

3 vek

Ročník XXV. ► Október 2020 ► www.jds.sk



Ako zapísať čas, večnú premennú?
Prekračuje nás
Zanecháva stopy - kroniku bezmennú...
Čas nezastavíš

D.L.

OBSAH

NA AKTUÁLNU TÉMU

Z NAŠICH KRAJOV

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. jds@jds.sk. Ďakujeme.

► redakcia



Vážené členky a členovia JDS, priatelia!

Rok 2020 – mali sme o ňom, ako o jubilejnom roku našej JDS, veľkolepé predstavy. Avšak okolnosti epidémie a čoskoro aj pandémie vírusu COVID 19 pretvorili nielen naše plány a predstavy, dotýkajú sa mnohých oblastí občianskeho života. A nie je ľahké ich riešiť.

Platí to aj o vnútornom živote nášho občianskeho združenia a jeho viac ako stotisícového členstva. Nemohli v mnohých základných organizáciách, najmä tých početnejších, prebehnúť včas výročné členské schôdze, konali sa až neskôr a z plánov činnosti sa darí plniť len niektoré body. Možno bolo treba riešiť aj návrat získaných dotácií alebo ich rekvalifikáciu, keďže sa plánované podujatia museli zrušiť, alebo sa neustále odsúvajú.

Čo nás predsa len trochu teší, je organizácia obľúbených RLP. Rešpektujúc karanténne opatrenia sa nám podarilo do t. č. zrealizovať 4 375 pobytov RLP v 13 zmluvne dohodnutých kúpeľoch a do konca kalendárneho roka máme v rezerve ešte 2 625 poukazov, mnohé už majú svojho majiteľa. Žiaľ, v súčasnosti narastá druhá vlna pandémie a nedá sa presne predpokladať, ako zasiahne prevádzku kúpeľov. A tak agenda okolo RLP neustále zamestnáva predsedov KO JDS aj podpredsedníčku ústredia JDS pre ekonomiku.

Hovorí sa, že po každej búrke zasvieti skôr – neskôr slnko. Veríme, že sa toho dočkáme aj v nadväznosti na súčasný karanténny stav a budeme sa môcť po jeho ukončení vrátiť k nášmu pravidelnému „životu“ aj v JDS.

Prajme si, priatelia, dostatočnú výdrž aj potrebný optimizmus na toto neľahké obdobie.

Ing. 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: Bittner print s.r.o.

Tlač: Bittner print s.r.o. Bratislava **Rozširuje:** JDS poštou a vlastnou distribúciou. **Nepredajné.** EV 644/08 ISSN 1336-0833. **Periodicita**

vydávania: 4x ročne. **Sídlo vydavateľa:** Výhonská 1, 831 06 Bratislava. **IČO vydavateľa:** 00897019. Číslo 2/2020





Milé čitateľky, čitatelia!

Práve držíte v rukách druhé číslo nášho časopisu. Je v ňom veľa pekných letných pohľadníc, lebo ste sa stihli poprechádzať počas leta po mnohých čarovných miestach našej krajiny. Stáva sa, že človek až neskôr objavuje krásu, ktorú má celkom blízko seba. Zdá sa, že toho roku bolo veľa príležitostí na takéto objavovanie.

V septembri sa podarilo uskutočniť aspoň jedno z tradičných celoslovenských podujatí JDS – Sviatok spevu v Rožňave – prečítajte si, ako tam bolo.

Neprehliadnite pravidelnú rubriku Radíme vám a možno vás upúta aj literárna príloha v jesennom nádychu. Prijemné čítanie, priatelia!

Mgr. Dobroslava Luknárová

Októbrové zamyslenie

Jeseň – zatiaľ celkom nebadane kráča okolo nás. Ešte je tráva svieža, zelená, zelené sú aj listy na väčšine stromov, slnko sa len zriedka skrýva v oblakoch. Ale ranné hmlý aj krdle sťahovavých vtákov, ktoré sa čoraz častejšie objavujú na oblohe, dávajú jasné signály. Jeseň je tu!

Po minulé roky bol pre nás jesenný október víťaným obdobím. Veď býval plný pekných stretnutí pod hlavičkou Mesiaca úcty k starším. Od predstaviteľov samosprávnych orgánov, poslancov, ale aj detí a mládeže sme radi počúvali slová vďaky a uznania za našu celoživotnú prácu. Bola príležitosť na stretnutia s priateľmi pri koláčiku, káve, spomienkach aj veselých pesničkách.

Vírus COVID 19, ktorý v ostatnom čase opäť naberá na sile, prekazil množstvo nielen našich plánov a pripravovaných milých stretnutí. Z úst mladšej generácie najčastejšie počujeme obavy o naše zdravie a prosby, odporúčania... i príkazy k zodpovednému správaniu a izolácii.

Nepočúva, neprežíva sa to ľahko. Kto bol celý život v pohybe, ťažko sa prispôsobuje len oddychovému a príliš pokojnému režimu. Čo zaberá,

je zodpovednosť. Nielen voči sebe – seba človek občas aj rád potrápi, vyskúša krajné možnosti. Omnoho silnejší argument je zodpovednosť voči svojej rodine, svojim blízkym, priateľom. Nerobiť im starosti navyše, neohrozovať ich zdravie. Skôr opačne – všemožne, niekedy len pochopením a trpezlivosťou podporovať ich pracovné úsilie a podržať ich aj v prípade krízových rozhodnutí.

Zvykneme – k nášmu veku to patrí – pošomrať si, pokritizovať mnohé javy v súčasnej spoločnosti. Neprikyká sa ľahko na zmeny a novoty, ale život nemožno zastaviť. Ide dopredu a v súčasnosti k nemu patrí predovšetkým boj s neúprosnou pandémiou. Nedá sa ju nerešpektovať. Ale dá sa robiť všetko múdre preto, aby sa jedného dňa skončila. Aby nespôsobila príliš veľké škody a straty.

Je aj na nás, milé **seniorky, seniori, priatelia**, na našej trpezlivosti a pochopení, ako toto náročné jesenné obdobie zvládneme. Možno by sa október v súčasných podmienkach mohol premenovať na Mesiac úcty k životu, Mesiac rešpektu a tolerancie.

► **Valéria Pokorná**
podpredsedníčka JDS pre ekonomiku



V Rožňave sa predsa spievalo

Kto spočíta množstvo telefonátov a mailových správ, ktoré sa od začiatku septembra rozbehli medzi členmi predsedníctva JDS v podstate s rovnakou témou: „Budeme môcť ísť do Rožňavy? Bude 21. ročník alebo nie? Za akých podmienok?...“ Každý z predsedov v ôsmich KO JDS a rovnako aj členovia ústredia JDS totiž veľmi dobre vedia, koľko priprav, námahy, osobného nasadenia mnohých členov aj

funkcionárov JDS obnáša príprava celoslovenských podujatí. A práve v Rožňave, teda aj v KO JDS Košice, sa už viacero mesiacov intenzívne pripravovala tradičná Celoslovenská prehliadka speváckych súborov seniorov. Podľa stupňujúcich sa karanténnych opatrení sa neustále upravoval jej scenár aj organizačné podmienky, lebo s nákazou COVID 19 naozaj nemožno žartovať.

Napokon **23. septembra** sa zišli v mestskom kultúrnom stredisku OKC v Rožňave v pôsobivom priestore a sále divadla Actores spevácke skupiny z rôznych končín Slovenska a **21. ročník celoslovenskej prehliadky speváckych súborov seniorov** sa stával skutočnosťou. S ohľadom na karanténne opatrenia nemohli do Rožňavy pricestovať početnejšie súbory, len spevácke skupiny do počtu 12 členov vrátane hudobného sprievodu.

Organizátori prehliadky – predsedníctvo KO JDS Košice a OO JDS aj MsO JDS Rožňava - do poslednej chvíle organizačne prispôbovali podmienky realizácie tohto veľmi obľúbeného podujatia seniorov meniacim sa a zhoršujúcim požiadavkám karantény. Ohrozený začal byť samotný program, keď na poslednú chvíľu odhlásili svoju účasť až štyri súbory. Ešte šťastie, že kraj Košice aj samotný okres Rožňava nemajú núdzu o spevácke skupiny či folklórne súbory v rámci svojich ZO JDS. Stačila vyriešiť



nutá prosba cez mobil, a počet plánovaných vystúpení bol opäť plný. Škoda, že počet divákov nesmel narastať, lebo záujem domácich seniorov o Prehliadku po tomto kroku ešte viac zosilnel.

Pred 10:00 hodinou vítala účastníkov prehliadky vo vestibule OKC **Ľudová hudba Ondreja Hlaváča z Gočova** a pridali sa spevom aj

speváci – seniori z Vlachova. Pracovníci OKC, poverení dezinfekciou rúk aj meraním telesnej teploty, boli na účastníkov podujatia primerane prísni. Zasadací poriadok v divadelnej sále presne určoval možné obsadenie miest s dodržiavaním povinných odstupov. Trochu ťažšie sa dali spoza rúšok rozpoznať známe tváre, oproti predošlým ročníkom





nebolo vo vstupnej hale toľko spevu, hlasných rozhovorov a hlučných zvítaní. Avšak srdečnosť prijatia sa dala rozpoznať aj spoza rúšok.

Práve veľká dávka srdečnosti zaznela z pódia divadelnej sály hneď v úvodnej piesni a príhovore moderátorky programu Katky Birkovej-Strojnej, zanietenej milovníčky folklóru, ktorá popri svojom zamestnaní na VÚC Košice aktívne moderuje o. i. obľúbenú reláciu v RTVS „KAPURA“. Po jej uvítaní členovia baníckeho spolku v spolupráci so speváckou skupinou **Pekná dolinka z Vlachova** pripomenuli všetkým prítomným v sále banícku históriu Rožňavy prednesom podmanivej starodávnej Hymny baníkov a veršami básnika Ondreja Nagaja sa prihovril vedúci Peknej dolinky JUDr. Ján Klobušník.

Predseda KO JDS Košice Ján Matúško privítal účastníkov Prehliadky od Malaciek počnúc až po obec Komárany v okrese Vranov nad Topľou a tiež prítomných hostí: predsedu VÚC Košice Ing. R. Trnku, primátora Rožňavy M. Domika, prednostu OÚ Rožňava Ing. Annu, riaditeľa SIC Malacky M. Bertoviča, poslancov VÚC Košice Ing. Š. Baštáka - starostu Slavošoviec, Ing. I. Petrika - starostu Margecian, J. Nagya, starostku Rakovnice Ing. R. Uhrinovú, starostku Rudnej Mgr. H. Horváthovú, JUDr. M. Janovičovú - právne poradenstvo a expert na energetiku, starostu Jablonova nad Turňou Ing. S. Zubrického a umeleckého vedúceho divadla

Actores Rožňava R. Kobezdu. Predsedníctvo JDS zastupovali podpredsedovia JDS V. Pokorná a PhDr. A. Luknár, A. Petričová, predsedníčka KO JDS Prešov, Dr. Michal Kotian, predseda KO JDS Žilina a Mgr. D. Luknárová, šéfredaktorka časopisu 3. vek. Slávnostnými príhovormi pozdravili účastníkov Prehliadky **predseda VÚC Košice Ing. Rastislav Trnka** aj **primátor Rožňavy Domik Michal**, ktorí – povedané ich slovami – radi prevzali záštitu nad celým týmto seniorským podujatím, lebo si ctia múdrosť šedín, ale aj oceňujú množstvo aktivít, ktoré organizuje JDS prostredníctvom svojich členov - seniorov po celom Slovensku.

Prehliadku speváckych skupín otvorilo vystúpenie členiek a členov súboru **Salatín z Liptovských Sliačov**, okr. Ružomberok. Pod vedením Sebastiána Laka a v sprievode harmoniky hneď navodili v sále veselú

náladu. Obdiv publika iste patril aj k ich krojom, hlavne ženským – ako keby zrazu ožil nejaký z známych obrazov Martina Benku.

Spevácka skupina **Gelničanka**, ktorá pôsobí od r. 2005 pri KD v Gelnici, uviedla ako prvú pieseň o svojom meste. Práve touto piesňou otvorili už množstvo svojich vystúpení nielen po Slovensku, ale aj na speváckych prehliadkach v Ostrave, Východnej či na Ukrajine. Pod vedením Janky Kiseľovej a harmonikára p. Opremečáka obveselili publikum žartovnými pesničkami svojho kraja. Pútali pozornosť aj nádherne vyšívanými blúzkami s motívom červených makov i červenými lodičkami.

Malinka – spevácka skupina z MsO JDS Malacky nastúpila na javisko v belaso- bielom oblečení a predstavila sa kytičkou piesní zo Záhoria. Pod vedením Mgr. Oľgy Ballayovej a za sprievodu harmonikára Pavla Sýkoru upútala pozornosť publika viachlasnou úpravou známej piesne Iše Macek do Mauacek... ako aj precíznou dynamikou prednesu ďalších piesní. Z potlesku divákov sa iste tešila aj vedúca tohto kolektívu p. Daniela Bukovská a predsedníčka OO JDS Malacky p. Ružena Mrázová.

Vraj ako ďaleko je z Malaciek, teda Bratislavského kraja, do Vranova nad Topľou v Prešovskom kraji, spýtala sa v sprievodnom slove moderátorka Katka, keď uvádzala spevácku skupinu **Lipka z obce Komárany**. A hneď na ňu aj prezradila, že jej členkám trvalo len mesiac, pokiaľ si ušili kroje, v ktorých vystupujú.





Zemplínske pesničky aj s typickou karičkou v závere pekne aj veselo zneli v dvojhlasnej úprave v sprievode husiel a heligónky. Na heligónke hrala p. Eva Mihalčinová a huslista Bartolomej Ragančík je súčasne vedúcim súboru, ktorý funguje od r. 2013 a už sa stihol dobre zapísať na viacerých folklórnych podujatiach nielen po Zemplíne. Ďalšia speváčka skupinka **Bučina z obce Pača** obohatila pestrú paletu nárečí v odspievaných piesňach nárečím Gemera, tak blízkym rusínskemu jazyku. „Tak nás bude slyšno...“ a veru aj bolo a popri speve bolo možné obdivovať takú verziu ženského kroja, ku ktorej patria aj čižmy, biele vyšívane zástery a kašmírové ručníky.

