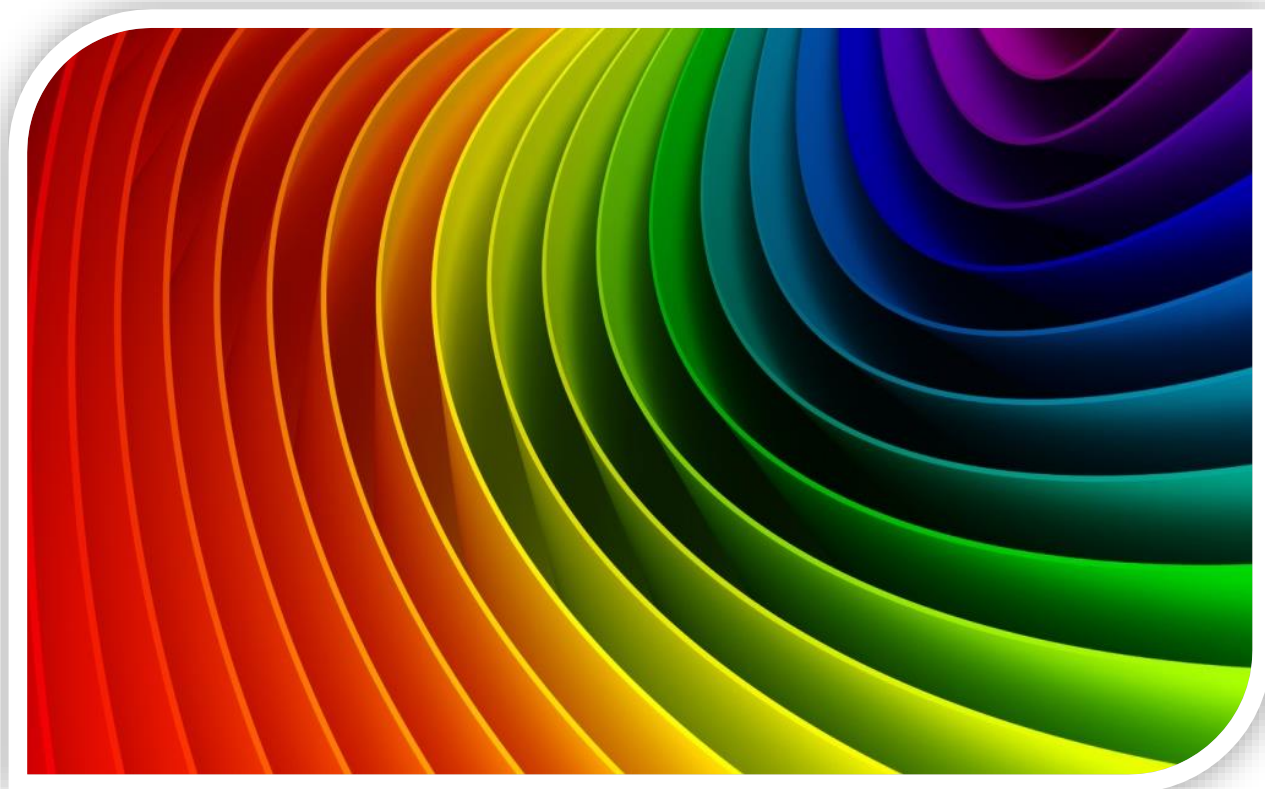


# SRPEN 2021

---



# DUHA

Měsíčník informací Domova seniorů  
Havířov, středisko Luna

---



## Srpnové pranostiky

Co červenec neuvaří, srpen nedopeče.

V srpnu již nelze slunci mnoho věřit.

I když ze strnišť občas fučí, horko nás přece jen mučí.

Půlnoční větry v srpnu přinášejí stálé počasí.

Když je v srpnu ráno hodně rosy, mají z toho radost vosy.

Rosí-li v srpnu silně tráva, pěkné povětrí se očekává.

Srpen k zimě hledí a rád vodu cedí.

Mrhy na lukách, potocích a řekách v srpnu zvěstují trvalé počasí.

Teplé a suché léto přivádí za sebou mírný podzimek, tuhou zimu a nejlepší víno.

Když v srpnu moc hřímá, bude na sníh bohatá zima.

Srpen z počátku-li hřeje, zima pak se dlouho sněhem skvěje.

Moc hub srpnových - moc vánic sněhových.

Nejsou-li v srpnu hříby, nebude v zimě sněhu.

Jsou-li v srpnu hory kalný, budou v zimě mrazy valný.

Jak Vavřinec zavaří, Bartoloměj zasmaží, tak se podzimek zdaří.





