ČERVEN 2022 – TŘETÍ VYDÁNÍ MĚSÍČNÍKU

ZÁMECKÝ MĚSÍČNÍK

Rozhovor s Mgr. Olgou Trunečkovou, adiktoložkou

redaktor: řič

Foto: FB

Dobrý den, mohla byste se, prosím, čtenářům představit?

Jmenuji se Olga Trunečková a pracuji jako sociální pracovnice a adiktoložka v RIAPSu v Trutnově. Pracuji více jak 20 let s lidmi, kteří užívají návykové látky, včetně alkoholu. A této práci se rok věnuji i ve vaší organizaci.

Byl to už Váš dětský sen, pracovat v tomto oboru?

Můj dětský sen to nebyl. Měla jsem a stále mám moc ráda přírodu. Pravidelně jsem o prázdninách, jezdila na přírodovědnou školu na Rýchory, kde jsem se setkala s tématem ekologie, a toto téma mě oslovilo. Takže jsem se chtěla věnovat ochraně přírody, ekologii, nebo podobnému oboru.

Měla jste v životě nějaký vzor?

Ano měla. Bylo jich víc. Ale v době dětství a dospívání to byla Joy Adamsonová. To je autorka i několik knih, z nichž nejznámější je příběh lvice Elsy. Líbilo se mi, jak se stará o nemocná zvířata, jak se svým manželem bojuje s pytláky, jak hájí práva zvířat … Sama jsem domů nosila poraněná zvířata, starala se o ně, nebo je pozorovala v přírodě. Jako dítě jsem také diskutovala tato témata s autorkou dětských filmů, Věrou Plívovou, Šimkovou. Tenkrát připravovala svůj scénář pro film Brontosaurus. To byla zajímavá zkušenost.

Co je to vlastně adiktologie?

Adiktologie je obor, který tu není dlouho. Oficiálně se u nás začal vyučovat po roce 2005, na 1.LF UK v Praze. Je to obor, který se zaměřuje na prevenci a léčbu závislostí.

Co s vámi, jako adiktoložkou, mohou lidé řešit?

Mohou se mnou řešit témata, která jsou spojená se závislostí. Pracujeme s nepohodami, které mohou vyvolávat chutě na alkohol, také mluvíme o změnách v životě, které je nutné udělat. Občas probíráme i teorii, která se týká závislostí. Někdy to naše povídání může být bolestné, může vyvolávat i nepohody a pláč, ale to k terapii patří. Práce na sobě a duši, je vždy velmi těžká věc a ne každý ji zvládá. Chce to určitou osobní odvahu, poprat se se svými třináctými komnatami. Ale pokud se lidé do toho pustí, pak je to může v životě posunout tím zdravějším směrem.

Tímto děkujeme paní Trunečkové za poskytnutí rozhovoru, za možnost setkávat se s ní každý čtvrtek u nás v Domově Dolní zámek, kde vede adiktologickou skupinu, a celkovou spolupráci s organizací, která je pro nás všechny obrovským přínosem.

Mezinárodní den dětí

redaktorka: Věrka

Mezinárodní den dětiček, dítek, dětí se slaví u nás každoročně 1. června už od padesátých let. Poprvé 1. 6. 1950. Oslavy svátku jsou různé, v některých rodinách dávají přednost domácí oslavě. V České republice je tento svátek tradice. Skoro v každém městě můžeme najít veřejnou oslavu. Je to den plný her a soutěží. A vy víte, proč se tento den slaví? Tento den má upozornit všechny lidi na práva a potřeby dětí! Svátek se slaví po celém světě. Celým tímto číslem měsíčníku vás proto budou provázet obrázky dětí (a také našeho šikovného ilustrátora Jarina ☺ samozřejmě).

Ilustrace: Jarin

Den Matek v Domově Dolní zámek

redaktorka: Věrka

Tak jako jsou v měsíci Máji louky, sady a zahrady rozkvetlé, rozkvetly s nimi i naše drahé uživatelky. Stejně jako při setkání Dámského klubu, který tu máme jednou za dva týdny, jsme zorganizovali s aktivizačními pracovnicemi 11.5. příjemné dopoledne všem ženám našeho domova. Hrála hudba, stoly zaplnilo občerstvení, sladké – slané, linula se vůně kávy….

Konečně se nám, po dlouhém covidovém období, podařilo splnit našim dámám dlouho očekávaný sen… ve středu 11.5. jsme ve společenské místnosti uvítali milou návštěvu. V ranních hodinách k nám do Domova Dolní zámek přijely studentky **Střední průmyslové školy Otty Wichterleho** oboru Kadeřnice. S úsměvem ve tváři, kufříkem v ruce, se jedna za druhou ujímaly našich uživatelek a plnily jim jejich představy a touhy. V jednu chvíli se stříhalo, foukalo,

Tomáš 7 let

David 7 let

natáčelo, upravovalo, mylo a česalo, v koutku dekorativní kosmetiky se líčilo, lakovalo a zdobilo.
S výsledkem a výhradně pozitivními dojmy našich uživatelek byly spokojeny obě strany. Určitě mají být učnice z Hronova na co hrdé – přesto, že se svému budoucímu oboru teprve učí, i tak jejich práce a hlavně milý a profesionální přístup, předčil naše očekávání.
Moc děkujeme paní Bc. Simoně Sedláčkové, že si se studentkami udělaly čas a přijely k nám, a vedení Střední průmyslové školy Otty Wichterleho, které účast svých kadeřnic u nás, v Domově Dolní zámek, posvětilo.

