

3 vek

Ročník XXIX. - 4/2025 - www.jds.sk



Seniori z JDS Nitra - Diely na spoločnom výlete v kaštieli Topolčianky.

M. Molnárová

OBSAH

Na aktuálnu tému

Z činnosti Ústredia JDS

Z činnosti JDS v regiónoch

Literárna príloha

Blížia sa Vianoce



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 a jds@jds.sk. Ďakujeme.

Texty v časopise prechádzajú redakčnou úpravou.

| redakcia

Lúčime sa

Rozlúčka s bývalým prvým podpredsedom a dlhoročným predsedom revíznej komisie JDS Ing. Augustínom Ukropcom

S hlbokým žiaľom oznamujeme, že 3. októbra 2025 po dlhej a ťažkej chorobe zomrel vo veku 83 rokov bývalý prvý podpredseda a dlhoročný predseda revíznej komisie ústredia JDS Ing. Augustín Ukropec.

Posledná rozlúčka sa konala na cintoríne v Žlkovciach 7. októbra 2025 o 14,00 hod. za prítomnosti cca 200 ľudí.

Za členov Predsedníctva JDS sa príhovorom rozlúčila Anna Királyová – podpredsedníčka JDS.

Za členov Krajskej organizácie JDS Trnava predniesol príhovor Igor Fabián – čestný podpredseda JDS.

Správu o jeho smrti sme prijali s veľkým zármutkom. Za jeho dlhoročnú prácu so seniormi mu vyslovujeme veľké poďakovanie.

Spomienka na neho ostane v našich srdciach navždy.

Prosím venujte mu tichú spomienku symbolickou minútou ticha.

Anna Királyová – podpredsedníčka JDS



Vydáva: Ústredie Jednoty dôchodcov na Slovensku s finančnou podporou MPSVaR SR.

Redakčná rada: František Jedinák, Michal Kotian, Emil Machyna, Eleonóra Gularová, Ján Rohár

Grafická úprava, redakčné a technické spracovanie: Fibra print, s.r.o.

Tlač: Fibra print, s.r.o., Družstevná 3, Bratislava 831 04

Rozširuje: JDS poštou a vlastnou distribúciou.

Nepredajné. EV 644/08 ISSN 1336-0833.

Sídlo vydavateľa: Odborárske námestie 2618/3, 811 07 Bratislava.

IČO vydavateľa: 00897019.

Číslo 4/2025

Ústredie JDS

- predseda: Michal Kotian
- podpredsedníčka: Anna Királyová
- podpredsedníčka: Eleonóra Gularová
- podpredseda: Emil Machyna
- podpredseda: Ján Skyba
- tajomníčka: Irena Gečevská
- hospodárka: Ľubica Panáková

Príhovor prezidenta Slovenskej republiky



Vážené čitateľky, vážení čitateľa, milí seniori.

Dovoľte mi, aby som sa vám aj tento rok prihovoril a zaželel vám pokojné Vianoce strávené v kruhu vašich najbližších. Práve v tomto období sa svet akoby spomalí, aby sme si mohli lepšie uvedomiť hodnotu pokoja, mieru a blízkosti našich najdôležitejších ľudí. Vianoce sú každý rok dôkazom, že skutočné bohatstvo nespočíva v darčekom pod stromčekom. Je to spolupatričnosť, dobrota a láskavosť, ktoré ich robia také čarovné. Nepochybujem, že určite vás poteší aj darček s vašim menom. Avšak vidieť úprimný úsmev a radosť vašich vnúchat či detí je tým najkrajším darom, aký vám môžu venovať.

Vianoce nám každý rok pripomínajú, aké dôležité je budovať

svet, v ktorom si rozumieme a jeden druhému ochotne podáme pomocnú ruku. Taký, kde sú pokoj a mier tými najvyššími hodnotami - nie samozrejmosťou. Len v takomto svete môže vyhrať solidarita, vzájomné porozumenie a úcta. Vráťane úcty k vám ako našej striebornej generácie. Pretože ste to boli práve vy, naši seniori, ktorí ste desaťročia tvorili, budovali a formovali našu krajinu. Vaša práca, odhodlanie, statočnosť v ťažkých časoch i nezištnosť voči vašim rodinám aj spoločnosti sú základom prosperity, z ktorej dnes čerpajú mladšie generácie.

Viete, občas mám pocit, že v dnešnom rýchlo meniacom sa svete ľudia akosi zabúdajú na vďačnosť a pokoru. Práve tie boli odjakživa typické pre našu krajinu. Až príliš sa pozerajú dopredu namiesto toho, aby sme sa na chvíľu zastavili a vážili si, čo majú práve teraz. Preto mi dovoľte, aby som sa vám úprimne poďakoval za to, čo ste pre našu krajinu počas svojho života urobili. A nielen krajine. Celý svoj život ste pracovali pre vaše rodiny, vnúchatá, budovali ste zázemie pre vás aj pre ďalšie generácie. V omnoho náročnejších podmienkach, než si vieme predstaviť. Museli ste sa veľakrát uskromniť, odtrhnúť si od úst a mnohí z vás zažili aj hrôzy, ktoré so sebou prináša vojna. A to je niečo, na čo by sme nemali ako spoločnosť zabúdať. Zaslúžite si preto aj náš rešpekt a uznanie.

Milí seniori, máte plné právo na pokojnú a dôstojnú jeseň vášho života. To je čas, keď môžete po rokoch tvrdej práce oddychovať, venovať sa svojim záľubám či tráviť čas so svojimi najbližšími - bez obáv o svoju budúcnosť. Patrí vám uznanie a istota, že štát na vás nezabúda. Nie je správne, ak máte aj počas svojich dôchodkov riešiť existenčné problémy. Je čas, aby ste to, čo ste urobili pre túto krajinu, dostali od nej naspäť. Práve to svedčí o sile štátu. Postarať sa a podať pomocnú ruku tým, ktorí to potrebujú. Ako prezident Slovenskej republiky sa preto budem naďalej v rámci svojich právomocí zasadzovať o to, aby ste mali dôstojné podmienky na život, dostupnú zdravotnú starostlivosť a v neposlednom rade sociálne istoty, ktoré si zaslúžite.

Dôležité je však aj to, čo vieme spraviť jeden pre druhého. Vypočúť sa, byť empatický, venovať si čas, úsmev a pochopenie. A to dokážeme nielen počas Vianoc, ale celý rok.

Želám vám, aby vás aj tieto sviatky naplnili hrejivým pocitom domova, aby vás obklopila láskavosť vašich najbližších a aby vám nové dni priniesli zdravie, pokoj a radosť.

Zo srdca vám prajem požehnané, pokojné a krásne Vianoce a do roku 2026 najmä pevne zdravie veľa osobnej pohody.

S úctou

Peter Pellegrini – prezident SR

Slovensko spája sily proti podvodom na senioroch

V priestoroch Ministerstva vnútra SR bola 30. októbra 2025 podpísaná spoločná deklarácia proti podvodom na senioroch. K iniciatíve sa pripojili zástupcovia vlády, parlamentu, verejných inštitúcií, operátorov, médií aj samospráv. Jednotu dôchodcov na Slovensku (JDS) zastupoval predseda Dr. Michal Kotian, ktorý priniesol do disku-

sie pohľad z praxe a konkrétne potreby staršej generácie.

Minister vnútra Matúš Šutaj Eštok vo svojom úvodnom vystúpení zdôraznil, že podpis deklarácie predstavuje spoločný záväzok chrániť seniorov pred páchatelmi, ktorí cielene útočia na najzraniteľnejšiu skupinu obyvateľstva. Upozornil, že polícia tento rok zaznamenala

viac než 380 pokusov o podvod na senioroch, pričom vyše 160 z nich bolo dokončených. Celkové škody presiahli 1,7 milióna eur a v mnohých prípadoch išlo o celoživotné úspory. Minister zároveň predstavil doterajšie kroky rezortu – od školení policajných preventív a metodických materiálov distribuovaných v regiónoch až po rozposlanie



informačných listov pre viac ako 320-tisíc seniorov.

Zákony, prevencia a spoločná zodpovednosť

Predseda Národnej rady Slovenskej republiky Richard Raši zdôraznil, že parlament bude konať prioritne vždy, keď pôjde o legislatívnu ochranu seniorov. Prislúbil aj odbornú pomoc pri porovnaní európskej legislatívy, aby Slovensko mohlo prijať najúčinnnejšie riešenia, a avizoval aktívnu účasť poslancov na preventívnych aktivitách v regiónoch.

Minister práce, sociálnych vecí a rodiny Erik Tomáš vo svojom vystúpení ubezpečil, že rezort je pripravený naplno sa zapojiť do spoločných krokov. Jeho slová zazneli mimoriadne dôrazne:

„Tí, ktorí okrádajú seniorov, sú obyčajní šmejdi. Proti takýmto ľuďom treba spojiť sily.“

Dodal, že ministerstvo síce realizuje viaceré vlastné preventívne programy, no práve široká spolupráca verejných inštitúcií, samospráv a médií môže priniesť najväčší efekt.

Dôležitý rozmer pridala Národná banka Slovenska, ktorá cez viceguvernéra Dušana Keketiho pripomenula svoje programy finančnej gramotnosti a edukácie. ZMOS prislúbil pomoc pri šírení preventívnych informácií

cez mestské a obecné rozhlas, weby a miestne médiá. Slovenská pošta zdôraznila, že jej doručovatelia patria medzi prvých, ktorí v teréne zachytávajú varovné signály, preto sa aktívne zapojí do preventívnych aktivít. Zástupcovia médií — STVR, TA3, Pravda, regionálne televízie — deklarovali, že prevenciu posilnia a priblížia seniorom konkrétne príbehy, odporúčania a varovania čo najzrozumiteľnejšie.

