PALATA - domov pro zrakově postižené
150 00 Praha 5 - Smíchov, Na Hřebenkách 5/737
Nejstarší český ústav sociální péče pro zrakově postižené seniory založený v roce 1893
telefon 257311930, 257311931, telefon/fax 257311932 www:http://www.palata.cz/

ZPRAVODAJ č. 2

Duben roku 2016

Redaktorka:
Mgr. Eva Průchová

Příspěvky poskytli :
PhDr. Anna Jílková
Kulturní klub
Fotografie:
Mgr. Eva Průchová
PhDr. Anna Jílková

Vydává Palata - Domov pro zrakově postižené hl.m.Prahy ve spolupráci s TAO-CESTA, občanským sdružením ve prospěch seniorů především zrakově postižených, se sídlem 150 00 Praha 5, Na Hřebenkách 5 – tel.: 257311930-1 li 422, E-mail: tao-cesta@volny.cz

Když se řekne pravý čaj – 2. část

Kde se bere vůně a chuť pravého čaje

Do nedávné doby bylo v čajích objeveno cca 600 látek, které jsou odpovědné za vůni a dalších asi 200 složek, které ovlivňují chuť. V suché hmotě i v nápojích můžeme najít několik skupin vůní jako například zelené listovité vůně, květinové vůně, ovocné, zeleninové, kořenné vůně, vůně vzácných dřev, oříškové a mandlové vůně, kávové, kávovité a karamelové vůně, různé přírodní vůně a pachy včetně nežádoucích účinků.

Slavná vůně čaje je založena na tzv. muskatelovém aroma, což je vůně muškátových hroznů, jemné pikantní aroma, které se údajně nedá zapomenout a je přirovnáváno k vůni rozkvetlých keřů černého rybízu.

Jak poznáme kvalitní pravý čaj?

Čaj vybíráme podle vlastní chuti a zvyklosti. Pokud hledáme jemné, lehké a aromatické čaje, sáhneme po celolistových. Hutné a silné čaje budou spíše z těch zlomkových, Fannings (drť) nebo prachových (dust). U nakupovaného čaje se díváme na vzhled, velikost částic, přítomnost cizích pachů, vůni. Jakákoliv odchylka bude znamenat zhoršení chutí a vůně. Hmota čaje by

měla mít částice stejné velikosti, neobsahuje větvičky, kaménky, zeminu, písek, části jiných rostlin (tráva, listy, květy, semena). Můžeme čajové lístky i rozžvýkat, abychom zjistili několik málo vonných látek.
Zpravidla platí, že vyšší obsah pupenů značí velmi kvalitní čaj. Mezi žádoucí vůně můžeme zařadit vůni po seně, sladkou, bylinnou, po zelených nebo zralých mandlí, oříškách, exotickém dřevu, sladce kořenná vůně. Za nežádoucí považujeme čpavkovou, zemitou, mechovitou, plesnivou, připálenou, trpkou a kyselou vůni.

Příprava čaje

Obecně se čajová hmota zalévá vroucí vodou, tedy cca 99-100°C. Toto platí u sypaných černých čajů, Pu-erhu a oolongů. Zelené a bílé čaje a některé oolongy často vyžadují nižší teplotu (cca 80°C). Na druhou stranu pokud jsme hovořili s nákupčími čajů z Cejlonu, svorně doporučovali používat teplotu kolem bodu varu pro všechny čaje. Vroucí voda „vytáhne“ z čaje celou škálu vonných látek, které čajovému degustátorovi řeknou v krátkosti něoc o kvalitě, vůni a chuti čaje. Na jeden šálek (200-250 ml) se používá jedna čajová lžička sypaného čaje, tj. 1,5 až 2,5 g. Silné čaje jako je Assam, se používají ve větším množství,

Darjeeling je naproti tomu jemnější typ, s menším množstvím na přípravu. Kvalita a síla chuti se odvíjí spíše od množství použitého čaje, než od doby vyluhování. Ta se u zelených čajů pohybuje kolem 1-3 minut, u černých čajů kolem 5 minut, 7 minut pro čaje bílé.

Černé čaje je třeba zalévat vroucí vodou, tj. když voda intenzivně bublá. Pokud použijeme vodu o nízké teplotě, nápoj není dobrý, jde o nejčastější chybu. Čajovou konvici je třeba vypařit předem horkou vodou. Do konvice pak ihned vsypeme odvážené množství čaje. Zalijeme připravenou vroucí vodou, zamícháme dlouhou lžičkou, přikryjeme víčkem a louhujeme předepsanou dobu. Čaj přeléváme přes nylonové sítko a snažíme se nepoužívat kovové nádoby a nástroje.

