

Vydání 6/2020

# Chrudimský senior



Časopis pro třetí věk – dvouměsíčník

Vydává Centrum sociálních služeb a pomoci Chrudim



## CENTRUM SOCIÁLNÍCH SLUŽEB A POMOCI CHRUDIM INFORMUJE

Vážení,

všichni jsme zaznamenali, že letošní rok byl tak trochu jiný než předchozí léta. Je to dáno především různými omezeními, která nás postihla, a to jak v běžném, tak v pracovním životě.

Konec roku se blíží a my bychom se měli ohlédnout, co se každému z nás podařilo. Životní štěstí se skládá z malých, někdy skoro bezvýznamných věcí, které dovedeme ocenit až mnohem později. Blíží se čas vánoční, splňme si tajná přání a navoďme krásnou atmosféru Vánoc a posledních dnů v roce.

Nacházíme se v období, kdy bychom měli zapomenout na starosti a užívat si vánoční atmosféru. Radujme se z maličkostí, radujme se z každého upřímného úsměvu, a to nejen během vánočních svátků, ale během celého roku.

Předvánoční společná setkání se bohužel nemohou konat, ale věřím, že se současná situace zlepší a budeme mít možnost se zase společně potkávat.

Chtěla bych Vám všem poděkovat za trpělivost a shovívavost v této nelehké době. Situace není jednoduchá pro naše klienty, ale ani pro naše paní pečovatelky, zdravotní sestry a veškerý personál Centra sociálních služeb a pomoci Chrudim, kteří s maximálním pracovním nasazením zvládají péči na vysoce profesionální úrovni.

Přeji Vám hodně zdraví a štěstí v novém roce, aby celoroční shon, napětí a stres nahradila vánoční pohoda a klid.

Ing. Dana Pilařová  
ředitelka CSSP

## Otevření nového denního stacionáře

Jsme velmi potěšeni, že se nám v této nelehké době podařilo otevřít novou pobočku Denního stacionáře Pohoda. Klientům tak můžeme nabídnout naše služby v nových prostorách, provoz zajistí tři pracovníci v sociálních službách. Program zahrnuje tradiční aktivity zaměřené především na rozvoj a udržení stávajících dovedností klientů, trénink kognitivních funkcí, pohybové aktivity, hudební, tvořivé a pracovní aktivity, besedy, přednášky, společenské a kulturní akce. Nechybí relaxace v polohovacích křeslech i na lůžku, vycházky, pravidelný pitný režim, zajištění stravy. Klienti mají na výběr z mnoha aktivizačních činností, samozřejmostí je také podpora při úkonech osobní hygieny, pomoc při orientaci, oblékání apod.

Adresa nového denního stacionáře: Strojařů 1141, Chrudim.

Provozní doba všech stacionářů je od pondělí do pátku v čase od 6.30 do 15.30 hodin.

V případě zájmu o pobyt v denním stacionáři kontaktujte Mgr. Šárku Markovou, DiS. Telefon: 733 145 527.



## Činnost denních stacionářů v době nouzového stavu

Během pandemie koronaviru jsme museli přizpůsobit činnost v Denním stacionáři Pohoda situaci, která je pro všechny velmi nestandardní a především nepříjemná. Klienti, doposud zvyklí na velmi variabilní a pestrou činnost (kulturní, vzdělávací akce, přednášky, výstavy...) se spolu s pracovníky aktuálně zaměřují na tvořivé a výtvarné aktivity, pracovní činnost, hudební aktivity, pohybové (cvičení, vycházky, nácvik chůze). Tvoří společné velkoformátové koláže a barevné vzory, které se stávají součástí výzdoby interiéru stacionáře. Besedy a přednášky nadále chystají pracovníci sami a v rámci aktivit se připravujeme také na pomalu se blížící vánoční svátky.



V Denním stacionáři Jitřenka aktuálně hodně času trávíme přípravou a výrobou dekorací a vánočních drobností pro naše blízké a spolupracovníky. Klienti se věnují svým oblíbeným aktivitám, chodí ven, tvoří, účastní se besed a povídání s pracovníky.

Věříme, že se situace bude obracet k lepšímu a co nejdříve budeme moci u nás přivítat naše oblíbené odborníky, přednášející a vrátíme se ke kulturním akcím, zajdeme do kina apod.

*Mgr. Šárka Marková, DiS., koordinátor denních stacionářů*



# VÁNOCE

## Vánoční stromeček

Vánoční stromeček je jedním z významných symbolů Vánoc. Ve většině zemí se zdobí na Štědrý den a dávají se pod něj dárky. V mnoha městech jsou velké vánoční stromy součástí předvánoční výzdoby.

Bez ozdobeného vánočního stromku si Vánoce většina lidí neumí představit. Magickou moc má rozsvícený stromeček asi především pro děti, protože pod něj jim Ježíšek dává dárky.


### Historie vánočního stromku

Kdysi dávno, ještě před narozením Ježíše, chodili po vsích koledníci a zdobili větve ovocných stromů. Později ozdobené větve i rozdávali.