Veľmi pestrý koncert speváckych skupín uzavíral domáci súbor **Hlas Slanej z Plešivca**, okr. Rožňava, vedený skúseným hudobným pedagógom Mgr. Ladislavom Máteom. Nakoľko v tejto lokalite Slovenska často počuť vedľa seba slovenský aj maďarský jazyk, súbor má v svojom repertoáre a zaradil aj do svojho vystúpenia piesne a skladby v oboch jazykoch.

Záverečné slová obdivu spevákom a poďakovania za výbornú organizáciu celého podujatia odznali z úst podpredsedu JDS pre kultúru a voľnočasové aktivity PhDr. Alojza Luknára, ktorý odovzdal obom hlavným organizátorom pp. J. Matúškovi a Mgr.

L. Fabiánovi Ďakovné listy od Ústredia JDS.

Ďakovné listy patrili aj všetkým zúčastneným súborom a naviac z rúk domácich hostiteľov na čele s predsedom VÚC Ing. R. Trnkom aj množstvo upomienkových darčiekov a propagačných turistických materiálov.

Na organizácii celého podujatia, ku ktorému pre súbory z jednotlivých krajov - podľa ich záujmu - a členov P JDS bola organizačne zabezpečená aj návšteva turistami obľúbenej obce Betliar vrátane Kaštieľa Betliar, n.k.p., boli zainteresované nielen OO JDS Rožňava, ale aj viaceré ZO JDS z okolitých obcí a ich starostovia na čele so starostom Betliara Ing. L. Zatrochom a tiež viacero domácich i externých sponzorov: Ú JDS Bratislava, VÚC Košice, mesto Rožňava p. Domik, SHP Group Slavošovce, obec a starosta Slavošoviec, OÚ Štítnik, Rakovnica, Rudná, Jablonov nad Turňou, Betliar, Rádio Vlna, Notes Betliar, Brantner Rožňava, Tesco Rožňava, Polari Energia p. Konček, Juraj Nagy, Spojená škola internátna, Zelený strom Rožňava a Essity Gemerská Hôrka.

Všetkým, ktorí sa na prípravu a realizácii podujatia podieľali, patrí uznanie a vďaka.

► - Red. -

► Foto: T. Hromada



Život vo FSS Radosť z Pezinka sa ani cez koronu nezastavil



Korona, či COVID-19 ochromili celý svet. Možno len teraz si ľudia uvedomujú, čo znamená zdravie ľudí pre ich pokojný život. Netreba vojen, nesvárov, stačí jeden vírus, a hneď je všetko naopak. FSS Radosť z Pezinka mal na rok 2020 vysoké plány, avšak od začiatku marca sme sa museli prispôbiť novým zdravotným podmienkam. Museli sme na určitý čas obmedziť naše aktivity v nacvičovaní aj stretávaní sa v Kultúrnom centre v Pezinku, vynechali sme viaceré vystúpenia aj obľúbený jarný koncert.

Napriek tomu sa život v našej „Radosti“ celkom nezastavil. Na vyzvanie MsÚ v Pezinku za aktívnej účasti viceprimátorky Mgr. M. Wagerovej, sme sa predstavili práve tým v pohnutých epidemiologických časoch najviac izolovaným – dôchodcom. 15. júna 2020 sme zrealizovali dve vystúpenia: v DSS Pezinok na Hrnčiarskej ul. a následne v ZOS Pezinok na Komenského ul. Ozvučenie nám zabezpečilo Kultúrne centrum, konkrétne p. D. Polák. 27. júla 2020 sme obdobný program uviedli aj pre dôchodcov v Zariadení pre seniorov CASA Slovensko v Kučišdorskej doline. Vidieť na tvárach starčekov a sta-

reniek úsmev a spokojnosť bolo pre nás najkrajšou odmenou.

Významným počinom boli aj vystúpenie pri otváraní pivníc v Modre 25. júla 2020, kde sme sa mohli prezentovať viac ako 30 piesňami o víne, vinohradoch a vinároch. Bolo to pre všetkých – publikum aj nás, účinkujúcich príjemné osvieženie v tomto neľahkom období.

Veľmi sme si užili naše vystúpenie na stretnutí členov Európskeho vinárskeho rytierskeho stavu 22. augusta 2020 v Slovenskom Grobe v Pivnici u Zlatej husi. Tí, čo sa veľkou mierou podieľajú na dobrom mene slovenských vín nielen doma, ale aj v zahraničí, náležite ocenili našu snahu o prezentáciu „vinárskych“ piesní, zostavených podľa jednotlivých slovenských vinárskych oblastí. Aj po programe bolo ťažké sa s nimi rozlúčiť, keď chuť zaspievať si svoje obľúbené piesne s príspevom našich spevákov a za zvukov akordeónu neustávala.

„Korona“ k jeseni pritvrdila, a tak bolo diskutabilné, či MsÚ povolí vystúpenie profesionálneho súboru PULS z Prešova, ktorému sme mali byť „predskokanmi“. Boli sme poctení, že sa môžeme prezentovať našim vystúpením pred takýmto uznáva-

ným súborom. Nakoniec bolo vystúpenie oboch súborov predsa len povolené a bolo plné nezabudnuteľných dojmov a dobrej nálady. Ani život v samotnom súbore sa jeho „izolovaním“ do domáceho prostredia nezastavil. Umelecký vedúci súboru nepoľavuje vo svojej práci a počas „domáceho väzenia“ pripravil pre spevákov a speváčky veľké množstvo nových piesní z jednotlivých regiónov Slovenska. V súčasnosti súbor spieva piesne z Myjavy, Záhoria, Liptova, Gemera i Šariša. V poslednom čase začal súbor nacvičovať piesne z Horehronia a Hontu a pripravuje svoj špeciálny program na plánovaný jubilejný koncert k 15. výročiu založenia FSS Radosť aj za účasti priateľov z Valašského Meziříčí zo súboru Polajka. Len treba v zdraví prečkať súčasnú prísnu karanténu.

Plány do budúcnosti? Návik piesní z Podpoľania, Hrochote a Očovej, Podunajska, Terchovej, Tekova i Trenčianska, zo Zemplína. A ešte jeden dlhodobý – vydanie samostatného CD s nahrávkami piesní z bohatého repertoáru FSS Radosť, aby mohli naši priaznivci aj v súkromí počúvať piesne z našich koncertov.

► **Ing. Štefan Šalát,**
umelecký vedúci FSS Radosť z Pezinka

Predstavujeme vám KO JDS Bratislava

Vznik nášho KO JDS veľmi úzko súvisí so samotnými začiatkami občianskeho združenia JDS, lebo jeho kreovanie v roku 1989 – 1990 sa odohrávalo do značnej miery v Bratislave. Z najstarších záznamov z jeho histórie sa dozvedáme, že **Mestská organizácia JDS Bratislava vznikla 15.2.1990 pod vedením Ing. Mateja Spustu**. Postupne bolo zalo-

žených 36 základných organizácií, ktoré sa snažili spolupracovať s vtedy už existujúcimi klubmi dôchodcov. V tom istom roku na jeseň bola ustanovená **Okresná organizácia JDS Bratislava – vidiek, do ktorej patrili Malacky, Pezinok a Senec so svojimi spádovými obcami**. Jej predsedníčkou sa stala MUDr. Irena Aulitisová.

Okresná organizácia	Predseda	Počet ZO	Počet členov k 31.12.2019
Bratislava 1	Valéria Pokorná	7	496
Bratislava 2	Gabriela Klučková	7	938
Bratislava 3	Jozefa Luknárová	11	620
Bratislava 4	Ján Molnár	5	1007
Bratislava 5	Valéria Baluchová	2	868
Malacky	Ružena Mrázová	19	2209
Pezinok	Mária Miškeríková	12	1603
Senec	Viktor Gulár	15	1623
Spolu KO JDS Bratislava	Anna Királyová	78	9364

V roku 1996 na základe rozhodnutia o novom územnom a správnom usporiadaní krajov a okresov v SR bratislavská mestská organizácia JDS zanikla a vznikli okresné organizácie – OO JDS BA 1 až 5 a vidiecka organizácia sa rozčlenila na 3 okresné organizácie - OO JDS Malacky, Pezinok a Senec. **Týchto osem subjektov spolu vytvára súčasnú Krajskú organizáciu JDS Bratislava, ktorá bola**

oficiálne ustanovená 19. 9. 1997 na čele s predsedom Ing. Ladislavom Gárikom. **Ku koncu r. 2019 mala 79 základných organizácií, no v súčasnosti pribúdajú nové, s celkovou členskou základňou blížiacou sa k počtu 10.000.** KO JDS má podpísané Memorandum o vzájomnej podpore a spolupráci s vedením VÚC Bratislava na čele s predsedom Mgr. Jurajom Drobom.

Podobne ako iné KO JDS aj naša sa venuje kultúrnej, športovej a vzdelávacej činnosti (žiaľ, v tomto roku ich počet aj realizáciu silne ovplyvňuje epidémia koronavírusu), do istej miery ovplyvňovanej podmienkami, aké poskytuje svojim obyvateľom mestské či vidiecke prostredie. ZO JDS z obvodov Bratislavy radi využívajú jej početnú kultúrno–spoločenskú ponuku, ale turistiku s obľubou volia mimo hlavného mesta. Opačne, ZO JDS z okolia Bratislavy hojne navštevujú kultúrne inštitúcie aj podujatia v Bratislave, ale na šport a turistiku nájdú viac možností vo svojom blízkom okolí. Veľkej obľube medzi seniormi sa tešia výlety a zájazdy do rôznych lokalít Slovenska aj susedného Maďarska, Rakúska a hlavne na Moravu vzhľadom na ľahkú dostupnosť k železničnej aj lodnej doprave. K životu ZO JDS patria aj rôzne formy pravidelnej záujmovej činnosti, z ktorej radi uvádzame:

Viacere naše OO JDS majú svoje spevácke súbory, ktoré sa každoročne stretávajú na krajskej prehliadke a jeden vybraný postupuje potom na celoslovenskú prehliadku. 12 ročníkov krajskej prehliadky sa uskutočnilo v MKC Pezinok, kde má svoju





domácu scénu súbor Radosť, preto sa stal aj spoluorganizátorom 18. ročníka celoslovenskej prehliadky speváckych súborov JDS v r. 2017. V súčasnosti má naša KO JDS 10 aktívnych súborov, napr. v bratislavskej Petržalke, Malackách, Vajnorochoch, ktoré spievajú nielen pre svoju radosť, ale dokážu vytvoriť radostnú atmosféru aj na vystúpeniach v rámci Slovenska či v zahraničí. Na 21. ročníku CSPSSS v Rožňave nás reprezentovala spevácka skupina Malinka z Malaciek.



V r. 2019 zorganizovala naša KO JDS už jubilejný X. ročník krajských ŠH, pomenovaný na počesť predčasne zosnulej predsedníčky KO JDS „Memoriálom Žofie Lomnickej“. Vďaka jej úsiliu počas predchádzajúcich ročníkov a dobrej spolupráci so súčasnou predsedníčkou OO JDS Malacky p. R. Mrázovou a tiež ústretovému prístupu vedenia mesta Malacky i riaditeľstva Spojenej školy sv. Františka z Assisi, kde sa súťaž uskutočňuje, sa tešia športové hry veľkej obľube. Pred piatimi rokmi bola naša KO JDS hlavnou usporiadateľkou celoslovenských ŠH v športovom areáli VŠ internátu Mladá garda v Bratislave.

Každoročne organizuje KO JDS BA Krajskú prehliadku poézie, pró-

zy a vlastnej tvorby seniorov. Na tejto peknej kultúrnej akcii sa predstavujú seniori s prednesom veršov, ktoré sme si obľúbili v mladosti, i so súčasnou aj vlastnou literárnou tvorbou. V roku 2018 sa OO JDS Bratislava – Staré Mesto spolupodieľala na realizácii 5. roč. Celoslovenskej prehliadky v prednese poézie, prózy a vlastnej tvorby seniorov pri príležitosti 100. výročia vzniku Československa.

Naše seniorky a seniori sa radi prezentujú výsledkami svojej manuálnej zručnosti a výtvarného umeleckého prejavu. Prehliadky pod názvom „Zlaté ruky“ poskytujú priestor na prezentáciu rozmanitých produktov ručných prác, ozdobných predmetov, inšpirovaných ľudovou tradíciou i výtvarnou tvorbou vrátane rôznych moderných tvorivých postupov. Prvé tri ročníky tejto celoslovenskej prehliadky sa konali v Bratislave, a preto sa na ich organizačnom zabezpečení podieľal náš funkcionársky kolektív.

Mimoriadne podnetnou aktivitou seniorov je Akadémia tretieho veku, založená na podnet OO JDS v Pezinku v r. 2007. Po celý čas sa teší veľkému záujmu seniorov, veď napr. jej dvojročné štúdium v roku 2019 navštevovalo až 180 seniorov z celého okresu. OO JDS Bratislava II v spolupráci s Regionálnym úradom verejného zdravotníctva, pod záštitou starostu, zorganizovala doteraz 9 roč. ATV so zameraním na oblasť zdravotníctva. Akadémiu založila





a 9 rokov viedla Helena Hanisková, členka P OO JDS Bratislava 2. Táto OO JDS už 13 rokov organizuje v spolupráci s Európskym informačným centrom nielen prednášky, ale aj vedomostnú súťaž „Seniori spoznávajú Európu“. Štúdijný materiál aj otázky pre súťažiacich vždy o dvoch štátoch v EU + o Slovensku pripravuje výbor OO JDS v spolupráci s „EIC“ a samotná súťaž sa koná za prítomnosti zástupcov príslušných veľvyslanectiev, regionálnych médií i zástupcov samosprávy. Všetky doterajšie ročníky súťaže boli vysoko hodnotené „Inštitútom EÚ“ a výsledky boli zaslané do Bruselu. Vo viacerých OO JDS sú obľúbené vlastivedné prechádzky a kvízy pod názvom „Poznáš svoje mesto, svoju mestskú časť?“ aj komentované návštevy múzeí, galérií a knižníc.

Výpočet aktivít seniorov v KO JDS Bratislava by bol iste v mnohom

obdobný ako u všetkých KO JDS. Športové aktivity, vhodné pre vyšší vek, ako petang, nordic walking, turistika, či cvičenia zamerané na rozvoj pamäťových schopností, krížovkárské, kartárske či šachové turnaje, vedomostné súťaže, školenia a prednášky, ktoré sa v rámci KO JDS BA organizujú, všeobecne prispievajú k udržiavaniu fyzickej i psychickej pohody a kondície našich členov. Veľmi obľúbené sú turistické výlety do rôznych destinácií Slovenska, ba aj do zahraničia, ktoré organizujú v OO Bratislava 2 Magdaléna Chudá a v OO Bratislava 4 Ing. Ján Molnár. Mnohé sú zapísané v kronikách organizácií, propagujeme ich v regionálnych masmédiách. Viaceré naše organizácie majú zriadené svoje webové stránky.

