**PROGRAM DENNÍCH AKTIVIT ČESKÝ KRUMLOV**

**- ŘÍJEN 2023-**

**Úterý 3.10.** **O nás s námi / Skupina zotavení-klienti klientům / Pečeme štrůdl**

9:00 – 12:00 Národní den přátel / Den ocenění virů / Národní den prevence šikany

15:00 – 16:00 **Skupina pro mladé**

**Středa 4.10.**  **ECO skupina- sběr bylin**

9:00 – 12:00 Světový den zvířat / Pošli svůj dopis v láhvi / Dnes má svátek František

**Čtvrtek 5.10.**  **Ranní protažení / Dobrý hrnec-** **Vaří ženy**

9:00 – 12:00 Světový den balonků / Den náhodné poezie

**…**

**Úterý 10.10. Kafemlejnek**

9:00 – 12:00 Národní den objetí a bubeníků / Světový den duševního zdraví / Den kaše / Světový den proti trestu smrti

https://mall.fameplay.tv/mezinarodni-dny/svetovy-den-proti-trestu-smrti-kdo-se-stal-poslednim-cechem-odsouzenym-k-obeseni

**Středa 11.10. ECO skupina- výroba kvašené zeleniny**

9:00 – 12:00 Národní den coming outu / Národní den Ady Lovelace

**Čtvrtek 12.10.** **Jóga pro zdravá záda / Dobrý hrnec-** **Vaří muži**

9:00 – 12:00 Národní den farmářů / Národní den- vezměte své rodiče na oběd / Mez.den za omezení přírodních katastrof

**…**

**Úterý 17.10. Výlet do Trocnova- odjezd z ČB vlakem v 10:10 hod (vstupné do skanzenu 80,- snížené 50,-)**

9:00 – 12:00 Národní den- vezměte si na sebe dnes něco křiklavého / Mezinárodní den za vymýcení chudoby

15:00 – 16:00 **Skupina pro mladé**

**Středa 18.10. ECO skupina- výroba rýmovníkového sirupu**

9:00 – 12:00 Národní den bez vousů / Národní den čištění plochy PC / Den čokoládových košíčků

**Čtvrtek 19.10.** **Nácvik správného dýchání / Dobrý hrnec-** **Vaří ženy**

9:00 – 12:00 Národní den zhodnoťte svůj život / Světový den důstojnosti

**…**

**Úterý 24.10.**  **Kafemlejnek**

9:00 – 12:00

**Středa 25.10. ECO skupina- výroba lucerniček**

9:00 – 12:00 Punk na jeden den / Světový den těstovin / Kyselý den / Den domácích mazlíčků

**Čtvrtek 26.10.** **Bioenergetické cvičení / Dobrý hrnec- Vaří muži**

9:00 – 12:00  Den vytí na Měsíc / Národní den masového koláče / Národní den dýně

**…**

**Úterý 31.10.** **Zvyky a tradice / Pouštění draků / Předvečer všech svatých**

9:00 – 12:00 Magický den / Národní den karamelových jablek / Svátek má Štěpánka / Den spoření

15:00 – 16:00 **Skupina pro mladé**

**ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA**

Říjen je poslední měsíc světlé poloviny roku. Měsíc, kdy naši předkové končili sklizeň úrody a děkovali přírodě za poskytnuté dary. Také my bychom už měli mít vše nachystané na nadcházející zimu, vše uklizené a uspořádané, a to nejen na zahradě a v domě, ale i sami v sobě.

**Péče o tělo i duši**

Inspirací nám v tomto případě může být svatá Hildegarda, která říjen přirovnává ke staršímu člověku, který už často bývá unavený. Když je mu chladno, tak si sedne, malinko se schoulí do sebe, zahřeje se svým vlastním teplem, podívá se na věci z trochu jiné perspektivy, vynechá to nepodstatné, přestane se honit za touhami mládí, obrátí se do nitra a pustí se hlavně do toho, co těší jeho duši.I o tělo se samozřejmě musíme postarat, podzimní čas nám ovšem naznačuje, že bychom měli spíš ubrat. Občasné teplé dny nám dávají dostatek prostoru k pohybu, výkonnostní sporty bude ale moudré raději vyměnit za procházky nebo práci na zahradě. Prodlužující se večery můžeme využít k četbě, rozhovorům s blízkými a přemýšlení o sobě i o životě vůbec.

