



Máme veľkú radosť, že naša členka, dokonca podpredsedníčka klubu, dosiahla pekne umiestnenie v 19. ročníku Abilympiády Slovenského zväzu sclerosis multiplex. Potvrdením je i zmenšená veľkosť originálu diplomu. Dobrozrakí tam nájdú všetko potrebné a tí ostatní nám by mali veriť, že to je ozajstná pravda. Potvrdiť to môžu všetci prítomní na zasadnutí klubu, kde nám bol predstavený v originále.

Ale poďme pekne po poriadku, najprv sme sa oboznámili s tými, ktorí nás nechali pozdravovať, medzi ktorými boli aj tí, ktorí sa ospravedlnili z neúčasti a to či už z nemoci či iných súkromných pohnútok – jednoducho dali o sebe aspoň vedieť, čím dali najavo, že im na klube záleží, aby ostatní vedeli čo sa s nimi deje. Ala leží doma s chrípkou (tiež si mohla do postele vziať niekoho iného, ale čo už!) Evka Titusova je veľmi unavená po návštevách lekárov;

Božku stále trápi nôžka a Tonko je v čakani na operáciu žľazníka; Majka Vrábeľská stále nemá odvoz; Anička Benčíková je silne prechladnutá a tak má obavu, aby to nepreniesla na ostatných.

Dôležitým bodom nášho celoročného života sú 2% z odvedenej dane a hlavne poukávané na náš účet. K tomu je potrebný každoročný bod, a to spísanie notárskej zápisnice. Už druhým rokom je pre nás uľahčené, že nemusíme dokladovať všakovaké potvrdenia, dnes si ich vyzistí notár cez internet. My sme povinní dokladovať prípadné zmeny od predošlej Notárskej zápisnice, nakoľko sme u tej istej pani notárky. My sme museli dokladovať výsledky volieb orgánov riadiacich klub, nakoľko uplynula doba od posledných volieb. To všetko má za úlohu predseda klubu a to v termíne, vyžadujúcom legislatívou.

Ďalší bod sa týka obrázku z úvodu. Náš klub na 19. ročníku Abilympiády Slovenského zväzu sclerosis multiplex zastupovala Marika Duchoňová, a zastupovala nás úspešne, lebo v silnej konkurencii obsadila krásne druhé miesto. Všetci sme boli na ňu pyšní a gratulovali sme jej k úspechu. To však neskončilo, lebo najmä ženská časť prítomných bola zvedavá aká je to technika ten patchwork a ako si ona s tým poradila. Dokonca niektoré chceli poznať konkrétne kroky tejto techniky. Marika sa zvitla medzi spústu otázok a predsedovi tak trochu narušili program schôdze, no urobil to s radosťou, lebo by aj tak nad silnou časťou zaujímajúcej sa, nezvítal. Bolo to totiž také vyrušenie, ktoré zaujímalo všetkých a bolo to k veci bodu programu. Keď sa utíchol hŕf zaujímavých sa, prešiel predseda k ďalšiemu, nie menej zaujímavému bodu rokovania a to bol bod budúcich rekondičných pobytov.

Prvá a najdôležitejšia otázka bola, či vôbec budeme mať aspoň na jednu rekondíciu. Zatiaľ sme si vytipovali termíny a to v mesiaci jún 2024 v Dudinciach a september 2024 v Turčianskych Tepliciach. Predseda vysvetlil prečo sa zaoberáme vôbec termínmi, keď asi ani na jednu rekondíciu nemáme. Je to stará praktika, že ak by sa stal malý zázrak a do klubu by prišla finančná injekcia, my musíme byť pripravení a nie v chaosu veci narýchlo zháňať. Preto chápťe i nasledujúci bod rokovania so stanovením termínu. Ten sa týka všetkých našich členov klubu, ktorí by mali eventuálne záujem o rekondično-rehabilitačný pobyt jednak v Dudinciach a jednak v Turčianskych Tepliciach, **do 10. decembra 2023** tento záujem nahlásiť. Záujem nie je záväzný, je iba orientačný a ak sa vysporiadame s finančnou náročnosťou jednotlivých pobytov a to i ich ponukou, budem riešiť výber účastníkov obvyklou formou – výberom členmi výboru klubu.

Ono to vyzerá priskoro, no čas je taký neúprosný, že je potrebné sa zatiaľ zaoberať prípravou akcie Krok s SM roku 2024. Orientačne sme sa dohodli na tých najdôležitejších bodoch a potom sa to ešte len rozbúchalo a bolo zase fajn.

