PALATA-Domov pro zrakově postižené
150 00 Praha 5 - Smíchov, Na Hřebenkách 737/5
Nejstarší český ústav sociální péče pro zrakově postižené seniory založený v roce 1893
Telefon: +420 277 028 410 (recepce), +420 277 028 xxx (linka), Web: www.palata.cz

ZPRAVODAJ č. 2

DUBEN roku 2018

Redaktorka:
Bc. Ludmila Burianová

Příspěvky poskytli :
Emilie Boorová
Bc. Markéta Černíková
Věra Hloušková
Veronika Horynová
Dana Kolaříková, DiS
Bc. Hana Lacinová
Bc. Martin Průcha

Fotografie:
Bc. Martin Průcha
Bc. Jakub Žďárský
Dana Kolaříková, DiS.

Vydává Palata - Domov pro zrakově postižené, jehož zřizovatelem je hl.m.Praha.

Velikonoční svátky

V letošním roce je Velikonoční neděle 1. dubna a 2. dubna je Velikonoční pondělí. Oba tyto dny byly uznány jako státní svátek.

Velikonoce jsou pohyblivý svátek, datum se rok od roku mění. Připadají na první neděli po prvním jarním úplňku po rovnodennosti, tedy na měsíc březen či duben.

Velikonoce jsou v dnešním podání především svátky jara, kdy se můžeme kreativně vyžít při zdobení vajíček, přípravě pochoutek a tvorbě dekorací.

Dříve bývaly Velikonoční svátky spojené s řadou obyčejů a pověr. Ty nejdůležitější spadaly do posledního týdne před Velikonočním pondělím, který se jmenuje pašijový. Každý den má své pojmenování a přesně dané zvyklosti.

Modré nebo žluté pondělí: v domácnostech začínal velký jarní úklid.
Šedivé úterý: i tento den se pilně smýčilo. Umývala se okna, musely se vymést pavučiny za všech koutů a uklízela se i zahrádka. Na velké vyvařování neměl nikdo ani pomyšlení, protože se stále držel půst.
Škaredá středa: připomíná škaredý skutek, kdy Jidáš zradil Ježíše Krista. Pekly se medové jidášky z kynutého těsta.
Zelený čtvrtek: tento den se připravovaly pokrmy z jarních bylin, aby bylo pojištěné zdraví na celý rok. Přidávaly se jarní byliny do polévky nebo se vařila špenátová polévka.
Velký pátek: býval dnem přísného půstu. Věřilo se, že tento den se dějí zázraky a otevírají poklady. Veškeré domácí práce byly zapovězeny, ráno se všichni chodili omýt do potoka nebo rybníka studenou vodou, aby po celý rok sloužilo zdraví.
Bílá sobota: vše se chystalo na Boží hod velikonoční. Bílilo se a uklízelo celé stavení. Pekly se beránci, mazance, pletly se pomlázky a barvila se vajíčka.
Velikonoční neděle: končil půst, pekly se pečeně – vepřové, skopové či kůzlečí. Pletly se pomlázky.
Velikonoční pondělí: byl čas pomlázky. Stejně jako dnes se chodilo na koledu a vyšlehat hlavně

mladá děvčata, aby byla svěží a neuschla. Považovalo se to za čest. Pokud by chasníci na nějaké stavení zapomněli, bylo to špatné znamení. Rozdávala se malovaná vajíčka i štamprle „něčeho ostřejšího“.

„TO BYLA NAŠE MÓDA“

„ V průběhu celého roku se nám nabízejí bohaté kulturní programy, ze kterých máme vždy radost. Tento měsíc jsme zde však měli mimořádnou akci a to módní přehlídku připravenou našimi pracovnicemi Hanou Lacinovou a Petrou Holíčkovou ku příležitosti Mezinárodního dne žen. Takovou novinku jsme si nemohli nechat ujít a samozřejmě se rádi zúčastnili. Přehlídka měla název „ To byla naše móda“, a protože jsme domov pro zrakově postižené, tak byla i erudovaně komentovaná. Moderátorka uvedla o každé modelce, jaký druh šatů má na sobě, jaké k nim má sladěné doplňky – botky, klobouček, rukavičky, kabelku i šperky. Vše popsala tak barvitě, že jsme si udělali o modelu poměrně přesnou představu. Jednotlivé detaily či kvalitu a druh látky jsme měli možnost si i osahat. Přestože i já vůbec nevidím, moje dojmy byly veskrze pozitivní a i dle reakce ostatních diváků soudím, že byli nadšení a kolikrát nechtěli modelku ani pustit, jak pečlivě vše zkoumali a prohlíželi! Myslím, že nejedna z nás se vrátila ve vzpomínkách do doby, kdy jsme byly mladé a podobné modely jsme nosily.

