



Z o b o r s k é k l u b o v i n y

ročník VIII.

j ú n 2006

číslo 6

Tak som sa zamyslel

..... nad riadkami jedného článku, v ktorom bolo naznačené orientovanie svojej mysle k niečomu inému, ako k zvažovaniu viny za to čo sa udialo na druhých.

Mne ale hneď napadla myšlienka, že ani sypanie si popola na hlavu, teda brať na seba všetky viny, nie je najsprávnejšie riešenie.

Vybavilo sa mi to pri jednej, resp. dvoch skúsenostiach u známych, ktorí svojho potomka, keď nebol úspešný pri určitej akcii, vykarhali, že zato môže on sám. Druhý krát, keď sa pochválil s dosiahnutým úspechom, ho pochválili s tým, že k tomu mu dopomohla „vyššia moc“. Z môjho pohľadu to bolo maximálne nečestné voči tomu dieťaťu, lebo jeho snahu uspieť prebral niekto iný. Za chybu mohol on, za úspech niekto iný. To je maximálne nemotivačné a nepedagogické.

Obdobne je tomu i u nás a to už či v hodnotení seba samého, alebo z pohľadu druhých. Chorobu sme si zapríčinili sami svojim nedobrym postojom k životu, alebo našou chorobou trpíme vraj za chyby niekoho iného. Myslím si, že i toto je zavádzajúce a demotivačné. Pôvod nášho ochorenia nevedia „vypátrať“ ani odborníci z celého sveta. Určite by sa orientovali i na túto oblasť, ale i oni veria, že to v niečom inom. Je však veľa ľudí, ktorí veria i tejto verzii a nezaslievam im to, lebo možno je pre nich ľahšie takto odložiť problém a nevenovať sa mu.

Myslím si totiž, že ak takýto človek verí tejto verzii, potom neverí, že on sám môže problému pomôcť, keď je to v rukách niekoho iného. Má pocit, že každá aktivita je zbytočná, lebo jeho osud je riadený inou silou. Náboženstvo a svetonázor treba v tomto ohľade nechať bokom, neviniť nikoho. Keď myslím nikoho, tak myslím druhých, ale hlavne i seba samého. Sypaním si popola na hlavu iba zastierame možnosť aktivovať sa a pomôcť si, keď i len trochu. Použijeme vieru na pomoc sebe samému, ale i svojmu okoliu. Verme spolu s kýmkoľvek, koho si k tomu prizveme, že či už sám alebo spoločne, dokážeme veľa. Keď hovorím veľa, tak myslím i utrenie si potu, napitie sa, posadenie sa, očesanie sa, a mnoho iného. Pozná to ten, ktorému tieto úkony už raz neboli dopriate.

Určite by sme nemali zabúdať na svojho lekára, poradiť sa s ním, mať k nemu plnú dôveru, pochváliť sa mu s pokrokmi, ktoré sme sami dosiahli. Ved' i jeho touto aktivitou motivujeme, lebo on prvý vie v akom štádiu je lekárska veda pri liečení nášho ochorenia.

Verme a pochváľme sa svojim priateľom, svojim najbližším, aby videli, že i keď to telo vyzerá, že sa nechce hýbať, je v ňom ešte kusisko života, kusisko nás.

