

Domov důchodců Šumperk, p.o.
U sanatoria 25, 787 01 Šumperk
Tel.: 583 215 518
www.ddspk.cz

5. číslo
září 2013

Domovský zpravodaj **KVÍTKO**



OBSAH

ÚVOD.....	3
CO SE UDÁLO	4
CO NÁS ČEKÁ	6
VELETRH SOCIÁLNÍCH SLUŽEB 22.5.2013.....	6
JARMAREČNÉ PUTOVÁNÍ - ZÁJEZD ŠTÍTY	7
REMINISCENČNÍ TERAPIE.....	7
NAVÁZÁNÍ SPOLUPRÁCE NAŠEHO DOMOVA SE ZUŠ ŠUMPERK.....	8
KOLIK STOJÍ RADOST?.....	9
SPORTOVNÍ HRY V LIBINĚ.....	10
A NĚCO PRO ZAJÍMAVOST.....	10
ARTRÓZA.....	11
SLUŽBY NA DOMOVĚ.....	11
ZÁBAVA.....	12

ÚVOD

Vážené dámy, vážení pánové,

právě otevíráte páté číslo Domovského zpravodaje - Kvítka. Pětka je specifické číslo života a lidské zkušenosti, máme pět prstů, pět smyslů, pět chutí a řada dalších symbolů je s ní spojena.

Jako každé, obsahuje i toto číslo ohlednutí za uplynulým obdobím a připomínku toho, co můžeme ve zbytku roku očekávat.

Naše očekávání jsou však vzájemná. Vy požadujete od zaměstnanců Domova příjemné jednání a chování, zaměstnanci naopak doufají ve Vaše pochopení. Finanční situace je v tomto roce natolik složitá, že jsem byla nucena zrušit 12 pracovních pozic, zejména v obslužných profesích: kuchyň, úklid, údržba, prádelna, administrativa, pokladna. Počet vedoucích oddělení se ze čtyř snížil na dvě.

Realizace opatření byla nezbytná z ekonomických důvodů. Sami víte z tisku, rozhlasu i televize, že náklady na energie rostou, mimořádně vzrostly i platby za vodu a odpady, rostou ceny potravin, ale dotace ze strany státu klesají.

Byla jsem nucena snížit náklady, zejména mzdové, snížením počtu zaměstnanců, protože jsem nezvýšila Vaše úhrady za pobyt, které jsou od 1.1.2010 stejné. Proto se na Vás obracím s prosbou o pochopení nové situace, která se projeví např. v omezení počtu hodin na pokladně sociálního úseku od 1. září.

Tolik očekávaná Realizace energeticky úsporných opatření - výměna oken a zateplení pláště budov Domova - bude zahájena 2.9.2013 a ukončena do 1.11.2014. Celá investice bude hrazena z prostředků Olomouckého kraje. V této souvislosti Vás rovněž žádám o pochopení. I když se na nová okna všichni těšíme, bude jejich výměna spojena s řadou nepříjemných jevů, např. hlukem, prachem apod.

Vážené dámy, vážení pánové,

přeji Vám, abyste dny, které máme ještě v tomto roce před sebou skutečně prožili, protože „Žít, to je nekrásnější věc na světě, neboť většina lidí jen existuje.“ (Oscar Wilde). Určitě se nám žít společně podaří i s pomocí vycházejícího pátého čísla Domovského zpravodaje - Kvítka.

ředitelka

CO SE UDÁLO...

Tento rok jsme zahájili při krásném zpěvu sboru učitelek ze Zábřeha na Moravě a také při Zpívánkách, které pro nás připravila kapela KIKS a členky výboru obyvatel.

V únoru proběhl turnaj ve společenských hrách, zajímavé věci jsme se dozvěděli při cestopisu o Jemenu a také jsme si zazpívali při Zpívání s kytarou s dobrovolnicí paní Slávkou Krejčí.

