

4. číslo, vychází v únoru 2013

Domovský zpravodaj

KVÍTKO

Domov důchodců Šumperk, p.o.

U sanatoria 25, 787 01 Šumperk

Tel: 583 215 518

www.ddspk.cz

OBSAH

ÚVOD	3
CO SE UDÁLO.....	4
CO NÁS ČEKÁ... ..	5
KONCERT PRO DOBROVOLNÍKY	6
ZPRÁVY ZE STRAVOVACÍHO ÚSEKU	7
SLUŽBY NA DOMOVĚ	9
R O Z P I S PORADNÍCH DNŮ.....	10
KONTAKTY NA DUCHOVNÍ CÍRKVÍ	11
ZPRÁVY ZE SOCIÁLNÍHO ÚSEKU.....	12
JE KRIZE HROZBOU NEBO PŘÍLEŽITOSTÍ?	14
MISTROVSKÁ DÍLA	15
JAK PŘEŽÍT DEN V DD.....	17
JAKÝ ŽIVOTNÍ STYL ZVOLIT PRO ZDRAVÝ MOZEK.....	18
ZÁBAVA	20

ÚVOD

Vážené dámy,

vážení pánové,

každý den něco krásného končí a každý den něco krásného začíná. Skončil rok 2012, který byl v podstatě dobrý, přinesl i pár zlepšení navzdory obtížnějším podmínkám v ekonomické oblasti.

Podářilo se prohloubit spolupráci s městem. Město podpořilo lázeňská putování a mnozí z vás se podívali do Karlovy Studánky a do lázní Bludov. Ze sponzorských darů byly zakoupeny přenosné telefony na I. oddělní a zlepšilo se ozvučení společenského sálu a vstupní haly.

Ke změnám nedošlo jen v oblasti materiální, ale i společenské. Zapojení dobrovolníků převážně z řad studentů podpořilo myšlenku mezigenerační solidarity.

Rok, který nedávno začal, nebude snadnější. Můžeme doufat, že i on bude dobrý a přinese tolik očekávanou a potřebnou výměnu oken a řadu dalších zlepšení nejen ve sféře materiální.

Čas, který trávím mezi vámi, mě postupně přesvědčuje o tom, že k sobě vzájemně nalézáte cestu a vážíte si toho, že můžete žít ve společenství. A proto se všichni můžeme těšit z toho, že nám zatím štěstí přeje a že nikdo není sám.

„Dokud ti štěstí bude přát, budeš přátel mít mnoho, smutný až přijde ti čas, zůstaneš úplně sám.“

Publius Ovidius Naso

ředitelka

CO SE UDÁLO...

Měsíc září jsme zahájili ve sportovním duchu. Při krásném počasí jsme se na zahradě Domova utkali s uživateli z domovů Štítý a Libiny na tradičních sportovních hrách. Po prázdninové odmlce pro nás kapela KIKS a členky výboru obyvatel připravily Zpívánky. Pro velký úspěch zájezdu do lázní Bludov, který proběhl na jaře, byl tam znovu uspořádán výlet i v září. Měli jsme možnost se od tamního personálu o lázních něco dozvědět a nahlédnout do vnitřních prostor. Díky skvělému počasí jsme si i užili procházku venkovním areálem a posezení u kávy pod slunečníky na terase. Všem se výlet velice líbil.

V říjnu byl v našem domově Den otevřených dveří. Při této příležitosti vystoupily děti z družiny Speciální školy v Šumperku a zahrály divadlo „O veliké řepě“. Po dětském divadelním představení následovalo hudební vystoupení sólové zpěvačky Pavly Houserkové. Opět k nám zavítal pan Karel Šedivý s dalším pokračováním pořadu o Karlu Hašlerovi, věnovaném tentokrát životním osudům jeho synů. Nechybělo ani tradiční posezení s hudbou - Zpívánky.