Naše myšlienky sú stále živé, sú stále aktívne a my by sme ich mali smerovať k aktivite celého nášho ja. Nemali by sme sa brániť každej aktivite, ktorá nám je ponúkaná zvonku. Nehľadajme za ňou nič nekalé, pozerať sa na ňu ako pomoc, ktorá je myslená úprimne a od srdca. Preto si každú takúto ponuku vážme a majme ju v úcte. Ved' taká finančná pomoc ľudí, ktorí nám ju poskytnú, je daná zo srdca, lebo darca verí, že ju využijeme na dobro pre seba. Že bude motivačná a nebude to iba čiastka zaznačená vo finančnom denníku. Preto bud'me vďační samotnému darcovi, ale bud'me vďační i tým, ktorí umožnili ostatným, takýto darček poskytnúť. To, že možno tým istým, by sme mali čo vyčítať po iných, a možno i dôležitejších stránkach, nech nie je pre nás dôvodom vidieť všetko v čiernej farbe. Bud'me vďační sami sebe, že sme sa zaktivizovali a hľadali takých ľudí, ktorí majú čítanie s nami. Tú aktivitu sme nerobili preto, aby sme súperili s inými, aby sme pri našom väčšom úspechu to poukazovali tým, ktorým sa tak veľmi nedarilo. Ved' oni sú tiež chorí na to isté ochorenie a my veríme, že keby mali také možnosti ako my, určite by dosiahli to čo my a možno i ešte viac.

Bud'me solidárni medzi sebou, tak ako žiadame určitú solidaritu v hmotnom zabezpečení pri základných životných realitách.

Bud'me solidárni aspoň v takej oblasti, kde to môžeme, a to je oblasť vďačnosti, rozdávaní radosti spokojnosti do okolia, a ak má niektorý z nás smútok na duši, rozoberme si ho na viacero drobnejších kúskov, ktoré nám neublížia, ale smútiaceho odľahčia. Ten smútok môže byť rôzneho rázu, ktorý by sme nemali rozoberať a špikovať. Môže to viac ublížiť ako pomôcť. Ponúknime svoju pomoc a trepezlivo čakajme na odozvu. Hľadajme čo najjemnejšiu formu ponuky, aby bolo jasné, že chceme aj ten problém čo najjemnejšie odstrániť.

Preto má zmysel vytvárať spoločné združenia, v ktorých sa môže všetko spomínané zrealizovať do skutočnej podoby. Formy realizácie sú špecifické pre tú, ktorú skupinku. Netreba sa obzerať ako to robia iní, treba sa sústrediť na vlastné podmienky a v nich sa orientovať, využívať ich pre dobro seba i ostatných členov skupinky. A ak sa chceme obzrieť na druhých, tak iba z toho dôvodu, či by niečo z toho, čo oni uplatňujú, nebolo možné využiť i v našich pod-

mienkach. Ale to chce sa pozerat' na nich ako na partnerov a nie súperov. Lebo naša výhra bude zmysluplná iba vtedy, keď si budeme navzájom pomáhať a mať jeden druhého v úcte a láske.

Váš Tony

ZOKLE - / ZO borské
KLE bety/

No teda deň a ešte i ráno, pred našim stretnutím to nevyzeralo veľmi sľubne. Dážď a mraky neveštili nič dobré. Sila túžba stretnúť sa bola však asi väčšia a tak doobedňajšie slniečko vykuklo spoza mrakov a zvíťazilo nad nimi. Pomohol mu veľmi vetrik, ktorý beťár bol tak zvedavý čo tí Nitrianski klubisti budú stvárať, že sa mu ani nechcelo odísť a tak nás „obšťastňoval“ po celý čas.

My sme najprv oťukávali nové prostredie, v ktorom nás vítala usmievavá tvár pána domovníka, ktorý sa ihneď zaujímal, či bude dostatočné množstvo stolov a stoličiek. Vzhľadom na predošlý vývoj počasia, sme si mysleli, že bude všetkého dostatok. Teda všetkého ostatného bolo dostatok, ale stolov a stoličiek chýbalo čím ďalej tým viac s pribúdajúcim časom. Miestnosť sa naplňala, ale naši chlapi za pomoci pána domovníka (dúfam, že som ho pomenovaním nejako nedegradoval) zvládali situáciu na jednotku. Trochu sa tým pádom oneskoril oficiálny začiatok, čo však nič nezmenilo na veci, lebo medzi tým sa rozkladali na stoly dobroty z rôznych končín a od výmyslu sveta. Ivetka so svojou bandičkou oslávila svoje meniny najprv s nami a až neskôr v kruhu celej rodinky. Vážime si to a poniektorí vážili ešte viac, lebo tie zákusky vyzerali famózne. Určite tak, ako dobrôtky z Rybníka (to nie je pravopisná chyba), chrenovské pukance, či Nadľkou zabezpečené chlebičky.