V měsíci březnu jsme shlédli divadlo „Zvířátka a loupežníci“, které si pro nás připravily děti z družiny v Podhradí při Speciální škole v Šumperku a zazpomínali jsme si při zábavném vystoupení nazvaném „Jak jsme slavili MDŽ“. Březen byl na akce velmi bohatý a tak jsme se dále pobavili při tradiční Josefovské zábavě. K tanci a poslechu nám hrálo duo Pepa a Vašek, shlédli jsme ukázky standardních i latinsko-amerických tanců v podání tanečnicků z Klubu sportovního tance NEXT Šumperk a díky sponzorům také nechyběla bohatá tombola. Tím však ještě nebylo březnovým akcím konec. Proběhla i Velikonoční výstavka výrobků tvořivé dílny a také setkání uživatelů s paní ředitelkou.



V dubnu jsme se opět něco zajímavého dozvěděli, tentokrát při přednášce na téma Jeseň a jejich krásy. Poslechli jsme si první část cestopisu na téma Jeruzalém, kde jsme shlédli pro nás exotické fotografie. A také tento měsíc nechyběly naše Zpívánky se skvělou kapelou KIKS.

V měsíci květnu nám přišly popřát ke Dni matek děti z mateřské školy Veselá školka a vyslechli jsme si druhou část cestopisu o Jeruzalému. Znovu nás přišly pobavit svým divadelním vystoupením děti z družiny v Podhradí, tentokrát pohádkou O Sněhurce. V sobotu 25. května 2013 jsme si vyjeli na výlet a navštívili jsme jarmark ve Štítech v rámci „Jarmarečného putování“. Ve Štítech jsme shlédli bohatý kulturní program, prohlédli stánky s tradičními rukodělnými řemeslnými výrobky a užili si atmosféru jarmarku. Květen jsme zakončili Májovou veselí s hudebním programem manželů Skalníkových, krásným tanečním vystoupením dětí ze skupiny Tornádo a bohatým občerstvením. Také jsme se zúčastnili Veletrhu sociálních služeb, který pořádalo Město Šumperk, na němž vystoupila naše domovská skupina KIKS a sklídila velký úspěch.

V červnu jsme byli pozváni na Sportovní hry společností PONTIS Šumperk, o.p.s., kde jsme si zasoutěžili v různých sportovních i zábavných disciplínách (např. věšení prádla na čas, šroubování uzávěrů na plastové láhve, poznávání léčivých bylin a další). Ale i v našem Domově bylo v tomto měsíci mnoho zajímavých akcí. Krásné skladby různých žánrů nám zahrály děti z hudební školy PAMFILIA, proběhlo Zpívání s kytarou s paní Slávkou Krejčí i odpolední piknik na zahradě spojený s grilováním a posezením u hudby, kterou zajistila naše skupina KIKS a také pan Jarmar. Dále jsme jeli na výlet do Loučné nad Desnou, kde jsme se prošli parkem okolo rybníka a příjemně jsme poseděli v restauraci u dobré kávičky nebo jiné dobroty. Tento výlet finančně podpořila dobrovolnice paní Pavlínka. Také proběhlo setkání uživatelů s paní ředitelkou. To vše završily Sportovní hry v Libině, kam jsme byli pozváni spolu s dalšími domovy a kde jsme se zúčastnili se třemi družstvy sportovních soutěží. Přesto, že počasí nám nepřálo a akce byla přesunuta pod střechu, jsme se hezky pobavili při soutěžích i následné volné zábavě a tanci, což dokumentují i pořízené fotografie.

V prvním půlroce 2013 jsme si užili mnoho pěkných akcí a můžeme se těšit na akce další, které nás budou bavit v druhém pololetí...

K. Sokolová



Májová veselice



Vystoupení skupiny Tornádo



Vystoupení Sboru Seniorek



Sportovní hry PONTIS

CO NÁS ČEKÁ...

