



Liberec

Plán akcí



TyfloCentrum
Liberec, o.p.s.

Čarodějnický speciál 2021

KONTAKTY:

Telefon: 488 577 661

Email: liberec@tyflocentrum-lb.cz

Adresa: Na Výšinách 451/9, Liberec 5

Web: <http://liberec.tyflocentrum.cz/>

CO NABÍZÍME:

- **Průvodcovskou a předčitatelskou službu:**
průvodkyně Květa Heligarová – Nováková (736 130 590, pps@tyflocentrum-lb.cz)
- **Zajímavé aktivity v rámci sociálně aktivizačních služeb:**
koordinátorka a sociální pracovnice Mgr. Ivana Valecká (797 695 503, ivana.valecka@tyflocentrum-lb.cz)
- **Výuku a poradenství ohledně elektronických kompenzačních pomůcek:**
lektorka Ing. Jana Smolná (731 913 585, jana.smolna@tyflocentrum-lb.cz)
- **Základní sociální poradenství a metodická činnost:** sociální pracovnice Mgr. Jana Benešová, Ph.D. (jana.benesova@tyflocentrum-lb.cz)
- K zapůjčení tandemová kola, zvukové knihy, možnost digitalizace textů a další.

Úvodník

Vážení uživatelé služeb TyfloCentra,

netušili jsme, nakolik bude téma minulého vydání (Apríl) přiléhat celému měsíci dubnu. Počasí jako na houpačce se střídavými návraty tuhé zimy se sněhem nás provází v podstatě celý měsíc. A tak se téma našeho aktuálního vydání může zdát poměrně vzdálené. Nicméně – **číslo věnované zvyku pálení čarodějnic je tu**, a pokud jím právě listujete v tištěné či elektronické podobě, máme velkou radost, že jste s námi.

Od 12. 4. 2021 již v Česku neplatí nouzový stav. Stále však fungují podobná opatření jako v minulém období. **Setkávání je možné individuálně, ať už venku nebo ve vnitřních prostorách.** Skupinové aktivity zatím proto v nabídce TC nenajdete, ale těšíme se, že si je již brzy společně zažijeme. Pokud by v tomto ohledu nastala jakákoli změna během května, budeme Vás informovat.

Kromě pravidelných rubrik a nejrůznějších čarodějnických zajímavostí Vás v OKU i tentokrát čeká soutěžení, výzva k zapojení do tvorby Velkého OKA a mnoho dalšího. Přejeme vám příjemné čtení a společně s Vámi již netrpělivě vyhlížíme to pravé jaro!

Vaše TyfloCentrum

Obsah čísla:

- Aktuální informace k fungování TyfloCentra
- Program TC na květen 2021
- Pálení čarodějnic – historické okénko
- Zvyky a pověry spojené s Filipojakubskou nocí
- Tvoření 1: Vytvořte si čarodějnici (sami, s dětmi, s vnoučaty)
- Tvoření 2: Čarodějnice z lahve jako dárek
- TyfloCentrum se představuje: Jana Salačová
- Recept: Čarodějnické prsty
- Výsledky aprílového soutěžení
- Soutěž: Čarodějnice z českých pohádek
- Výzva 1: Zážitky roku 2020
- Výzva 2: Nové logo časopisu OKO
- Oslavenci v květnu
- Důležitá informace
- Zajímavá informace
- Zajímavost na závěr

Aktuální informace k fungování TyfloCentra

V měsíci květnu i po zrušení nouzového stavu platí omezení vzájemného setkávání. Sociální služby tak poskytujeme nadále převážně online a telefonicky. Osobně se s Vámi rádi setkáme individuálně.

- **Průvodcovskou a předčitatelskou službu lze využívat, jen je potřeba si s námi domluvit požadovaný termín alespoň 7 dní předem.**
- **Služby sociální rehabilitace** probíhají u lektorky Jany Smolné a lektora Lukáše Feifera **po předchozí individuální domluvě**, a to buď na dálku, nebo osobně v prostorách TC Liberec.
- **Aktivity v rámci služby SAS probíhají online, telefonicky a v některých případech prezenčně (anglická konverzace).**

Obnoveny jsou výpůjční hodiny pro službu zvukových knih. Vrátit stávající či vypůjčit nové knihy můžete bez předchozího objednávání **každé pondělí** v čase **od 9:00 do 12:00**. Potřebujete-li jiný termín, zavolejte nám.

