Duben 2019 Svazek 4, Vydání 1

OBČASNÍK

VYDANÝ CENTREM SOCIÁLNÍCH SLUŽEB JESENÍK

centrum sociálních služeb jeseník

Vážení a milí čtenáři a příznivci

Občasníku i našeho Centra! V rukou máte první letošní číslo, jak se u nás stává zvykem, znovu na jaře, před Velikonocemi. Jaro je v plném proudu, je to vidět všude kolem nás. Lidé dychtí po venkovních aktivitách, vidíme opět ruch na zahrádkách, pohyb na čerstvém jarním vzduchu láká stále více lidí na kola i pěšky. Kolegyně v Centru už několik týdnů chystají mobilní zahrádky, aby pro naše klienty, návštěvníky, pro nás všechny připravily kvetoucí záhonky, kde se jarní květiny předhání v pestrosti. Pohled na ně dodává sílu, radost, klid i inspiraci. Zejména pro uživatele je to předvoj jara, který mohou vnímat i přes prosklení naší jídelny. Pomůže do doby, než se budou moci sami po dlouhých zimních měsících častěji dostávat na čerstvý vzduch. Nejprve se ale na chvíli vraťme k loňskému roku. Přinesl do života našeho Centra mnoho zajímavého. Obě loňská čísla Občasníku jsou toho dokladem. I závěr roku byl bohatý na aktivity pro seniory. V prosinci se například uskutečnila česko-polská konference univerzit třetího věku, na půdě Priessnitzových léčebných lázní, v přátelské a sváteční atmosféře. Rádi Vám v některém příštím čísle přineseme o této aktivitě více informací. Největší zadostiučinění vnímáme, když vidíme v očích našich klientů radost a spokojenost. Takové vzácné momenty se Vám snažíme zprostředkovat třeba na fotografiích, které pak můžete shlédnout nejen na nástěnkách Centra při Vaši osobní návštěvě, ale i na webových stránkách či sociálních sítích. Patří mezi ně třeba společné zpívání koled před štědrovečerní večeří, kterou pro naše uživatele tradičně připravujeme. Ještě intimnější atmosféra byla při předávání dárků našim seniorům v rámci akce Ježíškova vnoučata. Jeden ze společných dárků však způsobil opravdu velké věci. To když skupina mladých studentů z Prahy přijela za našimi seniory, vybavena fotoaparáty a především upřímným odhodláním udělat jim radost. Sami pak přináší na stránkách Občasníku osobní svědectví z této nevšední návštěvy. Věřím, že takové zprávy i další témata, které jsme připravili, budou pro Vás zajímavé a inspirativní. Spolu se svými kolegy a spolupracovníky Vám přeji při jejich čtení pohodu a pro budoucí dny klid, radost a hlavně pevné zdraví!

Jan Rotter,
ředitel CSS Jeseník

Uvnitř tohoto vydání:

2/ Jak jsme se ocitli v krásných dalekých Jeseníkách aneb příběh o tom, proč jsme se rozhodli jet fotit do Centra sociálních služeb Jeseník.
4/ Stáří je nedílnou součástí života a nikdo by neměl svůj podzim života strávit v zapomnění a sám.
5/ Canisterapie
6/ Rozhovor
7/ Pokračujeme v projektové činnosti: „Senioři bez hranic“
8/ Výživa v Domově pro seniory
8/ Recept, kvíz

centrum sociálních služeb jeseník
Beskydská 1298/6
790 01 Jeseník
Telefon: 584 411 391
E-mail: info@cssjes.cz
Jeseník

Jak jsme se ocitli v krásných dalekých Jeseníkách aneb příběh o tom, proč jsme se rozhodli jet fotit do Centra sociálních služeb Jeseník.

