



Turnov

PLÁN AKCÍ



TyfloCentrum  
Liberec, o.p.s.

PROSINEC 2022

---

## KONTAKTY:

Telefon: 736 679 515

Email: [turnov@tyflocentrum-lb.cz](mailto:turnov@tyflocentrum-lb.cz)

Adresa: Jeronýmova 517, Turnov

Web: <http://tyflocentrum-lb.cz/>

---

## PROVOZNÍ DOBA:

Úterý 13:00 – 15:00

Středa 10:00 – 16:00 po předchozí domluvě

(Mimo regionální pobočku v Turnově Vám služby poskytneme i na pracovišti v Liberci)

---

## CO NABÍZÍME:

- **Průvodcovskou a předčitatelskou službu:**  
průvodkyně Vlasta Křapková (736 679 515, [turnov@tyflocentrum-lb.cz](mailto:turnov@tyflocentrum-lb.cz))
- **Zajímavé aktivity** v rámci sociálně aktivizačních služeb:  
Vlasta Křapková, Hana Farská (736 679 515, [turnov@tyflocentrum-lb.cz](mailto:turnov@tyflocentrum-lb.cz))
- **Výuku a poradenství ohledně elektronických kompenzačních pomůcek:**  
lektorka Ing. Jana Smolná, Liberec (731 913 585, [jana.smolna@tyflocentrum-lb.cz](mailto:jana.smolna@tyflocentrum-lb.cz))
- Základní sociální poradenství, k zapůjčení tandemová kola, zvukové knihy, digitalizaci textů a další – zprostředkuje hlavní pracoviště v Liberci  
(488 577 661, [liberec@tyflocentrum-lb.cz](mailto:liberec@tyflocentrum-lb.cz))

---

## INFORMACE:

Od 19.12.2022 do 30.12.2022  
bude TyfloCentrum pobočka  
v Turnově **ZAVŘENÁ** z důvodu  
čerpání dovolené.

V úterý 3.1.2023 ve 13.hod.se na Vás budeme opět těšit v klubovně

## Program na měsíc prosinec:

**6. 12. úterý 13.00**      **Klubové povídání**  
Sociální poradenství

**13. 12. úterý 13.00**      **Klubové posezení**  
Vánoční besídka

### VÁNOCE, VÁNOCE PŘICHÁZEJÍ...

Pamatujete na ten pocit, když jsme jako děti věřili, že se objeví zlaté prasátko, a na Štědrý den z okna nedočkavě vyhlíželi Ježíška, který letí s dárky, jako hvězda nad zasněženou krajinou? A jak jste vytáhli brusle a šli na zamrzlý rybník, nebo stavěli v čerstvých závějích prvního sněhuláka?

Poslední roky jsou svátky spíše na blátě, ale touha zažít pravé bílé Vánoce je pořád stejná. Připomeňme si především to, že by mělo jít o svátky, kdy jeden pro druhého uděláme něco trochu navíc, ať už v kuchyni přípravou bohaté štědré večeře, nebo třeba společnou zábavou u staročeských zvyků a tradic. Tradice k Vánocům patří a předávají se v rodinách z generace na generaci, některé jsou staré i stovky let.

### KOUZLO Vánočních zvyků a tradic

Štědrý den byl dříve spojen s mnoha body programu. Zkuste i vy společně strávit čas třeba takto.

**JMELÍ** – polibek pod jmelím na Štědrý den prý zajistí lásku dvojice na celý rok.

**KAPŘÍ ŠUPINA** – na štědrovečerní večeři připravte každému šupinu pod talíř. Tu si dejte do peněženky a nechte ji tam celý rok, aby přinesla bohatství a hojnost.

**HÁZENÍ STŘEVÍCEM** – neprovdané dívky či ženy se postaví zády ke dveřím a hodí střevíčkem. Pokud míří špička ke dveřím, znamená to, že se provdají, pokud směrem do místnosti, zůstanou další rok doma.

**POUŠTĚNÍ LODIČEK** – důležité je, aby každý člen rodiny připravil svou lodičku z vlašských ořechů spolu se svíčkami sám. Tu pak na Štědrý večer každý zapálí a pustí v umyvadle, nebo míse. Čí lodička se vzdálí, ten se vydá do světa. Pokud lodičky drží pohromadě, prý i rodina zůstane pospolu.

**KRÁJENÍ JABLKA** – tato tradice následovala po štědrovečerní večeři. Pokud po rozkrojení najdete ve středu hvězdičku, budete prý zdraví a šťastní.

