



Plán akcí

2/2024 Valentýnský speciál

KONTAKTY:

Telefon: 488 577 661

Email: liberec@tyflocentrum-lb.cz

Adresa: Na Výšinách 451/9, Liberec 5

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

CO NABÍZÍME:

- **Průvodcovskou a předčitatelskou službu**

domluvení služby:

Zuzana Čadová (771 278 733, pps@tyflocentrum-lb.cz)

Květa Nováková Heligarová (aktuálně dlouhodobá nemoc),

- **Zajištění sociálně aktivizačních služeb**

přihlášení na akce:

Mgr. Jana Benešová (736 130 590, aktivity@tyflocentrum-lb.cz),

- **Výuku a poradenství ohledně elektronických kompenzačních pomůcek**

domluvení služby:

Ing. Jana Smolná (731 913 585, jana.smolna@tyflocentrum-lb.cz),

Lukáš Feifer (771 235 977, lukas.feifer@tyflocentrum-lb.cz),

- **Základní sociální poradenství**

zajištění služby:

Mgr. Jana Jakubcová (797 695 503, jana.jakubcova@tyflocentrum-lb.cz),

Mgr. Jana Benešová (736 130 590, jana.benesova@tyflocentrum-lb.cz),

- K zapůjčení tandemová kola, zvukové knihy, možnost digitalizace textů a další.

Pro přihlášky a odhlášky na akce TyfloCentra využijte kontakt 736 130 590, a to v určené dny: v pondělí v čase 8:00 – 16:00 a ve středu v čase 8:00 – 16:00. Mimo tyto dny využijte SMS zprávu, nebo email aktivity@tyflocentrum-lb.cz. Upozorňujeme, že kapacita vybraných akcí může být omezená.

Pro objednávání na konzultace k elektronickým kompenzačním pomůckám využijte kontakt na Ing. Janu Smolnou v určeném čase: každé úterý od 12:00 do 13:00, nebo na Lukáše Feifera v určeném čase: každý čtvrtek od 12:00 do 13:00. Děkujeme.

Vážené čtenářky a vážení čtenáři OKA,

dny se pomalu prodlužují a my pro Vás máme časopis na únor s **valentýnskou tematikou**.

Nejprve dovoluňte několik personálních informací. Se začátkem února vítáme v našem týmu **novou kolegyni, která pro Vás bude zajišťovat průvodcovskou a předčitatelskou službu**. Na **paní Zuzanu Čadovou** se v případě zájmu o domluvení služby můžete obracet přímo, a to prostřednictvím kontaktů uvedených na první stránce zpravodaje. Abyste o naší nové průvodkyni už něco málo předem věděli, je pro Vás v tomto čísle připraven náš tradiční medailonek. Paní Zuzanu Čadovou samozřejmě budete potkávat také na některých našich terénních i klubových akcích. Těšíme se na spolupráci.

S koncem prosince ukončila své působení v TC Liberec paní Mgr. Michaela Baculáková, která u nás pracovala jako lektorka. Nadále je Vám k dispozici lektorská dvojice Ing. Jana Smolná a Lukáš Feifer. A u našich lektorů můžeme zůstat, abychom Vás nalákali na aktuální „**PC klub**“ **pod vedením Lukáše Feifera**, který se uskuteční 21. 2. 2024, a to na téma **možností a funkcí chytrých televizorů**.

Těšit se můžete také na **besedu s paní Janou Juhasovou**, která se už několik let profesionálně věnuje **předvýchově vodicích psů**. Přejde nám povědět specifika a zajímavosti o psím výcviku a jako bonus s sebou přivede jednoho roztomilého člena své psí smečky. 😊

Abychom si zpříjemnili stále ještě chladné dny, **navštívíme vyhlášenou libereckou kavárnu [DOK](#)**, která sídlí u vlakového nádraží. Prvotřídní kávu z pražírny Nordbeans nepochybně doplníme i něčím dobrým k zakousnutí.

Během února nás budete moci zastihnout také dne **13. 2. 2024 na akci v rámci Týdnů pro neziskový sektor (TÝNES)**, a to v čase 10:00 – 13:00 ve velkém sále Krajské vědecké knihovny Liberec. Za naši organizaci budeme zajišťovat stanoviště prezentující zejména elektronické kompenzační pomůcky. Svá stanoviště zde budou mít i další místní spolupracující organizace, které poskytují služby osobám s těžkým zrakovým postižením. Akce je určena pro širokou veřejnost.

