

# Zpravodaj

# Korýtko



## *Vážení čtenáři Zpravodaje Korýtko!*

Jak teče voda v potoku, tak přibývá rok po roku... čekání na přestavbu našeho Korýtko.

Hola hola, nové Korýtko nás pomalu volá.

Už abychom v něm byli a potěšilo nás pohledem a pohodlím.

Velikonoční svátky jsme prožili každý po svém. Během nich byly v televizi samé pohádky a tak se mi v noci zdálo, že jsem se stala krásnou královnou. Jméno jsem si sice nezapamatovala, ale úsměv mi zůstal na tváři i po probuzení. Sny umí být nádherné.

Ať obyvatelům domova zůstane úsměv na rtech, i když se občas nedaří. Protože nejšťastnější je člověk ten, co miluje a je milován.

*Barbara Mitáčková*

„Život mi připadá příliš krátký,  
abychom jej strávili živením nepřátelství  
nebo hledáním špatností.“

Charlotte Bronte (1816 – 1855).



*Mgr. Šárka Menšíková*

## V Domově Korýtko pokračuje celková rekonstrukce



## V Domově Korýtko pokračuje celková rekonstrukce



## Nový vůz naší organizace

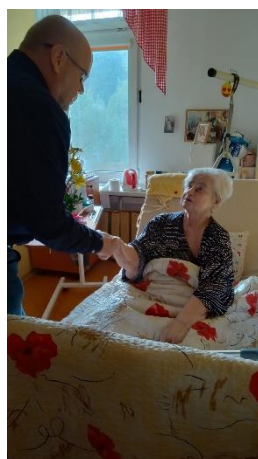
V únoru letošního roku jsme pořídili nové vozidlo pro potřeby našich zaměstnanců a klientů. Jedná se o osobní automobil Hyundai i30 Combi. Přeji všem řidičům spoustu najetých kilometrů bez nehod a našim klientům komfortnější přiblížení za dalšími zážitky.



*Jan Seidler, ředitel*

## MDŽ 8. 3. 2024

I letos dostaly uživatelky a zaměstnankyně Domova Korýtko kytičky k MDŽ, které jsme nakoupili v květinářství „Co Zahrada dala“ z Frýdku – Místku. Ženy se radovaly z krásných kytiček složených z frézií, narcisů a mini karafiátů. Jako každým rokem je rozdával pan ředitel spolu s panem provozním.



## Koncert k MDŽ 11. 3. 2024

V pondělí 11. 3. 2024 jsme uspořádali v tělocvičně na ulici Hladnovské koncert k MDŽ. Zahrála nám „Malá dechovka z Hrabové“. Pánové z dechovky se sami nabídli, že za námi přijedou a zahráli nám zdarma.



## Pečení dortu

Paní Ludmila – uživatelka oddělení C2 oslavila 19. 3. 2024 kulaté životní jubileum, proto jsme se rozhodly, že jí upečeme na oslavu dort. Dortík se nám náramně povedl a také moc chutnal.





## Oslava 80-tých narozenin

V pátek 22. 3. 2024 jsme na oddělení uspořádali oslavu paní Liduše. Domluvila jsem se s dcerou, jak si oslavu přeje, dcera zakoupila občerstvení, my jsme upekly dort a nachystaly výzdobu a vše, co je potřeba na pořádnou oslavu. Popřáli jsme s kytičkami, sladkostmi a dortem. Dcera pro nás nachystala koláče a sekanou svíčkovou. Všichni jsme si pochutnali, uživatelé si připili šampusem a hlavně jsme spolu strávili krásné dopoledne. Popřát přišla i paní Slaná s pejskem Sofinkou.



## Oslava 80-tých narozenin



## Velikonoce 2024

Květná neděle zahajuje tzv. pašijový (Svatý či Velký) týden, kdy si připomínáme poslední dny Ježíše Krista před jeho ukřižováním. Následují Modré pondělí, Šedivé úterý, Škaredá středa, Zelený čtvrtek, Velký pátek, Bílá sobota a Boží hod velikonoční (neděle vzkříšení). Jaký symbolický význam jednotlivé dny mají a které tradice se s nimi pojí? **Co je pašijový týden, kdy začíná a kdy končí?**

**Pašijové dny, tzv. Svatý týden,** jsou tradiční křesťanské svátky, které navazují na 40denní půst a předcházejí Velikonocům. Připomínáme si během nich poslední dny Ježíše Krista před jeho ukřižováním. **Začínají Květnou nedělí,** která odkazuje na Ježíšův vjezd do Jeruzaléma, a **končí velikonoční vigilií, což je noc z Bílé soboty na neděli, kdy vstal Kristus z mrtvých.**

Pašijové dny mají hluboký náboženský význam a pro mnoho křesťanů představují čas k zamyšlení, pokání a modlitbě. V mnoha církvích se během nich konají speciální bohoslužby, jako jsou procese, kázání, modlitby a zpěvy.

