

Číslo 1/ 2025



Domov pro seniory Jindřichův Hradec
příspěvková organizace

Domov seniorů Jindřichův Hradec

Otín 103

Jindřichův Hradec



čtvrtletník

Otínské listy

2025

Společenská rubrika:

*Všechno nejlepší
k narozeninám*

*Všem klientům, kteří oslaví v prvním
čtvrtletí roku 2025*

svůj svátek či narozeniny


BLAHOPŘEJEME

.....


*Uctěme prosím v tichosti památku těch,
kteří nás navždy opustili*



Citáty a slova moudrých:



Po každé bolesti
zůstane jizva a
každá jizva vypráví
příběh. Příběh, který
vždy končí větou
Zvládla jsem to. ❤️



Když vidíš v někom něco
krásného, řekni mu to.
Zabere ti to vteřinu a jemu
to třeba utkví v hlavě celý
život.

Lidové pranostiky:

Březen - kompletní lidová pranostika



Pranostika na měsíc březen:

Březen - za kamna vlezem.
V březnu vítr břízy fouká.
Březnové slunce má krátké ruce.
Sníh v březnu škodí osení i vinné révě.
Březnového prachu za dukát lot.
V březnu prach - jistý hrách.
Březen bez vody - duben bez trávy.
Jak prší v březnu, tak také v červnu.
Hřmí-li v březnu, tak také v červnu.
Mokrý březen od rolníků nenáviděn.
Mnoho dešťů březnových - hubené léto.
Březnové mlhy - za 100 dní déšť.

Kolik březnových mlh, tolik lijavců v roce.
Lépe od hada býti uštknut, než v březnu od slunce ohřát.
Studený marec, mokrý máj - bude humno jako ráj.
Jestli březem kožich stáhl, duben rád by po něm sáhl.
Panská láska, ženská chuť a březnové počasí není stálé.
V březnu vítr, v dubnu déšť - pak jistě úrodný rok jest.
Adventní sníh dočká-li marcového, nebudeš jít, sedláčku, chleba rezného.
Březnový sníh zaorati jest, jako když pohnojí.
V březnu prach a v dubnu bláto - sedlákovi roste zlato.
Suchý březem, studený duben, mokrý máj - bude v stodole ráj.
Březem suchý, duben mokrý a květen větrný - pytle obilím a sudy vínem naplní.
Na déšť březnový následuje požehnání boží.
Kolik mlh v březnu k nebi stoupá, tolik bude ještě mrazů po velikonocích.
Mlha v březnu znamená za 100 dní bouřku.
Suchý březem, mokrý máj, bude humno jako ráj.

Lidová pranostika pro jednotlivé dny:






1. Závěj svaté Albíny zaplavuje doliny.
1. Svatá Eudoxie psa až po uši zavěje.
1. Eudoxie příznivá, ale blátivá.
3. Mrzne-li o Kunhutě, mrzne ještě čtyřicet dní
3. Skřivan si v březnu musí vrznout, i kdyby mněl zmrznout.
6. Na svatého Bedřicha slunko teplem zadýchá.
6. Svatá Felicita sníh z polí odmítá.
7. O svatém Tomáši sníh bředne na kaši.
7. Zima, kterou Tomáš nese, dlouho námi ještě třese.
9. Na svatého Františka déšť - neurodí se brambory.
10. Čtyřicet mučedníků - čtyřicet mrazíků.
10. Mrzne-li na den Čtyřiceti mučedníků, přijde ještě čtyřicet ranních mrazíků.
10. Podle čtyřiceti budeš Petra míti.
12. Na svatého Řehoře den s nocí v jedné míře.
12. Na svatého Řehoře čáp letí od moře, žába hubu otevře, líný sedlák, který neoře.
12. Na svatého Řehoře svačina se vyoře. (je delší den a tedy třeba svačit)
15. Na svatého Longina práce v poli začíná.

17. Mrzne-li na sv. Gertrudu, mrzne ještě celý měsíc
19. Nenajde-li led Matějova pila, najde Josefova širočina.
19. Josefova širočina ničí poslední ledy.
19. Svatý Josef přichází na led s pantokem.
19. Svatý Josef naštípe dříví a Panna Maria zatopí.
19. Svatý Josef sklání bradu, pluje zima dolů s vodou.
19. Svatý Josef s tváří milou končí zimu plnou.
19. Mráz po svatém Josefu neuškodí květu.
19. Je-li na svatého Josefa vítr, potrvá čtvrt roku.
19. Na svatého Josefa sníh - urodí se hojně bílého jetele.
19. Svatého Josefa vítr z Moravy - bude hodně trávy; a když z polské strany - bude zrní i slámy.
19. Pěkný den na svatého Josefa zvěstuje dobrý rok.
19. Na svatého Josefa když jest krásný čas, bude úrodný rok; prší-li neb padá sníh, bude mokro a neúroda.
19. Je-li na svatého Josefa hezky, urodí se málo obilí.
20. Na svatého Jáchyma skončila se už zima.
21. Za rovnodenní větry nelení.
21. Na svatého Benedikta má se ječmen a cibule síti.
22. Na Kazimíra pohoda - na brambory úroda.
25. Svatý Matěj přidá polínko, svatý Josef dvě a Panna Maria celou náruč.
25. Když noc na Matičku jasno, bude úroda, krásno.
25. Do matičky boží tráva neroste, i kdyby ji kleštěma tahal, po Panně Marii roste i kdyby ji palicí zatloukal.
25. Panna Maria sfoukne svíčku a svatý Michal ji rozsvítí.
25. Panny Marie zvěstování vlaštovičky zpět přihání.
25. Na den Zvěstování Panny Marie déšť, urodí se rež.
25. Svítí-li slunce na den Zvěstování Panny Marie, bude úrodný rok.
25. Matička boží kuželíček složí.
27. Jaké počasí bude na sv. Ruprechta, takové bude i v červenci.
30. O svatém Kvirinu už je teplo i ve stínu.
31. O svaté Balbíně je už po zimě.

Zdroj: <https://www.vestirna.com>

Státní svátky 2024:

Státní svátky a pracovní volno v roce 2025

Datum	Den	Svátek
1. 1.	Středa 	Den obnovy samostatného českého státu, Nový rok
18.4.	Pátek	Velký pátek
21.4.	Pondělí 	Velikonoční pondělí
1. 5.	Čtvrtek	Svátek práce
8. 5.	Čtvrtek 	Den vítězství
5.7.	Sobota	Den slovanských věrozvěstů Cyrila a Metoděje
6.7.	Neděle	Den upálení mistra Jana Husa
28. 9.	Neděle 	Den české státnosti
28.10.	Úterý 	Den vzniku samostatného československého státu
17.11.	Pondělí	Den boje za svobodu a demokracii
24.12.	Středa	Štědrý den
25.12.	Čtvrtek 	1. svátek vánoční (Slavnost Narození Páně)
26.12.	Pátek 	2. svátek vánoční (Svátek svatého Štěpána)

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

Tradice:

Proč se slaví masopust? Lidové zvyky, tradice a spousta inspirace

V posledních letech se tradice oslav masopustu opět vrací do českých domácností.

Tradiční masky a karneval už nevidáte pouze na vesnicích, ale i ve městech.

Co to masopust je, jak se slaví, odkud vlastně pochází?

Jak se stanovuje termín masopustu, jak se na něj připravit a co uvařit?

Vše o oslavách masopustu najdete v následujícím článku!

Co je to masopust?

Lidé si obvykle pojí masopust se slavností mezi Vánocemi a začátkem velikonočního půstu, protože trvá již od Tří králů a končí na Popelčíní středu. Těsně před ní, tedy na masopustní neděli, pondělí a úterý tato tradiční oslava vrcholí a zároveň se máme až do Velikonoc rozloučit s požíváním masa – z toho plyne název „maso pust“. Nelze se proto divit, že masopust je oslavou jídla, tance a veselí, kterého se má křesťansky smýšlející člověk vzdát na následujících 40 dnů.



zdroj: kudyznudy.cz

Toto období se často označuje také jako končiny, fašank, ostatky, voračky, šibřinky nebo karneval. Slovo karneval pochází ze starořímské, kde byla oslava příchodu jara spojena s oslavou nového období vegetace a plodnosti.

Oproti tomu fašank přišel z němčiny, kde doslova znamená výčep nápojů před půstem. Lidová názvosloví pro masopust se liší podle toho, kde se oslavuje, a většina krajů, měst či vesnic přistupuje ke svému masopustu po svém.

Proč se slaví masopust?

Masopustní oslavy pochází z tradic římského náboženství. Už ve starověku se začátek nového roku začal řídit podle vegetačního cyklu přírody a shodoval se s březnovým příchodem jara, jenž si lidé asociovali s božstvy plodnosti.

Jedním z takových bohů byl patron vinné révy a hodování Bakchus. Právě podle něj jsou zmiňované oslavy známé jako římské bakchanálie. Podobně probíhaly i saturnálie, které oslavovaly boha zemědělství a sklizně Saturna.

Společné bujaré veselí s příchodem nového vegetačního roku se zapsalo jako oslavy předjaří do civilního řádu a později se proměnilo v masopustní zábavu.

Masopustní průvod s maskami a jiné zvyky mají svůj původ v předkřesťanských slovanských obřadech a oslavách konce zimy. Proto se dnes již tradiční zvyky podobají ruskému svátku, který se nazývá maslenica.

V Čechách a na Moravě mají masopustní reje tradici už od 13. století, což víme díky doloženým písemným záznamům. Různí mravokárci pokoušeli tuto lidovou zábavu potlačovat, což se jim ale nikdy nepodařilo. Účastnili se jí totiž všichni lidé, od nejchudších až po panovníky.

