

Zdraví, štěstí, lásku a pohodu po celý rok 2010.

Blahopřejeme

a přejeme hodně zdraví a dobré pohody
narozeniny slaví v lednu a únoru
členky a členové klubu seniorů

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| 11. 1. Jiřina Šilová | 24. 2. Věra Radová |
| 16. 1. Eliška Zlesáková | 28. 2. Libuše Dvořáková |
| 17. 1. Věra Nejtková | |
| 18. 1. Marie Andrová | |
| 20. 1. Vincenc Nepivoda | |
| 25. 1. Marie Zapletalová | |

Klub seniorů

je otevřen od 17.00 do 19.00 hodin.

Knihovna je otevřena od 16. hodin.

K přátelskému posezení s povídáním o všem možném, četbě časopisů, prohlížení nových knih a obrazových publikací atd. Využijte této doby i k návštěvě obecní knihovny. K prohlédnutí a zapůjčení je časopis GENERACE, týdeník KVĚTY z knihovny a další časopisy věnované členy klubu (Vlasta, Žena a život, Jim, Katka, Zdraví a další).

Od 17.00 hodin jsou připraveny tyto akce :

datum	Akce	Vede	Službu má	Poznámka
4. 1. 400	Kavárnička	Jará	Horáčková St.	
11. 1. 401	Kavárnička	Zdražilová	Hodanová	
18. 1. 402	Kavárnička	Otradovská	Krausová	
25. 1. 403	Kavárnička	Moudrá	Hodan	
1. 2. 404	Kavárnička	Andr	Dvořáková	
8. 2. 405	Kavárnička	Krausová	Jará	
15. 2. 406	Kavárnička	Hodanová	Zdražilová	rada klubu
22. 2. 407	Kavárnička	Andrová	Moudrá	

Změna programu vyhrazena.

Ze schůze Rady klubu seniorů 14.prosince 2009 :

Přítomni :Andr, Dvořáková, Zdražilová, Krausová, Horáčková St., Moudrá, Otradovská, Krátká, Hodanová.

Nepřítomni : Nepivodová, Jará.

Provedena kontrola zápisu z poslední rady 19.10.2009.

Obsah Zpravodaje na leden a únor 2010.

Plánování činnosti na rok 2010.

Poděkování p.Dvořákové za přípravu adventního koncertu a p.Krausové a p.Zdražilové za pomoc při koncertu.Koncert byl pěkný a všichni účinkující zaslouží pochvalu.

Příští rada klubu bude 15.2.2010.

Připomínky a návrhy.

Malý andělíček v okně stál a krásný nový rok všem okolo přál.

Aby v novém roce zdraví, štěstí, lásku měli a stále se na sebe pěkně usmívali.

Zábavné počítání

Odpovězte na následující matematické hádanky.

1. Kolik nohou mají dohromady čtyři myslivci a čtyři psi ?
2. Kolik nohou dohromady mají kráva se svým telátkem a jejich dobrým hospodářem ?
3. Kolik nohou dohromady má skupina pěti včelařů a jejich manželek ?
4. Kolik nohou dohromady mají slon a karavana pěti velbloudů ?
5. Kolik nohou dohromady má dvacet žáků se svým učitelem ?
6. Kolik nohou dohromady mají pár koní s jezdci ?
7. Kolik sekund má jedna hodina ?
8. Kolik minut je 2,5 hodiny ?
9. Kolik gramů má 2,5 kilogramů ?
10. Kolik lidí je v kvintetu, v kvartetu, v triu ?
11. Kolik měsíců má pětiletka ?
12. Kolik končetin má čtyřčlenná rodina ?
13. Kolik očí má Žižka a šest jeho spolubojovníků ?
14. Kolik kilometrů měří maratón ?

Jak je kdo starý ?

Pokuste se rozřešit následující matematickou hádanku.

Můj syn je pětkrát starší než moje dcera.

Moje žena je pětkrát starší než můj syn a já jsem dvakrát starší než moje žena.

Moje matka, která dnes slaví 81. narozeniny, má tolik let jako my všichni dohromady.

Kolik roků je každému z nás ?

Intelekt a slovní zásoba se s věkem nemění.

Příčinou zhoršení paměťových schopností bývá nejčastěji jejich nepoužívání, dále stres a také různé patologické procesy v mozku v důsledku různých chorob, což může posoudit pouze odborník.

Kuriozita

Na dně Vranovské přehrady leží kontejner s 909 lahvemi sektu Lechovice z odrůd veltlín, muškát a ryzlink. Podle odborníků mu celoroční zrání v hloubce 40 metrů, při teplotě 5 stupňů Celsia a tlaku 5 atmosfér dodá nezaměnitelnou chuť. Nápad vznikl v roce 2000 u příležitosti 900 let založení Vranova na Dyji. Od té doby ročně přibývá k 900 lahvím vždy jedna navíc. Během roku lze lahve dražit na internetu. Mezi milovníky sektu je o to velký zájem. Výtěžek (loňský činil 451.609,- Kč) už tradičně dostává Centrum Paraple, které pomáhá lidem na vozíčku, tedy postiženým poraněním míchy. Na organizaci celé akce se od počátku podílí patron Paraple, autor a herec Zdeněk Svěrák. Konkrétně loni se peníze použily na rozšíření budovy centra v Praze Malešicích. V novém křídle bude tělocvična pro rehabilitaci i sport, místnost pro nácvik soběstačnosti v každodenních činnostech, ošetrovna a také učebna pro kurzy s počítačem.

Novinka

Možná Vás upoutá, že na některých lahvích vína uvidíte na hrdle nálepku VOC Znojmo. Zkratka znamená Vůně – Odrůda hroznů – Čit vinaře. Jsou tam připsány i další údaje o příslušném víně, mimo jiné kolik lahví obsahuje daná série vína. Jde o odrůdy nejtypičtější pro Znojmsko, takže pouze Sauvignon, Ryzlink rýnský a Veltlínské zelené. Hrozny musely být sklizeny výhradně ručně a prošly náročným výběrem. Vína označená VOC vybírala přísná porota. Ze 13 přihlášených výrobců loni nejlépe vyšli vinaři mimo jiné ze Znovina Znojmo, Lechovi a Lahoferu.

Návod na pletená obinadla :

Návod a materiál je třeba dodržovat. Jako nejvhodnější se ukázala být bavlněná příze Sněhurka bílé či velmi světlé barvy.

Plete se na jehlicích č. 2,5. Vzor líc a rub stále hladce, tvoří se vroubky.