### **Květná neděle**

Někdy bývá zvaná také Palmová. Připomíná Ježíšův vjezd do Jeruzaléma, kdy ho obyvatelé vítali jako krále a oslavovali palmovými ratolestmi.

### **Modré pondělí**

Tento den se nesmělo pracovat, býval chápan spíše jako odpočinkový, kdy hospodyně mohly nabrat síly na následující dny pečlivého gruntování. Opravovaly se rozbité věci a vyklízelo vše nepotřebné. Právě v tento den by se domácnost měla ozdobit osením, které symbolizuje jarní přírodu.

### **Šedivé úterý**

Bývá nazýváno také Žluté, přičemž obě barvy odkazují na proměnlivé jarní počasí. Žlutá symbolizuje svítící slunce, šedá zataženo. Šedá rovněž symbolizuje prach, neboť se v souvislosti s úklidem zametalo a vymetaly se pavučiny.

## Velikonoce 2024

### **Škaredá středa**

Je připomínkou dne, kdy Jidáš zradil Ježíše. V tento den by se neměl nikdo mračit, aby se pak nemračil celý rok.

### **Zelený čtvrtek**

Staví se poslední večeře Ježíše s jeho učedníky. Přestávají zvonit zvony (odlétají do Říma) a nahradí je klapačky.

### **Velký pátek**

Je dnem hlubokého smutku, kdy se nekonají mše, pouze se čtou texty a zpívá se. Současně se odhaluje a uctívá kříž. V tento den lidé vstávali rovněž velmi brzy a omývali se v potoce studenou vodou, aby se chránili před nemocemi.

### **Bílá sobota**

Představuje den smutku u Ježíšova hrobu. Nekonají se mše, až po západu slunce začíná noční bohoslužba coby oslava vzkříšení. Končí Svatý týden. Bílá sobota je dnem svěcení ohně. Zapaluje se paškál (velikonoční svíce) a s ním se přenáší oheň do kostela.

### **Boží hod velikonoční (vzkříšení, Neděle velikonoční)**

V tento den vrcholily velikonoční svátky. V kostele se světily pokrmy, hospodyně prostíraly slavnostní stůl. Pekly se vdolky, koblížky, koláče i buchty, nechyběl masový vývar, mazanec ani beránek.

### **Pondělí velikonoční**

Zvané též Červené. Do Svatého týdne nepatří, nemá náboženský význam a symbolizuje spíše oslavu jara. Je dnem spojeným s pomlázkou a velikonočním hodováním. Chlapec, který přišel jako první do domu, byl obdarován nejvíce. Jeho pomlázkou potom hospodyně vyšlehala domácí zvířectvo, aby se „pomladilo“. Známá je i babská pomlázka, která probíhala v úterý, kdy vdané ženy oplácely šlehání mužům.

Zdroj: [Velikonoce a Pašijový týden: Připomeňte si tradice a zvyky – Dama.cz \(dama.cz\)](http://Dama.cz)

## Návštěva školní družiny ZŠ v Palkovicích

Děti ze školní družiny ZŠ v Palkovicích spolu se svou vychovatelkou nám v pátek 22. 3. 2024 volaly přes aplikaci WhatsApp a pozvaly nás na úterý 26. 3. 2024 odpoledne na velikonoční tvoření do družiny. Uživatelé i děti se na toto odpoledne velmi těšily. PSS oddělení C2 upekly pro děti dvě bábovky, dětem jsme dovezli pití a sladkosti. Děti nás netrpělivě vyhlížely z oken školní družiny a ochotně nám pomáhaly nosit věci z auta a přidržovat vchodové dveře do školy. Ve školní družině bylo vše již nachystáno, děti si posedaly k uživatelům, dokonce si z minulé návštěvy pamatovaly jejich jména. Nejdříve paní vychovatelka přečetla různé hádanky a děti spolu s uživateli hádaly. Potom jsme nachystaly občerstvení, naši uživatelé si pochutnali na kávě a s dětmi pak na bábovce a minerálce a slaných i sladkých pochutinách. Paní vychovatelka spolu s paní asistentkou měly pro děti a uživatele připravené vystřihovánky s velikonoční tematikou, které si děti spolu s našimi uživateli vymalovaly, nalepily na špejli a my jsme si je mohli odvést do Domova a vyzdobit s nimi kulturní místnost. Potom se utvořily týmy mezi uživateli a dětmi a vždy šla skupinka za dveře, děti poschovávaly čokoládová velikonoční vejíčka a skupina, která byla za dveřmi je hledala, po nalezení se společně vyfotili. Protože bylo nádherné počasí, vydali jsme se s dětmi i na školní zahradu, kde jsme si poseděli na lavičkách, popovídali si a děti nám předvedly, jak jsou šikovné na hrazdě a dalších prolézačkách. Mezi dětmi a uživateli se zrodil nápad, že bychom v létě uspořádali na hřišti sportovní odpoledne a zapojili i rodiče dětí a tak si mohli opéct párky. Uvidíme, zda se nám nápad podaří zrealizovat a už teď se moc těšíme. Děkujeme paní vychovatelce a paní asistenci a dětem za krásně strávené odpoledne.

