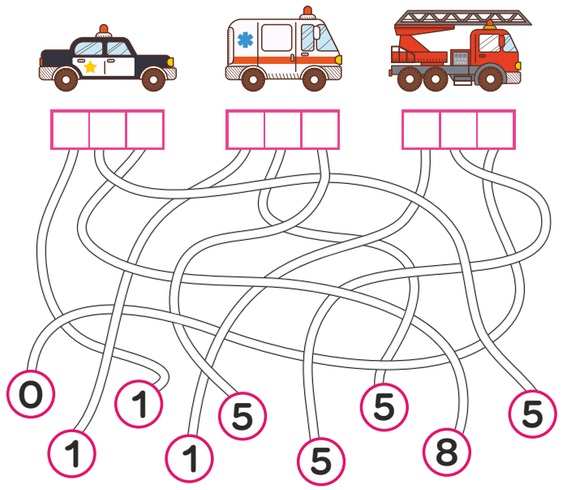
Akce

22. března
Pepická maškarní zábava, Hostinec u Drdů
SK Slavia Drahelčice ve spolupráci s obcí pro vás pořádají tradiční Pepíckou zábavu. Program je rozdělen do dvou částí – pro děti a pro dospělé.
Dětská zábava: 14:30 – 17:30, vstupné dobrovolné
Dospělá zábava: od 20:00, vstupné 200 Kč, bohatá tombola, k poslechu a tanci hraje kapela Etylen

30. března
Zdravotnické divadélko, Hostinec u Drdů, 15:00
Zveme všechny děti a rodiče v neděli 30. března od 15 hodin do sálu hostince u Drdů na divadélko, kde vás loutky Filípka a Lucinky provedou první pomocí. Všechny děti jsou zapojeny do představení, naučí se ošetřit drobná zranění a také to, jak správně reagovat při těch větších.
Vstup: zdarma
Na akci se prosím registrujte zde:

Záchranáři



Naše tipy na deskové hry

Ovčí orchestr a ztracená nota
Ovčí orchestr a ztracená nota je desková hra zaměřena na rodiny s dětmi ve věku 7 až 12 let. Při hraní budete muset spolupracovat a jako detektivové odhalit ukradenou stříbrnou notu. Hru můžete hrát ve 2 až 4 hráčích a zabere vám maximálně půl hodiny.

AZUL
Hledáte něco elegantního, strategického, a přitom esteticky příjemného? Azul vás zavede do světa maurských obkladů, které budete skládat tak, aby vznikly dokonalé mozaiky. Tato hra je ideální pro starší děti i dospělé, kteří si chtějí procvičit logické myšlení a plánování. Jedno kolo zabere 30–40 minut, takže Azul skvěle zapadne mezi rychlejší hry na večer. Hru mohou hrát 2 až 4 hráči a díky krásnému zpracování je navíc i ozdobou na stole. Pro ty, co už Azul znají, existují další rozšíření a verze, které přinášejí nové výzvy.

SETI: pátrání po mimozemské inteligenci
Pro ty, co si chtějí pořádně zavařit hlavu, doporučujeme deskovou hru SETI. V této náročnější strategické hře vedete vlastní výzkumnou stanici, rozvíjíte nové technologie a objevujete mimozemské světy. Hra je určena pro dospělé, s časovou náročností dvě hodiny a zahrát si ji můžete až ve 4 hráčích.

Soutěž

Vyhrajte Azul Mini – strategickou hru na cesty!
Chcete si zahrát Azul Mini? V březnu můžete vyhrát tuto kapesní verzi oblíbené strategické hry, která se vejde do batohu a je ideálním společníkem na výlety i dlouhé večery. Stačí se zapojit do naší tipovací soutěže!

Jak soutěžit?
Stačí poslat svůj tip na tři otázky níže. Nemusíte vědět přesnou odpověď, výherce vylosujeme z těch, kdo budou nejblíže správnému výsledku.

1. Jak dlouho vydrží člověk bez kyslíku, než dojde k trvalému poškození mozku?
2. Jaká je průměrná doba příjezdu záchranné služby v ČR?
3. Kolik procent českých domácností má správně vybavenou lékárničku?

Kam své tipy poslat?
Do 31. března 2025 pošlete své tři odpovědi na e-mail **sousede@namaleruzi.cz**. Ze všech správných (nebo nejbližších) tipů vylosujeme na začátku dubna jednoho výherce, který získá **Azul Mini** – strategickou hru v cestovní verzi!

Správné odpovědi zveřejníme v příštím vydání Růžových novin a také v dubnovém newsletteru.

pravidla soutěží:

růžový playlist

naši sousedé

Pro F&S group vydává Idealab, s.r.o.
Editorky: Adéla Zahálková, Kamila Zemanová
sousede@namaleruzi.cz

Toto číslo vychází v březnu 2025.
Neprodejné.
www.namaleruzi.cz/zivot-na-male-ruzi

Na Malé Růži RD 4

Růžové noviny 03

Drahelčický sousedský měsíčník, březen 2025

O Malé Růži v Drahelčicích

Co vás čeká v březnu
První pomoc
Domácí pěstování
Deskové hry
Soutěž
Aktivity pro děti

Uměli byste poskytnout první pomoc?

