



Z o b o r s k é k l u b o v i n y

ročník XIV.

j ú n 2012

číslo 6

Tak som sa zamyslel

..... nad obyčajným slovom, akým je REŤAZ. Čo všetko za sebou tých päť písmen skrýva. Na prvý pohľad si povieme je to kus železa alebo inej hmoty, je to hromada očiek.

Keď sa zahlbíme v myšlienkach, tak sa nám zrazu vybaví reťaz na bicykli, bez ktorej by sme sa veľmi ťažko pohybovali, leda ak tak iba odrážať sa nohami a to samozrejme iba tí, ktorí dočiahnu na zem. Ostatných by sme museli tlačiť alebo by ich ťahalo nejaké zvieratko. No nebolo by to nič moc, lebo by sme išli tým smerom, ktorým by išlo to zvieratko a nie akým by sme chceli ísť my. V krajnom prípade by sme mohli ťahača vybaviť opratami, ale to by už bolo pohodlnejšie v koči.

Reťaz je veľmi dôležitá aj keď ide o návštevu a prvým vítajúcim domácim býva psík. Keby len štekal, ale on cerí zubiská a dáva nám najavo, že on je na tomto teritóriu pánom a my by sme sa mali mať na pozore. Ak je uviazaný na dobrej reťazi, tak je všetko v poriadku a jeho snaha zahnať nás, sa premení na signál pre ostatných domácich, že je niekto v blízkosti domu a načim sa pozrieť, či je to návšteva vítaná alebo nie. Ak je nevítaná, reťaz uvoľníme a ak je vítaná reťaz skrá-

time, aby sa návšteva neobávala o svoj život alebo čo i len odev.

Reťazou boli priviazané i kravičky, pokiaľ bývali v maštaliach, aby sa nepobrali kade ľahšie a gazdovia ich mohli ľahko opatrit' a podojiť. Lebo také zvieratko by sa vybralo do šireho sveta, nevedomujúc si, že opúšťa svojho opatrovateľa na jednej strane a pána na druhej strane. Veď taká kravička to bol voľakedy hotový majetok v rodinách. Slúžila i ako ťažné zviera, ale hlavne zásobovala celú rodinu mliečkom, z ktorého sa dorábalo maslo, tvaroh, srvátka či cmar. Všetko sa zužitkovalo.

Aj také železničné vagóny sú istené riadnymi reťazami, lebo navzájom sú pospájané iba jedným ohnivkom. Ak by toto zlyhalo, je tak ešte spomínaná poistná reťaz. Teda aspoň takto si to ja pamätám z minulosti, keď som cestoval vlakom. Možno dnes je už úplne iný spôsob spájania vagónov, ale myslím si, že tá poistná reťaz je tam stále.

Niekomu inému sa pod týmto výrazom vybaví retiazka na krku, jedna môže byť zlatá, iná strieborná a tretia aj z iného ušľachtilého kovu. Ja osobne nenosím na krku ani na ruke žiadnu retiazku, lebo mi to nejako prekáža a vadí. Veľa ľuďom to však prináša pocit istoty a možno prejavu majetnos-

ti. Iní to nosia iba pre krásu ako doplnok svojho zovňajšku.

Nemal som v úmysle vás oboznámovat', kde všade sa reťaz používa, ale pripomenúť čo to vlastne reťaz je. Že je to zoskupenie určitého množstva očiek, ktoré samostatne od seba nemajú takú vzácnu vlastnosť akú má reťaz. Samostatné očko nemá toľko poslani ako ich majú očka navzájom pospájané. Vtedy sa z nich stane celkom iná vec, ktorá už má veľa poslani a možností, no prvoradou vlastnosťou reťaze je to, že spája. Spája dve veci vzdialené od seba, aby boli spolu zviazané, aby sa medzi nimi vytvoril kontakt.

A teraz už Vám celkom prezradím, čo som mal pod predstavou reťaze a tým je i v prenesenom slova zmysle náš klub.

