

Obsah čísla:

Úvodník	str. 1
Významné dny – měsíc červen	str. 2
Článek měsíce	str. 3 - 4
Shrnutí aktivit - DS.....	str. 5 – 7
Pojízdná prodejna	str. 8
Vítáme Vás, Vzpomínáme	str. 8
Narozeniny	str. 9
Recept měsíce	str. 9
Projekty, dotace, dary	str. 10
Plán kulturních akcí	str. 11
Zábava	str. 12

Úvodník



Centrum sociální pomoci Vodňany
pořádá v rámci projektu

“Je stále na co se těšit”

Vystoupení Dua Ruggieri

tenorista z Itálie a baletka z ČR
středa 19. června v 14:00 hod.

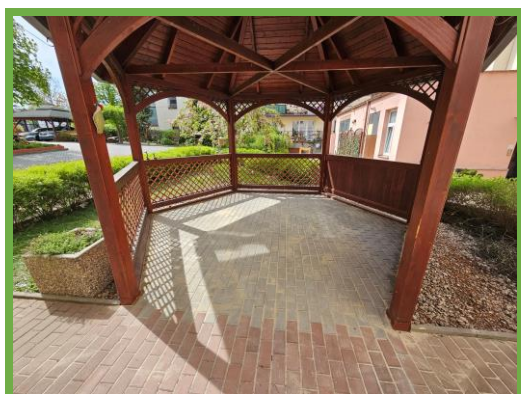


Akce se uskuteční ve společenské
místnosti Domova pro seniory.



**Tento projekt je realizován za finanční
podpory Ministerstva kultury.**

PO PŘEČTENÍ PŘEDEJTE, PROSÍM, DALŠÍMU ČTENÁŘI !!!



Venkovní altánek se převlékl do nového hábitu. Dřevěná propadající se podlaha je již minulostí, a nájezd do altánku je díky zámkové dlažbě a bezbariérovému provedení pro seniory bezpečnější.

Mezinárodní den trpaslíků

21. červen je prvním letním dnem, to ví asi každý z nás. Málokdo ale asi tuší, že je to také Mezinárodní den trpaslíků. Ano, máme na mysli ty sádrové, pro někoho nevkusné postavičky na zahradách, které právě dnes slaví svůj svátek.

Většina z nás si pod výrazem "trpaslík" představí tu v podstatě ne příliš vkusnou sádrovou figurku, co na hranicích s Německem prodávají vietnamští obchodníci. Původně ale byli zahradní trpaslíci uměleckým dílem.



Na zahradách jsou tak k vidění trpaslíci spíše méně zajímaví, takže Fronta za osvobození zahradních trpaslíků před 14 lety vyhlásila první letní den jejich mezinárodním dnem. Ten má naučit nebo alespoň připomenout toleranci v zahradní architektuře – jinými slovy: ať si každý na zahradu dá, co se mu líbí. Mimochodem, zmíněná společnost skutečně trpaslíky osvobozovala. Vypůjčila si (ukradla) trpaslíka ze zahrady a přesunula je na jiné místo. Občas informovala majitele, kde je najde.

Existuje dokonce vědní obor, který se trpaslíkům věnuje - nanologie. Historie trpaslíků je velmi bohatá a především stará. První trpaslíci, tedy malé, tehdy především dřevěné, figurky jsou známé už od dob praotce Čecha. Podle předního českého nanologa Václava Houfka z Muzea Ústí nad Labem jen konzumní společnost udělala ze zahradního trpaslíka, který měl původně uměleckou hodnotu, synonymum kýče.

Když Matyáš Bernard Braun vytvářel pro zahrady v Kuksu své trpaslíky, tak to samozřejmě v žádném případě nebyl kýč. Když se ovšem měšťané chtěli přirovnat k významným šlechtickým rodům, které měly ve svých zahradách figurální postavy, tak samozřejmě neměly peníze a raději volili jen nápodoby, které se pak staly pro svou masovost a jednoduchost kýčovitým symbolem staré měšťanské kultury.

