

Měsíční zpravodaj

Fokus Mladá Boleslav, středisko Karlovy Vary

Sdružení pro péči o duševně nemocné



V letošním roce začne zima 22. prosince v 00:03. a skončí 20. března ve 23:45 hod.

Prosinec 2014

Práce na Měsíčníku

I nadále budu velmi ráda za Vaše příspěvky, návrhy, náměty, chválu i stížnosti týkající se Měsíčníku, které mi můžete zasílat na adresu... Speciálně děkuji za pomoc s příspěvky své kolegyni Elišce ☺

sladkova@fokus-mb.cz

Uzávěrka lednového čísla je 2. 1. 2015

Děkuji za spolupráci Petra Sládková

Občerstvení v dílně

Jen pro informaci, abyste věděli, jak se věci vlastně mají...

Na kávu, čaj, cukr a mléko, které si v dílně můžete bezplatně uvařit, je vyčleněno měsíčně 500 Kč. Pokud se zásoby vyčerpají dříve, další jejich doplnění bude až počátkem dalšího měsíce.

Úvodní slovo šéfredaktorky

Prosinec je u nás v STD především časem příprav na vánoční svátky – věnujeme se výzdobě prostor, pečení cukroví a přípravě vánočního a silvestrovského večírku. Šicí dílna na plné obrátky pracuje na vánočních zakázkách a šití zboží na vánoční trhy. Budeme rádi, pokud za námi dorazíte nasát vůni a atmosféru Vánoc

☺ Petra Sládková, DiS.

Prosinec je podle gregoriánského kalendáře dvanáctý a poslední měsíc v roce. Má 31 dní.

Prosinec začíná stejným dnem v týdnu jako září.

21. prosince nebo 22. prosince je zimní slunovrat. Slunce stojí nad obratníkem Kozoroha.

V tento den je na severní polokouli nejkratší den v roce. Noc je nejdelší.

V římském kalendáři byl prosinec desátým měsícem (proto se jmenuje v jiných jazycích *december*, podle *decem* = *deset*). V roce 153 př. n. l. byly přidány ještě další dva měsíce.

V církevním kalendáři, podle toho, na který den připadá Štědrý den, začíná poslední neděli

v listopadu nebo první neděli prosince advent.

Pokud je 29., 30. nebo 31. prosince pondělí, budou připočítány tyto dny k prvnímu týdnu příštího roku. V takovém případě končí poslední týden v roce společně s poslední nedělí

v prosinci. Takový rok má vždy 52 kalendářních týdnů.

Název pravděpodobně pochází od slova „prosiněti“ (problesknout), což značí, že se jedná o měsíc, kdy slunce už jen občas prosvítne (probleskne) mezi mraky. Může ale být odvozen též od slova *siný* (modravý, šedivý), či od slova prase, jelikož tento měsíc je obvyklým časem zabijaček. Další možností původu je odvození od slova "prosit" v souvislosti s vánočním koledováním.

PROGRAM STD - prosinec

1. - 5.12.	9:00 - 10:00	10:00 - 11:00	11:00 - 12:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:30	15:30 - 16:00
Pondělí	společná porada TT a STD			příprava výzdoby	práce na PC	
Úterý	posezení u kávy	příprava výzdoby		příprava výzdoby	práce na PC	
Středa	posezení u kávy	vaření	vaření	příprava výzdoby	práce na PC	
Čtvrtek	posezení u kávy	příprava výzdoby		vycházka	vycházka	vycházka
Pátek	posezení u kávy	příprava výzdoby	pečení moučníků	údržba prostor		práce na PC

8. - 12.12.	9:00 - 10:00	10:00 - 11:00	11:00 - 12:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:30	15:30 - 16:00
Pondělí	posezení u kávy	pečení cukroví		pečení cukroví	práce na PC	
Úterý	posezení u kávy	čtení		pečení cukroví	práce na PC	
Středa	posezení u kávy	vaření	vaření	pečení cukroví	práce na PC	
Čtvrtek	posezení u kávy	pečení cukroví		Projektový den - Vánoční a zimní tradice		
Pátek	posezení u kávy	pečení cukroví	pečení moučníků	údržba prostor	práce na PC	

15. - 19.12.	9:00 - 10:00	10:00 - 11:00	11:00 - 12:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:30	15:30 - 16:00
Pondělí	posezení u kávy	vánoční úklid		vánoční úklid	práce na PC	
Úterý	posezení u kávy	vánoční úklid		vánoční úklid	práce na PC	
Středa	posezení u kávy	vaření	vaření	supervize	práce na PC	
Čtvrtek	posezení u kávy	vánoční přípravy		vánoční přípravy	práce na PC	
Pátek	oslava Vánoce v STD					práce na PC

22. - 26.12.	9:00 - 10:00	10:00 - 11:00	11:00 - 12:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:30	15:30 - 16:00
Pondělí	posezení u kávy	zprávy + cvičení		trénink kognitivních funkcí	práce na PC	
Úterý	posezení u kávy	čtení o Vánocích		společenské hry	práce na PC	
Středa	posezení u kávy	Štědrý den - STD má zavřeno				
Čtvrtek	posezení u kávy	1. svátek vánoční - STD má zavřeno				
Pátek	posezení u kávy	2. svátek vánoční - STD má zavřeno				

29.12 - 2.1.	9:00 - 10:00	10:00 - 11:00	11:00 - 12:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:30	15:30 - 16:00
Pondělí	posezení u kávy	dokument		trénink kognitivních funkcí	práce na PC	
Úterý	posezení u kávy	čtení	společné zhlavění	společenské hry	práce na PC	
Středa	posezení u kávy	vaření	vaření	Silvestr v STD		práce na PC
Čtvrtek	posezení u kávy	Nový rok - STD má zavřeno				
Pátek	posezení u kávy	malování	pečení moučníků	údržba prostor	práce na PC	

Změna programu vyhrazena!



V neděli 30. 11. byl 1. advent! Co je vlastně advent?

Advent je období čtyř neděl před vánočními svátky. Je to doba duchovní přípravy na Vánoce, doba rozjímání a dobročinnosti. Dříve to byla doba postní, kdy byly zakázány veškeré zábavy, tanec a zpěv. V posledních dvou stoletích nabývá na důležitosti materiální příprava Vánoc - kupování vánočních dárků, pečení cukroví, úklid a výzdoba domovů adventními a vánočními dekoracemi.

V západní tradici je advent také dobou zklidnění. Odpovídalo to životnímu stylu našich předků, jejichž přirozeným rytmem byla intenzivní práce v době od jara do podzimu, kdy bylo nutné zvládnout veškeré zemědělské práce, a odpočinek v zimě, kdy se vykonávaly domácí práce jako draní peří, šití, pletení, předení, tkaní, apod.

Advent začíná první nedělí adventní, tedy neděli mezi 27. listopadem a 3. prosincem. Tradičním symbolem adventu je adventní věnec, který má v různých oblastech různou podobu, v České republice nejčastěji se čtyřmi svíčkami. Dříve byly věnce zavěšovány na stuhách, v poslední době jsou především kladeny na stůl. Zapalování stále většího počtu svící vyjadřuje stupňující se očekávání a radost.