Podle některých pověstí bychom ale měli hledat první náznak tradice novodobých vánočních stromků v Anglii dávných časů, kde se dávaly o vánočních svátcích do dřevěné misky na stole větvičky trnky, které měly mít ochrannou moc nad stavením i lidmi. Ty se ale nezdobily. Když se později objevily první malé stromky, údajně se zavěšovaly nad štědrovečerní stůl špičkou dolů.

První zmínka o zdobeném vánočním stromečku je v brémské kronice z roku 1570, kdy se objevuje v cechovních domech řemeslníků. Do bytů se stromeček dostává až v polovině 17. století nejdříve ve městech a v rodinách protestantů. Katolická církev totiž zdobení stromečků považovala za pohanský zvyk, protože tímto způsobem kdysi při zimním slunovratu germánské kmeny uctívaly boha Wotana a Keltové boha Slunce. Zdobení stromečků se ale lidé v Německu nevzdali a v 19. století se tento zvyk začal rozšiřovat do dalších zemí.

K velkému rozšíření stromečků došlo, když se symbolika křesťanství přenesla i do zdobeného stromku, kde přisuzovala zeleným větvím Kristův věčný život, papírové růže představovaly Pannu Marii a jablka Evu. Na špičku se začala dávat betlémská hvězda.



Německo ale pravděpodobně nebylo jediné, kde se v té době stromečky zdobily. Podle kronikáře Baltazara Russowa se už v 15. a 16. století v době zimního slunovratu tančilo a zpívalo kolem ozdobených stromů v Litvě, Estonsku a Lotyšsku. Tyto země ale byly v té době velmi ovlivněny německou kulturou a tak se nedá vyloučit, že původ tradice pochází právě z Německa.

### **Zdobení stromečků**

Za první ozdobené vánoční stromky je možné považovat ty z dávných dob při oslavách slunovratu, ale jak a čím byly zdobeny, se můžeme jen domnívat. Tradice zdobení vánočního stromečku tedy vlastně začíná v 16. století, kdy se dostává do domů a bytů.

Původně bylo zdobení velmi skromné. Používalo se různé sušené i čerstvé ovoce, nejvíce červená jablíčka a malé hrušky, a také vlašské ořechy. Na větvičky se věšely i barevné papírové proužky a růžičky, které měly připomínat Pannu Marii, v bohatších rodinách barevné látkové mašle. Postupně se přidávalo cukroví, perníčky, marcipán a také svíčky. Aby se stromeček co nejvíce blýskal, zdobil se plátky alobalu a obalů od bonbonů, do třpytivých papírků se balilo i ovoce a ořechy. Na vrcholku byla třpytivá hvězda, špičky se objevily až se skleněnými ozdobami.

V druhé polovině 19. století se začaly tisknout i různé obrázky, které se vystřihovaly a lepily na cukroví a perníčky. Později se začaly používat i různé polevy. Koncem 19. století se na stromečcích objevují vánoční ozdoby a také figurky, nejvíce v podobě andílků, odlévané z včelího vosku. Třpyt začínají stromečkům dodávat zlaté girlandy.

První ozdoby z foukaného skla se začaly vyrábět na přelomu 19. a 20. století. Nejčastější tvary byly samozřejmě různě velké koule, ale také zvonečky. Skleněné ozdoby byly ale velmi drahé, a tak se nejdříve používaly v bohatých městských rodinách a u velkostatkářů.

Prostí lidé ve městech a na venkově si skleněné ozdoby nemohli dovolit ještě ani po druhé světové válce, ale dokázali je nahradit. Mimo ovoce, ořechů a cukroví si vyráběli různé ozdoby z barevného papíru

a látkových stuh, později k nim přidali ozdoby ze dřeva a slámy, vizovického těsta, vosku, drátků a korálků.

