



měsíčník sociální služby  
domov se zvláštním režimem Domov Dolní zámek  
náměstí Aloise Jiráska 44, 549 57 Teplice nad Metují

# ZÁMEČNÍK

Milí čtenáři,

nášal ten dlouho očekávaný čas, kdy se divoké aprílové počasí stabilizuje a měsíc květen, známé to období oslavy nejkrásnějšího citu - lásky, vstupuje na scénu. Vítejte v čase, kdy se příroda probouzí k novému životu!

V dubnu jsme prožili (opomeneme-li bláznivé sněhové přehánky) opravdu báječný čas, například při krokětu v zahradě, návštěvě Hvězdy a města Náchod, venčení pejsků v útulku, muzikoterapii, pečení sušenek, návštěvě SDH z Adrspachu, stavbě Májky a v neposlední řadě i přípravách na Filipojakubskou noc a samotné Pálení čarodějnic. O tom všem ale více uvnitř tohoto čísla!

Je mi velkým potěšením přivítat v redakci naše tři nové redaktory, kteří se k naší zámecké redakci v dubnu připojili. Určitě do našeho malého týmu přinesou svěží energii a nové nápady. S otevřenou náručí je vítáme a těšíme se na příspěvky. Doufáme, že naše stránky vám přinesou radost a potěšení. Vstupte do světa květnového čísla!

S úctou vaše Redakce.





## Květen - Máj

*“Měsíc krajiny oděné v rozmanitých odstínech zelené barvy a živoucí energie všude okolo.  
Čas opojné radosti z květů, které šeptají své příběhy krásy”.*

1. května – polibte se pod rozkvetlým stromem, vyjděte si na toulku přírodou...
12. května – sv. Pankrác – přicházejí tři zmrzlí muži. Po nich všechny sazeničky ven a růst!  
– den Matek – dopřejte své mamince láskyplnou pozornost.
15. května – den Rodin – propojte se se svými příbuznými... co třeba zavolat si přes Whatsapp?
31. května – svátek mají studánky, zajděte je vyčistit a napít se z čistého pramene... nevíte kam?  
Napoví vám strana č. 12 – najdete zde celou mapku našeho okolí s vyznačenými studánkami a prameny.

## Slavíme

Býci a Blíženci – právě ti slaví své narozeniny v květnu. A my máme dva klienty, kteří jsou zrozeni v těchto znameních:

- dne 15.5. slaví své 48. narozeniny paní Jana Ž.
- dne 30.5. slaví své 66. narozeniny pan Jiří Š.



Svůj svátek oslaví všichni Standové a Stanislavové a to 7. května, Monči a Moniky 21. května, Jany a Janči 24. května a Vildové a Vilémové 28. května. Všechno nejlepší přejeme!

## Mezinárodní den ptačího zpěvu oslavujeme 1. května

Tento den se slaví 1. neděli v květnu. Slaví se u příležitosti příchodu jara, když jsou všichni stěhovaví ptáci již ve svých letních domovech a můžeme tak slyšet jejich krásný zpěv. Vítání ptačího zpěvu je spojeno s tradicí, založenou v roce 1983 v anglickém Birminghamu pod názvem Dawn Chorus Day. Zdejší ornitologové přišli s nápadem přivítat vždy první neděli v květnu přicházející jaro.

Česká ornitologická společnost organizuje „Vítání ptačího zpěvu“ od roku 1992. Na spoustě míst v celé republice jsou vždy připraveny procházky do probouzející se jarní přírody, někde je to také doplněné ukázkami kroužkování, výstavy ptačích budek a jinou propagací ochrany ptáků.

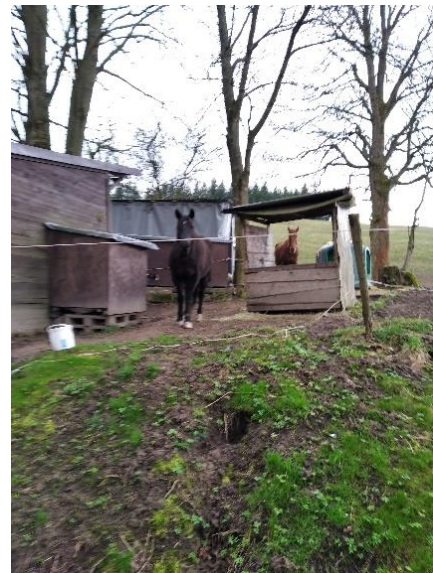
## Den Slunce: 3. května

Na 3. května nám připadá Den Slunce, je to mezinárodní svátek. Poprvé byl slaven v roce 1978 v USA. Slunce je pro nás velmi důležité, ohřívá naši planetu, vlastně díky němu žijeme. V poslední době se rozšířilo využití sluneční energie, jako obnovitelného zdroje, proto se čím dál více solárních panelů objevuje i na běžných rodinných domcích. Závisí na ní podnebí, změny počasí i teploty. Podílí se také na přílivu a odlivu. Jeho sílu je nutné si připomínat, Pár zajímavostí o Slunci:

- Slunce je staré asi 4,6 miliardy let a podle odhadů vědců se nachází přibližně v polovině své existence.
- Slunce má průměr 1 400 000 km, je tedy asi 109x větší než Země. Kromě toho je Slunce přibližně 400x větší než Měsíc, který je k Zemi 400x blíže, proto se tyto objekty ze zemského povrchu zdají podobně velké.
- Asi 150 000 000 km. To je vzdálenost mezi Sluncem a Zemí. Pokud bychom podobnou vzdálenost chtěli ujet autem, průměrnou rychlostí 130 km/h, tak by nám to trvalo přibližně 130 let.

## Den koní: 26. května

Poslední neděle v květnu je od roku 1998 věnována koním. Zajímavostí je, že Den koní se váže ke Dni dětí, který se slaví za pár dní. V jezdeckých klubech se na Den dětí (1. června) organizovaly akce pro děti, tím postupně vznikla myšlenka na samostatný den koní. V tento den se představuje činnost jezdeckých společností, klubů, oddílů a stájí. Kůň se jaké jezdecké zvíře využíval od pradávna. Nejstarší nálezy, co dokládají domestikaci koně, se našly ve stepích v povodí Dněpru okolo r. 4000 př. n. l. Jednalo se o zbytky uzdy a stopy na zubech koní. Tato hbitá zvířata výrazně zasáhla do lidských dějin. Díky nim bylo možné cestovat rychle a také dál. Mohly se převážet věci (např. zboží pro obchod). Velmi významně se podíleli na válečných konfliktech. Např. během 1. světové války zahynulo skoro 8 miliónů koní. Dnes se koně také využívají při hiporehabilitaci.



Redaktorka: G. Poláková

Na Horních Teplicích máme oblíbené místo, kam rádi a často s klienty chodíme. Je to pastvina s koňmi. Ryzák - klisna se jmenuje Meruše, říkáme jí Merča, a má 25 let. Černý hřebec Joy-ten má 14 let. Koně dobře znám, patří do rodiny. Víím, jak je krmit, kolik lidí k nim může a že je mohou klienti sami krmit. Z toho mají radost jak klienti, tak zvířata. Někdy se mezi sebou postrkují, protože Joy je mlsný a chce více než Merča. Nosíme jim chleba, který pro ně sušíme a oni nám pak dají koblíhy (hnůj) do naší clientské zahrádky. Naposledy to byla celkem velká výprava v počtu 20 klientů a 5 asistentů.



