



*Domov pro seniory a Domov se zvláštním režimem
Moravská Třebová*

JITŘENKA

Leden 2026

V MĚSÍCI LEDEN SLAVÍ

NAROZENINY

- ❖ 1. 1. – Šimonová Marcela
- ❖ 4. 1. – Říčánková Marie
- ❖ 6. 1. – Porketová Marie
- ❖ 9. 1. – Brennerová Danuše, Štágllová Božena
- ❖ 17. 1. – Červínková Walburga
- ❖ 18. 1. – Mildová Anna
- ❖ 21. 1. – Hollerová Justina
- ❖ 23. 1. – Chvojková Božena
- ❖ 24. 1. – Bubnová Božena, Novotný Zdeněk
- ❖ 30. 1. – Krupičková Oldřiška, Mášová Blanka, Zacharová Božena



SVÁTKY

- ❖ 23. 1. – **ZDENĚK** - Novotný
- ❖ 24. 1. – **MILENA** - Skalníková
- ❖ 28. 1. – **OTÍLIE** - Horáková

PŘEJEME MNOHO KRÁSNÝCH OKAMŽIKŮ A PEVNÉ ZDRAVÍ

V MĚSÍCI PROSINEC ZEMŘELI

- ❖ ČEPIČKA Josef
- ❖ JANEČKOVÁ Dagmar
- ❖ JÁNKOVÁ Božena
- ❖ RYŠÁNKOVÁ Marta
- ❖ DUFKOVÁ Mária (DZR)
- ❖ MACHÁČKOVÁ Emílie (DZR)



DO DOMOVA PRO SENIORY A DOMOVA SE ZVLÁŠTNÍM REŽIMEM NASTOUPILI

- | | | |
|---------------------|----|-----------|
| ❖ GRUBEROVÁ Marie | z | Koclířova |
| ❖ KOCHOVÁ Drahomíra | z | Jevíčka |
| ❖ PAŘILOVÁ Helana | ze | Svitav |



ZÁPIS ZE SPOLEČNÉHO SETKÁNÍ OBYVATEL K CHODU DOMOVA A STRAVĚ

- **Kdy:** 16. 12. 2025
- **Kde:** Společenská místnost A3
- **Přítomní klienti:** 35
- **Přítomný personál** - Mgr. Milan Janoušek – ředitel organizace, Bc. Romana Holasová – zástupce ředitele, vedoucí sociálního úseku, sociální pracovníce, Ilona Bednárová – vedoucí stravování, Pavla Skoupá, Eva Pavlišová, Dagmar Pospíšilová – volnočasové aktivizační pracovníce.

- **Zápis:**

Na úvod p. Holasová všechny klienty přivítala a dala slovo p. Bednárové.

Ta klienty seznámila s vývojem zvyšujících se cen potravin, zejména masa. Cena hovězího masa šla extrémně nahoru, z tohoto důvodu bude hovězí maso od příštího roku jen 1x týdně. Zvýšila se cena i vepřového masa a vajec. Zvyšují se ceny i jiných potravin.

Přečteny připomínky ke stravě a reakce na ně ze strany stravovacího úseku- p. Bednárové.

Typy do jídelníčku: Pečený bůček, plněné knedlíky.....

P. Bednárová přečetla klientům jídelníček na zbytek prosince a na leden.



Slovo si vzal p. ředitel, přivítal se s klienty a informoval je o nutnosti zvýšení cen stravného v příštím roce z důvodu stále se zvyšujících cen potravin. Dále sdělil klientům, že na začátku příštího roku dojde opět k navýšení starobních důchodů z důvodu inflace a dojde i k zvýšení příspěvku na péči prvního a druhého stupně.

Slovo si vzala p. Holasová a informovala klienty, že od příštího roku nebude chodit oznámení s informacemi o navýšení důchodů. Pokud klienti nemají svůj účet, mohou zažádat o informaci na OSSZ ve Svitavách, ale jen osobně, nebo pomocí internetu.