Příroda kolem nám může být krásným příkladem, jak na to. Zbavuje se všeho méně podstatného, shazuje listí a své síly pomalu stahuje dolů do země. Tepla má ještě dost na to, aby dozrály poslední plodiny, nic nového už ovšem netvoří a nikam se nežene. My si na podzim můžeme naordinovat kratší půst, doba je pro něj víc než vhodná. Po létě jsme dobře vyživení a před zimou neuškodí trochu si vyčistit organismus. Nic už ale nesmíme přehánět, protože i naše tělo si pomalu začíná chystat zásoby, zklidňuje se a stahuje do svého nitra.

**Čas díkůvzdání**

Podzimní čas býval v hospodářství dobou sčítání úrody. Dokončoval se sběr některých plodin, jako jsou brambory, řepa, ve vinařských oblastech hrozny a v chmelařských chmel. To se ostatně děje i dneska, akorát nám to všechno počasí nachystalo o měsíc dřív. Sušila se jablka, ze švestek se vařila povidla, různé druhy ovoce se nakládalo na pozdější pálení (i to se ostatně děje i dneska).

**Patroni podzimu**

Staří Římané zase slavili 1. října svátek Meditriny, bohyně zdraví a vína. Jak příhodné. Celý měsíc říjen pak zasvětili bohu Martovi, který byl nejen patronem válečníků, ale hlavně ochráncem před zimou, hladem a dalšími pohromami. Inu, příroda může být na jednu stranu laskavá matka a velkorysá živitelka, umí být ale i nepřející a děsivou ničitelkou jako další z podzimních bohyní Hekaté či keltská babice Cailleach.

Možná proto si křesťané hned 2. října zvolili za svátek všech strážných andělů, 4. října si připomínají velkého ochránce přírody a zvěře Františka z Assisi, 16. se v českých zemích léta slavilo Havelské neboli císařské posvícení, do něhož má být úroda pod střechou a zelí vykvašené. Spojení Havla se zelím naznačuje i lidová pranostika – svatý Havel, do zelí zajel.

Naši praktičtí předkové neváhali spojovat více věcí a říjnová posvícení často kombinovali se slavením svateb. Pozor ale, Hedvika, která má svůj svátek 17., je zároveň ochránkyní vyhnanců, 18. října nám svatý Lukáš, patron lékařů a lékárníků, opět připomene potřebu péče o naše zdraví. Zajímavé je, že byl i ochráncem řezníků a právníků. Doufejme, že se jako pacienti nebudeme mít důvod s nikým soudit a že si ve zdraví užijeme nastávající období zabíjaček.

21. října má svátek ochránkyně manželství, patronka dívek a šťastné smrti svatá Voršila, která nám dle lidových pranostik již posílá zimu. Budeme si tedy muset dát pozor, abychom hned 28. nemuseli kromě oslav 100letého výročí republiky o pomoc prosit svatého Judu, ochránce všech, kdo se ocitají v zoufalé situaci.

Zima, období temna a chladu, nás zažene do našich domovů, kde si naši předkové po večerech vyprávěli příběhy a vzpomínali na časy minulé, aby se poučili z moudrosti a konec konců i chyb těch, kteří tu již nejsou. **Keltové** si v průběhu října připomínali hlavně své ženské předky, kteří na nás z onoho světa dohlížejí a žehnají nám.