V listopadu jsme byli pozváni do Domu kultury v Šumperku na koncert Motýlů. Ale i v našem Domově bylo v tomto měsíci mnoho zajímavých akcí. Křesťanské písně nám zazpívaly členky evangelického sboru. O nezvyklé vystoupení se postarala skupina Teens Jazzband, která nám hrála písničky tradičního jazzu 20. a 30. let. I letos nám přišli zahrát a zazpívat Doktoři, kteří opět nezklamali a s velkým elánem všechny přítomné bavili. Měli jsme možnost projevit své znalosti a zasoutěžit si na Mazaném Filipovi. Téměř na konci listopadu nás svou hudbou opět těšil KIKS při Zpívánkách. Na samém konci měsíce prezentovali svoje výrobky členky a členové Tvořivé dílny na vydařené předvánoční výstavce.

O první prosincovou akci se postarali dva mladí hudebníci Lojza a Heřman. Pěknými písničkami nás přišly potěšit také skautky I. dívčího oddílu ze Šumperka. Divadelní představení si pro nás opět připravily děti z družiny speciální školy, tentokrát „O Koblížkovi“. Blížící se Vánoce nám připomněla dobrovolnice Slávka Krejčí, která při kytáře zazpívala mnoho krásných vánočních písní a koled.

Těsně před Vánoci se nám představily děti z baptistické církve a nachystaly si pro nás divadelní představení o narození Ježíška a spoustu pěkných vánočních písniček a básniček.

V roce 2012 jsme si užili mnoho pěkných akcí, těšíme se na akce, které nás budou bavit v roce příštím.



Sportovní hry



Výlet do Bludova



Mazaný Filip

CO NÁS ČEKÁ...

Rok 2013 jsme odstartovali při krásném zpěvu učitelek ze Zábřeha a můžeme se těšit na mnoho dalších lákavých akcí. Josefovská zábava, Májové slavnosti, výlety, různé soutěže a kulturní vystoupení.

J. Zezulová

KONCERT PRO DOBROVOLNÍKY



Poděkování dobrovolníkům, docházejícím do Domova důchodců v Šumperku, se uskutečnilo prostřednictvím koncertu mladých hudebníků Lojzy Pospíšila a Heřmana Murína, začínajících muzikantů hudebního seskupení se zajímavým názvem Ungala-bungala.

Koncert proběhl v čase adventním, 3. 12. 2012, v prostorách společenského sálu Domova. Začátek byl v 14:00 hod., úvodního slova se ujala ředitelka Domova, Ing. Anna Podhrázská. Přivítala přítomné dobrovolníky, kteří se dostavili v počtu asi 25., někteří v doprovodu zástupců spolupracujících středních škol, a také přítomné uživatele, kteří se tu se „svými dobrovolníky“ společně setkali při zážitku hudebním i kulinářském. Paní ředitelka zmínila poselství letošního již končícího se kalendářního roku, který byl vymezen jako **Rok mezigenerační solidarity**, vyslovila poděkování a vyjádřila úctu všem dobrovolníkům, kteří v průběhu roku strávili v Domově 1102 hodin v dobrovolnické službě. Dobrovolníci napomáhají aktivnímu trávení volného času seniorů, dělají jim společnost, poskytují zábavu i doprovod na procházky či klékaři, zprostředkovávají kontakt s přirozeným prostředím. Také díky projektům dobrovolnictví je možno navázat tolik potřebný mezigenerační dialog, lze propojit zkušenosti různých generací, předat si lásku, úctu a porozumění. V průběhu koncertu předala koordinátorka dobrovolnictví sedm osvědčení dobrovolníkům, kteří v tomto školním roce odpracovali alespoň 50 hodin po zaškolení a pod supervizí. Jednalo se o Anetu Rýznarovou, Pavlínu Kubíčkovou, Veroniku Henzelovou, Pavlu Gajovou,

Ivu Johnovou, Evu Boberovou a Janu Svobodovou. Obě posledně jmenované budou nominovány i na cenu Křesadlo 2012.