Rozměry: úzké obvazy - 1. řada 25 ok, včetně krajových, všechny řady hladce, délka 275 vroubků,

široké obvazy - 1. řada 30 ok, včetně krajových, délka jako u úzkých.

Na rozdíl od těch průmyslově vyráběných nevyvolávají u nemocných nežádoucí alergické reakce a díky své pružnosti jsou šetrné k otevřeným ranám nemocných.

Zeměpisný kvíz – svět:

Doplňte správné názvy (údaje z roku 2006).

1. Nejlidnatější stát (1 228 005 000 obyvatel)
2. Druhý nejlidnatější stát (967 613 000 obyvatel)
3. Největší stát (17 075 400 km čtverečných)
4. Druhý největší stát (9 958 319 km čtverečných)
5. Nejdelší řeka (7 025 km)
6. Nejvyšší hora světa (8 848 m)
7. Nejvyšší hora Evropy (4 807 m)
8. Největší jezero

Zpravodaj připravili: Drahomíra Hodanová, dr. Bohumil Andr, Marie Nepivodová.
Tisk 18.01.2010.

ZPRAVODAJ 2010

Zpravodaj Klubu seniorů Horka

Číslo 2/54

Březen - duben 2010

Mezinárodní den žen

oslavíme společně v neděli 7.března 2010 v 15.00 hodin

v sále hostince „U KAPLIČKY“

vystoupení dětí z „DIVADÉLKA HORECKÝCH DĚTÍ“

vystoupení dechového kvinteta učitelů ZUŠ Chrast

vystoupení mládežníků s panem Švadlenkou

srdečně zvou senioři a OÚ Horka

29.března 2010 humanitární sbírka pro diakonii Broumov

od 16.00 do 19.00 hodin sběr šatstva, povlečení a různých textilií
dávajte prosím do krabic nebo pevných pytlů

Velikonoční seniorská koleda

již devátý ročník

v pondělí 5.dubna 2010 od 8.00 do 12.00 hodin
za omlazení bereme stužky!

Úprava pomníků ve středu 28.dubna 2010

od 9.00 hodin dopoledne – náradí sebou
očekáváme větší účast!

Žena je jak květina, jenž jemná je a voní,
a stejně jako u včel, muž obětuje se pro ni.
Báječný den žen.

Blahopřejeme

a přejeme hodně zdraví a dobré pohody
narodeniny slaví v březnu a dubnu
členky a členové klubu seniorů

1.3. Miluška Tlustá	2.4. Marie Čechová
3.3. Jarmila Satrapová	4.4. Stanislava Horáčková
4.3. Miroslav Jehlička **	5.4. Marie Řeháková
10.3. Jarmila Horáčková	6.4. Karel Batelka **
11.3. Jana Moudrá	7.4. Hana Batelková
18.3. Drahomíra Hodanová	12.4. Blanka Novotná **
23.3. Saša Pardubický **	14.4. Marie Krausová
27.3. Zdena Neubauerová	17.4. Jaroslav Žák

Klub seniorů

je otevřen od 17.00 do 19.00 hodin. Knihovna je otevřena od 16.00 hodin.

Od pondělí 29. března 2010 je po změně času

knihovna otevřena od 17.00 – 18.00 hodin

a klub seniorů od 18.00 hodin.

K přátelskému posezení s povídáním o všem možném, četbě časopisů, prohlížení nových knih a obrazových publikací atd. Využijte této doby i k návštěvě obecní knihovny. K prohlédnutí a zapůjčení je časopis GENERACE, týdeník KVĚTY z knihovny a další časopisy věnované členy klubu (Vlasta, Žena a život, Jím, Katka, Zdraví a další).

Od 17.00 hodin jsou připraveny tyto akce : od 29.3. od 18.00 hodin

datum	Akce	Vede	Službu má	Poznámka
1. 3. 447	Kavárnička	Andr	Dvořáková	
8. 3. 448	Kavárnička narozeninová	Zdražilová	Jehlička	
15. 3. 449	Kavárnička	Krausová	Jará	
22. 3. 450	Kavárnička	Moudrá	Hodan	
29.3. 451	Kavárnička s kosmetikou	Andrová	Moudrá	
5. 4. 452	Kavárnička velikonoční	Jará	Krausová	
12. 4. 453	Kavárnička s kosmonautikou	Andr	Zdražilová	
19. 4. 454	Kavárnička	Dvořáková	Hodanová	rada klubu
26. 4. 455	Kavárnička	Otrádovská	Hodan	

Změna programu vyhrazena.

Ze schůze Rady klubu seniorů 15. února 2010 :

Přítomni : Andr, Dvořáková, Zdražilová, Krausová, Horáčková St., Moudrá, Jará, Otrádovská, Nepivodová, Hodanová.

Nepřítomni : Krátká.

Provedena kontrola zápisu z poslední rady 14.12.2009.

Obsah Zpravodaje na březen a duben 2010.

Příprava oslav MDŽ společně s OÚ v neděli 7. března.

Příští rada klubu bude 19.4.2010. Připomínky a návrhy.

Omluva za tiskovou chybu : v čísle 1/53 z letošního roku má být správné číslování pondělků od 4.1. do 22.2. od čísla 439 do čísla 446. Děkujeme za pochopení.

Ve víně je pravda

Jste spíše typem člověka, který je nejraději doma, usazený v pohodlném ušáku? Jste příliš skromný na to, abyste si přál dárky za několik tisíc? Neláká Vás ani solná jeskyně? A potrpíte si na kvalitní víno? Víte, že i to může podpořit vaše zdraví?

Slova Na zdraví, pronášená jako příděvek se sklenkou vína v ruce, nejsou frázi. Víno opravdu zdraví prospívá. Dlouhodobé poznatky ukázaly, že ve státech jižní Evropy, kde se lehké víno pije běžně k jídlu, je méně nemocí srdečních a cévních než v dalších částech Evropy včetně naší republiky. Až provokativně se zdá být výrok kardiologa prof. MUDr. Milana Šimánka: „Lituji všechny abstinenty. O infarkt si přímo koledují!“ Jiný věhlasný prof. MUDr. Jan Žaloudík pronesl na konferenci o víně a zdraví: „Dovedu si představit, že nám více prospěchu mohou udělat dvě deci vína navečer než hromada prášků.“

Z dlouhodobého výzkumu vyplývá, že červené i bílé víno pomáhá snižovat hladinu cholesterolu, preventivně působí proti kardiovaskulárním onemocněním a potlačuje vznik rakovinotvorných látek. Dále je účinné v boji proti alergiím, nachlazení, cukrovce a křečovým žilám. Víno rovněž podporuje trávení a starší lidé jistě ocení informaci, že pravidelná konzumace snižuje riziko vzniku demence a Alzheimerovy choroby. Napomáhá totiž regeneraci nervového systému. Ale všechno má své meze. I pití alkoholu. U vína je prospěšná dávka 4 dcl za den u mužů, 2 dcl u žen. Děti a těhotné ženy – ani kapku.

