

3 vek

Ročník XXIII. ► Jún 2018 ► www.jds.sk

V ústrety XI. snemu JDS



OBSAH

NA AKTUÁLNU TÉMU

NÁŠ ROZHOVOR

Z ČINNOSTI JDS

ROZDELENÍ,
A PREDSA SPOLU

LITERÁRNA PRÍLOHA

ZDRAVOTNÍCKE
OKIENKO

RADÍME VÁM

KRÍŽOVKA

RECEPTÁR

Naším čitateľom do pozornosti

Radi vítame aj uverejňujeme Vaše príspevky. Z technických dôvodov Vás žiadame o ich elektronickú formu. Prijímame ich na adrese: redakcia3vek@gmail.com, resp. lipianskyvl@gmail.com. Ďakujeme.

► redakcia

Vydáva: Ústredie Jednoty dôchodcov na Slovensku.

Redakčná rada: Ján Lipiansky – predseda. Členovia: Igor Fabián, Dobroslava Luknárová, Alojz Luknár, Anna Oťapková.

Grafická úprava, redakčné a technické spracovanie: Ultra Print Digital, s.r.o. **Tlač:** Ultra Print, s.r.o., Bratislava **Rozširuje:** JDS poštou a vlastnou distribúciou.

Nepredajné. EV 644/08 ISSN 1336-0833. **Periodicita vydávania:** 6x ročne. **Sídlo vydavateľa:** Vajnorská 1, 831 04 Bratislava. **IČO vydavateľa:** 00897019. Číslo 1/2018



Milé naše čitatelky, čitatelia!

Po dlhšej odmlke sa Vám prihovárame úvodným číslom 23. ročníka nášho časopisu. Od decembra 2017 sa vrchovato naplnila redakčná mailová schránka, a preto nebolo vôbec jednoduché urobiť výber i redakčné úpravy z množstva Vašich príspevkov. Niektoré uverejníme až v nasledujúcich číslach.

Život v celej našej JDS veru ani na chvíľu neustal. Bol plný najrôznejších podujatí, akými boli slávnostné jubilejné stretnutia základných či okresných organizácií, hodnotiace členské schôdze aj okresné snemy, veselé fašiangové posedenia, zimná turistika i besedy o knihách. O mnohých prinášame články alebo krátke správy, za ktoré Vám úprimne ďakujeme.

Súčasný obdobia nás čoraz viac približuje k rokovaniu nášho XI. snehu. Preto sme do obsahu tohto čísla zaradili krátky prehľad o činnosti všetkých ôsmich krajských organizácií, aj príhovory členov ústredia JDS. Nechýba informácia z rokovania Republikovej rady aj o pripravovaných celoslovenských podujatiach.

Nájdete i pravidelné rubriky: literárnu prílohu, rozhovor s naším hosťom i dobré rady k sociálnej starostlivosti, ochrane zdravia, osobnej či finančnej bezpečnosti aj krížovku s tajničkou.

Pozdravujem Vás na prahu nového ročníka nášho časopisu a prajem Vám i celej našej redakcii, aby v každom čísle bolo „čo“ aj „prečo“ čítať.

► D. Luknárová





Milé čitateľky, čitatelia!

Prechádzame dôležitým obdobím činnosti nášho občianskeho združenia, keď sa ohliadame na uplynulé tri roky aktivít od jeho X. snemu a intenzívne sa pripravujeme na rokovanie XI. snemu JDS. Teší ma, že vďaka účasti na mnohých rokovaní okresných a hlavne krajských organizácií JDS, som sa mohol presvedčiť, koľko nadšenia a nápadov vedia seniori vniesť do života svojej najbližšej komunity. Ako sa vedú vzájomne podržať, aj ako vedú pozitívne vstupovať do chodu a požiadaviek občianskeho prostredia vo svojom okolí. Stretol som sa s mnohými vzácnymi ľuďmi, ktorí napriek svojmu veku a neraz aj vážnejším zdravotným problémom sa dokážu povzniesť a vytvárať, prinášať radosť, uspokojenie iným. Rád im aj touto formou vyslovujem svoj obdiv aj vďaka.

Keď sa pred viac ako dvadsiatimi rokmi formovali prvé organizácie našej JDS, bola tvorba empatických medziludských vzťahov medzi seniormi vyzdvihovaná ako jedna z jej hlavných úloh. Ale boli aj ďalšie, rovnako dôležité – medzi nimi zdôrazňujem nutnosť zasadzovať sa u vrcholných štátnych orgánov o široké pozitívne riešenie dôchodcovskej agendy.

V tomto smere sa nám v hodnotenom 3-ročnom období naozaj darilo – vybojovali sme viacero ústretových opatrení, ktoré zlepšujú náš seniorský každodenný život. Získali sme si na svoju stranu mnohých primátorov a starostov aj ďalších pracovníkov miestnych samospráv, poslancov, lebo sme neváhali

prikladať ruku k spoločnému dielu. Kde to bolo potrebné, kde nás o to požiadali, zapojili sme sa do dobrovoľníckej činnosti i verejno-prospešných prác, ale hlavne do záchranu nášho kultúrneho dedičstva, národopisu, obecných aj regionálnych tradícií.

Mali by sme, môžeme robiť ešte viac!? Predovšetkým dôraznejšie apelovať na našu spoločnosť, vrátane poslancov NR SR, aby problematiku starostlivosti o dôchodcov a jej zlepšovanie brali ako nalievajúcu úlohu dňa. Veď „jeseň života“, ako sa seniorský vek vzletne pomenúva, je o zbieraní plodov práce, ale aj o prenose skúseností, o tvorbe takej spoločenskej klímy, ktorá je založená na ústretových medzigeneračných vzťahoch, na úcte a empatii.

Vážené členky a členovia JDS!

Koncom júna t.r. nás čaká rokovanie nášho XI. snemu JDS. Popri hodnotení rôznorodej činnosti iste bude aj o ďalších perspektívach jej rozvoja. O hľadani ciest, ktoré, vrátane našich stanov a doterajších tradícií, budú rešpektovať požiadavky doby a dynamického rozvoja našej spoločnosti. A popri tom budú citlivejšie rešpektovať naše možnosti a špecifiká hlavne v sociálnej a zdravotníckej oblasti.

Pozdravujem Vás a prajem veľa zdravia, pohody aj dobrých nápadov do života Vašich základných organizácií. Aj veľa priateľského porozumenia.

Ján Lipiansky, predseda JDS

Z rokovania Republikovej rady JDS



25. apríla 2018 ožila veľká kongresová sála hotela NIVY v Bratislave prítomnosťou seniorov – členov JDS z celého Slovenska. Zišli sa na rokovaní Republikovej rady (RR), dôležitého orgánu JDS. Jej úlohou - podľa Stanov JDS - je prerokovať a odobriť čerpanie rozpočtu za uplynulý rok a schváliť návrh rozpočtu na nový aktuálny rok. Rokovanie RR viedol Ing. J. Lipiansky, predseda JDS.

V úvode programu RR vyzval prítomných k minúte ticha za zosnulú predsedníčku KO JDS Bratislava p. Žofiu Lomnickú a predsedu OO JDS Skalica p. Morbachera.

Nakoľko sa v ostatnom čase konali okresné snemy, na ktorých boli zvolení aj mnohí noví predsedovia, plénum schválilo ich kooperáciu do RR.

Podľa prezencie z 94 členov RR JDS prišlo na aktuálne rokovanie 77 členov, čo predstavuje 81,81 %-nú účasť. Kontrolou plnenia uznesení z Republikovej rady, konanej 31. mája 2017, predseda JDS p. Lipiansky konštatoval, že boli splnené alebo sa dlhodobo plnia. Otvorenou ostala požiadavka odmien pre predsedov OO JDS, ku ktorej ako aj k prerozdeleniu podielu z členského zaujme stanovisko pripravovaný XI. snem JDS.

Ročný rozbor čerpania rozpočtu a hospodárenie s finančnými prostriedkami JDS

za rok 2017 aj Návrh rozpočtu JDS pre rok 2018 boli vo forme brožúry rozdane všetkým účastníkom rokovania. Prvý podpredseda JDS Ing. I. Fabián doložil obidva materiály podrobnejším výkladom. Celková bilancia hospodárenia JDS s finančnými prostriedkami vykazuje k roku 2018 úsporu 4 161,75 €.

Rekondičné poukazy na RLP boli prerozdelené všetky (cca. 4 740 pobytov), v hodnote 237 000 €, inventarizácia majetku JDS bola vykonaná k 31. 8. 2016 a nevykázala žiadne zmeny.

Došlo k nárastu členskej základne, jej počet dosiahol 93 508 členov, v roku 2017 pribudlo 32 nových ZO. V závere svoj-

RR JDS vzala na vedomie návrh predsedníctva a odsúhlasila zvolanie XI. snemu JDS na 27.–28. 6. 2018.

ho hodnotenia vyslovil p. Fabián za Ú JDS poďakovanie tým KO JDS, OO a MO JDS, ktoré sa v uplynulom roku podieľali na spoluorganizovaní celoslovenských podujatí. Bez ich mnohostranného vkladu, ale aj sponzorských príspevkov, ktoré dokázali získať zo svojho krajského i najbližšieho (okresného aj mestského) prostredia, by účelové dotácie príslušných ministerstiev sotva

postačovali na dôstojnú realizáciu týchto pravidelných vrcholových podujatí.

Správu o činnosti revíznej komisie JDS, jej hodnotiacu správu k rozpočtu za rok 2017 ako aj stanovisko k návrhu rozpočtu na rok 2018 predniesol predseda RK p. A. Ukropec.

V priebehu vecnej diskusie, ktorá reagovala na každý z predložených materiálov, odznelo viacero návrhov i kritických hlasov. Dotýkali sa prevádzkových nákladov na činnosť ústredia JDS, tradície prerozdelenia členského príspevku, foriem a mož-



ností odmeňovania funkcionárov JDS za ich činnosť i kvality komunikácie medzi jednotlivými zložkami JDS v oboch smeroch. Boli vznesené návrhy na úpravu platných stanov JDS

aj vnútornej smernice k hospodáreniu s finančnými prostriedkami, aby naplno korešpondovali so všeobecne platnou legislatívou.





Vážení seniori, drahí priatelia,

je mi ctou a potešením, že Vás môžem pozdraviť pri príležitosti 11.snemu Jednoty dôchodcov na Slovensku. Vykonávate záslužnú a nenahraditeľnú prácu v základných organizáciách JDS, v prospech seniorskej obce. Dávate tým skôr narodeným chuť do života už tým, že nestrácajú kontakt so spoločnosťou, verejným dianím, čoho dôkazom je aj rozširujúca sa členská základňa. Aj vďaka Vaším organizáciám naberajú seniori vitalitu, elán a energiu byť stále na pulze života, byť užitoční svojimi radami, skúsenosťami, odbornosťou. Veľmi si Vás vážim za to, čo robíte! Ste pre mňa dôveryhodným partnerom, spolutvorcom pri zostavovaní legislatívnych návrhov a zákonov. Vaše pripomienky ma inšpirujú, sú pre mňa lakmusovým papierikom, či postupujem správne. Za všetko Vám patrí moja úprimná vďaka.

S úctou

Ján RICHTER

minister práce, sociálnych vecí a rodiny SR

Viacero diskusných príspevkov hodnotilo pozitívne rôznorodosť foriem činnosti v ZO JDS a zástoje empatie v medziludských vzťahoch. Nárast členskej základne a množstvo vydaných podujatí podmieňuje širšiu akceptáciu činnosti organizácií JDS v občianskom prostredí, narastá podpora zo strany samosprávnych orgánov.

V priebehu rokovania Republikovej rady aktívne pracovala mandátová aj návrhová komisia. O podrobný zápis z rokovania sa postarali zapisovateľky pp. I. Gečevská a V. Baluchová, za overova-

telov zápisnice boli hlasovaním určené: pp. Mária Miškeriková a Ján Molnár.

Predkladané správy vrátane revíznej aj návrh rozpočtu na rok 2018

boli plénom Republikovej rady schválené.

- red. -



Na slovko – dve s predsedami KO JDS

27. a 28. júna t.r. sa delegáti JDS z celej Slovenskej republiky stretnú na svojom už XI. sneme. Budú hodnotiť aktivity JDS za uplynulé 3-ročné obdobie aj plánovať budúcnosť nášho veľmi početného a agilného občianskeho združenia. Veď 1 188 ZO JDS a skoro 93,5 tisícová členská základňa, to je obrovská platforma energie, nápadov a hlavne činov, prospešných v mnohých oblastiach rôznorodého občianskeho života v našej spoločnosti.

Redakcia 3.VEKu oslovila predsedov všetkých ôsmich KO JDS na Slovensku, aby, odpovedajúc na ponúknuté otázky, predstavili v základných črtách svoju krajskú organizáciu.

Opýtali sme sa:

1. Koľko členov a koľko ZO JDS má v súčasnosti vaša KO JDS? Členská základňa teda vzrastá alebo je v útlme?
2. Ktoré oblasti činnosti či voľno-časových aktivít sú medzi seniormi vášho kraja najpríťažlivejšie?
3. Iste žije aj vaša KO JDS špecifikami vášho regiónu. Ktoré z nich najviac rezonujú medzi seniormi, a preto sa im aj venujete?
4. Ktoré podujatia KO JDS sa vám najviac vydarili za ostatné tri roky a prečo?
5. Čo by ste chceli na činnosti svojej KO JDS zmeniť či vylepšiť?
6. Čo si Vy sami najviac ceníte na svojom aktívnom členstve v JDS?

- red. -

Ján Hlaváč – predseda KO JDS Banská Bystrica

1. KO JDS Banská Bystrica má k 31. 12. 2017 **10 762 členov a 156 ZO JDS.**

Za uplynulé 3-ročné obdobie členská základňa vzrástla o 305 členov a 6 ZO JDS.

2. Ťažké je posúdiť, ktoré činnosti v našom kraji sú najpríťažlivejšie, pretože počet účastníkov na podujatiach býva v priemere 150 členov. **V rámci kraja uskutočňujeme** každoročné Krajské ŠH seniorov, vo veľkej oblube sú aj okresné turistické zrazy. Napr.: OO JDS Brezno v roku 2017 uskutočnila turistický zraz v Osrblí a zúčastnilo sa ho až 470 našich členov, v r. 2016 sa na turistickom zraze na chate Zbojská zúčastnilo 346 členov. V oblube sú aj Regionálne prehliadky speváckych súborov seniorov vždy za účasti 10 – 12 súborov. Okresné i krajské prehliadky v prednese poézie, prózy a vlastnej tvorby sa tiež začínajú dostávať do povedomia seniorov.

3. Veľmi zaujímavým podujatím je **Stretnutie troch generácií pri pesničkách**, kde sa prezentujú deti z MŠ a ZŠ, spevácke súbory strednej generácie i seniori – je to program na celé popoludnie. Pre účinkujúcich seniorov a hostí sa končí spoločnou večerou, posedením a spevom pri harmonike. Krajské oslavy MDŽ a Mesiaca úcty k starším, ktoré sa uskutočňujú vo Zvolene za účasti 250 členov JDS, sú príležitosťou na poďakovanie za prácu aktívnym funkcionárom ZO, OO a KO JDS vo forme vyznamenaní či pamätných listov.

4. **Všetky krajské podujatia, majú u nás už svoju tradíciu a veľmi dobrú úroveň.** V r. 2016 sme sa podieľali na organizácii Celoslovenskej prehliadky speváckych súborov seniorov v MKC Žiar nad Hronom a v r. 2017 to bola celoslovenská prehliadka v umeleckom prednese poézie, prózy a vlastnej literárnej tvorby seniorov Kukučínova Revúca. Konala sa v Múzeu Prvého slovenského gymnázia.

5. Aj keď organizovanosť seniorov v kraji je 8,08, boli by sme radi, keby sme ju dokázali ešte zvýšiť a naďalej sa hodlame aktívne zapájať do celoslovenských prehliadok a podujatí JDS.