Program TC na květen 2021

Připomínáme, že pokud byste se chtěli účastnit některé z online aktivit, ale zatím si neporadíte s obsluhou techniky, můžete si objednat **konzultaci u lektorky Jany Smolné**. Ráda Vás připraví na obsluhu videokonferenčních nástrojů, jako je například Google Meet. **Objednat se na konzultaci můžete telefonicky každé úterý mezi 12:00 – 13:00. Tel.: 731 913 585.**

3. 5. pondělí 10:00 Cesta kolem světa

Vyrážíme z TyfloCentra Liberec na cestu kolem světa! Alespoň tedy **prostřednictvím nachozených kroků na našem stepperu**. Pokud máte chuť, přijďte posílit svou kondici a posunout nás na cestě. Kroky každého účastníka se sčítají a kdokoli může přispět byť jen malým počtem kroků. Na aktivitu je možné hlásit se u paní Valecké do 30. 4. 2021.

4. 5. úterý 10:00 Piano poslepu pro pokročilé – online

Klientka TC, paní Mgr. Lucie Remerová, sdílí své letité zkušenosti učitelky hry na hudební nástroj s dalšími uživateli TyfloCentra, kteří již mají určitou průpravu s hrou na hudební nástroj za sebou. Vzdálená výuka probíhá přes odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do 30. 4. 2021.

5. 5. středa 15:00 Angličtina pro pokročilé - online

Aktivita probíhá online přes odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do úterý 4. 5. 2021. Finanční příspěvek na aktivitu je 30 Kč.

6. 5. čtvrtek 10:00 Němčina pro mírně pokročilé - online

Lektorkou je klientka TC paní Andrea Tkáčová. Vzdálená online výuka probíhá přes stálý odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pondělí 3. 5. 2021. Finanční příspěvek na aktivitu je 30 Kč.

6. 5. čtvrtek 14:00 Jóga - vzdáleně

Cvičení pod vedením odborné lektorky – probíhá vzdáleně prostřednictvím Zoom či telefonického spojení. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pondělí 3. 5. 202

7. 5. pátek 10:00

Piano poslepu - online

Klientka TC, paní Mgr. Lucie Remerová, sdílí své letité zkušenosti učitelky hry na hudební nástroj s dalšími uživateli TyfloCentra. Vzdálená výuka probíhá přes odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do úterý 6. 4. 2021.

7. 5. pátek 13:00

Sdílení zkušeností s masírováním - online

Klient TC, pan Jiří Pikeš, sdílí své letité zkušenosti maséra s dalšími uživateli TyfloCentra. Vzdálená online výuka probíhá přes odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do úterý 11. 5. 2021.

10. 5. pondělí 10:00

Cesta kolem světa

Vyrážíme z TyfloCentra Liberec na cestu kolem světa! Alespoň tedy **symbolicky prostřednictvím nachozených kroků na našem stepperu**. Pokud máte chuť, přijďte posílit svou kondici a posunout nás na cestě. Kroky každého účastníka se sčítají a kdokoli může přispět byť jen malým počtem kroků. Na aktivitu je možné hlásit se u paní Valecké do 7. 5. 2021.

11. 5. úterý 10:00

Piano poslepu pro pokročilé – online

Klientka TC, paní Mgr. Lucie Remerová, sdílí své letité zkušenosti učitelky hry na hudební nástroj s dalšími uživateli TyfloCentra, kteří již mají určitou průpravu s hrou na hudební nástroj za sebou. Vzdálená výuka probíhá přes odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pátku 7. 5. 2021.

11. 5. úterý 13:00

Pod víčky - online

Zbrusu nová aktivita, která je zaměřená na Váš osobní rozvoj a kvalitní relaxaci. **Většina relaxačních technik probíhá se zavřenýma očima – proto „Pod víčky“**. Budeme se zabývat způsoby, jak čerpat sílu, jak pracovat se stresem nebo se v těžkých obdobích zbavovat psychického napětí. Některé relaxační metody si budete moci přímo vyzkoušet a inspirovat se také ze zkušeností ostatních. Pro

přihlášení není nutná žádná vstupní úroveň – aktivita je otevřena všem zájemcům, i úplným začátečníkům v tomto tématu. Setkání probíhají vzdáleně – online přes Google Meet. Těší se na Vás průvodkyně paní Lucie Fialková. Přihlášení je možné u paní Valecké do pátku 7. 5. 2021.

12. 5. středa 15:00

Angličtina pro pokročilé - online

Aktivita probíhá online přes odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pátku 7. 5. 2021. Finanční příspěvek na aktivitu je 30 Kč.

13. 5. čtvrtek 10:00

Němčina pro mírně pokročilé - online

Lektorkou je klientka TC paní Andrea Tkáčová. Vzdálená výuka probíhá přes stálý odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pátku 7. 5. 2021. Finanční příspěvek na aktivitu je 30 Kč.

13. 5. čtvrtek 14:00

Jóga - vzdáleně

Cvičení pod vedením odborné lektorky – probíhá vzdáleně prostřednictvím Zoom či telefonického spojení. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pondělí 10. 5. 2021.