## Návštěva školní družiny ZŠ v Palkovicích



## Návštěva školní družiny ZŠ v Palkovicích



## Velikonoce na oddělení C2

Na Velikonoce jsme se moc těšili, protože rádi tvoříme a pečeme. Upekli jsme si linecké cukroví, beránky, nádivku a také jsme zapekli klobásky. Oddělení jsme si vyzdobili výrobky z předešlých let, ale také „zapichovátky“, které jsme si dovezli ze školní družiny a nově jsme si vyrobili zajíčky a naseli osení. Naše šikovná PSS Evča nakreslila velké zajíce a kuřátko, kterými jsme si ozdobili chodbu. A na velikonoční pondělí jsme si spolu poseděli v kulturní místnosti, vypili kávičku a popovídali si.



Mgr. Šárka Menšíková



## Josefovská Zábava

18. března klienti Domova se zvláštním režimem oslavovali, tančili a velmi dobře se pobavili na Josefovské zábavě. Oslavenec si zábavu také hezky užil.



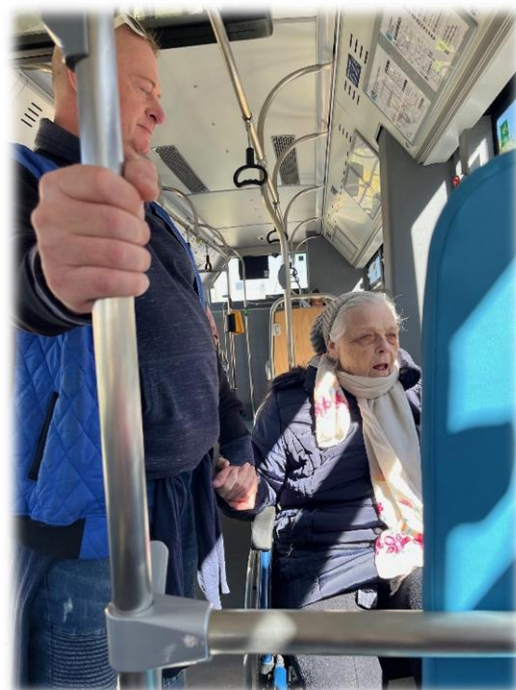
## Snídaně na přání

Na konci března měli klienti Domova se zvláštním režimem snídani na přání. Připravovaly se kraslice, vyfukovaly vejce a zároveň se smažila domácí vaječina. Všem moc chutnalo.



## Škaredá středa, návštěva kostela, velikonoční trhy

Škaredou středu si klienti služby Domova se zvláštním režimem náramně užili. Vařili škaredou domácí polévku, která byla ovšem výborná. V rámci velikonočních svátků jsme také navštívili místní kostel, který je poblíž Masarykova náměstí + velikonoční trhy.



## Posezení s duchovní sestrou

Ve středu 27. 3. 2024 před Velikonočními svátky jsme se na chvíli zastavili. Na postním setkání s modlitbou křížové cesty jsme se dotkli podstaty Velikonoc.

Velikonoce jsou oslavou smrti a vzkříšení Ježíše Krista. Již dva tisíce let křesťany posiluje jistota víry, že na život nejsme sami. Těsně před svým návratem k Otci Pán Ježíš přislíbil: „Já jsem s vámi po všechny dny až do konce světa!“ (Mt 28,20). Tím ale řekl totéž i všem generacím po něm. Modlitba křížové cesty, kterou jsme spolu v domově prožili, není jen připomínkou nějakých historických událostí. Nebo jen příležitostí, jak si uvědomit, že náš život je plný bolavých skutečností. To víme i bez ní.

Je to především způsob, jak propojit to těžké s Ježíšem Kristem a s jeho láskou. Jak prožít, že na život nejsme sami. Je tu Ježíš, který se nás chce ujmout a provést nás životem. Vždyť pro něho „žádná tma není temná; noc jako den svítí“ (Žl 139,12).

Žít v Ježíšově přítomnosti však neznamená pouze si uvědomovat, že Bůh někde je a nějak o nás ví... Svým vtělením s námi Ježíš navždy spojil svůj život. Tak intenzivně, že všechno, co žijeme, prožívá spolu s námi.

Ježíš však je s námi jinak než lidé. Oni jsou s námi jakoby „zvenčí“. Snaží se nás pochopit, potěšit, pomoci. Avšak Ježíš je v našem srdci, je s námi „zevnitř“. To je úplně jiná kvalita. Není s námi jako ten, kdo nás na chvíli navštíví a projeví svůj soucit, a pak se vrátí domů. Ježíš s námi spojil svůj život naprosto a navždy. Tedy všechno, co prožíváme, prožívá s námi a rozumí nám. Protože právě On vzal na sebe na své křížové cestě naše starosti a bolesti. Vzal je na sebe před dvěma tisíci lety a udělal to jednou a pro vždy. To je pro nás důvod, proč si nezoufat ani v těžkých situacích a nepropadat beznaději. Právě Jeho přítomnost v našem životě je cestou, jak s naději projít těžkostmi, jak to zvládnout.