Silný hlas JDS: Kotian varoval pred realitou podvodov a zvýdhol potrebu jednoty

Predseda Jednoty dôchodcov na Slovensku Dr. Michal Kotian vo svojom prejave poďakoval ministerstvu vnútra za iniciatívu a zdôraznil, že pre seniorov je podpísaná deklarácia veľmi dôležitá:

„Mnohí naši členovia sa stali obeťami podvodov alebo ich pokusov. Seniori často veria, že volá niekto z rodiny, niekto, kto im chce pomôcť. O to ľahšie sa stávajú terčom. Každý jeden zachránený človek, každý prípad, ktorý sa podarí zastaviť, stojí za túto spoločnú prácu.“

Kotian pripomenul, že JDS sa dlhodobo snaží upozorňovať na najzraniteľnejšie skupiny. Ocenil, že deklarácia prepája štát, operátorov, samosprávy aj médiá:

„Ak sa všetci dokážeme dohodnúť na jednom postupe, môžeme predísť mnohým zbytočným tragédiám. Seniori musia vedieť, že spoločnosť stojí pri nich.“

Kotian tiež zdôraznil, že JDS bude pokračovať v osвете, finančnom vzdelávaní a terénnej práci, aby sa dôležité informácie dostali aj do najmenších obcí, nie len do krajských miest.

Spoločný cieľ: Ochrana seniorov bez rozdielu

Podpis deklarácie je prvým krokom k vytvoreniu trvalej platformy spolupráce, výmeny informácií a spoločných postupov. Podujatie ukázalo, že ochrana seniorov nie je okrajová téma, ale celospoločenská priorita.

Výsledkom je silné partnerstvo štátu, JDS, bánk, operátorov, médií, samospráv a ďalších organizácií, ktoré budú spoločne pracovať na tom, aby sa riziko podvodov výrazne znižovalo.

Slovensko tým zároveň vysiela dôležitý signál, že solidarita so staršími ľuďmi nie je formalita, ale reálny spoločenský záväzok.

Predseda Jednoty dôchodcov na Slovensku Dr. Michal Kotian poďakoval ministerstvu vnútra za iniciatívu a zdôraznil, že spoločný postup všetkých zúčastnených je pre seniorov mimoriadne dôležitý. Zdôraznil, že mnohí starší ľudia si často neuvedomia, ako ľahko sa môžu stať obeť podvodníkov, a preto je potrebné, aby boli médiá, samosprávy aj štátne inštitúcie jednotné v postupe.

Krátko a výstižne to vyjadril slovami: „Takáto iniciatíva môže predísť celej rade zbytočných okrádaní seniorov.“

Kotian ocenil, že na jednej platforme sa podarilo spojiť ministerstvá, Národnú radu SR aj médiá, čo podľa neho výrazne zvyšuje šancu na úspech preventívnych opatrení. Zároveň pripomenul, že JDS bude pokračovať v osвете a vzdelávaní v regiónoch, aby sa dôležité informácie dostali aj k tým seniorom, ktorí žijú mimo väčších miest.

text a foto: J. Rohár

Ako sa nestáť obeťou podvodu

Preventívne prednášky ministerstva vnútra zaplnili sály naprieč Slovenskom

Pri príležitosti októbra – mesiaca úcty k starším – zorganizovalo ministerstvo vnútra sériu preventívnych prednášok „Ako sa nestáť obeťou podvodu“, zameraných na ochranu seniorov pred najčastejšími formami podvodov. Podujatia v okresných a krajských mestách po celom Slovensku pripravil Úrad prevencie kriminality MV SR v spolupráci s Jednotou dôchodcov na Slovensku. Jednej z nich, ktorá sa konala v Nitre, sa osobne zúčastnil aj minister vnútra Matúš Šutaj Eštok.

Minister v súvislosti s preventívnou kampaňou pripomenul, že seniori patria medzi najohrozenejšie skupiny a štát musí robiť všetko pre to, aby ich ochránil. „Seniori celý život pracovali a budovali hodnoty našej krajiny. Často neočakávajú, že by ich niekto úmyselne chcel oklamať. Je našou povinnosťou urobiť všetko preto, aby sme ich chránili,“ uviedol. Zároveň informoval o rozoslaní 320-tisíc informačných listov, ktoré pomáhajú najmä ľuďom, ktorí si dôchodok preberajú v hotovosti.



Nitrianske podujatie malo veľmi srdečnú atmosféru. Riaditeľ Úradu prevencie kriminality MV SR Jozef Halcin ocenil aktívnu účasť seniorov a zdôraznil, že prevencia má zmysel iba vtedy, keď sa robí nepretržite a v priamom kontakte s ľuďmi. Upozornil, že podvodníci sú čoraz

vynalievavejší a dokážu zneužiť aj skúsenosť či dôverčivosť starších ľudí. Seniorov vyzval, aby si vždy overovali nezvyčajné požiadavky, nekomunikovali s neznámymi osobami, neposielali doklady totožnosti a aby sa nebáli zavolať políciu či požiadať o pomoc rodinu.

Krajská predsedníčka JDS v Nitre Anna Oťapková vo svojom príhovore poďakovala ministrovi aj organizátorom za to, že sa tejto téme dlhodobo a osobne venujú. „Veľmi si vážime, že popri vašej náročnej práci ste si našli čas prísť medzi ľudí, ktorí celý život pracovali pre spoločnosť. Vaša prítomnosť je pre nás poctou a podporou,“ uviedla. Zároveň poďakovala aj prednostke okresného úradu v Nitre, v ktorého priestoroch sa prednáška mohla uskutočniť.

Pri príležitosti mesiaca úcty k starším minister a ďalší hostia symbolicky odovzdali všetkým prítomným dôchodkyňam kvet, čo sa stretlo s veľkou vďačnosťou a vytvorilo dôstojný, veľmi ľudský moment stretnutia. Po tejto časti pokračovala odborná beseda, kde prizvaní preventisti zrozumiteľne priblížili najčastej-



šie podvodné scenáre a využili aj ukážkové videá.

Nitrianska prednáška bola jednou z mnohých, ktoré sa v októbri uskutočnili. Podobné podujatia prebehli aj v Bratislave, Trnave, Trenčíne, Žiline, Banskej Bystrici, Prešove, Košiciach, Poprade či Topoľčanoch. Preventívne aktivity budú podľa ministerstva pokračovať aj v ďalších mesiacoch, keďže každý podvod, ktorému sa podarí včas predísť, znamená konkrétneho seniora, ktorému ostali jeho úspory aj pocit bezpečia.



Najčastejšie triky podvodníkov

Podvodníci využívajú rôzne spôsoby, ako si získať dôveru seniorov. Kombinujú staré overené postupy s novými technológiami a sociálnymi sieťami. Snažia sa získať dôveru seniora a presvedčiť ho, aby konal rýchlo, bez overenia a pod tlakom emócií. Na tomto mieste si ukážeme najčastejšie triky, ktoré polícia v posledných rokoch zaznamenala, aby ste ich vedeli rozpoznať a včas sa pred nimi ochrániť.

„Vnuk“ alebo príbuzný v núdzi

Predstavte si, že zazvoní telefón a na druhej strane sa ozve vystrašený hlas: „Babi, rýchlo, stalo sa niečo, pomôž mi!“ Presne takto sa začína jeden z najčastejších podvodov, tzv. „vnuk v núdzi“. Páchatel sa vydáva za príbuzného, ktorý mal nehodu alebo potrebuje súrne peniaze. Aby pôsobil dôveryhodne, často hovorí rýchlo, plače alebo predstiera, že má poranený hlas. Potom sa do hovoru zapojí „lekár“ či „policajt“, ktorí situáciu potvrdia a žiadajú, aby senior okamžite vybral hotovosť a odovzdal ju určenej osobe. Mnohí ľudia v dobrej viere konajú a neskôr zistia, že išlo o premyslený podvod. Najdôležitejšie je nepanikáriť a skontrolovať si, či je príbeh pravdivý. Stačí jeden telefonát rodine alebo polícii a môžete predísť veľkej strate.

Falošný policajt alebo „odborník NBS“

Predstavte si, že vám zatelefonoval niekto, kto sa predstaví ako

policajt alebo pracovník Národnej banky Slovenska. Hovorí slušne, pôsobí presvedčivo a tvrdí, že váš bankový účet je v ohrození. Možno vám pošle aj preukaz alebo list s logom inštitúcie.

Povie, že na vašom účte sa dejú podozrivé prevody a že vám chce pomôcť ochrániť vaše úspory. Požiada vás, aby ste peniaze vybrali, vložili ich na „bezpečný účet“ alebo ich odovzdali pracovníkovi, ktorý príde osobne.

Niektorí páchatelia komunikujú cez aplikácie ako WhatsApp či Signal a používajú aj falošné profilové fotografie či hlavičky správ. Vďaka moderným technológiám dokážu dokonca napodobniť aj oficiálne telefónne čísla polície alebo banky, čo u mnohých ľudí vyvoláva dojem, že ide o skutočného úradníka.

Polícia upozorňuje, že skutoční policajti ani zamestnanci bánk nikdy nežiadajú, aby niekto vybral peniaze, poslal ich na iný účet alebo ich odovzdal cudzím osobám.

Ak sa vám niečo také stane, zaveste, nič nevyberajte a okamžite si overte situáciu v pobočke svojej banky alebo na linke 158. Aj jediný telefonát môže zabrániť veľkej finančnej strate.