Půvabné modelky, rekrutované z řad přítelkyň a příbuzných organizátorek, s námi strávily odpoledne jako dobrovolnice a byly mezi nimi i tři

odvážné děti – děvčata, které se své role zhostily stejně zodpovědně a profesionálně jako dospělé modelky. Všechny zaslouženě měly veliký úspěch a sklidily od nás vděčný potlesk.
Dle odezvy obecenstva a komentářů ostatních jsme byli všichni z tohoto programu opravdu nadšení a těšíme se, že se snad povede podobně úspěšně zorganizovat slibovaná další přehlídka, tentokrát se zimními modely a kožešinami.“

Emilie Boorová

„Musím říct, že březnové pozvání na módní přehlídku bylo pro nás velkým překvapením a byly jsme hodně zvědavé, jak se něco takového zde vůbec povede uskutečnit. O to víc nás potěšilo, jak pěkně bylo vše zorganizované, slavnostní uzpůsobení prostoru velkého kulturního sálu i samotná režie přehlídky. Především se nám však líbily modelky a krásné modely, které předvedly. Ty nás některé přiměly až k slzám, když jsme si vzpomněly na dobu našeho mládí a na tenkrát módní kousky, které jsme tak rády nosily! Bohužel, jsme teď již z těchto šatů „vyrostly“ a dnes hledíme především na praktičnost a pohodlí. Přesto nám tato akce všem rozhodně zvedla náladu a budeme se těšit na nějakou podobnou příležitost, kdy zas rády zavzpomínáme na časy, kdy jsme byly mladé my i tato móda…“

Věra Hloušková

Nápadem uspořádat módní přehlídku jsme se s kolegyněmi zabývaly již nějakou dobu. Vzhledem k tomu, že v našem domově pracujeme s metodou práce dle profesora Böhma, máme zde denní místnosti a interiéry zabydleny dobovým nábytkem. Ovšem takové krásné a prostorné skříně nesmějí zůstat přeci prázdné! A tak jsme postupně

nashromáždili poměrně rozsáhlou sbírku stylových oděvů z různých období skoro celého 20. století. Bylo to možné jen díky darům například našich klientů, jejich rodin, často také díky našim kolegům i cizím dárcům, protože tato móda se již v obchodech neseženе, snad jen na sběratelských aukcích. Tyto šaty, saka, kabáty, blůzky, sukně, šátky, klobouky ba i kožichy již sice vyšly možná z módy, ale svým střihem, materiálem, nápadem a zpracováním jsou stále krásné a byla by věčná škoda je vyhodit! Často s nimi pracujeme při programech tzv. Dámského klubu i individuálně, interiér naší chodby na odd. B zdobí krejčovská figurína vždy v sezóně odpovídajícímu modelu. Ale přeci jen šaty vypadají nejlépe na ženě, že? Proto mezinárodní svátek žen se nabídl jako ideální důvod, proč našim klientkám a ostatně i sobě zorganizovat něco speciálního. Přestože samotná přehlídka byla v podstatě generálkou i premiérou, myslím, že se povedla, klienty potešila a v letošním studeném jaru pozvedla všechny na duchu.

Za organizátorky Hana Lacinová

2. Šálek čaje z Gruzie s příchutí cestování

od Markéty Černíkové – arteterapeutky Domova Palata

Pokusím se přiblížit Vám jak velkou neznámou je pro nás cestování v Gruzii. V poslední době se tato země stala novou atraktivní destinací pro turisty. Je to země krásná a zajímavá, ale o tom jsem již psala. Ale jak po ní cestovat?

