

3 vek

Ročník XXIV. ▶ Október 2019 ▶ www.jds.sk



Prehliadka speváckych súborov seniorov Zvolen 2019



Foto: Ján Kíšík



OBSAH

NA AKTUÁLNU TÉMU

OKÓBER - MESIAC
ÚCTY K STARŠÍM

Z ČINNOSTI JDS

LITERÁRNA PRÍLOHA

RADÍME VÁM

KRÍŽOVKA

Naším čitateľom do pozornosti

Radi vítame aj uverejňujeme Vaše príspevky. Z technických dôvodov Vás žiadame o ich elektronickú formu. Prijímame ich na adrese:

redakcia3vek@gmail.com,
resp. lipianskyvl@gmail.com.
Ďakujeme.

► redakcia



Vážené členky a členovia JDS, priatelia seniori!

Mesiac október sa už tradične spája s nami a celou širokou problematikou seniorského veku. Počas tohto mesiaca počujeme viac blahoprajných slov aj spoločenských sľubov. Aj my, sami, možno viac roztvárame náruč pre svoje, tak povediac, široké dôchodcovské prostredie. Ale úcta k starším, starostlivosť o nich, ich miesto v spoločnosti – to nie sú len témy na politické príhovory či slohovú kompozíciu k maturite.

Je to náš každodenný život. A v ňom je veľa a rokmi zákonite ešte pribúda drsnej reality. Za niečo z nej zákonite môže sám život, za ďalšie náš štát, naša spoločnosť, za ďalšie naša najbližšia rodina a pravdaže, aj my, sami. Zrelý vek – to nie je len odborný sociologický či psychologický pojem, to je náš život, so všetkým, čo k nemu patrí.

Som veľmi rád, že sa v prostredí našich organizácií často stretávam s pozitívnym a konštruktívnym postojom k nemu. Bývam neraz zaskočený, čo všetko si dokážete vymyslieť a zorganizovať. Ako aktívne fungujete pre svoje užšie či širšie okolie aj pre seba. Práve na tom naša JDS stavia svoju činnosť.

Nie sme na okraji spoločnosti. Ešte stále nielen prijímame, ale sa aj usilujeme o našu spoločenskú akceptáciu. Jej ciele pre nasledovné obdobie máme jasné. Sú to:

- ochrana práv seniorov a podpora sociálno-ekonomického dialógu v spoločnosti
- požiadavka skvalitňovania modelu valorizácie dôchodkov a priznanie 13. dôchodku
- skvalitnenie zdravotnej starostlivosti s dôrazom na prevenciu, dostupnosť a medicínsku starostlivosť
- zlepšovanie podmienok pre pracujúcich dôchodcov
- budovanie a rozširovanie sociálnych zariadení pre seniorov

Ako tieto priority premieňať na skutočnosť? Nie jednou, mnohými cestami, vzťahmi, dlhodobým úsilím. Avšak vždy vo vzájomnom dialógu medzi sebou a tiež s generáciou našich detí aj vnúčat. Lebo taký je prirodzený zákon života. Posolstvo rozprávky o troch grošoch je neustále živé.

Ján Lipiansky, predseda JDS

Vydáva: Ústredie Jednoty dôchodcov na Slovensku.

Redakčná rada: Ján Lipiansky – predseda. **Členovia:** Dobroslava Luknárová, Augustín Ukropec, Valéria Pokorná, Alojz Luknár

Grafická úprava, redakčné a technické spracovanie: Ultra Print Digital, s.r.o. **Tlač:** Ultra Print, s.r.o., Bratislava **Rozširuje:** JDS poštou a vlastnou distribúciou. **Nepredajné.** EV 644/08 ISSN 1336-0833. **Periodicita vydávania:** 6x ročne. **Sídlo vydavateľa:** Vajnorská 1, 831 04 Bratislava. **IČO vydavateľa:** 00897019. Číslo 4/2019





Vážení a milí priatelia, naši seniori!

Som nesmierne rád, že sa Vám môžem opäť prihovoriť. Veru, život rýchlo plynie, na čo často myslím pri pohľade na vnúčence aj v spomienkach na mojich drahých rodičov. S pribúdajúcimi rokmi ich múdre rady čoraz častejšie vo mne rezonujú. Sú odrazom aj Vašich pripomienok a rád. Ste pre mňa veľkou inšpiráciou v pracovnej i ľudskej oblasti v množstve životných skúseností, ale aj v tom, ako ste stále aktívni, inšpirujúci aj ako nezištne pomáhate, kde sa len dá. Vaše nápady a odporúčania pre sociálnu oblasť veľaokrát pretavujeme do navrhovaných zákonov a opatrení.

Mojou dlhodobou snahou je, aby sa zlepšovala kvalita Vášho života na všetkých úrovniach v sociálnej oblasti. Ako najdlhšie slúžiaci minister práce, sociálnych vecí a rodiny spomedzi kolegov v Európskej únii mám vzácnu príležitosť presadzovať už vyše sedem rokov opatrenia na skvalitňovanie Vašej jesene života a života Vašich rodín. Považujem to za obrovský dar v časoch, keď svetu čoraz viac vládnu peniaze, pragmatizmus a individualizmus.

Dúfam, že aj Vy cítite, že všetko, čo pre Vás môžem urobiť, za podpory mojich kolegov, rád robím.

Aj tento rok mám dôvod na dobrý pocit, lebo sa nám podarilo presadiť v spolupráci s Vašou organizáciou a jej predsedom J. Lipianskym, aj za podpory vedenia strany SMER-SD a koalíčných partnerov, viacero dobrých legislatívnych zmien. Ide najmä o zdvojnásobenie vianočného príspevku až do maximálnej výšky 200 €. Rozšíril sa aj okruh poberateľov o vyše 123-tisíc seniorov, teda ich celkový počet stúpne až na približne 1,3 mil. Všetci seniori, ktorých dôchodok nepresahuje 658,50 €,

dostanú vianočný príspevok podľa výšky ich dôchodku. Veď Vianoce nie sú väčšou finančnou záťažou len pre tých s najnižším dôchodkom, ale aj pre tých, ktorí počas života zarábali o niečo viac a odvádzali tým aj vyššie poistné. Áno, náklady opäť predstavujú vyše 154 mil. €, ale odmietam výhrady nepravínikov, ktorí hovoria, že sa máte štatisticky dobre. Som presvedčený, že si každú ďalšiu pomoc z verejných zdrojov bez diskusií zaslúžite a naša spoločnosť to zvládne.

Mojou dlhodobou ambíciou a osobným záujmom je však prechod z tohto príspevku na 13-ty dôchodok. Vyviním preto naďalej maximálne úsilie, aby ho slovenskí dôchodcovia v blízkej budúcnosti dostali v plnej výške svojho mesačného dôchodku. Tohtoročné zdvojnásobenie príspevku je výrazným krokom k jeho postupnej transformácii.

Positívnu správou je aj výsledok novej koncepcie valorizácie dôchodkov. Na budúci rok až 88 % dôchodkových dávok bude valorizovaných percentuálne o dôchodcovskú infláciu, čo je o 2,9%, a nie minimálnou pevnou sumou 9 €. Je to výborná správa, keďže zvýšenie bude podľa toho, čo je pre seniora výhodnejšie. To znamená, že senior nesmie mať zvýšený dôchodok o menej ako 9 €, ale drvivá väčšina dostane zásluhovo ešte viac.

U mňa stále platí, že lepšia ekonomika krajiny, rastúca zamestnanosť a prijaté legislatívne opatrenia sa musia odrážať aj na zlepšujúcej sa životnej úrovni dôchodcov. Áno, aj pri novopripravených dôchodkoch je už vývoj evidentný. Pre porovnanie, napríklad za predchádzajúce 2 roky priemerné dôchodky vzrástli o 45 €. V roku 2017 to bolo 470,50 €, aktuálne 515,50 €. Celkovo v rokoch 2005 - 2019 vplyvom valorizácie a viacerých našich opatrení vzrástol na Slovensku starobný dôchodok v priemere až o 226 €.

Som hrdý aj na to, že sa nám podarilo, dokonca v predstihu, naplniť náš veľký cieľ – aby opatrovateľský prí-

spevok dosiahol úroveň minimálnej mzdy. Veď kto iný ako blízka osoba z rodiny môže poskytnúť ťažko zdravotne postihnutému lepšiu starostlivosť? Domáce prostredie je totiž jedným z faktorov, ktoré bezpochyby pozitívne vplyvajú na jeho zdravotný stav. Bohužiaľ nie všetci majú to šťastie, aby boli v opatere blízkych - sú odkázaní na nepretržitú odbornú starostlivosť v zariadení. Dbáme preto, aby sme aj my prispeli k dôstojnej starobe v zariadeniach sociálnych služieb. A tak ako každý rok, aj od januára budúceho roka výrazne zvyšujeme ich spolufinancovanie. Napr. v najvyššom, šiestom stupni odkázanosti aktuálne prispievame sumou 504 €. Od januára to bude každomesačne až 546 € na osobu. Verím, že aj v nasledujúcich rokoch umožní kondícia verejných financií podobné razantné zvyšovanie príspevkov pre najviac odkázaných.

Na návštevách v rôznych kútoch Slovenska často počúvam, že nie všetci si môžu dovoliť sociálnu službu v neverejnom zariadení. Áno, doplatky klientov sú v nich často výrazne vyššie ako vo verejných, hoci spomínaný príspevok naše ministerstvo poskytuje v rovnakej výške tak verejným ako aj neverejným zariadeniam. Verím však, že v krátkom čase budú aj neverejné zariadenia dostupnejšie, veď od začiatku októbra budú dostávať od samospráv viac financií na svoju prevádzku, čím sa podľa ich slov vytvorí priestor na zníženie doplatku od klienta.

Vážení a milí seniori,

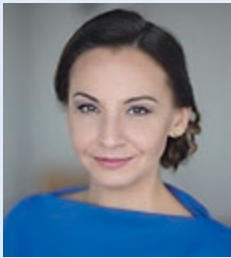
na záver si pomôžem myšlienkou Michelangela Buonarrotiho, že „dokonalosť spočíva v maličkostiach, ale dokonalosť nie je maličkosť“. Budem sa aj do budúcnosti snažiť, aby som všetko robil vo Váš prospech, pre zlepšenie Vašich životných podmienok.

Ďakujem Vám za spoluprácu a teším sa na naše ďalšie spoločné stretnutia

Váš minister Ján Richter

Staroba nesmie byť dôvod na to, aby sme ľudí odsúvali na druhú koľaj

Už v mladosti zabúdame, že starneme



Hovoriť, počúvať či písať o úcte k starším nemá význam, ak nemáme príjemcu našich myšlienok, názorov. Ak niekto nechce prijať úctu k ľuďom, nielen seniorom, za podstatu slušných vzťahov, ktoré potrebujú opateru každý jeden deň. Ak niekto zabúda na to, že od malička iba starne, na zákon prírody, ktorý je neomylný...

Od narodenia nás vedú za ruku rodičia, sú obrazom pre naše správanie. Kráčame životom a starneme spolu s nimi. Formujú naše mysle-

nie, osobnosť. Ak medzi nimi cítime vzájomnú úctu, harmóniu, istotu, že aj ťažké veci riešia spolu a s rozvahou, máme do života dobrý základ. Ten nás podrží aj vtedy, keď nás ovplyvňuje prostredie a iní ľudia. Väžiť si samého seba a nerobiť druhým to, čo sami nechceme, aby sa nám dialo. Tu pramení úcta k ľuďom.

Vážim si múdrosť a skúsenosť starších. Už rozumiem maminým „nekonečným“ otázkam: kedy prídem, či som jedla, prečo nezavolám ... z mojich študentských čias. Rozumiem im, lebo mama sa nezmenila a aj otázky ostali rovnaké. Len viem, že teraz ma potrebuje viac vidieť, ako počuť. Byť s nami, s rodinou, priateľmi. Nie s fotkami a esemeskami.

Potrebuje dôstojne žiť a byť užitočná. Lebo tak jestvovala doposiaľ. Staroba nesmie byť dôvod na to, aby sme ľudí odsúvali na druhú koľaj. Veď mnohí seniori neraz až v zrelom veku doslova naberú druhý dych a objavujú to pekné, na čo jednoducho nemali čas a energiu.

Cicero povedal, že ničoho sa staroba nesmie vystríhať väčšmi ako nečinnosti. Ak je duša, myseľ „bez pohybu“, aj telo má minimum energie. Tá sa dobíja len životom. Životom s ľuďmi a medzi ľuďmi, vo vzájomnej úcte, dôstojnosti. A nielen v októbri.

S úctou

- ▶ **Alena Bašistová,**
- ▶ **poslankyňa NR SR a predsedníčka Výboru NR SR pre sociálne veci**

Tretí groš pre seniorov



Pamätám si príbeh o troch grošoch, v ktorom je jeden groš odovzdaný otcovi. Bol to prejav vďaky za pracovité ruky a láskavé srdce. Vychutnávajú si dnešní seniori ten pomyselný groš a jeseň života? Je správne, aby senior, opatrujúci iného seniora, dostával výrazne menej peňazí ako opatrovať nepoberajúci dôchodok?

Mrzí ma, že dôchodcom v hmotnej núdzi nikto neprispieva na stravu. Pričom sa stáva, že z malej penzie uhrádzajú nevyhnutné náklady a radšej šetria na strave. Senior, ktorý po úmrtí partnera ostane sám, má problém s úhradou nájomného. Keď nie je v hmotnej núdzi, nemá nárok na príspevok na bývanie. Starostlivosť o starnúce obyvateľstvo je v ža-

lostnom stave. Hnevá ma, ak ochorie starý človek a jeho ochoreniu sa neprikladá náležitá pozornosť. Považujem za problém, že sa ľuďom s menším zdravotným obmedzením v seniorskom veku neposkytuje služba na podporu telesného a duševného zdravia.

Problémov je veľa, ale moje srdce vždy bilo pre seniorov. Preto urobím všetko, čo bude v mojich silách, aby v starobe netrpeli.

Prajem všetkým, aby svoj strieborný vek prežívali dôstojne, v zdraví a s blízkymi okolo seba. Nech ten groš, ktorý investovali, sa im 100-násobne vráti!

S pozdravom

- ▶ **PhDr. Soňa Gaborčáková,**
- ▶ **poslankyňa NR SR, členka Výboru NR SR pre sociálne veci**

Vážení čitatelia, milí seniori,



je tu október - Mesiac úcty k starším. Tento jeho prívlastok nám pripomína, aby sme si uctili a nezabúdali na tých, vďaka ktorým sme tu a vďaka ktorým sme získali všetko, čo máme.

Sme si plne vedomí, že za svoju existenciu vďačíme svojim rodičom a starým rodičom. A nie je to len dar života. Je to aj obdobie nášho detstva a mladosti, kedy nás s láskou pripravovali na život v dospelosti. Keď som bola malá, spomínam si, ako mi stará mama s láskou sprostredkovala svet. Vždy, keď som potrebovala útechu, našla som ju práve u nej.



S pojmom „staroba“ sa spája mnoho metaforických prirovnání: tretí vek, druhá mladosť, zlatý vek či jeseň života.

Je to obdobie života, ktoré prebieha rôzne a má azda toľko podôb, koľko jestvuje ľudských osudov. Rovnako i hranice staroby sú vnímané odlišne. Inak ju vnímajú mladí, inak ľudia v strednom veku a inak sa s ňou stotožňujú ľudia v pokročilom veku. Snáď mi dá každý za pravdu, že k starším ľuďom patrí úcta a preukázanie dôstojnosti.

Vážení seniori,

presadzovanie myšlienok a následných konceptov poslaneckých návrhov nebýva vždy jednoduché. Patrí k nim rad odborných stretnutí, vyjednávani a posudzovaní, vyžadujú určitú časovú náročnosť. Aj napriek tomu, ako poslanci NR SR, nezabúdame na cieľovú skupinu seniorov. Tento rok sa nám podarilo ústavne zastropovať dôchodkový vek na 64 rokov.

Teraz sme na rade my, **milí seniori**, aby sme Vám Vašu pomoc a pozornosť vrátili.