## SRPEN



Srpen je časem sklizní a radosti z úrody, která zejména v zemědělských oblastech určuje, jaký bude následující rok. Jestli bude rokem hojnosti, nebo rokem odřikání. Tento měsíc je ve znamení chladnějších rán, ale stále ještě teplých večerů. Lidé v jeho průběhu slaví různé poutě a posvícení, na mnoha místech se také dodnes oslavuje konec žní takzvanými **Dožínkami**. Doba žní byla třeba ještě v 19. století jedním z nejvýznamnějších období roku a dostat úrodu z polí bylo prvořadým úkolem. Událost, kdy byla úroda v sýpkách a skončily práce, které probíhaly od východu až po západ slunce, bylo třeba náležitě oslavit! Když byla práce hotova a nakládán poslední snop na žebříňák, děvčata jej oblékla do starších ženských šatů tak, aby představoval tak zvanou "bábu". Tato "bába" byla posazena na samý vrch vozu. Dívky upletly veliký věnec z klasů a polního kvítí a malé věnečky z téhož materiálu pro sebe a ověnčily si své hlavy. Podobnými věnečky byly ozdobeny i hlavy sekáčů. Když mezi ně vstoupil někdo cizí, ihned jej ovázaly povříslly a žádaly tak zvané "výkupné", které bylo určeno na džbánec medoviny nebo chmeloviny. Cesta posledního snopu obilí na ověnčeném žebříňáku přes vesnici probíhala za bujarého veselí a u statku už chasu čekal hospodář s hospodyní, kteří všechny náležitě přivítali pohoštěním. Magický symbol měly zejména pokrmy z mouky, které symbolizovaly bohatství úrody a měly zajistit, aby při příští sklizni bylo dostatek obilí. Napekly se dožínkové koláče a vdolky, husy, kachny nebo jiná zvíř, která byla v domácnosti dostupná. Než vjel žebříňák do dvora, zastavil a jedna z dívek vystoupila a recitovala: "Panímámo zlatá, otevřete vrata,

neseme vám věnec ze samého zlata ..." říkanka bývala dosti dlouhá a nejen že vnášela dobrou náladu, ale často si v ní chasa i humornou formou postěžovala. Potom byl předán dožínkový věnec hospodáři, který ho pak pověsil nad vchod do stavení. Jídlo a pití bylo připraveno, následoval tanec a veselí. Tak většinou probíhaly dožínky u jednotlivých hospodářů, kteří po dokončení lopoty pohostili nejen svou čeleď, ale také všechny pomocníky.

Na svátek Nanebevzetí Panny Marie se také konaly četné poutě na svatá místa. Procesí celých obcí chodila často i na dlouhé vzdálenosti. Lidé oblečení v krojích, s korouhvemi cechů nebo světců, kterým byla zasvěcena farnost, přicházeli na mše svaté sloužené velmi často pod širým nebem. Takové poutě doprovázely možnosti nejen duchovního vyžití, ale setkávaly se sousední vesnice, všechny generace, probíraly se novinky a nakupovaly dárky pro své blízké, protože na poutních místech nechyběly stánky s občerstvením, s upomínkovými předměty a různými cetkami. Poutě neprobíhaly samozřejmě pouze v srpnu, ale zhruba od května až do podzimních měsíců.

Zdroj: jolu.cz

(Barbora)



## Návrat k běžnému režimu



S velkou radostí přivítali klienti opatrný, ale přesto návrat k programu a aktivitám v Domově, na který jsme byli zvyklí v „době předkovidové“.

A tak jsme si mohli společně posedět při oslavě jubilantů, zahrát si Bingo v knihovně, přijela k nám kronikářka města Havířova a současně knihovnice paní Hana Dvořáková s pořadem, kdy jste na fotografiích mohli

porovnat proměny naše města v průběhu času. V poslední červencový pátek si zahrál kuželky trakt C, stejná aktivita je přichystaná i pro trakt A.

Rovněž oblíbené opékání párků se setkalo s velkým ohlasem. Bylo krásné počasí - co více si přát? Tentokrát se radoval trakt A, srpen je určen pro stejnou aktivitu na traktu C.

Běžně již jezdíme na Farmářské trhy, kdy se pěkně obléknete, navoníte a vyrážíme „do víru velkoměsta“. Koupíme si něco na zub a současně posedíme v kavárně při dobré kávě.

Ted' jen budeme doufat, aby se situace jen zlepšovala a my mohli naše aktivity a program ještě více rozvinout a obohatit.

(Barbora)



## Fotografická prezentace kronikářky města Havířova

Po delší odmlce jsme u nás v domově s radostí přivítali kronikářku a knihovnici v jedné osobě p. Hanku Dvořákovou. S komentovanými fotografiemi kulturních a sportovních akcí konaných ve městě Havířově v průběhu roku 2020 nám udělala velkou radost. Přesvědčili jsme se, že v Havířově převládala velká snaha zachovat stávající společenský život v souladu se všemi pandemickými omezeními. Mnoho škol v minulém roce otevíralo nová sportovní hřiště, konala se různá sportovní utkání. Havířovská nemocnice uvedla do provozu magnetickou rezonanci. V rámci rekonstrukce vlakového nádraží se otevřela nová odbavovací hala a vybudován je nový přestupní terminál. Na opravenou původní velkou halu vlakového nádraží si musíme ještě chvíli počkat. Uvnitř se buduje sportovně-spoločenské centrum, kavárna, klubovny i služebna strážníků. Až to bude hotovo a pokud to půjde, určitě si tam uděláme společný výlet- exkurzi. Paní kronikářka náš domov plánuje navštívit opět v měsíci září, tentokrát s četbou knihy od Ivanky Deváté.

(Milada)



před rekonstrukcí ...



po rekonstrukci...

## Znamení zvěrokruhu

Souhvězdí Panny je po souhvězdí Hydry druhým největším uskupením oblohy. Nachází se západně od souhvězdí Lva a východně od souhvězdí Vah. Nejjasnější hvězdy mají představovat ležící postavu.