Trpaslíci jsou kupodivu nejvíce oblíbení v západní Evropě, která je pro nás častokrát vzorem vyspělosti. Na německých, francouzských, ale i britských zahradách je trpaslíků více než dost. Stejně tak třeba v Austrálii. Ale i česká stopa je nesmazatelná, protože právě u nás byla první továrna na světě, která trpaslíky vyráběla ve velkém, a to od roku 1874. Konkrétně šlo o keramickou továrnu rodiny Mareschů v Ústí nad Labem a přestože po válce zanikla, její výrobky jsou podle Václava Houfka vysoce ceněné dodnes.

Mezi nejznámější trpaslíky patří bezesporu Dědeček Hříbeček z pohádky Mrazík. V přírodě můžete najít vcelku zajímavou Trpasličí skálu v Jetřichovicích nebo můžete navštívit místo v Rynarticích, kde se nachází skalní masiv, do kterého Eduard Vater vytesal trpaslíky.

1. Jak se nazývá věda o trpaslících?

- a) mamologie
- b) scientologie
- c) nanologie

2. Podle některých odborníků se dá za pravěkého trpaslíka považovat:

- a) Věstonická Venuše
- b) Picassovo dílo Avignonské slečny
- c) Pazourek nalezený na Moravě

3. Úplně první trpaslíci pocházejí z:

- a) Ruska
- b) Německa
- c) Polska

4. První trpaslíci se odlévali z:

- a) železa
- b) hlíny
- c) olova

5. Které české město je známé trpaslíky?

- a) Opava
- b) Brno
- c) Ústí nad Labem



Správné odpovědi: 1C, 2A, 3B, 4B, 5C

Článek měsíce:

JAK SI POTRÉNOVAT A ZLEPŠIT ZRAK?

Zrak je jedním z nejcennějších smyslů, který nám umožňuje vnímat svět kolem nás. Proto asi každého zarazí, když se nám zrak začne zhoršovat. Cožpak o to, nosit brýle není nic strašného a nosí je přeci každý druhý, ale co kdyby tady byla možnost, jak tento moment odvrátit?



Pro udržení očí v optimální kondici existuje řada efektivních metod, zejména pro ty, kteří tráví většinu času před počítačem. Práce za monitorem totiž přináší zátěž pro oči, které jsou dlouhé hodiny fixované na obrazovku. Tato neustálá expozice může vyvolat nepříjemné pocity pálení a únavy. Při dlouhodobém sledování obrazovky dochází k aktivnímu zapojení svalu, který se stará o zaostření zraku na blízké objekty. Po nějaké době může tento sval ztratit pružnost a schopnost plynulého zaostření, což může mít za následek obtíže při pohledu na blízké předměty, a zároveň může ztížit rychlé přizpůsobení zraku na vzdálené objekty. Už před staletími v Číně si byli vědomi významu cvičení pro zdraví očí. Oční jóga, která vznikla díky jejich poznatkům, nabízí jednoduché cviky, jež mohou pomoci udržet oči v dobré kondici i v době, kdy jsme neustále nuceni být ponořeni do světa monitorů.

Samozřejmě by se dalo ještě dlouze psát o všech možných benefitech a teoretických záležitostech, ale nejlepší bude, přejít rovnou k praxi a vyzkoušet si hned několik cviků nebo spíše postupů, se kterými můžete svůj zrak trénovat. Dopředu je také dobré říct, že u všech cviků byste měli sedět rovně, s nohama před sebou a s rovnými zády. Pokud nosíte brýle, na cvičení si je sundejte.