Před začátkem 1. světové války se v Čechách, na Moravě i ve Slezsku konaly různé masopustní obchůzky s maškarami, což pokračovalo i následujících

mnoho let. V některých lokalitách však později tato tradice úplně zanikla a lidé se k ní vrací teprve nyní.



zdroj: atlasceska.cz

Kdy začíná masopust?

Masopust je obdobně jako Velikonoce pohyblivým svátkem. Pro výpočet, kdy bude masopust si musíme stanovit, kdy vyjdou Velikonoce a posléze určit i termín Popeleční středy.

Velikonoce připadají na první neděli po prvním jarním úplňku, který nastane po dni rovnodennosti, tedy po 21. březnu. Bude-li však úplňek v neděli, Velikonoce se slaví až další neděli. Popeleční středa je 46 dnů před Velikonoční nedělí.

Zvyky a tradice na masopust

Masopust představuje už od pradávna období hodování a veselí mezi dvěma postními dobami. Lidé v této době jedli a pili, co jim hrdlo ráčilo, proto byl masopust vždy spojený s různými oslavami, zabijačkami, tanečními zábavami či svatbami.

Po masopustu totiž následoval 40 dnů dlouhý půst před Velikonocemi, při kterém se lidé zříkali jídla a dalších věcí, které pro ně byly postradatelné a zbytečné.

Tučný čtvrtek

Přípravy na masopustní oslavy začínají tradičně už ve čtvrtek před masopustní nedělí. V tento den se má nachystat vše, co bude následující dny potřeba, jako třeba zabijačka.

Jelikož podle pověr měli lidé v tento den nejvíce jíst a pít, aby byly po následující rok plní síly, říká se mu právě tučný čtvrtek.

Masopustní neděle

Masopustní neděle byla počátkem hlavních oslav, a tak se nesla ve znamení zábavy, hodování, tance a celkového veselí. Někdy se jí tedy přezdívalo i neděle taneční.

Oblíbené v tomto období byly i tzv. jalové hody, které si pořádaly ženy. Zaplatily si muzikanty i prostory hospody, aby zde uspořádaly zábavu samy pro sebe.

Masopustní pondělí

I na masopustní pondělí se tancovalo, ale na rozdíl od neděle, v pondělí mezi oblíbené zvyky patřily zase mužovské bály.

Ty byly určeny pouze pro ženaté a vdané, takže svobodní lidé neměli přístup. Na těchto bálech se při tanci vyskakovalo co nejvýše, jelikož lidé věřili, že, jak vysoko selka vyskočí, tak vysoké bude v následujícím roce obilí.

Masopustní úterý

Vrcholem oslav, hodování a veselí je masopustní úterý. V tento den se vsí nebo městem vydal tradiční průvod maškár, při kterém lidé v maskách obcházelí stavení a nesměli vynechat ani jeden dům. U každého stavení se průvod zastavil, zazpívalo se, hrálo a tancovalo. Majitelé stavení maškary též pohostili.

Loučení s masopustem je v některých oblastech znázorňován také průvodem s márami. Na nich je masopust uložen v podobě figuríny, živé postavy nebo třeba jako basa. K tomuto obřadu se konal i soud, při kterém byl masopust před celou vesnicí odsouzen a veřejně popraven.

Masopustní zábavy většinou končily úderem půlnoci, kdy ponocný zatroubil na roh a rychtář vyzval veselící se dav, aby se v klidu rozešel domů, protože zrovna nastala Popelčíní středa. Lidé věřili, že pokud by s oslavami nepřestali ani po půlnoci, zjeví se mezi nimi ďábel, nejčastěji cizinec v zeleném kabátu.

V některých lokalitách se masopust o půlnoci ukončil pochováním basy, což značilo to, že během postního období si hudebníci na své nástroje nezahrají a ukončí se tak veselice. Druhý den ráno se ještě k snídani dojíдалy mastné rohlíky s mlékem nebo kávou, oběd byl však přísně postní.

Popeleční středa



Po masopustním veselí si lidé chodili do kostela pro popelec. Popelec je označení pro kříž, který kněz maloval na čela věřícím posvěceným popelem.

O Popeleční středě také začíná 40denní postní období, které zakončuje veškeré veselí a hodování. V několika málo lokalitách lidé dodržovali tzv. „pytlový čtvrtek“, při kterém dojídali poslední zbytky hodů z předešlých dnů.



zdroj: prozeny.blesk.cz

Zdroj: <https://www.denik.cz/tradice-czk/vanocce>



JAK SLAVIT
VELIKONOCE PODLE
STARÝCH TRADIC A
ZVYKŮ

VŠE OD KVĚTNOVÉ
NEDĚLE PO
VELIKONOČNÍ
PONDĚLÍ

Velikonoce jsou podobně jako Vánoce rodinné svátky. Zatímco mužská část se asi věnuje pletení pomlázek (nebo aspoň zdobení těch koupených) a těší se na pondělní koledu, ženská část patrně chystá kraslice a peče velikonočního beránka. Pojdme si připomenout některé staré lidové tradice a zvyky, které naši předkové dodržovali a které můžeme i my dnes.



Velikonoce jsou nejdůležitější a nejstarší křesťanský svátek, který oslavuje zmrtvýchvstání Ježíše Krista. Původně poukázovaly na to, že život je silnější než smrt.

Moderní doba Velikonoce bere především jako oslavu probouzejícího se jara a doplnila je o staré lidové zvyky i komerční pojetí. A i když máme ve zvyku si stěžovat na nedostatek času, neměli bychom vzácný sváteční čas promarnit nějakou neodkladnou povinností. Práce nám neuteče, ale Velikonoce strávené s rodinou nebo přáteli ano. A slavit můžeme začít už na Květnou neděli, kterou začíná Pašijový nebo taky Svatý týden, kterému se lidově taky říká barevný.



Květná neděle: oblékneme si nové šaty

Ke Květné neděli se váže spousta pěkných tradic, pověr a obyčejů, nejznámější je svěcení kočíček v kostele, aby nás celý rok ochraňovaly před nemocemi a zlými silami.

O Květné neděli nesmíme péct žádné dobroty z mouky, protože bychom zapekli květy a pak by nebyla žádná úroda. Co naopak musíme udělat? Obléknout si nové šaty, abychom rozkvetli jako příroda na jaře – čím pestřejší a barevnější oblečení, tím lépe!

Někde bylo zvykem vymést dům zelenými vrbovými větvičkami, které z domu vyhnaly všechny neřesti a nemravnosti, tak to taky můžeme zkusit.

Modré pondělí: začíná jarní úklid

Modré pondělí (někde se mu říká Žluté) bývalo pro křesťany volným dnem, kdy se nemělo pracovat. Doma ale hospodyně a hospodáři dávali do pořádku celé stavení, uklízeli, přebírali potřebné i nepotřebné věci, opravovali je nebo vyhazovali.

Šedivé úterý: vymetáme pavučiny

Šedivé úterý je další den vyhrazený důkladnému úklidu domácnosti. A v úterý se speciálně musí ze všech koutů vymést pavučiny, abychom tak symbolicky vyhnali veškeré zlo nejen z domu či bytu, ale i ze svého života.

Škaredá středa: nesmíme se mračit

Škaredá středa připomíná Jidášovu zradu, tedy škaredý skutek. Říká se jí také Sazometná či Smetná nebo Černá, protože právě ve středu před Velikonocemi se po zimě vymetaly saze z komína. Doma bychom si měli dokončit jarní úklid, abychom měli domácnost jako klíčku.

A hlavně bychom po celý den měli mít úsměv na rtech a dobrou náladu (i když to někdy není snadné splnit) a v žádném případě se nemračit! Podle jedné z lidových pověr nám by totiž zakaboněná tvář zůstala celý rok, minimálně bychom se škaredili každou středu v roce. A to přece nechceme!

Zelený čtvrtek: nehádáme se a jíme kopřivy

Na Zelený čtvrtek odlétají zvony do Říma. Až do sobotního večera, kdy se zvony zase vracejí, nahrazují je řehtačky a klapačky. A to je pěkný kravál a zábava pro děti. V poledne a večer (někde i v poledne) děti dříve procházely vesnici s těmito hluk vydávajícími nástroji a zpívaly: „My Jidáše honíme a dřevem mu zvoníme. Kdo ho viděl, ať nám poví o nevěrném Jidášovi. Ó Jidáši nevěrný, cos to učinil, že jsi Pána Krista židům prozradil? Za to musíš v pekle hořít, s čertem, ďáblem se tam mořit. Až Jidáše chytíme, do ohně ho hodíme!“ A když s obchůzkou skončily, zvolaly: „Cruciferum ďáblum“ na znamení, že se už Jidáš smaží v pekle.



- Zelený čtvrtek je dnem odpouštění, klidu a míru. Určitě bychom se měli ovládat a s nikým se nehádat, také si nesmíme nic (hlavně hotovost) půjčovat – za odměnu se nám budou obloukem vyhýbat spory a sváry a i peníze si k nám najdou cestu, tedy když se o to aspoň trochu sami přičiníme.
- Podle tradice, když zazní naposledy kostelní zvony, měli bychom zacinkat v kapse penězi, protože pak se nás budou držet celý rok!

