

DOMEČEK/BŘEZEN 2024



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

Aktuality z Psychocentra

Začátkem měsíce února jsme se s uživateli Sociální rehabilitace vydali do Městské knihovny Hodonín, kde si pro nás knihovnice, paní Češková, připravila zajímavou přednášku, provedla nás výstavou obrazů a ukázala nám prostory celé budovy.



Neformální klub pro mládež, se stylovým názvem „Zašívárna“, nás zaujala asi nejvíce. Místnost určená pro relax, čtení a zároveň zábavu, vybavena televizí, fotbálkem, pohodlnými moderními křesly a patrovými pohovkami, to vše v nás evokovalo pohodu a chuť se zde zašít s knížkou.

Nejkratší měsíc v roce přináší řadu příležitostí, jak se povесelit.

Na mnoha místech proběhly masopusty a plesy. Ani my jsme nezaháleli a 15. února jsme vyrazili na maškarní ples, který pořádal Domov na Jarošce. Na plese nechyběly nápadité masky, bohatá tombola a občerstvení. Zábavou nás provázela hudební skupina Orion, která nás nenechala





dlouho sedět a my šli na parket. Odpoledne jsme si moc užili a těšíme se na další shledání.

V úterý 13. února se u nás konala beseda s aromaterapeutkou a vedoucí Lékárny zdraví 3v1 Hodonín. Vyslechli jsme si přednášku na téma Duševní pohoda od A do Z. Příjemnou atmosféru navodila aromalampa s vonnými esencemi a nechyběla také ochutnávka bylinných čajů.

V naší dílně jsme se začali věnovat přípravám na jarní výzdobu. Vyzkoušeli jsme si výtvarnou techniku s pomocí soli. Sůl sypaná na malbu inkoustem nebo temperami, nám vytvářela krásné efekty.

Zvládli jsme také ušít voňavé levandulové pytlíčky, naučit se pletenou dekoraci z papírových ruliček a vinné révy. Vznikly tak krásné věnečky, kterými jsme si ozdobili prostory.



Zapečená rajčata se sýrem a kabanosem

V rámci nácviku vaření jsme si s uživateli připravili v naší kuchyňce vynikající zapečená rajčata s bramborami.

Ingredience:

- 8 větších rajčat
- 6 ks brambor
- 100 g kabanosu
- 50 g eidamu
- 1 lžička provensálského koření
- 1 lžička mleté sladké papriky
- 2 lžičky sušeného česneku
- sůl
- 1 kostka masoxu
- trochu másla a oleje



Postup:

Brambory pořádně umyjeme kartáčkem a nakrájíme na plátky. Smícháme olivový olej, sůl, sušený česnek, drcený kmín a mletou papriku. V pekáči rovnoměrně smícháme plátky brambor s připravenou kořenící směsí. Pečeme asi 25 minut na 230 °C. Brambory by měly být na krajích hezky křupavé a dozlatova opečené.

Rajčata rozpůlíme a lžičkou vydlabeme dužinu. (pozn. dužinu můžeme využít na přípravu salsy nebo rajské polévky.) Sýr a kabanos nastrouháme nahrubo, přidáme provensálské koření a špetku soli. Touto směsí naplníme rajčata a narovnáme do zapékací misky. Vložíme do předehřáté trouby, zapneme asi na 10 min na 200 °C. Zapečená rajčata podáváme s opečenými bramborovými plátky.

Dobrou chuť.