ilustrace: Jarin

Magdaléna 5 let

PŘEDSTAVUJEME NOVÉ KLUBY

Jóga a zdravotní cvičení

Redaktor: Marinek, aktivizační pracovnice

V měsíci květnu se vám všem postupně představila naše nová aktivizační pracovnice Milena B. Běžně ji můžete zastihnout v ruční dílně, v druhém patře hospodářské budovy, ale také se s ní potkáváte v její pracovní době (po-pá 6:30-15 hod) na svých odděleních a jezdíte v jejím doprovodu na výlety.
Na nástěnkách naleznete rozpis jejích aktivit, podobně, jako jste na něj zvyklí u keramické dílny. Mezi pravidelné kluby, které nová aktivizační pracovnice nabízí, patří mimo jiné tyto pohybové aktivity:

PONDĚLÍ	od 8:30 hod	ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ
ČTVRTEK	od 8:30 hod	JÓGA

Při zdravotním cvičení je pozornost zaměřená na problematické oblasti, jako je bederní páteř, krční páteř, pánevní dno a diastáza (rozestup břišní stěny). Je důležité zejména pro ty, kteří mají potíže s určitými partiemi, převážně se zády.
Jednoduché a nenáročné cviky jsou zaměřené především na rozhýbání ztuhlého těla a posílí svaly potřebné ke správnému držení těla. Efektivita se projevuje pouze při pravidelném cvičení. Důležité je mít na sobě pohodlné oblečení a odhodlání pomoci ulevit svému tělu od bolesti, která vzniká převážně ztuhlostí nepoužívaných svalů a kloubů. Pokud je páteř nerovnoměrně zatěžovaná delší dobu, dochází k degenerativnímu procesu, který může být nevratný. Je potřeba brát signály našeho těla zoodpovědně.
Cvičení bude probíhat většinou v tělocvičně, pokud bude teplé a slunečné počasí, můžete cvičit i v zahradách.
Jóga je styl života. Odráží se i ve způsobu jednání a myšlení. Cviky jsou zaměřené na harmonizaci nejen těla ale i duše. Důležité je dýchání a to stejnou mírou, jako pití vody. Podstatou tohoto cvičení je naučit se pracovat s vlastní energií. Odměnou je pak pro nás lehkost a vnitřní síla zvládat životní úkoly a výzvy beze strachu a s vírou sama v sebe. Pro představu jak asi cvičení probíhá: cvičí se dle možností jedince, cviky pracovnice přizpůsobí, není nutné vždy si sedat či lehat na podložku. S sebou je nutností pohodlné oblečení a ručník. Ten budete potřebovat jako pomůcku (např. při podepření). Samozřejmostí a podmínkou je také dobrá nálada ☺

A co na to náš ilustrátor Jarin? Sám si šel jógu vyzkoušet. Přináší Vám tento článek:

Mistr pravil : Jóga je cesta, jak poznat sám sebe, jak získat tělesné i duševní zdraví, jak žít v míru s celým světem i sám se sebou, jak dosáhnout štěstí. Zamyslel se nad touto definicí žák a pak se zeptal: Mistře, co je to vlastně ta cesta, nemáme my na mysli to, co leží před námi? A mistr mu odpověděl: Cesta, synu, to je tvůj každodenní život.
Samotné cvičení se zaměřuje na zklidnění mysli a těla skrze rytmický pohyb a uvolnění napětí v oblasti šíje, beder a hrudníku. A to především díky úklonům, rotacím a mírným záklonům. Například jsou to cviky: sněhový andělíček, vzpažení paže, půlměsíc vleže, cvik kočka ...

FOTOGALERIE KLUBU VAŘENÍ

výroba medu

palačinky

bramboráky a bábovka

ZÁMECKÝ MĚSÍČNÍK

Měsíc	Resoc. odd.	Syndrom dem.	Odd. se zvýšenou p.
únor	+ 15 bodů	+ 24 bodů	+ 9 bodů
březen	+ 38 bodů	+ 16 bodů	+ 6 bodů
duben	+ 3 body	+ 6 bodů	+ 16 bodů
květen	+ 7 bodů	+ 7 bodů	+ 11 bodů
celkem	**63 bodů**	**53 bodů**	**42 bodů**
pořadí	**1.**	**2.**	**3.**

Rádi bychom tímto poděkovali

Střední uměleckoprůmyslové škole sklářské v Železném brodě

za pomoc při zpracování putovního poháru, o který letos poprvé jednotlivá oddělení soutěží!