- Neměli bychom zapomenout ráno na jidášky, protože podle pověry, kdo na Zelený čtvrtek sní jidášky potřeného medem, bude celý rok v zdravý, v pohodě a fit.
- Další podmínkou pevného zdraví jsou čerstvé zelené pokrmy, jako jsou špenát, kopřivy, hrášek, hrách atd.
- Kdo má zahradu nebo truhlík na balkoně, měl by zasít hrách, ředkvičky a další zeleninu, protože vše, co se v tento den vyseje, dobře prospívá.
- A když před východem slunce zatřese ovocnými stromy, budeme mít bohatou úrodu.



Velký pátek: magický den hledání a nalézání

Na Velký pátek si křesťané připomínají ukřižování Ježíše Krista. Tenhle den má v sobě mnoho tajuplného a magického. Nesmíme se ani dotknout masa, prát prádlo a jakkoli hýbat s půdou, tedy se musíme zřeknout jakéhokoli zahradničení.

A co naopak dělat máme: brzy ráno, ještě před rozbřeskem, ve svém vlastním zájmu vyběhneme k nejbližšímu potoku nebo řece (musí to být voda tekoucí, tak snad bude stačit i z vodovodu) a omýt se, protože jen tak máme šanci, že

zůstaneme celý rok zdraví. A voda z pramenů se prý ráno mění na víno, což možná stojí za vyzkoušení...

Na Velký pátek se také na několik hodin otvírají poklady ve skalách a sklepeních. Pokud bychom se ale nechali zlatem a drahým kamením natolik okouzlit, že zapomeneme na čas, tak se skála zavře a my tam na rok zůstaneme zavřeni. Tak pozor!

Jedna z jiných pověr tvrdí, že na Velký pátek najdeme něco nám vzácného, co jsme v minulém roce ztratili nebo založili.



Bílá sobota: poslední den půstu

Poslední den dlouhotrvajícího půstu a střidmosti. Bílá je barva roucha, ve kterém se lidé pohřbívali. Na Bílou sobotu se kdysi bílilo a uklízelo, aby byla chalupa jako klíčka. Připravovaly se sváteční pokrmy, pekly se mazance a beránci, pletly se pomlázky a zdobily kraslice, což se dělá i dnes.

Děvčata, která trápí pihy a nečistá pleť, by si měla omýt obličej svěží ranní rosou, prý to pomáhá. A potom honem ještě před východem slunce vymést novým koštětem všechny místnosti, aby se v nich nadržel hmyz, myši a další havěť.

Neděle – Boží hod velikonoční: vesele hodujeme

V noci ze soboty na neděli vstal Ježíš z mrtvých, přichází Boží hod velikonoční, nastává čas radosti, pohody a hodování. Na Boží hod se v kostele světily tradiční velikonoční pokrmy (mazance, vajíčka, chléb, beránci, víno). A kdo v neděli ochutná posvěceného velikonočního beránka, najde podle pověry ztracenou cestu, což si můžeme vykládat, jak chceme. Neděle je ve znamení hostin v kruhu rodiny a přátel, chodí se po návštěvách, hoduje se a všichni jsou veselí.



Velikonoční pondělí: omlazující pomlázka

Velikonoční nebo také Červené pondělí je dnem koledování. Velikonoce končí starým pohanským zvykem šlehání pomlázkou, který přežil do současnosti. Žena nebo dívka má být jemně!!! pošlehána čerstvými, neloupanými, ještě neolistěnými proutky vrby. Vdaným ženám má zajistit plodnost a energii, svodným děvčatům svěžest, krásu a zdraví. Ženy a dívky se za omlazující pošlehání pomlázkou odměňují kraslicemi. Součástí koledování může být polévání vodou, někde mládenci polévají ženy, jinde ženy muže.



Odpoledne Velikonočního pondělí patřilo dětem. Za vsí bývalo živo, neboť se tam hrály různé hry o vykoledovaná vajíčka. Chlapci například ťukali vejcem o vejce, a komu dříve prasklo, ten prohrál a musel dát všechna svá vykoledovaná vajíčka vítězi. Jinde se koulelo vajíčky po nakloněné ploše a vyhrával ten, komu se vajíčko dokoulelo nejdál.

Pondělní večer pak patřil mládeži trochu odrostlejší, která dováděla v hospodě při muzice.

Zdroje: Česká lidová a církevní rok (Alena Vondrušková), Lidové obyčeje a nápady pro šikovné ruce Jaro (Martin Bestajovský), Knižka plná nápadů (Světlana Kubištová-Pražáková). Tradinář (Monika Kindlová, Martina Boledovičová)

Tradiční velikonoční pečení

Tradiční velikonoční aktivity, které jsou mezi lidmi velice populární i v dnešní době, samozřejmě zahrnují pečení velikonočních beránků, jidášů a mazanců. Zatímco někdo preferuje původní recepty, jiný dává přednost moderním variacím těchto sladkostí, jako je například tvarohový mazanec, citronový velikonoční beránek či beránek s kokosem. Důležité je však vědět, že každý druh sladkého pečiva se připravuje z jiného důvodu a má jinou symboliku.

Jidáše

Jidáše se od pradávna pekly hlavně na Škaredou středu (aby si je lidé mohli vychutnat už další den brzy ráno) nebo na Zelený čtvrtek. Měly by mít tvar zamotaného válečku, čímž podle křesťanského výkladu připomínají provaz, na němž se oběsil Jidáš Iškariotský, který zradil Ježíše Krista. Mohou být ovšem i symbolem pokřiveného charakteru muže, podle kterého je toto pečivo dnes pojmenované.

Lidové vysvětlení, proč tuto sladkou pochoutku hospodyňky na Velikonoce vždy pekly, je o něco praktičtější. Údajně se jednalo o skvělý způsob, jak spotřebovat zbytky těsta, které by jinak nevyužily. Dětem tak pro potěšení připravovaly nejen pečivo ve tvaru provazu, ale i malé figurky a zvířátka. Pokud jde o tradiční těsto, ze kterého se jidáše pečou, hlavními surovinami vždy bývaly bílá mouka a med.

Mazanec

Další oblíbenou velikonoční pochoutkou jsou mazance, které mají být symbolem slunce. Dnes se toto pečivo většinou zadělává na Bílou sobotu, připravuje se ze stejného těsta jako vánočka a lidé si ho dopřávají na Boží hod velikonoční. V minulosti však mazanec zdaleka neměl stejnou chuť jako dnes. Původně totiž vůbec nebyl sladký.



Dříve se mazance připravovaly ze strouhaného sýru a velkého množství vajec, protože žádoucí bylo, aby byly krásně žluté. Zatímco někde pak mazancům říkali „koláč syrnej k veliké noci“, jinde se pro nesladkou variantu ujala označení, jako je baba, babůvka, plecovník, svěceník nebo šoldr.

Pokud jde o sladké mazance, dnes se sice pečou z vánočkového těsta, ale každý je připravuje trochu jiným způsobem, dle vlastní chuti. Někdo přidává rozinky, jiný mandle nebo kandované ovoce a pro některé je pravým mazancem jediné ten, který neobsahuje žádné nadbytečné suroviny. Důležité však je, že si mazanec udržoval svůj kulatý tvar a znak kříže uprostřed.

Velikonoční beránek

Jedním z nejoblíbenějších pokrmů velikonočního období je samozřejmě beránek, který se stal symbolem Ježíše Krista, ale pro mnohé představuje také nový život nebo mláďata, která se na jaře rodí. Kde se však tento zvyk vzal? V židovské tradici představoval beránek jednotlivé členy izraelského lidu, kteří byli součástí Božího stáda. Židé pak beránky obětovali a pojídali při pesachovém svátku, čímž si připomínali vysvobození Izraelitů z egyptského otroctví.

Dříve se tedy v období Velikonoc hojně konzumovalo skopové maso. Když ovšem nastaly chudší časy a lidé měli hlouběji do kapsy, masitý pokrm byl postupně nahrazen sladkým pečivem ve tvaru beránka. Dnes se tento moučník připravuje hlavně z bábovkového těsta, přičemž klasická forma na pečení velikonočního beránka se obvykle v rodině dědí z generace na generaci.

Kromě tradičních beránků ale lidé často dávají přednost i modernějším variantám, jako je tvarohový beránek, kokosový beránek, citronový beránek nebo třeba velikonoční beránek s čokoládou. Věřící si nechávají toto chutné pečivo obvykle posvětit při mši na Boží hod velikonoční, slouží ovšem i jako skvělá velikonoční dekorace. Na krk se přitom beránkům váže barevná stuha nebo třeba rolnička.



Barvení kraslic

Již od nepaměti byla vejce považována za symbol zrození, plodnosti, úrody a nového života. Zdobení skořápek se údajně provádělo již v pravěku, vejce se také dříve vkládala do hrobů zemřelých a ve starověkém Egyptě či Persii se pak během svátků jara barvila vajíčka načerveno. Tento zvyk později přejaly i další národy, a proto dnes mezi nejoblíbenější velikonoční tradice patří právě malování kraslic.

K barvení lidé používají vajíčka vařená, ale i vyfukovaná, přičemž existuje celá řada různých výtvarných technik a způsobů zdobení. Dříve se také věřilo v kouzelnou moc vajec, a proto se pomalovávala magickými ornamenty a symboly. Název kraslice, který údajně vychází ze staroslovanského výrazu krasnyj či krasniti, se u nás ovšem začal používat až koncem 19. století.

Vzhled vajíček často vychází z různých regionálních či místních zvyklostí a svůj význam často hrají i používané barvy a odstíny. Mezi oblíbené dekorace patří hlavně květinové, zvířecí nebo abstraktní motivy, k jejichž tvorbě se v minulosti používal například vosk nebo sláma, ale vejce se také často vyškrabávala nebo drátovala.

