okamžitě, jakmile mě porazí první junior,“ řekl Hospodářským novinám. Učinil tak v roce 1976 poté, co ho porazil František Novák. Skokanské lyže naposledy obul při závodě veteránů v roce 1979.

V letech 1994 - 1996 je společně s Medalem a Malcem trenérem české reprezentace, reprezentace mládeže a místopředsedou Svazu lyžařů ČR. V anketě Svazu byl zvolen českým lyžařem století, od Českého klubu fair play dostal za rok 2005 hlavní cenu za celoživotní činnost.

Dne 28. října 2011 mu prezident České republiky Václav Klaus udělil Medaili Za zásluhy.

Zdroj: zivotopis.osobnosti.cz

(Barbora)

RUBRIKA ZDRAVÍ

Zelenina je zdravá. Ale proč vlastně?



Navzdory neustálému připomínání, jak blahodárný je vliv zeleniny, jí Češi stále nejedí dost. Třeba pomůže malé opakování důvodů, proč vlastně zeleninu jíst.

Konzumace se nezvyšuje, naopak jíme jí méně než dřív! Další pokles spotřeby zeleniny byl v roce 2012 opět výrazný: běžný Čech snědl o 7,6 kg zeleniny méně, celkem 77,8 kg. Menší množství jí snědí už jen Švédí a Islandané, což Čechy s průměrnými 253 gramů na den činí třetími nejhoršími jedlíky ovoce a zeleniny v Evropě. Přitom výživová doporučení počítají takřka s dvojnásobkem - 400 gramů, ideálně rozložených do pěti denních dávek. Třeba pomůže malé opakování důvodů, proč vlastně zeleninu jíst.

Je prospěšná podobně jako ovoce, ale pro organismus výhodnější, protože neobsahuje tolik cukrů. Téměř se z ní nedá ztloustnout.

A co je tedy na zelenině nejlepší? Vitaminy a minerály. Ty jsou nezbytné pro posílení imunitního systému, na podporu normálního tempa růstu a vývoje, a také ke správnému fungování buněk a orgánů.

Právě v zelenině najdeme také mnoho různých antioxidantů, které chrání buňky před negativním vlivem okolí a pomáhají tak bojovat proti stárnutí a nemocem včetně rakoviny. V přírodní čerstvé formě jsou prokazatelně účinnější než v jakýchkoliv doplňcích potravin. Nejen výživoví „alternativci“ dnes doporučují přirozenou stravu z lokálních zdrojů nebo alespoň ze stejného klimatického pásma, která také odpovídá přesně tomu ročnímu období, ve kterém se nacházíme.

Výhody zeleniny :

- 1) Udržení zdravé váhy
- 2) Omlazení
- 3) Více energie
- 4) Zdravá hladina cholesterolu
- 5) Prevence chorob srdce a cév
- 6) Správná peristaltika střev
- 7) Prevence rakoviny



Zdroj: www.zena.aktualne.cz (Jana)

Kvíz: Jak dobře znáte lidské tělo?

Víte, jak funguje lidské tělo a jak je to s jeho anatomií? Otestujte své znalosti v našem kvízu.

Lidské tělo - tento dokonalý „stroj“ dýchá, hýbe se a myslí - a to vše bez většího úsilí svého majitele. Přesto je to úžasně propojený systém. Vyznáte se v něm alespoň trochu?

1. Víte, jaký je největší lidský orgán? Napovíme, že latinsky se nazývá cutis.

- ☐ žaludek
- ☐ mozek
- ☐ kůže

2. Srdce je dutý svalový orgán. Pravidelně pumpuje krev a tím se do celého těla dostává kyslík a další potřebné látky a zároveň odcházejí odpadní látky a oxid uhličitý. Srdce je tvořeno pravou a levou síní a pravou a levou komorou. Do které síně přitéká okysličená a do které odkysličená krev?

- ☐ Do pravé síně přitéká odkysličená krev, do levé síně okysličená.
- ☐ Do pravé síně přitéká okysličená krev, do levé odkysličená.

- Do obou síní přitéká odkysličená krev, která se přesouvá do plic, kde se okyslíčí.

3. U srdce ještě zůstaneme. Velmi důležitým údajem je hodnota pulsu neboli tepu. Udává, kolikrát za minutu se srdce stáhne. Víte, jaká je „zdravá“ tepová frekvence průměrného dospělého člověka?

- Za normu se pokládá vše v rozmezí 60 až 100 tepů za minutu, ale platí, že čím blíže je nižší hranici, tím je člověk zdravější a v lepší kondici.
- Za normu se pokládá vše v rozmezí 60 až 100 tepů za minutu, ale platí, že lidé v lepší kondici mají hodnoty spíše u horní hranice.
- Za normu se pokládá vše v rozmezí 60 až 100 tepů za minutu, vyšších hodnot dosahují jen lidé v opravdu super kondici.

4. Kostra je základní opěrná forma pro celé tělo. Je tvořena zhruba 210 kostmi, přičemž největší je kost stehenní. Věděli byste, jak se jí říká latinsky?

- fibula
- femur
- radius

5. Od největší kosti v lidském těle se přesuňme k nejmenším kůstkám. Které to jsou?

- ☐ kosti na malíčku u nohy, přesně tři jeho články
- ☐ kladívko, kovadlinka a třmínek ve středním uchu
- ☐ obratle

6. Odvod škodlivin z těla je velmi důležitý a stará se o něj především vylučovací soustava. Které čtyři základní a nesmírně důležité prvky ji tvoří?