Autor: Eliška

Zdroj: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Advent>

Sv. Barbora

4.12. - Svatá Barbora se narodila ve 3. století v Nikomedii v rodině bohatého kupce. Otec byl zapřísáhlým nepřitelem křesťanů. U domu nechal vybudovat luxusně zařízenou věž, do které svou velice krásnou dceru zavřel údajně proto, aby jí od uchránil od všech svodů. Jeden ze sloužících sv. Barboru obrátil na křesťanskou víru. Jednoho dne u ní otec našel kříž a poté, co se sv. Barbora přiznala že je křesťankou, se jí snažil otec ve zlosti zabít. Svaté Barboře se ale podařilo uprchnout, ale zanedlouho ji otec vypátral a odevzdal do rukou soudce. Ten ji nechal mučit, aby jí tak donutil zřít se křesťanství. Mučení Barbory byla přítomna žena jménem Julie, která předstoupila před soudce a přiznala se také ke křesťanství. V tu chvíli se Barboře všechny rány jako zázrakem zahojily. Soudce jí nechal mučit ještě ukrutněji a na potupu ji nechal odříznout prsy. Nakonec ukončil život Barbory sám její otec, který jí setnul mečem hlavu. V tu chvíli skonala nejen svatá Barbora, ale i její otec, kterého vzápětí usmrtil blesk a také sv. Julie. Svatá Barbora zemřela zřejmě roku 303 n.l.



Svatá Barbora byla patronkou horníků a dělostřelců. Nejčastěji bývá zobrazena s věží a palmovou ratolestí.

Tradice kvetoucích barborek



Velmi známým zvykem bývalo řezání třešňové větvičky „barborky“ a to nejen na ozdobu světnice, ale také pro její údajnou čarovnou moc. Uříznutá „barborka“ se vložila do nádoby s vodou a čekalo se zda vykvete.

Kolikátý den od uříznutí větvičky „barborka“ vykvete, tolikátý měsíc v následujícím roce byl pro majitele větvičky tím šťastným.

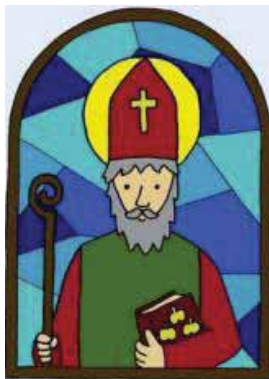
Jindy děvče uřízlo větviček více a každé dala jméno jednoho z chlapců, kteří jí byly sympatičtí. Věřilo, že se stanou nevěstou toho, která větvička nesoucí jeho jméno vykvete nejdříve.

Autor: Eliška

Zdroj: http://www.ceske-tradice.cz/tradice/zima/sv.-barbora/_zobraz=sv.-barbora

Mikuláš

Svatý Mikuláš z Myry byl biskup v Myře v Lykii. Už za svého života byl velmi oblíbený mezi lidmi, proslul štědrostí k potřebným, jako obránce víry před pohanstvím a zachránce nespravedlivě obviněných. Pro množství zázraků, které se udály na jeho přímluvu, je také někdy zván Mikuláš Divotvůrce. Jde o jednoho z nejuctívanějších svatých v celém křesťanství, ve východních církvích je druhým nejuctívanějším svatým vůbec (po Panně Marii). V západní liturgické tradici jeho svátek připadá na 6. prosinec a oslava tohoto svátku je spojena s rozdáváním dáreků dětem (obvykle v předvečer 5. prosince). Byl inspirací pro vytvoření mýtické postavy Santa Clause.



Autor: Eliška

Zdroj:

http://cs.wikipedia.org/wiki/Svat%C3%BD_Mikul%C3%A1%C5%A1

Štědrovečerní zvyky

Štědrý den - ráno

Již od rána se dodržovaly tradice, které měly vliv na to, jaký bude příští rok. Kdo vstal za rozbřesku a umyl se vodou ze studny nebo z potoka, byl po celý další rok zdravý. Dětem se dalo cukroví, aby byly sladké (hodné). Hospodyně ráno začala vařit polévku „štědrovačku“, do které dala vše, co v chalupě bylo. To proto, aby v domě bylo vždy dostatek jídla. Slepícím se ráno na Štědrý den nasypalo zrní s mákem, aby v dalším roce dobře nesly. Hospodář zajel s dvouročkem (dvouletý kůň) do lesa pro dříví, aby prý koník jezdil jako oheň. Mládež zhotovila slaměného panáka, kterému se říkalo „brusař“ a podstrčila ho některému ze sousedů do domu. Ten se ho snažil co nejdříve zbavit, brusař totiž způsoboval srážení vánočkového těsta. Hospodyně pečlivě hlídala, aby jí do těsta nespádl vlas, to by znamenalo velké mrzutosti.

Štědrý den – během dne

Na Štědrý den se nesmělo chodit do hospody ani hrát karty, nesmělo se nadávat a klít (ani při úleku). Kdo se celý den postil, uviděl večer zlaté prasátko. Je to zvyk z pohanských dob, kdy se slavil zimní slunovrat a jeho symbolem bylo slunce a zlaté prase. Hospodyně zadělaly těsto na chleby a vdolky. Kopistím (nástroj na mísení těsta) pak pomazaly ovocné stromy, aby dobře rodili a rukama od mouky pohladily plané stromky, aby začaly plodit. O Štědrém dni se nesmělo prát, aby se nepřivolala do domu smůla. Čištění chlévů na štědrý den by zase přineslo kulhání dobytka. Pometlem se vyčistila pec od popela a chlapci potom po pometlu přeběhli, aby se v noci nepočůrávali. Dopis milovanému, napsaný na Štědrý den, znamenal budoucí rozchod.

Odpoledne se začal zdobit vánoční stromeček. Kdo v předvečer vstoupil bosou nohou na sekuru, toho neměly v příštím roce bolet nohy. Hospodář před večeří obalil ovocné stromy slámou a zatřepal s nimi, aby se včas probudily ze zimního spánku.

Štědrý den – večer

Ke štědrovečerní tabuli se usedalo ve svátečním oblečení. Stůl musel být prostřený pro sudý počet lidí. Věřilo se, že před večeří chodí stoly obhlížet Smrt, a kde prý najde lichý počet, tam se následující rok vrátí pro jednoho ze členů rodiny. Aby se v rodině držely peníze, dávala se pod každý talíř mince nebo šupina z kapra. Ta měla stejný význam i v peněžence. Do každého rohu stolu se dávala ošatka. V jedné byl pecen chleba, aby rodina měla dostatek jídla. Ve druhé bylo to, co se urodilo na poli a v zahradě, aby byla další rok dobrá úroda. Ve třetí byly peníze, symbolizující blahobyt a ve čtvrté byly kousky potravin pro drůbež a dobytek. Nohy štědrovečerního stolu se omotávaly řetězem, aby rodina držela pohromadě a také proti zlodějům na poli. Na stůl se dával bílý ubrus a na něj dožínkový věnec, který sloužil jako podnos pod polévku. Dále byl na stole bochník chleba, česnek, hrnek medu a svíce.

Večeře

Jakmile vyšla první hvězda, hospodyně začala nosit na stůl. Hospodář zapálil svíčky na stromečku a všichni se pomodlili. Poté usedli ke stolu. Hospodář rozkrojil jablko na tolik dílů, kolik bylo členů rodiny. Každý svůj kousek snědl, to proto, aby všichni z rodiny trefili domů a aby se po roce opět sešli. Potom hospodář nakrájel na malé kousky chléb, pomazal je medem a každému dítěti dal. Říkal u toho: “Kraju chleba, mažu medem, abyste všeci byli po celý rok tak dobří, jak ten med je.” Dále se jedla jídla ze společné mísy. Nejdříve hrách, ten spojoval

rodinu v dobrém i zlé, poté polévka pro sílu, čočka pro hojnost a peníze a nakonec se pro radost a pohodu jedl kuba, ryba nebo jiný masitý pokrm. Po dobu jídla se nikdo nesměl od štědrovečerního stolu zvednout. Znamenalo by to, že rodina se příští Vánoce nesejde celá

Štědrý večer a zvířata

Nezapomínalo se ani na dobytek, každému se dal kousek ze štědrovečerní večeře. Kravám a koním se dala vánočka, houserovi česnek, studánka v blízkosti také dostala kousek vánočky, aby měla čistou vodu. Zbytky z jídla, skořápky a kosti naházely děti pod stromy, aby bylo hodně ovoce.