Dnes lidé rádi barví vajíčka na křiklavé odstíny modré, žluté, červené a zelené, polepují je různými obtisky či samolepkami a děti na ně kreslí různé obrázky. Někteří preferují barvení vajec přírodními metodami, například pomocí cibulových slupek.

Tradiční metody zdobení kraslic však stále přetrvávají a kromě toho je dnes oblíbené také leptání, batikování, prořezávání nebo třeba vrtání.

Chlapcům se při koledování sice rozdávají vajíčka plná, na ozdobu svých domácností ovšem lidé používají hlavně ta vyfukovaná. Ta se ujala především z toho důvodu, že je obvykle nutné v rámci příprav na Velikonoce nachystat velké množství velikonočních dekorací, a kdyby se k malování používala vajíčka plná, tak by se v průběhu roku zkazila.

Pletení pomlázek a koledování

Mezi oblíbené velikonoční zvyky, které se na našem území praktikují již velice dlouho, patří pletení pomlázek, s nimiž chlapci na Velikonoční pondělí chodí na koledu a šlehají děvčata. Pomlázka by měla být ručně vyrobená z vrbového proutí, přičemž k výrobě těch nejjednodušších se obvykle používá 6 až 12 větviček, ale ty složitější mohou obsahovat klidně i 24 proutků.

Způsob splétání pomlázek se ves od vsi může lišit. Někdo plete od tlustších konců ke slabším, jiný obráceně. Spousta lidí preferuje způsob, kdy se pomlázky splétají podobně jako ukončování okraje košíků. Někteří pak pomlázky ozdobně oplétají, což jim dodává na objemu, a jiní po dokončení pomlázky přidávají ještě držadlo, které je tvořené z dodatečného proutku.



Na Velikonoční pondělí (od rozednění do pravého poledne) pak chlapci tradičně vyrážejí na koledu, obcházejí jednotlivá stavení a šlehají děvčata, aby byla zdravá, pilná a veselá po celý příští rok. Pomocí pomlázek jim přitom předávají mladost a svěžest vrbových proutků, přičemž někde se dokonce říká, že dívky pak zkrásní. S touto tradicí údajně souvisí i název pomlázka, který je odvozený od slova omlazení.

Při šlehání chlapci většinou odříkávají různé koledy a často platí, že mohou šlehat pouze po dobu zpívání. Někde se pak dodržuje také zvyk, že chtějí-li muži koledovat v jedné domácnosti znovu, musí přijít s jinou říkankou. Dívky chlapcům na oplátku za vyšlehání věší na pomlázky barevné stuhy, obdarovávají je malovanými vajíčky nebo jinými dobrotami a často jim také nalévají kořalku.

V minulosti chlapci šlehali dívky především na znamení náklonosti, a ženy toto omlazení často považovaly za čest. Pomocí navázaných pentlí pak chlapcům odpovídaly, přičemž červená stuha samozřejmě znamenala, že má dívka daného koledníka ráda. Modrá barva byla symbolem naděje a zelená se uvažovalo na znamení, že chlapec patří mezi oblíbence. Žlutá naopak svědčila o dívčině nezájmu.

Svůj význam samozřejmě v minulosti měla i barva kraslic, které dívky po vyšlehání chlapcům rozdávaly. Červené vajíčko si šetřily pro ty, na které tajně myslely, přičemž vejce darované z lásky muselo být samozřejmě plné. Prázdné malované kraslice, kterým lidé říkají také výdumky či vejďumky, jsou spíše modernější záležitostí a slouží hlavně jako dekorace.

Polévání vodou

V některých oblastech muži kromě šlehání ještě polévají dívky a ženy studenou vodou, což mládenci berou jakou součást jarního osvěžování žen. Tento zvyk přitom dokládají již záznamy ze 14. století, které vysvětlují, že ospalce a lenivce lidé časně zrána házeli do vody, aby se pořádně probrali. Kromě vody ale dnes muži na některých místech používají také levné, ne příliš lichotivě vonící parfémy.

Zatímco někde polévají chlapci dívky, jinde je tato tradice obranou žen, které naopak v úterý na oplátku polévají vodou chlapce. Aby toho nebylo málo, vodou se dříve polévala také hospodářská zvířata, jelikož lidé věřili, že jim to dodá sílu a podle pověr je voda omladí.

Vysévání obilí

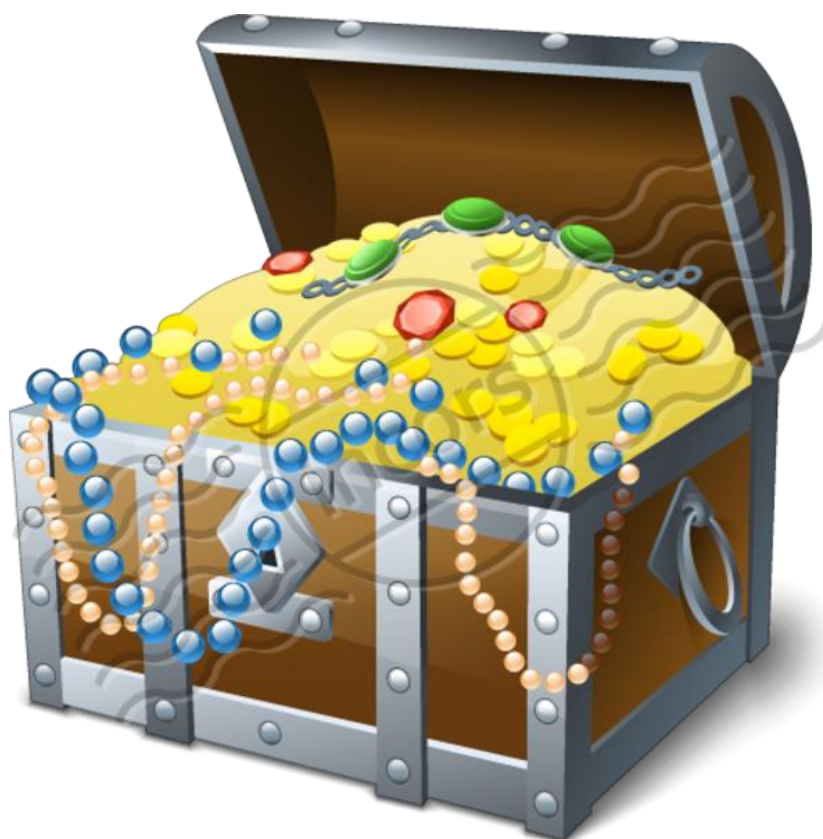
Protože Velikonoce nejsou spojené pouze s náboženskými tradicemi, ale zároveň představují také svátek jara a nového života, odedávna se s tímto obdobím pojily také zemědělské práce a hlavně vysévání obilí. V současnosti si lidé tuto tradici připomínají v rámci zdobení svých obydlí, a to především vyséváním trávy či obilí do květináčů nebo misek s hlínou. Jakmile před velikonočními svátky vyklíčí, zdobí se pak kraslicemi, zajíčky nebo třeba velikonočními pentlemi.



Hledání pokladů

Kromě toho, že Velký pátek představuje den velkého půstu, kdy si křesťané připomínají ukřižování spasitele Ježíše Krista, podle lidových obyčejů se jedná také o den magie a nadpřirozených sil. Staré pověsti tvrdí, že se otevírají hory a země ukazuje své skryté cennosti. Právě z toho důvodu vznikl zvyk velikonočního hledání pokladů, který se na některých místech traduje dodnes.

Říká se, že lidé, kteří něco ztratili, to na Velký pátek zaručeně najdou. A to není všechno, údajně se svou ztracenou věcí objeví i něco navíc. Poklad by pak měl mít podobu něčeho drahého, co slouží k potěše ducha i mysli, ale může se klidně jednat i o nějakou drobnost, která bude člověku milá nebo mu udělá radost.



... fauna: ...

Jak vypadá jaro v české přírodě

Návrat čápů

Na svatého Řehoře (12. března), čáp letí přes moře. Jako první přilétají z Afriky samci. Vracejí se na hnízdo, které zdědili po předchozí generaci čápů, a klapáním zobáku oznamují, že hledají družku. Někdy se k nim připojí jejich loňská partnerka, jindy si vyberou úplně cizí čápici. Pokud má o samcovo hnízdo zájem více samic, svedou čápice o čápa (nebo spíše o jeho "byt") nelítostnou bitvu.

Zimní spáči

S jarem se probouzejí zimní spáči. Na podzim se vykrmili, vytvořili si silnou vrstvu podkožního tuku a upadli do stavu, který má na první pohled blíže k smrti než k životu. Ježek sníží svou tělní teplotu z obvyklých 32 na pouhé 4 °C. Místo 80 vdechů za minutu vystačí zimní spáč jen s jediným nenápadným vzdechem. Budí se, až když se mu tělo prohřeje na 20 °C. Procitání ze zimního spánku zabere ježkovi asi 3 hodiny.

Ptačí zpěv Ptáci si mohou na jaře strhat hrdélka. Sameček dává zpěvem najevo své kvality. Čím složitější nápěv zvládne, tím je v lepší kondici a tím výkonnější má i mozek. Večerní zpěv kosa je tedy jeho neklamnou vizitkou: "Jsem nejsilnější a budu zdatným otcem. Jsem chytrý, a proto pro nás najdu to nejlepší místo na hnízdo a ochráním ho přede všemi nebezpečími." Ptačí samičky rozeznají jemné nuance ve zpěvu samečků během několika minut a neomylně si vyberou toho nejlepšího. Vědci vybavení magnetofony a výkonnými počítači potřebují ke stejnému verdiktu několik hodin. Zpěv slouží

i jako výstraha všem samcům, kteří by se chtěli ptačímu zpěvákovi vetřít do revíru.