## Posezení s duchovní sestrou

Ale nejen to. Pokud se svými selháními přijdeme k Pánu, dostaneme novou šanci. Bůh obnoví náš život. Protože Bůh začne být v našem životě přítomný. Křížová cesta může být tedy jedinečným nástrojem, jak se ještě úžeji spojit s Ježíšem a zakusit jeho dar uzdravení.

Dnes už nejsme schopni zrekonstruovat Ježíšovu cestu od soudce Piláta až na Golgotu přesně krok za krokem. Ale zastavení, která vytvořila křesťanská tradice, jsou vyjádřením víry, že Ježíš je s námi v každé situaci, i když to necítíme.

Modlitba křížové cesty je tedy příležitostí, abychom Ježíše na své vlastní životní cestě začali vidět. Ne jako toho, kdo stojí mimo nás, kdo sleduje, jak ji zvládáme, ale jako toho, kdo žije, raduje se a trpí v nás. Je to příležitost pro setkání s ním ve vlastním srdci.

Tak třeba zastavení křížové cesty, kde Ježíše nespravedlivě odsoudili na smrt. Mnohdy jsme i my zakusili nespravedlnost, odsuzování. Podobně Ježíšovy tři pády, které na své poslední cestě zakusil. Nepřipomínají naše životní selhání. Avšak On vstal a šel dál. Nebo jak Ježíši vzali poslední majetek, který měl. Šaty. Není i nám to blízké. Avšak o svobodu a osobní vztah s Otcem ho obrat nemohli.

S tímto vědomím jsme vstoupili do slavení Velikonoc, kdy znovu si připomínáme skutečnost, že Ježíš po své smrti byl vzkříšen k věčnému životu.

*(Čerpáno z myšlenek Vojtěcha Kodeta).*

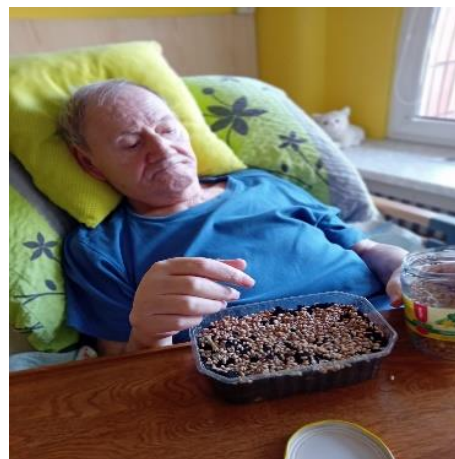


## Velikonoční výzdoba a pečení na oddělení C1

Aktivizační pracovníce s klienty a rodinným příslušníkem vytvořili velikonoční ozdoby a nazdobili patro i terasu. Vše se jim náramně povedlo.



## Pečení Jidášů a mazanců na oddělení C1



## Velikonoční Mše svatá

Dne 13. 4. 2024 před Velikonocemi jsme se společně účastnili slavnostní mše svaté. Klientů bylo mnoho a bylo to krásné jako vždy. Ale jak se říká dobří lidé se vejdou všude.





## Duchovní nedělní posezení

Aktivizační pracovnice v neděli pořádá duchovní posezení s klienty a nakonec jim vždy pouští Mši Svatou online z kostela Svatého ducha, tak jak říká, my teď nemůžeme do kostela tak kostel přichází k nám.



## Křížova cesta na C1

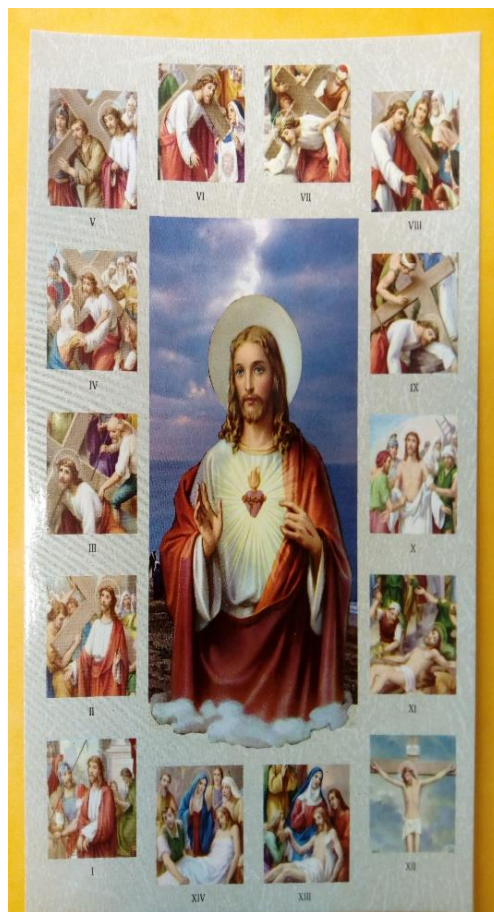
Každý rok na velký pátek se společně projdeme křížovou cestou, formou četby a modlitby při jednotlivých 14 zastaveních Ježíše na křížové cestě.