1. Palming

Začněme zlehka. Palming (z anglického slova palm, což je v překladu dlaň) je totiž od toho, abychom si oči uvolnili a zároveň zahřáli. Zavřete si tedy oči a párkrát se zhluboka nadechněte. U toho si začněte třít dlaně o sebe, aby se zahřáli, následně si teplé dlaně přiložte na zavřená oční víčka a nechte je tam do chvíle, dokud nebudou víčka pěkně prohřátá. Když už v dlaních žádné teplo nemáte, nechte oči zavřené, opět si zahřejte ruce a celý proces opakujte zhruba třikrát až čtyřikrát.

2. Mrkání

Zejména když člověk většinu dne fixuje svůj zrak na monitor počítače, vůbec si neuvědomuje, že vlastně nemrká tak často, jak by naším očím bylo přirozené. Proto je i obyčejné mrkání prospěšné, obzvlášť když víte jak na to. Nechte si tedy oči otevřené a desetkrát za sebou rychle mrkněte. Potom nechte oči 20 vteřin zavřené a soustřed'te se na dýchání. No a tento jednoduchý postup opakujte alespoň pětkrát.

3. Ze strany na stranu

V této části už zapojíme i další části těla takže začneme tím, že si předpažíme ruce, sevřeme pěsti – a to tak, že nám směřují vzhůru pouze palce. Hlavu držíme v rovné pozici a opakujte následující postup: S nádechem se podíváme nahoru, jako kdybychom se chtěli podívat mezi obočí. S výdechem zaměříme pohled na levý palec. S dalším nádechem se zase podíváme nahoru a s výdechem tentokrát na pravý palec. Takhle opakujeme zhruba dvacetkrát, přičemž po dokončení všech opakování můžeme na chvíli oči zavřít a nechat je odpočinout.

4. Nahoru a dolů

Položte si sevřené pěsti na kolena, palce budou směřovat nahoru. S nádechem zvedejte pravou ruku, přičemž v tomto okamžiku by měl Váš pohled směřovat na palec. Jakmile bude palec v maximální viditelné výšce (nehýbejte u tohoto cviku hlavou), s výdechem jej vraťte do výchozí polohy, tudíž zpět na koleno. Stejný postup opakujte i s levou rukou a levým palcem. Celkově byste měli udělat zhruba pět opakování na každé oko, respektive ruku.

5. Ostření do blízky a do dálky

U tohoto cviku můžete sedět nebo se můžete postavit, nicméně klíčové je, abyste byli u otevřeného okna, ze kterého je dobře vidět. Ať už tedy sedíte nebo stojíte, nadechněte se a s nádechem se zaměřte na špičku svého nosu po dobu 5-10 vteřin, v podstatě jako kdybyste šilhali. Poté si vyberte vzdálený bod ve vašem výhledu z okna a s výdechem ho sledujte, také po dobu 5-10 sekund. Celý postup opakujte asi tak patnáctkrát až dvacetkrát.

Shrnutí aktivit v domově pro seniory

DUBEN 2024

Duben jsme odstartovali hvězdou, televizní hvězdou. Těšili jsme se na zábavné vystoupení pana Šimona Pečenky s panem Alexandrem Hemalou. Pan Hemala vyprávěl historky ze zákulisí a pan Pečenka doprovodil svým zpěvem celý pořad. Naši uživatelé byli plni zážitku s panem Hemalou, že si o tom vyprávěli ještě druhý den.



Rádi hrajeme hry. Hra zapamatuj si předměty, nebyla tak lehká, ale naši uživatelé to zvládli. Vyjmenovali všechno, co bylo pod šátkem ukryto. Hra jméno, město, zvíře, věc už velice dobře známe. A proto jí rádi hrajeme každý měsíc.



Zapojili jsme se do akce "Uklid'me Česko." Naším uživatelům záleží na okolí domova, proto jsme se vydali uklidit nedaleký park. Podařilo se nám naplnit dva pytle odpadu, který jsme roztřídili. Měli jsme radost a dobrý pocit z odvedené práce.