Dále klienty informovala, že do domova bude nově docházet masérka. Klienti, kteří by měli zájem, se nahlásí u zdravotní sestry. Rehabilitační pracovníce jsou v tuto dobu v domově dvě na celkem 1,5 úvazku včetně DzR. Dále p. Holasová a p. ředitel odpovídali klientům na dotazy.

Na závěr se p. Holasová, p. Bednárová a p. ředitel s klienty rozloučili, popřáli pohodové a klidné svátky a do nového roku hodně zdraví, vitality a dobré nálady.



Zapsala: Dagmar Pospíšilová, PVA odd. D

LEDEN – jak prožívali leden naši předkové

Původ českého názvu prvního měsíce v roce není žádnou hádankou. Leden je měsícem plným ledu a sněhu, dobou, kdy příroda i lidská obydlí dřímají přikryta tlustou bílou peřinou a jednomu je nejlépe v pelišku nebo u kamen.

Ve východní Evropě byl leden dříve označován jako měsíc vlka. Možná proto, že na vrcholu zimy je obživa těžká i pro tyto zdatné lovce a šmejdili, kteří hnáni hladem, překonávají svou typickou plachost a často zavítají i do blízkosti lidských obydlí.

Pro velkou část národů dnes první den měsíce ledna představuje začátek nového roku. Toto datum bylo zavedeno roku 45 př. n. l. Juliem Caesarem a platí jak pro juliánský, tak i pro gregoriánský kalendář. Do té doby však leden v římském kalendáři figuroval jako měsíc předposlední, jedenáctý, a nový rok tak začínal mnohem intuitivněji, počátkem jara a tudíž v březnu. V životním rytmu našich agrárně orientovaných předků představoval tento měsíc období odpočinku. To ovšem neznamenalo, že by celé dny polehávali za pecí nebo seděli s rukama v klíně. Na poli se sice pracovat nedalo, ale domácnost (během vegetačního období tak trochu opomíjená) si žádala své. Dokud vše nebylo pod sněhem, spravovala se stavení i hospodářské a řemeslné náčiní. Jakmile uhodily tuhé mrazy, život se přesunul do světnice. Zde se muži, ženy i děti sesedli u teplých kamen, vyprávěli si příběhy, pověsti a pohádky, zpívali, klevetili a drbali. Ale ani tehdy jim ruce nestály. Kromě vyspravování prádla a drobných domácích nástrojů se pokračovalo i v předení, draní peří a tkaní. V některých domácnostech se také vyráběly různé řemeslné výrobky určené pro další prodej. Zdobily se kraslice, vyřezávaly se figurky a kuchyňské náčiní, pletlo se, vyšívalo a paličkovalo, vyráběly se dřevěné pantofle, hrábě a košťata, pletly se koše a ošatky, štípaly se šindele a tak dále a tak podobně.

Ač odpočívající, své si v lednu žádá také zahrádka. Choulostivé rostlinky je třeba přikrýt chvojnám, aby byly chráněny před mrazem, větrem i ostrým zimním sluncem. Pokud hodně sněží, musíme setřásat sníh z větví stromů i keřů, aby se pod jeho vahou nezlomily. Kmeny mladých stromků je potřeba chránit i před zvěří, která by je jinak z nedostatku jiné potravy nemilosrdně okousala. Zároveň bychom však měli zvířátkům dopřát nějakou náhradu – seno, mrkev, jablka – protože hlad umí být uprostřed zimy obzvláště krutý. Můžeme už také vybírat a plánovat sadbu pro další sezónu a konzumovat odolnou zeleninu, kterou jsme si ještě nechali na záhonech (růžičková kapusta, pórek, kadeřávek). Občas také zajdeme do sklepa zkontrolovat brambory, jablka, hlízy okrasných rostlin a další poklady. Všechny nahnilé, plesnivé či jinak poškozené okamžitě vyhadujeme, aby se od nich nenakazily i ty ostatní. Máme-li na zahradě jezírko s rybičkami, musíme jim také pravidelně prorážet díru do ledu, aby mohly dýchat.

Lednové svátky: Zjevení Páně, Tři králové (6.1.), sv. Fabián a Šebestián (20.1.), Obrácení sv. Pavla (25.1.)



