

DOMEČEK/KVĚTEN 2023



Časopis Domeček je pro všechny uživatele zdarma, jakýkoliv příspěvek za jeho výtisk je zcela dobrovolný.

Milí čtenáři,
v minulém čísle jsme vás informovali o nastávající personální změně. V tomto měsíci dojde k plynulému navázání na dosavadní činnost psychologické podpory u našich ambulantních i pobytových služeb. Vítráme tedy novou posilu, psycholožku, paní Mgr. et Mgr. Evu Krejčí. Přejeme jí vše dobré v nové životní etapě a těšíme se na vzájemnou spolupráci.

Den země - 22. dubna

Den země je dnem věnovaný naší planetě a v konečném důsledku i nám všem. Tradičně jsme se s uživateli pobytových služeb pustili do úklidu okolí budovy Psychocentra. Všichni jsme pracovali s chutí a odměnou nám bylo pohoštění, které zajistili pracovníci. Děkujeme všem, kteří se na tom podíleli.



Dotazník spokojenosti se službami

" Jsou jako členové mojí rodiny. "
I taková hezká slova jsme si přečetli při vyhodnocování dotazníku spokojenosti se službami. I letos jsme uživatelům předložili k vyplnění dotazníky, které jsou pro nás cenným vodítkem, ke zlepšování služby.



Herní klub

Přípravy na Velikonoce jsme zahájili pečením jidášů.

Jidáše jsou tradiční velikonoční pečivo, které by se podle pověry mělo jíst ve čtvrtek před svítáním, by se upevnilo zdraví. Jak se traduje, péct by se měly večer na škaredou středu, kdy se zrádný apoštol oběsil.



Dílna

Kromě úpravy vnitřních prostor si zvelebujeme také náš dvoreček. Už si pěstujeme okrasné kytičky, které nám ho vyzdobí a také připravujeme závěsnou dekoraci z keramické hlíny.



Do plytkých plastových nádob jsme předsadili letničky i trvalky. V letních měsících pak budeme moci obdivovat afrikány, krásenky, bodláčky, třapatky a spoustu dalších. Semínka těchto krásných kytiček nám darovala paní Maruška Svejková, za což jí moc děkujeme!



Lékárně Zdraví 3v1 v Hodoníně jsme vyrobili další dekoraci. Skleněné nádoby jsme potřeli bílým Balakrylem a ozdobili barevnou papírovou květinou.

Srdíčka ke Dni matek jsme vytvořili z bílé či růžové příze. Jako podklad nám posloužil karton, který jsme vystřihli dle předkresleného tvaru. Do středu srdce jsme zavěsili korálek.



Naše recepty

Sluníčko pomalu rozechřívá přírodu a louky i zahrady svítí žlutými květy pampelišek. Hodí se do salátů, ale lze z nich připravit i med. Není to sice med v pravém slova smyslu, ale spíše sirup. Je levný a velice dobrý a doma ho zvládne připravit opravdu každý.



Hlavičky rozkvetlých pampelišek se sbírají na louce či na zahradě, kde budete mít jistotu, že jsou čisté a nejezdí kolem nich auta. Pampelišky hodně barví, proto doporučujeme při sběru použít rukavice. Pampelišky rozprostřete na plech nebo papírovou krabici a nechte stát na balkoně, aby z květů odešel drobný hmyz, který by na nich mohl zůstat.

Báječný pampeliškový med

Doporučuje se přidávat do čaje při nachlazení, ale pampeliškový med také příjemně dočutí sladká jídla. Na tento recept budete potřebovat:

- 400 květů pampelišek
- 2 l vody
- 3 bio citrony
- 2 kg krystalového nebo třtinového cukru

Očištěné květy vložíme do čtyřlitrového hrnce a zalijeme vodou. Přidáme omyté citrony rozkrájené na kolečka a vaříme 15 minut. Potom hrnec odstavíme, zakryjeme a obsah necháme 24 hodin louhovat.