Na návštěvu k nám dorazili žáci 4.C ZŠ Bavorovská, v čele s paní učitelkou Livečkovou. Přišli nás potěšit písničkou, kterou si pro nás připravili. Děkujeme.

V rámci zahradní terapie jsme si vysadili jahody. Zaseli jsme ředkvičky a salátovou řepu. Ředkvičky začínají pomalu vylézat, a my už si plánujeme, jak si je připravíme.



Hudební vystoupení pana Vladimíra Pecháčka, které spolufinancovalo ministerstvo kultury (název projektu „Je stále na co se těšit.“), bylo plné písniček. Z lidových písniček zazněla třeba: "Jaké je to hezké, dva kováři v městě." Známé Hašlerovy písně a nechyběla ani oblíbená písnička Tomáše Garrigua Masaryka, "Ach synku, synku." Děkujeme.

Další naše oblíbená hra, kterou hrajeme pravidelně a rádi je BINGO. Bingo je společenská číselná loterie pro více hráčů.



V rámci Mezigeneračního setkání i tento měsíc jsme se sešli s dětmi z MŠ Smetanova. Společně jsme vyráběli papírové čarodějnice a vyprávěli si o tradici prvního Máje.

V Domově seniorů jsme oslavili čarodějnický rej plný radostí. Pekli jsme buřty, zdobili májku a užívali si hudbu od harmonikářů. Tato tradice nejen oživuje staré zvyky, ale také posiluje pouta mezi obyvateli centra sociální pomoci a dodává našemu společnému životu sváteční atmosféru.

KVĚTEN 2024



Na začátku měsíce jsme se vydali na výlet, během kterého jsme navštívili nedaleký hrad Helfenburk u Bavorova. Měli jsme štěstí na krásné počasí. Společně jsme si opekli špekáčky a přečetli si o historii hradu. Výlet se nám velmi líbil, stále jsme plní dojmů a často o něm mluvíme.

S dětmi z MŠ Smetanova jsme květen prožili v opravdovém jarním duchu. Na našem pravidelném setkání jsme malovali sádrové odlitky ve tvaru berušek, broučků, kytiček a motýlů. Společná aktivita nás velmi bavila a všichni jsme si užili tvořivou atmosféru.



Navštívily nás děti z MŠ Malovice a připravily si pro nás krátké vystoupení s pásmem písniček. Děti byly úžasné a jejich vystoupení naše uživatele zahřálo u srdce. Moc děkujeme! Společně strávený čas nám přinesl spoustu radosti a úsměvů. Už se těšíme na další setkání!

V rámci zahradní terapie a smyslové aktivizace jsme si zasadili rajčata, kedlubny a brambory. Společně jsme také vyrobili meduňkový sirup, který je skvělý pro naše zdraví. Tyto aktivity nám přinesly radost a umožnily nám trávit čas na čerstvém vzduchu. Už se těšíme na sklizeň a na další společné projekty v zahradě.



Stejně jako v loňském roce jsme se i letos zapojili do projektu Psaní od srdce. Obdrželi jsme mnoho krásných dopisů od lidí, což nás velmi potěšilo a udělalo radost.



Beseda o kuriozitách s Jakubem Samkem byla nejen zajímavá, ale i poučná. Při některých historických předmětech bylo obtížné rozpoznat, k čemu sloužily. Byla to zábava hádat, k čemu jednotlivé předměty sloužily. Děkujeme za skvělou besedu a těšíme se na další setkání plné zajímavostí.



Lidové tance pod vedením slečny Zuzany Sladové byly úžasné. Děvčata se lehce a elegantně vznášela na známé lidové písničky. Jejich sukně se otáčely a s graciózností tancovaly bosky. Velice děkujeme za tuto skvělou podívanou!



Pro naše uživatele jsme tento měsíc uspořádali terapii s poníkem. Naši uživatelé milují zvířata, a když spatřili krásného koně, vrátili se zpět do dětství. Doteky a hlazení koně jim přinesly mnoho radostných okamžiků a nejednou na jejich tváři zazářil úsměv.