A. Svozilová

ZPRÁVY ZE STRAVOVACÍHO ÚSEKU



DNA A CO O NÍ VÍME

Nemoc Dna patří mezi zánětlivé revmatické nemoci. Rozebereme si jaké hlavní příznaky a projevy má nemoc Dna. Uvedeme také základní informace o správné léčbě a také o tom, jak by měla vypadat dieta při Dně.

Nemoc Dna se projevuje tím, že máme **vysokou hladinu kyseliny močové** v naší krvi. Tělo má problém se této nadbytečné kyseliny močové zbavit. Z této nadbytečné kyseliny se pak tvoří malé **krystalky**, které se usazují hlavně v **kloubech** a okolních tkáních. To způsobuje záněty a bolestivost. Onemocnění Dna je mnohem častější u mužů než u žen. Mezi hlavní příčiny patří **genetika**, vysoké hodnoty triglyceridů, mužské pohlaví, časté **pití alkoholických nápojů**, nekvalitní a nezdravá výživa, časté užívání chemických léků.

Dna a její příznaky a projevy

Onemocnění Dna má většinou především tyto hlavní příznaky a projevy:

- **bolest palce u nohy** - často velmi silná bolest. Toto je často úplně první příznak Dny.
- **bolesti jiných kloubů** - objevují se i bolesti dalších kloubů (pata, zápěstí, koleno, kotník, prsty, rameno a další klouby).
- **zarudnutí** - postiženého kloubu
- **otok** - postiženého kloubu

Léčba a dieta

K léčení Dny se využívá kombinace speciální diety a léků. Užívají se léky na vylučování přebytečné kyseliny močové. Je také třeba upravit svoji stravu takovým způsobem, aby odpovídala zásadám diety při Dně. Je třeba se **vyhnout** hlavně **potravinám s velkým obsahem purinů** (vnitřnosti, uzeniny, sardinky, luštěniny, čokoláda, špenát, hrášek, ančovičky, chřest).



L. Skřivánková

SLUŽBY NA DOMOVĚ

Ordinace praktických lékařů v DD

I. pavilon - MUDr. Káňová Eva

pátek 13:30 - 19:00

II. pavilon - MUDr. Borek Miloslav

pondělí 16:00 - 18:00

středa 6:00 - 7:30

Ordinace odborných lékařů v DD

II. pavilon, suterén - MUDr. Příkryl Tomáš

pondělí, úterý, středa 8:00 - 16:00

pátek 8:00 - 12:00, TELEFON- 583 223 973

II. pavilon, suterén- MUDr. Novotný Miroslav,

MUDr. Havlík Vladimír

Čtvrtek 8:00 - 13:00

I. pavilon, 1. patro- MUDr. Kravčenko Leonit

středa od 8:00 - 12:00 HOD

Fakultativní služby

Kadeřnictví - I. pavilón, suterén

Úterý a středa 6:30 - 13:00

Holič - I. pavilón, suterén od 7:30 hod.

3. ledna, 7. února, 7. března, 4. dubna, 2. května, 6. června

Pedikúra - I. pavilón, suterén

Úterý, středa, čtvrtek 9:30 - 13:30

Kantýna

Pondělí 8:15 - 11:30 13:30 - 16:00

Úterý 8:15 - 11:30 13:30 - 16:00

Středa 8:15 - 12:00

Čtvrtek 8:15 - 11:30 13:30 - 16:00

Pátek 8:15 - 11:30 13:30 - 16:00

Sobota -

Neděle 14:00 - 16:00

R O Z P I S PORADNÍCH DNŮ



Poradní den pro sluchově postižené se uskuteční ve společenském sále vedle kantýny Domova pro seniory vždy ve čtvrtek

od 13,00 hodin do cca 13,45 hod. dle rozpisu:

BŘEZEN 28. 3. 2013

ČERVEN 27.6. 2013

ZÁŘÍ 26. 9. 2013

PROSINEC 12. 12. 2013

V tyto poradní dny bude přítomen pracovník SNN v ČR pracoviště Šumperk poskytující informace z oblasti sociálně-právní, občanům, se zdravotním postižením (konzultace k vybraným pomůckám pro sluchově a tělesně postižené občany - baterie do sluchadel, zesilovače, signalizace pro SP, vozíky apod.)