**HRA NA ANDĚLY** – zkuste tuto netradiční hru. V předvečer Štědrého dne si každý vylosuje jméno jednoho člena domácnosti. Tomu pak musíte další den být dobrým andělem a dělat mu dobré skutky, ale tak, aby to nepoznal. Při večeři potom všichni hádejte, kdo byl vaším dobrým andělem.

---

## Humorné okénko

Je zajímavé, že rok kdy přestáváme věřit v Ježíška,  
je přibližně ten rok, kdy k Vánocům začneme dostávat ponožky a oblečení.

Tati, a odkud je vlastně Ježíšek?

Chlapče, když se tak podívám na většinu dárků, řekl bych, že je z Číny.

Mami, já bych chtěl k Vánocům psa! Prosí Pepíček maminku.

Nic si nevymýšlej, budeš mít kapra, jako my všichni.

Chlubí se Frantík: na Vánoce se těším také proto,  
že máme ve vaně kapra a já se týden nemusím mýt.

Tak co, jaký budete mít letos Vánoční stromeček?

No, předloni jsme měli borovici, loni smrček a letos bychom rádi jedli.

Policajt kupuje pro pejska obojek, ale jaksi se nemůže rozhodnout, jaká velikost je zapotřebí.

Tak přijďte s pejsánkem, radí prodavačka.

Co vás nemá, to má být pro něj překvapení na Vánoce!

## SVÁTEČNÍ RYBÍ POLÉVKA

### Ingredience:

- 2 kapří hlavy
- 5 kuliček nového koření
- 1 bobkový list
- 2 litry vody
- 2 mrkve
- 3 lžíce olivového oleje
- 250 ml smetany ke šlehání (31%)
- 100g mražených plodů moře
- sůl a pepř
- 7g cukru krupice
- ¼ lžičky muškátového oříšku
- 1 citron
- 1 hrst kopru
- ½ celeru
- 2 cibule

### Pracovní postup:

Očištěné hlavy vložte do hrnce spolu s novým kořením a bobkovým listem, zalijte vodou a 1 hodinu vařte na mírném ohni. Vývar scedte a uchovejte.

Mrkev a celer oloupejte a nastrouhejte najemno. V hrnci rozehejte olivový olej a zeleninu na něm orestujte. Po 5 minutách vsypte nadrobno nakrájenou oloupanou cibuli. Opékejte 3 minuty a zalijte vývarem. Vařte 15 minut, vlijte smetanu, povařte dalších 10 minut, odstavte a rozmixujte dohladka.

Opět přiveďte k varu, osolte, vsypte cukr, muškátový oříšek a vlijte šťávu z citronu. Vsypte plody moře a 5 minut povařte. Zasypte nasekaným koprem a podávejte.

### Sladká tečka: MAKOVKY S CITRONOVÝM KRÉMEM

### Ingredience:

- 430 g hladké mouky
- 100g mletého máku
- 380g másla
- 160g moučkového cukru
- 7 vajec
- 80ml citronové šťávy

- 90g třtinového cukru
- Kůra ze dvou bio citronů

Pracovní postup:

V míse smíchejte 400g mouky, mák a 300g změkklého másla, moučkový cukr, 3žloutky a lžičku citronové šťávy. Ručně nebo v robotu vypracujte do hladkého a pružného těsta. Zabalte do potravinové fólie a nechte alespoň 2hod. odležet.

Poté těsto vyválejte na moukou poprášené pracovní ploše na tloušťku 3mm. Vykrajujte pomocí vykrajovátek tvary a pokládejte je na plech vyložený pečícím papírem. Vytvořte 30horních a 30dolních tvarů, v horních vykrojte také střed. Pečte 7-8min dozlatova v troubě vyhřáté na 180C.

Na krém smíchejte ve skleněné míse 4žloutky, zbylou citronovou šťávu a kůru, třtinový cukr a zbylé máslo. Ve vodní lázni uvařte za stálého míchání krém do konzistence hustého pudinku. Po uvaření překryjte potravinářskou fólií a nechte vychladnout do pokojové teploty.

Krémem slepujte upečené makovky a nechte je asi hodinu zaschnout.

Přeji dobrou chuť!

**KLIDNÉ A RADOSTNÉ VÁNOČNÍ SVÁTKY, V NOVÉM ROCE 2023 MNOHO ZDRAVÍ, ŠTĚSTÍ A ÚSPĚCHŮ PŘEJE VAŠE TYFLOCENTRUM**