SOUBOJ O PUTOVNÍ POHÁR

redaktor: Marinek

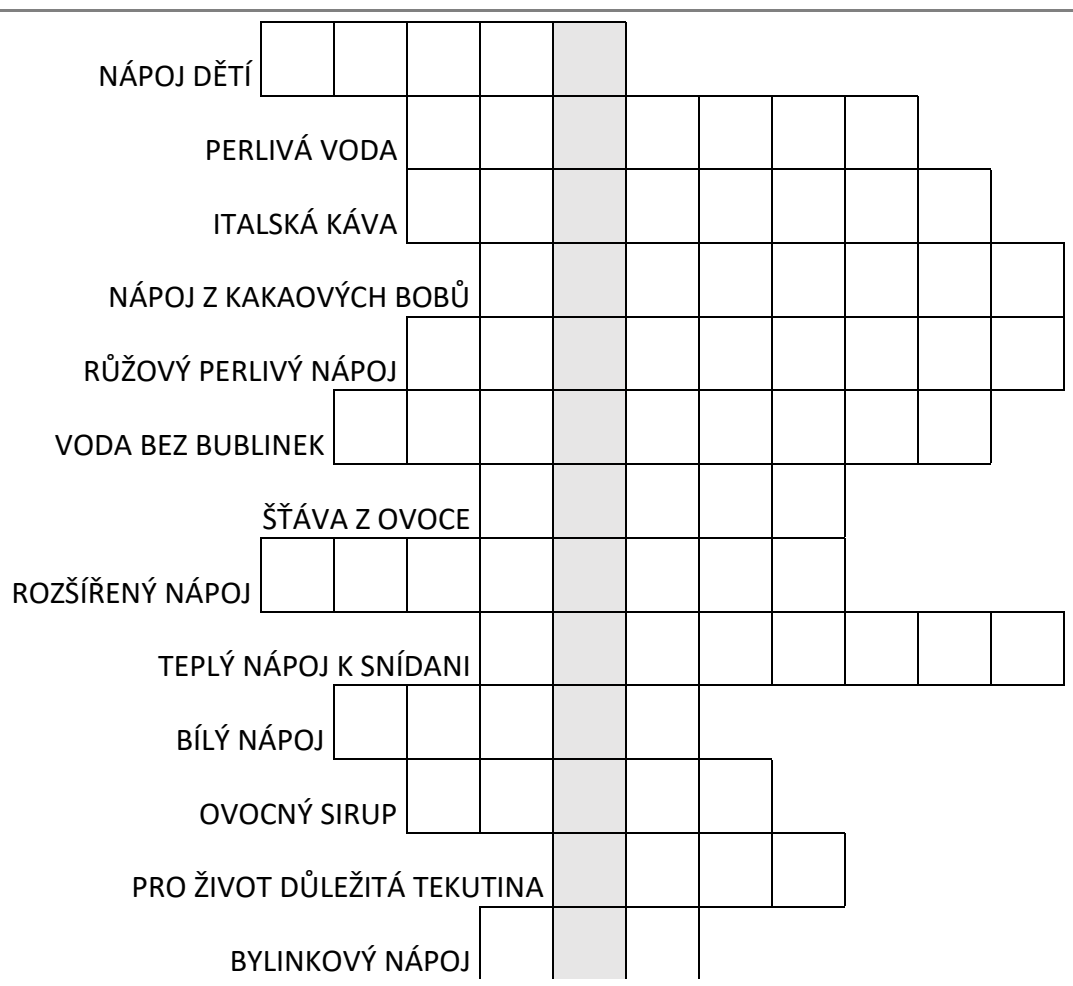
Celoroční soutěž tří oddělení

V měsíci květnu znělo zadání soutěže „Složte básničku ze slov začínajících na písmeno „M“ o čtyřech verších a dvou slokách“. I přesto, že zadání vypadalo zpočátku velice složitě, uživatelé předvedli svůj básnický um a poradili si s básničkami hravě.
Vedoucí pracovníci rozdělili své body a vítězem měsíce květen se stalo oddělení se zvýšenou péčí, které získalo 11 bodů. Moc gratulujeme, v celkovém stavu bodů si začínáte vést moc dobře.

„Moje milovaná maminko, máme májové miminko,
Marušku máme malou, moc milou malovanou!
Motivuje mě, malinko. Mlaská, mručí, mňouká, mrká.
Mařenka mi metlou mává!“

Zadání měsíce června zní: **SBĚR BYLIN.** Jak si se sběrem a sušením plodů přírody poradí Vaše oddělení? Originalita a způsob spolupráce, jak se úkolu zhostíte, Vám opět přinese příští měsíc body. Detaily, rady a informace visí na Vašich nástěnkách.

SOUTĚŽNÍ „NÁPOJOVÁ“ KŘÍŽOVKA REDAKTORKY VĚRKY



V minulém čísle jste mohli vyplňovat soutěžní sudoku – správné zadání odevzdali dva uživatelé resoc. oddělení a zapojily se i dvě pracovnice kuchyně. Redaktorka Věrka vylosovala výherce, kterým se stal pan S. Hurdálek. Moc gratulujeme! Výhrou je tentokrát parádní plážová osuška, která se bude v parných dnech, ať u řeky či koupaliště, hodit. Neboť výherce byl v den uzávěrky na vycházce, bude mu výhra předána hned, jakmile bude opět k zastižení. Fotografii zveřejníme tedy až příští číslo ☺

Pravidla: Chcete-li se účastnit soutěže, vyluštěte křížovku a i s vaším jménem ji vhoďte do připravené schránky v přízemí zámku (u nápojového automatu). Jen tak budete zařazeni do slosování. Soutěžíme o pěkné věcné ceny. Své odpovědi vhazujte do 7.7.2022 – před uzávěrkou dalšího čísla. Losovat bude náhodný člen redakce. Jméno výherce uvedeme v následujícím vydání v rubrice „Soutěž“. Držíme vám palce!

A KDYŽ JSME U TĚCH NÁPOJŮ, NAŠE REDAKTORKA HANKA VÁM PŘINÁŠÍ RECEPT NA OSVĚŽUJÍCÍ AMERICKOU LIMONÁDU, IDEÁLNÍ PRO NASTÁVAJÍCÍ HORKÉ DNY:

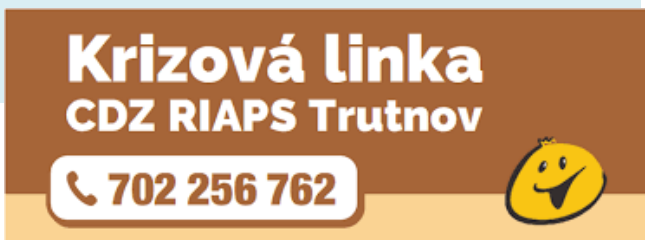
- Suroviny: 3 cl malinové šťávy, 50 g ananasového sirupu, 2 cl citrónové šťávy, 3 cl pomerančové šťávy, 15 cl sodové vody. Smícháním získáme chladivý osvěžující nápoj lákavého vzhledu, sladkokyselé chuti. Dozdobíme ho plátky citrónů a ledem.