## Světový den bez tabáku

Redaktorka: Bc. Partlová

Proč vlastně Světový? Tento den připadá na 31. 5. a byl zaveden WHO- Světovou zdravotnickou organizací a to v roce 1987. Tento den byl navržen jako prostředek ke zvýšení povědomí o škodlivých účincích kouření tabáku. Taktéž by měl posloužit k zamyšlení, jaký vztah s cigaretami jako populace máme a zároveň podpořit v odvykání od této závislosti. Ať už zdravotnické organizace nebo vláda si začaly uvědomovat, jak vliv každodenního nikotinu může mít dopady na naše zdraví - srdeční choroby, rakovina plic atd.

Kouření tabáku je jednou z největších veřejných zdravotních výzev současné doby, a jako adiktolog se snažím poskytnout podporu a motivaci těm, kdo chtějí opustit tuto závislost. Jako adiktolog víím, že mnoho lidí se snaží přestat kouřit, ale často se setkávají s různými překážkami a výzvami na své cestě ke zdravějšímu životnímu stylu.

Zároveň existují různé metody, terapie, které mohou pomoci svou závislosti na kouření dosáhnout. Moje terapeutické služby jsou zde k dispozici, víceméně každý den. Vedu zde skupinu, která se jmenuje "Práce s nikotinem", a taktéž se věnuji kouření cigaret v individuálních sezeních. Skupina se koná každé úterý od 8:15 v konzultační místnosti na domečku.

Na konec malá zajímavost. Ve Velké Británii se koná každoročně kampaň Stoptober (složeno ze slov Stop kouření a October), která nabádá kuřáky cigaret nekouřit po celý měsíc říjen.





## Den hasičů 4. května a návštěva SDH Adršpach na zámku

Katolická církev si památku svatého Floriana připomíná 4. května.

Za vlády císaře Diokleciána byl jednou z obětí jeho zásahů prostřednictvím čtyř protikřesťanských ediktů z let 303 a 304. Dnešní území Rakouska do té doby patřilo římské provincii Noricum a císař Dioklecián tuto provincii připojil k Panonii. V okolí dnešního Lince,

ve městě Lauriacum (neboli Lorch) u soutoku Enže s Dunajem, dal jeho místodržitel Aquilinus pozavírat a usmrtit mnoho zdejších křesťanů. Když se to Florian dozvěděl, spěchal křesťanům na pomoc. Nebyl však dostatečně opatrný a po několika dnech byl zatčen a pod neustálým týráním měl zapřít Krista. Protože se nechtěl za žádnou cenu víry zřici a soud nechal ohledy na jeho zásluhy v armádě a jeho bezúhonný život, vydal ho do rukou katů. Ti mu dne 4. května roku 304 přivázali na krk mlýnský kámen a hodili ho do řeky Enže poblíž římské osady Lauriacum (dnes Lorch, část obce Enns v Rakousku). Pohřeb byl nedaleko Lince, v místech, kde dnes leží městyš Sankt Florian, a nad jeho hrobem byl už v 6. století vystavěn augustiniánský klášter.



### Vyznání víry

**Jan Ludvík Bosák  
z Lanškrouna**

Hrozně, pěkně, krásně  
Píšu svoje básně.  
Ten, který světy tvoří,  
I mým plamenem hoří.  
V životě a každém boji,  
On naše cesty spojí.  
Když odejdu, za chvíli jsem  
tu zas,  
A jsem to zase já,  
Kdo bohatého ducha má.  
Jemu nestojí v cestě nikdy  
nic,  
Já mám od něho v ruce  
Petrklíč.  
Já vcházím nahoru a dolů,  
S jeho pomocí.  
A věřte mi, vždy stejný jsem,  
Kdo má rád svoji zem.

Svatý Florián je považován za patrona profesí, které souvisejí s ohněm – hasičů, hutníků, kominíků, hrnců, kamnářů či pekařů. Je také vzýván jako ochránce proti suchu, ohni, povodním, válce a neúrodě. V ikonografii je obvykle znázorňován v oblečení římského důstojníka s nádobou na hašení, případně přímo hasící požár. Jeho kult byl značně rozšířen i v českých zemích a jeho sochy se budovaly na ochranu proti požáru. Sochu sv. Floriána můžete vidět i u nás v Teplicích nad Metují – naproti lékárně U sv. Alžběty, na konci pěší zóny, pod železniční trať.

A my moc děkujeme panu J. Habartovi a jeho kolegovi panu J. Valovi, kteří nás 25. dubna přijeli v rámci kondičních jízd na zámek navštívit a předvedli nám techniku, se kterou pracují. Moc se nám ukázky líbily, stejně jako jejich zásahové vozidlo Tatra nebo "hašení" proudnicí, které si někteří klienti rádi vyzkoušeli.





## Magické odpoledne

Letos byly "Čarodějnice" v Domově Dolní zámek oslaveny, ale jinou, netradiční formou!

S aktivizačními a službu konajícími pracovníky z oddělení jsme se odpoledne sešli u ohniště nad velkým pentagramem. Paní Soldánová nám pověděla o oslavách našich předků, Beltainu, jednom z nejkrásnějších svátků. Noci, která má ctít život a návrat plodivé síly přírody. Noci lásky, kouzel, splněných přání a přátelství člověka a přírody. Je to opravdu zajímavé, pohlednět 30. duben z jiného úhlu.

Program začal nacvičeným programem – nejen vtipnou básní v podání Gabriely Z., ale i písní Čáry máry lektvary, kdy jsme si zazpívali společně. Nechyběly ani efekty – v kotli se nám uvařily "lektvary". Pak se soutěžilo v různých disciplínách: ohnivý kruh, nejrychlejší krysa, hledání čarodějných potvůrek, tančilo se a opékaly se špekáčky. Bylo to parádní odpoledne a počasí nám vyšlo na jedničku!

Děkujeme všem, kdo se podílel na organizaci akce i její realizaci!



## Poděkování za spolupráci

Dne 19. dubna proběhlo v konzultační místnosti novostavby pravidelné, ale poslední supervizní setkání pracovníků přímé péče, vedené špičkou ve svém oboru, panem MUDr. Petrem Popovem.

Po letité spolupráci jsme se s panem doktorem rozloučili, protože tohoto odborníka na léčbu závislostí, psychiatra a psychoterapeuta, našeho supervizora, čeká nová profesní cesta. Projekt, který vyžaduje mnoho odhodlání, práce a času.

A my mu držíme pěsti, aby úspěšně zvládal všechny výzvy, které před ním leží (nebo se mu postaví do cesty!) a vše vyšlo tak, jak si přeje.