„Když člověk nepije, tak může ukázat, co v něm je“

3. Kapitola: Ve 30 letech jsem si poprvé uvědomil, že mám problém s alkoholem.

Ve 30 letech jsem si poprvé uvědomil, že mám problém s alkoholem. Můj otec onemocněl, musel odejít do důchodu, začal jsem s ním trávit více času a nedovolil jsem si k němu přijít opilý. Cítil jsem zodpovědnost za otce. V té době jsem byl podruhé ženatý a žil jsem s manželkou v Holíči, kde jsem měl autoopravnu. Začal jsem také chodit do poradny. Alkohol jsem 6 let nepil. S manželkou jsme se přestěhovali do Dolních Bojanovic, kde jsme koupili dům, ve kterém jsem měl svoji dílnu. Když po mě někdo něco potřeboval, většinou mi jako „úplatu“ za rychlejší vyřízení přinesl lahev alkoholu. Odolávat jsem nevydržel příliš dlouho. Zase jsem začal pít. Asi po půl roce jsem poprvé v životě nastoupil na odvykací léčbu, jaké to tam bylo vám rád přiblížím v dalších kapitolách. Během pobytu na odvykací léčbě jsem vyřídil prodej domu v Dolních Bojanovicích, protože jsem věděl, že kdybych se tam vrátil, jen těžko bych alkoholu odolával. Koupil jsem dům kousek od Kroměříže, kam jsme se s manželkou přestěhovali. Bez alkoholu jsem vydržel po odvykací léčbě 8 let.

Potom mě můj šéf poprosil, abych jeho synovi postavil závodní auto. Byla to pro mě obrovská výzva. Postavit závodní auto stojí tři a půl milionu korun. Spoustu času jsem trávil o samotě v dílně. A bohužel jsem si k práci začal kupoval lahev vodky. Zvládl jsem vypít litr vodky a při tom pracovat. Manželce jsem tvrdil, že mám moc práce, abych se mohl sám opíjet. Po nějaké době jsem začal mít problémy. Nedomákal jsem se na práci soustředit, přitom to pro mě tolik znamenalo. Pozoroval jsem, že alkohol opravdu otupuje mé

myšlení, a neodvádím kvalitní práci, to jsem si nemohl dovolit. Po domluvě s manželkou jsem nastoupil na interní oddělení nemocnice Kroměříž, kde jsem byl tři dny, abych přerušil to pití. V nemocnici jsem měl hodně času o všem přemýšlet, uvědomil jsem si, že jsem dostal životní šanci.

Víkendy jsem trávil jako šéfmechanik na závodech. Tam jsem pochopil jednu věc, většinou jsem začal pít, když jsem neměl žádný cíl. Neuměl jsem využít volný čas a udělal jsem to nejhoupější, co jsem mohl, začal jsem pít. Začal jsem o sobě pochybovat, když o sobě začnete pochybovat, potřebujete se poté něčím nakopnout.

Po tom víkendu jsem 11 let vydržel bez alkoholu.



Doplňovačka č. 1

Ve třetím sloupci doplňovačky získáte slovo, které doplníte do tajenky.

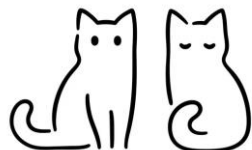
Doplňovačku pro vás připravil pan Karel Hladký.

B				Y	1. Mokřady
B				Y	2. Elektrické výboje
B				Y	3. Pneu kladiva
B				Y	4. Mléčné výrobky
B				Y	5. Cestovní výbavy
B				Y	6. Vyoraná místa
B				Y	7. Zdravotní přístroje
B				Y	8. Fiakry
B				Y	9. České město
B				Y	10. Bleskové partie šachu

Tajenka:

Je jedno, jestli je kočka černá nebo bílá,

hlavně.....



Nápověda:

1. bažiny, 2. blesky, 3. buchary, 4. brynzy, 5. batohy, 6. brázdý, 7. bemery, 8. bryčky, 9. Bišany, 10. bílicky.

Doplňovačka č. 2

T				Y	1. Kuřiva
T				Y	2. Lahodné moky
T				Y	3. Bývalá auta
T				Y	4. Papuče
T				Y	5. Ing., MUDr., DrSc
T				Y	6. Český hrad
T				Y	7. Ozdoba stěn
T				Y	8. Součásti sporáků
T				Y	9. Sázecí poukázky
T				Y	10. Karetní hra
T				Y	11. Procesy výtvorů
T				Y	12. Hudební díla

Tajenka:

Vraťme se ke starému.....

Nápověda:

1. tabáky, 2. truňky, 3. tudory, 4. trepky, 5. tituily, 6. trosky, 7. tapety, 8. trouby, 9. tikety, 10. taroky, 11. tvorby, 12. tokáty.