Naše hnutie SME RODINA – Boris Kollár vníma problémy seniorov srdcom a nie ako štatistiku. Naše legislatívne návrhy budú vždy odzrkadľovať úctu k Vám. Chceme Vám byť nápomocní najmä v situáciách, keď už mnohí potrebujete pomoc, keď začínate byť na pomoc iných odkázaní.

Milí seniori, želim Vám v prvom rade zdravie a radostnú jeseň Vášho života. Želim Vám úctu a vďaka od každého, pretože si ju zaslúžite.

S úctou

▶ **Krištúfková, Petra**,
poslankyňa NR SR, členka Výboru NR SR pre sociálne veci

K 1.1.2021 plánuje Slovenská národná strana zmeny aj v oblasti dôchodkového systému. SNS na koalíčnej rade predložila koalíčným partnerom nový návrh nastavenia minimálneho dôchodku pri odpracovaných 30 rokoch tak, aby jeho minimálna výška predstavovala 33 % priemernej mzdy. V kontexte stáleho zvyšovania cien liekov, potravín, energií a pod. je na mieste uvažovať o prípadnej zmene výpočtu koeficientu v dôchodkovom systéme, o zmene valorizačného mechanizmu aj o zmene nastavenia systému výpočtu dôchodku.

Blaho občanov, ku ktorému patrí aj blaho seniorov, je jednou z priorit Slovenskej národnej strany, preto by som na záver vyzdvihla citát Johna Stuarta Milla, ktorý tvrdí: „Najsilnejším prostriedkom proti starnutiu je láska.“ Nezabúdajme teda na svojich rodičov, starých rodičov, seniorov v našej spoločnosti! Pristupujme k nim v prvom rade s citom a láskou...

S úctou

▶ **Magdaléna Kuciaňová**,
▶ **poslankyňa NR SR, členka Výboru NR SR pre sociálne veci**



Ctení seniori,

v mojej rodine som bol vedený k rešpektu a láske voči najstaršej generácii, pretože sa v jej živote spája múdrosť a skúsenosť. Ste generáciou, ktorá zažila veľké historické udalosti, ktoré so sebou prinášali nádej, ale aj sklamanie. Preto som presvedčený, že patríte do skupiny ľudí, voči ktorým máme dlh. Cítim ako svoju povinnosť odvdáčiť sa Vám za to, čo ste pre nás urobili a presadzovať také opatrenia, ktoré Váš život robia dôstojnejším.

Ako poslanec NR SR za stranu SMER – SD som hlasoval za mnohé sociálne opatrenia, ktoré Vám majú uľahčiť život. Iste viete, že v tomto roku sme zdvojnásobili vianočný príspevok a pripravujeme jeho transformáciu na 13. dôchodok. Zaviedli sme inštitút minimálneho dôchodku, ktorý práve v parlamente razantne zvyšujeme. Upravili sme aj samotný valorizačný mechanizmus dôchodkov, aby mohli rásť rýchlejším tempom, aj keď s ním stále nemôžeme byť spokojní a diskutujeme, ako ho vylepšiť. Zaviedli sme pre Vás vlaky zadarmo, či znížili doplatky na lieky.

Pravda, to nie je všetko. Aj po parlamentných voľbách chceme pokračovať v sociálnej politike v prospech našich občanov. Verím v zdravý rozum a skúsenosť, pretože iba tak môžeme meniť Váš život k lepšiemu. Verím, že sa nám to spoločne podarí.

S úctou

▶ **Erik Tomáš**, poslanec NR SR,
člen Výboru NR SR pre sociálne veci

Povedať...

Povedať prosto

a nahlas:

Život je krásny,

aj keď je taký, aký je.

Vyznať sa z plných pl'úc

na cesty neh'adiac,

len slnko pohľadzat' a žit'.

Najkrajší čas,

čo pristál na planéte Zem

a dýcha s nami.

Ja to viem.

Josef Daník zo zbierky Vyznanie

20. ročník spevu seniorov v plnej kráse



Divadlo J. Gregora Tajovského sa 18. septembra t.r. otváralo už o ôsmej ráno. Dôvod? Jedinečný program aj jedineční diváci – účastníci **Celoslovenskej prehliadky speváckych súborov seniorov, členov JDS.**

Jubilejný 20. ročník tohto obľúbeného podujatia privítal Zvolen slnečným, ale trochu chladným ránom, avšak v priestoroch divadla ako keby panovalo horúce leto – hlučná vrava, dobrá nálada, pestré oblečenie. Najväčšiu pozornosť upútali kroje speváčok zo Sásy, obce z okresu Revúca, reprezentantiek KO JDS Banskobystrického kraja. A čo hudobné nástroje, ktoré sa nedajú skryť do futrálov? Niesli ich so sebou členovia súboru **HÁJIČEK** z obce Chrenovec – Brusno (okres Prievidza, kraj Trenčín). Signálne nástroje – pastierske trúby – trombity – kto ich dokáže meniť na originálne hudobné nástroje? Keď sa členovia tohto súboru (má v obci omnoho viac členov a členiek rôzneho veku) postavili na javisko a predviedli svoje vystúpenie, vrátane hry na trombitách, vyslúžili si divácky obdiv a dlhotrvajúci potlesk. Iste patril – hoci bez reklamy – aj majstrovi rezbárovi Jánovi



s pozdravnými príhovormi za hostiteľský kraj Banská Bystrica predsedal KO JDS Ján Hlaváč, za mesto Zvolen jeho primátorka Ing. Lenka Balkovičová a čestný hosť podujatia Doc. JUDr. Ivan Gašparovič, CSc, bývalý prezident SR. Vo svojom príhovore vyzdvihol lásku a úctu k domovine, rodnej reči, domovu. Je

prečo zachovávať posolstvo rodičov a ďalej ho rozvíjať pre generáciu detí – tvoriť súdržný zväzok rodiny, základu nášho dneška aj budúcnosti.

Pokým sa členovia súborov preobliekali do krojov či jednotného spoločenského oblečenia, zišli sa vedúci súborov s odbornou porotou, v ktorej nechýbal dlhoročný nadšený organizátor mnohých obdobných podujatí hlavne v Trenčianskom kraji Dr. Jozef Farkašovský. Porote predsedal PhDr. Alojz Luknár, podpredseda JDS pre kultúru a voľnočasové aktivity, ďalšími členkami boli Mgr. M. Hroncová, predsedníčka OO JDS Veľký Krtíš a Mgr. Erika Žigová z Podpolianskeho osvetového strediska.

Program prehliadky mal svoju oficiálnu časť, v ktorej vystúpili

prečo zachovávať posolstvo rodičov a ďalej ho rozvíjať pre generáciu detí – tvoriť súdržný zväzok rodiny, základu nášho dneška aj budúcnosti.

CHLAPI Z DOLNEJ LEHOTY (okres Brezno, kraj B. Bystrica) otvorili pomyselnú „galériu piesňových obrázkov zo Slovenska“ povesťou ľudovou piesňou Na kráľovej holi. Uviedli sa ňou v roku 2015 na jubilejnom 10. medzinárodnom folklórnom festivale v Thajsku a posledne v októbri 2018 v Srbsku v Kovačici, býva úvodom či záverom ich mnohých vystúpení po Slovensku aj v zahraničí. Po nich sa celé javisko divadla rozjasnilo, ba až roziskrilo od pestrých ženských krojov zo Sáse, najmä keď členky súboru



SASIANKA (okres Zvolen) pridali k spevu aj tanečné kreácie. Horehronské kroje vzápätí vystriedala farebnosť i vzhľad ženských aj mužských krojov z okolia Pezinka. Súbor **RA-DOSŤ** z tohto mesta, reprezentujúci KO JDS Bratislava, zostavil svoje vystúpenie z regrútskych a vojenských piesní. Prezentovali sa nimi na mnohých vystúpeniach z príležitosti 100. výročia ukončenia 1. svetovej vojny a vzniku Česko-Slovenskej republiky. A opäť iný kroj aj iný spevácky výraz – **KUKLOVJANKY** – ženská spevácka skupina z obce Kuklov (okres Senica, kraj Trnava). Spievajú spolu už 45 rokov a majú za sebou nespočetné množstvo vystúpení aj rôznych speváckych súťaží. V ich repertoári dominujú dievčenské a ženské pies-



ne – jedny zádušné až smutné, iné veselé až humorné či prekáravé. A na ich kroji najväčšiu pozornosť iste upútali biele zásterky s bohatou výšivkou. Aj ženská spevácka skupina POLUDNICA zo Závažnej Poruby (okres Liptovský Mikuláš, kraj Žilina) vniesla do divadelnej sály obdobnú náladu – podfarbenú nehou a zádušnosťou, podčiarknutú prepracovaným speváckym výrazom. Nasledovali HUMENSKÍ SENIORI (kraj Prešov) aj súbor LONGOVČAN (okres Trebišov, kraj Košice), popri harmonikách sa ozvali aj husle či elektronický klavír - - -

Každý súbor, ktorý na prehliadke vystúpil, obohatil celkový dojem o svojský, jedinečný výraz. V súčasnom 20. ročníku pozoruhodne niekoľkokrát dominovali muži – speváci aj hudobníci. Odrazilo sa to na výbere obsahu piesní aj na ich prednese - pribudlo viac dynamiky i tvrdosti.

Vystúpenie ženských speváckych skupín alebo sekcie žien v zmiešaných súboroch bolo výborným kontrastným bodom a vždy príjemne osviežilo celkovú atmosféru tohto pozoruhodného koncertu.

Prišlo aj na dramatické vystúpenie a ním vybudené „veselé spomínanie a prespevovanie“! Ako ináč, keď súbor SENIOR z Brezna oživil na javisku populárnu scénu pytačiek zo známeho priam ikonického filmu Rodná zem?! Spievalo sa na javisku aj v hľadisku. Možno sem – tam ušlo niektoré slovo, ale z melódií piesní aj replík medzi hercami nič neubudlo.

Záver prehliadky – obdobne ako úvod patrilo CHLAPOM Z DOLNEJ LEHOTY a suite mládeneckých piesní v ich podaní.

Už len záverečné slovo veľmi pohotového moderátora celej prehliadky p. Martina Kopora z Hriňovej, Ďakovné listy a kvety vedúcim súborov aj predsedom KO JDS odovzdali predseda JDS Ing. J. Lipiansky, predseda KO JDS J. Hlaváč a riaditeľka DJGT Ing. Jana Raffajová. Spoločne - divákmi aj účinkujúcimi - zaspievaná pieseň Zahučali hory

bola citovou aj zvukovou bodkou za celým podujatím.

Cestou na spoločný obed sa dalo prehodiť ešte zopár priateľských slov, dohodnúť vzájomné stretnutia či vystúpenia, vymeniť si vydané CD-čka aj si popriať šťastnú cestu domov a veľa zdravia a pohody, ale aj kultúrnych vystúpení a podnetných zážitkov.

Za práve prežitú chvíľu, plnú krásnych piesní a výnimočného umeleckého zážitku, patrí vďaka organizátorom – predsedníctvu KO JDS na čele s predsedom p. J. Hlaváčom, dvom podpredsedom Ú JDS: p. V. Pokornej a PhDr. A. Luknárovi, funkcionárom OO JDS B. Bystrica a MsO JDS Zvolen, vedeniu i pracovníkom Divadla JGT. Za finančnú podporu mestu Zvolen, vedeniu Banskobystrického samosprávneho kraja, Ministerstvu kultúry SR a viacerým štedrým domácim donátormi a podporovateľom.

20. ročník Celoslovenskej prehliadky speváckych súborov seniorov vo Zvolene dopísal svoju stránku. Na novú v roku 2020 pod číslom 21 sa čoskoro začne pripravovať KO JDS Košice spolu s OO JDS Rožňava.



XX. Celoslovenská prehliadka speváckych súborov seniorov 2019

Zúčastnené súbory a spevácke skupiny:

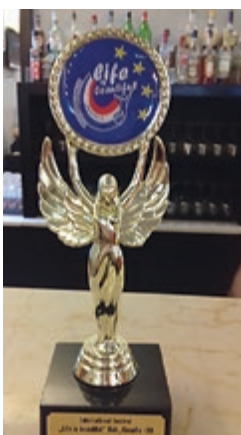
1. SASIANKA, spevácka skupina, obec Sása, ved. skup. Ing. Dušan Mozola
2. RADOSTĚ, folk. spevácky súbor, Pezinok, ved. súb. Mgr. Mária Miškeriková
3. KUKLOVJANKY, žen. spevácka skup., obec Kuklov, ved. skup. Václava Malcovičová
4. NÁDEJ, spevácky súbor, Levice, ved. súb. Mgr. Mária Bernáthová
5. HÁJIČEK, folk. spevácky súbor, Chrenovec – Brusno, ved. súb. Ing. Emil Trgiňa
6. POLUDNICA, žen. spev. skup., Závažná Poruba, ved. skup. Mgr. Simona Petričková
7. HUMENSKÍ SENIORI, spevácky súb., Humenné, ved. súb. Ján Murník
8. LONGOVČAN, folk. skup. seniorov, Trebišov, ved. skup. Božena Kundrnová
9. SENIOR, spevácka skupina, Brezno, ved. skup. Mária Schérerová
10. CHLAPI Z DOLNEJ LEHOTY, muž. spev. skup., ved. súb. Mgr. Peter Ťažký

SIHOTIAR z Trenčína žal úspechy v Chorvátsku



Spevácka skupina SIHOTIAR pri ZO JDS č.27 Trenčín (jej 18 členov) oslávila v marci tohto roku 10. výročie svojho vzniku. Vznikla vlastne z nadšenia členov ZO a počas uplynulých rokov mala nespočetné množstvo vystúpení. K tomu viedla nemalá príprava s nácvikom piesní, majú ich v svojom repertoári za tie roky možno až 260. A tak bolo vždy z čoho vyberať, piesne sa naučiť a zaspievať.

To, že sa schádzame každý pondelok (vraj do školy...) a radi - je úžasné. Svedčí to o dobrom kolektíve, ktorý sa rokmi aj rozrástol, vydržal a je stále tvorivý. Interpretované krásne slovenské ľudové piesne, i niektoré s vlastnými textami, prinášajú radosť a potešenie nielen spevákom, ale aj každému publiku. Speváci dokázali spievať nielen s dirigentom, ale aj s harmonikárom, harmonikárom a huslistom, dychovkou, či s orchestrom vážnej hudby. Kolektív sa vždy potešil z dosiahnutých výsledkov a úspechov.



O c e n e n i a , ktoré získal, sú uložené už v troch vitrínach v Centre seniorov mesta Trenčín.

Nedávno, 15.-19.mája 2019, sa spevokol zúčast-

nil Medzinárodného festivalu kultúry a športu s názvom " Život je báječný" v Chorvátsku na ostrove RAB. I keď nás počas cesty z Trenčína cez Maďarsko a Chorvátsko sprevádzal neprijemný dážď, vynahrádilo nám to potom krásne slnečné počasie počas celého pobytu.

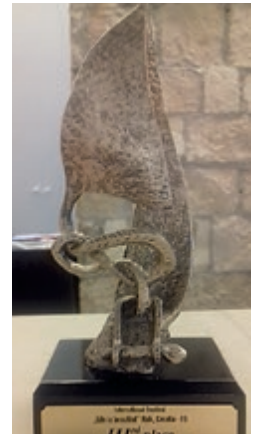
Na festivale bolo 760 účinkujúcich z 9 krajín. Medzinárodná 7-členná porota hodnotila jednotlivé vystúpenia spevákov, tanečníkov aj športovcov.

Počasiе festivalu prialo (21-23 °C), a tak sa na námestí mestečka Rab prezentovali jednotlivé súbo-

ry na otvorenom pódiu. **Medzinárodná porota nám udelila 2 ceny:** Najvyššie ocenenie za kreativitu a čo nás obzvlášť teší, získali sme pre Slovensko celkové III. miesto. O toto ocenenie sa pričínili títo speváci SIHOTIAR-a: M. Luptáková, L. Lupták, Ing. M.Nemec, A. Nemcová, J. Fraňová, Ing. A. Blašková, M. Sirotná, O. Peťovská, O. Samáková, D.

