

Tak som sa zamyslel

..... a stále, i pri písaní tohto článku sa neustále zamýšľam nad hlavnou témou týchto dní a tou je kandidátka na predsedu Slovenského zväzu sclerosis multiplex. Vraciam sa v myšlienkach do minulosti, premietam si rôzne udalosti, týkajúce sa nášho (dúfam, že môžem zatiaľ takto povedať) zväzu. Celkom, celkom na začiatku zrodu zväzu som nebol, ale prišiel som hneď „po otvorení“ a hneď som bol zasvätený do diania. Mnohé kroky sa mi nepáčili a tak som sa ohlásil (čoby verný niekdajšej prezývke „rebel“) a mal som záujem na dobrom napredovaní tohto spoločenstva, ktoré som s takým nadšením privítal, lebo dovtedy žiadne združenie či spoločenstvo zdravotne postihnutých na takéto ochorenie neexistovalo. Rozpoznal som dve skupiny ľudí, z ktorých jedna bola nadšená, plná elánu a dávala tomuto malému dieťaťku celé srdce, ba niekedy i viac. Mala víziu spoločenstva, ktoré bude chrániť zdravotne postihnutých na ochorenie sclerosis multiplex – ináč rečeno roztrúsenú sklerózu mozgo-miešnu. Nakoľko ochorenie začínalo byť frekventovanejšie, chcela táto skupina dostať viac do povedomia ostatných spoluobčanov informácie o tejto chorobe, o jej následkoch, ale i o tom, že väčšina postihnutých nechce doma plakať nad osudom a boriť sa nástrahami ochorenia. Táto skupina ma oslovila a bol som jej naklonený, snažil sa jej pomáhať a podporovať ju po každej stránke. Mal som už z predošlého pôsobenia určité vedomosti z riadenia ľudí, čo som považoval za veľmi dôležitú oblasť nielen tejto práce, ale v samotnom živote. Pretože kto má vzťah k vedeniu vozidla, počítača, papiera, živý či neživý hmot, nemusí mať ešte vzťah k človeku. A tento vzťah je v živote každého človeka nesmierne dôležitý, o čom sa presvedčame dennodenne či v autobusoch, predajniach, kultúrnych, športových podujatiach a najcitlivejšie v zdravotníctve, preto sme naň najviac citliví.

Druhá skupina sa mi javila tiež zanietená, bolo to však najmä vo verbálnej rovine. Výrečnosť, bombastičnosť a suverenita sa snúbili so záujmom pri rozdeľovaní funkcií. Už následná deľba práce s nejakým efektom, bola s radosťou prenechaná zástupcom prvej skupinky. Lenže prišlo k takej situácii, že adeptov na funkcie začalo byť nejakú viac ako bolo samotných funkcií. Nastal preto boj nie len o to málo hmotného statku, čo zväz mal, ale i samotné, hlavne čelné funkcie. Ešte sme sa riadne ani nerozbehli a už sme začali mať problémy, ktoré prerastali do veľkých rozmerov, čo malo samozrejme neblahé následky na samotný zväz a jeho reputáciu.

Čím ďalej tým viac som chodil na zasadnutia vedenia zväzu s väčšou a väčšou nechuťou, pretože mocenské záujmy prerastali do hrubého osočovania, urážok a nekonštruktívnosti. Bolo tam však ešte stále dosť ľudí, ktorým záležalo na zväze a nie jeho funkciách a tak som sa k nim pripájal. Dokázali sme spraviť aj pár vydarených akcií, stávali sa však terčom nemiestnej a hlavne nekonštruktívnej kritiky a posmeškovania.

Vtedy som sa ešte intenzívnejšie začal venovať klubu, ktorý som založil, aby sa podporila myšlienka, ktorá bola nosnou vo zväze - zaktivizovať čo najväčšie množstvo postihnutých a pomáhať si navzájom. Tie začiatky boli ťažké ako každé no-

vé začiatky, ale zmyslupnosť sa veľmi rýchlo prejavila a náš počet rástol a rástli sme i my všetci v klube, pretože to bol klub nás všetkých, so všetkými našimi radosťami, ale i so všetkými našimi starosťami a problémami.