JEŽÍŠKOVA VNOUČATA

Bylo pár týdnů před Vánoci, kdy mi má přítelkyně Claudia ukázala, že se za několik hodin spouští projekt Ježíškova vnoučata. O projektu jsem už něco málo věděl z minulého roku. Když jsem se tedy letos před spuštěním podíval na stránku, tak jsem byl překvapen, jak je projekt velice dobře a jednoduše vymyšlen. Pár hodin poté se spustila možnost darování dárků. Pamatuji si, že jsem to ze začátku nestíhal moc sledovat. Další den mi zavolala Claudie a řekla mi, že se skoro 80 % dárků rozdalo během prvního dne a při čtení některých přání se jí málem spustila slza. Například přání jednoho pana seniora, který si přál najít parťáka na procházky, protože nemá okolo sebe nikoho, s kým by mohl trávit volné chvíle. Tato zkušenost nás dohnala k zamyšlení a rozhodli jsme se, že chceme taky někomu udělat radost tyto Vánoce.

Pustili jsme se do hledání vhodného dárku, který jsme schopni splnit. Tím, že jsme já i Claudia fotografové, chtěli jsme najít něco spojeného s fotkou nebo videem, protože je nám to nejbližší a víme, že v tomto oboru zmůžeme nejvíc.

Po chvilce hledání jsme narazili na ideální přání z CSS Jeseník, ohledně nafocení portrétů místních seniorů. Ani chvilku jsme neváhali a přání jsme si zarezervovali, abychom ho mohli splnit.

O pár týdnů a několik telefonátů později vystupujeme ve dvě hodiny ráno z auta do spícího zasněženého Jeseníku. Naše finální sestava se skládá ze tří fotografů a jedné vizážistky. Přizvali jsme do tohoto projektu kamaráda fotografa Tomáše a vizážistku Dádu, abychom byli schopni v nastaveném čase se na plno věnovat každému, kdo bude chtít fotku.

Poté, co nás ve dvě ráno přivítala překvapená noční sestra a ukázala nám naše pokoje, jsme po dlouhé cestě s velkou chutí ulehli do postele. Za pár hodin nás čeká dlouhý den plný focení a na to se musíme i fyzicky připravit. V 7:50 zvoní budík a překvapivě dobře vyspaný se probouzím do našeho dne D. Házím rychlou sprchu, oblékám se, čekám na svou drahou polovičku Claudii a v 8:05 se už potkáváme na snídani s Tomášem a Dádou. Po společné snídani se seznamujeme s první z mnoha hodných dám, které nás budou provázet celým dnem. První dámou je aktivizační pracovnice Blanka, s kterou začínáme plánovat celé focení a provází nás Centrem. Uběhne necelá hodinka, světla jsou postavená, foťáky zapnuté, karty připravené na zápis nezapomenutelných fotek a celý náš tým je připraven ve 2. patře na příchod první modelky. Tou se stává velice milá paní Anežka, která nejdříve míří k vizážistce Dádě. Poté, co dostane péči o svou tvář, se přesouvá k nám fotografům, kde ji už vítáme s úsměvem, vysvětlujeme, co přibližně budeme fotit, jak má zapózovat do foťáku a celý průběh focení. Tři, dva, jedna cvak! Cvak, cvak a je to! Po pár blesknutí máme vyfoceno několik verzí portrétů s naší první odvážlivkyní a přesouváme se na další modelky.

Během pár hodin se přesouváme z místa na místo, fotíme o sto šest, před fotoaparátem se střídá modelka za modelkou a model za modelem. Celá organizace je naprosto bezproblémová a veškeří modelové a modelky jsou naprosto úžasní. Ani bych to nečekal, jak rychle celý den utekl. Jako kdyby před pár minutami byla snídaně, teď zrovna dojídám oběd, udělám pár fotek a už jsem na večeři. Úsměv za úsměvem nás doprovází celý den, pózování některých jednotlivců ve mně budí podezření, že někteří senioři v CSS Jeseník se po večerech vytrácí a chodí fotit pro nějaké módní časopisy. To snad není ani možné, normálně bych fotil klidně 20-30 fotek u jedné modelky, ale tady mi stačí udělat 5-6 fotek a z nich už vidím, že jsou to naprosto špičkové výkony od našich jesenických seniorů. Jak jsem již psal, celý den utekl snad rychleji než voda a my se po večeři vydáváme do města na procházku. Procházíme se nočním Jeseníkem, abychom si vyvětrali hlavu a hlavně především, abychom se připravili na to, o čem naši senioři do této chvíle nevěděli. Připravili jsme si pro ně totiž malé překvapení. Místo, abychom ihned po focení odjeli a fotky poté posílali na dálku, tak jsme se rozhodli zůstat ještě jednu noc do rána, a právě onu noc využít k tomu, abychom veškeré fotky upravili, vytiskli