23. srpen až 22. září  
Planeta: Merkur  
Živel: Země



Zdroj: [zeny.iprima.cz/horoskopy/](http://zeny.iprima.cz/horoskopy/)

### Stručná charakteristika znamení Panny

Panny jsou spolehlivé a přesné. Na první pohled to jsou puntičkářky s klidným a vyrovnaným pohledem na svět.

Lidé narození ve znamení Panny jsou pracovití a pozorní. Mají analytické schopnosti a málo co jim unikne, i když to často diplomaticky nedávají ostatním najevo.

Typická Panna má velmi dobré organizační schopnosti, což může způsobovat problémy v práci, pokud má spolupracovat s

někým, kdo nesplňuje její nároky, jak si efektivně uspořádat úkoly.

Lidé narození ve znamení Panny milují harmonii a ocení každou příležitost, kdy je možné do chaosu vnést řád. Jejich přesvědčením je, že svět bude lepším místem k životu, když budou i ostatní žít spořádaně a ohleduplně.

Panny nakládají uvážene s penězi i s náklonností k lidem. Jsou v obojím prozíraví. Jejich hospodárnost však může v očích ostatních někdy vypadat jako lakota.

Když jdete na schůzku s Pannou, buďte proto rozhodně dochvilní. Panny nemají rády lenochy, opozdilce a lidi, kteří rozhazují peníze za zbytečný luxus.

Panny se nechtějí cítit zavázány a ani být na nikom závislé. Jsou velmi samostatné a mnoho z nich zůstává i delší dobu v životě bez partnerství.

Muž ve znamení Panny má málo iluzí, i když je právě zamilovaný. A láska s ním nebude jako z příběhu o Romeovi a Julii.

Pravá žena ve znamení Panny je dáma, která vždy působí důstojně a své emoce si nechává pro sebe. Má dobrý úsudek, takže rohlíkem ji neopijete.

Panny si dávají dlouho na čas, než se rozhodnou pro někoho, komu stojí za to obětovat svobodu na celý život.

Zdroj: horoskopy.etarot.cz

(Petra)

## Králík

To bylo tak, stará Řešotková, vdova - měla svou chalupu a chovala slepice a králíky. Jednou ale poznala, že strakatá samice přichází do říje. Hospodyně našla na půdě míšek, do míšku strčila samici, přehodila si ho na záda, a že půjde za samcem na druhý konec vesnice „do pana Pščolky“. Pan Pščolka má zase strakatého samce a ušáci loni měli spolu 8 mladých králíků. Cesta to byla nelehká, bylo nutno jít do kopečka a chuděra Řešotková se hodně zadýchala. Proto se zastavila odpočinout u své sestry, která měla chalupu u cesty. Ve verandě položila na zem pytel se samicí a vešla do kuchyně. A že sestra se švagrem byli doma, tak se pustili do plotkování. Za chvíli se švagr ale z kuchyně vytratil. Víte, on občas velmi rád někomu udělal „figla“, tedy nějaký špás či legraci. Švagr vytáhl z pytle samici a místo ní tam dal svého kocoura. Kocour v pytli seděl docela potichu. Králíka schoval švagr do svého chléva. Sestry poklebetily a odpočatá Řešotkula vyšla z kuchyně do verandy, vzala pytel, hodila si ho na záda a šla k panu Pščolkovi. Kocour v pytli byl stále potichu. Když paní Řešotková došla k panu Pščolkovi, ten jí pomohl pytel rozvázat a tu hop! Kocour vyskočil z pytle ven! „No, no, no! To jsem si nemyslel, že Vy, Řešotková i kocoura chcete na králíky připouštět!“ A smál se do popukání. Paní Řešotkové ale nebylo vůbec do smíchu. Zatřala pěsti i rty a zlobila se na švagra. Vzala tedy prázdný pytel a šla zpět k sestře pro samici. To víte, švagr už doma nečekal, šel raději kosit jetelinu a zároveň dával pozor, co se bude dít. Zdaleka už viděl, jak Řešotková hrozí pěstí a křičí! „Ty hříšná duše, ty kanálie! Ze staré baby se ti zachtělo dělat blázny!“ A kocour byl doma dříve, než paní

Řešotková s prázdným pytlem. Švagr švagrůvce vrátil samici a vše bylo zase jako dřív.



Střípky z vyprávění uživatelů

napsala aktivizační pracovnice Renáta

## Objímání půl zdraví

S nástupem pandemie Covidu -19 a následných restrikcí nám je doporučováno omezovat fyzické kontakty s druhými a dodržovat náležité rozestupy. Nicméně, jak říká jedno české přísloví, že čistota je půl zdraví, použijeme-li tohoto příměru, pak bez nadsázky můžeme říct, že objímání je zdraví celé.

### Objímání je velmi zdravé

Pro tělo, duši, pro malé, starší i pro ty nejstarší. Jako prevence skoro všeho se ze zdravotního hlediska doporučuje nastřádat minimálně 4 objetí denně.