Romantické podvody a falošné známosti

Predstavte si, že si s niekým začnete písať cez internet. Je milý, pozorný, často vás chváli a zaujíma sa o váš život. Tvrdí, že pracuje v za-

hraničí, napríklad ako vojak, lekár alebo inžinier, a že hľadá spriaznenú dušu. Každý deň píše, posiela fotografie a sľubuje stretnutie.

Tento typ podvodu sa ľudovo nazýva „americký vojak“ alebo romantický podvod. Páchatelia si vytvárajú falošné profily na sociálnych sieťach, pôsobia veľmi presvedčivo a snažia sa získať dôveru. Najčastejšie sa zameriavajú na osamelé ženy, ktoré hľadajú spoločnosť alebo priateľstvo.

Po čase prichádza prvá prosba o peniaze. Zvyčajne ide o menšiu sumu, napríklad na letenku, colné poplatky či ošetrovanie. Keď žena pošle peniaze, komunikácia pokračuje ďalej. Páchatelia si uvedomujú, že už získali dôveru, a preto prichádzajú s novými príbehmi, napríklad že sa na letisku zadržal balík s darčekom, že došlo ku komplikácii v práci alebo že potrebujú zaplatiť právnikovi.

Takto sa podvod môže ťahať celé týždne či mesiace. Obete často žijú v presvedčení, že pomáhajú niekomu, s kým majú skutočný vzťah. Keď sa nakoniec pokúsia stretnúť osobne, zistia, že profil zmizol a komunikácia sa náhle ukončila.

Niektorí páchatelia dokonca vedú rozhovory cez video, aby pôsobili dôveryhodne, no aj v takýchto prípadoch ide o herecké triky a falošné identity.

Ak niekto, s kým ste sa nikdy osobne nestretli, začne žiadať stovky či tisíce eur, je to vždy

varovný signál. Skutočný vzťah sa buduje na dôvere, nie na peniazoch. Nikdy neposielajte peniaze niekomu, koho dobre nepoznáte!

Investičné lákadlá

Čoraz častejšie sa objavujú aj podvody s investíciami do kryptomien alebo falošných finančných fondov. Podvodníci sľubujú vysoké zisky bez rizika, presvedčajú obeť, aby poslali prvú „skúšobnú“ platbu a následne vylákajú aj zvyšné úspory.

Ako sa chrániť? Polícia je tu pre vás, obráťte sa na ňu

Najlepšou ochranou pred podvodníkmi je zdravá opatrnosť. Platí zásada, že ak niečo znie príliš naliehavo, neobvykle alebo podozrivo, treba sa na chvíľu zastaviť a overiť si informácie. Podvodníci najčastejšie využívajú strach, zmätenie a tlak na rýchle rozhodnutie.

Čo robiť, ak dostanete podozrivý telefonát alebo správu:

- nikdy nevyberajte peniaze na žiadosť cudzej osoby,
- neodovzdávajte nikomu svoje osobné údaje, PIN ani prístupové heslá,
- ak niekto tvrdí, že je policajt, pracovník banky alebo váš príbuzný, overte si to,
- zavolajte svojmu blízkemu, ktorého sa to má týkať,
- ak máte pochybnosť, ihneď volajte 158,
- neumožnite neznámym osobám nainštalovať aplikáciu do vášho telefónu alebo počítača,
- väčšie sumy peňazí neuchovávajte na jednom mieste,
- rozprávajte sa s rodinou o tom, aké situácie môžu nastať a ako sa v nich zachovať.

Polícia aj Jednota dôchodcov na Slovensku zdôrazňujú, že nikto by sa nemal hanbiť, ak sa

stal obeťou podvodu. Aj menšiu stratu je potrebné nahlásiť, pretože pomáha odhaliť páchatelov a chrániť ostatných seniorov.

Polícia už v tomto roku zaznamenala aj viaceré úspešné zásahy. Jeden z takýchto prípadov sa odohral v Bratislavskom kraji, kde 76-ročného muža kontaktoval páchatel vydávajúc sa za zamestnanca Národnej banky Slovenska. Informoval ho, že jeho účet je napadnutý, a následne mu zaslal pokyny na komunikačnú aplikáciu Signal. Senior išiel do banky a vybral 10-tisíc eur. Prípady si polícia všimla už pri výbere hotovosti a zadržala páchatela pri preberaní peňazí. Policajná prezidentka na tlačovej konferencii uviedla, že ide o 23-ročného občana mimo EÚ, ktorý je pravdepodobne napojený na organizovanú skupinu pôsobiacu aj mimo územia Slovenska.

| text a foto: J. Rohár

Celoslovenské stretnutie seniorov 2025 v Bratislave

Pri príležitosti októbra, mesiaca úcty k starším, usporiadal minister práce, sociálnych vecí a rodiny Erik Tomáš v spolupráci s Jednotou dôchodcov na Slovensku celoslovenské slávnostné stretnutie seniorov. Podujatie sa konalo 16. októbra 2025 v Radošinskom náivnom divadle v Bratislave a už od rána malo mimoriadne dôstojnú, srdečnú a priateľskú atmosféru. Prví účastníci prichádzali od 9.30 hod., program sa začal o 10.30 hod. a celým dopoludním sprevádzal známy moderátor Martin Nikodým.

Na úvod si prítomní pozreli krátke video, po ktorom minister Erik Tomáš vystúpil osobne. Minister sa s hrdosťou prihlásil k tomu, že ho časť verejnosti nazýva „ministrom dôchodcov“, pričom zdôraznil, že ak to tak je, berie to ako poctu. Otvorene



pomenoval aj napätie medzi generáciami, ktoré sa v spoločnosti občas objavuje, a pripomenul, že každý človek má svojich ro-

dičov a starých rodičov, ktorým vďačí za veľa. Prítomných uistil, že bude seniorov vždy chrániť a obhajovať.

Minister následne zopakoval opatrenia, ktoré rezort presadil za posledné dva roky. Zvlášť zdôraznil obranu 13. dôchodku, ktorý zostane zachovaný počas celého funkčného obdobia vlády napriek výraznému tlaku, aby bol zrušený alebo zredukovaný. Predstavil tiež reformu financovania sociálnych služieb, ktorá má zabezpečiť, aby mohli seniori zostať čo najdlhšie vo svojom domácom prostredí vďaka terénnym a opatrovateľským službám. Ďalšou významnou témou je legislatívna úprava, ktorá má definitívne odstrániť diskrimináciu matiek v dôchodkovom systéme.

Na ministra nadviazal predseda JDS Dr. Michal Kotian, ktorý svoj prejav postavil na bilancii posledných rokov. Vrátil sa k roku 2022, keď prevzal vedenie Jednoty dôchodcov na Slovensku a spustil petičnú akciu, počas ktorej seniori odovzdali tisíce podpisov. Pripomenul, že práve v tom čase ich ako opozičný poslanec podporoval Erik Tomáš, poznal ich problémy a aktívne pomáhal presadzovať viaceré požiadavky.

Kotian sa podrobne venoval jednotlivým opatreniam, ktoré sa podarilo presadiť. Spomenul mimoriadnu valorizáciu počas rekordnej inflácie, rozmrazenie minimálnych dôchodkov, zvýšenie príspevkov na rekreačné a turistické pobyty z 50 na 100 eur a podporu počas ťažkých



rokov po pandémie. Pripomenul aj vznik tradície Mesiaca úcty k starším, keď OSN v roku 1993 vyhlásila 1. október za Medzinárodný deň starších ľudí.

V závere svojho vystúpenia poďakoval ministrovi Tomášovi za spoluprácu a odovzdal mu Zlaté ocenenie JDS za rok 2025. Minister s úsmevom poznamenal, že ocenenie získava už štvrtý rok po sebe a že ak ho raz nedostane, bude to preňho „varovný signál“.

Ocenenia a hostia

Po príhovoroch sa uskutočnilo slávnostné odovzdávanie Ďakovných listov aktívnym seniorom z celého Slovenska. Na pódium prichádzali seniori, ktorí sa dlhé roky angažujú vo svojich regió-

noch, organizujú podujatia, pomáhajú svojim spoluobčanom a udržiavajú kultúrne, spoločenské a športové tradície. Každý z nich bol predstavený krátkym medailónom, ktorý pripomenul ich životné výsledky a zásluhnú prácu. Atmosféra bola úprimná, radostná a mnohokrát aj dojemná.

Medzi najvýraznejšími ocenenými boli:

- Ján Skyba, podpredseda JDS, predseda Krajskej organizácie v Trenčíne a dlhoročný člen Ústredia JDS.

- Igor Fabián, čestný podpredseda JDS, 15 rokov vo vedení zväzu, predseda MO JDS Trnava.

- Ladislav Fabián, predseda OO JDS Rožňava a podpredseda Krajskej organizácie Košice.

- Mária Hroncová, 26 rokov predsedníčka OO JDS Veľký Krτίš, držiteľka titulu Babička roka aj Európska babička.

- Jolana Prochotská, dlhoročná predsedníčka OO JDS Spišská Nová Ves, jedna z najstabilnejších regionálnych líderok JDS.

- Milena Rokytková, zakladajúca postava JDS v Snine, dlhoročná krajská aj okresná funkcionárka.

- Eva Kmetová, zakladajúca členka JDS v okrese Nitra (1996), výrazná regionálna líderka.

- Eva Kempová, predsedníčka OO JDS Krupina.





naivného divadla a SĽUK „Ako som vstúpil do seba“. Predstavenie bolo prijaté s veľkým nadšením a viacerí seniori ho označili za jeden z najkrajších zážitkov dňa. Od 13.30 hod. nasledoval slávnostný obed, počas ktorého mali účastníci priestor na rozhovory, stretnutia a neformálnu diskusiu. Celodenný program uzavrela obľúbená speváčka balkánskych piesní Jadranka Handlovská, ktorá svojim energickým vystúpením vniesla do podujatia atmosféru radosti, uvoľnenia a dobrej nálady.