Moc si vážíme Vašeho přínosu, pane doktore, a přejeme Vám hodně štěstí! Snad Vám to brzy vyjde a zajedete do Teplic nad Metují zas, třeba za účelem poznání našich Teplických skal :)

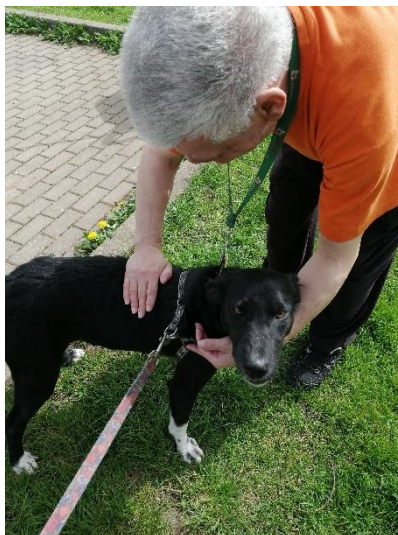




## Návštěva útulku v Broumově

V březnovém čísle Zámečnicku jsme vás informovali o možnosti přispět na pejsky v útulku. Vybrala se celkem pěkná částka, kterou naši klienti předali společně s pracovníky domova útulku v Broumově, kam zajeli v pondělí 8.4.2024. Klienti si prohlédli společně s paní správkyňou celý útulek a společně vyvenčili pejsky. Paní Slovácová všem moc poděkovala a bude moc ráda, pokud přijedou klienti opět na návštěvu.

A protože se vám pejsci líbí a i provozovatelé útulku vítají naše návštěvy, určitě se můžete těšit na další výjezd a procházky s pejsky, ve spolupráci s panem T. Janouškem, z oddělení se zvýšenou péčí.



## Stavěli jsme Májku



## Evropské volby se blíží!

Zdroj obrázku: aktuálně.cz

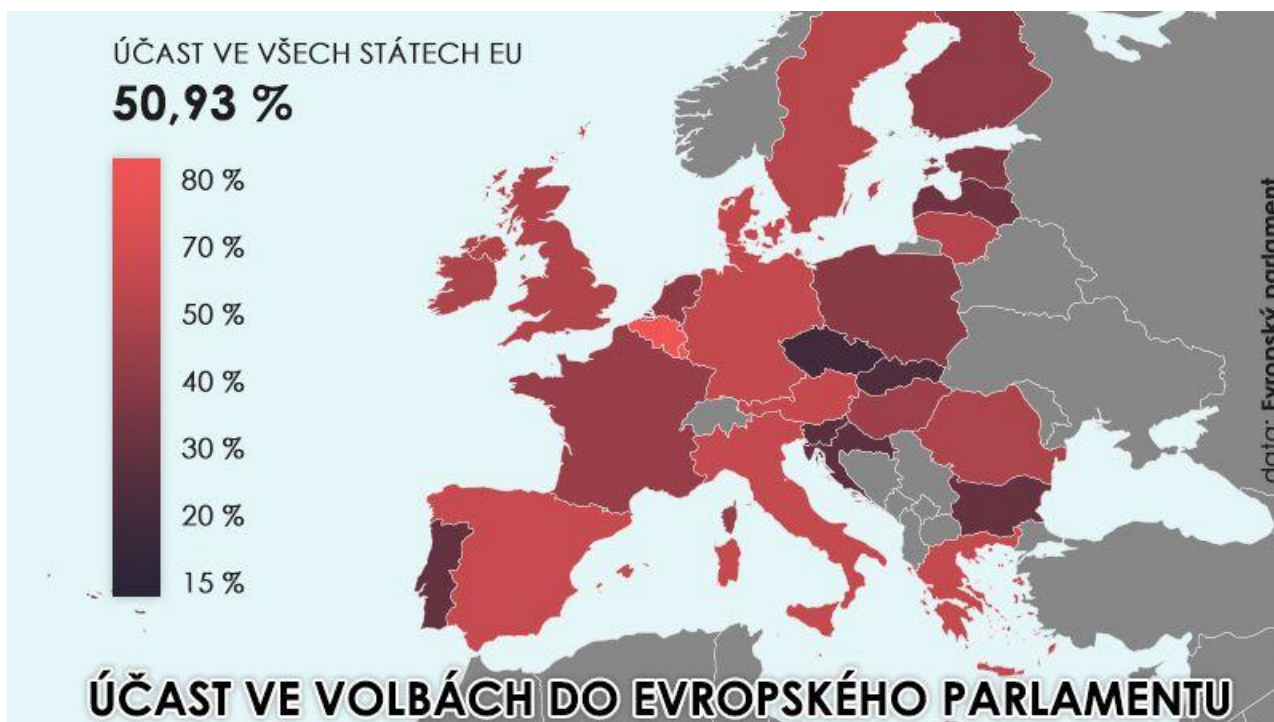
Redaktor: Marínek



V dubnu si naši sousedé, Slováci, zvolili budoucího prezidenta, nástupce Zuzany Čaputové. Z prvního kola prezidentských voleb postoupili do druhého dva muži: Peter Pellegrini a Ivan Korčuk. Volební účast byla nejvyšší od roku 1999 a zajistila vítězství Pellegrinimu. Ten má italské kořeny a nerad hovoří o svém soukromí. Opozici se nelíbí jeho podíl na kontroverzní novele trestního zákoníku, která má zrušit speciální prokuraturu a snížit tresty za korupci. Přesto získal 53,12 procenta hlasů (Ivan Korčuk 46,87%) a volby vyhrál. Moc Slovákům k novému prezidentovi, který se ujme úřadu v červnu, gratulujeme!!!

Takhle ve zkratce by to ke slovenským volbám bylo asi vše....

Nám, českým voličům, se blíží také volby. První letošní - volby do Evropského parlamentu. Prezident ČR Petr Pavel, je vyhlásil na termín 7.-8.6.2024 a to v rámci celoevropských voleb do EP. Evropský parlament má neuvěřitelných 720 poslanců a Českou republiku bude zastupovat 21 z nich. Naposledy jsme si zástupce EP volili v roce 2019 (jak jde vidět, volby do EP, narozdíl od okolních států Evropy, nepatří u nás mezi ty s nejvyšší účastí):



**TERMÍN EVROPSKÝCH VOLEB: 7. - 8. ČERVNA 2024**

#### **OBČANSKÝ PRŮKAZ**

Je na čase zkontrolovat si platnost vašeho občanského průkazu a údaje v něm - např. pokud u vás došlo ke změně trvalého pobytu, se stává občanka neplatnou! Zatím je stále ještě čas zažádat o vydání nového OP – nejbliže na MěÚ v Broumově. Doba vydání nového dokladu je cca tři týdny.

#### **VOLIČSKÝ PRŮKAZ**

Volí se ve volební místnosti dle místa vašeho trvalého pobytu. Pokud byste rádi volili jinde, např. na MěÚ v Teplíčkách nad Metují, nebo byste rádi využili možnosti volby do přenosné volební schránky u nás v Domově Dolní zámek, potřebujete tzv. voličský průkaz. O ten lze zažádat v místě bydliště osobně nebo poštou, nejdříve tři týdny před samotnými volbami. Žádost vám pomůže sepsat paní Soldánová – aktivizační pracovnice. Podpis na žádosti je nutné nechat si ověřit – pro účely voleb vám ho matrikářka ověří zdarma.