Víte, co dělat, když někdo zkolabuje? Jak pomoci při popálenině nebo silném krvácení? První pomoc je něco, co by měl ovládat každý – a přitom si mnoho lidí není jistých, jak správně reagovat.

Březen je ideální měsíc na osvěžení těchto znalostí – dny se prodlužují, lidé více sportují, začínají jarní práce na zahradě a s tím roste i riziko drobných (ale i vážnějších) úrazů. Věděli jste například, že většina zranění, která končí v nemocnici, se stane v domácnosti nebo při běžných volnočasových aktivitách? Přitom správná a rychlá reakce může v mnoha případech výrazně zmírnit následky, nebo dokonce zachránit život. Pojďme si proto připomenout několik klíčových situací, se kterými se můžeme setkat.

Bodnutí hmyzem a alergické reakce

S příchodem teplých dní se probouzí i hmyz. Většinou jde jen o nepříjemnost, ale v některých případech může bodnutí způsobit vážnou alergickou reakci.

Co dělat?

- Pokud zůstalo žihadlo v kůži, opatrně ho vyškrábněte nehtem nebo kartou (nikdy nevytahujte pinzetou, abyste z něj nevytlačili více jedu).
- Postižené místo chlaďte a použijte antihistaminika.
- Pokud se objeví otok v oblasti dýchacích cest, potíže s dechem nebo vyrážka po celém těle, okamžitě volejte 155!

Dušení cizím tělesem – co když někdo přestane dýchat?

Malé děti, ale i dospělí mohou snadno vdechnout jídlo, bonbon nebo jiný předmět. Pokud se někdo dusí a nemůže mluvit, kašlat nebo dýchat, okamžitě zasáhněte!

Jak provést Heimlichův manévr?

Postavte se za postiženého a obejměte ho kolem pasu. Jednu ruku sevřete v pěst a druhou ji uchopte. Prudce zatlačte směrem dovnitř a nahoru pod hrudní kost. Opakujte, dokud těleso nevyletí ven nebo postižený neztratí vědomí (pak okamžitě zahajte resuscitaci a volejte 155).

Popáleniny – chladit, nebo ne?

Grilovací sezóna se blíží a spolu s ní i riziko popálenin. Spousta lidí ale stále chladí spálenou kůži špatně.

Jak na to?

Okamžitě chlaďte tekoucí vlažnou vodou (alespoň 10 minut) – nikdy ne ledovou, mohlo by dojít k šoku. Nepoužívejte olej, máslo ani masti čky – jen byste uzavřeli teplo uvnitř. Pokud je popálená plocha větší než dlaň postiženého či se jedná o popáleninu obličeje, rukou nebo genitálií, vyhledejte lékařskou pomoc.

Řezné rány a silné krvácení

Neopatrná práce s nožem, zahradní nůžky, rozbité sklo – říznutí je běžná věc. Víte ovšem, kdy je situace vážná?

Správný postup:

Menší rány opláchněte vodou, vydezinfikujte a překryjte náplastí. Pokud krvácení neustává, přiložte sterilní obvaz a tlačte na ránu. Neodstraňujte první vrstvu obvazu, i když prosákne! Přiložte další vrstvu a pokračujte v tlaku. Silné krvácení (zejména z tepny – krev stříká a je jasně červená) vyžaduje okamžitý tlak a volání 155. V krajním případě použijte zaškrcovadlo a zaznamenejte čas jeho přiložení.

Bezvědomí a srdeční masáž – když jde o život

Tohle je situace, kdy rozhodují vteřiny. Pokud někdo nereaguje, nehýbe se a nedýchá, okamžitě jednejte!

Co dělat při zástavě dechu?

Hned volejte 155. Operátor vás povede krok za krokem. Položte postiženého na záda na pevný povrch. Přiložte ruce na střed hrudníku a stlačujte silou a tempem cca 100× za minutu. Pokud jste proškoleni, přidejte umělé dýchání (30 stlačení, 2 vdechy). Pokračujte, dokud nepřijede záchranka nebo se postižený nezačne hýbat. Tip: Pokud se bojíte umělého dýchání, stačí nepřerušovaná srdeční masáž. Je lepší udělat něco než nic! U dětí a kojenců se postup mírně liší od resuscitace dospělých. Hlavní rozdíly jsou ve frekvenci, síle stlačení a poměru stlačení k vdechům. **Vždy volejte číslo 155.**

155

Zdravotnická záchranná služba

Tento hovor vám může zachránit život. Na rozdíl od 112 se dovoláte přímo zdravotníkům, kteří vám dají přesné instrukce.

Je nejvyšší čas na sazeničky! Ušetřete peníze a přírodu zároveň

Březen je ideálním obdobím pro výsev semen a předpěstování rostlin. Domácí pěstování má mnoho výhod – nejenže ušetříte za hotové sazenice, ale budete mít také plnou kontrolu nad kvalitou a zdravím vašich rostlinek. Navíc pro vás máme skvělý ekologický tip, který prospěje nejen vám, ale i naší planetě.