Mojmír J a n k ů
SNN v ČR, Šumperk

KONTAKTY NA DUCHOVNÍ CÍRKVI



V Domově důchodců působí pravidelně tyto církve

❖ CÍRKEV ŘÍMSKOKATOLICKÁ

Šumperk, Kostelní nám. 161/2, p Slawomír Sulowski a p Petr Káňa, T: 583 213 747, mobil 731 402 146

Bohoslužby pravidelně každou 1. a 3. sobotu v měsíci v 15:00 hod ve společenském sále a 24. 12. v 10:00 hod.

Setkání věřících v místní modlitebně každou neděli v 10:00 poslech bohoslužby z rádia Proglas

❖ CÍRKEV ČESKOSLOVENSKÁ HUSITSKÁ

Šumperk, Gen. Krátkého 896/14, p. Jan Sladovník,
T: 583 211 322, mobil 737 009 372

Setkání věřících každou 4. neděli v měsíci v 10:00 hod. a svátky dle plakátu na nástěnce.

❖ ČESKOBRASTRSKÁ CÍRKEV EVANGELICKÁ

Šumperk, Revoluční 1174/8, p Hana Ducho, T: 583 213 710,
mobil 737 681 009

Setkání věřících každé 2. úterý v měsíci v 15:00 hod. v místní modlitebně

CÍRKVE PŮSOBÍCÍ V ŠUMPERKU

❖ PRAVOSLAVNÁ CÍRKEV

Šumperk, K. H. Máchy, p Patrik Tabák, mobil 777 899 491,

❖ BRATRSKÁ JEDNOTA BAPTISTŮ

Šumperk, p Mrázek, mobil 777 579 033

Vikýřovice, Šumperská 272, p Lica Nicolae, mobil 721 659 228

❖ CÍRKEV ADVENTISTŮ SEDMÉHO DNE

Šumperk, Jánošíkova 897/3, p Stanislav Rusňák, mobil 736 771 697

❖ STAROKATOLICKÁ CÍRKEV

Šumperk, Husitská 898/14, p Pavel Cepek, T: 583 222 060,
mobil 732 848 187



ZPRÁVY ZE SOCIÁLNÍHO ÚSEKU

SKARTY - RYCHLÝ ZAČÁTEK, JEŠTĚ POMALEJŠÍ KONEC?

Vážení uživatelé sociální služby Domova, v tomto čísle časopisu bych Vás chtěla informovat o sKartách sociálních systémů. Uživatelé si budou moci i nadále nechat vyplácet příspěvky na péči, aniž by vlastnili sKartu. Novelu zákona, která to umožní, podepsal v sobotu 30. 12. 2012 prezident Václav Klaus. Podle původních zákonů se měly dávky od ledna vyplácet jen prostřednictvím sKaret.

PRACOVNÍ DOBA NA SOCIÁLNÍM ÚSEKU

Pracovní doba na sociálním úseku bude nadále prodloužena ve středu do 16:30 hodin včetně pokladny. Tato prodloužená pracovní doba je určena především návštěvám a rodinných příslušníkům. V případě osobní nebo telefonní domluvy se můžeme přizpůsobit požadavkům klientů a jejich blízkým kdykoli.

HOSTINSKÉ POKOJE

V našem Domově máme k dispozici hostinské pokoje pro rodinné příslušníky našich uživatelů. Tyto pokoje využívají rodiny uživatelů k pobytu přes noc, pokud přijíždějí na návštěvu ze vzdálenějších míst nebo chtějí s uživatelem trávit delší čas. Pokud máte zájem o ubytování rodinných příslušníků na hostinských pokojích, můžete osobně navštívit sociální oddělení nebo vzkázat po vedoucí oddělení, která se spojí se sociálním oddělením.