Nabízí se několik možností. Na vlastní zkušenost jsem poznala cesty pouze soukromým autem, další možnosti jsou pouze odpozorované a odposlouchané. Ale všechny jsou rozmanité, velmi dobrodružné a z mého pohledu (Evropana) nebezpečné.

Tak tedy postupně.

Cestování letadlem: Do Gruzie z Evropy pochopitelně letadlem, nyní již přímou linkou z Praha – Tbilisi, let trvá 3 hod. 40 min a je na standardní úrovni. V případě vnitrostátní přepravy jsou letecké linky provozované stroji české výroby L-451, což je velkou útěchou. Do oblastí které jsou nedostupné létají vrtulníky, ovšem úskalí je v nestálém počasí, ochotě a způsobilosti pilota a neplatí zde jízdní řády.

Cestování vlakem: Železniční síť není příliš hustá

Maršrutka

a propojená. Například vlaky mezi největšími městy Tbilisi a Batumi jezdí jen 2x denně a cesta trvá 5 hodin. Jízdenky jsou poměrně dostupné a levné.

Cestování„maršrutkou“: Je to minibus přibližně pro 10 až 12 osob, který zajišťuje **meziměstskou** dopravu. Jezdí téměř všude, často a za lidovou cenu. Je možné si je zastavit odmávnutím kdekoli na cestě. Platí pouze jedno pravidlo “Kdo přijde dřív má zajištěné místo a obsah i množství zavazadel neomezený“. Pokud se lidé do maršrutky nevejdou, tak se nějak zmáčknou na sedadlech, nebo se prostě do uličky přidají židličky. Vznikají tak zajímavé situace, které jsou komické, nepohodlné a pro turisty „velké dobrodružství“.

Cestování městskou dopravou: Taxíkem se po městě jezdí velmi často a levně (litr benzínu stojí v přepočtu 17 Kč), ale přesto se vyplatí smlouvat. Další variantou je **sdílené taxi,** to čeká, až se taxi naplní a cena se rozdělí mezi pasažéry. Nevýhodou je, že můžete čekat velmi dlouho. Ve Tbilisi lze použít k přepravě **metro**, které má dvě linky, **městské**

Atrakce pro turisty nutnost pro venkovany

autobusy a lanovku, ale ta je spíše turistickou atrakcí.

Cestování na koních: Běžný způsob ve venkovských oblastech je jízda na koních to je ale převážně doménou mužů, kteří jezdí na koních snad i dříve než se naučí chodit a to i bez sedla. Pro turisty je to zajímavá zkušenost hlavně v oblastech Kavkazu.

Cestování stopem: To je pro odvážnější cestovatele. Místní vám ochotně zastaví, mnohdy vás dovezou dál než sami jedou a ještě dostanete něco dobrého k snědku, ale stav vozidel je mnohdy velmi žalostný a kvalita řidiče neodhadnutelná.

Cestování na kole: je bezesporu nejlevnější, ovšem nekomfortní a nebezpečné, protože zde nejsou žádné cyklostezky. Na silnicích se Gruzíni na cyklisty koukají jako na mimozemšťany. O to vnímavější jsou toulaví psi, kteří dokáží být velmi ostrými a chudáka cyklistu proženou v těch nejvyšších otáčkách.

Cestování autem: Auto je v Gruzii nejpoužívanější dopravní prostředek. Pochopitelně je nejlepší auto vlastní, kde je vám znám jeho technický stav, ale i přesto je nutné počítat s nečekaným úskalím.

Dopravní zácpa

Především kvalita silnic, které jsou vymleté s nespočetnými dírami. Silnice, která na mapě je značená jako poctivá okreska se v reálu může změnit v blátivou cestu a provoz na ní zastaví postávající či polehávající ovce nebo jiná zvířata (viz. vlastní fotky). Je to tak běžné, že místní se tím vůbec nevzrušují a klidně je objíždí.