Noví priestory s nami testovala aj návšteva z Trnavského klubu a treba pripomenúť, že perfektne zapadli do kolektívu, čo potvrdili i vo všetkých disciplínach, ktoré boli nosným bodom nášho stretnutia.

My sme si totiž Krok s SM usporiadali po svojom, už i s ohľadom na miesto konania, ktoré sme ešte nemali otestované, ale i samotnou myšlienkou – „Najprv skús urobiť krok s roztrúsenou sklerózou sám a potom žiadaj pomoc druhých!“. Ten krok je totiž v čomkoľvek, čo podporuje aktivitu a tým mu pomáha a samozrejme, môže to byť, ba dokonca je žiaduce, aby to bol krok ozajstný a aby tých krokov bolo čo najviac. K tomu je samozrejme ten prvý, najdôležitejší krok – chcieť. Tí, ktorí tam prišli, určite boli tí, ktorí chcú a dobrý pocit z účasti určite nebol jediným dobrým pocitom.

Mysleli sme však i na tých, ktorí sa nemohli tešiť s nami priamo, ale boli s nami spojení na diaľku, lebo dali vedieť, že im okolnosti bránia stretnutiu s nami. Klasicky to bola Anka Kanevová, Malacké trio, ktoré nemalo vodiča, Katka so Zuzkou –maminou a Norbim, dávali do poriadku prerobený byt v Petržalke, Zuzka Petržalková trvalo bývajúca nemala šoféra. Smútok v hlase bol cítiť i u Iva Bíru, Lacinka, Majky Žochárky, Janky Poetky, Majky Vrábľanky a dua M+M Prešbursko-Laugarciovského.

Ešte jedna radosť bola medzi nami, bol ňou malý Danielov Lukáško s maminkou. Tak intenzívne súťažil, že prvý únavou zaspinkal a vôbec mu nevadil okolitý hurhaj.

Najprv sme si vybavili formality akými bola informácia o pozvaní resp. účasti na niektorých podobných akciách ostatných klubov, napr. Nové Zámky, Vranov nad Topľou, Piešťany, Zvolen či Trnava. Všetkým ďakujeme za pozvanie, žiaľ nie všade sa nám podarilo zabezpečiť účasť nášho klubu, ale môžeme všetkých uistiť, že sme myšlienkou boli so všetkými, ktorí to s nami myslia dobre. Všetko to dobro im určite i s prídavkom posielame.

Prebehli sme rekondíciu v Malých Bieliciach, zabezpečenie objednávky, počet, ubytovanie, ktoré po definitívnom spracovaní odovzdá predseda vedúcemu rekondície, Jožkovi Hrubému. Strava sa bude hradiť v hotovosti, ostatné internet bankingom. Pri takom počte aký je prihlásený, budú zabezpečené dodávateľsky i raňajky. Začíname v pondelok obedom a obedom i končíme v nedeľu.

Druhá prejednáváná rekondícia, bola ešte iba pripravovaná, ktorá však sa teší veľkému záujmu a tak dúfajme, že dobre dopadne. Veľa iných klubov to už majú odskúšané a chvália si. Predseda nadviazal už v minulosti na získaný kontakt, využil informácie Jožka prieskumníka, ktorý bol na tvári miesta a dohodli sme si termín, ktorí obdržali všetci členovia klubu v minulých klubovinách.

Treťou bola už uskutočnená rekondícia v Hokovciach, ktorú môžeme z celkového pohľadu hodnotiť ako úspešnú, napriek tomu, že počasie nebolo až také stopercentné. Vynahradiť to vnútorné prostredie, kde stále pretrvávajú radosť z našej účasti a celé zariadenie nám vychádza maximálne v ústrety. Poďakovanie patrí Ingridke, ktorá bola vedúcou.

