

# INFORMAČNÍ ZPRAVODAJ 2023

Nejen pro seniory

Karlovy VARY°

Klub seniorů  
SENIORŮ  
KARLOVY VARY



zapsaný spolek

Červenec 2023  
V. ROČNÍK 7. číslo  
ZDARMA  
UZÁVĚRKA 30.6.2023  
Pravidelný měsíčník



Informace z rady spolku

Plán akcí

Komentáře

Příspěvky členů

Svoboda projevu zejména slova a tisku je zaručena v ústavě ČR, Mezinárodním paktu o občanských a politických právech publ. ve vyhl. MZV č. 120/1976 Sb. Svoboda projevu a právo na informace jsou zákonem zaručeny. Každý má právo vyjadřovat své názory slovem, písmem, tiskem, obrazem nebo jiným způsobem, jakož i svobodně vyhledávat, přijímat i rozšiřovat ideje a informace.

Cenzura je nepřipustná

## Kam se vytrácejí písničky.

Když si vzpomenu na své ranné dětství, vybavují se mi zážitky z podvečerů, které jsme trávili takzvanou černou hodinkou. Všednodenní ruch ustal, práce byla hotová, pozvolné šerění přešlo ve stmívání a tento magický čas jsme využívali k vyprávění a zpěvu. Maminka, původem od Znojma, měla v oblibě teskné moravské písničky a vzpomínala na svůj nelehký osud sirotka, který ji načas zavál k bezdětným příbuzným do Vídně. Uběhlo mnoho let, než jsem se na místa z maminčina vyprávění podívala osobně. A maminka ještě v devadesáti letech plynule a s dostatečným patosem recitovala dlouhé básně z vídeňských školních let. Ale zamilované moravské písničky zůstaly jejímu srdci nejbližší. Tatínek, Pražák křtěný Vltavou, měl jiný repertoár. S oblibou zpíval rozpustilé a svižné melodie, které později s takovým gustem nahrála kapela „Šlapeto“.

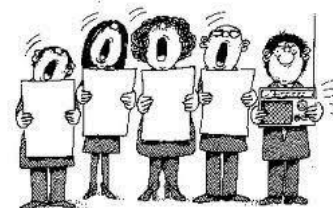


A protože odmala jezdil se skautským oddílem na Náchodsko, měl v rukávu zásobu trampských písní. Byl také zdatným vypravěčem, a tak se našimi společnými večery mohla prolínat tato bláznivá směs: Po starých zámeckých schodech jsme honili

Martu, co ji zná celá parta až k teskně hučící Niagáře, tam pod olivou vzpomíná, co její milý dělá. Proto plave s husičkou po Dunaji, pak přes hory, dolů, černý les, přes Šumavu, Šumavěnku, kolem svatého Vavřenečka, tam přeskočí vysoký jalovec, aby se s ním sešla na osadě zase .... Nelekejte se, taková divočina to zase nebyla, to pouze já se nechala trochu unést představou. A ve svých čtyřech letech jsem nedokázala pochopit, proč se mí milovaní rodičové plácají smíchy do stehů, když – sedíc v okně, s pohledem upřeným na hvězdy, procitněně zpívám: „Oči mám sněhem zaváté, v duši mám chladný stín, až se mě

jednou zeptáte, co z toho mám, že žiju sám, neodpovím...“ V téže době mi ve školce (kterou jsem z duše nenáviděla) zlomyslně vybrali báseň k MDŽ začínající slovy: „Matko, tvé šediny...“- maminka ji razantně přetrhla na dva kusy a já recitovala „Polámal se mraveneček“.

V pubertě jsme tento text zpívali na melodii „Za chvíli už budu v dále...“ V mém dětství byla nabídka písní omezená na rádio, které hrálo dechovky, operetní



árie, příšerné písně „spřátelených?“ socialistických zemí, mezi které cenzurou proklouzlo pár italských kantilén...a právě proto jsme zpívali cokoli jiného. Ze starých gramofonových desek Osvobozené divadlo či podomácku přehrávané písně západních kapel ve špatné kvalitě, bez porozumění textu, o to nám byly cennější. Často jsme se scházeli, často si zazpívali. Dnešní přívál hudby nejrůznějších žánrů z mnoha médií v nadstandardní



kvalitě nám nějak zaškrtl hlasivky. Zpíváme méně, jsme pasivnější. Možná i proto jsem se nechala zlákat na pondělní zpívanky v klubovně pod vedením Alenky Mihalové. Mám

neškolený hlas, plácám se mezi prvním a druhým hlasem, ale je mi tam dobře. Pobavím se, zavzpomínám, z hlubin paměti vydoluji dávno zapomenutý text a nikdo mi neudává rytmus příložníkem přes prsty, když se nechám unést někam jinam.