Těšíme se s Vámi na akcích opět na setkání.

Vaše TyfloCentrum Liberec

Obsah čísla

Úvodník	2
Obsah čísla	3
Program TC na únor 2024	3
Valentýn – svátek všech zamilovaných	7
TyfloCentrum se představuje: Zuzana Čadová	9
Výsledky lednové soutěže: Kvíz s hláškami	9
Soutěž na únor: Písničky o lásce	11
Oslavenci v únoru	12
Ohlédnutí: Co přinesl leden	12
Recepty Jiřího Pikeše: Zelňačka a svíčková z králíka	13
OKO dokořán: Pozvánka na další sobí pobyt	15
Koutkem OKA: Valentýnský den v TyfloCentru	16
Nakoukněte: Co chystáme v keramické dílně v roce 2024	16

Program TC na únor 2024

1. 2. čtvrtek 10:00 Muzicírování

Společné hudební chvílky v TyfloCentru. Na Muzicírování můžete přijít s nástrojem i bez nástroje, a to i bez předchozího přihlášení. Těší se na Vás lektorka paní Lucie Remerová.

1. 2. čtvrtek 11:00 Trénink paměti – telefonicky

V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Přihlášení nových zájemců do 29. 1. 2024.

1. 2. čtvrtek 14:00 Jóga

Cvičení pod vedením odborné lektorky paní Jany Zuskové probíhá **prezenčně v klubovně TC**, ale též s možností online přenosu přes odkaz na Google Meet. Přihlášení nových zájemců do 29. 1. 2024.

5. 2. pondělí 10:00 Valentýnský den v TC

Tematický den na pobočce TyfloCentra přivítá zájemce o romantické vaření, pečení či poslech hudby. Na

jednotlivých stanovištích proběhne výroba perníkových srdcí, příprava „Miláčkova polního salátu“ a nebude chybět hudební poznávačka známých zamilovaných skladeb. Příspěvek na suroviny je 30,- Kč. Prosíme o přihlášení do 1. 2. 2024.

- 5. 2. pondělí 12:30 Německá konverzace**
- Německá konverzace probíhá prezenčně v prostorách TC Liberec. Lektorkou je paní Andrea Tkáčová. Přihlášení nových zájemců do 1. 2. 2024.
- 7. 2. středa 10:00 Bowling**
- Sraz v 9:50 v restauraci Královská zahrada v Centru Babylon. Prosíme o přihlášení do 5. 2. 2024.
- 7. 2. středa 11:30 Bowlingové posezení**
- Po bowlingovém turnaji usedneme do Vámi vybrané restaurace či kavárny. Prosíme o přihlášení do 5. 2. 2024.
- 7. 2. středa 15:15 Angličtina online – konverzace**
- Výuka angličtiny probíhá online přes odkaz na Google Meet. Lektorem je pan Petr Tkáč.
- 8. 2. čtvrtek 10:00 Muzicírování**
- Společné hudební chvílky v TyfloCentru. Na Muzicírování můžete přijít s nástrojem i bez nástroje, a to i bez předchozího přihlášení. Těší se na Vás lektorka paní Lucie Remerová.
- 8. 2. čtvrtek 11:00 Trénink paměti – telefonicky**
- V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Přihlášení nových zájemců do 5. 2. 2024.
- 8. 2. čtvrtek 14:00 Jóga**
- Cvičení pod vedením odborné lektorky paní Jany Zuskové probíhá **prezenčně v klubovně TC**, ale též s možností online přenosu přes odkaz na Google Meet. Přihlášení nových zájemců do 5. 2. 2024