Kvůli mně jsi šel na Golgotu,  
Kvůli mně jsi nesl kříž,  
kvůli mně jsi snášel urážky a výsměch.

Kvůli mně ses nechal bít.  
kvůli mně jsi nesl korunu z trní,  
kvůli mně jsi byl Bohem opuštěn.  
Na tobě spočinula veškerá vina světa,

Také i moje jen stěží tomu rozumím.  
Pane Ježíši Kriste,  
odpustils mi všechny viny.  
Díky tobě jsem šťastný a svobodný,  
dáváš mi nový, věčný život.

Můj Pane, tvá láska je tak veliká,  
že ji nikdy nepochopím,  
a přece ti chci za ni děkovat.  
A tak se kořím a skláním před tebou.



## Velikonoční malování vajíček

V neděli 24. března jsme se sešli s našimi milými uživateli k plánované akci malování velikonočních vajíček, což je pro mnohé z nás tradice k uvítání jara.

Na zahradě u budovy Na Liščině jsme si natrhali vhodné bylinky k přípravě, neboť jsme zvolili techniku obalování vajec kytičkami a následné vaření v cibulových slupkách.

K mé radosti se zapojilo hodně uživatelů, nejen ženy a celou akci jsme si společně užili. Měli jsme připravená vejíčka od našich slepiček, cibulové slupky, obnošené silonky, a pustili se do díla.

Uchopili jsme vejíčko, přiložili kytičku, obtáhli silonkou a pořádně utáhli provázkem. Vejce jsme vložili do hrnce s vodou a slupkami z cibule a vařili. Poté jsme společné dílo nechali vychladnout a silonku s kytičkou sundali. Vajíčka jsme namazali sádlem pro vysoký lesk.

Akce se vydařila, uživatelé byli spokojeni ze společných chvil i konečného výsledku naší práce. Odměnou nám jsou krásná velikonoční vejce, která nám na tváři vykouzila úsměv.



## Tvarůžkobraní na pokračování

V budově Na Liščině probíhala na počátku roku šlapací výzva. Cíle byly úspěšně naplněny, jak jsme psali v minulém čísle. Namotivovaní klienti dostali od jednatele loštické tvarůžkárny voňavý dárek a to velké množství tvarůžků. Protože nebylo v našich silách je sníst najednou, tak jsme první várku naložili do piva a za promítání dokumentu „Olomoucké tvarůžky, příběh neobvyklé vůně“ si je klienti vychutnali na opečeném chlebu. Zbývající tvarůžky jsme využili do slaneho jarního koláče s medvědí česnekem. Obojí byla nesmírná dobrota a pro účastníky šlapací výzvy skvělá odměna (o kterou se rádi podělili i s ostatními obyvateli Liščiny)



*Karolína Stachová*

## Oslava MDŽ a jarní tvoření

8. března jsme Na Liščině oslavili MDŽ. V dopoledních hodinách jsme hráli v jídelně bingo, když do toho vstoupili dva „velcí“ muži, pan ředitel a pan provozní v záplavě květin. Popřáli ženám hezký svátek a předali kytičky. Odpoledne jsme si pak udělali v jídelně posezení ala „kavárničku“ s různými druhy káv. K těm upekla klientkám aktivizační pracovnice Martina s pomocí technické pracovnice Zdenky skořicová srdíčka z listového těsta.

Zároveň se některé klienty uložili do polohovacího křesla a nechaly se hýčkat pleťovými maskami a masáží obličeje. Všechny přítomné vypadaly spokojeně a věříme, že se akce líbila. Během března vyráběly klientky s aktivizační pracovnicí jarní výzdobu na dveře pokojů. Využily proutky, sušenou levanduli z loňského léta a také dřevěné špachtle. Hned nám ty chodby vypadají lépe.



## Zahradničení Na Liščině

V úterý 12. 3. jsme se pustili do výsadby semínek rostlin a rozsazování již vyklíčených paprik, která nám podarovala personalistka (a velká zahradnice) paní Konderlová. Bylo třeba udělat prvně pořádky s květináči. Vyhodili jsme zvadlé vřesy, vyčistili hlínu a zasadili jsme už ven ředkvičky, majoránku, kedlubnu a pažitku. Do menších semenáčků jsme vysadili rajčata, naklíčené papriky a lichořeřišnici. Nesmělo chybět ani několik výměn názorů, ohledně těch nejlepších postupů při zahradničení (protože, každý si během života vytvořil ten svůj osvědčený). Byly určeny dvě nejvíce disciplinované klientky, které udrží rostlinky při životě před přesazením ven. Vzaly svou funkci velmi zodpovědně. Hrabání v hlíně nás všechny moc baví, každá přiložila ruku k dílu.