Každý rok 6. ledna vyrazí do měst i vesnic tři králové se zlatými korunami na hlavách a v bílých pláštích. Tuto tradici zná téměř každý, stejně jako jejich jména: Kašpar, Melichar a Baltazar. Jen málokdo si však vybaví, odkud přišli, kam směřovali, co s sebou nesli a jaký příběh se za jejich tříkrálovým putováním skrývá.

Proč chodí tři králové 6. ledna?

V tento den vrcholí a zároveň končí Vánoce. Začíná masopust a příprava na Velikonoce. Pro křesťany je 6. leden slavností Narození nebo Zjevení Páně. Okamžik, kdy se Kristus zjevil všem lidem jako jejich král. Tradičně můžete na ulicích nebo přímo u vašich dveří potkat tři krále, kteří za vámi přišli s koledou. V minulosti na koledu chodily ty nejhudší děti, aby domů donesly nějaké jídlo. V dnešní době je již tento účel přežitý a jde o návštěvu s cílem vybrat peníze na charitu.

Každý král má na hlavě korunu a je oděn do barevných šatů s bílým pláštěm. V chudých krajích měly děti na hlavách papírové koruny, na těle bílou košili s páskem či stuhou a místo vousů kousky vaty či koudele. Jeden z králů je vždy černý. Černý král byl Baltazar a pocházel z Afriky. Za pěknou koledu dostali koledníci nějaké jídlo, pamlsek nebo drobnou minci. Na oplátku králové napsali na každý dům a stodolu dobře známý nápis K+M+B+, a tím zajistili ochranu obydlí na celý rok. V minulosti byl tento nejznámější zvyk doplněn také o další tradice. Důležitou roli vždy hrála svěcená voda. S ní se v kostelech světila sůl, zlato a další pro lidi důležité věci. V předvečer svátku Tří králů se svěcenou vodou kropily všechny příbytky, stodoly, pole, zahrady a sady. Posvěcená byla také vždy křída, se kterou tři králové psali známou formuli. Tato křída měla velký význam. Traduje se, že s ní můžete namalovat kruh bezpečí, který vás ochrání před zlými silami. Křída se dávala také do potravy pro dobytek nebo ji nosily ženy po porodu ve váčku na krku. Výjimkou nebylo ani její uložení do postýlky novorozence. Vše bylo za účelem ochrany, zdraví a bezpečí.

Zvyky, věštby a pověry na Tři krále

Kdo chtěl být zdravý a krásný, měl se vykoupat v řece nebo vypít nalačno sklenici svěcené vody. Ženy se pak měly omývat sněhem. Hospodyňky pekly obdobu mazance a do těsta vložily jednu minci. Kdo ji našel, stal se králem a měl právo posvětit svěcenou vodou celý dům i stavení včetně polí. Pro každého člena rodiny to byla čest. Ve světě, především v Belgii, Nizozemsku a Francii, se dodnes peče tříkrálový koláč či dort. Kromě mince se do něj vkládá nějaká figurka, fazole či mandle pro štěstí. Další tradice byly založené na věštbách a odhadech. Sloužily k tomu ořechové lodičky se svíčkou, plamen svíčky v okně, lití olova či vosku do svěcené vody nebo zanechání určitých symbolů pod nádobím. Věštilo se tak zdraví, nemoc, dlouhý a šťastný život, pohromy, cestování, vdavky, ale také třeba smrt.

Kdo byli tři králové

Původní pověst o třech králích je k nalezení v Novém zákoně. Časem však došlo k dotvoření tohoto tradičního příběhu a některé části se dobarvily tak, aby se zalíbily široké veřejnosti. Například v Novém zákoně není nikde zmíněno, kolik lidí k Ježíšovi přišlo a kdo to vlastně byl. Diskutovalo se o dvanácti lidech. Později se ale začalo předpokládat, že když přinesli tři dary, jsou to zřejmě tři muži. Nešlo o krále, ale o mudrce, pravděpodobně o arabské či perské astrology. Označování byli jako mágové, protože se věřilo, že ovládají magii. Moderní pojetí je ale společnosti bližší, a proto je celá pověst založená právě na třech králích.