Predseda informoval o chystaných klubových tričkách, perách a žetónoch. Zamietnuté boli čiapky so znakom klubu.

K petícii, ktorú nám doručili z Prešovského klubu sme sa vyjadrili iba toľko, že predmetnú problematiku nepoznáme a tým pádom nezaujímame žiadne stanovisko. Do budúcnosti, ak by niekto chcel od nás nejaké stanovisko, musí nás seriózne a zaručene pravdivo o problematike informovať a dať nám čas na rozmyslenie či jeho uskutočnenie. Zároveň si myslíme, že takéto niečo by malo vyjsť z vedenia zväzu, aby nedochádzalo k nejakým nekoordinovaným akciám.

Z rýchlika bola podaná informácia o uzáveroch valného zhromaždenia, o ktorej sme sa operatívne tento krát dozvedeli od novozvolenej predsedníčky zväzu.

Republiková špecifická organizácia SZTP ťažko telesne postihnutých a vozičkárov v Nitre, nám ponúkla možnosť účasti na Kurze na obsluhu PC pre telesne postihnutých respondentov. Zo zúčastnených nemal nik záujem, ak by bol od iných, treba sa nakontaktovať na „ponúkačov“ na č. t. 037 733 51 00, a následne na predsedu klubu.

No a prišlo to najhlavnejšie. Evka Tulinská s Titusom pre nás pripravili súťažno-motivačné disciplíny. Využili nové prostredie a KROKMI okolo neho, otestovali na nás pozorovací schopnosť. Predtým sme však boli rozdelení do dvoch základných družstiev a aby sme sa nepomiešali navzájom, boli sme označovaní samolepiacimi lístočkami. Po rozdýchaní sa, dievčatá si mali vybrať z vrecúška vtáčiky a chlapci guľka. Musím upozorniť, že to boli balóniky v opísaných tvaroch. Úlohou bolo, aby dievčatá nafúkali čo najväčších vtákov a chlapci čo najväčšie gule. Predsedovi jedna guľa tak buchla, že 1 sekundu nepočul. Ostatní sa medzi sebou vychvaľovali, ktorí má akého či akú veľkú. Ako by tých gúl nebolo dosť, vedúci družstiev vyfasovali rumbagule a za pochodu, niektorí i za spevu, sme sa premiestnili na ďalšie miesto súťaženia. Pritom si každý držal to svoje nafúkané. Nasledujúca úloha bola hľadať v okolitej prírode, čo tam nepatrí a všetko to bolo potrebné pozbierať. Trnavčanky naučené na sladkú vôňu Figara, vyrazili do terénu a zožali najväčšiu úrodu. Hľadali sme a hľadali, ale i tak sme všetko nenašli, tak to bolo rafinované (asi to boli sladkosti z rafinovaného cukru) skryté, že nakoniec samotní „skrývači“ mali čo robiť, aby nič nenechali vtáčikom alebo kryšám. Uľahani, rozosmiati ale nekonečne šťastní sme zaparkovali v našej klubovni, kde sme sa posilnili dobrotami „Stolčeka prestri sa“. Tí, resp. tie, ktorým zostalo trochu síl, obslúžili ostatných kávičkou či čajom. Vládla tam výborná nálada a nik neľutoval, že sa tejto akcie zúčastnil. Predseda bol taktiež šťastný, lebo videl na tvárach všetkých spokojnosť a pohodu. Opäť sme spolu niečo viac dokázali. Vážime si účasť každého, ale Marcel prišiel za najbojovnejších podmienok a ani Stanko to nemal také ľahké. Ďakujem vám všetkým za krásne prežitú časť dňa, v ktorom nepodpísaným účastníkom bolo i počasie, lebo okrem toho vetrika, sa k nám zachovalo priateľsky.

Vyskúšajte – ochutnajte !

ZORE – ZOborské REcepty.