## Sluníčko hřejivé

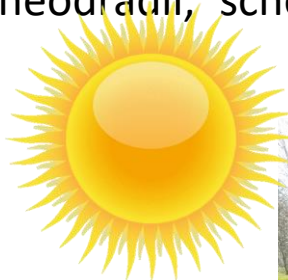
### Au, au, to bolí

Už je pěkně, slunko svítí,  
včelky venku lítají,  
med pro naše zdraví sbírají – keře a stromy opylují.  
Jedna včelka se na mě nazlobila,  
a do prstu mi zaútočila.  
Krásné písně si broukala,  
a žihadlo mi v prstu nechala.  
Pak už dál nečekala,  
do dálky se stěhovala.  
Au, mě to bolí!



Barbara Mitáčková

Sluníčko nás láká ven všechny – lidi, zvířátka i hmyz. Klienti rádi vyráží vstříc slunečním paprskům do zahrady a pozorují probouzející se přírodu kolem. Nejraději se usadí pod terasou, pečovatelky jim uvaří kafičko, povídají si a sbírají ze sluníčka potřebný vitamín D. Ani vítr nás přes velikonoční svátky neodradil, schovali jsme uši do šátků a užívali si pobyt venku.



Karolína Stachová

## Setkání s anděly

Jak jsme se na nedávném školení s otcem Tomiczkem dozvěděli, jen velmi málo lidí je zcela ateistických, bez jakékoliv víry. Mnoho z nás věří, že existuje „něco mezi nebem a zemí“ a jednou z těchto variant může být existence andělů.

Pečovatelka Milada, si v pátek 29. 4. povídala se skupinkou klientek o tom, jak má každý z nás svého anděla, jak nám pomáhají a je jen potřeba ho umět správně požádat o pomoc. I mezi lidmi mohou být andělé.. Společně si také četly skutečné příběhy lidí, kteří se s anděly setkali, příběhy k zamyšlení, k zasmání i poučení. Byly to také příběhy o zkušenosti stáří k níž lidé dospějí v průběhu života. Některé příběhy byly velmi dojemné a vehnaly přítomným do očí slzy. Pracovnice měla s sebou také andělské tarotové karty, které si klientky vybíraly a byly překvapené, jak popis pasoval na jejich životy. Našly v nich často povzbuzení.





## Pořízení defibrilátoru

Začátkem roku jsme mohli pořídit díky podpoře Nadace ČEZ DEFIBRILÁTOR!



Defibrilátor je navržen tak, aby udržel naživu pacienta trpícího srdečním záchvatem a pomocí hlasových pokynů v českém jazyce umožnil jednoduchou obsluhu i laickým uživatelům.

Zařízení automaticky analyzuje EKG signál pacienta a rozhoduje, zda-li je defibrilace nutná či nikoliv.

Defibrilátor je umístěn v objektu Na Liščině.



Děkujeme za poskytnuté finanční prostředky.

## Pozor! Blíží se léto – optimální pitný režim

Pitný režim je přísun vody do těla člověka. Musí pokrýt denní potřebu organismu a jeho ztráty vody.

Kolik vody bychom měli vypít? Co je optimální pitný režim?

Je to vždy individuální!

V praxi je velmi častá dehydratace. Lidé jsou mylně přesvědčení, že pijí dostatek tekutin. Voda je potřebná pro lidský organismus, neumí si ji vyrobit sám. Přibližně 60 – 70 % těla je tvořeno vodou.

Když pijeme málo tekutin = jsme unavení, slabí, doslova vyšťavení, dehydratovaní. Je to také častá příčina bolestí hlavy.

Ale ani příliš velké množství vody není pro tělo prospěšné.

Jakmile venku vystoupí teplota nad 30°C, potřebujeme větší množství vody. Vodu ztratíme dýcháním, pocením.

Říká se, že bychom měli denně vypít asi 1,5 – 2 litry vody. Ale je třeba pít častěji, v menších množstvích, např. každou hodinu sklenici.

Ochucené minerální i sycené nápoje, nektary, džusy by se měly omezit. Jejich nadměrný příjem je rizikový pro rozvoj obezity a jiných zdravotních komplikací.

## Pozor! Blíží se léto – optimální pitný režim

Piji málo? Pak se dostaví příznaky:

Pocit žízně, únava, malátnost, slabost, suchá pokožka a rty, jazyk, třes těla, bolest a točené hlavy, nízký tlak, zrychlená puls, kolaps.



## Dotazníkové šetření spokojenosti

VÁŠ

NÁZOR

JE DŮLEŽITÝ



Domov  
**Korýtko**  
příspěvková organizace



Zapojte se do dotazníkového šetření  
spokojenosti s poskytovanými službami.

Dotazník můžete vyplnit do 30. 6. 2024 online nebo  
v listinné podobě.



Formuláře v listinné podobě jsou na vyžádání u vedoucí/ho služby a sociální pracovnice.