Chorvátová, V. Červencová, M. Kebísková, J. Madová za doprovodu hudobníkov: L. Adamko (harmonika) a J. Polomský (husle). Prezen-

tovali sme sa vo vlastných i vypožičaných krojoch – východoslovenský, súčanský, kubranský, opatovecký a soblahovský, ako i v našej rovnošate od sponzora AN-DEA MARTINY.



Tešíme sa z dosiahnutého úspechu najmä, že sa uskutočnilo pri 10.výročí založenia speváckej skupiny, ktorú vedie p. Marta Luptáková. Mestu Trenčín ďakujeme za finančnú podporu, bez nej by sme sa nemohli festivalu zúčastniť.



Panovała na ňom úžasná atmosféra a tešíme sa na ďalšie obdobné podujatia. Veľmi nás napr. potešilo pozvanie ministerky kultúry Bieloruska na ďalší ročník tohto Medzinárodného festivalu, ktorý sa bude konať v Minsku. Je to pre nás veľká výzva, ale aj záväzok stále sa zlepšovať a tým prinášať radosť našim poslucháčom, či divákovi, ale aj nám samým.

► Ing. Anna Blašková, predsedníčka ZO JDS č. 27 Trenčín

V znamení priateľstva, pohostinstva a pesničiek

Solčany neďaleko Topolčian privítali 24. augusta najprv vo svojom farskom kostole a potom aj v rozľahlom a pekne vyzdobenom Dome kultúry účastníkov **krajskej prehliadky speváckych súborov JDS, ktorá nesie v Nitrianskom samosprávnom kraji priliehavé pomenovanie SPEVY DOMOVA.** Záštitu nad podujatím prevzal Doc. Ing. Milan Belica, PhD, predseda NSK a Ing. Juraj Soboňa, starosta hostiteľskej obce. Na organizácii Prehliadky sa veľmi aktívne podieľalo predsedníctvo KO JDS Nitra aj OO JDS Topolčany, ale hlavne miestna ZO JDS v Solčanoch pod vedením predsedníčky p. Albíny Adamcovej a tiež pracovníci Obecného úradu na čele s pánom starostom.

Medzi hosťami podujatia nechýbali členovia ústredia JDS: Ing. J.



Lipiansky, V. Pokorná a PhDr. A. Luknár, podpredseda NSK Paed.Dr. Igor Éder, poslanec NSK JUDr. Karol Gerhát, primátorka Topolčian A. Géciová a prednostka OÚ Zlaté Moravce Z. Koprlová. Veľmi srdečného prijatia od všetkých zúčastnených sa dostalo čestnej predsedníčke KO JDS Nitra p. Olge Csákyovej.

Každé z vystúpení ôsmich zúčastnených súborov zaujalo svojráznym výberom piesní, dynamikou prednesu aj vizuálnym dojmom. Popri ľudových krojoch zo Solčian, Sľažian



a hlavne z Hronských Kľačian volili ďalšie súbory oblečenie s prvkami ľudového kroja a spevácka skupina Novozámockí seniori sa prezentovala v slušivom spoločenskom oblečení.

Spev jednotlivých súborov doprevádzali harmonikári, no v jednom prípade sa pridala aj gitara a v súbore Hron nechýbal ani ľudový nástroj – ozembuch. Súbory Sľažianka a Hron doplnili spevácky prejav aj ukázkami ľudových tanco-
Bodbou za všetkými vystúpeniami bol prednes známej piesne Zahučali hory, ale s upraveným textom. Spoločne ho odspievali všetci účinkujúci. Obraz, ktorý vháňal

slzy do očí a hladkal srdcia – plné javisko krojovaných spevákov aj priestor pred javiskom, medzi nimi harmonikári a slová piesne zaplňajú sálu... po prvej spoločnej piesni ktorýsi z harmonikárov navodil melódiu ďalšej piesne a ešte ďalšej, už sa pri nej aj tancovalo, panovala veselá uvoľnená nálada.

Po nej sa spoločne zasadlo k stolu, aby miestni hostelia pridali k bohatému občerstveniu (ktoré popoludní začínalo obedom a teraz vrcholilo večerou) domáce mäsové

špeciality, víno aj chutný chlieb. Málokto zo zúčastnených stihol zaregistrovať, že medzičasom vonku aj riadne spáchlo. Celé stretnutie bolo plné pozitívnych zážitkov.

Patrilo medzi ne aj záverečné blahoželenie, odovzdávanie diplomov a upomienkových darčiekov. Z nominácie do celoslovenského kola sa potešili členky a členovia folklórnej skupiny Sľažianka z obce Sľažany, ktorú vedie p. Dagmar Bocianová. Vedúci súborov si pochvalovali aj podrobnejší rozbor každého z ich vystúpení, tiež viacero dobrých rád k príprave ďalších programov od členov odbornej poroty, vedenej podpredsedom JDS pre oblasť kultúry a voľnočasových aktivít seniorov PhDr. A. Luknárom.

Treba nájsť pekné slová a poskladať ich do výrazu obdivu a vďaky za vydarené podujatie a jednoznačne ich nasmerovať v prvom rade do Solčian k ZO JDS a potom k OO JDS Topolčany pod vedením predsedníčky p. Alžbety Fabríciovej a KO JDS Nitra pod vedením Mgr. Anny Oľapkovej, predsedníčky. Rovnako patrí veľký obdiv a vďaka za permanentnú podporu seniorských aktivít v obci jej starostovi a súčasne poslancovi NR SR Ing. Jurajovi Soboňovi, tiež pracovníkom OcÚ ako aj viacerým funkcionárom a pracovníkom OÚ Topolčany a Nitra aj samotnému vedeniu Nitrianskeho samosprávneho kraja.

► -red.-

Tri dni na Morave plné zážitkov



MsO JDS v Senci pripravila pre nás trojdňový zájazd na Moravu. Počasie trochu po ceste smokliho, ale príchodom do Znojma vyšlo slniečko. Kto chcel, mohol navštíviť Znojenské podzemie. Organizátori výletu vybrali klasickú hodinovú prehliadku s výkladom o histórii vzniku podzemia a jeho ďalšieho stavebného vývoja. Zaujímavé boli rôzne postavičky, ktoré nám priblížili legendy, mýty a život v stredoveku, prieduchy, šachty i jezuitský vodovod – stále funkčný. Niektorí z nás mali šťastie, že videli i živé netopiere.

Posilnení obedom sme si prezreli najzaujímavejšie časti kráľovského mesta vyhlídkovým turistickým vláčikom. Prešli sme starobylymi uličkami, námestiami a pokochali sme sa pohľadom na mesto z údolia Dyje i výhľadom z historických hradieb.

Po ubytovaní a večeri v penzióne U troch Jasanov sme dobre pobavili svojím spevom i miestnych návštevníkov. Na druhý deň sme sa autobusom premiestnili do mestečka Vranov nad Dyjou, romanticky položeného na začiatku Národného parku Podyjí. Zámok, ktorý sme navštívili, je označovaný za klenot európskeho barokového umenia. Očarili nás nádherné sály, výzdoba a pohľad zo zámku do údolia. Popoludní sme sa vydali na prehliadku Ludského kláštora, ktorý založilo premyslovské knieža Konrát Oto so

svojou matkou Máriou. Počas svojej existencie sa kláštor usiloval o rozkvet hospodárnych hodnôt v zmysle humanistických myšlienok. Pôsobil tu i známy prírodovedec

Prokop Diviš. Mali sme možnosť vidieť i jeho svetový vynález – hromozvod. Od reformy Jozefa II. roku 1784 až do roku 1994 kláštor využívali vojaci.

Okrem obrazovej galérie sme si prezreli aj unikátnu románsko – gotickú kryptu v podzemí kláštorného kostola. Po prehliadke nás čakala ochutnávka vzorky vín.

Tretí deň sme navštívili malebný zámok v Buchloviciach s jeho záhradami. Buchovice patria k najvýznamnejším barokovým šľachtickým sídlam na území Českej republiky. Kvalita architektúry, rozsiahle zbierky, známi majitelia a dôležitosť v dejinách posledných rokov habsburskej monarchie robia zo zámku miesto presahujúce hranice svojho štátu.

Cestou domov sme sa zastavili v starobylej Skalici. Sprievodca nás uviedol do Farského kostola sv. Michala, kde sme si prezreli aj 6 barokových cechových oltárov zasvätených patrónom skalických cechov. Potom nám otvoril Kultúrny dom svetového architekta

D. Jurkoviča. Prezreli sme si nádvorie, divadelnú sálu ojedinelého štýlu s oponou a nástennými malbami J. Úprku a A. Frolka. Nádherné mozaikové dekorácie na fasáde boli realizované podľa návrhu M. Aleša. Prehliadku Skalice sme zavrhli návštevou Jezuitského kostola sv. Františka Xaverského. V ňom sme mali možnosť nahliadnúť do hrobiek a prezrieť si romantický organ zakúpený v anglickom meste Sheffield. Boli sme ohromení množstvom jeho písťal. Pred odchodom sme mali možnosť kúpiť si skalické trdelníky. Čakali sme, až budú práve upečené.

Milými slovami sa za nás všetkých podakovala Anička Lieskovská vodičovi autobusu, p. Korbeličovi za ústretovosť.

Je dôležité stretávať sa a zoznamovať s ľuďmi, vidieť unikátne pamiatky, spoznávať nové miesta. Preto vďaka všetkým, ktorí sa podieľali na príprave aj realizácii tohoto zájazdu.

► **Mgr. Mária Juranová**



Okresný turistický deň



15. augusta 2019 sa v malebnej obci Ďanová stretlo 232 seniorov – členov OO JDS Martin na turistickvej prechádzke po okolí tejto obce.

Privítal ich predseda OO JDS Ing. Miroslav Pazdziurko a starosta obce Ing. Miroslav Ďanovský, ktorý poskytol aj priestor futbalového ih-

riska, kde mali turisti zraz. Odtiaľ sa vydali na turistickú túru, ktorá bola len mierne náročná a merala cca 6 km.

Počasiu prialo - bolo slnečno a bezvetrie. O občerstvenie sa postarali členovia ZO JDS Ďanová pod vedením predsedníčky p. Želmíry Ďanovskej. Výborný guláš všetkým chutil, za čo patrí našim hosťom veľké poďakovanie.

Po celý čas panovala veselá nálada, o družné rozhovory nebola núdza a zaznel aj spev. Aj takto si vedia spestriť dni dôchodkového veku naši seniori z OO JDS Martin.

► **Jarmila Moricová,**
tajomníčka OO JDS Martin

Horská turistika pre zdravie dôchodcov

Stále rastúci záujem o horskú turistiku dôchodcov zo ZO JDS Trnavského okresu bol evidentný aj v období júnových horúčav, kedy OO JDS Trnava dňa 19.6.2019 organizovala už XVI. ročník Turistického zrazu. Konal sa za slnečného počasia v horskom lone Považského Inovca „Čertova pec“ v tóni košatých lesných porastov.

Tohtoročného zrazu sa zúčastnil rekordný počet seniorov - takmer 600. Úctyhodná „spoločnosť“ vyjadrovala radosť zo stretnutia, pochodu aj prechádzky v horskom prostredí, a to v 3 trasách náročnosti: 12 km, 6 km a prechádzka v dĺžke 3 km. Všetky tri trasy viedli cez pozoruhodný a zaujímavý skalný útvar Považského Inovca, tzv. Čertovu pec.

S potešením sa dalo sledovať, ako seniori aj vo vyššom veku, mnohí so zdravotnými pomôckami i s ťažšou pohyblivosťou s nadšením zdolávajú krok po kroku svoj zvolený úsek. Najnáročnejšiu trasu na 12 km, s

účasťou 78 dôchodcov, viedol pre turistiku zaniatený člen predsedníctva OO JDS p. Peter Wagner. Bolo preňho potešením, že máme vo svojich

veľký počet obedov s občerstvením pre všetkých účastníkov, vynaložil veľké úsilie, a plánovaný turistický zraz sa podarilo zrealizovať. Jeho



radoch ešte toľko zdatných seniorov, športovcov, milujúcich i náročnejšiu horskú turistiku.

Aj keď Predsedníctvu OO JDS Trnava, pod vedením predsedu p. Ladislava Vavrinkoviča bolo náročné zabezpečiť v horskom prostredí tak

účastníci odchádzali domov spokojní, plní dojmov zo vzájomného stretnutia, ktoré tak milujú, a z nádherného prostredia uprostred horskej prírody

► **Ing. Marta Ivančíková,**
OO JDS Trnava

Rekondično-liečebné pobyty – ich história a súčasnosť



„Rekondično liečebné pobyty sú azda najväčším príspevkom, ktorý Jednota dôchodcov na Slovensku (ďalej JDS) zabezpečuje priamo pre svojich členov.

Organizujú sa od roku 2005. V tom čase SOREA (zariadenie Konfederácie odborových zväzov) už tradične (viac ako 25 rokov) realizovalo vo svojich hoteloch rekondičné pobyty s príspevkom štátu od 300 do 1000 slovenských korún na účastníka. Boli jej pridelené finančné prostriedky zo „štátnej účelovej dotácie“ v sume 18 000 mil. sk. Suma postačovala na cca 18 000 rekondičných pobytov.

V roku 2005 vedenie JDS požiadalo Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR o dotáciu, aby aj JDS mohla organizovať rekondičné pobyty pre svojich členov. Žiadosť bola akceptovaná sumou 180 000 sk, čo reprezentovalo 180 pobytov (po 1 000 Sk na osobu).

Pobyty boli rozdelené pre všetky KO JDS podľa počtu členov a realizovali sa v Kúpeľoch Nimnica, a.s. a v Hoteli Relax v Turčianskych Tepliciach. Takto boli riešené aj roky 2006 a 2007.

Zmena nastala v roku 2008, kedy za rovnakých finančných podmienok sa realizovali v Kúpeľoch Nimnica a.s. **rekondičné pobyty obohatené o vstupnú lekársku prehliadku a**

liečebné procedúry. Preto sme ich nazvali **rekondično – liečebné pobyty (RLP)**. V hoteli Relax ostalo pri zaužívanej forme pobytov ako v predošlom období.

V roku 2009 bola poskytnutá dotácia 4 500 €, za ktorú bolo realizovaných 150 pobytov po 30,00 €. **V roku 2010** predstavovala dotácia 4 980 €, čo postačilo na 166 pobytov.

Zlomovým rokom v RLP bol rok 2011, kedy vstúpil do platnosti Zákon č. 544/2010 Z.z. o dotáciách z MPSVR SR. Zákon zrušil štátnu účelovú dotáciu, ktorú dovtedy poberala iba SOREA. Finančné prostriedky boli presunuté na relaxačné pobyty v zmysle § 6. odst.1 tohto zákona pre občianske združenia a Konfederáciu odborových zväzov, ktoré sú schopné zabezpečiť realizáciu minimálne 2 500 pobytov v roku. Dotácia na jeden pobyt bola schválená vo výške 50 €.

Pretože sme mali skúsenosti s organizovaním takejto aktivity, spracovali sme projekt na 2 500 pobytov. Projekt bol prijatý a bola nám schválená dotácia 125 000 € na 2 500 pobytov.

V skrátenom výberovom konaní boli úspešní títo poskytovatelia pobytov: Turčianske Teplice a.s., Kúpele Nimnica a.s. a Hotel PRAMEŇ Dudince. Vďaka nim bol plán rekondičných pobytov na rok 2011 splnený.

V roku 2012 činila schválená dotácia sumu 200 000 €, čo znamenalo 4 000 pobytov. Vo verejnom obstarávaní boli úspešné: Kúpele Nimnica, a.s. Kúpele Tatranské Zruby, vzz.

Slovenské liečebné kúpele Turč. Teplice, a.s., hotel Prameň Dudince, s.r.o. a Kúpele Trenčianske Teplice, a.s.

V roku 2013 sa počet úspešných poskytovateľov vo verejnom obstarávaní zvýšil na 8, dotácia však bola rovnaká. **V roku 2014** bola zvýšená na 210 000 €, čo je 4 200 pobytov pri 8 poskytovateľoch.