VTIPY PRO ZASMÁNÍ

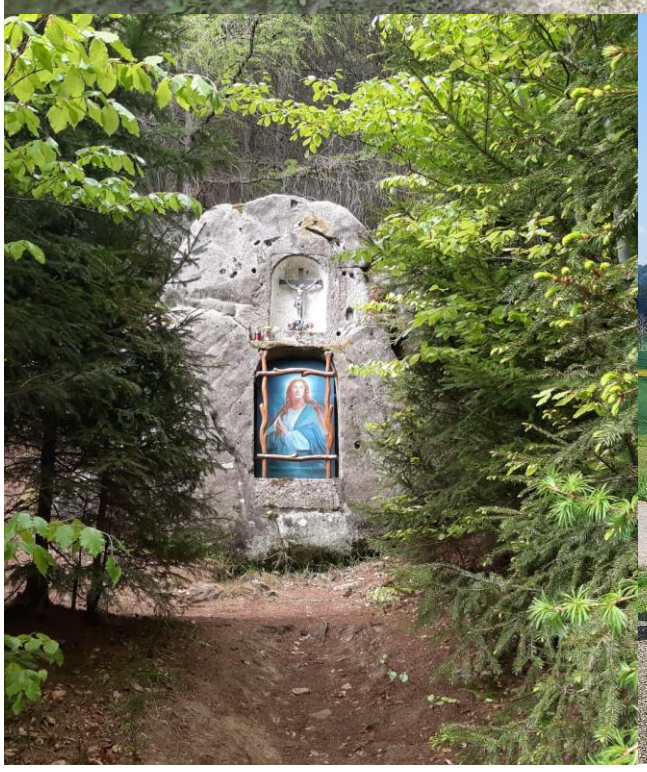
redaktor: JuraK

Ptá se maminka Jeníčka: " Proč krmíš slepice čokoládou?"
On odpovídá: "Aby mi snesly kinder vajíčka maminko."

Učitel spatřil žáka, který se vozil po zledovatělé cestě z kopce jen po kalhotách.
"Není ti líto těch pěkných kalhot?"
"Prosím není, já mám pod sebou čítanku."



CÍLE TURISTICKÉHO KLUBU



VÝLET: SRAZ VOJENSKÉ TECHNIKY NA STACHELBERGU

V sobotu 21.5.2022 se na Stachelbergu pořádala přehlídka vojenských vozidel, tanků a různých zbraní. Dělostřelecká tvrz Stachelberg byla v letech 1937 a 1938 budována jako součást stálého československého opevnění. Nachází se na východním výběžku Krkonoš v blízkosti Rýchorského pralesa nad obcí Babí mezi městy Trutnov a Žacléř. A tak jsme vzali ty největší nadšence a vyrazili za zážitky. Sledovali jsme bojové pancéřované vozidla BVP jak se celkem slušnou rychlostí pohybují po tamní stráni. Vozili děti i dospěláky nahoru i dolů. Dále jsme navštívili i místo, které stálo opodál a tam se střílelo z paintballové pistole na terč. U stánku s občerstvením jsme si dali kávu a párek v rohlíku a čekali na slibovaný souboj letadel Jak a Messerschmitt, který nakonec kvůli větru museli posunout až na 14.00 hodinu. To už jsme byli zpátky v DDz, všichni vcelku, zdraví a plní zážitků.

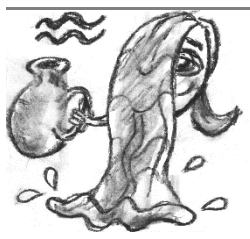
HOROSKOP PRO OBDOBÍ 15.6.-15.7.2022

Redaktor: Věrka Ilustrátor: Jarin

Kozoroh 22.12.-20.1.

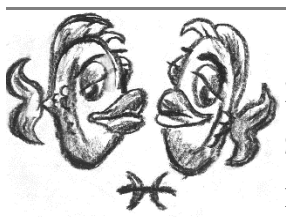
Muže i ženy Kozorohy čeká velmi příjemné období plné radostných zpráv a událostí. Ať již je to přírůstek do rodiny nebo navázání nového vztahu.

Vodnář 21.1.-20.2



Užívejte si i nadále příznivého postavení hvězd co se partnerského života týče. Pokuste se i nadále vytrvat v aktivitách.

Ryby 21.2.-20.3.



Během června budete řešit zejména oblast lásky a partnerství. Očekávejte nové začátky, neb staré a nefunkční nahradí nově navázané vztahy.

Beran 21.3.-20.4.

I tento měsíc doporučují hvězdy nasadit pomalejší tempo. Ideální pro vás bude zajít na zmrzlinu, prohlédnout novinky ve městě nebo nový den začít hodinou jógy..?

Býk 21.4.-21.5

Na býky čeká v červnu zejména pořádná porce lásky, milostných pletek a nových vztahů.

Blíženci 22.5.-21.6.

Prožijete poklidný měsíc, ve kterém by vás nemělo zaskočit žádné nepříjemné překvapení. Lze očekávat pouze příjemné zprávy z domova.

Rak 22.6.-22.7.

Pozitivní energii přenesete nejen na všechny své blízké a okolí. Zajděte určitě na nějaký kulturní program – budete zářit a cítit se skvěle!

Lev 23.7.-22.8.

Necítíte se v poslední době dobře, může to signalizovat přicházející zdravotní komplikace. Nepromeškali jste plánovanou kontrolu u Dr.?

Panna 23.8.-22.9.

V poli lásky nečekejte převratné události. Vy, kdo partnera/ku máte, se ho/ji snažte udržet. Vy, kteří svůj protějšek hledáte, vyražte do velkoměsta!

Váhy 23.9.-23.10.

Nebudete překypovat nadměrnou energií a určitě vás nečekají zlomové okamžiky v osobním, ani pracovním životě, zato ve finanční stránce se začne nečekaně dařit.

Štír 24.10.-22.11.

Nic neodkládejte a dlouhodobě přetrvávající problémy začněte řešit hned zpočátku června! Hvězdy vám budou přát alespoň ve hře ☺

Střelec 23.11.-21.12.