14. 5. pátek 10:00

Piano poslepu - online

Klientka TC, paní Mgr. Lucie Remerová, sdílí své letité zkušenosti učitelky hry na hudební nástroj s dalšími uživateli TyfloCentra. Vzdálená výuka probíhá přes odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pondělí 10. 5. 2021.

14. 5. pátek 14:00

Rodičovský klub - online

Diskutujeme na různá témata související s rodičovstvím a nalézáním vzájemné inspirace při výchově. Setkání probíhá online přes Google Meet. Bližší informace poskytne Ivana Valecká. Účast prosím nahlaste do pondělí 11. 5. 2021.

17. 5. pondělí 10:00

Cesta kolem světa

Vyrážíme z TyfloCentra Liberec na cestu kolem světa! Alespoň tedy **prostřednictvím nachozených kroků na našem stepperu**. Pokud máte chuť, přijďte posílit svou kondici a posunout nás na cestě. Kroky každého účastníka

se sčítají a kdokoli může přispět byť jen malým počtem kroků. Na aktivitu je možné hlásit se u paní Valecké do 14. 5. 2021.

18. 5. úterý 10:00

Piano poslepu pro pokročilé – online

Klientka TC, paní Mgr. Lucie Remerová, sdílí své letité zkušenosti učitelky hry na hudební nástroj s dalšími uživateli TyfloCentra, kteří již mají určitou průpravu s hrou na hudební nástroj za sebou. Vzdálená výuka probíhá přes odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pátku 14. 5. 2021.

19. 5. středa 15:00

Angličtina pro pokročilé - online

Aktivita probíhá online přes odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pondělí 17. 5. 2021. Finanční příspěvek na aktivitu je 30 Kč.

20. 5. čtvrtek 10:00

Němčina pro mírně pokročilé - online

Lektorkou je klientka TC paní Andrea Tkáčová. Vzdálená výuka probíhá přes stálý odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pondělí 17. 5. 2021. Finanční příspěvek na aktivitu je 30 Kč.

20. 5. čtvrtek 14:00

Jóga - vzdáleně

Cvičení pod vedením odborné lektorky – probíhá vzdáleně prostřednictvím Zoom či telefonického spojení. Noví zájemci se hlase u paní Valecké do pondělí 17. 5. 2021.

21. 5. pátek 10:00

Piano poslepu - online

Klientka TC, paní Mgr. Lucie Remerová, sdílí své letité zkušenosti učitelky hry na hudební nástroj s dalšími uživateli TyfloCentra. Vzdálená online výuka probíhá přes odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pondělí 17. 5. 2021.

21. 5. pátek 9:00

Angličtina pro pokročilé - konverzace

Konverzace v anglickém jazyce probíhá v prostorách TC pod dohledem odborné lektorky. Noví zájemci se mohou hlásit do pondělí 17. 5. 2021. Finanční příspěvek na aktivitu je 30 Kč.

21. 5. pátek 13:00

Sdílení zkušeností s masírováním - online

Klient TC, pan Jiří Pikeš, sdílí své letité zkušenosti maséra s dalšími uživateli TyfloCentra. Vzdálená online výuka probíhá přes odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pondělí 17. 5. 2021.

24. 5. pondělí 10:00

Tvoříme Kroniku TyfloCentra

Také patříte mezi pamětníky TyfloCentra nebo máte zajímavou vzpomínku spojenou s jeho aktivitami? Využijme současné období k tomu, aby se nám tyto vzpomínky podařilo uchovat. Zvládneme Kroniku sepsat do letošních Vánoc? Společné vzpomínání na zážitky z let minulých, a to s těmi, kteří u nich byli. Kontaktujte Květu Heligarovou – Novákovou na čísle 736 130 590 a podělte se o zážitek, na který rádi vzpomínáte.

25. 5. úterý 10:00

Piano poslepu pro pokročilé – online

Klientka TC, paní Mgr. Lucie Remerová, sdílí své letité zkušenosti učitelky hry na hudební nástroj s dalšími uživateli TyfloCentra, kteří již mají určitou průpravu s hrou na hudební nástroj za sebou. Vzdálená výuka probíhá přes odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pátku 21. 5. 2021.

25. 5. úterý 13:00

Pod víčky – online

Zbrusu nová aktivita, která je zaměřená na Váš osobní rozvoj a kvalitní relaxaci. **Většina relaxačních technik probíhá se zavřenýma očima – proto „Pod víčky“.** Budeme se zabývat způsoby, jak čerpat sílu, jak pracovat se stresem nebo se v těžkých obdobích zbavovat psychického napětí. Některé relaxační metody si budete moci přímo vyzkoušet a inspirovat se také ze zkušeností ostatních. Pro přihlášení není nutná žádná vstupní úroveň – aktivita je otevřena všem zájemcům, i úplným začátečníkům v tomto tématu. Setkání probíhají vzdáleně – online přes Google Meet. Těší se na Vás průvodkyně paní Lucie Fialková. Přihlášení je možné u paní Valecké do pátku 21. 5. 2021.