## Stavění Májky

# Stavění Májky

**Úterý 30. 4. 2024 v 14.00 hodin.**

**Terasa Domova Korýtko  
Hladnovská 751/119.**

**Zahraje hudební skupina  
DUO POHODA.**

**Vystoupí "Bubnovací kruh z C1".**

**Občerstvení zajištěno.  
Tombola.**

## Taneční terapie

*TANEČNÍ TERAPIE S TANEČNÍM  
MISTREM PANEM PETREM VELETŮU A  
DĚTMI Z MŠ ŠPÁLOVA*

*PONDĚLÍ 13. 5. 2024  
V 10.00 HODIN V TĚLOCVIČNĚ  
NA HLADNOVSKÉ*



*Mgr. Šárka Menšíková*

## Zájezd na Pustevny

# ZÁJEZD AUTOBUSEM NA PUSTEVNY

Úterý 18. 6. 2024  
Odjezd:  
V 9.00 hodin Na Liščině  
V 9.15 hodin Hladnovská

## PC kurz



**BAVÍ VÁS PRÁCE NA POČÍTAČI?  
CHCETE SE NAUČIT NĚCO NOVÉHO?  
POŘÁDÁME POČÍTAČOVÉ KURZY PRO  
SENIORY ZDARMA.**

**PRO BLIŽŠÍ INFORMACE VOLEJTE:  
TEL: 777 480 114**



**KURZ JE FINANCOVÁN Z PROGRAMU NA  
PODPORU ZDRAVÉHO STÁRNUTÍ V MSK.**

*Mgr. Šárka Menšíková*



## Poznáváme Českou republiku a její kraje

Česká republika se skládá ze 14 krajů a v minulém vydání jsme se podívali do kraje Zlínského.



Dnes navštívíme Olomoucký kraj.



Zdroj: [https://cs.wikipedia.org/wiki/Kraje\\_v\\_%C4%8Cesku#/media/Soubor:CoA\\_CZ\\_regions.png](https://cs.wikipedia.org/wiki/Kraje_v_%C4%8Cesku#/media/Soubor:CoA_CZ_regions.png)

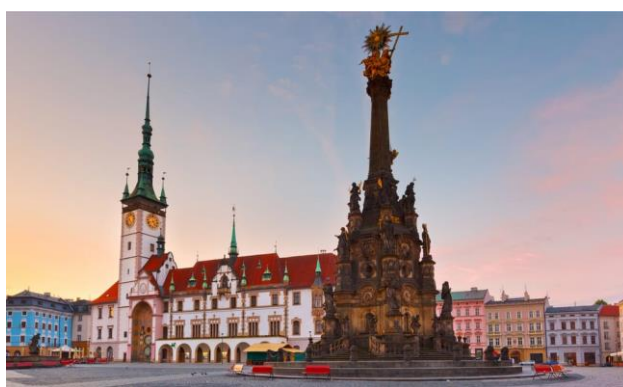


## Olomoucký kraj



Olomoucký kraj se rozkládá ve střední části Moravy a zasahuje i do její severní části. Kraj se člení do 5 okresů. Zaujímá rozlohu okolo 5271 km<sup>2</sup> a žije zde okolo 632tisíc obyvatel.

Okresními městy jsou Olomouc, Jeseník, Prostějov, Přerov a Šumperk. Město Olomouc je také městem krajským.



## Olomoucký kraj



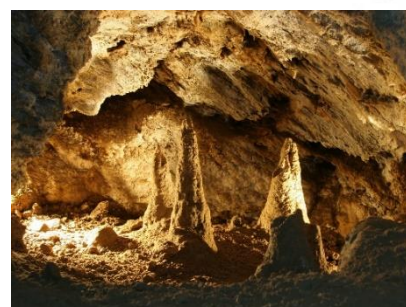
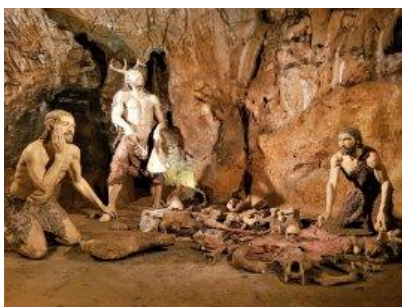
Olomoucký kraj nabízí velké množství přírodních zajímavostí. Severní část kraje je pokrytá pohořím Jeseníky s nejvyšší horou Praděd (1 491m.).



V Chráněné krajinné oblasti Jeseníky se nachází nejrozlehlejší moravské rašeliniště Rejvíz, vodní nádrž a elektrárnu Dlouhé stráně na vrcholu kopce.