Očekává vás velmi psychicky náročné období a zejména co se vztahů týká – budete si připadat jak na horské dráze - nahoru dolu.

Sportovní okénko

redaktor: řič

Protože v Teplicích n./Met. se fotbalové činnosti účastní také družstvo nejmladších borců, a sice v okresním přeboru starších přípravek, je zde uveden přehled jeho jarního účinkování: 10. dubna zajeli mladíci do České Skalice a rámci 10. kola prohráli s Broumovem 4:7, pro zápasy 11. kola utkání proti družstvu Machov/Hronov vyhráli 6:5 po penaltách a na závěr turnaje podlehli domácím skalickým 9:5. Za týden se v rámci 12. kola konal 16.4. turnaj v Teplicích, v němž podlehli Náchodu 6:11 a Rasošky porazili 10:5. Za týden zajížděli do Broumova ke 13. kolu a po úvodní prohře s domácími 9:3 porazili pak Velichovky 8:7. Pak se teplickým zdařil výlet do Velichovek, kde ve 14. kole 8. května porazili Náchod 9:5 a družstvo Babí/Zábrodí 11:5. Další turnaj byl příští sobotu v Náchodě (15. kolo), když tepličtí podlehli Broumovu 4:5 a Velké Poříčí porazili 9:1. Zatím posledním hracím dnem byl 21. květen, kdy turnaj proběhl v Teplicích. V dohrávce 10. kola porazili domácí hosty Police/Náchod B 3:2 a v rámci 16. kola ještě jednou a to 5:3, a pak podlehli družstvu Machov/Hronov 2:9. Zatím nejlepšími střelci branek jsou Patrik Kalaš s 9 a Jan Polák s 8 brankami.

V okresním přeboru mladších žáků se po skončení jarní části soutěže 2021/2022 hrají další fáze, a to "O postup" a "O umístění". V šestikolové hře "O postup" jsou Zábrodí/Babí, Hronov, Police n/M a Nové Město B. Po třech kolech na prvním místě zatím Zábrodí/Babí. Tepličtí mladí fotbalisté hrají "O umístění" a po třech kolech jsou s dvěma výhrami a 6 body na druhém místě. Doma v prvním kole porazili Náchod 5:4 (čtyři branky Roman Zheliuk, jedna Jan Polák), ve druhém kole měli volno a 21. května (opět doma) vyhráli nad Meziměstím dvěma góly Romana Zheliuka 2:1.

Tepličtí dospělí fotbalisté v rámci okresního náchodského přeboru zajížděli po domácí prohře s Velkým Poříčím B (0:3) k těžkému utkání 22. kola k lídrovi tabulky Velké Jesenici. Zde pak vedeni touhou napravit nepovedený předchozí zápas domácího soupeře herně předčili a skvělý poločasový výsledek 0:2 uhájili do konce mače. Odvezli si tak cenné tři body brankami Denise a Dominika Kretschmerových. Následující utkání 23. kola se hrálo 21. května v Teplicích, když přijelo mužstvo Machova těsně sousedící domácími v tabulce soutěže. Divácky pohledný fotbal se nehrál, mezi soupeři docházelo k nefotbalovým výstupům, které se rozhodčímu nedařilo správně a objektivně posoudit. První poločas sice přinesl tři branky, když po 20 minutách brankami Kalaše a Řeháčka domácí vedli 2:0 a hosté těsně před přestávkou snížili, zbytek zápasu nic ke koukání nepřinesl. I když hosté dohrávali skoro půl hodiny v deseti, a domácí tak mohli soupeře herně předčit, nestalo se. Vyložené gólové příležitosti byly tak po dvou třech na obou stranách, chvílemi to mělo spíše obrat k remíze než ke zvýšení vedení domácích a tak lze říci, že tepličtí výhru 2:1 skutečně utrpěli. V tabulce vedou Velichovky s 41 body, druhé Babí a třetí Velká Jesenice se 40 body, Teplice páté s 32 body.

Družstvo nejmladších fotbalových borců zajíždělo v neděli 29.5. na zatím poslední turnaj, a to do Zábrodí. V rámci 17. kola nastoupili k prvnímu zápasu domácí a hosté z České Skalice a utkání po remíze 8:8 vyhráli skaličti na penalty 6:7. Potom na trávník vyrazili také tepličtí a brankami R. Zheliuka (2), V. Kishe (4) a J. Janáka (1) smetli Českou Skalici 7:1. Ve svém druhém vystoupení ale nestačili na domácí Zábrodí/Babí, kterému podlehli vysoko 10:2 (teplické branky M. Bayer a R. Zheliuk). V celkové statistice střelců figuruje "teplický" talent Volodymyr Kish na 9. místě se 49 góly.

Tepličtí hoši v okresním přeboru mladších žáků v rámci boje "O umístění" zajeli 28.5. do Meziměstí k lídrovi tabulky k utkání 6. kola, kde se však nedařilo a prohráli 5:0. Za týden 4.6. měli tepličtí volno (5. kolo), konal se zápas 5. kola Náchod - Meziměstí s výsledkem 3:3 (na penalty 5:6). Poslední zápas této soutěže (4. kolo) se odehraje 12.6. v Bělovsi na umělé trávě mezi Náchodem a Teplicemi. Protože na prvním místě tříčlenné tabulky je Meziměstí se 14 body, bude to utkání o druhé místo (Náchod 7 b., Teplice 6 b.). Zatím vede tabulku střelců teplický