ZE ŽIVOTA NA DOMOVĚ

V našem Domově se pravidelně schází skupinka uživatelů ke hře kuželky. V zimě se scházejí na kuželně, která je umístěna v suterénu vedle prádelny a naši uživatelé zde pravidelně 3x v týdnu hrají kuželky a kulečnick. V létě při pěkném počasí hrají kuželky venku na zahradě areálu Domova. Pokud máte zájem se připojit k těmto uživatelům, jste srdečně zváni. Podrobnější informace Vám sdělí paní Příhodová nebo pan Kousal.



Další skupinkou, která se pravidelně schází a aktivně se baví, jsou uživatelky a uživatelé I. oddělení. Jejich příjemně strávený čas je věnován hře v karty.



K. Bílková, vedoucí sociálního oddělení

JE KRIZE HROZBOU NEBO PŘÍLEŽITOSTÍ?

(zamyšlení)

Krize je staré řecké slovo. Původně znamenalo rozeznávat, nebo také rozhodnutí a soud. Krize je signál, nebo také výzva. Současná společenská krize Evropy připomíná do jisté míry krizi z přesytenosti, a tak vlastně odkrývá skutečnou krizi, krizi z chudoby ducha a srdce.

Jsou dvě cesty, které z krize vedou. Jedna může vést ke katastrofě, jestliže jednotlivci nebo celé skupiny, které mají v rukou moc, budou uplatňovat jedině a pouze své vlastní zájmy a privilegia. Druhá cesta může být příležitostí a požehnáním, jestliže si uvědomíme, že je nutné brát ohled na lidi slabé a bezmocné a dokážeme zákonem omezit moc bezohledných.

Krize nám umožňuje zamyslet se nad opravdovými životními hodnotami. Nutí nás rozhodnout se, co je pro nás opravdu důležité. Rozhodneme se žít přirozeněji, prostěji, skromněji a lidštěji? Každý člověk je hoden našeho zájmu, ať už je to dítě nebo stařec, člověk nemocný i bezmocný.

V čem spočívá produktivita člověka neproduktivního? V jeho zkušenostech a prožitcích. A proto moudrá společnost si lidí tohoto věku nesmírně váží. Jsou schopni předat své zkušenosti dál, dalším generacím. Společnost neztrácí paměť.

Ale nejen lidé, ale také příroda kolem nás nemá nekonečné zdroje, začneme si všeho více vážit? Jak dlouho může ještě 20 procent světové populace spotřebovávat 80 procent přírodních zdrojů? Přiměje nás krize k tomu, abychom s málem došli dále?

Volně inspirováno knihou Ano životu, Phil Bosmans

MISTROVSKÁ DÍLA

(povídka)



Ředitel dlouho pochyboval o tom, jestli to opravdu byl dobrý nápad, ubytovat oba umělce v jednom pokoji. Ale ještě se nechtěl vzdát myšlenky, že by se zájmy obou mužů mohly doplňovat a jejich poslední roky by mohly být příjemnější.

Oba byli malíři, ovšem rozdílné povahy. Zatímco jeden se nesčetnými výstavami proslavil daleko za hranicemi země, druhý se živil jako profesor umění. Jeho malířské umění sotva překročilo práh jeho bytu a on sám obtížně navazoval kontakt s lidmi. Byl to spíš introvert, přemýšlivý typ, který se jen těžko otvíral jinému.

Když si zvykli jeden na druhého, snáze se jim také spolu hovořilo. Celé hodiny mluvili o umění a samozřejmě o životě. Hráli šachy, četli si nebo se mlčky oddávali svým myšlenkám.

Jednou za týden přicházela na návštěvu profesorova dcera. Někdy přivedla oba vnuky a pak bylo v jejich pokoji opravdu živo. Přinášeli květiny a malé dárky a švagr občas na stůl postavil láhev červeného vína.

Jednou pozdě večer seděli oba staří muži ve svém pokoji a mlčky vychutnávali dobré víno.