1 PL = jedna polievková lyžica
1 ČL = jedna čajová lyžička
1 Š = jedna šálka

Niečo po čom sa zaprášilo na poslednom našom zasadnutí a KROKOVANÍ, od family Valachy :

Krémové makové rezy

5 vajec, 250 g kryštálového cukru, 200 g maku (nemletý), 5 PL vody, 150 g hladkej múky, ½ kypriaceho prášku.

Bielky vyšľaháme, postupne primiešame cukor, vodu, žĺtky, mak, múku a prášok do pečiva. Plech vymastíme olejom, posypeme múkou a vylejeme cesto. Rovnomerne rozotrieme a upečieme.

KRÉM

500 ml mlieka, rum, 2 Zlaté klasas, 250 g masla (HERA), 3 PL práškového cukru, 1 vanilínový cukor

Z mlieka, trocha rumu a Zlatých klasov uvaríme puding. Do vychladnutého postupne zapracujeme maslo, vymiešané s práškovým a vanilínovým cukrom.

Krém natrieme na vychladnutý koláč. Dáme na chvíľu stuhnúť do chladničky.

POLEVA (citrónová)

250 g práškového cukru, 2 – 3 PL vriacej vody, 2 PL citrónovej šťavy.

Všetko spolu vymiešame a natrieme na krém. Nôž namáčame do teplej vody a tak rozotierame. Namiesto citrónovej šťavy môžeme dať napr. pomarančový SUNQUICK.

ZOFT, ZOborské FTipovisko

Príde ožratý chlapík do predajne lahôdok a hovorí :

- Prosím vás... Hik... Máte okenu?

- Nie.

- A to si hovoríte lahôdky?

Pýta sa okoloidúci pán opilca, ktorý práve vyšiel z baru :

- Čo vás tak núti opíjať sa?

- "Nič", hovorí opýtaný, "ja som dobrovoľník!"

Denník Američana na Slovensku:

Pondelok - pijem s Východniarmi

Utorok - skoro som zomrel

Streda - zase pijem s Východniarmi...

Štvrtok - lutujem, že som nezomrel v utorok ...

Dnes ráno som bol v pekárni. Bol som tam 5 minút. Keď som vyšiel von, stála tam policajtká a akurát vypisovala blokovú pokutu. Tak som šiel k nej a povedal jej:

"Ale no tak, zlato, to takému fešákovi ako som ja, nemôžeš dopriať ani malú prestávku?"

Ignorovala ma a ďalej vypisovala pokutu. Nazval som ju nenažranou policajtkou. Pozrela sa na mňa a začala vypisovať ďalšiu pokutu za ojazdené pneumatiky. Tak som ju nazval hlúpu štetkou. Tu začala písať tretiu pokutu! Tak to išlo ďalších 20 minút. Čím viac som jej nadával, tým viac pokút napísala...

Mne to bolo ale jedno... Ja som tam bol peši.

Neskoro večer stojí generálny riaditeľ pri skartovacke, okolo neho ide mladý zamestnanec. Riaditeľ hovorí:

- Prosím vás, držím v ruke veľmi citlivý a dôležitý dokument a moja sekretárka už išla domov. Môžete mi pomôcť s týmto zariadením?

- Samozrejme. - odpovie mladý, zapne skartovacku, vloží papier a stlačí "Štart".

- Veľmi pekne ďakujem. Budem potrebovať 3 kópie!

Odborníci **bijú** **na** **poplach** **!!!!!!**
17% všetkých automobilových nešťastí je spôsobených opitými vodičmi. To svedčí o tom, že 83% všetkých automobilových nehôd je zapríčinených triezvymi vodičmi. TO JE STRASNE!!! Prečo tie triezve hovädá nezmiznú z cestnej premávky? Naša bezpečnosť na cestách by tak vzrástla o 400%.