Nám všem přeji, ať je nám víc a déle do zpěvu. JVoř

## Náš výtvarný kroužek

Vzhledem k tomu, že nastaly prázdniny, ukončil náš výtvarný kroužek pod vedením Mgr. Kamilkou Součkové na dobu dvou měsíců svou činnost. Důvod je zcela jasný. Kamilka má přes prázdniny své aktivity, dovolenou s rodinou, a nám některým děvčatům z výtvarky najedou na nějaký čas naše milovaná vnučata. A jako správné babičky „hlídačky“ se jim budeme plně věnovat, vymýšlet různé aktivity a těšit se z toho, že jsme zase na nějaký čas spolu.

A tak, když se vrátím o nějaký měsíc zpět, vybavuje se mi, co jsme se na výtvarném kroužku vše naučily, vytvořily, vymodelovaly. Jen namátkou si vzpomínám na výrobu koláží, obrázků z přírodních materiálů, výrobu hrníčků z hlíny a následné vypalování, malování a glazování, háčkování letních kabelek a různých misek. Vše tvoříme se zaujetím, s napětím, jak asi ten náš výrobek dopadne, zda se povede. No, stane se, že se výrobek někdy moc nepovede, není takový, jak by měl být, ale co naděláme, že. Ale vždy je to můj výrobek, dala jsem do tvoření veškerý můj um a hlavně, je vždy originál. Musím podotknout, že ty naše výrobky se nám na 99 procent vždy povedou, Kamilka vždy poradí, pomůže, a nakonec jsme s nimi všechny spokojené.

Výtvarný kroužek probíhá vždy jednou za 14 dní v úterý, schází se nás 9 děvčat. Za ty roky, co chodíme na kroužek, jsme se již dobře poznaly, rozumíme si, zasmějeme se i nějakým vtípkům, rozebereme někdy i naše bolístky, trápení, na chvíli zapomeneme na denní starosti, prostě je nám takto pospolu fajn a vždy se na kroužek moc těšíme. **Ukázky našich prací najdete v příloze.**

Všem tedy přeji pohodové prožití prázdnin a ahojky v září na výtvarném kroužku.

### A zase nějaká dobrůtka pro naše bříška.



#### Chia jogurt s jahodovou pěnou:

250 g bílého jogurtu, 2 lžičice chia semínek, 1 lžičice medu / i javorový, agávový/, 1 hrneček jahod / čerstvé nebo mražené/, čerstvé jahody na ozdobu.

Postup: do misky dáme jogurt, chia semínka, přisladíme medem a dobře zamícháme. Dáme do skleniček a necháme v ledničce asi 15-20 minut nabobtnat / semínka /a ztuhnout. Před podáváním zalijeme rozmixovanými jahodami, ozdobíme čerstvými jahodami, popř. lístkem máty. Dobrou chuť.

Míla Gonová

## Vážení přátelé našich výletů.



V sobotu 10. června jsme jeli do Duchcova a na zámek Duchcov. Konaly se zde Casanovské slavnosti. Program byl velice pestrý, proto jsme nechali na každém z vás, co si zvolí,

jen jsme zajistili prohlídku zámku od 10:00 hod. Dále veselice, individuální program slavností. Stravování individuální. Účast nebyla velká, museli jsme odříci velký autobus a zajistit mikrobus. I tak si myslím, že se jednalo o podařenou akci a že se výlet líbil.



Na červenec pro Vás máme připravený zájezd na zámek Libochovice a na původně vodní hrad Budyně nad Ohří.

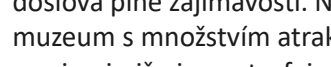
**Zámek Libochovice** se nachází v malebné krajině dolního Poohří, lemované romantickými kopci Českého středohoří. Zámek patří mezi nejvýznamnější raně barokní stavby v Čechách. V letech 1683–1690 byl vybudován italským stavitelem Antonio della Portou. U zámku se rozléhá rozsáhlý park, který se skládá z francouzské zahrady a přírodně krajinářského parku. Mimochodem moc hezký. Město Libochovice leží na levém břehu řeky Ohře ve výšce 169 m nad mořem. Nad



městem se tyčí zřícenina hradu Hazmburk, jehož dějiny byly s Libochovicemi vždy úzce spjaty. Směrem na jih od města se zvedá slánská rovina a na severu kraj ohraničují charakteristické homolovité kopce Českého středohoří.

**Hrad Budyně – Zámek v Budyni nad Ohří** nedaleko Litoměřic byl původně gotickým vodním hradem. Po výbuchu střelného prachu jej nechal rod Zajíců přestavět na renesanční zámek. Dnes objekt láká na alchymistickou dílnu ze 17. století.