Ve druhém pololetí letošního roku nás čeká spousta zajímavých kulturních, sportovních i společenských akcí. V nejbližší době si zasoutěžíme 5.9. při Sportovních hrách s účastí uživatelů z DD Libina a DD Štítý, 18.9. si zazpíváme na Zpívánkách se skupinou KIKS, 9.10. proběhne Den otevřených dveří...

Těšíme se, že se s Vámi na těchto akcích uvidíme.

Aktivizační pracovnice

Při přípravě plánu na příští období bychom velmi ocenili Vaše podněty. Zajímalo by nás, zda máte zájem o přednášky na odborná témata (např. zdraví), cestopisy, hudební vystoupení, koncerty vážné hudby, dětská představení, apod. Uvítáme i Vaše tipy na výlety a společné akce. Přijďte se s námi podělit o Vaše nápady. Děkujeme.

Aktivizační pracovnice

VELETRH SOCIÁLNÍCH SLUŽEB 22.5.2013

Letošní májové počasí se předvedlo v mokré kráse blátivých kaluží, promáčených šatů a ledově prokřehlý rukou. Dokonce ani kroupa neváhala dopadnout na probouzející se přírodu a zmáčené hlavy nás, reptajících lidiček, kteří jsme snad naštěstí stále její součástí. Skrze mraky nesměle nakukující slunce v nás nepřestávalo živit naději, že jarní teplo krajem zavládne, tato naděje však dosud naplněna nebyla. Alespoň je stále důvod na něco vzpomínat, na něco klít a na něco se těšit. A my se těšili. V měsíci květnu bylo naplánováno více poutavých akcí, ale jedna z nich tu byla pro nás, žijící a pracující na Domově, nová. Veletrh sociálních služeb pořádaný v rámci komunitního plánování v parku „na letňáku“. Začátek programu byl v deset hodin dopoledne, stánkové a stanové základy jsme pokládali již o hodinu dříve. Záměrem pořadatelů byla prezentace sociálních služeb našeho regionu, a to zejména pro širokou veřejnost. Záměr i organizace, včetně pohoštění účinkujících a zdařilé moderaci, byl vskutku bohublý, leč matka Příroda měla jako již tolikrát poslední slovo. Veřejnost široká i úzká zůstala povětšinou v teple svých domovů, zatímco pod deštníky schovaní poskytovatelé, uživatelé a spřátelené duše sociálních služeb vlastními těly zachraňovali propagační letáčky, výrobky a ostatní vystavované poklady svých zařízení. To vše ovšem s výbornou náladou a úsměvem na tváři. Vždyť co jiného nás společně vytahuje z louží, než naše soukromé slunce v duši, náš úsměv. Za náš Domov přijali pozvání ke kulturnímu vystoupení naši výborní „Kiksáci“ a zhostili se jej vskutku se ctí. S půvabnými moderátorkami v zádech a deštníky nad hlavou celý půlhodinový program zahráli a zazpívali s plnou vervou, jako by snad ani nelilo, ale slunce svítilo nad hlavou. Z publika je přijelo povzbuzovat vlastním hlasovým fondem několik skalních fanoušků a fanynek z řad našich uživatelů, personál,

včetně paní ředitelky, napomáhal mocným potleskem. Upřímně řečeno nápomoci ani nebylo třeba, neboť skupina Kiks byla opravdu ohromná a zasloužila si obdiv všech přítomných, včetně mé osoby. Na chvíli dokonce rozehnali dešťové mraky... Tímto bychom chtěli nejen účinkujícím, ale také povzbuzujícím a všem, kteří se na této milé akci podíleli, vyjádřit poděkování. Přejeme jim sluníčko, ať už to nebeské, nebo někdy „jen“ to v duši, po celé jejich dny současné i příští.