*„Potřebujeme 4 objetí denně, abychom přežili. Potřebujeme 8 objetí denně, abychom vydrželi. A 12 objetí potřebujeme, abychom rostli.“*

*Virginia Satir (byla americká sociální pracovnice, psycholožka a terapeutka, autorka metod pro zkvalitňování komunikace v rodinách i v organizacích).*

Objímání patří mezi základní prvky umění milovat, konkrétně k lásce dotykové. Když si naplno uvědomíte jeho dalekosáhlé účinky, vyjeví se, jaké je to geniální gesto, které říká mnoho. A jak málo to vlastně používáme a využíváme. Objevuje se ve většině kultur, je to tedy v podstatě univerzální, mezinárodní, globální fenomén.



Objímání je skoro všelék - má prokazatelné blahodárné zdravotní účinky: snižuje krevní tlak a hladinu stresového hormonu kortizolu, zvyšuje hladinu oxytocinu, endorfinu a dalších příjemných lahůdek. Je to výborný utišující, podpůrný a léčivý prostředek. Přirozeně působí proti depresím a úzkostem, harmonizuje nervový systém a během objímání se uvolňují svalové tenze a bloky. Po psychické stránce dodává objímání pocit jistoty, sebejistoty a důvěry. Objímání posiluje společnou lásku i sebelásku. Je to nejlepší lék na pocity osamění a opuštěnosti. V neposlední řadě nás objímání v praxi učí, co znamená lásku dávat a přijímat.

Objímání potřebujeme všichni a celý život, ale nejsilnější účinky má kromě dětství ještě v jednom období - ve stáří. Staří lidé často trpí depresemi a úzkostmi ze samoty, cítí se opuštění, osamocení. Každý jsme na svůj vlastní život sám, ve stáří se vám tento fakt ukazuje dost nemilosrdně. Objetí je o to více blahodárné. Posiluje, hmatatelně dá pocítit, že na nějaké úrovni přece jenom nejsme na život úplně sami.

Úplně nejkrásnější je objímat se z radosti, z lásky. Proto jakmile budeme se svými nejbližšími, zkusme si na tento článek vzpomenout.

Zdroj : <https://www.umenimilovat.cz/>

(Jana)



## Slavní sportovci

### DAVID KOSTELECKÝ, JIŘÍ LIPTÁK



**David Kostecký** (\* 12. května 1975 v Brně) je český sportovní střelec, který získal na Letních olympijských hrách v roce 2008 zlatou medaili a v roce 2021 stříbrnou medaili ve střelbě na trap. V současnosti působí v týmu Dukla Hradec Králové.

Střelbou se začal zabývat ve čtrnácti letech v brněnském středisku mládeže. V šestnácti letech byl ze střediska vyloučen jako neperspektivní. Vyloučeného hochu si však povšiml bývalý český reprezentant ve střelbě Josef Machan, který jej u sportu podržel.

**Jiří Lipták** (\* 30. března 1982 v Brně) je český sportovní střelec a olympijský vítěz, který se věnuje brokové střelbě na trap. Jde o několikanásobného mistra České

republiky. Jeho dosavadním největším individuálním úspěchem je bezesporu zlatá medaile z Olympijských her v Tokiu, dále zlatá medaile z MS 2014 v Číně.

Závodí za klub SKP Kometa Brno, aktivně se věnuje také myslivosti a se svou rodinou žije v Rajhradcích.

Sportovní disciplína nazývaná **trap** (česky: střelba na pohyblivý terč) je zvláštní střelecká soutěž, kdy střelec vybavený dvouhlavňovou brokovou puškou resp. brokovnicí - kozlicí strefuje svojí střelbou tzv. holuby. V minulosti se jednalo o živé holuby, tito jsou dnes nahrazeni barevnými kotoučky o průměru 108 milimetrů o tloušťce 12 milimetrů, které speciální vrhací zařízení na střelnici náhodně vymrštíuje rychlostí 30 metrů za sekundu (108 km/h) do vzdálenosti 15 a více metrů z pohledu střelce nalevo, napravo a přímo. Hliněný nebo asfaltový kotouček může být pro lepší optickou identifikaci zásahu naplněn barevným prachem (optickým zvýrazňovačem). Za platný zásah terče je považován takový, kdy z terče (holuba) odlétne zrakem rozhodčího viditelný úlomek.

Sesterskou disciplínou je tzv. double trap (dvojitý trap), kdy střelec sestřeluje dva holuby najednou dvěma ranami. Ke střelbě se používá speciální brokové střelivo TRAP 24. Jedná se o velmi starou olympijskou disciplínu.

#### ČEŠTÍ OLYMPIJŠTÍ VÍTĚZOVÉ V TRAPU:

Petr Hrdlička - LOH 1992 v Barceloně

David Kostecký - LOH 2008 v Pekingu

Jiří Lipták - LOH 2021 Tokyo 2020

Zdroj: davidkostecky.com,wikipedie

(Barbora)

## RUBRIKA ZDRAVÍ

### 4 důvody proč jíst meloun



K létu patří ovoce. A to nejen to bobulovité. Tělo je třeba hydratovat, a možná i proto mnoho lidí sahá například po melunech, které obsahují spoustu vody. Kromě vydatné svačinky plné vitamínů a antioxidantů tak organismus dostane i velkou dávku zvlahy. Výhody jeho konzumace jsou totiž nezměrné. Pojd'me si uvést alespoň těch pět nejhlavnějších.