V roku 2015 sa realizovala dotácia vo výške 2 150 € pre 4 300 pobytov, stále pri 8 poskytovateľoch.

V rokoch 2016 až 2018 bola ročná dotácia 237 000 €, pre 4 740 pobytov pri 12 poskytovateľoch. Sú to : Kúpele Nimnica, a.s., Kúpele Číž a.s., Slovenské liečebné kúpele Turčianske Teplice a.s., Hotel Prameň Dudince s.r.o., Kúpele Trenčianske Teplice a.s., Kúpele Bardejov a.s., Kúpele Lúčky a.s., Kúpele Vyšné Ružbachy a.s., Kúpele Nový Smokovec a.s., Kúpele Kováčová s.r.o., Kúpele Stará Lubovňa – Červený Kláštor s.r.o. a Hotel Park Piešťany.

Pre rok 2019 MPSVR SR schválilo dotáciu v sume 250 000 €, čo znamená 5 000 pobytov. Boli riadne zazmluvnené u 11 poskytovateľov (Kúpele Kováčová s.r.o odstúpili) a rozpísané na KO JDS, OO JDS aj ZO JDS. Riadne prebiehajú. **K 19. 8. 2019** bol vykonaný ich odpočet, ktorý uviedol, že sa odčerpalo doteraz 2 892 pobytov (t.j. 57,8 % z ročnej kvóty). **Poskytovatelia potvrdili, že zazmluvnené počty do 25.11.2019 splnia.**

Avšak rok 2019 má aj isté špecifikum, nakoľko členovia Predsedníctva JDS pri januárovej návšteve predsedu vlády SR Pellegríniho požiadali o zvýšenie dotácie na RLP. Ten im prisľúbil ďalších 100 000 € na 2 000 pobytov. Lenže cesta k nim nie je jednoduchá, nakoľko **finančné prostriedky z Vlády SR**, bolo potrebné riešiť cestou schválenia v Národnej rade SR. Toto sa podarilo až v júli, keď bol schvaľovaný Vianočný príspevok na rok 2019, dodatkom zákona. Dodatok v Zbierke zákonov vyšiel 22.júla 2019.

Zásluhou podpredsedníčky JDS p. V. Pokornej bol vypracovaný projekt na 100 000 €, vykonané verejné obstarávanie a počty pobytov boli rozpísané na jednotlivé KO JDS. T.č. sa uzatvárajú príslušné zmluvy o poskytnutí služby priamo s poskytovateľmi.

Je potešujúce že finančné zdroje je možné čerpať nielen v tomto roku, ale aj v prvom štvrtroku budúceho roka 2020. V roku 2019 bude realizovaných 640 pobytov a zbytok ostáva na rok 2020.

Od roku 2005 do roku 2018 bolo zorganizovaných a vyfinancovaných celkom 23 256 pobytov, na ktoré odišiel prostredníctvom JDS celkom 1 mil. 695 tis. € dotácií. V tomto roku pribudne 5 640 pobytov za 282 tis. €

Celá organizácia RLP leží na pleciach príslušných funkcionárov krajských, okresných a základných organizácií JDS. Som im vďačný, že túto veľmi náročnú úlohu v prospech našich členov plnia po celé roky svedomite a čestne.

► Ing. Igor Fabián,
čestný podpredseda JDS

Kedysi na dedine musela dievka vedieť správne držať hrable a musela sa vedieť aj nimi „oháňať“, aby nebola za lenivú. Dnes sa už seno nesúši za pomoci hrablí, ale nostalgia je nostalgia, a tak sme si tie časy pripomenuli palicami, lebo v seniorskom veku by sme mali myslieť aj na svoje zdravie.

V novej kuchyni sme urobili kváskový chlieb a aby bol „in“ na povrch sme dali pizzovú plnku. Pečenie sme chceli spestriť aj niečím zaujímavým a prospešným pre nás seniorov. Volba padla na Northing Walking, o ktorom sme sa dozvedeli veľa poučného a nechýbali ani ukážky, ako na to. Tie odvážnejšie aj skúsili, ako sa má správne držať telo, palice i ako treba chodiť.

Výmenou hrablí za moderné palice sme urobili niečo pre seba. Už teraz sa tešíme na ďalšiu a ďalšiu lekciu Severskej chôdze.

► Mgr. Ludmila Mokošáková, predsedníčka ZO JDS Zubrohlava



Turecko patrí – teda jeho prevažná časť k Ázii, jeho brehy obmývajú štyri moria, my sme sa kúpali v Stredozemnom mori v časti Alanya – Konakli.

Bolo nás 17- násť, ktoré sme sa rozhodli ako aktívne dôchodkyne navštíviť letecky Turecko. Verte mi, nebolo to jednoduché – veď niektoré z nás boli v lietadle po prvýkrát. Napätie z neznámej krajiny, obavy z 2,5-hodinového letu - to všetko sa nám zdalo skoro neprekonateľné.

bazény, more na dosah a zároveň úžasný výhľad na more – to bolo pre nás, suchozemkyne, niečo čarovné. Už pri príchode nás privítalo slniečko a sprevádzalo nás po celý pobyt – teploty okolo 36 stupňov, more 28 stupňov – úplná paráda! Raňajky, obedy, snaky, večere – vybrať sa dalo z “čoho len chceš!” Nikto nebol hladný, práve naopak, pri snahe ochutnať všetko, neraz sme veru mali problém zjesť to, čo sme si naložili na tanier. Voda, sladké nápoje, káva, čaj, pivo, či alkoholické nápoje

Ale zvládli sme to! Ubytovanie sme mali objednané v krásnom 4-hviezdičkovom hoteli Blue Fisch. Pekné prostredie hotela, priestrané izby, všade čisto, dva

boli v ponuke celý deň. Ochotný personál - úctívý a milý - len násobil príjemný pocit z toho hotela.

Hotel mal veľa klientov z Ruska (niektorí z nich sa správali bohémsky, hlučno a hudba hrala väčšinou len ruské piesne), animácie pre deti boli každý večer, animácie pre dospelých boli asi 3x. Vystúpenie brušných tanečnic a ľudového súboru bolo spiestrením našej dovolenky. Pravdaže sme navštívili aj bazár v blízkom okolí, kde sme sa úplne v pohode dohodli po rusky, slovensky, najviac však gestikuláciou a mimikou. V jednom zo stánkov, keď sme povedali, že sme zo Slovenska – hneď majiteľ začal kričať: “Slovan, Slovan Bratislava!” – bolo to veľmi milé.

“Akú krajinu navštívime na budúci rok?”

“Ak dožijeme a sa rozhodneme – tak určite len lietadlom” – znelo po návrate z našich úst – a myslíme to celkom vážne.

► Mária Vizváryová, predsedníčka ZO JDS Šaštín - Stráže

Na rozlúčku s letom...

dá sa použiť aj názov *Veselá vyhlídková plavba po Dunaji* na príjemný výlet, ktorý seniorom z mestskej časti Bratislava – Ružinov objednali v spolupráci s OO JDS BA II starosta MČ Ing. Martin Chren spolu s vicestarostom Ing. Michalom Gašajom na 11. septembra 2019. Na výletnú loď Martin krátko pred 9:00 hodinou nastúpilo cca 120 seniorov, aby sa počas plavby pri malom občerstvení dozvedeli veľa zaujímavých informácií o Dunaji, ale aj významnej galérii Danubiana.

Viacerí seniori privítali aj využili možnosť pohovárať sa s pp. starostom aj vicestarostom, ale aj so zástupcami JDS, členmi jej ústredia. Veď je mnoho tém, ktoré stoja za spoločnú reč.



Výletníkom prišlo počasie, a tak pohľad na rieku, ako sa šíri do rozsiahlej priehrady pri Čuňove, bol skutočne fascinujúci. Mnohých prekvapilo aj vkusne upravené okolie Danubiany s mnohými sochárskymi dielami osadenými priamo v exteriéri.

A samotná galéria? Jej architektúra, rozľahlosť výstavných siení aj expozícia rozmerných výtvarných diel od mnohých významných nielen slovenských výtvarníkov podaktorých prekvapila, iných nadchla, rozhodne

všetkým účastníkom výletu sa prihovorela svojskou rečou a navodila nevedné zážitky.

Prihovárať sa aj jej prostredie – na jednej strane precízna parková úprava okolia galérie, na druhej strane mohutná rieka Dunaj so skalnatými či stromami aj šacho-



rinou porastenými brehmi a nad tým všetkým belasá obloha, len kde-tu ozdobená bielymi obláčikmi.

Aj spätná plavba do Bratislavy mala svoje bonusy – najprv chutný guláš a potom až po prístátie v osobnom prístave hudobné vystúpenie country kapely OuKeY pod vedením Ivana Terry Zemana.

A tak sa spievalo i tancovalo, bol čas aj na vzájomné rozhory či bezprostredné pozorovanie samotnej rieky a okolitej prírody.

Keď loď Martin zakotvila v osobnom prístave a členovia jej posádky galantne opäť pomohli mnohým seniorkám vystúpiť na prístavné mólo, mnohohlasné úprimné poďakovanie smerovalo k iniciátorom a organizátorom výletu, tiež k posádke lode a hudobnej skupine. Veď to bol deň plný príjemných zážitkov.

► D.L.

Športové aktivity členov JDS v Modre

Boli to už 16. športové hry, ktorých poriadateľom bola MO JDS Modra. Keďže hra petang má dlhší priebeh, oddelili sme ho od ostatných súťaží. Najprv aktívni seniori revitalizovali málo používané volejbalové ihrisko - od jari odpracovali asi 170 hod a za finančnej pomoci revie komunitnej nadácie a mesta Modry dali do užívania pekný petangový štadiónik.

1.5.2019 sa tu odohral turnaj zmiešaných dvojíc v rámci ŠH. Za pekného počasia a záujmu i nehrajúcich seniorov, hralo 17 dvojtých družstiev zo 4 ZO JDS. Ostat-

né športové súťaže sa uskutočnili 25.5.2019 v areáli SVOS.

Aktívni sme aj v iných športoch - hrali sme už 4 ročníky Novoročného turnaja a tiež 4-krát sa konali Špor-



tové hry seniorov Modry v disciplínach: behy, vrhy, hody, strelba.

Na krajských ŠH JDS v Malackách sa naši seniori tiež zúčastnia.

► Vincenc Mráz

Rožkovenci naozaj „nečekajú len na koňec“

...to naozaj nie! V sobotu, 20.7.2019, sa v Novej Lesnej uskutočnil už 20. ročník Memoriálu Jána Stilla, ktorý bol zakladateľom tradície horských vodcov v Novej Lesnej. Sme radi, že nás miestni seniori pozvali na toto zaujímavé podujatie.

Jeho hlavnou disciplínou bol beh do vrchu z Novej Lesnej až na Hrebienok. Tejto disciplíny sme sa, z jasných dôvodov (čo keby sme zvíťazili?!?!):), nezúčastnili, no pretekárov sme poslali na štart "Walking tour", trate pre

tzv. nordic walking - severskú chôdzu, lebo táto nadobúda medzi rožkovianskymi seniormi čoraz väčšiu obľubu.

Osemčlenné družstvo sa najprv rozcvičilo a zopakovalo si pravidlá nordic walking s profesionálnymi



walkermi a potom sa už čakalo len na štart. Trať viedla ulicami obce a bola dlhá 2km. Najrýchlejším walkerom z nášho tímu bol Ján Meľuch, ale ani ostatní nezaostávali.

Napriek tomu, že počasie sa menilo z minúty na minútu a že nás tesne

pred štartom prekvapila prietrž mračen, bol to príjemne strávený deň.

A v novembri nás čaká "Rožkovianska Walking Tour"! Budeme ju organizovať práve my pre seniorov zo sabinovského okresu, ale aj z ďalších pozvaných organizácií. Už sa na to veľmi tešíme!

► Text a foto: Valéria Ščerbová

Za hranice Slovenska až do „Šarošpataku“

V čase dovoleniek a výletov 12. júla 2019 sa vybrala skupina 20 členov ZO 09 JDS Košice - Dargovských hrdinov spolu s 8 rodinnými príslušníkmi pod vedením svojej predsedníčky p. Gitky Rychtárikovej na jednodňový výlet - plavbu po rieke Bodrog až do Šarošpataku v Maďarsku.

Do obce Streda nad Bodrogom sme cestovali z Košíc v ranných hodinách vlakom. Po chôdzi asi 1 km do prístavu sme sa nalodili. Tu nás privítala majiteľka lode p. Lukáčová prípitkom kvalitného tokajského vína a popria-

la nám príjemný zážitok z plavby. Pri plavbe nás oboznamovala so zaujímavosťami na oboch brehoch rieky Bodrog, ako napr. kde je najnižší bod Slovenska, o rybách žijúcich v rieke a iné.

V Šarošpataku nás po výstupe z lode už čakal ekotaxik, ktorým sme sa odviezli na hrad. Po prehliadke hradu sme si pochutnali na spoločnom obede v peknej Rákocziho reštaurácii.

Po výbornom obede nám dobre padla prechádzka do prístavu, kde sme sa občerstvili kávičkou, pivkom alebo

nanukom. Pobyt v Šarošpataku sme ukončili spoločnou fotografiou.

O 15:30 hod. sme sa nalodili a plavili za krásneho slnečného odpoľdnia späť do Stredy nad Bodrogom. V podvečerných hodinách sme sa vracali vlakom domov mierne unavení, ale s dobrým pocitom a naplnení novými zážitkami.

K príjemnému prežitiu výletu iste prispelo pekné slnečné počasie, ale tiež jeho dobrá organizácia. Ďakujeme za ňu našej predsedníčke Gitke Rychtárikovej a za sponzorský príspevok starostovi MČ Košice – Dargovských hrdinov Mgr. Jozefovi Andrejčákovi. V dobrom spomíname a ďakujeme za príjemnú a bezpečnú plavbu majiteľke lode p. Lukáčovej.

Odporúčame takýto pekný výlet aj iným seniorom a my sa už teraz tešíme na nejaký ďalší náš!

► Foto: Lukáčová,
Text: Felícia Čarnokiová



V KRAJINE SLOVA...

Šarkan letí – nemá detí a my máme – nepredáme... “kolko obrázkov a kolko rozličných metafor či epitet, prirovnaní patrí do októbra – do nástupu jesene! Jedno dostalo priam krídla – „jeseň života“. Denne ju žijeme s jej všetkými svetlými aj tienistými stránkami. K tým svetlým iste patria rôzne podujatia Mesiaca úcty k starším, keď sa stretávame s množstvom pekných slov aj činov od „našich mladších“, ale kedy si aj my sami zvykneme dopriať nejednu peknú chvíľku. Požičiavam si k nej úvodné slová autora knižky poézie Jozefa Daníka: „Zo sna sa zobúdzame veľakrát. Nie vždy sa snenie plní. Je ako čas, je ako vietor, je ako morské vlny. Preto si vážme každú chvíľu, ktorá nám z nich hoc len štípkou splní!

Milé čitateľky, čitatelia, prajeme príjemné čítanie!

D.L.

Som tu...

Jozef Daník

(zo zbierky Vyznania)

Som tu a znova vlny počítam.
Za nimi vidím hlávky detí,
čo šantia pod oblakmi.
Spoza nich slnko svieti
a škovránok spieva
citom ešte nedozretým.
Odchádzam znova
a sny sa smejú nad ránom
s pozdravom
zabudnutým v čase.



Zase

Mária Petrová

Zo zbierky Naša Štiavnica

Hviezdy zase z neba skĺzli
k vlnám po nehu...
Zas si niekto utrel slzy
kdesi na brehu...
Zase sa niekto nevrátil
zďaleka domov...
Zas sa čísi smútok stratil
v korunách stromov...