- ☐ ledviny, močový měchýř, močovody a močová trubice
- ☐ ledviny, močový měchýř, slezina a slinivka břišní
- ☐ ledviny, močový měchýř, močovody, u žen vaječníky a u mužů prostata

7. Nervový systém je v podstatě zodpovědný za to, že je člověk člověkem (myslí, má vzpomínky a emoce, hýbe se, cítí...). Jeho základem je centrální nervový systém tvořený dvěma zásadními orgány, z nichž nejdůležitější je mozek. Víte, který je ten druhý?

- ☐ nervy
- ☐ neurony
- ☐ mícha

8. Bez schopnosti rozmnožovat se by to nešlo. Z toho, jak se dělají děti, vás zkoušet nebudeme. Ale vzpomenete si, jak se nazývá proces, během kterého ženské tělo většinou jednou měsíčně spustí ve vaječníku uvolňování vajíčka, které je pak připravené k oplodnění?

- ☐ ovulace
- ☐ menstruace
- ☐ ejakulace

9. A co třeba chrup? V dětství začínáme s dvaceti mléčnými, které pak nahradí 32 trvalých zubů. Víte, kolik jakých zubů v dospělosti máme?

- ☐ 8 stoliček (4 normální a 4 zuby moudrosti), 8 řezáků, 8 třenových zubů a 8 špičáků
- ☐ 12 stoliček (z toho 4 zuby moudrosti), 8 řezáků, 8 třenových zubů a 4 špičáky
- ☐ 4 stoličky (zuby moudrosti), 10 řezáků, 12 třenových zubů a 8 špičáků



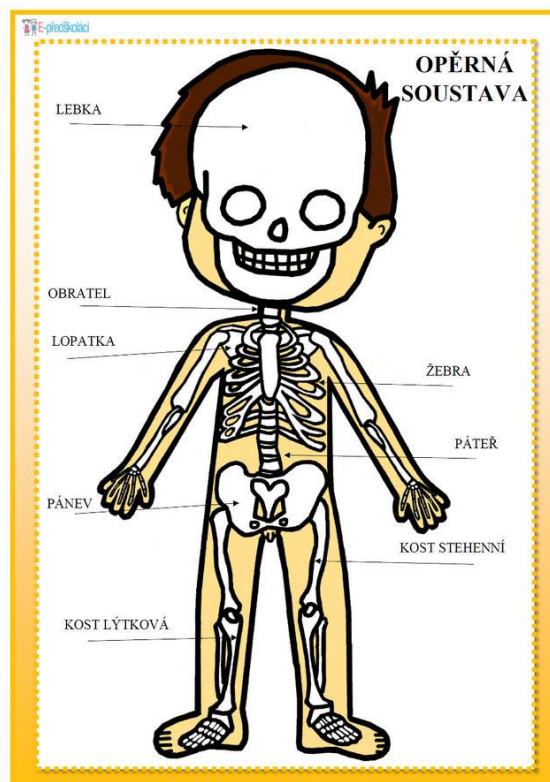
10. A na závěr malý chytáček. Kde v těle byste našli kyčelník?

- V trávicí soustavě. Je to spodní úsek tenkého střeva, který zabraňuje, aby se obsah tlustého střeva vracel zpět do tenkého.
- Je to součást kostry, konkrétně malá kůstka spojující kyčel a kyčelní kloub.
- Je to starý název pro kyčel a objevuje se v historických lékařských knihách.

Tak co, máte všechny odpovědi zkontrolované? Pokud ano, vyhodnoťte si test. Správné odpovědi najdete na straně 29.

Zdroj: prozeny.cz

(Barbora)



Motto měsíce

„Moudré ucho neposlouchá, co hloupá huba povídá.“

Božena Němcová



Narozena pravděpodobně v roce 1820 jako Barbora Novotná. Po několika měsících získala příjmení Panklová, protože rodiče vstoupili do manželství až po jejím narození. O datum literátčina narození, jakož i o její původ, se ovšem vedou spory. Jednou z hlavních teorií je, že Pankl s Novotnou mohli být pouze adoptivními rodiči děvčátka, jež bylo snad dcerou sestry kněžny Zaháňské. Hypotéz o tajemném původu spisovatelky, které nepřestávají literární historiky vzrušovat, je více.

Otec i matka malé Barborky pracovali na panském sídle, matka jako prادلena, otec jako kočí. Dívka vyrůstala v Ratibořicích u České Skalice, v dětství ji ovlivnila přítomnost babičky Magdalény Novotné. V roce 1837 se provdala za Josefa Němce, který byl uvědomělým českým vlastencem. Měli spolu čtyři děti.

Zdroj: <https://citaty.net/>

(Barbora)

V měsíci březnu slaví narozeniny:

Všianský Jaroslav

Tůmová Jiřina

Baloun Jaroslav

Sienková Vlasta

Szymoniková Zdenka

Kovářová Karla

Benová Marie

Vaculíková Marie

Paseková Marie

Ondráček Oldřich

Čechová Libuše



Všem oslavencům GRATULUJEME!

Přišli mezi nás

Ryšková Helena

Stránská Marie

Lenčová Štěpánka

Kaňka Linhard

Šteflová Anna

Vítáme vás mezi námi

Kvíz - vyhodnocení:

1c, 2a, 3a, 4c, 5b, 6a, 7c, 8a, 9b, 10a

Na tomto čísle se podílely:

Renáta Czechová

Barbora Gerátová

Petra Komašková

Milada Kubová

Jana Kubáňová

Irena Vámoš

Tisk a vazba: Pavlína Hochmanová a Jitka Kunorová

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