I tento měsíc jsme pokračovali v tréninku paměti pomocí našich oblíbených her, jako je jméno, město, zvíře, věc a Bingo.



Do centra CSP zavítali mladí hasiči z Pražáku a společně jsme si užili odpoledne plné radosti při výrobě krásných květináčů s netřeskem. Tato aktivita nás nadchla a dělala nám obrovskou radost. Velké díky patří jim a těšíme se na další setkání plné společné zábavy.

Pojízdná prodejna přivezla nostalgii

Poslední týden v květnu jsme v našem Centru sociální pomoci zažili nevšední a nostalgický zážitek – přijela k nám pojízdná prodejna, která nám připomněla časy minulé, kdy takové prodejny byly běžnou součástí života na vsi. Tato událost nám přinesla nejen možnost nakoupit si dobroty, ale také zavzpomínat na doby, kdy pojízdná prodejna byla jediným způsobem, jak si lidé mohli nakoupit potřebné věci.

Celá akce byla pojata ve stylu retro, což dodalo celé události zvláštní kouzlo. Naši uživatelé měli příležitost zavzpomínat na doby, kdy se těšili na příjezd pojízdné prodejny, která přivážela nejen potraviny, ale i drobné radosti. Představte si to nadšení, když se na dvoře centra objevilo vozidlo plné lahůdek a dobrot!

Atmosféra byla úžasná. Všichni jsme se sešli venku, povídali si a vzpomínali na staré časy. Bylo krásné vidět, jak se naši uživatelé usmívají a sdílejí své příběhy a vzpomínky. Každý z nich si mohl vybrat, na co měl chuť – od sladkostí po různé drobné pochoutky, které jim připomněly jejich mládí.

Rádi bychom touto cestou poděkovali panu Kodádkovi, díky němuž jsme mohli tuto nádhernou akci uskutečnit. Bez jeho ochoty a podpory by se nám nepodařilo přivést pojízdnou prodejnu do našeho centra a vytvořit takové krásné chvíle pro naše uživatele. Pane Kodádku, děkujeme!



Celá akce byla nejenom o nákupech, ale hlavně o vzpomínkách a radosti z toho, že jsme mohli společně prožít něco výjimečného. Pojízdná prodejna nám přivezla více než jen zboží – přivezla nám kousek minulosti, který nám připomněl krásné okamžiky našich životů. Doufáme, že podobné akce budeme moci zopakovat i v budoucnu a těšíme se na další společné zážitky.

Tento den nám všem zůstane dlouho v paměti a věříme, že i nadále budeme vytvářet podobně krásné a nezapomenutelné okamžiky v našem Centru sociální pomoci.

Za CSP Vodňany instruktor volného času, aktivizační Petra Seberová

Vítáme Vás

Nově mezi nás zavítali tito uživatelé:

Rába Josef
Pagáčová Jaroslava
Chrtová Marie



Vzpomínáme

Opustili nás tito uživatelé:



PEČOVATELSKÁ SLUŽBA

Narozeniny

DOMOV PRO SENIORY

17. 6. Kozlík Jan
17. 6. Kozlík Zdeněk
23. 6. Rychlá Jaroslava
24. 6. Hornát Jiří
24. 6. Švecová Jarmila
27. 6. Hrodějová Anna
1. 7. Kandová Věra
11. 7. Čejková Růžena

12. 7. Hanžlová Anna
13. 7. Kačerová Jiřina
19. 7. Kovářík Petr
20. 7. Nečasová Zdeňka
23. 7. Votánková Anna
24. 7. Kovárna Jaroslav
2. 8. Šiklová Marie
4. 8. Pešková Marie

PEČOVATELSKÁ SLUŽBA

13. 6. Sajlerová Marie
16. 6. Chuttková Jana
21. 6. Kadlecová Věra
24. 6. Kajtmanová Drahlava
27. 6. Vrbová Marie
5. 7. Grillová Anna
6. 7. Lafata Jan
9. 7. Křenkova Růžena

10. 7. Krausová Miruše
18. 7. Choleva Petr
24. 7. Polanská Vlasta
27. 7. Procházková Božena
28. 7. Brožová Růžena
6. 8. Budinová Jana
9. 8. Hanus Jan
10. 8. Kapusta František



BLAHOPŘEJEME!!!