### Český vánoční stromeček

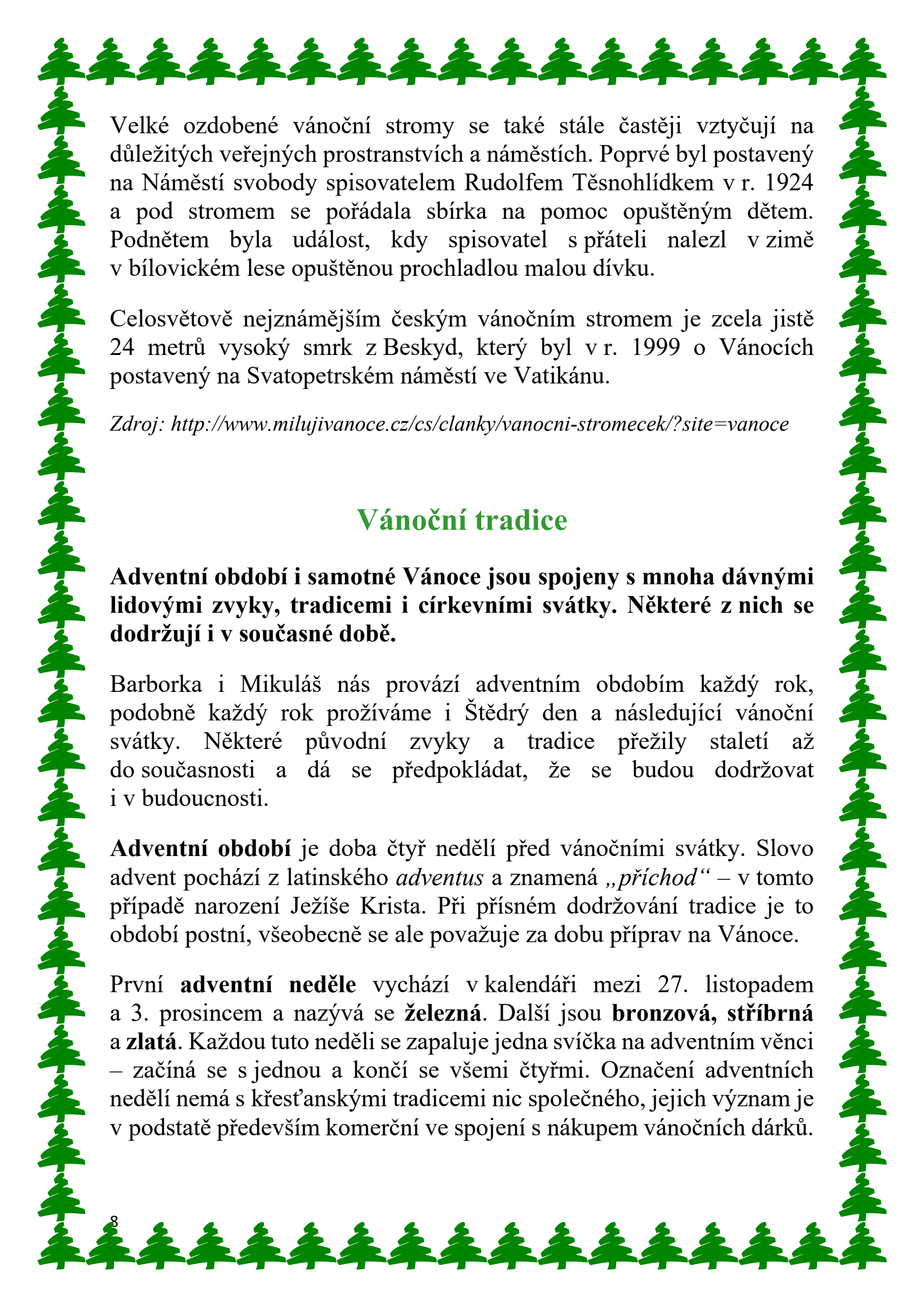
V českých zemích vánoční stromeček dlouhou tradici nemá. Podle historických záznamů první stromeček u nás postavil pro své přátele v r. 1812 ředitel pražského Stavovského divadla Jan Karel Liebich na svém zámku v Praze Libni. Cesta stromečků do českých domácností byla ale ještě dost dlouhá, v městských měšťanských rodinách se začal objevovat až ve 40. letech 19. století.

V té době se také na trzích začaly prodávat první umělé stromky z Německa. Byly vyřezané z tenkých prkének nebo papírových kartonů, ale velký zájem o ně nebyl. Lidé si raději kupovali živé smrčky a jedličky. Stromky si pak zdobili především jablky a hruškami, ořechy, různým cukrovím a pečivem, později i dřevěnými a slaměnými ozdobami. Podle dobových záznamů se v r. 1860 i v Čechách na stromečcích rozsvítily lojové svíčky. Skleněné ozdoby se začaly vyrábět až v druhé polovině století a vzhledem k jejich vysoké ceně si je na stromečky věšeli jen skutečně bohatí lidé.

Na venkov se vánoční stromečky dostávaly ještě pomaleji, až do první světové války bývala ve většině venkovských stavení je ozdobená větev smrku nebo jedličky – tzv. chvojka nebo chvojí, které přinášeli koledníci. Měly a dodnes mají velkou symboliku, protože chrání obydlí před zlem a nemocemi.

Dnes je ozdobený vánoční stromeček v převážné většině domácností. Před několika lety byly živé stromky nahrazovány umělými, ale v poslední době se opět vracíme k živým borovičkám, jedličkám a smrčkům.





Velké ozdobené vánoční stromy se také stále častěji vztyčují na důležitých veřejných prostranstvích a náměstích. Poprvé byl postavený na Náměstí svobody spisovatelem Rudolfem Těsnohlídkem v r. 1924 a pod stromem se pořádala sbírka na pomoc opuštěným dětem. Podnětem byla událost, kdy spisovatel s přáteli našel v zimě v bílovickém lese opuštěnou prochladlou malou dívku.

Celosvětově nejznámějším českým vánočním stromem je zcela jistě 24 metrů vysoký smrk z Beskyd, který byl v r. 1999 o Vánocích postavený na Svatopetrském náměstí ve Vatikánu.

Zdroj: <http://www.milujivanoce.cz/cs/clanky/vanocni-stromecek/?site=vanoce>

## Vánoční tradice

**Adventní období i samotné Vánoce jsou spojeny s mnoha dávnými lidovými zvyky, tradicemi i církevními svátky. Některé z nich se dodržují i v současné době.**

Barborka i Mikuláš nás provází adventním obdobím každý rok, podobně každý rok prožíváme i Štědrý den a následující vánoční svátky. Některé původní zvyky a tradice přežily staletí až do současnosti a dá se předpokládat, že se budou dodržovat i v budoucnosti.