#### **OMEZENÍ SVÉPRÁVNOSTI**

Pokud soud rozhodl o vašem omezení svéprávnosti (tzn. máte opatrovníka), tak si ověřte také platné znění rozsudku. Soud totiž může občany omezit i v právu volit. Obsahuje-li rozsudek omezení práva "AKTIVNÍ" volby, volit nemůžete, bohužel. Opatrovníka je také vhodné informovat, žádáte-li o vydání volebního průkazu.

#### **PŘENOSNÁ VOLEBNÍ SCHRÁNKA**

Jako volič můžete požádat ze závažných, zejména zdravotních důvodů, obecní úřad a ve dnech voleb okrskovou volební komisi o možnost hlasovat mimo volební místnost do přenosné volební schránky. Dále můžete požádat jiného voliče o asistenci při hlasování ve volební místnosti. Ve většině voleb k nám do domova komise s přenosnou "urnou" dochází. Bude-li to situace vyžadovat, opět tuto možnost zajistíme.

#### **VOLBA NEVIDOMÝCH OSOB**

Podle zásady hlasování, která je popsána ve všech volebních zákonech, členové volební komise nesmějí nikomu pomáhat při úpravě volebního lístku. V prostoru určeném pro jejich úpravu, tedy za plentou, nesmí být s voličem nikdo přítomen. Tělesně postižený si sice za plentu může někoho vzít, ale nesmí to být člen volební komise. "Nevidomý ale může požádat někoho z přítomných voličů, to zákon nevyklučuje. Pokud nemá možnost vzít si k volbám někoho ze svých blízkých, musí holt důvěřovat někomu z kolemjdoucích".



## Čtenářské okénko

Redaktor: Kuba

V knížce DENÍK ALKOHOLIČKY popisuje autorka svůj vlastní život a hlavně boj s alkoholem. Je to mladá žena, maminka tří dětí. Píše o tom, jak začala brzo po narození první dcery pít alkohol, jak si ho různě schovávala, zvyšovala denní dávky, až pila 2 litry vína denně. Postupně k tomu přidávala i tvrdý alkohol. Když se rozhodla s pitím přestat, začala se nejdřív léčit ambulantně, chodila na terapie. To jí ale nepomohlo. Nastoupila tedy do léčebny. Po návratu z léčebny se rozhodla pomáhat závislým lidem, působí v Centru Alkos. Abstinuje už 5 let, narodily se jí ještě 2 děti. Vydala 2 knihy, pracuje na 3. Knížka Zápisník alkoholičky byla i zfilmována, do kin půjde v červenci 2024 s Terezou Ramba v hlavní roli.



## Romanovy vtipy

"Zeptal jsem se dcery, jestli neviděla moje noviny. Řekla mi, abych se probral, že prý žije v 21. století a podala mi svůj iPad. Proč ne, proti iPadu ta moucha neměla šanci!"

"Ve škole si připadám jako na policejním oddělení. Pořád se mě na něco vyptávají a já o ničem nevím."

"Na světě je tolik talentovaných fotografů... A pak je tu ta paní, co mě fotila na občanku."

Přijde žena do bytu a všimne si, že manžel není doma. Tak mu volá a ptá se ho.

Manželka: „No kde jseš?“

Manžel: „Ach lásko, pamatuješ si to klenotnictví, jak tam byl ten nádhernej diamantovej náhrdelník, a já si ho nemohl dovolit, ale slíbil jsem ti, že až budu mít peníze, tak ti ho koupím?“

Manželka celá rozvášněná říká: „A-a-ano, pamatuju.“

Manžel: „Super, tak sedím v hospodě naproti.“

"Blondýna přijde do autosalónu.

„Dobrý den, já jsem se chtěla pobavit o tom BMW, co máte ve výloze.“

Prodavač jí odpoví: „To se omlouvám, paní, ale my tam máme jen fordy.“

A blondýna vyhrkne: „No tak teď už tam máte i BMW.“

## Vtipy pana J. Koblého

Policajt přijde do pizzerie a objedná si pizzu. Pizař se zeptá: „Budete to chtít nakrájet na čtyři nebo na osm kousků?“ Policajt odpoví: „Na čtyři, osm bych nesnědl.“





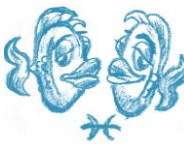







Náčelník Apačů se ubytuje v hotelu v New Yorku a hoteliér se ho ptá "Jak se vám líbí náš hotel"? Náčelník říká: „Je pěkný, pane hoteliéře. A jak se vám líbí naše země?“

Víte, proč otevírají blondýny jogurt v obchodě? Protože tam je napsáno – ZDE OTEVŘÍT.