Niektorí naši seniori dosahujú veľké úspechy v športe. Napr. v tomto roku získala titul Majsterka Slovenska v lukostreľbe p. Monika Lipovská. Popri samotnom športovaní seniorov je často vítaná aj ich dobrovoľnícka pomoc pri akciách pre rôzne vekové skupiny občanov. Napr. v Bratislave - poriadaných Magistrátom: Beh pre život, Beh zien, Nočný beh Bratislavou či ČSOB -Maratón, kde sa každoročne zúčastňuje okolo 5000 bežcov. Dobrovoľnícke tímy OO JDS Bratislava 2 a Bratislava 5 pravidelne asistujú pri štarte i celi.

V rámci územného celku obzvlášť samotné mesto Bratislava poskytuje

veľa možností – kultúrnych, vzdelávacích či športových aktivít, vhodných pre seniorov (samozrejme máme na mysli normálnu situáciu bez epidemiologických obmedzení). Na druhej strane, práve v samotnej Bratislave je v porovnaní s vidieckymi organizáciami situácia komplikovanejšia dostupnosťou voľných kapacít. Denné centrá seniorov, predtým kluby dôchodcov, sú spravované a finančne podporované miestnymi úradmi, čo v niektorých mestských častiach spôsobuje, že ZO a OO JDS sú vyčleňované z priestorov, dotácií aj z pozornosti vedenia MÚ. Preto s dobroprajnou závisťou počúvame o skúsenostiach vidieckych organizácií zo spolupráce s miestnymi orgánmi, o ústretovosti starostov či primátorov, vyčlenení priestorov pre administratívnu a organizačnú činnosť seniorov, združených v JDS, o dotovaní podujatí v obciach a súčinnosti vedenia obcí pri poriadaní seniorských podujatí. V mnohých prípadoch nám to v bratislavských podmienkach chýba. Napr. agendu KO JDS BA vykonáva naša predsedníčka z vlastného bytu.

Súčasná pandemická situácia neprospieva organizovaniu stretnutí aj nás, seniorov. Preto napriek optimizmu, s ktorým hľadáme do budúcnosti, sa nevieme vyhnúť aj vážnym obavám z novej redukcie činnosti. Uvedomujeme si, ako podmienky mesta (aj Hlavného mesta SR) vedú počas karantény k ešte väčšej izolácii seniorov, a preto podporujeme spoločenský kontakt medzi nami aj za pomoci internetu a telekomunikačných sietí.

K pozitívnej bilancii našej KO JDS BA v súčasnosti prispievajú: Anna Királyová, predsedníčka KO JDS BA, a predsedníčky/predsedovia všetkých OO JDS: Valéria Pokorná, BA1, Gabriela Klučková, BA 2, Jozefa Luknárová, BA 3, Ján Molnár, BA 4, Valéria Baluchová, BA 5, Ružena Mrázová, Malacky, Mária Miškeríková, Pezinok, Viktor Gulár, Senec.



Ako prežívame koronakrízu...

Nám, seniorom združeným v ZO JDS v bratislavskej Rači, prekazila pandémia koronavírusu Covid 19 viaceré naplánované akcie. Z celého plánu stretnutí, prednášok, výletov sme bez obmedzení stihli zrealizovať novoročné stretnutie, ktoré sa nieslo v atmosfére predvolebného obdobia za prítomnosti niektorých zástupcov kandidujúcich strán. Vo februári, ešte netušiac, čo nás čaká, sme sa potešili z návštevy MUDr. Igora Bukovského. Povysvetľoval nám správny spôsob stravovania seniorov a s humorom odpovedal na naše otázky. Malá skupinka našich členov sa stretla ešte vo februári s redaktorkou RTVS Oľgou Belešovou a pobesedovali spolu o našich zaujímavých a obľúbených aktivitách v JDS. Podnetom na toto stretnutie bolo ocenenie ZO JDS v Rači z konca m. r. za aktivitu a najväčší nárast počtu členov v OO JDS Bratislava III.

Avšak výročná členská schôdza, plánovaná na marec, sa už nekonala. Rovnako prednáška zameraná na finančnú gramotnosť v apríli. Na mesiac máj sme mali dohodnuté školenie zamerané na doplnenie digitálnych zručností seniorov v nadnárodnej spoločnosti Dell Technologies. Opatrenia proti šíreniu vírusu už nedovolili tieto akcie realizovať.

Keďže sa u niektorých z nás vyskytli problémy s výpočtovou technikou, ktorá je dôležitou komunikačnou alternatívou u veľkého počtu našich členov, najmä v tomto období, naša predsedníčka A. Capková požiadala o pomoc vyššie spomínanú spoločnosť. Prihlásili sa dobrovoľníci, ktorí vo svojom voľnom čase pomocou telekomunikačných prostriedkov riešili naše ťažkosti.

Už prvá absolventka „online pomoci“ bola s vyriešením problému so skypom a tlačiarňou nadšená a požiadala p. Capkovú, aby o schopnostiach dobrovoľníka pána Branislava, jeho prístupe a ochote pomôcť, informovala kompetentných pracovníkov spoločnosti. Pomoc spoločnosti DEL spomenula p. Capková aj v relácii Senior klub 8.7., kedy hosťom moderátorky Janky Blejovej bol predseda JDS J. Lipiansky a tri zástupkyne našej ZO JDS.

Pomocnú ruku podali aj pracovníci nášho Miestneho úradu. Boli zverejnené krízové telefónne linky na pomoc osamelým občanom našej mestskej časti. Kým sme sa zorientovali, boli sme párkrát nútení požiadať o donášku malého nákupu potravín. Dostali sme do našich poštových schránok rúška. V rámci aktivít o.z. „Seniori v pohybe“ sme sa stretali pri rôznych problémoch nielen s pracovníkmi nášho miestneho úradu, ale aj račianskymi dobrovoľníkmi. Patrí im srdečná vďaka za ochotu a pomoc.

Hneď po prvom uvoľnení karantény a možnosti návštev galérií, za prísnych hygienických podmienok, malá skupinka našich členov navštívila komentovanú výstavu diel Albína Brunovského, ponúkanú seniorom. Počas leta sme sa len v malých skupinkách stretávali na podujatiach nášho Račianskeho kultúrneho leta či už v amfiteátri, na nádvorí Koloničovej kúrie alebo v Obecnej záhrade. Až

9. septembra sa nám podarilo zvolať po dlhšej dobe členskú schôdzu. Konala sa v exteriéri – príjemnom prostredí záhradného bufetu v priestoroch amfiteátra v Knižkovej doline. Prišlo nečakane veľa členov – vyše osemdesiat. Malé pohostenie a gratulácie jubilatovi boli príjemným spestrením tohto stretnutia. Asi jedineho opäť na dlhší čas, lebo nepriaznivý vývoj v opätov-

nom šírení COVID 19 pravdepodobne už nedovolí t. r. stretnúť sa väčšiemu počtu ľudí. A tak jednodenný poznávací zájazd do Patiniec uskutočníme len za priaznivej epidemiologickej situácie, alebo až v budúcom roku. Aj návštevy kultúrnych podujatí, ktoré sme organizovali pravidelne, a tiež rozbehnuté školenie v Dell Technologies sa presúvajú do lepších časov.

Ostáva nám len stretávať sa v malých skupinkách. Hlavne v prírode - tej máme, našťastie, v okolí Rače na bohato a pohyb na čerstvom vzduchu prospieva zdraviu aj telesnej kondícii nás, seniorov. Za prísnych hygienických podmienok a vo vyhovujúcich priestoroch sa budú viacerí z nás venovať svojim obľúbeným aktivitám. A ostávajú ešte mobily a počítače, aby sme aj vďaka nim ostávali v spoločnom kontakte.

► Terézia Richterová, ZO JDS BA-Rača



Oplatí sa spoznať aj tieto slovenské kúpele

Kraj s baníckou a „hutiarskou“ (hutníckou) tradíciou – ale aj kúpele, oplývajúce čistým voňavým ovzduším a chutnou čírou vodou – možno spájať takúto charakteristiku s jedným a tým istým miestom? Nezainteresovaný povie: „Asi ťažko...“, ale my, čo sme sa na také miesto vybrali, budeme s radosťou oponovať: „Akože, je! Veď sme ho nedávno navštívili a presvedčili sa.“

Pokračujeme ešte chvíľku v hádankách: Leží v nadmorskej výške 650 m n. m. na rozhraní Slovenského krasu a Volovských vrchov, jeho klíma podľa švajčiarskej klasifikácie vykazuje stupeň I. a funguje už 130 rokov. Osadené je v lesoparku s prevahou ihličnanov a cestičky od jedného liečebného pavilónu k druhému či tretiemu a ešte, a ešte ďalšiemu smerujú raz nahor, raz nadol a občas sa menia aj na rad schodov. Hlavný pavilón má nezvyčajné meno **Komporday**.

Od našej sprievodkyne – vedúcej sestry kúpeľov Kamily Kozmáš, Dipl. s., sa dozvedáme, že to bolo priezvisko zručného, ale aj moderne zmýšľajúceho majstra – nožiara z osady Štós. Práve on bol nielen osnoveateľom myšlienky postaviť v horách nad obcou kúpele, ale bol aj ich prvým riaditeľom, dokonca aj úspešným liečiteľom. Nakolko sám na sebe vyskúšal viaceré v tom čase propagované ozdravné procedúry, bol presvedčený o úspechoch nových kúpeľov. A naozaj, jeho liečebné metódy sa po krátkom čase ujali a záujem o kúpele rástol.

Ešte úspešnejšie presadzovali neskôr jeho aj ďalšie liečebné postupy klimatických kúpeľov už vyštudovaní lekári, ktorí sa podujali na svoju lekársku prax práve tam.



Tieto a mnoho ďalších zaujímavých informácií si možno prečítať v monografii o kúpeľoch Štós od Ing. Marianny Šimkovej (kniha vyšla vo vydavateľstve LAVACOM v r. 2017). Ale my sme sa pýtali predovšetkým pani Kamily Kozmáš, ktorá pracuje v kúpeľoch už roku 1987.

Štós nie sú len klimatické kúpele, hoci sa ich liečba dlhší čas zameriavala hlavne na dýchací a pohybový aparát. V súčasnosti radi vítajú klientov rôzneho veku a s rôznou diagnózou, lebo môžu ponúknuť popri množstve vodoliečebných procedúr, aj fínsku saunu (práve v týchto kúpeľoch bola po-

Seniori z OO JDS Piešťany v Tatrách

V dňoch 20.09.-25.09.2020 dôchodcovia OO JDS Piešťany a to z MsO JDS Vrbové, Piešťany, ZO JDS Pečeňady, Hubina, Sokolovce, Trebatice, Borovce, sa zúčastnili rekreačného pobytu vo Vysokých Tatrách - Tatranskej Lomnici v hoteli Morava. S radosťou a záujmom aj pravým turistickým nasadením sa zúčastňovali na výletoch: plavba na pltiach po Dunajci, prechádzka v Korunách stromov - Bachledova dolina a ktorí zvládli viac, robili túry aj na Popradské pleso, Zamkovského chatu, Reinerovu chatu a Studené vodopády na Hrebienku.

Členovia ZO JDS vo Vrbovom boli aj na symbolickom cintoríne pri Popradskom plese, kde vzdali úctu pri pamätnej tabuli rodáčke z Vrbového Eve Böhmovej, ktorá by sa tento rok dožila 60 rokov a uplynulo už 25 rokov od jej tragickej smrti. Celý pobyt v Tatrách bol super! Preto by sme chceli touto cestou poďakovať za zorganizovanie celého krásneho týždňa členke MsO JDS Piešťany p. Boženke Grgáčovej.

- **Mária Madžová, predsedníčka MsO JDS Vrbové**
- **Foto - Dušan Strečanský**



stavená ako prvá na Československu), masáže, elektroliečbu, inhalácie, liečebný telocvik, atď. Popri obľúbenom „vodnom svete“, kde nechýba ani vitálny vodný dážď, vodná cesta či hydro masážny bazén, upútala našu zvedavosť moderná speleoterapia v neďalekej Jasovskej jaskyni. Dozvedeli sme sa, že kúpele majú v tejto liečbe – najmä pri detských pacientoch – dlhodobú tradíciu a veľmi dobré výsledky.

Veru, po tej informácii sa nám aj zachcelo vybrať sa do „Dómu netopierov“, ľahnúť si na ležadlo s karimatkou, zabaliť sa do deky a celé dve hodiny oddychovať a popri tom vdychovať vlhký, minerálnymi soľami obohatený vzduch. Nabudúce si iste túto procedúru objednáme.

Na otázky o možnostiach, ako sa dostať práve do týchto kúpeľov, odpovedajú popri internetových stránkach aj propagačné brožúry kúpeľov, kde sa okrem klasických kúpeľných pobytov propagujú aj rôzne možnosti pre samoplatcov vrátane seniorov, matiek s deťmi, detí a rodičov a pod. Nemusí ísť len o 3-týždňový pobyt, predpísaný lekárom a preplatený v plnej výške príslušnou zdravotnou poisťovňou, ale aj 10-dňové turnusy a pochopiteľne veľa možností s rôznym časovým rozpätím pre samoplatcov. Práve samoplatcovia toho roku v priebehu leta po dlhšom čase prekvapivo naplnili kúpeľnú kapacitu. Ukazuje sa, že karanténne opatrenia v dôsledku epidémie COVID 19 ako keby napomohli obyvateľom Slovenska „znovu objavovať“ krásy aj užitočnosť slovenskej prírody.

Počúvať vysvetlenia je jedno a spoznávať realitu na vlastné oči je druhé, avšak v tomto prípade rovnako presvedčivé. Prechádzame sa po kľukatých cestičkách, zastaneme aj pri nevelkom jazierku s vodotryskom uprostred, čoskoro objavujeme aj potôčik upravený do kaskády a tešíme sa z čistého vzduchu s príjemnou vôňou ihličia. Dávame za pravdu aj slovám správcu kúpeľov p. Mikulášovi Kozmášovi, keď v rozhovore s nami chválil nielen zdravotnícky personál kúpeľov, ale aj prevádzkových a technických pracovníkov. Napr. záhradníka a jeho pomocníkov.