a zarámovali. Celá tato tajná akce probíhala v přísně střežené společenské místnosti v CSS Jeseník, kde jsme si udělali na jednu noc takové menší fotografické studio.

Počítače, tiskárna, retušovací tablet, fotografický papír, a hlavně fotografické rámečky jsme postupně během noci využívali k tomu, abychom mohli brzo ráno při snídani mít hotový hlavní dárek. Chtěli jsme totiž předat fotky našim modelkám a modelům sami osobně. Zarámované a se slovním věnováním. Poté, co jsme se nasnídali, jsme šli na věc. Vzali jsme hotové zarámované fotky a postupně obcházeli všechny naše modelky a modely a rozdávali jim jejich hotové fotky. Reakce, které jsme viděli při přebíraní fotek, byly naprosto kouzelné. Úsměvy, poděkování a upřímná radost – to jsou momenty, pro které každý fotograf žije. Když vidím, že naše práce k něčemu byla a dokázala vykouzlit úsměv na tváři nejenom jedné osobě tak vím, že pocit, který jsem měl po focení nenahradí žádná suma peněz. Dokázat pomoci a udělat někoho šťastným tím, co umíte, je totiž ta největší odměna, kterou jako umělec dokáži přijmout. Na závěr bych chtěl poděkovat za celý náš tým veškerému personálu, pečovatelkám CSS Jeseník za podporu při focení a celého zrealizování, paním kuchařkám za výbornou atmosféru, kterou udrželi po celou dobu focení nejen dobrým jídlem, všem našim modelkám a modelům za výdrž a naposledy panu řediteli Janu Rotterovi, kvůli kterému celé toto focení mohlo vzniknout.

Za mou osobu se klaním a těším se velice na brzké shledání.

Jan Hadraba

Stáří je nedílnou součástí života a nikdo by neměl svůj podzim života strávit v zapomnění a sám.

Stáří je nedílnou součástí života a nikdo by neměl svůj podzim života strávit v zapomnění a sám.

Centrum sociálních služeb je organizací, kterou vnímám jako nedílnou součást péče o seniory města a regionu a jsem velmi ráda, že se toto poslání daří v Jeseníku naplňovat.

V loňském roce přešla nově pod Centrum sociálních služeb vedle Domova pro seniory, Chráněného bydlení a Denního stacionáře také **Pečovatelská služba**. Tato terénní služba je poskytována rodinám, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné osoby. Díky jejímu začlenění se aktivně a v celé šíři péče o seniory **propojuje**.

Centrum tak nabízí komplexní sociální služby nejen starším občanům, ale také jejich rodinám.

Krásným příkladem práce Centra je, mimo jiné, akce **„narozeninová kavárnička“**, která v centru probíhá společně pro více oslavenců v daném období a senioři tak mohou prožít svá jubilea pospolu za doprovodu hudby v kruhu svých přátel a spolubydlících.

Jako starostka města osobně navštěvuji jesenické seniory, kteří dosáhli vyššího věku, a pokaždé vidím, jakou radost jim toto setkání udělá.

Při svých návštěvách jsem zaznamenala, jak je pro starší občany důležitá práce pečovatelek, které se stávají nedílnou součástí jejich života, a bez jejichž pomoci by neměli možnost zůstávat v domácím prostředí sami.

Tímto bych chtěla velmi poděkovat všem zaměstnancům Centra sociálních služeb, kteří do své práce dávají srdce a díky kterým senioři i my, veřejnost víme, na koho se v rámci péče o dříve narozené můžeme v případě potřeby obrátit o pomoc.