Foto: výlet do Náchoda 15. dubna a na "Hvězdu" kam jsme vyšli 4. dubna



|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <p>22.12.-20.1.</p>   | <p><b>KOZOROH</b></p> <p>V první polovině května se Kozorohy setkáte s nějakým problémem, na jeho řešení budete mít poměrně dost času, nebo se vám to teda bude zdát. Ukáže se, že času tolik není. Dostanete se do presu a problémy budete řešit na poslední chvíli. Rozverně Kozorohy budeme muset naučit hospodařit s časem.</p>  | <p>22.6.-22.7.</p>      | <p><b>RAK</b></p> <p>Budete poloviční čarodějové, v první pol. měsíce můžete dělat věci, které budou vypadat jako malá kouzla. Mohou si vyzkoušet takové drobnosti, např. si na papírek napsat všechno, co je trápí a potom to hodí do ohně nebo třeba spálí v popelníku. Hlavně si dávejte pozor, aby nevznikl požár.</p>                                  |
| <p>21.1.-20.2.</p>    | <p><b>VODNÁŘ</b></p> <p>Po období, kdy s nám počasí střídalo opravdu aprílově, nastává klidnější období. Zdraví u vás vypadá dobře po celý květen. Pokud se budete chtít vydat na výlet, můžete bez obav. Na cestu se vydejte na kole, vlakem, jak budete chtít. Všude se dostanete včas.</p>  | <p>23.7.-22.8.</p>      | <p><b>LEV</b></p> <p>Znamení Lva bude během května na vzestupu. Zkuste investovat do svého života, měli byste se zamyslet na svém pitném režimem, jestli ho nešídíte. Také je před vámi řešení otázky ohledně cestování. Soustředte se, aby byl váš výlet pořádně naplánovaný a na cestě vás nic nezaskočilo.</p>   |
| <p>21.2.-20.3.</p>    | <p><b>RYBY</b></p> <p>Během května se projeví Ryby jako zamyšlené, budou mít spoustu nápadů. Pro své okolí budou velmi inspirativní. Bylo by dobré, abyste se zapojili do tvůrčích činností, vše se vám bude dařit. Heslo měsíce je tentokrát pro vás – neodkládej na zítra, co můžeš udělat dnes. Nejlepší by bylo napracovat si něco do zásoby, bude se vám to hodit.</p>            | <p>23.8.-22.9.</p>     | <p><b>PANNA</b></p> <p>Panny budou vyhledávat spíše klid, budou se vyhýbat kolektivům. Na žádnou společenskou akci je nikdo nedostane. Pannám bude nejlépe doma při čtení nějaké nenáročné knihy. V kolektivu byste se museli nutit ke společenským úsměvům a to se vám vůbec nechce. Nebojte se, ke konci května už se zase budete těšit mezi přátelé.</p> |
| <p>21.3.-20.4.</p>  | <p><b>BERAN</b></p> <p>Nejdřív se bude Beranům zdát, že všechno vychází, bude to vypadat jako procházka růžovým sadem. Už od zmrzlíků bude přicházet časté střídání nálad, s velkým propadem. Bude potřeba si naordinovat do svého života potřebnou dávku fyzické aktivity. Můžete běhat, skákat, chodit do tělocvičny, jezdit na kole nebo si jen tak zacvičit u otevřeného okna.</p> | <p>23.9.-23.10.</p>   | <p><b>VÁHY</b></p> <p>Co by mohlo Váhy v květnu ohrozit? Klasické problémy – pomluvy, intriky a nenávisť. To je jediné na co si budete muset dávat pozor. Tyto věci jsou pro vás důležité na cestě, kterou jste si naplánovali, ta cesta vás dostane až k cíli, který jste si dali. Budete trochu bojovat, ale boj nebude marný a bude to stát za to.</p>   |
| <p>21.4.-21.5.</p>  | <p><b>BÝK</b></p> <p>Během května se Býkům podaří všechno zařídit, zařadí si všechno, co potřebují ke šťastnému životu. Bylo by fajn si zařídit pro sebe nějakou aktivitu, která by nás bavila a hlavně by vás nenudila. Nebudete chtít sedět jen u televize, bude vás to táhnout ven a to za každého počasí.</p>  | <p>24.10.-22.11.</p>  | <p><b>ŠTÍR</b></p> <p>Všichni Štíři by měli být v květnu opatrnější, jejich život bude jak na houpačce. Jeden den veliké štěstí a druhý den veliký průšvih. Štíři by měli být také opatrní na své zdraví, při večerním posedávání venku jim hrozí nachlazení. Podpořte svou imunitu přísunem vitamínů.</p>  |
| <p>22.5.-21.6.</p>  | <p><b>BLÍŽENCI</b></p> <p>Budete mít šťastnou ruku při každém výběru, jasnou mysl a pevné zdraví, což jsou vlastnosti, které pomáhají při řešení každé situace. Na co sáhnete, bude se vám dařit. Pokud potřebujete uklidit šatní skříň, dejte se do toho, zvládnete to rychle a podle vašich představ.</p>  | <p>23.11.-21.12.</p>  | <p><b>STŘELEC</b></p> <p>Dopředu se dá říct pouze to, že nejjednodušší řešení všeho je to nejlepší. V jednoduchosti je krása. Vše v oblasti zdraví a práce vám bude klapat, problémy budete mít v oblasti komunikace. Několikrát se dostanete do názorového zmatku. Nejlepší bude, když půjdete ven a vyčistíte si hlavu.</p>                               |



## Vytvoř svého originálního TRPAJZLÍKA a zasoutěž si s námi!

Posledně jste soutěžili ve velikonočním kvízu, který zpracoval pan J.Š. – účastnili se čtyři klienti a kvíz s nejmenším počtem chybek vylosovala paní Zdeňka – a to kolegyni z redakce, Gabrielu. O sladkou čokoládu se rozdělila s Kubou, aby mu to nebylo líto :)

A nyní, v květnu, jsme si pro vás poprvé připravili výtvarnou soutěž. Chceme umožnit těm, kdo není zrovna na kvízy a křížovky, si také zasoutěžit. Tentokrát redakce ocení toho, kdo nám vytvoří nejlepšího TRPAJZLÍKA. A nemusíte zrovna malovat – tvořit můžete i sošky (z přírodních materiálů, recyklovaných materiálů – plasty, kovy, kartóny, oblečení a jiný textil, hlíny, modelíny, fima aj.) a nebo nás překvapit jiným zpracováním. Své výtvary můžete odevzdávat průběžně komukoliv z redakce, případně asistentce nebo sociálním pracovnícům, a to do 25.5.2024 ☺



Neváhejte, najděte si chvíli, a skuste své štěstí!

Foto: výherkyně březnové a dubnové soutěže

## Celoroční soutěž

Redaktor: Marínek

Čtvrtým letošním zadáním Celoroční soutěže Domova Dolní zámek bylo téma „Regionální osobnost“. Klienti si vybrali podle svého gusta a představili vedoucím pracovníkům zajímavou prezentaci.

Resocializační oddělení zpracovalo pana Miroslava Šmídu (horolezce), pana Josefa Tichatschka (operního zpěváka), Oddělení DNV si vybralo pana Aloise Jiráska (spisovatele) a Odd. se zvýšenou péčí SDH Adršpach.

| Měsíc  | Zadání                     | DNV       | RO        | ZP       | Celkem |
|--------|----------------------------|-----------|-----------|----------|--------|
| leden  | <i>předsevzetí</i>         | 8         | <b>14</b> | 8        | 30     |
| únor   | <i>těšíme se na jaro</i>   | 8         | 8         | <b>9</b> | 25     |
| březen | <i>moje milované město</i> | 10        | <b>13</b> | 12       | 35     |
| duben  | <i>regionální osobnost</i> | <b>16</b> | 10        | 9        | 35     |
| CELKEM |                            | 42        | <b>45</b> | 38       | 125    |



Hasičské odpoledne





Květnové téma Celoroční soutěže zní:

## Máj – lásky čas

Právě téma lásky je od pradávna spojeno s touto krásnou částí roku. Zadání vám umožňuje různé formy vyjádření – máte možnost zpracovat své vzpomínky, myšlenky a pocity do podoby, která vám je nejbližší. No a my se už moc těšíme, co si k tématu připravíte!

## Živé vystoupení s Míšou a Kristýnou

20. dubna nám přišla zahrát dvě šikovná děvčata, naše pracovnice v sociálních službách, Kristýna Skalová, se svou kamarádkou Míšou Slezákovou, a to na akordeon a kytaru. Poslechli jsme krásné písně a dali si litou buchtu s jablky a perník, který ráno upekli klienti Resocializačního oddělení. Tančilo se, zpívalo a dobře jsme se bavili. Slečnám děkujeme za příjemné odpoledne :)