6. **Najviac si cením**, že sa mi podarilo nadviazať aktívnu spoluprácu s primátormi miest, starostami obcí, poslancami BBSK, prednostami OÚ aj sponzormi. Podporujú naše podujatia finančne i materiálne, lebo si vážia a oceňujú prínos aktivít seniorov pre mestá a obce v celom našom kraji.



Valéria Baluchová – poverená predsedníčka KO JDS Bratislava

(za nedávno zosnulú p. Žofiu Lomnickú, predsedníčku KO JDS)

1. V našom kraji pracuje **77 základných a 20 okresných organizácií JDS, celkový počet členov je 9 100.**

2. **V činnosti ZO dominujú** rôzne kultúrne podujatia, historické prechádzky po centre Bratislavy a prehliadky Hradu. Oblíbené sú poznávacie a relaxačné výlety, čoraz početnejšie sú skupinové rekondičné pobyty v kúpeľoch. S veľkým záujmom sa stretávajú prednášky a besedy so zdravotníckou a právnickou osvetou.

3. Špecifikom nášho kraja je bohatá história kráľovských miest vrátane Bratislavy – korunovačného mesta a tiež tradície vinohradníckej oblasti. Rezonujú vo vzdelávacích aj kultúrno – zábavných podujatiach. Krúžková činnosť je zameraná na výtvarné aktivity, ručné práce, spev a relaxačné cvičenia.

4. Výbornú odozvu medzi seniormi mávajú naše krajské športové hry aj prehliadky speváckych súborov. Mali sme česť spolupracovať pri realizácii celoslovenských podujatí: v rokoch 2014 a 2015 to bola prehliadka Zlaté ruky a v roku 2017 Celoslovenská prehliadka speváckych súborov seniorov v Pezinku.

5. V samotnej Bratislave máme viacero problémov s prenájmi priestorov, kde sa môžu naši seniori schádzať. Pociťujeme rezervy v zdravotníckej a sociálnej starostlivosti, ochota a zainteresovanosť poslancov aj pracovníkov miestnej samosprávy je značne rozdielna – od veľmi dobrej až po skoro žiadnu.

6. Aktivity JDS prinášajú potešenie ich tvorcom aj širokej členskej základni, čo je veľmi dobré. Podnecujú seniorov žiť aktívne, rozvíjať svoje záujmy, starať sa o svoje zdravie, kondíciu, ale aj starať sa o seba navzájom. Cenná je dobrovoľnícka i verejnoprospešná činnosť seniorov, ale najdôležitejšie sú medziludské vzťahy a životný optimizmus. Naša JDS nám ich poskytuje.

Ján Matúško – predseda KO JDS Košice

1. KO JDS Košice má v súčasnosti už **viac ako 7 300 členov**. Sú združení v **108 ZO JDS**.

Naša členská základňa má od roku 2011 stúpajúcu tendenciu, veď v r. 2011 mala 5 083 členov, kým v r. 2016 - 7 015 členov, v súčasnosti sme nad hranicou 7 300.

2. Medzi najpríťažlivejšie aktivity patria : športové hry, prehliadky speváckych súborov, tvorba a prehliadky výrobkov šikovných rúk, spoločenské posedenia pri knihe, čaji i tanci, opekačky v prírode, Nordie walking, poznávacie zájazdy aj rôzne výlety.

3. V popredí našich podujatí je turistika, Nordie walking, družobné stretnutia, spoločenské a športové aktivity v rámci ZO.

4. Vydarili sa nám športové hry s medzinárodnou účasťou, spevácke prehliadky s medzinárodnou účasťou, stretnutia s predsedom VÚC, oceňovanie seniorov najvyššími predstaviteľmi VÚC, ale aj plodná výmena názorov a skúseností.

5. Do budúcnosti máme v pláne:

a/ rozšíriť a zaktivizovať členskú základňu

b/ skvalitniť prípravu funkcionárskeho aktívu s dôrazom na znalosť stanov, organizačného a rokovacieho poriadku

c/ štúdium Smerníc o hospodárení v JDS a ich následného a dôsledného dodržiavania

6. Najviac si cením, že za viac ako 20-ročné členstvo v JDS som bol nápomocný pri zakladaní nejednej OO JDS a množstva základných organizácií. Že môžem pomáhať pri riešení problémov, ktoré trápia našich členov i nečlenov JDS. Som rád, sa nám podarilo podpísať memorandum o spolupráci s VÚC Košice, s dôchodcami v ČR, konkrétne s Moravsko - Sliezkym krajom a tiež so Žilinským krajom.

Problematiku v JDS poznám veľmi dobre, nakoľko som zastával funkciu predsedu ZO JDS Prakovce od jej vzniku, OO JDS Gelnica a predsedu KO JDS. Som i členom predsedníctva Ú JDS.



Mgr. Anna Oťapková - KO JDS Nitra

1. KO JDS Nitra za jednu zo svojich významných úloh považovala zvyšovanie členskej základne zakladaním nových ZO, ako aj zastavením poklesu v počte registrovaných členov.

Za trojročné funkčné obdobie **bolo založených 12 nových ZO JDS**, čím sme zvýšili členskú základňu o 577 členov. **Najpočetnejšia je OO JDS Nitra, ktorá má 43 organizácií s počtom 4742 členov.**

2. 3. 4. 5. Najpríťažlivejšie voľno- časové aktivity boli športové a zábavné hry, ako petang, o ktorý seniori prejavujú veľký záujem (na turnajoch viac ako sto pretekárov). Pravidelne sme organizoval Krajské ŠH s medzinárodnou účasťou a turistické vychádzky. V roku 2015 bola naša KO JDS poverená organizáciou Celoslovenských ŠH seniorov aj za účasti pretekárov z Maďarska, Poľska a Českej republiky. V mnohých ZO JDS je veľký záujem o výlety i viac- denné zájazdy. V prednese poézie, prózy a vlastnej literárnej tvorby nás najlepší recitátori reprezentovali na celoslovenských prehliadkach. Už po dva roky sme zorganizovali prehliadku v umeleckom prednese nielen v slovenskom, ale i maďarskom jazyku pod názvom „ Matky mojej reč“. Pravidelne sa zúčastňujeme podujatia Bajzove Zbehy, kde sa prezentujú recitátori od detí až po seniorov. V roku 2016 sme zorganizovali Celoslovenskú prehliadku v prednese poézie, prózy a vlastnej tvorby pod názvom „ Poetická Nitra 2016“ v dôstojnom prostredí nitrianskej Synagógy. Organizujeme spevácke prehliadky až po krajskú pod názvom „Spevy domova“.

Spomedzi mnohých besied a prednášok boli veľmi cenné stretnutia s príslušníkmi Policajného zboru, kde sa riešili mnohé otázky bezpečnosti na uliciach aj vo vlastných domácnostiach. Seniori boli oboznámení s celoslovenským projektom „Bezpečná jeseň života“. Zorganizovali sme školenie pre predsedov RK OO JDS a pokladníkov ZO JDS na tému Hospodárenie s finančnými prostriedkami a majetkom JDS a Metodickými pokynmi o vedení hospodársko-finančnej agendy.

Vysoko si ceníme spoluprácu s predstaviteľmi verejnej správy, primátormi a starostami obcí, aj prednostami okresných úradov, ktorí nám vždy podali pomocnú ruku pri organizovaní našich aj celoslovenských podujatí. V ostatnom čase sme nadviazali spoluprácu aj s Úradom práce sociálnych vecí a rodiny, spolu riešime aktuálne otázky týkajúce sa nás, seniorov.

6. Aj v budúcom funkčnom období sa zameriame na rozvoj našej členskej základne organizovaním zaujímavých, pestrých a rôznorodých podujatí, aby oslovili čím väčší počet seniorov. Vďaka odborných komisiám, kde máme dostatok kvalitných odborníkov, sa nám to iste podarí.

Pavel Guman - predseda KO JDS Prešov

1. KO JDS v Prešove od roku 1015 dynamicky vzrástla, v roku 2015 na 7 663 členov, počet ZO 117, 2016 na 8 571 členov, počet ZO 131, **2017 na 10 035 členov, počet ZO 143**

2. Jedným z rozhodujúcich činiteľov bola dohoda a podpísanie MEMORANDA o spoluúčasti v činnosti či vo voľno časových aktivitách medzi seniormi nášho kraja

3. **Medzi najpríťažlivejšie oblasti** patria okresné a krajské športové hry, prehliadky speváckych súborov aj prehliadky v umeleckom prednese poézie a prózy.

4. **Najviac sa nám vydarilo** organizovanie Celoslovenskej prehliadky speváckych súborov v Prešove r. 2015, Celoslovenskej prehliadky ručných prác ZLATÉ RUKY 2016 v Bardejove ako aj okresné súťaže Babička roka a v boulingu.

5. Za najviac vydarené podujatia považujeme tie, ktoré majú podporu a záujem širokej seniorskej verejnosti aj stretnutia v Mesiaci úcty k starším.

6. **Najviac si v našom kraji ceníme** zlepšenie životných podmienok seniorov, či bezplatné cestovanie vlakom, vianočný príspevok, valorizáciu dôchodkov aj nový prepočet dôchodkov u starodôchodcov, t.j. zlepšenie životných podmienok pre seniorov.



Mgr. Anna Prokešová – predsedníčka KO JDS Trenčín

1. Naša členská základňa má **12 530 členov**, deväť OO JDS, 160 – ZO JDS, zaznamenali sme prírastok o 106 nových členov.

2., 3. Ešte sa nám nestalo, že by nebol **záujem o podujatia JDS** – okresné, krajské i celoslovenské. Viaceré už majú dlhšiu tradíciu, napr. 31 ročníkov Akadémie tretieho veku v Trenčíne, 12 ročníkov Akadémie strieborného veku v Novej Dubnici, 11 ročníkov krajských ŠH „O pohár predsedu TSK“ a 7 turistických zrazov. Deväť Krajská prehliadka speváckych súborov bude po prvýkrát aj s cezhraničnou účasťou. Už šesť rokov máme po 3 x do roka podujatia na výstavisku Expo Center v Trenčíne - sú spojené so sprievodnými aktivitami a výstavisko nám umožňuje propagovať práce seniorov vo vlastnom prezentačnom stánku.

V rámci výstavy „Senior Expo“ sme zorganizovali v spolupráci s RÚVZ už 6 ročníkov konferencie „Za zdravý životný štýl seniorov. Veľkému záujmu sa už po tretí raz tešil Ples seniorov. Množstvo aktivít pod názvom „Sami seba“ organizujú OO JDS alebo ZO JDS v spolupráci s obcami.

4. Naša KO JDS sa pravidelne prezentuje na všetkých celoslovenských podujatiach JDS.

Sami sme sa úspešne a so značnou odozvou zhostili usporiadateľskej úlohy Celoslovenskej prehliadky speváckych súborov seniorov 2014, 2 krát Celoslovenských športových hier a turistického zrazu seniorov a celoslovenská prehliadka „Zlaté ruky“ nás po úspechu v roku 2017 čaká aj v roku 2018. V posledných dvoch rokoch sa nám darí aj spolupráca s niektorými kúpeľmi, kde sme za „prijateľné ceny“ odrekreovali značné množstvo seniorov.

5. **Vylepšovať svoju prácu sa dá vždy**, dôležitá je ochota pomôcť pri podujatiach, a tak prispieť k tomu, aby sme účastníkom pripravili nezabudnuteľné chvíle a krásne spomienky.

6. Som rada, že sa nám v našej KO JDS darí v širokom zábere aktivít **napĺňať myšlienku „ nech nikto nie je sám“** a ponúkať seniorom vždy nanovo príležitosti, ako zmysluplne tráviť svoj voľný čas.



Margita Fabiánová – predsedníčka KO JDS Trnava

1. Naša KO JDS má k 31. 12. 2017 doteraz najvyšší počet platiacich členov, a to 17 687. V rámci Slovenska sme najpočetnejšou krajskou organizáciou, lebo **predstavujeme až 18,91 % z celkového stavu členstva v JDS.** Veľmi si vážim prácu ľudí v našich 7 okresných a 168 základných organizáciách JDS, bez ich obetavosti a zánietenosti by to prosté nešlo.

2. KO JDS organizuje vzdelávanie, súťaže a stretnutia zástupcov vyslaných OO JDS najmä na Reumatologických dňoch zdravia, v Mesiaci úcty k starším, na župných olympiádach a turistike, na prehliadkach speváckych a folklórnych skupín, v prednes poézie a prózy, na výstavkách ručných prác a pod.

3. Trnavský kraj je národnostne zmiešaný a aj v tom tkvie pôvab našich spoločných podujatí. Jednotlivé krajské akcie organizujeme vždy v inom okrese, aby sa ľudia bližšie spoznávali. Ale súčasne spoznávajú aj históriu, zvyky a kultúrne pamiatky daného regiónu a tiež záujem miestnej samosprávy o nás, seniorov.

4. Každé z našich krajských podujatí za ostatné tri roky hodnotili jeho účastníci pozitívne a žiadajú ich organizovať aj v budúcnosti.

5. Aj keď „život je zmena“ - podľa mojich dlhoročných skúseností je JDS stále funkčné občianske združenie, s dobrými zásadami pre svoju existenciu a rôznorodými podnetmi pre aktivity občanov seniorského veku. „Spolu tvoríme kraj“ je slogan vedenia TTSK a **naším cieľom ostáva snaha byť i naďalej aktívnou a uznávanou súčasťou spoločnosti občanov, ktorí tvoria náš kraj.**

6. Vo svojej dobrovoľníckej činnosti v JDS som spoznala mnoho vzácných a úprimných ľudí s rôznymi životnými osudmi. Veľa som pochopila a naučila sa od nich. To ma stále motivuje hľadať spôsoby efektívnej činnosti v prospech nás, všetkých. Nie vždy sa to však podarí, ale aj čiastočný úspech sa ráta. Preto treba vytrvať!

Dr. Michal Kotian – predseda KO JDS Žilina

1. Naša KO JDS mala k 31. 12. 2017 - 13 385 členov. Od roku 2015 sa nám podarilo zvýšiť počet členov o 1 482. Najväčšia naša OO JDS je Žilina s takmer 3 000 členmi. V kraji pracuje v súčasnosti 182 ZO JDS.

2. Medzi najpríťažlivejšie aktivity KO JDS patria: športové hry, prehliadky speváckych a tanečných súborov, turistické akcie, umelecký prednes poézie, prózy a prednes autorských prác. Sú to aj stretnutia seniorov na hranici spoločne so SD ČR Moravsko – Sliezskeho kraja a seniormi z Poľska. OO JDS usporadúvajú zájazdy k moru, predovšetkým do Chorvátska, aj výlety na pamätné miesta a na kultúrne podujatia v rámci Slovenska i za hranicami.

3. Oblúbenou akciou býva Krajský turistický zraz, ktorý sa uskutočňuje po každé vždy v inej lokalite kraja. Podobné akcie v rámci okresov sú spojené s opekaním, gulášom, či spevmi všetkých zúčastnených. Osvedčili sa nám aj výjazdové zasadania Predsedníctva KO po okresoch v kraji, alebo v kúpeľoch Lúčky. Kde sa uskutočňuje takéto zasadanie, pripravuje ho príslušný okres a na zasadaní sa zúčastňujú aj funkcionári okresu.

4. Viaceré okresy nášho kraja robia stretnutia s primátormi a starostami pri príležitosti Mesiaca úcty k starším a tu sa slávnostnou formou odovzdávajú ocenenia pre zaslúžilých členov JDS a zároveň sa hovorí o problémoch, s ktorými sa ZO aj OO JDS bojí.

5. Najväčšie úsilie je kladené:

a/ na rozširovanie členskej základne a na aktivizovanie činnosti v ZO JDS aj na pomoc novým ZO JDS

b/ na skvalitňovanie prípravy funkcionárskeho aktívu s dôrazom na teoretické a praktické poznanie a používanie Stanov JDS, organizačných a rokovacích poriadkov, udeľovanie odmien, atď.,

c/ na ovládanie „Smerníc pre hospodárenie s finančnými prostriedkami“ a ich následné dôsledné dodržiavanie na všetkých stupňoch výstavby JDS

6. Najviac si cením, že od roku 2012, odkedy som sa stal predsedom KO JDS Žilina, sa zvýšila naša členská základňa takmer o 4 200 členov a 78 nových ZO JDS. Som rád, že môžem byť nápomocný pri riešení predovšetkým sociálnych problémov nás, skôr narodených, i nečlenov JDS, ako člen Rady vlády pre prácu so seniormi a etnikami v procese starnutia obyvateľov SR. Vážim si, že sa nám podarilo podpísať memorandá o spolupráci s VÚC Žilina, ďalej s dôchodcami SD ČR, Moravsko - Sliezskeho kraja a s KO JDS Košice.