Ved' dobrý pocit z kúpeľnej liečby v mnohom umocňuje práve krása ich bezprostredného okolia. A tú sme si všímali na každom kroku.

Štós – už nie je pre nás len jedným z názvov v zozname slovenských kúpeľov, jednou neďalekou lokalitou od Košíc či Rožňavy. Dostal konkrétnu podobu aj s možnosťou a našim záujmom pobudnúť v nich. Užít si dary slovenskej prírody, ktoré vedeli

ocenit' rozumní podnikatelia už pred 130 rokmi. Dopriať si viaceré z liečebných procedúr, ktoré napomáhajú „regenerácii tela a tým aj osvieženiu ducha“ – ako to už dávnejšie v Štose objavili mnohí vzácni klienti, medzi nimi aj rodák z neďalekého Medzeva a neskoršie prvý demokraticky zvolený prezident Slovenskej republiky Rudolf Šuster.

► Text + foto: D. Luknárová

Seniori z Partizánskej Ľupče v Pieninách

Rada ZO SZTP spolu s Výborom ZO JDS zorganizovali 18. sept. 2020 výlet na Pieniny. Autobus doplnili predsedníčka A. Kováčová zo ZO SZTP a ZO JDS Liptovský Hrádok, rodina E. Dankovej - členky Združenia rodičov postihnutých detí, K. Kocourová s E. Petrovovou zo ZO JDS Liptovský Mikuláš. V autobuse privítal účastníkov výletu predseda oboch ZO Július Sokol a aj oboznámil s históriou splavu Pienin a múzea Červený Kláštor. Po príchode do obce Červený Kláštor sme absolvovali 10 km plavbu plťami a počas nej sme sa za slnečného počasia kochali krásou scenérie pieninskej prírody po brehoch Dunajca. Zaujímavý výklad o histórii Pienin i splavu Dunajca nám podal pltník Samo a svoj výklad dopĺňal aj vtipnými historkami a povestami. Pri kormidle istil našu bezpečnú plavbu pltník Tomáš. Po zaujímavej plavbe niektorí využili jazdu kočom s konškým záprahom. Po občerstvení v chate Pieniny s výbornou a rýchlou obsluhou, sme zamierili do múzea Červený kláštor, kde nám počas hodinovej prehliadky lektorka podala podrobný a pútavý výklad o vzniku a histórii kláštora, povestného aj príbehom mnícha Cypriána.



Vracali sme sa domov s pocitom, že sme spoznali resp. si pripomenuli krásny kúsok Slovenska - Pieniny s Dunajcom a dozvedeli sa zaujímavosti z histórie cennej kultúrnej pamiatky. Všetci sme sa zhodli, že náš poznávací výlet v tejto neľahkej dobe bol výborný relax v prírode, kde sme všetci pookriali. ► Július Sokol

Seniori v Oščadnici sa nenudia

Priatelia i susedia sa po dlhej odľuke pre koronakrízu opäť stretli 23. júla pod vlekom v Penzióne Gájuz na už tradičnom **8. roč. ŠH osôb so zdravotným postihnutím a seniorov**. Podujatie pripravili členovia ZO JDS v Oščadnici s finančnou podporou obce. Súťažilo 110 športovcov v týchto disciplínach: kop do bránky, hod granátom, v šípkach, hod loptičkou na kôš a kolky v kategóriách: muži a ženy.

Pre seniorov a ľudí s telesným postihnutím neostanete nepovšimnutí. Úprimne sa tešia z nováčikov, ktorých medzi sebou privítajú, radi sa prihovoria a sú nesmierne pohostinní. Užívajú si život, žijú ho naplno. V závere podujatia síce nasledovalo vyhodnotenie výkonov, no cena vzájomnosti tá patrila úplne všetkým.

Veľké poďakovanie patrí starostovi obce Ing. M. Plevkovi za jeho aktívnu pomoc, poslancovi VÚC Žilina a starostovi obce Skalité J. Cechovi, predsedníčke OO JDS v Čadci M. Ďurišovej, družobným organizáciám ZO SZTP Zborov nad Bystricou s predsedníčkou A. Droščákovou, ZO SZTP Čadca s predsedníčkou H. Kultánovou, J. Labákovou ZO SZTP Krásno nad Kysucou a OC SZTP Dolný Kubín s predsedníčkou G. Florekovou, riaditeľke SČK v Čadci Mgr. E. Tomašíkovej, šefredaktorky MY Kysucké



noviny Mgr. M. Paluchovej i priateľom sponzorom.

V Oščadnici sa v nedeľu 6. sept. 2020 konal **14. ročník Benefičného koncertu Od srdca k srdcu**, ktorý tiež organizovali ZO JDS a ZO SZTP s finančnou podporou obce aj Kysuckého kultúrneho strediska v Čadci. V hľadisku sedeli starosta obce Ing. M. Plevko, riad. KKS Mgr. S. Petreková, riad. Ruského centra vedy a kultúry v Bratislave Inna Kuznecovová s doprovodom, PaedDr. J. Cech, poslanec VÚC Žilina a starosta obce Skalité, starosta Novej Bystrice Ing. J. Balačín, hostia z družobných ZO SZTP z Čadce pod vedením p. H. Kultánovej, predsedníčka OO JDS v Čadci Mgr. M. Ďurišová. Vo výše dvojhodinovom krásnom programe účinkovali:

DFS NEZÁBUDKA pod vedením J. Fojtíkovej zo Zborova nad Bystricou, FS BYSTRICA pod vedením J. Jančulu z Novej Bystrice a FS DEDOVANKA pod vedením Mgr. V. Mačuhovej z Oščadnice. Ako vzácny hosť účinkovala v programe aj vynikajúca speváčka ruských ľudových piesní Nadežda Bulanová.

Celé podujatie opäť moderovala K. Borisová a v závere skvelého koncertu sa všetkým prihovril predseda ZO JDS a ZO SZTP Jozef Krivánek. Poďakoval nielen starostovi obce a zamestnancom OÚ za vynikajúcu spoluprácu, ale i sponzorom a všetkým účinkujúcim i divákom za skvelú atmosféru.

Z výťažku dobrovoľného vstupného a z 2 % daní zakúpiť ZO JDS a ZO SZTP DEFIBLIRÁTOR na ochranu zdravia-života, pre občanov obce Oščadnica.

29. augusta 2020 si členovia výboru SZTP a JDS v Oščadnici pripomenuli 76. výročie SNP pri hrobe sovietskych partizánov, ktorí položili svoje mladé životy pri oslobodzovaní obce. Položili na hrob kvety vďaka. V SNP sa ukázala obrovská sila a odvaha nášho národa v boji proti fašizmu a na to nesmieme a ani nechceme zabúdať. Uvedomujeme si, ako je dôležité tieto udalosti neustále pripomínať mladým ľuďom, aby sa hrôzy vojny už nikdy nezopakovali.

► **Jozef Krivánek, predseda ZO SZTP a ZO JDS v Oščadnici**



Spoločná rekreácia seniorov Bánovského okresu na Orave

Každé obdobie života má svoje čaro... Život seniora, ten obyčajný, je krásny aj keď je premiešaný nielen radosťami, ale aj starosťami a smútkom. Jednou veľkou radosťou seniorov Bánovského okresu je každoročná spoločná rekreácia, vždy v inom regióne nášho krásneho Slovenska. Aj napriek strachu z Covidu-19 sme sa predposledný septembrový týždeň vybrali na Oravu...

Chata Slaná Voda v Oravskej Polhore privítala našich 40 seniorov slnečným počasím, príjemným prostredím a pohodlným ubytovaním. Väčšina rekreatantov bola z mesta, ale aj z Horných a Dolných Ozoroviec, Dvorca, Držkoviec, dokonca aj zo Zlatníka i Pochabian.

Prvý deň sme sa vybrali na okružnú vyhlídkovú plavbu po Oravskej priehrade. Zastávka na Slanickom ostrove umenia bola spojená s prehliadkou expozície umeleckých diel z Oravskej galérie v Kostole Povýšenia sv. Kríža. Navštívili sme aj obec Klin, kde sa od roku 2008 nachádza takmer desaťmetrová socha Ježiša Krista s rozpätím rúk sedem metrov. Cestu pred sochou lemuje 9 zastavení s modlitbami k Sedembolestnej Panne Márii. Každý z nás sa zastavil aj pri Kaplnke Božieho Milosrdenstva, pri soche kľačiaceho pápeža Jána Pavla II. a pri soche blahoslavenej Zdenky Schelingovej.

Slnečné počasie nás nalákalo na ďalší výlet – do Múzea oravskej de-

diny v Zuberci. Drobné domčeky so šindľovými strechami, hospodárske budovy a gazdovské dvory, historický drevený mlyn aj drevený kostolík zo 16. storočia zo Zábřežia zaujali všetkých. Cestou do chaty sme sa zastavili v Oravskej Polhore v krásnom novom Kostole Božského Srdca Ježišovho, kde je vystavených 18 vzácných relikvií.

Blízko našej chaty sa nachádzalo Rašelinisko Slaná Voda s náučným chodníkom a prameňom naozaj slanej vody, pri ktorom sa dobre debatovalo. Zo stanice Tanečník nás odviezol vláčik Oravskej lesnej železnice na výletnú jazdu, kde nás celou cestou sprevádzali rôzne rozprávkové príšerky.

V malej oravskej obci Krušetnica sme si prezreli malé, ale zaujímavé Múzeum Oravakafe. Ďalšie slnečné popoludnie sme využili aj na návštevu Hviezdoslavovej hájovne. Veľkým zážitkom pre seniorov bola návšteva Oravského hradu. Prehliadku po 740 schodoch hradu zdolali všetci

- aj tí menej zdatní, a my sme boli na nich veľmi hrdí.

Slnečné popoludnia využili všetci na vychádzky do blízkej hory, na hľadanie húb, ale aj na spoločné posedenia pri piesňach a oslave narodenín. Týždeň uplynul ako voda a tak, ako nás slniečko privítalo, tak nás aj vystrojilo domov. Všetci sme odchádzali spokojní a verím, že aj zdraví. Veď sme dodržiavali všetky bezpečnostné pravidlá, aby sme sa spoločne mohli stretnúť a zabaviť aj na budúci rok.

Keď bolo treba rúško, tak sme ho mali, keď bolo treba dezinfekciu, tak sme si ju dali...

► **Jozefa Sokolíková, predsedníčka OO JDS Bánovce nad Bebravou**

ZO JDS TESLA Liptovský Hrádok na výlete

Výbor ZO JDS Tesla zorganizoval 8. 9. 2020 výlet do malej obce Tokajík (so 100 obyvateľmi) pozrieť si múzeum Tokajickej tragédie. Prezreli sme si časť obce s kostolíkom a sochu „Návrat do vyvraždenej obce“ od sochára Františka Gibalu. Po prehliadke sme si pochutnali na obede v penzióne Goral. O 14,30 nás očarila krása Domaše vyhlídkovou 1,15 hod. plavbou loďou Bohémia po trase Dobrá v smere na Valkov.



Bolo to pohladenie na duši. Dozvedeli sme sa históriu vodného diela od r. 1962. Počasie nám prialo. Spoznali sme ďalšie krásy našej krajiny. Bol to pekný výlet, jeho účastníci boli veľmi spokojní.

► **Alena Kováčová**



V KRAJINE SLOVA...

„Nič nie je tak, ako bolo. Toto je hrozná doba...“ nechtiac načúvam rozhovoru dvoch starších žien, ktoré sedia v električke na dvojsedadle predomnou. Rúška na tvárach ich núti hovoriť hlasnejšie, nuž nedá sa nepočúvať ich. Pristihnem sa, že im občas dávam za pravdu, ale aj oponujem: „Nie, nie, nie je všetko iba čierne!“ Práve pristúpili do električky štyri dievčatá – s rúškami na tvárach, ale rozosmiate v očiach i rečiach – nerozumiem, čo si so smiechom hovoria, ale srší z nich toľko mladosti a pozitívnej energie! Tuším sa pod rúškom usmievam a celou cestou do nášho

bytu mi znie v ušiach onen veselý dievčenský smiech... Preto opravujem úvodný citát: „Všetchno nie je tak, ako sme boli tradíciou zvyknutí, ale...“ Súčasný stav opäťovnej sprísnenej karantény je citelným vybočením zo všedného denného rytmu. Ale svet neprestal mať všetky farby a život všetky svoje tóny – len sa možno hľadajú o niečo ťažšie. Práve teraz – keď sa jeseň už zmocnila vladárskeho žezla a zákonite nás opantáva príslovečnou melanchóliou.

Máme ju aj v písmenkách, ktoré Vám ponúkame, milí naši priatelia!

Môj strom

Anna Oľšovská, Lipt. Mikuláš

Pred mnohými rokmi som z výstavy priniesla stromček. Doma sme ho zasadili pred okno. Odvtedy každé ráno pozdravím „môj“ strom. Verím, že mi odpovedá. Zašumí listím a koncom leta nás obdaruje sladkým ovocím. V jeho tieni neraz premýšľam o živote.

Leto, aj keď teplé, u nás dlho nebýva. Zato jeseň premaľuje listy – najprv na žlté, potom pridá aj nevela červenej farby a vtedy je môj strom najkrajší na svete. Dni ubiehajú a on mi ako dáky poštar posiela čoraz viac listov cez otvorené okno do izby.

Počasie sa razom zmenilo. Vietor okmásal aj posledné listy a môj strom prosbne dvíha koná-

re k nebu. Za dažďa po pretrhnutých pavučinách stekajú mu kvapky vody ako slzy. Viem, za čím plače aj o čo prosí. O plášť z hmly a inovate, z jagavých vločiek snehu. V jedno studené ráno sa mu jeho prosba splní a on je zrazu celý biely a trbliece sa v rannom slnku. Na zavesených guľkách vtáčieho zobu sa hojdajú sýkorky. Usilovne z loja vyďobávajú semienka. Ja stojím pri okne a pozerám v očarení na ten zázrak.

Všetchno sa raz končí – aj zázrak – aj zima.

Opäť je u nás jar. Ráno mi na okno zaklopal slnečný lúč a rozhojdal drobné tiene na záclonke. Žmúriac do jeho prudkého jasu otvorím okno a so zatajeným dychom hľadím – nevesta?! Ach nie, to kvitne môj strom! Opäť je celý biely a ozvučený

bzuketom včiel. Miliómy kvetných lupienkov, záplava sviežej vône!