Opakovane predkladáme odsúhlasené termíny zasadnutia klubu a termíny zasadnutí klubu na

- I. polrok 2024 :**
- 09. januára 2024 (utorok 14,00)**
 - 13. februára 2024 (utorok 14,00)**
 - 12. marca 2024 (utorok 14,00)**
 - 09. apríla 2024 (utorok 14,00)**
 - 18. mája 2024 (sobota 10,00)**
 - (11.jún 2024) (Dudince) ??????**

Váš Tony

Všetko dobré prajeme oslávencom **novembrovým** : Dodino **Zelenák**, Anička **Benčíková**, Vierka **Herhová**, Zuzka **Mikulášiková**, Katarína Gassoumi

Zasadnutie nášho klubu bude **14. novembra 2023 o 14:00 hodine v miestnosti KOS Nitra, Fatranská ul.**

Naša identifikácia : IČO 355 90 700, DIČ 2021479724, Bankové spojenie : VÚB, a. s. pobočka Nitra, IBAN : SK82 0200 0000 0000 7723 0162, MV SR : VVS/1-900/90-9642

Zostavuje a vydáva Anton Suchan, predseda Klubu sclerosis multiplex Nitra, ako občasník. Nepredajné, výhradne pre členov Klubu SM Nitra. Text neprešiel jazykovou úpravou. Adresa klubu, 949 11 Nitra, Novomeského 3/5, telefón 0904 547 106, 0949 173 675. kontakt : www.ksmnr.sk suchan@ksmnr.sk Uzávierka čísla 02.11.2023.



Chi, chi, chi cha, cha cha ...

Rozprávajú sa dvaja postarší manželia na lavičke a manželka sa pritulí k manželovi a šepká mu do ucha : - Je veľmi milé, že i po päťdesiatich rokoch manželstva ma oslovuješ slovom láska!

Manžel rozpačite, no svedomite priznáva : - No, neviem sa totiž rozpamätať na tvoje meno!!!

Mladý pár sedí v reštaurácii a spolu sa baví. Mladík vyťahuje mobil a ukazuje v ňom svoju fotku, keď mal 4 roky. Slečna sa zahľadí a vraví mu : - No to je terno, ten tvoj vtáčik je asi veľmi odolný, vôbec sa za tie roky nezmenil!!

- Srdiečko, neklape nám to, rozvedme sa. Vraví manžel, manželke.

- Nie miláčik, zobral si si ma ako vdovu a ako vdovu ma aj opustiš. Odpovedá mu manželka!!

Uvedomelý občan nehundre, ide do lekárni, rozhlíadne sa pozorne sleduje, ktorého lieku je dostatok a uvedomele podľa toho ochorie!!!

Uvažuje jedna pani : - Odkedy som pribrala, už si nedávam ruky v bok, pretože by som vyzerala ako hrniec na zaváranie!?!

Môže mi niekto z vás vysvetliť čo je to ten zostatkový alkohol? Lebo u mňa nikdy žiaden alkohol nezostane!!

Napomína manželka manžela, aby nepobehoval v byte v slípoch, vraj príde návšteva. Manžel odpovedá : - A budem, aby videli aký som chudý, pretože nevaríš! Nato manželka odpovedá : - Tak si ich daj aj dole, aby videli prečo nevarím ...

Hm, hm, hm

Spartakiáda na Strahove - holá pravda.