Hodnotenie oblasti kultúry a voľno časových aktivít v JDS za roky 2015-2017



Oblasť kultúry a voľno časových aktivít, vrátane turistiky a športového využitia seniorov na rôznych úrovniach zaznamenali od X. snemu preukázateľný rozvoj v početnosti aj variabilite. Svedčia o nich mnohé príspevky na stránkach 3. VEKu, pozitívne ich hodnotili výročné správy ZO JDS aj z okresných a krajských snemov.

Najstaršie z celoslovenských podujatí - **Celoslovenské športové hry a turistický zraz seniorov JDS – Memoriál Kamila Vajnorského** oslávilo v r. 2018 v Trenčíne už svoj XX. ročník za účasti **118 súťažiacich** seniorov. Aj predošlé dva ročníky v Nitre / 2015 a Šamoríne /2016 mali výborné celoslovenské zastúpenie aj úroveň športových výkonov. Lahkoatletické, branné aj vhodné športové disciplíny majú svojich vytrvalých nadšencov po celom Slovensku a spolu s turistickými zrazmi sú najpočetnejšou aktivitou seniorov. Vo viacerých okresoch i krajoch sa

k nim pridávajú aj novšie formy rekreačného športu a turistiky v prepojení na mladšie vekové ročníky - Olympiády alebo Športové stretnutia troch generácií.

Celoslovenské prehliadky speváckych súborov seniorov tiež píše skoro 20-ročnú tradíciu: v r. 2015 sa konal jej 16. ročník v Prešove, v r. 2016 bol 17. ročník v Žiari nad Hronom a 18. ročník sa realizoval v r. 2017 v Pezinku. Vystúpenia vždy iných speváckych telies a v inej lokalite Slovenska poskytujú vzácnu možnosť predstaviť jednak krásu regionálnych či miestnych folklórnych tradícií, ale aj lásku seniorov k piesňovej tvorbe a príkladnú vytrvalosť v činnosti mnohých súborov.

Dve ďalšie celoslovenské podujatia „**Zlaté ruky**“ - **celoslovenská prehliadka ručných prác seniorov a drobných umeleckých predmetov** (v Bratislave, Bardejove a Trenčíne) a **Celoslovenská prehliadka v umeleckom prednese poézie a prózy seniormi** (v Trnave, Nitre a Revúcej) majú za sebou len krátku históriu, ale citelne obohatili spektrum spoločenského i umeleckého využitia seniorov a stretávajú sa s čoraz väčším záujmom vo svojich okresných aj krajských kolách. Celoslovenské kolá sa stretli so značným ohlasom nielen seniorskej, ale aj občianskej verejnosti.

Nielen celoslovenské kolá uvede- ných aktivít, ale aj miestne, regionálne, krajské i družobné cezhraničné formy kultúrneho a športového či turistického využitia seniorov vnášajú do činnosti JDS živú, priateľskú, čínorodú energiu. Pomáhajú utvárať priateľské vzťahy, verím, že pozitívne vplývajú aj na celkový občiansky život vo svojom okolí. Evidujeme z mnohých príspevkov do časopisu 3. VEK aj z hodnotiacich správ našich organizácií, ako práve v tejto oblasti narastá dobrá spolupráca seniorov s orgánmi miestnej samosprávy a z úrovne ústredia JDS s príslušnými ministerstvami SR. Bez ich podpory (aj hmotnej či finančnej) by sa nedali v takom veľkom rozsahu zorganizovať aj uvádzané vrcholné podujatia.

Vedieť i chcieť priniesť radosť, rozlet, krásu aj poučenie – to je hlavný cieľ našich spoločných snáh v JDS a som rád, že sa nám to v oblasti kultúry, športu a turistiky v uplynulých rokoch väčšinou darilo. Je za tým veľa drobnej usilovnej práce mnohých členov a hlavne funkcionárov JDS, za čo im úprimne ďakujem. Verím, že sa nám, vďaka dobrým skúsenostiam, bude dariť aj v rokoch nasledujúcich.

► **PhDr. Alojz Luknár, podpredseda JDS pre oblasť kultúry a voľno časových aktivít**



Pripravujeme

Kedy a kde sa stretneme na celoslovenských podujatiach

- ☺ **14. 08.–16. 08. 2018 - Bardejov** – XXI. Celoslovenské ŠH a turistický zraz seniorov
- ☺ **20. 09. 2018 – Komárno** – XIX. Celoslovenská prehliadka speváckych súborov seniorov
- ☺ **12. 10.–13. 10. 2018 – Trenčín** – Zlaté ruky – celoslovenská prehliadka ručných prác seniorov a drobných umeleckých predmetov
- ☺ **18. 10. 2018 – Bratislava** – Celoslovenská prehliadka v umeleckom prednese poézie, prózy a vlastnej tvorby seniorov

► Informuje **PhDr. A. Luknár**



Vážené členky a členovia JDS,

iste všetci cítite, že tento rok, rok 2018, je čím-si zvláštny. Prebehli nám hodnotiace schôdze v ZO JDS, okresné i krajské snemy. Blíži sa termín XI. snemu. Na svojich rokovaníach ste hodnotili, čo sa v uplynulých troch rokoch vykonalo dobré pre vás, našich členov. Dovoľte mi, aby som sa aj ja podelil s hlavnými výsledkami, za ktoré som bol od X. snemu zodpovedný.

V prvom rade niekoľko slov k rastu členskej základne, ktorá je hlavným ukazovateľom záujmu seniorov o členstvo v Jednote. Teší ma, že za ostatné tri roky vzrástol počet našich členov o 11 060 a dosiahol v roku 2017 súčet 93 508. Vzrástol aj počet ZO JDS o 146, takže v súčasnosti ich evidujeme celkom 1 188. Za tento rast chcem poďakovať funkcionárom na všetkých organizačných stupňoch Jednoty za ich obetavú agitačnú prácu a za starostlivosť o jej

členov. Týchto obetavých funkcionárov je nemálo, viac ako 6 tisíc.

Druhou mojou povinnosťou bola práca na ekonomickom úseku. Revízná komisia hodnotila po všetky tri roky túto činnosť ako veľmi dobrú. Hovoria za to výsledky, keď sme hospodárili s finančnými prostriedkami takmer jedného milióna €. Vo vlastnom rozpočte JDS náklady neprekračovali príjmy, a tak sme dosiahli prebytok finančných prostriedkov takmer 15 tisíc €.

Úspešne sme prešli aj Vládnym auditom, ktorý vykonali pracovníci Úradu vládneho auditu. Cieľom auditu bolo overiť a zhodnotiť hospodárnosť využitia verejných financií (najmä dotácií). Výška overených finančných prostriedkov dotácií za roky 2012 až 2016 bola spolu 1 milión 295 tisíc €.

Tretou mojou povinnosťou bolo nielen financovanie projektov, na ktoré sme dostali od MPSVaR SR a od MK SR finančné prostriedky, ale najmä organizovanie rekondič-

no – liečebných pobytov. Z MPSVaR SR sme obdržali na túto činnosť 689 tisíc €, čo umožnilo absolvovať rekondičné pobyty celkom 13 780 našim členom. Kúpele, ktoré nám poskytujú túto službu, vzišli z Verejného obstarávania a nemôžeme ich meniť. Tu sa chcem poďakovať všetkým našim funkcionárom, ktorí dokážu organizovať pobyty tak, aby nevznikali problémy. Práve ich zásluhou sme po všetky roky vyčerpali dotácie na pobyty bezo zvyšku.

Rozhodujúca je v tomto smere pomoc predsedov krajských organizácií, ktorí prebrali na seba zodpovednosť za realizáciu pobytov.

Vážení priatelia, funkcionári JDS, ďakujem Vám za aktívnu činnosť v Jednote. Želám Vám, aby Vás táto činnosť naplňovala radosťou, aby Vám zdravie umožnilo aktivity obohatovať a rozširovať. Nech je naše spoločné úsilie odmenené uznaním a podporou širokého členstva JDS.

► **Igor Fabián**
prvý podpredseda JDS

Čas ubieha všetkým rovnako, ale seniorom trochu rýchlejšie.

V utorok okolo pol desiatej skupinka žien s ruksakmi na chrbte šliapie do kolkárne. To sme my, seniorky z JDS. Stretne nás mladšia dáma, zdvorilo pozdraví a prihovorí sa: „Chcela by som byť dôchodkyňa. Vy máte na všetko čas a užívate si.“ Aj my jej milo odpovieme: „Kým sa dá!“... a šliapeme ďalej. Veď zrýchlená chôdza je pre nás ten najpozitívnejší a nenáročný pohyb. No nadhodenú tému rozvíjame ďalej: „...aj my sme ráno museli s nevôľou vyskakovať z postele na budík, vychystávať deti do škôlky, jaslí a bežať pracovať do fabrík už na šiestu. Z roboty zas naopak, rýchlo do škôlky, jaslí, nakúpiť, navariť a večer namiesto televízie..., no tak isto, ako dnešné mladé žienky.“ A debatu o tom, že aj dnešní mladí budú raz starí, sme ukončili takto: „Každý chce to, čo nemá.“



Nie je to však o bohatstve či o statkoch-zmätkoch - je to o čase. Deti chcú byť rýchlo dospelé, dospelí chcú byť dôchodcami a seniori by boli najradšej, keby sa im roky po šesťdesiatke odrátavali. Nielen roky aby nám nepribúdali! Nech nás neopúšťa ani sila, vôľa, pozitívna energia, entuziazmus či obyčajná radosť zo života! Chceme toho ešte veľa vidieť, veľa spoznať, naučiť sa, zabaviť - - - všeličo, kým sa dá!

Preto nemáme čas. A preto dobre rozumieme aj také-
muto humoru:

Bohatstvo staršieho veku? Mám ho, mám! Hľa -
- striebro vo vlasoch
- zlato v zuboch

- kamene v obličkách
- cukor v krvi
- olovo v nohách
- železo v cievach i
- nevyčerpatelné zásoby plynu...

Ani sme len netušili, že za života nahromadíme toľké a také bohatstvo!!!

► **Gabika Mažárová** – JDS Trstená

Ako ďalej...?

Sme hrdí nato, že naša OO JDS Skalica je v rámci celého Slovenska najlepšia s percentuálne najvyšším počtom členov v nadväznosti na celkový počet dôchodcov okresu. To nás samozrejme zaväzuje, aby sme stále organizovali nové zaujímavé podujatia a tak získavali nových členov. Je to veľká výzva pre nové formy práce aj pre nedávno zvolený inovovaný výbor OO JDS. **Novozvolený predseda na okresnom sneme JDS Lubomír Bollo** **zhodnotil vo svojom vystúpení aktivitu všetkých osemnástich ZO JDS a v závere správy zdôraznil: „je našou prvorádou úlohou zvyšovať alebo udržať stav členskej základne. V tejto oblasti musíme viacej pôsobiť najmä na mlado - dôchodcov. Súčasná doba im ponúka modernejšie elektronické priority, a preto musíme do budúcnosti hľadať také aktivity, ktoré budú pre nich zaujímavé. Ide o formy práce, ktoré vytiahnu seniorov od televízorov, tzv. gaučingu“, formy práce, ktoré zamedzujú nečinnosť - lebo nečinnosť je pre nás, dôchodcov, najmenej žiaduca. Zhoršuje našu psychiku a podnecuje nezaujím o spoločenský život a jeho prospešnosť.**

Vďaka iniciatíve predsedníctva OO JDS a mnohých funkcionárov ZO JDS nebola v Skalici o dobré nápady nikdy núdza. Vďaka vlastným a sponzorským finančným prostriedkom i dotáciám sa nám darí zabezpečovať podujatia na dôstojnej spoločenskej úrovni. Niektoré z nich



boli usporiadané v spolupráci s inými spoločenskými organizáciami, ale najmä za veľmi dobrej podpory samospráv obcí a miest. Uvedieme niektoré z nich:

„Medzinárodný folklórny festival“ - od r. 2011 postupne organizovaný v jednotlivých obciach.

„Vrádištská žatva“ - ukážky práce starých poľnohospodárskych strojov, kroje, varené a pečené miestne špeciality vždy lákajú širokú verejnosť. Tradíciou v Chropove sa stal úspešný **„Deň erteplí“** - zemiakov. Kuchári pre celú dedinu aj návštevníkov pripravujú tradičné dobroty -



zemiakové pagáčiky, lokše, lupienky a mnohé iné. Pri ľudovej hudbe spoločne vzdávajú hold tejto významnej poľnohospodárskej plodine.

V Gbeloch sa už tradične koná **Regionálna prehliadka seniorských speváckych súborov**. Najúspešnejší potom smerujú na krajské i na celoslovenské kolá v rámci JDS.

„Kvetinové dni“ v Kátove si bez aktívnych členiek JDS už nevedia predstaviť. Stovky návštevníkov potešia výstavky zručností miestnych umelcov, kultúrne vystúpenia aj predaj širokej škály kvetín a záhradkárskych potrieb. V Kopčanoch sa za účasti širokej verejnosti veriacich zúčastňujú členovia JDS zo širokého okolia na **Cyrilometodejských dňoch**, pri kostolíku svätej Margity



Antiochijskej, ktorý patrí k najstarším zachovaným sakrálnym stavbám na Slovensku.

Väčšina našich organizácií využila ponuku na populárne folklórne podujatie pod názvom **„U Osičků v Lanžhote“ (ČR)**, čím sa naplnila i projekt medzinárodnej spolupráce. V rámci partnerských dohôd seniori v Skalici, Holíči, Radimove, Prietržke a Gbeloch sa zúčastňujú na rôznych kultúrno spoločenských, poznávacích a športových podujatiach recipročne organizovaných v zmysle uzatvorených medzinárodných zmlúv.

V Skalici sa MO JDS aktívne zapája **do organizovaného pochodu, Ružový deň**, na pomoc onkologickým pacientom a ich rodinám bez ohľadu na vek a onkologickú diagnózu, ktorý pravidelne organizuje Liga proti rakovine v Skalici.

Za zmienku stoja úspešné podujatia **súťaž vo Varení gulášu** a **Pečenie miestnych špecialít**, ktoré pravidelne organizujú ZO JDS Popudinské Močidlany a Brodské. Z aktivity OO Únie žien vznikla úspešná spolupráca s JDS pri organizovaní **„Sladkej nedele v Gbeloch“** a **„Sladkej soboty v Holičskom zámku“**. Predaj sladkostí a získanie nových receptov láka každoročne veľa návštevníkov.

Jarné upratovanie - nezanedbateľná pomoc JDS obciam sa tiež postupne rozvíja. Najviac v nej napreduje ZO JDS Unín. Nie sú to len úpravy okolia svojich domov, ale i cintorínov, pamätných miest, okolia kostolov, a pod. Takto napomáhame miestnym samosprávam v oblas-



ti zlepšovania životného prostredia, ale aj vo formovaní občianskeho povedomia naprieč generáciami.

Najväčšou organizáciou v okrese Skalica s počtom viac ako 800 členov je MO JDS v Holíči, ktorá je úspešným garantom Okresných športových hier seniorov. Toto športové podujatie sa stalo inšpiráciou

pre naše organizácie a sú vhodnou prípravou našich členov na župnú olympiáde aj na celoslovenské ŠH seniorov.