Veru, taký plášť nemá žiadny pánovník na svete. Rozmýšľam, po koľký raz sa už naplnilo poslanie môjho stromu? Na jeho kmeni, hľa, popraskala kôra a živí ho len jednou štvrtinou. „Ten sa vám na jar nezbudí,“ skonštatovali odborníci pred tromi rokmi. Asi ich zavolám, nech sa prídu pozrieť. Nech vidia tú nekonečnú krásu, život naplno!

Ja vám tu rozprávam o strome, ale je to vlastne o nás: žijeme, rastieme, kvitneme, rodíme. Obelíme a stuhnuté prsty občas prosia. Teší nás, keď plody našej práce poslúžia deťom a v našom tieni sa hrajú vnúčatá. A dúfame, že štvrtina životodarnnej kôry nás na ďalšiu jar znovu prebudí, napriek diagnózam a konštatovaniu odborníkov.

Husľový kľúč

Viera Benková, Zo zbierky Herbár Zeme

Keď začuješ v sebe stíšené hlasy zeme, stíš sa i ty; vlez do svojej dočasnej krehkej ulity a ponor sa do zázračného odkazu hudby.

Keď začuješ v sebe živú hviezdnu skladbu, započúvaj sa do jej nadčasových odkazov, s Hubblovým ďalekohľadom pozri i za jej hmlovú clonu, možno v nej rozlúštiš záhadu ľudského osudu...

Láska, husľový kľúč ľudského života, raz poltón a raz celý tón navždy obľúbenej molovej stupnice...

Chcem

Lubica Popadáková

Chcem lietat', a nemať krídla anjela.
Spievať si pieseň života a láske načúvať.
Rozdávať radosť a veľa sa smiať.
Žiť životom iných a ten svoj rada mať.
Krásno chcem poznať.
Úsmev darovať.

Veľký kus cesty prešla som.
A ešte vládzem kráčať.
Čosi vo mne ma ženie vpred
a silu dáva mi.
Chcem objat' celý svet.
Až potom prijať krídla anjela
a odletieť, kde návratu už niet.

Ked' píšem túto kapitolu

Ján Smrek: Poézia moja láska 2 – úryvok

Ked' píšem túto kapitolu – v bratislavskej kaviarni Luxor – všimam si, ako mi cez čipkové záclony veľkých oblokov slnko krásne svieti na papier. V stánkoch na uliciach predávajú hrozno a vedľa chryzantémy. Z javorov poletujú zožltnuté listy a okrem nich poletujú pavučiny – babie leto. Je už 20. októbra, ale denná teplota je 20 i viac stupňov Celzia. Hrozno by ešte priberalo na cukornatosti, ale už je zväčša obraté, ba aj vyprešované. Chodím k vinohradníkom na ten ešte kalný mok i teraz, tak ako za mladosti, len s tým rozdielom, že kým som v tých predošlých časoch býval ja v spoločnosti priateľov – umelcov benjamínom, teda najmladším, teraz som ja – najstarším.

Píšem v bratislavskej Luxorke, Kochám sa v októbrových lúčoch slnka a spomínam na obdobný október z roku 1931, keď som takto písal vo vtedajšej pražskej kaviarni – v Štěrbovke. Jesenná báseň, ktorú som vtedy písal v Prahe, už nemohla mať teperatúru mojich predošlých veršov bratislavských, ani farebnosť ešte skorších – martinských, všeličo bolo iné:

MLADOSŤ A MY

Emília Bakajsová, Prešov

Šesťdesiate roky
Mini sukne
Dlhé vlasy
Sme mladí
Láska k nám patrí
Svet je gombička
Len ju stlačiť
ABBA spieva
Zem sa točí
V jej rytme všetko žije.

Sme v 3.tisícročí
Máme šesťdesiat a ešte čosi
Chceli by sme žiť aj milovať
ako kedysi pred rokmi
Či svet nám len patril?
A už nepatrí?
Veď ešte nie sme takí starí...

Sype sa rosa

Sype sa rosa. Jeseň je.
Nehlučne chodia tramvaje.
V rozmoklej ceste ľudská šľapaj spí.
Čo strom, to socha melanchólie.
A nebo temnie, jak v deň potopy.

V taký deň človek poddáva sa vínu.
Tu dvere krčmy. Hovoria mi: Vstúp.
Ja odchádzam však. Keby som sa obzrel,
Iste bych obrátil sa v soľný stĺp.

Odchádzam.
Nečujným a tiahlym krokom.
Navlhle lístie nezašuchoce.
V parkovej štvrti zvädlá chryzantéma
zlomeným stebлом,
prstom raneným
klope mi, klope na srdce.

Podivne nejak zosmutnel som zas,
obrazy zašlé srdce moje stisli.
Snáď zanechaných lások je to hlas,
alebo dáka stará melódia
bubnuje v mojej mysli.

Mal som v ten jesenný podvečer na
vltavskom nábreží takú náladu samotára,
keď som si prosto sadol na lavičku a dúfal,
že si niekto prisadne ku mne a začne so mnou
snovať jemnú krehkú pavučinu slov. Čo mi
vtedy najviac chýbalo? ...

Počítam si letokruhy

Mária Streicherová, Bratislava

Počítam si letokruhy.
Každý prvý, každý druhý.
Prepílená napoly.
Most, ktorý sa nezborí.
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.

Advent srdca

Jozef Darmo: Čas s Tebou

Z čerstvých brázd
to vonia jeseňou.
Čo nevidieť hora farbou sýta.
Ja si ťa hľadám, láska,
nocou bezsenou.

Tu zostávaš mi stále,
stále skrytá.
Na nebi mesiac
hviezdne ovečky si číta.
V jeho svite iskria

Sriene jabloní.
Kedy sa tvoj čas, láska,
ku mne nakloní...?
Aké ešte vypýta si mýta?

Ked' nemôžem sérom, tak to skúšam perom...

KARANTÉNA

Jaroslav Daniš, Trenčín

Ten názov v slovníku sa nedal nájsť
a dnes si už s ním celý svet tyká,
neznámy výraz: COVID - 19,
zákernej jak otrávená dýka.

Už týždeň sme nevyťahli päty
z nášho bytu na prvom poschodí.
Slnko si provokatívne svieti
a na návštevu nikto nechodí.

Ulice prázdne jak po vymretí,
iba kde - tu náhliaci sa posol.
Na detskom ihrisku nieto detí.
Za rohom číha „Tá s kosou“.

Nezvyklé ticho, búrka sa ešte
ukrýva kdesi v hniezde chorom,
ale už ju predpovedá veštec
zo silných zábleskov za obzorom.

Neistota sa dá nožom krájať,
včerašie istoty zhrdzaveli.
Streť sa môžeme najviac dvaja,
od ostatných - strach nás delí.

V televízii rovnaká téma,
vracia sa, vracia jak bumerangy
/v úzadí vláda, súdy i gangy/
KORONAVÍRUS a KARANTÉNA



My, skôr narodení, si iste spomíname na spartakiády, do ktorých sme boli zapojení či ako žiaci, mládež, ženy, muži, vojaci, dokonca mamičky so svojimi ratolesťami. Každý, kto bol cvičencom, zúčastňoval sa pravidelne nácviku, väčšina národa pravidelne cvičila, a to malo svoj efekt a význam. Tento pojem doteraz zachovávajú v susednom Poľsku, v meste Gorlice. Mestský úrad - gmina organizuje toto podujatie pre miestnych seniorov, prispôsobené fyzickým zdatnostiam účastníkov.

V tomto roku to bolo za prísnych bezpečnostných opatrení a vyše 150 účastníkov sa im podriadilo. Náš okres Bardejov na tejto olympiáde reprezentovalo 10 účastníkov z OO JDS, vedúcou delegácie bola predsedníčka OO JDS Mgr. Anna Petričová a člen P OO JDS pre športové aktivity Mgr. Ivan Dzuriš.



Súťažilo sa v týchto disciplínach: medicínbal, hod vrecúška na cieľ, šípky, hod loptičky do sieťky, činky, hokejbal, streľba zo vzduchovky a severská chôdza. Našu skupinu tvorili títo športovci: E. Grohoľová, I. Fornadeľová, M. Kmeťová, J. Kmeť, M. Vabno, J. Philippi, J. Kukulský, J. Švirk a bilancia medailí bola bohatá. Celkom sme získali 13 medailí: 4 zlaté, 2 strieborné a 7 bronzových. Každý z družstva bol úspešný, no najlepšie sa darilo M. Vabnovi, J. Švirkovi a J. Kmeťovi. Zlato získali: M. Kmeťová, J. Kmeť a J. Kukulský.

Celková organizácia a úroveň Spartakiády seniorov bola veľmi dobrá. Vyhodnotenie sa konalo v blízkom hoteli Margot, kde bol podaný obed. Najlepší súťažiaci boli ocenení diplomom, medailou

a vecným darčekom, ktorý sponzorovalo mesto Gorlice.

Podakovali sme sa malým darčekom hostiteľom za pozvanie i možnosť spolu si zasúťažiť, a tak stráviť príjemný športový a spoločenský deň.

► Text: Mgr. A. Petričová

► Foto: Mgr. I. Dzuriš

Jarovnice

Keď počujete názov tejto obce, možno sa vám v pamäti vybaví spomienka na 52 obetí obrovskej povodne, ktorá sa prehnala touto oblasťou. V súčasnosti pracuje v Jarovniciach početná organizácia JDS (90 členov) a jej predsedníčkou je od založenia p. Mária Kundriková.

V sobotu 22. 8. 2020, sa rozhodli členovia tejto ZO JDS zorganizovať súťaž v severskej chôdzi. Prihlásili sa do nej ženy aj muži, proste tí, ktorí sa cítili pri sile. Trasa viedla cez dedinu v dĺžke 2,5 km. Po ukončení súťaže boli všetci odmenení diplo-

S obavou, ale s dobrým výsledkom

Napriek „korone“ sme prijali pozvanie našej družobnej Krajskej rady seniorov z Olomouca, zúčastniť sa ich Krajských športových hier.

S obavami, ale hlavne s rešpektom a dodržiavaním všetkých príkazov ROR a pod. sme 5. augusta 2020 vyrazili vlakom LEOM do Olomouca. Boli sme siedmi, ako tí statoční. Na stanici nás čakali naši priatelia, na čele s krajskou predsedníčkou Milenou Hesovou. Ubytovali nás vo vysokoškolskom internáte a večer sme sa zúčastnili turnaja v bowlingu. Zo 7 družstiev sme obsadili tretie miesto.

Na druhý deň sa na krásnom ihrisku Lokomotívy Olomouc rozbehli samotné KŠH za účasti 35-ich 5-členných družstiev. Bolo nám čudné, že nikto z prítomných, okrem nás, nemal na tvári rúško.

Športové disciplíny v Čechách nebývajú náročné na fyzické sily, sú primerané zdravotnému stavu aj sile nás - skôr narodených.

Na celom podujatí sa zúčastnili a zotrvali až do vyhodnotenia: predseda Rady seniorov Z. Pernes, hejtman Olomouckeho kraja, primátori okresných miest, senátori, sponzori. Napriek tomu, že aj oni

(ako aj naši verejní činitelia) mávajú veľa práce, predsa celé dopoludnie venovali seniorom.

Naši piati športovci sa umiestnili aj v celkovom hodnotení na treťom mieste, čo je bezpochyby úspech a sme naň hrdí. Pani Petričová poďakovala domácim hosťom za pozvanie a starostlivosť a spolu s ostatnými hosťami dekorovala víťazov. Pozvala športovcov KRS, aby sa zúčastnili na našich okresných ŠH v Zlatom (okr. Bardejov). Všetci súťažiaci boli odmenení medailami a vecnými cenami.

Večer sme strávili v spoločnosti funkcionárov KRS v objekte krajského úradu na 11. poschodí, kde



sme v družnej besede plánovali ďalšie spoločné aktivity a tešili sme sa už na najbližšie stretnutie o týždeň v Bardejove.

7. augusta v poludňajších hodinách sme nastúpili na spiatocný vlak Regiojet a opäť nám bolo čudné, že vo vlaku, okrem nás, len niektorí mali rúško a nikto nikoho neupozorňoval na prijaté opatrenia, týkajúce sa koronavírusu.

My sme však po návrate domov ostali všetci siedmi päť dní v domácej izolácii. A tak sme na našich OŠH v Zlatom boli všetci nielen fyzicky, ale aj „pomyslením“ – fit!

► Text: Anna Petričová

► Foto: Mária Kmeťová

tak, ako ich nepoznáte

mom, vecnou cenou, ktorú venovala obec a medailou, čo sa dala zjesť - Fidorkou.

Na vyhodnotení sa zúčastnili aj predstavitelia obce p. Florián Giňa, starosta, p. Marcinčinová, prednostka OcÚ a vedúca miestnej knižnice.

Predseda ZO JDS M. Kundriková vo svojom vystúpení pripomenula 30. výročie založenia JDS a prešla aj celou históriou vlastnej ZO JDS. V čase spomínanej povodne aj členovia JDS všemožne pomohli postihnutým spoluobčanom. K prítomným sa prihovarila prednostka OcÚ p. Marcinčinová a po-

ďakovala členom JDS za pomoc a spoluprácu v prospech obce. S hrdosťou konštatovala, že v ich obci sa zatiaľ nevyskytol Covid -19, hoci majú veľké množstvo občanov rómskej komunity. Zásahu na tom má iste aj starosta p. Florián Giňa. Je tiež Róm, šikovný a schopný človek, ktorého občania rešpektujú. A vidieť to aj na obci, kde je všade čistota a poriadok.

V Jarovniciach je kaštieľ, ktorý povstal z ruín za pomoci prostriedkov EÚ a občanov obce. Názov tohto kaštieľa je Maľareň - žil tam totiž maliar Szinyici-Merse Pál. V kaštieli sa nachádza jeho 67 obrazov - fak-

simílií - originály sú v Budapešti. V kaštieli je umiestnená aj bohatá miestna knižnica, priestor v ňom majú i členovia ZO JDS.

Na podujatí sa okrem predsedníčky KO JDS Prešov p. Petričovej zúčastnili aj predseda OO JDS Sabinov p. Š. Lipták a p. E. Arvayová, podpredsedníčka OO JDS Sabinov.

Som veľmi rada, že som sa zúčastnila tejto akcie a vrele odporúčam všetkým, ktorí zavítajú do tohto kúta východného Slovenska, aby navštívili krásny kaštieľ Maľareň v Jarovniciach.