#### 1. Hydratace

Když sníte větší kus melounu, v podstatě je to, jako byste vypili jednu sklenici vody. To je tím, že vodní meloun, jak už jeho název napovídá, obsahuje až 90 % vody! Nejen, že tělo hydratuje, ale obsahuje také elektrolyty, důležité minerály, které pomáhají tělu zadržovat vodu, jež je prospěšná jeho fungování.

#### 2. Výživa

Ačkoliv je meloun z 90 % tvořen vodou, ani dalších 10 % nepřijde nazmar. Jsou totiž tvořeny velkými množstvími živin. Například vitamínem A a C dále pak vitamíny ze skupiny B,

mědí, hořčíkem, vlákninou. A pozor! Vyloupáváte semínka? Pak se připravujete o cenný zdroj zinku a železa.

### 3. Antioxidanty

Meloun je šťavnatou antioxidační bombou. Chlubí se škálou vitamínů od A po C, ale také fytonutrienty. Antioxidanty v melounu bojují proti volným radikálům v těle, chrání buňky, podporují imunitu, zabraňují zánětlivým procesům v těle.

### 4. Zdraví srdce

Slyšeli jste o lykopenu, silném antioxidantu, jenž je charakteristický červeným barvivem, který mnozí hledají v rajčatech? Pak vězte, že tento karotenoid najdete i ve vodním melounu. Lykopen aktivně působí proti volným radikálům a tím podporuje kardiovaskulární zdraví. Nejvíce jej obsahují zcela zralé melouny, lykopen je vysoce koncentrovaný právě ve zralém ovoci. Meloun tak obsahuje hodně draslíku, minerálu, který podporuje zdraví srdce.

Zdroj: <https://www.apetitonline.cz/>

(Jana)

## České značky a kávoviny: Melta, kakao, piškoty a další dobroty z Pardubic

Holandské kakao, piškoty pečené ze špaldové mouky, vajec a třtinového cukru s příchutí kokosu, anebo tradiční Melta: to je jen část tradičního výrobního sortimentu společnosti Kávoviny z východočeských Pardubic. Má za sebou více než 120 let dlouhou historii, a přestože výrobky s retro obaly znáte ze všech českých prodejen, samotný název firmy moc známý není. Pojd'me to napravit!



Psal se rok 1896, českým zemím vládl František Josef I., do pražských ulic vyjela první elektrická tramvaj a v Pardubicích založili Johann Heinrich Franck společně s Robertem Franckem továrnu na cikorku a obilnou kávu. Nejznámějším výrobkem bývala Pravá Franckova přísada ke kávě zvaná Franckovka. Prodávala se v červených oválných balíčcích a krabičkách, pod názvem Karo-Franck byla k dostání i v kostkách.

Na výrobu náhražek klasické zrnkové kávy se firma orientovala prvních sto let. Hlavní surovina pro její výrobu, sušená čekanka, se zpočátku dovážela z Nizozemska

a Belgie, ale zakladatelé továrny ji záhy začali pěstovat přímo v Polabí. Zemědělství v Čechách tak rozšířili o nový obor a Franckovým sušárnám se brzy dařilo natolik, že se kávoviny začaly vyvážet například do Chorvatska, Itálie, Rumunska a Švýcarska.



### Milujete kávu?

Nejste sami. Ta pravá v minulosti bývala drahá a někdy zcela nedostupná, a tak se ji lidé pokoušeli nahradit něčím jiným. V mlýncích se s různými úspěchy a neúspěchy drtily pražené kaštiny, žaludy, bukvice, pecky z ovocných stromů, datle, brambory, šípky, mandle nebo křížaly. Během let se po spoustě pokusů a omylů na čelní příčky kávových náhražek dostalo několik surovin, které se pro výrobu kávovin používají dodnes: čekankový kořen, z něhož se náhražka kávy vyrábí už od dob napoleonských válek, pampeliškový kořen, cukrová řepa coby typická složka české melty, vlčí bob aneb lupina či obiloviny. Cereální „káva“ se vyrábí z praženého ječmene, žita nebo špaldy, někdy se používá i obilný slad, naklíčená obilná zrna.

Protože žádná z náhražek, ale sama o sobě kávový dojem vytvořit nedokáže, výrobci často k základu přimíchávají různé přísady. Týká se to i Kávovin z Pardubic - a jejich poctivě připravované pražené a mleté obiloviny či směsi podle tradičních receptů si Češi oblíbili, zejména ti, kteří se

vyhýbají kofeinu nebo chtějí využít výživově zajímavé látky. Mezi nejznámější produkty se řadí kávovinové směsi Karo, Vitakáva a hlavně populární značka Melta, „vlajková loď“ společnosti Kávoviny, která tvoří deset procent obrátu.

## Výrobky od Kávovin pro každou domácnost



V 60. letech po sloučení Kávovin Pardubice a Vitany Byšice se výrobní program rozšířil o pufované výrobky, hlavně tehdy oblíbené rýžové a kukuřičné burizony. V sortimentu se postupně objevily prášky do pečiva a vanilinový cukr, kávovinové směsi, obilné kávy Žitovka a Sladovka, instantní kakao, ovesné kaše nebo šuměnky, tedy vesměs výrobky, které téměř denně používá

běžná česká domácnost. Do výroby se postupně zaváděla také horká čokoláda, dětské i bezlepkové piškoty, čočka, hrách, fazole a sůl, hořčice a ocet. Schválně se podívejte do špajzu, komory, lednice či spíže, určitě tam od Kávovin něco objevíte.