Netopýr

V jeskyních procitají ze zimního spánku netopýři. Samičky se spářily už na podzim a celou zimu uchovávaly ve svém těle spermie. Teprve na jaře spermie oplodní vajíčko a v těle netopýřice se začne vyvíjet mládě.

Kačeři často zůstávají v emigraci

Do teplejších oblastí Evropy přilétají už na podzim divoké kachny z chladného severu. Kačerům naroste pestré peří tzv. svatební šat a začnou se na zimovišti dvořit samicím. Uzavřená partnerství vydrží celou zimu. Dlouho je to jen platonická láska. K páření dochází až na jaře. Kachna má svého partnera omotaného kolem prstu. Severské kachny si s sebou při jarním tahu odvádějí domů jižanské kačery. Naopak, ne jeden severský kačer zůstane v jihoevropské emigraci, protože si našel družku, která je tu doma. Kolaudace hnízda Samec volavky kvakoše láká samičku ke kolaudaci základů budoucího hnízda. Teprve se svolením samičky může v budování pokračovat. Strakapoud si nechává schválit hotovou "novostavbu". Samec buší do rezonující suché větve tempem deset ran za sekundu, aby nalákal samičku k prohlídce dutiny vytesané do kmene stromu. Když se mu to povede, ubere na tempu úderů a čeká, jestli se samičce hnízdo líbí, nebo ne.

Ryby

Ryby strávily zimu v klidu při dně říčních tůní nebo rybníků. Žily ze zásob, které si vytvořily přes léto. Úzkostlivě přitom šetří energií. Jakýkoli neklid ryby oslabuje. Vyčerpané ryby nemusí zimu přežít nebo jsou s nástupem jara náchylnější k chorobám.

Jezevec

Na rozdíl od ježka nebo sviště nespí jezevec hlubokým spánkem. Celou zimu podřimuje, ale pokud je vyrušen, snadno se probudí. Samice jezevce se spářila už v létě, ale během zimy se vývoj plodu zastaví, takže se malí jezevci rodí až na jaře.

Krtek nespí

Krtek během zimy nespal. Prozradil se čas od času čerstvou krtinou, kterou vyhrnul na zasněžené louce. Nouzí netrpěl. Už na podzim si vytvořil zásoby z žížal, které ochromil kousnutím do nervové uzliny. Žížaly zůstaly živé, ale nemohly se hýbat. Taková zásoba čerstvého masa neuteče ani se nekazí. Na jaře přejde krtek z konzervované potravy na potravu čerstvou.

Teplo pod sněhem

Hraboš strávil zimu pod sněhem. Na podzim se vykrmil, a tak vystačil s málem. Za potravou se vydával z nory systémem chodeb. Ve sněhové chodbičce bývá až o 10 °C tepleji než venku a sněžný labyrint skrývá hraboše i před bystrým zrakem kání. Dravci vysedávali celé dny na stromech kolem polí a toužebně vyhlíželi, jestli se některý z hrabošů neprozradí neopatrným pohybem. S jarem sníh roztál a káním skončilo období půstu.

Hadi

Hadi by měli podle lidového rčení vylézat až na svatého Jiří, tedy v dubnu. Přes zimu teplota jejich těla poklesla na pouhé 4 °C. Na jaře musí zmije nebo užovka uvést tělo opět do provozní teploty. Pro zimou ztuhlého hada ohrožovaného dravými ptáky a šelmami je to otázka života a smrti. Americké užovky si vyvinuly zajímavou ohřívací taktiku. Někteří samci napodobují tvarem těla, barvou nebo pachem samici. V tlačenci roztoužených samců se ohřejí a pak dají oklamaným nápadníkům vale.

Hmyz

S jarem se vyrojí miliardy a miliardy hmyzu. Některý hmyz přečkává zimu. Třeba i zmrzne, přesto se má na jaře čile k světu. Jiný hmyz nakladl na podzim vajíčka a zimu nepřežil. Na jaře pak vzejde z přezimujících vajíček nové pokolení.

Zmrzlé žáby

Žába v zimě zmrzne. Před zimou si vytvořila látky, které podobně jako fridex zabraňují náhlému zmrznutí. Srdce jí v tuhoucím těle bije do poslední chvíle, až se zastaví. Zahřabaná v listí vydrží zmrzlá žába teploty kolem -80 °C. Na jaře se rychle probudí k životu. Nejprve jí rozmrzne srdce, které začne ihned tepat.

Za 24 hodin už je čilá a kouká, s kým by se spářila.

Sojka

Sojka si schovala na zimu zásoby žaludů a dalších pochoutek. Pamatuje si tisíce skrýší, a dokonce i jejich obsah. Přednostně pak vyhledává zásoby, které rychleji podléhají zkáze. Na všechny žaludy si však nevzpomene. Na jaře z nich pak vyklíčí malé doušky. Díky sojkám se žaludy dostanou do míst, kam by se jinak nedostali.

Autor: JAROSLAV PETR

Zdroj: https://www.idnes.cz/onadnes/vztahy/jak-vypada-jaro-v-ceske-prirode.A_2002M058V06A

*Začátek jara je spojen s příchodem nových životů.
Pojďme se podívat na několik krásných obrázků ♥*

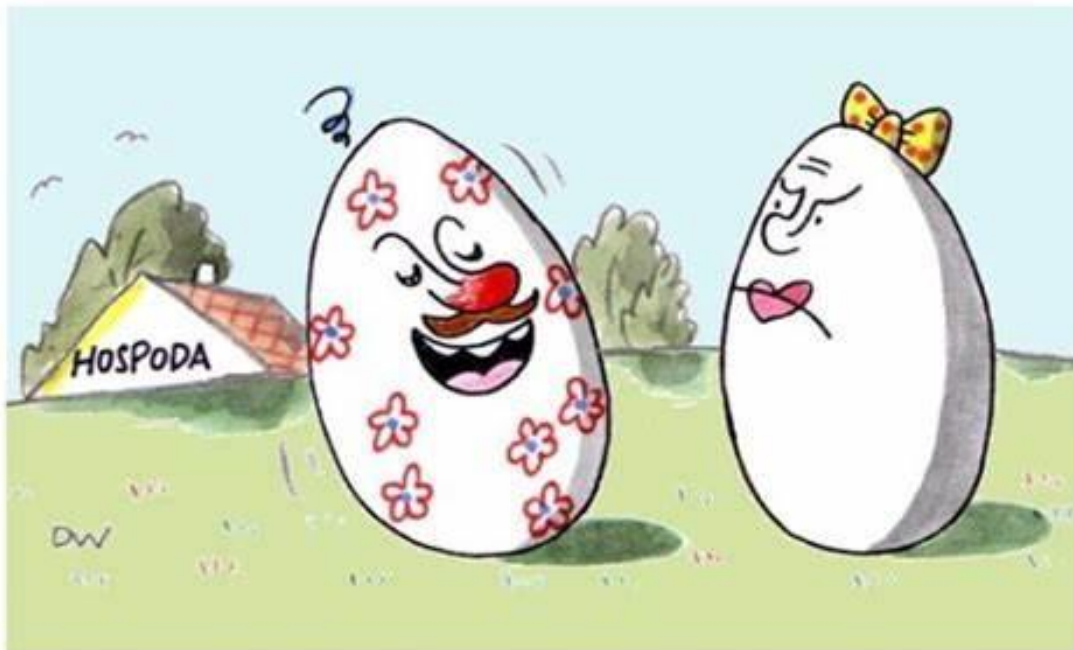




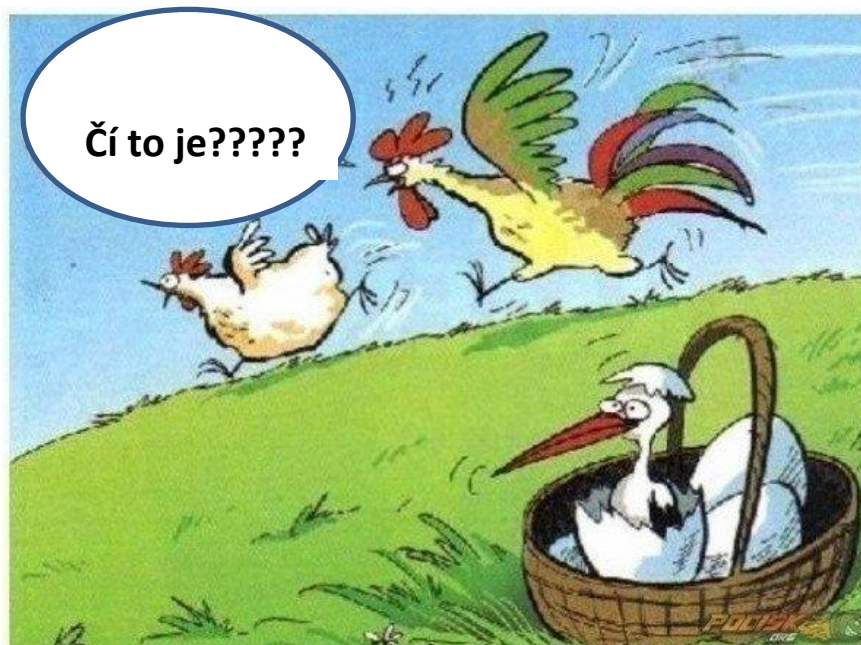




Pro zasmání:



Jasně, že jsem pil. Namalovali na mě kytičky, tak je musím zalévat!



Zdroj: <https://www.bing.com/images>

Pro volný čas:

Najdete 7 rozdílů?