Až budete uvažovat, jaké víno koupit na oslavu Vánoc, Silvestra či jiného svátku, můžete se inspirovat doporučením psychiatra MUDr. Jana Cimického, které získal od vinařů : na úzkost a deprese Sauvignon, na stihomam Frankovku, na hádky s partnerem Vavřínečku, na nespavost Veltlínské zelené, na nejistotu Vlašský ryzlink, na únavu pak vína z pozdního sběru.

Ať tohle doporučení vezmete vážně nebo jako žertík vinařů, jistě je, že víno navozuje dobrou náladu, přátelství a uvolňuje napětí i stres. Jen je třeba nepřekročit míru. Už ve Starém zákoně se praví: „Pijte víno, ale s mírou, užijte je, ale nezneužívejte. Buďte moudří, ale zůstaňte střizliví.“ Ještě je třeba dodat: Vždycky je dobré nepít sami, ale mít vedle sebe spřízněnou, chápající duši.

Takže: Na zdraví!

Ve víně je nejen pravda ...

Víte, že vinná réva existovala již před více než 65 miliony let? Víno je považované za nápoj, který má blahodárné účinky na lidské zdraví. Studie prokázaly, že přiměřené množství červeného vína pomáhá snižovat cholesterol a vysoký krevní tlak. Také obsahuje látku, která brání rozvoji rakoviny.

Červené víno místo ústní vody?

Popíjení červeného vína při jídle má mnohonásobně pozitivní vliv na zdraví. Nejenže člověk přijímá do těla cenné antioxidanty, které chrání buňky před poškozením, tkáň před procesy stárnutí a srdce a cévy před řadou chorob, ale červené víno působí blahodárně také na zdraví zubů. Během jídla a po něm totiž funguje jako ústní voda – ničí zhoubné bakterie způsobující zubní kaz.

V následujícím shluku písmen je skryto 14 názvů českých a moravských řek.
Pokuste se je najít a podtrhejte je. Změřte si na hodinkách, jak dlouho vám úloha trvala.

**ARZAMIMŽEKVIKSNOPŘESVRATKAPDUROJIABEKŠE
ORUMORAVAPIJATUKJKIÍÚPABALSÍRÍREVCKIŠCOV
KÁCIDLINAEPFGÍČTÍRUMBCHRUDIMKAĚŘABYJÁ
RKVEKSRLITAVKACHARYOLAMURNGUBUZNISQŘI
ZÁŽMALŠEXYMLESOVAMÉHLÍNOKEJSVILKAVLTAVA
VÍÁTRÝGHNUMCISIŠŘÍUKJOTAVAJKLANFGUJIRÁŽÝG
NCXWBEČVAQUERRÁVCNSTRUJÍNUŘÍLIUJLIODRAB
UJÍÍRZERMNIJOCBNAWUDREBĚLÁMIÁŽJITÚÉREČĚ
HUÁNJINUÝŽÁFLÍXURMĚJIZERAQUORTVBÁSÝDFUJI**

Dosáhli jste:

- 11 – 14 správných odpovědí - výborný výsledek
- 7 - 10 správných odpovědí - ujde to, ale máte co zlepšovat
- 0 - 6 správných odpovědí - buď jste při řešení mysleli na něco jiného, nebo jste příliš unaveni

Mže, Svratka, Morava, Úpa, Cidlina, Litavka, Malše, Vltava, Otava, Bečva, Odra, Bělá, Jizera.

Nyní trochu jinak:

1. Z balíku plátna bylo prodáno 23,5 a 10,2 m. Zbylo 26,3 m.
Kolik m plátna bylo v balíku?
a) 40 m b) 45 m c) 50 m d) 60 m
2. Za 2 metry látky jsme zaplatili 240 Kč. Kolik metrů látky může obchodník koupit za 2400 Kč?
a) 20 m b) 25 m c) 10 m d) 15 m
3. Kolik Kč stojí 60m látky, když 12 m stejné látky stojí 700 Kč?
a) 350 Kč b) 420 Kč c) 3500 Kč d) 7000 Kč

Výsledky příkladů :
1d, 2a, 3c.

ZPRAVODAJ 2010

Zpravodaj Klubu seniorů Horka

Číslo 3/55

Květen - červen 2010

Ve čtvrtek 13.5.2010 – výlet do DUBÍ

odjezd autobusu v 5.hodin od hospody „U KAPLIČKY“

v pondělí 17.5.2010 MIMOŘÁDNÁ RADA KLUBU

příprava valné hromady

v pondělí 24.5.2010 – VALNÁ HROMADA

v 18.00 hodin v Klubu seniorů
prosíme Vás přijďte všichni

28. a 29.května 2010 se konají volby do parlamentu České republiky

Májové mše

budou slouženy každou středu 5.,12.,19.,26.května 2010
v kapli svaté Anny

Svátek matek

se slaví druhou květnovou nedělí 9.5.2010
všem maminkám, babičkám, prababičkám
přejeme hodně zdraví, štěstí a pohody.

Blahopřejeme

a přejeme hodně zdraví a dobré pohody
narodeniny slaví v květnu a červnu
členky a členové klubu seniorů

2.5. Jiří Dvořák	14.6. Bohumil Andr
5.5. Stanislava Jehličková	14.6. Bohuslava Čtáčková
6.5. Hana Bezdičková	15.6. Bohumil Komenda
7.5. Slávka Nováková	19.6. Pavel Vacek
8.5. Věra Otradovská	23.6. Květoslava Hejská
10.5. Jaroslav Hodan *	29.6. Anna Žáková
18.5. Josef Zlesák **	
18.5. František Čech	

Klub seniorů

je otevřen od 18.00 do 20.00 hodin. Knihovna je otevřena od 17. hodin.

K přátelskému posezení s povídáním o všem možném, četbě časopisů, prohlížení nových knih a obrazových publikací atd. Využijte této doby i k návštěvě obecní knihovny. K prohlédnutí a zapůjčení je časopis GENERACE, týdeník KVĚTY z knihovny a další časopisy věnované členy klubu (Vlasta, Žena a život, Jim, Katka, Zdraví a další).