**Adventní období** je doba čtyř nedělí před vánočními svátky. Slovo advent pochází z latinského *adventus* a znamená „příchod“ – v tomto případě narození Ježíše Krista. Při přísném dodržování tradice je to období postní, všeobecně se ale považuje za dobu příprav na Vánoce.

První **adventní neděle** vychází v kalendáři mezi 27. listopadem a 3. prosincem a nazývá se **železná**. Další jsou **bronzová, stříbrná** a **zlatá**. Každou tuto neděli se zapaluje jedna svíčka na adventním věnci – začíná se s jednou a končí se všemi čtyřmi. Označení adventních nedělí nemá s křesťanskými tradicemi nic společného, jejich význam je v podstatě především komerční ve spojení s nákupem vánočních dárků.



#### 4. prosinec – Barborky

Svátek svaté Barbory je spojený s řezáním **barborek** – **Barborčiných větviček**. Podle lidové tradice se větvička musela uříznout s prvním slunečním paprskem z třešně staré alespoň 10 let a odnést do domu, kde žila neprovdaná dívka. Pokud větvička na Štědrý den rozkvetla, bylo to znamením, že se v dalším roce vdá. V současnosti se místo větvičky třešně uřezávají i větvičky zlatého deště a barborky jsou spíš jen dekorací domovů.

V některých oblastech děti dávají v noci do oken punčochu, do které jim svatá Barborka nadělí cukrovinky a ovoce, ale také třeba uhlí nebo brambory.

#### 6. prosinec – Mikuláš

V předvečer svátku **svatý Mikuláš a anděl** sestoupí z nebe na zem, kde se k nim připojí **čert**, a společně obcházejí děti. Hodné chválí, zlobivé nabádají, aby se zlepšily, anděl podle zásluh rozdává sladkosti, ovoce a třeba i hračky, čert zase uhlí nebo brambory. Děti, ke kterým se Mikuláš s doprovodem během večera nedostal, mohou dát za okno nebo na kliku dveří punčochu a dárky najdou ráno.



#### 24. prosinec – Vánoce – Štědrý den

V České republice je hlavním vánočním svátkem **Štědrý den**, ke kterému se váže mnoho různých tradic a zvyků. K obědu se ve většině domácností nepodává maso, ale hrách, kroupy, čočka nebo houbový kuba, odpoledne se zdobí stromeček a s první hvězdou na noční obloze se usedá k štědrovečerní večeři. Tradiční složení je rybí polévka a smažený kapr s bramborovým salátem. Na stole nesmí chybět vánočka a cukroví. Po večeři následuje především dětmi očekávaná chvíle – rozbalování dárků, které pod stromečkem nechal Ježíšek.

## 25. prosinec – 1. svátek vánoční – Boží hod

**Boží hod** je většinou ve znamení návštěv příbuzných, přátel a známých. Ke společnému obědu se podává pečená kachna nebo husa a knedlíky se zelím, případně i tradiční svíčková omáčka.

## 26. prosinec – 2. svátek vánoční – svatý Štěpán

Podle tradice chodili **na svatého Štěpána** po domech koledníci, kteří zpívali a přáli zdraví a úspěch v hospodaření v dalším roce, a dostávali za to většinou ovoce a peníze. Tato tradice už ale téměř vymizela.

## Nový rok – 1. leden

I když **Nový rok** nepatří mezi klasické vánoční svátky, je možné ho považovat za důležitý den v tomto ročním období. Nejpoužívanějším heslem je „Jak na Nový rok, tak po celý rok“. Tradičním jídlem je čočka nebo hrách, které mají zajistit v příštím roce dostatek peněz. Nevaří se, a ani nepeče nebo jinak upravuje drůbež, aby neuletelo štěstí.

## 6. leden – Tři králové

Vánoční období končí příchodem východních mudrců – **Tří králů**. U nás je známe pod jmény **Kašpar, Melichar a Baltazar**. Podle pověstí přišli za Ježíškem do Betléma. V současnosti chodí po domech a na dveře nebo nad ně píší svěcenou křídou písmena **K+M+B** a **letopočet**. Nejedná se ale o počáteční písmena jejich jmen, je to zkratka latinského „*Christus mansionem benedicat*“ – v překladu „*Kristus žehnej tomuto domu*“.

Zdroj: <http://www.milujivanoce.cz/cs/temata/show/zvyky-a-tradice/39-vanocni-tradice-podle-kalendare/?site=vanoce>