A. Svozilová

JARMAREČNÉ PUTOVÁNÍ - ZÁJEZD ŠTÍTŮ

Poněkud neobvykle v sobotu 25. 5. byl vybrán zájezd do Štítů na jarmark. Den byl krásný, sluníčko svítalo, autobus připraven, posádka nastoupila v pohodě. Příjezd do Štítů překvapující, chladno, vítr, lehké oblečení. Co si nyní počít? Nezbylo, než-li se ukrýt v hospodě. Mezitím, co se v hospodě hodovalo, zahájení jarmarku začalo. Cimbálovka zahrála a uvítala p. starostu na přípitek slivovice na dobrý průběh. Jelikož se s nimi již znám - ozval jsem se - co já? Odezva - tolik toho zase není. No to vaše posezení. Zahájení velkolepé. Nastoupily děti, ty nejmenší předškolního věku, přestože bylo chladno cvičily úžasně. Potom nastoupily mažoretky asi do devíti let, krásně nacvičené a barevně sladěné. Následovaly různé tance, sólové zpěvy, recitace, všechno děti ze školy Štítů. Pak zase přišla na řadu cimbálovka, hrála svižně a vesele. Také vyprávění člena kapely bylo veselé a vtipné. Po cimbálovce nastoupila dechová kapela v modernějším provedení. Co se týká jarmarečních stánků, bylo plno, nám bylo blaho, jenže pro nás příliš draho. Náš autobus parkoval pod kopcem. Čekání bylo zpestřeno příjezdem p. Dana, který měl dovézt z náměstí invalidní vozík k autobusu. Bylo to z kopce, tak si naň sedl, že sjede dolů, to se jede, toto fičí, však tam dole jsou hasiči. Vozík pádí, kdo to ví, kdo ten vozík zastaví...

Děkujeme za zájezd, J. Zácha



REMINISCENČNÍ TERAPIE

V našem Domově probíhají v rámci ergoterapeutických programů různé aktivity pro uživatele. Cílem dnešního článku je blíže si představit reminiscenční terapii (reminiscence = vzpomínání).

Tato aktivita je pravidelně zařazena pro uživatele na oddělení se zvláštním režimem v rámci aktivizačních programů DD. Reminiscenční terapie probíhá ve starodávně zařízené místnosti, která je vybavena nábytkem a předměty denní

potřeby našich prarodičů, je zde vytvořen útulný „obývací pokoj“, který připomíná zařízením domácnost našich babiček... Pokoj je také vybaven funkčním gramofonem pro přehrávání dobových nosičů (gramofonových desek), což využíváme pro navození atmosféry, či jako podnět k diskuzi. Posezení je prostorově řešeno formou většího stolu, kolem kterého probíhá ve skupině terapie reminiscenčního charakteru. Skupina bývá vytvořena podle aktuálního zájmu obyvatel, aktivita probíhá v počtu maximálně 8 uživatelů, personálně je zajištěna aktivizačními pracovníci. Obsah hovorů se odehrává podle předem připravených tematických bloků, které se zpravidla vztahují k jednomu vybranému tématu, často v souvislosti s ročním obdobím, aktuálními svátky a připravovanými akcemi (masopust, Velikonoce, první máj, Vánoce...). Na schůzkách využíváme podnětné předměty, fotografie, dobové nahrávky hudby atd.. Dále je také možné využívat vzpomínkové krabice uživatelů pro individuální reminiscenční terapii. Pro naše uživatele je velice důležitá možnost vzpomínání, vyměňování si vzpomínek ve skupince s ostatními uživateli či aktivizačním pracovníkem, možnost přenést se do často nejkrásnějšího období života - do bezstarostného dětství a zavzpomínat na tehdy prožité události, ať již rodinné nebo společenské... Také získaný pocit vlastní důležitosti, sounáležitosti a podpory zde hraje velkou a nezaměnitelnou roli při posílení sebevědomí a při vyrovnávání se s omezeními, které postupné stárnutí organismu člověku přináší...