Slávnostné stretnutie seniorov v Bratislave bolo dôstojným vyvrcholením októbra - mesiaca úcty k starším. Účastníci odchádzali so silným pocitom uznania, spolupatričnosti a ľudskej vďaky, čo bol aj hlavným cieľom tohto výnimočného dňa.

| text a foto: J. Rohár

– Dobroslava Luknárová, bývalá šéfredaktorka časopisu Tretí vek (2017 – 2022).

Ocenení boli aj ďalší aktívni dobrovoľníci a regionálni lídri: Dimčo Dimčev, Miroslav Holečko, Mária Matulová, Peter Mach, Štefan Stieranka, Marián Šuran, Mária Tamašiová a Michal Urban.

Podujatie podporili aj zahraniční hostia zo Srbska – prof. Dr.

Andreja Savić, Ana Medvedová a Boško Bogunović. Nechýbali ani partneri JDS, napríklad štátny tajomník MPSVR Peter Pamula či riaditeľ Slovenského literárneho centra Jozef Ťažký.

Kultúrny program a záver podujatia

Po oficiálnej časti si účastníci vychutnali hudobno-divadelné predstavenie Radošinského

Recipročná návšteva priateľov zo Srbska

Pokračovanie spolupráce so srbskými seniormi

Jednota dôchodcov na Slovensku v uplynulom období podpísala memorandum o spolupráci so Zväzom dôchodcov Srbska. Tento krok otvoril priestor pre výmenu skúseností, spoločné projekty a nadviazanie osobných kontaktov medzi seniorskými organizáciami oboch krajín. Prvým výsledkom bola oficiálna návšteva zástupcov JDS v Srbsku a teraz sa uskutočnila aj recipročná návšteva srbských partnerov na Slovensku.

Privítanie delegácie v Bratislave

Delegácia zo Srbska pricestovala na Slovensko 15. októbra 2025 pri príležitosti slávnostného





Kotian, podpredsedovia a predsedovia krajských organizácií.

Priateľské rokovanie a symbolický dar

V neformálnej atmosfére zazneli príhovory predsedov oboch organizácií. Prof. Dr. Andreja Savič odovzdal predsedovi JDS Michalovi Kotianovi mimoriadne hodnotný dar – encyklopédiu o dejinách Srbska od roku 1804 až po súčasnosť. Tento symbol priateľstva podčiarkol záujem oboch strán pokračovať v dlhodobej a vzájomne prospešnej spolupráci.

Výhľad do budúcnosti

Hoci bola návšteva krátka, ukázala veľký potenciál medzinárodnej spolupráce seniorských organizácií. Obe strany vyjadrili presvedčenie, že partnerstvo prinesie užitočné skúsenosti z organizovania podujatí, sociálnej podpory seniorov a presadzovania ich práv. Rovnako sa otvorili možnosti spolupráce na medzinárodných projektoch, odborných výmen a poznávacích pobytov, ktoré môžu obohatiť seniorov na oboch stranách.

Delegácia sa ešte v ten istý deň popoludní vrátila do Srbska – s prianím, aby sa osobné kontakty a myšlienky vzájomnej spolupráce čoskoro pretavili do konkrétnych aktivít.

text a foto: F. Jedinák

podujatia Mesiaca úcty k starším, ktoré organizovalo Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR. V Bratislave hostí privítal člen predsedníctva JDS František Jedinák s manželkou Antoniou. Ubytovaní boli v hoteli Sorea Regia a prvý večer strávili spoločnou večerou v neďalekej reštaurácii, po ktorej si napriek upršanému počasiu prezreli večerné mesto.

Delegáciu viedol predseda Zväzu penzistov Srbska prof. Dr. Andreja Savič, sprevádzaný Annou Medvedovou z Pokrajinského zväzu penzistov pre medzi-

národnú spoluprácu a Boškom Bogunovičom, predsedom Okresného združenia penzistov Báčsky Petrovec.

Účast na slávnostnom programe

Dňa 16. októbra 2025 sa srbskí priatelia zúčastnili slávnostného stretnutia seniorov z celého Slovenska v Bratislave. Pozreli si oceňovanie aktívnych členov JDS aj kultúrny program, v ktorom vystúpilo Radošinské naivné divadlo s predstavením Ako som vstúpil do seba. Po podujatí nasledovalo spoločné stretnutie s vedením JDS, na ktorom boli prítomní predseda JDS Michal

XII. ročník Celoslovenskej prehliadky ručných prác seniorov ZLATÉ RUKY v Bratislave

Jednota dôchodcov na Slovensku pripravila v roku 2025 už dvanásť ročník Celoslovenskej prehliadky ručných prác seniorov ZLATÉ RUKY – podujatie, ktoré každoročne predstavuje to najkrajšie z tvorivosti staršej generácie. Tento rok bola hosťiteľom Krajská organizácia JDS Bratislava a výsta-

va sa konala 27. – 28. októbra 2025 v dôstojných priestoroch Justiho siene Primaciálneho paláca pod záštitou predsedu Bratislavského samosprávneho kraja Juraja Drobu, ktorému organizátori podakovali za podporu v čase obmedzených možností štátneho financovania kultúry.





klarekovej, členovia KO JDS Prešov v nádherných krojoch, ktorí spontánnym spevom sprevádzali celé podujatie, aj harmonikár pán Jakubík. Práve vďaka nim bola výstava nielen umeleckým, ale aj spoločenským zážitkom.

Výstava prilákala stovky návštevníkov – členov JDS z celého Slovenska, Bratislavčanov aj zahraničných turistov, ktorí ocenili remeselnú zručnosť a farebnosť vystavených diel. Ohlasy boli mimoriadne pozitívne a mnohí sa zhodli, že ide o jeden z ďalších vydarených ročníkov.

XII. ročník ZLATÝCH RÚK opäť potvrdil, že ručná práca na Slovensku nestráca svoje miesto. Podujatie prinieslo radosť, tvorivosť, tradíciu a ukázalo, že zlaté ruky slovenských seniorov si zaslúžia úctu celého Slovenska.

Výstavu otvoril predseda JDS Michal Kotian, ktorý vo svojom príhovore zdôraznil, že názov Zlaté ruky dokonale vystihuje šikovnosť a vytrvalosť seniorov. Pripomenul, že za každým dielom je kus poctivej práce, sústredenia a zaujatosti, ktorá pomáha nielen vytvárať krásne veci, ale priaznivo pôsobí aj na duševnú kondíciu v seniorskom veku.

Kotian tiež pripomenul, že podobné prehliadky prebiehajú naprieč celým Slovenskom, od okresov až po kraje, a práve vďaka nim vidíme širokú paletu techník, od tradičných po úplne moderné. Vystavené práce podľa neho ukazujú nielen remeselnú zručnosť, ale aj schopnosť seniorov učiť sa novému, držať krok s dobou a zároveň uchovávať hodnoty minulých generácií.

Na jeho príhovor nadviazali aj pozvaní hostia, ktorí sa zhodli, že tvorivosť seniorov je bohatstvom, ktoré si Slovensko musí chrániť. Štátny tajomník Ministerstva obrany SR Martin Vojtašovič pripomenul pozitívny vplyv ručných prác na psychickú pohodu a aktívne starnutie. Europoslankyňa Katarína Roth Nevedalová ocenila pestrosť techník a osobne sa priznala, že ručné práce sú pre ňu formou relaxu. Podpredsedníčka BSK Petra Hitková zase vyzdvihla generačný rozmer re-

mesiel, ktoré sa vďaka seniorom uchovávajú a odovzdávajú ďalej.

Výstava, atmosféra a úspech podujatia

Celková ponuka diel bola mimoriadne pestrá – od výšiviek, háčkových dekorácií a paličkovanej čipky cez papierové techniky až po maľované textilie či modernú japonskú kresbu. Každý kraj priniesol niečo originálne a návštevníci tak mohli vidieť, aká bohatá a živá je seniorská tvorivosť na Slovensku.

Slávnostnú atmosféru výstavy dotvoril spevácky súbor MELÓDIA pod vedením Márie Win-

text a foto: J. Rohár (viac fotografií z podujatia nájdete na poslednej strane)



Celoslovenská prehliadka recitátorov v Nižnej na Orave

Celoslovenská prehliadka poézie, prózy a vlastnej tvorby seniorov sa v tomto roku konala na Orave, v obci Nižná. Podujatie prebehlo 16. a 17. septembra 2025 v Rotunde – spoločenskej sále obecného úradu. Účastníci boli ubytovaní v Hoteli Arman.

Prehliadku otvorilo pôsobivé hudobné vystúpenie mladého husľového virtuóza Milana Paľa z Trstenej, ktorý v súťaži Talenty pre Európu 2025 získal druhé miesto. Na klavíri ho sprevádzala pani učiteľka Mária Bistárová.

Vyhlasovateľom podujatia bolo tradične Ústredie Jednoty dôchodcov na Slovensku. Hlavným garantom úspešného priebehu bola Krajská organizácia JDS Žilina a organizačne celé podujatie vynikajúco zabezpečila Okresná organizácia JDS Tvrdošín. Obsluhu a občerstvenie zabezpečili usilovné žienky zo ZO JDS Nižná. Záštitu nad prehliadkou prevzali predsedníčka Žilinského samosprávneho kraja Erika Jurinová a starosta obce Nižná Jaroslav Rosina. Personálnu garanciu podujatia niesli predseda JDS a predseda KO JDS Žilina Michal Kotian a predsedníčka OO JDS Tvrdošín Mária Ďurecová.