Tak ako som sa tešil na naše stretnutia v klube a smutno mi bolo, keď sme museli končiť, tak som sa už prestal tešiť na zasadnutia zväzu a tešil som sa keď skončili.

Napriek tomu som sa tam vracal, aby som aspoň niečím, čo som vedel, pomohol, aby sme aspoň trochu eliminovali ten nedobrá trend, ktorý vo zväze zavládol, robiť si zo zväzu sluhu a nie slúžiť zväzu a tým preneseť všetkým jeho členom.

Našla sa iná skupinka ľudí, ktorá sa zaslúžila o reparáciu renomovaného zväzu a i tejto skupinke som bol nápomocný, pokiaľ to moje sily dovoľovali. Rokmi predsa len ich ubúdalo a kapacity sa znižovali. Stále som však mal v popredí náš klub, ktorý pekne rástol a dostával sa do povedomia širokej verejnosti a to jednak „per huba“ – teda chválou samotných členov vo svojom okolí, združovali sme totiž spoluobčanov zo širokého okolia bez ohľadu či boli z východu, stredy alebo západu Slovenska. Prichýlili sme ich pod naše krídla, lebo tých klubov v rámci Slovenska nebolo až tak veľa. Neskôr sa odčlenili a vytvorili si vlastné kluby. Poniectorí si to vážia ešte i dnes. Neskôr sa pridala tento „časopištek“, internet či webová stránka.

Som nesmierne hrdý na náš klub, ktorý nie je síce v kurze zväzu, ale je v kurze členov klubu a to mu dáva dušu a silu života. Máme i my v ňom starosti i problémy, ale otvoreným a čistým prístupom sme zatiaľ zažehnali všetky búrky a pracujeme s čistým stolom. Je pravdou, že všetkým sa nedá nikdy a nikde vyhovieť, záleží však na tom, ako sa ten, ktorý člen dokáže k predmetnému problému postaviť a aké zaujme stanovisko ako jedinec a aké stanovisko zaujme členská základňa.

Sily ubúdajú, kapacita sa znižuje, na druhej strane problémy narastajú. Nechcem stáť bokom od diania zväzu, ale nechcem sa postaviť ani bokom od diania v klube.

Na jednej strane ma zaväzuje vzťah a roky spoločne prežité v klube, ale na druhej strane ma zaväzuje dôvera veľkého počtu členov zväzu, ktorí ma dennodenne oslovujú a ktorý mi už núkajú i námety a pomoc, ak by som kandidoval na funkciu predsedu zväzu.

Je za tým však dosť veľa prekážok, o ktorých sme spoločne hovorili na klube a o ktorých sa bude písať v ďalšej rubrike.

Verte mi, všetci zainteresovaný, že budem hľadať najschodnejšiu cestu, prospešnú pre nás všetkých, v rámci mojich fyzických i psychických možností.

Váš Tony

ZOKLE - / ZO borské
KLE bety/

A začneme tým, čo ani nebolo na zasadnutí klubu, ale čo som sa dozvedel neskôr a čo sa nás bytostne týka, Neurologická nadácia Nitra, prostredníctvom pána prednostu Neurologickej kliniky FN Nitra, h.doc. MUDr. Miroslav Brozman, CSc., nám poskytli finančný dar vo výške 50 000,- Sk. Sme im zato

nesmierne vďační, že popri starostlivosti o naše zdravie sa starajú i o naše vyžitie v klube a súčasne ich chceme ubezpečiť, že prostriedky budú využité účelne a zmysluplne.

Zima, mráz, ľad a sneh, to bolo voľakedy naši priatelia, sa nástupom ochorenia stali nie veľmi želanými spoločníkmi. No a samozrejme i v deň nášho zasadnutia klubu, nás prišli navštíviť, i keď pozvánku sme im neposlali. To, že mnohí z nás majú pred nimi rešpekt je samozrejme a odzrkadlilo sa to i na účasti, ktorá však nakoniec vyšla v prospech domácich. Prečo? To bude v ďalšom.