Od 18.00 hodin jsou připraveny tyto akce :

datum	Akce	Vede	Službu má	Poznámka
3. 5. 456	Kavárnička	Andrová	Dvořáková	
10. 5. 457	Kavárnička	Zdražilová	Jehlička	
17. 5. 458	Kavárnička + mimořádná rada	Andr	Hodanová	mimořádná rada
24. 5. 459	Kavárnička + valná hromada	Moudrá	Hodan	valná hromada
31. 5. 460	Kavárnička	Otradovská	Krátká	
7. 6. 461	Kavárnička	Jará	Krausová	
14. 6. 462	Kavárnička	Horáčková	Zdražilová	
21. 6. 463	Kavárnička	Dvořáková	Moudrá	rada klubu
28. 6. 464	Kavárnička	Krausová	Jará	

Změna programu vyhrazena.

Ze schůze Rady klubu seniorů 19.dubna 2010 :

Přítomni :Andr, Dvořáková, Zdražilová, Krausová, Moudrá,
Jará,Zdražilová,Dvořáková,Nepivodová,Hodanová.

Nepřítomni : Krátká, Horáčková St., Otradovská.

Provedena kontrola zápisu z poslední rady 15.2.2010.

Obsah Zpravodaje na květen a červen 2010.

13.5.2010 výlet do Dubí. Naplánována mimořádná rada klubu a valná hromada.

Příští rada klubu bude 21.6. 2010.

Připomínky a návrhy.

Když člověk stárne, netrpělivost ztrácí své ostré hrany.

Ohlížejte se nazpět jen tehdy, přináší-li to potěšení.

Susan Hill

Jane Austenová

INFARKT nikdy nepodceňujte!

Určitě jste to už někdy řekli: „Tak z toho jsem měl málem infarkt!“
V takovém kontextu se infarkt může jevit jako maličkost, ale opak je pravdou.
Ročně ho u nás dostane přes 20 000 lidí a asi třetina z nich na něj zemře.
Proč? Podcení ho!

Jde o velmi závažné onemocnění, které může přijít z mnoha různých příčin.
Je způsobené tím, že se přeruší přísun kyslíku do srdečního svalu. Jedna z tepen vyživující srdeční sval se ucpe, a tím zabrání toku krve do oblasti, kterou tepna vyživuje. V důsledku toho pak začne část srdce na nedostatek kyslíku odumírat. Pokud není včas poskytnutá lékařská pomoc, může pacient zaplatit tím nejdražším, co má, svým životem. Statisticky postihuje infarkt více mužů než žen, častým „infarktovým dnem“ je pondělí a rizikovou věkovou hranicí je padesátka.

Nezaměňujte infarkt s bolavými zády.

Důležité je samozřejmě umět rozpoznat, kdy se o infarkt jedná a kdy může jít o jiné zdravotní potíže. Ačkoli podle příznaků existuje i tzv. němý infarkt myokardu, kdy na sobě nic nepociťujeme, ve většině případů ho nepřehlédneme. Provází ho celá řada vnějších příznaků, z nichž nejvýraznější je intenzivní a pálivá bolest na hrudi. „Pacienti často zaměňují bolest na hrudi s bolestí „od páteře“. Při akutním infarktu ale bolest přetrvává od několika minut do několika hodin a její síla se nemění v závislosti na poloze nebo například podáním ibuprofenu. Ten by v případě potíže se zády měl pomoci a obtíže ustoupit. Typické pro infarkt je i vystřelování bolesti do levého ramene a levé ruky. Při sebemenším podezření proto zůstaňte v klidu a přivolejte rychlou lékařskou pomoc“, přibližuje jeden z příznaků internista Mudr. Jarmila Fabiánová. Do dvou hodin na sále.

Objevují se také náhlý pocit slabosti, závrať, popelavá kůže, namodralé rty, ušní lalůčky, špička jazyka a konečky prstů. Puls u pacientů je nepravidelný, velice rychlý a těžko hmatatelný. Často se dostavuje i pocení, zvracení, neklid, strach a úzkost. Hrozí například i riziko zástavy dechu.

Zásadní pro zvládnutí infarktu myokardu je to, za jak dlouho od prvních příznaků se nemocný dostane do nemocnice. „Při jakémkoli podezření na akutní infarkt ihned volejte rychlou záchrannou službu. V době, kdy čekáte na sanitku, musí být pacient v klidu. A to nejen fyzickém, ale snažíme se ho zklidnit a po psychické stránce. Pokud máte po ruce anopyrin či acylpyrin, užijte jednu tabletu, zabrání dalšímu srážení krve“, vysvětluje Mudr. Fabiánová. Největším kamenem úrazu je, že pacienti i jejich okolí nebezpečí infarktu podceňují. Měli by okamžitě zavolat záchrannou službu. Realita ovšem bývá úplně jiná. Trvá mnohdy hodiny, než pomoc vůbec požadují. Pro zdraví pacienta je přitom důležité, aby se do 60 minut po začátku obtíží dostal na koronární jednotku, popř. byl do dvou hodin připravený k operaci.

Bez změny to nejde.

Po prodělání infarktu myokardu je zapotřebí změnit životní styl. Doporučuje se méně solit a přijímat v potravě více vlákniny. Fyzická aktivita a psychická pohoda a relaxace patří k dalším zásadám. Lékaři varují i před přecházením jakýchkoli běžných onemocnění, neboť tím se organismus oslabuje a riziko infarktu se opět zvyšuje.

Náš květnový výlet do Dubí a okolí.

Třináctého května jsme se vydali brzy ráno na výlet za vzděláním a poučením do Dubí u Teplic. Vyšlo nám slušné počasí a tak jsme se těšili na setkání s panem Ing. Vladimírem Feixem, generálním ředitelem podniku Český porcelán, který pro nás připravil velmi pestrý program.

K branám závodu jsme dorazili před devátou hodinou a po přivítání v jídelně podniku jsme předali panu řediteli album fotografií z jeho návštěvy oslav svěcení obecního znaku a praporu v Horce v minulém roce. Potom jsme se vypravili na exkurzi po závodě. Všude před budovami i uvnitř dílen bezvadný pořádek, nikde žádné „odkládací“ kouty. Prošli jsme výrobními dílnami, kde nám předvedli jak se dělá celý výrobní sortiment závodu. Zasvěcený výklad pana ředitele jsme poslouchali pozorně a sledovali zároveň šikovné ruce dělníků, které obsluhovaly vysoce produktivní stroje či předváděly ruční malbu cibulového porcelánu. Na závěr prohlídky jsme si prohlédli vzorkovnu porcelánu, kde byly vystaveny ukázky sortimentu závodu. Bylo se na co dívat. Jídelní servisy různého provedení a v různých barvách, kávové a čajové soupravy, nepřeberné množství různých hrnečků, keramické nástěnné hodiny, zapékačské misky, dekorativní předměty atd. Přebohatý a krásný sortiment.