Poděkování samozřejmě patří také i čtyřem dobrovolníkům, kteří seniory v Centru navštěvují a věnují jim svůj volný čas.

Osobně velmi oceňuji faktor “lidství”, který v péči o seniory hraje ohromnou roli a každému člověku ukazuje, že má stále, bez ohledu na věk, na světě své místo.

Zdeňka Blišťanová, starostka města Jeseník

Canisterapie

Canisterapií se rozumí léčebný kontakt psa a člověka. Pes už svou přítomností dokáže vyvolat dobrou náladu všude tam, kde je jí nedostatek. A o tom, že úsměv léčí není pochyb, proto pro aktivizaci klientů Domova pro seniory rádi canisterapii využíváme.

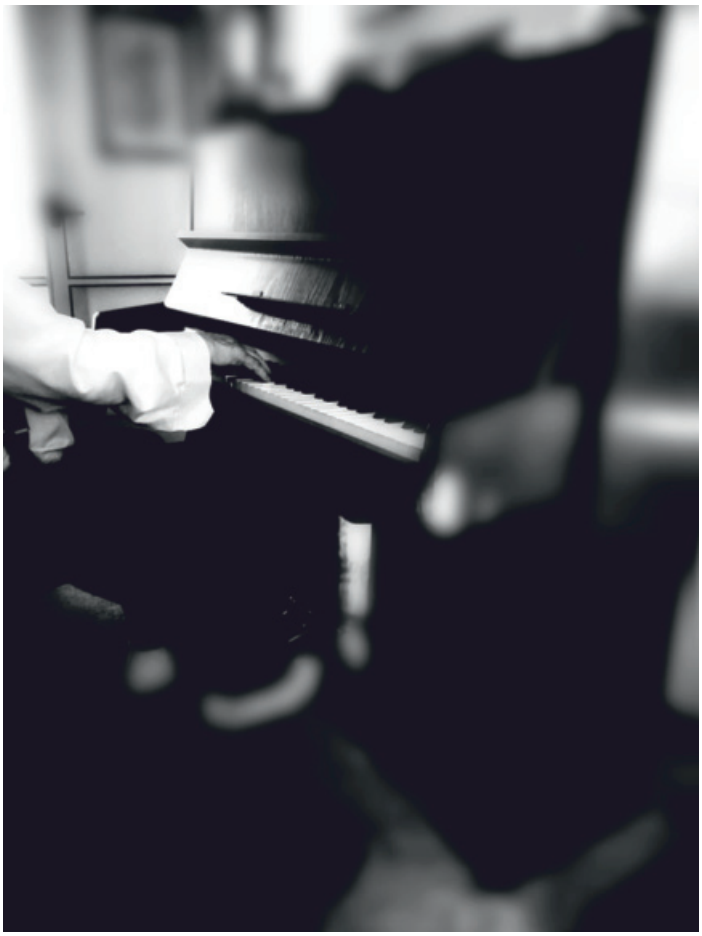
Jinak tomu nebylo ani počátkem února, kdy se uskutečnila další návštěva canisterapeutky Mgr. Evy Martínkové ze spolku Tlapky pro radost, z. s. Paní Martínková se svými čtyřnohými přáteli u nás nebyla poprvé a tato aktivita se vždy setká s úspěchem a zájmem klientů, především těch, kteří se sami dříve o psa starali. Konalo se setkání kolektivní a v úvodu byly představeny hlavní účinkující fenky Dora, Karolína a Sofie. Zájemci si mohli pejsky pohladit a také si vyzkoušet česání a kartáčování psí srsti. Nechybělo krmení pamlsky, které s sebou paní Martínková vždy přiveze. Kromě těchto tradičních aktivit nás canisterapeutka potěšila i nově nacvičenými technikami. Aportem míčku a originálními kousky, při kterých coby překážkovou dráhu pro své čtyřnohé přátele využívá vlastní tělesnou schránku. Společně jsme strávili téměř hodinu a jistě můžeme říci, že se odpoledne velmi vydařilo. Klientům upoutaným na lůžko, kteří měli o canisterapii zájem, jsme zprostředkovali zvířecí návštěvu individuální na jejich pokojích. Každý, kdo se takové návštěvy někdy účastnil, potvrdí, že někteří psi jsou výborní na polohování, často sami nalézají správná místa, kam si mají k člověku lehnout. Spokojené úsměvy seniorů naznačují, že návštěva Tlapek pro radost v našem centru nebyla poslední.