Recept měsíce

Tvarohové jahodové knedlíky

Ingredience na těsto

- 250 g tvaroh měkký v kostce
- 1 vejce
- sůl
- 200 g mouka polohrubá

Ingredience na ozdobení

- cukr moučkový
- jahody 25 ks
- zakysaná smetana
- máslo



Příprava

Měkký tvaroh, vejce, sůl, mouku a 100 g rozpuštěného másla smíchejte a propracujte do hladkého a vláčného těsta. Z něj vytvořte váleček a nakrájejte ho na menší špalíčky. Každý špalíček prsty roztáhněte, do prostřed dejte jahodu a zabalte kulatý knedlík. Vařte ve vroucí osolené vodě 6 minut. Podávejte posypané moučkovým cukrem, zalité zbylým máslem a ozdobené zakysanou smetanou.

Projekty, dotace, dary

Účelová dotace z rozpočtu Jihočeského kraje na rok 2024

Centrum sociální pomoci Vodňany získalo pro rok 2023 účelovou dotaci ve výši 17 546 000,- Kč. Tato dotace je určena na spolufinancování neinvestičních nákladů souvisejících se zajišťováním základních činností při poskytování sociálních služeb na období 1. 1. – 31. 12. 2024. Dotace byla poskytnuta:

pro sociální službu Domov pro seniory, identifikátor 4139427 ve výši 15 996 000,- Kč dle Pověření Jihočeského kraje č. OSOV/154/2022

pro sociální službu Pečovatelská služba, identifikátor 2143602 ve výši 1 550 000,- Kč dle Pověření Jihočeského kraje č. OSOV/58/2022

Obě služby jsou zařazeny do základní sítě sociálních služeb v Jihočeském kraji pro období 2022 – 2024.



Dotace města Protivín

Centrum sociální pomoci Vodňany získalo finanční dotaci z rozpočtu města Protivína ve výši 30.000,- Kč, určenou na výdaje spojené s poskytováním sociální služby Domov pro seniory. Finanční prostředky jsme použili na částečnou úhradu speciálního elektrického polohovacího lůžka Leo s dělenými postranicemi. Toto lůžko je velice praktické, neboť umožňuje lepší přístup ošetřujícímu personálu ke klientovi a usnadňuje jim práci, která je už tak velmi fyzicky náročná. Seniorům tato lůžka zajišťují větší bezpečí a zvyšují jejich samostatnost. Účelem dotace je zvýšit úroveň života seniorů v našem pobytovém zařízení, dopřát našim uživatelům co nejvíce pohodlí a prožít tak důstojné stáří.



Dárci a sponzoři za 1. pololetí r. 2024

Děkujeme z celého srdce všem příznivcům našeho Centra sociální pomoci Vodňany.

Dary určené na spolufinancování pobytové sociální služby Domov pro seniory: Obec Číčenice 10.000,- Kč, Obec Krašovice 5.000,- Kč, Obec Libějovice 5.000,- Kč, Obec Cehnice 3.000,- Kč, Obec Temelín 5.000,- Kč, Obec Skočice 5.000,- Kč, Obec Husinec 5.000,- Kč, Obec Bavorov 15.000,- Kč, Město Strakonice 5.000,- Kč, Obec Kájov 5.000,- Kč, Obec Nákří 5.000,- Kč, Obec Všemyslice 5.000,- Kč, Obec Dříteň 10.000,- Kč, Obec Střelské Hoštice 5.000,- Kč, p. Leskovec Josef 2.000,- Kč, Dr. Max 20.000,- Kč, p. Beran 10.000,- Kč, pí. Vaňková 20.000,- Kč, anonymní dárce 50.000,- Kč, pí. Kloubcová Jana 1.105,- Kč, Cykloservis Protivín - Ingredience na svažák pro seniory a zaměstnance.