Po prohlídce závodu jsme byli na výborném obědě.

O půl jedné jsme odjeli do Krupky a nejdelší sedačkovou lanovkou u nás (*překonává převýšení 482 metrů, má délku 2348 metrů a doba jízdy je 15 minut*) jsme vyjeli na Komáří Vížku do nadmořské výšky 806 metrů, odkud byl výhled do kraje. Konstatovali jsme, že z lanovky byl pestřejší výhled, protože se horšilo počasí. Náhle se ochladilo a každý spěchal do zástřešků, někteří ke grogu.

Místo prohlídky starého důlního díla jsme zvolili prohlídku národní kulturní památky – cisterciáckého kláštera v Oseku. (*Zřízen v roce 1196, kostel Nanebevzetí Panny Marie založen položením základního kamene chrámové lodi v roce 1206, nádherné varhany se dvěma manuály a 26 registry z roku 1670 byly v současnosti nákladně restaurovány. V minulém století měl klášter pohnutou historii. V roce 1950 se stal internačním táborem pro neposlušné kněze, později se stal domovem pro přestálé řádové sestry. V roce 1990 přechází zpět do rukou cisterciáckého řádu, který se prostřednictvím opata Bernarda Thébese, sídlícího v Německu, snaží o obnovení kláštera v původní kráse. V současnosti nejsou v klášteře žádní členové řádu.*) Prohlédli jsme si galerii, nádherný kostel procházející právě náročnou a nákladnou úpravou do původního stavu, z větší části již hotovou., křížovou chodbu a kapitulní síň.

Po prohlídce tohoto nádherného objektu jsme se stavili v Duchcově ve vzorkovně pobočky závodu na výrobu figurálního porcelánu. Opět se bylo na co dívat. Vitriny plné figurek, zvířátek, soubory dekorací včetně keramického Betléma, sošky Jezulátek a mnoho dalších. Vrátili jsme se do závodu Dubí a v závodní prodejně keramiky jsme nakoupili dárky pro sebe a pro rodinu. Pro klub jsme koupili padesát bílých keramických talířků, kterými nahradíme polystyrenové, dosud v klubu používané při podávání občerstvení. Po chutné večeři se s námi pan ředitel rozloučil a předal nám osobní dárky. Domů jsme se vrátili plni krásných nezapomenutelných zážitků a vzpomínek na nádherně prožitý den. Hodně se fotografovalo a tak jsme si mohli krásné zážitky z tohoto výletu obnovit při prohlížení fotografií při pondělních schůzkách v klubu.

Zpravodaj 2010 č.4/56.

Projednáno radou klubu seniorů 21.června 2010. Připravili: Dráža Hodanová a dr.Bohumil Andr. Tisk 28.6.2010 Interprint Pardubice.

ZPRAVODAJ 2010

Zpravodaj Klubu seniorů Horka

Číslo 4/56

Červenec - srpen 2010

Poutňová mše

bude sloužena v neděli 1.8.2010 ve 14.00 hodin
v kapli svatě Anny

Kurz PC

se uskuteční 16. až 19.8.2010 v Klubu seniorů
pro 10 účastníků - 14 hodin na účastníka

Typ na výlet KVĚTY – výstava květin

v Lysé nad Labem 8. až 11.7.2010

Přejeme všem, aby o prázdninách nebyly naše dny prázdné, aby se
naplnily dobrodružstvím, poznáním nových míst, dováděním,
legrací, smíchem, táboráky, sluníčkem, koupáním, hraním, pohodou ...

Ať prázdninový čas běží pomaleji než čas školní
a ať jsou kolem vás jen dobří lidé.

Mládí potřebuje radost a lásku,
dospělí práci a přátelství,
staří mír a pokoj.

Konfucius

Stárnutí není nic jiného než zlovyk,
na který opravdu zaměstnaný člověk nemá čas. Maurois

Blahopřejeme

a přejeme hodně zdraví a dobré pohody
narozeniny slaví v červenci a srpnu
členky a členové klubu seniorů

13.7. Jindřiška Boháčová	10.8. Františka Straková ***
16.7. Anna Jará	12.8. Karel Otradovský
20.7. Stanislav Mihulka	31.8. Josef Moudrý
20.7. Libuše Zlesáková	
22.7. Jaroslav Vítek	

Klub seniorů

je otevřen od 18.00 do 20.00 hodin.

K přátelskému posezení s povídáním o všem možném, četbě časopisů, prohlížení nových knih a obrazových publikací atd. Využijte této doby i k návštěvě obecní knihovny. K prohlédnutí a zapůjčení je časopis GENERACE, týdeník KVĚTY z knihovny a další časopisy věnované členy klubu (Vlasta, Žena a život, Jim, Katka, Zdraví a další).

V červenci a srpnu má knihovna dovolenou – knihy se budou půjčovat v září.

Od 18.00 hodin jsou připraveny tyto akce :

datum	Akce	Vede	Službu má	Poznámka
12.7. 465	Kavárnička	Hodan	Hodanová	
19.7. 466	Kavárnička	Moudrá	Hodan	
26.7. 467	Kavárnička	Jará	Krausová	
2.8. 468	Kavárnička	Dvořáková	Zdražilová	
9.8. 469	Kavárnička	Jehlička	Moudrá	
16.8. 470	Kavárnička	Zdražilová	Hodanová	
23.8. 471	Kavárnička	Andr	Dvořáková	rada klubu
30.8. 472	Kavárnička	Krausová	Jará	

Změna programu vyhrazena.

Ze schůze Rady klubu seniorů 21.června 2010 :

Přítomni :Andr, Dvořáková, Zdražilová, Krausová, Moudrá,
Jará, Hodanová.

Obsah Zpravodaje na červenec a srpen 2010.

Typy na výlety. Informace o kurzu PC 16.-19.8.2010.

Příští rada klubu bude 23.8. 2010.

Připomínky a návrhy.

Když člověk stárne, netrpělivost ztrácí své ostré hrany.
Když jde o život, není na zoufalství čas.

Susan Hill
Marie Poledňáková

Recept na přání:

MARGOT řezy od Alenky všem účastníkům oslav osmdesátin 14.června chutnaly a projevíli přání o recept. Tady je:

Co potřebujete:

Těsto:

300 g polohrubé mouky, 1 prášek do pečiva, 3 vejce, 150 g cukr krupice, 1 dcl oleje, 2 dcl mléka.

Pudinková náplň:

½ l mléka, 1 čokoládový pudink, 1-2 lžíce cukru, 1 lžíce kakaa.