# Omalovánka





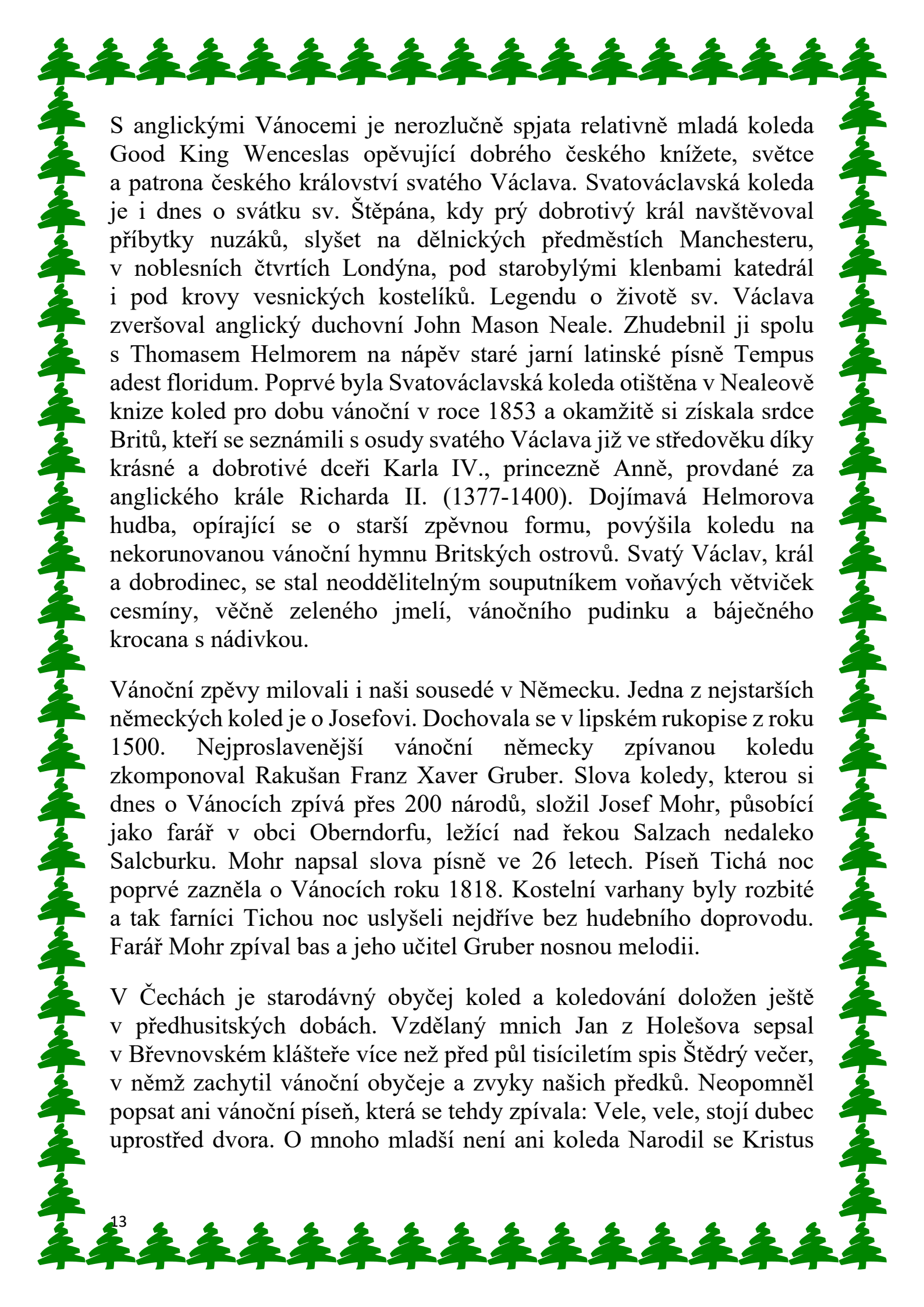
## Koleda

Křesťanské Vánoce do sebe vstřebaly řadu zvyků spojených s oslavou zimního slunovratu. Vánoční koledy, zpívané v latinské i lidové řeči, nahradily předkřesťanský rituální zpěv oslavující o saturnáliích boha Saturna. Lidová víra připisovala vánočním koledním obchůzkám magickou moc. Měly přinést štěstí a blahobyt do každého stavení. Na koledu se o Vánocích chodilo o Štědrém večeru, na svátek sv. Štěpána, na Nový rok, o dni sv. Tří králů a někde i na Hromnice. Slované přijali název koleda podle názoru L. Niederleho z latinského slova Calendae (kalendy), označujícího první lednové dny, kdy se slavil slunovrat.

Tímto slovem se ale označoval i každý první den měsíce. Zikmund Winter (1846-1912) napsal, že „jako kněží pohanští prvního dne každého měsíce obcházeli po domech s modlami, rovněž tak chodívali hned první kněží křesťanští s křtem po domích a dávajíce domu žehnání, přijímali za to dary. Z kalend se stala kolenda, koleda". Staroslověnské slovo koleda znamenalo prý také novoroční den. Balkánské národy nazývaly kalendou pohanské oslavy zimního slunovratu se zpěvy a průvody. Ve francouzské Provincii se Vánocům říkalo Calendo. V Anglii se o Vánocích zpívaly carols, ve Francii noels.

Koledy byly a jsou jednou z nejrozšířenějších vánočních kratochvílí. Koledy ve středověku šířili po celé Evropě potulní žáci, často účinkující v oblíbených vánočních hrách. Makaronské koledy se zpívaly směsicí latiny a místních jazyků. O vánočních svátcích byly slyšet na trzích, v šencích, kláštorech, domech bohatých měšťanů i šlechtických palácích. V jednotlivých zemích vedle kosmopolitních makaronských koled zněly o vánočních svátcích domácí koledy, zpívané v národním jazyce.