- 26. 5. středa 15:00 Angličtina pro pokročilé - online**
- Aktivita probíhá online přes odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pátku 21. 5. 2021. Finanční příspěvek na aktivitu je 30 Kč.
- 27. 5. čtvrtek 8:30 Piano poslepu**
- Klientka TC, paní Mgr. Lucie Remerová, sdílí své letité zkušenosti učitelky hry na hudební nástroj s dalšími uživateli TyfloCentra. Vzdálená online výuka probíhá přes odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pondělí 24. 5. 2021.
- 27. 5. čtvrtek 10:00 Němčina pro mírně pokročilé - online**
- Lektorkou je klientka TC paní Andrea Tkáčová. Vzdálená online výuka probíhá přes stálý odkaz na Google Meet. S nastavením rádi poradíme. Noví zájemci se mohou hlásit u paní Valecké do pátku 21. 5. 2021. Finanční příspěvek na aktivitu je 30 Kč.
- 27. 5. čtvrtek 14:00 Jóga - vzdáleně**
- Cvičení pod vedením odborné lektorky – probíhá vzdáleně prostřednictvím Zoom či telefonického spojení. Prosíme o přihlášení u paní Valecké do pondělí 24. 5. 2021.
- 28. 5. pátek 9:30 Otevřená kavárna - online**
- Diskutujeme na různá témata související s pracovním uplatněním, nalézáním seberealizace a zájmovou činností. Setkání probíhá online přes Google Meet. Bližší informace poskytne Ivana Valecká. Účast prosím nahlaste do pondělí 24. 5. 2021.
- 28. 5. pátek 14:00 Rodičovský klub - online**
- Diskutujeme na různá témata související s rodičovstvím a nalézáním vzájemné inspirace při výchově či řešení komplikovaných situací. Setkání probíhá online přes Google Meet. Bližší informace poskytne Ivana Valecká. Účast prosím nahlaste do pondělí 24. 5. 2021.

Pálení čarodějnic – historické okénko

Tradice pálení čarodějnic má dávnou historii. Podobně jako je tomu i u jiných tradic, její význam se během uplynulých staletí pozměnil, ale základ přetrvává dodnes.

Už staří Keltové, kteří na části našeho území žili od 6. století př. n. l., zapalovali v noci na přelomu dubna a května velké ohně, protože věřili, že plameny mají nadpřirozené očistné účinky. Kolem zapálených ohňů tancovali až do vysílení, přeskakovali je a tyto rituály jim měly přinést pevné zdraví, měly je očistit od všeho zlého.

Keltové si vážili svých hospodářských zvířat, která jim pomáhala přežít, takže během této tradice nezapomínali ani na ně. Prováděli je okolo zapálených ohňů, čímž jim dle své víry zajišťovali zdraví a dlouhý život.

Tomuto svátku říkali Keltové Beltain. Ačkoli přesný výklad onoho keltského slova není jistý, nejčastěji je překládáno jako „zářivý oheň“. Předpokládá se, že slabika „bel-„ souvisí s keltským slunečním bohem Belenem.

Na našem území zvyk pálení ohňů nepřetrval z dob původních Keltů, protože v keltských dobách jsme na našem dnešním území ještě nežili. **Jsme totiž potomci slovanských kmenů, které dorazily do střední Evropy a smísily se s dosavadním keltsko-germánským obyvatelstvem až v 6. století našeho letopočtu.**

Češi tak přijali tradici pálení čarodějnic za svou až mnohem později a podle odborníků to bylo především díky německému vlivu. **Staročeské prameny totiž pálení čarodějnic vůbec nezmiňují,** ale doložené je, že v polovině 19. století byl již tento zvyk zakazován, jelikož se jednalo o tzv. „pověrečnou praktiku“. V té době již tedy musel být mezi českým lidem pořádně zakořeněný.

Zajímavostí je, že pálení čarodějnic bylo zakázáno také během 2. světové války nacistickými okupanty. Nebylo to však z ideologických důvodů, nýbrž kvůli celkovému zákazu pálení venkovních ohňů.

Zvyky a pověry spojené s Filipojakubskou nocí

Noc mezi 30. dubnem a 1. květnem, kdy necháváme na hranici vzplanout hadrovou čarodějnici, se někdy nazývá Filipojakubskou nocí. V Německu, Rakousku a celé Skandinávii je noc mezi 30. dubnem a 1. květnem nazývána Valpuržina noc.