Zámek vybudovaný na místě vodního hradu býval v minulosti daleko rozlehlejší, než jak jej můžete vidět dnes. Z původních čtyř zámeckých křídel se dochovala dvě, avšak prostory jsou



doslova plně zajímavostí. Najdete zde i zajímavé Jandovo muzeum s množstvím atraktivních sbírkových předmětů, mezi nimiž jsou trofeje z cest bývalých majitelů, archeologické vykopávky, střelné zbraně a mnohé další. Stálá expozice Dějiny Budyňska od pravěku do roku 1848 vám představí vývoj města, vodního hradu, pozdně gotické a renesanční interiéry, množství dobových předmětů či třeba archeologických nálezů. Velkým lákadlem je vycpaný krokodýl, který byl přivezen počátkem 16. století z Egypta z cesty pana Zajíce z Hazmburka, zakládací listina města Budyně nad Ohří či sbírka vzácných knih.

Ani v srpnu vás nenecháme oddychnout. S DPKV jedeme na Chodské slavnosti do Domažlic. Přihlašovat se můžete již dnes. **Uzávěrka přihlášek je již 11. 7. 2023!!!!**

Dále pracujeme s podněty, které jste nám dali a těším se s Vámi na další výlety.

Dušan Soukup, tel.: 602 546 482, mail: soukup.sekvo@seznam.cz, fb: Senioři Zájezdy

## Adélka

Dovolte mi, abych vás seznámila s mým příběhem se zpěvným ptáčkem, rehkem domácím. Na zahradě mám kůlnu s nářadím, kde po celé léto mám otevřené větrací okénko a když jsem doma, tak i dveře od kůlny. Jednoho dne koncem května vejdu do kůlny a koukám, na podlaze stébla suché trávy, drobné větvičky, mech. Tak si říkám, kde se to tu vzalo. Zvednu



pohled na stěnu kůlny a zírám. Na zdi na skobě visí smotaný prodlužovací kabel a na něm si ptáček vybudoval hnízdo. Do kůlny se dostával vždy otevřeným větracím okénkem nebo otevřenými dveřmi. Tak jsem hnízdo každý den kontrolovala a ejhle, v hnízdě bylo najednou pět vajíček. Další den jsem viděla, že na vajíčkách sedí ptačí maminka. Samičku rehka domácího jsem pojmenovala na Adélku. Každý den jsem pravidelně do kůlny chodila pro nářadí potřebné k práci na zahradě a zároveň kontrolovala Adélky hnízdo. Adélka si na mne i na pohyb v kůlně zvykla tak, že se nebála, a na vajíčkách seděla dál. Jednoho dne se z hnízda začalo ozývat pípání. Adélka často z hnízda odlétala otevřeným větracím okénkem ven a vracela se zpět stejnou cestou. Nedalo mi to, tak jsem si vzala schůdky a podívala se do hnízda, kde bylo pět malých holátek, které Adélka neúnavně krmila. Ptáčata pěkně rostla, že už se pomalu

všechna do hnízda nevešla. A jednoho dne jsem zjistila, že hnízdo je prázdné, ptáčata i Adélka se vydala svou cestou. Hnízdo si postavila na nezvyklém místě, ale věděla, že bude v bezpečí před kočičkami, nepřízní počasí, a měla v kůlně klid. Občas si na Adélku vzpomenu, kde asi pobývá a zda třeba za rok nepřiletí na mou zahradu a opět si v kůlně nevybudoje hnízdo a vyvede své potomky. Smotaný prodlužovací



kabel stále visí v kůlně na skobě a může Adélce opět poskytnout prostor pro vybudování dalšího hnízda. Míla Gonová

## Naše akce

**Turisti** chodí na vycházky každý čtvrtek za každého počasí, vede je Jitka Štěbetáková.

**Pěvecký kroužek** se o prázdninách scházet nebude

**Bowling** o Putovní pohár se hraje 2x měsíčně pod vedením Milušky Krausové



**Zájezdy** pro Vás svědomitě připravuje Dušan Soukup ve spolupráci s Jarmilou Votíkovou.

**Výtvarný kroužek-výtvarné dílny** začne znovu tvořit po prázdninách

**12.8.2023** zájezd na Chodské slavnosti v Domažlicích

**5.9.2023** přátelské podzimní setkání s tancem v Sedlecké pivnici

**V září 2023** vzájemné návštěvy s německými seniory z Plavna

**1.10 – 6.10.2023** pobytový zájezd v Sezimově Ústí

**Od září 2023** přátelská setkávání členů 1x měsíčně v naší klubovně



*V červnu nás navždy opustila dlouholetá aktivní členka našeho spolku a bezvadná kamarádka paní Mgr. Liduška Moschnerová. Chybí nám. Budeme na ni s láskou vzpomínat.*



## POHODOVÉ PRÁZDNINY

*Všem našim členům a příznivcům přejeme klidné a slunečné prázdniny s vírou, že se budeme setkávat na všech připravovaných akcích nejen o prázdninách, ale i po nich. Rada spolku.*



**Příloha Informačního zpravodaje č. 7/2023**

**Ukázky našich prací:**