Na výborných výsledkoch OO JDS Skalica mal veľký podiel svojou neúnavnou iniciatívou, aktivitou a ľudským citlivým prístupom **Ing. Jozef Morbacher, ktorý bol predsedom OO JDS od r. 2008,** bol tiež členom KO JDS Trnava a členom Republikovej rady JDS Bratislava. Mal veľký podiel na raste členskej základne v okrese, aktívne spolupracoval so samosprávami i spoločenskými organizáciami v 18 obciach okresu pri riešení sociálnych a zdravotných potrieb členov JDS. V roku 2017 bol za svoju obetavú prácu ocenený najvyš-

ším vyznamenaním JDS I. stupňa. Žiaľ, 21. apríla 2018 sa jeho životná dráha navždy uzavrela vo veku 77 rokov. **Česť jeho pamiatke!**

► **Elena Honzová,**
taj. OO JDS okresu Skalica



Bola to akoby prechádzka desaťročiami

Zároveň aj spoznávanie radostných okamihov vtedajších mladých ľudí, ktorí sa rozhodli spečatiť svoju lásku svadbou. Tí, ktorí prišli, spoznávali svojich rovesníkov, o niečo starších spoluobčanov, rodákov, príbuzných. Ale spoznávali aj svojich starých rodičov, prarodičov, tiež ľudí, ktorí tu boli pred nimi a na ktorých sa už teraz nikto nepamätá. Čaro dobovej fotografie toto všetko pomohlo oživiť a prinavrátiť na Výstave svadobných fotografií, ktorú v druhú aprílovú nedeľu zorganizovala MO JDS vo Veľkom Klíži v okrese Partizánske.

Predseda organizácie Irena Bujnová vo svojom príhovore skonštatovala, že do výstavy sa za-

pojilo 59 vystavovateľov a poskytli celkom 258 fotografií. Najstaršie foto bolo z roku 1904 a pokračovali svadby pred prvou svet. vojnou, po nej, v medzivojnovom období... až do súčasnosti. Viaceré rodinné foto boli dopĺňané stručným rodokmeňom. Súčasťou výstavy boli aj figuríny oblečené do svadobných šiat, svadobné oznámenia, telegramy, ba dokonca ukážky zo svadobnej výbavy nevesty.

Nechýbali dobové sobášne listy, či dva originálne kufre zo začiatku 20. storočia. S jedným takým sa mladoženich vydal do Ameriky, s tým druhým sa vrátil na Klíž. Precíznosť a snahu o čo najlepšie priblíženie danej témy organizátorky podčiarkli vystavením textu manželského súhlasu vyslovovaného v kostole a textu, ktorý počul azda každý, kto mal svadbu v kostole. A to: Čítanie z 1. listu Korinťanom.

Dvestovku návštevníkov výstavy potešilo vystúpenie detí zo Základnej školy v Klátovej Novej



Vsi. Mgr. Zuzana Dolná, učiteľka, pripravila a nacvičila s nimi svadobnú odobierku a zábavu. Ženská spevácka skupina Chor de Clus zaspievala niekoľko piesní a na záver programu predviedla obrad začepčenia nevesty.

Na záver podujatia, ktorého čestným hosťom bol predseda Regionálnej rady JDS z Partizánskeho Ing. Peter Matloň a skupina z JDS Bošany, poďakovala starostka obce Ing. Tatiana Sasková všetkým, ktorí sa pričínili o vydarené podujatie a kyticou kvetov odmenila hlavnú organizátorku Irenu Bujnovú.

Naša MO JDS tak opätovne, ako už viac razy predtým, prispela k spestreniu a obohateniu kultúrno-spoločenského života obce.

► **Text a foto Peter Maťašeje**



STRETNUTIE TROCH GENERÁCIÍ PRI PESNIČKÁCH

22. novembra 2017 sa v MESTSKOM DOME KULTÚRY v Revúcej stretlo 11 speváckych súborov z okresov Revúca a Brezno, aby sa predstavili novým programom na 13. ročníku „Stretnutia troch generácií pri pesničkách“. Toto zaujímavé podujatie tradične organizuje OO JDS v Revúcej v spolupráci s mestom Revúca a MKS s finančnou podporou BBSK.

Pozdrav seniorom od študentky PSLG Vanesy Kulifajovej básňou LIPA od A. Sládkoviča bol vhodným úvodom podujatia.

„Hostia sú ako boží poslovia, čo prídu pokloniť sa nášmu šťastiu.

Nuž, keď Ťa menom Pána oslovia, treba ich poctiť pýchou letorastu.

Takto to robievali otcovia, počasoval brat brata, gazda gazdu,

bo tak sa zväzky rodov obnovia – nuž, usmej sa a povedz:

Vítam vás tu!“

Týmto slovami privítal prítomných členov speváckych súborov, ale i divákov a hostí Igor Hock, člen OO JDS a zároveň privítal aj vzácných hostí z oboch okresov na čele s E. Cireňovou, primátorkou mesta Revúca, J. Laššanom, starostom obce Mokrý Lúka, M. Kolesárom, primátorom Jelšavy a podpredsedom RZMOS - Stredného Gemera a ďalších. Za KO JDS BBSK bol prítomný predseda KO J. Hlaváč. Vyslovil slová vďaky všetkým prítomným primátorom a starostom z obidvoch okresov, ktorí seniorom aktívne pomáhajú pri rôznych aktivitách, aj sa na nich pravidelne zúčastňujú, zá-

stupcom dlhoročných sponzorov, tiež spoločenských organizácií a zástupcov škôl.

K prítomným seniorom sa prihovarili poslanci BBSK E. Cireňová, J.

Laššan a M. Kolesár, za KO JDS p. J. Hlaváč. Za organizátorov podujatia sa prihovarila predsedníčka OO JDS Z. Homoliaková týmito slovami: „Seniori sú najstaršia generácia, ktorá sa snaží odovzdať múdrosť, kultúru, tradície a lásku mladšej generácii. Preto znova zaznejú krásne slovenské pesničky - smutné i veselé, aby potešili naše srdcia. Nemôžeme dovoliť, aby upadli do zabudnutia. Spievajme, milí priatelia, pesničky našim vnukom a vnučkám! Pestujeme v nich lásku k slovenskej piesni – veď ňou sa dajú vyjadriť všetky city: láska, radosť, smútok i pokoj v duši. Kým existuje a žije slovenská ľudová pieseň - žijeme aj my, Slováci, a máme svoju národnú identitu.“

Kultúrny program potom viedla p. M. Mladšia, členka P OO JDS.

V programe vystúpili súbory:

1/ SLNIEČKA, ZUŠ Revúca, ved. R. Brezovská

2/ ÚSVIT ZO JDS Revúca, ved. E. Sendrei



3/ LECHEM Cirk. ev. súbor a.v. Chyžné, ved. E. Völgyiová, ev. far.

4/ LUNA ZO JDS Revúčka, ved. A. Hrbálová, ml.

5/ S U P E R BABIČKY ZO JDS Tornaľa, ved. K. Csíkosová

6/ LAHOTA ZO JDS Muránska Lehota, ved. H. Tomiová

7/ SENIORKY ZO JDS Jelšava, ved. L. Hudačeková

8/ LEHOTIANKA ZO JDS Dolná Lehota, ved. J. Schwarzbacherová

9/ NEZÁBUDKA ZO JDS Lubeník, ved. L. Slottová

10/ LIPIANKA ZO JDS Pohronská Polhora, ved. Š. Tamasiová

11/ POTEŠENIE ZO JDS Michalová, ved. M. Pôbišová

12/ LEVENDA ZO JDS Muráň, ved. E. Struhárová

Program bol neobyčajne pestrý, dynamický, neraz sa k prednesu piesní spontánne pridávalo vďačné publikum. Po všetkých vystúpeniach boli vedúcim súborov odovzdané Ďakovné listy a kyticky. Podpredseda OO JDS z Brezna p. J. Dianiš odovzdal primátorku Revúcej p. E. Cireňovej, predsedníčke OO JDS Z. Homoliakovej a moderátorku podujatia M. Mladšej za spoluprácu s OO JDS v Brezne kytice kvetov. Slovmi vďaky účinkujúcim súborom, štedrým sponzorom podujatia, organizátorom aj hosťom a širokému publiku sa oficiálna časť podujatia skončila. Stretnutie seniorov ešte pokračovalo v kaviarni ALFA. Podujatia sa zúčastnilo 185 účinkujúcich, 29 pozvaných hostí a veľa ďalších občanov z Revúcej a jej okolia.

► Text: Mgr. Zuzana Homoliaková

► Foto: Ing. J. Pullman



Tanec je ako život, môžeš stokrát spadnúť, ale vždy sa oplatí vstať a pokračovať...

Na tri stovky seniorov z celého Trenčianskeho kraja sa v sobotu 27. 1. 2018 stretlo na ples, ktorý už formuje svoju tradíciu. V slávnostnom oblečení a po červenom koberci vstupovali do vyzdobených priestorov Posádkového klubu v Trenčíne.

Hlavnými organizátormi boli OZ TRENČANIA PRE TRENČÍN pod vedením Mgr. M. Petrika a KO JDS TRENČÍN. Mesto Trenčín zastupoval medzi oficiálnymi hosťami zástupca primátora mesta Trenčín Patrik Žák B.S.B.A. Celým večerom sprevádzal plesajúcich spevák, moderátor aj výborný zabávač Otto Weiter s hudobnou skupinou ALEX a speváčkou Andreou Fischer.

V programe vystúpil folklórny súbor SENIOR VRŠATEC, tanečná skupina Campanillas pod vedením Zuzany Paškovej aj Janka Kudláčová so svojou akrobatickou šou.

Podujatie podporili: Mesto Trenčín, Trenčiansky samosprávny kraj, Trenčianske osvetové stredisko, E-RAN GROUP a.s., Marius Pedersen a.s., MONOLIT Slovakia s.r.o., Privátna urologická ambulancia s.r.o. a ďalší.

Predseda KO JDS Trenčín Mgr. Anna Prokešová v otváracom príhovore vzdala hold plesu aj takouto výstižnou charakteristikou tanca: „Tanec je čosi čarovné a krás-

ne! Je to umenie, ktoré vychádza z hĺbky našej bytosti a každý pohyb je ako slovo... potom tanec je báseň, ktorá nás uvoľní od každodenných starostí a podporuje jasnú myseľ. Tanec je ako život, môžeš stokrát spadnúť, ale zdvihnúť sa musíš vždy.“ A tak sa plesalo, tancovalo, debatovalo až do skorých ranných hodín...

Avšak ako každoročne, aj tento ples popri výbornej atmosfére naplnil aj svoj charitatívny zámer.

► Výbor KO JDS Trenčín



Písal sa 17. február 1915

a v rodine Pačugových sa narodil syn, ktorému dali meno Ján. Ako dieťa prežil 1. svetovú vojnu a ako mladý dospievajúci muž na vlastnej koži okúsil 2. svetovú vojnu. Bol vojakom Slovenskej aj Československej ľudovej armády. **Hovoríme o majorovi vo výslužbe Jánovi Pačugovi, ktorý sa 17. februára 2018 dožil 103 rokov.**

Od r. 1944 je ženatý a s manželkou vychovali spolu troch synov. V priebehu vojenskej služby prešiel viacerými veliteľskými i technickými funkciami spojovacieho vojska. Do súčasnej doby je na spojovacie vojsko hrdý. Do dôchodku odišiel v r. 1972.

Pán Ján Pačuga je od r. 1990 členom Klubu vojenských veteránov Trenčín. Do súčasnej doby je fyzický i mentálne samostatný, i keď ako sám hovorí, niekedy ho pobolievajú nohy a slabšie počuje. Jeho srdce ho poslúcha a v kruhu svojej rodiny sa teší z každého prežitého dňa. Rád sa pozera na televízne športové prenosy.

Pri príležitosti jeho 103. narodenín mu boli za blahoželania členovia Rady klubu J. Skyba, I. Hyben a A. Švančara aj primátor mesta Trenčín Mgr. Richard Rybníček.



K úprimnému želaniu zdravia, šťastia a rodinnej pohody odovzdali gratulanti oslávencovi blahoprajný list aj viacero milých darčiekov. Po blahoželaniach a slávnostnom prípitku sa veľa spomínalo najmä na oslávencov plodný a pestrý život, ale sa aj pochutnávalo na výbornom koláči od jeho vnučky Moniky.

Vážený pán Pačuga, aj touto cestou Vám v mene všetkých členov Klubu vojenských veteránov Trenčín z celého srdca prajeme veľa, veľa zdravia, spokojnosti a pohody.

► Ing. Ján Skyba, predseda KVV Trenčín

Od záľuby k celoživotnej láske – športu

„Má za sebou 8 Majstrovstiev Európy, jeden svetový šampionát a v tomto roku sa vrátil z halových majstrovstiev veteránov Európy (European Masters Athletics Championships Indoor), ktoré sa konali v dňoch 19. – 24. 03. 2018 v Španielsku, v Madride. Tam štartoval v 3 disciplínach, a to hod bremenom, hod kladivom i v behu na 60 metrov, kde sa umiestnil na 10. mieste, len 0,2 sekundy od finále. V hode kladivom vo finále svojím výkonom 30,10 metra obsadil 7. miesto a prekonal slovenský rekord. V hode bremenom vo finále získal 6. miesto výkonom 13,29 metra, čo je 11 cm od rekordu. Na týchto halových majstrovstvách Európy sa zúčastnilo 38 krajín a vyše 4 000 športovcov. Slovensko sa umiestnilo na 20. mieste.

Pýtate sa o kom je reč? Ak povieme meno **Ing. Ladislav Golian**, mnohí obyvatelia Detvy vedia presne, aj seniori vo Zvolene či celom Banskobystrickom kraji a keď nazriete do tabuliek našich celoslovenských športových hier seniorov, môžete toto meno spravidla nájsť medzi najúspešnejšími účastníkmi.

Pretekár, v súčasnosti už v kategórii veteránov, avšak aj jeden

z obetavých organizátorov rôznych športových súťaží mesta i kraja mal k športu blízko po celý život a dá sa povedať, že si ho v seniorskom veku doslova „užíva“. Svoju kondíciu si neustále udržiava pravidelným tréningom, posilňovaním aj správnu životosprávu.

A pritom nikdy nebol športovcom – profesionálom. Šport si ho získal už v chlapčenskom veku (ako mnoho iných chlapcov) – možno povedať v tej najpopulárnejšej podobe – vo futbale. Rád, s patričnou dávkou rešpektu, ale aj zhovievavého úsmevu si spomína na svojho učiteľa telocviku zo zvolenskej priemyslovky Viktora Kelenského. On mu popri futbale priblížil aj širokú škálu športovej gymnastiky a tak položil základ športovej všestrannosti a výbornej kondičnej prípravy jedného zo svojich športovo nadaných zverencov.

Vysokoškolské štúdium v Gottwaldove (Zlíne) a potom v Bratislave vraj bežalo popri úspešnom zdolávaní „strojariny“ predovšetkým v znamení futbalu. Avšak prišla aj nová športová láska – vzpieranie. Dosiahol v ňom postupne prvú výkonnosť-



nú triedu a na Majstrovstvách ČSSR juniorov obsadil 4. miesto.

Lenže prišlo zranenie a šport sa posunul – aj kvôli čoraz náročnejšiemu pracovnému vyťaženiu – do roviny rekreačnej. Lež aj organizačnej, nakoľko Ing. Golian sa stáva podpredsedom (1974 – 79) a potom predsedom (1979 – 1988) TJ ZTS Detva. Patril medzi zakladateľov a organizátorov pravidelného športového podujatia – Olympiády pracujúcich a mládeže.

Po úspešnom pracovnom pôsobení v oblasti strojárstva vo významných závodoch na Slovensku aj v Čechách prišiel v roku 2002 čas dôchodku a pán Golian (pre kamarátov skôr Vlado ako Ladislav) rád potvrdzuje, že „aj oveľa viac času na šport. Keď ho chcete robiť závodne, tak aj viacej času a pohody na potrebnú tréningovú záťaž.“ Veru, byť registrovaným športovcom – veteránom napríklad v ľahkej atletike, je veľká a povzbudivá životná výzva.