Najprv si povieme o tých, ktorí sa ospravedlnili z neúčasti. Olinky z Uheriec, Janka s Vierkou, Peťo Kázmer, Katka, Norbi, Miloš s Majkou, Sonka s Vladkom, Vladka, Lacko a Emil si netrúfali do takého terénu, aký nám januárová príroda pripravila. Zuzke Petržalkovej sa rozpíchlí vodiči, jeden do práce a druhý za hranice. Mojmr s Majkou sa nedostanú z bytu a nie ešte do Nitry, ešte keby vraj bola celá trasa tak zrkadlovo zamrznutá ako je pred ich barakom, tak by si aj trúfli, veď Nitra je dolu kopcom. Ivetka s Naďkou sa necítili dobre, napriek tomu, že boli pod liekmi, alebo preto, že boli pod liekmi?

A prichádzame k spomínanému vyrovnaniu síl na ihrisku, lebo neprítomných bolo dosť a hostí sa nám nahrnulo skoro ako snehu, ibaže títo boli milší a vitaní. Prišla nás pozrieť pani MUDr. Procházková so zástupkyňou firmy Richter Gedeon pani Mgr. Bystrickou a priniesli nám bohaté občerstvenie (žeby kortešačka?), Veronika Frndová s Petrom Zemanom z Novozámockého klubu a adeptka lekárskej vedy slečna Košťálová, ktorá nám rozdala dotazníky, ktoré potrebuje k diplomovej práci, ktorú si zvolila na tému sclerosis multiplex. Poslednou novou tvárou medzi nami bola Evka Malinová, ktorá k nám prišla ako jedna z nás po prvý krát a vyzerá to tak, že chce aj zostať (zaplatila už aj členské, takých poriadnych máme radi).

V ďalšom sme sa zaoberali % pre tento rok. Predseda sa ospravedlnil, že nestihol zabezpečiť dostatočné množstvo podkladov, ale po operácii ruky je to trochu náročnejšie a komplikovanejšie. Čerstvá rana dávala o sebe vedieť i počas zasadnutia klubu. I písanie týchto klubovín je utrpením, lebo tým jedným prstom a ešte s netriafaním sa na správnu klávesu sú to galeje. Preto prosím o prepáčenie za chybu a ostatné nedostatky. Rysuje aj iné prevedenie klubovín ako ste zvyknutí, ak ich však chcete mať, musíte ich pre tento krát prijať i také. Vďaka synátorovi Alexandrovi, si tí čo majú možnosť dostať sa na vlastný alebo dostupný internet, môžu spomínané doklady stiahnuť z našej webovej stránky.

A prešlo sa k horúcej téme, kandidátke na predsedu zväzu. Predseda však pred samotnou debatou upozornil na niekoľko momentov, nad ktorými by sa bolo potrebné zamyslieť.

Po prvé to bolo zvláštne zasadnutie a rozhodnutie výkonného výboru hneď po pohrebe bývalého predsedu zväzu. Veď vzorový podpis nie je vstupenkou pre výkon funkcie predsedu zväzu. Predsedom zväzu sa mal stať iba legitímne zvolený člen výkonného výboru, tak ako to na kare poznamenal jeden z prítomných. Tomu sa mal vybaviť vzorový podpis a ten mal riadne dotiahnuť volebné obdobie riadne zvolených orgánov zväzu.

Po druhé, na základe zistených nedostatkov, teda to, že nik oprávnený nemá vzorový podpis, že sa volili funkcie, ktoré nie sú v stanovách, že máme orgány, ktoré nie sú zakotvené v stanovách s vymedzením kompetencií a pôsobnosti, del'ba kompetencií a práce vo vedení zväzu a ďalšie, by sa mali v prvom rade spracovať nové stanovy, ku ktorým by sa mali šancu vyjadriť všetci členovia a mali by vyznieť ako konsenzus väčšiny pre väčšinu. Keď bude toto pripravené, až potom

by sa mali vykonať riadne voľby do legitímnych orgánov zväzu. (Keďže to nebolo uskutočnené na riadnom zjazde v minulom roku, je možné uvažovať s mimoriadnym zjazdom, možno i formou rekondičného pobytu, rozhodne v bezbariérovom priestore alebo v priestore s minimálnou barierovosťou, za účasti riadne zvolených delegátov, podľa schváleného kl'úča.)