Štědrý večer a věštby - Věštby o vdavkách

O Štědrém dni se mohly dívky dozvědět něco o svém budoucím ženichovi. Po večeři sypaly ptákům drobků a děvčata sledovala, z které strany přiletí první pták – odtud měl také přijít ženich. Také se doporučovalo zabouchat na kurník. Jestliže se kohout ozval, mělo se děvče chystat na vdavky. Okrajovaly se jablka a dlouhý skrojek se házeli chlapci i děvčata za hlavu. Podle tvaru, který skrojek na zemi vytvořil, se hádalo písmeno, jímž začínalo jméno nastávajícího. Svobodná děvčata házela přes hlavu papuči a když špička směřovala ke dveřím, děvče se do roka provdalo. Děvčata třásla plotem nebo bezem a odkud se ozval pes, odtud měl přijít ženich.

Věštby o budoucnosti

- Na stůl se postavilo sedm hrnečků dnem vzhůru. Pod každý se položil nějaký symbol, např. peníz (bohatství), hlína (smrt), obrázek (stane se

rodičem) a ty se pak odkrývali. Jeden hrnek byl prázdný a kdo jej otočil, ten vypustil bídu.

- Sfoukávala se svíce a podle směru kouře se určovala budoucnost. Když kouř stoupal vzhůru, měl by být dotyčný další rok zdravý. Koř směřující do kouta nebo k peci znamenal, že má zůstat doma a komu šel kouř dveřím, ten měl odejít u domova.
- Lilo se horké olovo do vody a podle tvarů se hádala budoucnost.
- Po večeři se rozkrajovala jablka napůl. Pokud byl jádřinec ve tvaru hvězdy, znamenalo to štěstí a zdraví. Kříž symbolizoval nemoc či smrt.
- Když se v místnosti náhle rozsvítilo, sledovali se stíny. Čí stín neměl hlavu, ten měl do roka zemřít. Dívky chodily o půlnoci na řeku prosekávat led. Na vodní hladině mohly spatřit svoji budoucnost. O půlnoci můžete u chléva zaslechnout, co si povídají krávy.

Věštby s ořechy

Věštilo se i pomocí ořechů. Kdo první našel v ořechu tmavé jádro, toho prý čekala brzká smrt. Nebo se vybrali tři ořechy, odstranily se jádra, do jednoho se dala hlína, do druhého chleba a do třetího mince. Skořápky se slepily k sobě a daly se mezi ostatní ořechy. O půlnoci si každý vybíral z mísy. Kdo se trefil na ořech s hlínou, čekala ho chudoba, ořech s mincí znamenal hojnost a ořech s chlebem znamenal spokojenost.

Lodičky z ořechových skořápek

Velmi rozšířený zvyk byl pouštění lodiček. Do ořechové skořápky se voskem přilepila malá svíčka a zapálila se. Každý vložil svoji lodičku do lavoru a sledovalo se, jak plavou. Když se lodičky shlukovaly k sobě, znamenalo to rodinné soužití bez problémů. Vztah členů rodiny určovala vzdálenost jednotlivých lodiček od sebe. Pokud se nějaká lodička odtrhla z kruhu, její majitel odejde z domova. Jedna lodička uprostřed znamenala, že dotyčný potřebuje pomoc a ochranu. Když se lodička nevzdálila od kraje, majitele nečekaly žádné změny. Potopená

lodička znamená marnou snahu. Pokud jedna lodička potopila druhou, její majitel se neohlíží na druhé a jde tvrdě za svým cílem. U partnerů to znamenalo brzký rozchod, u sourozenců žárlivost na druhého. Dvě lodičky plující spolu jsou symbolem spolupráce, přátelství a lásky. Pokud vedle sebe plavou dlouho, znamená to dlouhý a pevný svazek. Čí lodička pluje první, ten je ve vztahu dominantnější. Když se jedna lodička přiblíží k druhé a té zhasne svíčka, znamená to, že svým chováním dotyčný způsobí ztrátu lásky druhé osobě nebo také odmítnutí prosby. Lodička, která se točí na místě nebo v malém v kruhu značí nerozhodnost majitele. Pokud lodička dopluje sama ke druhému břehu, získá to, po čem touží bez cizí pomoci. Ta loďka, která se přimyká každou chvíli k jiné lodičce je znamením, že majitel bude přelétavý a bude hledat sám sebe. Když v loďce zhasne svíčka, poté co byla položena otázka, znamená to neupřímnost. Zhaslá svíčka lodičky v přístavu znamená nedůležitost otázky. Lodička, která dopluje k protějšímu břehu se zhasnutou svíčkou znamená dosažení cíle za příliš vysokou cenu.

Keltský svátek - Alban Arthuan

Připadá na zimní slunovrat na **21. prosince**. Staří Keltové věřili, že tento den se narodil sluneční bůh Belen, syn bohyně a rohatého boha Cernuna.

V tento den se pálily ohně jako symbol nového Slunce. Dodnes tento zvyk přetrval v podobě pálení vánočního polena. To si mladí mužové vybrali strom, nejčastěji dub, uctívali ho obětinami, vysvětlovali mu, že ho musí porazit a chovali se k němu jako k živému. Když ho porazili, nařezali ho na polena.



Pak jeden konec pomazali medem, posypali moukou a polili pivem nebo medovinou.

Druhý konec zapálili třískou z toho ložského. Oheň hořel 12 dnů a chránil příbytek.

K dalším zvykům patří zdobení domů jmelím, cesmínou, břechtanem a stále zelenými jehličnatými větvkami.

To jako symbol obnovující se životní síly.

Také si lidé mezi sebou dávali dárky jako připomínka daru Bohyně v podobě narození slunečního boha. Podle tohoto zvyku si nejspíš dáváme na Vánoce dárky.

Autor: Lucka Zvolánková

Byl krásný podzimní den...

Jan Zábel

Byl krásný podzimní den
Já měl takový sen
V mé duši byl zmatek světlo i tma
Proč není v mé duši klid
Je to pravda či lež
Za svým snem si běž

Ale jakmile se sen splní
Už to nebývá přání ale snění
sen je někdy dlouhý jak den
Někdy býváš snem poražen

Ale uvědomit si musíš že sen je jen sen
A skutečnost to není
Potom zbývá jenom rčení

Legenda o stromku

O vánočním stromku se vypráví řada legend. Tato je jedna z nich. Jednoho temného a sychravého vánočního podvečera se přibližně před dvanácti sty lety Winfred Anglický (který se později proslavil pod jménem Bonifác) odvážně vypravil do lesů v severním Německu. Dorazil až na rozlehlou planinu, na níž hořel velký oheň. Plameny šlehaly vysoko do nebe a jiskry létaly všude kolem. Okolo ohně se shromáždil kmen, který uctíval přírodní živly a přinášel jim lidské oběti. Všichni tiše sledovali starého velekněze Hunrada. Ten se pomalu blížil k velkému dubu, k němuž byl připoután vyděšený chlapec, který se měl stát obětí skandinávskému bohu Thorovi.