Videné v paralele

Milan Rúfus

(z knihy esejí Rozhovory
so sebou a s tebou)

...najkrajšie futbalové ihrisko sveta nie je ani v Mníchove, ani na Maracane – ale v Závažnej Porube. Totiž bolo, v starej Porube môjho detstva, povyše dediny. Tribúny preň vybuďoval sám veľký Demiurg a stvoriteľské procesy, ním dané do pohybu. Za jednou bránou bol jeden vysoký horský svah, za druhou druhý a pozdĺž ihriska tretí. Popri dolnej bráne zurčal horský potok a viedla cesta do lesa, takže, keď sa futbal nedaril, mohol ísť divák do lesa na jahody alebo na hríby.

Raz sa na tejto cestičke pri nás, malých chlapcoch, pristavila jedna dedinská starká. Vybrala sa na repík a materinu dúšku. Pretože cesta viedla do svahu, na chvíľu si sadla k nám a spolu s nami sa dívala na futbal.

A keďže sa naň dívala očami svojho času, svojej epochy, po chvíli sa nás opýtala: „Detí, a to keď to „okrúhlô“ – ukázala na loptu – „vbehne do toho palesáka, to sa prečo tak blázniete?“ My sme jej hlučne vysvetľovali: „Pravdaze, mamka, veď to je predsa gól!“

Pokrútila hlavou a len akoby pre seba povedala: „Potáraný svet! A nám sa budú smiať, keď rozprávame o strigách!“ A išla ďalej na svoj

repík. Jedna doba tu prešla povedľa druhej a chránila si svoje kruhy.

Tú jej príliš múdru poznámku som dešifroval až oveľa neskôr: každá doba má svoju mystifikáciu, svoje dohovory, svoje povery. A v tomto zmysle niet nijakej priority jednej doby pred druhou. Pre dobu je rozhodujúce, že v nej žil človek a že to bol človek, kto tie mýty tvoril...

.Ako sa slzy češú

Jozef Daník

(zo zbierky Vyznania)

Večer sa slzy češú
bez slov
v svetle hviezd,
ktoré sa rozsypali
po oblohe,
aby nás nezviedli
z vysnívaných ciest.
Sušia sa do hmly,
čo sa smeje v šťastí
túliac sa k hrudi
búšiacej ako zvon.
Dýchajú teplo slov,
čo naplnili stránky času
kvetmi doplna.

Nech ...(Pri tajchu)

Mária Petrová

Zo zbierky Naša Štiavnica

Nezráta starý strom
na brehu ospalo,
kolko už nádejí
v jazere ostalo...

A kolko bolestí
prelomili hrádze,
porátať horička
v driemotách nevládze.

Pozeraš uprene
na ČAS a na vlny,
srdce rozbúrené
pokojom sa plní.

Múdry je, kto prizná –
nezmeníš kolobeh,
nech príde, čo prísť má,
zvítazí slovko NECH...

A čo sú deti?

Milan Rúfus

Deti. Sú mimo pretvácky. Sú celé
v pravde.

Ich neuveriteľne čisté zrkadielko
zahmlí iba smrť.

Ich slzy ho robia ešte čistejším:
môžete potom vidieť v ňom každý
chlíp, ktorý vám narástol na duši.

Babie leto

Letí, letí, letí pavúcie dieťaťko

Letí, letí, letí – na dlho? Prikrátko?

Do výšin vyletí, do diaľav vo svete –

Kamže sa vy, ľudia,

na malých hrabete?!

Z pradienka života odvíja sa niť
a kľbko osudu rastie, plní dlane –
Ten kolobeh nejde, nejde zastaviť –
nech sa stane, čo sa stane...

Kľže sa, snuje prapodivná niť
a na nej drobkček –
zrnko Matky Zeme

► D.L.

Počítam si letokruhy

Mária Streicherová

Počítam si letokruhy.

Každý prvý, každý druhý.

Prepílená napoly.

Most, ktorý sa nezborí.

Zhovievavosť došla do cieľa.

Zhovievavosť k sebe?

Mám sa za veľa.

Nemala som sa tak vždy.

Dnes nemám záplavy po daždi.

Prvý, druhý, tretí,

leto kruhmi letí.

Olúpaná od kôry

snímam šatku

z očí pokory.



Stretnutie milovníkov umeleckého slova

15.mája 2019 sa uskutočnil v klube DC seniorov na Švermovej ulici v Galante III. ročník Okresnej prehliadky v prednese poézie a prózy a vlastnej tvorby seniorov. V prednese poézie sa predstavili



Ing. J. Bavúza a predsedníčky DC v Galante – Švermova T. Felšöovej udelili Ďakovné listy všetkým zúčastneným recitátorom. Porota

svojimi ukázkami 10 recitátori v slovenskom a maďarskom, jazyku, v próze 3 recitátorky a s vlastnou tvorbou jedna. Odznali ukážky z tvorby slovenských, maďarských a svetových autorov z obdobia romantizmu, realizmu a súčasnej svetovej literatúry.

Predsedníctvo OO JDS v Galante v zastúpení predsedu OO JDS

v zložení Mgr. M. Balušíková, G. Horváthová, Mgr. E. Renyeiová vyjadrila spokojnosť s výkonomi recitátorov a skonštatovala, že úroveň okresnej prehliadky v prednese poézie a prózy a vlastnej tvorby sa každým ročníkom zvyšuje a zúčastňuje sa na nej čoraz väčší počet seniorov – recitátorov.

► **Mgr. Mária Balušíková,**

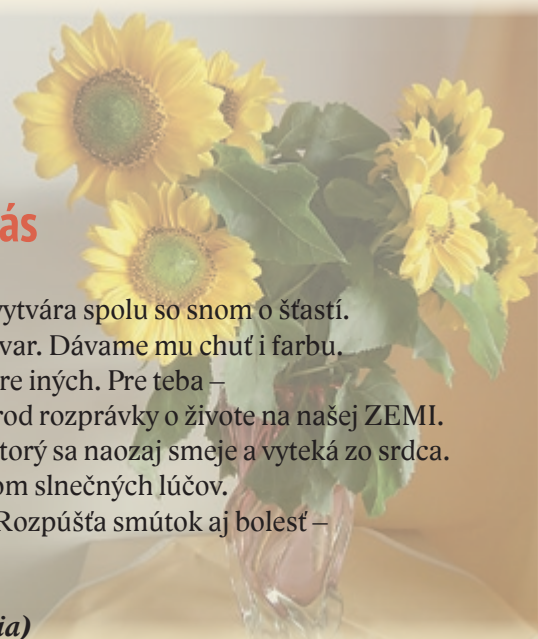
► **Terézia Felšöová**

Zázračno v nás

Zázračno v nás sa vytvára spolu so snom o šťastí.
Dávame mu tvár i tvar. Dávame mu chuť i farbu.
Dávame mu seba pre iných. Pre teba –
Taký je začiatok i zrod rozprávky o živote na našej ZEMI.
Vytvorme úsmev, ktorý sa naozaj smeje a vyteká zo srdca.
Čo nie je len odrazom slnečných lúčov.
A je ho cítiť všade. Rozpúšťa smútok aj bolesť –

Jozef Daník

(zo zbierky *Vyznania*)



Poetický Spiš



*„Láskavé slovo lieči, keď sa riekne.
Je ako dážď na smädnú záhradu.
Prijmi ho a vedz: i v jeseni je pekne.
A v zime priadky najviac napradú...“
/M. Rúfus/*

KO JDS Košického kraja v spolupráci s OO JDS Spišská Nová Ves 6.9. 2019 uskutočnili v Galérii umelcov Spiša v Spišskej Novej Vsi 1. ročník prehliadky jej členov v prednese poézie, prózy a vlastnej tvorby. Slnčné lúče v opare hmly vítali členov OO JDS Michalovce, Košice- okolie, Rožňava, Gelnica, Spišská Nová Ves, Košice – mesto a Trebišov. Scénu koncertnej sály krásil portrét M. Rúfusa a na plátne sa premietala videoprojekcia o živote a tvorbe autora. Prítomných v prekrásnych priestoroch galérie privítala jej riaditeľka Mgr. L. Benická. Úvod programu patril speváckej skupine VONDRIŠEL zo ZO JDS Nálepko, vedenej Z. Šaršaňovou, so sprievodom gitary Š. Žondovej.

*„Báseň a modlitba sú sestry.
Pozvi ich k sebe, stôl im prestri.“
/M. Rúfus/.*

Moderátorka Mgr. J. Prochotská privítala hostí: poslanca VÚC a viceprimátora mesta PhDr. J. Volného, PhD., prednostu OÚ a poslanca MsZ v Spišskej Novej

Vsi PaedDr. D. Demčeka, PhD. , podpredsedu KO JDS Mgr. L. Fabiána aj čestného predsedu OO JDS v Spišskej Novej Vsi Ing. L. Dulu s manželkou. Predstavila pozorovateľov a poradcov prednesu Ing. P. Koniga a B. Tauberovú členov DS Hviezdoslav. Podujatie slávnostne otvoril podpredseda KO JDS Mgr. Ladislav Fabián. Hudobné predely zabezpečovali D. Farkaš – gitara, ústna harmonika, spev a P. Fecik – akordeón a spev.



prehliadky pozreli stálu expozíciu galérie, venovanú maliarovi Jozefovi Hanulovi, s Mgr. A. Timkovou, odbornou pracovníčkou GUS. *„To, čo sa udeje, vždy udeje sa v čase. Na jeho hladine a pod oblúkom neba. Snáď preto – zabudnúť znamená stratiť báseň. Snáď preto – zabudnúť znamená strácať seba. Či roky pohody, či roky nepohody – pamäť je rieka plná živých vody...“ /M. Rúfus/*



„Odkiaľ si prišla k nám a na čo ti je slovo? Hovoriť tak isto, no rieknúť čosi nové? Čo nám to ukrývaš, báseň, v tvojom slove.“ /M. Rúfus/. Koncertná sála zaplnená do posledného miesta s viac ako 105 poslucháčmi si vypočula 19 prezentácií, z ktorých bolo 8 vystúpení s vlastnou tvorbou. Je potešujúce, že úroveň, podľa hodnotenia pozorovateľov, bola veľmi, veľmi dobrá. Zaujímavým vstupom bolo aj využitie ústnej harmoniky pre zdramatizovanie deja. V prestávke si účastníci

Všetci účinkujúci boli odmenení Ďakovným listom, ružou aj taškou plnou spomienok na krásy Spišskej Novej Vsi a jej okolia i pozvaním na malé občerstvenie do Klubu GUS.

Podujatie zaznamenala TV Reduta. S poďakovaním mestu, OO JDS Spišská Nová Ves a GUS podujatie ukončil podpredseda KO JDS Mgr. L. Fabián.

► Mgr. J. Prochotská

► OPRAVA TEXTU

V 3. čísle nášho časopisu na str.27 prosíme o opravu 2 informácií v článku **Sto rokov bez Štefánika v Spišskej Novej Vsi nasledovne:** „...kde bývala aj jeho matka Albertína a na mestskom cintoríne pri bratovi JUDr. Ladislavovi Dušanovi, ktorý tu bol verejným notárom štyridsať rokov.“ ... „ ... nám priblížila Pietnu spomienku v ich meste, kde žila sestra Oľga Ľudovíta a Milan ju tam navštívil.“

Autorke článku Mgr. J. Prochotskej sa úprimne ospravedľujeme.

Členovia ZO SZTP a ZO JDS v Partizánskej Ľupči športovali v duchu olympizmu



Rada ZO SZTP a výbor ZO JDS v Part. Ľupči v spolupráci s Olympijským klubom Liptova (OKL) zorganizovali 20. júla 2019 v areáli miestneho futbalového štadióna športové hry. Súťažilo sa v 3 disciplínach: šípky, hod na plechovky a hod granátom na cieľ. Po prezentácii účastníkov a občerstvení predsedníčka ZO SZTP Ing. Milada Ondrejková privítala hostí: predsedu OR SZTP v Lipt. Mikuláši J. Sokola (je zároveň predsedom ZO JDS a predsedom RK OKL v Lipt. Mikuláši), starostu obce Bc. L. Balážeca, funkcionárov zo ZO SZTP okresu Lipt. Mikuláš, za Združenie rodičov postihnutých detí/ZRPD/ Lipt. Mikuláš predsedníčku B. Nikovú a p. E. Dankovú s dcérami. Po príhovore pp. J. Sokola a L. Balážeca sa uskutočnili súťaže.

Po súťažiach si všetci pochutili na výbornom guláši, ktorý uvarili bratia Juraj a Miroslav Adamčiakovci. Nasledovalo slávnostné vyhlásenie výsledkov. V kat. žien obhájili: 1. m.: Žofia Sokolová, 2. m.: Anna Čaniová, Beata Niková, Muži: 1. m.: Ladislav Mrázik, Juraj Adamčiak, Miroslav Hladiš. Odmenou za výborné výsledky boli medaily OKL aj vecné ceny. Odovzdali ich popri predsedoch oboch usporiadateľských organizácií aj Mgr. Z. Chalupková, ktorá mala na starosti športové disciplíny, s Mgr. O. Kráľovanskou. Program akcie pokračoval slávnostným za-

sadnutím OR SZTP, na ktorom boli odovzdané ocenenia, udelené Republikovou radou SZTP Bratislava. Predseda OR SZTP Lipt. Mikuláš J. Sokol za asistencie podpredsedníčky OR SZTP A. Kováčovej a členky OR SZTP Ing. M. Ondrejovej odovzdali kvietok a ocenenia: strieborné medaily SZTP za dlhoročnú činnosť a propagáciu pomoci hendikepovaným členom ZO SZTP Partizánska Ľupča: B. Kohútovej, M. Gregorovej, A. Sokolovej, Ž. Sokolovej, A. Antolovi (aj pri príležitosti životného jubilea 80-ty), A. Čaniovej zo ZO SZTP Lipt. Hrádok Ďakovný list SZTP a B. Nikovej aj E. Dankovej Plaketu SZTP za dlhoročnú aktívnu činnosť pre TP.

Podpredsedníčka OR SZTP A. Kováčová informovala prítomných o reprezentácii predsedu OR SZTP Júliusa Sokola na MDO so ZP v Trebišove, kde získal zlatú a striebornú medailu na ŠH a odo-

vzdala mu kvietok. Ďalej nasledovalo vylosovanie tomboly, na ktorú sa už všetci tešili.

Naše poďakovanie patrí starostovi obce Bc. L. Balážecovi a MÚ Part. Ľupča za finančný príspevok aj audio aparatúru na túto akciu, OFK za poskytnutie priestorov futbalového areálu, OKL za medaily a ceny do tomboly, predsedovi ZO Jednota COOP P. Ľupča Ing. L. Rybákovi za finančný príspevok pre ZO JDS a ZO SZTP a v neposlednom rade všetkým členom, ktorí sa podieľali na príprave a priebehu celého podujatia.

Po skončení oficiálnej časti sme si všetci spoločne posedeli pri občerstvení, reprodukovanej hudbe a pesničkách harmonikára, nášho člena JDS Dušana Bartánusa. Takto sme sa spoločne stretli, vymenili si skúsenosti zo svojej činnosti aj sa zabavili a napriek svojmu hendikepu si zašportovali. Spoločne sme si uctili aj myšlienky olympizmu.

► **Július Sokol, predseda OR SZTP Liptovský Mikuláš**



Prešovskí seniori žijú aktívne

Prvá MO JDS v Prešove patrí počtom vyše 500 členov k jednej z najväčších na Slovensku. Na jej čele stojí už niekoľko rokov Marika Paľová, ktorá spolu so svojím tímom zabezpečuje pre svojich členov bohatý a variabilný program. Pestrá paleta aktivít ponúka záujemcom široký výber podujatí z oblasti kultúry, histórie, športu a turistiky i množstvo ozdravno-relaxačných pobytov v slovenských a zahraničných centrách.

Aj napriek širokej členskej základni dokážeme sa stretávať pri rôznych zábavno-spoločenských podujatiach a tak nadväzovať kontakty a navzájom sa spoznávať. Našou snahou je, aby sa najmä osamelí členovia necítili opustení, ale zmysluplne, obklopení priateľmi, prežívali seniorské obdobie života. Od marca t.r. máme k dispozícii aj priestory vlastného klubu, kde sa stretávame 2x týždenne.