Zdroj: <https://www.bing.com/images/search?>

Recepty našich babiček:

Masopustní koblihy od babičky

Receptů na masopustní koblihy je spousta a asi každý už má nějaký ten svůj oblíbený, podle kterého je dělá nejčastěji. Pokud ne, zkuste tento léty osvědčený recept. Znaly ho už naše babičky, pochází z kuchařky z roku 1955.



Suroviny

- 600 g hladké mouky
- 250-300 ml mléka
- 2 kostky cukru do kvasnic
- 60 g kvasnic
- 6 žloutků
- 120 g cukru
- 80 g rozpuštěného másla
- 2 špetky soli
- 3 lžíce rumu
- sůl (dle potřeby)
- olej (na smažení)

Na ochucení povidel:

- povidla (dle potřeby)
- vanilkový cukr (dle chuti)
- mletá skořice (dle chuti)
- citrónová kůra (dle chuti)

Postup přípravy

1. Z vlažného mléka, kvasnic a cukru necháme vykynout kvásek. Do mísy prosejeme mouku, přidáme žloutky, máslo a zbytek surovin. Necháme v teple vykynout.
2. Mezitím smícháme povidla s vanilkovým cukrem, mletou skořicí a citronovou kůrou.

Jak tvarovat a naplnit koblihy

- Po vykynutí odebíráme přibližně stejné kousky, které prsty roztlačíme. Na každý kousek dáme povidla a těsto zabalíme do koblihy. Necháme ještě chvíli kynout.

Jak dokonale usmažit koblihy

- Rozehřejeme vyšší vrstvu oleje a koblihy smažíme na malém plameni pozvolna z obou stran. Nejprve vrchní vykynutou stranou dolů. Usmažené koblihy odkládáme na papírový ubrousek, aby se odsál přebytečný tuk.

Zdroj:<https://www.toprecepty.cz/recept/51613-masopustni-koblihy-od-babicky/>

Upečte si velikonoční klasiku! Beránek, mazanec a jidáše podle receptů našich babiček



Velikonoční beránek

Beránek je v křesťanství považován za obraz nevinnosti a čistoty a obdobně jako se beránek často stává obětí, tak se jí stal i Ježíš Kristus, který tím lid osvobodil od hříchu. Beránek byl také pokrmem, který Ježíš jedl spolu se svými apoštoly u poslední večeře. Vzhledem k tomu, že skopové maso bylo a je velmi drahé, bylo nahrazováno symbolickým beránkem z těsta. Na tradičního beránka z třeného těsta budeme potřebovat:

120 gramů másla

4 vejce

200 gramů cukru krupice

200 mililitrů mléka

jeden sáček vanilkového cukru

300 gramů polohrubé mouky

jeden prášek do pečiva

šťávu z citronu

hrubou mouku na vysypání formy

špetku soli

Všechny suroviny by měly být před začátkem pečení v pokojové teplotě. Nejprve smícháme máslo s cukry, poté přidáme žloutky a utřeme do pěny. Přimícháme šťávu z citronu a mléko. Následně mouku a prášek do pečiva přesejeme přes síto a z bílků a soli vyšleháme tuhý sníh. Sníh a moučnou směs postupně přidáváme k máslové pění. Zde je nutné dbát určité opatrnosti a sníh vmíchávat pomalu, aby bílky neztratily svůj objem. Formu beránka vytřeme máslem, vysypeme moukou a následně do ní vlijeme připravené

těsto. Pečeme v předehřáté troubě na 170 stupňů 30 až 45 minut. Až beránka po vychladnutí z formy vyndáme, můžeme jej dozdobit barevnou stužkou.

Mazanec

Velikonoční mazance se tradičně připravují na Bílou sobotu, obdobně jako beránci. Hospodyně šla poté v neděli ráno do kostela na svaté pomazání, kde byl mazanec též poprvé nakrojen. Na mazanec si připravíme:

500 gramů polohrubé mouky

300 mililitrů mléka

150 gramů másla

120 gramů cukru krupice

3 žloutky a jedno vejce na potřetí

50 gramů rozinek a 50 gramů krájených mandlí na plátky

špetku soli

strouhanou citronovou kůru

třetina kostky čerstvého droždí

50 mililitrů rumu

Sypké suroviny dopředu prosejeme a zbylé necháme odstát na pokojovou teplotu. Nejprve si připravíme kvásek tak, že 100 ml mléka smícháme s droždím, trochou mouky a lžící cukru. Kvásek necháme vykynout při pokojové teplotě zhruba 20 minut. Poté přidáme zbylé suroviny, ale necháme si zvláště pár mandlí na posypání, těsto přikryjeme a necháme ještě hodinu odpočinout. Nakonec vytvoříme bochánek, který pak bude kynout zhruba další půlhodinu. Mazanec potřeme vejcem a posypeme zbylými mandlemi. Uprostřed nožem vytvoříme tradiční křížek. Pečeme na plechu s pečicím papírem - v troubě předehřáté na 160 stupňů zhruba 35 minut. Před koncem

pečení pomocí špejle ověříme, zda těsto uvnitř není syrové. Mazanec můžeme posypat moučkovým cukrem a servírujeme jej nakrájený na plátky.



Jidáše

Jidáše získaly svůj název podle Jidáše Iškariotského, který Ježíše Krista zradil výměnou za 30 stříbrných. Jidáše se tradičně připravují v podobě šneků nebo esíček, jejichž tvar má symbolizovat stočený provaz, na kterém se Jidáš pod tíhou viny oběsil. Na přípravu velikonočních jidášů budeme potřebovat:

500 gramů hladké mouky

150 gramů másla

300 mililitrů smetany na vaření nebo mléka

60 gramů krupicového cukru

3 žloutky

třetina kostky čerstvého droždí

kůra z jednoho citronu a 2 lžičky citronové šťávy

vanilkový cukr

špetka soli

servírujeme s medem

Kvásek si připravíme obdobně jako u mazance. Poté smícháme zbytek cukru, mouky, 2 žloutky, sůl, vanilkový cukr, máslo a citronovou kůru a šťávu. Smetanu nebo mléko přidáváme až na závěr. Těsto vypracujeme a necháme hodinu kynout. Poté si jej rozdělíme a uválíme do válečků zhruba 20 centimetrů dlouhých. Měly mít tloušťku zhruba jako prst a smotáme je do spirálek nebo jiného námi požadovaného tvaru. Jidáše poklademe na plech pokrytý pečicím papírem. Na plechu je necháme ještě 15 minut kynout a pak pomažeme zbylým rozšlehaným žloutkem. Pečeme v troubě zhruba 25 minut při 170 stupních. Jidáše můžeme před servírováním potřít medem.



Zdroj fotografií v tomto článku:
Shutterstock.com

Zdroje:

<https://fresh.iprima.cz/jak-na/velikonocni-jidase-upecte-si-tradicni-dobrotu-z-kynuteho-testa>

<https://prozeny.blesk.cz/velikonocni-symboly>

<https://pernerka.cz/blogposts/proc-se-na-velikonoce-pecou-jidase/>

<https://www.toprecepty.cz/recept/4408-velikonocni-beranek/>

<https://pernerka.cz/blogposts/proc-se-pecce-velikonocni-mazanec/>

Babské rady:

Velikonoce jsou za dveřmi a váže se k nim mnoho obyčejů, na které naše babičky nikdy nedaly dopustit. Spousta se jich točí kolem úklidu a vymetání pavučin z koutů místnosti, ale těch vás tentokrát ušetříme. Namísto toho pro vás máme velikonoční tradice, které vám pomohou zpestřit sváteční jídelníček.

1) S medem proti vosám (a hadům)

Začněme babskou tradicí, která se váže k Zelenému čtvrtku. Pokud vás v létě na výletech a koupalištích trápí vosy a včely, určitě ten den vstaňte brzy ráno a dejte si před úsvitem k snídani pečivo namazané medem. Nejenže si pochutnáte, ale prý vás to po celý rok uchrání před vosami a dokonce i hady.

Nevíme, co je na tom pravdy, ale začátek dne s čerstvě upečeným jidáškem pomazaným vrstvou medu si rozhodně nenecháme ujít. 😊

2) Čtvrteční zelená dieta

K Zelenému čtvrtku se pojí spousta dalších zvyků a pověr. Lidé by se neměli s nikým hádat, jinak je budou hádky provázet celý rok, a neměli by nikomu nic půjčovat, aby se jich držely peníze. Nejznámější tradice se však znovu týká jídla.

Na zelený čtvrtek zařaďte do jídelníčku něco zeleného – budete pak prý celý rok zdraví. Takže nezapomeňte nakoupit zásobu špenátu, salátu nebo hrášku.

3) Vypuňte si pučálku

Tradiční půst nebyl žádný med – 40 dní bez masa a mléka! Lidé museli vymyslet nové dobroty, kterými zaháněli hlad. Jedním z nich je pučálka – klíčící hrachová zrna osmažená na másličku, ze kterých je dobrá svačinka – a během let se z ní stala populární velikonoční tradice.

Hrášek můžete nechat klíčit už teď. Stačí ho důkladně přebrat a vložit do sklenice s vodou. Poměr vody a hrášku by měl být cca 2:1. Nechte ho den odstát na teplém místě. Pak přebytečnou vodu slijte a hrášek v zakryté sklenici nechte ještě minimálně 24 hodin. Až se vrátíte, klíčky by měly být na světle. Teď je stačí osmažit na másle a osolit, ale pokud máte chuť na něco sladkého, můžete je servírovat třeba s rozinkami.