- 12. 2. pondělí 10:00 Beseda s paní Janou Juhasovou – psí předvýchova**
- Pronikněte do zákulisí předvýchovy vodících pejsků s profesionální chovatelkou a cvičitelkou, paní Janou Juhasovou. Na besedě nebude chybět malý psí miláček. 😊 Prosíme o přihlášení do 8. 2. 2024.
- 14. 2. středa 10:00 Zážitkové vaření s Jiřím Pikešem**
- Přímo na Valentýna proběhne další oblíbené vaření pod taktovkou Jiřího Pikeše. Menu sice nebude typicky valentýnské, ale je opět na co se těšit. Hlavním chodem bude drůbková polévka a ledvinky se slaninou, cibulkou a rýží. Jako moučník připravíme závin. Prosíme o přihlášení do 12. 2. 2024.
- 14. 2. středa 12:30 Německá konverzace**
- Německá konverzace probíhá prezenčně v prostorách TC Liberec. Lektorkou je paní Andrea Tkáčová. Přihlášení nových zájemců do 12. 2. 2024.
- 14. 2. středa 14:00 Angličtina online – gramatika (90 minut)**
- Výuka angličtiny probíhá online přes odkaz na Google Meet. Lektorkou je paní Andrea Francová.
- 15. 2. čtvrtek 11:00 Trénink paměti – telefonicky**
- V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Přihlášení nových zájemců do 14. 2. 2024.
- 15. 2. čtvrtek 14:00 Jóga**
- Cvičení pod vedením odborné lektorky paní Jany Zuskové probíhá **prezenčně v klubovně TC**, ale též s možností online přenosu přes odkaz na Google Meet. Přihlášení nových zájemců do 14. 2. 2024.
- 19. 2. pondělí 10:00 Valentýnské posezení v kavárně DOK**
- Valentýn má být sladký. A abychom mu udělali čest, navštívíme libereckou kavárnu DOK, kde kromě vynikající kávy z pražírny Nordbeans nepochybně okusíme i nějakou tu sladkou dobrotu. 😊 Sraz na terminálu Fügnerova na zastávce spoje č. 21 v 10:00. Prosíme o přihlášení do 14. 2. 2024.

- 21. 2. středa 10:00 Keramika**
Přijďte tvořit a relaxovat s hlínou. V dílně TC se na Vás těší lektorka paní Radka Valentin. Prosíme o přihlášení do 19. 2. 2024.
- 21. 2. středa 13:00 PC klub II. – chytré televize**
V pořadí druhý PC klub pod vedením Lukáše Feifera je určen pro všechny zájemce o chytré TV, ale i jejich stávající uživatele, kteří se mají chuť podělit se o své praktické zkušenosti. Prosíme o přihlášení do 14. 2. 2024.
- 21. 2. středa 14:00 Angličtina online – gramatika (90 minut)**
Výuka angličtiny probíhá online přes odkaz na Google Meet. Lektorkou je paní Andrea Francová.
- 22. 2. čtvrtek 10:00 Muzicírování**
Společné hudební chvílky v TyfloCentru. Na Muzicírování můžete přijít s nástrojem i bez nástroje, a to i bez předchozího přihlášení. Těší se na Vás lektorka paní Lucie Remerová.
- 22. 2. čtvrtek 11:00 Trénink paměti – telefonicky**
V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Přihlášení nových zájemců do 19. 2. 2024.
- 22. 2. čtvrtek 14:00 Jóga**
Cvičení pod vedením odborné lektorky paní Jany Zuskové probíhá **prezenčně v klubovně TC**, ale též s možností online přenosu přes odkaz na Google Meet. Přihlášení nových zájemců do 19. 2. 2024.
- 26. 2. pondělí 10:00 Klubové setkání – tvoříme šperky**
Klub bude tentokrát spojen s výrobou korálkových šperků. Zhotovíme si set náramku, náhrdelníku a náušnic. Na výběr bude z různých materiálů a tvarů. Přijďte si popovídat a tvořit v jednom. Příspěvek na materiál je 30,- Kč. Prosíme o přihlášení do 22. 2. 2024.

- 28. 2. středa 10:00 Keramika**
Přijďte tvořit a relaxovat s hlínou. V dílně TC se na Vás těší lektorka paní Radka Valentin. Prosíme o přihlášení do 26. 2. 2024.
- 28. 2. středa 10:00 Bowling**
Sraz v 9:50 v restauraci Královská zahrada v Centru Babylon. Prosíme o přihlášení do 26. 2. 2024.
- 28. 2. středa 15:15 Angličtina online – konverzace**
Výuka angličtiny probíhá online přes odkaz na Google Meet. Lektorem je pan Petr Tkáč.
- 29. 2. čtvrtek 10:00 Muzicírování**
Společné hudební chvíle v TyfloCentru. Na Muzicírování můžete přijít s nástrojem i bez nástroje, a to i bez předchozího přihlášení. Těší se na Vás lektorka paní Lucie Remerová.
- 29. 2. čtvrtek 11:00 Trénink paměti – telefonicky**
V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Přihlášení nových zájemců do 26. 2. 2024.
- 29. 2. čtvrtek 14:00 Jóga**
Cvičení pod vedením odborné lektorky paní Jany Zuskové probíhá **prezenčně v klubovně TC**, ale též s možností online přenosu přes odkaz na Google Meet. Přihlášení nových zájemců do 26. 2. 2024.