V oblasti kultúrno-spoločenských podujatí sme sa v uplynulom období zúčastnili 3. Reprezentačného plesu JDS v Parku kultúry a oddychu v Prešove. Tanec a zábavu poskytol záujemcom aj Mestský fašiangový bál pre seniorov nášho mesta i vlastný bál 1. MO JDS. Spoločne si pripomíname aj rôzne sviatky – MDŽ, Deň matiek, Deň otcov a družné posedenia máme aj v rámci Úcty k starším, odkiaľ členovia vždy odchádzajú domov s malým darčekom a rovnako sú odmenení aj naši jubilanti. K dobrej pohode prispieva zaujímavým programom naše spevácko-muzikálne zoskupenie KOŇAREČKA, vedený skúseným pedagógom a harmonikárom, pánom Jozefom Pirohom, naším aktívnym členom. Sviatok MDŽ sme si tohto roku pripomenuli spoločnou návštevou di-



vadelného predstavenia V dobrom aj zlom v historickej budove Divadla J. Záborského. Keďže neďaleký Solivar je súčasťou prešovskej mestskej aglomerácie, navštívili sme tu historický komplex objektov, ktoré niekoľko storočí zabezpečovali produkciu soli. Ako správni lokálpatrioti sme nostalgicky spomínali na našu dobrú soľ, ktorá sa po zatvorení závodu už pár rokov nevyrába. Ostali iba historické objekty tamojšieho múzea – gápel, četerne, varňa, komory a klopačka. Odporúčame absolvovať návštevu organizáciám JDS aj z iných okresov, pretože toto nikde inde na Slovensku nenájdu.

V severovýchodnom cípe Slovenska sa nachádza prírodná rezervácia Poloniny so starobylým bukovým pralesom. Chovajú tu zubry, ale Poloniny oplývajú aj mnohými ďalšími prírodnými i kultúrnymi - historickými pamiatkami. Počas jednodňového výletu sme toto nesmierne bohatstvo kraja vo Východných Karpatoch spoznávali – zamerali sme sa na návštevu niekoľkých drevených kostolíkov a v Topoli aj obnoveného židovského cintorína a vojenského cintorína vojakov I. a II. svetovej vojny. V obci Nová Sedlica sme sa zastavili pri domčeku ľudovej architektúry, ktorý odkúpila RTVS s cieľom opraviť ho a následne v ňom zriadiť múzeum večerníčkového deduška. Do lokality sme sa po čase vrátili a okúpali sa na Sninských rybníkoch. Zároveň

sme navštívili vodnú nádrž Starinár, ktorej voda tečie aj z kohútikov prešovských domácností a boli sme aj v Kolonici, v známej hviezdárni.

Skupina seniorov sa opätovne vybrala do neďalekej Budapešti. Vnímali sme atmosféru jedného z najkrajších európskych veľkomiest a spoznávali jeho pamiatky a históriu, úzko spätú aj s dejinami nás, Slovákov. Ďalší naši výletníci zamierili smerom na západ a obdivovali jedinečné pamiatky južných Čiech v Českom Krumlove, Českých Budejoviciach a Hlubokey. Navyše sme sa v Českom Krumlove zúčastnili Sviatku päťlstej ruže, čo bol pre nás veľký zážitok, ako aj zhliadnutie divadelného predstavenia v prírodnom divadle s otáčavým hľadiskom.

Už štvrtý rok organizujeme 4-dňové pobyty v termálnom kúpalisku Tiszaujvárosi.

Počas prázdnin každoročne navštevujeme Kežmarské dni remesiel a nebolo to inak ani tohto roku. V auguste je zase našou stálou srdcovkou návšteva Goralských slávností v Pieninách (Červený Kláštor) a jarmok v Bardejove, doplnený o návštevu Bardejovských Kúpeľov. Onedlho nás ešte čaká prehliadka hradu v Starej Lubovni a navštívime aj pútnické miesto v Lutine a vo Vysokej nad Uhom - domček a hrob blahoslavenej Anky Kolesárovej.

Naši členovia sú aktívni aj v športovo-turistických aktivitách. Hneď začiatkom roka sme sa vybra-

li do ľadového domu na Hrebienku a Vysoké Tatry máme naplánované aj na september, a to do prostredia Štrbského a Popradského Plesa. Naše súťažné družstvo v bowlingu pravidelne trénuje a zúčastňuje sa súťaží. Okrem toho každoročne uskutočňujeme športové hry a víťazi postupujú na okresné a krajské kolo, kde obsadzujú popredné miesta. Tohto roku členka našej 1. MO JDS Anna Bučková sa stala aj víťazkou v kategórii žien na krajských športových hrách v Starej Ľubovni. Veľkú zásluhu na všetkých športových podujatiach má člen nášho výboru, vedúci športovej komisie Jozef Palko. Tradíciou sa stalo bowlingové súperenie s MO Zväzu vojnových poškodených a invalidov v Prešove, kde sme zatiaľ zvíťazili v družstvách aj v jednotlivcoch.

Naši členovia majú vo veľkej obľube aj relaxačno-rekondičné pobyty. V našom veku je to vynikajúci prostriedok na udržiavanie vitality a aktivity. Pobyty sme mali zabezpečené v Piešťanoch, Bardejovských kúpeľoch, Podhájskej, Skleňných Tepliciach, Vysokých Tatrách, Liptovskom Jáne, Demänovskej doline a Rajeckých Tepliciach. Niektoré z týchto lokalít sme navštívili aj viackrát ročne.

Na základe nami vyhotoveného projektu nám mesto Prešov prispelo sumou 838 € na podporu zdravia a sociálnu výpomoc. Tak sme mohli pre členov zabezpečiť masáže podľa vlastného výberu v cene po 7 € a prispějeme aj na úhradu autobusu na rekondičný pobyt do Demänovskej doliny.

Z bohatého programu našej 1. MO JDS v Prešove si môže vybrať každý člen! A k dispozícii je aj kronika našej organizácie, ktorú vedieme od začiatku a zachytávame v nej slovom aj fotografiami naše akcie a podujatia. Spomínanie už k nášmu veku prirodzene patrí!

► **Anna Zvolenská**
a **Darina Petránská**

IX. ročník ŠH seniorov okresu Snina



Konal sa v obci Kalná Roztoka 1. júna 2019 a slávnostne ho otvoril starosta obce Ladislav Hakulin. V krásnom areáli DK a OcÚ privítal všetkých seniorov a vzácných hostí, poslancov Zastupiteľstva Prešovského samosprávneho kraja Mgr. Nadeždu Sirkovú a JUDr. Dušana Hačka, predsedníčku OO JDS v Snine Mgr. Milenu Rokytkovú a hlavného rozhodcu Mgr. Jozefa Micenka. Prihovorili sa aj prítomní hostia a zaželali seniorom - športovcom veľa úspechov v súťažiach.

Olympijský oheň zapálil člen výboru ZO JDS v Kalnej Roztoke Andrej Kubolek. Sľub športovcov prečítal predseda hostujúcej organizácie Michal Laľo a sľub rozhodcov predniesol hlavný rozhodca Mgr. Jozef Micenko.

V okrese Snina je založených 11 základných organizácií JDS. Na športové hry prišli súťažiť seniori z týchto obcí: Belá nad Cirochou, Ublá, Pčoliné, Osadné, Pichne, Stakčínska Roztoka, Nová Sedlica, Zemplínske Hámre, mesto Snina a domáci seniori. Pozvaní boli aj starostovia obcí.

Počasie bolo ako na objednávku a veľkú pochvalu si počas dňa neraz vypočuli organizátori ŠH, lebo

celý priebeh súťažného zápolenia bol kvalitný, bez zbytočných prieťahov.

Po ukončení súťaží bol podaný v KD obed a po ňom nasledovalo slávnostné vyhlásenie výsledkov. V celkovom hodnotení bola najúspešnejšia ZO JDS z Belej nad Cirochou, na 2. mieste sa umiestnila ZO JDS zo Sniny a z 3. miesta sa tešili seniori zo Stakčínskej Roztoky.

Veľké poďakovanie patrí všetkým, ktorí sa podieľali na príprave a organizácii našich ŠH: pánu starostovi L. Hakulinovi, poslancom OZ v našej obci, predsedníčke OO JDS v Snine Mgr. M. Rokytkovej, hlavnému rozhodcovi Mgr. J. Micenkovi a v neposlednom rade členom ZO JDS v Kalnej Roztoke, zvlášť našim ženám, ktoré nelenili a napiekli všakovaké dobroty pre všetkých účastníkov tohto podujatia. ŠH nie sú len o športovom zápolení, je to aj skvelá príležitosť na stretnutia a neformálne debaty. A to nielen športovcov, ale aj početných fanúšikov.

Želáme všetkým seniorom dobré zdravie, čistú myseľ a pokoj v duši.

► **Anna Ocetníková,**
podpredsedníčka ZO JDS
Kalná Roztoka

Kedy a ako môžem požiadať o zvýšenie invalidného dôchodku

**SOCIÁLNA POISŤOVŇA**

Poberatelia invalidného dôchodku sa na Sociálnu poisťovňu často obracajú s otázkou, ako majú postupovať, keď chcú požiadať o zvýšenie invalidného dôchodku. V tejto životnej situácii si však v prvom rade treba uvedomiť, že o zvýšenie invalidného dôchodku nemožno žiadať len na základe subjektívneho pocitu zo zhoršeného zdravotného stavu alebo takpovediac preto, že sa niekomu zdá, že má málo peňazí. Výška invalidného dôchodku sa okrem iného odvíja od zdravotného stavu a posúdenia miery invalidity. Takže platí: ak chce poberateľ invalidného dôchodku požiadať o jeho zvýšenie, musí ísť najskôr na lekársku vyšetrenia k špecialistom, ktorí objektívne zdokumentujú prípadné zhoršenie jeho zdravotného stavu.

Žiadosť o zvýšenie invalidného dôchodku sa nepodáva samostatne, **zvýšiť invalidný dôchodok môže Sociálna poisťovňa len na základe zhoršenia zdravotného stavu.** Pri zhoršení zdravotného stavu invalidný dôchodca nemusí čakať na vopred určený termín kontrolnej lekárskej prehliadky (niekedy ho ani nemusí mať určený).

Môže aj sám z vlastnej iniciatívy požiadať o prehodnotenie zdravotného stavu a zvýšenie invalidného dôchodku. **Novinkou od 1. septembra 2019 je,** že v niektorých prípadoch môže posudkový lekár Sociálnej poisťovne určiť, že prítomnosť poistenca alebo poškodeného nebude pre posúdenie zdravotného stavu vždy potrebná. **Zdravotný stav posudkový lekár potom posúdi v neprítomnosti poistenca len na základe doložených lekárskeho odborných nálezov.** Týka sa to ťažkých, najmä liečbou neovplyvniteľných stavov, ako napríklad ťažko chorých onkologických prípadov, prípadov po vážnych cievnych mozgových príhodách, nevidomých, poistencov po amputácii končatín a podobne

Postup je takýto:

1. V závislosti od diagnózy absolvovať vyšetrenia u príslušných špecialistov (neuroológ, ortopéd, očný špecialista, kardiológ a podobne).

2. Napísať neformálnu (vlastnými slovami, bez vyplňania predpísaného formulára) písomnú žiadosť o prehodnotenie zdravotného stavu a podať ju v príslušnej pobočke Sociálnej poisťovne podľa trvalého pobytu. Súčasne s touto žiadosťou žiadateľ odovzdá aj výsledky spomínaných vyšetrení, ktoré preukazujú zhoršenie zdravotného stavu a ošetrovujúcim lekárom vyplnené tlačivo Prehliadka zisťovacia – kontrolná.

3. Treba počkať na výzvu zo Sociálnej poisťovne a v určenom čase sa dostaviť na posúdenie zdravotného stavu.

4. Posudkový lekár posúdi výsledky odborných vyšetrení a na základe toho rozhodne o zmene invalidity. Podľa výšky percenta invalidity Sociálna poisťovňa následne upraví výšku invalidného dôchodku.

5. Poberateľ invalidného dôchodku dostane na korešpondenčnú adresu písomné rozhodnutie o zvýšení invalidného dôchodku. Ak neprišlo k zmene percenta invalidity, aj v tomto prípade dostane písomné rozhodnutie o tejto skutočnosti.

Výška dôchodku a percento invalidity:

● Ak má poistenec mieru poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť do 40 % vrátane, nemá nárok na výplatu invalidného dôchodku.

● Ak má poistenec mieru poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť v rozpätí **od 41 % do 70 %**, dostáva určené percento z vypočítaného invalidného dôchodku. V prípade žiadosti o zvýšenie invalidného dôchodku vzhľadom na zhoršený zdravotný stav sa mu percento poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť môže zvýšiť. Následne sa mu zvýši aj invalidný dôchodok.

● Ak mal žiadateľ priznanú invaliditu **nad 70 %**, čiže mu patrí celý vypočítaný invalidný dôchodok, zvýšenie invalidného dôchodku už nie je možné. Ak by takýto invalidný dôchodca aj požiadal o zvýšenie invalidného dôchodku z dôvodu zhoršeného zdravotného stavu, zostane mu suma celého invalidného dôchodku vo výške, ako bola určená. Ide napríklad o prípad, keď poberateľovi invalidného dôchodku bola pôvodne určená miera poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť o 75 % a po novom posúdení zhoršeného zdravotného stavu je miera poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť o 80 %. Percento miery poklesu sa zvýšilo, avšak suma dôchodku zostáva nezmenená, pretože invalidný dôchodok sa mu už vypláca v plnej sume.

Okrem tohto postupu založeného na žiadosti poistenca o zvýšenie invalidného dôchodku na základe zhoršeného zdravotného stavu sa **priznané invalidné dôchodky každoročne valorizujú k 1. januáru daného roka.** V roku 2019 suma zvýšenia invalidného dôchodku s mierou poklesu vykonávať zárobkovú činnosť nad 70 percent predstavovala 7,40 eura, pri dôchodkoch s mierou poklesu vykonávať zárobkovú činnosť do 70 percent to bolo 4,20 eura.

O aktivitách ZO JDS Oravská Poruba

ZO JDS v Oravskej Porube funguje od roku 2015 a veru akcií nemávame málo. V súčasnosti máme 57 členov.

Pravidelne každý mesiac sa tešíme na spoločne strávené odpolednia. Vždy pogrätulujeme oslávencom k meninám či narodeninám. Naše stoly sa „prehýbajú“ dobrotami, ktoré nám oslávenci pripravujú. Každý mesiac si niečo dobré uvaríme. Máme na to priestory v kultúrnom dome a podporu Obecného úradu. V lete máme priestory pri našom amfiteátri, kde trávime čas aj pri dobrej hudbe. Každoročne vo februári spoločne s obcami dolnej Oravy organizujeme fašiangový ples - na striedačku a vždy sa naň tešíme. Pravidelne medzi vianočnými sviatkami aj veľkonočnými absolvujeme turistiku okolo nášho chotára.

Každý mesiac si zorganizujeme výlet – najčastejšie vlakom. Už sme precestovali veľa slovenských miest, kde si radi prehlíadneme historickú časť mesta, prípadne hrad, múzeum alebo iné zaujímavosti. Boli to napríklad Bratislava, Košice, Liptovský Mikuláš, Zvolen, Poprad, Prešov, Banská Štiavnica, Čičmany, Banská Bystrica, Nitra, Trenčín, Bardejov, Važec, Modra, Kremnica, Č. Balog a veľa iných.

Niekoľkokrát do roka cestujeme autobusom na také miesta, kde je problém so spojom a môžeme pritom navštíviť niekoľko zaujímavých destinácií. Takto sme navštívili aj zahraničie: Prahu, Brno, Olomouc, Viedeň,



Budapešť, Krakov. Pravidelne jedenkrát ročne zavítame do Podhájskej na niekoľko dní a rovnako každoročne obdivujeme ľadové sochy na Hrebienku.

V súčasnosti sa už tešíme na návštevu niektorých slovenských jaskýň – Domica, Ochtinská aragonitová jaskyňa, Dobšinská ľadová jaskyňa a tiež by sme radi strávili nejaký čas na Muráni. Som presvedčená, že energia, ktorú získavame na posedeniach a výletoch, priaznivo ovplyvňuje naše zdravie, podporuje dobrú náladu aj našu priateľskú súdržnosť.