K. Sokolová

NAVÁZÁNÍ SPOLUPRÁCE NAŠEHO DOMOVA SE ZUŠ ŠUMPERK



Jednoho pěkného červnového dne do Domova zavítala skupina děvčat, které navštěvují výtvarný obor ZUŠ Šumperk pod vedením paní učitelky PhDr. D. Vilišové. Požádali jsme je, aby nám pomohla se zútulněním oddělení Domova se zvláštním režimem. Žákyně si již dříve připravily své návrhy na malby na zeď a z nich ty nejvhodnější jsme použili. Takže během jednoho

dne nám chodba ožila - dnes zde najdete rozkvetlou letní louku, zátiší s odpočívající kočkou a v respiriu i akvárium s barevnými rybičkami. Děvčata se pustila do práce s velkým nasazením a my, personál i uživatelé na oddělení,

jsme jen sledovali, jak malby na stěnách postupně vznikají a vypadají stále lépe a lépe. Uživatelé se zájmem pozorovali, co se to kolem nich děje, často bylo slyšet i pochvalná slova nebo společnou diskusi nad malbami. Bylo vidět, že setkání studentů se seniory a zdravotně postiženými lidmi může být obohacující a příjemné pro všechny a společný zájem může propojit generace. Vzhledem k oboustranné spokojenosti budeme na podzim ve vylepšování prostředí na tomto oddělení dále pokračovat. Za možnost zrealizovat tento nápad moc děkujeme vedení ZUŠ Šumperk, paní učitelce, dětem a také sponzorovi firmě SCA Hygiene Products, s.r.o., díky které jsme mohli nakoupit barvy a výtvarné potřeby.

K. Sokolová

KOLIK STOJÍ RADOST?

Známe to asi všichni. Času je málo, práce hodně, a abychom se z toho všeho kolem skutečně nezbláznili, děláme si, alespoň ti prozřetelnější, radost ve dny sváteční i všední. Odměny mohou být různé. Někdo zajde s rodinou na dobrý oběd, dopřeje si masáž, zajde do kina nebo na koncert. Ženy dají přednost nové róbě nebo krému 100% liftující obličej v každém věku, muži si vydechnou třeba na bowlingu, nebo jen tak s přáteli v oblíbené hospůdce u zlatavého moku... Všechno toto v pravdě záslužné odměňování stojí, jak jinak, někdy větší, někdy menší částku peněz, tedy námi vytvořené hodnoty, jíž jsme v tomto systému odměňování. Ale možná, že se dají použít i jinak...



Jsou mezi námi lidé, kteří upřednostní nové oblečení a zájezd do hor za radost, kterou darují těm druhým, a to nejlépe těm, u nichž možnosti odměňování jsou značně limitovány, ať již financemi, zdravím, nebo vysokým věkem. A naštěstí jich není zas tak málo... Paní Pavlína Doskočilová rozdává lásku a porozumění nejen ve svém soukromém životě, ale také jako dobrovolnice v Domově důchodců. Navštěvuje zde ubytované seniory, pomáhá jim při jídle, doprovází na procházky, předčítá z knih a časopisů. Každou druhou sobotu společně s manželem a synem pomáhá uspořádat Mši svatou. Pomáhá na společenských akcích, při soutěžích, Domov se jí stal tak trochu druhým domovem... V letošním roce odměnila naše seniory sponzorským darem, ze kterého byly

zakoupeny etno-nástroje určené k hudební produkci klientů závislých na péči druhých. Skoro každý je schopen rozeznít hrom, rozezvuchet píšťalu či nechat zpívat tibetskou mísu hudbou svého srdce. Zvláště ti, kteří již nemají možnost komunikovat se světem obvyklým způsobem, mají příležitost vyjádřit se způsobem vlastního nitra, které rezonuje v meditačním tónu spolu s ostatními muzikanty. Aby radosti nebylo málo, druhým dárečkem byl společný výlet do zámeckého parku v Loučné nad Desnou. Navzdory nezvykle horkému červnu se přidalo téměř 20 seniorů, z toho pět na invalidních vozících! Nálada byla skvělá, prohlídka přiměřeně náročná a rozhodně obohacující, občerstvení na Rybářské baště výborné. Prostě radost a veselí, jaké si člověk nemůže dopřát každý den. A paní Pavlína s rodinou? Myslím, že jejich odměnou byly úsměvy na tvářích lidí, kteří díky jejich štědrosti a altruismu mohli na pár hodin vyrazit za hranice všedních dnů. Závěrem zamyšlení jen krátce, ale upřímně:

DĚKUJEME ZA RADOST!