► Mgr. A. Petričová,
predsedníčka KO JDS Prešov

Tanec je náš život a terapia

Pri MO JDS v Spišskej Novej Vsi je skupina tancujúcich senioriek pod názvom MONTANA, ktoré tanec berú ako životný štýl a terapiu. Hoci fungujú iba dva roky, majú za sebou už množstvo tréningov, ale aj rôznych vystúpení na východe Slovenska.

Manažérkou MONTANY je Ing. Anna Baradlaiová. Začiatky súboru boli ťažké, spočiatku to bolo iba 6 fanúšičiek country tancov. Postupne sa však skupina rozrastala a v súčasnosti ju tvorí 22 členov, vrátane jedného muža. Skupina

sa stretáva na nácvikoch rôznych country tancov 1-krát týždenne pod vedením choreografky p. Ľudmily Veselej. Lacko Špernakovič ako jediný člen/muž sa stará o výber hudby, jej nahrávanie na nosiče, aj sleduje rytmickosť pohybov tanečnic.

Počas dvoch rokov skupina tancovala na viacerých podujatiach v Spišskej Novej Vsi, Gelnici, Spiš. Vlachoch, Margecanoch a pod. ako aj na Festivale seniorov v Žiline. Členky skupiny tvrdia, že tancujú s radosťou, lebo ich tanec naplňuje. Zabúdajú pri ňom na všetky starosti a bolesti, dokonca aj na svoj vek (v priemere 67 rokov). Držia sa rady jedného výroku Marka Twaina: „Umenie starnúť spočíva v tom, urobiť z konca nášho života obdobie šťastia.“ Myslím, že sa im to darí!

► Ing. Anna Baradlaiová



V Detve sa športovalo

22. septembra 2020 sa napriek problémom s korona vírusom konali Okresné športové hry seniorov na futbalovom štadióne v Detve, ktoré organizačne zabezpečila ZO JDS Detva. Hier sa zúčastnilo cca 80 seniorov zo ZO JDS Hriňová, Korytárky, Dúbravy, Stožok aj domácej ZO JDS Detva.

Účastníkov hier prišla pozdraviť prednostka OÚ v Detve p. Hukelová, RNDr., vedúci odboru životného prostredia OÚ v Detve p. Jágerský, RNDr. a vedúci odboru školstva a kultúry MsÚ v Detve Mgr. Straka. Bolo krásne slnečné jesenné počasie a priebeh hier bol bezproblémový, hlavne bez úrazov.

Na záver po vyhodnotení a ocenení najlepších športovcov bolo podané malé občerstvenie, pri ktorom bol čas aj na družnú debatu a priateľské rozhovory. Všetci účastníci si podujatie pochvalovali a vyjadrili organizátorom vďaka za ozaj pekný športový zážitok.

► Ing. Miroslav Petrus
predseda OO JDS Detva

„Cyklojeseň“ v Spišskej Novej Vsi

Spišsko-novoveskí seniori len tak nečinne nesedia. Tak to bolo aj 12. 9. 2020, kedy sa rozhodli usporiadať svoj nultý ročník „Cyklojeseň“. Chceli ukázať aj ostatným seniorom, že vek je len číslo. A im sa ešte stále chce tancovať, spievať a športovať, ale hlavne chcú sa vzájomne stretávať. A to nielen seniori, ale aj ich deti a vnúčatá.

Keďže si uvedomujú, že v dobrej kondícii ich drží najmä pohyb, tak súčasťou scénara tejto akcie bola jazda na bicykloch. Dôchodcovia mali pripravené 2 trate: jedna 7 km - ľahšia a zdatnejší mali pridať aj náročnejšiu trať dlhú 3,5 km.

Tí, čo nevyužili bicykel, vyskúšali si hod šípkami na terč, hod granátom a vrh guľou alebo zhadzovanie plechoviek loptičkou.

O dobrú náladu sa postarala tanečná country skupina

na Montana, ktorá je vytvorená pri MsO JDS a tiež skvelá reprodukovaná hudba. Nechýbalo ani občerstvenie s gulášom. Seniori, vnúčatá, či rodinní príslušníci – všetci účastníci len tak skoro na túto akciu nezabudnú. Pripomínať im ju bude ďakovný list, ktorý všetci súťažiaci obdržali. Veď náš športový deň nemal byť o lámaní rekordov, bol hlavne o príjemných stretnutiach, vzájomných rozhovoroch a celkovej športovej i spoločenskej pohode. Už sa všetci tešíme na ďalší ročník tejto skvelej akcie a dúfame, že sa stane tradíciou.

► Text a foto: Ing. Anna Baradlaiová
členka výboru MsO JDS





Aj keď aktivity členov V. MsO JDS Prešov – Staré mesto sú v tomto roku obmedzené výskytom pandémie koronavírusu Covid 19, život v našej organizácii sa nezastavil. Hoci v obmedzenom počte sme sa pravidelne stretávali a pokračovali najmä v brigádnickej činnosti pri zveľaďovaní interiéru a exteriéru Slovensko-ukrajinského kultúrneho a informačného centra v Prešove na ul. Janka Borodáča 5.

Tu máme priestor a dobré podmienky pre bohatú kultúrno-spoločenskú činnosť, klubovú činnosť a už aj vynovený priestor pre športové využitie – stolnotenisovú miestnosť.

Práve počas brigád sme neustále spriadali plány ako uskutočniť spoločný výlet do Piešťan z nášho plánu činnosti na rok 2020. Podarilo sa ho úspešne zrealizovať v dňoch 15. - 20. 8. 2020 v rámci RLP v penzióne Allegro.

15. augusta sa naša seniorská skupina z V. MsO JDS a priatelia z ďalších MsO zišli v skorých ranných hodinách na stanici v Prešove, kde si vypočuli pokyny a usmernenia od vedúceho zájazdu PaedDr. Petra Begeniho. Cesta vlakom do Piešťan ubehla veľmi rýchlo v družných rozhovoroch a pri pesničkách.

Naše očakávania sa začali naplňovať po vystúpení v Piešťanoch. Do penziónu sme mali zabezpečenú dopravu autobusmi spolu so seniorami z Krompách. Milé bolo privítanie

vedením i zamestnancami penziónu spolu s podrobnou informáciou o programe pobytu, poskytovaných liečebných procedúrach aj možnosťou dokúpenia ďalších, zabezpečenia dopravy do centra mesta, ale aj o kultúrno-spoločenskom vyžití a fakultatívnych výletoch.

Už prvý spoločenský večer bol výborný. Pekné melódie známych skladieb a piesní v podaní sympatického klaviristu upútali všetkých. Sálou sa niesli tóny klavíra spolu so spevom Prešovčanov i Krompašanov. Radosť klaviristovi pri

lektorka na zámku v Hlohovci, ktorý vďaka nadšencom i samospráve vstáva ako bájnny vták Fénix z popola. A stáva sa perlou mesta Hlohovec. Nezabudnuteľné dojmy sme si odniesli z návštevy Múzea arch. Dušana Jurkoviča, ktoré je umiestnené v Rodnom dome M. R. Štefánika v Brezovej pod Bradlom a tiež z výstupu na Štefánikovu mohylu na Bradle.

O pozoruhodnostiach kopaničiarskeho kraja i mesta Vrbové, rodiska Morica Beňovského i Jožka

Adamca, nám počas cesty zanietene porozprával p. Juraj Šumichrast.

Dni v peknom prostredí Piešťan a penziónu Allegro rýchlo plynuli ako voda vo Váhu. Neodchádzalo sa nám z Piešťan ľahko, veď sme sa tu po celý čas cítili ako doma. Boli sme medzi dobrými hosťami, milými ľuďmi, ktorí odvádzajú dobrú prácu a vo svojich zariadeniach poskytujú klientom, aj nám, seniorom - členom JDS výborné služby.

Prajeme veľa šťastia, zdravia, pohody a tvorivých nápadov vedeniu i všetkým zamestnancom penziónu Allegro a komplexu hotelov AMON Service s.r.o v ďalšej činnosti. A nášmu vedúcemu zájazdu PaedDr. Petrovi Begenimu úprimne ďakujeme za perfektnú organizáciu celého nášho zájazdu.

► **PaedDr. Milan Korkobec**
podpredseda KO JDS Prešov a predseda
V. MsO JDS Prešov – Staré mesto

Spomienky na Piešťany

sekundovaní urobili náš hudobník a zanieteny folklorista Peter Begeni aj malá tanečnica a speváčka Ad'ka, ktorá tu bola so svojou mamkou a babkou z Krompách.

Tak to bolo počas celého pobytu, po peknom dni sme každý večer pokriali pri tanci, speve a tanečných melódiách pozvaných diskdžokejov či dobrého harmonikára.

Počas pobytu sme sa postupne prešli celým kúpeľným mestom i kúpeľným ostrovom. S obdivom sme prechádzali po miestach, kde je na každom kroku cítiť nezabudnuteľný odkaz tvorcu týchto svetoznámych kúpeľov Ľudovíta Wintera i stopu starého šľachtického rodu Uhorska – Erdődyovcov.

O živote tohto rodu, jeho spoločenskom postavení v Uhorsku a pôsobení na Slovensku nás oboznámila

Darčeky môžu priniesť radosť, avšak **POZOR NA EXEKÚCIU**

Aj keď v posledných mesiacoch počet exekučných zrážok z dôchodkov nenarastá, práve v období blížiacich sa vianočných sviatkov chce Sociálna poisťovňa dôchodcov upozorniť, aby nepodliehali

tlaku reklamy najmä na spotrebný tovar a zbytočne sa nezadlžovali. Finančné záväzky totiž môžu viesť až k exekúcii z dôchodku.

Desaťtisíce dôchodcov o tom vedia svoje...

Snaha odvdáčiť sa najbližším nákupom vianočných darčiekov prostredníctvom peňazí získaných napríklad od nebankových subjektov je dlhodobo jedným z najčastejších dôvodov exekučného konania. Ďalším v poradí sú účty za mobilné telefóny. Dôchodcovia by mali reálne zhodnotiť svoje finančné možnosti a výšku splátok, pretože dlhy často vedú až k exekúciám. Aj dnes totiž platí, že človek by sa mal *prikrývať iba takou perinou, akú si môže dovoliť*.

Ak dôjde k exekúcii, príkaz na ňu musí Sociálna poisťovňa rešpektovať a vykonávať súdom určenú zrážku z dôchodku.

Dôchodkové dávky majú charakter príjmu – nahrádzajú odmenu za prácu. Podľa platných právnych predpisov sú tak jedným z príjmov, z ktorých sa primerane podľa záko-



na vykonávajú zrážky. Sociálna poisťovňa o výkone exekučných zrážok z dôchodku sama nerozhoduje,

ale plní povinnosti vyplývajúce jej ako platiteľovi dôchodku z právnych predpisov, ktoré sú nariadené exekučným orgánom.

Sociálna poisťovňa upozorňuje aj tých, ktorí sa do dôchodku len chystajú, že odchod do starobného dôchodku neznamena ukončenie exekučných zrážok. Takisto to neznamena, že sa poistenec svojich dlhov zbaví. Sociálna poisťovňa mu danú sumu splátky bude naďalej mesačne zrážať z dôchodku, pretože ide o jej zákonnú povinnosť.

Sociálna poisťovňa k 31. augustu evidovala 33 393 dôchodcov s exekučnou zrážkou, pričom priemerná zrážka z dôchodku dosahovala k tomuto termínu výšku 58,54 eura.



SOCIÁLNA POISŤOVŇA

ZDRAVOTNÍCKE OKIENKO

Chrániť sa treba aktívne

Prevencia zápalu pľúc má veľký význam

Udalosti z posledných mesiacov vo svete i na Slovensku nám ukazujú, aké dôležité pre ochranu zdravia a často i života je dbať na dostatočnú prevenciu. Netreba však zabúdať na iné, nemenej vážne ochorenia, ktoré nás ohrozujú. Našťastie moderná medicína pozná možnosti, ako včas ochrániť seniorov pred najčastejšími ochoreniami ohrozujúcimi ich život.

Seniori v ohrození

So zvyšujúcim sa vekom klesajú funkcie imunitného systému, čo spôsobuje, že starší ľudia sú náchylnejší na infekcie, ako aj na ich ťažší a dlhší priebeh. Jedným z ochorení, ktoré predstavuje pre seniorov najväčšiu hrozbu, je pneumónia čiže zápal pľúc.

Pôvod tohto ochorenia môže byť bakteriálny alebo nebakteriálny, v každom prípade však môže pre staršieho človeka zvýšiť riziko ohrozenia života, najmä ak trpí aj na chronické ochorenie (astma, diabetes, kardiovaskulárne problé-

my, chronická obštrukčná choroba pľúc a pod.). Zápal pľúc môže vzniknúť ako komplikácia chrípkových ochorení alebo ako invazívne ochorenie bakteriálneho pôvodu, proti ktorému sa dokážeme brániť očkovaním.

Dôsledky zápalu pľúc netreba podceňovať. Môže spôsobiť vážne komplikácie chronického ochorenia, teda srdcové zlyhania, zlyhanie obličiek alebo komplikácie cukrovky. Aj aktívni seniori po úspešnom prekonaní zápalu pľúc dlhodobo ostávajú na lôžku a zotavujú sa veľmi ťažko. Najväčším rizikom je však úmrtie.

Čím vyšší je vek pacienta, tým vyššia je aj pravdepodobnosť hospitalizácie. Ak vyžaduje zápal pľúc u pacienta nad 80 rokov hospitalizáciu na jednotke intenzívnej starostlivosti, pravdepodobnosť úmrtia je až 80 %.

Dôležité preventívne opatrenia

Zápal pľúc našťastie patrí medzi ochorenia, ktorým dokážeme predchádzať. Je nevyhnutné mať vždy na pamäti zásady prevencie, ako je dodržiavanie hygieny rúk, nosenie rúšok, udržiavanie odstupu, dosta-



točný prísun vitamínov C a D, no pre ľudí starších ako 50 rokov sa odporúča aj očkovanie proti sezónnej chrípke a pre dospelých so zvýšeným rizikom aj očkovanie proti pneumokokovému zápalu pľúc.

Očkovanie je spoľahlivý a účinný spôsob ochrany pred týmito ochoreniami, a tým chráni aj pred možnými komplikáciami, ktoré môžu byť fatálne.