Valentýn – svátek všech zamilovaných

Den svatého Valentýna (zkráceně také Valentýn) se slaví v anglosaských a dalších zemích každoročně 14. února jako svátek lásky. Je to den, kdy se tradičně posílají dárky, květiny, cukrovinky a pohlednice převážně se symbolem srdce.

Postava svatého Valentýna, jehož svátek oslavují zamilovaní po celém světě, je nicméně obestřena tajemstvím. O tomto záhadném muži kolují legendy, jejichž pravdivost není jednoznačná. Kdo byl svatý Valentýn, se vlastně neví. Neví se jistě ani to, čím si vysloužil své mučednictví. Neznáme místo ani datum jeho narození a smrti.

V Římě byl knězem pravděpodobně za panování císaře Klaudia II. Gothica a původně byl dle legendy lékařem. Podle císařova názoru ženatí muži prý v armádě nepodávali

tak dobré výsledky jako svobodní, a z toho důvodu budoucím vojákům zakazoval vstup do manželství. Valentin však zamilované tajně sezdával. Odtud může pramenit vztah k svátku zamilovaných.

Kolem roku 1260 pak sepsal italský dominikánský mnich, pozdější janovský arcibiskup Jakub de Voragine, jednu z nejčtenějších knih středověku nazvanou Legenda Aurea. Ta obsahovala i velmi stručný životopis svatého Valentýna, podle nějž měl tento mučedník v roce 280 odmítnout před císařem Claudiem popřít Krista, a byl proto odsouzen k trestu smrti. Ještě před tím, než byl sťat, měl dceři svého žaláříka zázračně navrátit zrak i sluch.

Ve starověkém Římě se v únoru slavila také takzvaná Lupercalia, což byl oficiální začátek jara a čas očisty. V předvečer tohoto dne byly do urny lásky vloženy lístečky se jmény mladých dívek. Každý mladý muž potom tahal lísteček a dívka, jejíž jméno si vytáhl, se měla stát jeho ženou v následujícím roce. Je tedy možné, že se křesťanská církev rozhodla slavit v polovině února svátek svatého Valentýna, aby pokřesťanštila tento pohanský zvyk.

V dřívějších dobách byl prý 14. únor nazýván i „miláčkův den“, protože se zasazoval „Miláčkův polní salát“. Také se vytvořila pověra, že svobodná dívka si vezme chlapce, kterého na Valentina spatří jako prvního.

Podle historiků jsou souvislosti se svátkem zamilovaných i v probouzející se přírodě, kdy ptáci začínají své svatební tance.

Posílání Valentinských pohlednic má každopádně svůj počátek až v 15. století. První doloženou valentýnku poslal své ženě v roce 1415 mladý francouzský vévoda Karel Orleánský, který byl zajat v bitvě u Agincourtu a vězněn po mnoho let v londýnském Toweru. Odsud posílal manželce milostné básně, z nichž některé jsou dodnes k vidění v Britském muzeu.

Masově se den svatého Valentýna začal slavit ve Velké Británii, odkud pochází většina valentýnských zvyků, někdy v 17. století. V polovině 18. století už se běžně dávaly malé dárečky a ručně psané vzkazy mezi milenci a přáteli ve všech sociálních vrstvách. Američané začali s ručními zdravicemi začátkem 18. století. Dnes je po světě údajně každý rok rozesílána asi miliarda valentýnských pozdravů.

Jak se slaví Valentýn ve světě

Ve Velké Británii si dvojice dávají dárky a valentýnky. V hrabství Norfolk na východě Anglie navíc mají takovou obdobu našeho Mikuláše jménem Jack Valentine, která nosí dárky dětem.

Maskotem oslav v Německu je prase, které má symbolizovat lásku a touhu. Společně se čtyřlístkem pro štěstí se objevuje na valentýnských přáních.

V Bulharsku se kromě Valentýna oslavuje den vinařů, takže nezadaní mají důvod dát si alespoň skleničku vína.

Ve Finsku a Estonsku se 14. února se slaví den přátel.

Na Filipínách se konají hromadné svatby. Do manželství v tento den obvykle vstoupí stovky párů. Motivuje je i to, že sňatky tento den finančně podporuje vláda.