Češi, kteří přijali tradici pálení čarodějnic, věřili, že v nočním čase z posledního dubna na prvního května mají temné síly větší moc než jindy, a proto se vydávají mezi lidi, aby jim mohly škodit. Čarodějnice byly v pojetí této tradice hlavními šířitelkami těchto zlých sil.

Strach z čarodějnic posilovala i vyprávění o tom, jak se čarodějnice **o půlnoci před svatým Filipem a Jakubem** setkávají na tajném místě, kde konzumují pokrmy z hadů, žab a dalších v našich zemích nepříliš oblíbených pokrmů. Tomuto čarodějnickému setkání se říkalo „sabat“.

Tradovalo se také, že se natírají kouzelnou mastí, aby mohly létat na koštěti, a **k výrobě takové masti potřebovaly mimo jiné tuk nevinného chlapce**. Čarodějnice se také údajně dovedly proměňovat ve vlky a další zvířata. Bavily se prý povídáním si o svých úspěších v trápení lidí.

S touto ohnivou českou tradicí se pojí vícero zvyků:

- Lidé přeskakovali žhnoucí oharky nebo dokonce ohně, stejně jako starodávni Keltové.
- Do vzduchu se házela zapálená košťata, jejich ohořelé zbytky se poté sbíraly a lidé si je nosili domů, neboť věřili, že je ochrání před zlými silami.
- Zapálená košťata se metala do vzduchu, protože to **představovalo jediný způsob, jak vidět a srazit k zemi čarodějnic**, kroužící nad hlavami a hledající své oběti.
- Jelikož byl za dveřmi první máj, **stavěly se v rámci dodržení české tradice** májky. Uklízelo se rovněž celé hospodářství včetně chlévů
- **Čarodějnice podle pověr škodily nejenom lidem**, ale i dobytku a drůbeži, a proto si lidé před práh stavení či před maštale umisťovali hromádky větviček s trny, o které se měla čarodějnice poranit a utéct.
- Kromě trnů se používaly také svazky stébel nebo drny s co nejvíce stébly, protože se věřilo, že čarodějnice jsou povinny všechna stébla spočítat. Čím více stébel svazek či drn měl, tím spíše nestihla čarodějnice vše spočítat do svítání, kdy ztrácela svou magickou moc a nemohla již uškodit
- **Proti kouzelnému vlivu čarodějnic dle českých tradic chránil květ z kapradí**, který jste měli mít při sobě. Stejně tak však lidé používali i hostii, svěcené předměty a podobně.
- **V předvečer pálení čarodějnic obcházela mládež všechna stavení**, jelikož na stavbu hranice bylo zapotřebí 9 druhů dřeva. Nikdy přitom nesměl scházet jalovec. Samotný oheň zapaloval ten muž z vesnice, který se jako poslední oženil.
- V některých místech **bylo třeba kolem vesnice zapálit dokonce 7 ohňů**, aby bylo zažehnáno nebezpečí požáru.

Zdroj: <https://stips.cz/ceske-tradice-paleni-carodejnic/>

Na téma čarodějnic doporučujeme ke zhlédnutí speciální díl z cyklu **Naše tradice, a to z online vysílání České televize**. Pořadem provází mluvené slovo Miroslava Táborského. Níže naleznete odkaz:

<https://www.ceskatelevize.cz/porady/10519120758-nase-tradice/212562260400013-paleni-carodejnic/>

Tvoření 1: Vyrobtě si čarodějnici (sami, s dětmi, s vnoučaty)

Již brzy snad opět obnovíme rukodělné aktivity přímo v našem TC. Do té doby se můžeme v tvoření inspirovat alespoň na dálku. Máme pro Vás tip na výrobu čarodějnice z běžného kartonu na vajíčka.

Budete potřebovat:

- 1 karton na vajíčka (stačí i menší pro 6 kusů vajec)
- Vodové barvy nebo tempery
- Vlna (možno také chemlon, mašle apod.)
- 2 x barevný papír velikosti A4
- Nůžky, lepidlo

Postup:

Z kartonu na vajíčka využijeme pouze spodní část, ve které jsou vajíčka usazena. Dno kartonu rozstříhneme tak, abychom získali čtyři důlky a jeden „nos“ uprostřed. Takto ustřižený karton zevnitř vybarvíme vodovkami či temperami. Půjde o čarodějnický obličej – můžete tedy využít např. růžovou, zelenou, žlutou, podle toho, jakou barvu obličej by Vaše čarodějnice měla mít. Do dvou důlků, které se nacházejí vedle sebe, udělejte barvami malá černá kolečka jako oči. Pod „nos“ namalujte červenou pusku a na „nos“ klidně bradavici.