4) Využijte kopřivy

Kopřivy jsou jednou z hlavních přísad do tradiční sobotní velikonoční nádivky, ale tam jejich využití rozhodně nekončí. Nakupte (nebo nasbírejte) jich o něco víc a pak si je doma co nejrychleji usušte. Uvařit z nich můžete třeba léčivý

čaj, který pomůže při problémech s trávením, žlučníkem, slinivkou, ale uleví i při nachlazení nebo bolesti hlavy.

Alternativou je přidat kopřivy do jídla, ale v tom případě je musíme nejprve převařit, abychom se zbavili štiplavosti. Stačí otrhat stonky, ponořit listy asi na 3 minuty do vroucí vody a nakonec vyždímat.

Pak nám už nic nebrání v tom přidat je do polévek, omáček, salátů nebo třeba na dochucení brambor nebo krajíce chleba s máslem, podobně jako pažitku. Inspirovat se můžete i bazalkovým pestem a použít namísto něj lístky kopřiv – představivosti se meze nekladou!

5) Vařené vejce s rodinou

Velikonoční tradice na boží hod velí mlsat a hodovat, ale než se pustíte do beránka, sejděte se v kruhu rodinném u jídelního stolu. Staré pověry praví, že pokud se rodina na Velikonoce podělí o jedno vařené vejce, tak se v následujícím roce všichni znovu sejdou. Pokud se někdo ztratí nebo se mu začne stýskat, stačí, aby si vzpomněl, s kým se o vejce podělil a může mít jistotu, že se spolu brzy znovu setkají.

*Přejeme vám krásné svátky jara prožité s blízkými,
bohatou výslužku.*

Střípky z našeho života:

I v letošním roce 2025 pokračujeme v různých projektech, které se staly nedílnou součástí našeho života v Domově pro seniory.



Představíme Vám dnes jeden z nich a to:

Projekt: Pomáháme dětem

Projekt je postaven na spolupráci s organizací UNICEF.

Projekt ADOPTUJ PANENKU A ZACHRÁNIŠ DÍTĚ
*nás oslovil a již pátým rokem budeme vyrábět panenky pro
záchranu dětských životů.*

Seznámíme Vás s tímto projektem podrobněji:

Adoptuj panenku a zachrániš dítě

Každá panenka představuje jedno dítě, které bude v rámci očkovací kampaně UNICEF v rozvojových zemích proočkováno proti šesti hlavním smrtelným dětským chorobám (spalničky, záškrť, černý kašel, tetanus, tuberkulóza, dětská obrna).

Rodina či jednotlivec, který panenku adoptuje, obdrží spolu s panenkou blahopřání UNICEF, které zašle tvůrci panenky se zprávou, že jeho panenka našla "svoji rodinu".

Látkové panenky vyrábějí dobrovolníci z celé republiky. Často jsou to děti a netrpělivě očekávají zprávu, že zrovna jejich panenka splnila poselství, které jí s láskou předali. Potěšte je zprávou, že jejich panenka konečně našla svůj domov a že jste tak společně zachránili jedno skutečné dítě!

Pokud si adoptujete některou z panenek, na požádání Vám rádi vystavíme potvrzení o přijetí bezúplatného plnění, neboť jde o formu daru a podle par. 15, resp. par. 20, mají plátcí daně z příjmů nárok na odečet daru ze základu daně. Pokud jste Přítelem

děti UNICEF, obdržíte od nás automaticky souhrnné potvrzení všech svých darů, včetně zakoupených panenek, vždy na počátku kalendářního roku.

Očkovací programy UNICEF

Každým rokem se díky očkování podaří zachránit životy až 3 milionů dětí. Přesto dosud téměř stejný počet dětí umírá na nemoci, kterým lze očkováním předcházet. V zemích, kde neexistuje běžný zdravotnický systém nebo které jsou postiženy válkou nebo přírodní katastrofou, pomáhá UNICEF ve spolupráci s jejich vládami a místními dobrovolnými spolupracovníky uskutečňovat speciální akce pomoci dětem, jako jsou např. Národní očkovací dny proti dětské obrně, které v minulém roce pomohly 550 milionům dětí ve věku do pěti let. UNICEF sehrává klíčovou roli v projektu GAVI (Global Alliance for Vaccines and Immunization), jehož cílem je očkovat každé dítě proti šesti hlavním smrtelným dětským chorobám – spalničkám, záškrtu, černému kašli, tetanu, tuberkulóze a dětské obrně.

Chcete se do tohoto projektu zapojit i Vy?

Nesmírně si vážíme času, energie a kreativity, které výrobě panenek jejich tvůrci věnují. Pokud byste se do našeho projektu rádi zapojili i Vy, veškeré potřebné informace najdete níže.

Jak by měla panenka vypadat?

Velikost panenky by měla přibližně odpovídat doporučenému stříhu. Podoba panenky záleží zcela na Vaší představivosti – panenky mohou mít podobu dětí, dospělých, pohádkových postav, známých osobností, znázorňovat různá povolání apod. Panenky jsou častým dárkem pro děti, proto při výrobě nedoporučujeme používat předměty, které by děti mohly spolknout nebo se o ně zranit. Každá panenka by měla mít svůj rodný list, díky němu budete moci dostat zprávu, že Vaše panenka byla adoptována a Vy jste tak pomohli zachránit dětský život.

Věříme, že všechny naše panenky najdou svůj domov a splní svoje poslání.



Něco z historie:

Změna času 2025

V roce 2025 se vrátíme k letnímu času v neděli 30. 3. 2025. Letní čas začíná vždy poslední březnovou nedělí a končí poslední nedělí v říjnu.

V roce 2026 tak letní čas potrvá od 31. března do 25. října.

Jak se posouvá čas

- Přechod na letní čas
Při přechodu na letní čas se ve 2:00 posunou hodiny o jednu hodinu dopředu na 3:00. Zkrátí se vám tak noc a spánek o jednu hodinu, ale večer bude déle světlo.
- Přechod na zimní čas (standardní čas)
Při přechodu na zimní čas se hodiny ve 3:00 ráno posunou o hodinu zpět na 2:00 a noc se vám tedy prodlouží o jednu hodinu.



Do kdy se bude měnit čas v Evropské unii?

Změny času měly v Evropské unii skončit původně v roce 2019, členské státy se ale na jednotném čase nedohodly.

Evropská komise v roce 2018 kvůli sílící kritice střídání času uspořádala takzvané veřejné konzultace. Podle ministerstva práce dorazilo 4,6 milionu odpovědí. Pro zrušení změn času se tehdy vyslovilo 84 procent respondentů.

Podle průzkumu agentury STEM/MARK z podzimu 2018 se zrušením střídání času v Česku souhlasilo 70 procent dotázaných. Celkem 44 procent respondentů si přálo trvale letní čas a 24 procent zimní.

Který čas je zdravější?

Expertky z Akademie věd ČR v roce 2021 na semináři v Senátu uvedly, že kvůli zdraví by byl vhodnější zimní čas. Při letním čase by se v zimě rozednívalo až kolem deváté hodiny a řada lidí by podle vědkyň své biologické hodiny neměla s tímto nastavením seřízené, což by mohlo vést k civilizačním chorobám, nižší produktivitě i příjmům či ke zhoršení studijních výsledků.

Zastánci letního času naopak poukazují na to, že se život změnil a velká část lidí už nemusí začít pracovat se svítáním, naopak mohou po práci využít delší denní světlo k relaxaci a sportu.

Proč se zavedl letní čas?

Původní nebo též obyčejný, standardní nebo klasický je zimní, u nás střeoevropský, čas. Letní čas se zaváděl původně kvůli snížení spotřeby energie, ukázalo se ale, že úspory jsou minimální. Podle zjištění Evropské komise z roku 2007 většina dotázaných unijních zemí uváděla, že letní čas nemá významnější vliv ani na zemědělství, dopravu či cestovní ruch.

Od kdy posouváme hodinky?

Letní čas byl v českých zemích poprvé zaveden v letech 1915 a 1916. Vrátil se za druhé světové války v roce 1940 a trval do roku 1949. Potřetí si Češi začali posouvat hodinky v roce 1979, důvodem byla tuhá zima a ropná krize. Do poloviny 90. let trval v Česku letní čas půl roku. Od roku 1996 se Česká republika připojila ke zvyklostem Evropské unie a časový posun trvá sedm měsíců.

Zdroj:<https://www.idnes.cz/wiki/temata/zmena-casu>

Horoskop:

Velký horoskop na rok 2025: Co přinese nový rok jednotlivým znamením zvěrokruhu? Lvi pojedou na horské dráze, Ryby budou líné



Co vás čeká v roce 2025 podle vašeho znamení zvěrokruhu? Podívejte se na předpověď, kterou můžete použít jako menší vodítko pro následující období. Můžete se tak vyhnout nepříjemnostem a naopak jít naproti štěstí, úspěchu nebo lásce. Co vám planety přichystaly v oblasti

práce, vztahů, peněz nebo zdraví? Nahlédněte do jedné z prvních astrologických predikcí pro příští kalendářní rok.

Beran (21. března - 19. dubna)

Planety slibují, že pro vás bude rok 2025 celkově příznivý. Díky zvláštní přízni Saturnu, zejména v březnu, se vám bude dařit ve více oblastech, zejména pokud jde o finance. To naznačuje, že vás lidé obecně budou považovat za úspěšné. Buďte ale opatrní a hlavně ve druhé polovině roku a neutrácejte, aniž byste si vše promysleli. Dařit se vám bude, pokud studujete nebo přemýšlíte, že si uděláte například nějaký rekvalifikační kurz. Pokud žijete v partnerském svazku, pomozte pečovat o zdraví svému partnerovi. Zároveň se snažte udržovat váš vztah, protože rok 2025 nebude v oblasti lásky příliš pozitivní, snad jen s výjimkou ledna, kdy bude nad vaším znamením držet ochrannou ruku Venuše.