TyfloCentrum se představuje: Zuzana Čadová

Od února se budete v rámci průvodcovské služby a na našich akcích pravidelně setkávat s paní Zuzanou Čadovou. Níže naleznete zodpovězených 10 anketních otázek, které jsme naší nové kolegyni položili. Na konci ankety pak její fotografii.

1)Nejoblíbenější místo v ČR?

V naší krásné přírodě či na skalách s někým, koho mám ráda.

2)Kočka, nebo pes?

Oboje, ale pes je mému srdci bližší.

3)Moře, nebo hory?

Raději hory, ale pokud si chci odpočinout tak ani první variantou nepohrdnu.

4)Nejmilejší roční období?

Každé roční období má své kouzlo, ale jaro, když se vše probouzí, mám nejraději.

5)Nejoblíbenější jídlo?

Palačinky s čokoládou.

6)Káva, nebo čaj?

Miluji dobrou kávu, ale bez bylinkového čaje si den též nedokážu představit.

7)Největší koníček?

Veškeré výtvarné techniky.

8)Nejoblíbenější sport?

Pohyb v přírodě, a hlavně lezení na skalách.

9)Vaření, nebo mytí nádobí?

Raději vařím.

10)Film, nebo kniha?

Podle nálady a rozpoložení, ale asi raději knihy, protože dávají prostor fantazii.



Výsledky lednové soutěže: Kvíz s hláškami

Správné řešení kvízu z minulého čísla je následující:

Hláška č. 1: „Lakomče jedna, to jsi tu rybu nemohl přinést celou?“

Správná odpověď: b) Princezna ze mlejna I.

Hláška č. 2: „Je to rebel!“

Správná odpověď: a) S čerty nejsou žerty

Hláška č. 3: „Proč nehrají, preceptore?“

Správná odpověď: b) Tři oříšky pro Popelku

Hláška č. 4: „Já jsem věděl, že kradete, ale že tolik!“

Správná odpověď: b) Anděl Páně

Hláška č. 5: „Mně praskla guma u spodárů!“

Správná odpověď: c) S Tebou mě baví svět

Mezi zaslanými odpověďmi tentokrát zvítězila se zcela správným soutěžním skóre **paní Hana Lopatková**. Srdečně blahopřejeme k výhře!

Soutěž na únor: Písničky o lásce

Jaký by to byl Valentýn bez zamilovaných písní. V našem kvízu si můžete ověřit své znalosti hitů o lásce z domácí i zahraniční tvorby. A když nám své správné odpovědi na uvedené čtyři otázky včas zašlete, ještě můžete něco vyhrát.

Otázka č. 1: Z jakého filmu pochází slavná skladba *I will always love you*, kterou nazpívala Whitney Houston, jež současně ve snímku hrála i hlavní roli?

- a) Láska nebeská
- b) Dlouhá cesta
- c) Osobní strážce

Otázka č. 2: Jak se nazývá film, ve kterém zazněla srdceryvná píseň *My heart will go on* v podání Céline Dion?

- a) Muž se železnou maskou
- b) Titanic
- c) Dům u jezera

Otázka č. 3: Která česká zpěvačka nazpívala oblíbenou milostnou skladbu *Měli jsme se potkat dřív*?

- a) Petra Janů
- b) Helena Vondráčková
- c) Marie Rottrová

Otázka č. 4: Kdo je autorem hudby k písni *Lásko má, já stůňu*?

- a) Karel Svoboda
- b) Jaroslav Uhlíř
- c) Zdeněk Rytíř

Nezapomeňte na uzávěrku soutěže 15. 2. 2024. Držíme palce!

Oslavenci v únoru

Všechno nejlepší tentokrát přejeme paní **Daně Šmídové**, paní **Ireně Schmiedové** a paní **Lucii Štěrbové Fialkové**. Krásné narozeniny!