Všechny produkty se vyrábí přímo v Pardubicích, kde firma sídlí, a pokud možno z domácích surovin; řada z nich pochází od zemědělců v okolí. Líh do octa tak do Pardubic putuje z lihovaru v Chrudimi, čekanka pro výrobu Melty se zase pěstuje na farmě ve Lhotě pod Libčany.

## Káva, Kávoviny a Melta

Říká se, že zvyk pít pravou zrnkovou kávu, tedy výluh z pražených semen kávovníku, v Čechách zavedli Heřman Černín z Chudenic a Kryštof Harant z Polžic a Bezdrůžic. Lahodnou chuť, vůni a povzbudivé účinky kávy poznali na cestách v arabských zemích a Turecku.

Melta je tradiční „značková“ kávovina. Vyvážená směs ryze rostlinného složení se v Kávovinách vyrábí desítky let a jedině tento pokračovatel Franckovy výroby má právo používat pro kávovinovou směs název Melta.

Kávoviny jsou jedinou potravinářskou firmou v České republice, která má v provozu zařízení na pufování. Už dávno se nevyrábí jen rýžové a kukuřičné burizony, ale i pohankové a jahelné pukance, ochucené třeba medem.

Za každým odběratelem vidí Kávoviny koncové spotřebitele, a ti si musí pochutnat.



<https://www.kudyznudy.cz/aktuality/znete-pribehyceskych-znacek>

(Petra)

## Vynálezy, které nám změnily život

### PRAČKA

V dnešní době si již neumíme svůj život představit bez automatické pračky. Během několika desítek minut je prádlo čisté, aniž bychom si museli dlouhé hodiny máčet ruce v ledové vodě tak jako naši předkové. Zpočátku se pralo v čisté vodě - v řece, v potoce otłoukáním prádla o kamení a jeho mácháním. Později se začaly používat různé tlouky a plácačky. Velkým posunem byl vynález valchy, první zmínky o ní se dochovaly z první poloviny 18. století. Když naše prababičky a babičky řekly, že bude velké prádlo, znamenalo to většinou, že všichni musí počítat s tím, že budou k obědu zbytky ze včerejška a studená večeře. Od valchy k dnešní pračce to byla dlouhá cesta. V průběhu let přispělo k vývoji pračky mnoho lidí. Je nemožné přisoudit tento vynález pouze jedné osobě, ale lze poukázat na ty, kteří se zasloužili, aby pračku mohl vlastnit každý. Předchůdci těch dnešních byly pračky s valchou poháněné ruční pákou, práčem nebo zvonem. Všechny tyto pračky ale poškozovaly prádlo. Roku 1851 přišel James King s vynálezem bubnu pro ručně poháněné pračky, který se v některých přístrojích využívá dodnes.

Hned na to v roce 1858 Hamilton Smith vytvořil první vířivou pračku. Dřinu při praní neulehčil ani nástup elektrického motoru v polovině 19. století, protože vodu bylo třeba ohřívát

odděleně na kamnech. Ale již tehdy to byla velká pomoc pro všechny hospodyňky.

První elektrickou pračku vyrobil v roce 1906 Američan Alva J. Fischer. Touha po úspoře času vedla až k vynálezu automatické pračky. V roce 1950 byl vynalezen časový spínač, jednotlivé úkony byly prováděny v jednom bubnu a řízeny nastavitelným programátorem. Automatické pračky se staly populárními převážně v 60. letech 20. století, dobyly nejprve americké domácnosti a pak postupně změnily životy žen po celém světě. Dalších bezmála 40 let se toho pak u praček moc nezměnilo, až přišel inovátor James Dyson. Ten v roce 1990 vytvořil pračku, která měla dva válce otáčející se v opačných směrech, aby oblečení bylo čistší a zkrátila se mycí doba.

Výrobci spotřebičů i nadále vyvíjejí co nejefektivnější technologie a v roce 2008 vytvořili na britské University of Leeds prototyp pračky, která k vyprání prádla potřebuje pouze jeden hrnek vody. Tento typ pračky by v budoucnosti mohl každoročně ušetřit obrovské množství vody spotřebované při praní na celém světě. Dnes si již můžete běžně koupit chytré pračky, které samy poznají, jak dlouho a na kolik stupňů mají prádlo vyprat. Nebo s připojením k wifi, kdy si pračku zapnete přes mobil třeba během nudné firemní porady.

Zdroj: [www.zena-in.cz/historie-prani.cz](http://www.zena-in.cz/historie-prani.cz)

(Jana)



## VTIPY



„Je to, kamaráde, psí život...  
A hele, tady je moje veterinářka.“



Tetička přijela k rodině na dovolenou.

Před spaním jí malý Pepíček říká:

„Teto, nezapomeň se v pokoji pořádně zamknout!“

„A proč?“ ptá se tetička.