„Vždycky jsem snil o tom, že jednoho dne namaluji velkolepý obraz,“ řekl náhle profesor do ticha. „Žil jsem s tím obrazem, viděl jsem ho do posledního detailu, zářivost a strukturu barev hru světla - mistrovské dílo. Ale nebylo mi dopřáno namalovat ho. Nedokázal jsem to. Vysnil jsem si ho, ale nikdy jsem ho nevytvořil. Selhal jsem!“

„Co jsi to jenom za hlupáka!“ obořil se na něj jeho společník. „Copak jsi nepochopil, že každý člověk může vytvořit jen jedno opravdové mistrovské dílo? A to svůj život! Všechno, co činí, co ze sebe vydává, o čem přemýšlí, jak použije to, co dostal do vínku, jak stráví svůj čas a zabarví ho, to je jeho mistrovské dílo. A ty se tu trápíš kvůli nějakému nenamalovanému obrazu. Přitom si pravděpodobně probudil lásku k umění ve víc lidech, než by to kdy mohlo udělat tvé mistrovské dílo! Co jsem pak vytvořil já? Chodí za mnou snad moje obrazy? Věnují mi náklonnost a úsměv, přinesou mi láhev vína? Ne, visí teď v tmavých muzeích - přesně jako já.“

Na několik minut zavládlo ohromné ticho. Pak se učitel zvedl z křesla, šel ke svému příteli a s odevzdaným gestem ho objal.

Povídka z knihy Norberta Lechleitnera Oázy pro duši.

JAK PŘEŽÍT DEN V DD

J. Zácha

Jak přežít den v důchod'áku je jen jediné,

Co nás čeká a co nás jistě nemine.

Celý den se čeká, až se sešeří, pak se ženem' rychle všichni k večeři.

Po večeři, že se ptáme, do postele uléháme.

Ještě večer trošku pijem, ráno zjistíme, že žijem.

S postele nás vyženou, zas máme den před sebou.

Když jsem zdráv tak hajajá, lenóra mě popadá,

A já na ni, na tu mrchu, dám si honem dobrou sprchu.

Pak si řeknu: „Dobrý den.“ A jsem zase spokojen.

Po snídani na cvičení.

Do cvičení ráno chodím, co je nového, se dovím,

I když se mi někdy nechce, po cvičení je mi lehce.

Než-li by se člověk nadál, už je polední tu kravál.

Jaké bude překvapení? Jest polévka, nebo není?

Nebojte se lidičky, nazvedneme pokličky.

Máme pro vás novinu, máme ještě kantýnu.

Kdopak by snad pro to brečel, už je tady zase večer.

Nyní zase všichni směle, hupky hupky do postele.

JAKÝ ŽIVOTNÍ STYL ZVOLIT PRO ZDRAVÝ MOZEK

1. Vyvážená strava

Jezte vyváženou stravu (čerstvou zeleninu a ovoce).

Zahrňte do jídla lokální zeleninu, ovoce, doplňujte stravu o proteiny, mléčné výrobky a cereálie.

Součástí jídelníčku by měly být mořské ryby (tuňák, losos, makrela, sardinky, sled' apod.)

Přizpůsobte dávky jídla ve vztahu k jeho nutriční hodnotě, nepřejídejte se.

Jezte více jídla s nízkým glykemickým indexem (3).

Pokud můžete udělat alespoň jedinou věc, jezte více zeleniny, obzvláště zelené listové.

2. Zvládání stresu

Pravidelně cvičte kardiovaskulární nebo aerobní cvičení.

Snažte se o dostatečný spánek každou noc (přinejmenším 6 hodin).

Udržujte kontakty s rodinou a přáteli.

Praktikujte jógu nebo jiná cvičení uklidňující mysl, jako způsob relaxace.

Pokud můžete udělat jen jedinou věc, posaďte se každý den na 5 až 10 minut na klidném místě a alespoň zhluboka dýchejte a koncentrujte se na dýchání.

3. Fyzická cvičení

Nejprve si pohovořte se svým lékařem, zejména pokud necvičíte, máte nějaký zdravotní problém nebo realizujte zásadní změnu ve svém životním stylu.