Anglické národní koledy jsou například doloženy od 15. století. Byly to oblíbené světské písně upravené pro vánoční potřebu nebo umělé vánoční písně komponované v lidovém duchu. Nepostrádaly komické ani satirické prvky. I když se v dobách dětství Charlese Dickense (1812-1870) na čas zdálo, že veřejnost ztrácí o koledy zájem, probudil romantismus staré vánoční zpěvy znova k životu.



S anglickými Vánocemi je nerozlučně spjata relativně mladá koleda Good King Wenceslas opěvující dobrého českého knížete, světce a patrona českého království svatého Václava. Svatováclavská koleda je i dnes o svátku sv. Štěpána, kdy prý dobrotivý král navštěvoval příbytky nuzáků, slyšet na dělnických předměstích Manchesteru, v noblesních čtvrtích Londýna, pod starobylými klenbami katedrál i pod krovy vesnických kostelíků. Legendu o životě sv. Václava zveršoval anglický duchovní John Mason Neale. Zhudebnil ji spolu s Thomasem Helmorem na nápěv staré jarní latinské písně Tempus adest floridum. Poprvé byla Svatováclavská koleda otištěna v Nealeově knize koled pro dobu vánoční v roce 1853 a okamžitě si získala srdce Britů, kteří se seznámili s osudy svatého Václava již ve středověku díky krásné a dobrotivé dceři Karla IV., princezně Anně, provdané za anglického krále Richarda II. (1377-1400). Dojímavá Helmorova hudba, opírající se o starší zpěvnou formu, povýšila koledu na nekorunovanou vánoční hymnu Britských ostrovů. Svatý Václav, král a dobrodinec, se stal neoddělitelným souputníkem voňavých větviček cesmíny, věčně zeleného jmelí, vánočního pudinku a báječného krocana s nádivkou.

Vánoční zpěvy milovali i naši sousedé v Německu. Jedna z nejstarších německých koled je o Josefovi. Dochovala se v lipském rukopise z roku 1500. Nejproslavenější vánoční německy zpívanou koledu zkomponoval Rakušan Franz Xaver Gruber. Slova koledy, kterou si dnes o Vánocích zpívá přes 200 národů, složil Josef Mohr, působící jako farář v obci Oberndorfu, ležící nad řekou Salzach nedaleko Salcburku. Mohr napsal slova písně ve 26 letech. Píseň Tichá noc poprvé zazněla o Vánocích roku 1818. Kostelní varhany byly rozbité a tak farníci Tichou noc uslyšeli nejdříve bez hudebního doprovodu. Farář Mohr zpíval bas a jeho učitel Gruber nosnou melodii.

V Čechách je starodávný obyčej koled a koledování doložen ještě v předhusitských dobách. Vzdělaný mnich Jan z Holešova sepsal v Břevnovském klášteře více než před půl tisíciletím spis Štědrý večer, v němž zachytil vánoční obyčeje a zvyky našich předků. Neopomněl popsat ani vánoční píseň, která se tehdy zpívala: Vele, vele, stojí dubec uprostřed dvora. O mnoho mladší není ani koleda Narodil se Kristus



Pán, která vznikla z latinské duchovní písně Ave hierarchie coelestis (Buď pozdraveno, kněžstvo nebeské).

V našich zemích se stejně jako jinde koledovalo a zpívaly se vánoční písně od adventu do Hromnic. První koledníci se objevovali již o svátku sv. Mikuláše. Žáci farních škol chodili na mikulášskou koledu i se svými správci. Nosili s sebou velkou figuru biskupa. Sami si oblékali bohatě zdobené šaty, jezdili na koních a vozech. V roce 1429 zpívali na Staroměstské radnici o sv. Mikuláši s "biskupem" žáci od sv. Mikuláše, z Týna, od sv. Michala, Havla, Jiljí a Haštala. Vykoledovali si po 2 groších z denních peněz. Koledníci to však v Praze neměli lehké. Například v roce 1447 „purkmistrové a konšelé obojího města přikázali všechněm rektoruom školním i faráruom jich, aby na den sv. Mikuláše žáci nechodili v šatech nádherných ani v pásech pozlacených nebo stříbrných, se záponami, u věncích perlových, ale prostě, kteří chtějí, v svých šatech anebo měštěniných suknicích nedrahých, a ovšem na koních aby nejezdili, jak někdy jsou činievali; a to zachovati uložili v budúciech časech tak choditi pod poslušenstviem panským". Lidem se ale nazdobení koledníci líbili, a tak se vždy našel způsob, jak přísný zákaz pánů konšelů a univerzity zdárně obejít. Ještě v polovině 14. století na koledu chodili i pražští preláti, kanovníci a ostatní duchovenstvo.