Dary určené na spolufinancování terénní sociální služby Pečovatelská služba: Obec Číčenice 15.000,- Kč, Obec Krašovice 10.000,- Kč, Obec Skočice 20.000,- Kč, Obec Drahonice 5.000,- Kč, p. Rába 10.000,- Kč, Cykloservis Protivín - Ingredience na svažák pro zaměstnance, Zahradnictví Plíva – květiny a květinová výzdoba.

Děkujeme Vám za splnění našich snů díky Vaším darům, s úctou ředitelka CSP Vodňany,

Mgr. Bc. Daniela Davidová, MBA

Kulturní akce červenec

Harmoniky H+V

Úterý 16. července od 14:00 hod.
Venku na dvoře CSP Vodňany

BINGO

Středa 17. července od 13:30 hod.
Společenská místnost

Hudební skupina ELECOUSTIC

Pondělí 29. července od 14:00 hod.
Společenská místnost

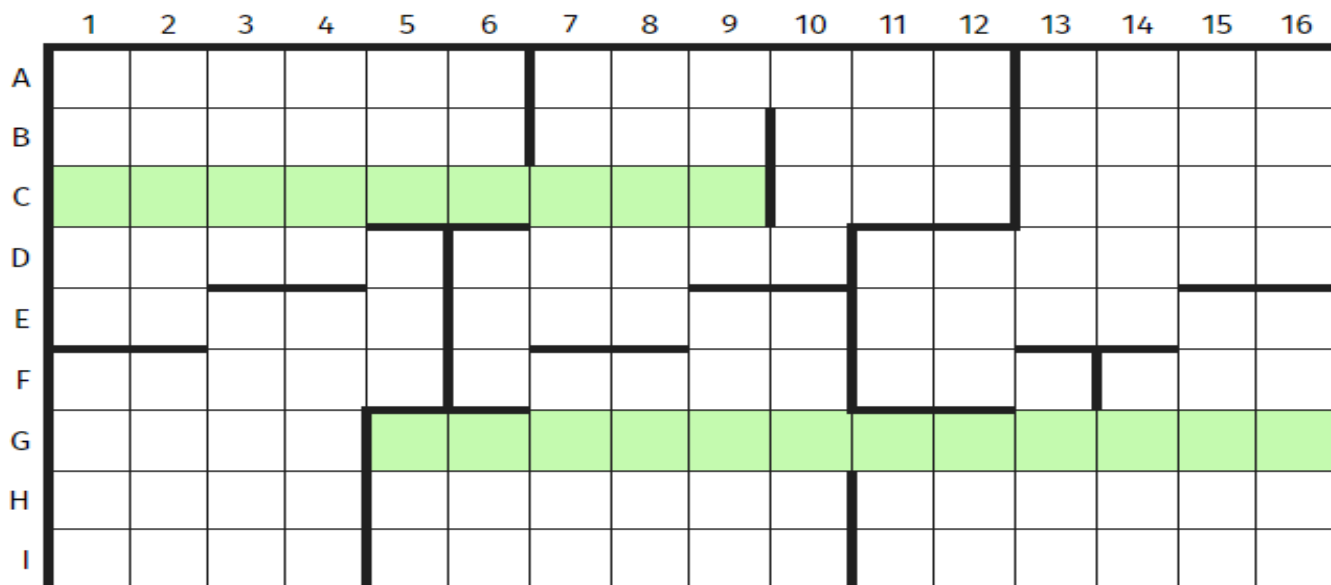
Návštěva paní Blandové s jezevčíkem Žofinkou