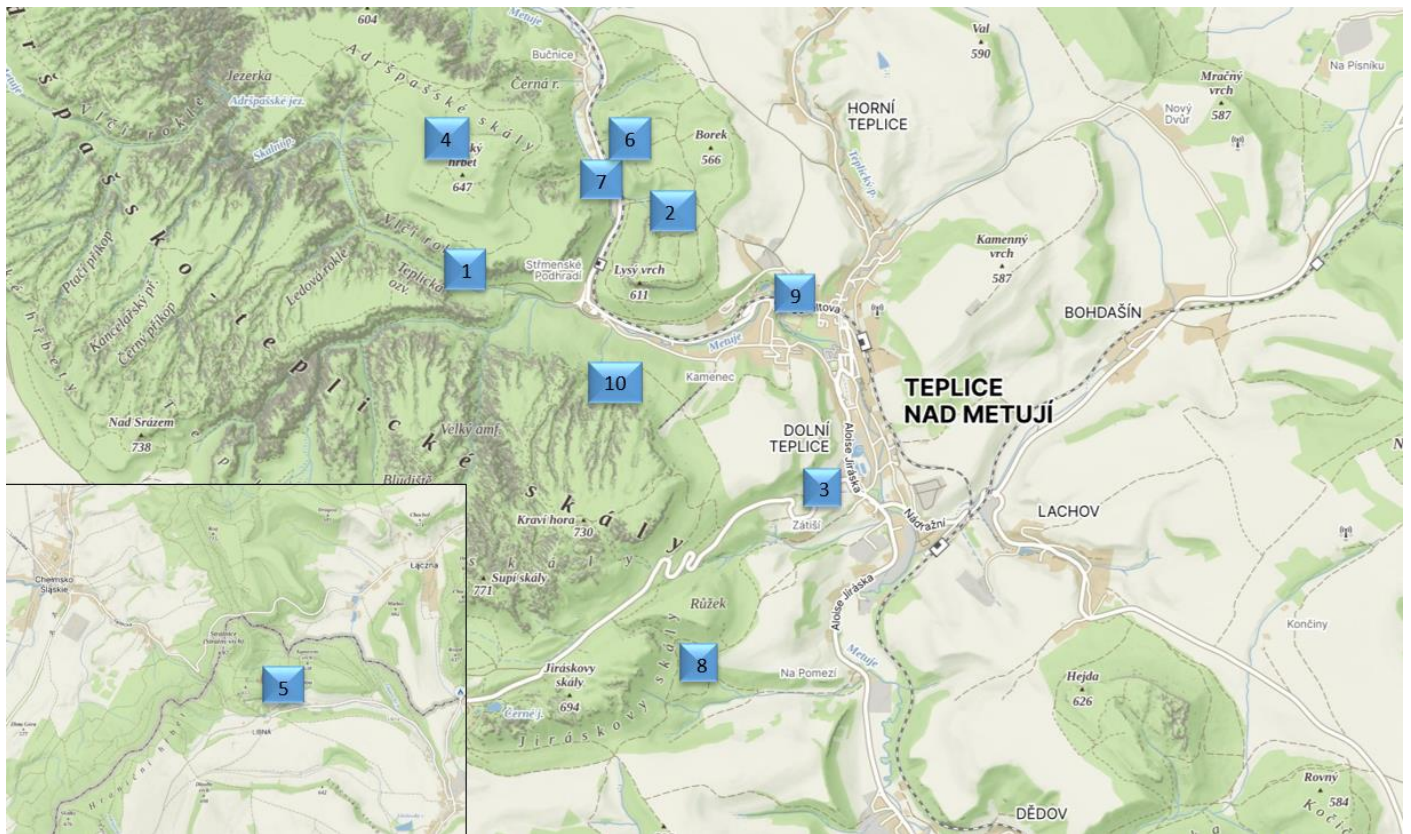


## Flamengo v klubu

S klienty jsme 27. dubna zašli na "španělský večer" do T-klubu v budově Městského úřadu Teplice nad Metují. Krásná hudba, v rytmu flamenga, nám všem rozproudila krev. Trio Peus z Broumova hrálo známé i neznámé skladby, zazněli písně, při kterých jsme si mohli zaspívat. Báječná nálada nás všechny nadchla a nám se nechtělo domů. Byla to parádní akce!







Obr. 1 Stříbrný pramen



Obr. 2 Třináctý pramen



Obr. 3 "V díře"



Obr. 4 "Na vějíři"



Obr. 5 Libná-nad školou-vodní zdroj



Obr. 6 "Pod silnicí"



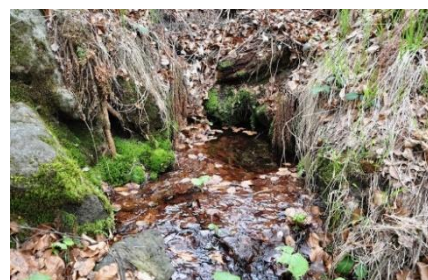
Obr. 7 Bučnický pramen



Obr. 8 Hubertova studánka



Obr. 9 Svatý Antoníček



Obr. 10 Pod vodárnou

### Nabídka Klubu zahrádkářů

Rozmnožili jsme bílé kvetoucí oleandr a máme sazeničky navíc. Rádi Vám je nabídneme – obracet se můžete na E. Kříčkovou (Resocializační odd.)



## Dřeviny v Teplicko-Adršpašských skalách

Redaktor: pan J. Š. a E. Krtíčková

Zoograficky patří Adšpašsko do provincie středoevropských listnatých lesů. Území spadá do klimatické oblasti chladné. Vyskytují se tu zajímavé dřeviny, které Vám blíže popíšeme.

Adršpašská borovice se vyznačuje širokým červeným jádrem a úzkou bělí, pravidelnými letokruhy, rovným kmenem bez větví a tzv. „plnodřevností“, tedy pevným válcovým kmenem. Dřevo této borovice bylo využíváno v leteckém průmyslu. Vyskytují se zde stromy staré 100-200 i více let s velmi hustými letokruhy.

Mimořádnou dřevinou je i bříza, která roste ve skalách ve zvláštní formě břízy skalní, jinak též břízy karpatské. Jedná se o ustáleného křížence břízy bělokoré a břízy pýřité, druhu typického pro pískovcová skalní města. Jejich užitek je v současnosti srovnatelná nebo dokonce vyšší než buk.

Velmi dobře se zde daří modřínu, který se přirozeně zmlazuje.

Vyskytují se zde i vzácné druhy jako např. jilm horský či třešeň planá.

Nejstarším a neznámějším památným stromem je tzv. „Adršpašská lípa“, jejíž stáří se odhaduje na 300 let. Památným stromem byla prohlášena v r. 1981. Dalšími památnými stromy byly prohlášeny další dva stromy v r. 2001. První z nich je lípa „na krčmově“ v Horním Adršpachu. Obvod stromu je 386 cm, vysoká je 21m. druhým stromem je tzv. „hraniční buk“, cca 100 let starý, výška 19 metrů, obvod kmene 230 cm.

## „Slavné historicky zbojnické“ – zbojníci v historii

Redaktor: pan J. Š.

Václav Babinský alias Venca z Pokratic, se narodil 20. srpna roku 1796. I když se do české historie zapsal jako legendární loupežník, z dnešního pohledu byl vcelku bezvýznamným zločincem.

V odrhovačce, která ho proslavila, se neukrývá zrnko pravdy. V devatenácti letech se dal na vojnu, ale služba u dělostřelectva nebyla nic pro něj, a tak si zahrál na blázna.