Ako jednotlivci, ako ohnivká, samostatne sme slabším článkom v spoločnosti. Boli by sme očka, ktoré sa samé trápia s dôsledkami nášho ochorenia. Ak sa však spojíme, vytvoríme pomyselnú reťaz, za ktorú môžeme potiahnuť a spoločne sa vydať na cestu boja s chorobou a jej následkami. Skôr sa stane, že jedinec je oslabený a toto oslabené očko reťaz obopne a ťahá celým kolektívom očiek k lepšiemu koncu. Samozrejme, že to vždy takto ideálne nie je. Ale v konečnom dôsledku to určite pomôže, keď i len trochu zmierniť každého jednotlivca žiaľ a utrpenie. Na druhej strane, ak je tá reťaz veľmi veľká a dlhá, čiže ak sa spája s veľkého počtu ohnivok, má svoju váhu a k sa s ňou zatrepe, tak je ju aj počuť a môže pre

nás vydobyť aj určité vymoženosti a nejaké úľavy. Lebo veľa malých reťazok sa môže iba zapatrošiť a niekam zamietnuť, čím sa podstatne oslabí sila argumentu obviazaná malou reťazkou. Je pravdou, že niektoré z tých reťazok sú krajšie ako ostatné, ale tým sa ich sila nezväčší, len oslabia celkovú veľkú reťaz, ktorá by mohla pohnúť mnohými vecami.

Mám rád náš klub. Je to dlhodobo spájaná reťaz, ktorá za svoju existenciu veľa dokázala, mnohým pomohla a mnohým aspoň uľahčila súženie. Som rád aj tomu, že som jedným z ohnivok našej reťaze a že tie ostatné ohnivky nie sú formálne, ale živé, aktívne a súdržné. Nasvedčuje tomu i posledná naša akcia, na ktorej sme si pripomenuli dvadsať rokov od prvého nadväzovania očiek dnešnej reťazi. Je dlhá, silná a pevná, aj keď mnohé ohnivky už nevydržali nápor chorôb a z reťaze vypadli. My však na nich nikdy nezabudneme, lebo boli našou súčasťou a budeme na nich spomínať.

Možno aj na pamiatku ich, naši vymysleli, že na akcii Krok s SM – deň snečnic, sme zhotovovali z farebného papiera reťaz. A táto reťaz pozostávala i z očiek, ktoré nám už fyzicky zo života vypadli a aspoň takto sa medzi nás opätovne dostali, čím sme uctili ich pamiatku.

Prajem Vám, aby ste vždy v živote našli tú správnu reťaz, ku ktorej sa budete chcieť pripojiť svojim ohnivkom a aby tá reťaz Vám dávala veľa síl, nádeje a podržala Vás, keď to budete najviac potrebovať.

Váš Tony

ZOKLE - / ZO borské
KLE bety/

Krásne, krásne, krásne. Takto by sa dalo charakterizovať naše slávnostné posedenie. Počnúc počasím, aktivitou určitej skupiny našich členov, cez kultúrne vystúpenie folklórnej skupiny z Drážoviec TRADÍCIA, vzácných hostí, pána primátora mesta Nitra doc. Ing. Jozefa Dvonča, CSc, pani riaditeľku KOS Nitra Mgr. Danielu Gundovú, pána podnikateľa Mariána Trabalíka, zdravotných sestričiek centra SN NK FN Nitra panie Valériu Andelovú a Blanku Pogranovú až po všetkých účastných členov klubu a ich rodinných príslušníkov.

Tento krát sa nemôžem sťažovať na malú účasť, lebo nám skoro aj chýbali stoličky a poniektorí, prevažne deti, sedeli aj v druhých radoch. Dokonca prišli i tí, ktorí sa ospravedlnili, lebo nakoniec zozbierali sily a poniektorí i centíky a ťahal ich to k nám. Nálada bola perfektná, stoly sa prehýbali od všakovakých dobrôt a to asi tým, že všetko čo bolo na stoloch, pripravili naše členky klubu. Pomáhala im pri tom už naša dávna fanúška pani Pačutová, na ktorej obložené misy a najmä ruské vajíčka z domácej produkcie sa všetci tešili. Vlni sa po nich len tak zaprášilo, tak tento rok sme zabezpečili väčšie množstvo, aby bolo dostatok pre všetkých. Chybu nemali, tak ako po iné roky, ani zákusky od Majky Detkovej, ktoré doplnila svojimi tradičnými Ivetka Péterová. Chutné boli i kabáče od Valachyovcov, pagáčikov od Anky Benčíkovej a vôbec všetko čo bolo na stole stálo za to ochutnať

to. Veľké ĎAKUJEM patrí najmä Lydke Michaličkovej a Klárike Suchanovej. O tekutú časť občerstvenia sa postaral Jožko Hrubý.