Zelené čaje – nižší teplota vody způsobí, že zelený čaj bude jemnější chuti, horká voda strhne hořké látky. Hořké zelené čaje se pijí v severních Africe a střední Asii, jemnější na Západě a Blízkém Východě. V Maroku se zelený čaj vaří ve vodě cca 15 minut. Doporučuje se nádobu předem vypařit.

Z Magazínu Biogena vybrala Eva Průchová

Pozvánka na tradiční již 4. ročník akce
Když Palata tančí

KDYŽ PALATA TANČÍ

28 . DUBNA 2016 OD 10:00 HODIN

VELKÝ KULTURNÍ SÁL
PALATA – DOMOV PRO ZRAKOVĚ POSTIŽENÉ
NA HŘEBENKÁCH 5, PRAHA 5

K TANCI A POSLECHU ZAHRAJE DECHOVKA DVOŘANKA

OD 14.00 VOLNÁ ZÁBAVA
VE 14.30 VYSTOUPENÍ TANEČNIC Z CENTRA TANCE

palata DOMOV PRO ZRAKOVĚ POSTIŽENÉ

PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG

Pálení čarodějnic

Pálení čarodějnic patřívalo a do dnešních dnů patří k velmi populárním lidovým zvykům. Ona magická filipojakubská noc (z 30. dubna na 1. května) patřívala mezi noci, kdy prý zlé a nečisté síly vládly větší mocí než kdy jindy. O půlnoci před sv. Filipem a Jakubem, kdy měly nečisté a zlé síly moc škodit lidem, se daly nalézt různě poschovávané, zakopané a před lidmi ukryté poklady. Aby se hledač pokladu dokázal před silami úspěšně bránit, musel prý mít při sobě květ z kapradí, svěcenou křídu a řadu dalších předmětů. Lidé věřili, že této noci v povětří poletuje spousta čarodějnic, letících na sabat. Proto se této noci také říká "noc čarodějnic".
Čarodějnice se před sabatem natíraly kouzelnými mastmi, s jejichž pomocí pak mohly na košťatech létat. Taková košťata prý bývala zhotovena z jasanového dřeva, vrbových a březových proutků. Při reji byla volena královna sabatu, která potom vládla hostině a tanci "čarodějnickému kolu" – to se tančilo pozpátku. Jídla vypadala sice lákavě, ale byla bez chuti a nezahnala hlad. Nesměl chybět ani kotel plný žab a hadů stejně jako nádoby s jedy. Čarodějnice se tu, jak lidé kdysi věřili, s oblibou proměňovaly ve vlky, psy a jiná zvířata a

vyprávěly si, co všechno zlého se jim od posledního setkání podařilo lidem natropit. Víra v nečisté síly, stará jako lidstvo samo, se časem proměnila v pověru, že ďábel může moc na zemi uplatňovat pouze prostřednictvím lidí čarodějnic a někdy i čarodějů. Zvláště staré ženy bývaly často podezřívány, že spojení s ďáblem a před uhranutím jimi se venkované bránili rozmanitými praktikami:
-před vrata domu i chlévu se pokládaly narýpané drny, dříve, než mohla čarodějnice vstoupit dovnitř, musela všechna stébla přepočítat, což jí trvalo až do rána, kdy její moc pominula.
-stavení se kropilo svěcenou vodou, před vrata a na dvůr se zapichovaly pruty a pichlavé trní, aby se čarodějnice poranila, na ochranu před nimi se zapichovaly i vidle a košťata, pod drn se dávalo vejce. Aby se čarodějnice zahnaly, práskalo se na návsi biči a také se střílelo z pušek.
Existovala řada praktik, které měly umožnit čarodějnici vidět, případně potrestat. Lidé věřili, že ji lze zahlédnout v noci na křižovatce nebo opuštěném místě.
Na ochranu před čarodějnicemi se na vyvýšených místech pálily ohně, které jsou v některých krajích (zvláště v Německu) velmi starého původu. Postupem doby se z výročních ohňů stalo "pálení čarodějnic" mladíci zapalovali košťata a