Po tretie, taká veľká organizácia, s takým rozsiahlym záberom, by si mala dať urobiť audit a to najmä ak má nastúpiť nové vedenie. V prípade nejakých nedostatkov, ktoré sa pri práci môžu bežne vyskytnúť, lebo legislatíva v našej krajine je ťažko sledovateľná, by tieto odstránili a vyvarovali sa ich do budúcnosti.

Po štvrté, nech bude zvolený ktokoľvek, nech nie je hodený do prúdu starostí a problémov, dosť nám ich nastoľuje ochorenie. Pri tejto úvahe stojí za zváženie, či pri vyššie spomínanej náročnosti, by nemal vykonávať funkciu predsedu človek bez výrazného zdravotného postihnutia. Otázne je jeho honorovanie, tak ako honorovanie ostatných výkonných členov výkonného výboru.

Po piate, zvážiť, či by naša organizácia nemala využívať formy styku s bankou internet bankingom. Je to operatívnejšie, pružnejšie, kontrolovateľnejšie i ekonomicky výhodnejšie. Rozhodne by sa malo vážne zamyslieť nad zavedením „internetizácie“ klubov, ktoré ju ešte nemajú a OPÁTOVNE APEL'UJEM na využívanie internetu tam, kde je už zavedený (prosím som o to aj na kare).

Po šieste, prečo predseda nedostal uzávery zo sedenia na kare a z výkonného výboru, keď boli adresované predsedom klubov. Alebo že by iba Nitrianskemu? Dostalo ich iba členka výkonného výboru a zástupkyňa II. Centra. Ako mala informovať ostatné kluby? Dať si ofotiť čo dostala a poslať to všetko na vlastné náklady? Toto nie je informovanosť, maximálne to možno hodnotiť ako účelový krok. Prečo nebol opätovne využitý internet, veď v listoch boli dosť závažné úlohy. Alebo aby nevznikli zase nejaké pripomienky? Tie však vznikli a budú vznikať, tomu sa nebude dať tak ľahko zabrániť, iba ak tak zrušením.

Po siedme a posledné, prečo nie je na zväzovej webovej stránke nič o Nitrianskom klube, keď sme písomné podklady poslali a ak by sa aj stratili, prečo nie je z webovej stránky zväzu odkaz na webovú stránku Nitrianskeho klubu, ktorá existuje už veľa rokov.

Mnohé veci by mali nadobro zmiznúť z nášho života, lebo našu prácu nesmieme brať ako súperenie a rozpletať lano, ktorým chceme ťahať tú káru životom. Lebo ten kto rozpletie veľké lano a uchytiť si jeden jeho malý pramienok, bude síce chvíľu vpredu, ale časom sa tá nitka roztrhne a pokazí sa celé dielo, na ktorom pracuje veľa iných ľudí. A ak nejaké súperenie, tak iba na poli súťaží na rekondičných pobytov alebo získavania darcov 2 percent, ktoré v konečnom dôsledku využijeme všetci spoločne. Verím, že nakoniec zvíťazí realnosť po zhodnotení vlastných síl a síl najbližšieho okolia, ktoré musí byť pevné, vytrvalé a trpezlivé.

Keď budú chcieť vyhrávať a profitovať jedinci, padneme všetci ako celok.

Pripravili a dohodli sme sa na voľbách klubových orgánov na marcovom zasadnutí klubu. Dovtedy je potrebné predložiť návrhy na členov výboru, predsedu klubu, člena povereného kontrolou, zástupcu do centra (ak to bude fungovať) a člena do výkonného výboru zväzu. Voľby budú verejné.

Odobrili sme termíny kerondičných pobytov pre rok 2006.