Ohlédnutí: Co přinesl leden

Beseda s panem Jiřím Zoulem Sajbtem

S panem Jiřím Zoulem Sajbtem jsme si na liberecké pobočce první lednovou středu povídali o nevšedním tématu vývoje středověké zbroje a zbraní. Téma bylo skutečně široké, a tak náš přednášející vypíchl některé hlavní zajímavosti. Řeč byla o vývoji štítu – od těch jednoduchých typů ztlučených z několika prken, přes štíty mandlového tvaru až po výrazněji trojúhelníkové typy, které se během středověkého období vyvíjely. Také zbroj prošla výrazným rozvojem. Pan Sajbt nám přinesl ukázat názornou repliku kroužkové zbroje, vážící přes dvacet kilogramů. Sám prý v ní dříve prováděl návštěvníky po zámku a notně se v ní v horkých dnech zapotil. Kroužková zbroj, která původně měla jen krátké rukávy a krátkou suknicí, postupně během století narůstala do všech směrů, až ve 12. století šlo už téměř o kombinézu, která zahrnovala i rukavice, dlouhé suknice či punčochy navázané podvazkovým způsobem. Dozvěděli jsme se, že jako ochrana proti korozi se na brnění různých druhů používal lněný olej. Ten také zbarvil povrch zbroje do černé či tmavě šedé barvy, tedy je poměrně nepravděpodobné, že by se středověká zbroj leskla tak, jak je mnohdy vyobrazováno ve filmech. V rámci besedy jsme si měli možnost osahat repliku románského meče z přelomu 12. a 13. století, dále repliku pozdně gotického jeden a půl ručního meče z druhé poloviny 15. století, který, ač delší, nám přišel díky speciálnímu vyvážení pocitově lehčí. Dozvěděli jsme se také, že slovo „zbrojnoš“ se často chybně používá pro označení strážce či bojovníků, ačkoli správně tak byli nazýváni ti, kteří zbraně skutečně jen „nosili“ – tedy přinášeli je rytířům do bojů, starali se o ně před bitvou a po ní. Šlo o zaučující se mladé chlapce, obvykle ve věku 14 či 15 let. Uchvátil nás také palcát s bodcí, který nám pan Sajbt rovněž přinesl ukázat. Na ten prý kroužková zbroj nestačila. Závěrem nám kolovaly ještě různé druhy dýk – působivý byl „tesák“,

velikostně spadající někde mezi meč a nůž. Sloužil nejen jako „záložní“ zbraň, ale byl také doplňkem civilního šatu. Beseda se nám z důvodu poutavé debaty protáhla na více než tři hodiny a mohli bychom nepochybně pokračovat několik dalších. Děkujeme za báječné nevšední setkání. 😊

Exkurze do výroby hraček DETOA

Den byl pro exkurzi jako stvořený, počasí nám přálo a cesta vlakem z Liberce obnášela pouze jeden přestup ve Smržovce. Ve stanici Jiřetín pod Bukovou jsme vystupovali a areál výroby hraček jsme měli téměř na dosah. Od zastávky stačilo sejít asi 100 metrů z kopce. Budova továrny DETOA zvenčí lákala plakáty s designem dřevěného krtečka, který se řadí mezi nejoblíbenější výrobky zdejší produkce. Přímo před vchodem do objektu se nachází originální dřevěná socha ve tvaru protáhlé hlavy s nápadně velkým nosem – jeho pohlazení prý plní tajná přání, což jsme vyzkoušeli, jen zatím nemáme ověřeno. 😊 V prostorách areálu je k dispozici útulná kavárna, dále několik místností, kde si lze svépomocí vyrobit vlastní hračku a také zásobená podniková prodejna. (Zde jsme se museli hodně ovládat, jelikož sortiment byl neskutečně barvitý – stolní hry, interaktivní hračky, ale také náhrdelníky, přívěsky a mnoho dalšího.) Paní průvodkyně, se kterou jsme měli exkurzi domluvenou, nás provedla historií podniku i celým postupem výroby až po finální hračku. Zdolali jsme spoustu schodů, ale jak byla prohlídka zajímavá, vůbec nám to nepřišlo. Popis paní průvodkyně byl poutavý, přitom velmi konkrétní a srozumitelný. Výhodou exkurze byla možnost osahat si řadu postupů ve výrobě také hmatově. Například vznik zmíněného krtečka je zde znázorněný a hmatově přístupný od kusu dřeva až po nabarvený a ručně domalovaný výrobek. Zazněla řada zajímavostí. Například proč je úsek barvírny vybaven mléčnými skly v oknech. Nebo která část je na krtečkovi jako jediná domalovaná ručně? A namátkou do třetice, jaký tvar má celý areál výroby DETOA symbolizovat? Jestli nevíte, zavítejte určitě na exkurzi – my ji rozhodně zopakujeme. 😊 Mimochodem, kávu zde mají opravdu výbornou!