► **Bc. Šustrová Mária, predsedníčka ZO JDS**



Naše malé olympijské hry

13. júna zorganizovala ZO JDS v Istebnom nad Oravou tradičné obecné športové hry. Pozostávali z 8 disciplín. Viac ako 40 účastníkov zobralo preteky veľmi vážne a bojovali ako za reprezentáciu, napriek tropickému teplu a v niekoľkých prípadoch museli rozhodnúť až rozstrely.

Športovcov seniorov prišla do čarokrásnej Istebnianskej doliny podporiť aj starostka Lýdia Fačková, ktorá nakoniec všetkým víťazom venovala pekné ceny. Unavených, ale nadmieru spokojných účastníkov čakal po pretekoch „nebíčkový“ kotlíkový guláš. V programe dňa bola aj gratulácia pre jubilantov – manželov Sitekových a Valíku Hnilicových.

Úchvatné športové zápolenie, smelo sa prirovnávajú k malým olympijským hrám, sa udialo následne 20. júna v Zázrivej. OO JDS Dolný Kubín zorganizovala pod záštitou starostu obce Mateja Mnícha a s finančnou podporou mesta Dolný Kubín - Šanca pre všetkých - okresné športové hry seniorov, na ktorých súťažili seniori – športovci z mnohých obcí.

Čuduj sa svete, seniori z Istebného získali 11 pódiových umiestnení z celkových 12 disciplín. V behu žien na 50 m. zvíťazila Júlia Pagáčiková, ako aj v behu na 80 m. 3. miesto v hode granátom do diaľky vybojovala Helena Bakalová a v hode granátom na cieľ zvíťazila Veronika Hnilicová. 2. miesto v behu na 80 m. získal Ladislav Roštek a tiež aj v behu na 100 m a Dušan Marištiak získal bronz. Vrh guľou tradične ovládol Peter Pagáčik a v hode granátom do diaľky získal 3. miesto. V hode granátom na cieľ sa Bohuš Belica umiestnil na 3. mieste a v strelbe zo vzduchovky zabojoval 3. miestom Fero Hnilica. Všetkým víťazom odovzdal ceny starosta obce Zázrivá Matúš Mních. A my im tiež radi blahoželáme.

► **Text a foto: Dušan Sabol**

Rodičia to s krúžkami prehávajú. Koľko je ich tak akurát?



Väčšina žiakov má už od prvého ročníka základnej školy dve mimoškolské aktivity. Avšak, ak ich je priveľa, deti oberajú o čas s rodinou, ako aj o nevyhnutnú potrebu občas sa nudiť. Spolu s psychologičkou sme sa pozreli na to, koľko krúžkov je tak akurát. Rodičom, ktorí ešte len rozmýšľajú, na aký krúžok prihlásia svoje dieťa, psychologička Lenka Uherová radí, aby boli ústretoví a nechali ho vyskúšať všetko, čo ho robí šťastným. „*Nie je dobré nútiť dieťa do nejakej aktivity len preto, lebo my chceme, aby v nej napredovalo alebo len preto, lebo s ňou už raz začalo a my sme mu predplatili určitý počet hodín.*“

„Až 8 z 10 detí na Slovensku navštevuje po škole minimálne jeden záujmový krúžok. *Naše deti ich majú v priemere dva, a to už od 1. ročníka,*“ uvádza hovorkyňa Poštovej banky Lýdia Žáčková údaje z prieskumu, ktorý si banka dala vypracovať. Výskumy ukázali, že bežný školák prichádza domov, práve kvôli množstvu mimoškolských aktivít, až okolo ôsmej hodiny večer. Oberá ho to o čas strávený s rodinou, ako aj o možnosť nudiť sa a tým pádom naučiť sa spoľahnúť iba na seba. „*Aj sama Maria Montessori vnímala ako dôležité, aby sa dieťa dokázalo aj nudiť. To znamená, vydržalo v pokoji i v čase, ktorý mu neorganizujeme, v priestore bez neustálych podnetov. Keď dieťaťu za-*

plníme celý deň aktivitami, jeho mozog je tak prestimulovaný, že voľný čas, ktorý si má sám vyplniť, mu spôsobuje úzkosť a nepokoj,“ dodáva psychologička Uherová. Medzi školskými povinnosťami, krúžkami a neorganizovaným časom teda treba zachovať prirodzený balans.

Prieskum Poštovej banky ďalej ukázal, že za aktivity mimo školy rodičia platia v priemere 120 eur ročne. Ak si k tomu pripočítame ďalšie výdavky spojené so školou, náklady na jedno školopovinné dieťa vyjdú rodiča na vyše 400 eur ročne.

„*Čím sú deti staršie, tým sú tieto náklady vyššie, a preto rodičom a starým rodičom odporúčame šetriť im na vysokoškolské vzdelanie už od útleho detstva. V takom prípade stačí odkladať pravidelne menšiu čiastku a v čase, keď sa budú rozhodovať o vysokej škole, budete mať pre nich dostatočný štartovací balík na kvalitnú univerzitu,*“ radí L. Žáčková.

Sporenie na vzdelanie v Poštovej banke s názvom Instudy je skvelou možnosťou našetriť deťom bez väčších problémov aj na zahraničné štúdium, ktoré mu neskôr otvorí dvere k tým najlepším zamestnávateľom. Viac informácií na www.instudy.sk.

„Ušportovali sa“ do sýtosti

Akí šikovní, zdatní a úspešní seniory bývajú v Rajec-kých Tepliciach a okolí, sme zistili nedávno. Nepočítajú nultý ročník, 8. júna sme zorganizovali **2. ročník športových hier seniorov o Pohár primátorky Rajeckých Teplíc, Mgr. Kataríny Hollej**. Turnaju prialo všetko: krásne počasie, účasť pani primátorky, krásne ceny pre víťazov od nej a šťastie v športovom zápole.

Súťažilo sa v ôsmich klasických športových disciplínach, v ktorých sa umiestnili na popredných miestach seniory: Martinka, Harant, Imrišek, Miďanka, Zafková, Martinková, Mišjaková, Poláčková, Gabčíková, Mandáčková, Bezáková, Stiffelová. Absolútnou víťazkou, s

najvyšším počtom bodov, ktorá získala Putovný pohár priamo z rúk p. primátorky, sa stala p. Jožka Kenderová.

Všetkým víťazom sme poblahoželeli a hor' sa, na **Okresné ŠH JDS do Žiliny**, ktoré boli o 5 dní neskôr, 13. júna. Zo 136 súťažiacich naši športovci získali dve prvé a dve druhé ceny. Získali ich: J. Kenderová, M. Gabčíková a M. Pellionisová.

Patrične hrdí na seba, stiahli príkladom ďalších športovcov a prijali pozvanie na **Športový viacboj seniorov mesta Žiliny a seniorov z okolia regiónu**. Turnaj sa uskutočnil v Dennom centre v Bytčici (tradične s výbornou organizáciou, vtipným sprievodným slovom aj vynikajúcou kuchyňou).

Netradičné športové disciplíny vyprovokovali mnoho snahy aj smiechu, ale dali aj zabrať. No ani tu naši nesklamali! Z vyše stovky súťažiacich sa od nás umiestnila na 1. mieste v cornhole (kukurica diera) p. H. Grochalová a na 3. mieste v stolnom tenise, v súboji s profesionálmi, p. J. Kenderová.

ZO JDS v Rajeckých Tepliciach je na svojich členov – úspešných športovcov patrične hrdá. V tričkách s emblémom mesta Rajec Teplíc a znakom JDS, úspešne reprezentovali svoje mesto, organizáciu seniorov, ale aj seba samých.

► **PhDr. Anna Perkovičová,**
predsedníčka ZO JDS R. Teplíc



Výstava OaZ- toto všetko sa urodilo!

V kultúrnom dome obce Dvorníky, okres Hlohovec, členovia výboru ZO JDS zorganizovali v dňoch 21. a 22. sept. 2019 v poradí už 15. ročník Výstavy ovocia a zeleniny, ktorej súčasťou bol aj 6. ročník Výstavy húb. Podujatie sa konalo s podporou obecného úradu a starostu obce Dvorníky.

Pestovatelia z obce aj okolia prinášali svoje exponáty počas piatku. V piatok večer a sobotu dopoludnia členky výboru ZO JDS aranžovali prinesené ovocie a zeleninu.

Výstava bola verejnosti prístupná po oba dni do 19.00 hod. Jej návštevníci mohli už tradične hlasovať za najkrajšie jablko a potom za najkrajší "iný" exponát výstavy. Výstava sa už dostala do povedomia širokého okolia obce, o čom svedčí počet vystavených exponátov. Bolo ich spolu 185. Usporiadatelia boli veľmi radi, že pestovateľov neodradila nepriazeň počasia, hlavne tohtoročné sucho, a vypestovali pozoruhodné plody ovocia a zeleniny, ktoré upravili do krásnych farebných aranžmánov.

Súčasťou výstavy bola aj výstava húb, kde návštevníci dostali aj odbornú informáciu o nich. Výstava OaZ mala

aj Kútik tvorivej dielne detí, kde si vystavovali vlastné aranžmány z plodov ovocia a zeleniny. Na tohtoročnej výstave okrem ovocia, zeleniny a húb boli vystavované aj krásne ľudové kroje z Dvorníkov a okolia.

► **Text a foto: Mgr. Ivan Peťko,**
predseda revíznej komisie OR JDS v Hlohovci



Zábavné športové hry v Rimavskej Sobote

24.7.2019 sa uskutočnil v Rimavskej Sobote v Klube záujmovej činnosti seniorov III. ročník „Zábavných športových hier“ pod heslom „Pohybom k udržaniu zdravia“. Pohyb prináša lepšie prekrvenie, dôkladnejšiu prácu svalov a tým povzbudenie látkovej premeny. Tieto účinky majú primerané pohybové aktivity. Treba si len vybrať, ktoré sú pre ktorého človeka vhodné.

Tieto úvahy o pohybe a zdraví viedli v roku 2017 predsedníčku Klubu a podpredsedníčku ZO JDS Rimavská Sobota Jolku Kaliankovú k usporiadaniu športovej akcie, prístupnej pre široký okruh seniorov.

Primeranú súťaživosť preukazovali 5-členné družstvá pri: rúcaní pyramíd, hádzaní šípiek, rúcaní kolkov, triafaní do kruhov, hádzaní kruhov na nohu obráteného stola, kopcach loptou do bránky a hode pokrievkou do dialky.

Do súťaží sa zapojili družstvá z: Hrachova, Čížu, Klenovca, Jesenského, Rimavského, Brezova, Širkoviec, Hnúšťa, Hrnčiarskych Zalužian a Rimavskej Soboty.

Výsledky vyhlásil predseda OO JDS:

I. miesto – Rimavská Sobota - 184 bodov

II. miesto – Hrnčiarske Zalužany - 165 bodov

III. miesto – Hnúšťa - 149 bodov

Umiestnenie jednotlivcov:

1. miesto Ľuba Varjuová – Rimavská Sobota - 47 bodov

2. miesto Dušan Štugner – Hnúšťa - 44 bodov

3. miesto Mgr. Elena Nebusová-Rim. Sobota 41 bodov

Vojtech Farkaš – Širkovce - 41 bodov

Hodnotenie výsledkov vykonali:

Vlasta Bottliková a Mgr. Štefan Králik.



Usporiadanie a organizáciu hier zabezpečovali členovia OO JDS a ZO JDS Rimavská Sobota vrátane zdravotnej služby – MUDr. Ľuby Maňovskej a Šarloty Čomorovej. Horúčavu letného dňa spríjemňoval chládok stromov v záhrade, kde sa účastníci v závere posilnili gulášom a zhodnotili význam stretnutia - utuženia spolupatričnosti a psychickej pohody spríjemňovanej spevom za zvukov harmoniky.

Na podujatie boli pozvaní aj zástupcovia mesta Rimavská Sobota – vedúca soc. komisie Mgr. Mária Turoňová s asistentkou Luciou Ďurásovou. Ich kladné hodnotenie celého priebehu športovej súťaže, sporej so stretnutím ďalších zástupcov dôchodcov organizátorov potešilo aj povzbudilo.

Predsedníctvo OO JDS vyslovuje týmto tiež podakovanie KZČS – JDS Rimavská Sobota za prípravu a usporiadanie III. ročníka Zábavných športových hier.

► Foto a text: Mgr. Jozef Rajzinger, PhD
predseda OO JDS Rimavská Sobota



O výlet bol veľký záujem, a tak 29. mája 2019 v skorých ranných hodinách vyštartovali z obce dva plné autobusy. Prvou zástavkou bola plavba loďou OG Slanica po Oravskej priehrade okolo Vtáčieho ostrova s prehliadkou expozícií na Slanickom ostrove umenia. Upršané počasie sa „umúdlilo“, a tak plavbu naspäť si niektorí z nás vychutnávali pohľadom na okolitú prírodu z hornej nekytej časti lode.

Druhou zástavkou bola obec Klin a výstup na vrch Grapa s jeho jedinečnou raritou - sochou Ježiša Krista. Socha dosahuje výšku 9,5 m a všetci v jej blízkosti sme si dopriali chvíľku telesného i duševného pokoja. Aj touto cestou sa chceme poďakovať za milé privítanie v obci, osobne jej starostovi Karolovi Revajovi a predsedníčke ZO JDS v Kline

Seniori z Kružlova na Orave

Olge Prísaznej. Veľká vďaka aj za občerstvenie a kultúrny program

Na obed sme si všetci zasadli k prestretým stolom v reštaurácii v obci Bobrov. Oddýchnutí a posilnení jedlom sme nastúpili do autobusov a naša cesta smerovala do Oravskej Lesnej.

Tam, v jednej z najchladnejších obcí Slovenska sa v lesoch ukrýva skvost Oravy - Oravská lesná železnica. Mali sme možnosť pocítiť chlad, ale krásna príroda, ako sme ju obdivovali počas jazdy vláčikom zo stanice Tanečník do stanice Sedlo Beskyd, nám ten chlad otepila. Krásnu panorámu oravskej prírody sme obdivovali aj z vyhlídkovej veže a prezreli sme si tiež goralskú drevenicu. Piskot píšťalky nás upozornil na spiatočnú cestu vláčikom aj na symbolické ukončenie nášho výletu po Orave.

Trochu unavení, ale spokojní sme sa vrátili domov a veru, pozrieť si skvosty Oravy, to je nezabudnuteľný zážitok!

► Anna Šimcová

S vekom nemusí prichádzať osamelosť!

Vraj s vekom sa zvyšuje riziko osamelosti - čím sme starší, tým je pre človeka hodnota priateľstva dôležitejšia. Oveľa viac si užívame spoločné stretnutia s priateľmi, pretože priateľstvo má silu, obohacuje životy, naplňuje ich.

To sa nám, členom ZO JDS Šaštín-Stráže potvrdilo aj 3. septembra 2019, kedy k nám prišli na návštevu naši priatelia s JDS Miloslavov na čele so starostom Miloslavova p. M. Baďanským, správcom fary v Miloslavove Mons. F. Mikulom a s predsedníč-

kou ZO JDS Miloslavov p. E. Strniskovou. Spolu 44 hostí - seniorov. Návštevu srdečne privítal primátor nášho mesta Mgr. J. Suchánek, predsedníčka ZO JDS p. M. Vizváryova a podpredsedníčka p. Alena Žáková. V našej NS Bazilike Sedembolestnej Panny Márie nás všetkých milo privítal páter O. Kentos OSPE.

Svätú omšu slúžil správca fary v Miloslavove Mons. Mikula. Po svätej omši sme si pochutili na dobrom obede vo farskej jedálni a potom už program pokračoval v Dome kultúry. Spevácky súbor Radosť z JDS



Miloslavova otvoril naše stretnutie a nedal sa veru zahanbiť ani náš spevácky súbor Senior. Spieval s nimi celý kultúrny dom. Rozhovory, malé darčeky, vyrobené s láskou v našom klube pre všetkých účastníkov stretnutia a na záver pozvanie starostu Miloslavova do tanca. Samozrejme pridali sme sa všetci – bolo veselo, až nám bolo zaťažko sa lúčiť.