Biblický příběh tří králů

Celý svět čekal na narození nového židovského krále, Spasitele, který všechny zachrání. Tehdejší král Herodes to věděl a záukoloval tři mudrce, aby tohoto nového krále našli. Herodes se velmi bál o své postavení a moc, nehodlal novému králi přenechat v budoucnu svůj trůn. Tito tři mudrcové rozuměli hvězdám a každou noc sledovali jejich postavení. Až jednou uviděli na nebi

novou zářící a velkou hvězdu. Věděli, že je to hvězda nového krále, a když za ní půjdou, najdou jej. Putovali několik dnů a nesli s sebou vzácné dary. Očekávali, že krále najdou tam, kde je zlato a bohatství. Byli však velmi překvapení, když je hvězda zavedla do pustiny za Jeruzalém a tam našli Ježíše v chlévě se zvířaty. Poklonili se mu a v hluboké úctě mu předali své dary. Cestou zpět měli krále Heroda informovat o tom, kde se Ježíš nachází. Protože však věděli, že by jej Herodes nechal zabít, vydali se domů jinou cestou. Jednou v noci měl Josef vidění, že Ježíš má být zavražděn. Co nejdříve tedy s Ježíšem a Marií odcestovali do Egypta, kde byli v bezpečí. Král Herodes byl velmi rozhořčen, že neví, kde se nový král nachází. Nechal proto zabít všechny malé chlapce do věku dvou let. Myslel si, že jeden z nich bude jistě právě Ježíš, který podle něj toužil po jeho moci.

Co znamenají jména tří králů a co nesli Ježíšovi?

Tři králové měli pro Ježíše vzácné dary. Bylo to zlato, myrha a kadidlo. V té době bylo zlato tím nejvzácnějším kovem. Stejnou cenu však měla i myrha a kadidlo. Dary měly představovat všechna doposud známá skupenství. Coby kov přinesl Melichar zlato. Mohl to být také symbol všeho královského. Jméno Melichar je hebrejského původu a znamená „Můj král je světlo“. Baltazar, jehož babylonské jméno znamená „Ochraňuj můj život, králi“, přinesl kadidlo, které představovalo plyn. Kadidlo je pryskyřice z kmene kadidlovníku a velmi často je používáno v kostelech. Dým z kadidla představuje modlitby, které stoupají nahoru k Bohu. Je to také symbol všeho kněžského.

Poslední dar byl od Kašpara. Význam tohoto jména orientálního původu je „Strážce pokladů“. Ježíši přinesl myrhu. Je to vonná pryskyřice a používala se jako aromatická látka, utišující prostředek nebo při balzamování těl. Kvůli tomu mohla být symbolem a předzvěstí Ježíšovy předčasné smrti.

Co znamená K+M+B na dveřích? Jména to nejsou

Tuto formuli napsali tři králové nad dveře vždy, když odcházeli. Mnohé napadne, že je to zkratka jejich jmen a vlastně takový jejich podpis. Opak je ale pravdou. Se jmény tří králů to nemá vůbec nic společného. Tato zkratka K+M+B+ značí latinský nápis Christus Mansionem Benedicat (ve střední Evropě se tedy původně psávalo C místo českého K), tedy „Ať Kristus požehná tento dům“. Symbol plus pak není spojení písmen, ale jde o křížky, které představují Nejsvětější Trojici – Otce, Syna a Ducha svatého. Dům, stodola či jiné stavení tak díky tomuto nápisu byly na celý rok chráněné před všemi pohromami, neštěstím a zlými silami.

Tříkrálová sbírka: Kdy probíhá a jak přispět?