Za vlády Karla IV. měl pražský arcibiskup a vysocí církevní hodnostáři zaručen pevný kolední plat. Arcibiskup byl povinen „dát prelátům a kanovníkům 4 kopy, služebníkům kostela, tj. vikářům a oltářníkům a jiným 2 kopy, žokům a kurním 20 a bonifantům 10 grošů, ovšem jen těm, kteří osobně do domu arcibiskupova přišli a kolední zpěv před ním vykonali". Koledovali i správci farních škol, městští pacholci, biřici, pivovarští dělníci. Na koledu chodili i prostitutky! Účast příslušníků opovržených profesí na veřejných vánočních oslavách nakonec vedla v roce 1390 k vydání nařízení, jež jim účast na koledách zapovědělo. Koleda však bez toho měla čím dál nevázanější charakter. Nejrůznější nařízení proto omezila i účast kněží. Nižší kněžský stav to nesl nelibě, protože tak byl ochuzen o možnost vánočního přivýdělku. Bylo tehdy zvykem, že „řádne koledy" byly konány na způsob procesí kněží a žáků. Kněží nesli obraz Kristův, jež obyvatelé domu líbali. Žáci, oblečení v bílé roucho, nesli hořící svíce a kadidlem vykuřovali

domy. Za to dostávali dary. Kněží přitom zpívali latinské písně. Zpěv pražských koledníků míval velmi dobrou úroveň, k čemuž hlavně přispělo zavedení ars musica jako jednoho z povinných oborů na vysokém učení pražském. V lidovém prostředí však častěji než latinské chorály zaznívaly české zpěvy se světskou tematikou. Karel IV. zavedl instituci kůrních žáků, jejichž hlasy se o vánoční době po století ozývaly nejen z kostelů, ale i na tržištích a v hospodách. Koleda totiž byla důležitým zdrojem příjmů věčně hladových žáků. Nikdo se o vánočních svátcích za skrytou žebrotu nestyděl. Vždyť kdysi i Jan Hus zpíval na kůru, koledoval a žebrol na pražských ulicích. A podle starého zvyku odevzdával výslužku starším studentům a pokorně čekal na svůj díl.

Novou renesanci prožila česká koleda v 18. století. V 19. století nechyběly mezi koledami ani kramářské a písmácké písně. Oblibu koled nezmenšily ani četné zákazy vyhlášené z kazatelen. Zpěv koledníků nejčastěji doprovázela harfa, housle, klarinet nebo flétna a v Podkrkonoší trumšajt. Koledníci zpívali česky o narození Ježíška, cestě do Betléma a královských darech, vinšovali, děkovali (případně hrozili) za koledu. Na Valašsku chodily děti o Štědrém dnu do kostela k jesličkám a přinášely Jezulátku nejrůznější dárky. Malý Ježíšek nedostal jen oříšky, jablka, křížaly, med, brynzu, smetanu a kroupy, ale i hezkou vánoční písničku. Děti před jesličkami tančily a zpívaly:

Ježíšek maličký pasáčkům se smál, smál  
na ten jejich tanec shůry se díval, val  
a všem požehnání bez meškání dal, dal.

Dárky zůstaly u jesliček přes Boží hod a na svátek sv. Štěpána je dostaly tři nejchudší děti z vesnice.



Zdroj: <http://etfuk.sweb.cz/vanoce.htm>

## Nesem vám noviny

1. Nesem vám noviny, poslouchejte,  
z betlémské krajiny, pozor dejte.  
[:Slyšte je pilně a neomylně:], rozjímejte.

2. Syna porodila čistá Panna,  
v jesličky vložila Krista Pána.  
[:Jej ovinula a zavinula:] plenčičkama.

3. K němužto andělé z nebe přišli,  
i také pastýři jsou se sešli.  
[:Jeho vítali, jeho chválili,:] dary nesli.

4. Andělé v oblacích prozpěvují,  
narození Páně ohlašují,  
[:že jest narozen, v jeslích položen,:] oznamují.

## Štědrej večer nastal

Štědrej večer nastal. Štědrej večer nastal,  
koledy přichystal, koledy přichystal.  
Panimámo, vstaňte. Panimámo, vstaňte,  
koledu nám dejte, koledu nám dejte.  
Panimáma vstala. Panimáma vstala,  
koledu nám dala, koledu nám dala.







## Rolničky

Sláva, už je sních, jedem na saních,  
kluci křičí, zvonek zní, jenom táta ztich.  
Kouká na syna, uši napíná  
Co to slyší v rolničkách? Na co vzpomíná?

R: Rolničky, rolničky, kdopak vám dal hlas?  
Kašpárek maličký nebo děda Mráz?  
Rolničky, rolničky, co to zvoní v nich?  
Maminčiny písničky, vánoce a sních.

Zvonky dětských let, rozezvoňte svět!  
Těm, co už jsou dospělí, ať je znova pět!  
Zvoňte zlehýnka, stačí chvilinka:  
Vzpomínka jak rolničky v srdci zacinká.

## Štěstí, zdraví, pokoj svatý

1. Štěstí, zdraví, pokoj svatý vinšujeme vám,  
nejprv panu hospodáři pak našim dítkám.  
Zdaleka se béřeme, novinu vám neseme,  
co jest se nám přihodilo v městě Betlémě.