List z internetu ohľadne osobnej asistencie – pripomienkovanie posúdi Jožinko, ktorý má v tejto oblasti bohaté skúsenosti, najmä v boji s administratívou.

Druhý list z internetu sa týkal INAKOVOSTI, ktorý sme bez pripomienok podporili.

Prebehli sme stavy finančných prostriedkov na oboch účtoch.

Oboznámili sme sa so zverejnením použitia finančných prostriedkov z 2 % v Obchodnom vestníku.

Prezreli sme ďalšie vianočné a novoročné pozdravy.

Jožinko si zobral za svoje, moju repliku k informácii ohľadne klubových tričiek. Navštívil firmu a priniesol katalógy, je iba na nás, aby sme si vybrali materiál. Zaujali aj čiapky, ktoré by sme tiež objednali, nie však v takom počte ako tričká.

Potom nastalo presvedčanie predsedu klubu hosťami o potrebe prijať kandidátku. A ostatní sa bavili o všelijakých problémoch, a predseda im tak trochu závidel, ešte že ho bolela tá operovaná ruka, proste bolo to pre niektorých náročné a vyčerpávajúce.

Vyskúšajte – ochutnajte !

ZORE – ZOberské REcepty.

1 PL = jedna polievková lyžica

1 ČL = jedna čajová lyžička

1 KL = kávová lyžička

1 Š = jedna šálka

Banánovo nivová nátierka

400 g syra s modrou plesňou, 4 mäksie banány, sol', 4 lyžice masla, nadrobno posekané vlašské orechy. Syr necháme zmäknúť a dáme do mixéra. Pridáme na kolieska pokrájané, ošúpané banány, maslo, posekané orechy. Zmes rozmixujeme a dochutíme soľou. Natierame na opečené hrianky.

Majonéza s plesňového syra

0,03 dl horčice, 0,03 dl kryštálového cukru, kajenské korenie, 1 žltok, 0,17 dl olivového oleja, 0,15 dl citrónovej šťavy, 100 g syra s modrou plesňou. Zmiešame horčicu, cukor, korenie a primiešame žltok. Po kvapkách pridávame olej až je zmes veľmi hustá. Primiešame citrónovú šťavu a syr.

Omáčka z plesňového syra

200 g syra s modrou plesňou, 200 g tvrdého syra, 3 strúčiky cesnaku, 1 šľahačkovú smotanu, kúsok masla. V panvici roztopíme masla, pridáme smotanu, postrúhaný tvrdý syr a postrúhaný plesňový syr. Keď sa syr roztopí pridáme prelisovaný cesnak a odstavíme. Podávame s cestovinami a hlávkovým šalátom.

Tak trochu z iného súdka :

Orechy – nenápadní spojenci

V zimnom období možno častejšie ako inokedy ležia na stole orechy. A tak sa vás pokúsím nahovoriť, aby ste sa do nich s chuťou pustili

Každý vie, že orechy sú mastné (preto vylúpané orechy opatrujte v chladničke a väčšie množstvo dokonca v mrazničke) a mnoho ľudí sa ich preto bojí. To vôbec netreba. 100 g vlašských orechov síce obsahuje asi 2700 kJ a môžu za to najmä tuky (tvoria asi 60%), ale objavy z posledných rokov posúvajú orechy do kategórie potravín, ktoré by sme mali rozhodne