Druhý den tekutinu přecedíme přes hustý cedník nebo přes plátýnko (utěrku) do čistého hrnce. Do šťávy přidáme cukr a za občasného míchání vaříme ještě asi 1,5 hodiny, až se med začne táhnout. Čím déle med vaříme, tím je hustší a má tmavší barvu. Hotový a ještě horký pampeliškový med nalijeme do malých čistých skleniček, dobře jim otřeme hrdla a pevně uzavřeme víčkem. (<https://www.lifecz/vareni-a-recepty/recept-na-pampeliskovy-med>)

Palačinky se špenátem a kuřecím masem

Těsto na palačinky:

- 300 g hladké mouky
- 600 ml mléka
- 3 vejce
- lžička soli

Náplň:

- 500 g kuřecího masa
- 2 cibule
- 2 lžíce oleje
- 400 g nasekaného listového špenátu (zmraženého)
- 3 stroužky česneku
- lžička kari, červené papriky, soli
- 100-150 g sýru Eidam
- 50 g másla
- 3 kousky taveného sýru



Nejprve si připravíme těsto na palačinky. V misce si smícháme mouku s mlékem, a jakmile nebudeme mít v těstě hrudky, přidáme vejce a sůl. Těsto necháme odležet.

Kuřecí maso nakrájíme na malé kostičky, které okořeníme solí, česnekem, kari a červenou paprikou. Osmahneme si cibulku na oleji. Až začne chytat barvu, přidáme na pánev kousky kuřecího masa a necháme opéct. V kastrůlku osmahneme na másle cibulku a přidáme špenát. Po rozvaření vložíme tavený sýr, který necháme roztavit. Dočutíme česnekem a solí. Kuřecí maso a špenát smícháme dohromady a necháme 5 minut povařit. Směs necháme probublávat, aby zhoustla, případně ji ještě zahustíme trochou strouhaného sýra. Mezitím si usmažíme palačinky. Hotovou směs vložíme do palačinky a zasypeme strouhaným sýrem.

Dobrou chuť!

Plánované akce

12. 5. 2023 – sledování Mistrovství světa v ledním hokeji 2023 Česko – Slovensko.

Promítání proběhne na Domečku od 15:20 hod. Přijďte si společně zafandit! Určeno pro klienty sociální rehabilitace.



17. 5. 2023 – Návštěva zámecké zahrady a kavárny v Miloticích. Bližší info pro zájemce u sociálních pracovníků.



22.5. a 29.5. 2023 – Workshop háčkování košíků pro začátečníky

Lekce povede: Margita Beranová
Kde: na domečku sociální rehabilitace
Případný zájem hlase prosím na tel. 737 728 266



Workshop proběhne ve dvou blocích:

- 1.Termín – pondělí 22. 5. 2023, 14:30 – 16:00 hod.
- 2.Termín – pondělí 29. 5. 2023, 14:30 – 16:00 hod.

30.5. 2023 – Vernisáž obrazů a kresby Zuzany Hanzalíkové

OBRAZY A KRESBY ZUZANA HANZALÍKOVÁ



Psychocentrum Domeček Hodonín
Vernisáž

30.5.2023 v 16:00 hodin

Výstava potrvá do 30.6.2023

Představení autorky obrazů a kresby

Jmenuji se Zuzana Hanzalíková, narodila jsem se dne 21.9.1984 v Hodoníně, kde rovněž po celou dobu žiji. Jsem vdaná a mám dvě dcery, osmiletou a dvouletou. Mám vystudovanou Obchodní akademii v Hodoníně a Jazykovou školu při Obchodní akademii v Hodoníně. V období základní školy jsem navštěvovala Základní uměleckou školu v Hodoníně. Od té doby jsem se kreslení a tvoření téměř vůbec nevěnovala ani pracovně ani ve volném čase, pouze později tvoření s dcerou. Moje zaměstnání byly spíše administrativní činnost a účetnictví. V roce 2019 jsem ale skončila v dlouhodobě pracovní neschopnosti a ke kreslení se po letech vrátila a velmi mi pomohlo hlavně po psychické stránce, kdy se mi ke do života začaly vracet deprese. Začala jsem kresbami inspirovanými Zentangle technikou. Později jsem se starší dcerou propadla malování putovních kamenů a nenápadně se tak posunula k malbě na plátno a do mého černobílého tvoření se přidaly barvy v celé své kráse. Nyní nejraději pracuji s akrylovými barvami a malování v mém životě už zaujalo zcela nezastupitelnou roli. "Je to můj útek od každodenních povinností a taková moje soukromá terapie. Ráda jsem proto přijala nabídku Mgr. Blechové vystavovat v Psychocentru Domeček v Hodoníně, abych představila své práce.