Účastníci sa začali schádzať okolo poludnia a oficiálny program sa začal o 14:30 hod. úvodnými príhovormi Michala Kotiana a Eriky Jurinovej. Do prehliadky sa zapojilo dvadsať recitátorov a recitátoriek z celého Slovenska a spolu s hosťami a divákmi zaplnilo Rotundu viac než sto účastníkov.

Výsledky prehliadky a spoločenský program

Výkony recitátorov hodnotila trojčlenná porota v zložení predsedu Dušana Šoltésa a členky Eva Arvayová a Jana Černá. Hoci roz-

hodovanie nebolo jednoduché, porota napokon vybrala najúspešnejších v jednotlivých kategóriách: v poézii zvíťazila Katarína Šáriová z KO JDS Košice, v próze Mária Peláková z KO JDS Prešov a vo vlastnej tvorbe Mária Macková z KO JDS Bratislava.

V závere programu zaznelo viacero poďakovaní organizátorom aj recitátorom, ktorí svojím vystúpením obohatili celé podujatie. Po skončení nasledovala večera a neformálne spoločenské posedenie v Klube Tesla, kde





účastníkov pozdravil aj starosta Nižnej Jaroslav Rosina.

Na druhý deň, 17. septembra, pripravili hostitelia pre recitátorov milé prekvapenie – výlet na Oravskú priehradu spojený s plavbou loďou Oravskej galérie a návštevou Slanického ostrova umenia. Bol to krásny záver podujatia, ktoré spojilo umelecké slovo s priateľskou atmosférou a jedinečnými oravskými scenériami.

text: František Jedinák, foto: Vojtech Paríž

Stretnutie na hranici 2025: Seniori troch národov sa zišli v Korni

Tradícia, priateľstvo a spoločná radosť z hudby a tanca. Aj tak možno opísať tohtoročné Stretnutie na hranici, ktoré sa konalo 5. septembra 2025 v amfiteátri pri obecnom úrade v Korni. Podujatie už roky spája seniorov zo Slovenska, Česka a Poľska a stalo sa jedným z najkrajších prejavov cezhraničnej spolupráce.

Organizátorom bola tento rok slovenská strana – KO JDS Žilina v spolupráci s OO JDS Čadca, ZO JDS Korňa a obecným úradom. Atmosféra bola od rána slávnostná a v hladisku sa stretli desiatky usmiatych účastníkov i hostí.

Slávnostné úvodné okamihy

Program otvoril Detský folklórny súbor Lipovienka z Korne, ktorý

pod vedením Miroslavy Kremeňovej vniesol do amfiteátra radosť a energiu najmladšej generácie.

Podujatím sprevádzala moderátorka Katarína Borisová, riaditeľka Kysuckej knižnice v Čadci, ktorá privítala slovenskú, českú aj poľskú delegáciu. S príhovorom vystúpili Marianna Bebčáková, starostka obce Korňa, Michal Kotian, predseda JDS a Margita Ďurišová, predsedníčka OO JDS Čadca.

Následne sa už celý amfiteáter ponoril do pestrého kultúrneho programu, ktorý bol tento rok mimoriadne bohatý.

Pestrý program – 14 súborov z troch krajín

Na pódiu sa počas dopoludnia a skorého popoludnia vystriedali

folklórne, spevácke, hudobné aj tanečné súbory. Každý z nich priniesol svoj jedinečný štýl a kultúrne dedičstvo regiónu.

Slovenské súbory

– **Nevádza (ZO JDS Korňa)** – folklórna skupina manželov Šufliarskych so stovkami nácvikov a desiatkami vystúpení.

– **Fertušky a Sliáčanská Sedmička (OO JDS Ružomberok)** – mladý, no mimoriadne aktívny spevácky kolektív.

– **Priatelja zo Žiliny (OO JDS Žilina)** – obľúbený žilinský súbor s harmonikármi Tulecom a Kormanom.

– **Gorali z Rabče (OO JDS Námestovo)** – tradičná oravská hudba so silným goralským charakterom.

– **KVD Liptov band (OO JDS Liptovský Mikuláš)** – country skupina vojenských dôchodcov.

– **Petrovičan (OO JDS Bytča)** – desaťčlenný súbor s pani Annou Holínovou.

– **Javorina (OO JDS Žilina)** – skupina z roku 2022, doprevádzaná mladým akordeonistom Jankom Lašútom a pánom Ferkom Poliačkom.

– **Sučianka (OO JDS Martin)** – hudobno-spevácky kolektív s viac než dvadsaťročnou tradíciou.





České súbory

- **ASTRA (Frýdek-Místek)** – tanečný súbor s päťročnou históriou.
- **Pohoda (Frýdek-Místek)** – mladý spevácky súbor plný entuziazmu.
- **Country Girls (Ostrava-Petřkovice)** – dámsky tanečný kolektív, ktorý pôsobí už deväť rokov.

Poľské súbory

- **Retro** – vokálny súbor, ktorý svojim vystúpením oživil známe melódie ako Milenci či Adela.
- **As dur** – skupina zo Seniorskej akadémie so známymi country piesňami.
- **AS+** – poľská tanečná skupina, ktorá zaujala temperamentnými choreografiami Mambo Dance a Bollywood Dance.

Každé vystúpenie prinieslo vlastný šarm a dokázalo, že

hudba, spev a tanec dokážu zblížiť ľudí bez ohľadu na hranice.

Záver v znamení podakovania a symbolického odovzdávania

Po skončení programu, o 14:00, predseda JDS Michal Kotian a predsedníčka OO JDS Čadca Margita Ďurišová podakovali všetkým účinkujúcim, organizátorom aj divákovi. Vyzdvihli dôležitosť udržiavania tradície stretnutí, ktoré posilňujú dobré susedské vzťahy a priateľstvá.

Na záver odovzdali putovný pohár poľským partnerom, ktorí sa ujmú organizácie budúročného Stretnutia na hranici. To sa uskutoční v Bielsko-Bialej v Poľsku.

text a foto: J. Rohár, F. Jedinák



Krajská prehliadka speváckych súborov v Lipovej

Dňa 22. novembra 2025 sa v malebnej obci Lipová konala Krajská prehliadka speváckych súborov seniorov Spevy doma 2025. Podujatie sa uskutočnilo pod záštitou predsedu Nitrianskeho samosprávneho kraja Branislava Becíka, starostky obce Lipová Mgr. Tatiany Žlveckej a Krajskej organizácie

JDS Nitra v spolupráci s OO JDS Nové Zámky a ZO JDS Lipová. Ako býva zvykom, dopoludňajší program sa začal sprievodom za zvukov harmoník a spevu na svätú omšu do Kostola Sedembolestnej Panny Márie.

Po návrate do kultúrneho domu sa začala oficiálna časť podujatia. Starostka obce Tatiana





Ölvecká privítala hostí aj všetkých účinkujúcich. Poslanec NSK a primátor mesta Šurany Marcel Filaga pozdravil prítomných a zažela spevákom i hudobníkom veľa úspechov na tomto krásnom podujatí. Predsedníčka KO JDS Nitra Anna Oťapková vyzdvihla aktivitu seniorov vo všetkých oblastiach ich činnosti a poďakovala starostke za ústretovosť, poskytnuté priestory a bohaté občerstvenie. Následne starostka prehliadku Spevy domova 2025 slávnostne otvorila.

Celým programom sprevádzala mladá a veľmi talentovaná moderátorka Natália Igrényiová. Ako prvá vystúpila domáca spevácka skupina Lipovčanka, ktorá

veselým spevom a harmonikami navodila skvelú atmosféru.

Prehliadky sa zúčastnili najlepšie spevácke súbory z okresov Nitrianskeho kraja v tomto poradí:

1. Zlaté Moravce – SS Cerianka z obce Lovce
2. Šaľa – SS Zúgovanka z obce Močenok
3. Nitra – MLSS Mojmir z obce Mojmirovce
4. Topolčany – SS Večernica z obce Hrušovany
5. Levice – SS Hron z obce Hronské Kľačany
6. Komárno – SS Nezábudka 3. vek z Hurbanova – Zelený háj
7. Nové Zámky – SS Ōszirózsa z obce Komoča

Všetky súbory predviedli mimoriadne kvalitné vystúpenia, ktoré boli dôkazom bohatstva nášho kraja, zachovávaného v krojoch, spevoch i tradíciách. Spevácke skupiny sú dôležitými nositeľmi tohto kultúrneho dedičstva a ich práca je nenahraditeľná. Odborná porota mala náročnú úlohu vybrať víťaza. Po dôkladnom zvážení rozhodla, že Nitriansky kraj bude na celoslovenskej prehliadke reprezentovať Mužský ľudový spevácky súbor Mojmir z Mojmiroviec.

Vedúci víťazného súboru Pavel Palka prevzal od starostky obce Lipová symbolickú cenu v podobe krásneho anjela. Všetky súbory boli ocenené peknými cenami a darčekom.

Na záver vystúpila predsedníčka KO JDS Nitra Anna Oťapková. Poďakovala účinkujúcim za vynikajúce vystúpenia, hosťom za účasť a organizátorom – najmä ZO JDS Lipová na čele s Alžbetou Švajdovou – za skvelú prípravu a pokojný priebeh podujatia.

Z kultúrneho domu v Lipovej odchádzali všetci plní dojmov, emócií a krásnych zážitkov. Za nami je ďalší úspešný ročník prehliadky, na ktorý sa už dnes mnohí tešia aj o rok.



| text a foto: Marta Nováková

Rekreácia v Jánskej doline

Týždeň oddychu, výletov a nových zážitkov pre seniorov z Rovinky

Druhý októbrový týždeň strávil 53 členov ZO JDS v Rovinke týždňovú rekreáciu so štátnou účelovou dotáciou v hotelovej spoločnosti SOREA – v hoteli Ďumbier v Liptovskom Jáne. Cena pobytu bola mimoriadne výhodná: ubytovanie a celodenná strava stáli jednotlivca len 192 eur, pričom dopravu hradil obecný úrad Rovinka a časť prispela aj samotná organizácia.