Andrea Stefanakisová,
sociální pracovnice domov pro seniory

S úctou k životu

Jedna část starého bonmotu praví: Moudrost přichází se stářím. Při psaní tohoto rozhovoru se mi objevil úsměv na rtech, protože na muže, s nímž jsem strávila příjemné chvíle při povídání, to platí stoprocentně. Ve svých 90 letech je nezdolný optimista, je skromný, miluje lidi a život. Mnozí z nás by se od něj mohli v tomto směru učit. Při našem dlouhém rozhovoru byl otevřený všem otázkám, nechyběl mu vtip a bystré reakce. Jeho životní moudrost je znát v každé větě, ale i přesto se nestavěl do pozice „staršího a chytřejšího". Celý rozhovor probíhal u voňavé kávy a v příjemném duchu.

Říkejme mu Josef. Narodil se v roce 1928 v Praze. Otec pracoval jako úředník Poštovní spořitelny a maminka byla žena v domácnosti. Pan Josef je mladším ze dvou bratrů. V rodné Praze žil do 27 let. Ve třiceti se usadil i se ženou v Jeseníku. V bytě, kde společně děláme interview žije již 57 let. Pan Josef sám uvádí, že s Jeseníkem i se svým bytem je srostlý. Domov je jeho jistota, jeho stabilita, a tak to má většina seniorů, kterým pečovatelská služba v jejich domácnostech pomáhá. Jedno přísloví říká, že starý strom nepřesadíš, a to je velká pravda. Povídáme si o tom, že si nedokáže představit žít v jedné místnosti, kde by neměl svůj nábytek, klavír, PC, osobní věci. Většinu času tráví doma. Je za velký byt a prostor, který mu nabízí vděčný.



Co je pro vás z dnešního pohledu nejdůležitější věc v životě? Jak se vaše priority věkem měnily?

Odpověď: „Zdraví. Každý den pozoruji nějaké zhoršení. Celoživotně mě naplňovala hudba, koncerty aj. Mé zájmy věkem mizí. I přesto jich pořád dost zůstává, nežiji ve vzduchoprázdnu. Jsem rád, že mi pečovatelka Renata vrátila chuť hrát na klavír, na který jsem nehrál od mozkové příhody. Už je to 25let. I přesto, že moje pravá ruka je zasažena trvale, cesta ke klavíru mi byla díky Renatě znovu otevřena. "

„Další pro mě podstatnou věcí je důležitost v lidské společnosti. Lidská, obyčejná důležitost. Stát někomu za to, aby přišel, zeptal se, jak se mám, prohodil se mnou pár slov. Posledních 13 let jsem se staral o svou ženu, která měla Alzheimerovu chorobu. Vždy mě někdo potřeboval. Jsem však již pět let vdovcem a připadá mi, že již nejsem ničím užitečný. Znepokojuje mě, že se lidé musí starat, abych já mohl existovat." Pan Josef v průběhu rozhovoru uvádí, že jeho rodina funguje jako celek. Starají se. Na otázku, kolik má dětí, pan Josef odpovídá, že ani jedno. „Mám totiž tři nastávající důchodce". (smích) Dodává, že je hrdý děda 8 vnoučat a 6 pravnoučat.

Může člověk dospět k životní moudrosti? Je předatelná, sdělitelná dalším generacím?

Odpověď: „Čím je člověk starší, tím jsou jeho myšlenky ustálenější. Není to o chytrosti je to o životních zkušenostech a taky o prožitcích."

Odchod do důchodu – co vám vzal a co naopak přinesl?

Odpověď: „Do důchodu jsem odešel v 58 letech. Výhodou bylo, že jsem byl poměrně mladý. Člověk se těší deset let a potom rok před odchodem začne hledat, kde by se ještě uplatnil. Z okolí cítí názor, ať už senioři jdou pryč a nezavazí."