Ke vzniklému obličejí připevníme shora a zezadu lepidlem vlasy z vlny či mašlí. Následovat bude klobouk, který zhotovíte z barevného papíru. Začněte smotáním jednoho kusu papíru do špičatého kornoutu. Výšku kornoutu zvolte podle svého gusta. Zarovnejte kornout dole tak, aby mohl dobře stát na základně, tedy na krepě klobouku. Poté z druhého papíru vystříhnete kruh, na který kornout usadíte pomocí lepidla. Střed kruhu můžete také nastříhnout, zohýbat a z prostředka upevnit lepidlem k vnitřní straně

kornoutku, aby klobouk dobře držel. Pak už klobouk jen připevníte lepidlem k obličejí z vajíčkového kartonu a je hotovo!

Tip: Pokud na začátku zachováte celé dno kartonu a ozdobíte zmiňovanou obličejovou část, můžete zbývající část kartonu obalit šátkem či starým oblečením, aby vzniklo zahalené „tělo“.

Vzniklá čarodějnice parádně ozdobí Vaše okno 😊.



Tvoření 2: Čarodějnice z lahve jako dárek

Možná se Vám v období kolem čarodějnic bude hodit tematický dárek. Náš dárkový tip má však širokou možnost využití podle toho, jak konkrétně jej dozdobíte.

Budete potřebovat:

- Lahev vína (nebo šťávy, likéru apod.) – uzavřenou a nevypitou 😊
- 1 pomeranč (nebo grep, jablko apod.)

- 2 silnější nožičky párku (nebo klobásy) – nejlépe spojené
- 2 kusy koření hřebíčku, 1 kešu oříšek (nebo jiné chutné drobnosti dle fantazie)
- Papírový klobouk na čarodějnici (je možné využít postup z předchozího tvoření)
- Izolepa (nebo lepicí páska, lepidlo + provázek)
- Fix

Postup:

Na vrchol lahve připevníme lepicí páskou či izolepou pomeranč. Tím nám vznikne elegantní tělo a hlava čarodějnice. V místě, kde se lahev začíná rozšiřovat, upevníme z jedné strany párek tak, aby se nám jeho nožičky objevily na druhé straně lahve jako ruce. Obličej vytvoříme na pomeranči například pomocí zapíchnutých hřebíčků (oči) a přilepeného kešu oříšku (nos). Ústa lze namalovat fixem. Shora k pomeranči připevníte papírový klobouk.

Kdo chce, může ve zdobení dále pokračovat. Čarodějnice může mít také uši či prsa z bonbonů, sukénku z krepového papíru, nebo třeba copánky ze sýru typu korbáčik.

Můžete také volit různé varianty čarodějky – pokud jako lahev vyberete ovocný džus a místo párků využijete banány, získáte skvělou zdravou čarodějnici, která je vhodná i pro děti.



Paní Jana Salačová je dlouholetou externí lektorkou jógy našeho TyfloCentra. Ti z Vás, kdo jógu pravidelně navštěvují, jistě potvrdí, že s lektorkou Janou vždy přichází také příjemná nálada a pohodová atmosféra. I když momentálně jóga probíhá pouze na dálku, těšíme se z Vašeho narůstajícího zájmu o tuto aktivitu.

Prostřednictvím Vám všem již známé sady otázek se nám dnes paní Jana Salačová představí.

1) Nejoblíbenější místo v ČR?

Kopec Výhledy nad Vítkovem.

2) Kočka, nebo pes?

Kočka.

3) Moře, nebo hory?

Moře.

4) Nejmilejší roční období?

Léto.

5) Nejoblíbenější jídlo?

Špagety s bazalkou, olivovým olejem a parmezánem.

6) Káva, nebo čaj?

Čaj.

7) Největší koníček?

Jóga.

8) Nejoblíbenější sport?

Jóga.

9) Vaření, nebo mytí nádobí?

Obojí, ale nejraději z domácích prací žehlím.

10) Film, nebo kniha?

Kniha.



Medailonek v příštím OKU Vám blíže představí naši další externí spolupracovnici a současně uživatelku služeb TC, paní Andreu Tkáčovou, která působí jako lektorka německého jazyka na dálku.

Recept: Čarodějnické prsty

Upečte si s námi sladké cukroví ve tvaru čarodějných prstů! Upečené prsty vypadají vskutku uvěřitelně, tak případné strážníky předem upozorněte, že jsou to vážně jen napodobeniny 😊.