Tři krále můžete na ulicích potkat už více než dvacet let. Do největší charitativní akce v České republice se každý rok zapojí více než 70 tisíc dobrovolníků, kteří od 1. ledna vybírají celých čtrnáct dnů peněžní dary pro lidi v nouzi. Do Tříkrálové sbírky, kterou pořádá Charita České republiky, se lze zapojit také na dálku prostřednictvím dárcovské SMS nebo zasláním daru na daný bankovní účet. Dobrý úmysl celé sbírky je vždy podpořen velkým charitativním koncertem, který jste letos mohli sledovat na ČT1 4. ledna od 18.00 hodin. Minulý rok se díky sbírce vybralo více než 184 milionů korun.

Lednové pranostiky

- Lednem rok nový se starým se stýká, kdo ve starém nepracoval, ten ať nenaříká.
- V lednu za pec si sednu.
- Když v lednu hřímá, přijde ještě tuhá zima.
- V lednu silný led, v květnu bujný med.
- Když roste v lednu tráva, neúroda se očekává.
- Když se dobře staví sněhuláci, bude dobré léto.
- Když v lednu déšť leje, zlé činí naděje.
- Hojný sníh v lednu, málo vody v dubnu.
- Když v lednu včely vyletují, to nedobrá rok ohlašují.
- Jak vysoko v lednu leží sníh, tak vysoko tráva poroste.
- Je-li leden nejostřejší, bude roček nejplodnější.
- Holomrazy – úrody vrazi.
- Ryje-li krtek v lednu, končí zima v květnu.
- V lednu lepší vlk na prahu, než-li sedlák u pluhu.
- Suchý leden, mokrá červen.
- V lednu moc sněhu, v červnu moc sena.

Zdroj: internet



ZAČÁTEK MASOPUSTU v roce 2026



je **6. ledna**, kdy se slaví svátek Tří králů.

Masopust trvá až do Popeleční středy, která v roce 2026 připadá na 18. února.

VOLNOČASOVÉ AKTIVITY

odl. A

Poslední měsíc v roce 2025 byl plný akcí, setkávání a radostí.

Mikulášský průvod.



Náš domov navštívily děti z mateřských škol PIARISTICKÁ a SUŠICE. Děti a paní učitelky předvedly své vánoční besídky. Dorazili žáci ze ZŠ Staré Město s jejich programem, který si připravili k rozsvěcení vánočního stromčeka. Studenti místního gymnázia obor letci nám zahráli scénku z vánoční pohádky ANDĚL PÁNĚ. Již se stalo tradicí, že poslední týden před Vánoci dorazí pěvecký soubor z gymnázia a zazpívají vánočné koledy písničky u stromčeka na recepci. I minulý rok předali malý dáreček v podobě vánočního perníčku.



1. prosince jsme společnými silami vrhli do příprav vánočních dekorací. Práce se nám dařila, koledy hrály, paní zahradnice tvořila s námi.



Upekli jsme vanilkové rohlíčky.



Společně jsme nazdobili stromeček na recepci.



Po několika letech zaměstnanci a klientky obnovili pěvecký soubor, který dříve v DpS byl. Vánoční koncert našeho pěveckého souboru se konal v sobotu dopoledne v kapli DpS. A dle ohlasů všech návštěvníků se koncert líbil.



Loňský rok jsme zakončili tradiční VÁNOČNÍ KAVÁRNIČKOU. Při kávě, čaji s vanilkovými rohlíčky jsme společně zavzpomínali na Vánoce, připomněli si tradice, zazpívali si. Došlo i na pouštění oblíbených vánočních písniček. Na konci jsme si společně popřáli krásné a klidné svátky.



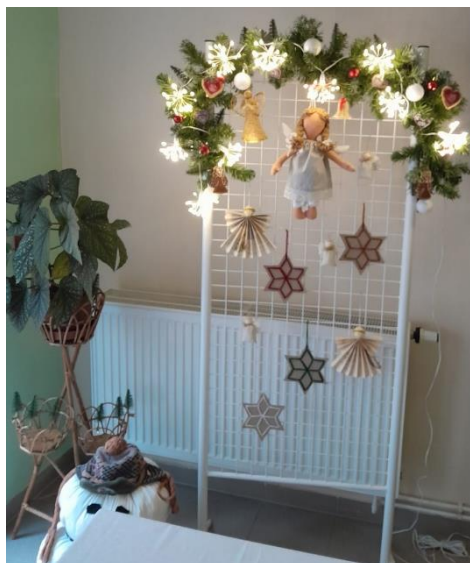
Všem vám přejeme aby, jste rok 2026 prožili ve zdraví a ve štěstí.