Další úskalí je technický stav provozovaných vozidel. Na silnicích jezdí mimo běžných **nových aut** vše co má kola, je jedno, že s tím jezdil už pradědeček. V Gruzii zatím není žádná technická kontrola. Provoz na silnicích má značně „balkánský charakter“ a není výjimkou, že na dvouproudé silnici se míjí tři až čtyři vozidla. Dost často mají auta řízení vpravo. Pátrali jsme proč a výsledkem bylo, že jsou to ojetá japonská auta. Japonci je sem vozí po moři do přístavu v Batumi. Jinde by je prý neprodali a zde jsou zase oproti vozům s řízením vlevo dvakrát lacinější. Je také možné si **auto půjčit**, dokonce i s řidičem, ale veškerá rizika zůstávají, kvalita řidiče je sázkou do loterie. Individuálních řidičů jsou stovky, všichni vás chtějí svést a zároveň vydělat co nejvíce peněz.

I po této silnici se jezdí

Já s rodinou nejraději cestujeme vlastním autem do předem vytipovaných míst a dále **putujeme pěšky** s mapou a buzolou, je to nejbezpečnější a nejzajímavější. Cestou potkáme místní lidi, kteří si s námi rádi povídají o sobě o nás. Pokud řekneme, že pocházíme z Čech mají vždy velkou radost. Poté však nelze odmítnout pohoštění s jedením pohárem (stakan) vína, čači nebo vodky. Putování se tak může nečekaně změnit a prodloužit.

O krásných místech z našeho putování až příště…

Moc Vás všechny zdravím - Vaše Markéta

Na silnicích jezdí i tento vrak

Čekání na jaro

I když to venku nevypadá na jaro, klienti z úseku D již začali s přípravami na jaro a nadcházející velikonoce. Sázeli jsme osení do květináčů, které začíná už rašit. Jarně ozdobené věnečky už zdobí naše chodby. Nezapomněli jsme ani na pomlázky s pestrými mašličkami. Barvení vajíček a pečení beránka završí naše přípravy na tyto jarní svátky.

Samozřejmě nemohlo chybět tradiční vysévání osení a sázení květin.

Horynová Veronika
Kolaříková Dana, DiS

Oslava 103 let

Dne 1. 3. 2018 slavila paní Antonie Svobodová, významné narozeniny 103 let. Přípravy na toto jubileum probíhaly celé dopoledne. Po obědě se ke slavnostně vyzdobenému stolu na denní místnosti úseku D dostavili i ostatní klienti, rodinní příslušníci, zaměstnanci a i zastupitelé Městské části Úvaly, kde paní Svobodová celý život bydlela. Všichni přišli se srdečnou gratulací, krásnými květinami a dárky. U kávy a pohoštění si všichni příjemně popovídali, poslechli známé písničky i zatančili. Paní Svobodová byla s průběhem oslavy spokojená a my jí touto cestou přejeme hodně zdraví a osobní spokojenosti do dalších let.

Horynová Veronika, Kolaříková Dana,DiS

Pořad Jitky Molavcové „Písničková lékárna“

První jarní den 21. března jsme přivítali na Palatě českou herečku, zpěvačku, komičku, muzikantku hrající od roku 1970 až dodnes v divadle Semafor, kde je hlavní partnerkou Jiřímu Suchému, paní Jitku Molavcovou.
Její pořad Písničková lékárna má skutečně léčivé účinky, obzvláště pro dobrou náladu, která z projevu paní Jitky Molavcové přímo vyvěrá a snadno příjemně naladí všechny přítomné. Není to náhoda, že jsou písničky v jejím podání tak veselé. Paní Jitka je totiž nejenom zpívá, ale přímo je na jevišti svým podáním přetváří v příběhy, které vás