Stanovte si rozumné cíle, kterých jste schopni dosáhnout. Začněte něčím, co vás baví a cvičte alespoň 15 minut denně. Postupně můžete přidávat.

Zahrňte cvičení jako součást každodenních činností. Snáze se tak stane zvykem.

Pokud můžete udělat jen jedinou věc, dělejte něco, co vám „rozbuší srdce“. Například chůze, běh, lyžování.

4. Mentální stimulace (činnost)

Zkoušejte se zabývat různými činnostmi, včetně těch, o kterých si myslíte, že vám „nejdou“. Zkoušejte stále něco nového. Např. zpívejte, kreslete, malujte, cvičte si taneční kroky, učte se žonglovat, vyřezávejte apod.

Bud'te zvědaví! Seznamte se s místní knihovnou, vyhledejte místní organizace, které nabízí různé vzdělávací programy, zapojte se do literárních kroužků apod.

Pracujte s hlavolamy, křížovkami, sudoku, hrajte různé hry jako šachy, dámu, karty. ALE NEZAPOMÍNEJTE zařazovat stále nové věci a zvládnete-li něco, zkoušejte jiné varianty. Dělat více a častěji toho co zvládáte, není to, co vám pomůže bystřit mozek.

Zkuste zařadit vhodné počítačové programy pro cvičení mozku.



ZÁBAVA

Všeobecný přehled

Kdo je autorem románu *Vojna a mír*? a) Michail Šolochov
b) A.S.Puškin c) L.N.Tolstoj

Co je erytrocyt? a) červená krvinka b) bílá krvinka
c) krevní plazma

Kdo vynalezl penicilin? a) J.J.Jánský b) A.Fleming
c) M.Edmund

Prvním americkým prezidentem byl? a) A.Lincoln
b) G.Washington c) T.Jefferson

Kdo napsal operu *Turandot*? a) G.Puccini b) A.Vivaldi
c) F.Chopin

Hádanky

Má to 6 nohou, 2 hlavy, 2 ruce, 4 uši a kráčí to po čtyřech, co je to?

Kdo má v předu 2 oči, ale vzadu ještě spoustu dalších?

Neustále to mění tvar, ale přesto je to stále kulaté?

Pokud předběhnete závodníka, který je na 2.místě, na kterém budete vy?

Správně poskládejte slova

AKUHRŠ
BRAOZ

AKČŽÝVAK

MUENLO
EÝBRL

PAUŠPKEO

ÍSAVETN
NVIYON

EŽALV

ČÍKL
OLOKČDAÁ

PTOIKREAN

BMBORAR
PSEÍŇ

KALAPSTE

Vtipy

Přijde had k doktorovi a říká:

"Děsně mě bolejí nohy pane doktore!"

"Sestro! Proč budíte toho pacienta?"

"On ještě nebral prášky na spaní!"

Manželé přišli k doktorovi a ten říká manželovi:

"Víte, ta vaše manželka se mi vůbec nelíbí."

Manžel na to:

"Ani mně, pane doktore."

"Co vám operovali?"

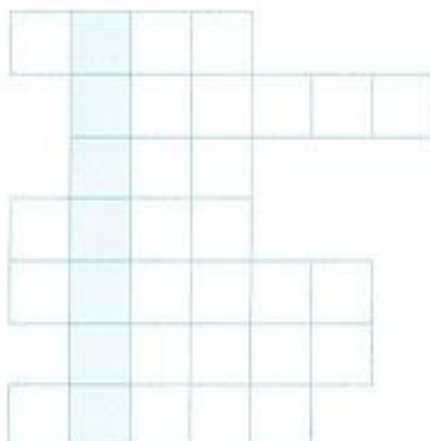
"Já nevím, oni mě předtím uspali."

Přijde babka po dlouhé době k lékaři a doktor se jí ptá:

"Tak co babi, pročpak jste u nás tak dlouho nebyla?"

"Já jsem byla nemocná, pane doktore..."

Vyluštíš křížovky? Doplň slova protikladná.



velká
dlouhý
světlo
nahoru
tmavá
rovná
přední

Tajenka: