

3 vek

Ročník XXVI. ► December 2021 ► www.jds.sk

*Hľa - v zimnej krajine
rozmarné slnko nôti -
Iskria sa v snehu, iskria
zamrznuté noty...*

OBSAH

NA AKTUÁLNU TÉMU

NÁŠ ROZHOVOR

Z ČINNOSTI JDS

RADÍME VÁM

LITERÁRNA PRÍLOHA

KRÍŽOVKA

Pod'akovanie

Redakcia časopisu 3. vek ďakuje všetkým svojim dopisovateľom za množstvo podnetných článkov aj reportážnych fotografií a predsedom krajských i okresných organizácií JDS za distribúciu časopisu do každej ZO JDS.

► redakcia

December



Milé naše čitateľky, čitatelia,

rozmyšľam, kedy sa Vám dostane do rúk toto naše decembrové číslo. Veľmi si prajem, aby to bolo čím skôr – ešte v čase, keď nás viac či menej bude objímať vianočná alebo silvestrovská pohoda. Áno, vadí mi, že je do istej miery iná, ako sme boli roky zvyknutí.

Ale na druhej strane, možno si omnoho viac dokážeme uvedomovať, koľko je v nás túžby a hlavne sily pretrpieť skúšky, nepoddávať sa len chmúrnym predstavám. Hľadáme v sebe čím viac pozitívnych iskierok a rozdáujeme ich v našom okolí!

S takýmto zámerom či posolstvom sme pripravovali decembrové číslo. Snažili sme sa vložiť doň popri každodenných témach aj voňavú spomienkovú atmosféru Vianoc. Nenadarmo ich tradícia pretrváva celé storočia. Naš svet, ale aj budúcnosť našich detí a vnúčeniec potrebuje perspektívu lásky, porozumenia a plnohodnotného života. Ak preto robíme denne hoci len malé kroky – každý z nich sa počíta. Každý je naozaj potrebný.

Zo srdca Vám prajem, priatelia, veľa dobra, krásy a porozumenia na každý nový deň.

Mgr. Dobroslava Luknárová

PRIPRAVUJEME:

- Spracovanie žiadostí o dotácie na tradičné celoslovenské podujatia
- Sumarizáciu štatistiky o členskej základni JDS, uzávierku hospodárenia za rok 2021
- Pravidelné rokovanie Predsedníctva JDS – január 2021
- Stanovami predpísané dokumenty na rokovanie Republikovej rady a XII. snemu JDS
- Návrh na inováciu a aktualizáciu Stanov JDS a Smernice o hospodárení v JDS

Vydáva: Ústredie Jednoty dôchodcov na Slovensku.

Redakčná rada: PhDr. Alojz Luknár, Valéria Pokorná, Ing. Augustín Ukropec, Mgr. Dobroslava Luknárová.

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

Tlač: Bittner print s.r.o. Bratislava **Rozširuje:** JDS poštou a vlastnou distribúciou. **Nepredajné.** EV 644/08 ISSN 1336-0833. **Periodicita vydávania:** 4x ročne. **Sídlo vydavateľa:** Výchonská 1, 831 06 Bratislava. **IČO vydavateľa:** 00897019. Číslo 4/2021



Milí priatelia, milí moji seniori!



Vianoce - najkrajšie dni roka, magické obdobie našich tradícií. Ja s rodinou ich od detstva až po súčasnosť milujeme. Viem, žijeme náročné dni, no nepodľahneme v tomto "čase nečase" chmúrnym myšlienkam. Zaspomínajme si radšej na milé chvíle a urobme si v sebe krásno a milotu. Nech ich máme na rozdávanie! Tak, ako sme to robili my, v práci v hlásateľni.

Milí seniori, som už jedna z Vás. Poznáam mnohé Vaše želania aj z rozhovorov, keď sme sa stretli na jednej Celoslovenskej prehliadke. Boli vtedy veľmi srdečné a spontánne. Z literárnej tvorby seniorov, členov JDS, ako si ju práve čítam v zborníku, dýcha na mňa hlboké vyznanie - originálne, plné harmónie, lásky, nádeje i nostalgie. Je v nej obdiv k hodnotám i prejav vážnosti pandemickej doby. V týchto dňoch je naozaj dôležitá hlavne trpezlivosť - ako s úsmevom povedal Ján Weirich: „Duša má štyridsať, i keď si ju človek zachová v srdci, nezachová si ju však v kolenách“. A tak je to s nami - v sviatočné i všedné dni.

Moje Vianoce boli od detstva kresťanské - plné tradícií, potom pracovné - v hlásateľni, ale spoznala som aj exotické Sviatky, zaliate

slnkom na Kube spoločne s manželom.

Prežila som s Vami, moji milí, devätnásť televíznych Štedrých večerov. Bolo to náročné, lebo doma sme ich mali už popoludní a darčeky až večer po službe. Ale atmosféra v televízii bývala úžasná! Počas Vianočného televízneho večera som bola hostiteľkou a súčasne hosťkou vo Vašich domovoch, ale aj spoločnosťou pre tých, ktorí boli na sviatky sami. Mnohí mali rodinu ďaleko, deti v zahraničí, alebo boli pripútaní na lôžko, a tak naše slová boli milým príhovorom pre každého.

Vianoce majú pre mňa podmanivú atmosféru - nie sú len o darčekom hmotných, ale aj citových. S nostalgiou spomínam na zvyky - ako sme opatrne hádzali orechy do kútov, na oblátky s medom a krížik na čelo, krájanie jablka pre hviezdu - symbol zdravia. Kapor u nás znamenal podkovičky - symbol šťastia. Mojou srdcovkou v hlásateľni býval Druhý sviatok vianočný - na Štefana. Zábava, pesničky, pôvodná tvorba slovenských klasikov. Mohli sme gratulovať z obrazovky všetkým Števkom, Piťom, Pišťom, Štefkám. Moja babička bola Štefánia, hovorili sme jej Efi, vždy vraj slzila, keď som jej vinšovala: „Smiech aj slzy musia byť!“

Sviatky na pláži? Skutočná exotika: Karibské more, chuťovky kreolskej kuchyne, vynikajúce ryby a celkom iné zvyky. Malé stromčeky v záhradách mali rôzne farby - bielu, ružovú, bledomodrú a ozdoby na nich - veľmi zaujímavé, výrazne farebné. Keď som sa domácich pýtala, čo

bude so stromčekmi ďalej, zasmiali sa a povedali: „Zasadíme nové, tu dáš drevo do zeme a zazelená sa.“ V španielsky hovoriacich krajinách je dňom darov sviatok Troch kráľov. Vtedy v Španielsku z alegorických vozov hádzu cukríky a deti ich s radosťou zbierajú. Na Kube vyrábajú zruční muži drevené rozprávkové figúrky - farebne ich ozdobia a naplnia cukríkmi. Potom ich zavesia na stromy v parku, kde prídu netrpezlivé pozvané deti. Na spodnej časti figúrky sú stužky a špagátik - stačí potiahnuť - a už sa sype dážď cukríkov. Očká detí žiaria šťastím. Veľmi sa mi tento rituál páčil.

Milí priatelia! Prežili sme veľa chvíľ krásnych, vážnych, náročných. Máme skúsenosti na rozdávanie. Práve ony nás robia odvážnymi a vzácnymi. Nie je to o veku, ale o pohode v srdci. Aj teraz nás nad vodou drží láska a múdrosť - bez nich bolí duša a bez zdravia všetko. Urobme okolo seba pohodu! Viem, v mnohých rodinách bude aj smutno, poznám tie pocity. Po dvoch stratách som pracovala na Štedrý večer a musela som byť nechať za dverami hlásateľne.

Navodiť sviatočnú a prajnú atmosféru veru, nebýva vždy ľahké.

Milí priatelia, seniori, už druhé Vianoce a príchod nového roka sú iné, ako doteraz. Ale prežijeme ich, lebo

život je stále náš. Nech

sa kus ľudskosti a spolupatričnosti nielen na Vianoce prenáša až k vám. Verím, že nám Anjeli stráži už naozaj pošlú za plnú náruč zdravia, radosti, šťastia. Pokory aj noblesy. Nádej aj výdrž. Želám Vám pokojné sviatky a vstup do nového roka správnou nohou.

Vaša Nora Beňáková



Chceme seniorom čo najviac pomôcť, ale aj s nimi spolupracovať na ochrane ich zdravia

Takmer 58 % obyvateľov Slovenska je poistených vo Všeobecnej zdravotnej poisťovni, a. s. Je zdravotnou poisťovňou s najdlhšou tradíciou na Slovensku a na poskytovanie zdravotnej starostlivosti pre svojich klientov má k dispozícii najväčší objem finančných prostriedkov. Od r. 1998 je členom Medzinárod-

nej asociácie zdravotných a vzájomných poisťovní – Association Internationale de la Mutualité (AIM) so sídlom v Bruseli. Nakoľko má širokú sieť pobočiek po celom Slovensku, využili sme možnosť pohovoriť si predsedom predstavenstva a generálnym riaditeľom VŠZP Ing. Richardom Strapkom.



Red.: Pán generálny riaditeľ, ste v čele zdravotnej poisťovne prakticky od vypuknutia pandémie. Ako hodnotíte celú situáciu?

Ing. R. Strapko: Teším sa zo spolupráce s Jednotou dôchodcov na Slovensku. Vážim si aktivity, ktoré pre seniorov organizujete a ako sa vzájomne podporujete v aktívnom prežívaní seniorského veku. Našou povinnosťou vo VŠZP, ale je to aj úloha celej našej spoločnosti, chrániť seniorov a pomáhať im. Zaslúžia si našu úctu a pomoc. Či už ide o našich rodičov alebo starých rodičov, vždy my, vekovo mladší, čerpáme od starších vedomosti, skúsenosti, ale aj lásku, pochopenie a podporu. Medzigeneračná solidarita pre mňa znamená skutočnú pomoc. O to by sa mal usilovať každý z nás po celý život. Koniec koncov, aj my budeme raz seniori a budeme chcieť, aby sa na nás spoločnosť pozerala s rešpektom.

O to viac sa teším zo spolupráce s Jednotou dôchodcov na Slovensku, vďaka ktorej môžeme ponúkať skoro stotisícim vašich členov využívanie našich nadštandardných služieb, najmä viac ako 2500 zliav a výhod.

Slovensko je v súčasnosti v ťažkej situácii v oblasti zdravia. Každý deň je počet nakazených vírusom COVID-19 vysoký a žiaľ, predčasne hasne život desiatkam ľudí. Naši zdravotníci dennodenne vynakladajú maximálne

úsilie na to, aby zachránili čo najväčší počet pacientov. Videl som to počas mojich návštev nemocníc v rámci pracovných ciest. Vy, seniori ste, bohužiaľ najohrozenejšou skupinou, a preto je našou úlohou všemožne vám pomáhať. A to nielen počas liečby, ale aj pri prevencii.

Z toho dôvodu ponúkame spoločné diskusie o zdraví v spolupráci s našimi koordinátormi, ktorí seniorom fundovane poradia v oblasti prevencie. Oboznámia ich s pripravovanými novinkami pre poistencov, o možnosti našej pomoci na základe doporučenia lekárom. Seniorom pomôžu aj pri aktivácii mobilnej aplikácie, ktorá umožňuje využívať **hodnotné benefity z „Peňaženky zdravia“**. V rámci spolupráce bude môcť vedenie JDS posilať svojim členom naše odborné a náučné e-booky, videá, webináre a články na aktuálne témy o zdraví.

Za VŠZP môžem zodpovedne po-

vedať, že robíme a budeme robiť všetko preto, aby sme vás, seniorov, v tejto mimoriadne ťažkej dobe podržali. Veľmi si prajem, aby sme predišli kolapsu nemocníc a zbytočným úmrtiam vďaka zodpovednému prístupu. Očkovaním chránime nielen seba a svojich blízkych, ale pomôžeme takto spoločne odbremeniť naše nemocnice a ušetriť náklady na starostlivosť o pacientov s covidom. Nech je možné postarať sa aj o iných pacientov, s inými vážnymi diagnózami.

Red.: Je mobilná aplikácia VŠZP koncipovaná tak, aby bola pre seniorov použiteľná jednoducho a zrozumiteľne?

Ing. R. Strapko: Starostlivosť o zdravie vyžaduje, hlavne vo vyššom veku, veľa času i energie. Formuláre, potvrdenia, preventívne prehliadky, recepty a termíny – poznáme to všetci. Väčšinu týchto úkonov je však dnes už možné výrazne zjednodušiť, a to vďaka moderným technológiám. A vek nemusí byť prekážkou! Seniori si starostlivosť o svoje zdravie môžu pohodlne riadiť cez svoj mobilný telefón. Nech sú kdekoľvek. Ak by aj nastala akákoľvek potreba pomôcť, naši vyškolení klientski pracovníci v pobočkách po celom Slovensku vedú v takýchto prípadoch poradiť a pomôcť.

Red.: Čo všetko sa dá nájsť v mobilnej aplikácii VŠZP?

Ing. R. Strapko: Nájdete tam svoj preukaz poistenca i Covid preukaz EÚ, a tak vás nezaskočí situ-



ácia, že ich práve nemáte fyzicky so sebou. Bude v nej zoznam nevybratých elektronických receptov, ale aj informácia, či ku konkrétnemu predpísanému lieku existujú aj lacnejšie alternatívy s rovnakou účinnou látkou. V aplikácii sa nájdú informácie o nároku na preventívne prehliadky a dátum absolvovania tej poslednej. V prípade, že bezodkladne potrebujete lekára, mobilná aplikácia vás nasmeruje do najbližšej ambulancie, pohotovosti či lekárne v okolí. Nachádzajú sa v nej kontaktné údaje poskytovateľov zdravotnej starostlivosti spolu s ordináčnymi hodinami. V neposlednom rade v nej môžete riadiť svoju Peňaženku zdravia, teda výber benefitov a tiež podávať žiadosť o finančný príspevok na ich uplatnenie.

Red.: Ale čo samotná inštalácia aplikácie? Nebude zložitá?

Ing. R. Strapko: S inštaláciou a registráciou aplikácie určite radi pomôžu seniorom deti alebo vnúčatá. Zaberie len pár minút a dá sa zvládnuť odkiaľkoľvek. Moderná technológia sa postará o to, že k aktivácii postačí občiansky preukaz a tvár objednávateľa. Áno, systém vás rozpozná a overí vašu totožnosť na diaľku, teda netreba nikam chodiť.

Red.: Spomínali ste aj Peňaženku zdravia? Aké benefity ňou možno získať?

Ing. R. Strapko: Všetci seniori môžu ako jednotlivci využiť v Peňaženke zdravia MINI až 60 € ročne na zubný benefit a ako členovia skupiny v Peňaženke zdravia MAXI až 4 x 30 € ročne na zachovnú a chirurgickú stomatológiu, dentálnu hygienu či anestéziu. Od 1.1. 2022 sa zubný balíček VŠZP rozširuje o RTG vyšetrenia, zubné výplne, korunky či mostíky a poistenci môžu čerpať svoj príspevok 120 € aj jednorazovo, bez ohľadu na počet návštev u zubára či výkonov. Poistovňa v tomto smere prináša viac

výhod aj pre seniorov, ktorí si môžu uplatniť finančný príspevok od 1.1. 2022 aj na opravu snímateľnej náhrady. V Peňaženke zdravia MAXI môžu získať aj príspevok na okuliarové šošovky pri výške dioptrií nad +6 /-8 až do výšky 100 €.

Red.: Lenže získanie týchto benefitov ste podmienili absolvovaním preventívnych prehliadok. Prečo?

Ing. R. Strapko: Prevenciu už dlhodobo venujeme obrovskú pozornosť. Ak by sme totiž chodili pravidelne na preventívne prehliadky, zabránili by sme približne 11 tisícom zbytočných úmrtí. Aktuálne preto ponúkame najviac preventívnych vyšetrení zameraných na sledovanie ovplyvniteľných rizikových faktorov onkologických, kardiovaskulárnych a iných ochorení. Áno, **odmenou za zodpovedný prístup k svojmu zdraviu sú benefity v Peňaženke zdravia.** Poistenci, ktorí chodia pravidelne na preventívku ku všeobecnému lekárovi, gynekológovi a urológovi, môžu získať až 800 € ročne na zuby, lieky, laserovú operáciu očí a ďalšiu starostlivosť o svoje zdravie a zdravie svojich blízkych, za ktorú by si inak museli priplatiť. Benefity sú určite príjemným bonusom, no základom je kvalitná zdravotná starostlivosť. Nových klientov chceme získavať a existujúcich udržať vďaka kvalitnému servisu, službám a čoraz lepšiemu manažmentu pacienta.

Red.: A to sa vám darí. Svedčí o tom aj historický najpočetnejší príchod nových poistencov, o ktorých sa budete starať od nového roka.

Ing. R. Strapko: Som šťastný a úprimne hrdý, že už od budúceho roka sa o kvalite našich služieb presvedčí viac ako 54-tisíc nových poistencov. Prijali sme nielen najvyšší počet prihlášok v histórii našej poisťovne, ale zaznamenali sme aj najvyššie saldo od roku 2013, takmer + 9000, najnižší počet odídených poistencov od roku 2017 a až o 30 % menej odchodov ako vlani. Tento skvelý výsledok štátnej poisťov-

ne v silnom konkurenčnom prostredí nie je náhoda, ale dôsledok dobre nastavenej stratégie a tvrdej práce všetkých mojich kolegov, ktorým patrí moje srdečné poďakovanie.

Red.: Dá sa špecifikovať, čo z vás robí silného a spoľahlivého partnera pre takmer 3 milióny poistencov?

Ing. R. Strapko: Naším najdôležitejším poslaním je zabezpečiť dostupnosť zdravotnej starostlivosti, špecialistov v každom regióne. A to sa nám darí. Máme zazmluvnených najviac poskytovateľov zdravotnej starostlivosti, spomedzi všetkých poisťovní vynakladáme najviac finančných prostriedkov na jedného poistenca. Z roka na rok investujeme stále viac do inovatívnej liečby najmä onkologických pacientov, staráme sa o väčšinu diabetikov a takmer o všetkých hemofilikov – teda o pacientov z tých najnákladnejších liečebných skupín. Pre našich poistencov sme za každých okolností stabilným partnerom, ktorý zabezpečuje kvalitnú zdravotnú starostlivosť vtedy, keď ide skutočne o život, a to aj v prípade mimoriadne vážnych diagnóz. Skvalitnili sme však aj existujúce služby, priniesli nové produkty a celkovo poisťovňu naprieč modernizujeme.

Red.: Vidno, že má Všeobecná zdravotná poisťovňa pred sebou jasné ciele. Nás, seniorov, skutočne v súčasnej dobe trápi veľa otázok aj problémov vo vzťahu k zdravotnej starostlivosti. Preto si budeme veľmi priať, aby sa vám darilo uvedené ciele aj čím skôr a čím lepšie naplňovať. Ďakujeme Vám, pán generálny riaditeľ, za rozhovor a prajeme Vám vo Vašej zodpovednej práci veľa úspechov.

Ing. R. Strapko: A mne dovoľte, nakoľko je december, priať zo srdca všetkým seniorom, všetkým vašim čitateľom do nastupujúceho roku 2022 predovšetkým zdravie, osobnú pohodu a čím viac vzájomného spoločenského porozumenia.

► Foto: Peter Regec

Blahoželenie k storočnici



Nedávno, 12. 11. 2021 sa dožil 100 rokov pravdepodobne posledný žijúci veliteľ roty, ktorý bojoval v karpatsko - duklianskej operácii pod velením Ludvíka Svobodu, **kapitán vo výslužbe Ing. Štefan Šteflovíč**, člen Klubu vojenských veteránov Trenčín, člen Zväzu protifašistických bojovníkov a ďalších spoločenských organizácií v našom meste.

Pri tejto príležitosti na návrh výboru Klubu vojenskej histórie protifašistického odboja, pôsobiaceho pri Posádkovom klube Trenčín, prezidentka SR Zuzana Čaputová 12. nov. 2021 v priestoroch DSS na Lavičkovej ul. v Trenčíne osobne odovzdala jubilantovi štátne vyzna-

menanie „**Rad Ľudovíta Štúra II. triedy**“. V 30-ročnej histórii klubov sa takejto pocty dostalo iba jemu jedinému.

Aktu odovzdávania štátneho vyznamenania sa mohli z dôvodu prísneho protokolu zúčastniť iba rodinní príslušníci oceneného, niektorí klienti a zamestnanci domova a pracovníci Úradu prezidentky SR, vrátane tlačového oddelenia. Je škoda, že aktu nemohli zúčastniť aj zástupcovia Mesta Trenčín a klubov. Možno, pri neformálnych rozhovoroch mohol vzniknúť priestor na obojstranné informovanie sa o živote a požiadavkách dôchodcov a možnostiach ich presadzovania do aktuálneho života na Slovensku.

V popoludňajších hodinách v priestoroch Posádkového klubu jeho vedúca Mgr. Mária Huszlicsková a výbor Klubu vojenskej histórie protifašistického odboja za prítomnosti pozvaných hostí pripravili pri príležitosti tohto vzácneho životného jubilea kpt. v. v. Ing. Š. Šteflovíča slávnostné stretnutie. Na ňom zástupcovia MO SR – Sekcie ľudských zdrojov, vedení jej gen. riaditeľom JUDr. Martinom Jakálom, prečítali Rozkaz MO SR, ktorým bola oslávencovi udelená **Medaila MO SR 1. stupňa - zlatá** a odovzdali mu aj darčekový kôš. Podobne NŠ PS OS SR plk. Ing. Roland Bartakovics, MSS, odovzdal

jubilantovi **Pamätný kríž NGŠ 1. stupňa - zlatý**, ktorý mu udelil NGŠ OS SR. Oslávencovi zaželal veľa zdravia do ďalších rokov života. Primátor Mesta Trenčín Mgr. Richard Rybníček odovzdal oslávencovi vecný dar a požiadal ho o zápis do Kroniky mesta.

Jubilantovi gratulovali prítomní delegáti výboru KVHPO plk. v. v. Ing. Miroslav Ondráš, kpt. Ing. Ľubomír Brezovský, Anna Macháčková a pplk. MUDr. Miroslav Malay, za Ústrednú radu SZPB mu blahoželal jej tajomník, doc. PhDr. Viľam Longauer, CsC..



Klub vojenských veteránov na stretnutí zastupovali predseda klubu Ing. Ján Skyba a člen Rady klubu Vojtech Bacskaí. Jubilantovi už v mesiaci september pri príležitosti 30. výročia vzniku klubu bola prostredníctvom jeho dcéry odovzdaná Medaila KVV Trenčín ako aj **Pamätný list JDS**.

Počas neformálnych rozhovorov s jubilantom i pri vzájomnej výmene názorov všetkých zúčastnených sa hovorilo o rôznych aktivitách pre seniorov, ale aj o zložitosti súčasného obdobia pandémie. Vzácny jubilant Ing. Š. Šteflovíč prejavil veľkú radosť zo stretnutia a pôct, ktoré sa mu dostali, ale aj apeloval na mladších, aby ďalej niesli mierové posolstvo, za ktoré on a milióny ďalších vojakov nasadzovali svoje životy v čase vojny.

K životu seniorov patria aj takéto vzácne chvíle, za tieto pre **Ing. Š. Šteflovíča** patrí uznanie a poďakovanie všetkým jej organizátorom aj zúčastneným.



► Ing. Ján Skyba, predseda KVV Trenčín



19.11.2021 sa v Olomouci konalo finále seniorskej súťaže „Babička roka 2021 Českej republiky“. Organizátorom bola Krajská rada seniorov Olomouckého kraja a prezidentkou súťaže bola predsedníčka KRS p. Milena Hesová.

Záštitu nad týmto prestížnym podujatím prevzal Ing. Josef Suchánek, hejtman Olomouckého kraja. Úderom gongu sa o 13-tej hodine ujali celkovej réžie programu známi moderátori televízie Šlágr / Šláger Peter Šiška a Pavel Novák. Na pódiu pavilónu A výstavniska Flóry Olomouc privítali prezidentku súťaže p. M. Hesovú a všetkých prítomných. M. Hesová predstavila členov súťažnej poroty, v ktorej boli aj zástupkyne JDS pp. Valéria Pokorná a Anna Petričová. Osobitne privítala hostí zo Slovenska aj zástupkyne poľských seniorov z Opolského vojvodstva.

Moderátori programu - Petr a Pavel - oznámili súťažiacim aj publiku, že hlasovanie divákov o titul

„Babička sympatie Českej republiky“ bolo ukončené. Postupne potom predstavili dvanásť súťažiacich, zastupujúcich jednotlivé kraje a hlavné mesto Prahu. Súťaže sa ne-

brehu z Olomouckého kraja. Striebornú medailu a súčasne titul „Babička sympatie“ si vybojovala p. Emília Říhová z Tábora, Juhočeský kraj a bronzovou finalistkou sa stala



zúčastnila zástupkyňa Pardubického kraja. Vzácnym hosťom súťaže bola „Babička prešovského kraja“ p. Eva Arvayová zo Sabinova, ktorá sa predstavila v krásnom ľudovom kroji svojho regiónu.

Všetky súťažiace babičky sa prezentovali svojim voľným programom, vtipne okomentovaným raz Petrom Šiškom a raz Pavlom Novákom. V bohatom kultúrnom programe vystúpili seniorské tanečné súbory z ČR, ale tiež tanečný súbor „Maja“ a hudobník Vincent Chovanec z Bardejova.

Titul „Babička roka 2021“ porota udelila p. Helene Seidlovej zo Za-

p. Helena Pechočiaková z Dolního Vítkova v Libereckom kraji.

Po prvý krát boli vyhlásené aj spoločné víťazky súťaže „Babička roka Česka a Slovenska“ – pp. Helena Seidlová a Eva Arvayová.

Bolo to krásne podujatie, naplnené vzájomnou srdečnosťou a porozumením. Pridalo sa ako ohnivko do už početnej zlatej reťaze spoločných podujatí, ktoré organizujú hlavne kraje Prešov a Olomouc nielen v oblasti kultúry, ale aj športu, turistiky a vzdelávania.

► PaedDr. Milan Korkobec
podpredseda KO JDS Prešov



Spomienky na spevácku činnosť a zahraničné zájazdy

Druhá časť:

Krátky pobyt v Domove Speváckeho zboru slovenských učiteľov, hlavne pohľad na viaceré tablá tohto zboru spôsobil, že sa mi podarilo nájsť človeka, ktorý s týmto speváckym telesom žil pomaly polstoro-

cie. Paed Dr. Ivan Piliš bol 43 rokov jeho členom aj funkcionárom. Už v novembrovom čísle sme uverejnili časť jeho spomienok a teraz pokračujeme druhou časťou.

Prajeme príjemné čítanie!



V slovenských rodinách sme sa mali dobre, výborne sme sa stravovali, vozili nás po meste Vancouver. 1.8.1996 nám krajan pripraviť v katolíckom kostole v štvrti New Westminster koncert, na ktorom boli Slováci, slovenský farár Kadlec a starostka štvrte. Po koncerte odovzdal náš Rudolf Žák mestu a cirkvi list Matice Slovenskej, plaketu M. R. Štefánika, plaketu SZSU a krištáľovú väzu. Na druhý deň sme sa lúčili s krajanmi, lebo sme odchádzali do súťažného mesta Powell River.

Dvakrát sme išli autobusom a dvakrát loďou. Večer bol uvítací slávnostný ceremoniál s koncertami (bez SZSU). Ubytovali nás

umfálna scéna). Na záver aj s obecnstvom zaznela najpopulárnejšia skladba amerického kontinentu Hymn to Freedom. Po záverečnej skladbe vypustili v obrovskom zimnom štadióne tritisíc balónov, ktoré ľudia opúšťajúci koncert nadhadzovali, a tým vytvorili nádhernú záverečnú scénu. 7.7.1996 sme odchádzali loďou po viacerých ostrovoch, kde sme každý deň koncertovali. Najlepšiu spomienku mám na ostrov GABRIOLA. Druhú časť koncertu – úprava ľudových piesní, sme spievali v krojových košeliach. Keď sa opona otvorila, plná sála poslucháčov úžasne zhĺkla a tleskala. Refrén piesne Tancuj, tancuj vykrúcaj sme naučili publikum a to spievalo s nami. Po koncerte bolo veľké pohostenie, ktoré priniesla každá zúčastnená rodina na koncerte. Nebudem opisovať ďalšie pekné

Pieseň Tancuj, tancuj sme aj s obecnstvom spievali trikrát. Na druhý deň sme odchádzali do Seatlu (výroba lietadiel Boeingov), pozreli sme si časť mesta a nakúpili darčeky. Vrátili sme sa loďou a autobusom do Vancouveru, kde sme sa opäť ubytovali. Na ďalší deň sme oddychovali, prezreli sme si mesto a večer sme mali koncert v baptistickom kostole. 14.7.1996, v nedeľu, sme dopoludnia spievali na omši, odpoľudnia nám v parku pripravili rozlúčkový piknik (aj pivo bol zákaz piť) a pred večerom nás poodvážali na letisko, smer Slovensko. Tento zájazd bol nezabudnuteľný, ako i nasledujúci.

Sen sa stal skutočnosťou. 28. júna – 10. júla 2001 SZSU cestoval do Japonska. 1.7.2001 sme mali prvý festivalový koncert. Ubytovaný som bol s Jankom Schultzom v rodinnom dome u ľudí v dôchodkovom veku. Podávali nám výbornú stravu, rýchlo sme sa spriatelili, po pár dňoch sme ich naučili ako sa Slováci vítajú a pozdravujú (už sme sa prestali ukláňať). Na festival nás pozvali vedúci pracovníci s občanmi Tokijskej časti EDOKAWA. Zbor zažil krásne chvíle návštevami škôl, závodov, záhradníctiev (bonsaje), návšteva primátora Edokawy, morského akvária a ďalších inštitúcií. Navštívili sme aj centrum Tokia, uskutočnili sme výstup na mrakodrapy, učili sme sa kaligrafiu a iné (viem si napísať meno aj teraz). Na koncert sme si pripravili (organizátor nám odporučili) tri japonské skladby, jednu spoločnú na galakoncert (Horela lipka horela). Spievali sme ju tak, že jedna sloha bola slo-



(traja speváci) 25 km západne od Powell River na indiánskom území v krásnom drevenom dome (cédrovom). Dňa 5.7.1996 sme súťažili. V našej kategórii sme získali 1. cenu – zlato!!! Záverečný koncert bol pompézny. Všetky zúčastnené zbory sme spievali s orchestrom G. Verdiho: Trubadúr (Scéna cigánov), Nabucco (Zbor židov), Aidu (Tri-

koncerty na ďalších ostrovoch... 11.7.1996 sme sa rozlúčili s rodinami a odchádzali sme cez hranice do USA do štátu Washington. Preplavili a priviezli sme sa autobusom do mestečka Poulsbo, kde sme sa v rodinách ubytovali. Pozreli sme si centrum mesta a večer nás odviezli do mestečka Rolling Bay, kde sme mali koncert. Úspech bol veľký.

vensky a druhá japonsky. Pridalo sa aj obecnstvo. Dozvedeli sme sa, že Horela lípka horela je v ich učebniciach hudobnej výchovy na základnej škole, preto ju poznajú (v japončine) skoro všetci Japonci. Na galakoncerte sme spievali aj skladbu Mikulecká dedina a opäť Tancuj, tancuj. 6.7.2001 sme sa premiestnili autobusom do mesta Sakura. Ja aj s kolegom Tónom Priehodom sme sa ubytovali v rodine Ing. SHOSUKE SUZUKI, výrobcu lodí. Po príchode k nim, sme dostali od nich na pamiatku kimoná. Náš koncert 7.7.2001 aj s galakonzertom mal veľký úspech. Aj tento pobyt v rodine bol veľmi priateľský a ešte 16 rokov sme si dopisovali, tak ako aj s rodinou v Tokiu. 6.7.2001 sme odišli na exkurziu liehového závodu ryžového nápoja Sake. Po dlhej prehliadke závodu s vysvetľovaním technológie výroby nás majiteľ pozval na „koštovku“. Za dlhým stolom boli malé poháriky naliate liehovinou Sake. Majiteľ povedal prípitok a oznámil, že pijeme 18 % destilát. Každý z nás prevrátil oči a vypil to ako vodu. Majiteľ nám oznámil, že vyrábajú aj

silný, ale že to je oheň – 24%. Ani to sa nám nejako nezдало. Nakoniec náš vedúci Mgr. Rudolf Žák vytiahol z vrečka „ťapku“ bošáckej 52% slivovice a hovorí: „A toto pijú Slováci.“ Nalial mu do väčšieho pohára. Majiteľ veľmi smelo na „ex“ vypil slivovicu. V tom momente očervenel, šikmé oči sa mu naravnali, bežal k umývadlu a minútu pil vodu. Po schopnosti nádychu vykotal slovo „ekrazit“. Tento krásny zájazd do Japonska organizoval náš veľmi uznávaný dirigent profesor Peter Hradil. Žiaľ, týždeň pred zájazdom nám jeho pani manželka oznámila, že sa pán dirigent pre veľké zhoršenie choroby, nemôže zájazdu zúčastniť. Na túto zodpovednú prácu sa podujal náš vicedirigent Mgr. Vladimír Bálint, ktorý takmer na sto percent zvládol koncerty v Japonsku a urobil nášmu zboru veľkú česť a slávu.

Nesmiem zabudnúť na krásny festival v Estónsku v hlavnom meste Talin. Festival bol pompézny. Niekoľko mnoho desiatok zborov účinkovalo v priebehu troch dní. Galakonzert sa uskutočnil na pobreží

mora v obrovskej mušli, kde sme spievali so všetkými zúčastnenými zbormi určené skladby v počte 30 tisíc spevákov. V hľadisku sledovalo 300 tisíc poslucháčov. Ja som sa zoznámil s členom vysokoškolského zboru, vymenili sme si adresy, na druhý rok ma pozval s manželkou na návštevu Talina a on mi vrátil návštevu o rok s manželkou v Martine. Bolo to za socialistického režimu, ale keď odchádzali, vyjadrili sa: „Vy ste socialistická Amerika!“

Svoju 43 ročnú činnosť v SZSU považujem za veľkú umeleckú hodnotu v mojom živote, spoznal som veľké množstvo hudobnej literatúry a umenia. Navštívil som spolu 34 štátov, boli to štáty v Európe, ale aj USA, Kanada a Japonsko. Vďaka Vám SZSU a Domovu SZSU mám celoživotné zážitky, vzdelanie, priateľstvo a veľa optimizmu pre moje zdravie a rodinu. Ďakujem Vám!

K storočníci SZSU želim veľa krásnych koncertov, úspešné zahraničné zájazdy, krásne ceny na súťažiach, veľa entuziazmu a zdravia pre dirigenta a členov zboru.

► PaedDr. Ivan Piliš

Petržalskí seniori nesedia len doma



Stretnete ich na prechádzke pozdĺž Chorvátskeho ramena, v lesoparku, okolo jazera veľký a malý Draždiak. Taktiež sa stretávajú v siedmich denných centrách. V našom DC na Haanovej 8 býva pomerne rušno. Niektoré členky chodia aj do klubu paličkovej čipky a patchworku. Svoje práce prezentujú na Susedských dňoch, organizovaných v KZP. Ďalší využívajú petangové ihrisko na Rančíku. Členovia nášho klubu sa zúčastnili športových hier na Rančíku, organizovaných MČ BA Petržalka, odd. sociálnych vecí.

Mohli si zahrať Petang, hod šipkou, stolný tenis, zacvičiť jogu. Taktiež si mohli vyskúšať vedomosti o Petržalke prostredníctvom kvízu, ktorý pripravili zamestnanci knižnice na Vavilovovej ulici 26.

V klube zbierame papier a za utrátené peniaze ideme na spoločenské posedenie s obedom. MČ Bratislava-Petržalka každoročne organizuje v októbri - Mesiaci úcty k starším zaujímavé podujatia pod názvom Seniorfest. Tento rok trval od 1.10. do 28.10. Bol to čas plný aktivít - prednášok, športových súťaží aj kultúrnych podujatí. 4 naše členky využili aj školu spoločenských tančov pre seniorov.

V klube sme sa začali pripravovať na vianočné trhy, kde sme chceli prezentovať naše ručné práce. Počas stretnutia, ak by bolo možné, si hodláme formou besedy pripomenúť predvianočné a vianočné ľudové zvyky z rôznych krajov Sloven-



ska. Radi by sme sa stretli s niektorým klubom seniorov z iných krajov, aby sme si vymenili s nimi svoje skúsenosti a nápady. Dúfame, že nám to v budúcnosti vyjde.

► Alžbeta Popovičová

Stretnutie k Mesiacu úcty k starším v OO JDS Brezno

OO JDS Brezno zorganizovala na 28. okt. 2021 v prekrásnom prostredí Národného parku Muránska planina v sedle Zbojská na zbojníckom dvore Halaš spoločenské stretnutie k Mesiacu úcty k starším s finančnou podporou mesta Brezna, aby

vítal všetkých prítomných. Slávnostnú atmosféru umocnila aj Zlatica Masárová prednesom básne Kataríny Hudecovej „Zrelý vek“.

Predseda OO JDS Brezno Michal Frančák pozdravil zúčastnených ale najmä hostí: primátora mesta

a starostov i poslancov samosprávy. Podľa možnosti vysypú aký – taký groš z mestskej či obecnej pokladnice, niekedy aj z vlastnej peňaženky, ale čo je hlavné, pomáhajú vytvárať podmienky na činnosť. Zato im patrí úprimná vďaka.

Po príhovore predsedu sa účastníkom stretnutia prihovorel primátor Tomáš Abel aj predseda KO JDS Ján Hlaváč. Oficiálnu časť stretnutia tvorilo oceňovanie seniorov, kde boli odovzdané pozdravné listy - jubilantom, pamätné a ďakovné listy, vyznamenania III., II., I., stupňa za aktívnu, dlhoročnú a všestrannú pomoc v prospech OO JDS Brezno a prítomných ZO JDS, ale aj v prospech všetkých seniorov v našom regióne.

Oficiálnu časť podujatia ukončil predseda Michal Frančák a stretnutie potom pokračovalo priateľským posedením. Hrou na fujare a gajdách ho spríjemňoval Martin Tesák, ku ktorému sa seniori pridali a spolu si zaspievali. Nálada bola vynikajúca, všetci mali možnosť stráviť pekné a vydarené popoludnie. Podujatie sme ukončili spoločne zaspievanou piesňou: „Zahučali hory“, ktorá sa už stala akoby hymnou seniorov. Veľmi dobre zapadla do prekrásneho prostredia Muránskej planiny - Zbojská.

► **Viera Sedláková**

► **Foto: Ing. Zlatica Masárová**



si uctila svojich seniorov a dala im najavo svoju náklonnosť a lásku.

„Staroba je výzva, zároveň však dar. Prichádza pomaly, nenápadne, vyhnúť sa jej nevieme. Je to prirodzená súčasť nášho života a ten, kto si zachová schopnosť vidieť krásu, nikdy nezostarne“. Úvodné slovo patrilo Jánovi Dianišovi, ktorý pri-

Brezna Tomáša Abela, predsedu KO JDS Jána Hlaváča, tajomníka KO JDS Jána Kíšika, starostov obce Bacúch, Beňuš, Jasenie a Pohronská Polhora. Vo svojom príhovore ocenil hlavne to, že nám úctu, podporu a pomoc prejavujú kompetentní počas celého roka. Pociťujeme ich zo strany primátora, starostiek

Voňavé, farebné a chutné...

V dňoch 23.-24. septembra 2021 pripravila ZO JDS č.38 Prievidza – Necpaly v kultúrnom dome tradičnú výstavu. Členovia sa popýšili úrodou zo záhradiek usilovných gazdiniek a gazdíčkov a tiež včelári predstavili mnoho druhov medu

a včelích produktov. Tradične prišli i „živé včielky“, ktoré zaujali rovnako ako ostatné vystavené exponáty - množstvo návštevníkov aj detí, ktoré prišli na výstavu so svojimi pani učiteľkami.

Výstava ovocia a zeleniny píše

u nás už 27-ročnú históriu a vždy ju pripravujú členovia DC Necpaly a ZO JDS.

Tento ročník bol zaujímavý aj tým, že nová predsedníčka Ing. Mariana Vaňová sa rozhodla „nadviazať“ na tradície aj tým, že sa



namiesto prestrihnutia symbolicky zväzovala páska, lebo sa práve „nadväzuje na tradície“. Táto úloha sa ušla obom viceprimátorom, ktorí spolu s ďalšími poslancami prijali pozvanie na otvorenie výstavy.

Zážitok z vône, množstva farieb a tvarov výstavných exponátov umocnila aj spevácka skupina Dúbrava, ktorá nikdy na tejto akcii nechýbala. Tento rok si pripomenula 65. výročie od svojho založenia. V r. 1956 jej členovia pôsobili ako estrádno-tanečný súbor RÚM (Radosť – Úsmev – Mladosť) a Dúbrava

zvážili svoje ďalšie pôsobenie v Dúbrave, v tomto zložení to bolo akési finálne vystúpenie. Mesto, poslanci VVO č.1, DC i ZO JDS si ich uctilo ďakovným listom, darčekom i úprimnými slovami poďakovania za ich doterajšiu činnosť a peknú reprezentáciu našej - kedysi dediny, dnes mestskej časti.

bola jeho pokračovateľom ako spevácka skupina pod vedením Emílie Vaňovej. Nakolko niektorí členovia už vzhľadom na vyšší vek i zdravotný stav

Očakávame, že Dúbrava bude i naďalej rozveseľovať svoje publikum v trochu doplnenom zložení, no s rovnakou radosťou a nadšením. Všetkým doterajším, súčasným i budúcim členom prajeme predovšetkým dobré zdravie a veľa radosť z krásnych slovenských piesní.

Voňavé, farebné a chutné...

také boli plody záhrad – výsledky starostlivosti umu aj usilovných rúk našich seniorov. Veru, mali sa čím chváliť na výstave, bolo toho veľa, čo sa na nej dalo obdivovať.

► Ing. Mariana Vaňová, predsedníčka ZO JDS č. 38 Prievidza - Necpaly.



Seniori zo Svitú na brigáde v Betliari

Bol som ani nie tak dávno (v novembri) v družobnej obci Betliar na návšteve. Pri prechádzke v obecnom parku s miestnym seniorom



sme konštatovali, že na zemi leží neskutočné množstvo popadaného listia. Svojmu kolegovi som prisľúbil, že sa pokúsim presvedčiť našich členov v ZO JDS Svit na čele s predsedom Jozefom Dluhým a prideme na výpomoc k jesennej brigáde. Stalo sa - o tri dni po mojej návšteve

sme sa vybrali 6 seniori zo Svitú na brigádu do družobnej obce Betliar. Po privítaní starostom OÚ sme obdržali potrebné náradie a šup ho! do práce, na ktorej sa zúčastnili aj miestni seniori. Po štyroch hodinách nadšenej seniorskej práce bol obecný park ako vymenený. Starosta Betliara bol veľmi rád, že naša seniorská družba nie sú len prázdne reči, ale skutky. Všetci zúčastnení „brigádnici“ boli odmenení dobrým obedom a ostal nám aj čas na posedenie pri kávičke a družných rozhovoroch.

Podakovali sme pánu starostovi za pohostenie, on nám za brigádu a vzájomne sme si prisľúbili, že o rok, ak budeme zdraví, tak sa znova uvidíme. Veru, pobyt na čerstvom vzduchu, ktorý nám, seniorom, kde-ko odporúča, môže mať aj takúto „brigádnicku formu“!

Podakovanie za brigádu uverejnil starosta Betliara Ing. Ľubomír Zatroch aj na internetovej stránke obce a v nej sa dá prečítať: „Nakolko pri



obci vypomáhajú len tri aktívne pracovníčky na projekte cez úrad práce, pomoc seniorov bola veľmi vítaná. Urobil sa hodný kus roboty, za čo patrí veľká vďaka seniorom zo Svitú i z Betliara. Tešíme sa veľmi dobrej spolupráci oboch organizácií a dúfame, že budú príkladom aj pre mladšie ročníky.“

► Text a foto: Ján Štefko

Oslávili sme 30. výročie

„Prvoradým poslaním základných organizácií JDS je podchytiť občanov dôchodkového veku k primeranej spoločenskej aktivite a záujmovej činnosti, vedúcej k spríjemneniu života seniorov v rámci daných subjektívnych a objektívnych možností.“

Týmito slovami začala svoj príhovor predsedníčka ZO JDS v Pate Jaroslava Horvátová (predsedníčka od r. 2011) na hodnotiacej schôdzi, za účasti predsedu OO JDS v Galante Jozefa Bavúza a starostu obce Paed-Dr. Jozefa Berčíka, koncom augusta t. r., keď si ZO JDS pripomenula 30. výročie svojho založenia. Hodnotiacu schôdzu sa konala v nezvyklom čase, ale výbor nechcel zbytočne riskovať, že ďalšia – nastávajúca vlna pandémie, zabráni stretnúť sa koncom roka, ako sa to stalo v r.

tov po Slovensku, rekreácií v zotavovniach spoločnosti SOREA, strečtaní sa v klube na oslavách jubileantov, posedeniach s harmonikou a pod. Postupne sa aktivity rozrástli, napr. o zájazdy na kúpanie v termálnych kúpaliskách, poznávacie výlety a kúpeľné pobyty na Slovensku i v zahraničí.

V tej dobe aktívni členovia založili aj široko–ďaleko známu **Dychovku Patanka** (vedúci Július Mesároš, 1940 - 2004) a rovnomennú spevácku skupinu (vedúca Irena Búránová), ktoré svojím širokým repertoárom rozdávali radosť aj na domácej pôde, aj v širokom okolí. „Absolvovali sme množstvo úspešných vystúpení, nestačili sme pokrývať objednávky žiadateľov z rôznych kútov Slovenska, ktorí nás pozývali na svoje podujatia“ – hovorí dlhoročná

túrných a spoločenských podujatí v susedných obciach, na slávnostných podujatiach v obci, v zariadeniach sociálnej starostlivosti v Pate a na Štrkovci, ale i na akciách ako napr. „Most medzi generáciami“ v Trnave a v Dunajskej Strede. Členovia súboru Patanská radosť sa aktívne podieľajú i na zabezpečovaní cirkevných aktivít ako sú pohreby, spievanie počas cirkevných sviatkov – Veľká noc, Vianoce, Búdičky, Pamiatka zosnulých.

Členovia JDS v Pate sa s úspechom zúčastnili so svojím programom na slávnostnom uvedení poštovej známky do života s motívom mužského a ženského patanského kroja i na oslavách 850. výročia založenia obce. Veľmi záslužnou činnosťou členskej základne bola ich aktívna účasť na tvorbe niekoľkých videí o zvykoch, tradíciách a živote obce, nazvaných „Patská svadba, Žatva, Pata v zime, Pata na jar, Jesen v Pate, Rok na dedine, či Pochovávanie basy“.

Neoddeliteľnou súčasťou aktivít patanských seniorov je pravidelná účasť na okresných ŠH seniorov, či Župnej olympiáde seniorov v Trnave, kde žnú každoročne úspechy. Zásahu na tom majú najmä manželia Jozef a Anna Vrtíkovci. Jozef má z týchto akcií vo svojej zbierke 18 zlatých, 7 strieborných a 4 bronzové medaily, Anka má 8 zlatých, 4 strieborné a 2 bronzové.

Značná časť členiek ZO, ktoré si hovoria „Cvičienky tretieho veku“, využíva priestory Klubu dôchodcov na cvičenie na žinenkách. Už od r. 2004 sa pravidelne stretávali pod vedením Mariky Bábikovej, v ostatných rokoch ich vedie Eva Matulayová. Viaceré seniorky sa venujú chôdzi s paličkami, z čoho vznikla pekná myšlienka a už bol na svete „Patský pochod seniorov (1 km)“, ktorý má každoročne takmer stovku účastníkov. Členovia ZO JDS v Pate sa radi zapájajú aj do ŠH v miestnom DSS „Nezábudka“, kde sa každoročne koná olympiáda pod názvom „Nebojme sa pohybu“



2020. Úvodná časť príhovoru predsedníčky bola zameraná na históriu i súčasnú činnosť organizácie.

ZO JDS v Pate bola založená v r.1991 a jej prvým predsedom bol Jozef Tóth. Do r. 2011 sa v jej vedení vystriedalo 5 predsedov – Vojtech Hubinák, Felix Vaško, Viliam Burák, Štefan Práznovský a Jozef Bábik. Vznik organizácie dôchodcov v Pate bol prijatý seniormi veľmi pozitívne, hneď po ustanovujúcej schôdzi sa ich prihlásilo do JDS vyše dvesto. V tom čase to bola najväčšia ZO JDS v okrese. Tvorili ju hlavne bývalí zamestnanci JRD, ktorí v porovnaní s dneškom, odchádzali do dôchodku v relatívne mladom veku (53 – 56 r.), takže ich aktivita bola na mieste. Tá spočívala predovšetkým v organizovaní výle-

členka a jedna zo zakladateľiek ZO aj speváckej skupiny Filoména Farkašová a dodáva: „neopakovateľný folklór našich pesničiek z obdobia starých otcov a materí pohladil každé srdce fanúšika ľudových piesní. A to aj preto, že náš spev bol zároveň aj našou radosťou.“

Hoci sa medzičasom členská základňa ZO JDS čo do počtu členov zmenšila takmer na polovicu, ich aktivita naberala čím ďalej tým väčšiu intenzitu. Rozrástla sa aj vďaka založeniu speváckych súborov „Patská radosť“ (vedúca Jaroslava Horváthová) a „Stará chasa“ (vedúci Jozef Vrtík). Tieto skupiny sa úspešne zúčastňovali na okresných a krajských prehliadkach seniorských speváckych súborov (zároveň boli aj ich spoluorganizátormi), kul-



za účasti zástupcov viacerých zariadení tohto typu. Tu si seniori zaspomínajú a účastníkov hier zabavia aj krásnymi melódiami.

Časom popribúdali aj ďalšie aktivity: zájazdy na výstavy Záhradkár v Trenčíne, Gardéria v Nitre, výlety na kultúrne podujatia na Morave, poznávacie výlety po Slovensku, Česku, Poľsku, Chorvátsku, Turecku, Taliansku. Členovia ZO sa zúčastňovali aj na akciách poriadanych OO JDS, ako napr. Reumatologické dni, či veľtrh seniorov v Trnave.

Na domácej pôde to bolo stavenie mája, besedy so spisovateľom,

MDŽ, fašiangové stretnutia spojené s domácou zakáľáčkou, brigády pri príležitosti Dňa Zeme, prednášky v ZŠ deťom o tradíciách v obci (robiti ukážky krojov, ako sa pečú fánky, pagáče či šišky), oslavy jubilantov, batôžkové krojované zábavy (kto si čo prinesie, to konzumuje) a mnoho ďalších akcií, o ktorých by sa dala snáď aj kniha napísať a na ktoré má senior po ukončení svojho produktívneho veku oprávnený nárok.

Účastníkov hodnotiacej členskej schôdze pozdravil aj predseda OO JDS v Galante Jozef Bavúz. Vyzdvihol, že ZO JDS v Pate patrila

počas svojho trvania od samého začiatku medzi najaktívnejšie v okrese a to platí dodnes. Pri príležitosti 30. výročia od jej založenia poprial všetkým veľa zdravia a síl do ďalšej činnosti.

V závere predsedníčka ZO JDS J. Horváthová zdôraznila, že činnosť miestnej organizácie závisela v minulosti a bude závisieť aj v budúcnosti od aktívneho záujmu jej členov. Od toho, ako dokážu využiť priestory a areál Klubu a samozrejme aj finančné prostriedky, ktoré im poskytuje obec. Ale predovšetkým popri hmotných predpokladoch bude ich spoločná činnosť závisieť od vzťahov medzi ľuďmi. Od ich vôle rešpektovať sa navzájom, pomáhať si a vytvárať priateľské ovzdušie v kolektíve. Dodala, že klub dôchodcov otvára doširoka dvere všetkým, aj novým - „mladým“ dôchodcom.

Nasledovalo ocenenie Ďakovnými listami najstarších a zaslúžilých členov organizácie.

► Text a foto: Štefan Hubinák

Jedinečné jubileum v našej obci

19. novembra 2021 sa konala v našom patanskom kostole Narodenia Panny Márie mimoriadna slávnosť – **Platinová svadba**, čo si ani kronika obce nepamätá. Manželia **František a Hermína Práznovskí** si pripomenuli svoju spoločnú cestu životom, ktorá trvá vo vzájomnej láske a úcte už celých 70 rokov, teda od 17. novembra 1951. V sobášnej listine z toho dňa i roku sú zapísaní ako: mladoženích - František Práznovský, rím. kat. vyznania, nar. 27. 1. 1932 v Pate a mladuča - Hermína Čutriková, rím. kat. vyznania, nar. 2.11.1932 v Šoporni.

Spoločná cesta oslávencov začala ešte v r. 1948, kedy sa zoznámili v meštianke v Šoporni. Po sobáši bývali u rodičov nevesty a narodili sa im dve deti, syn Jozef a dcéra Daniela. Po 11 rokoch sa presťahovali do Paty. František, vyučený rušňovodič, pracoval v Bratislave na Východnej stanici. Neskôr, po pracovnom úraze, pracoval ako rušňovodič až do dôchodku v Niklovej hute Sereď. Pani Hermína pracovala na traktorovej stanici v Šoporni ako hospodárka a od r.1964 v patanskej Paprikárni. Život manželov Práznovských obohatilo šťastím narodenie štyroch vnučiek, ktoré nado všetko milujú. O ich добрôte svedčí aj skutočnosť, že



spolu s dcérou Danielou poskytli starostlivosť a domov chlapcovi Tomášovi, odchovancovi z detského domova. Dnes ich život obohacuje a naplňuje šťastím 9 pravnúčat.

Milí manželia František a Hermína Práznovskí, radi Vám spolu s čitateľmi časopisu 3. vek blahoželáme k Vašej platinovej svadbe. Prajeme dobré zdravie a nech Vás Vaša vzájomná láska teší a sprevádza nad'alej.

► Štefan Hubinák

V KRAJINE SLOVA...



Čriečky mojej pamäte

Magdaléna Zvaríková

Narodila som sa na Liptove v rodine kovorobotníka, čo vtedy bola dosť bežná „profesia“: niečo dedičných rolí, ale málo na uživenie rodiny. Otecko musel do zamestnania v meste.

Zachovala som si rozprávanie o mojich krstínach. Mamičkini bratia boli hudobníci – naturisti a tak udržiavali priateľstvo aj s cigánskou kapelou „spoza vody“. Na krstínach sa takto po známosti ocitol aj primáš bandy Ondrej. Ako prvé sa išiel pozrieť na novorodenca. Narodila som sa mimoriadne vlasatá, kučeravá, takže som nevyzerala ako bežné hlohľavé bábätká. To postrehol aj primáš i zahlásil ockovi: „Jožo, to dieťa nie je tvoje, ale ministrovo.“ Ocko sa na smrť urazil a hrozil konflikt, ktorý zažehnali moji krstní rodičia, keď si rozkázali zahrať nejakú pesničku, a bolo po búrke.

Stará mama ako pôrodná babica dodržiavala všelijaké poverby, a tak moju a neskôr aj bratovu pupočnú šnúru zaviazala na tri uzlíky a nechala vysušiť. V zabalenej hodvábenej vreckovke s monogramom ju odkladala až do nášho odchodu do školy. Deň pred nástupom do školy sme museli tie zoschnuté uzlíky rozviazať a podľa toho sa usudzovalo, akí budeme žiaci. Ja som vraj rozviazala úplne ľahko, ale brat mal problémy a dokonca aj jeden nerozviazal. V škole bol problematický - a jeden ročník aj opakoval. Verte – neverte!

Otecko pracoval v súkromnej stavebnej a kamenárskej firme, po roku v ružomberskej papierni až do odchodu do dôchodku. Spomínam si, že ráno vstával po 4. hodine a chodil pešo 5 km ku vlaku. Z práce prichádzal popoludní o 4. hodine, zjedol obed, na plece vzal kosu a poďho do poľa, do ďalšej „sichty“. Mamička po všetky tie roky absolvovala rané vstávanie s ním. Nachystala mu

skromné raňajky aj do aktovky nejaké jedlo, nesmela chýbať fľaška čiernej kávy „melty“.

Dve - tri zrnká pravej kávy sa do melty primleli len na sviatky. Varilo sa väčšinou z domácich zásob, kupovalo sa len to najnutnejšie. Aj na zeleninu sme si museli počkať, kým dorastie v našej záhrade. Každú sobotu mal ocko výplatu. Vždy nám priniesol na prílepšenie niečo dobré: svätobjánsky chlieb, spišské párky alebo nejaké sladkosti. Spomínam si na jednu takú sobotu, keď ocko priniesol „viršle“. S bratom sme nevedeli, ako sa varia, tak sme ich strčili do hrnca, v ktorom sa na sporáku varili zemiaky pre prasa. Nebolo lepšej pochúťky nad tieto „viršle“! Mama len zalamovala rukami, pretože zemiaky pre prasa sa neumývali, aby im lepšie trávilo. Asi sme to dobre „strávil“ aj my!

Mamička bola zo susednej dediny. Vyдалa sa za syna svojej krstnej mamy – mojej drahej starkej. Mamička bola zo siedmich detí, ale rodičia, ako správni liptovskí murári a tesári chodili stavať Pešť, takže mali murovaný dom, aj polia prikupovali. Ocko zavčasu osirel, mal len 4 roky, a tak moja stará mama ostala ešte ako mladá s dvoma deťmi sama. Živila rodinu ako pôrodná baba a poštarka. Jej domček a zároveň môj rodný dom bol zázračný! V spálni nad mojou hlavou boli hrubizné hrady. Na jednej z nich bol vypaľovaný nápis: Adam Thurzo, ANNO 1790. Tak bola naša chalúpka stará. Pokrytá slamou, pod ktorou sa v zime údilo mäso, pretože nebol komín a dym unikal strechou – ideálna udiareň.

Chalúpka mala tri miestnosti: zadná izba – starej mamina, predsieň – pitvor so starobyľným ohnískom s maličkým okienkom a predná izba, spálňa našej rodiny. Tá bola najkrajšia. Bol v nej nábytok, kto-

rý si priniesla mamička do výbavy. Robený ručne stolárskym majstrom Varinským z Liptovského Trnova. Izba mala 3 okná s nádhernými záclonami, ktoré sme raz zvesili a hrali sa „na mladuchy“, behajúc aj v kuracom dvorku – tak potom tie záclony aj vyzerali. Dnes si viem predstaviť maminu zlosť, keď videla tú svoju pýchu v dezolátnom stave! Elektrinu nám zaviedli len na tzv. reverz, pretože bolo nebezpečenstvo požiaru slamenej strechy. Našťastie sme dávali pozor pri varení a v zime pri kúrení sme často chodili na povalu pozeráť, či nie sú iskry a tak sme chalupu uchránili. Po čase sa prestalo variť na ohnisku a v starej maminej izbe postavili sporák s nádherným prípeckom a tam sme aj jedávali. Presne si viem predstaviť rozloženie nábytku v tejto polokuchyni. Bola v nej aj jama murovaná kameňmi na menšie množstvo zemiakov a zeleniny, aby sa v zime nemuselo často chodiť do spoločnej – obecnej pivnice. Jama bola zakrytá „deklom“ a aj cez domáce koberce sme radi po dekli skákali, lebo nám to krásne „dunelo“.

Nemôžem nespomenúť vianočné sviatky, kde pri bočnom okne našej izby stál stromček. Vedela som pod tým oknom vonku aj niekoľkokrát denne postávať a dívať sa cez záclonu na tú trblietavú nádheru a ubezpečovať sa, že je ešte stále tam, že sú ešte sviatky! Priznám sa, ešte aj dnes nakuknem niekoľkokrát do obývačky a pokochám sa našim stromčekom – taká je sila spomienok! Domček mal aj prístavbu, volali sme ju maštal'ka – pre sliepky a prasiatko a malý prístrešok – cieňu – na drevo, aby sa v zime nemuselo chodiť do veľkej drevárne. Liptovské zimy boli veru poriadne, takže sa mojím prarodičom nedivím takýmto praktickým „zariadeniam“. Asi preto boli sliepky a prasa pri dome „po ruke“. Neskôr, keď sa plánovala kúpiť krava, rodičia postavili stodolu s maštal'ou a chlievom.

Vojnové roky nás tvrdo zasiahli. Do nášho domku chceli nasťahovať nemecké komando, pretože bol na konci dediny a asi vyhovoval po stránke strategickej. Pre málo miesta ponechali len dvoch vojakov – Poliaka z nemeckého pohraničia a Nemca. Museli sme uvoľniť našu izbu a nasťahovať sa ku starej mame. Ocko vtedy partizánil v horách v okolí Banskej Bystrice. Nemec si s nami vytvoril veľmi dobrý vzťah, nás deti mal veľmi rád, hojďaval ma na nohe a z jazyka vedel urobiť taký „nástroj“, ktorým verne napodobnil húkanie sovy. Dojatý nám ukazoval aj fotografiu svojej rodiny. Pamätám si, že mal väčšie gazdovstvo na tú dobu s viacerými poľnohospodárskymi strojmi. Poliak – ako všetci poturčenci – už nebol taký priateľský. Večer sa viacerí vojaci u nás poschádzali, priniesli vajíčka, slaninu, mama im robila praženice, hrávali na ústnej harmonike a spievali. V jeden taký večer som im predviedla ako a spievali dlho vydržím tancovať odzemia pri harmonike. Za odmenu som dostala malú bonbonieru s obrázkom filmovej hviezdy, ktorá v ruke držala strapec hrozna. Vec vtedy nevidaná a prázdnu krabičku som dlho opatrovala. Len verím, že

sa mi toto vystúpenie nezapočíta ako kolaborácia s fašistami.

Našťastie rýchlo sa blížil ruský front, Nemci odišli, vraj všetci padli v boji neďaleko našej dediny. Tam padlo aj veľa vojakov zo slovenskej jednotky. Podľa rozprávania rodičov aj vojaci, ktorých mama hostila zbytkom koláčov od Veľkej noci a mliekom.

Ešte jedna príhoda mi utkvela v pamäti, ktorá sa dostala aj do obecnej kroniky. Keď Nemci „rekvirovali“ domáce zvieratá po potreby vojenskej kuchyne, tak mama sliepky schovala, ale našu Malinu a svinu nemala kde, nuž ich zaradili do „trénu“ a odohnali so všetkými zvieratami z dediny. Nemci ustupovali pred ruským frontom smerom na západ a tam hnali aj zvieratá. V ten deň o polnoci niečo hrmotalo s vedrom, v ktorom mamka nosila prasať žrádlo. So starkou vyšli von a – čuduj sa svete – na dvore ich čakalo naše prasa aj s Malinou. Vrátili sa vedené nejakým šiestym zmyslom tak, že sa asi odtrhli od stáda a poľnými cestami, kde sa malina v lete pásala, sa vrátili domov. Tá radosť, ktorú sme mali, bola nekonečná, veď sa nám vrátila živiteľka! Dodnes obdivujem múdrosť týchto nemých tvárí.

Asi boli u nás radi, keď sa vrátili za takých okolností. Ešte sa traduje, že na zoradisku zvierat nejaký Nemec chcel udrieť Malinu a tá, zvyknutá na zaobchádzanie ako s členom rodiny, pritisla útočníka o najbližšiu vrbu až ho prešla chuť ju biť.

Po skončení vojny sa rodičia rozhodli postaviť nový dom. A tak sa aj stalo. Starú chalupu zvalili. Predtým však prišli pracovníci z ružomberského múzea a celý objekt zakreslili. Ešte po 60. rokoch ma chytí nostalgia za tou krásnou chalúpkou ako z Dobšinského rozprávok. Dnes viem, že by som zachránila aspoň kus trámy s praotcovým menom a dátumom postavenia domku. Vtedy na to nikto nemyslel!

Som vďačná Bohu za mojich rodičov, za krásne detstvo a mladosť a aj za to, že ešte naša dcéra mohla niekoľko rokov tráviť prázdniny na miestach mojej mladosti – u mojich rodičov. Dodnes spomína na prázdniny v Bobrovniku ako na svetlé body.

Moji drahí, ďakujem za všetko!

Vybrané zo zborníka Priateľom, 12. zbierka básnickej a literárnej tvorby členov SZTP, 2021

Vianočný stromček

Ján Kostra

V zátiší záclon vonia ihličie
a medzi konárkami žiari
teplá, pableskujúca hmľa detstva.
Zostarli sme.

Na struny huslíček chlad padol z vesmíru,
slová sa rozbili ako tie krehké sklíčka.
Z pamäte vyberáš len čriepky pre Ježiška.

Vychladli sme.

Mnoho sme skúsili a mnohé pretrpeli,
ťažko sa vrátiť k tebe zasa celý,
vianočný stromček – spomienka a zvonček,
začiatok rozprávky, ktorú si nevypočul,

výčitka najtichšia zo zahmlených očí,
ľúbosť, čo rozvial severák.

A predsa dobre vieš, tu niekde plynie sladko
tá vlna hladkajúca pacholiatko,
tu niekde zakliate spí tvoje slovo dobré,
len treba prerúbať ľadovú jaskyňu,
len treba rozlúsknuť škrupinu.
Tu niekde spí, tu sa čičíka
schúlené jadierko - slovo a muzika,
tu niekde – blízko – na dosah –

Tichí hostia vianoční

Prichádzajú,
každý v inú chvíľu,
tichí hostia vianoční
Nezasadnú
k prikrytému stolu,
hoci volaní,
hoci sviatoční.
Len tíško prejdú
bytom aj myslou
tých, čo tu bez nich
ostali –
Pohladia dušu,
pošepnú slovo
a opäť miznú do dialí.

Do Tichej noci
zvončeky zvonja –
A v tom ich jasnom cinkote
počuje srdce ubolené
piesenku o niečom návrate.
Ak pre lásku žili sme,
žijeme,
tá pieseň v srdci bolí –
Nikdy sa z duše
nevytratí ten,
koho sme milovali... D. L.

Rok 2021 bol Rokom P.O. Hviezdoslava

P. O. Hviezdoslav (* 2.2.1849 – † 8.11.1921) nie je len maturitná otázka našich vnukov – maturan-
tov. Je to celá veľikánska galéria
epickej, lyrickej aj biblickej poézie,
kde môže vnímavý čitateľ neustále
pozorovať, ale aj sa vnárať, skúmať
obraz života, pretvorený do básnic-
kých obrazov vyslovených nesmier-
ne kultivovanou spevnou podobou
slovenského jazyka.

Starí rodičia s vnúčatkami čítajú Hviezdoslava

Pod takýmto názvom oslovilo
predsedníctvo OO JDS v Spišskej
Novej Vsi nielen svojich členov JDS,
ale aj – zverejnením na webstrán-
ke JDS – starých rodičov po celom
Slovensku. Práve z aktivít OO JDS
Spišská Nová Ves sme sa mohli do-
zvedieť, že meno Hviezdoslav nebo-

lo prepožičané len jednej z hviezd na
nočnej oblohe, ale aj vypestovanej
odrode ruže. Rastie a krásne kvitne
v olomouckom rozáriu. Jej šľachtiteľom
bol Jan Bóhm (1936) a súčas-
ným pestovateľom je Miloslav Šíp.
Ružu v rozáriu si všimla a upozor-
nila na ňu Mgr. Jolana Prochotská,
zakladateľka Klubu dôchodcov Ko-
menský v Spišskej Novej Vsi.

Básnikova tvorba na televíznej ob- razovke

Vďaka RTVS, hlavne programovej
ponuke na TV 3 sme si mohli pripo-
menúť viaceré významné diela tohto
veľikána slovenskej poetiky v ich
dramatickej úprave, napr. Hajnikovu
ženu, Eža aj Gábora Vlkolinského
i nezabudnuteľnú baladu o Zuzanke
Hraškovie.

Verše P.O. Hviezdoslava v zlate

Verše slávnej Hviezdoslavovej bás-
ne „Dávam z úprimnosti duše“ z ly-
rického cyklu Letorosty opäť svietia
na ôsmich žulových stĺpikoch vedľa
básnikovej sochy na Hviezdoslavo-
vom námestí v bratislavskom Sta-
rom Meste. Na obnovu písma bolo
využitých plátkové 23 ¾- a 24-karátové
zlato, následne zalakované, aby
bolo chránené proti dažďu, slnku aj
vandalom.

S výrazným stĺporadím pri soche
Hviezdoslava počítal už pôvodný
návrh autorov pamätníka - sochárov
Vojtecha Ihriského, Jozefa Pospíši-
la a architekta Lehockého z r. 1937.
V čase vytvorenia sochy však už na
ne nezostali financie. Žulové stĺpiky
pribudli k básnikovej soche až v r.
2006.

Na vrchnej strane ôsmich stĺpikov



zlatá farba, zvýrazňujúca text, časom vybledla a báseň sa dala prečítať len obtiažne. Preto bola zrealizovaná obnova veršov na podnet MČ Bratislava - Staré Mesto, ale aj prekladateľa Stanislava Valla pri príležitosti 100. výročia úmrtia P.O.Hviezdoslava. Projekt finančne podporila firma Bratislava Tourist Board. Pri opätovnom odhalení stĺpkov 12. nov. 2021 verše P.O.H. predniesol jeden z našich najlepších recitátorov pán Šte-

fan Bučko. Mestská časť BA - Staré Mesto aj takouto formou pripomenula svojim obyvateľom i návštevníkom nášho hlavného mesta, že rok 2021 bol venovaný pamiatke tohto veľkého slovenského básnika.

- Redakčný text spracovaný z viacerých zdrojov – OO JDS Spišská Nová Ves + internet
- Foto z Hviezdoslavovho nám.: Barbora Jančárová



SRDCE

Z čohože je srdce, povedzte mi, ľudia,
že tak rozmanité city v ňom sa budia.
Keď stvoriteľ svetov staval veľké dielo,
v ňom najťažšie stvoriť srdce byť muselo.

Všetečný ten kus v boku našom žije.
Podľa svojej vôle: chytro...ticho bije.
Ktože mu rozkáže, kto biť, a či nebiť?
Keď ono odbilo, s ním musíme odbyť...

Z čohože je srdce, povedzte mi, ľudia,
že tak rozmanité city v ňom sa budia,
jako by strún všetkých zostavenie bolo -
všetkých smútkov, slastí, krás, vnád, rajov kolo.

Ktože zmerá jeho vysoké radosti,
v ktorých tonie hviezda obloha mladosti,
a ktože vyčerpá tie hlboké žiale,
čo ním v zamútenom zaplavia krištále?

Srdce, naše srdce! Ach, ty si človeka
zo všetkých strán života pozbieraná rieka,
čo jednakým duchom vedieš kvet a smeti -
a s týmito prúd tvoj kdeže, kde zaletí?

Bože! Veď si stvoril do ľudského tela,
či je to dač' zlého, či je to anjela?
Stvorils' riekou: srdce, bez dna, bez zrkadla,
do ktorého iskra z duše Tvojej padla...

P.O. Hviezdoslav, 9. 2.1868

Návrat do života a silný boj s covidom



Nechcem nikomu radiť ani vnucovať, či sa má, alebo nemá očkovať. Je to každého osobná vôľa a každý nech sa riadi podľa vlastného rozumu. Neschvaľujem žiadne finančné lákadlá dať sa očkovať, to má byť z vlastného presvedčenia pre svoje zdravie. „Vďaka Bohu“, som dvakrát očkovaná, a predsa som dostala Covid. Nebyť očkovania možno by som tu už nebola. Chcem vám len teraz opísať, ako som sa k tomu vôbec dostala.

Bol 17. október, krásny slnečný deň a my, seniori z klubu dôchodcov SZZP a ZO JDS z Martina, sme sa vybrali na týždenný pobyt do Tatranskej Lomnice, kde každoročne chodíme. Bolo nám super a užívali sme si krásy Tatier. V stredu sme sa vybrali na túru, no pri návrate som sa už necítila najlepšie a na druhý deň začali teploty a posedávanie na toalete. Viacerí z nás tiež začali pociťovať zdravotné problémy. V piatok sme sa šťastlivo dostali domov, ale zdravotné problémy pokračovali a bolo mi čoraz horšie. Hneď na druhý deň som sa bola otestovať a v pondelok som dostala vyrozumienie, že som pozitívna. Z našej skupiny sa nás vrátilo z Tatier 30 pozitívnych. Bojovala som skoro týždeň

s vysokými teplotami, zvládať situáciu mi pomáhali moje susedky, ktoré by som nazvala dobrými anjelmi. Nosili mi jedlo, lieky, prostě všetko. No ja som už nevládala ani jest.

Keď som už bola v dezolátnom stave, zavolať som si záchranku, ktorá ma previezla do Univerzitnej nemocnice v Martine na oddelenie 5/3, kde boli hospitalizovaní covidoví pacienti. Ani nepriateľovi nepravím, čo som ja prežívala. Zistili mi obojstranný covidový zápal pľúc.



Nasadili mi kyslík vysokého prietoku, ktorý som mala 24 hodín počas trojtýždňového liečenia. Po týždni ma previezli na intenzívnu starostlivosť, lebo môj stav bol veľmi kritický. Rezignovala som, nevládala som ani hovoriť. Moje „spolubojovníčky“ povedali, že moje slabé slová zneli: „Je mi zle, nevládzem hovoriť, modlite sa za mňa.“ Aj viem, že veľmi veľa ľudí sa za mňa modlilo, za moje uzdravenie a ich modlitby boli vyslyšané. Počas štyroch dní na JIS-ke sa nepamätám na nič, a možno je to tak aj lepšie. Neskôr som sa dozvedela, že som bola utlmovaná a kŕmená cez nosovú kanylu.

Po návrate z „intenzívky“ na izbu som zažila neskutočnú starostlivosť. Bolo mi strašne ľúto celého zdravotného personálu, boli pre nás veľmi obetaví. Ťahali dvanástky oblečení v skafandroch. Pre mňa to boli biele anjeli, lebo sa nedalo rozlíšiť, či je to lekár, sestrička alebo upratovačka. Spod štítu im bolo vidieť len oči, ktoré boli láskavé a milé. Chodil k nám na izbu aj obetavý pán kaplán a za pomoci jeho slov som pookriala na dušu - jeho slová boli balzam na dušu.

Touto cestou sa chcem poďakovať celému zdravotnému personálu UN v Martine, za ich každodennú a nadmernú starostlivosť. Veľkú vďaka im vzdávam za moje uzdravenie a prinavrátenie do života. Keď nastal čas môjho návratu domov, nechceli ma pustiť bez toho, aby vedeli, kto sa o mňa postará, nakoľko žijem sama. Povedala som im, že do príchodu môjho syna sa postarajú o mňa zase traja „dobrí anjeli“, z nášho štvorlístka – Vierka, Zuzka a Miladka. Čakali ma doma s kyslíkom, kyticou ruží, nápisom „Vitaj doma“ a s rôznymi dobrotami. Týždeň sa o mňa starali, za čo im veľmi ďakujem.

Momentálne sa o mňa stará môj syn Janko. Som stále slabá, ale verím, že už čoskoro sa dostanem do normálnych koľají. To by bolo z môjho príbehu asi všetko.

► Zita Vlková

Darčeky pre deti



Priznajme si úprimne, kto z nás nemiluje deti – veď sú ako naše malé slniečka.

Pani Margita Macenauerová, naša dlhoročná členka JDS Šaštín-Stráže, prišla s úžasným nápadom, ktorý si ihneď získal srdcia mnohých našich členiek: vyrobiť pre deti v Kardio-centre Bratislava, Krásna Hôrka pletené papučky a členky na hlavičky. Darčeky vyrábali s láskou a dobrou vôľou naše milé dôchodkyne, aby aspoň trochu pomáhali maličkým anjeličkom, keďže nemajú ľahký štart do života. Zároveň sme si takto dovolili z celého srdca vyjadriť našu úprimnú vďaku všetkým zdravotníkom, ktorí sa s láskou starajú o tieto de-



tičky. Svoju prácu berú ako poslanie, skutočne majú náš obdiv.

Svoje darčeky sme odposlali aj so sprievodným listom 15. októbra 2021.

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

Kolko lásky sa zmestí do krabice od topánok

Vianoce sú čarovná chvíľa,
kedy viac prejavujeme vďaku, city či lásku.....



Janka Galatová – krásna, milá a príjemná osôbka je tá, ktorá založila túto akciu, pričom oslovila svojich známych, aby sa zapojili do zbierky darčiekov pre seniorov v domovoch dôchodcov. Vďaka všetkým dobrým ľuďom sa im podarilo potešiť nič netušiacich dôchodcov, pre ktorých to bol možno jediný darček, ktorý pod stromčekom našli. Táto akcia sa koná pred Vianocami už štvrtý rok.

Naša ZO JDS Šaštín-Stráže sa zapojila do tejto akcie už po tretí raz. A zažili sme práve nedávno aj veľké prekvapenie – bolo odovzdaných až 76 ks krabičiek. Krásne vianočné pozdravy pre nás vyrobili deti z materských škôl v našom meste. Do akcie sa zapojili žiaci

zo 4.A triedy základnej školy, ktorí priniesli 14 krabičiek, reštaurácia Pohoda 12 ks krabičiek, zamestnanci MÚ Šaštín-Stráže 2 veľké krabice (ako od chladničky)



a 38 ks krabičiek bolo od našich občanov aj členov výboru JDS.

Musím sa priznať – takú veľkú účasť sme nečakali, a preto mi dovoľte aj touto formou sa poďakovať všetkým úžasným ľuďom, ktorí sa zapojili. Umožnili nám urobiť radosť našim dôchodcom v Zariadení pre seniorov v meste Šaštín-Stráže, vyčariť im úsmev na tvári. Nech ich každý darček zahreje pri srdci, lebo všetky boli chystané s láskou.

Dovoľte mi zaželať Vám všetkým pokojné prežitie vianočných sviatkov!

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

Dve zlaté v Číne

Medzinárodná asociácia Univerzít tretieho veku AIUTA v spolupráci s WSTC - World Seniors Tourism Congress - Svetový kongres seniorského turizmu – organizovala 2. roč. Medzinárodnej súťaže umenia pre univerzity tretieho veku, rok

rastu kvality a bohatosti repertoáru súboru, ako sa oň stará hlavne umelecký vedúci.

Veľmi nás potešil mail z 11.10.2021 od vedúceho odd. školstva MÚ v Pezinku PaedDr. Erika Špaňu, v ktorom nás informoval,



2021, ktoré sa uskutočnilo v Číne. „FSS Radosť“ ako spevácky seniorský súbor, reprezentujúci mesto Pezínok, vždy vítal možnosť zúčastniť sa súťaží vo folklórnej oblasti, lebo sa jej vo svojej činnosti venuje. Vedenie súboru na čele s Mgr. Máriou Miškerikovou, umeleckým vedúcim Ing. Štefanom Šalátom a PR manažérkou Ing. Pavlínou Burgerovou, v spolupráci s ďalším okruhom členov súboru - širšieho vedenia – Ing. Máriou Kakalíkovou a Ing. Jánom Bodom sa ani v prípade vyššie uvedenej súťaže dlho nerozhodovalo, či sa súťaže zúčastniť. V blízkej minulosti sme sa chceli zapojiť aj do súťaže, ktorá mala byť organizovaná pre seniorské spevácke súbory v Tatrách, žiaľ, ani po viacerých termínoch možného uskutočnenia súťaže sa ju nepodarilo rozbehnúť. Účasť súboru na dvoch celoslovenských prehliadkach seniorských speváckych súborov v Komárne a vo Zvolene, do ktorých sme postúpili z nižších kôl súťaže, len potvrdzuje ambície súboru merať svoje interpretačné schopnosti s cieľom

že na vyššie uvedenej súťaži v Číne sa FSS Radosť zúčastnil v dvoch kategóriách. Medzinárodná porota nás ohodnotila v kategórii spev zlatou cenou a v kategórii ľudový kroj taktiež zlatou cenou. Naša úspešná pieseň Ja som gazda dobrý, s ktorou sa radi prezentujeme aj na domácich pódioch, teda zabodovala aj na ázijskom kontinente. No a naše kroje? Neraz nám už bolo povedané, že sú skvostami odievania folkloristov.



Súbor popri svojej domácej činnosti nezabúda na prezentáciu slovenského folklóru ani za hranicami SR. Vystupovali sme u našich dlhoročných priateľov zo súboru Polajka vo Valašskom Meziříčí a navštívili sme aj našich rodákov v Tótkomlós v Maďarsku. Repertoár sme v posledných rokoch obohatili o programy tematicky zamerané na určité špecifiká. Napr. piesne vojenské a regrútske k 100. výročiu ukončenia 1. svetovej vojny, piesne venované mamám a o robote a s veľkým ohlasom sa stretol aj náš program, oslavujúci vinohrady, vinárov a víno. (Veď ako ináč – sme súbor z Pezínka.)

Koncom novembra 2021 sa súbor zúčastnil, žiaľ len formou on line, svojím vystúpením na Medzinárodnom festivale bezdomoveckých divadiel ERROR v Piszatoryho paláci v Bratislave. Tešili sme sa na toto vystúpenie, nakoľko sme dostali možnosť predstaviť naše folklórne umenie pred obecenstvom z inej záujmovej oblasti.

Záverom si možno iba priať, aby sa doteraz málo priaznivá zdravotná situácia na Slovensku zlepšila do takého stavu, aby sme mohli znovu začať naplno cvičiť nový repertoár a potom jeho prezentáciou potešiť našich priaznivcov.

► Ing. Štefan Šalát
umelecký vedúci FSS Radosť

Nové petangové ihrisko vo Vajnoroch – radosť pre seniorov



Sme radi, že sa nám podarilo v Rakús parku vytvoriť miesto pre aktívne prežívanie voľného času. Vybudovali sme tam petangové ihrisko, osadili dva šachové stolíky a staré parkové lavičky sme vymenili za nové. Táto oddychová zóna bude však slúžiť nielen seniorom, ale aj všetkým občanom našej mestskej časti Bratislava – Vajnory.

Za podporu pri realizácii tohto projektu ďakujeme našej vajnorskej poslankyni Monike Debnárovej, ktorá pre nás tento projekt napísala, vďaka čomu zabezpečila aj jeho financovanie a spolu s mladou architektkou Luciou Grigovou dali projektu vizuálnu podobu ako to celé má vyzerať a fungovať.

Pretvorenie Rakús parku na oddychovú zónu bolo však výsledkom úsilia viacerých ľudí, ktorí sa zúčastňovali našich brigád. Boli to členovia našej ZO JDS Vajnory. Veľkou pomocou nám boli aj členovia z Klubu rodičov a detí – Vajnory a mládežníci, ktorí nám pomáhali s náročnejšími terénnymi úpravami. Občerstvenie počas brigád nám zabezpečila naša mestská časť a firma Uniqe.

Poďakovanie za podporu patrí aj Magistrátu mesta Bratislavy, ktorý nám na projekt poskytol pozemok a financovanie bolo zabezpečené vďaka finančným prostriedkom z Nadácie Bratislava, z rozpočtu mestskej časti Vajnory – z poslancových priorit poslankyne Moniky

Debnárovej, z Klubu rodičov a detí Vajnory, OZ Vigroup. Naš zámer podporil aj výrobca mobiliáru – firma Cité, miestne firmy Leontech a Zemina. Pri odpratávaní nahrabanej zelene a zeminy nám pomohli zamestnanci hospodárskej správy našej mestskej časti.

Slávnostné otvorenie petangového ihriska sa uskutočnilo 10. septembra 2021 o 10.00 hodine za účasti primátora Bratislavy – Matúša Valla, starostu našej mestskej časti – Michala Vlčeka, zástupcu Nadácie Bratislava aj zástupkyne OO JDS



Bratislava III, našich členov a podporiť nás prišli aj seniori z okolitých mestských častí. Na záver dôstojný pán farár ihrisko posvätil.

Našu ZO JDS sme založili vo Vajnoroch pred desiatimi rokmi a za toto obdobie sme uskutočnili veľa pekných akcií. Pravidelne sme sa zúčastňovali aj kultúrnych a spoločenských akcií v našej mestskej časti, napr. každý rok sme pri mohyle

M.R. Štefánika v Ivanke pri Dunaji položili kyticu kvetov. V rámci dobrovoľnej činnosti sme sa zúčastňovali na dni „Liga proti rakovine“.

Naša folklórna skupina nás reprezentovala aj na Krajskej prehliadke speváckych súborov seniorov v Pezinku, kde si vybojovala možnosť reprezentovať KO JDS Bratislava aj na Celoslovenskej prehliadke speváckych súborov v Trenčíne. Naša členka sa zúčastňovala Krajskej prehliadky seniorov v umeleckom prednese poézie a prózy. Každoročne sme sa zúčastňovali na Krajských športových hrách a turistickom zraze v Malackách, kde sme získali viacero medailí. Naši úspešní športovci nás viackrát reprezentovali aj na Celoslovenských športových hrách seniorov. Pravidelne zvykneme organizovať jednodňové výlety za poznávaním krás Slovenska, ale aj turistické vychádzky po okolí. V našej činnosti sme často počítali aj na s návštevou divadla, dlhšími výletmi aj rekondično – rehabilitačnými

pobytm. Radi sme navštevovali vo Vysokých Tatrách Ľadový dom na Hrebienku s víkendovým pobytom v Retro hoteli MORAVA v Tatranskej Lomnici. Pekným zážitkom bola aj návšteva nášho parlamentu.

Dúfame, že budeme môcť aj naďalej v zdraví pokračovať v našich aktivitách.

► **Ján Krištofič**
predseda ZO JDS Vajnory

Koniec byrokracie: Dôchodcovia, žijúci v Českej republike, už nemusia predkladať Sociálnej poisťovni doklady o žití



Od budúceho roka už Sociálna poisťovňa nebude od dôchodcov, ktorým vypláca dôchodok do Českej republiky, vyžadovať papierové „Potvrdenie o žití“. Tie museli každoročne predkladať, aby im mohla pokračovať plynulá výplata dôchodku. Údaje o poberateľoch dôchodkových dávok si začne Sociálna poisťovňa elektronicky vymieňať s Českou správou sociálneho zabezpečenia. Sociálna poisťovňa tak odbremení seniorov od byrokratickej povinnosti a tí zase ušetria čas pri overovaní podpisu na potvrdení. Umožnila to vzájomná dohoda o elektronickej výmene údajov medzi oboma inštitúciami.

Dôchodcovia, ktorí dostávajú dôchodok zo Sociálnej poisťovne a majú bydlisko v Českej republike, tak budú mať o starosť menej. Povinnosť doručovať poisťovni potvrdenie o žití im úplne odpadne. Podobne dôchodcovia, ktorí dostávajú dôchodok z Českej republiky na účet a majú bydlisko na Slovensku, budú potvrdenie o žití predkladať Českej správe sociálneho zabezpečenia podľa českej legislatívy už len raz ročne, doteraz tak robili každý štvrtý rok alebo vždy pri žiadosti o výplatu dávky. „Tento projekt odbúrava jednu z byrokratických povinností našich dôchodkov žijúcich v Českej republike. Listom ich o tom budeme informovať spolu

s rozhodnutím o zvýšení dôchodku od 1. januára 2022,“ uviedol generálny riaditeľ Sociálnej poisťovne Juraj Káčer.

Zmluva o výmene údajov medzi oboma inštitúciami nadobudne účinnosť 1. januára 2022. Umožňuje výmenu dát o úmrtiach poberateľov dôchodkov a nahradí tak papierové vystavovanie a doručovanie potvrdení o žití. Dohoda prináša zníženie priamej administratívnej záťaže dôchodkov a eliminuje aj riziko neoprávnenej výplaty dávok.

Tlačivo potvrdenia doteraz Sociálna poisťovňa doručovala dôchodcom pravidelne s rozhodnutím o zvýšení dôchodku (valorizáciou) v decembri, resp. na prelome rokov. Tento rok im listom posiela informáciu o ukončení povinnosti predkladať potvrdenie o žití a tiež informáciu o valorizácii dôchodku od 1. januára 2022.

Sociálna poisťovňa od 1. januára 2022 zvýši dôchodky o 1,3 %, dôchodcovia nemusia o nič žiadať

Dôchodcovia dostanú v novom roku 2022 vyššie dôchodky. Sociálna poisťovňa im ich prepočíta a zvýši o 1,3 % automaticky, o zvýšenie teda nemusia osobitne žiadať. Dôchodok v novej výške dostanú v januárových výplatných termínoch. Sociálna poisťovňa im v januári 2022 zašle k zvýšeniu aj písomné rozhodnutie. Sumu zvýšenia dôchodku si môžu informatívne vypočítať aj prostredníctvom kalkulačky na webovej stránke Sociálnej poisťovne.

Dôchodky sa v roku 2022 zvýšia o percento medziročného rastu spotrebiteľských cien za domácnosti dôchodcov určeného Štatistickým úradom SR za I. polrok 2021, t. j.

o 1,3 % mesačnej sumy dôchodku. O zvýšenie (valorizáciu) dôchodku netreba Sociálnu poisťovňu žiadať. „O zvýšení pošleme dôchodcom písomné rozhodnutie a dôchodky vo vyššej sume im prvý raz vyplátíme vo výplatnom termíne v januári 2022 aj s doplatkom zvýšenia od 1. januára 2022 do dňa predchádzajúceho výplatnému termínu v januári 2022,“ vysvetlila hovorkyňa Sociálnej poisťovne Zuzana Dvoráková.

Minimálne dôchodky a valorizácia

Pre tento druh dôchodku platí zo zákona osobitný mechanizmus. Valorizácia sa ich teda priamo netýka. „Poberateľovi minimálneho dôchodku sa od 1. januára 2022 valo-

rizuje (teda zvyšuje o 1,3 %) jeho pôvodne vypočítaný dôchodok. Sociálna poisťovňa ho porovná s výškou poberaného minimálneho dôchodku. Ak je jeho pôvodný dôchodok aj po valorizácii nižší ako minimálny dôchodok, dôchodcovi sa naďalej vypláca minimálny dôchodok. Je to pre neho výhodnejšie,“ zdôraznila Z. Dvoráková. Zároveň platí, že suma minimálneho dôchodku sa od 1. januára 2022 nemení. Ak bude po zvýšení (valorizácii) dôchodku jeho suma vyššia ako výška minimálneho dôchodku platná od 1. januára 2022, nárok na minimálny dôchodok zaniká a Sociálna poisťovňa bude dôchodcovi vyplácať jeho valorizovaný dôchodok. Ten bude to-

ťaž vyšší, než dovtedy poberaný minimálny dôchodok.

Príklad, keď dôchodok po valorizácii zostáva na úrovni minimálneho dôchodku:

Dôchodca k 31. decembru 2021 poberal minimálny dôchodok v sume 334,30 eur, pričom suma jeho starobného dôchodku k tomuto dátumu bola 285,10 eur. Od 1. januára 2022 sa mu zvýšil – valorizoval – jeho starobný dôchodok o 3,80 eur na sumu 288,90 eur. Táto suma je nižšia ako suma minimálneho dôchodku. Preto tomuto dôchodcovi naďalej aj od 1. januára 2022 patrí minimálny dôchodok v sume 334,30 eur, ktorý je pre neho aj výhodnejší.

Informatívna kalkulačka na výpočet valorizácie dôchodku



Sociálna poisťovňa pripravila pre dôchodcov aj tento rok **Kalkulačku na výpočet valorizácie dôchodku od 1. januára 2022.** Jej použitie je jednoduché: stačí označiť druh dôchodku (z ponuky v kalkulačke) a v ďalšom riadku zadať výš-

ku mesačne poberaného dôchodku v eurách. Po kliknutí na Vypočítaj sa dôchodca ihneď dozvie, o koľko eur sa mu dôchodok zvýši a tiež celkovú sumu dôchodku po zvýšení od 1. januára 2022. Kalkulačka má informatívny charakter.

Seniori v Nových Zámkoch žijú športom

„Je dôležité inšpirovať ľudí, nech môžu byť úžasní v čomkoľvek, čo robia.“ Výrok Kobe Bryanta, losangeleského basketbalistu, napriek tomu, že už nie je



medzi nami, ostáva večný. Aj novozámockí seniori sa tou myšlienkou často inšpirujú. Preto aj v tomto roku napriek ťažkej pandemickej situácii uskutočnili dve veľké športové podujatia.

2.7.2021 MsO JDS Nové Zámky v spolupráci s Okresným olympijským klubom aj samotným mestom zrealizovali projekt „Šport a seniori“. V Športovej olympiáde a v Okresných majstrovstvách seniorov, ktoré sa konali pod záštitou primátora mesta Otokara Kleina, v krásnom športovom areáli SOŠ stavebnej na Nitrianskej ceste súťažili muži a ženy v atletických

aj zábavných disciplínach. Prvé tri miesta vo všetkých disciplínach boli ocenené medailami a víťazi si odniesli cenné trofeje.

O týždeň neskôr, 9.7.2021, sa v areáli atletického štadióna na Sihoti v Nových Zámkoch konala druhá, ešte väčšia športová akcia - Krajské športové hry seniorov o „Putovný pohár predsedu NSK. Zastúpených bolo všetkých 7 OO JDS. Vzácnymi hosťami podujatia boli poslanec NR SR Marián Kéry, predseda VÚC NSK Milan Belica, poslanec VÚC NSK a zároveň primátor mesta Nové Zámky Otokar Klein, viceprimátor mesta Nové



Zámky Norbert Kádek, poslanec VÚC NSK: Helena Bohátová a Ladislav Marenčák, tiež riaditeľka Úradu NSK Helena Psotová a predsedovia i ďalší funkcionári

z jednotlivých OO JDS. Povzbudzujúce príhovory hostí boli výzvou pre seniorov, aby s ešte väčším oduševnením súťažili.

Výborne zohratý tím organizátorov z KO JDS Nitra, MsO JDS Nové Zámky a Atletický klub Nové Zámky bravúrne zvládol podujatie. Projekt bol zrealizovaný s finančnou podporou VÚC NSK a Mesta Nové Zámky. Najväčšiu radosť z celej akcie mali súťažiaci. Ceny: medaily, diplomy aj poháre im odovzdali predsedníčka KO JDS Nitra Anna Oľapková a predsedníčka MsO JDS Nové Zámky Mária Malperová. Putovný pohár predsedu NSK si odniesli seniori do Nitry. Víťazmi súťaží však boli všetci zúčastnení, lebo na tejto akcii nechýbala radosť, nadšenie aj bojový elán. Veru, ak sú seniori pozitívne inšpirovaní, sú skutočne úžasní!

Myšlienka Kobe Bryanta bola u nás, v Nových Zámkoch, opäť naplnená.

► **PaedDr. Mária Malperová**
predsedníčka MsO JDS Nové Zámky
Foto: Oľga Šmigurová

Seniori z OO JDS Hlohovec na cestách



OO JDS Hlohovec pripravila v mesiaci júl a september **dva vlakové zájazdy do Vysokých Tatier**. Pravidelne každoročne chodievame do Tatranskej Lomnice, do nášho obľúbeného hotela Sasanka.

Tu nachádzame príjemné prostredie na odpočinok a regeneráciu, po-

október **navštívime hlavné mesto Česka - Prahu**. Zorganizovali sme zájazd elegantným autobusom, vypísali hraničné priepustky a s radosťou, ale i s istými obavami sme vyrazili k hraniciam. Prešli sme ich bez problémov, a tak spokojní sme pokračovali k Mohyle Mieru, pa-

neho, bezoblačného, takmer letného počasia. Začali sme od Obecného domu, cez Staromestské námestie s orlojom a znovu postavenou sochou Panny Márie, odstránenou v minulosti. Odtiaľ sme pokračovali úzkymi uličkami na slávny Karlov most zaplnený turistami takmer z celého sveta. Poslednou zastávkou tejto prehliadky bol kostol „U Jezuliatka“. Aj sme si v ňom spolu zapievali.

Ďalší deň sme venovali prehliadke Hradčian, kráľovských objektov, záhrad aj Chrámu sv. Víta. Popoludní sme absolvovali romantickú plavbu loďou po Vltave.

Nasledujúci deň po raňajkách sme sa rozlúčili s personálom hotela a pred odchodom z Prahy sme sa ešte zastavili na cintoríne kde je



trebné pre každého seniora. Účastníci zájazdu si užívali príjemný, slnkom vysvietený týždeň v krásnej prírode našich veľhôr. Prítom sme venovali čas aj pobytu na kúpalisku Vrbov, prehliadke miest Kežmarok a Levoča so vzácnymi historickými pamiatkami a prechádzke v Bachledovej doline. Výlety rozšírili obzor nášho poznania Slovenska, poslúžili na posilnenie kondície i duševnej pohody našich členov.

Napriek prijatiu prísnejších protipandemických opatrení na hraničiach, rozhodli sme sa, že v mesiaci



mätníku z obdobia napoleonských vojen. Pripomína historickú bitku troch cisárov u Slavkova z r. 1805. Táto národná kultúrna pamiatka z r. 1912 stojí na kopci v blízkosti obce Prace. Zaujímavosťou rozsiahlej miestnosti v Mohyle je jej akustika - šepnete nejaké slovo v jednom kúte miestnosti a v druhom vzdialenom kúte ho možno počuť ako v telefóne. Radi sme si to vyskúšali.

V popoludňajších hodinách nás už vítal Botel Vodník, milá veľká loď na Vltave v peknej prírode s nádherným výhľadom na Vyšehrad. Ale aj v blízkosti metra a ostatných dopravných sietí. Na druhý deň začal náš oficiálny program prehliadky mesta za krás-

pochovaný Karel Gott a mnohí ďalší známi umelci. Cestou domov sme si pripomínali mnohé pekné zážitky z Prahy, ale aj tie dávnejšie, veď mnohí z nás si pamätajú Prahu aj z dôb svojej mladosti a spoločného štátu – Československa.

Ďakujeme organizátorom zájazdov Ing. Augustínovi Ukropcovi, predsedovi OO JDS Hlohovec a podpredsedovi JDS, Marte Hrotkovej, Helenke Vančovej a ostatným, za to, že sme mohli stráviť spoločne niekoľko príjemných dní na cestách po Slovensku aj v Čechách.

► **Milan Bokor**
podpredseda ZO JDS Žilkovce

Z činnosti ZO JDS Solčany

„Jeseň vo svojom rozkvetu býva až očarujúco krásna. Pofukujúci vetrík sa pohráva s pestrými žltými listami stromov, ktoré lemujú cestu vpred“.

Chcem sa prihovoriť v tejto pandemickej dobe, ktorá prerušila mnoho našich plánov. Ale nie všetky, lebo bez našich stretnutí by sme sa cítili ochudobnení. Preto sme hľadali spôsob, ako sa dá stretávať. Keďže bolo vhodnejšie zísť sa v prírode, na čerstvom vzduchu, urobili tak aj naši členovia a zorganizovali si posedenie pod názvom „Spomienky na detstvo“ v netradičnej podobe.

V júli 2021 bol krásny slnečný deň, keď p. knihovníčka obecnej knižnice a súčasne naša členka výboru ZO JDS Mária Gábrišová pripravila v prírode pod vrškom Lidovcom

stretnutie seniorov spojené aj s chutnou opekačkou. Počas nej si seniori zaspomínali na svoje detstvo, čo všetko ako deti postvárali, ako chodili pásť kravy, kozy či husi a pod.

Aj v tomto pandemickom období sa naši seniori – športovci zúčastnili športových podujatí, ktoré organizovala KO JDS Nitra či OO JDS Topoľčany.

V mesiaci júli sa nám podarilo zorganizovať každoročné stretnutie jubilentov a mali sme ich tento rok naozaj veľa – 39. Veľmi nás teší, že medzi jubilantami sme mali možnosť privítať aj dve naše najstaršie 90-ročné členky.

Mesiac október už tradične patrí seniorom a aj tento rok obec Solčany, zastúpená starostom, pripravila milé posedenie pod hlavičkou „Október

- mesiac úcty k starším“, kde sme medzi sebou privítali aj poslanca NSK Pavla Gogu. Kultúrny program zabezpečil známy zabávač Štefan Hruštinec. Pán starosta v príhovore vyzdvihol potrebu úcty k starším nielen v rodine, ale aj na pracovisku, v obchode, jednoducho všade: „Kto sa naučí vážiť si šediny, nemusí sa báť, že zostane v starobe nepovšimnutý. Mali by sme dokázať prijať od starších ich nadobudnuté skúsenosti a byť im za ne vďační.“

Ešte nevieme, ako sa vyvinie situácia s pandémiou v čase Vianoc. Bodaj by bola priaznivejšia a umožnila nám spoločne sa stretnúť a privítať aj Nový rok s nádejou, že už bude lepšie.

► **Albína Adamcová**
predsedníčka ZO JDS Solčany

Život nezastal!

Pravidelné vianočné stretnutie rodiny pri slávnostnom obede sme v roku „covidu“ museli oželiť. Nechýbala nám jedlička z dąnskych plantáží, nechýbala nám na štedrovečernom stole ryba so šalátom. Pod stromčekom bolo veľa balíčkov s rodinnými kalendármi. Kalendáre s opäť o rok staršími oslávencami. Zapli sme si messenger a roztráseným i-padom sme ukazovali, čo by našli deti i vnúčatá pod stromčekom, keby nebol lockdown.

Na displeji i-padu sa objavil rozmazaný čiernobiely obraz. Porucha na trase? Škoda, deti a hlavne vnúčatá nám nestihli ukázať svoje stromčeky, svoje darčeky, ani zaspievať koledy z Dobrej noviny.

Rozmazaný obraz na obrazovke i-padu pretrváva, dokonca sa tam aj niečo hýbe. „To je ultrazvuk“ skríkol dedko - lekár! Vo virtuálnom svete nastal nepredstaviteľný ošiaľ, prekrikovanie a radosť. Veď to najstaršia vnučka z ďaleké-

ho Škótska posla vianočný darček. Budeme prarodičia, dcéra s mužom babka s dedkom a ostatní tety, ujovia, sesternice, bratrancei...

Svetielka na stromčekoch sa zrazu rozžiarili jasnejšie, vianočné koledy zazneli slávnostnejšie a všetky darčeky zatienil tento naj-



krajší – očakávanie príchodu nového člena rodiny. Dar nového života prekonal smútok a strach z neznámeho votrelca, ktorý nemilosrdne vtrhol medzi nás.

Covid berie nádej, berie silu,

zdravie i životy. A predsa nám nezobral chuť žiť! Je pravda,

že rozmazaný svet spod rúška zahmlieva cestu i smer. V denných štatistikách počítame chorých aj mŕtvych... Ale my začíname počítať dni do vnučkinho pôrodu.

Počítajme radšej narodených! To je život, nádej, cesta aj smer. Aká krásna symbolika – v rádiu znie: „Narodil sa Kristus pán, radujme sa...“ a my sa radujeme, že zázrak života nás očakáva tiež. Našu rodinu.

Vonku začína snežiť. Snehová perina zakrýva šedivú a smutnú prírodu. A biela farba je farba nádeje! Nevesta v bielom má nádej, keď vstupuje do života, ktorý bude pre ňu naplnením lásky, očakávania a nového života. Aj mamička v očakávaní má nádej – svoje dieťa. Aj my všetci chceme mať nádej – a – budúcnosť! Starší aj oveľa mladší, aj tí, ktorých ešte len očakávame.

Po bielej zime zakvitne zem, rozžiari sa slnko. Z bielej nádeje začne pučať nový život. Je to náš život. Nepokazme si ho!

► **MUDr. Jozef Jakuš**
► **Foto: J. Janečková**

Prichádza koniec roka a to znamená bilancovanie



Ako vlani, tak aj toho roku sa „korona“ podpísala na činnosti našej ZO JDS. Pre pandemické opatrenia sme v mnohom obmedzili naše aktivity z plánu práce. Naša ZO JDS

Stalo sa už pravidlom, že z príležitosti MDD prispievame darčekom deťom do MŠ. Toho roku sme zakúpili knihy a kriedy, ktoré sme im odovzdali v deň sviatku na ihrisku

V júli sme absolvovali autobusový zájazd do Gabčíkova, spojený s plavbou loďou cez plavebné komory a spoločným obedom. Na spia-točnej ceste sme si v Podolí pozreli



má celkom 101 aktívnych členov a prvou našou akciou bola 9.6.2021 hodnotiaca výročná členská schôdza. S radosťou sa na nej stretla väčšina našich členov.



pri MŠ. Nakoľko mali naši seniori po prechádzajúcich opatreniach „potrebu stretávať sa“, využívali sme každú možnú príležitosť, keď nám to počasie dovolilo. Bola to hlavne individuálna turistika, jazda na bicykloch, výlety po okolí a pod. Ale hlavne to boli spoločné posedenia na hasičskom ihrisku pri klobáske či pri varení guláša.

Park miniatúr, kde sme obdivovali modely našich hradov a zámkov.

16.9.2021 usporiadala OO JDS Púchov okresné ŠH na ihrisku v Dohňanoch. Z každej organizácie súťažilo celkom 5 členov. Na záver súťažili predsedovia ZO v hode podkovou na cieľ. Bolo to príjemné stretnutie seniorov z celého okresu ani nie tak kvôli víťazstvám,

skôr kvôli spoločnému možnému stretnutiu sa.

Zo spoločných akcií sme stihli ešte upratovanie miestneho Domu smútku, kde sme sa pri robote stretli seniori, členky ČK, SZSP a pracovníčky OÚ.

Nakoľko sú ďalšie prísne opatrenia, nebude mať naše tradičné slávnostné Mikulášske posedenie, kde



hodnotíme našu činnosť, odovzdáme darčeky a lúčime sa so Starým rokom. Preto darčeky jubilantom, tak ako vlni, pripravia a roznesú členky výboru.

Prajeme všetkým príjemné a pokojné Vianoce a v Novom roku veľa zdravia, pohody a radosti zo života.

► **Danuše Sekáčová**
tajomníčka ZO JDS Lúky

Kto by takú zimu nemiloval?

Momentka

Krása snehu!? Tečie, kvapká zo striech, sem-tam sa spustí aj šusom a rach na chodník! Stromy rýchlo zoblíekli malebné a huňaté biele kožuchy, len na tráve a okrajoch chodníkov a ciest sa držia kopy aj prikrývky zo snehu. Sú plné stôp, jamkaté, často ufúľané, jedným slovom – smutná snehová próza.

V pondelok bolo ináč – hotová snehová rozprávka! Naváľalo snehu a ešte stále sa drobučký sypal z oblohy. Podvečer postavili deti na lúke za našim domom veľkého a mimoriadne pekného snehuliaka. Či skôr snehuliacku? Mala bujnú hrivu z odlomených vetvičiek vianočného stromčeka, riadny snehuliacky nos z mrkvy a oči...ako zemiaky! Veru tak, detská tvorivosť si vždy poradí. Veď kde by sa v bytovke našli uhlíky? A kamienky pozasýpal hojný sneh.

Lenže niekedy sa počasie mení rýchlejšie, ako by sme chceli. Po snehovej nádielke hneď na druhý deň – odmäk. Chúďa snehuliacka vďaka nemu prišla o hlavu ako Anna Boleynová a včera už bola na jej mieste len neforemná kopa snehu.

Čľapkáme sa s vnukom zo školy a vôbec ho nekáram, že hľadá cestu po zvyšnom snehu. Mohol by ísť ako ja aj po suchom chodníku – ale to teraz vôbec nie je lákavé. Sem – tam sa zohne, počká, pokým ho obídem, a už viem, čo bude nasledovať – bác! Guľa mokrého snehu pristála na mojom chrbte – veru, trefu má už presnú! Keď mu ja odplácam guľo-

vačku, je to horšie – väčšina mojich hodov míňa cieľ. Smejeme sa – užívame si zimu, ako sa ešte dá!

Vnuk mi s nadšením rozpráva, že sa boli počas prvej hodiny šmýkať



a „lyžicovať“ za školou a ja v duchu blahorečím pani učiteľke. Ako dobre, že sa nehrnula s deťmi na telocvik do telocvične, ale radšej zavelila: „Hurá, na sneh!“

Keď som bola malá, pamätám si tuhé zimiská, a aj mi je kvôli vnukovi ľúto, že presne také už vari ani nespozná. V duchu sa rozhodujem: Len čo prideme k nám, odložíme jeho školskú tašku a pôjdeme von. Na lúčku za domom. Tam je snehu ešte dosť – aspoň na guľovačku, pardón, možno na „polárnu výpravu“ – veď vnukova fantázia navodzuje neobmedzené možnosti.

Aj sa stalo, výprava bola. Hlavne k lákavým kopčiskám snehu, ktoré po dva dni navršil veľký odhrňáč na rozmedzí lúky a parkoviska pre autá. Sneh už načisto stvrdol a „minihory“ z neho dávali vnukovi hneď niekoľko možností – aj vyliezť, aj sa šmýkať po zadku či dole bruchom, po kolenách, ležiačky. Okrem toho

na lúke sa ešte vždy dali nájsť pásma neporušeného hlbokého snehu. Chr-rup, borí sa ľadová škrupinka a chlapec vydupáva na bielej ploche hlboké „prvostupaje“. Paráda! Len guľovačka nám nevychádza – sneh je ostrý, tvrdý, sypký...

Vraciame sa domov a tu aký div!!! Naša oľutovaná snehuliacka opäť stojí! Na pôvodnom mieste. Síce nie taká vysoká, ani taká krásna ako predtým, ale čuprina z vetvičiek, nos aj zemiakové oči sú na svojich miestach. Trochu sa nakláňa dopredu aj hrbí ako unavená starénka, ale my dvaja máme obrovskú radosť. Cestou zbadáme pováľaného menšieho snehuliaka a už aj po vzore iných utajených „reštaurátorov“ sa aj my hráme na „oživovanie“. Kladíme guľu na guľu, ešte hlavu, v snehu nájdeme oči – gombíky, aj mrkvu – nos a hneď je všetko, ako má byť. Snehuliack sa na nás usmieva pôvodnými veselými ústami a my bežíme domov, rozrečnení, s premočenými rukavicami aj čizmami, ale takí – správne zimno-šťastní.

Úloha z matematiky bola raz – dva. Ešte nás čaká čítanie. Predstavte si, rozprávka od Márie Ďuričkovej o snehuliakovi Tónovi a snehuliacke Tonke. Ako sa naučili chodiť aj ako sa našli. Vnuk má líca červené ako jabĺčka a ja tuším tiež.

Zapisujem túto malú zimnú príhodu a ešte stále vo mne pospevuje jedno malé vnútorné šťastie: Kto by takú zimu nemiloval? **D. L.**

V čase vianočnom

Práve v tomto predvianočnom čase čoraz viac myslíme na našich priateľov - seniorov. Chcem sa Vám všetkým, milí členovia JDS, milí všetci seniori, prihovoriť v čase najkrajších sviatkov roka. Sviatkov pokoja, lásky a porozumenia. V čase, na ktorý netrepežlivo čakáme, lebo ich čaro a výnimočnosť nás naplňa pocitom šťastia, pohody a rodinnej harmónie.

Vianoce majú neopísateľnú silu pre každého, od nepamäti. V čase, keď niečo nové prichádza, niečo nové sa rodí. Sú rodinou, sú spo-

mienkou na tých, ktorých túžime objasť, na tých, vďaka ktorým boli mnohé naše predošlé Vianoce voňavé. Tú vôňu chceme cítiť znova a znova.

Pri príležitosti týchto božích sviatkov chcem Vás všetkých, drahí seniori, pozdraviť a priať Vám, aby ste prežili krásne a požehnané Vianoce. Prežité ich v príjemnej atmosfére a s pokojom na duši.

Rok, ktorý sa o pár dní skončí, nebol jednoduchý. Priam veľmi náročný. Ale zvládli sme ho s pokorou.

Čaká nás ešte ďalšie obdobie, ktoré verím, už bude etapou, opretou o pevné zdravie a krajší náš spoločný život.

Dúfam, členovia naši, že Vás môj pozdrav ako malý darček poteší, že cítite našu seniorskú spolupatričnosť. Aj v ťažších časoch sme spojení našimi spomienkami, ale aj túžbami a predsavzatiami.

Nech ste, nech sme všetci zdraví!

► S úctou predsedníčka ZO JDS
v Bobrove Oľga Slovíková

Country tanečná skupina Margit - Margecany



Pri pomníku padlých vojakov 11.11. v Šaštíne - Strážach



Petržalské seniorky - cvičenie v prírode



Prečo si neposedieť pri chutnom guľáši ZO JDS Lúky



POĎ MEDZI NÁS

Božena Rusnáková

Hej priateľ, postoj!
Povedať ti chcem,
že priveľa smútku
zo štyroch prázdnych stien
je v твоjich očiach.
Dlho blúdiš životom
len tak, bez cieľa?
Ako vajce vajcu
tvoj deň sa ďalšiemu podobá:
pondelok, utorok, streda
– ba i nedeľa.

Hovoríš: „Žiaľ, prišla staroba...“
Nevrav tak, priateľ môj,
to zmeniť dá sa!
Neveríš mi, vari?
Pomalší krok, šedivý vlas
i vejárik vrások na mojej tvári,
no v duši iskra stále šepká,
urobiť niečo dobré
pre človeka aj pre všetkých
v našej „JEDNOTE“.

Zasiať semä radosti,
smiechu, pohody,
zahodiť smútok do vody,
ako Morenu v jari.
Ver, všetko sa podarí.
Veď i bolesť
lepšie sa znáša dvom.
A nás je veľa!
I všedný deň môže byť nedeľa!
Tak neváhaj
a príď k nám ešte dnes -
sme tu aj pre teba!
Sme v JDS !



Naše ženičky zo ZO JDS Svätá Únie žien pod vedením Ľ. Ilavskej zhotovili krásny Adventný veniec na námestie pred KD v Podskalke, MČ Svit.



V ZO JDS Pata oslávili Mesiac úcty k starším



Seniori ZO JDS Svätá a SZPB pri pamätníku bojovníkov v SNP v Krpáčove. Krpáčovo rok 2021

Vážení členovia redakčnej rady,

keď listujem v časopise Tretí vek, cítim akoby pohladenie na dušu. Z časopisu čerpáme veľa informácií a veľké množstvo inšpirácie pre našu prácu.

Verím, že aj tento môj malý príspevok bude prínosom a inšpiráciou pre niekoho iného.

V mene celej našej organizácie v počte 200 členov Vám srdečne ďakujem a želám veľa zdravia, osobných i pracovných úspechov a pri príležitosti sa blížiacich vianočných sviatkov aj krásne a pokojné sviatky.

S pozdravom

Albína Adamcová, predsedníčka ZO- JDS Solčany



Iba deň pred svojimi 75. narodeninami zomrela pani **Mária Ester Awwadová**. Viac ako desať rokov bola predsedníčkou ZO JDS v Dunajskej Lužnej. Až do odchodu do dôchodku pracovala ako vychovávateľka v MŠ a potom v ŠD pri ZŠ v obci. Od r. 2010 venovala všetok svoj voľný čas seniorom. Spolupracovala s OÚ v Dunajskej Lužnej a usilovne pomáhala rozširovať členskú základňu ZO JDS.

Česť jej pamiatke! Výbor ZO JDS Dunajská Lužná



V októbri 2021 sme sa museli rozlúčiť so zakladajúcim členom našej ZO JDS a zároveň dlhoročným predsedom p. **Františkom Hanuszom**. Zosnul po ťažkej chorobe vo veku 87 rokov. Budeme naňho spomínať s veľkou vďakou

Česť jeho pamiatke! Výbor ZO JDS Kalinkovo



Odišiel priateľ

V decembri po zákernej chorobe náhle opustil rady OO JDS Tvrdošín Ing. Jozef Glombík. Oficiálne bol členom MsO JDS Skalka Tvrdošín. Neoficiálne bol členom všetkých organizácií v okrese, lebo Jozef mal rád ľudí, spoločnosť a nadovšetko miloval svoju heligónku, hudobnú aparatúru a kameru. Preto ho naši ľudia mali radi.

Bez Jozefa s jeho charakteristickým úsmevom, heligónkou a hudobnou aparatúrou sa nezaobišli žiadne športové záporenia, spoločenské posedenia a kultúrne akcie. Vedel urobiť náladu, postarať sa o zábavu. Zanechal po sebe bohatý video a foto archív zo všetkých akcií, organizovaných OO JDS aj základnými organizáciami a tiež z krajských i celoslovenských podujatí, ktoré organizovala naša OO JDS.

Jozef, budeš nám všetkým chýbať. Bol si neoddeliteľnou súčasťou našej organizácie, za veľa Ťi ďakujeme. Česť Tvojej pamiatke!

► OO JDS Tvrdošín

Upozornenie

Ústredie Jednoty dôchodcov na Slovensku, OZ, si Vás dovoľuje upozorniť, že zo spoločenských, kultúrnych, športových, turistických a iných akcií organizovaných ZO, MsO, OO, KO aj ústredím JDS sú vyhotovované zvukové a obrazové záznamy i fotografie, ktoré sa následne využívajú na spravodajské a propagačné účely o aktivitách JDS na jej jednotlivých stupňoch i na verejnosti.

Účasťou na týchto podujatiach udeľuje fyzická osoba súhlas s vyhotovovaním fotografií a iného audiovizuálneho materiálu a s jeho zverejnením na adrese webového sídla, oficiálnych stránok sociálnych sietí organizácií JDS a v periodiku Tretí vek výlučne za účelom prezentácie alebo poskytnutia informácií o podujatiach, v súlade s § 12 ods. 3 zákona č. 40/1964 Zb. Občianskeho zákonníka i v znení čl. 13 Nariadenia Európskeho parlamentu a rady EÚ o ochrane fyzických osôb pri spracovaní osobných údajov o voľnom pohybe takýchto údajov, ktorým sa zrušuje smernica 95/46 ES neskorších predpisov.

Krížovka z denníka Pravda

Rabíndranáth Thákur: Lahké... (pokračovanie v tajničke)

Pomôcky: DONARIT, PIKEL, ODP	prever	2	skr. štátu Utah	nekovový prvok zo skupiny halogénov	staro- grécky bájkár	rastlinný alkoholický cukor	Autor: J. M.	podoprel	mecha- nický výcvik	porážka súpera v šachu	značka pre yard	1	Eduard (dom.)
tajne chystám (kniž.)							odplaví (zried.)						
mono- sacharid (chem.)							pradedo angl. poľná miera						
skr. Olym- pijských hier			trhavina počítač (zastar.)								značka pre bušel rutina, šablóna		
ponáraj				čakan (horol.) malý ráf						malý hlo- davec chradne (bás.)			
predná časť ľudskej hlavy					telefón, skr. obor z Kréty				Martin (dom.) veľmi krátke vlny				
sval umo- žňujúci otá- čavé po- hyby							vejú (kníž.) hudobná skladba						cisternová loď
otrhal, ošklbal							zápis postupu filmovania stretne sa						
natieral vápnom						začína vrieť úžkonosé opice							
rozum			kolmý žľab v skalách kratšia klobása						keltský ná- zov Írska grécke písmeno				
prijímaš potravu				záhradník ohlasovať						skr. auto- motoklubu natiahne			
Pomôcky: ERIN, KETÓZA, KETÓN	spoluvorca	3	citoslovce pohrdania		organická zlúčenina Irena (dom.)						značka neónu lepkavá tekutina		
zacelila sa										Asýrčan predložka so 6. pádom			
robotníčka v pekárni							skr. pod- plukovníka Hospodár- ske noviny						EČV Malaciek
rumunský							posúvam niečo sypké zamýšľalo						
odlučujú (zried.)						hniezdo (básn.) uložiť ako povinnosť							
odpiť (expr.)					oxid uránatý opila								
skr. štátu Arkansas				sústava vod. diel počarenie pohľadom									
skr. umeleckej agentúry			páľava skr. oktylde- cytálátu										
utvárala													
odčlenil													
vřízgalo (expr.)													

Denník Pravda a prílohy,
ktoré poradia i zabavia

Tajnička: Rabíndranáth Thákur: Lahké... ...je byť úprimný, keď nehovoríme celú pravdu. Knihu Zvláštne šťastie vyhrali



Na Nový rok predpoludním

Novoročný kraj – ako pocukrovaný!
 Len sýkorky – švitoroky biele ticho rušia
 Nadýcham doň vinš – sviatočný, srdečný,
 nech sa do korún briez vplietia!

Nech sa pohojdá na konári jablone,
 preletí na chumáči bielej pary –
 A potom zaťuká na oblok
 v sivo- beláskavej diali...

Na Nový rok blízko je aj ďaleko
 k staničkám dávnych ciest -
 A tak len pohľadzam mrazivé ticho
 a brnkám na struny vzdialených hviezd
D. L.

**Prajme si, milé seniorky, seniori,
 do začínajúceho roka 2022 veľa zdravia,
 osobnej pohody a priateľského porozumenia**

Predsedenstvo JDS
 a redakčná rada časopisu 3. vek