Hotel pripravil pre seniorov pestrú ponuku aktivít a počas týždňa sa nikto nenudil. V rámci voľnočasového programu si každý mohol vybrať podľa vlastného gusta. Niektorí navštívili kúpele Lúčky alebo sa chodili kúpať do vedľajšieho hotela Máj. Viaceré skupinky absolvovali prehliadku Stanišovskej jaskyne, jedinečného parku MINI Slovensko s miniatúrami slovenských pamiatok či železníc pod holým nebom. Až dvadsať účastníkov sa zúčastnilo výletu do Poľska na trhy v Jablonke.

Pätnásť seniorov si cez komentovanú prehliadku bližšie prezrelo pamätihodnosti Liptovského Jána a mnohí si vyskúšali aj známy minerálny prameň Kaďa na južnom okraji obce. Krásnu Jánsku dolinu využili na prechádzky v prírode, relax, zbieranie hribov či tiché popoludnia na čerstvom vzduchu. Hotel ponúkal aj masáže, pedikúru a ďalšie služby, ktoré prišli seniorom vhod. Večery patrili hudbe, tancu a priateľským stretnutiam.

Pestrý program, nové skúsenosti a veselá atmosféra

O dobrú náladu účastníkov sa starala kultúrna referentka hotela Iveta, ktorá do programu vniesla energiu a elán. Praktickými ukážkami učila seniorov, ako si premasírovať pleť, ako cvičiť a ako jednotlivými cvikmi posilniť telo. Prekvapením bola prechádzka spojená s hľadaním jedlých bylín, ktoré účastníci ochutnávali priamo v prírode.



Strava dôchodcom vyhovovala a ubytovanie, hoci by si miestami zaslúžilo modernizáciu, poskytl všetko potrebné pohodlie. Týždenná rekreácia seniorom prospela, priniesla oddych, nové zážitky a množstvo príjemných spoločných chvíľ.

text: Jarmila Horáková a Vlasta Martiniaková, foto: Viera Kanisová



Horehronie – takmer nepoznaný kraj v srdci Slovenska

Rekreačný pobyt seniorov zo Svidníka na Krpáčove



Začiatkom septembra, v dňoch 31. augusta až 5. septembra 2025, zorganizovala ZO JDS vo Svidníku rekreačný pobyt v nádhernom prostredí Nízkych Tatier – na Krpáčove, v hoteli Polianka.

Krpáčovo, vzdialené len osem kilometrov od Podbrezovej, je rekreačné a turistické stredisko v južnej časti Nízkych Tatier. Okolie ponúka široké možnosti turistiky, oddychu, výletov aj spoznávania regiónu. V krásnej prírode a za výborného počasia si tu aktívne odýchlilo päťdesiat našich seniorov.

Každý deň sa začínal rannou rozvíčkou, ktorá účastníkov príjemne rozhýbala a pripravila na ďalší program. Počas pobytu absolvovali viaceré túry a navštívili pamätné miesta – pomník SNP a 2. paradantnej brigády, prameň Sama Chalupku či okolie Tálav.

Veľmi vydarený bol výlet do Čierneho Balogu, kde sa seniori previezli známou Čiernohronskou železnicou až do Dobroča. Zaujímavým zážitkom bola aj návšteva Bystrianskej jaskyne.

Hotel Polianka sa nachádza pri vodnej nádrži s možnosťou

kúpania a seniori naplno využili aj hotelové služby – wellness, masáže, jogu či keltskú remeselnú dielňu, kde si pod vedením remeselníkov vyrábali vlastné šperky. Mnohí tak ukázali, akí sú zruční a kreatívni. Večery patrili hudbe a tancu – hrala kapela z Valaskej aj „náš“ muzikant. Nechýbal ani obľúbený petang či všeobecný vedomostný kvíz.

Päť dní plných zážitkov a radosti z pohybu

Naši seniori prežili päť nezabudnuteľných dní. Ubytovanie, bohatá strava aj program boli vynikajúce a všetky aktivity prebie-

hali na báze dobrovoľnosti. Vďaka motivácii, ktorá sprevádzala celý pobyt, sa pre mnohých stal rekreačný týždeň nielen zážitkovým, ale aj príjemne náročným. Účastníci boli nesmierne snaživí, aktívni a zaslúžia si verejnú pochvalu.

Organizátori sa riadili heslom: „Urob, čo je potrebné, potom čo je možné – a zvládneš aj nemožné.“ Seniori im dôverovali a spoločne vytvorili krásnu atmosféru plnú pohody a priateľstva.

Ďakujeme.

text a foto: JDS Svidník



Záujmová umelecká činnosť v Detve

Folklór, spev, tanec a radosť zo spoločného stretnutia



Dňa 17. septembra 2025 sa v priestoroch KC AS v Detve zišli všetci, ktorí majú radi folklór, spev, tanec, hudbu a hovorené slovo. Úvodné slovo patrilo pani Drozdíkovej, ktorá celý program uvádzala s noblesou a šarmom. Následne sa prítomným prihovoril predseda JDS Detva pán Vrto. Privítal hostí podujatia – primátora mesta Detva pána Barana, pani Jedličkovú, pána Petrusa – ako aj všetkých účinkujúcich a divákov.

Na každú akciu, ktorú organizuje JDS Detva, sa výbor spolu s členmi pripravuje dôsledne, no pri tejto udalosti si dali záležať mimoriadne. Zúčastnilo sa jej totiž až 75 členov JDS a Denných centier z celého okresu Detva, čo si vyžadovalo precíznu organizáciu a spoluprácu všetkých zúčastnených.

Program bol mimoriadne pestrý a bohatý. Z Detvy vystúpila pani Mikušová s básňou a vtipným hovoreným slovom, speváčky súbor Kamaráti, pán Melich so speváčkou Nikolou Čipčalovou, tanečná skupina Radosť, pán Uhrín so speváčkou Ankou Hudecovou a spevácka skupina Senior. Z Očovej sa predstavil

súbor Matičiar, z Kriváňa speváčky súbor Krivánčan a z Hriňovej prišli Javorinka, Hriňovskí vrcháři, spevokol Hriňovčianky a pán Kopor, ktorý publikum zaujal veselou básňou, spevom aj krátkou scénkou. Ako hosť vystúpila aj speváčka ľudových piesní z Podpoľania pani Šatanová.

Po skončení programu čakal na účinkujúcich výborný obed a príjemné posedenie, počas ktorého pokračovala priateľská atmosféra. Podujatie bolo pripravené a zorganizované na vysokej úrovni, čo ocenili účastníci aj hostia.

Podakovanie patrí výboru a členom JDS Detva, mestu Detva za finančnú podporu, KC AS za poskytnutie priestorov a pomoc pri organizácii, ako aj reštaurácii Barock za chutný obed a profesionálny prístup.

text a foto: Iveta Ciglanová



Seniori bánovského okresu na spoločnej jesennej rekreácii

„Očami vnímaj krásu, rozumom vnímaj históriu a srdcom si vyber, čo chceš.“

Túto krásnu myšlienku do bodky naplnili seniory z bánovského okresu a ich priatelia, ktorí sa v dňoch 21. – 27. septembra 2025 zúčastnili spoločnej jesennej rekreácie. Hotel SOREA Ľubovňa

ich privítal slnečným počasím a priateľskou atmosférou. Spolu 61 účastníkov z rôznych obcí bánovského okresu sa tešilo na týždeň nových zážitkov, výletov a dobrej nálady.

Hneď prvý deň ich čakal výlet na Litmanovskú horu Zvir, známe pútnické miesto zjavenia

Panny Márie. Seniory sa zúčastnili aj slávenia svätej liturgie a odchádzali plní dojemov a pokojnej atmosféry tohto výnimočného miesta. Popoludnie patrilo nenáročnej prechádzke spojenej s ochutnávkou minerálnych prameňov MISS+ Ľubovnianska a návštevou najväčšej „wejmu-

tošky“ – vzácnjej 350-ročnej borovice vysokej približne 30 – 35 metrov. Úvodný deň rekreácie zakončili všetci v rytme tanca.

Druhý deň pripravila animátorka Ema celodenný výlet do Bardejovských kúpeľov, spojený s prehliadkou najstaršieho skanzenu na Slovensku, návštevou Bardejova, ikonovej expozície, parku Johna Lennona a historického námestia s Bazilikou sv. Egídia. Seniori zavítali aj do jediného zachovaného rímskokatolíckeho dreveného kostola na Slovensku – chrámu sv. Františka z Assisi v Hervartove. Večer zakončili filmovou rozprávkou Čarovné jablko.

V stredu počasie síce neprialo, no výlet na Zamagurie do Kláštora kartuziánov a kamaldulov v Červenom Kláštore bol napriek tomu pôsobivým zážitkom. Program dňa doplnilo cvičenie „fitnes vo vlnách“, rímskokatolícka svätá omša priamo v hoteli a večerná tanečná terapia s karaoke show.

Pestrý program až do posledného dňa

Vo štvrtok čakal účastníkov celodenný fakultatívny výlet do Poľska – trhový svet v Novom Targu, najväčšej tržnice Malopoľského vojvodstva. Napriek chladnejšiemu počasiu si seniori nákupy a atmosféru trhu naplno užili a mnohí sa vracali s plnými taškami. Večer patrilo goralskej hudbe a zábave so skupinou Zamiškovci.