Setkal jste se někdy s ageismem – projevy diskriminace kvůli věku?

Odpověď: „Ne a dost si toho cením. Dokonce se mi několikrát stalo, že mi na ulici upadla nějaká věc, mladík přišel a pomohl mi. Lidé přicházejí do našeho života s tím, co my od nich očekáváme. A také platí, co zasejeme, to sklidíme. Lidem věřím celoživotně."

Jaké máte plány, přání a sny do budoucna? Co byste chtěl ještě prožít nebo dokázat?

Odpověď: „Pociťuji chuť podívat se do míst mládí. Jiné plá-

ny nemám. Chci jen v klidu žít a dožít s úsměvem. V současnosti mě naplňuje, že nejsem přehlížen, nejsem na obtíž, jsem v rámci možností soběstačný, a především lidem kolem mě je dobře."

Myšlenky na smrt. Co následuje po smrti? Věříte?

Odpověď: „Nedovedu si představit, jak bude svět fungovat beze mě". (smích) „Zajímá mě jedna věc, a to, kdo mi přijde na pohřeb." (smích)

„A co se týká mě a víry….jsem ateista, místo křestního listu, který byl běžný v době mého narození, jsem měl rodný list. Na druhou stranu nejsem bezvěrec. V ‚něco' věřím. Na křesťanství nemám rád dogmata. Vždy jsem cítil, že se vymykám prostředí, ve kterém jsem žil."

Existuje umění stárnout? V čem spočívá – „recept"?

Odpověď: „Dívám se na věci pozitivně. Nikoho neodsuzuji a nehodnotím. I když přicházejí vlny pesimismu, převládají ty optimistické. Pečovatelky, které navštěvují pravidelně moji domácnost, mi daly po úmrtí manželky nový impuls. Jsem šťastný člověk."

Poslední otázka – Vy a pečovatelská služba Jeseník – CSS Jeseník?

Odpověď: „S pečovatelskou službou spolupracujeme 5 let. První kontakt byl po smrti mé ženy. Začal jsem dovozem stravy a úklidem. Nyní mě pečovatelky navštěvují pravidelně. Chodíme ven na procházky, povídáme si a trávíme spolu příjemné chvilky, které mě pozvedají na duchu. Pečovatelskou službu a její zaměstnance doporučuji všem, kteří nad touto formou pomoci v domácnosti uvažují. Vím, že pokud se můj stav bude zhoršovat, a on se zhoršovat bude, mám se kam obrátit."

Pavlína Drabálková, DiS.
sociální pracovnice CSS Jeseník – pečovatelská služba

PŘEKRAČUJEME HRANICE PRZEKRACZAMY GRANICE 2014—2020

EVROPSKÁ UNIE / UNIA EUROPEJSKA
EVROPSKÝ FOND PRO REGIONÁLNÍ ROZVOJ
EUROPEJSKI FUNDUSZ ROZWOJU REGIONALNEGO

Pokračujeme v projektové činnosti: „Senioři bez hranic"

Tak jako v předchozích letech pokračujeme s celou pracovní skupinou ve všemi oblíbené projektové činnosti. Navazujeme tak na projekty „Výměna znalostí a terapeutických zkušeností v rámci institucionální spolupráce DPS v Prudnik s CSS v Jeseník" a „Přeshraniční sociální pomoc", které byly realizovány z Fondu mikroprojektů Euroregionu Praděd.