Pavla a Evča, PVA odd. A

VOLNOČASOVÉ AKTIVITY

odd. D

Měsíc prosinec byl pro všechny v domově velmi pestrý a společenský. Vánočně jsme si vyzdobili oddělení, abychom si příchod Ježíška užili v příjemném prostředí.



Kromě vystoupení dětí ze základních a mateřských škol nás dvakrát navštívili i žáci zdejšího gymnázia. Poprvé se scénkami z pohádky Anděl páně, podruhé s pěveckým sborem, který si pro nás přichystal nádherné vánoční písně a koledy, jak české, tak i zahraniční.



Měli jsme i vánoční kavárničku, na kterou jsme se důkladně připravili. Měli jsme krásně vyzdobenou zimní zahradu a napekli jsme si výborné cukroví- medové perníčky a vanilkové rohlíčky. Pečení cukroví nás velice bavilo a tak jsme si před vánočními svátky upekli ještě vánočku. V sobotu 13. 12. se klienti účastnili koncertu pěveckého sboru složeného z klientů a zaměstnanců, který se uskutečnil v kapli DpS.



Domnívám se, že si klienti čas předvánoční velmi užili a čekání na štědrý den jim to mile zpříjemnilo.

Dagmar Pospíšilová, PVA odd. D

VOLNOČASOVÉ AKTIVITY DOMOV SE ZVLÁŠTNÍM REŽIMEM

Vánoční svátky travíme nejen v úzkém kruhu rodinném. Našimi nejbližšími se stali také naši senioři, s kterými travíme hodně společného času. Tento čas se v době vánočních svátků snažíme speštrít všemi možným činnostmi, které vždy prožívali doma.

2.12. Pečeme vanilkové rohlíčky a linecké



3.12. Slepování lineckého cukroví

3.12. Vystoupení dětí z MŠ Tyršova a Jiráskova

Nejmenší školkové děti nás přišly potěšit krátkým vánočním programem písniček a básniček. Měly pro klientky připravená přáníčka, která nakonec svého vystoupení rozdávaly.



4.12. Pečení vánočního perníku na Mikulášskou kavárničku

Klientky si pomlely perníkové koření



4.12. Mikulášská kavárnička

Jako každý rok, tak i letos nechyběla návštěva pohádkových bytostí, kterými se obklopuje svatý Mikuláš. Přišli společně potěšit obyvatele DZR a to se myslím povedlo



10.-11.12. Zpívání vánočních koled a čtení klasických českých pohádek



11.12. Zdobení vánočních svícňů a truhlíků na výzdobu oddělení

Společně jsme se snažili udělat vánoční výzdobu, jak na společnou jídelnu, tak i do společných prostor oddělení. Každá klientka si vyrobila svůj vlastní svícen, který si vzala napokoj, a který navodil krásnou atmosféru.



16.12. Vystoupení v kapli

Byli jsme se podívat v kapli na vánoční vystoupení klientů a zaměstnanců DpS. A moc se nám to líbilo. Opravdu krásný program.



18.12. Pečení vánočky na vánoční kavárničku

Vyzkoušeli jsme letos upéct vánočku a učili jsme se plést ji ze 6 copáků.



18.12. Vánoční kavárnička

S láskou, úsměvem a pokorou jsme si všichni připomněli vánoční čas na naší kavárničce. Klienti si pochutnali nejen na vánočním cukroví, vánočce, kávičce, ale také na domácím vaječném kaňaku, který jsme vyrobili den předem. Všem moc chutnalo a „vaječňáku“ uděláme příště rozhodně víc



23.12. Přišli nám zaspívat skauti



Jana Kranichová a tým DZR

Do nového roku 2026 přejeme všem hodně zdraví a spokojenosti