Poleva:

2 kysané smetany (400 g), 1 vanilkový cukr, 1 čokoláda Margot (nastrouhat na hrubo).

Postup:

V míse ušleháme 3 žloutky s cukrem do bílé pěny a postupně zašleháme olej, dále do této hmoty zašleháváme střídavě mouku smíchanou s práškem do pečiva a dle potřeby ředíme mlékem. Nakonec lehce vmícháme pevně ušlehaný sníh z bílků.

Těsto vylijeme na vymazaný a vysypaný plech s vyšším okrajem Stejněměrně rozprostřeme a na povrch nalijeme cik cak teplý pudink (pěkně z výšky, aby protekl těstem) a pečeme ve vyhřáté troubě asi 30 minut.

Ještě na teplou buchtu natřeme kysanou smetanu prošlehanou s vanilkovým cukrem a povrch posypeme strouhanou Margot čokoládou (před strouháním dejte chvíli na mrazák) Hotovou buchtu dejte do chladu proležet. Nejlepší je druhý den, pokud vydrží.

Pochlubte se jak to dopadlo!

Naše tipy

Nejblíže to máme do Chrudimě a ta nám na léto nabízí tyto akce:

1. až 8. července 2010 se koná **59. loutkářská Chrudim**. V rámci doprovodného programu se **6.července** od 15 hodin koná **LOUTKÁŘSKÁ POUŤ**.

17.července v 19 hodin na Resslově náměstí se koná koncert Kamila Střihavky.

24. a 25.července na Resslově náměstí folkový hudební festival **CHRUDESKÝ ZVONEK**.

6. až 8. srpna se koná v centru města **SALVÁTORSKÁ POUŤ**

13. a 14. srpna bude **CHRUDESKÝ PLNÝ ZÁŽITKŮ**. Vzlety balonů, Rallye Železné hory, bohatý doprovodný program a hlavní program na náměstí.

29. až 31.srpna budou na Resslově náměstí **KONCERTY NA NÁMĚSTÍ**.

Kdo se chce vydat dál tak navštíví v době **od 8. do 11.července** Výstaviště Lysá nad Labem kde se koná **14. celostátní výstava květin a zahradnické trhy**. Současně se koná na stejném místě **Festival věštění Květy Fialové** a další akce.

Městské muzeum Chrast pořádá ve dnech **2.července až 1.srpna 2010** výstavu kreseb Jarmily Čerevkové a paličkovaných krajek Renaty Novákové.

Přejeme příjemnou zábavu a šťastný návrat z cest!

Zámek Kroměříž

Arcibiskupský zámek v Kroměříži je dominantou jednoho z nejatraktivnějších měst na Moravě a hlavním magnetem návštěvníků historického komplexu, v rámci něhož byl spolu se svými zahradami zapsán v roce 1998 na seznam Světového kulturního a přírodního dědictví UNESCO. Vznik a vývoj zámku je spjat s historií olomouckého biskupství a arcibiskupství - po zničení původního goticko-renesančního paláce švédskými vojsky v třicetileté válce dal biskup Karel II. z Lichtensteina-Kastelkorna vystavět honosnou, raně barokní knížecí residenci olomouckých biskupů, která dodnes reprezentuje jejich společenský, politický a kulturní význam. Italské pojetí jí dodali architekti vídeňského císařského dvora Filiberto Lucchese a Giovanni Pietro Tencalla. Zámek je nejen unikátním historickým objektem, ale dodnes živým badatelským centrem ukrývajícím bohaté sbírky obrazů, knih či hudby, které mají kořeny v osvětlené činnosti sběratelů několika století. My se projdeme trasou HISTORICKÉ SÁLY, která prochází reprezentativními interiéry prvního a druhého patra, součástí prohlídky je i největší zámecký sál - Sněmovní sál, soukromé apartmá olomouckých arcibiskupů i zámecké knihovny. Trasa je přístupná pouze s průvodcem, doba trvání prohlídky je asi 90 minut. Pokud by si někdo chtěl prohlédnout obrazárnu, musel by přidat na pobyt v zámku dalších 60 minut. Zámecká věž nabízí jedinečný pohled na historické jádro Kroměříže i blízké okolí z 84 m vysoké dominanty zámku. Je přístupná samostatně, bez průvodce, výstup trvá cca 30 minut (206 schodů). **Květná zahrada** se nachází od zámku a Podzámecké zahrady cca 10 min chůze. Kroměřížská Květná zahrada, známá též pod názvem Libosad, patří mezi nejvýznamnější zahradní díla v celosvětovém měřítku. Labyrinty zelených stěn spolu s 244 m dlouhou Kolonádou, dvěma historickými skleníky, centrálním pavilonem (Rotundou), květinovou a sochařskou výzdobou nabízí i dnes mnoho překvapujících a neopakovatelných zážitků.

KŘTINY

Křtiny patří k našim nejstarším poutním místům. Podle starého vyprávění ve zdejších údolích křtili svatí Cyril a Metoděj a jejich žáci. Proto i starobylý název: **Vallis baptismi - údolí křtu - Křtiny**. První písemnou zprávou je papežská listina z roku 1237. Největší rozkvět prožívaly Křtiny v 17. a 18. století. Městysu vévodí v místech dvou původních středověkých kostelů dnešní chrám barokního architekta J. B. Santiniho – jeho nejkrásnější stavba – a špiček barokních mistrů sochařů a malířů – O. a A. Schweigelovi, J. J. Etgens aj. – právem nazývaná Perlou Moravy. Byl dokončen a benedikován 1. května 1750; gotická, kamenná přes 2m vysoká socha Panny Marie Křtinské, pochází ze 13. – 14. století a korunovační klenoty z r. 1670. Pozoruhodnými významnostmi jsou křtinská kostnice, objevená v r. 1991 a zpřístupněná v r. 2005, v ambitu zvonkohra se 39 zvony požehnaná v r. 2004 a četné hodnotné koncerty, konané v průběhu roku. Tento komplex spolu s farními budovami a zámek se nachází uprostřed městyse Křtiny, který leží cca 20 km severovýchodně od Brna a má 781 obyvatel. Tato oblast bývá také nazývána Branou do Moravského krasu, který se rozprostírá severně odtud.

Zpravodaj 2010 č. 5/57.

Projednáno radou klubu seniorů 23. srpna 2010. Připravili: Dráža Hodanová a dr. Bohumil Andr. Tisk 30.8.2010 Interprint Pardubice.