Středa 31. července od 13:30 hod.
Na pokojích uživatelů

Zábava

Klasická křížovka

Žena vyčítá svému manželovi: „Jiné manželky si stále kupují moderní novinky, cestují po světě, jen já nemám nic a trčím stále doma jako popelka!“ Muž říká: „Nevím, na co si stěžuješ, sama ted' přiznáváš, ...tajenka.“



Vodorovné legendy

- A ČÁSTI NOHOU, UBYTOVACÍ ZAŘÍZENÍ, LYŽAŘSKÁ DISCIPLÍNA
 B USMRCEN VE VODĚ, PRIMÁTI, ZNAČKA DŽÍN. KALHOT, DOUPĚ
 C TAJENKA 1.DÍL, ZKRATKA NAŠÍ BÝVALÉ MĚNY, SLOVEN.JINAK
 D DRUH LITERÁRNÍHO DÍLA, VZDUŠNĚ (HUD.), UTRHNOUTI
 E CIBULOVITÁ ROSTLINA, KORYTO PRO DOBYTEK, JASNÉ POZNÁNÍ
 F NESPISOVNÝ VÝRAZ, BARVA ŠEDÁ /STAROČESKY/, CITOSLOVCE BAFNUTÍ, ZN. RUSKÝCH AUT
 G ARABSKÁ LOUTNA, TAJENKA 2.DÍL
 H NA ONOM MÍSTĚ, BÁSNÍK, ZČÁSTI ODEJMU
 I POPLAŠNÉ ZPRÁVY NA PC, VELKONOSÝ, DOKONČIT ORBU



Svislé legendy

- 1 KÓNUS (MAT.), UMĚLECKÝ STYL
 2 SVAZKY SLÁMY, ČÁST HOROLEZECKÉ VÝZBROJE
 3 SEVERŠTÍ PAROHÁČI, CHVALOZPĚVNÁ PÍSEŇ
 4 OPAK LYRIKA, CHARKTERISTICKÉ PROSTŘEDÍ PRO LOM SVĚTLA V OPTICE
 5 SPOJKA SROVNÁVACÍ, ZNAČKA DOMÁCÍCH SPOTŘEBIČŮ, POUZE
 6 ČÁSTICE, PRAŽSKÁ SPZ, NEMOCNIČNÍ ODDĚLENÍ
 7 ČLEN RYCHLÝCH ŠÍPŮ, SKOSENÍ
 8 ZNAČKA NAŠEHO STARŠÍHO ROZHLASOVÉHO PŘIJÍMAČE, HESLA
 9 POTICHU, UNAVOVAT
 10 NOSNÍK PROFILU 'L', HOŘKÝ
 11 ČÁST LOVIŠTĚ OBSTOUPENÁ STŘELCI, DRUH POČÍTAČOVÉHO KONEKTORU, KONČETINA /ZASTAR./
 12 ANGLICKÁ ROCKOVÁ KAPELA Z LONDÝNA, RVAČKA /NÁŘEČNĚ/, TELEVIZNÍ KABELOVÝ KANÁL
 13 ZASNĚNĚ, AUTO (HOVOROVĚ)
 14 DĚLAT, POZDRAV
 15 PRACOVAT S PLUHEM, LANKO K VINUTÍ CÍVEK
 16 CIZÍ OVOCE, SŮL KYSELINY OLEJOVÉ

„Jak jde čas ... v CSP Vodňany“ – dvouměsíčník. Vydává a tiskne: CSP Vodňany. ZDARMA. Náklad 100 ks
 Centrum sociální pomoci Vodňany, Žižkovo náměstí 21, 389 01 Vodňany, telefon 383 382 625, www.cspvodnany.cz,
 Redakční rada: Mgr. Bc. D. Davidová, MBA, Mgr. M. Hynková, P. Pecková, Odpovědný redaktor: Petra Pecková