A. Svozilová

SPORTOVNÍ HRY V LIBINĚ

Domov důchodců Libina nás pozval na sportovní hry. Naši uživatelé pozvání rádi přijali a 26.6.2013 jsme se her zúčastnili. Díky nepříznivému počasí musela být akce přesunuta do vnitřních prostor starší hospůdky U Lišáka. To ale vůbec ničemu nevadilo, protože i tak jsme se příjemně pobavili. Ředitel Domova důchodců Libina nás všechny srdečně přivítal a popřál příjemnou zábavu. Kromě nás byl také pozván Domov důchodců ze Štítů a Sociální služby Šumperk. Naši uživatelé utvořili 3 družstva a hezky si zasoutěžili. Všichni účastníci byli samozřejmě odměněni. Soutěžilo se ve 3 netradičních disciplínách - například se navlékaly korálky na tkaničky. Nechybělo ani bohatě připravené občerstvení. K poslechu nám hrála velmi příjemná hudba a mnohé z nás vylákala i na taneční parket.

Myslím si, že mohu za všechny poděkovat za pozvání a příjemně prožité odpoledne.

Aktivizační pracovnice

A NĚCO PRO ZAJÍMAVOST...

Září je devátý měsíc gregoriánského kalendáře a má 30 dní. Kolem 23. září začíná na severní polokouli podzim (podzimní rovnodennost). Staročeské označení tohoto měsíce bylo zářuj nebo zárij, což znamená „za říje“, odvozování od slunečního záření je pouze lidovou etymologií. Mnoho jazyků převzalo jeho latinský název September (**šlo o sedmý měsíc před reformou kalendáře**). **V září začíná období podzimní sklizně. Kromě ovoce a brambor dozrává také vinná réva a chmel.** Proto se v lidové tradici **českých zemí** odehrávají v tomto měsíci tzv. sklizňové slavnosti - vinobraní, dočesná. **28. září je dnem sv. Václava.** Dnes je tento den státní svátek, v nedávné minulosti to byl den, kdy se v hornatých krajích sváděl dobytek z letních pastvin do vsí k přezimování...

K. Sokolová

ARTRÓZA

Artróza (osteoartróza) je bolestivé **onemocnění kloubů**, které velmi často postihuje lidi zhruba od 50-ti let věku. Statistiky hovoří až o 80%, s věkem nárůst onemocnění ještě stoupá. Artrótickými příznaky však mohou trpět i lidé podstatně mladší. Artrózou jsou postiženy nejčastěji **velké klouby**, páteř a některé malé klouby rukou. Nemoc se projevuje nejen **bolestí**, ale i **omezením funkčnosti kloubů**, otokem kloubu či deformací. O artróze se dá hovořit jako o jedné z **civilizačních chorob**. Na jejím vzniku se významnou měrou podílí životní styl. Bohatá a tučná strava, která způsobuje obezitu, nedostatek kvalitního pohybu, nebo naopak nepřiměřená či jednostranná fyzická zátěž. Vrcholový sport kloubům rovněž neprospívá.

Léčba

Protože příčiny vzniku artrózy nejsou zcela jasné a známé, neexistuje zatím přesně cílená léčba, která by vedla k úplnému uzdravení postiženého kloubu. Jde tedy především o zpomalení procesu, o zlepšení celkového stavu kloubní výživy a fyzioterapii. V pokročilém stádiu lze přistoupit k operativnímu řešení.

