



Česká Lípa



**TyfloCentrum**  
Liberec, o.p.s.

ÚNOR 2023

---

## KONTAKTY:

---

**Telefon:** 605 383 265

**Email:** [c.lipa@tyflocentrum-lb.cz](mailto:c.lipa@tyflocentrum-lb.cz)

**Adresa:** Dlouhá 2598, 470 06 Česká Lípa

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

---

## PROVOZNÍ DOBA:

---

**Úterý 9:00 – 13:00**

**Středa práce v terénu**

(Pracovnice bude na pobočce k dispozici po předchozí telefonické dohodě.)

**Čtvrtek 9:00 – 13:00**

(Mimo pobočku Vám služby poskytneme každý všední den, po předchozí tel. dohodě 8-16 hod.)

---

## CO NABÍZÍME:

---

- **Průvodcovskou a předčitatelskou službu:**  
průvodkyně Ilona Prchalová (771 235 976), [c.lipa@tyflocentrum-lb.cz](mailto:c.lipa@tyflocentrum-lb.cz))
  - **Zajímavé aktivity v rámci služeb sociální rehabilitace:**  
koordinátorka Petra Kaljevičová (605 383 265), [c.lipa@tyflocentrum-lb.cz](mailto:c.lipa@tyflocentrum-lb.cz))
  - **Sociální rehabilitace (elektronické kompenzační pomůcky):**  
lektorka (Liberec)  
Ing. Jana Smolná (771 235 976), [jana.smolna@tyflocentrum-lb.cz](mailto:jana.smolna@tyflocentrum-lb.cz))
  - Základní sociální poradenství, k zapůjčení v Liberci tandemová kola, zvukové knihy, digitalizace textů a další.
- 

## Úvodník

**Vážení uživatelé našich služeb,**

tak už máme první zimní měsíc za sebou.

Věříme, že společně s námi vám zimní měsíce rychleji uběhnou a brzy se dočkáme jara.

Opět se společně budeme věnovat nácviku sebeobsluhy, jemné motoriky a procvičování paměti.

## Obsah čísla:

- Pranostiky na Hromnice
- Program TC únor 2023
- Recept: Celerová pomazánka
- Hromnice: Pohanské vítání jara

## **Pranostiky na Hromnice**

### ***Hromnice a pranostiky***

Asi znáte oblíbenou americkou komedii Na Hromnice o den více – tradice je ovšem skromnější, lidová slovesnost praví „Na Hromnice o hodinu více“. Skromný ale není počet pranostik spojených s tímto svátkem: je jich kolem 40.

Většinou se vztahují k počasí, přibývajícimu dennímu světlu a blížícímu se jaru, posuďte ostatně sami:

- Na Hromnice musí skřivánek vrznout, i kdyby měl zmrznout.
- Když na Hromnice ze střech teče, zima dlouho se povleče.
- Na Hromnice jasná noc – bude mrazů ještě moc.
- Svítí-li slunce na Hromnice, bude zimy o šest neděl více.
- O Hromnicích je hospodáři milejší vlk na dvorku, nežli slunce na obloze
- Je-li o Hromnicích studeno, přijde brzy jaro.
- Zelené Hromnice – bílé Velikonoce.
- Leze-li jezevec o Hromnicích z díry, za čtyři neděle zpátky zas pílí
- Připadne-li na neděli, lze očekávat mírnou zimu, úrodné jaro a větrné léto

## Program TC na únor 2023

1. 2.    **středa**    **09:00**    **Práce v terénu**  
Osobní návštěva u klientů.
2. 2.    **čtvrtek**    **09:00**    **Nácvik sebeobsluhy**  
Vaření bramborové polévky.
7. 2.    **úterý**    **09:00**    **Nácvik motoriky**  
Výroba valentýnského srdce.
8. 2.    **středa**    **09:00**    **Práce v terénu**  
Osobní návštěva u klientů.
9. 2.    **čtvrtek**    **09:00**    **Nácvik sebeobsluhy**  
Procházka městem a návštěva cukrárny.
14. 2.    **úterý**    **09:00**    **Zavřeno**  
Z technických důvodů.
15. 2.    **středa**    **09:00**    **Práce v terénu**  
Osobní návštěva u klientů.
16. 2.    **čtvrtek**    **09:00**    **Nácvik sebeobsluhy**  
Krkonošské sýkorky.
21. 2.    **úterý**    **09:00**    **Procvičování paměti**  
Vědomostní kvízy.
22. 2.    **středa**    **09:00**    **Práce v terénu**  
Osobní návštěva u klientů.
23. 2.    **čtvrtek**    **09:00**    **Nácvik motoriky**  
Navlékání korálků - náramek

## Recept – Krkonošské sejkory

### Suroviny

#### *Krkonošské sejkory*

#### **Krkonoše**

Jedná se o krajový druh bramboráků, který je velmi oblíbený na různých krkonošských slavnostech a jarmarcích, které se pekly přímo na plotně. V minulosti byly velmi častým pokrmem i u chudších vrstev, protože obsahují suroviny, které byly k dostání téměř v každé domácnosti.

**1 kg brambor, 20 ml mléka / méně mléka, dává se pouze, aby těsto neztmavlo, 2 vejce, 150 g hladké mouky, 3 stroužky česneku, 2 lžičky majoránky, mletý pepř, sůl, sádlo nebo máslo**

Brambory oloupeme, omyjeme, nastrouháme najemno a slijeme tekutinu. V mléce rozšleháme vejce, přilijeme k bramborám, přisypeme hl. mouku, přidáme majoránkou a pepř. Česnek utřeme se solí a přidáme do těsta. Promícháme a připravíme těsto. Na pánev rozprostřeme trochu těsta, placky zprudka opečeme po obou stranách. Před podáváním potřeme sádlem nebo škvařeným máslem.

[Kalendář akcí](#)



## Hromnice: Pohanské vítání jara i den významný pro křesťany

Únor má s jarem společné jen jedno: Hromnice.

Tento svátek připadající na datum 2. 2. se totiž, mimo jiné, pojí také s vítáním jara. Podle našich předků už z chladné zimy zbývá jen ta slabší polovina a příroda se pomalu probouzí, aby ukázala první sněženky.

### *Hromnice: původ a význam svátku*

V lidovém křesťanství byly Hromnice důležitou oslavou přicházejícího jara, podobně jako keltský předkřesťanský svátek Imbolc. K němu se pojil i zvyk hodování, stejně jako později k období masopustu plnému zabíjaček a veselí.

Slovanská obdoba svátku původně souvisela s Perunem, bohem hromu a blesku, který se burácivě probouzel ze zimního spánku. Lidé uklízeli po zimě, vymetali stáje, čistili topeniště a zapalovali hranice. Posvátné ohně měly očistný charakter a zaháněly zlé duchy. Mezi další zvyky patřil rituál první orby nebo návštěvy u posvátných studánek.

Křesťané tento svátek slaví pod názvem Uvedení Páně do chrámu. Podle Lukášova evangelia se Marie a Josef vydali se čtyřicetidenním Ježíšem dle židovského zvyku do chrámu, kde svého syna symbolicky zasvětili Bohu.

# TĚŠÍME SE NA SETKÁNÍ S VÁMI