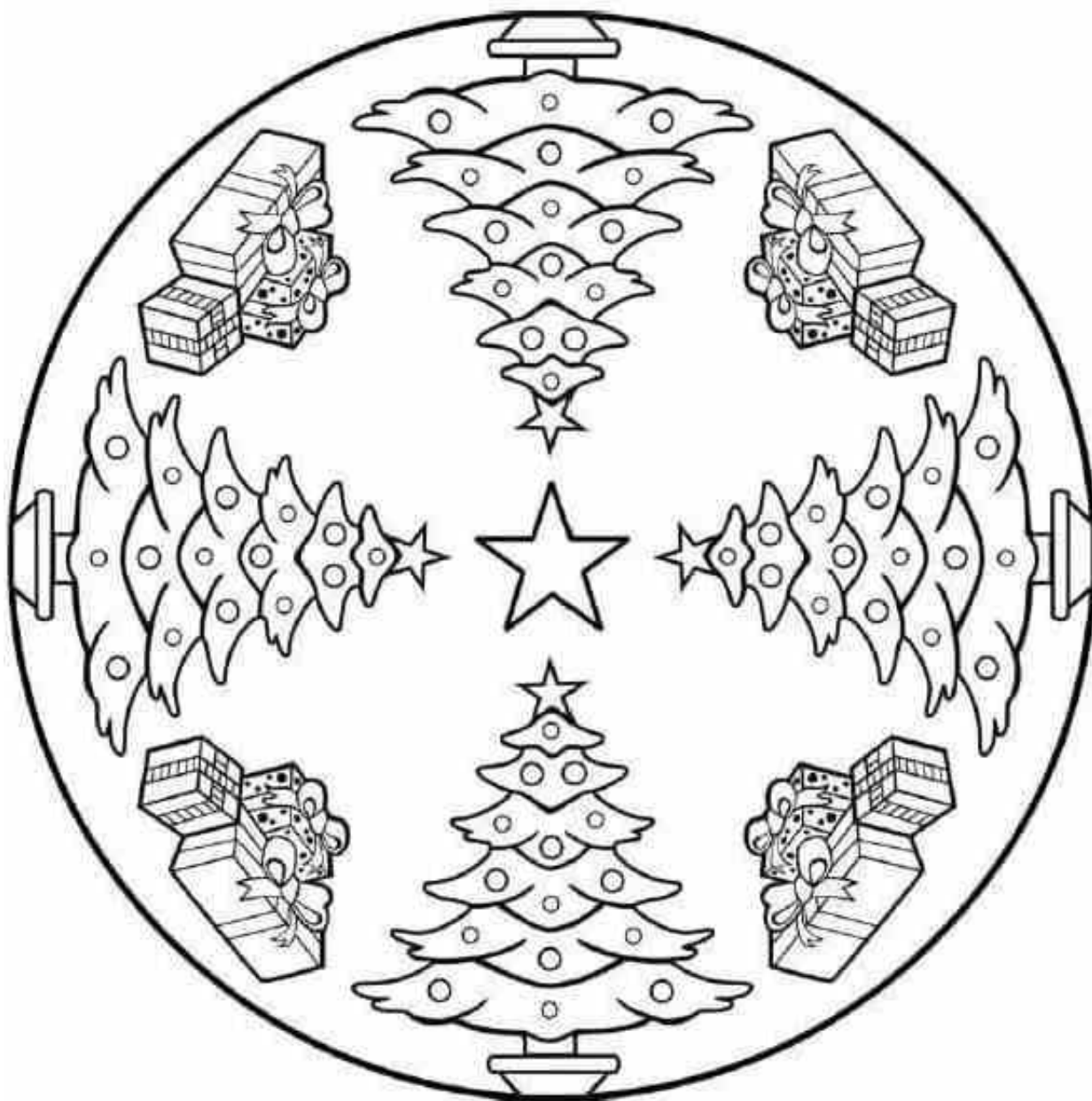
2. Narodil se tam synáček, posílá mě k vám,  
byste mu koledy dali - však já mu ji dám.  
Chlebíčka nechce bráti, nakrmila ho máti,  
radš tolárek neb dukátek máte poslati.

3. Pěkně prosím, odbud'te mě, nemám tu kdy stát,  
ještě musím do Betléma dítko kolíbat.  
Dítka je to bohatý, v nebi vám to zaplatí,  
že se budete po smrti s ním radovati.

Zdroj: <https://texty-pisni.eu/vanocni-koledy/nesem-vam-noviny>

# Vánoční mandala

(omalovánka)



## Vánoční likér

2 konzervy Salka, 1 mandlový pudink, 0,5 l mléka, 0,5 l rumu

**Postup:** Nejdříve si uvaříme 2 konzervy Salka. Uzavřené vložíme do hrnce s vodou, tak aby byly potopené, vaříme 2,5 - 3h tak, aby voda mírně bublala a konzervy byly stále ponořené. Poté necháme vychladit. V 0,5 l mléka uvaříme mandlový pudink, nesladíme. Když nemáme mandlový, můžeme nahradit karamelovým. Do pudinku vmícháme asi půl lahve rumu, rychleji zchladne a nevytvoří se škráloup. Vše nalijeme do mixéru a smícháme tak, aby se Salko dobře promíchalo. Množství rumu je dle chuti. Nalijeme do uzavíratelných lahví a necháme uležet asi 14 dní. Mezitím můžeme ochutnávat, jestli se nám likér povedl.

## Vánoční punč

1 litr červeného vína  
500g krystal cukru  
badyán, skořice (celá), hřebíček

Privést k varu (NEVAŘIT!!!).

Přidat 2 dcl rumu  
a 2 punčové tresti.



---

Časopis je možné stáhnout na našich internetových stránkách:  
<https://www.socialni-sluzby.cz/ostatni/casopis-chrudimsky-senior/>