Prevence

Prevence artrózy spočívá v udržování **optimální váhy, fyzické kondice, pohyblivosti kloubů a svalů**. To lze docílit pravidelným cvičením, které není příliš silové a jednostranně nezatěžuje určité klouby. Správné stravování s obsahem vitamínů a minerálů tělu i kloubům jistě prospěje. Je vhodné některé látky užívat i prostřednictvím doplňků stravy, jako např. **kolagen, vitamíny D, E, při nedostatku čerstvé zeleniny a ovoce i vitamín C**.

K. Sokolová

SLUŽBY NA DOMOVĚ

Ordinace praktických lékařů v DD

I. pavilon - MUDr. Káňová Eva
úterý 14:00 - 16:00
pátek 13:30 - 19:00

II. pavilon - MUDr. Kopecká Božena
(ordinuje v ordinaci MUDr. Borka)
pondělí 16:00 - 18:00
úterý, čtvrtek 8:00 - 10:00

Ordinace odborných lékařů v DD

I. pavilon, 1. patro
MUDr. Kravčenko Leonit
středa od 8:00 - 12:00

II. pavilon, suterén
MUDr. Přikryl Tomáš
pondělí, úterý, středa 8:00 - 16:00
pátek 8:00 - 12:00, tel.: 583 223 973
MUDr. Novotný Miroslav,
MUDr. Havlík Vladimír
čtvrtek 8:00 - 13:00

Další služby v DD

Kadeřnictví – I. pavilón, suterén

úterý a středa 8:00 - 13:00

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

5. září, 3. října, 7. listopadu, 5. prosince 2013

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 -

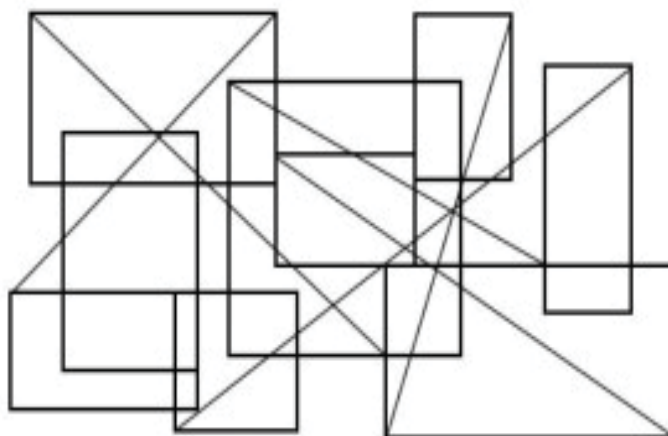
Neděle 14:00 - 16:00

ZÁBAVA

Pro pobavení:

Přijde zákazník k holiči, sedne na křeslo a povídá: „Chtěl bych to takhle: Jednu kotletu nechat do půli tváře, druhou celou vyholit. Nahoře to ostříhejte, aby to trčelo přímo nahoru a nedalo se to česat, a vzadu mi vyholte pár míst až na kůži.“ „Pane,“ zděsí se holič, „takhle vás ostříhat nemůžu!“ „Jak to, že ne?“ zlobí se chlápek. „Minule jste mě takhle ostříhal!“

Odmyslete si diagonální čáry. Kolik je na obrázku obdélníků?



Hledejte ve větách ukrytá jména:

Vezmi ten stojan a odnes ho ven, prosím.

Pepa vlastně nic nechtěl, byl jen zvědavý.

Odneste rezavé naběračky do sběru.

Vida, viděli jsme i to, co jsme vlastně nechtěli.

Tu tvoji říkanku opravdu neznám.

Hádkanky:

Matka s otcem mají 6 synů.

Každý syn má jednu sestru.

Kolik členů má rodina?

Na střeše sedí 7 vrabců.

Kolik jich tam zůstane,
když jednoho zastřelíš?

Správné odpovědi si můžete ověřit u aktivizačních pracovníků.