Vrh guľou, beh na 60 a 100 metrov, skok do diaľky – sú jeho obľúbené LA disciplíny, no nevyhýba sa aj ďalším. Štarty na ME aj svetovom šampionáte veteránov, sú na jednej strane výzvy, ale na druhej strane aj veľká odmena za vynaložené úsilie: napr.: byť na ME v skoku do diaľky dvanásť a na svete pätnásť – kto by zato čo dal?! Ancona v Taliansku, Tata v Maďarsku, Majstrovstvá sveta vo Fínsku (Lahti – zúčastnilo sa 78 krajín), aj mnohé majstrovstvá a mítingy veteránov v rámci SR mu po-



skytli a stále poskytujú priestor na zmeranie si síl. Aj na zbieranie skúseností, ako sa takéto súťaže organizujú.

V rámci nášho rozhovoru si pán Golian spomenul napr. na nezabudnuteľné skúsenosti z ME v r. 2010 v maďarskej Nyiregyháze, kde bolo v mužských kategóriách 4400 štartov a v ženských 2000. Pre súťažiacich bol pripravený priestor 3 štadiónov. Stalo sa mu, že z 3 disciplín, v ktorých chcel pretekať, mu ušiel vrh guľou kvôli časovej kolízii. Ešte šťastie, že sa zo štartu v tejto disciplíne stihol odhlásiť, aby mu nehrozila diskvalifikácia z celej súťaže. Ono v medzinárodných súťažiach sú kritériá a pravidlá stanovené prísnejšie ako v našich domácich pomeroch.

Ale pán Golian sa rád zúčastňuje aj na našich okresných, krajských i celoslovenských ŠH. Napríklad na Celoslovenských ŠH seniorov vo Svidníku úspešne absolvoval 5-boj, keďže súťažil v strelbe zo vzduchovky, v behu na 60 metrov, v kope na bránku z 12 metrov, vo vrhu guľou aj hode granátom na cieľ.

Vyrábať všetky súťaže a prečítať všetky diplomy za výborné športové výkony, ktoré p. Golian vlastní, nie je možné ani z časového, ani z priestorového hľadiska, a tak uvedme aspoň niekoľko čerstvejších a z vyšších súťaží: Izmir 2014 (Turecko) – 4. m. v hode bremenom, Toruň 2015 (Poľsko) – 4.m., Majstrovstvá SR 2017 – 2.m. v hode bremenom (znamenajú osobný rekord 13,42 m (16,48 m), Madrid 2018 (Španielsko) – hod kladivom – 7.m. a v hode bremenom – 6.m.

Sedíme s p. Golianom v kancelárii ÚJDS a ja so záujmom počúvam jeho rozprávanie. Postupne vyrastá predomnou zaujímavý životný príbeh bodrého muža, ktorý žije svoj život naplno. Z chlapčenských rokov si ponechal svoju záľubu v športovaní. Stala sa mu



prijímnym sprievodcom počas študentských rokov, vhodným akumulátorom či batériou energie v desaťročiach jeho profesionálneho života popri strojárine i v riadiacej funkcii a odchodom do dôchodku má v jeho živote opäť širší, zmysluplný priestor. Priestor so životodarnou energiou a mnohými príjemnými pocitmi i zážitkami z úspechu, naplnenia.

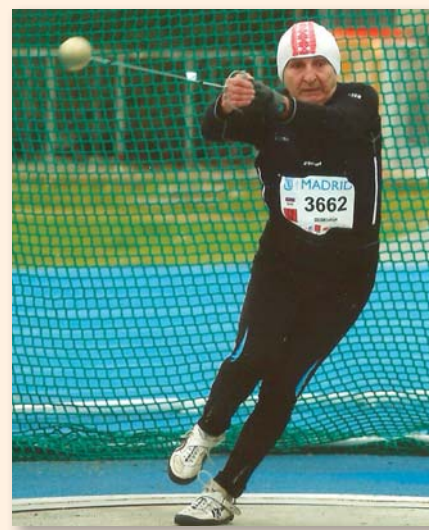
Pritom nejde len o konkrétne športové úspechy. Pre Ing. L. Goliana bola aj je oblasť telovýchovy a športu dôležitá a prítlačivá aj v jej organizačnej podobe. Napr. keď bolo treba na Detve vybudovať vhodné športoviská, organizovať aktivity v TJ, podnecovať športové vyžitie detí a mládeže. Dnes je to aj účasť pri organizovaní športových podujatí v rámci JDS. Nie je práve najjednoduchšie pre výkonného športovca (veterána) prijať rovinu tzv. rekreačného športovania či turistiky v podmienkach členstva JDS. Ale aj táto má svoje miesto a svoj zmysel.

Pán Golian má náročnejšie ciele, a preto víta aj sa rád zapája do podujatí, ktoré so seniormi spoluorganizuje Slovenský olympijský výbor. A vďaka svojej vôli športovca, fyzickej kondícii a pravidelnej tréningovej záťaži stále patrí k športovcom, ktorí zviditeľňujú Slovensko v európskom i svetovom športovom priestore.

Detva a Očová (rodiská rodičov L. Goliana) – dve známe a svojrázne lokality stredné-

ho Slovenska... možno sa mnohým z nás skôr vybaví analógia na literatúru, či drevorubačstvo, pastierstvo alebo výnimočný folklór. Alebo to bude prepojenie na strojársku výrobu? Ja si po rozhovore s naším hosťom – L. Golianom rada otváram aj celkom novú asociáciu – Detva ako mestečko pod Poľanou, ktoré sa uvádza do sveta aj cez lásku jedného človeka k športu a jeho výborným športovým výkonom. Dokonca aj z pozície veterána.

► D.L





SENIOR RUN AND WALK

„Beh dobrých ročníkov nebol o čase ale o dobrom pociťe“

Druhý aprílový víkend zažila Bratislava už 13. ročník obľúbeného ČSOB Marathonu. Tento rok bol obohatený o novú, už deviatu disciplínu Run and Walk (Bež a choď!). A tak sme sa mohli do tohto úžasného športového podujatia zapojiť aj my, dokonca i menej športové ale zato aktívne typy ľudí nad 60.

V sobotu 7. apríla sa nás na štarte zišlo vyše stosedemnást. Väčšinou Bratislavčania a z rôznych mestských častí, ako sa to dalo identifikovať z nápisov na tričkách. A j počasie nám prišlo a my sme si mohli vychutnať 4,2 km dlhú trať od štartu a súčasne aj cieľa pri OC Eurovea (cez Most Apollo, po nábreží Dunaja, po Moste SNP späť k OC Eurovea) behom alebo chôdzou, kaž-

dý podľa svojich možností. Veď ako zdôrazňovali organizátori „v tejto disciplíne nešlo o časy, ale o dobrý pocit z prekonania trate“.

Vďaka organizátorom za nápad, že mysleli aj na nás, seniorov. Vďaka aj ambasádorke Evke Seidlovej, ktorá mi na trati robila spoločníčku. Získala môj obdiv, pretože táto drobná dáma, ktorá v máji oslávi neuveriteľných sedemdesiat, sa chystala na druhý deň absolvovať svoj 400. maratón (čo sa aj stalo). A pritom svoj prvý absolvovala až ako 38-ročná.

Zo Starého Mesta sme z nášho klubu Poistováci a sympatizanti boli tri a zo 7. ZO JDS osem dám na čele s predsedníčkou a členkou Rady seniorov pri Magistráte hl. mesta. V cieľi nás privítala aj

poslankyňa MZ Staré Mesto Martina Uličná. Ako pamiatku na príjemný športový zážitok sme si odnášali **Certifikát aktívneho seniora**.

S obdivom som medzi pretekármi sledovala aj jednu 84-ročnú dámu z Rače, ktorá trasu pretekov absolvovala so svojou dcérou v časovom limite 50 minút.

V nedeľu 8. 4. sa na Marathone zúčastnil rekordný počet takmer 12 tisíc športovcov. Medzi dobrovoľníkmi nechýbali ani naše členky z klubu, za čo im patrí veľká vďaka.

Už teraz sa tešíme v našom klube i vo 4. a 7. ZO JDS na ďalší ročník podujatia. Veríme, že sa k nám pridajú aj ďalší bratislavskí seniori a seniorky.

► **Text a foto : Anna Holubanská, 4. ZO JDS, BA - Staré Mesto**

Bicykel je náš priateľ

8. máj sa v našej ZO JDS Šaštín-Stráže už tradične spája s bicyklom. Naši členovia sa v tento deň pravidelne stretnú na parkovisku Gazárka, kde odštartujú výlet na bicykloch s cieľom - rekreačná oblasť Tomky.

A nebolo tomu inak i tento rok. Cesta krásnym borovicovým lesom vedie súbežne s náučným chodníkom, popri kaplnke Panny Márie a chaty Lásek. Do cieľa našej cesty sme prišli trocha unavení, ale šťastní, že už sme v cieľi. Super – dokázali sme to!

Ešte nás čakala cesta späť, ale tá nám už ubiehala, ako sa hovorí „z kopečka“.

► **Mária Vizváryová, predsedníčka ZO JDS Šaštín-Stráže**



ROZDELENÍ, A PREDSA SPOLU...



Mňa zaujíma, ako cítili a cítia vzájomný život bežní ľudia...

Rok, do ktorého sme v januári vkročili, je bohatý na historické udalosti. Pripomeňme si len, že na jeseň uplynie sto rokov, čo sa spojili do jedného štátu dva veľmi blízke národy Čechov a Slovákov a v januári sme si pripomenuli dvadsiate piate výročie aktu, keď sa dohovorom zase spojili...

Odkedy sa osudy našich národov vzájomne prepleťali – to prenechám historikom, politické a územné členenia zas sociológom a etnografom. Mňa zaujíma to, ako cítili a cítia vzájomný život bežní ľudia, ktorí v oboch dnešných štátoch žijú a dokonca majú i vzájomné príbuzenské väzby.

Začnem azda tým, že patríam do rodiny so zmiešaným manželstvom Maďara a Slovenky, ktorá však vyrastala v Čechách. A fungovalo to. O to viac fungujú vzťahy medzi národmi, ktoré sú si jazykovo i povahovo bližšie. Moja mama mala len dva mesiace, keď sa rodina presťahovala do Čiech a tu žila až do svojej puberty. Niektorí jej súrodenci sa v Čechách vydali, iní oženili. Hoci sa mama so zvyškom rodiny vrátila na Slovensko, s príbuznými v Čechách sme ostali v neustálom kontakte.

Pri vzájomných návštevách si my „mladší“ neraz vymieňame kuchárske recepty - sesternica robí výborné knedlíky, maličké a žemlové (z tých našich slovenských si robili vtipy, vraj kolesá na voze...), ale môj kotlíkový guláš im chutí, no bryndzové halušky - hlavne mladšej generácii - už menej. Sviečkovú robíme približne rovnako dobrú,

hoci oni ju majú radšej s „brusinkami a šlehačkovou smotanou“. Aj pečené buchty chutia približne rovnako, hoci oni „povidla nemusej a dávajú prednosť maku. Ak však chcete variť podľa Čecha, alebo Moraváka, treba si dávať pozor!!!

Pár rokov dozadu mi môj sused z Moravy ponúkal utopencov. Keď ich jedol, veľmi si želal, aby mal k tomu kvargle (teda olomoucké syrečky). Keďže však viem, že táto pochutina veľmi páchne, tak som sa ho spýtala, ako to, že mu to nevadí... On sa zasmial, a povedal mi: „Jó, devče, to musíš zalejt pivem!“

Onedlho som v obchode natrafila na syrečky, a tak som si povedala, že mu pochúťku pripravím - ako prekvapenie. Zaliala som ich pivom a týždeň čakala. Po týždni pohár mal divnú farbu, konzistenciu i zápach, a tak som zašla k susedovi so svojím „prekvapením“. Spľasol rukami a povedal mi, aby som ten „sajrat“ vyliala. Tu som pochopila, že nie je „zalít“, ako „zalít“! Po slovensky ich bolo treba zapíť pivom. Nuž, ale kto to mohol vedieť?

Inokedy ma prekvapila iná suseda, tiež z Moravy, ktorá priniesla za tanier moravských koláčikov – vraj, nech ochutnám... Boli úžasné!

V našej rodine sa vždy hovorilo po slovensky, ale všetky moje prvé rozprávkové knižky sme mali v češtine (bol to mamin výber), a tak som skôr čítala po česky, ako po slovensky – samozrejme, okrem Šlabikára. Môžem povedať, že ja i moje potomstvo češtinu ovládame pomerne dobre, ale i keď máme príležitosť, nikdy ňou nehovoríme. I teta a ujo, keď prídu na Slovensko, snažia sa hovoriť slovensky, hoci po sedem-

desiatich rokoch, strávených v českom prostredí, to už nie je ono...

Mrzí ma preto, keď mi sesternica na vnučka povie: „Viš, teto, ale já ti vše nerozumím!“ Čím to asi bude? Našinec predsa nikdy nemal problém študovať v češtine, pozerať filmy, počúvať rozhlas... Myslím, že to bolo vzájomné, ale dnes sa všade snažíme robiť dabing, aj keď by sme ho asi nepotrebovali. Možno by stačilo dať viac priestoru našim jazykom v masmédiách tak, ako to bolo v minulosti.

Súčasnú situáciu veľmi výstižne pripomína pesnička Mirky Miškovéj - Cudzinka v tvojej zemi.

V mladosti sme spolu s manželom, ktorý mimochodom vyštudoval v Čechách, precestovali vlakom a autobusmi takmer celé Čechy a Moravu a všade sme stretávali úžasných, príjemných ľudí. Nebolo žiadnej jazykovej ani inej bariéry. O tom, že časy sa síce zmenili, ale ľudia nie, hovoria i príhody, ktoré sa mi stali nedávno.

Cestovala som vlakom na návštevu rodiny, ale rozhodla som sa najprv navštíviť Prahu. V pláne som mala hrad, Chrám sv. Víta, ale hlavne hrobku českých kráľov, nakoľko bolo výročie Karla IV. Mala som ale smolu. Prišla som v deň, keď hrobka bola pre turistov zatvorená. Nešťastná chodím po katedrále a pri náhrobku Jána Nepomuckého som sa dala do reči na historickú tému s jedným pánom, ktorý tam usmerňoval turistov. História ma baví aj pán sa vyznal, nuž slovo dalo slovo a ja som mu prezradila dôvod svojho sklamaní. Z pána sa vykľul cirkevný hodnostár, ktorý náhodou mal v chráme dozor, a v minulosti



rád chodieval na Slovensko. Ponúkol sa, že ma vezme do hrobky.

Ludia boží, ja som mala individuálnu prehliadku a aj výklad v hrobke českých kráľov! Keď sme sa lúčili, nechcel nič, len povedal: „Mám rád Slovákov. Keď prídete domov, pozdravujte Slovensko!“ Zdá sa to neskutočné? A to sa v ten deň moja cestovná anabáza ešte neskončila...

Po príchode do Kolína, som musela čakať približne dvadsať minút na autobus na sídlisko, a tak som sa rozhodla, že využijem čas a kúpim si spiatocný lístok do Bratislavy. Keď som ho už mala, prišiel môj autobus. Nastúpila som, no ešte sa ani poriadne nezavreli dvere, keď som vykrikla: „Bože, nemám tašku! Zabudla som si tam tašku!“ Vyletela som z autobusu a hnala sa po schodoch k miestnosti s pokladňou. Taška tam nebola...

Ale pani spoza pokladne na mňa zakývala a opýtala sa: „Nehledáte tohle?“ a ukázala mi moju tašku. Nejaký pán ju u nej uložil, aby sa nestratila, ak by ju niekto hľadal... Poďakovala som sa a pomaly som sa vliekla naspäť k autobusu, vedomá si toho, že budem musieť zase čakať dvadsať minút.

Aké však bolo moje prekvapenie, keď som videla, že môj autobus tam ešte stále stojí s otvorenými dvermi, plný ľudí, a čaká na mňa! Zletela som po schodoch, skočila dnu, poďakovala všetkým a už sme sa pohli. Nikto nešomral, nekričal, nenadával... Ludia len s úsmevom pozerali na babu, čo je šťastná, že má svoju tašku a vezie sa.

No povedzte, mohlo by sa také niečo stať tu u nás, na Slovensku? Tu, kde vám vodič zavrie dvere pred nosom a odíde? Tu, kde pri bankomate vám nejaký nervák vynadá, že sa málo ponáhľate? Stačilo by trochu porozumenia a zvolniť v životnom rytme a aj nám by sa žilo príjemnejšie.