Roman Zheliuk se 6 góly.
Tepličtí muži zajeli ve 24. kole 29. května do Babí, k druhému týmu tabulky. Hosté se soupeře nezalekli, herně ho předčili a tak už po 60 minutách nad ním vedli 4:0 třemi brankami R. Lauryna a jedné M. Moravce. Domácí pak jenom snížili na konečných 2:4. Za týden 4.6. tepličtí v 25. kole na domácím hřišti přivítali mužstvo Provodova, které je se 6 body v tabulce beznadějně poslední. Když diváci zjistili, že přijel poslední tým tabulky dokonce v deseti lidech, očekávali ze strany domácích pohledné fotbalové akce, zakončené po herním rozebrání soupeře hezkými brankami. I když nakonec domácí brankami Kohla (2), Kretschmera, Lauryna, Řeháčka a Kalaše vyhráli 6:0, na souboj favorita s outsiderem to vůbec nevypadalo. Hosté se dostali i v oslabení do dvou třech gólových šancí, které však nevyužili, a domácí svým herním projevem očekávající diváky příliš neoslnili, a vůbec nenadchli. Tabulku vede Jesenice se 47 body, druhé Babí (43), třetí Stárkov (40). Teplice jsou s 38 body páté, a tak bude závěr soutěže ještě divácky velmi zajímavý - 11.6. zajíždějí Teplice do Stárkova (26. kolo) a v posledním zápase v rámci odloženého 14. kola budou doma hostit v "derby" 14. června ve 14.00 mužstvo Police n./M., aby oplatily podzimní prohru na jeho půdě (5:0).

Mladí hráči v okresním přeboru mladších žáků (závěrečná fáze - "O umístění") zajeli 12.6. do Bělovsi na umělou trávu, kde sehráli v rámci 4. kola utkání proti družstvu Náchod. Protože se domácím, za které nastoupily pouze dívky (!), podařilo díky šesti brankám vyhrát 6:3 (za hosty dva góly R. Zheliuk, jeden J. Polák), skončil Náchod na druhém místě s 10 body a Teplice na třetím s 6 body. Roman Zheliuk s osmi góly vyhrál tabulku o nejlepšího střelce této fáze soutěže.

Tepličtí muži zajeli 11.6. ve 26. kole okresního přeboru do Stárkova. Po bezbrankovém poločase domácí vstřelili 2 branky a hosté už jen 10 minut před koncem brankou D. Kretschmera snížili na 2:1. V tabulce, kterou vedou Velichovky se 48 body, jsou Teplice s 38 body šestí a tak v "derby", které se odehraje 18. června ve 14.00 na domácím hřišti proti Polici n.M., budou bojovat o návrat na 5. místo.

Sport z trochu jiného soudku, který stojí za zmínku:

Vpravo: Nejúspěšnější český MMA zápasník Jiří Procházka získal titul v polotěžké váze organizace UFC. V naprosto strhující pětikolové bitvě dokázal 28 vteřin před koncem zápasu utáhnout již bývalého šampiona Glovera Teixeiru na rear-naked chok.

POLNÍ KUCHYNĚ

Dne 7.6.2022 byla avizována odstávka elektrické energie. Díky vedoucímu PSS nám klub vojenské historie zapůjčil polní kuchyni, která nám po celý den zajišťovala zásobu horké kávy a v kotlících se škvířila cibule jako základ hovězího guláše, který vařil náš kuchař ve spolupráci s uživateli. Moc děkujeme všem za organizaci a parádní, netradiční, zážitek na celý den!!!

PING-PONG V DOMOVĚ

Hnedka poté, co jsme spořádali guláš z ešusů, se dostalo i na překvapení číslo dvě. Uživatelé Domova Dolní zámek mají nově na nádvoří umístěný venkovní stůl na ping-pong, kde si mohou kdykoliv v průběhu dne zahrát. Neváhejte, trénujte – určitě brzy zorganizujeme turnaj!

Lojzík 7 let

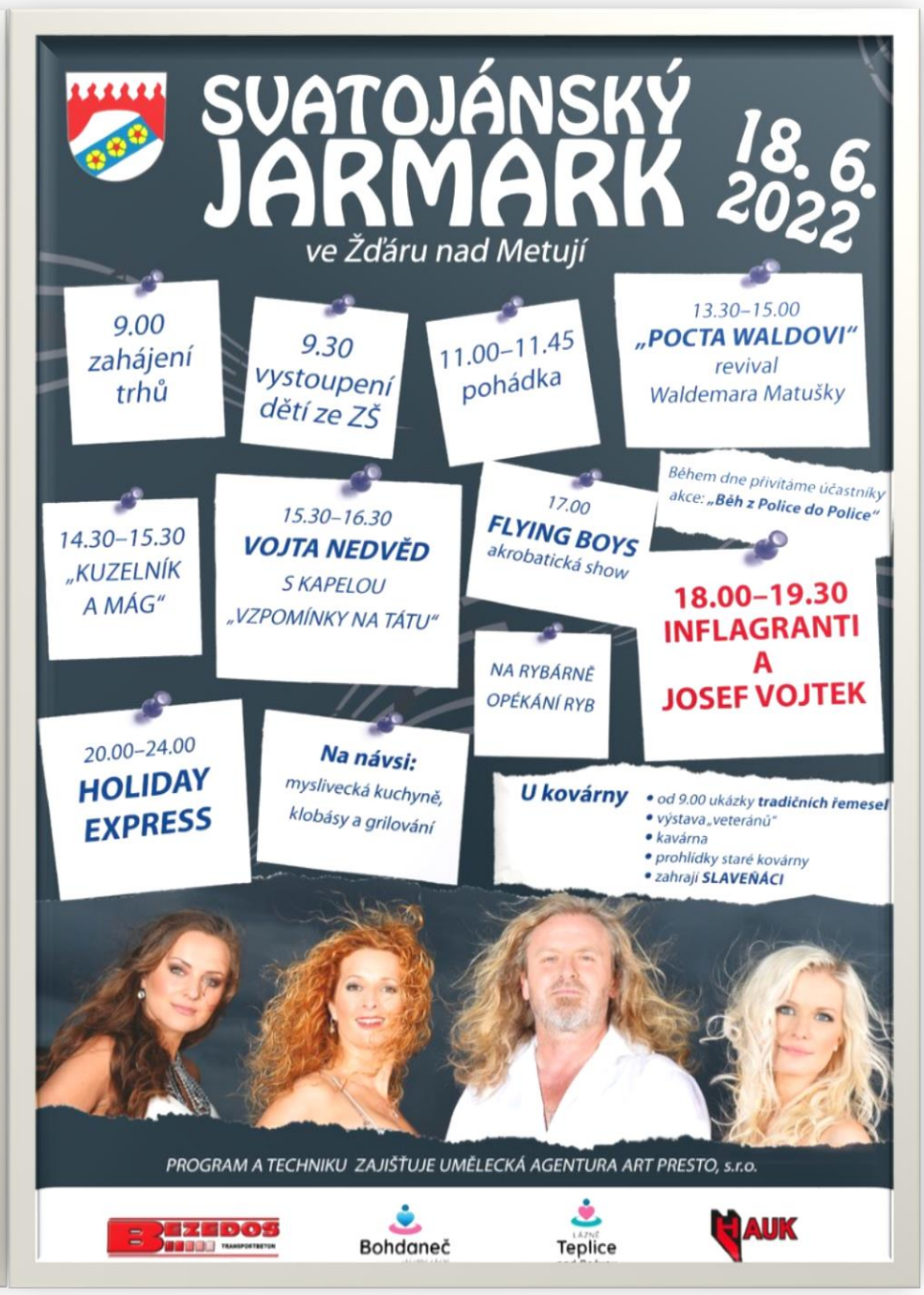
Kapacita volných míst na výlet do **Jaroměře dne 17.6.2022**, kde navštívíme místní podzemí, je již plně obsazena.