Dostal se do léčebny pro choromyslné, odtud upláchl a založil si loupežnickou bandu, se kterou několik let sužoval pokojné obyvatele v okolí Litoměřic, České Lípy a Cínovce. V ní byla i jeho milá, Apolena Hoffmanová, která prý nepolapitelného lupiče ze žárlivosti udala četníkům. Byl obžalován z dvanácti trestných činů, ale nakonec byl pro nedostatek důkazů odsouzen jen za polovinu z nich. Jedna vražda, zbytek loupeže. Za ně si odseděl dvacet let těžkého žaláře. Václav Babinský se ve vězení skutečně napravil. Zbytek života dožil coby zahradník v klášteře v Řepích u Prahy. Ve dne pletl košíky a rohože a rád vysedával v pražské hospůdce U Zlaté lodi, kde za džbánky piva a kozí syreček bavil štamgasty svými historkami. Na hřbitově v Praze-Řepích dodnes najdeme jeho hrob.

## Kulturní památky města Teplice nad Metují – část II.

Redaktor: pan J. Š.

V dubnovém čísle jsme k Mezinárodnímu dni památek a historických sídel začali představovat naše, teplické, kulturní památky. Začali jsme s Kostelem Panny Marie Pomocné a Kostelem sv. Vavřince.

A tentokrát si pan J. Š. připravil pár informací k dalším třem – zříceninám hradů a zámku. A tím už budeme znát 1/3 všech kulturních památek, které se na katastrálním území města nacházejí.

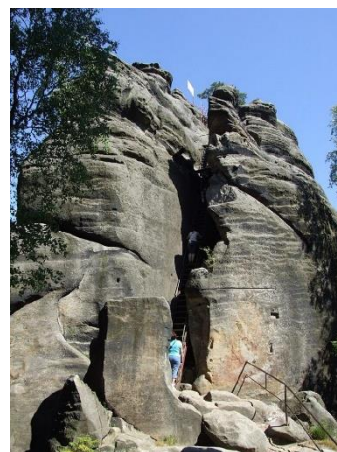






**Barokní zámek Skály - Bischofstein** se nalézá v lesním hvozdu severovýchodních Čech. Je obklopen pískovcovými skalami s mnoha lezeckými terény, malebným jezírkem a zříceninou gotického hradu. První zmínka o Skalách a malé osadě na okraji Teplických skal pochází již z roku 1393. Nad touto nenápadnou osadou se vypíná **zřícenina hradu Skály**, která se původně jmenovala Katzenstein - "Kočičí hrad" a sloužila jako výchozí bod pro expanze Matěje Salavy do sousedních zemí.

**Hrad Sřmen** se nachází jen několik stovek metrů za vstupní branou do Teplických skal. Zakladateli hradu byli páni ze Skalice, kteří vlastnili také nedaleký Adršpach a hrad Vízmburk. Své jméno získal zřejmě podle jejich erbu, na němž byl vyobrazen třmen. Hrad je uveden také v Majestas Carolina krále Karla IV. (spolu se sousedním hradem Adršpachem). Jeho dřívější majitelé a samotná doba vzniku hradu není známa. Hrad nejspíše vznikl v souvislosti se sousedním hradem Adršpachem jako opevněný vojenský a pozorovací bod. Hrad často střídal majitele a obecně se soudí, že se nakonec stal jedním ze sídel loupeživých rytířů. V roce 1447 byl hrad vyloupen a rozbořen Slezany. V roce 1534 je v zemských deskách uváděn jako zbořený a v roce 1607 dokonce jako pustý. Písemnosti se zmiňují, že stavebního materiálu z hradu bylo použito při stavbě obydlí vesnice Třmeny (od roku 1836 Kamenec).



## Filmové okénko: STAR WARS

Redaktor: Roman

"Star Wars (česky též Hvězdné války) je americká multimediální franšíza žánru „vesmírná opera“, vytvořená Georgem Lucasem. Její hlavní částí je devítidílná řada celovečerních filmů, ke které se postupně přidala další díla.

Franšíza vznikla v roce 1977 uvedením prvního filmu Star Wars: Epizoda IV – Nová naděje, který se stal celosvětovým popkulturním fenoménem. V dalších letech jej následovaly díly Impérium vrací úder (1980) a Návrat Jediů (1983), které společně tvoří původní trilogii. Trilogie, která byla vydána na přelomu 20. a 21. století, zahrnuje snímky Skrytá hrozba (1999), Klony útočí (2002) a Pomsta Sithů (2005), a dějově předchází původním třem filmům. Po další přestávce začala vznikat další trilogie, dějově navazující na původní trilogii. Její první snímek Síla se probouzí, byl uveden v roce 2015, následován byl roku 2017 filmem Poslední z Jediů a v roce 2019 závěrečnou epizodou hlavní ságy, snímkem Vzestup Skywalkera. Všech devět vydaných filmů bylo nominováno na Oscary a zaznamenalo značný komerční úspěch. K odvozeným snímkům patří animované Klonové války (2008) a dvojice hraných, tzv. antologických filmů Rogue One (2016) a Solo (2018).



Série Star Wars zahrnuje produkty i v dalších mediálních oblastech, jako jsou romány, televizní seriály, videohry a komiksy, které společně významně rozšiřují celý fikční svět.

Upozornění na mimořádnou otevírací dobu

**Dne 6. května 2024 (pondělí) bude pobočka ČESKÉ POŠTY v Teplicích nad Metují  
otevřena v době 12:00 – 16:00 hod.**



## Hudební ikony přelomu 20. a 21. století

Redaktor: Roman

### THE DOORS

The Doors byla americká rocková skupina založená v roce 1965 v Los Angeles. Patřila k významným skupinám zejména šedesátých let minulého století. Zakládajícími členy The Doors byli: hráč na klávesové nástroje Ray Manzarek a zpěvák Jim Morrison, časem se ke kapele přidali kytarista Robby Krieger a bubeník John Densmore.

První album The Doors vyšlo v lednu roku 1967 pod prostým názvem The Doors. Obsahovalo i jednu z neznámějších skladeb kapely „Light My Fire“, jež vyšla i jako singl. Po úspěchu alba bylo ještě na podzim téhož roku vydáno album Strange Days, ke kterému vyšly singly „People Are Strange“ a „Love Me Two Times“. Každý následující rok pak The Doors nahráli jedno album. Poslední, které bylo natočeno s Morrisonem, bylo L.A. Woman z roku 1971. Několik měsíců po jeho vydání Morrison zemřel. Zbylí tři členové pak dále koncertovali a vydávali alba i bez něj, po roce se však rozpadli.



### VYPSANÁ FIXA

Vypsaná fixa je pardubická skupina mající základy v rocku obohaceném o prvky jiných žánrů; sama kapela se někdy označuje za pop punkovou. Výrazným prvkem skupiny jsou její básnické, surrealistické texty, které píše frontman Michal Mareš.

Vznik názvu skupiny popsal frontman Márdi tak, že se svým bratrem jednou nahrál na magnetofon šest písniček a vytvořil na to obal s nápisem „Vypsaná fixa“. Po několika letech chtěl s nynějším bubeníkem skupiny Pítrsem udělat nějaký prázdninový projekt. Když přišlo na jméno kapely, vzpomněl si právě na název Vypsaná fixa.