Stačí pozrieť za hranice, nikde v okolitých krajinách nevidíme takú nervozitu a zhon ako u nás. Pár

rokov dozadu sme s kolegyňami z práce absolvovali výlet po južnej Morave a v pohode pri ochutnávkach vínečka nám domáci hovorili, aká je to škoda aj pre nich, aj pre nás, že sme sa odpojili. Vnímali sme to podobne. Česi i Moraváci sú hrdí na svoju históriu a nesnažia sa ju prispôbovať podľa potreby. Ich malé mestečka, plné starých budov žijú! Veď si len vezmite množstvo drobných obchodíkov, umiestnených v historických budovách, kde ponúkajú rozmanitý sortiment tovaru, úplne odlišný od supermarketov. Natrafila som na obchodík – galantériu, v ktorej mi až prechádzal zrak od množstva stužiek, gombíkov, rôznej veľkosti, kvality, dizajnu – vraj aby si mohli vybrať aj tí, ktorí si chcú opraviť svoje kroje... Ceny boli veľmi prijateľné. My máme na udržiavanie tradícií predajne ÚLU-Vu, kde je však veľmi obmedzený sortiment a ceny - európske...

Tiež sa veľmi teším na každú návštevu Prahy, hlavne v čase vianočných sviatkov. Výklady pútajú svojou nápaditosťou a pestrosťou, obchodníci milotou a pouliční umelci dotvárajú atmosféru veľkomesta a Vianoc. Keď porovnam naše hlavné mesto a ulicu, ktorá by mala byť „výkladnou skriňou“ Bratislavy, tak v čase víkendov ako sa hovorí: „v Starom meste skapal pes“ - všetko je pusté a zatvorené a ak aj niečo funguje, tak personál sa nevie dočkať, kedy padla. Druhá stránka veci je, že ani výklady nie sú zaujímavé. Slovo „aranžovanie“ tu skoro nikomu nič nehovorí – sortiment všade rovnaký, taký nájdete v každom supermarkete. Tých pár pouličných umelcov, skôr bezdomovcov a žobrákov, atmosféru neutvorí.

Nemožno sa preto diviť, že cudzinci síce k nám prídu, ale po dvoch hodinách zmiznú ako gáfor... (Možno do Viedne, alebo Budapešti, kde sa mestá javia ako hlavné mestá.)

Mnohí Slováci majú svoje obľúbené miestečka v Čechách alebo na Morave. Ja využívam každú príležitosť, keď je pekné počasie „zaskočiť“ do Lednice, kde je krásny zámok a dá sa tu absolvovať aj nádherná niekoľkohodinová prechádzka po úchvatnom zámockom parku. Ako odmenu za túru si s rodinou dávame grilované kolienko, ktoré chutí báječne.

Milujeme prehliadky ich kultúrnych pamiatok a možno preto, že ich našinci hojne navštevujú, vyskytujú sa v nich často nápisy v slovenčine, žiadajúce návštevníkov, aby neboli hluční, nedotýkali sa exponátov a používali smetné koše. Pre nás trochu trápne...však?!

Českí turisti tiež veľmi radi chodia k nám, hlavne do Tatier, kde sa cítia natolko doma, že si berú výstroj ako do záhrady a potom im neraz pomáha horská služba. V tomto sú nepoučiteľní...

Nuž, každý máme niečo...a ťažké si vždy viac na to „svoje“ – blízke. Jedno je však isté - hranice robia politici a nie bežní občania. Tí ešte vždy (alebo často?) cítia rodinnú spolupatričnosť, vzájomnú sympatiu a porozumenie, nech už sú akokoľvek od seba ďaleko, či blízko. Možno o niekoľko rokov rodinné väzby nebudú až také silné medzi našimi národmi ako dnes, ale myslím si a priať by som si, že stále ostane pocit slovanskej vzájomnosti - povahovej a rečovej blízkosti i porozumenia.

► **S. Fornerová, ZO JDS Komenius**



Senior Cup Luhačovice 2018



Turnaj sa realizoval v priestoroch Lázeňského domu v Luhačoviach.

O 170 súťažiacich sa starala dvadsiatka študentov Ústavu zdravotníckych vied a Ústavu pedagogických vied pod taktovkou Ing. Jany Vráželové, referentky pre ČŽV a praxe fakulty.

Bohaté celodenné občerstvenie a obed boli neoddeliteľnou súčasťou milej po-

Seniori mohli využiť služby budúcich kozmetičiek a kaderníčok zo Strednej školy odievania a služieb Vizovice, nechať si zmerať tlak, či využiť fotokútik a na pamiatku sa vyfotografovať.

Záver tvorilo vyhodnotenie s odovzdávaním medailí, pohárov a účastníckych listov, ako aj odovzdaním darčiekov pre všetkých členov jednotlivých družstiev.

Na otvorení aj vyhodnotení sa zúčastnili:

17. mája 2018 sa v priestoroch kúpeľov Luhačovice uskutočnil už 5. ročník turnaja družstiev seniorov Zlínskeho kraja v petangu. Turnaj pre seniorov pripravuje Zlínsky kraj v spolupráci s Fakultou humanitných štúdií Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně a Láznemi Luhačovice, a. s.

Medzi 42 prihlásených štvorčlenných družstiev dostalo pozvanie aj družstvo KO JDS Trenčín.

hostinnosti.

Jedinou chybou krásy bolo neprijemné daždivé počasie, ktoré prinútilo preniesť súťaž pod strechu a použiť „mokry variant“ – miesto petangu hru na „čiaru“ / plastové žetóny dostať čo najbližšie k vyznačenej čiare.

Aj keď naše družstvo hralo túto hru po prvýkrát, dosiahlo pekný výsledok, keď s rovnakým počtom bodov ako víťaz sedem člennej skupiny ho o prvenstvo pripravilo horšie skóre, a tak do finále nepostúpilo.

Okrem športového využitia bol pripravený aj sprievodný program, kde bolo z čoho vyberať.



Ing. Jiří Sukop, námestek Zlínskeho hejtmana, doc. Ing. Anežka Lengálová Ph.D. – děkanka Fakulty humanitních studií, UTB Zlín, Ing. Jiří Dědek, MBA Výkonný ředitel Lázně Luhačovice.

Organizačne akciu zabezpečovali pracovníčky Krajského úradu pro sociální záležitosti, neziskový sektor a rodinnou politiku na čele s Krajskou radní p. Michaelou Blahovou.

► Ivan Prokeš, KO JDS Trenčín



Otváranie Baťovho kanála

Tradičné, v poradí už 12-te otváranie Baťovho kanála, ako inak – veľkým kľúčom - prebehlo i tento rok 1. mája v prístave v Skalici. Malo iba jednu zvláštnosť a to, že sme sa tejto slávnostnej chvíle zúčastnili aj my, členovia ZO JDS Šaštín-Stráže. Ide o stretnutie všetkých milovníkov dobrej zábavy, príjemnej pohody a v super prostredí.

Hrala nám cimbálová hudba Šibénka z Holíča, tanečné umenie predviedli žiaci ZUŠ Šaštín-Stráže, tanečná skupina ŠandS a na vystúpení sa striedali aj ďalšie hudobné skupiny.

Takto prežitý 1. máj bol úžasný aj vďaka p. Jurajovi Polákovi, ktorý nás sprevádzal so svojou harmonikou. Veď si predstavte - nastupovať o 9,00 ráno do autobusu



v sprievode harmoniky – super!!! Počas celej cesty vďaka jemu zneli krásne piesne a keď sme v prístave vystupovali, už spieval celý autobus. Bola to skvelá atmosféra – budeme na ňu radi spomínať.

A nabudúce sa iste vyberieme zas!

► Mária Vizváryová

V KRAJINE SLOVA...

Rok 2018, v ktorom žijeme, je bohatý na okružle jubileá viacerých významných udalostí, hlboko spojených s novodobou históriou Slovenska. Pripomínajte si ich už od 1. januára.

Koncom októbra uplynú sto rokov, čo sa spojili do jedného štátu dva veľmi blízke národy Čechov a Slovákov aby potom – ruka v ruku – prežili spolu veľa aj pekných, aj krušných chvíľ. Ako sa osudy spoločného štátu vyvíjali a vzájomne prepleťali – ponechajme historikom, politické a územné členenie politológom, sociológom a etnografom.

My sa len rozpomeňme a pospomínajme si, ako bolo v rokoch „spoločných“. Čím sme si prešli, čo nás tešilo, aj čo škrelo, hlavne, čo nás obohacovalo a smerovalo dopredu. Bol to - i dnes je „náš život“. A život nikdy nie je ani plochý, ani jednofarebný.

Príjemné čítanie, milí naši priatelia!

Počul som raz, že...

Jozef Cíger Hronský - z úvodu ku knihe Zakopaný meč

Počul som raz, že otčina je nielen zem ohraničená hranicami, kraj, kde sme sa narodili a ktorý máme najradšej, ale že je to i obloha, čo sa belasie nad týmto krajom.

I vrba, čo tu rastie, i reč, čo tu zvučí, i vtáčik, čo tu spieva, i hora, čo tu hučí.

I kvieťa, čo tu rastie, i smiech, čo tu zazvoní, i každá slza, čo tu kedy vypadla.

Zo smútku a radosti, z nevädze našej a z našich bralísk, z našich chalúpok, z našej histórie, povestí a bájí, že je naša krv a naša otčina spradená.

I verím, že je to tak.



Báseň

Laco Novomeský
zo zbierky Nedela

Čas letí
jak vtáci nadozerní.

1904 –
na ten rok zabudol som
jak na svoj dáždňik čierny
v Café Union.

Lež tolko viem, že v roku tom
oblohu sotva kryla
jasavá hviezda z Betlehema,
len jedna žena
v bolesti chlapca porodila.

Čas letí
jak vtáci nadozerní.

Snáď 19 ráz opadali kvety,
kým chlapec vravieť začal.
Úžasná sila sveta nezastená
z detského pozdravenia.

Na svete boli silní i slabí,
v New Yorku už stáli mrakodrapy.
Smial sa i Paríž,
zošitý krásnymi mosty,
a černoč černošku miloval
na Brehu slonovej kosti
a žena v Moskve
o lepšom šťastí snila,
o väčšej skyve chleba.
Tá pieseň chlapca
podobu sveta nezmenila.

A zdá sa,
že žiť tu nebolo mu treba,
keď pranič svetu nedá.

Lež predsa:

pripíšte k jeho chvále,
že miloval tak strašne, neskonale
veci i vecičky sveta.

Poézia moja láska

Ján Smrek – úryvok z rovnomennej knihy spomienok a esejí

Hovorím, bol som svedkom a aktívnym účastníkom toho procesu a veril som vo svoj národ i v jeho sily, driemajúce hoci v pastieroch a nádenníkoch. A takto sme verili všetci my mladí vo vtedajšej Bratislave, ktorá sa nášmu „spevavému národu“ poddávala, ani sama nevediac ako. Z trojrečového Prešporka sa stávalo mesto slovenské. Nie silou kapitálu – veď na obchodoch boli stále firmy Fornheim, Max Wis, Leberfinger – ale silou ducha, ktorý sa sem valil z kopaníc, salašov a dedín štvormiliónového Slovenska.

Pravda, nemôžem zamlčať, že poslovenčovať Bratislavu nám pomáhal aj taký Oskar Nedbal, slávny autor Poľskej krvi, voči ktorému sa Praha správala nevraživo, a preto sa celým srdcom priklonil k Bratislave. Stal sa tu šéfom opery a vlastne direktorom celého SND. Mne tu nejde o dejiny, iba o momenty z nich, a tak tu zaznačím aspoň jednu momentku v súvisi s Oskarom Nedbalom.

Bol pekný jesenný deň v roku 1924, keď do Bratislavy prišla na návštevu asi pätnásťčlenná skupina rumunských novinárov. Za Syndikát československých novinárov ich privítal Karol Hušek a mešťanosta Bratislavy dával pre nich slávnostný obed v zrkadlovej sieni Primaciálneho paláca.

Raňajky však boli na Železnej studničke a desiata v pivniciach u Palugyaiho. Až potom bol obed v Zrkadlovej sieni. Avšak ja si najviac spomínam na večeru v Štefánke, keď som sa s obdivom díval, ako Oskar Nedbal (čestný hosť mešťanostu aj novinárov) zhadzuje zo seba kabát, berie primášovi Jožkovi Pihíkovi

z ruky husle a sám začína hrať aj dirigovať celú kapelu.

Ach, Oskar Nedbal! Ako ten mal rád hudbu a ľudí, a život! Kaviareň Štefánka nikdy od tých čias nezažila takú povznášajúcu chvíľu, ako keď práve on dirigoval cigánsku kapelu.

Opera SND pod jeho vedením – to bol samý triumf! Chodil s ňou aj na zahraničné turné, až do Barcelony a inde. Slovenských spevákov ešte vtedy nebolo, až o pár rokov Janko Blaho mohol robiť partnera svetovej hviezdy Šaljapinovi v opere Boris Godunov – práve pod taktovkou Oskara Nedbala.

Recitatív



Edita Striežencová

Pod úsmevom slnečných hodín
na okružlej LP platni
kamenného námestia
som zvukovkou
vyludzujem
koloratúrny mezzosoprán
chválospev na Parva Roma
do albumu
vnučky Natálky.

Priestory čítárne Knižnice Juraja Fándlyho v Trnave sa 23. novembra 2017 v podvečer zaplnili milovníkmi poézie. Dôvodom bola prezentácia básnickej zbierky Edity Striežencovej Pod úsmevom slnečných hodín v rámci projektu Trnavské kontexty. Medzi prítomnými účastníkmi boli aj jej priatelia z MsO JDS, v ktorej je autorka členkou.

Edita Striežencová je poetka, bývalá učiteľka, ktorá sa počas svojho pôsobenia na základnej škole začala venovať poézii a vychovala mnoho mladých ľudí k citlivému vzťahu k slo-

vu. Sama však potrebovala nabrat odvalu k vlastnej poetickej tvorbe, a tak sa jej venuje iba niekoľko nedávnych rokov. Kvalitatívny posun v jej tvorbe bol ocenený Cenou predsedu Trnavského samosprávneho kraja pri príležitosti Roku Ludovíta Štúra za báseň Rozjímanie v súťaži Literárny salón 2015. V medzinárodnej literárnej súťaži slovensky píšucich autorov „O cenu Slovenského učeného tovaríšťa“ sa súborom básní v roku 2014 umiestnila na 1. mieste.

Autorka pri prezentácii svojej básnickej zbierky uviedla, že iskru a odvahu k písaniu našla predovšetkým v narodení svojej vnučky - jej detské kresbičky vložila do knihy ako ilustrácie. Spomínanú básnickú zbierku uviedla do života autorkina kolegyňa z kruhu trnavských poetiek Zlata Matláková s odkazom, aby si kniha našla cestu k čitateľovi a potešila jeho dušu. Atmosféru podujatia ozvláštnila hrou na gitare a vlastnou piesňovou tvorbou Beáta Kuraciová – Vargová. Básne z uvádzanej zbierky recitovala Margaréta Partelová, ďalšia z trnavských poetok. Prezentáciu básnickej zbierky uvádzala Alena Beňová, pracovníčka knižnice.

► **Text a foto: Dr. Jozef Jediný,**
podpredseda MsO JDS Trnava

Husle

otcove stradivárky
s oslabenou dušičkou
vystavujem v sieni spomienok

stratili pigment
vo venušiných krivkách
a zbeleli v špirálovej hlavici

prstami obkresľujem stopy
v ebenovom hmatníku
priťahujem uzdu
roztopašnej kobyľke
poískam strapaté vlasy
v ohnutom sláčíku

brnkne do ochabnutých strún
a v husľovom klúči
sa identicky rozozvučím

Plná čaša Smädného milenca

diel druhý, úryvok z 28.kapitoly
Andrej Plávka

K Bratislave už ako k svojmu mestu som začal prilnievať naozaj až v šesťdesiatych rokoch, vtedy, keď sa mi navždy rozplynula moja túžba návratu do Liptova a keď sa rozhodlo o zatopení mojej rodnej obce. Kúpil som dokonca i polovicu domu, kde bývame, so záhradkou, do ktorej som zasadil ovocné stromky, aby mi boli aspoň čiastočne náhradou za tie sielenské. Vlastne i celá záhradka. Nie je síce taká veľká, netečie popri nej horský potok ako doma, ale i ten kúsok pôdy a trocha zelene je, i keď slabučkým, no predsa dákym dychom prírody, s ktorou som od svojho detstva spojený ani pupočnou šnúrou, dosiaľ nepretrhnutou. Ba šiel som ešte ďalej.