„Protože tatínek říkal, že nám můžeš být ukradená.“

Pepíček: „Dědečku moc ti děkuju za ty housle, cos mi dal loni k Vánocům. Byl to ten nejlepší dárek, jaký jsem kdy dostal!“

„Doopravdy?“ ptá se děda. Pepíček nadšeně přikývne:

„Rozhodně! Pokaždé, když začnu hrát, máma mi dá dvacet korun, abych s tím zase přestal!“

Maminka se baví se svým synem:

„Pepíčku, jestli tu polévku nesníš, tak zavolám Polednici!“

Pepíček se na maminku podívá a říká: „Ty si jako myslíš, že ona to jíst bude?“



## A tenhle vtip znáte?

Medvěd jede se zajícem na motorce. Řídí medvěd a zeptá se zajíce: „Bojíš se?“

Zajíc: „Ne.“

Řídí zajíc a zeptá se medvěda: „Bojíš se?“

Medvěd: „Ne.“

Zajíc: „Bát by ses měl.“

Medvěd: „Proč?“

Zajíc: „Protože nedosáhnu na brzdu.“



## KLÁŠTER ROSA COELI

Klášter Rosa Coeli, se nachází v Dolních Kounicích a je nejstarším ženským klášteřem na Moravě. Jedná se o magické místo, které již uchvátilo nejednoho návštěvníka a turistu. Rosa Coeli, což v češtině znamená Růže nebes, byl založen už v roce 1181 Vilémem z Pulína, což byl bohatý a vlivný moravský velmož. Klášter založil jako pokání za zničený majetek v Rakousích. Již dva roky po jeho dokončení se sem přestěhovaly první premonstrátky z Louňovic. Největší slávu zažil klášter ve 13. a 14. století. Rosa Coeli se nezachoval celý, nicméně masivní zdi klášterního kostela Panny Marie s navazujícím ambitem a rajským dvorem uchvátí každého obdivovatele gotiky. Klášter byl však vypálen již v období husitských válek, což vedlo částečně ke stagnaci místního klášterního života. Fungoval však ještě do roku 1523, pak byl ovšem definitivně zrušen. Od té doby chátral a jeho



provoz se již nikdy nepodařilo vzkřísit. V současné době je jeho majitelem římskokatolické biskupství v Brně. Po domluvě s obecním úřadem v Dolních Kounicích, který se o celý areál kláštera stará, je tato neobyčejná sakrální památka přístupná široké veřejnosti.

Zdroj: wikipedie

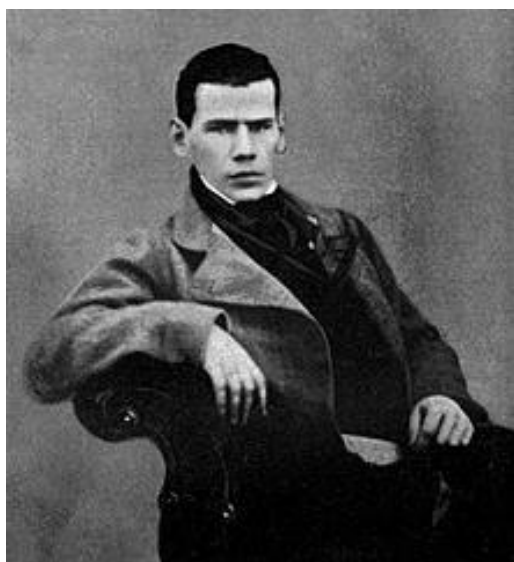
(Šárka)



## Motto měsíce

„Falešný přítel je horší, než nepřítel, protože nepříteli se vyhýbáš, kdežto příteli věříš.“

Lev Nikolajevič Tolstoj



### Lev Nikolajevič Tolstoj

byl ruský spisovatel a filozof, představitel realismu. Narodil se 9. září roku 1828 ve vesnici Jasnaja Poljana. Otec patřil ke starému šlechtickému rodu, matka - rozená kněžna Volkonská. Měl tři starší bratry a mladší sestru. Když měl pouhé dva roky, zemřela mu matka, otec

umírá v jeho devíti letech. Osiřelí sourozenci žili v Jasné Poljaně u otcovy tety. Když tetka zemřela, děti se přesunuly k otcově sestře do Kazaně. Studoval na Kazaňské univerzitě práva a filologii.

Uvědomil si zoufalý stav Ruska, pozoroval kontrasty mezi životem bohatých a chudých. Domníval se, že se vše vyřeší, když se dá mužikům vzdělání. Zanechal literární činnosti a otevřel školu pro své mužiky a jejich děti, v níž sám vyučoval. Kromě teoretických článků napsal povídky, básně a překlady přizpůsobené frekventantům školy. Mužici ve škole neviděli žádný smysl a považovali ji za přítěž, ostatní statkáři se s ním

přestali stýkat, protože ho považovali v lepším případě za podivína. V tomto období jej velmi zasáhla smrt milovaného bratra Nikolaje. V roce 1862 se oženil s mladou šlechtičnou Sofií Andrejevnou Bersovou. V manželství se jim narodilo třináct dětí, dospělého věku se dožilo osm. Prvních dvanáct let po svatbě prožíval Tolstoj šťastné období svého života, v němž vytvořil svá nejlepšší díla: romány Vojna a mír (1862-1869) a Anna Karenina (1873-1876). Koncem sedmdesátých let došlo ke změně v jeho literárním i společenském vědomí, zasáhla jej vnitřní duševní krize, která se promítla i do rodinných vztahů. Východisko viděl ve sblížení s prostým lidem, kterého chtěl dosáhnout rozdělením svého majetku mezi mužiky a sdílením křesťanské víry. V závěru života byl vyloučen z církve jako kacíř. Důvodem bylo jeho odmítání dogmatu o trojjedinosti Boží a ostrá kritika militaristické role církve (žehnání zbraním, podpora válek). Po neshodách s rodinou ji opustil a bez rozloučení odjel jen s několika přáteli v listopadu 1910 vlakem neznámo kam. Na cestě se nachladil - dojel do Astapova, kde po deseti dnech zemřel na zápal plic.