Častokrát rozmýšľam o zmysle priateľstva a vždy prídem na jedno a to isté: Bez priateľov by bol život nudný a nezaujímavý.

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



Turistický výstup na hrad Šašov

OO JDS Žiar nad Hronom zorganizovala turistický výstup seniorov na hrad Šašov 3. júna 2019. Samotní organizátori boli milo prekvapení, keď sa na uvedenú akciu prihlásilo až 90 dôchodcov nielen zo Žiaru nad Hronom, ale aj z okolitých obcí.

„Zdatnejším“ bol ponúknutý turistický pochod peši z Ladomerskej Viesky po modrej turistickej značke do obce Šašovské Podhradie. Časť pochodu prebiehala v oddychovom tempe a do 60 minút všetci v poriadku došli do cieľa. Tí menej zdatní využili dopravu MHD zo Žiaru nad Hronom do Šašovského Podhradia. V kultúrnom dome nás privítala p. Janeková a poslanec p. Uhrovič, ktorý všetkým účastníkom priblížil bohatú

históriu Šašovského hradu až po jeho dnešné ruiny.

Treba povedať, že samotní občania obce sa snažia hrad zachraňovať a vo forme brigádnickej činnosti na ňom pracujú. Z vysvetlenia p. Uhroviča sme sa dozvedeli, že Šašov pred rokom 1253 postavili bratia Vančovci. Ludová slovesnosť má však aj iné vysvetlenie. Povešť hovorí, že hrad dal vybudovať zvolenský hradný pán pre svojho dvorného šaša, ktorý mu na poľovačke zachránil život. Úlohou hradu bolo strážiť hronskú obchodnú cestu aj vyberať na nej mýto. V 14. storočí sa Šašov stal kráľovským majetkom. Hrad spustol po kuruckých vojnách v roku 1708 a dodnes sa z neho zachovalo už len niekoľko múrov. Pre návštevníkov hradu je v malom domčeku zriadená infor-

mačná kancelária aj pamätná izba s nainštalovanou etnografickou výstavou.

Väčšina našich seniorov vyšla až na samý vrch hradu, odkiaľ sa im naskytl krásny pohľad na celé stredné Pohronie aj na samotné okresné mesto Žiar nad Hronom. Po namáhavom výstupe sme sa vrátili do kultúrneho domu, kde na všetkých účastníkov čakal chutný guláš aj s ďalším občerstvením.

Mnohí účastníci tohto turistického podujatia sa zhodli na tom, že i keď žijú a bývajú v blízkosti Šašovského hradu, doteraz si ho ani len neboli pozrieť. A tak sa naozaj oplatilo takýto turistický pochod, či výlet zorganizovať. Vraj môže byť aj druhý krát!

► **Jaroslav Bulko,** predseda OO JDS
Žiar nad Hronom

Kultúrne podujatia KO JDS Bratislava v lete 2019



Krajská prehliadka speváckych súborov Bratislavského kraja po rokoch zmenila svoju, tak povediac, „domovskú scénu v Pezinku a začiatkom júna sa po prvýkrát uskutočnila v DK Zrkadlový háj v Petržalke pod záštitou predsedu BSK Mgr. Juraja Drobu a starostu MČ Petržalka Ing. Jána Hrčku.

Do súťaže sa prihlásilo 8 súborov: Staromešťan z Bratislavy – Staré mesto, Novomešťan z Bratislavy – Nové mesto, Senioranka z Bratislavy – Karlovej Vsi, Dúbravanka z Bratislavy - Dúbravky, Melódia z Bratislavy - Petržalky, Petržalčanka – z Bratislavy - Petržalky, Radosť z Pezinka a Malinka z Malaciek.

Úvodom predsedníčka KO JDS p. Anna Királyová privítala vzácnych hostí: podpredsedu BSK Mgr. Mikuláša Krippela, PhD., Ing. Karin Bohmanovú z odd. zahraničných vzťahov, protokolu a európskych záležitostí VÚC, za MÚ Bratislava – Petržalka vicestarostku Ing. Lýdiu Ovečkovú, z Ústredia JDS podpredsedu PhDr. Alojza Luknára, za DK Zrkadlový háj riaditeľa Ing. arch. Martina Sarvaša, ktorý prijal aj funkciu predsedu hodnotiacej poroty.

Ďalej všetkých účinkujúcich a tiež mnohých divákov.

Moderátorkou prehliadky bola p. Alica Dontová. Úvod programu obohatilo vystúpenie Jozefa Smiščíka, ktorý venoval publiku kyticu veselých náladových piesní. Nasledovali vystúpenia súborov, ktoré sledovala aj odborná porota. Po vystúpení všetkých súborov prebehlo vyhodnotenie, kde porota tlmočila jednotlivým vedúcim súborov pripomienky a dobré rady k ich práci so súborom.

V závere programu prehliadky predsedníčka KO JDS A. Királyová vysoko ocenila vystúpenie aj ďalšie aktivity jed-

notlivých súborov. Každému bol odovzdaný diplom KO JDS Bratislava a upomienkové darčekové predmety, ktoré poskytol starosta MČ Bratislava - Petržalka, a tiež darčeky a krásne kytice, ktoré boli zakúpené z prostriedkov, poskytnutých na túto akciu Bratislavským samosprávnym krajom.

Za úspešný priebeh celého podujatia treba poďakovať členom prípravného výboru – kultúrnej komisii a členom predsedníctva KO JDS Bratislava, seniorom z MO Bratislava – Petržalka a za finančnú podporu Bratislavskému samosprávnemu kraju a tiež starostovi MČ Bratislava – Petržalka. Veľké poďakovanie patrí všetkým účinkujúcim za ich vystúpenia a poslucháčom za vytvorenie priateľskej atmosféry.

Predsedníctvo KO JDS Bratislava na svojom zasadnutí 13.6.2019 vybralo na odporúčanie odbornej poroty súbor RADOŠŤ z Pezinka, aby reprezentoval KO JDS Bratislava na XX. roč. Celoslovenskej prehliadky speváckych súborov seniorov vo Zvolene.



Na 16.9.2019 pripravilo Predsedníctvo KO JDS priamo v budove VÚC Bratislava **5. roč. Krajskej prehliadky v prednese poézie, prózy a vlastnej tvorby seniorov.** Prihlásilo sa do nej 16 účastníkov. Privítala ich, spolu s divákmi,



predsedníčka KO JDS p. Anna Királyová a privítala aj hostí z BSK: podpredsedu Mgr. M. Krippela, Phd., PhDr. Maricu Šikovou, riaditeľku odb. sociálnych vecí a Ing. K. Bohmanovú z odd. zahraničných vzťahov, protokolu a európskych záležitostí VÚC, z ústredia JDS PhDr. A. Luknára. Predstavila členky poroty: Mgr. Dobroslavu Luknárovú, Mgr. Máriu Miškeríkovú a Jarmilu Opatíkovú.

Úvod prehliadky rozveselil svojimi piesňami súbor MALINKA z Malaciek a navodil úžasnú atmosféru. Pôsobivými veršami o sile slova a človečenstve sa k účastníkom prehliadky prihovril podpredseda BSK p. M. Krippel a vlastnými veršami o začínajúcom podujatí pozdravila prítomných p. M. Šiková.

Samotná prehliadka opätovne potvrdila, že medzi seniormi sú znalci aj majstri umeleckého slova. Obsahové bohatstvo aj pestrosť žánrov prednesených ukážok prekvapoval svojou dynamikou aj etickým posolstvom. Po vystúpení všetkých účastníkov porota prostredníctvom svojej predsedníčky zhodnotila výkony recitátorov a

vybrala 3 reprezentantov do celoslovenského kola: pp. Lubicu Popadákovú, Helenu Slamkovú a Mgr. Helenu Čajkovú. Účastníci prehliadky boli obdarovaní diplomami, upomienkovými darčekom aj krásnymi ružami, ktoré boli zakúpené z finančnej dotácie BSK. V záverečnom slove sa predsedníčka KO JDS Bratislava A. Királyová poďa-

kovala všetkým účastníkom, vrátane súboru Malinka, za ich vystúpenia, organizačnému kolektívu za vzornú prípravu podujatia a zástupcom z BSK za všestrannú podporu rôznych seniorských aktivít.

► **A. Királyová,**
predsedníčka KO JDS Bratislava

Poznaj svoje mesto, svoju mestskú časť

OO JDS BA III usporadúva pre svojich členov akcie, ktoré ich podporujú v aktívnom zrelom veku. Dňa 24.9.2019 sa o 14:00 v DC Zlatý dážď na Račianskej ulici po štvrtýkrát stretli seniori MČ BA Nové Mesto, aby sa zúčastnili vedomostnej súťaže.

Tentokrát bola jej téma venovaná významným osobnostiam Bratislavy a MČ BA Nové Mesto. Seniori opätovne preukázali dobré vedomosti, a tak urobili radosť sebe aj usporiadateľom.

Organizátorom súťaže bol totiž popri OO JDS BA III aj MsÚ BA Nové Mesto, ktorý poskytol na ňu i finančnú dotáciu. Sympatické na tomto už tradičnom podujatí je to, že sa súťaže zúčastňujú seniori z našej MČ bez ohľadu na to, či sú alebo nie sú členmi JDS.

Po úspešnom vyhodnotení súťaže sa jej účastníci vyslovili aj pre ďalší ročník v septembri roku 2020.

► **Elena Soboličová,**
OO JDS BA Nové Mesto



Milé naše čitateľky, čitatelia,

Október je pre nás, seniorov, plný príjemných spoločenských stretnutí, blahoželaní aj rôznych našich aktivít. Možno obrazne pripomína veľkú záhradu, kde treba pozbierať bohatú úrodu ovocia a zeleniny. Je bohatá, ak bol úrodný, prajný rok a tiež ak mala záhrada starostlivého a pracovitého hospodára.

Aj s našou JDS je to tak – vyžaduje aktívnu starostlivosť aj množstvo zdrojov. Za mnohé zvykneme ďakovať našim sponzorom, verejným aj súkromným. A nejedny si vytvárame sami svojou aktivitou. Veď sme sa v živote mnohému podučili, opláti sa dobré skúsenosti aj dobré vzťahy úročiť.

Veľa práve o tomto píšete a nás v redakcii teší, že je po Slovensku toľko dobroprajnosti.

V prírodnom svete platí – čo zaseješ, to budeš žať. A my – v rodine i spoločnosti – žneme mnohé výsledky nášho celoživotného snaženia.

Nie vždy všetko vychádza, ako má, ako by sme očakávali... Ale taký je život! Poskytuje rôzne šance. Držme sa a rozvíjajme tie, čo nás tešia a sú v dobrom prospešné pre našu spoločnosť. A vždy, keď je to možné, prihovárjame sa našim mladým – hľadajme s nimi spoločnú reč. Vychádzajme si navzájom v ústrety! Nech je okolo nás čím viac krásy a ľudského tepla!

S prianím pekných októbrových dní

Dobroslava Luknárová

S úctou si každoročne pripomíname Deň matiek aj Deň otcov

Mama a otec - dve osoby, dve slová, ktoré patria nerozlučne k sebe. Ich význam je hlboký, veď darujú život svojim deťom a potom ich doňho uvádzajú, pripravujú a nakoniec im umožnia osamostatniť sa.

Druhá májová nedeľa je deň v roku venovaný všetkým mamám a tretia júnová nedeľa patrí zase otcom. Je to príležitosť poďakovať sa im za všetko dobré, čo v živote pre svoje deti vykonali, či vykonávajú. Ale aj čo dobré vykonali pre celú našu spoločnosť.

My, hoci sme už seniori, stále sa cítime mamou a otcom, pokiaľ sme tu živí a zdraví..., ale radi a s vďakou si pripomíname aj svojich rodičov. Teda je čo oslavovať s radosťou i pre spomienku.

Tešíme sa aj z toho, že sme vtedy stredobodom pozornosti pre našich najbližších a s veľkým potešením prijímame pozvanie na oslavu aj od vedenia mesta, či nášho organizačného výboru.

V ZO JDS 07 Prievidza matky oslavovali dvakrát. Najskôr vďaka pani primátorke JUDr. Kataríne

Macháčkovej, ktorá nás pozvala na kultúrny program DŇA MATIEK. Pripravil ho DK Prievidza.

Sprievodné slovo aj program Kmeťovcov boli krásne. Ďakujeme zaň.

Druhá vďaka patrí výboru ZO JDS 07 a všetkým mužom, ktorí pripravili Slávnostnú členskú schôdzu z príležitosti Dňa matiek opäť v DK (pre 192 matiek) s úvodným slovom predsedu J.Franca, milými slovami hostí, darčekom, kultúrnym programom Tulíkovcov aj občerstvením. (Obsluha od našich mužov nemala chybu!)

Oslava DŇA OTCOV bola v réžii výboru a samotných otcov (je ich 38). Stretli sme sa v priestoroch nášho DC. Jarko a Tonko sa prítomným prihovorili, Janko uvaril super guláš. Členky výboru všetko pekne pripravili a nezabudli ani na darčeky Myslím, že sme „našich otcov“ vytrhli z denného stereotypu a spolu si užili také „chlapsky pohodové“ popoludnie.

► **Text** : Ing. Eva Špeťková Bucáková, členka výboru ZO JDS 07

► **Foto** : J.Šimko & E.Špeťková B



Upozornenie:

Ústredie Jednoty dôchodcov na Slovensku, OZ, si Vás dovoľuje upozorniť, že zo spoločenských, kultúrnych, športových a turistických 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

Gaius Valerius Catullus:

Pomôcky: DIAPIRIT, SEKURIT, BAKATOR	odzrkad- loval	1	citovoslove údivu	obyvateľ Saska	zlenivie	hazardná kartová hra	Autor: J. M.	vakovitý miešok (odb.)	mužské meno	skr. kapitána	hoci, po česky	nevrieskaj (expr.)	váhavé konanie
vynásob							úsečne, prerývavo						
grgala							malé dieťa (expr.) veľmi zbit						
skr. koruny českej			druh trhavyiny otcovia (hypok.)								predložka s 2. pádom roztrusujte		
mravec, po anglicky				šíkmo, bokom rozpoľoval						ľadovcový nános maškrtilo, po česky			
ultrameta- morfózná hornina									mračno chvíľami stenala (expr.)				
spájkovať (hovor.)								3 Nadežda (dom.)					
alkalická hlbinná vyvrelina							typ mysu čugane, krivule					stali sa krivými	rozbit (expr.)
vzťahujúce sa na leva						odroda viniča dlhonoží (expr.)							
Pomôcky: ILOKAN, BA- KARAT, TIL, MIHUZA	koniec (zast.)	EČV Ilavy 2			do veľkej vzdiale- nosti divá zver								
citovoslove pohľadania				dokovalo široký dlhý nôž							region. združenie oslavná pieseň		
skr. pre otravné látky			sladko- vodná ryba veľmi silno hriali							skr. polyizo- butylénu môže			
často kúpala									sajúca, cicajúca Svetová rada cirkví				
ohmatáte (hovor.)								4 EČV Prešova					
neleňoší (bás.)							želala prestali brať						
Pomôcky: PAIAN, IJO- LIT, NESS, KAURI	Jitka (dom.) obyvateľ Filipín					správne oceniť dieťa (expr.)							
kráčala					predložka s 2. pádom druh živice								
rímskych 52				kozub, po česky ťažké kladivo									
zn. pre oersted			obyvateľ N. Zélandu zákl. čísllovka										
žľab vydlabaný z kmeňa													
maľba vodovými farbami													
odborníci v noetike													

Denník Pravda a prílohy, ktoré poradia i zabavia

Tajnička: Nič nie je hľúpejšie ako hľupy smiech.



*Zahučali hory,
zahučali lesy,
kdeže sa podeli,
kdeže sa podeli
moje mladé časy!*



*Naše mladé časy –
v pamäti jarný kvet.
Ej, zaznej, pesnička,
dotkni sa srdiečka
a hneď je krajší svet!*