lehce vtáhnou do děje. Odtud je již jenom krůček k veselé a velice příjemné náladě.
Paní Jitka nejenom zpívala, ale i vyprávěla veselé příběhy ze svého života, o svých začátcích v Divadle Semafor, kde působí již bezmála 50 let a také ze své tvůrčí práce s dětmi. To byly ty nejveselejší příběhy.
Její působení v divadle Semafor je spojeno s tvůrčí dvojicí Suchý, Šlitr, která je také autorem většiny písniček jejího pořadu. Když zaznělo Honky tonky blues, celý sál se dal obrazně řečeno do pohybu. Na jinou strunu nám zase zahrál její Mackie Messer opět v české verzi od Jiřího Suchého. Mimo to ale zazněly také muzikálové melodie z jejího angažmá v Hudebním divadle v Karlíně, zejména známá Hello, Dolly!
Dříve vystupovala paní Jitka v tomto pořadu s Jiřím Suchým. Bohužel vzhledem k jeho pracovnímu vytížení v divadle již Jiří Suchý v pořadu nevystupuje. Po paní Jitce však poslal srdečné pozdravy všem klientům a zaměstnancům Palaty. Jitka Molavcová sama nám však předala to nejcenější – neutuchající optimismus, dobrou náladu a pohodu. Hluboce se ukláním a upřímně jí za to moc a moc děkuji.

Martin Průcha

Kulturní a společenský program na měsíc duben

3. dubna ve 14.00 hodin
Na kavárně k tanci a poslechu zahraje Petr Benda.
4. dubna v 8.30 hodin odjezd, příjezd do 10.30 hodin
Naše návštěva v MŠ Duha- dopoledne s dětmi při jejich aktivitách v rámci týdne tolerance-pořádá MŠ Duha-Praha 5.
4. dubna ve 14.00 hodin
Pořad Jarosl. Brendla-Jaroslav Vrchlický - Za trochu lásky...
5. dubna ve 14.30 hodin
Divadlo jednoho herce v podání paní Hoškové. Dnes pořad s názvem Já Johana z Rožmitálu – královna česká.
9. dubna v 15.00 hodin
Koncert Malé české muziky Jiřího Pospíšila.
10. dubna ve 14.00 hodin
Na kavárně k tanci a poslechu zahraje Honza Jareš.
12. dubna ve 13.45 hodin odjezd, příjezd do 16.00 hodin
Velikonoční koncert Hudby Hradní stráže ve vojenském kostele sv. Jana Nepomuckého. Účinkují: Žesťový oktet Hudby Hradní stráže a Dětský pěvecký sbor „Slavíčci“.
14. dubna v 10.00 hodin
Koncert - k tanci a poslechu zahraje Bránické duo.
16. dubna ve 14.00 hodin
Columbovi na stopě s Dalimilem Klapkou - vzpomínky pana Dalimila Klapky na slavné kolegy, které umí báječně napodobit, a šansony Hany Hegerové v podání zpěvačky Dany Chytilové za živého hudebního doprovodu Jana Šulisty. Povídat si s panem Dalimilem i s vámi bude paní Lída Razimová.
17. dubna ve 14.00 hodin
Na kavárně k tanci a poslechu zahraje skupina Pohodáři.
22. dubna od 9.00 hodin
Canisterapeutické zkoušky pejsků ve velké kulturní místnosti.

23. dubna ve 14.30 hodin
Další z cyklů pořadu Zůstaň tu s námi, muziko česká s programem KOUZLO OPERETY II., aneb slavní autoři operetky a jejich slavné melodie. Komponovaný pořad slova a hudby, připomínající slavné melodie hudby tzv. lehčího žánru, tj. operetky. Autoři, žijící a tvořící převážně v období I. republiky a meziválečného období, téměř zapadli v zapomnění, ale jejich melodie jsou, převážně starší generaci, známy dodnes. Patří k nim Jára Beneš, Josef Stelibský, Jaroslav Jankove, Rudolf Friml.
24. dubna ve 14.00 hodin
Na kavárně k tanci a poslechu zahraje pan Mácha.
25. dubna v 10.00 hodin
Šestý ročník akce „Když Palata tančí“. Vystoupí klienti Domova Palata, děti z MŠ Duha z Prahy 5, naši přátelé z Klubu důchodců z Telče, zpěváci z Pobytového rehabilitačního a rekvalifikačního střediska pro nevidomé Dědina a členové Centra tance. K tanci a poslechu nám zahraje od 13.30 hodin dechovka Dvořanka.
26. dubna ve 13.10 hodin odjezd, příjezd do 16.00 hodin
Odpolední návštěva výstavy Viděno rukama autorky Marie Leontovyčové ve Středočeském muzeu v Roztokách u Prahy.
29. dubna v 15.00 hodin
Folková skupina VRAK.