Jak na to?

Představte si semínko jako malé dítě. Potřebuje péči a lásku, aby mohlo vyrůst v silnou a zdravou rostlinu. Nejdůležitějšími prvky pro jeho správné vyklíčení jsou voda, teplo a vzduch. Z tohoto důvodu vysazujeme budoucí rostlinky do substrátu, který zajistí optimální poměr mezi vlhkostí a vzduchem. Každé semínko zároveň vyžaduje specifické nároky, a tak vždy dodržujte pokyny uvedené na obalech.

Zásadním bodem je také umístění. Nádoby se sazenicemi by měly odpočívat na světlém a teplém místě, jako je například parapet s dostatkem slunečního světla. Pro zavlažování používejte ideálně rozprašovač s vodou a udržujte své sazeničky ve vlhkém prostředí. Rozprašovač zároveň zabrání přemokření, ke kterému by mohlo dojít při zalévání pomocí obyčejné zahradnické konve.

Jakmile vaše semínka vyklíčí a jejich stonky zesílí, je dobré začít s mírným otužováním. Začněte je postupně zvykat na venkovní podmínky tak, že je odstavíte na chladné, před větrem chráněné místo na několik hodin denně. Po odeznění mrazíků můžete s klidem rostlinky přesadit do záhonu nebo do velkých květináčů.

Co můžete vysadit v březnu?

Ačkoli venku ještě nemusí být příliš teplo, v březnu už můžete začít s předpěstováním mnoha druhů zeleniny i květin. Mezi oblíbené druhy patří například rostliny, které mají rády slunce, jako rajčata, papriky a lilky. Favority jsou také celer, brokolice, kedlubny nebo nejrůznější saláty. Z bylinek si můžete připravit bazalku, majoránku, tymián či koriandr, a pokud chcete mít v létě na zahradě pestrobarevný květinový záhon, rozhodně nešlápnete vedle s výsevem aksamitníků, hledíků, astry nebo petúnií.

Náš tip

Už vás nebaví každoročně kupovat nové nádobky na sazenice? Zkuste využít plata od vajec. Jsou nejen ekologickou, ale I praktickou alternativou. Dobře se s nimi manipuluje, lze je snadno rozstříhat podle potřeb rostlinek a v případě papírové varianty je můžete přesadit přímo do země, kde se postupně, na rozdíl od těch plastových, rozloží.

Předpěstování rostlin je nejen ekonomické a ekologické, ale také zábavné a odměňující. Tak hurá do toho – vaše zahrada vám poděkuje!

Kdo si hraje, nezlobí

Deskové hry jsou ideálním společníkem na dlouhé večery. Stačí si sednout s rodinou či přáteli při svíčkách a nechat pořádně rozproudit soutěživou náladu. A že nevíte, jak vybrat tu správnou hru? S tím si nelamte hlavu a dejte na naše vyzkoušené březnové tipy.

Škola hrou

Kromě toho, že mohou být deskové hry zdrojem zábavy pro všechny věkové kategorie, nabízí i mnoho dalších benefitů. Každý si v nich najde zkrátka to své. Mezi jejich přední vlastnosti patří například rozvoj nejrůznějších dovedností od trénování paměti, logického myšlení až po vylepšování mluveného projevu. V dnešní době plné svítících obrazovek jsou také způsobem, jak se na chvilku odpojit a užít si chvíli přítomného okamžiku.

Jak vybrat tu správnou hru

Obchody se deskovými hrami přímo hemží a pro nezkušené hráče může být už tento fakt odrazující. Co když si koupím hru, co mě nebude bavit? Nejlepší prevencí je hru ještě před koupí vyzkoušet. Můžete využít svých přátel či příbuzných anebo navštívit tzv. deskohraní (festivaly deskových her), kde vám zkušení experti s výběrem poradí.

Jednotný recept na výběr hry nemáme. Před nákupem je však obecně dobré znát odpovědi na těchto pár základních otázek, které vám výběr jednoznačně ulehčí.

1. Kolik hráčů bude hru hrát? Je něco jiného, když hru pořizujete jako zábavu na velké rodinné sešlosti, anebo jako večerní pobavení do dvojice.
2. Kolik je let hráčům? Pokud hledáte hru pro malé děti, vybírejte jednodušší a intuitivní hry. Jestliže plánujete hrát jak s babičkou, tak s vaším synem, zamiřte do kategorie „rodinné hry“.
3. Jaká je ideální délka hry? Máte čas trávit večery nad dlouhými propracovanými hrami, nebo hledáte spíš kratší, rychlé hry?
4. Baví vás spolupráce, nebo hrajete rádi sami za sebe? Deskové hry lze vybírat také podle možnosti kooperace s ostatními hráči.
5. Fantasy, sci-fi, historie, strategie, anebo spíš detektivka? I téma hry je při výběru důležité.
6. Jaké má hra recenze? Nechte se inspirovat již zkušenými hráči. Hledat můžete jak na konkrétních webových stránkách prodejců, tak i na YouTube kanálech.