Winfred rychle oběhl shromážděný dav a postavil se přímo před velekněze. Starý Hunrad právě pozvedl obětní palici z černého kamene a ze všech sil jí zatočil ve vzduchu. Zlomek okamžiku předtím, než palice dopadla na chlapcovu hlavu se světlými vlasy, se Winfred Anglický vrhl dopředu a svou mohutnou holí ji vyrazil starci z ruky.



Planinou se rozlehly výkřiky údivu, když Winfred vyděšeného chlapce odvázal od stromu a vrátil mu svobodu. Chlapec se rozběhl k matce. Poté Winfred promluvil ke shromážděným lidem a tvář mu přitom zářila, jako by ani nebyl člověk, ale anděl: „Muži ze severních kmenů a synové lesa, dnes večer nebude prolita krev. Této noci se totiž narodil Kristus, Spasitel všech lidí, ten, který je větší než vaši staří bohové Thor a Odin, který je láskyplnější a krásnější než Baldur a Freia. Od Kristova příchodu je konec s lidskými oběťmi. Oběti u Krvavého dubu už víckrát neposkvrní vaši zemi. Já ho ve jménu našeho Pána zničím!“

Symbol věčného života

Před ohromenými pohledy příslušníků krutého kmene Winfred vytáhl dřevěný křížek a rozmáchl se jím proti obrovskému stromu. Jako by byl tažen neviditelnou silou se v té chvíli Krvavý dub vyvrátil z kořenů. Při

dopadu na zem se kmen se zaskřípěním rozštípl vedví. Za ním však zůstala stát mladá jedle s větvemi mířícími k nebi.

„Tento strom, který nikdy neopadává, se ode dneška stane vašim posvátným stromem,“ prohlásil Winfred směrem k mužům a ženám, jichž se zmocnila uctivá bázeň. „Je symbolem věčného života, protože je stále zelený. Kolem něj se tedy shromažďujte a oslavujte, nikoli však krvavými činy, nýbrž projevy lásky a dobroty.“ Potom jim Winfred vyprávěl o Ježíškově narození v Betlémě a darech lásky a milosrdenství, které Kristus přinesl celému světu.

Všichni mu naslouchali se zbožnou úctou. Strom pak nazvali „Ježíškovou jedlí“ a na větve jí rozvěsili dárky. Zatímco strom tiše zářil ve světle měsíce a hvězd, lidé děkovali zpěvem za narození betlémského dítěte.

*Vánoční příběhy pro potěchu duše
nakladatelství portál*

zdroj: <http://www.stripky.cz/1323-legenda-o-stromku.html>

Povídání o osobnostech

V listopadu byli na programu STD osobnosti. Osobností pro tento měsíc se stal Karel Gott. Formou prezentace jsme se dozvěděli něco o jeho životě, jak se dostal ke své pěvecké kariéře a jaké hity ho proslavily. Některé z nich jsme si i poslechli. Na závěr jsme vyplnili krátký testík, který prověřil, jestli byli všichni pozorní. 😊 Musím zdůraznit, že všichni zúčastnění uspěli 😊. Kdo nebyl přítomen, může si o Karlu Gottovi ve zkráceném znění něco přečíst.



Karel Gott se narodil 14. července 1939 v Plzni. V mládí toužil po tom, stát se malířem. Po ukončení školní docházky se pokoušel o studium výtvarného umění. Když nebyl přijat, odešel do učení (ČKD) v oboru elektromontér. Během učňovských let se věnoval hudbě a zpěvu. Aby se stal zpěvákem, šel na konzervatoř. V 50. letech příležitostně vystupoval zároveň jako zpěvák – amatér a účastnil se různých

pěveckých soutěží. Poprvé na sebe upozornil v roce 1957. Vedle svého zaměstnání v ČKD začal poloprofesionálně vystupovat jako zpěvák.

V roce 1958 získal první místo v soutěži amatérských zpěváků. Protože měl stále častější večerní vystoupení, začala se tato aktivita dostávat do konfliktu s jeho řádnou prací, a proto se v roce 1960 rozhodl definitivně odejít z ČKD a začít se profesionálně věnovat pouze zpěvu.

V roce 1962 dostal Gott nabídku na angažmá do divadla Semafor. Už v tomto roce díky duetu s Vlastou Průchovou „Až nám bude dvakrát tolik“ zvítězil v rozhlasové hitparádě. V roce 1963 se jeho interpretace písně Jiřího Šlitra a Jiřího Suchého *Oči sněhem zaváté* stala hitem roku.

V 80.letech vystupoval Gott ve vrcholné formě. Objevil se i v několika celovečerních hraných filmech a v krátkých dokumentárních snímcích.

V roce 1990 se Gott rozhodl ukončit svoji kariéru. Uspořádal velké turné na rozloučenou po sportovních halách v Československu a Německu. Úspěch turné byl tak velký, že Gott své rozhodnutí skončit svou zpěváckou dráhu přehodnotil.

Letos opět zvítězil v anketě Český slavík (už po 39). Stal se i absolutním slavíkem 2014.

Pozn. **ČKD (Českomoravská Kolben Daněk)** byl jeden z významných strojírenských podniků předválečného Československa.

Autor: Eliška

Zdroj: http://cs.wikipedia.org/wiki/Karel_Gott

Tajenka: Psychiatr: „Tak jsem tu kleptomanku vyléčil, teď jako každý normální člověk...“

NÁPOV.: RAFT TIMOK	1	2	3	4		5	6	2. ČÁST TAJENKY	7
8					9				
10					11				
					12				
13		14					15		
		1. ČÁST TAJENKY					16		
17						18			
						19			
	20			22					
	21			23					
24			25						27
			26						
28						29			
						30			
31					32				
					33				
34						35			
						36			
37			38				40		
			39				41		
	42			44					45
	43								
46				47				48	
								49	
50				51					

1. tep
2. SPZ okresu Třebíč (pozpátku)
3. český herec Petr (1940-1994)
4. kočka (pozpátku)
5. sonda
6. dlouhohrající gramofonová deska
7. reliéfní zobrazení svatých
8. sranda
9. šelmy psovité
10. vezmi nohy na ramena
11. druh koření (pozpátku)
12. slovensky "sedm"
13. římsky "50"
14. část spalovacího motoru
15. SPZ okresu Prešov
16. povrch silnice
17. krátké komické scénky
18. ruská řeka
19. značka teluru (pozpátku)
20. SPZ okresu Rychnov nad Kněžnou
21. natáhni (vzduch)
22. typ ústí řeky do moře
23. kopat (do míče)
24. tu máš
25. nižší vojenská hodnost
26. lokální počítačová síť
27. anglicky "prám"
28. boule na asfaltu (pozpátku)
29. důrazný příkaz k jídlu
30. MPZ Rakouska
31. španělská automobilka
32. švédská hudební skupina ze 70. let
33. přítok Dunaje na srbsko-bulharských hranicích
34. druh minerálky (pozpátku)
35. německy "na"
36. biograf
37. SPZ okresu Jeseník
38. šklub
39. porost starých borovic
40. iniciály manželky herce Martina Štěpánka
41. sada
42. značka niobu
43. SPZ okresu Semily
44. posláni
45. MPZ Monaka
46. $530 - (120 \times 4) : 2 \times 4$
47. anglicky "jeden"
48. římsky "1 000"
49. MPZ Španělska
50. těžký zánět plic
51. box pro chov zvěře

ROBSKOBSKÁ JABLKA

Recept podle Zdeňka.....