Lenka Hrajnohová priniesla krásnu výzdobu k výročiu a obrovskú slnečnicovú tortu. Aby ste si nemysleli, hlavne tí, čo ju nechutnali, že bola pečená zo slnečnice, nie iba tvar mala slnečnice a každému, kto ju okoštoval, chutila, lebo bola osviežujúca.

Po zahájení, privítaní prítomných a ospravedlnení tých čo nemohli prísť, mimo iných i pána prednostu NK FN Nitra, doc. MUDr. Miroslava Brozmana, CSc., ktorý bol na seminári v Bratislave, kde mal prednášku práve o skleróze multiplex a deťoch, pán predseda NSK doc. Ing. Milan Belica, PhD bol na inej plánovanej akcii a Sonka v nemocnici, nás obveselili drážovskí dôchodcovia, sršiaci plní elánu, pesničkami z ich regiónu a pár slovami o ich skupine a zo života dediny, ktorá je v súčasnosti časťou mesta Nitra. Po nich mal slávnostný príhovor predseda klubu Anton Suchan, ktorý v skratke prebehol uplynulých dvadsať rokov života nášho klubu. Spomenul aktivity, ktoré za uplynulé obdobie klub zrealizoval, no nezabudol ani na tých, ktorí náš klub nedobrovoľne opustili a ich pamiatku sme si uctili minútou ticha.

Ako prvý sa k nám prihovril pán primátor doc. Ing. Jozef Dvonč, CSc., ktorý vyslovil poďakovanie všetkým, ktorí sú zainteresovaní do chodu a života klubu, za to, že zmiernujeme utrpenie zdravotne postihnutých, ktorým nie vždy a vo všetkom stíha po-

máhať spoločnosť. Ubezpečil nás, že zo strany mesta Nitra, tá pomoc, v medziach možností, vždy príde a dvere k nemu osobne máme vždy otvorené. Pre vzájomnú komunikáciu ako i pre zabezpečovanie chodu klubu, daroval nám novučký notebook. Poďakovali sme sa obrovským potleskom a popriali jemu a ostatným spolupracovníkom veľa zdravia a spokojnosti.

Po pánovi primátorovi požiadala o slovo pani riaditeľka Krajského osvetového strediska Nitra, Mgr. Daniela Gundová, ktorá prebehla pamäťou uplynulých dvadsať rokov, počas ktorých sledovala našu činnosť a najmä spoluprácu s predsedom, ktorému odovzdala ďakovný list a darček na pamiatku.

Tak ako to bolo schválené na členskej schôdzi, predseda klubu odovzdal pánovi primátorovi dekrét o čestnom členstve klubu. Pán primátor ho s úctou prijal a následne sa ospravedlnil z ďalšej neúčasti na našom rokovaní, z dôvodu návštevy pána veľvyslanca Austrálie, nášho mesta.

Čestné členstvo obdržal i pán podnikateľ Trabalík, za dlhodobú ekonomickú podporu nášho klubu.

Pani riaditeľke KOS Nitra Mgr. Gundovej, predseda odovzdal Ďakovný list, za morálnu podporu našej činnosti a najmä dlhodobej možnosti stretávania sa našich členov v ich zariadení, teda i miestnosti, kde konalo naše slávnostné posedenia a požiadaj, aby poďakovanie tlmočila i svojim spolupracovníkom, ktorí nám vychádzajú v ústrety.

Doc. MUDr. Brozmanovi odovzdá dekrét o čestnom členstve klubu a darček k 60. narodeninám osobne predseda klubu.

Rekapituláciu života klubu spracovala na počítači a predviedla nám pani Mikulová, ktorej výdatne pomáhala Mgr. Evka Tulinská. Bolo to krásne a požiadali sme ich, aby to spracovali na nejaký dostupný nosič, aby sme to mohli rozdať všetkým záujemcom, ktorých sa hlásilo veľa.

Básničky nám zarecitovali Janko Detko, ale mladší, resp. najmladší so sesterničkou Nikolou Bajtalovou.