ZPRAVODAJ 2010

Zpravodaj Klubu seniorů Horka

Číslo 5/57

Září - říjen 2010

Posvícenská mše svatá

bude sloužena v neděli 19. září 2010 ve 14.00 hodin
v kapli svatě Anny

Výlet do Kroměříže a Křtin

se uskuteční 23. září 2010 odjezd v 5.00 hodin od hostince

Mezinárodní den seniorů v pondělí 4. října 2010 od 17.00 hodin

přátelské posezení v Klubu seniorů
vystoupení dětí, živá hudba, občerstvení

V pondělí 11. října 2010 humanitární sbírka pro diakonii Broumov

sběr šatstva, povlečení a různých textilií od 16.00 do 19.00 hodin
dávajte prosím do krabic nebo pevných pytlů

V pátek a v sobotu 15. a 16. října 2010

se konají

volby do obecního zastupitelstva a do senátu

v kulturní místnosti na obecním úřadě
sledujte obecní vývěsku a k volbám přijďte všichni

Úklid pomníku padlých ve středu 20. října 2010

od 9.00 do 10.00 hodin

Blahopřejeme

a přejeme hodně zdraví a dobré pohody
narozeniny slaví v září a říjnu
členky a členové klubu seniorů

8.9. František Urban *	9.10. Milada Urbanová
9.9. Věra Vacková	17.10. Marie Zdražilová
20.9. Karel Rada	21.10. František Malinský
25.9. Vlasta Velendorfová **	
25.9. Eliška Černá	
28.9. Miroslava Krátká	

Klub seniorů

je otevřen od 18.00 do 20.00 hodin.

Knihovna je opět otevřena od 17.00 hodin.

K přátelskému posezení s povídáním o všem možném, četbě časopisů, prohlížení nových knih a obrazových publikací atd. Využijte této doby i k návštěvě obecní knihovny. K prohlédnutí a zapůjčení je časopis GENERACE, týdeník KVĚTY z knihovny a další časopisy věnované členy klubu (Vlasta, Žena a život, Jim, Katka, Zdraví a další).

Od 18.00 hodin jsou připraveny tyto akce :

datum	Akce	Vede	Službu má	Poznámka
6.9. 473	Vzpomínky na léto	Zdražilová	Moudrá	
13.9. 474	Předvolební beseda s kandidáty	Dvořáková	Jehlička	
20.9. 475	Poposvícenské setkání	Jará	Krausová	
20.9. 476	Zajímavosti z týdeníku TÝDEN	Andr	Dvořáková	
4.10. 477	Mezinárodní den seniorů	Hodan	Hodanová	
11.10. 478	Humanitární sbírka	Moudrá	Zdražilová	
18.10. 479	O nových knihách	Andrová	Hodan	rada klubu
25.10. 480	Výsledky voleb do OZ	Krausová	Jará	

Změna programu vyhrazena.

Ze schůze Rady klubu seniorů 23.srpna 2010 :

Přítomni : Andr, Dvořáková, Zdražilová, Krausová, Jará, Hodanová

Nepřítomna : Moudrá.

Obsah Zpravodaje na září a říjen 2010.

Příprava výletu do Kroměříže ve čtvrtek 23.září 2010 a
příprava mezinárodního dne seniorů v pondělí 4.října 2010 .

Příští rada klubu bude 18.10.2010.

Připomínky a návrhy.

Kurz obsluhy osobních počítačů

Ve dnech 16. až 19. srpna 2010 se konal v Horce první kurz obsluhy osobních počítačů pro seniory. Tento kurz byl uspořádán za podpory Nadačního fondu manželů Livie a Václava Klausových společností LYRIX centrum ze Studénky. Měli jsme štěstí, protože ze 128 žádostí o kurz bylo schváleno jen 34 žádostí a v tomto počtu jsme byli i my.

Lektorem kurzu byl pan Aleš Vorlíček, který se projevil jako velmi dobrý znalec problematiky a všechno vykládal srozumitelně a názorně vše uváděl do praxe, protože každý z účastníků měl k dispozici svůj přidělený počítač. Po úvodní lekci k čemu se dá počítač použít a jak s ním dorozumět následovalo praktické seznámení s fyzickým zařízením počítače (monitor, klávesnice, myš, reproduktory a mikrofon atd.) Postupně byl uveden operační systém Windows XP a práce s ním. Vysvětleny pojmy kurzor, kliknutí, táhnutí, hlavní panel, ikona, okna, složky a soubory, uložení souborů. Vysvětlena práce s textovým editorem Microsoft Word, způsob psaní a úprav textu, uložení a tisk dokumentu. Zajímavé bylo seznámení s internetem a jeho využitím, vyhledávání na internetu a prohlížení stránek i jejich uložení. Nakonec bylo seznámení s elektronickou poštou, čtením, psaním a odesíláním zpráv, odpovědi na přijatou zprávu, přeposílání přijatých zpráv. Jak se bránit proti virům a škodlivému softwaru. Každý si založil vlastní e-mail. Všichni byli s průběhem kurzu spokojeni a na závěr obdrželi Osvědčení o absolvování kurzu. Každý z účastníků dostal také brožuru „Senioři komunikují“, ve které jsou shrnuty všechny získané znalosti, aby si mohli na vlastním počítači všechno naučené a případně zapomenuté zopakovat.

Tak až si zapnete počítač, hledejte informace z obce na adrese : www.horka.info.cz a další potřebné adresy stránek najdete v odkazech..



Rozeznáte chřipku od obyčejné rýmy ?

Podzim je tady i s plískanicemi a různými rýmami, nachlazeními, kašlem, smrkáním a kýčáním. Většinou říkáme, že jsme chytli chřipku. Ta nás ale ve skutečnosti postihne jen zřídka.

Příznaky chřipky, rýmy nebo angíny se v mnohém podobají. Mají však různá konkrétní specifika. Zjistit, co vám vlastně doopravdy je, můžete například i podle následujících otázek :

1. Objevily se vaše potíže náhle, během několika málo hodin?
2. Vyskytla se teď klasická chřipka ve vašem regionu, nebo jste přišli do kontaktu s nemocným člověkem?
3. Cítíte se unaveně, slabě a jako by vás někdo zbil po celém těle?
4. Potíte se máte zimnici, nebo obojí?
5. Trápí vás pronikavá bolest hlavy?
6. Bolí vás svaly a klouby?
7. Postihl vás suchý kašel, nebo bolest v krku?

Jestliže jste si odpověděli kladně na první tři otázky a zároveň splňujete dva z dalších příznaků, je velmi pravděpodobné, že máte opravdu chřipku, a ne jen „nespecifikované respirační onemocnění“, jak tomu říkají doktoři.