V prípade potreby je možné u seniorov a osôb s viacerými sprievodnými ochoreniami, osôb s poruchou imunity, s kochleárnymi implantátmi a pod. podať najskôr tzv. konjugovanú pneumokokovú vakcínu. S odstupom 6-12 mesiacov potom jej účinok ešte posilníme prostredníctvom polysacharidovej pneumokokovej vakcíny.

Očkovanie proti chrípke sa vykonáva každý rok, pretože vírus sa mení. Na očkovanie proti pneumokokom stačí v prípade tzv. konjugovanej vakcíny jedna dávka a pri polysacharidovej vakcíne sa očkovanie opakuje až po 5-6 rokoch. Je bezpečné obidve očkovania absolvovať naraz.

► MUDr. Štefan Laššán PhD., MPH, pneumológ
Klinika pneumológie, ftizeológie a funkčnej diagnostiky LF SZU v Bratislave



Aktivity ZO JDS vo Dvorníkoch



Obecný úrad a ZO JDS v Dvorníkoch po dlhých mesiacoch, ktoré zapríčinil koronavírus Covid 19, pripravili pre občanov tradičnú spomienku na Slovenské národné povstanie v sobotu 29. augusta s názvom Vatra SNP.

Na úvod privítal prítomných starosta obce Maroš Nemeček s pripomienkou 76. výročia vypuknutia SNP. Nasledoval krátky kultúrny program speváckeho súboru členiek JDS pod vedením predsedníčky Marty Hrotkovej s piesňami na počesť hrdinov SNP. Po slávnostnom úvode nasledovalo zapálenie vaty a zvlášť deťmi obľúbené opekanie špekáčikov za dodržania všetkých hygienických pokynov. Samozrejmosťou bolo občerstvenie a zábava s hudbou DJ Tóno a Tomáš.

Členovia výboru ZO JDS napriek hrozbám Korona vírusu, za prísneho dodržania všetkých potrebných hygienických podmienok sa rozhodli zorganizovať na víkend 19. – 20. sept. v poradí už 16. ročník Výstavy ovocia a zeleniny, ktorej súčasťou bol už aj 7.ročník Výstavy húb. Podujatie sa konalo s podporou obecného úradu a starostu obce M. Nemečku. Spetrením výstavy, okrem ovocia, zeleniny, húb a húb,



bola prezentácia obrazov maliara Jozefa Krivdu s tematikou kostolov z nášho regiónu, ktorá bola príjemným prekvapením návštevníkov výstavy.

Pre výbor ZO JDS na čele s predsedníčkou Martou Hrotkovou začala príprava výstavy preberaním exponátov od pestovateľov z obce a okolia. V piatok večer a sobotu dopoludnia ovocie a zeleninu, huby a hriby aj obrazy členky výboru ZO JDS zaranžovali v priestoroch kultúrneho domu. Výstava bola otvorená po oba dni od 13.hod do 19.hod a záujem o ňu bol veľký. Počas výstavy mohli návštevníci už tradične voľiť z celkového počtu 195 exponátov šampióna „Najkrajšie jablko“ aj najkrajší iný „Exponát výstavy“. Výstava pokračovala tradične aj v pondelok pre deti Materskej školy a žiakov Základnej školy v Dvorníkoch.

► Text a foto: Mgr. Ivan Peťko

Na tých, ktorých máme radi, nezabúdame ich obraz ostáva navždy v našich srdciach

Iba nedávno odišiel z našich radov **Ing. Jozef Mikloš**, trvalým písmom zapísaný v najvyšších štruktúrach našej JDS i v Akadémii tretieho veku v Trenčíne. Dlhé roky bol neoddeliteľnou súčasťou, dušou a hnacím motorom v inštitúciách, na chode ktorých sa



veľkou mierou podieľal. Záležalo mu hlavne na pozdvihnutí duševných hodnôt, morálnych zásad a úcty človeka k človeku. Mali sme možnosť spoznať jeho ľudskosť, optimizmus a angažovanosť pri ukotvení aj napredovaní ATV v Trenčíne, ktorá je najstaršou inštitúciou vzdelávania seniorov v pôsobnosti MZ SR, MPSVaR SR ako i našej JDS. 23 rokov pracoval ako 1. podpredseda Rady ATV, ale bol činný aj ako predseda ZO 02 JDS Trenčín v r. 2006 – 2011, predseda OO JDS Trenčín v r. 2003 – 2010, predseda KO JDS Trenčín v r. 2000 – 2012, člen Ú JDS

v r. 2000 – 2012 a člen Rady vlády pre seniorov v r. 2004 – 2014.

Jožko, tak sme ho familiárne volali, bol vzácny človek a uznávaná osobnosť. Vždy bol zdravo sebavedomý, náročný na seba, ale i na ostatných spolupracovníkov. Obdivovali sme jeho neustály

entuziazmus, energiu a organizačné schopnosti. Vedel objektívne posúdiť prácu iných, a preto v každom kolektíve, kde pôsobil, požíval prirodzenú autoritu.

4. marca toho roku sme mu ešte mohli za blahoželat' ku krásnemu a úctyhodnému životnému jubileu – k 90 rokom. Žiaľ, život je krehký a osud neúprosný, prináša aj niečo nad sily človeka. A tak prišla chvíľa, keď sme sa spolu s jeho ro-

dinou museli s ním navždy rozlúčiť.

Každý odchod dobrého človeka spôsobuje veľkú bolesť a naplňa srdcia mnohých ľudí hlbokým zármutkom. Avšak dobro, ktoré svojím životom utváral, pokračuje ďalej v jeho rodine, potomkoch a vo všetkých ľuďoch, v strede ktorých žil a pracoval.

Česť jeho pamiatke!

Ústredie JDS, KO a OO JDS Trenčín, ZO 02 JDS Trenčín, Rada ATV, jej lektori a poslucháči, spolupracujúce zdravotnícke inštitúcie aj vedenie, zamestnanci a študenti Strednej zdravotníckej školy C. Šimurkovej v Trenčíne.



Nezabudneme na teba, Rudko!

Tridsať rokov v živote človeka je doba, ktorú vnímame rôznym spôsobom. Ináč v mladosti a ináč v zreých rokoch. A ešte ináč v našich, seniorských rokoch. Keď spomíname na začiatky JDS, je veru veľa našich členov, s ktorými sa už nedá stretnúť. Môžeme na nich len s vďakou, obdivom, láskou či priateľstvom spomínať.

V ZO JDS Betliar takto spomíname na nášho člena Rudolfa Dulíka, s ktorým sme sa začiatkom februára 2020 navždy rozlúčili.

Opustil nás vo veku 89 rokov, ale jeho pamiatka je navždy zapísaná v našej ZO JDS zlatými písmenami.

Rudolf Dulík bol výnimočný človek. Pracovitý, cieľavedomý, precízny. Mal rád svoju rodinu, ale aj ľudí okolo seba – na pracovisku, kedy bol aj funkcionárom v ROH, ale aj v miestnom Divadelnom krúžku P. J. Šafárika v Betliari. Práve on obnovil jeho činnosť v 70. a 80. rokoch a ešte žijúci ochotníci si na tie roky



radi spomínajú. Najmä na družbu s divadelným súborom Veľká Bystrica v Olomouckom kraji.

Náš Rudko ani v dôchodkového veku neostal sedieť so založenými rukami. So svojím bratom obnovili činnosť Skautingu v obci a keď sa začali zakladať organizácie JDS, tiež bol prítom. Spoluzakladal OO JDS v Rožňave, kde sa po čase stal predsedom, a súčasne bol členom výboru v našej ZO JDS Betliar. Jeho príkladnú aktivitu dokladu-

jú udelené vyznamenania JDS i mnohé čestné uznania. V posledných rokoch svojho plodného života už nezastával žiadne funkcie, ale pamäť mu slúžila obdivuhodne. Bol našou „živou kronikou“. A stále sa venoval aj svojmu celoživotnému koníčku – numizmatike.

Odišiel ticho a nám ostáva naňho len tichá spomienka. **Česť jeho pamiatke!**

► **Výbor ZO JDS Betliar.**

V Bardejovských Kúpeľoch pri jazierku bolo veselo

Po dlhom čase (od marca 2020, z dôvodu ochranných opatrení proti koronavírusu) mohla IV. ZO JDS v Bardejove pokračovať vo svojej činnosti. Starí rodičia a prarodičia už mohli konečne povedať svojim blízkym termín športového zápolenia s vnúčatami v Bardejovských Kúpeľoch, pri jazierku. A tak za krásneho slnečného počasia sa

6. júla 2020 temer 70 súťažiacich detí a starých rodičov stretlo na parkovisku v Bardejovských Kúpeľoch a spoločne prešlo na športové stanovište, kde boli rozdelení do družstiev.

Priebeh súťaže bol v réžii pp. Blažejčíkovej a Droblenkovej (bývalej športovkyne), ktorú vynikajúco zvládli. Jedna skupina s vnúčatami išla na „kyslíkovú dráhu“, druhá skupina pripravovala ohnisko a klobásky na opekanie.

Deti na lesnej ceste dostali úlohu hádzať kamienky do menších a väčších vedierok. Potom vedierka boli postavené do radu a deti ich obiehali s vajíčkom na lyžičke, atď. A aby to bolo zaujímavejšie, zapojili sa do pretekov aj babičky a veru bolo veselšie.



Potom sa všetci spolu prešli po kyslíkovej dráhe a dospeli cestou zbierali huby. Už cestou dole k ohnisku vítala chodcov – malých aj veľkých – láka-

vá vôňa opekaných klobásov a špekáčok, na ktorých si všetci pochutali. Zúčastneným deťom boli rozdane čokoládky a menším sa ušli aj plyšové hračky od sponzora. Spokojní účastníci vyslovili organizátorom veľké poďakovanie. Patrí predovšetkým členom výboru ZO JDS pp. Jajkovej, Kmecovej, Ivanovej, Eštvanikovi, Keselicovi a tiež

štedrým sponzorom za občerstvenie.

► **Jarmila Marcínčinová**
predsedníčka IV. ZO JDS Bardejov

► Foto: A.Čižmárová



A bolo veselo aj po druhýkrát

Popoludnie pre starých rodičov a vnúčatá zorganizoval aj výbor III ZO JDS v Bardejove a to 26. 08. 2020. Súťaže pre deti tentokrát starostlivo pripravila aktívna členka výboru Anna Cidilková. A opäť to boli súťaže, ktoré rešpektovali prírodné prostredie a mali veselý, hravý charakter. Každá súťaž bola vyhodnotená a ocenená, ale jej priebeh bol plný povzbudzovania pre každé zo súťažiacich detí. Najúspešnejší boli ocenení medailami,

no za aktívne súťaženie boli ocenené všetky deti medailou a balíčkom sladkostí.

Po úspešnej súťaži si vnúčatá spoločne so svojimi starými rodičmi pripravili na prírodnom ohnisku pravú – opekanú turistickú pochúťku. Jej vôňa a džavot detí, naznačovali, že sa akcia opäť krásne vydarila.

Zvláštnosťou toho stretnutia bolo, že mnohé vnúčence žijú v zahraničí, navštevujú tam ško-

ly a rozprávajú jazykom krajiny, v ktorej žijú. Ale tu, v Bardejovských kúpeľoch pri jazierku, všetky rozprávali aj jazykom svojich babičiek a dedkov. Medzi deťmi sme počuli rôzne jazyky, ale všetci si vzájomne rozumeli. Môže byť niečo krajšie?

Vzhľadom na príbuznosť témy a zhodu prostredia si redakcia dovolila upraviť a krátiť článok, za ktorý patrí vďaka p. Vasiľovi Hudákovi

Dôchodcovia zo Svidníka navštívili Horný Spiš



OO JDS vo Svidníku zorganizovala 9. septembra 2020 pre aktívnych členov ZO JDS z okresu výlet do Kežmarku. 40 seniorov navštívilo najprv Kežmarský hrad, ktorý je jediným úplne zachovaným hradom na Spiši. Prvá písomná zmienka o ňom je z r. 1463. Vystriedalo sa na ňom niekoľko majiteľov a v r. 1702 ho odkúpilo mesto Kežmarok. V súčasnosti sú v ňom sprístupnené historické expozície, dokumentujúce vývoj Kežmarku a okolia.

Druhou navštívenou kultúrnou pamiatkou bol drevený artikulárny kostol v Kežmarku. Je jednou z najvzácnejších sakrálnych pamiatok Slovenska, ktorý je od r. 2008 zapísaný v Zozname svetového de-

dičstva UNESCO. Kostol bol vybudovaný v časoch náboženskej neslobody protestantov, keď evanjelické chrámy museli byť postavené podľa „artikulu“ do jedného roka len z dreva, bez základov a veže a museli stáť mimo mestských hradieb. Podmienky pre ich výstavbu tak predurčovali chrámom krátku životnosť. Vysvätený bol v r. 1717.

Absolvovali sme aj prehliadku ďalšej n.k.p. - „nového“ evanjelického kostola, ktorý bol po 22-ročnej výstavbe vysvätený v r. 1869. V obidvoch nás sprevádzali perfektné lektorky s podrobným výkladom.

Po prestávke na obed sme sa vydali na spiatočnú cestu s niekoľkými zastávkami. Prvá bola v parku

kaštieľa Strážky. Druhá bola v Nestvilleparku v Hniezdom. V čokoládovni si mnohí dali dobrú kávu či horúcu čokoládu, niektorí ochutnali v taverne varené pivo. Po relaxe a nákupoch v Nestvilleparku sme pokračovali v ceste na hrad Plaveč, ktorý sa rekonštruje. Účastníkov výletu zaujali úchvatné pohľady z najvyššieho miesta hradu do údolia s tokom rieky Poprad. Unavení, no nadšení a spokojní sme sa v podvečer vrátili domov.

OO JDS vo Svidníku ďakuje vedeniu Prešovského samosprávneho kraja za príspevok na čiastočnú úhradu cesty prostredníctvom Podduklianskej knižnice vo Svidníku.

► **Anton Berežňák, predseda OO JDS**

Spišská Nová Ves ocenila Cenou primátora OO JDS

Slávnostný akt CENY MESTA Spišská Nová Ves v krásnej secesnej budove Reduta sa uskutočnil 17. 9. 2020. Za zvukov fanfár vstúpil do dvorany Ing. Pavol Bečárik a prítomní, ocenení aj hostia, ho privítali. Nádherné tóny A. L. Webbera umocnili atmosféru tohto významného podujatia Mesta.