konzumovať každý deň. Takže, tých tukov sa netreba báť, pretože sú to tie najlepšie tuky, aké sa v prírode vyskytujú a ich vplyv na zdravie je rovnako priaznivý ako vplyv olív a olivového oleja. Mediteránna strava sa dnes propaguje ako ideálny model stravovania z hľadiska prevencie aterosklerózy. Olivový olej, zelenina, chlieb, syry, chudé mäso... Jedna nedávna španielska štúdia však zistila, že keď sa k takejto tradičnej strave pridajú orechy, jej protisklerotický účinok je ešte silnejší. Orechy obsahujú nielen kvalitné tuky (9% mononenasýtených a 47% polynenasýtených mastných kyselín), ale tiež vlákninu, veľa vitamínu E, draslík (440 mg/100 g), horčík a arginín (aminokyselina, z ktorej vzniká látka s priaznivým účinkom na cievy). Toto všetko spôsobuje, že pravidelná konzumácia orechov znižuje hladinu celkového i „zlého“ LDL cholesterolu, triglyceridov, mierne zvyšuje hladinu „dobrého“ HDL cholesterolu a poskytuje silnú antioxidačnú ochranu. Za posledné 3 roky bolo publikovaných niekoľko významných prác, ktoré priniesli zaujímavé zistenie: ľudia, ktorí konzumujú denne aspoň 30 g orechov (najúčinnnejšie sú vlašské orechy a mandle), majú iba takmer polovičné riziko, že im ateroskleróza upchá cievy v srdci. Nie je to jednoduché? Stačí, ak si každý deň doprajete za hrst' - dve orechov a už bez toho, aby ste nejako inak zásadne menili svoj jedálny lístok, znížite svoje aktuálne riziko ischemickej choroby srdca na polovicu. Je to vôbec možné?! Ak budete dôslední, už kontrola cholesterolu o niekoľko týždňov môže ukázať prvé výsledky.

Ďalší dôvod pre potešenie z orechov začína odhaľovať aj výskum rakoviny: mandle bránia vzniku rakoviny hrubého čreva u laboratórných zvierat. Zatiaľ nevieme, či rovnako pôsobia aj na človeka, ale nič predsa nemôžeme stratiť!

„Dobre, presvedčili ste ma. Začnem jesť orechy každý deň, ALE nepriberiem z nich?“ Môžem vám znovu odpovedať výsledkami výskumov, ktoré sú momentálne k dispozícii, z krátkodobého hľadiska je nárast hmotnosti pri pravidelnej konzumácii orechov v dávke až 50 g denne zanedbateľný (priemerne 0,4 kg za 6 mesiacov). Navyše, priberanie na hmotnosti sa pozorovalo len u ľudí, ktorí mali na začiatku sledovania najnižšiu hmotnosť. Naopak, ženy s miernou nadváhou schudli v rovnakom období priemerne 0,5 kg (bez akejkoľvek ambície chudnúť!).

A ešte niečo, dajte si pozor, aby ktosi bez vášho vedomia neurobil z orechov, ktorými sa chystáte chrániť svoje srdce, vypráženú a posolenú srdcervúcu provokáciu.

MUDr. Igor Bukovský, PhD.

Ambulancia klinickej výživy

ZOFT, ZOberské FTipovisko

Jedného dna preruší 10 ročná dcéra tichosť pri večernom stole slovami :

"Už nie som Panna!"

Po týchto slovách sa v dome rozleje nepríjemné mlčanie. O niečo neskôr kričí otec na matku :

"Marta, ty si tomuto na vine! Vždy sa tak frivolne obliekaš a motáš chlapom neustále hlavy! A okrem toho neuveriteľne obscénne kľáješ pred malou!"

Potom sa otočí k 20 ročnej staršej dcére :

"A ty, ty si tiež spoluvinná! Rozdávaš si to s každým na gauči v obývačke, len čo odídeme z domu! A to aj pred očami tvojej mladšej sestry! A ver tomu, že viem, že máš vibrátor v nočnom stolíku!"

Matka kričí späť na otca :

"Ale drž hubu! Práve ty sa rozčuľuješ?! Ved' vždy minieš polku výplaty na kur.. a odkedy máme doma káblovku, pozeráš stále len porno, tiež pred očami tvojej mladšej dcéry! A nehovoriac o tvojej sekretárke, ktorá ťa neustále fajčí.....!"

Rozpačitá a zúfala matka sa otočí k malej dcérke a pýta sa :

"Ale miláčik môj, ako sa to stalo? Bolo to análne alebo vaginálne? Bola si znásilnená alebo si spala so spolužiakom?"

Malá dcérka udivenie odpovie :

„Ale nie mami. Pani učiteľka vymenila moju rolu vo vianočnom divadle z Panny na pastierku!“

Rozhovor kamarátov:

-Čo by si si vybral? Raz sa vyspať s Katkou, alebo dvakrát s Lenkou?