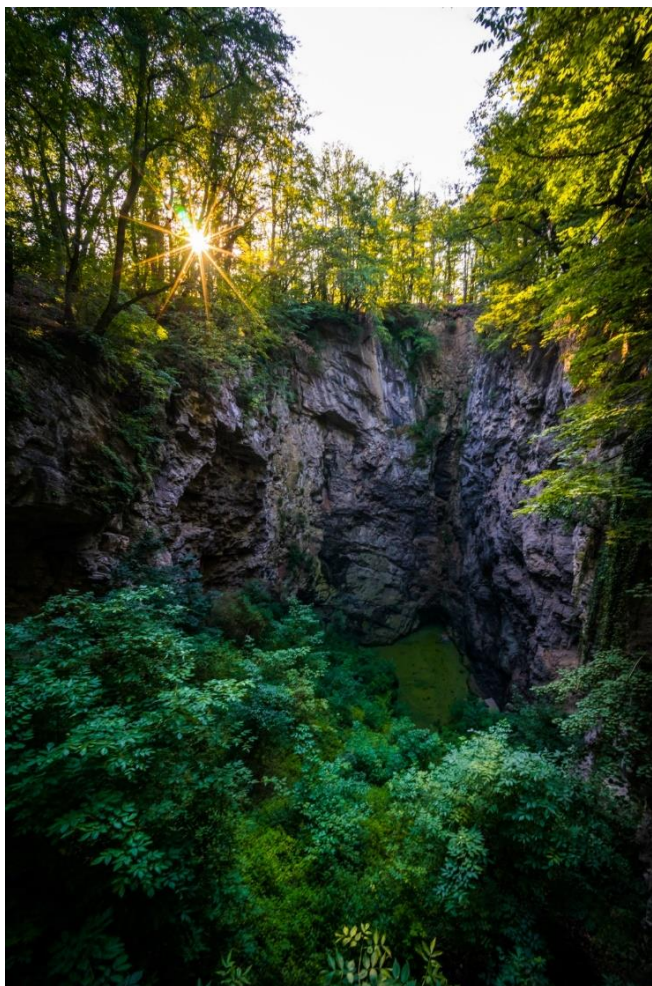
V kraji leží i řada jeskyní – Javoříčské, Mladečské a Zbrašovské aragonitové jeskyně.



## Olomoucká kraj



V Olomouckém kraji se také nachází světový unikát, kterým je Hranická propast. Propast je součástí Hranické krasu, který leží mezi obcemi Teplice nad Bečvou a Hranicemi. Propast je s celkovou naměřenou hloubkou 519,5 metrů nejhlubší propastí ČR a současně, díky rekordní hloubce vody 450 metrů, také nejhlubší zatopenou propastí světa. Ovšem, samotné dno jezírka je stále velkou záhadou, geologové se domnívají, že jeho hloubka může být 700 až 1000 metrů.



## Olomoucký kraj



V Olomouckém kraji se nachází velká řada památek. Mezi ty nejznámější a nejnavštěvanější patří hrad Bouzov, hrad Helfštýn nebo hrad Šternberk.



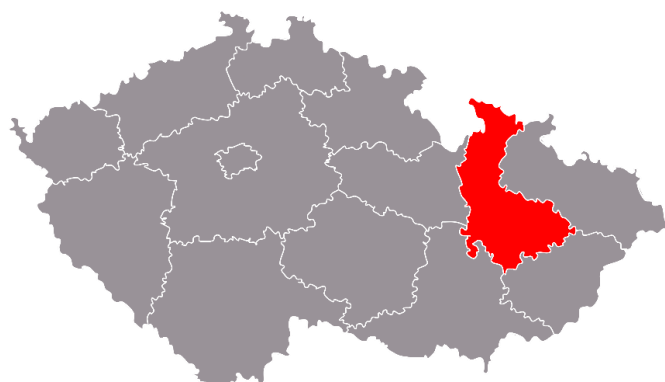
Nepřehlédnutelnou dominantou a chloubu Olomouce je Bazilika na Svatém Kopečku. K chrámu Navštívení Panny Marie na Svatém Kopečku po staletí směřovaly kroky poutníků a to i dnes. Další z nejznámějších památek v Olomouci je sloup Nejsvětější Trojice, který je zapsán na seznam UNESCO.



## Olomoucký kraj- závěr

V Olomouckém kraji se nachází mnohem více krásných míst a zajímavostí, než které jsem doposud zmínila. Bohužel, Zpravodaj není nafukovací, a tak snad prominete, pokud jsem vynechala místo, které je vám v tomto kraji nejbliž.

Na následující straně si můžete ověřit znalosti z informací, které jste nyní načerpali.



V příštím vydání zpravodaje se společně podíváme do kraje Jihomoravského.



## Olomoucký kraj – kvíz



**1. Z kolika okresů se skládá Olomoucký kraj?**

- a) 4
- b) 5
- c) 7

**2. Jaké je krajské město Olomouckého kraje?**

- a) Jeseník
- b) Olomouc
- c) Přerov

**3. Vzpomenete si, jak se jmenuje nejvyšší hora kraje, která měří 1 491m?**

---

**4. Jak se jmenuje nejrozsáhlejší moravské rašeliniště?**

- a) Rejvív
- b) Rojvív
- c) Rajvív

**5. Kterou z památek z Olomouckého kraje najdeme na seznamu UNESCO?**

- a) Hranický propast
- b) Bazilika minor Navštívení Panny Marie
- c) Sloup Nejsvětější Trojice

**Šéfredaktor:**

**Grafická úprava, editace, příspěvky:** tým pracovníků

**Fotografie z Domova Korýtko:** zaměstnanci Domova Korýtko

---

## Řešení:

**Kvíz:**

1. **b)** 5 okresů
2. **b)** Olomouc
3. **Praděd**
4. **a)** Rejvív
5. **c)** Sloup Nejsvětější Trojice