Záver rekreácie sa niesol v znamení histórie aj sladkých zážitkov. Seniori navštívili Ľubovniansky hrad, Nestville Park v Hniezdom, expozíciu ľudových remesiel, prehliadku liehovarníctva spojenú s degustáciou prvej slovenskej whisky a tiež miestnu čokoládovňu. V Starej Ľubovni práve prebiehali miestne trhy s vystúpením mužského tria LA GIOIA a obľúbenej speváčky a herečky Nely Pociskovej, čo si všetci patrične užili.

Rekreáciu tradične zakončili



hudbou 80. a 90. rokov. Seniori si užili krásny týždeň plný nových zážitkov a už dnes sa tešia na ďalšiu spoločnú rekreáciu v roku 2026.

text a foto: Jozefa Sokolíková

Oslava Mesiaca úcty k starším v Košiciach

Dňa 27. októbra 2025 mali seniori z okresov Košice-mesto a Košice-okolie veľký sviatok. Košický samosprávny kraj pripravil v priestoroch Kunsthalle krásne, dôstojné a mimoriadne srdečné podujatie pri príležitosti Mesiaca úcty k starším, na ktorom sa stretli desiatky členov JDS z oboch okresov.

Predseda KSK Rastislav Trnka spolu s predsedom KO JDS Košice Jánom Butalom odovzdali vyznamenania JDS 1. a 2. stupňa seniorom z okresov Košice-mesto a Košice-okolie. Ocenenia boli prejavom uznania za dlhoročnú prácu, aktívne pôsobenie v základných organizáciách a za podporu komunitného života seniorov.

Po oficiálnom udeľovaní vyznamenaní nasledovalo slávnostné podakovanie všetkým predsedom a predsedníčkam základných organizácií JDS. Osobitné ocene-

nie získali predsedníčka OO JDS Košice-mesto pani Rychtáriková a predsedníčka OO JDS Košice-okolie pani Kažimírová, ktoré boli vyzdvihnuté za svoju aktívnu činnosť a starostlivosť o členov.

Podakovanie za dlhodobú podporu seniorovského hnutia si prevzali aj Rastislav Trnka a Ján Butala. Oboch ocenili za spoluprácu a za to, že dlhodo-

vytvárajú priestor pre aktivity seniorov v Košickom kraji.

Program podujatia obohatili deti z folklórneho súboru Hanička a umelecké vystúpenie folklórneho súboru Železiar, ktoré dodali podujatiu slávnostný a kultúrny bohatý charakter. Prítomní ocenili ich energiu, spontánnosť a profesionálne prevedenie programu.



Súčasťou podujatia boli aj darčeky, pohostenie a občerstvenie pripravované organizátormi. Vo foyer mali seniori možnosť využiť rôzne zdravotné a skrášľovacie procedúry, ktoré výrazne prispeli k príjemnej atmosfére celého popoludnia.

Podujatie sa nieslo v duchu úcty a spolupatričnosti a bolo dôstojným pripomenutím významu Mesiaca úcty k starším v Košickom kraji.

text: J. Rohár, foto: Ján Butala a Bernadeta Kandráčová Kažimírova



Letné aktivity JDS v Horných Orešanoch

Leto prinieslo členom MO JDS Horné Orešany sériu podujatí, ktoré spojili komunitu, tradície aj spoznávanie krás Trnavského kraja. Každá akcia mala svoju osobitnú atmosféru a ukázala, že seniorská komunita v Horných Orešanoch žije aktívnym a pestrým životom.

Jánsky oheň – začiatok leta v duchu tradícií

Symbolické otvorenie leta patrilo jánskemu ohňu. Členovia sa stretli pri spoločnom posedení, kde nechýbalo opekanie, dobrá nálada ani vôňa leta, ktorá k podvečeriu pri ohni neodmysliteľne patrí. Milá atmosféra sa niesla až do zotmenia a pripomenula,

že takéto komunitné stretnutia majú stále svoje čaro.

Výlet na Katarínku – história ukrytá v lese

Turistická vychádzka na Katarínku umožnila účastníkom nielen stráviť deň v prírode, ale aj dotknúť sa živej histórie. Ruiny františkánskeho kláštora pôsobia majestátne a dobrovoľníci projektu Katarínka svojou starostlivosťou dodávajú miestu zvláštnu atmosféru. Seniory ocenili nielen samotnú lokalitu, ale aj pohyb v krásnom prostredí Malých Karpát.

Vôňa gulášu a priateľská súťaživosť

Začiatok augusta patril tradičnej súťaži vo varení hovädzieho gulášu

v areáli TJ Iskra. Podujatie spojilo viacero organizácií a prinieslo deň plný vôní, ochutnávania a priateľskej konkurencie. Aj keď tímov bolo trinásť, víťazom sa stal každý, kto priložil ruku k dielu – či už pri varení, servírovaní alebo organizovaní.

Objavovanie Rakúska s OO JDS Trnava

Jednodňový zájazd do Rakúska bol pre účastníkov skvelou možnosťou spoznať zaujímavé miesta za hranicami regiónu. Zámok Laxenburg, podzemné jazero Seegrotte či čokoládovňa Hanswirth ponúkli pestrú kombináciu kultúry, histórie aj sladkého zážitku. Účastníci hodnotili výlet ako mimoriadne podarený.





Jesenná turistika – Jaskyňa Driny

Na prelome sezóny sa členovia vybrali aj na Jaskyňu Driny, jedinou sprístupnenú jaskyňu na západnom Slovensku. Prehliadka sintrových stien, záclon či jazierok bola nielen zážitkom, ale aj pripomenutím, že krásy máme často doslova „za domom“. Veľká vďaka patríla sprievodcom z miestnej komunity.

Spracované podľa textu T. Malackej a výboru MO JDS Horné Orešany.

Komentár redakcie

Aktivity MO JDS Horné Orešany sú už dlhodobo príkladom toho, ako môže vyzerat živá, spolupracujúca a nadšená seniorská komunita. Výbor i členovia dokázali pripraviť pestrý program, ktorý prepája tradície, pohyb, kultúru aj dobrovoľníctvo.

Takéto podujatia nie sú len o kalendári akcií – sú o spolupatričnosti, energii a ochote robiť veci pre druhých.

Redakcia týmto ďakuje všetkým organizátorom a dobrovoľníkom, ktorí sa svojou prácou starajú o to, aby bol život seniorov v Trnavskom kraji bohatý, aktívny a radostný.

Brigáda na cintoríne a pri Dome smútku

Melanchólia – kráľovná jesennej nálady. Pre niekoho príťažlivá, pre iného príliš citlivá, no vždy neoddeliteľne spätá s atmosférou cintorínov a Domu smútku. Pestrofarebné opadané lístie, pietne ticho a na miernom návrší stojaci objekt poslednej rozlúčky vytvárajú obraz, ktorý v tomto období dotvára osobitú náladu.

Členovia ZO JDS Belá-Dulice sa pravidelne zúčastňujú jesenných brigád na cintorínoch a pri Dome smútku – a inak tomu nebolo ani tentokrát. Dňa 21. októbra 2025 sa opäť zišli na týchto miestach, aby ich spoločne upratali a pripravili na dušičkové obdobie. Práca išla všetkým od ruky a pohľad na vyčistený objekt aj jeho okolie naplnil účasť

níkov dobrým pocitom z užitočne stráveného dopoludnia.

Spoločné úsilie pre dôstojné a udržiavané miesto

Cintoríny sú špecifickým verejným priestorom – miestom hlbokých emócií, duchovnej skúsenosti a rozjímania. Aj preto členom ZO JDS záleží na tom, aby boli tieto priestory upravené, čisté a dôstojné. Kým časť dobrovoľníkov z JDS sa venovala úprave Domu smútku, pracovníci obecného úradu hrabali a odvážali lístie z cintorína. Spolupráca tak bola plynulá a efektívna.

Osobitne treba vyzdvihnúť obrovskú usilovnosť, s akou sa všetci pustili do práce na tak veľkej a členitej ploche – s chuťou, dobrou náladou a úctou k miestu, ktoré si zaslúži starostlivosť.



text: Jana Matejčíková,
foto: Zuzana Makošová

V KRAJINE SLOVA

Čakanie

Ludmila Moleková

Celý deň sedí starká na posteli, nespustí oči z bielych dverí. Sedí a čaká...

Keď príde ku nej sestrička, stále tá istá otázka sa jej natíska. „Nepriđu? Nevolali moje deti?“ Potichu vdychne: „Viem, nemajú čas, im čas rýchlo letí.“

Spomienky sa ako film premieňajú v hlave, boli dni radostné i dni boľavé. S manželom kráčali životom svorne, prežili časy šťastné i tie nepokojné.

Potom prišla tá smutná nedeľa. Len stručná správa: „Prišli ste o manžela.“ Nad hrobom stála mladá vdova a štyri deti dookola.

Neboli ľahké jej ďalšie kroky, najmladší Jurko mal len tri roky. Na slzy a smútok nebol čas, ak chcela vidieť svoje deti šťastne rásť.

Skončili školu, odišli z domu, majú svoje rodiny, domy i pekné autá k tomu. Netreba viac pohľadene a staršinu lásku, vnúčatá videla iba na obrázku.

Dni ubiehajú. Prešla Veľká Noc, prešli Vianoce a starká čaká... Kedy jej na dvere niekto zaklope?

A zase otázka. „Deti nepriđu, nevolali? Ale prečo? Vari sme ich zle vypochovali?“ Nechápe starká, že dnes sa to stáva, na prvom mieste sú peniaze, kariéra a sláva.

Celý deň sedí starká na posteli, nespustí oči z bielych dverí. Sedí a čaká...