-Katka je Katka, ale dvakrát je dvakrát...

„Drahá odpusť mi, že som minulý týždeň k Tebe neprišiel, ale bol som piť a nemohol som dva dni prísť k sebe, nieto ešte k Tebe...“

-Pán doktor, nemôžem piť.

-Dajte sem, ja to vypijem!

- Aký je rozdiel medzi slovenským a kanadským drevorubačom?

- Žiadny. Každý si za týždeň zarobí na cestu do Bratislavy.

- S čím sa hrajú deti medzi kolajnicami?

- So životom.

V školskej jedálni si prisadol študent k profesorovi a ten hovorí :

- Prasa si nezaslúži, aby sedelo s labuťou.

Študent sa postavil s odpoveďou :

- Tak ja letím.

Čím samozrejme pána profesora našťoval a ten sa rozhodol, že mu dá zabrat' pri skúškach. Bohužiaľ pre neho, študent na všetko odpovedal bezchybne.

Preto mu dal ešte jednu otázku :

- Keby ste si mohli vybrať z dvoch vriec, v jednom by bolo zlato a v druhom rozum, ktoré by ste si vybrali? Študent po chvíli hovorí, že by si zobral to so zlatom. Profesor víťazoslávne :

- No vidíte, a ja by som si vybral to s tým rozumom. Študent neváha :

- Ved' áno, každý si vyberie to, čo mu chýba.

Profesor už je tak vytočený, že na študentov index napíše BL-BEC a pošle ho preč. Študent odchádza bez toho, aby sa pozrel na hodnotenie a za chvíľu sa vráti :

- Pán profesor, vy ste sa mi tu síce podpísali, ale nenapísali ste mi žiadnu známku...

Vybraté z korešpondencie :

Milý Tonko!

Prepáč, že som sa neozvala skôr, ale pri mojej dcére som sa dostala k internetu až teraz. Ďakujem za tlačivá, budem sa zase snažiť získať čo najviac ľudí a od nich čo najviac peňazkov pre náš klub. Pozdravujem teba i celú rodinku. Ahoj.

Soňa

I pre budúcnosť, i pre istotu, naša administratívna identifikácia :

IČO 355 90 700

DIČ 2021479724

Bankové spojenie :

VÚB, a. s. pobočka Nitra,

č. ú. 77230162/0200

Nezabúdame

V mesiaci **f e b r u á r 2 0 0 6**
s l á v i a

Narodeniny :

1.2. Mírka Kohoutová

6.2. Ivetka Péterová ****

16.2. Marcel Smolica

18.2. Pavel Borbély

26.2. Lydka Michaličková

Gratulujeme a prajeme veľa jasných dní prehriatych slnkom a láskou pri dobrom zdraví a vzájomnom porozumení.

Môžete nás kontaktovať i cez internet na klubových **email – adresách :**

suchan@ksmnr.sk

suchanton@gmail.com

ksmnr@nr.psg.sk

a nájsť na webovej stránke :

www.ksmnr.sk

!!! Dovoľujeme si Vás všetkých pozvať na zasadnutie nášho klubu, ktoré sa uskutoční, dňa 22. februára 2006 /streda/ o 15.00 hodine na ul. Ľ. Okánika č. 6/A v Nitre – Chrenovej I., v zasadačke Klubu dôchodcov a v priestoroch Zväzu telesne postihnutých a vozičkárov.

Zoborské kluboviny zostavuje a vydáva Anton Suchan, predseda Klubu sclerosis multiplex Nitra, ako občasník Klubu sclerosis multiplex Nitra. Nepredajné, výhradne pre členov Klubu SM Nitra. Text neprešiel jazykovou úpravou. Príspevky zasielajte na adresu predsedu klubu, Anton Suchan, 949 11 Nitra, Novomeského 3/5 resp. cestou internetu, alebo telefonicky na číslo 037/773 22 99, 0904 547 106, 0915 841 006. Nevyžiadané príspevky nevraciam. Uzávierka čísla 12.2.2006.