Tento recept je můj vlastní.

Suroviny:

Jablka dle strážníků na jednoho strážníka jedno jablko. Na deset jablek půl kilo cukru, poté potřebujeme celá vejce tři kusy. Litr a půl mléka, kilo hladké mouky, půl prášku do pečiva, nastrohaný tvrdý sýr, trochu kaka. Necelý půl hrníček vody.....

Jak postupujeme:

Jablka pečlivě omyjeme, vyndáme jádřinec, ale jablko musí zůstat v celku. Příprava těsta - smícháme mouku s kypřícím práškem, přilijeme vlažné mléko, dáme jedno vejce, přidáme cukr a sýr a kakao, malinko vody a začneme vypracovávat těsto do hladka, těsto hněteme do všech stran a vytvoříme si kouli nebo válec. Takto zpracované těsto vyklopíme na hladký povrch nebo vál a trochu podsypeme hladkou moukou. Poté vyválíme těsto tak do centimetrové tloušťky a z těsta pak začneme vykrajovat nejlépe stejné čtverce, na tyto čtverce vždy dáme jablko které zakryjeme těstem a všechny strany těsta se nám musí na vrcholu jablka potkat, musí to vypadat jako pyramida. Strany těsta pořádně spojíme prsty a rozmícháme si zbylá vejce a každé jablko potřepe tak, aby těsto bylo pokryto vejcem. Komu se chce, tak pro ozdobu vytvoří ze zbylých kousků těsta nožičkem lístečky, které přitiskne k jablku a opět potřepe vejcem. Jablka pečeme při 150 stupních v troubě do zlatova do jablek nepícháme, jinak těsto spadne. Je to docela pracné, ale výborné. Určitě si pochutnáte.

Perníčky paní Brýdové - měkounké tak, že hned po upečení zmizely:-)



potřebné přísady:

500g hladké mouky, 200g moučkového cukru, 5 lžic medu, 100g másla nebo Hery, 2 vejce, 2 lžice kakaa, 2 kávové lžičky koření do perníku, lžička sody a 1/4 prášku do perníku. Těsto necháme uležet v lednici alespoň 12 hodin. Z těsta pak vyválíme placku silnou cca 3-4 mm. Pozor ať nemáte perníčky moc tenké...pak opravdu měkounké nebudou ani s tímto receptem:-) Pečeme na 180 stupňů, než začnou vonět.

postup přípravy:

Opravdu mám vyzkoušeno spoustu receptů na perníčky a tento bezkonkurenčně vede. Podle webu paní Brýdové jsem těsto válela přes potravinovou fólii a téměř vůbec nepodsypávala. Na radu kamarádky jsem do těsta a ani pod něj při válení nepřidala ani trošku mouky navíc...to prý je jeden z důvodů proč perníčky nejsou po upečení měkké a nadýchané. Budu ráda za vaše případné postřehy k tomuhle receptu:-)

Přidávám ještě polevu podle paní Brýdové: Šlehám metlovým elektrickým šlehačem, na 1 bílek dávám cca 140-150g cukru (používám EXTRA JEMNÝ - vhodný právě pro tohle zdobení, trochu citr.šťávy a 2 lžice solamylu. Hotová poleva se nesmí roztékat, ale ani nesmí být tak hustá, že nejde vytlačovat ze sáčku... hustotu zkouším a koriguji buď citronovou šťávou, kterou také přecezují přes sítko, aby se mi do polevy nedostala dužina nebo jádérko, nebo solamylem.

VAŘENÍ V DÍLNĚ

Ráda bych vám všem předala několik důležitých informací týkajících se pravidelného vaření v STD, na kterých jsme se domluvili s klienty na úvodní schůzce v STD 1. října...

Kdy bude společné vaření probíhat?

Každou středu dopoledne od 10 hodin.

Co se bude v prosinci vařit?

3.12. Zapečené špagety

10.12. Rizoto

17.12. Buchtičky se šodó

31.12. Fazolová polévka s chlebem

Kdo se může zúčastnit?

Každý z klientů, který se mi osobně, telefonicky či e-mailem nahlásí nejpozději v pondělí před plánovaným vařením. Platí jednoduché pravidlo, že kdo se bude podílet na vaření a úklidu kuchyně, ten bude také jíst 😊

Jakým způsobem se mi hlásit?

Petře Sládkové, tel. 778 528 294, e-mail: sladkova@fokus-mb.cz do níže uvedené tabulky.

Kolik vás to bude stát?

Cena jídla se bude pohybovat kolem 40 korun za porci, na ceně se vždy domluvíme předem.

PROJEKTOVÉ DNY

Každý druhý čtvrtek v měsíci se budou konat v prostorách STD v Karlových Varech Projektové dny. V tyto dny se budeme věnovat určitému tématu... Těšit se můžete na přednášky, promítání i praktické ukázky. Nejbližší projektové dny budou zaměřeny na tato témata:

11. prosince 2014 – Vánoce a Vánoční tradice

8. ledna 2015 - O čajích a čajový obřad

Na projektové dny srdečně zveme také klienty spolupracující s terénními týmy v Sokolově a Chebu, kteří to k nám mají daleko. Doprava klientů do STD ze vzdálenějších míst bude probíhat po domluvě s terénními týmy.

2. Projektový den – Vánoční a zimní tradice

Kdy: 11. 12. 2014

Čas: 13:00 hodin

Kde: STD Karlovy Vary

Srdečně vás zveme na 2. Projektový den, který bude zaměřen na Vánoční a zimní tradice. Dozvíte se zde spoustu informací a zajímavostí. Některé zvyky si vyzkoušíme, ochutnáme vánoční cukroví.

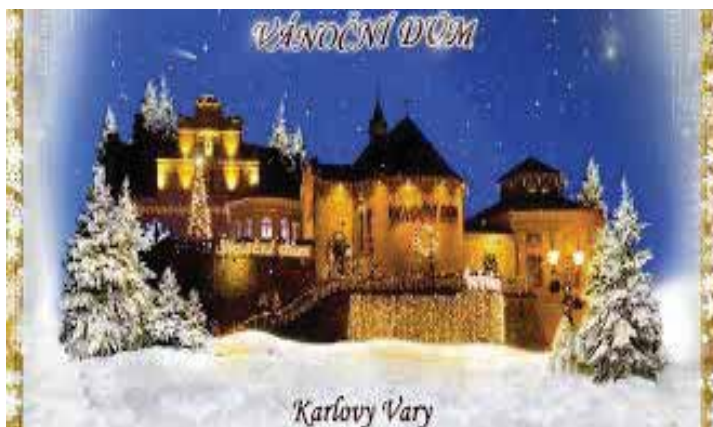


Těšíme se na vaši návštěvu

Tým STD

Pozvánka na výlet ☺

Nevíte, jak vyplnit svůj volný čas v sobotu 13. prosince? Milujete příjemnou, nenahraditelnou předvánoční atmosféru, vůni cukroví, svařeného vína, purpury a vonných františků, krásu třpytivých ozdob, těšení se na příchod Ježíška a radost z dárků?



Máme pro Vás jeden parádní návrh! ☺ Pojd'te s námi na výlet!!!