Ingredience:

- 45 g másla
- 1/2 hrnku polohrubé mouky
- 2 lžičky (hnědé) cukru
- Několik kapek vanilkového aroma
- 2 lžíce mléka
- 1 lžička kakaa
- 12 ks půlek oloupaných mandlí
- na dozdobení marmeláda nebo čokoládová poleva

Postup:

Máslo, mouku, cukr, aroma, mléko a kakao dáme do mísy a promícháme, až vzniknou hrudky. Hrudky poté vysypeme na vál a dlouhými pohyby od těla ven hněteme po

troškách do spojení k vláčnému těstu. Necháme vychladit 30 minut v lednici. Troubu mezitím přehřejeme na 180 stupňů.

Z těsta vytvarujeme 12 malých válečků ve tvaru a délce lidských prstů. Na dvou místech nepatrně prohne (jako ohyby kloubů), na výstupcích uděláme párátkem rýhy jako na kloubech prstů a na konec každému „prstu“ přilepíme mandli coby nehet. Vyskládáme prstíky na ležato na plech a pečeme cca 12 - 15 minut.

Pro reálnější vzhled nehtů můžeme mandli po upečení sloupnout a následně znovu přilepit například rybízovou marmeládou. Konce prstů můžeme také ještě ponořit do rybízové marmelády nebo třeba nalakovat nehty na tmavou barvu tím, že je potřeme rozpuštěnou čokoládovou polevou.

Přejeme, ať Vám recept přinese tu pravou čarodějnou náladu a pochutnáte si.

Zdroj: www.toprecepty.cz.

Výsledky aprílového soutěžení

Přinášíme Vám přehled správných odpovědí z našeho aprílového vydání

Tvrzení číslo 1: V letošním roce oslaví TyfloCentrum konečně svou plnoletost, tedy 18 let od svého vzniku.

Pravda! Ano, skutečně, naše a Vaše TyfloCentrum bude letos doopravdy plnoleté 😊.

Tvrzení číslo 2: Ředitelka libereckého TyfloCentra je známá svou zálibou ve zvířatech. Řadu psích a kočičích domácích mazlíčků rozšířila v poslední době také jedna tarantule.

Velký apríl! Paní ředitelka trpí strachem z pavouků. (A nyní doufá, že se to nerozkřikne 😊.)

Tvrzení číslo 3: Jednou z nejnovějších aktivit TyfloCentra v oblasti sociálně aktivizačních služeb je Piano poslepu.

Pravda! Aktivita patří k nejnovějším a je skutečně zážitkem při objevování krás hry na hudební nástroj.

Tvrzení číslo 4: Jak bylo uvedeno v medailonku minulého čísla, mezi oblíbené filmy jedné ze sociálních pracovníc TC patří drama *Mimozemšťan*.

Apríl! Jednalo se o drama *Pozemšťan* s Davidem Lee Smithem v hlavní roli, které mezi svými oblíbenými filmy uvedla sociální pracovnice Jana Benešová.

Dovolujeme si na tomto místě upřímně poblahopřát paní Haně Lopatkové, která jako jediná správně posoudila všechna čtyři tvrzení. K paní Lopatkové poputuje výhra v podobě netradiční čokoládové speciality, kterou lze konzumovat nejen na apríla, a také deštník na aprílové počasí ☺. Gratulujeme!

Soutěž: Čarodějnice z českých pohádek

Aby bylo aktuální OKO čarodějné se vším všudy, soutěžit budeme v tomto čísle na všeobecně oblíbenou pohádkovou notu – a jak jinak než s čarodějnicemi. České pohádky jsou čarodějnic plné, a proto neuškodí, když si je touto cestou připomeneme.

Zadání soutěže zní: **Ze seznamu osmi pohádek uvedených níže vyberte prosím ty, v nichž se objevuje postava čarodějnice.**

- O princezně Jasněnce a létajícím ševci
- Dívka na koštěti
- Princezna ze mlejna
- Princ Bajaja
- Lotrando a Zubejda
- Mrazík
- O statečném kováři
- Pyšná princezna

Své odpovědi zasílejte na přiloženém soutěžním lístku ve zpětné obálce. Odpovědi přijímáme také telefonicky či emailem, ze kterého dostáváte OKO. **Uzávěrka je 15. 5. 2021.**

Máte-li rádi české pohádky, klidně nám napište, která je Vaše nejoblíbenější a proč. Ať už s čarodějnicí, nebo bez ní ☺.