Dal som si postaviť v tej záhradke pri dome drevenú chatku, besiedku zo zrubového smrekového dreva, do ktorej sa zmestí len písací stôl, lavica a gauč (tieto veci zasa z jaseňového dreva), aby ma vôňa dreva neopúšťala ani tu v Bratislave, kde ju ináč necítiť vôbec.

V tomto mojom novom záhradnom mikrosvete si vždy najlepšie oddýchnem, v drevenej besiedke sa mi aj veľmi dobre pracuje, nevyrušuje ma telefón a manželka púšťa za mnou iba naozaj vzácnych hostí. Ba dakedy si aj zacigáni, ak to vôbec cigánstvom možno nazvať. Ak v byte drnčí telefón a dakto volá, manželka neraz odpovie, že veru manžel nie je doma – že je na chate. To je už, pravda, iná vec, že je tá chata od telefónu iba na pár metrov.

V tomto svojom novom bratislavskom prostredí som si už stihol vytvoriť atmosféru aspoň trocha sa ponášajúcu na tú liptovskú – takú životodarnú pre tvorbu.





Domovina moja – úryvok

Andrej Plávka

Ty, domovina moja, plná krásy,
Čo z hôr a dolín veniec uvila si
a stužkami riek si ho vyzdobila
- ako sa zdobí pri nedeli milá –
cez lásku k tebe na šíry svet hľadím,
cítim sa znova veselým a mladým
pre tvoju pieseň, krásu tvojej jari,
tvoj život v ľuďoch nikdy neskonalejší –
hodná si práce, sebažertvy, boja,
ty, domovina moja!

novou energiou,
do dní, čo prídu v bytí človeka,
a v ňom
rieka života i divo preteká...

Zostali v nás
svetielka z básní,
zo sveta, v ktorom
krásne slovo s dobrom žije,
vo svete bielo-čistom,
kde básnik z dúhy pije,
vo svete reálnej ilúzie
a hmlistej fantázie.

Nabití do nepohody
(ne)rozprávkami dospelých.
Poézia, príď znovu!
S tebou môžeme trochu snívať i
trochu seba klamať,
s tebou sa i ľahšie tu je,
s tebou vieme, kam sme dospeli.
(1999)



Básnikova Pamätná izba

Mária Kovalíková, poetka, rodáčka z Preselians, okr. Topoľčany, žije v Chynorane. Autorka niekoľkých básnických zbierok, úspešná účastníčka viacerých amatérskych literárnych súťaží.

Zo zbierky Trojlístok, 2012

Niekoľko hodín,
desiatky chvíľ,
veľa okamihov,
vo svete poézie,
vo svete plnom divov?
Nabití do (ne)pohody

Keby nebolo „keby“

Ale je teraz.
Čo sa stalo, už sa neodstane
Prítomné je
práve toto dianie.
Dívať sa z nadhľadu,
nekaziť planým vymýšľaním
druhým náladu,
reálne žiť,
cítiť,
myslieť.
Ach, keby...
keby nie je!
Sekundy, minúty, hodiny
každému na mieru
život
meria aj
melie...

Stratila som rýmy,

Jar ich našla
Bielo-zelená vchádza s nimi
plná
zlatisto voňavého dažďa.

Áno, jar sa rozbehla po celom širom kraji a vnáša do našich domovov aj srdce radostnú pohodu. Možno sa práve chystáte zísť do vášho seniorského klubu alebo len tak na kávičku k susede. Alebo na partičku šachu? Alebo vás čaká ešte práca v záhradke?

Priatelia, kdekoľvek ste, čokoľvek máte ešte na pláne, aj keď sa možno necítite práve najlepšie, nechajte svietiť v sebe prajné jarné slnko. Potom sa ono rozsvieti aj okolo vás.

Milí čitatelia, nemáte chuť, vydať sa do našej spoločnej Krajiny slov nejakým svojim zaujímavým príbehom? Veď ich život vytvára každodenne – len si spomenúť na niektorý, vziať pero alebo si sadnúť k počítaču a...

► Zostavila D. Luknárová

Čin hodný nasledovania

Pri príležitosti Dňa zeme ZO JDS Červený Kameň po dohode s Obecným úradom vyzbierali dňa 16. 04. 2018 odpad, nachádzajúci sa vedľa štátnej cesty smerom od chráneného územia Nebrová po Agrofarmu Červený Kameň, za čo im patrí veľká vďaka.

S poďakovaním

► Jozef Bartoš, starosta obce



Každý siedmy starý rodič finančne podporuje svoje vnúčatá



Chcete im ušetriť čo najviac?

Zriadte im Detskú vkladnú knižku od Poštovej banky

Slovenskí dôchodcovia sú obdivuhodní! Aj z mála dokážu každý mesiac ušetriť viac ako 50 eur a pomôcť tak hlavne svojim blízkym. Najväčšími sumami prispievajú vnúčatám. Na Detskej vkladnej knižke od Poštovej banky môžete získať úrok až 0,60 % ročne a nasporiť im viac ako kdekoľvek inde.

Okrem pohostinnosti, srdečnosti a rodinnej súdržnosti nás, Slovákov, charakterizuje aj štedrosť a zmysel pre šetrnosť. Vyše polovica Slovákov si zo svojej výplaty dokáže niečo odložiť. Z prieskumu Poštovej banky, ktorý realizovala spoločnosť 2muse na vzorke 1454 respondentov vyplýva, že v priemere je to okolo 130 eur, pričom táto suma sa za posledné štyri roky mierne zvýšila. Polovica tých, ktorým sa z ich mesačných príjmov niečo zvýši, si dokážu odložiť na akýkoľvek sporiaci produkt až 100 eur.

Dôchodcovia nezaostávajú

Vzhľadom k vysokým životným nákladom a nízkym dôchodkom to znie neuveriteľne, ale aj väčšina seniorov si vie každý mesiac niečo usporiť, najčastejšie sumu do 50 eur. Takmer štvrtina ukázkovo gazdujúcich dôchodcov si odkladá až do 149 eur. Kto by si myslel, že u nich dominuje spôsob hromadenia peňazí v ponožke alebo pod

matracom, ten je na omyle. Peniaze si najčastejšie nechávajú v bezpečí na bežnom, prípadne na sporiacom účte.

Aj z mála sa vedia podeliť

Slovenskí dôchodcovia nemajú vo zvyku odkladať si peniaze na drahú dovolenku či lepšie auto. Šetria skôr s cieľom vytvoriť si finančnú rezervu, ktorá im pomôže vykryť nečakané zvýšené náklady na život, či zdravotnú starostlivosť. Väčšina opýtaných tiež potvrdila, že v snahe čo-to usporiť myslia najmä na svojich blízkych. Každý desiaty rodič finančne podporuje svoje už dospelé deti, a to priemerne sumou 71 eur a každý siedmy starý rodič dáva svojim vnúčatám v priemere 52 eur mesačne. Ak by ich pravidelne posielali na Detskú vkladnú knižku, o pár rokov by si na nej vnúčatá našli peknú sumu, ktorá by im pomohla pri získaní kvalitnejšieho vzdelania alebo ako slušný základ pri riešení vlastnej strechy nad hlavou. **Zabezpečte vnúčatám dobrý štart do života, a preto:**

- Detská vkladná knižka (VK) je ideálna pre rodičov a starých rodičov, ktorí vyhľadávajú možnosti sporenia pre svoje deti a vnúčatá
- Základná úroková sadzba 0,30% p.a.
- Ak sa na Detskej VK neuskutoční výber počas celého kalendárneho roka, na VK bude k 31. 12. pripísaná špeciálna prémie vo výške + 0,30% p.a. k základnej úrokovej sadzbe



- Celkový úrok po splnení podmienok bude až 0,60 % p.a.
- Ďalšie úspory je možné prikladať kdekoľvek
- Peniaze sú stále k dispozícii
- Výpovedná lehota Detskej vkladnej knižky je 3 mesiace.
- Detská vkladná knižka je určená pre deti a mládež do 18 rokov na základe predloženia rodného listu a za prítomnosti jeho zákonného zástupcu.



SOCIÁLNA POISŤOVŇA

SOCIÁLNA POISŤOVŇA POKRAČUJE V PREPOČTE STAROBNÝCH DÔCHODKOV

Od 1. januára 2018 prepočítava Sociálna poisťovňa starobné dôchodky takzvaným starodôchodcom, čiže dôchodcom, ktorým bol priznaný dôchodok podľa predpisov účinných pred 1. januárom 2004. Všetci, ktorých sa táto zmena dotýka, by mali poznať novú výšku svojho dôchodku najneskôr do 31. októbra 2018.

Dôchodcovia nemusia o prepočet žiadať, Sociálna poisťovňa dôchodky prepočíta z vlastnej iniciatívy. Všetci starodôchodcovia, ktorí majú nárok na prepočet dôchodku, dostanú zo Sociálnej poisťovne rozhodnutie o zvýšení alebo aj o nezvýšení dôchodku (pretože výsledkom prepočítania nemusí byť vždy len zvýšenie dôchodku, nikdy však nepríde k jeho zníženiu). Poberatelia starobného dôchodku, ktorí majú nárok na nové určenie sumy dôchodku a nebolo im ešte doručené rozhodnutie, sa teda nemusia ničoho obávať.

KTO MÁ NÁROK NA PREPOČÍTANIE

Nové určenie výšky, resp. prepočet starobného dôchodku sa nevzťahuje automaticky na všetkých poberateľov, ktorým bol dôchodok priznaný podľa predpisov účinných pred 1. januárom 2004.



To, či sa poberateľa starobného dôchodku právna úprava týka, závisí od:

- * právneho predpisu, podľa ktorého bola určená suma starobného dôchodku,
- * dátumu priznania dôchodku a
- * hodnoty priemerného mesačného zárobku, z ktorého bol dôchodok vypočítaný.

Starobné dôchodky sa novo určia v závislosti od toho, či bol starobný dôchodok priznaný v sume určenej podľa predpisov účinných:

- * pred 1. októbrom 1988 alebo
- * od 1. októbra 1988 do 31. decembra 2003 (podľa zákona č. 100/1988 Zb. o sociálnom zabezpečení v znení neskorších predpisov).

SPÄTNÉ VYPLATENIE PREPOČÍTANÉHO DÔCHODKU OD DÁTUMU JEHO PRIZNANIA NIE JE MOŽNÉ

Sociálna poisťovňa upozorňuje, že starobný dôchodok sa v novej výške vyplatí od 1. januára 2018 bez ohľadu na to, či bol prepočítaný v januári alebo v septembri. Nie je ale možné ho vyplatiť späť od roku priznania dôchodku, ako si to mnohí vysvetľujú a dožadujú sa. Zákon takúto retrospektívu neumožňuje.

Celkovo sa prepočet starodôchodkov týka viac ako 135 000 dôchodcov. O tom, v akom poradí, resp. kedy bude dôchodok prepočítaný konkrétnym poberateľom, rozhoduje dátum narodenia a zložitost daného prípadu.

OVERTE SI, ČI SA PREPOČET TÝKA AJ VÁS

To, či poberateľ starobného dôchodku má alebo nemá nárok na prepočet starobného dôchodku, si môže sám overiť použitím kalkulačky uverejnenej na webovej stránke Sociálnej poisťovne www.socpoist.sk [1]. O svojom nároku má možnosť informovať sa aj v informačno-poradenskom centre Sociálnej poisťovne osobne, alebo na bezplatnej telefónnej linke 0800 123 123.



Sedenie je novodobé fajčenie: Priveľa sedenia skracuje život

doc. MUDr. Barbara Ukropcová, PhD.

Ústav experimentálnej endokrinológie, Biomedicínske centrum SAV, Ústav patologickej fyziológie, Lekárska fakulta UK, Bratislava

Obezita, nadmerné nahromadenie tukového tkaniva, má dnes epidemické rozmery, a to nielen na Slovensku. Zvýšenie rizika celého spektra ochorení, vrátane ischemickej choroby srdca či mozgu (a ich akútnych komplikácií, infarktu myokardu a náhlej cievnej mozgovej príhody), neurodegeneratívnych ochorení (Alzheimerova či Parkinsonova choroba), cukrovky 2. typu a niektorých typov rakoviny (rakovina hrubého čreva a prsníka), poukazujú na to, že obezita je problém, ktorému treba venovať pozornosť.

Následky sedavého životného štýlu vo svojej ambulancii lieči snáď každý lekár. Sedavý životný štýl je nezávislým rizikovým faktorom chronických ochorení, ktoré sme spomínali v súvislosti s obezitou. Čiže aj ľudia s normálnym indexom telesnej hmotnosti (BMI), ktorí žijú sedavo (priemerne urobia menej ako 5 000 krokov za deň), majú zvýšené riziko ochorení, ako sú cukrovka 2. typu, kardiovaskulárne ochorenia, neurodegeneratívne ochorenia, depresia a niektoré onkologické ochorenia. **Práve nedostatok pohybu spolu s prejedaním sú jednoznačne hlavnými príčinami pandémie obezity.**

Je preto alarmujúce, koľko času trávim denne sedením. Len tretina populácie má dostatočnú, respektíve odporúčanú dávku pohybovej aktivity. Mnohí často denne urobia len 3 000 až 5 000 krokov. Najúspešnejší minimalisti dokážu chôdzu zredukovať na 1 000 až 2 000

krokov. Stačí teda dva týždne používať namiesto schodov výťah a voziť sa autom, a metabolizmus sa už vyberie cestou, ktorá môže viesť až k diabetu 2. typu. Podobný efekt má aj osem dní pobytu v posteli – za tento čas stratíme vyše kilogramu svalovej hmoty. Navyše, len veľmi problematcky sa to vracia späť, a to len vďaka intenzívnemu fyzickému tréningu. Pár rokov či dekád, a nadváha a cukrovka (prípadne iné chronické ochorenie), výsledok kombinácie vytrvalej pohodlnosti a genetickej predispozície, nás môžu dobehnúť. Pritom už 2 000 krokov pridaných denne k našej zvyčajnej norme zvyšuje šancu na zdravie.

„Len 2 000 krokov denne navyše – lepšia šanca na zdravie!“

Hľadá sa elixír zdravia???

„Nič sa nedeje bez pohybu.“ Albert Einstein

Ak by sme hľadali elixír zdravia, k jeho esenciálnym ingredienciám určite patrí dostatočná dávka pohybu. Pravidelný pohyb zlepšuje metabolizmus, a to aj pacientom s diabetom 2. typu, zvyšuje fyzickú zdatnosť, zlepšuje pamäť, ktorá sa práve diabetikom môže zhoršovať rýchlejšie. Pravidelný pohyb prispieva k zlepšeniu štruktúry a funkčnej kapacity snáď každej bunky, tkaniva, orgánu v našom tele. Vyššia fyzická zdatnosť dvoj- až štvornásobne (!) znižuje riziko mortality a riziko mnohých ochorení, vrátane obezity a diabetu, Alzheimerovej choroby či srdcovo-cievnych ochorení. Štúdie s úpravou životosprávy (cvičenie a výživa) poukazujú v prípade prediabetikov (prediabetes je preklinické štádium cukrovky 2. typu) na dlhodobú efektívnosť modifikácie životného štýlu v prevencii a liečbe diabetu 2. typu či iných chronických ochorení. V súčasnosti sú už k dispozícii aj výsledky dlhodobého (desať- až 20-ročného) sledovania,



ktoré poukazujú na významný pokles rizika vzniku diabetu v populácii pacientov s dlhodobou zmenou životného štýlu.