Recepty Jiřího Pikeše: Zelňačka a svíčková z králíka

Prosincové menu bylo vsutku vydatné. Společnými silami vznikly opět lahůdky tentokrát z domácí kuchyně. Chcete-li pokrmy sami vyzkoušet, nebo se jen inspirovat, nahlédněte do receptů.

Zelňačka

Suroviny:

- 50 gramů sádla
- 2 velké cibule

- 2 paličky česneku
- 1 sáček sušených švestek
- 100 gramů slaniny na kostičky
- 4 kusy krutí klobásky
- 1 sáček sladké papriky mleté (30 gramů)
- 1 konzerva rajčatového protlaku (70 gramů)
- 2 sáčky bílého kyselého zelí (2 x 500 gramů)
- 1 lžička pálivé papriky
- 1 vepřové uzené koleno
- 2 velké hrsti sušených hub
- 1 lžíce citrónové šťávy
- 1 kostka zeleninového bujónu

Postup:

Ve velkém hrnci se silným dnem zprudka rozpálíme 50 gramů sádla, do něho vsypeme cibule nakrájené najemno a česnek nakrájený na tenké plátky. Zasmažíme, přidáme 100 gramů slaniny nakrájené na kostičky a klobásky pokrájené na půlkolečka. Chvilí společně smažíme. Připravíme si 2 sáčky kyselého zelí. Zelí vyždímáme a překrájíme na menší proužky. Nemusíme ždímat plně, trocha kyselosti není na závadu. Do polévky přidáme nakrájené zelí, celý sáček koření sladké papriky, ½ lžičky pálivé papriky, 1 malý rajčatový protlak, promícháme a zalijeme jedním litrem vody. Provaříme. Poté do polévky ponoříme jedno okrájené uzené vepřové koleno a vaříme společně doměkka pod poklicí. Jakmile změkne maso, vyndáme jej, pokrájíme na kostičky a vrátíme do polévky. Přidáme asi 0,75 litru vody, sušené švestky nakrájené najemno, 2 pořádné hrsti sušených hub, ještě asi ½ pálivé papriky, citrónovou šťávu a kostku zeleninového bujónu. Krátce provaříme a můžeme podávat.

Svíčková s králíkem

Suroviny:

- 5 kusů petržele
- 1 kg mrkve
- 1 velký celer (cca 1 kg)
- 100 gramů másla
- 200 gramů slaniny
- 1–2 lžičky soli
- 4 lžíce cukru
- 4–5 lžic plnotučné hořčice
- šťáva z 1 citrónu

- 1 litr hotového silného vývaru vařeného s „divokým kořením“ (např. hotová směs od Vitany)
- 3 lžíce oleje
- kořenící směs Divoké koření
- 2 balíčky králíčího hřbetu bez kosti (cca 2 x 500 gramů)
- 1 kostka zeleninového bujónu
- 1 smetana ke šlehání

Postup:

Nejprve si připravíme základ omáčky – zeleninu. Celer pokrájíme na kostičky, mrkve a petržel na kolečka. V hrnci se silnějším dnem rozežřejeme 100 gramů másla, do něj vsypeme slaninu pokrájenou na kostičky a zasmažíme. Vsypeme většinu mrkve, celeru a petržele, společně zasmažíme, přidáme 1 lžičku soli a zvýšíme plamen. Poté, co zelenina v hrnci mírně poklesne, vsypeme zbývající zeleninu, podlijeme a společně vaříme. Asi po půl hodině přidáme 4 lžíce cukru, 2 vrchovaté lžíce plnotučné hořčice, vymačkaný citrón a zalijeme 1 litrem silného vývaru. Králíčí maso omyjeme a zbavíme blan. Na pánvi na rozpáleném oleji osmažíme králíčí maso okořeněné z obou stran kořenící směsí (lze použít stejnou směs „divoké koření“ jako do vývaru). Vyndáme maso z pánve a vložíme ho do vařící se směsi na omáčku. Přidáme kostku zeleninového bujónu. Celkově vaříme omáčku asi 2 – 2,5 hodiny. Z toho alespoň ¾ hodiny společně s masem. Následně maso opět vyndáme, omáčku rozmixujeme tyčovým mixérem, doplníme 1 smetanou ke šlehání, solí a případně ještě hořčicí.

Podáváme netradičně s těstovinami nebo dle gusta s knedlíkem.

OKO dokořán: Pozvánka na další sobí pobyt

Níže rádi sdělíme pozvánku Tyfloturistického oddílu na únorový sobí pobyt.