vyhazovali je do výšky, prý proto, aby viděli čarodějnici létající na košťatech v povětří. Jinde se říkalo, že je tak možno čarodějnici srazit k zemi.
Ochrana úrody a dobytka se zejména soustředila na noc filipojakubskou, kdy se vesničané chránili především proti čarodějnicím, které očarovávaly a tak poškozovaly dobytek i úrodu. V ten den se jednak prováděly pověry na ochranu chléva (zelené větévky na hnojiště, osypání chléva pískem). Ochrana úrody a celého hospodářství před neúspěchem, to byl hlavní účel lidového svátku.
Čarodějnice však nebyly jen zlé, těch, které znaly tajemství bylin, uměly zahánět nemoci a napravovat zlomeniny si lidé vážili. Jejich poznatky, někdy zdánlivě nesmyslné a bláznivé, přispěly mnohdy k užitečným vědeckým objevům. A tak stará "přírodní magie" ovlivnila lékařství, chemii, biologii a fyziku. Kromě bab bylinkářek působili jako léčitelé i kováři a jejich manželky. Když kovářovy kleště vytáhly bolavý zub, hned přispěchala kovářka s hojivým obkladem. Ani tyto hodné "čarodějnice" to ale neměly lehké. Většina z nich se ve středověku stala obětí "honu na čarodějnice". Desetitisíce, možná statisíce nevinných žen byly odsouzeny a upáleny na hranicích po celé Evropě, ale i v Americe.
Z internetu z Českých tradic vybrala Eva Průchová

Srdečně vás zveme na

Setkání s Věrou Nerušilovou,

které se koná **13. dubna v 14.30** hodin ve velkém kulturním sále Domova Palata

Zpěvačka se vám představí nejen jako Kočka ze Záběhlic, ale i jako interpretka šansonů, písní židovských, cikánských, bluesových, které si můžete společně s ní zazpívat.

Kulturní a společenský program na měsíc duben

3. dubna v 14.00 hodin
Přednáška pana Dr. Zemana s názvem „Marie Hrabalová (Maryška) - maminka a Eliška Hrabalová (Pipsi) - manželka Bohumila Hrabala vypravují“.
5. dubna v 14.00 hodin
Koncert Hudby hradní stráže a dětského pěveckého sboru v kostele Sv. Jana Nepomuckého. Odjezd v 13.45 hodin, návrat v cca 16.00 hod.
6. dubna v 9.30 hodin
Hudební soubor Zdeňka Černohouze s hudební pořadem „ S kyticí písní jedeme k vám“. V pořadu zazní písně Karla Hašlera, Františka Kmocha, Fanoše Mikuleckého, Václava Bláhy a také písně staropražské a lidové písničky ze všech koutů naší vlasti.
7. dubna v 10.00 hodin
Firma Covidiem pořádá workshopy pro klienty i dobrovolníky.
10. dubna v 14.00 hodin
K tanci a poslechu zahraje skupina Domino.
12. dubna v 14.00 hodin
Na kavárně k tanci a poslechu zahraje pan Bartoš a paní Mikešová.

13. dubna v 14.30 hodin

Setkání s Věrou Nerušilovou. Zpěvačka se představí nejen jako Kočka ze Záběhlic, ale i jako interpretka šansonů, písní židovských, cikánských, bluesových, které si můžete společně zazpívat.

14. dubna v 14.30 hodin

Recitace básní Františka Halase v podání pana Jaroslava Brendla. Pořad s názvem „Sonety a monology“. Pořad je věnovaný vzpomínce k 400. výročí úmrtí Williama Shakespeara.

17. dubna v 14.00 hodin

Přednáška pana Dr. Zemana s názvem „Vždycky šla rovně -o životním vyznání Mileny Honzíkové, partyzánky, spisovatelky, učitelky a barrandovské dramaturgyně“.

19. dubna v 14.00 hodin

Na kavárně k tanci a poslechu zahraje skupina Pohodáři.

20. dubna v 14.30 hodin

Divadlo jednoho herce v podání paní Stanislavy Hoškové. Představí hru s názvem „Já Eliška Pomořanská – císařovna římská a královna česká“. Hra věnovaná 700. výročí narození Karla IV.

21. dubna v 14.30 hodin

Další z cyklů pořadů Zůstaň tu s námi, muziko česká s programem „KOUZLO OPERETY, aneb nezapomenutelný Jára Pospíšil“

24. dubna od 9.00 hodin

Na Palatě budou probíhat canisterapeutické zkoušky psů ve výcviku.

26. března v 14.00 hodin

Na kavárně k tanci a poslechu zahraje Bránické duo.

28. dubna v 10.00 hodin

Čtvrtý ročník akce „Když Palata tančí“. Vystoupí děti ze ZŠ Gen. Peřiny z Řep, klienti Domova Palata, naši přátelé z Klubu seniorů z Telče, členové Centra tance. K tanci a poslechu nám zahraje dechovka Dvořanka.

Turnaj v mezinárodní dámě na Palatě

Anna Jílková

Dne 6. 3. 2016 se konal na Palatě turnaj ve stolní deskové hře v mezinárodní dámě. V podstatě probíhaly turnaje dva : **Turnaj Mezi generacemi a druhý byl Turnaj nevidomých a slabozrakých.** Nevidomí a slabozrací hráli na hmatově a kontrastně upravené desce s bílými a červenými kameny. Byl to první turnaj realizovaný v dámě s těžce zrakově postiženými hráči, kdy byla prvně využita úprava dámy pro nevidomé a slabozraké v České republice. V zahraničí je dáma pro zrakově postižené více populární i je více oblíbená u všech generací běžné populace.

