**PROGRAM DENNÍCH AKTIVIT ČESKÝ KRUMLOV**

**- DUBEN 2024-**

**Úterý 2.4. O nás s námi / Vypečené úterý- banánovo arašídové sušenky / LARP**

8:00 – 12:00 Národní den fretek / Národní den arašídového másla / Mezinárodní den dětské knihy

**Středa 3.4.** **Tradičník- Přástky- staré zvyky a tradice**

8:00 – 12:00 Národní den hledání duhy / Národní den čokoládové pěny / Světový den večírků

**Čtvrtek 4.4.**  **Nácvik správného dýchání / Dobrý hrnec-**

8:00 – 12:00 Mezinárodní den mrkve / Den Cordon Bleu/ Den vitamínu C/ Světový den krys/ Nár.den lží

**…**

**Úterý 9.4. Procházka s Martinem**

8:00 – 12:00 Národní den jednorožců / Den- dej si jiné jméno / Národní starožitné tradice

13:00- 14:00 **Seberozvojová a podpůrná skupina** (Skupinové sdílení umožňuje získat na sebe a své chování cennou

 zpětnou vazbu a zároveň vytváří svobodné prostředí pro vyjádření vlastních pocitů a postojů

**Středa 10.4. Tradičník-** Přástky- staré zvyky a tradice

8:00 – 12:00 Národní den sourozenců / Mezinárodní den zavíracích špendlíků / Národní den golfistů

**Čtvrtek 11.4.** **Jóga pro zdravá záda / Dobrý hrnec-**

8:00 – 12:00 Den ponorek / Den sýrového fondue / Národní den domácích mazlíčků/ Svět.den Parkinsona

 **…**

**Úterý 16.4. Vypečené úterý- vejce Benedikt / Hra na kytaru / LARP**

8:00 – 12:00 Národní den v pyžamu do práce / Národní den vajíček Benedikta / Den záchrany slonů

**Středa 17.4. Tradičník-** Přástky- staré zvyky a tradice-

8:00 – 12:00 Národní den netopýrů/ Světový den hemofilie/ Národní den sýrových kuliček/ Bla bla den/ Dnes dámy nic nedělají

**Čtvrtek 18.4.** **Nácvik správného dýchání / Dobrý hrnec-**

8:00 – 12:00 Národní den venkovních elektrikářů / Národní den Piňaty / Národní den novinových sloupků

**…**

**Úterý 23.4.** **První výlet se Soňou**

8:00 – 12:00 Mluv jako Shakespeare / Světová knižní noc / Národní den ztracených psů / Německý den piva

13:00- 14:00 **Seberozvojová a podpůrná skupina** (Skupinové sdílení umožňuje získat na sebe a své chování cennou zpětnou vazbu a zároveň vytváří svobodné prostředí pro vyjádření vlastních pocitů a postojů

**Středa 24.4. / Svátek má Jiří**

8:00 – 12:00 Den světlušek / Den kapesní básně / Národní den povlečení s prasátky / Den módní revoluce

**Čtvrtek 25.4.** **Bioenergetické cvičení / Dobrý hrnec-**

8:00 – 12:00 Národní den obejmi svého instalatéra / Světový den malárie / Národní den DNA

 **…**

**Úterý 30.4. Vypečené úterý- ovesné sušenky / LARP /**

8:00 – 12:00 Národní den ovesných sušenek / Národní den poctivosti / Světový den dírkové fotografie / Den jazzu

**ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA**

Šedivé úterý- Poslední předvelikonoční úterý, které letos připadá na 26. 3. 2024, bylo spojené s úklidem domácnosti. Myla se okna, někde se bílilo, ale hlavně bylo potřeba důkladné vymést pavučiny. Očista příbytku neměla jen praktický význam, ale symbolizovala, že se z chalupy vymetou všechny „nečistoty“ i ve smyslu duchovním. Jinak ale s tímto dnem nebyly spojené žádné zvláštní zvyky nebo rituály.

Žlutá, barva světla

A odkud se vzalo druhé přízvisko tohoto dne, tedy Žluté úterý? Podle některých výkladů se odvíjí od toho, že se po vymetení nepořádku a umytí oken do našeho domu opět dostanou paprsky slunce. A právě světlo a slunce tato jásavá barva symbolizuje.

