

DOMEČEK KVĚTEN 2025



Časopis Domeček je pro všechny uživatele zdarma, jakýkoliv příspěvek za jeho výtisk je zcela dobrovolný.

Aktuality z Psychocentra

Milí čtenáři,
od dubna jezdíme s podporou MND! Naše paní ředitelka, Veronika Kubinová, převzala klíče od automobilu ŠKODA Octavia, který nám věnovala společnost MND. Moc si vážíme jejich podpory, díky které můžeme ještě lépe pomáhat těm, kteří nás potřebují.



V předchozím měsíci jsme měli nespočet akcí a můžeme říct, že byly všechny vydařené. Milou návštěvou nás dne 3. dubna potěšila canisterapeutka, paní Kmínková se svým pejskem Aničkou. Návštěvu jsme přivítali také 22. dubna, na akci Tvoření papírových růží, kdy za námi dorazili kamarádi z Domova na Jarošce. Na oplátku nás pozvali na bowlingový zápas. Velkým překvapením pro nás byl výherce, pan Josef, od kterého jsme se později dozvěděli, že se této aktivitě věnoval již v mládí, a to při pobytu v Itálii.



V dubnu jsme neopomněli navštívit náš oblíbený Skanzen ve

Strážnici, kde se uskutečnil výchovný program, který nám přiblížil zvyky ze Slovácka od počátku postního období do Velikonoc, jako jsou vynášení smrtky, nošení létečka, pletení velikonočních pomlázek, malování kraslic, šlaháčka aj.

Před Velikonocemi jsme se na „Den země“ pustili do práce a upravili zeleň kolem budovy Psychocentra. A přestože se intenzivně pracovalo, panovala velmi dobrá nálada.

Co by to bylo za Velikonoce, bez jarní dekorace? S klienty jsme si do květináče zasadili jarní travu s maceškami a dozdobili



proutí malovanými vajíčky. Na skupině Dílna se nám podařilo vytvořit jarní keramické výrobky, které využijeme na zahrádce nebo i v domácnosti. Jarnímu tvoření jsme se věnovali po celý měsíc. Keramiku čeká ještě jeden výpal, tak se těšíme na výsledek.

Před Velkým pátkem se konala akce Hledání pokladu. Podle připravených indicií, které se skrývaly na různých místech kolem budovy Psychocentra, byla vytvořená trasa, která nás dovedla k pokladu. Objevený poklad byl v podobě sladkostí a tak jsme si na něm společně zaslouženě smlsly.



Fotogalerie z jarního tvoření



Náš tip z kurzu vaření:

Šťavnaté špízy s opékanými bramborami a dipem

Suroviny

- 600 g kuřecích stehenních řízků
- 3 ks cibule
- 2 ks červené papriky
- hořčice
- kečup
- 6 lžic oleje
- 2 lžičky soli
- sušený česnek



Postup přípravy:

Začněte tím, že si předehejete troubu na 200 °C. Stehenní řízky očistěte, odblaňte a nakrájejte na stejně velké kostky. V misce maso smíchejte se dvěma lžícemi oleje, solí, česnekem, hořčicí a kečupem a nechte odležet.

Omytou papriku nakrájejte na stejně velké kusy a cibuli na měsíčky nebo kolečka cca 1cm široká.

Nyní vezměte špejle a střídavě napichujte maso, zeleninu. Všechny kousky by měly být stejně velké, aby se později lépe opékaly.

Na plech dejte pečící papír a pokapejte olejem. Špízy vložte do předem rozehřáté trouby a pečte na 200 stupňů cca 30 minut. Hotové špízy vyndejte z trouby, dejte je na talíř (můžete vcelku se špejlí nebo maso a zeleninu sundat). Podávejte s opékanými bramborami a dipem.

Křupavá bramborová kolečka

Suroviny

olej, sůl, kmín, brambory, 1 palice česneku, mletá paprika, sezamová semínka

Brambory omyjeme a důkladně očistíme kartáčkem od všech nečistot. Dáme je vařit do osolené vody a vaříme do „poloměka“, cca 10 – 15 minut. Brambory po uvaření scedíme a necháme vychladnout. Potom je nakrájíme na kolečka. Brambory neloupeme. Přidáme rozmačkaný česnek, kmín tím nešetříme a osolíme. Promícháme a kolečka brambor naskládáme jedno vedle druhého na vymazaný plech. Pečeme na 200° asi 20-30 minut. Bramborová kolečka vyndáme na ubrousek a necháme odsát přebytečný tuk. Až na talíři osolíme, posypeme mletou paprikou a sezamovými semínky. Křupavá bramborová kolečka podáváme jako přílohu.



Dip

V míse smícháme zakysanou smetanu, česnek, nakrájený kopr a sůl. Podáváme k bramborům.

Plánované akce sociální rehabilitace

26. 5. 2025 - Abeceda řemesel Skanzen Strážnice.

Pozn.: Akce určena pro klienty sociální rehabilitace Psychocentra Domeček Hodonín.

Kurz háčkování kabelek pod vedením p. Beranové v termínu: 13. 5., 27. 5. 2025 od 13:00 hod

Pokuste zhodnotit vaši situaci:

CO MI DODÁVÁ ENERGII?



Pohyb
Hudba
Spánek
Příroda
Pořádek
Meditace
Vděčnost
Odpočinek
Zdravé jídlo
Komunikace
Sluneční světlo
Pozitivní myšlení
Učení se novému

CO MI BERE ENERGII?



Zaměření na minulost
Negativní myšlení
Neustálé obavy
Přetížení prací
Prokrastinace
Sociální sítě
Nepořádek
Přetvářka
Fastfood
Alkohol
Zprávy
Strach
Stres

Doplňovačka

Ve třetím sloupci doplňovačky získáte slovo, které doplníte do tajenky.
Doplňovačku pro vás připravil pan Karel Hladký.

S						1. Činy
S						2. Odlehlá stavení
S						3. Součásti domů
S						4. Šulánky
S						5. Procenta
S						6. Samopaly
S						7. Vína se sodou
S						8. Teplá oblečení
S						9. Leštidla na kov
S						10. Pojistné ventily
S						11. Čtyřky ve škole
S						12. Vlákna z agáve
S						13. Zdravotní zařízení
S						14. Nástroje na mytí oken

Tajenka:

Povzdech Bolka Polívky:

Výhrada našeho věku tkví v tom, že
nemůžeme.....



1. skutky, 2. samoty, 3. střechy, 4. slížky, 5. setiny, 6. sapíky, 7. stříky, 8. světry, 9. sídoly, 10. syčáky, 11. stačky, 12. sisaly, 13. sanity, 14. stěrky.