Plánujeme pro vás další výlet: zámek **KUKS a DOUDLEBY NAD ORLICÍ.** Přesný termín najdete brzy na nástěnkách.

Plánujeme již brzy další **BAZÁREK OBLEČENÍ**. Chcete-li si vybrat nějaké kousky do svého šatníku, které stále dobře poslouží, sledujte nástěnky - brzy bude vyvěšen termín jeho konání ☺

Zámecký jarmark, výstava výrobků uživatelů Domova Dolní zámek, tvořených v rámci ruční a keramické dílny, se koná ve dnech **25.-26.8.2022**, v době konání Mezinárodního horolezeckého filmového festivalu. Děkujeme všem, kdo tvoří rádi a do dílen docházejí.

Ve dnech 23.-24.9.2022 probíhají ve vašich obcích **KOMUNÁLNÍ VOLBY**. Bližší informace k volbám se dozvíte při setkání plánovaného **VOLEBNÍHO KLUBU**.



OKÉNKO „Z MÉHO RODNÉHO KRAJE“

redaktor: juraK

HOLICE V ČECHÁCH

Holice jsou místem, kde bydlel náš kulturní referent a vyprávěl nám o tom, kdo ze známých osobností z Holic v Čechách také pochází:

Z Holic pochází herec **Václav Lohniský**, který se narodil 5. 11. 1920. V Holicích vyrůstal, ale pak se musel přestěhovat do Úpice, kam byl jeho otec za trest přeložen. Odmaturoval na gymnáziu v Úpici a měl se stát knězem na bohosloveckém semináři v Hradci Králové. Byl ale vyloučen kvůli svému levicovému smýšlení, a proto odešel na dramatické oddělení pražské Státní konzervatoře. Ve všech svých profesionálních působištích režíroval (v Plzni i několik oper). Byl vysoký, pohublý, měl vysoké čelo a pronikavý pohled. Byl obdařen démonickým úsměvem, byl to mistr mimiky, gest, výborně hrál úskočné, podlézavé postavy. Stejně tak ale dokázal do svých postav vnést humor. Hrál ve 129 filmech. Například Jáchyme, hoď ho do stroje!, Tři chlapi na cestách, Marečku, podejte mi pero!, Dařbuján a Pandrhola, Vyšší princip, Vražda v hotelu Excelsior, Kladivo na čarodějnice, Všichni dobří rodáci, Alibi na vodě, Kdyby tisíc klarinetů a Krakonoš a lyžníci. Poslední film byl pro toho herce osudným. Zemřel přímo na "place" během natáčení 18. 2. 1980 na infarkt. Nebylo mu ani 60 let.

Dalším rodákem z Holic byl známý cestovatel **Emil Holub**. Narodil se 7. 10. 1847 v rodině lékaře. Potom, v roce 1857, se rodina přestěhovala do Pátku u Loun. Navštěvoval malostranské gymnázium v Praze, pak odešel na německé gymnázium v Žatci. Zaujaly ho přírodní vědy, historie, geologie a archeologie. Už ve třinácti letech věděl, že chce být přírodovědec a cestovatel.

Jeho otec chtěl, aby byl lékařem. Ve své době se přátelil s Jiráskem, Alšem a Vrchlickým. Po vystudování v roce 1872 si splnil svůj sen a vydal se do jižní Afriky, kde se usadil a léčil zde hledače diamantů.

V jeho rodných Holicích byl v roce 1964 otevřen velký památník Dr. Emila Holuba - Africké muzeum.

Známý rodák z Holic je do třetice také herec a režisér **Jan Kačer**. Narodil se 3. 10. 1936. Má tři dcery. Roku 1960 vystudoval DAMU v Praze (obor režie). Už během studia působil v Divadle P. Bezruče v Ostravě. Jan Kačer působil nejen v divadle, ale také v televizi. Jako režisér spolupracoval na filmech, jako jsou : Jsem nebe, Město mé naděje. Ale jako herec se objevil v mnoha filmech a televizních inscenacích, například Návrat ztraceného syna, Údolí včel, Vinobraní, Operace mé dcery, Výchova dívek v Čechách. Také si zahrál v seriálu Rodinná pouta.