Škaredá středa, která vychází na 27. března 2024, připomíná zradu Jidáše Iškariotského. Ten se v tento den na Ježíše škaredil a posléze ho také zradil. Zároveň se traduje, že kdo se bude v tento den mračit, zůstane mu to po všechny středy v roce a podle některých výkladů dokonce po celý rok.

Vymetání komínů mělo i symbolický význam

V tento den se stejně jako o Šedivém úterý uklízelo. Pokračovalo se s očistou domu, uklízel se i dvůr a hospodářské prostory, ale hlavně se vymetaly komíny. Odtud pochází název Sazometná středa. Mimochodem, čištění komína po zimě mělo zajistit nejen jeho bezproblémové fungování v další topné sezoně, ale také symbolicky odehnat z domu zlé duchy.

Zelený čtvrtek- Tento název je odvozen od zeleného mešního roucha, které se používalo v kostelích, nebo od pověry, že se musí jíst pouze zelená strava. Podle dalšího výkladu vznikl výraz Zelený čtvrtek přesmyčkou z původního německého názvu Greindonnerstag (lkavý čtvrtek, greinen znamená plakat) na Gründonnerstag (zelený čtvrtek).

Na Zelený čtvrtek po mši umlknou zvony, které podle tradice „odlétají do Říma“ a znovu se rozezní až na Bílou sobotu. Aby se jejich zvonění něčím nahradilo, procházeli chlapci vesnicí a dělali hluk rozličnými nástroji, jako jsou řehtačky, klapačky, mlýnky a trakaře.

Nepropásněte určitě moment, kdy se zvony rozezní naposledy. Pokud totiž v tuto chvíli zacinkáte penězi, budou se vás podle pověry finance držet celý rok. Se zvony souvisí i další tradice: když se o Zeleném čtvrtku naposled zvonilo, doporučovalo se třást v zahradách vší silou stromy, aby daly hodně ovoce.

Zelené jídlo zajistí zdraví po celý rok

V tento den měli lidé podle lidových zvyklostí jíst co nejvíce zelené stravy, aby byli po celý rok zdraví. Vařilo se hlavně z mladých kopřiv, špenátu, zelí a další zeleniny, na stole nechyběly ani luštěniny nebo třeba zelená polévka z jarních bylinek. Dnes patří k oblíbeným jídlům vedle špenátu např. špenátová velikonoční nádivka. V tento den se také začíná čepovat zelené pivo.

Tradice kolem velikonočních jidášů

Hospodyně na Zelený čtvrtek pekly jidáše, pečivo ve tvaru spirály připomínající provaz, na kterém se zrádný Jidáš oběsil. K této velikonoční sladkosti se vážou další tradice, které měli lidi chránit před nemocemi.

Věřilo se, že kdo snědl ráno na lačný žaludek jidášek s medem, byl opět celý rok v dobré formě. Také byl chráněn před jedovatým štípnutím a had, včela nebo štír mu neuškodili. Chleba s medem se jako pojistka proti chorobám dával také dobytku a kousek se házel i do studně, aby v ní byla dobrá voda

Co dělat a nedělat na Zelený čtvrtek

Na Zelený čtvrtek si lidé neměli od druhých nic půjčovat a neměli se hádat – odměnou se jim budou všechny hádky vyhýbat a peníze si k nim cestu najdou samy.

A co naopak dělat? Pokud si chcete ještě posichrovat pevné zdraví, omyjte se ranní rosou. Věřilo se totiž, že kdo se ráno na Zelený čtvrtek umyje rosou, bude ochráněn před nemocemi. Další doporučované činnosti souvisely s hospodářstvím. Říkalo se, že hrách zasetý v tento den nenapadne sněť. Několik zrnek syrového hrachu se pak jedlo jako ochrana proti bolesti zubů.

A ještě jedna lidová pověra: kdo na Zelený čtvrtek smetí spálí, hodí ho přes plot nebo vynese na rozcestí, tomu opustí jeho stavení hmyz a myši.