KDY? 13. 12. 2014

KAM? Christmas House - Vánoční dům Zámeček Doubí v Karlových Varech

SRAZ: Budeme vyjíždět z vlakového nádraží v Sokolově a to v **8:42**. Z Chebu Vám jede vlak v **8:16** (do stejného vlaku k Vám přistoupíme v Sokolově). Pro klienty z K. Varů sraz na vlakovém hlavním nádraží v **9:00**. Předpokládaný návrat do Sokolova k vlakovému nádraží je okolo 16 hodiny. ☺



Vánoční dům se nachází v karlovarském záměčku Doubí, který se tyčí nad řekou Ohří. Vznikla zde unikátní vánoční výstava. Vánoční dům umožňuje všem návštěvníkům užít si sváteční atmosféru. Čeká tu na vás vánoční strom ozdobený 6480 světýlky, ručně malované ozdoby, dekorace, usměvaví sněhuláci, něžní andílci, hořící svíčky, z reproduktorů se line pomalá, klidná vánoční hudba.

CO S SEBOU? Svačiny, čepice, rukavice, šály (abyste nám nezmrzli), penízky (vstupné dospělý - 50,-Kč, důchodci - 30,-Kč, ZTP - zdarma) a především si nezapomeňte dobrou náladu! ☺ Je zde možnost občerstvit se za přijatelný peníz anebo si zakoupit nějaký pěkný výrobek.

Pro přihlášení vytočte tyto tel. kontakty: Míša Langhojerová 778 407 852

Jana Forejtková 778 528 292

Je nutné se přihlásit do: 10. 12. 2014

Na výlet Vás všechny srdečně zvou pracovnice ze Sokolovského týmu Míša Langhojerová a Jana Forejtková ☺ Těšíme se hojnému počtu! ☺

VÁNOCE V STD

Datum: 19. 12. 2014

Začínáme v 11:00 hodin



Milí klienti,

jelikož se blíží čas vánoční, rádi bychom si s Vámi užili atmosféru tohoto období na Vánočním večírku v STD ☺

Připraven pro vás bude oběd – řízek a bramborový salát. Ten se bude podávat od 11:00 hodin. K dispozici budou i nějaké nápoje, sušenky, cukroví. Veškeré občerstvení pro vás bude připraveno zdarma.

Užijeme si zábavu, společně si zazpíváme. Doprovázet nás bude živá hudba.

Vánoční večírek je určen přednostně pro klienty STD.

Je nutné nahlásit svou účast předem, abychom zajistili dostatečné množství jídla a pití pro všechny.

Hlásit se můžete nejpozději do 12. 12. 2014 a to

telefonicky: 778 528 293 nebo

emailem: petrikova@fokus-mb.cz Elišce Petříkové.

Těšíme se na vás. Tým STD

Pozvánka na sledování dokumentu



Kdy: 30. 12. 2014 od 10:00 hodin

Kde: STD Karlovy Vary

Název dokumentu: Nejdivočejší ostrovy

Dokument je zaměřen na Japonské ostrovy. Zabývá se životem zvířat, která na nich žijí.

Silvestr v STD



Milí klienti,

rádi bychom vás pozvali na Silvestra do STD. Tento den pojmeme spíše odpočinkově a relaxačně. Společné chvíle strávíme ve znamení klidu a pohody. Zahrajeme si společně nějaké hry, posedíme. Ohlédneme se za událostmi uplynulého roku a po obědě cca v 12:30 hod si připijeme na Nový rok 2015! Připraveno bude drobné občerstvení.

Tým STD

Fokus Mladá Boleslav a Kancelář Ombudsmana pro zdraví se spojily, aby hájili vaše práva

Občanské sdružení Fokus Mladá Boleslav se stalo partnerem nového nezávislého centra pro informace, poradenství a zprostředkování pomoci pacientům a pracujícím ve zdravotnictví. Na Kancelář Ombudsmana pro zdraví se lidé mohou obracet zejména v případech, kdy byla porušena jejich práva pacientů, která jsou dána právním řádem ČR, či potřebují-li se poradit, jaká práva (a povinnosti) vůbec v našem zdravotním systému mají.

Zejména jde o situace:

- kdy došlo vinou nekonceptnosti systému či chyby lékaře či zdravotnického personálu ke zhoršení zdravotního stavu pacienta,
- kdy byla člověku neoprávněně odmítnuta lékařská péče,
- kdy bylo s pacientem zacházeno v rozporu s právem na úctu, důstojné zacházení a soukromí,
- kdy byly neoprávněně vybírány poplatky či úhrady za zdravotní péči,
- kdy pacientovi byly zbytečně předepisovány léky s vysokými doplatky,
- kdy řeší pacient problémy s dostupností hrazené péče,
- apod.

Na Kancelář Ombudsmana pro zdraví se mohou obracet sami pacienti, jejich příbuzní či ustanovení pečovatelé na základě plné moci či jiného právního dokumentu. Služby jsou bezplatné.

Podání Kanceláři Ombudsmana pro zdraví je možné výhradně prostřednictvím formulářů, které najdete na internetových stránkách www.ombudsmanprozdravi.cz. Na požádání je možné jejich zaslání e-mailem na adresu ochrance@ombudsmanprozdravi.cz či poštou na adresu Kancelář Ombudsmana pro zdraví, Národní 11, 110 00 Praha 1. K výměně zkušeností je k dispozici i Facebook Ombudsman pro zdraví.

Fotokoutek

Chcete-li nám poslat fotografii (s popiskem), která vás zaujala a chcete, aby ji viděli i ostatní, je tu pro Vás fotokoutek. Není rozhodující, zda jste autorem fotografie vy, váš známý nebo jste ji našli při brouzdání na internetu..



Fotografie s názvem Hrad zaslaná Lucckou Zvolánkovou – z fotografie číší magická atmosféra



Srpen na pláži v Dziwnowě od Lucky Hetzerové

Užitečné internetové odkazy

Internetové stránky našeho sdružení jsou: www.fokus-mb.cz

Fokus Mladá Boleslav
sdružení pro péči o duševně nemocné

Aktuál: 17.5.2012 Akce Sponzori Dokumenty KLB960 Zpracováno KV

Výroční zpráva 2010 Výroční zpráva 2011

ro pacienty Pl. Kosmonosy

Fokus, sdružení pro péči o duševně nemocné

Děčanské sdružení Fokus Mladá Boleslav je nestátní nezisková organizace poskytující sociální služby dlouhodobě vážně duševně nemocným v regionech Mladoboleslavsko a Mělnicko. Poskytované služby tvoří celek, který bývá označován jako komplexní psychiatrická rehabilitace. Cílem těchto služeb je zvýšení kvality života klientů, zvýšení jejich nezávislosti a snížení potřeby psychiatrické hospitalizace. Veškeré služby jsou poskytovány na základě dobrovolného rozhodnutí klientů.

Fokus Mladá Boleslav je registrovaným poskytovatelem sociálních služeb

Fokus je dobrovolným neprofitním sdružením odborníků (psychiatri, psychologů, sociálních pracovníků a dalších), zdravotní služeb (duševně nemocných) a jejich příbuzných a blízkých. Cílem sdružení se může stát každý, komu není zřejmá duševně nemocných (bystro).
Služeb poskytovaných na základě mlu. 139b v Praze a záhy rozšířilo svou činnost do regionů Mladá Boleslav, Liberec, Ústí nad Labem a Vrchovina (Havlíčkův Brod a Páhalov), Turnov, Plzeň, Tábor a Opava.
Fokus je nestátní nezisková organizace humanitárního charakteru. Prostředky na svou činnost získává ze státních dotací, grantů, sponzorských darů a výnosů některých pracovních – rekvalifikačních programů.