A začalo lepenie papierovej reťaze, tento krát so sťaženejšími podmienkami, lebo Dano Magušin so synom Lukáškom nám prideliť iba štyri lepidlá, asi sa báli, že budú musieť ísť merať reťaz až do Bratislavy. Nebolo to až tak ďaleko, ale nakoniec, aj za výdatnej pomoci sestričiek, sme prekonali vlnajší rekord, keď reťaz bola dlhá **40 m a 30 cm**. HURÁÁÁÁ. Podaktorí sme dostali od Lukáška Magušina vlastnoručne vyrobené mydličko s dvadsiatkou vo vnútri. Bolo to veľmi milé a ďakujeme za darček. Následne sme obdržali ceruzôčky a autičká obmotané čiernou cvernou. Kto vraj najrýchlejšie namotá autičko na ceruzku, vyhrá. Víťazov bolo neúrekom, no tí lepší boli Martinka Jéneyová, Janko Detko a Oliverko Michalička. Záverom šantenia sme urobili obrovský spoločný KROK a prišli paparaci a fotilóó sa o sto šesť.

Ešte nám zostalo prerokovať pár bodov ako napríklad stav príprav na júnovú rekondíciu aj s menným zozna-

mom, ktorý sme museli zaslať do kúpeľov. Pripomenuli sme si celoslovenský deň slnečníc v Levoči, odsúhlasili odmeny pre zainteresovaných na príprave a celkovom chode slávnostného posedenia. Prečítali sme si list od Dášky Kázmerovej a maily od Billy a Kauflandu, ktorých sme požiadali o sponzorstvo, ktoré však zamietli.

Medzi tým všetkým sme pojedali dobroty na stoloch, počúvali hudbu a navzájom sa bavili.

Nakoniec nás požiadala pani Alžbeta Kišová o prihlášku do klubu, ktorú na mieste vyplnila. Sme radi.

Celkový koniec bolo rámovanie a upratovanie, kde boli účastné opäť dievčence robotnice. Poniectori mohli pomôcť aj s roznáškou, ale tak to chodí, že niekto sa vezie a niekto stále ťahá. Škoda, že sa to dosť krát opakuje. Ale hlavne, že to všetko dobre dopadlo a tí čo zaberali tiež dopadli resp. doma odpadli. Mne prichodí iba veľmi pekne a od srdca poďakovať.

Vyskúšajte – ochutnajte !

ZORE – ZOborské REcepty.

1 PL = jedna polievková lyžica

1 ČL = jedna čajová lyžička

1 KL = kávová lyžička

1 Š = jedna šálka

Bravčová krkovička, pečená

v rúre - na spôsob rezná

Je to jednoduchá a rýchla príprava. Pečie sa bez masť, pretože masť pustí krkovička.

Suroviny : bravčová krkovička, soľ,
korenie čierne mleté, horčica plnotučná,

vajcia, strúhanka, cibuľa, na postrúhanie
syr tvrdý, zemiaky, zelenina

Postup : Všetko si pripravíme podľa toho koľko reznov budeme piecť, krkovičku vykostíme a narežeme na rezne. Jemne naklepeme, osolíme a okoreníme. Na to natrieme asi 1 čl horčice. Pripravíme si plech, naň pokrájame 1 cibuľu. (Keď je krkovička pôstnejšia, môžeme pridať na plech trocha masť.) Potom rezeň s tej strany, ktorá je natrená horčicou, ponoríme do rozšľahaných vajičok a do strúhanky. Ešte raz do vajičok a do strúhanky a položíme čistou stranou na pekáč. Dáme do rúry zakryté druhým plechom piecť asi 20 min. Potom plech vyberieme a na vrch nustrúhame syr. Necháme ešte 10-15 min odkryté zapiecť. Podávame so zemiakmi. Zemiaky robím v titánovej panvici. Na dno pokrájam cibuľku, trochu oleja, iba posolím grilovacím korením, troška rasce a asi pol deci vody. Zakryté dusím 15 min.

Trojčokozákusok

Zloženie: asi 10 sušienok, 100 g horkej čokolády + trochu na ozdobu, 100 g mliečnej čokolády + trochu na ozdobu, 100 g bielej čokolády + trochu na ozdobu, 500 g tvarohu, 300 g čerstvej smotany 30 - 36%, 3 čajové lyžičky želatíny, ½ hrnčeka cukru (= 100 g cukru), 2 lyžičky vanilkového cukru

Tvaroh vymiešame s cukrom, potom si namočíme želatínu do trochy mlieka a necháme ju napučať, potom zahrejeme a necháme vychladnúť. Medzitým vyšľaháme šľahačku do tuha, spojíme tvaroh so šľahačkou aj so želatínou a rozdelíme plnku na tri časti. Do každej z nich primiešame vždy inú rozpustenú čokoládu. Formu vyložíme papierom na pečenie,

ja používam formu na biskupský chlebiček, ale môže byť aj srnčí chrbát. Na spodok nalejeme tmavú plnku, necháme trošku zatuhnúť, potom bledšiu plnku a nakoniec bledú. Na vrch naukladáme keksiky, to bude vlastne spodok zákuska. Dáme do chladu, po vytuhnutí vyklopíme a offkame čokoládou čo nám zostala..