Áno. Treba priznať, že je to propaganda. Ale tiež treba priznať, že už nikdy nebude tak bezpečné, radostné, bezta-rastné. Za cenu imaginárnej slobody a nezdravého obžerstva sme stratili všetko to, čo sme si nevážili, to je pokojný a bezpečný život. Stratili sme národnú hrdosť, stratili sme sociálne istoty, stratili sme domovy, fabriky, majetky, stratili sme štát. Zostali nám nesplateľné dlhy, zostali nám životné neistoty, strach a obavy z budúcnosti. Už nikdy sa nevráti to pekné, čo z nás robilo ľudí. Už nikdy sa nevrátia speváci, ktorí nás tešili svojimi piesňami a ďalší sa už nerodia. To čo produkuje dnešná doba, už nie sú speváci. Už nikdy nebudú takí skladatelia, spisovatelia, básnici. Veď 30 rokov žijeme len zo spomienok, starých piesní, starých filmov, hier a kabaretov. Novo sme sa zmohli len na stupídne nekonečné a plytké seriály podľa vzoru západnej prázdnoty. Skončili sme všetku minulú kinotéku s filmami z celého sveta. Sme neustále kŕmení len západnou propagandou a škvarovými americkými krvákmi z päťdesiatych a šesťdesiatych rokov. Už nikdy nebudujeme taký obrovský priemysel, huty, sklárne, chemičky, železnice, cesty, priehrady, elektrárne, bane. Už nikdy nepostavíme domy, ktoré budú finančne dostupné pre mladých ľudí, manželov, pre sociálne slabých. Všetko krásne sme zmenili za potľapkanie po chrbte od nových kapitalistických "priateľov" Môžeme jazdiť na dovolenku do celého sveta, obdivovať more a cudzie kraje, obdivovať pozlátko západného sveta a pritom sa vraciame späť do vykradnutého štátu, kde nám už nepatrí ani tá voda. Slepí a hluchí sme. A to ešte netušíme, že islamizácia pod taktovkou EÚ aj nám klope na dvere. Potom už bude dovŕšená a uzavretá naša životná púť. Cesta, na ktorej sme úplne zablúdili a predali do otroctva našich potomkov, synov, dcéry, vnukov. Opustili a zradili sme sami seba. TERAZ TO ROBÍ ASIATI A SVET SA DIVÍ A TLESKÁ IM ... Preposielam ... ale názor nech si urobí každý - a nielen pamätník - sám! Takí sme v usporiadanom štáte kedysi boli, snáď jediní vo svete! Všetci cvičili s radosťou, boli hrdí, že môžu ísť na celoštátnu spartakiádu do Prahy! Pár postrehov:

- 1) Dnešný režim by nemal ani na to, aby také množstvo osôb obliekol
- 2) Dnešný režim by nemal ani na to, aby také množstvo ľudí pozval
- 3) Dnešný režim nemá ani na to, aby dokázal taký veľký štadión prevádzkovať
- 4) Dnešný režim by nedokázal také veľké množstvo ľudí na miesto dopraviť a živiť
- 5) Dnešný režim by nedokázal postaviť stanové mestečko na Strahove, ktoré by dokázalo pojať také množstvo cvičencov. V tejto dobe už málokto vie, že Strahov bol svojho času najväčším štadiónom na svete. Posielam vám aspoň dve skladby z toľko zatracovanej a zosmiešňovanej Spartakiády – prvá skladba sa volá Poupata. Všimnite si, ako vtedy boli dievčatá štíhlejšie. To isté platí o vojakoch v tej druhej skladbe. Že by takto naklusali a zacvičili mnohí dnešní 19-20 roční mladí si ani neviem predstaviť. V TV to dnes samozrejme nevidíme. Namiesto toho tam dávajú samé filmy o vraždení, alebo relácie o tom, ako treba prijímať moslimov.

Mňam, mňam, mňam

ROBÍM HO UŽ LEN TÝMTO SPÔSOBOM: CHRUMKAVÝ ZVONKA, MÄKKÝ VNÚTRI

Máte chuť na niečo chrumkavé, ale nechcete jesť mäso? Tento recept na karfiol je pre vás! Je to skvelá alternatíva k mäsu, ktorá je nielen chutná, ale aj zdravá. A čo je najlepšie, je to veľmi jednoduché na prípravu. Takže, pripravte sa na to, že tento recept sa stane vašou novou obľúbenou pochúťkou!

RECEPT NA CHRUMKAVÝ KARFIOL: **INGREDIENCIE:** Karfiol: 1 kus, Voda: 1 pohár, Hladká pšeničná múka 110 g, Mletá červená paprika 4 g, Čili paprička 4 g, Kurkuma 4 g, Tymian 4 g, Mleté čierne korenie 4 g, Soľ 4 g, Vajcia 2 kusy, Mlieko 15 ml, Olej na vyprážanie

CHRUMKAVÝ KARFIOL – **POSTUP PRÍPRAVY:** Umyte a nakrájajte karfiol na široké plátky. V panvici privedte k varu 200 ml vody. Varíme plátky karfiolu 7-8 minút. Vyťahnite ho z vody. V miske zmiešajte všetky sypké prísady. V inej miske rozšľahajte vajcia s mliekom. Obaľte ho v múke, potom vo vajciach a znova v múke. Vyprážajte na oleji z oboch strán dozlatista. Podávajte so zeleninou a obľúbenou omáčkou.

VIDEO RECEPT: <https://youtu.be/bctyjQuIyx4>