Nedělního turnaje na Palatě se účastnily všechny generace - děti, mladiství, dospělí a senioři nejen

z Palaty. Projekt studentů (včele s Petrou Duškovou) na popularizaci mezinárodní dámy v ČR podpořila nadace O2 Smart Up. Zástupkyně z této nadace rovněž uvítala všechny účastníky a také si sama hraní dámy vyzkoušela. Pro klienty Palaty byla zajištěna asistence. Přišla také dobrovolnice paní Ing. Wollerová z České spořitelny, která asistovala a rovněž zasedla k desce s dámou v turnaji Mezi generacemi.

Soutěžící projevovali velké zaujetí pro hru a snažili se získat svoji výhru. Vítězové obdrželi pohár, medaili i věcnou cenu.

Pořadí v **Turnaji nevidomých a slabozrakých:**

1.místo – Stanislav Vohnický - Palata
2. místo - Lenka Čermáková z Pobytového rehabilitačního a rekvalifikačního střediska Dědina
3. místo – Jan Holubec – Palata

FRANCISCO-

Její veličenstvo královna Alžběta II. slaví narozeniny

Dne 21. dubna oslaví britská královna Alžběta II. 90 narozeniny. Alžběta II., která má se svým manželem princem Philipem čtyři děti, osm vnoučat a zatím pět pravnoučat, je dlouhodobě nejoblíbenější členkou královské rodiny. Je zajímavé, že královna, ke které dnes vzhlíží celý svět, ani královnou být neměla. Až do roku 1936 vyrůstala malá Alžběta ve velmi dobře situovaném postavení vnučky a poté neteře britského krále. Čekal jí nenáročný život „druhořadé“ princezny z Yorku. Vše změnila abdikace jejího strýce, která z desetiletého děvčete udělala korunní princeznu, tehdy ještě britského impéria.

Dnes má Alžběta II. za sebou 64 let úspěšné vlády, během níž naslouchala třinácti britským ministerským předsedům a setkala se s jedenácti prezidenty USA. Se svým manželem, se kterým příští rok oslaví 70. výročí svatby, procestovala bez mála celý svět a snad i díky tomu se z ní stala nejznámější žena světa. Britská královna je celosvětový fenomén, a i proto se oslava jejích narozenin stala světovou událostí. Britské televize se předhánějí v nových pořadech o královské rodině, prodejci suvenýrů se snaží prodat vše, co se

dá a současný prezident USA Barack Obama prohlásil, že oslavenkyni popřeje jedině při osobním setkání. Sama královna pak pozvala tisíce lidí na několikadenní zahradní párty do svého oblíbeného zámku Windsor. Vstupenky, které nebyly zrovna levné, se vyprodaly během pár hodin. Očekává se, že oslav se zúčastní mnoho členů britské královské rodiny, politiků, významných osobností země a snad i zástupci zahraničních monarchií.

V rámci kulturního klubu jsme o Alžbětě II. mluvili v souvislosti s naší cestou do Anglie a v loni při oslavách historického milníku, když se stala nejdéle vládnoucím panovníkem v britské historii.

V loňském roce jsme vyzkoušeli i něco zcela nového, a to když jsme královně poslali přání k jejím 89. narozeninám. Náš pečlivě napsaný dopis, do kterého jsme kromě přání napsali i kdo jsme a co děláme, podepsalo několik členů kulturního klubu. Pro zajímavost jsme přidali i výroční zprávu. To vše putovalo do Londýna, na adresu Buckinghamského paláce. Odpověď přišla asi za měsíc a nutno říct, že na Palatě vzbudila řádné pozdvižení. Královna nám sice neodepsala osobně, což ostatně nikdy nedělá, ale požádala svou dvorní dámu, aby nám milým dopisem

odpověděla. Originál našeho dopisu a královská odpověď dnes hrdě visí v malé kulturní místnosti.

Vše nejlepší do dalších let přeje Kulturní klub

Výlet parníkem po Vltavě

30. května se můžete těšit na tříhodinovou plavbu parníkem po Vltavě. Tentokrát pojedeme od Čechova mostu z můstku č. 6. Pojedeme novou bezbariérovou lodí Grand Bohemia, která je v provozu od druhé poloviny roku 2014.
Na lodi k tanci a poslechu zahraje pan Karel Mácha.
Vyplouváme 30. 5. 2016 v 10.00 hodin. Vezměte s sebou příbuzné, kamarády a známé.

Eva Průchová