ZOFT, Zoborské „FTipy“

Krásne, udržiavané jazierko a okolo neho vysadené ovocné stromy. Jedno letné popoludnie sa rozhodne dedko, že si nazbiera čerstvé ovocie. Zoberie si plastový kýbel a ide k jazierku. Keď však dorazí na miesto, zistí, že v jazierku sa člapoce päť nahých mladých slečien. Hneď ako zbadajú starého pána, sa zhluknú do stredu jazierka a ponoria po krk do vody. Po chvíli jedna volá na dedka:

- Čo, prišli ste nás očumovať a teraz čakáte, že vylezieme z vody, vy úchylák?

Na to dedko zamáva kýblom a s nevinným úsmevom hovorí:

- Nie, prišiel som nakŕmiť aligátora.

východniarsky na dnes.-)

-" Ahoj bratu, ta jak žiješ ?"

-" Daj pokoj, jak dyňa - bruch mi rošne a chvoscik vyschyňa...."

Na svadbe:

"To je ale riadne škaredá nevesta!"

"No dovoľte, to je moja dcéra!"

"Prepáčte, nevedel som, že ste jej otec."

"No dovoľte, ja som jej matka!"

Stojí Američan, Francúz, Slovák a Cigán na Eiffelovke. Američan začne vyhadzovať doláre a hovorí: "My ich máme v Amerike dost." Francúz začne vylievať šampanské: "My ho máme vo Francúzsku dost." A Cigán pozrie na Slováka a hovorí: "Nieže spravíš nejakú hovadinu"

Feták ide v autobuse, babka ho prosí: "Mladý muž, štiknite mi listok!"

Feták kričí: "Hej, vojak, štikni babke listok!"

"Ja nie som vojak, ale námorník!"

Feták sa nahne k babke a hovorí:

"Babka, zle je! Sme na lodi!"

Klop, klop !

- Kto je to ?

- To som ja, otvor !

- Ktorý otvor ?

- Dobrý deň. Máte vajcia?

- No ale my tu vajcia nedržíme.

- Ja nechcem podržať, ja chcem kúpiť!

Viete, že ? (pokračovanie)

1. Cigarety light sú menej škodlivé.

Hlúposť! Ľudia fajčia light cigarety fajčia častejšie a silnejšie vdychujú - tak môžu jedy do pľúc prenikať hlbšie. Aj ľahké cigarety obsahujú zmes viac než 70 jedov.

2. Opaľovanie v soláriu je zdravšie.

Hlúposť! Umelé slniečko je rovnako škodlivé ako to pravé. Sila žiarenia so-

lárií je navyše 3x intenzívnejšie ako poludňajšie slnko na rovníku.

3. Najzdravšie je sedieť vzpriamene.

Hlúposť! Ľudská chrbtica na to nie je vôbec usposobená. Najprirodzenejší uhol medzi hornou a dolnou polovicou tela je 135 stupňov - teda v polože.

4. Jest' mäso je nezdravé.

Hlúposť! Mäso je skvelým zdrojom bielkovín a vitamínov rady B. Mäso by sme ale nemali jest' denne a nekupovať žiadne extrémne lacné - často obsahuje škodlivé látky a zvyšky hormónov a liekov.

5. Niektoré choroby je možné liečiť močom.

Hlúposť! Čo telo nepotrebuje, to vylučuje. V moči sú zhromaždené baktérie a škodlivé látky, ktorých sa chce telo zbaviť. Liečivý účinok nikdy nebol dokázaný.

6. Vitamín C chráni pred rakovinou.

Hlúposť! Žiadny dôkaz neexistuje. Z príliš vysokých dávok vitamínu C môžeme naopak ochoriť.

7. Ak sa vyhnem stresu, infarkt mi nehrozí.

Hlúposť! Trochu stresu naopak prospieva. Inak náš obehový systém »zle- noší« a zvyšuje nebezpečenstvo, že priberieme. Hlavnou príčinou infarktu nie je stres, ale vysoký krvný tlak, nadváha a málo pohybu.