Moderátor PhDr. Jozef Lapšanský postupne predstavil štyroch laureátov Ceny mesta, ktorým boli venované aj krásne tóny hudobných

pozdravov. Medzi štyroch laureátov patrila aj OO JDS v Spišskej Novej Vsi a moderátor v rámci jej prezentácie vyzdvihol prácu prvého predsedu Ing. Eduarda Škerlíka aj druhého Ing. Ladislava Dulu za vedenia ktorých organizácia dospe- la až k 25. výročiu.

Cenu preberal tretí predseda Ing. Štefan Handžák a vo svojom príhovore poďakoval primátorovi mesta aj svojim predchodcom za úsilie, ktorým vydláždili cestu k takému-

to oceneniu. Sľúbil, že toto ocenenie zaväzuje ale aj podnecuje celú OO JDS k ďalšej mnohostrannej činnosti. Slávnostného oceňovania sa zúčastnili Ing. L. Dula s manželkou, Ing. Š. Handžák s manželkou, Mgr. J. Prochotská, Mgr. R. Wencelová, Z. Barilová, M. Ivanová, M. Adamčiaková. Zo zdravotných dôvodov sa ospravedlnili Mgr. M. Škerlíková, Mgr. J. Brezovský, D. Rosová a B. Révajová.

► **J. Prochotská**

Z Dolného Kubína do Banskej Štiavnice

MsO JDS v Dolnom Kubíne každoročne vypracováva plán aktivít, lenže toho roku pre pandémiu koronavírusu sme nič naplánované nemohli uskutočniť.

Dlho poslušne a trpezlivo sme trávili dni v domácich izoláciách a tešili sa na budúce možné aktivity. Dočkali sme sa až začiatkom septembra. Náš projekt „Šanca pre všetkých“, ktorý podporil Mestský úrad v Dolnom Kubíne, nám umožnil zorganizovať 2. 9. autobusový výlet do starobylej Banskej Štiavnice.

Pre viacerých dôchodcov bolo toto mesto neznáme, preto sme uvítali, že nás celé tri hodiny oboznamovala s ním erudovaná sprievodkyňa Mgr. Eva Kolibusová. Pútavo nám priblížila históriu, pamätihodnosti a zaujímavé objekty mesta a svoj výklad obohacovala vtípmi o povestnom Náckovi.

Prezreli sme si plastiku, ktorá zobrazuje celú históriu mesta od jej počiatku po súčasnosť. Navštívili sme evanjelický kostol z r. 1794, kde nám jeho históriu priblížila zborová dozorkyňa kostola p. Blašková. Navštívili sme aj najväčší pohyblivý betlehem, židovskú synagógu, sta-

rý zámok, dom M. Pischlovej, teda veľkej lásky A. Sládkoviča - Maríny. Prehliadku mesta sme skončili na rozľahlom Trojičnom námestí.

Prestávku na oddych sme strávili v reštaurácii pri spoločnom výbornom obede a po ňom sme si vyšli k barokovej kalvárii z roku 1745 na Ostrom vrchu. Patrí medzi najkrajšie barokové kalvárie Európy a od minulého roka je čiastočne zrekonštruovaná. Unavení, ale spokojní a šťastní sme podvečer sadli do autobusu, aby sme sa vrátili domov na našu peknú Oravu.

Touto cestou sa chceme poďakovať Mestskému úradu za finančnú podporu a ďakujeme aj p. Božene Žilíkovej za organizáciu aj výborný program celého výletu. Bolo to krásne a zostávajú nám pekné spomienky.

► **Účastníci výletu**
– členovia ZO JDS Dolný Kubín



Seniori z Brodna na hore Butkov

Uplynulo 5 rokov od vzniku ZO JDS-Brodno. Počas tejto doby sme zorganizovali množstvo rôznych spoločenských akcií. Každoročne začíname spoločne pobytom v slovenských kúpeľoch, pokračujeme fašiangovou zabíjačkou, kde si výrobky pripravujeme sami. Nezabúdame na oslavu Dňa matiek a otcov. Cez letné mesiace organizujeme rôzne turistické výlety spolu s opekačkou v prírode. Na jeseň si každoročne pripomíname Mesiac úcty k starším slávnostným stretnutím. Spomienkou na pietnom mieste nezabúdame ani na tých, ktorí bojovali za našu slobodu a odpočívajú ďaleko od svojho domova.

Aj v tomto roku sme sa po polročnej izolácii pre COVID-19 rozhodli zorganizovať výlet našim krajom na horu Butkov. Obávali sme sa cesty na tento vrch, ale vďaka krásnemu počasiu sme všetci takmer 2 km výstup zvládli a čoskoro sme prechádzali Bránou rodiny, kde sa začínala modlitba Krížovej cesty. Pri nej nám cesta ubehla rýchlo.

Dvere do skalného sanktuária nám otvorila zvonica, ktorá bola vybudovaná pri príležitosti 100. narodenín veľkého pápeža Sv. Jana Pavla II. a nesie aj jeho meno. Kríž, ktorý svieti už z diaľky do rozprestierajúcej sa krajiny, má v strede relikvie tohto vzácného človeka, ktorý miloval náš národ. Pri soche Panny Márie, ktorá meria 9 m, sme spoločne zaspievali mariánske piesne a na potešenie sa k nám pridal aj generálny riaditeľ cementárne

Ladce Ing. Anton Barčík, ktorý nám povedal príbeh, na čí podnet sa toto dielo začalo budovať. Pookriali sme na duši a zostal nám nezabudnuteľný zážitok na toto majestátne dielo pod holým nebom.

Po prehliadke skalného sanktuária sme sa vydali na ďalšiu trasu pozrieť si jedinečnú obec Čičmany a Ražecú Lesnú, kde sme obdivovali dielo majstra Pekařu Slovenský Betlehem. Výlet sa nám vydaril aj vďaka peknému počasiu a všetci sme sa zhodli na tom, že nemusíme cestovať ani za hranice našej vlasti, aby sme mohli vidieť krásu, prírody a diela, ktoré vytvorili pracovité ruky slovenského ľudu.

► **Božena Slámková**



Spolupráca ako vymaľovaná...

Po nedobrovoľnej dlhej prestávke vo svojej činnosti, sa členovia ZO JDS v Rajeckých Tepliciach rozhodli uskutočniť turistický zraz na novoobjavenom archeologickom nálezisku Rajeckého hradu z 13. storočia, na objavení ktorého sa podieľalo mesto Rajec spolu s družobným poľským mestom Czechowice. Seniori požiadali o spoluprácu obec Jasenové, cez ktorú vedie turistická trasa.

Z Jasenového má naša organizácia 8 členov, ktorí prisľúbili zabezpečiť všetko potrebné. Ostatní členovia sa na stretnutie veľmi tešili, veď pre tú nešťastnú „korunu“ sme sa už dlho nevideli.

Turistická akcia pod vedením Jasenovčanov predčila všetky naše očakávania. Na stanovišti pri kaplnke vítal prítomných priamo starosta obce Mgr. Martin Mikolka a všetkým ponálieval dobrú slivovičku „na potúženie“. Dievčatá Jasenovky napiekli fajnové koláče, pripravili klobásky, špekáčky, aj kvalitu pitný režim.

Naším výletom, zdá sa, žila celá dedina. Veď starosta spolu s urbárikmi sa postarali o kvalitné sedenie pod letným altánom, keďže bolo viac ako 30 stupňov tepla. Okrem toho sám p. starosta venoval výletníkom celý súdok piva, aby nebudaj neboli „dehydrovaní“. Staral sa o všetkých, bol príjemný a pozorný. Napokon harmonikár p. Dušan Súkeník dotvoril celú atmosféru ľudbivými pesničkami, až sme sa všetci s chuťou rozospievali...

Nuž, nikomu sa nechcelo domov, až letný dážď rozhodol, že treba ísť. Všetci účastníci boli nadšení – krásnou Jasenovskou dolinou, jej prírodou aj novoobjaveným náleziskom, starým sedem storočí. Ale najväčší obdiv od všetkých členov si vyslúžil predovšetkým starosta, urbárik



a všetky naše členky z Jasenového, hlavne pp. Mišjaková, Poláčková, Maniaková a Dávidíková, ktoré sa postarali veru o všetko a o každého.

Klobúk dole pred ľuďmi z Jasenového, nech sa im darí a nech sú zdraví! Na tento výlet budeme dlho spomínať. Srdečná vďaka Vám, Jasenovčania, od seniorov z Rajeckých Teplic.

► **PhDr. Anna Perkovičová,**
predsedníčka ZO JDS Rajecké Teplice

ZO JDS Rajecké Teplice a obec Jasenové - turistický zraz seniorov na Rajecký hrad

august 2020

Skvelé privítanie od starostu obce Martina Mikolku a od členiek ZO JDS z Jasenového

Hlavná organizátorka Majka Mišjaková

Príjemné posedenie s chladením pitného režimu

Seniori z Kostolnej Vsi oslavujú

ZO JDS v Kostolnej Vsi existuje už 25 rokov. Našlo sa vtedy veľa dôchodcov, ktorí si vypísali prihlášku – bolo ich 65.

Pri tejto príležitosti je vhodné spomínať si na začiatky našej organizácie. Od jej vzniku ju viedla p. Alojzia Pánisová spolu s 6-členným výborom. Podľa zachovaných zápisov ich činnosť spočívala najskôr v získavaní finančných darov od sponzorov tak, že písali firmám v okolí alebo ich osobne navštevovali. Skupiny seniorov využívali rekreačné zariadenia, kúpele aj zľavnené služby. Autobusovými výletmi spoznávali Slovensko, napr. Gabčíkovo, Rajeckú Lesnú, Žilinu, Budatín, Tepličku nad Váhom, Čičmany. Pozreli si aj výstavy kvetín a agrokomples v Nitre. Boli empatickí k ľuďom postihnutým povodňami a na tento účel vyzbierali 3050 korún pre konkrétnu osobu, ktorá im za to osobne poďakovala. Nechýbala ani brigádnická činnosť v obci a na cintoríne.

Po 4 rokoch prebrala predsedníctvo p. A. Bartová, tretím predsedom bol pán J. Ďuriš, až do roku 2008. Spoznávali sme históriu v skanzene Jahodníky aj arborétum v Tesárskych Mlyňanoch, ale realizovali sme aj brigády v obci a návštevy u chorých.

V súčasnosti vediem našu 26-člennú skupinku už 12 rokov ja a spolu s členkami výboru: M. Paprancovou, B. Slížovou, M. Hnáthovou a A. Ďurišovou. Sú skvelé a ide nám to spolu ako po masle.

Výlet autobusom si dovoľíme len jedenkrát za rok, aj to len vďaka OÚ

v Kostolnej Vsi, s ktorým máme dobrú spoluprácu. Bezplatne nám tiež poskytuje priestor 6 -7-krát do roka na naše stretnutia. Jeden náš „naj“ výlet, za desať bodov z desiatich, boli Sebechleby, kde sme sa vrátili aj druhýkrát. Program tam bol úžasný, jedlo od výmyslu sveta, prostredie a príroda – na jednotku. Stretnutia nám spríjemňujú naši muzikanti – Ferko a Milan. Na

s nami urobil redaktor rozhovor pre Rádio Devín. Ešte spomeniem športovanie, ktoré nám tiež nie je cudzie, formou súťaže. Víťazi si odniesli čokoládové medaily.

Na záver len toľko. Na stretnutiach sa spolu cítime príjemne. Mrzí nás, že mladšie generácie seniorov nemajú záujem byť členmi JDS, čo by bolo potrebné, lebo prišiel čas, aby aj mňa niekto nahradil. Ešte spome-



tieto posedenia sme si pripravovali vlastné programy. Tie, čo máme isku v oku, sme ostatných (ale aj seba) pobavili módnu prehliadkou, tancovaním zumby, spartakiádou, vedomostnou súťažou Milujem Slovensko (bez vedomia RTVS). Folklórne vystúpenie Hrabáčky sa páčilo aj na festivale Jeseň je dar v Zemianskych Kostolčanoch. Dokonca

niem pamätníčky, ktoré sú od založenia organizácie až doteraz členkami našej ZO JDS: Mária Krajčiová, Emília Hanusová, Jozefína Vrecková, Katarína Pánisová, Anna Kršková. Zároveň im touto cestou chceme poďakovať, že sú ešte stále medzi nami.

► **Irena Hnáťová**
predsedníčka ZO JDS Kostolná Ves

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

Myšlienka L. R. Hubbarda

Pomôcky: ATADO, AKI, KEA, OBST, ANOLA, SEI	cudzie mužské meno	1	otec	ruský súhlas	nepodľahlo	Autor: J. V.	obťažuje	obloha	kráča	predložka	poopadá- vala	2	stredomor- ský strom
otiepka, po španielsky						v hudbe jednohlasne							
náhla myšlienka						nevypil úplne úloha herca							
druh papagája				oseká bralo						sídlo v Japonsku sídlo v Kanade			
tam			časť vety štát v Ázii						patriaci Adovi onedlho				
používala zámeno oni								úsilie nafúkla					
lienila sa, po česky						dookola napil sa po zjedení niečoho							nízky múrik nad rímsou
Pravda	malátne kopaním uprav					prekonala ladiť, po česky							
snívajú					ženské meno čože, po česky						MPZ Egypta americký Indián		
novozé- landský papagáj				udrelo dychový hud. nástroj						priradovacia spojka ochmelilo			
opica			vrhnú fajčivo						protiklad jasný, po nemecky				
ponoril pod hladinu vody								krmna okopanina zbožná účta					
Pravda	zľava z ceny tovaru batoň					nárek odvážlivec						druh jemnej usne	črta
bokom						dával zrn do pôdy zn. peny do kúpeľa					EČV Nových Zámkov skutok		
skutočne					obyvateľ USA hrdlo								
usporiadaný rad vojakov				kvetina dorastajúca mládež					listnatý strom				
české mesto			hrdlačila konajme						inak				
Pravda	ovocie, po nemecky	rokliny zápisník s kalendá- rom											
oraním uber					zn. abcou- lombu šest, po taliansky								
hlupák						EČV Bratislavy	podmien- ková spojka						
3													
žiak 3. tiredy													

**Denník Pravda a prílohy,
ktoré poradia i zabavia**



Tajnička: Táraním neporazíš nikoho, len ak seba



**21. ročník
Celoslovenskej prehliadky
speváckych skupín JDS
Rožňava 2020**

► Foto: Tomáš Hromada