Zdroj: wikipedie, citaty.net

(Barbora)

## V měsíci srpnu slaví narozeniny:

Cundová Marie

Kovalčík Michal

Vymlátilová Mária

Flašová Ilona

Říman Rudolf

Kaliwodová Hildegarda

Fukalová Aurelie

Sokolová Ludmila

Šeliga Jaromír

Štadániová Josefa

Sikorová Anna

Gasparicsová Anna

Křístková Olga

Klimšová Růžena



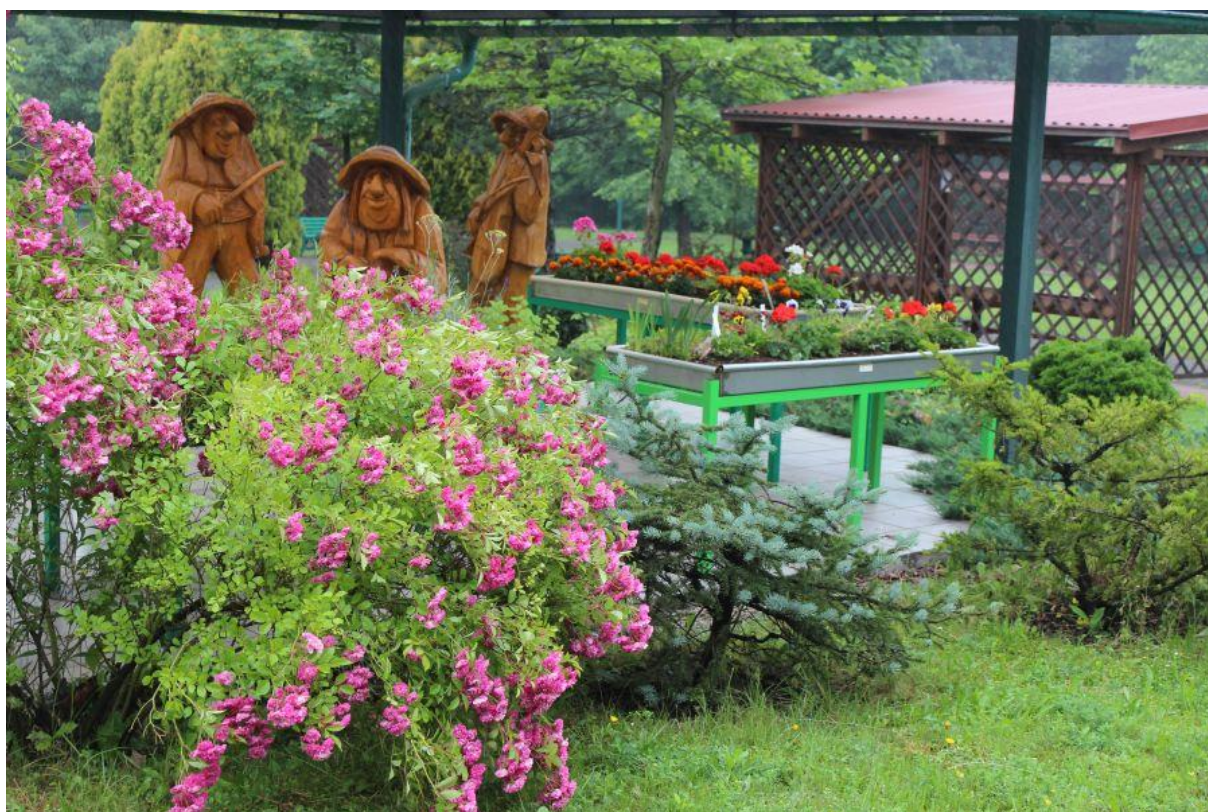
**Všem oslavencům GRATULUJEME**

## Přišly mezi nás

Žagmenová Oldřiška

Ovčačíková Antonie

**Vítáme vás mezi námi**



**DUHA, měsíčník Domova seniorů Havířov, p. o.,  
středisko Luna**

---

- **Adresa redakce:** Lidická 1200/52C, 736 01 Havířov
  - **Telefonický kontakt:** 596 808 601 (recepce)
  - **Webové stránky:** [www.dshavirov.cz/dsl/](http://www.dshavirov.cz/dsl/)
  - **Redakční tým:** Barbora Gerátová,  
Milada Kubová, Šárka Soukupová, Petra Komašková,  
Jana Kubáňová, Renáta Czechová, Irena Vámoš
  - **Korektura textu:** Helena Kucharčíková
  - **Email:** [geratovab@dshavirov.cz](mailto:geratovab@dshavirov.cz)
  - **Tisk a vazba:** Pavlína Hochmanová a Jitka Kunorová
- 



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