„Ako si udržať zdravie? Nejesť do sýtosti, nebáť sa námahy.“ Hippokrates

V zdravotníctve sa zatiaľ pravidelná pohybová aktivita s cieľom zvýšenia celkovej fyzickej zdatnosti a funkčnej kapacity využíva len málo, a možno tento koncept v aktuálnej situácii v zdravotníctve vyznieva ako utópia. **A predsa ťažko nájsť efektívnejší prostriedok, ako zabrániť zhoršovaniu metabolizmu a ako znížiť riziko cukrovky 2. typu aj iných ochorení, a vyhnúť sa liekom – ako práve dostatočná dávka primerane intenzívnej fyzickej aktivity.** Takže sa treba spotiť. Navyše takouto prevenciou či liečbou vo včasných, preklinických štádiách, výrazne znižujeme pravdepodobnosť, že budeme v budúcnosti liečiť kvantum svojich bolestí a nebudeme brať lieky.

„Postarajte sa o svoje telo. Je to jediné miesto, kde musíte žiť.“ Jim Rohn

Dávka pohybovej aktivity, ktorú odporúča Svetová zdravotnícka organizácia s cieľom dosiahnuť pozitívny účinok na zdravie, je 30 minút stredne intenzívnej aeróbnej (vytrvalostnej) aktivity aspoň päťkrát týždenne (pre deti je to jedna hodina intenzívnej fyzickej aktivity denne), plus 10 tisíc krokov denne (v závislosti od dĺžky kroku to môže byť asi 7 až 9 km). K tomu je optimálne pridať

dvakrát do týždňa hodinku silového tréningu (v posilovni alebo aj doma, s vlastným telom či s činkami).

Klíšé „nikdy nie je neskoro“ tu našťastie platí. Štúdie ukázali, že zvýšenie zdatnosti pravidelným cvičením aj vo vyššom veku, v prípade predtým sedavých päťdesiatnikov alebo šesťdesiatnikov, dokáže významne redukovať úmrtnosť (počet úmrtí sa v takejto populácii znížil na polovicu, čo je skutočne významný efekt). A je tam veľa ďalších benefitov – zlepšenie metabolizmu a zníženie rizika cukrovky, zlepšenie pamäte, kvality života atď.

Je hlavnou prekážkou nedostatok času? Najnovšie štúdie ukazujú, že intenzívny intervalový tréning, ktorý nezaberie viac ako desať či 20 minút denne, môže byť rovnako efektívny ako tridsať minút stredne intenzívnej aktivity. Takže možnosť je veľa – treba si len vybrať.

► **Vybrané z Bedekeru zdravia – skrátená úprava red.**



V LESOPARKU AKO INÁČ – O LESOCH

ZO JDS -09, Košice - Dargovských hrdinov využila túto príležitosť na besedu s pracovníkmi Mestských lesov a.s. Košice. Uskutočnila sa v Lesoparku na našom sídlisku 16. apríla 2018. Besedu viedla Ing. Mižáková. Pripravila si pre nás dotazníky „Listy našich stromov“ s doplnovačkou písmen. Bolo to zábavné, lebo sme si precvičili vedomosti zo školských lavíc. Znalosti o zvieratách sme si zopakovali hádankami podľa typických znakov (stopa, parožia a pod.)

Po vedomostných testoch nás Ing. Mižáková oboznámila so stavom mestských lesov, hovorila o lesoparku na našom sídlisku, o výruboch stromov aj udržiavaní lesných ciest.

O precvičenie našej zdatnosti sa postarala Ing. Adamčíková a Ing. Belan. Prvá disciplína bola streľba zo vzduchovky. Niektorým sa darilo lepšie, ale podaktorí držali vzduchovku po prvýkrát, a preto broky leteli kade-tade, len nie do terča. Druhou disciplínou bolo pí-

lenie dreva na polienka, ktoré sme potom využili na ohnisko, kde sme si opiekli chutné klobásky. Bolo to náučné i zábavné odpoľudnie. Aj počasie nám prialo – bol krásny jarný slnečný deň. Vydarenú akciu ukončila predsedníčka našej ZO JDS 09 Margita Rychtáriková poďakovaním zamestnancom Mestských lesov a 24 zúčastneným členom ZO.

Na záver členka ZO predniesla krátku báseň od G. Hupku:

**„Život je ako v hore strom
a láska letokruhy v ňom.
Nech s letokruhmi rastie
aj naše veľké šťastie...“**

Rozišli sme sa s dobrým pocitom z príjemného zážitku.

► **Text: F.Čarnokyová,
foto: M.Rychtáriková**



Boli sme v svetoznámych českých kúpeľoch

1. MO JDS Prešov-Sekčov pripravila pre svojich členov na začiatok apríla atraktívny rekondičný pobyt v Karlových Varoch. Kombinovanou dopravou – po Prahu vlakom a ďalej objednaným autobusom sme sa dopravili do miesta určenia i potom späť domov. Už samotné ubytovanie v štvorhviezdičkovom hotelovom komplexe neďaleko Zámockej veže a Vřídla dávalo tušiť, že nás čaká príjemný pobyt.

Predsiedníčka našej ZO p. Mária Paľová, detailne pripravila program podujatia, a tak sme okrem spoznávania krás jedinečného kúpeľného mesta dostali aj primeraný počet procedúr – masáže a plávanie s relaxom vo wellness zóne kúpeľného domu Lázně V (Alžbetine lázne). Program pobytu bol voľný, každý účastník si mohol vybrať, čo ho najviac lákalo.

Počas prechádzok v centre kúpeľov sme okolo seba počuli predovšetkým ruštinu, videli sme aj zahalené moslimské ženy so sprievodom, ale aj veľa turistov z Ázie. Konštatovali sme, že väčšina historických budov je pekne obnovená a miestni ľudia (čaišníci, šatniarky) nám potvrdili pozitívny prínos ruského kapitálu na celkový vzhľad mesta.

Svoje zdravie sme utužovali prechádzkami aj ochutnávaním viacerých liečivých prameňov. Boli aj takí, čo tvrdili, že najviac chutí a najlepšie vplýva na ľudské zdravie najmä trinásty prameň, čiže svetoznáma becherovka. Dalo sa navštíviť Múzeum becherovky a niektorí záujemci zašli do miestneho divadla na predstavenie Tajemství pánů Becherů.

Historickú divadelnú budovu zvonku obnovujú, ale vo vnútri nás čakal silný zážitok - okrem samotného predstavenia bolo možné obdivovať detaily stavby, zhotovenej viedenským architektonickým ateliérom Fellner – Helmer. Vyznávači umenia bratov Klimtových si zase mohli popáť oči na ich jedinečných secesných malbách. Ospevovanú

oponu, zhotovenú takisto Gustávom a Ernstom Klimtovými sa nám však nepodarilo zhladiť, lebo ju spúšťajú iba pri výnimočných príležitostiach.

Zaujali nás i ďalšie pamiatky mesta, okrem iného aj sakrálna stavba, napr. pravoslávny Chrám sv. Lukáša, ktorý v 19. st. vybudovali vďaka zbierke zorganizovanej veľkokňažnou Eleonou Pavlovnou Romanovou. Navštívili sme aj unikátny Kostol sv. Márie Magdalény, kde sa okrem rímskokatolíckych bohoslužieb pravidelne organizujú koncerty vážnej hudby. Milovníkov architektúry potešilo, že mohli spoznať ďalšie výnimočné dielo architekta Kiliána Ignáca Dientzenhofera, ktorý zanechal po sebe mnoho barokových stavieb aj inde v Čechách, najmä v Prahe (napr. dostaval Kostol sv. Mikuláša na Malej Strane). Záujemcovia mali možnosť navštíviť koncerty na rôznych miestach, niektorí priamo v Grandhoteli Pupp, kde v čase nášho pobytu vystupoval Karlovarský symfonický orchester. Keďže sa nám tu nepodarilo stretnúť Mareka Ebena či Jiřího Bartošku, ikonické tváre Medzinárodného filmového festivalu v Karlových Varoch, dali sme si ako kompenzáciu aspoň kávičku a chutný koláč.

Mali sme dostatok času i na prechádzky po okolí s pôsobivými altánkami, Petrovou výšinou s bustou ruského cára Petra Veľkého a zašli sme aj k Jeleniemu skoku, jednému zo symbolov mesta, kde ale jeleň nie je jeleň, ale hrdý kamzík. Lanovkou sme sa vyviezli k rozhľadni Diana a tam nás milo prekvapil „Motýlí dom“ so vzácnymi exotickými exemplármi rozmanitých motýľov.

Náš vydarený týždenný pobyt bol spestrený jednoduchým fakultatívnym výletom do ďalších slávnych kúpeľných miest. Navštívili sme



Františkove Lázně, kde nám prechádzku kúpeľným centrom, založeným na konci 18. st., spestrilo fotografovanie pri soche symbolu týchto kúpeľov, malého nahého chlapčeka Františka. Traduje sa, že pohladenie jeho diskretných partií prináša nepodlým ženám veľkú nádej. Aj ďalšie kúpele, kam sme zašli, vznikli v 18. storočí, a to vďaka premonštrátskemu kláštoru v Teplé. Ide o Mariánske Lázně. Prehliadka pekne obnovenej kúpeľnej časti mesta s kolonádami a parkami, bola veľmi príjemná.

Počas výletu sme navštívili aj hrad Loket, pochádzajúci z pol. 12. st. V bohatej histórii hradu sa spomína, že tu za čias Jána Luxemburského väznili jeho malého syna, neskoršieho kráľa a cisára Karola IV.

Radi budeme spomínať aj na Reštauráciu a múzeum Ve Skále blízko Chodovej Planě s rovnomenným pivovarom. V podzemí skalného masívu sme si pochutnali na výborných českých jedlách („svíčková“ a „knedlo, vepřo, zelí“). Vraví sa, že láska ide cez žalúdok a tento obed, zapitý výborným českým pivom, umocnil celkový priaznivý dojem z nášho pobytu v západných Čechách.

Jediným negatívom inak vydateného rekondičného pobytu bolo zlyhanie zdravia u dvoch seniorov. Zlomená ruka a zápal pľúc s fatálnymi následkami boli pre nás, skôr narodených, mementom. Naďalej platí biblické „nevieme čas, ani hodinu“.

► **Darina Petránská,**
1. MO JDS Prešov-Sekčov

Príjemné popoludnie v Hlbokom

V období konania hodnotiacich schôdzí JDS sme zažili jedno veľmi príjemné popoludnie v Hlbokom (okres Senica). Keď sme ako hostia prišli do zaplnenej sály KD, vítali nás slávnostne prestreté stoly, všade kvety, sympatickí usmievaví dôchodcovia, príjemná atmosféra. To bol náš prvý dojem, ale v tomto duchu sa nieslo celé popoludnie. Jeho súčasťou bolo ocenenie jubilantov, zaslužilých členov JDS aj udelenie vyznamenaní III. stupňa za dobrovoľnú prácu v prospech starších občanov. Po ôsmich rokoch úspešnej práce poďakovali členovia ZO doterajšiemu predsedovi Emilovi Morávkovi a novou predsedníčkou sa stala Ľubica Čobrdová.

Videli sme ju aj v druhej, zábavnej časti schôdze, pretože bola jednou z aktívnych dôchodcov, ktorí si pod režisérskou taktovkou Márie Pisklovej pripravili dramatické pásmo pod názvom „Krštenie“. Spomínajúc na staré časy, pripravili scenár z vlastných spomienok, do ktorého zakomponovali všetko, čo sa v rodine pred samotným krstom i po ňom konalo. Desať dôchodcov sa po večeroch pripravovalo a poctivo chodilo na skúšky, aby mohlo túto dávnu radostnú udalosť predostrieť svojim priateľom aj ďalším divákom.

V podarenej scénke bolo všetko: príchod susediek, ktoré prišli na „opáčky“ ešte pred krstom, potom prišli kmotrovci, pričom kmotra priniesla na chrbte kôš plný dobrôt. Nechýbala ani pôrodná „baba“, ktorá vedela najlepšie obliecť maličku Aničku do sviatočného, aby ju mohli odniesť na krst. Všetci vyobliekaní do sviatočných krojov odchádzali z domu s tradičným: „Odnášame pohana a prinesieme vám kresťana.“

Po návrate z krstu sa rodina i susedia stretli pri prestretom stole na „krštení“. Začínalo sa modlitbou a spevom nábožných piesní, lebo tie boli neoddeliteľnou súčasťou



každej spoločenskej udalosti. Po nich sa rozprúdilo pravé veselie, veď malého človečika treba s radosťou privítať do života! A keďže všetci účinkujúci boli výborní speváci, bolo radosť ich počúvať. Na pódium prišli aj miestni heligonkári, aby pohotovo robili spevákom doprovod.

Určite aj inde si dôchodcovia pripravujú pre seba rôzne programy, aby obohatili svoje schôdze či iné posedenia. Hlbočania jednoznačne vsadili na tradíciu, a preto vystupujú v krojoch, ktoré si pri takýchto príležitostiach radi obliekajú. A to nielen ženy, ale aj mužská časť členstva.

S niektorými zo svojich dramatických programov sa predstavili ochotníci – seniori aj verejnosti a počas ich vystúpení býva sála hlbokého kultúrneho domu vždy vypredaná. Pri ich kvalitách a obrovskej snahe to tak určite bude aj v budúcnosti. Veď už dnes uvažujú, ktorú z mnohých ľudových tradícií našťudujú v krátkej budúcnosti. Už sa na ich vystúpenie všetci tešíme.

► **Oľga Zlochová**

Život človeka – hľa – sa naplnil
Čaša osudu? Ach, do dna vypitá
Zostali len stopy – tenká ryha -
do spomienok načrtnutá - vyrytá...

S hlbokým smútkom sme sa rozlúčili

21. apríla 2018 s predsedom Okresnej organizácie JDS Skalica, členom KO JDS Trnava a členom Republikovej rady JDS Bratislava Ing. Jozefom Morbacherom



22. apríla 2018 s dlhoročnou aktívnou a obetavou členkou JDS, predsedníčkou KO JDS – Bratislava pani Žofiou Lomnickou



Čeť ich pamiatke!



Krížovka z denníka Pravda

Myšlienka Stendhala

Pravda	poľovný pes	1	Autor: J. V.	EČV Púchova	česká politická strana	uzdravoval	ovanul	býk, po anglicky	žrd na voze	citoslovce hlasu sovy	Pravda	3	bedákal
EČV Komárna			nadčlovek								zn. nobélia		
zn. oerstedu			4	liek proti bolesti							citoslovce bolesti konkurz		
pravoslávny kňaz				povrazy, po nemecky zábavný podnik						Slov. demokratická koalícia patriaci Robovi			
ochrana tovaru					sídlo v Iráne citoslovce hlasu zvona				duť valcovité teleso zápasenie				
zhotovil								vyzul nelez					
Pomôcky: ČAL, SEILE, BULL, ES, INN, ISIS	očakával sprevádzajúce osoby						tendencia nikde						väzenie
saláma, po česky						nepohni rozryl							
ušiel, po česky					balkánske jedlo rob						ruský súhlas kvantový zosilňovač		
rieka v Rakúsku				kokosový orech prines						hora preriová šelma			
zn. telúru			dorazenie dávajú úrodu						myšiak nešťastná udalosť				
skratka pomenovania								čuchový orgán druh kaktusu			5	ženské meno	
Pravda	čistidlo na okná noób, po česky						neprijímame potravu ústami rozmýšľa						
viera, že sa splní niečo želané						prestal horieť pridala soľ							
staroegyptská bohyňa oblohy					dupotanie nespôsobil radosť						zn. neónu ukazovacie zámeno		
osobné zámeno				kočovník rieka v Egypte						ukazovacie zámeno			
zn. berýlia			nevyžaruje teplo hrôzovláda							žrde na vozoch			
Pravda	vykúp	ukazovacie zámeno	2				viskózna mazľavá kvapalina						
zmierilo sa so stratou													
krík				zošíval viem, po španielsky									
unesenie					EČV Levoče								
jemná kaša					tiež								

Denník Pravda a prílohy, ktoré poradia i zabavia



Tajnička: Neobyčajne krásne ženy na druhý deň udivujú menej.