Býk (20. dubna - 20. května)

Rok 2025 od vás může vyžadovat více práce, ale současně nabídne pozitivní výsledky vašeho snažení. Náročný bude zejména březen, kdy bude nutné, abyste zvážili, co je pro vás skutečně důležité. Ve druhé polovině roku vás mohou potkat určité potíže v oblasti kariéry, ale pokud se zaměříte na dotahování úkolů, skvěle z problémů vybrusíte. Podobně jako pro Berany, i pro Býky může být rok 2025 příznivý, pokud jde o studium. Spokojení budou zejména jedinci, kterým se nedařilo studium dokončit. Předpokládá se také, že tento rok bude příznivý pro záležitosti týkající se manželství nebo dlouhodobých partnerských vztahů. Těšte se na romantiku a milostná vyznání.

Blíženci (21. květen – 20. červen)

Určitě vás potěší, milí Blíženci, že nadcházející rok může být lepší než ten letošní. Zejména v březnu oceníte pomocnou ruku, kterou vám podá v oblasti kariéry Saturn. Po celou dobu tranzitu Raka bude velmi důležité, abyste se snažili udržovat pozitivní vztahy se staršími lidmi a spolupracovníky. Kromě tvrdé práce pro vás bude v roce 2025 zásadní duchovní stránka a osobní rozvoj. Jen tak si budete schopni zachovat duševní klid, což bude mít zřejmý vliv na váš osobní, profesní i obchodní život. Květen přinese zásadní zlepšení ve vztazích, a to nejen v těch milostných, ale obecně s lidmi ve vaší blízkosti. Sázejte vždy na upřímnost, ta se vám mnohokrát vyplatí.

Rak (21. červen – 22. červenec)

Na obzoru je úleva od těžkostí, milí Raci. Všechno by mělo jít v novém roce lehce, zádrhely, kterých byl plný rok 2024, budou najednou pryč. Uvědomíte si, že máte dostatek energie a chuti dělat věci, do kterých se vám vůbec nechtělo. Bude zřejmé, že pokud si necháte poradit, poroste vaše osobnost a spolu s tím i úspěch. Dařit se vám bude i v oblasti financí, kde máte - zejména v květnu - šanci získat větší zisky. Mohou se ale také zvýšit výdaje. Ve druhé polovině roku bude potřeba řešit partnerské záležitosti, zejména žijete-li v dlouholetém manželství. Nenechte nikoho třetího vstoupit mezi vás. Září přinese nepříjemnosti v oblasti zdraví. Pokud již máte nárok na preventivní prohlídku, objednejte se.

Lev (23. 7. – 22. 8.)

Jako na horské dráze, tedy nahoru a dolů. Rok 2025 pro vás bude všechno, jen ne klidný a nudný. V některých oblastech se vám bude vyloženě dařit, v jiných naopak. Vlivem Saturnu se mohou v dubnu objevit výzvy nebo problémy v oblastech kolem podnikání a zaměstnání. Mohou také nastat situace týkající se přeložení nebo změny zaměstnání. Celkově by měl být ale následující rok

po ekonomické stránce produktivní. Pokud jde o osobní vztahy, mějte se na pozoru zejména ve druhé polovině roku, kdy můžete zatoužit po změně, zejména jste-li dlouhodobě nespokojeni. Dbejte na své psychické zdraví, které by mohlo utrpět vinou stresu a nedostatku spánku.

Panna (23. 8. – 22. 9.)

Také Panny ovlivní tranzit Saturnu, a to zejména v prvním čtvrtletí roku 2025, kdy se obecně věci budou vyvíjet velmi dobře. Tuto příznivou konstelace může pokazit koncem května tranzit Jupitera, který může zkomplikovat zejména vaši finanční stránku. Je nejvyšší čas popřemýšlet o vytvoření finančních rezerv do budoucna. Dařit se vám bude v oblasti vztahů, ale jen za předpokladu, že nebudete partnera podezřívát. Zbytečně byste mohli udělat ve vztahu dusno. Ve druhé polovině roku máte jedinečnou možnost cestovat a plnit si své sny. Až na výjimky pro vás bude nový rok veskrze pozitivní.

Váhy (23. 9. – 22. 10.)

Jestli se vám bude zdát, že je rok 2025 "nemastný, neslaný" a neděje se nic, v od konce května změníte názor. Do cesty vám přijde zajímavá nabídka na práci nebo i volnočasové aktivity, jež vás naprosto pohltí. Konečně budete mít pocit, že mají věci smysl. Díky příznivému tranzitu Saturnu se vám podaří vyřešit problémy z minulosti. Vaše schopnost jasného a analytického myšlení vám nyní umožní efektivněji plánovat a uspět v podnikání. V letních měsících budete mít šanci cestovat a bude i příznivá doba na plnění snů v této oblasti. Druhá polovina roku nabídne kompatibilitu v oblasti lásky a manželského života. Pokud už máte větší nebo dospělé děti, budete mít šanci na pomyslný nový začátek vašeho vztahu.

Štír (23. 10. – 21. 11.)

Podarí se vám vyřešit důležité problémy, co vás už dlouho trápily, ale bohužel se další pravděpodobně vynoří. Kvůli tomu vám bude připadat, že prožíváte složité období. Na druhou stranu vás vše ve výsledku posune v životě dál. Díky tranzitu Jupitera v polovině května zaznamenáte zlepšení financí. Celkově se ve vašem zázemílepší ekonomická situace, ale bude nutné o zdroje příjmů pečovat. Dařit se vám bude v průběhu roku vše, co souvisí s výchovou a vzděláváním, předáváním zkušeností. Upřednostňujte ale sami sebe a najděte si zdroj radosti, který vám bude dodávat energii. Ve druhé polovině roku očekávejte příznivé období, co se týká vztahů, a to nejen milostných, ale i v rodině.

Střelec (22. 11. – 21. 12.)

Planety Saturn a Jupiter půjdou zejména v první polovině roku proti sobě, což přinese napětí a střety zejména v oblastech kariéry, financí a celkově vašeho ekonomického zajištění. V průběhu května by mělo působení Saturnu postupně slábnout, což se projeví v podobě prosperity a nových finančních zdrojů. Merkur vám v průběhu roku bude užitečný na poli komunikace. Pokud budete něco řešit, ať už půjde o úřady nebo nějaké smlouvy a podobně, půjde vám to lehce a výsledky budou uspokojivé. V oblasti lásky a zdraví bude rok 2025 v podstatě neutrální. Nečekejte žádné větší výkyvy, ale pečujte jak o sebe, tak o svůj vztah.

Kozoroh (22. 12. – 19. 1.)

Milí Kozorozi, rok 2025 pro vás bude velmi příznivý pro řešení problémů z minulosti. Zejména těch, které souvisejí s financemi nebo nemovitostmi. Podaří se vám také skloubit pracovní vytížení s osobním a rodinným životem, což bude vaše největší výhra. Rovnováha pro vás bude podstatná pro plánování budoucnosti, možná budete mít reálné záměry pustit se do podnikání. Neopustí vás realistický pohled na svět a praktické uvažování. V potaz ale berte i to, co vás říká vaše srdce a intuice. Opatrní buďte zejména pokud půjde o zdraví a nepodceňujte praktické prohlídky. Rok 2025 bude příznivý i pokud jde o romantické a intimní vztahy, v manželství budete spokojeni.

Vodnář (20. 1. – 18. 2.)

Začátek roku 2025 pro vás bude energický a plný dynamiky, a to ve všech oblastech vašeho života, do kterých nasměrujete svoji pozornost. Budete mít dostatek sil dokončit úkoly, které se zdály být neřešitelné. Magické okamžiky vám přinese cestování. Dostanete příležitost splnit si svůj sen, ale bude jen na vás, zda ji využijete. Nebude se pak už opakovat. Z přízně Jupitera ve druhé polovině roku budou těžit vaše milostné vztahy. Drobné roztržky v partnerství nebudou podstatné, důležitá je ale otevřená a upřímná komunikace. Po zdravotní stránce na tom budete v podstatě stejně jako letos, ale i tak dbejte na zdravý životní styl a hlavně dostatek pohybu.

Ryby (19. 2. – 20. 3.)

Žádný stres a zbytečné starosti se skutečnostmi, které nemůžete změnit. To je vaším tématem první poloviny roku, milé Ryby. Pomocnou ruku vám může podat Saturn, který vás tak trochu ukolébá do línějšího módu. Ne snad že by vám chyběla motivace nebo energie. Jen prostě budete potřebovat na všechno více času. Pozor ale, abyste své pracovní povinnosti neodbývali.

Úspěšní budou ti z vás, kteří pracují na osobních projektech, do kterých dají své srdce. Dařit se vám bude na poli lásky, ale v polovině roku by se mohla pohoda zvrtnout kvůli žárlivosti. Bude třeba nechávat si ve vztahu vzájemně více volnosti. Celkově lze nicméně rok 2025 označit za průměrný, v určitých situacích dokonce i za nadprůměrný.



Zdroj: <https://www.svetzeny.cz/tajemno/horoskopy>

Horoskop:

- Práce s pamětí
- Individuální aktivizace
- Skupinové aktivizace
- Četba
- Přednášky
- Oslava - Masopust
- Procházky po okolí
- Příprava a oslava - Velikonoce
- Aromaterapie

Přejeme krásné dny