Hlasovo-pohybový pobyt

Užij si znít a souznít spolu s ostatními. Dej svému hlasu možnost se projevit. Zažij soulad. Souladění. Nalad' se na svou duši. Vnímej dialog hlasu a těla. Oddej se rytmu a uslyš ten svůj. Jaká melodie v tobě zní? A kdo ji zpívá? Propoj se se skrytou silou v sobě.

Termín a místo konání akce: víkend 2. 2. – 4. 2. 2024 v Kostelci nad Černými lesy

Kontakt: Hana Šimková, +420 720191407, sobipobyty@tyfloturistak.cz

Více informací také [zde](#).

Koutkem OKA: Valentýnský den v TyfloCentru

V pondělí 5. 2. 2024 si v rámci Valentýnského dne užijete několik stanovišť v „romantickém“ stylu. Ale nelekejte se, romantiku spojíme s praxí a budeme především vařit, péct a ochutnávat. Na stanovišti č. 1 Vás bude čekat pečení perníkových srdcí v různých velikostech. Stanoviště č. 2 láká na „Miláčkův polní salát“, o kterém píšeme v aktuálním čísle OKA v úvodní rubrice. V minulosti se na Valentýna skutečně sázel oblíbený salát polníček. My si koupený čerstvý polníček připravíme ve švýcarské úpravě, kde ho znají jako „Nüsslisaalat“, a to s křupavými kostičkami špeku a vejcem natvrdo. Na stanovišti č. 2 od nás navíc obdržíte semínka polníčku jako bonus. 😊 Poslední, třetí stanoviště, potěší znalce písniček. Připravena bude zvuková poznávačka romantických skladeb od nás i ze světa. Úspěšné hadače neminou romantické drobnosti. Těšíme se a prosíme o včasné přihlášení!

Nakoukněte: Co chystáme v keramické dílně v roce 2024

Podzimní a zimní keramické tvoření se neslo ve znamení krásné a podnětné práce na figurkách k Tyflobetlému, přičemž úsilí bylo již podruhé završeno veřejnou výstavou. Betlém i letos sklízel obdiv. A sotva se rok přehoupl, máme pro Vás novou inspiraci. Nadcházející téma pro naše keramické tvoření v období jara a léta totiž ponese „**Objekty k osazení**“. Abychom nevyráběli jen prosté misky a květináče, máme pro Vás originální tip, jak popustit uzdu fantazii. Konkrétně bychom mohli tvořit speciální květináčové busty, které půjdou osázet drobnolistými rostlinami, osením či cibulkou. Základ by tvořila klasická malá busta – hlava s částí ramen, která bude moci rovně stát na zvoleném podkladu. Hlavě busty však bude chybět temeno a zčásti bude dutá, aby tato mírná prohlubeň tvořila pomyslný květináč či miskou. Hlava může představovat buď autoportrét, portrét kterékoli Vám milé osoby, či dokonce smyšlené bytosti. Komu bude milejší zvíře či úplně fantazijní tvor, může se zamyslet, která z jeho částí by mohla být vhodným květináčovým prostorem pro rostliny. Ale i těm z Vás, kdo se nebudete cítit na konkrétní zobrazení, se nabízí varianta naprosto abstraktního objektu. Všechny výtvořky budou skvělé! Máme k dispozici krásnou hlínu s velkým lupkem, což je „ostřivo“, neboli zrnka již vypálené hlíny obsažená v keramické hlíně. Tato hlína bude po vypálení vhodná jak do interiéru, tak do exteriéru. Proto bychom si mohli vytvořené objekty se vzrostlými rostlinkami vystavit třeba na terase či zahradě v TyfloCentru, aby nám dělaly v nadcházejících teplých měsících radost. Jakékoli Vaše tvořivé nápady jsou samozřejmě rovněž vítány. Lektorka Radka Valentin se na Vás těší vždy dvakrát měsíčně v naší dílně.

Přejeme ten pravý valentýnský únor!

Další použité zdroje:

<https://catholica.cz/?id=721>

https://cs.wikipedia.org/wiki/Den_svat%C3%A9ho_Valent%C3%BDna

<https://www.denik.cz/spolecnost/valentynska-historie-i-s-ceskou-stopou-20190213.html>

<https://www.dedenik.cz/2018/02/16/patek-s-gurmankou-recept-na-milackuv-salat-aneb-zkuste-polnicek/>