Během roku 2007 spolupracovali na natáčení českého filmu Václav, který orámovala hudba z jejich tvorby. Zpěvák skupiny se ve filmu objevil i v epizodní roli. V roce 2012 spolupracovali na filmu Čtyři slunce." V roce 2021 skupinu opustil jeden ze zakládajících členů baskytarista Daniel Oravec alias Mejn.

## Sportovní okénko

Náš bývalý sportovní redaktor „říč“ přispívá každý měsíc svými fotbalovými postřehy do Teplických ozvěň. Zaujímají-li vás zápasy našeho místního fotbalového oddílu TJ Slavoj Teplice nad Metují, věle vám doporučujeme do Teplických ozvěň nahlédnout :) vycházejí elektronicky, tištěné si je můžete vyzvednout v nejbližších prodejnách – např. U Kubečků, v samce Verner nebo v papírnictví Kohl a trafice Edita.

A kdy můžete, stejně jako náš reportér Švejda a pánové S+S zajít na místní hřiště podpořit místní fotbalový oddíl? Hrát se bude 4. května a 18. května, vždy od 17 hodin.

| Datum     | Čas   | Domácí                         | Hosté                        |
|-----------|-------|--------------------------------|------------------------------|
| 4.5.2024  | 17:00 | TJ Slavoj Teplice nad Metují   | FK Černilov                  |
| 11.5.2024 | 17:00 | TJ Slavoj Předměřice nad Labem | TJ Slavoj Teplice nad Metují |
| 18.5.2024 | 17:00 | TJ Slavoj Teplice nad Metují   | FC České Meziříčí            |





Srdečně zveme všechny příznivce Lázní Velichovky 1897 na tradiční akci

# MISE VELICHOVKY 2024 8. KVĚTNA 2024

od 10:00 do 16:00 hodin



### PROGRAM PŘED MASARYKOVÝM DŮMEM

CELODENNÍ HUDEBNÍ DOPROVOD SE SKUPINOU SWING SEKTEY / od 9:45 hod.

ZAHÁJENÍ / 10:00 hod.

TANEČNÍ VYSTOUPENÍ – ZUS ANNY MARIE BUKSTON / 10:25 hod.

KOMENTOVANÝ PRŮJEZD KOLONY, UKÁZKA TÁBORA VERMACHTU, PREZENTACE UNIFORMEM, ZBRANÍ A DALŠÍCH PŘEMĚTŮ SOUVISEJÍCÍCH S ROKY 1938 AŽ 1945 / 10:45 hod.

KOMENTOVANÁ UKÁZKA MODELŮ LETADEL 2. SVĚTOVÉ VÁLKY / 11:40 hod.

KOMENTOVANÝ PRŮJEZD VETERÁNŮ VCC DVŮR KRÁLOVÉ NAD LABEM, z. s. / 12:20 hod.

HISTORICKÁ UKÁZKA KVĚTOVÝCH UDÁLOSTÍ,

ÚSTUP NĚMECKÉ ARMÁDY / Schönererova vila / 13:15 hod.

UKÁZKA VÝCVIKU A ZÁSAHU PSŮ MĚSTSKÉ POLICE JAROMĚŘ / 13:50 hod.

KOMENTOVANÝ PRŮJEZD AMERICKÝCH HISTORICKÝCH VOZIDEL / 14:25 hod.

HYMNÁ ČR A USA, POLOŽENÍ KYTKY A VYPUSTĚNÍ HOLUBÍK / 15:00 hod.

### PROGRAM V LÁZEŇSKÉM ALTÁNU

ZAHÁJENÍ / 10:00 hod.

CELODENNÍ HUDEBNÍ DOPROVOD NA FLÁŠNET / od 10:20 hod.

LOUTKOVÉ PŘEDSTAVĚNÍ / 11:00 hod.

TANEČNÍ VYSTOUPENÍ – ZUS ANNY MARIE BUKSTON / 12:00 hod.

ZVUKY A MŮDA PRVNÍ REPUBLIKY / 13:00 a 14:00 hod.

TANEČNÍ VYSTOUPENÍ – ZUS ANNY MARIE BUKSTON / 15:10 hod.

### PROGRAM PŘED DŮMEM POD KAŠTANY

CELODENNÍ HUDEBNÍ DOPROVOD SE SKUPINOU KLAPEŤO / od 9:45 hod.

ZAHÁJENÍ / 10:00 hod.

PRŮJEZD KOLONY FELDGENDARMERIE, z. s., PREZENTACE UNIFORMEM, ZBRANÍ A DALŠÍCH PŘEMĚTŮ SOUVISEJÍCÍCH S ROKY 1938 AŽ 1945 / 10:25 hod.

TANEČNÍ VYSTOUPENÍ – ZUS ANNY MARIE BUKSTON / 11:00 hod.

ZVUKY A MŮDA PRVNÍ REPUBLIKY

PRŮJEZD VETERÁNŮ VCC DVŮR KRÁLOVÉ NAD LABEM, z. s. / 12:25 hod.

TANEČNÍ VYSTOUPENÍ – ZUS ANNY MARIE BUKSTON / 13:30 hod.

LOUTKOVÉ PŘEDSTAVĚNÍ / 14:20 hod.

HYMNÁ ČR A USA / 15:00 hod.

CELODENNÍ VÝSTAVA VYSTROJE A VZEBROJE MODERNÍ U. S. ARMY,

VOZIDLA V OPRAVĚ PRO SPECIÁLNÍ JEDNOTKY NATO

AKTIVNÍ ZÁLOHY MEZI NAMI ARMÁDY ČR

### KINO - DŮM POD KAŠTANY

PROGRAM PRO DĚTI A DOŠPĚLE

### DOPROVODNÝ PROGRAM

JÍZDA NA KONI / KOSTYMNÍ PROMĚNĚNÍ / DĚLNÍKY PRO DĚTI

DĚTSKÉ ATRAKCE

(dětský letecký klubovec, skákací hračky, veška nařezávací sklázanka, nářadovna dělný zbroje)

Těšit se můžete na řemeslné stánky, ukázky tradičních řemesel, a spoustu dobrého jídla a pití.

Programem Vás provede moderátor Ivan Pospíšil.

Změna programu vyhrazena. Veřejná kulturní akce se koná za každého počasí. Vstup zdarma.

[www.velichovky.cz](http://www.velichovky.cz)

# Pavel MATUŠKA usmívání

/ výstava kresleného  
a malovaného  
humoru /



9.4. - 10.5.2024  
vernisaž 9.4. v 17:00

# 9. SRAZ VOJENSKÉ TECHNIKY NA STACHELBERGU



JÍZDY V HISTORICKÝCH VOZIDLECH  
BOHATÉ OBČERSTVENÍ  
PŘEDSTAVĚNÍ SLOŽEK IZS  
TATRY Z RALLYE DAKAR  
UKÁZKY KLUBŮ VOJENSKÉ HISTORIE  
PROHLÍDKY PEVNOSTI

## 18.5.2024

9.00 HODIN  
VSTUPNÉ DOBROVOLNÉ

!!! SILNICE TRUTNOV - BABÍ UZAVŘENA !!!