8. Čítanie pri tmenom svetle škodí očiam.

Hlúposť! Žiadne dôkazy neexistujú. Oči sa len viac namáhajú.

9. Pokiaľ po cvičení nebolia svaly, necvičili ste poriadne.

Hlúposť! Bolesť môže byť naopak va- rovným signálom preťažených svalov alebo poškodených väzov. Navyše - ľudské telo spaľuje tuk najefektívnejšie pri mierne zrýchlenom srdco- vom tepu (teda pri iba mierne náma- he).

10. Káva je nezdravá.

Hlúposť! Až päť šálok kávy denne môžete vypiť s pokojom. Kofeín pod- poruje prekrvenie a povzbudzuje.

Niečo z korešpondencie :

Pozdravujem Ta Toničku, chýbal si nám /mi/ na VZ ďakujem za int. úvahy v časopise, aj za vlastnú tlač, ide na dračku dala som ju našim klubovákam aj keď Ta osobne nepoznajú ..obdivujeme spoločne tvoje dary...používaj ich a rozmnožuj; preposielam Ti krásu... ktorú má i takouto formou udivuje o veľkej S t v o r o t e l s k e j moci...Pekný deň Irenka (Trebišov, pozn. redakcie)

Ahoj Tonko!

Mrzi ma,že sa mi nedari zúčastňovať v klube,ale neda sa mi tak ako pred tým,praca je praca,vies ako to chodí v zamestnaní.Stále sme len tri a toho času mam veľmi malo.V maji by som sa rada zúčastnila klubovín,dufam,že sa mi po- dari zobrat dovolenku,neviem presne termin,Ivetka mi nevedela presne pove- dať,ak budeš vedieť a budeš mať čas,tak mi prosím Ta napis,ďakujem.Zatial Vas vsetkych pozdravujem Ahoj,Martina Je- neyova

Naša identifikácia :

IČO 355 90 700

DIČ 2021479724

Bankové spojenie :

VÚB, a. s. pobočka Nitra,

č. ú. 77230162/0200

MV SR : VVS/1-900/90-9642

Nezabúdame

V mesiaci **j ú n 2012**
s l á v i a

Meniny :

Lenka Hrajnohová, Ing. **Tonko** Michalička, **Tonko** Valachy, **Janko** Detko, **Lacko** Gubó, **Pet'o** Mikulášik

Narodeniny :

Daniel Magušin, Martinka Jeneyová, Boženka Valachyová, Jožko Hrubý, Magušinová Zuzanka, Dáška Kázmerová, Marika Halasová,

V mesiaci **j ú l 2012**
o s l á v i a

Meniny :

Ivan Bíro, **Dano** Magušin, **Magdalénka** Hrubá, Ing. **Magdalénka** Kútina, **Anka** Benčíková, **Anka** Gerbelová, **Boženka** Valachyová, **Boženka** Gombíková

Narodeniny :

Ing. Magdalénka Kútina, Ing. Titus Tulinický, Majka Detková, Ján Detko, Evka Malinová; Darina Michaličková,

V mesiaci **a u g u s t 2012**
o s l á v i a

Meniny :

Zuzka Mikulášiková, **Zuzka** Magušinová, **Zuzka** Špačinská, MUDr. **Darinka** Orbanová, Darinka Michaličková, **Darinka** Barátová, **Mojmír** Žvach, **Helenka** Sláviková, **Lydka** Michaličková, **Janka** Herhová

Narodeniny :

Alenka Haverová, Mojmír Žvach, Ing. Tonko Michalička, Marika Mikulášiková, Laci Gubó

Gratulujeme a prajeme veľa lásky, pohody a porozumenia, všetko pri dobrom zdraví.

Môžete nás kontaktovať i cez internet na klubových **email – adresách :**
suchan@ksmnr.sk
anton.suchan@satronet.sk
a nájsť na webovej stránke :
www.ksmnr.sk

!!! Dovoľujeme si Vás všetkých pozvať na zasadnutie nášho klubu, ktoré sa uskutoční, dňa **10. júna 2012 /nedeľa/ o 19. 30 hodine** v Liečebnom dome Diamant v Dudinciach.(platí iba pre tých, čo dostali Poukaz na rekondičný pobyt)

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, 0949 173 675. Nevyžiadané príspevky nevraciam. Uzávierka čísla 2.6.2012.