RÝMA – nastydnutí

Středoevropané se s rýmou setkají v průměru jednou za rok. Zejména u dětí není ničím výjimečným – mívají ji i desetkrát ročně. Při tomto onemocnění se oslabený organismus setkává s některým původcem infekce – virem nebo bakterií, které napadají horní cesty dýchací. Rýma je často také důsledkem působení chladu.

Léčba a komplikace

Lékaři doporučují maximálně léky, které zmírňují bolest (hlavy, v krku a podobně), kapky do nosu nebo proti kašli. Jestliže se jedná o bakteriální zánět, je nutné užívat antibiotika. Někdy se může k rýmě přidat bakteriální infekce, zejména když se nastydnutí nijak neléčí. Organismus je pak vyčerpaný a tedy méně odolný. Mezi časté komplikace patří zánět vedlejších nosních dutin, krčních mandlí, středního ucha, průdušek či plic. Ty se pak také musí řešit antibiotiky. Typickým příznakem je hnědavý, žlutozelený sekret ze zanícené nosní sliznice.

CHŘIPKA

Klasická chřipka patří mezi nejčastější infekční onemocnění. Každý rok se na celém světě nakazí až deset procent populace. V období pandemie může jít až o 50 procent.

Chřipka je jen jedna

Její nástup lidé označují „jako když na ně padne těžká černá deka“. Ráno se můžete cítit úplně zdravě, odpoledne už jste rozlámaní a máte horečku. Když nenastanou komplikace, intenzivní příznaky vás trápí tak tři až pět dní. Postupně odeznívají, ale některé z nich, jako například velká únava až vyčerpanost, přetrvávají až dva týdny.

Léčba a komplikace

Léčba chřipky vyžaduje opravdu klidový režim. Pacient musí ležet a pít hodně tekutin, případně užívat antivirotika. V opačném případě si může způsobit vážné onemocnění a komplikace, které způsobuje buď samotný vir, nebo takzvaná bakteriální superinfekce (bakterie začnou napadat celý, virem oslabený organismus). K nejčastějším komplikacím patří zánět srdečního svalu

ZPRAVODAJ 2010

Zpravodaj Klubu seniorů Horka

Číslo 6/58

Listopad - prosinec 2010

Výstava keramiky – výrobků dětí a žen z Horky

v klubovně Klubu seniorů v sobotu 4.prosince 2010 od 13 do 16 hodin
a v neděli 5.prosince 2010 od 13 do 16 hodin
srdečně Vás všechny zveme, přijďte se podívat

Adventní koncert dětské dechovky z Chrasti

se uskuteční 12.prosince 2010 ve 14 hodin v sále hostince
přijďte si poslechnout krásnou a příjemnou hudbu

Rozloučení s rokem 2010

v pondělí 22.prosince 2010 od 17.00 do 22.00 hodin v sále hostince
program a občerstvení zajištěno

**Krásné, hvězdami a třpytivým sněhem protkané Vánoce
plné splněných snů, pohody.
Ať ve skořápkách tří kouzelných oříšků
naleznete zdraví, štěstí a lásku.**

Že prý je to neskutečné a plné zmatků?
Dát sluníčko sedmítečné k vánočnímu svátku?
Usmíváš se to je skvělé,
to je účel přání!
Šťastné a veselé vánoční rozjímání.

Blahopřejeme

a přejeme hodně zdraví a dobré pohody
narozeniny slaví v listopadu a prosinci
členky a členové klubu seniorů

- | | |
|----------------------------------|--------------------------|
| 1.11. Zdeňka Čechová | 5.12. Josef Horáček |
| 8.11. Ivana Lorinziová | 19.12. Jaroslav Jehlička |
| 10.11. Stanislava Vondráková *** | 21.12. Marie Lonerová |
| 17.11. Libuše Marboeová * | |
| 22.11. Marie Nepivodová | |
| 27.11. Anna Šindlerová | |
| 29.11. Marie Malinská * | |

Klub seniorů

je otevřen od 17.00 do 19.00 hodin.

Knihovna je od 1. listopadu otevřena od 16.00 hodin.

K přátelskému posezení s povídáním o všem možném, četbě časopisů, prohlížení nových knih a obrazových publikací atd. Využijte této doby i k návštěvě obecní knihovny. K prohlédnutí a zapůjčení je časopis GENERACE, týdeník KVĚTY z knihovny a další časopisy věnované členy klubu (Vlasta, Žena a život, Jim, Katka, Zdraví a další).

Od 17.00 hodin jsou připraveny tyto akce :

datum	Akce	Vede	Službu má	Poznámka
1.11. 481	Video z výletu	Zdražilová	Moudrá	
8.11. 482	Zajímavosti	Dvořáková	Jehlička	
15.11. 483	Soutěžíme	Jará	Krausová	
22.11. 484	Něco se naučíme	Moudrá	Zdražilová	
29.11. 485	Kosmetika	Andrová	Hodanová	
6.12. 486	Návrhy na rok 2011	Andr	Dvořáková	
13.12. 487	Plánování	Andr	Hodan	rada klubu
20.12. 488	Předvánoční popovídání	Krausová	Jará	
27.12. 489	Rozloučení s rokem			

Změna programu vyhrazena.

Ze schůze Rady klubu seniorů 18. října 2010 :

Přítomní : Andr, Dvořáková, Zdražilová, Krausová, Jará, Moudrá, Hodanová
Obsah Zpravodaje na listopad a prosinec 2010.
Příští rada klubu bude 13.12.2010.
Připomínky a návrhy.

Poděkování paní Vackové, která nám vždy ochotně vyhověla a udělala nám dobré, chutné a hezky zdobené chlebičky a zákusky. Děkujeme.



Na výletě v Kroměříži jsme si prohlédli vnitřní prostory arcibiskupského zámku a ve sněmovním sále jsme se mohli vyfotografovat (horní snímek). Po prohlídce sálů a knihovny byl čas na individuální prohlídky podle zájmu. Část zájezdu se věnovala prohlídce vinného sklípku, část prohlídce podzámecké zahrady, další prohlídce objektů na náměstí. Po obědě jsme se podívali do Květné zahrady. Většina vystoupila na kolonádu, aby si zahradu prohlédla shora. Navštívili jsme také tropický skleník. Potom jsme odjeli do Křtin, na prohlídku krásného barokního chrámu a přilehlých prostor (dolní snímek). V ambitech nás zaujala působivá zvонkohra. Výlet se nám líbil a máme krásné vzpomínky nejen my z Horky, ale i senioři z Rosic. Poděkování za přípravu a zdárný průběh patří M. Zdražilové. A už se těšíme na další výlet.