Užitečné odkazy

Charitativní obchod – Sběráček Hodonín

Asi každý ví, jak je finančně náročné vyjít s invalidním důchodem do konce měsíce, obzvláště v době inflace. Zkuste navštívit tento obchůdek, který prodává ošacení, knihy, nádobí a jiné zboží za zlomkovou cenu. Ceny se pohybují okolo 10 Kč – 40 Kč za kus.



Hlavní činností tohoto obchůdku je shromažďování nepotřebných věcí od lidí a jeho další prodej. Výtěžek z prodeje používají na podporu vybraného konkrétního postiženého nebo znevýhodněného dítěte v okrese Hodonín, a to formou finančního daru na zdravotní pomůcky, lázně, léčbu, na kterou nepřispívá zdravotní pojišťovna. Aktuálně sbírají víčka pro Pavlíka, s jejichž pomocí budou financovat fyzioterapeutické cvičení.

Adresa: Brandlova 2, 695 01 Hodonín

Otevírací doba: 9:00 – 16:30

Květen v Hodoníně

Středa 10. 5. 2023 ve 13:00 hod. - Komentovaná prohlídka botanického skleníku - skleník v areálu Nemocnice TGM Hodonín

.....

Neděle 21. 5. 2023 - Farmářské trhy Hodonín

Farmářské trhy Hodonín probíhají vždy od 7:00 do 15:00 nebo do vyprodání zásob na Masarykově náměstí, u městské tržnice a v parčíku vedle kostela.

Doplňovačka

Ve třetím sloupci doplňovačky získáte slovo, které doplníte do tajenky. Doplňovačku pro vás připravil pan Karel Hladký.

F				Y	1. Velké facany
F				Y	2. Americké mužské jméno
F				Y	3. Postavy
F				Y	4. Stříbrné plíšky na šatech
F				Y	5. Nehmotné částice
F				Y	6. Zástupy čekajících lidí
F				Y	7. Domácí šelmy
F				Y	8. Zásoby
F				Y	9. Hudební nástroje
F				Y	10. Malé floky
F				Y	11. Venkovní kabáty domů
F				Y	12. Knírky
F				Y	13. Shony

Tajenka: Latinsky: (Descartes)

Český překlad: Myslím, tedy jsem.

(Nápověda: 1. Facany, 2. Frosty, 3. Figur, 4. Filtry, 5. Fotony, 6. Frony, 7. Fretky, 8. Foroty, 9. Fagoty, 10. Fločky, 11. Fasády, 12. Fousky, 13. Frmoly)



Mozek v pohybu

XVIII. Přesmyčky rostlin

KLAMENAP

PRÁZELVÁ

NASAKSA

HCIDNEVĚZ

MACHTYNARÉZ

TATŘAPKA

CHÍRZODKON

ŠOPÝSR



215

Doplňte do prostředního sloupce slovo složené ze tří písmen tak, aby dávalo další smysluplné slovo ve všech třech řádcích. Slovo v prostředním sloupci dává smysl i samostatně a jedná se o podstatné jméno.

T		BA
HO	---	NA
S		KA

361

Najděte v každé větě ukrytý název města v ČR.

S takovými vědomostmi může být rád, že udělal zkoušku.

Sedlák vola rychle zapřáhl do povozu.

Děti přikryly bunkr novou vrstvou listů.

Můj mladší bratr je podle mě daleko línější než já.

Aleš náhle zbledl a zatmělo se mu před očima.