Další odkazy:

www.rpkk.cz

Rozvoj péče o osoby s duševním onemocněním na území Karlovarského kraje

Základním cílem Projektu je rozvoj péče o osoby s duševním onemocněním na území Karlovarského kraje, podpora přístupu péče zejména ze zdravotnických zařízení zařazených do příslušného prostředí těchto osob (tzv. komunitní péče) a posílení existence potřebných sociálních služeb. Projekt realizuje Karlovarský kraj a dosuvatelem výšiny aktivit je Centrum pro rozvoj péče o duševní zdraví.

Obsahem projektu jsou tyto aktivity:

- Mapování
- Tvorba koncepce
- Tvorba modelu a zahájení činnosti sociálních služeb
- Vzdělávací a vědečké
- Informační a edukativní kampaň
- Komunitní plánování – průběžné pracovní skupiny

O aktuálním dění v projektu se můžete informovat zde:
Reakčím projektem je **Karlovarský kraj**
Dotuvatelem projektu je **Centrum pro rozvoj péče o duševní zdraví**.

www.cmhd.cz

Centrum pro rozvoj péče o duševní zdraví
Centre for Mental Health Care Development

- O nás
- Tým
- Akce
- Spolupracujeme
- Děkujeme za podporu
- Kontakty

Projekty

- koncepční a metodická práce na poli péče o duševní zdraví

Centrum pro rozvoj péče o duševní zdraví je nestátní nezisková organizace, jejímž posláním je zlepšovat péči o osoby s duševním onemocněním v České republice. Její činnost je v souladu s českými a mezinárodními strategickými dokumenty.

www.stopstigmapsychiatrie.cz

ZMĚNA STOPSTIGMA
Projekt zaměřený proti předšudkům a diskriminaci z důvodu psychiatrického onemocnění

HLAVNÍ STRANA PORUCHY OSOBNOSTI PORUCHY NÁLADY SCHIZOFRENNÍ PORUCHY NEUROTIČKÉ PORUCHY DĚTSKÁ PSYCHOLOGIE PORUCHY PŘEJMU POTRAVY

Poradna Seznam kontaktů Příběhy Umělecká díla O Stigmatu

O projektu Změna Akce Napsali o nás Spolupracujeme Děkujeme za podporu Kontaktujte nás

→ Otevíráme nové prostory...
Zrekonstruované prostory pro poskytování služeb sociálně terapeutické díly, na které Vás srdečně zveme. Více informací o této akci naleznete zde.

→ Odborná online poradna
• v případě, že nebude možné, aby se zájemce svezl se svým dotazem odborníkovi telefonicky, může svůj dotaz zadat písemně v online poradně

→ AKTUALITY
EDUKAČNÍ PŘÍRUČKA PRO POMOC DĚTEM RODIČŮ NEMOCNÝCH RAKOVINOU 2011
Edukační příručka "Dítě a rodič nemocný rakovinou" vznikla v rámci programu Edukační rodina, který probíhá ve Finku. Dítě rodí se vážným onemocněním trpí velkou záští. Příručka pomáhá předcházet vzniku duševních problémů nebo sociální izolace u těchto dětí. Příručka vznikla s podporou Ministerstva zdravotnictví České republiky.

SHRNUTÍ ANONYMNÍ PORADNY LISTOPAD 2011
Bezplatná anonymní linka byla v provozu od 4. do 31. října 2011

Kontakty do Fokusu

Aktualizované telefonické kontakty naleznete v seznamu dle středisek.

Jaroslav Hobdov' – oblastní ředitel, tel. 608 961 361

FOKUS Karlovy Vary

Sociálně-terapeutická dílna

Stará Kysibelská 602/45, 360 01 Karlovy Vary (Penzion Hestia – vchod je ze zadní levé strany penzionu, po schodech dolů)

Veronika Kurincová, DiS. – vedoucí služby	Tel. 777 365 237 e-mail: kurincova@fokus-mb.cz
Štěpánka Šimková	Tel. 775 562 060 e-mail: simkova@fokus-mb.cz
Eliška Petříková, DiS.	Tel. 778 528 293 e-mail: petrikova@fokus-mb.cz
Petra Sládková, DiS.	Tel. 778 528 294 e-mail: sladkova@fokus-mb.cz

Centrum sociální rehabilitace

Západní 41, 360 01 Karlovy Vary - Tuhnice

Ing. Michaela Štollová – vedoucí	775 562 061
Bc. Tereza Heineková, DiS.	775 562 059
Andrea Hůlová	777 481 105
Diana Kostková, DiS.	775 562 064
Karolína Polívková	778 528 291
Dagmar Škarpová	778 528 290

FOKUS Sokolov

Centrum sociální rehabilitace

Svatopluka Čecha 1001, 356 01 Sokolov

Mgr. Nikola Skalická – vedoucí služby	775 562 065
Lada Balická	778 407 851
Michaela Langhojerová, DiS.	778 407 852
Jiřina Procházková, DiS.	778 407 853
Bc. Michaela Loudová, DiS.	775 562 055
Bc. Jana Forejtková	778 528 292
Mgr. Lucie Hetzerová, DiS.	-----

FOKUS Cheb

Centrum sociální rehabilitace

Nám. Krále Jiřího z Poděbrad 478/33, 350 02 Cheb

Markéta Benešová, DiS. – vedoucí služby	778 407 858
Blanka Horníková	778 407 856
Martina Eisenhammerová, DiS.	778 407 857
Marek Lučín	778 407 859
Eliška M. Chlapcová	778 562 054
Beatrice Slavíková, DiS.	778 528 295

6	Městská doprava Karlovy Vary			Zastávky
	Dopravce: Dopravní podnik Karlovy Vary, a.s., Sportovní 1, 36009 Karlovy Vary, tel. 353505353, fax 353504510, e-mail dpkv@dpkv.cz , internetové stránky www.dpkv.cz			Blahoslavova Východní Stará Kysibelská Drahomíra Vítězná Tržnice Západní Depo ČD Stadion ZM KV Arena Plzeňská xNa Ostrůvku U Zámečku Svatošská Doubí
Stará Kysibelská – Tržnice – Doubí				
Pracovní den mimo 1.7. - 31.8. a 27.12. - 31.12.	Pracovní den 1.7. - 31.8. a 27.12. - 31.12.	Sobota, neděle a státní svátky		
0	0	0		
1	1	1		
2	2	2		
3	3	3		
4	54	4 54	4	
5	14 31 48	5 14 31 48	5	
6	02 17 32 47	6 07 27 47	6 44	
7	02 17 32 47	7 05 23 41	7 10 44	
8	07 27 47	8 05 31	8 30	
9	07 27 47	9 01 31	9 04 30	
10	07 27 47	10 01 31	10 00 30	
11	07 27 47	11 01 31	11 00 30	
12	07 27 47	12 01 31	12 00 30	
13	07 26 43 58	13 00 27 47	13 00 30	
14	13 28 43 58	14 07 27 47	14 00 30	
15	13 28 43 58	15 07 27 47	15 00 30 58	
16	13 28 47	16 07 27 47	16 32	
17	07 33	17 07 33	17 18 52	
18	00 28 54	18 00 28 54	18 18 48	
19	20 48	19 20 48	19 18 48	
20	22 56	20 22 56	20 22 56	
21	30	21 30	21 30	
22	10	22 10	22 10	
23		23	23	

Na lince platí tarif vyhlášený dopravcem, uveřejněný ve vozidlech. Platí od 27.9.2014

