



Česká Lípa



TyfloCentrum
Liberec, o.p.s.

Únor 2024

KONTAKTY:

Telefon: 605 383 265

Email: 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
- **Zajímavé aktivity v rámci služeb sociální rehabilitace:**
koordinátorka Petra Kaljevičová (605 383 265), c.lipa@tyflocentrum-lb.cz
- **Sociální rehabilitace (elektronické kompenzační pomůcky):**
lektorka (Liberec)
Ing. Jana Smolná (771 235 976), 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,

leden nám utekl jako voda a od února se už budeme připravovat v nácviku motoriky na přípravu Velikonoc.

Společně si vyrobíme drobnou dekoraci, uvítáme vaše nápady a přání.

Zároveň znovu upozorňujeme, že je potřeba na každou akci se předem přihlásit, a to vždy nejpozději 2 dny předem.

Obsah čísla:

- Program: únor 2024
- Recept: Krkonošské kyselo
- Přechodný rok

1. 2. **čtvrtek** **09:00** **Trénink paměti**
Kvízy, hraní vědomostních elektronických her.
6. 2. **úterý** **09:00** **ZAVŘENO**
TECHNICKÉ DŮVODY
- 7.2. **čtvrtek** **09:00** **Nácvik sebeobsluhy**
Návštěva pekárny.
- 13.2. **úterý** **09:00** **Nácvik motoriky**
Výroba velikonočních dekorací.
14. 2. **středa** **09:00** **Práce v terénu**
Osobní návštěva u klientů.
15. 2. **čtvrtek** **09:00** **Nácvik sebeobsluhy**
Krkonošské kyselo.
20. 2. **úterý** **09:00** **Nácvik motoriky**
Dodávka velikonoční dekorace.
21. 2. **středa** **09:00** **Práce v terénu**

Osobní návštěva u klientů.

22. 2. čtvrtek 09:00

Trénink paměti

Kvízy, hádanky, společenské hry.

27.2. úterý 09:00

Nácvik sebeobsluhy

Návštěva městské knihovny.

28. 2. středa 09:00

Práce v terénu

Osobní návštěva u klientů.

29. 2. čtvrtek 09:00

Nácvik motoriky

Výroba pokladničky z plastové lahve.



Krkonošské kyselo

Recept:

- [kvásek](#) (chlebový) 200 g
- [voda](#) 600 ml
- [sušené houby](#) 1 hrst
- [brambory](#) 500 g
- [máslo](#) 50 g
- [cibule](#) 1 ks
- [smetana ke šlehání](#) 100 ml
- [vejce](#) 4 ks
- [pažitka](#)
- [kmín](#)
- [sůl](#)
- [čerstvě namletý pepř](#)

Postup přípravy

1. Chlebový kvásek namočte do studené vody, promíchejte a nechte alespoň hodinu odstát.
2. Uvařte brambory, nechte je vystydnout a poté je nakrájejte na kousky.
3. Ke kvásku přidejte sůl, kmín a [houby](#) a vše vařte, dokud nevznikne hustá a lesklá směs. Do směsi poté přidejte vodu.
4. Nakrájejte cibulku, osmažte ji dozlatova a přidejte vejce. Vejce připravte míchaná, lehce syrová.
5. Poté vejce vmíchejte do směsi s houbami a přidejte smetanu.
6. Přidejte brambory, na talíři polévku posypte čerstvou petrželkou.



PŘESTUPNÝ ROK

Co je přestupný rok a kde vznikl 29. únor. Na která data vychází přestupný rok v následujících

Jednou za čtyři roky je tzv. přestupný rok. Proč existuje přestupný rok a proč vychází zrovna na 29. února.

Proč je přestupný rok?

Přestupný rok je rokem, ve kterém je 366 dní namísto obvyklých 365 dní. Rok je doba, za kterou Země oběhne Slunce – **trvá jí to 365 dní 5 hodin 48 minut a 45 sekund** (365,242189 dne).

Proto se jednou za 4 roky **přidá v únoru jeden den navíc**. Únor má tedy v přestupném roce 29 dní namísto 28 dní. Díky tomu se docílí **vyrovnání rozdílu** mezi **kalendářním rokem** a **tropickým rokem**.

Kalendářní rok – Rok podle používaného kalendáře, tzv. gregoriánského kalendáře. Kalendářní rok začíná 1. ledna, končí 31. prosince a má 365 dní.

Tropický rok – Doba mezi dvěma průchody Slunce tzv. jarním bodem. Tropický rok trvá 365 dní 5 hodin 48 minut a 45 sekund.

V případě, že by neexistoval jednou za čtyři roky přestupný rok, **nevyrovnával by se rozdíl** mezi kalendářním a tropickým rokem, postupně by se náš kalendář **dostával do nesouladu**. Došlo by během několika set let například k tomu, že bychom měli prosinec v létě.

Proč 29. únor?

29. únor vznikl v dobách starého Říma, v tehdejšímu juliánském kalendáři, zavedeném Juliem Caesarem, kdy začínal nový rok v březnu. Na poslední měsíc v roce zbylo 28 dní, jednou za čtyři roky byl přidán jeden den navíc – nejdříve měli dvakrát 24. února, **později byl přidán 29. únor**.

Následující přestupné roky

Podívejte se, na jaký rok a den vychází přestupný rok v následujících letech.

2020 – pondělí 29. února

2024 – čtvrtek 29. února

2028 – úterý 29. února

2032 – neděle 29. února

2036 – pátek 29. února

2040 – středa 29. února

Jak zjistit přestupný rok

1. rok není dělitelný číslem 4 – **rok není přestupný**
2. rok je dělitelný číslem 4 a nelze ho vydělit číslem 100 – **rok je přestupný**
3. rok je dělitelný číslem 100 a nelze ho vydělit číslem 400 – **rok není přestupný**
4. rok je dělitelný číslem 400 – **rok je přestupný**

Těšíme se na vaši návštěvu u nás V TyfloCentru.