Náš nový česko-polský projekt s názvem „Senioři bez hranic" bude realizován v průběhu roku 2019. Již tradičně je partnerem CSS Jeseník DPS Prudnik (Dom Pomocy Społecznej w Prudniku). Tento další projekt je důkazem velmi dobré česko-polské spolupráce a utvrzuje nás v přesvědčení, že tato spolupráce má smysl. Cílem projektu je trvalá spolupráce institucí zabývající se stárnutím lidí v pohraničí, výměna zkušeností jednotlivých pracovníků, a zvýšení povědomí klientů partnerských organizací v oblasti výživy a tradic. Mnoho z nás pěstuje nesprávné stravovací návyky po celá léta. Změna způsobu stravování je však velmi vhodná a v některých případech dokonce nezbytná, pokud trpíme nějakým chronickým nemocněním. Zdravá, vhodně zvolená strava je navíc součástí prevence onemocnění. Hlavním úkolem projektu je tedy organizace řady gastronomických workshopů o zdravé výživě, tradičních národních pokrmech, pravidlech zdravého či vegetariánského stravování. Dále dojde k dotvoření prostor pro odpočinek a vzpomínkovou terapii (reminiscence) a organizaci výletů, které účastníky provedou kulinářskými příběhy obou zemí.

Co nás všechno v průběhu roku čeká? Můžeme se těšit na celkem 6 gastronomických workshopů, 1 workshop s reminiscenční náplní a 2 tematické výlety. Začínáme již 11. dubna 2019 velikonočními dílnami v DPS Prudnik a už se moc těšíme …

Alice Macečková,
odborný garant projektu

Výživa
v Domově pro seniory

V minulém čísle Občasníku jsme vás informovali o tom, co všechno se nám v problematice výživy seniorů podařilo v našem zařízení zrealizovat v posledních dvou letech. A tak, jak jsme napsali v závěru článku, pokračujeme dál. Za úspěšné absolvování projektu nám byla poskytnuta bezplatná konzultace nutriční terapeutky paní Šafrancové, které pracuje v domově pro seniory v Domově pro seniory Kamenec v Ostravě a po celou dobu projektu byla naší konzultantkou. Navštívila nás v lednu a strávila u nás jeden den. Sešla se s naší externí nutriční terapeutkou a vedoucím kuchyně. Společně se domlouvali na tom, jak sestavovat jídelníček pro naše klienty, aby byl chutný, pestrý a obsahoval všechny potřebné živiny v množství, které je žádoucí. Pracovní setkání končilo její přednáškou na téma Výživa seniorů, které se zúčastnili všichni zaměstnanci přímé péče, zdravotní sestry a pracovníci kuchyně. Znovu připomněla velký význam správné výživy v péči o seniory, zdůraznila potřebu týmové spolupráce a věřím, že nás všechny motivovala v pokračování toho, co jsme úspěšně začali.

Iveta Patáková,
vedoucí přímé péče

JARNÍ INSPIRACE Z NAŠÍ KUCHYNĚ

Piškotový řez s jahodami v želatině

Potřebujeme:
- hladkou mouku
- vejce
- cukr krupici
- sůl
- tvaroh
- zakysanou smetanu
- vanilkový cukr
- jahody
- želatinu

Postup přípravy:
Vyšleháme vejce s cukrem, přidáme mouku a upečeme piškotový korpus. Smícháme tvaroh, zakysanou smetanu a vanilkový cukr. Navršíme na vychladlý korpus. Nakrájíme jahody a vyskládáme na krém. Zalijeme želatinou. Necháme vychladnout.

Kolektiv kuchyně CSS Jeseník Vám přeje dobrou chuť a veselé Velikonoce!
Petr Bár, vedoucí stravovacího provozu

Podle indicií se pokuste určit, o jakou barvu se jedná:

Kvíz

1. Vítr, medaile, šperky ► .....
2. Montérky, obloha, nejvzácnější známka světa ► .....
3. Revoluce, hvězda, záře nad Kladnem ► .....
4. Střed terče, smutek, pasažér ► .....
5. Hřeb, neděle, lučavka královská ► .....
6. Popeláři, Holandsko, pomeranč ► .....
7. Lékaři, slepecká hůl, Perchta ► .....
8. Eminence, vlasy, myš ► .....
9. Brýle, panter, zahrada ► .....
10. Anděl, karta, řeka ► .....
11. Tráva, čtvrtek, pláně ► .....

Řešení:
1. stříbrná, 2. modrá, 3. rudá, 4. černá, 5. zlatá, 6. oranžová, 7. bílá, 8. šedá, 9. růžová, 10. žlutá, 11. zelená.