Linka je obsluhována nízkopodlažními vozy. x - zastávka na znamení
poslední spoj 24.12. - 17:18, první spoj 25.12. - 12:00, poslední spoj 31.12. - 19:48, první spoj 1.1. - 12:00

6	Městská doprava Karlovy Vary			Zastávky
	Dopravce: Dopravní podnik Karlovy Vary, a.s., Sportovní 1, 36009 Karlovy Vary, tel. 353505353, fax 353504510, e-mail dpkv@dpkv.cz , internetové stránky www.dpkv.cz			Doubí Svatošská U Zámečku xNa Ostrůvku Plzeňská KV Arena Stadion ZM Depo ČD Západní Tržnice Vítězná Drahomíra Prašná Stará Kysibelská Východní Blahoslavova
Doubí – Tržnice – Stará Kysibelská				
Pracovní den mimo 1.7. - 31.8. a 27.12. - 31.12.	Pracovní den 1.7. - 31.8. a 27.12. - 31.12.	Sobota, neděle a státní svátky		
0	0	0		
1	1	1		
2	2	2		
3	3	3		
4	4	4		
5	34 54	5 34 54	5	
6	14 34 52	6 14 34 52	6 53	
7	07 22 37 51	7 10 28 45	7 23 49	
8	01 14 27 47	8 03 23 45	8 23	
9	07 27 47	9 11 41	9 09 43	
10	07 27 47	10 11 41	10 09 39	
11	07 27 47	11 11 41	11 09 39	
12	07 27 47	12 11 41	12 09 39	
13	07 27 47	13 11 41	13 09 39	
14	06 23 38 53	14 07 27 47	14 09 39	
15	08 23 38 53	15 07 27 47	15 09 39	
16	08 23 38 53	16 07 27 47	16 09 37	
17	08 27 47	17 07 27 47	17 11 57	
18	13 39	18 13 39	18 31 59	
19	09 33 59	19 09 33 59	19 29 57	
20	27	20 27	20 27	
21	01 38	21 01 38	21 01 38	
22	20	22 20	22 20	
23		23	23	

Na lince platí tarif vyhlášený dopravcem, uveřejněný ve vozidlech. Platí od 27.9.2014

Linka je obsluhována nízkopodlažními vozy. x - zastávka na znamení
poslední spoj 24.12. - 17:57, první spoj 25.12. - 12:09, poslední spoj 31.12. - 20:27, první spoj 1.1. - 12:09

3			Městská doprava Karlovy Vary			Zastávky		
3			Dopravce: Dopravní podnik Karlovy Vary, a.s., Sportovní 1, 36009 Karlovy Vary, tel. 353505353, fax 353504510, e-mail dpkv@dpkv.cz , internetové stránky www.dpkv.cz			Stará Kysibelská Lidická Gagarinova Národní Slavie Nemocnice Tržnice Západní Depo ČD Stadion ZM Rozcestí u Konička Borová Krátká Školní Stará Role		
			Stará Kysibelská – Tržnice – Stará Role					
Pracovní den mimo 1.7. - 31.8. a 27.12. - 31.12.		Pracovní den 1.7. - 31.8. a 27.12. - 31.12.		Sobota, neděle a státní svátky				
0		0		0				
1		1		1				
2		2		2				
3		3		3				
4	55	4	55	4				
5	24 58	5	24 ^č 58	5				
6	23 43 ^č	6	43 ^č	6				
7	03 ^č 23 ^č 48	7	23 ^č 48 ^č	7	07			
8	24 ^č 54 ^č	8	54 ^č	8	07 ^č			
9	24 ^č 54 ^č	9	54 ^č	9	07 ^č			
10	24 ^č 54 ^č	10	54 ^č	10	07 ^č			
11	24 ^č 54 ^č	11	54 ^č	11	07			
12	24 ^č 54 ^č	12	54 ^č	12	07 ^č			
13	23 ^č 43 ^č	13	43 ^č	13	07 ^č			
14	03 23 ^č 43 ^č	14	23 ^č	14	07			
15	03 ^č 23 43 ^č	15	03 ^č 43 ^č	15	07 ^č			
16	03 ^č 23 ^č 52	16	23 ^č 52	16	07 ^č			
17	24 ^č 54 ^č	17	54 ^č	17	07 ^č			
18	25 55+	18	55+	18	07			
19	27	19		19	07			
20		20		20				
21		21		21				
22		22		22				
23		23		23				
Na lince platí tarif vyhlášený dopravcem, uveřejněný ve vozidlech.					Platí od 1.1.2014			
<small> ^č - nízkopodlažní vůz + - nízkopodlažní vůz (bez záruky) poslední spoj 24.12. - 17:07, první spoj 25.12. - 12:07, první spoj 1.1. - 12:07 </small>								

3			Městská doprava Karlovy Vary			Zastávky		
3			Dopravce: Dopravní podnik Karlovy Vary, a.s., Sportovní 1, 36009 Karlovy Vary, tel. 353505353, fax 353504510, e-mail dpkv@dpkv.cz , internetové stránky www.dpkv.cz			Stará Role Školní Krátká Borová Rozcestí u Konička Stadion ZM Depo ČD Západní Tržnice Nemocnice × Havličkova Slavie Národní Gagarinova Lidická Stará Kysibelská		
			Stará Role – Tržnice – Stará Kysibelská					
Pracovní den mimo 1.7. - 31.8. a 27.12. - 31.12.		Pracovní den 1.7. - 31.8. a 27.12. - 31.12.		Sobota, neděle a státní svátky				
0		0		0				
1		1		1				
2		2		2				
3		3		3				
4		4		4				
5	27 56	5	27 56 ^č	5				
6	20 ^č 40 ^č	6	40 ^č	6				
7	00 20 ^č 41 ^č	7	20 ^č 53 ^č	7	40			
8	14 ^č 47	8	47 ^č	8	40 ^č			
9	17 ^č 47 ^č	9	47 ^č	9	40 ^č			
10	17 ^č 47 ^č	10	47 ^č	10	40 ^č			
11	17 ^č 47 ^č	11	47 ^č	11	40			
12	17 ^č 47 ^č	12	47 ^č	12	40 ^č			
13	14 ^č 39 ^č	13	47 ^č	13	40 ^č			
14	00 ^č 20 ^č 40	14	20 ^č	14	40			
15	00 ^č 20 ^č 40 ^č	15	00 ^č 40 ^č	15	40 ^č			
16	00 20 ^č 40 ^č 53 ^č	16	20 ^č 53 ^č	16	40 ^č			
17	20 47	17	47+	17	40 ^č			
18	17+ 47	18	47 ^č	18	40			
19	17 ^č	19		19	40			
20		20		20				
21		21		21				
22		22		22				
23		23		23				
Na lince platí tarif vyhlášený dopravcem, uveřejněný ve vozidlech.					Platí od 1.1.2014			
<small> × - zastávka na znamení ^č - nízkopodlažní vůz T - jede jen do zastávky Tržnice + - nízkopodlažní vůz (bez záruky) poslední spoj 24.12. - 17:40, první spoj 25.12. - 12:40, první spoj 1.1. - 12:40 </small>								



© přejí Veronika, Štěpánka, Petra a Eliška ☺

a pokud máte chuť, vymalujte si na závěr mandalu pro lepší náladu...



Náměty, návrhy, připomínky, chválu i stížnosti a hlavně příspěvky posílejte na: sladkova@fokus-mb.cz

Podíleli se: Tým Fokusu a klienti Fokusu ☺