**Augusta Ada King, hraběnka z Lovelace** ([10. prosince](https://cs.wikipedia.org/wiki/10._prosinec) [1815](https://cs.wikipedia.org/wiki/1815) [Londýn](https://cs.wikipedia.org/wiki/Lond%C3%BDn) – [27. listopadu](https://cs.wikipedia.org/wiki/27._listopad) [1852](https://cs.wikipedia.org/wiki/1852) tamtéž), narozená jako **Augusta Ada Byron** a nyní známá jako **Ada Lovelace**, byla [anglická](https://cs.wikipedia.org/wiki/Angli%C4%8Dan%C3%A9) [matematička](https://cs.wikipedia.org/wiki/Matematik) a první [programátorka](https://cs.wikipedia.org/wiki/Program%C3%A1tor), která je známá především detailním popisem fungování [Babbageova](https://cs.wikipedia.org/wiki/Charles_Babbage" \o "Charles Babbage) mechanického [počítače](https://cs.wikipedia.org/wiki/Po%C4%8D%C3%ADta%C4%8D) ([analytického stroje](https://cs.wikipedia.org/wiki/Analytick%C3%BD_stroj)), jehož vývoj podporovala i finančně. Mezi jejími poznámkami k analytickému stroji byl i [algoritmus](https://cs.wikipedia.org/wiki/Algoritmus) [Bernoulliho čísel](https://cs.wikipedia.org/wiki/Bernoulliho_%C4%8D%C3%ADsla" \o "Bernoulliho čísla), který je považován za první algoritmus zpracovatelný počítačem.[[4]](https://cs.wikipedia.org/wiki/Ada_Lovelace#cite_note-4)

Narodila se 10. prosince 1815 jako jediné [legitimní](https://cs.wikipedia.org/wiki/Legitimita) dítě básníka [lorda Byrona](https://cs.wikipedia.org/wiki/George_Gordon_Byron) a jeho manželky Anny Isabelly Byronové. Všechny ostatní Byronovy děti se narodily mimo manželství. Byron opustil svou ženu měsíc po dceřině narození a za další čtyři měsíce opustil nadobro i Anglii. Později když Adě bylo osm let, podlehl nemoci během [Řecké osvobozenecké války](https://cs.wikipedia.org/wiki/%C5%98eck%C3%A1_osvobozeneck%C3%A1_v%C3%A1lka). Skončila tak v opatrovnictví matky, [spisovatelky](https://cs.wikipedia.org/wiki/Spisovatel), která nicméně podporovala její zálibu v matematice a logice (také jako součást pokusu předejít rozvinutí „šílenství“, které viděla v jejím otci – ovšem na otce nezanevřela a nechala se vedle něj i pohřbít). Jako jedna z mála žen ve [viktoriánské](https://cs.wikipedia.org/wiki/Viktori%C3%A1nsk%C3%A9_obdob%C3%AD) [Anglii](https://cs.wikipedia.org/wiki/Anglie) proto studovala matematiku.[[5]](https://cs.wikipedia.org/wiki/Ada_Lovelace#cite_note-5)

Na prahu dospělosti se díky svému talentu seznámila s britským matematikem [Charlesem Babbagem](https://cs.wikipedia.org/wiki/Charles_Babbage) a konkrétně jeho prací na vývoji „analytického stroje“, čímž začal jejich dlouhodobý pracovní i přátelský vztah. V letech 1842–1843 přeložila článek italského vojenského analytika [Luigiho Menabrea](https://cs.wikipedia.org/wiki/Luigi_Federico_Menabrea) o tomto stroji a doplnila ho rozsáhlými poznámkami (nadepsanými jednoduše Notes – „poznámky“), které mimo jiné obsahují první známý počítačový program – [algoritmus](https://cs.wikipedia.org/wiki/Algoritmus), určený k provedení strojem. Kromě příspěvku k počátečním dějinám počítačů se ve svých poznámkách věnovala také vizím ohledně pokročilých schopností počítačů: skládání hudby a kreslení obrazů a využití techniky ke spolupráci jednotlivců i společnosti.