Výzva 1: Zážitky roku 2020

V těchto dnech pro Vás mimo jiné vytváříme souhrnné Velké OKO za rok 2020. Jak bylo vždy zvykem, Velké OKO vzpomíná, ohlíží se, bilancuje a rekapituluje uplynulý rok. Je „velké“, protože se toho zpravidla hodně událo. Rok 2020 by sice vlivem epidemie jiný než roky předešlé, a to i z pohledu služeb TyfloCentra, zaručeně je však na co vzpomínat. **Budeme rádi, když s námi tentokrát při tvorbě Velkého OKA spojíte síly.**

Napište nám, nebo zavolejte:

- Jaké aktivity jsem se v roce 2020 účastnil/a
- O čem aktivita byla (z mého pohledu)
- Co mi aktivita přinesla (jakou s ní mám pozitivní zkušenost)
- Kam bych rád/a, aby se aktivita dál vyvíjela
- Co bych vzkázal/a někomu, kdo třeba zatím váhá s účastí v této aktivitě

Už se moc těšíme na Vaše příspěvky. Je báječné, když věci vznikají společně. Máme z nich pak dvojitou radost.

Výzva 2: Nové logo časopisu OKO

Jak bylo napsáno, baví nás, když vytváříte TyfloCentrum společně s námi. A to platí nejen pro obsahovou stránku aktivit a služeb. V předešlých vydáních OKA jsme informovali, že vznikají nové webové stránky. Novou „košilku“ bychom chtěli dát také našemu již tradičnímu časopisu.

Proto uvítáme Váš námět či nápad na nové logo časopisu OKO.

Nápad může být kreslený nebo jen slovy popsáný. Můžete nám opět psát i volat. Těšíme se na inspirace od Vás!

Všechny Vaše příspěvky do obou výzev odměníme a předem za ně děkujeme.

Oslavenci v květnu

Květnové blahopřání patří paní Andree Tkáčové. Přejeme pevné zdraví, spokojenost a neutuchající životní elán.

Důležitá informace

Novou informací je, že počínaje **pátkem 23. 4. 2021 je v ČR spuštěna možnost registrovat se na očkování proti onemocnění COVID-19 pro osoby nad 60 let.** Registrace nadále probíhá přes portál ministerstva zdravotnictví: <https://registrace.mzcr.cz/>. Pokud budete mít zájem o pomoc s registrací ze strany TyfloCentra, využijte předčitatelskou službu a kontaktujte Květu Novákovou Heligarovou.

Zajímavá informace

Přinášíme Vám tip na úžasný projekt „**Umění do ucha**“, který Vám na základě registrace a po vyplnění oblasti Vašeho zájmu **zprostředkuje kontakt s vybraným umělcem po telefonu**. Pro dobrou náladu Vám může zahrát, zazpívat či zarecitovat, zkrátka zpříjemnit volné chvíle. Mezi zapojenými umělci najdete například herečku Národního divadla v Praze Tatjanu Medveckou.

Více informací o projektu i postup pro registraci naleznete zde:

<https://www.inpv.cz/inpage/umeni-do-ucha/>

Druhým tipem je originální projekt studentek Masarykovy univerzity „**Vidět ušima**“, který Vás prostřednictvím **audio-pohlednic** provede po zajímavých místech z Česka i ze světa. Navštívit tak můžete například Pompeje. Audio-pohlednice jsou dostupné zde:

https://www.youtube.com/channel/UCr58zeueCWYQZhiv_6_HgqQ

Zajímavost na závěr

Možná Vás překvapí, kolik se během května připomíná svátků a významných dní. Nahlédněte spolu s námi:

1. 5. Svátek práce

3. 5. Mezinárodní den svobody tisku, Den slunce

4. 5. Den hasičů

5. 5. Mezinárodní den porodních asistentek, Den Evropy

6. 5. Světový den astmatu

8. 5. Světový den Červeného kříže, Vzpomínkový den na ty, kteří přišli o život během 2. světové války

12. 5. Den matek, Mezinárodní den ošetřovatelek, Mezinárodní den podpory nemocných s chronickým únavovým syndromem

13. 5. Světový den koktejlů, Mezinárodní den Falun Dafa (meditační cvičení)

- 15. 5.** Mezinárodní den rodiny, Světový den proti mozkové mrtvici
- 16. 5.** Evropský den Slunce
- 17. 5.** Mezinárodní den proti homofobii, Světový den informační společnosti, Evropský den Slunce
- 18. 5.** Mezinárodní den muzeí
- 21. 5.** Světový den kulturní diverzity pro dialog a rozvoj, Týden solidarity pro obyvatele všech koloniálních území
- 22. 5.** Mezinárodní den pro biologickou diverzitu
- 24. 5.** Evropský den parků
- 25. 5.** Ručníkový den, Týden solidarity s národy bez správního teritoria, Mezinárodní den ztracených dětí, Den Afriky, Mezinárodní den počítačů
- 29. 5.** Mezinárodní den mírových jednotek OSN
- 30. 5.** Evropský den melanomu, Svátek sousedů
- 31. 5.** Světový den bez tabáku, Den otevírání studánek

Zdroj: <http://svatky.centrum.cz/svatky/vyznamne-dny/kveten/>

Krásné sváteční i nesváteční květnové dny!