Operácia

Eleonóra Nováková

Diagnostikovali mi herniu, teda pruh. Čakala ma operácia. Opanťal ma strach. Okolie ma povzbudzovalo slovami: „Operácia pruhu je taká maličkosť, že ju môže operovať aj vrátnik“. Keď som išla na prijatie do nemocnice, spomalila som pri vrátnici a pozorovala som vrátnika. Nevyzeral na to, že by vedel operovať herniu. Kto takú hlúposť šíri medzi národom? Ocitla som sa v najväčšej a najmodernejšej bratislavskej nemocnici v niekdajšom Uhorsku, ak by bol rok 1864. Píše sa však rok 2025. A za tých 161 rokov všetko postupne doslúžilo.

Prijatie do nemocnice bolo chaotické. Vraj nemajú dosť lôžok a nevedia kam ma dajú na ktoré oddelenie. Sama som si držala palce, aby som sa nedostala na psychiatriu. To by som známym ťažko vysvetľovala, že som tam s pruhom. Sestrička mi kázala sadnúť si na lavičku a čakať. Nakoniec sa stal zázrak. Dostala som sa na chirurgiu do izby s dvomi babkami. Jedna bola nevidiaca, druhá mala Alzheimerovú chorobu. Obidve boli ležiace pacientky, nepohyblivé. Nuž čo, seniorka k seniorkám. Užila som si s nimi dosť „zábavy“. Pani s Alzheimerom stále vykrikovala, vzdychala, a ak na chvíľu zaspala, chrápala. Druhá babka stále telefonovala nahlas s rodinou, no nepočula dobre a telefón jej v jednom kuse padal a vyzváňal. Nevedela ho nájsť a potom hovor nevedela prijať... Babke som pomáhala striedavo so sestričkou.

V tejto nelichotivej situácii sa ku mne priblížil akýsi počerný cudzinec. Vraj on je môj anesteziológ a prišiel zisťovať detaily o mojom zdravotnom stave. Spýtal sa: „Môžete mi povedať, či ste na niečo alergická?“ Služne mu odpovedám, že nie, iba na slnko.

A to som si teda zavarila. Doktor cudzinec zbystril zrak a spýtal sa ako teda existujem, keď je leto. Hovorím, že sa natieram krémom a skrývam sa pred slnkom. Ako sa vraj môžem kryť pred teplom? Hovorím, že mám alergiu na slnko, nie na teplo. Vraj to ešte to nepočul, nech mu o tej teplej alergii porozprávam. Chcela som mu ušetriť čas, tak hovorím, že to nie je dôležité, že pri operácii nebude na mňa svietiť slnko. Doktor cudzinec trval na tom, že alergické teplo mi môže uškodiť a on musí zistiť, ako sa to prejavuje. Lutovala som, že som nedržala jazyk za zubami. Po pol hodine sme vážnu diskusiu o alergii na slnko ukončili.

Na druhý deň ma čakala ráno operácia. Mojim babkám na izbe to bolo jedno, tak som si aspoň zakývala s pani upratovačkou, ktorá na sekundu prestala umývať dlážku a zamávala mi. Výťahom ma odviezli na iné poschodie do operačnej sály.

Potom si už na nič nepamätám. Po operácii sa prebúdzam z narkózy. Zahmlene počujem: „Elenka“, „Elenka“, vstávaj. Inteligentne v podvedomí som vedela, že nie som Elenka, a tak som odpovedala so zavretými očami, že nie, nie.. a on ale áno Elenka. Znovu som sa zmobilizovala a preriekla som, že nie som Elenka. „Ale si Elenka,“ hádal sa so mnou zanovitý lekár. Z posledných síl som vykrikla: „Ja som Norika“ a on na to, že to je jedno Norika, či Elenka. Takto rozčúlená som bojovala o svoju identitu. Na štvrtý deň ma prepustili. Konečne idem domov oznámila som mojim chlapom. Manžel a syn sa vzájomne nedohodli, a tak vyrazili do nemocnice pre mňa každý svojim autom. So mňa sa stala na chvíľku panička, pre ktorú sa chodí s dvomi autami.

Konečne som bola doma. Čakalo ma 5 týždňov rekonvalescencie.

Krajská prehliadka v umeleckom prednese

Členka ZO JDS v Rovinke Mgr. Eleonóra Nováková sa 26. júna zúčastnila v Bratislave Krajskej prehliadky v umeleckom prednese poézie, prózy a vlastnej tvorby. Odniesla si z nej účastnícky diplom za prednes vlastnej tvorby. Norika, ktorá je vyštudovaná knihovníčka, na prehliadke vystúpila s vlastnou tvorbou, ktorej dala názov Operácia. V limíte piatich minút prerozprávala vlastnú skúsenosť z nemocničného prostredia. Priznala sa, že práve časový limit jej spôsobil „ťažkú hlavu“, lebo musela príspevok skrátiť. Porote a prítomných sa aj tak páčil.

Deviaty ročník krajskej prehliadky organizovala JDS, Krajská organizácia Bratislava.

Na prehliadke ju podporoval manžel.

| Jarmila Horáková

Blížia sa Vianoce



Milí členovia JDS, drahí priatelia a čitatelia časopisu Tretí vek.

„Velebí moja duša Pána a môj duch jasá v Bohu, mojom Spasiteľovi.“ (Lk 1, 46 – 47)

V dnešnom čase, ktorý je naplnený strachom, bezradnosťou a ťažobou v srdci, v ktorom sa mnohé ničí a rozbíja vo vojne, žiari Máriino zvelebovanie ako jasná hviezda nad chaosom a nepokojom tohto sveta. „Velebí moja duša Pána“ – tento magnifikát nie je piesňou bezstarostných, ale modlitbou ženy, ktorá v neistote a ohrození vkladá svoju dôveru v Boha. Mária neoslavuje Boha pretože všetkému rozumie, ale preto, že verí a dúfa. Spieva, hoci noc je tmavá a takto premieňa temnotu na svetlo.

Aj náš svet je plný napätia. Vojna na Ukrajine naďalej pokračuje, nespočetné rodiny smútia a mno-

ho ľudí túži po miery a lepšej budúcnosti. Na Blízkom východe vidíme denne obrazy násillia, hladu a núdze – v Gaze, v Libanone, v Sýrii a Iraku. A predsa nad týmto všetkým utrpením znie Máriin hlas, ktorá oslavuje Pána a Boha, ktorý: „povýšil ponížených a hladných nakrmil dobrotami.“ (Lk 1, 52b-53a) Táto dôvera Bohu nie je útekom z tohto sveta, ale pozvaním hladieť na všetko očami viery. Tým pohľadom, ktorý aj v utrpení rozpoznáva stopy Božej lásky.

Sviatky Vianoc nám pripomínajú, že Boh svojim zostúpením k nám na zem sa rozhodol pre cestu pokory. Neprišiel k silným, ale slabým, nie do palácov, ale do maštale. Svätý Gregor Naziánsky hovorí: „Stal sa chudobným kvôli nám, aby sme sa skrze jeho chudobu stali bohatými. Ujíma sa nízkych a maličkých, aby im daroval povýšenie.“ V tomto božskom ponížení je ten najväčší zázrak: Boh sa stal človekom, aby v každej temnote zapálil svetlo, svetlo ktoré sa chce ďalej rozdávať od srdca k srdcu.

Hoci sa jubilejný rok 2025 čoskoro skončí, predsa ako kresťania sme povolaní byť naďalej svedkami nádeje. Nesmieme padnúť do znechuteného postoja beznádeje, ale máme posilňovaní vierou vstať, utešovať, povzbudzovať a pomáhať. Práve v ťažkých časoch sa ukazuje, či nás naša viera nesie, či nám pomáha vidieť svet a blížnych očami lásky.

Ľudia od nás očakávajú nádeje. Chcú našu blízkosť, ktorú môžu za-

žiť skrze skutky lásky, ktoré sú viditeľným znakom našej viery a vďačnosti. Veď nám bolo mnohé dané: mier, sloboda, dostatok. Nemôžeme vyliečiť všetky rany, ale môžeme zabrániť tomu, aby sa ľudia cítili zabudnutí. Každý dar, každá modlitba, každé gesto súcitu je tichým stretnutím sa s dobrom, ktoré ako dieťa leží v jasličkách. Začína pokorne a predsa môže meniť svet.

Svätý Bazil Veľký nám pripomína: „To, čo máš v komore patrí hladujúcim. To čo si uschovávaš patrí nahým. Peniaze čo zakopávaš patria núdzným.“ Tieto slová nie sú moralistickou výzvou, ale pozvaním sa v živote deliť, pozvaním k láske, ktorá skrze vďačnosť rastie a ktorá neprehlíada núdzu blížneho.

Preto vás prosím, urobme tieto Vianoce znova sviatkami činnej lásky. Budme poslami nádeje, darujme radosť a budujme spoločenstvo a jednotu. Nechajme sa nadchnúť Máriou, ktorá oslavuje Boha aj v strede temnoty noci. Nechajme sa pohnúť dieťaťom, ktoré v svojej slabosti nesie celý svet. On, ktorý sa urobil malým chce s nami a cez nás, skrze malé skutky lásky urobiť veľké veci.

V modlitbách za vás všetkých vám želim a vyprosujem požehnané sviatky Narodenia nášho Pána Boha a Spasiteľa Ježiša Krista.

vладыка Jonáš Maxim
prešovský arcibiskup
metropolita Gréckokatolíckej
cirkvi sui iuris na Slovensku



XII. ROČNÍK CELOSLOVENSKEJ PREHLIADKY RUČNÝCH PRÁČ SENIOROV - ZLATÉ RUKY