Príde nová učiteľka zemepisu do školy. Otvorí dvere do triedy, postaví sa pred žiakmi a začne: - Deti, chcela by som vám porozprávať... Deti začnú hádzať do nej papieriky a kričať, aby vypadla. Cela uplakaná vyskočí von a uteká za riaditeľom. Riaditeľ hovorí: - Pani učiteľka, ja Vás chápem, ale ako to Jan Komenský učil? Deti treba zaujať a potom začať vykladať. Takže pozrite sa. Riaditeľ otvára nohou dvere do triedy: - Čau, banda všivavá! - Ahoj, riaditeľ! - Dokážete natiahnúť prezervatív na glóbus? - A čo to je glóbus? - Práve to Vám teraz vysvetlí nová pani učiteľka!

Z korešpondencie :

Vážený pán Suchan,

chcem sa Vám ospravedlniť za Doc. MUDr. Brozmana, ktorý sa nemôže z vážnych rodinných dôvodov zúčastniť akcii poriadanej klubom dňa 27.5.2006. Pozdravuje všetkých členov aj nečlenov klubu SM a praje všetkým zúčastneným pekné posedenie. Veľa zdravia a šťastia želá Doc. MUDr. Brozman, CSc.

Srdečne pozdravujem so želaním príjemného dňa! Peter Paleček

Milý náš Tonko!

Prijmi pozdrav od tvojich Malačanov - Soni, Vladky a Vladka. V prvom rade sa ospravedľujeme, ale na krok s SM sa nedostaneme, náš šofér má povinnosti, ale v duchu budeme s vami a s Vladkou sa stretneme aspoň /chcela som napísať pri poháriku/ ale len pri čajíku /diéta stále trvá/. A v druhom rade prejavujeme záujem o rekondíciu vo Veľkej Fatre - všetci traja, takže ak budeme môcť ísť, pripíš si čáročku ku mne, Vladke i Vladkovi.

Pozdravujeme Kláriku a na kroku všetkých klubistov.

Ahooooooooooj

Soňa

Dáta o nás :

IČO 355 90 700

DIČ 2021479724

Bankové spojenie :

VÚB, a. s. pobočka Nitra,

č. ú. 77230162/0200

Nezabúdame

V mesiaci **j ú n 2006**
s l á v i a

Meniny :

Norbi Turai, Ing. Tonko Michalička, Pavlínka Hájková, Lacko Gubó, Palino Borbély, Peťo Kázmer, Peťo Paleček, Peťo Mikulášik

Narodeniny :

Daniel Magušin*, Boženka Valachyová, Jožko Hrubý, Olinka Medúnová, Dáška Kázmerová

V mesiaci **j ú l 2006**
o s l á v i a

Meniny :

Ivan Bíro, Dano Magušin, Magdalénka Benešová, Magdalénka Hrubá, Ing. Magdalénka Kútina, Olinka Fialiková, Olinka Medúnová, Olinka Repová, Anka Benčíková, Anka Gerbelová, Anka Kanevová, Boženka Valachyová, Boženka Vidovičová

Narodeniny :

Olinka Fialiková*, Ing. Magdalénka Kútina, Ing. Titus Tulinský, Majka Detková, Peťo Kázmer, Evka Malinová

V mesiaci **a u g u s t 2006**
o s l á v i a

Meniny :

Zuzka Andrejková, Zuzka Mikulášiková, Zuzka Špačinská, MUDr. Darinka Orbanová, Mojmir Žvach, Helenka Sláviková, Lydka Michaličková, Janka Herhová

Narodeniny :

Mojmir Žvach, Ing. Tonko Michalička, **Marika Mikulášiková***, Lacko Gubó

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

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 21. júna 2006 /streda/ o 14.00 !!! hodine môžeme byť iba do 16:30!!!) na ul. Ľ. Okánika č. 6/A v Nitre – Chrenovej I., 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 čísla 037/773 22 99, 0904 547 106, 0915 841 006. Nevyžiadané príspevky nevraciam. Uzávierka čísla 12.6.2006.