Adina 7 let

FOTOGRAFIE Z TOULEK NAŠEHO UŽIVATELE, PANA S. H.

Sice náš nový uživatel služby Domov Dolní zámek není členem redakce Zámeckého měsíčníku, ale podělí-li se s námi o své postřehy a fotografie ze svých cest, rádi Vám je opět v dalším čísle přineseme. Na fotkách můžete vidět (zleva): pískovnu v Adršpachu, zámeček Bischofstein v Jiráskových skalách a sousední Černé jezírko, které se rozprostírá pod zříceninou hradu v Jiráskových skalách. Tato místa jsou dobře známa členům Turistického klubu ☺ neboť právě okolí Jiráskových skal bylo nedávno jejich cílem.

FARMA WENET ANEB JAK JSME JELI ZA ZVÍŘÁTKY

Slunce bylo stále více a více přívětivější a tak jsme za doprovodu aktivizační pracovnice naplánovali malý výlet do broumovské Zoo farmy Wenet. Farma byla otevřená již v roce 1995 a od té doby se pomalu rozrůstala. Začalo to pštrosem a k němu bylo potřeba pořídit dalšího do páru. Poté přišli na řadu velbloudi a lamy (v současné době je farma jeden z největších chovatelů v lam v České republice). Jinak k vidění byla i domácí klasická zvířatka - různé druhy slepic a králíků, husy, kachny a samozřejmě také ovečky, kozy a prasátka. Na cestu nám majitelé rozdali granule na krmení zvířátek. Na oplátku jsme připravili dárek, keramické krmítko, vyrobené v naší dílně, které jsme později osobně předali. Velbloudi a lamy vypadali velmi spokojeně a zvědavě. Prošli jsme celou vyznačenou trasu, nejdéle jsme se zdrželi u pávů a velbloudů. Pávi, jejich neskutečná krása a elegance, upoutala naši pozornost na delší dobu. Jeden z nich byl celý bílý. Zda-li je to samice, jsme netušili, ale nazvali jsme ho pro sebe princeznou. Vylétl na střechu přístřešku a ukázal se nám v plné parádě. Byl tak vznešený a tak pyšný! Zato velbloudi byli přesný opak. Svoje dlouhé krky natahovali přes ohrady a žadonili o granulky. Nutno říci, že jim ohromně chutnaly. Nechali se hladit a krmení z ruky si brali opatrně, člověk by řekl, až vychovaně. Procházka po farmě byla velmi milým a osvěžujícím zážitkem.

ŠIPKOVANÁ V DOMOVĚ SOCIÁLNÍ PÉČE TMAVÝ DŮL

Děkujeme tímto sousední sociální službě za pozvání na tradiční ŠIPKOVANOU dne 9.6.2022. Velice rádi jsme se účastnili. Akce byla perfektně organizovaná a měla vysokou úroveň!

KVĚTNOVÝ VÍKEND PLNÝ POHYBU

redaktor: řič

V sobotu 14. května se naplánovaly dvě výpravy. První, ve složení dvou pracovníků a osmi uživatelů vyrazila k Magdaleně. Obrázek této sličné zámecké paní je stvořen a umístěn ve skále asi 4 km od našeho zámku. Pověst o této krásce říká, že zámecký pán svou vlastní ženu podezříval z nevěry, a tak i když často vyjížděl na delší dobu pryč, jednou si čas udělal a svou paní sledoval a také v jednom zákoutí nachytal, a to přímo s lesním správcem. Když v návalu vzteku a žárlivosti Magdalenu zastřelil, správce mu, než stačil opět nabít, uprchl. Toť z kroniky. - Druhá výprava, opět s osmi uživateli a dvěma pracovníky, se odebrala se do parku, aby tam strávila nějaký čas pohybem pro zdraví, a to jízdou na kole. Sice došlo ke dvěma malinkým poraněníčkám, ale dobrá nálada s humorem převládala.
Nedělní dopoledne 15. května byla vymyšlena menší túra, a to kolem elektrárny po panelové cestě k Novým Dvorům, pak podél lesa k rekonstruovanému vodojemu. Nakonec přes luka, když byly k vidění pasoucí se i prchající srnky, si skupinka čtyř uživatelů a pracovnice Gábiny prohlédla televizní vysílač i boudu na cvičení dravců, přes ohradu s ovcemi došla až k zahrádkářské kolonii, k teplické vlakové zastávce a tak po asi pětikilometrové procházce téměř na minutu dorazila zpět do našeho zámku, přesně k obědu. Odpoledne si potom ještě paní Gábina vyjela naší redaktorkou Hankou na kole do Horních Teplic, Šádova mlýna směrem Adršpach a zpět pak přes Bučnici kolem hotelu Orlík po silnici a zpět. Takže v nohách 5 km a pohyb pro zdraví je na světě.

Zámecký měsíčník je periodikum, které vydává vždy do 15. dne v měsíci Zámecká redakce. Ta se setkává 1x týdně v rámci klubu „Fiktivní firma“. Čítá osm členů, redaktory, referenty, fotografy a ilustrátora. Organizační podporu tvoří dvě pracovnice přímé péče, paní Jitka I. a Gábina F. a asistentka Martina M. Brzy vám přineseme příspěvek, kde se s členy redakce blíže seznámíte ☺
Redakci můžete kontaktovat e-mailem: zameckaredakce@gmail.com, kam lze zaslat správné řešení soutěžní křížovky. Další způsob je vhození správné odpovědi do schránky v přízemí zámku umístěné ve výklenku naproti nápojovému automatu. Slosování křížovky probíhá cca týden před uzávěrkou čísla. Do rubriky „Slavíme“ vás zveřejníme pouze s vaším souhlasem.