



# Z o b o r s k é k l u b o v i n y

ročník VI.

september 2004

číslo 7

## Tak som sa zamyslel .....

..... nad solidaritou ľudí zdravotne lepšie na tom, ako mi zdravotne postihnúť. Zámerne som zvolil trochu neštandardný termín ľudí, ktorí sú na tom zdravotne lepšie, pretože napísať termín ľudia zdraví, by mohol byť zavádzajúci. Mnohí totiž tvrdia, že kto je vlastne dnes zdraví. Tak som ich označil termínom „ĽUDIA, KTORÍ SÚ LEPŠIE NA TOM“. A pravá podstata tohto označenia sa prejaví v nasledujúcich riadkoch, samozrejme ak sa mi to podarí.

Plné telekomunikačné médiá sú toho, ako je spoločnosť solidárna so spoluobčanmi, ktorí sú zdravotne postihnúť. Kde sú však skutky, to najlepšie vieme my sami. Aká je to úroveň vyspelosti národa, keď až tvrdé sankcie musia zabezpečiť zákonom vyhradené priestory pre parkovanie ľudí používajúcich označenie vozidiel prepravujúcich občanov odkázaných na individuálnu prepravu. Je to veľká hanba pre tento národ, keď v legislatíve sa rátalo s vyhradením parkovania, ale toto parkovanie drzo a až chrapúnsky obsadzovali osoby kypriace zdravím, navyiac surovo arogantné, keď ich človek oslovil, že zaberajú miesto pre tých, ktorí nechodia v drahých autách hrať tenis a teda nie sú unavení zo športu alebo flámovania, ale že im každý sebaväčší pohyb môže spôsobovať ťažkosti. Vôbec ich netrápi, čo sa proklamuje v médiách o spolupatričnosti. Vidia iba seba samého a hrubo egoisticky presadzujú svoju nadradenosť v zdravotnom stave, lebo sú si vedomí, že jednájú s nerovným partnerom. A väčšina z nich sa potom v nedel'u chodí očisťovať do chrámov a myslia si, že masťným milodarom si vykúpia očistenie za podlosti a ťažké hriechy páchané ihneď po opustení takýchto stánkov. Keby myšlienky svojej viery brali vážne a zodpovedne, nemohli by páchať hriechy na dennodennom poriadku, ale nie preto, že budú zatratení, ale preto, že by pocit'ovali spokojnosť na duši.

Nerád to robím, ale musím obraz takýchto „ľudí“ dokresliť skúsenosťou, ktorú nadobudli mnohí z nás pri získavaní percenta z odvedenej dani. „Ľudia“, ktorí majú vysoké zárobky a tým pádom i vysoké dane, sa ešte znížila k tomu, že podmienkou podpísania vyhlásenia o poskytnutí finančných prostriedkov už odvedených štátu, je „rozdelenie sa“ o túto čiastku s darcom. Je vôbec možné, že takýto „ľudia“ chodia po zemi a dýchajú spoločný vzduch? Ich modlou je mamona. Nezaujímajú ich podstata celej akcie, ktorá pomáha veľmi veľa organizáciám realizovať svoje plány a tak trochu „zaplátat“ diery zdravotného postihu.

Verte, mnohí z nás a možno by som mal povedať, že všetci, by vymenili možnosť parkovať na najvzdialenejšom mieste parkoviska alebo by k zariadeniu chodili aj peši, za tú „prepytujem“ možnosť parkovať bližšie k vchodu.

A nakoľko si títo vysokopostavení „ľudia“ dobrým slovom nevedeli uvedomiť, že nie pre nich sú vyhradené parkovacie miesta, na základe tlakov zdola a prirovnávania sa štandardu ostatnej Európy, muselo sa prikrčiť k tvrdej represii so značným postihom i legislatívnou cestou.

Na jednej strane by sme sa vlastne mali tešiť, ale na druhej strane si musíme uvedomiť, že čas „zabíť“ na vyriešenie takéhoto banálneho stavu skupinou chrapúnov, sa mohol venovať inému vylepšeniu podmienok našej realizácie aj s postihom. Pretože práve títo ľudia si vehementne hájajú svoje práva a tvrdo, až likvidáciou, riešia ich porušenie.

Pritom existuje pomerne veľa inštitúcií a orgánov, ktoré by nás mali dokázať obhájiť. Myslím si však, že pokiaľ sa rovnocennosť „ľudí, ktorí sú na tom lepšie“ a nás s postihnutím nedostane do krvi a to už od malička a nestane sa samozrejmosťou, veľa našej energie sa zbytočne minie, pričom práve tej energie my nemáme na rozhadzovanie.

Našu energiu by sme mali zúročiť na vlastné prekonávanie sa s problémami, ktoré nám naše ochorenie prináša.

Čiže volnejšie vyhradené parkoviská nie je naše víťazstvo a ani porážkou tých, ktorí si myslia o sebe, že sú niečo viac, ale je to prehra nášho celkového myslenia, našej úbohosti.

Celé toto zamyslenie sa týka najmä tých ľudí, ktorí sú na tom lepšie, no v mnohom by sme sa mali i my zamyslieť, či niektoré myšlienky, ktoré sa dajú zovšeobecniť, by nenašli úrodnú pôdu aj medzi nami.

Roky počúvame, že je treba reformou vytriediť tých, ktorí zneužívajú sociálny systém. V poslednej dobe tých reforiem už bolo požehnané a v podstate sa nič nezmenilo, len tých, ktorí to ozaj potrebujú, prehánajú a perzekvujú, čím im odoberajú už vyššie spomínanú energiu. A potom nás mylne uvádzajú do stavu radosti, keď nám sem tam pustia nejakú maličkosť, ktorú pretriasajú v médiách ako veľkú službu pre postihnutých spoluobčanov.

Prajem Vám všetkým, aby ste mali vždy voľné miesto na parkovanie a to nie len s vozidlom, ale aby ste vždy našli voľné miesto, keď sa budete potrebovať vyrozprávať, ulaviť si na duši a tým zmiernili vaše trápenie. Nech nám všetkým nezastierajú oblohu „ľudia“ bez citu k iným.

Váš Tono

**ZOKLE** - / ZO borské  
KLE bety/

Tak tentokrát to bolo sakramentsky zamotané a napnuté. My sme si pozvali reprezentanta našej krajiny v hokeji a majstra sveta Dodka Stümpela. Na naše zasadnutie sa chceli dostať aj dve dámy, ktoré nás chceli poinformovať o zdravej výžive a štýle životospráva. No a aby to bolo už celkom dokrútené, pred obedom, v deň konania nášho zasadnutia, sa nahlásila regionálna televízia s tým, že by si rada natočila nejaké ilustračné zábery k relácii, ktorú budú vysielat'.

Nakoniec sme to všetci a všetko zdolali, aj keď možno nie všetci boli spokojní.

Takže prvá sa dostala k slovu a obrazu televízia. Nakoniec nás nalomili, aby sme sa do kamery aj vyjadrili o skúsenostiach, ktoré sme získali pri „spolunažívaní“ s našim ochorením, lebo tentokrát sa zdravotnícka relácia zaoberala práve našim ochorením. A zrazu to bol problém, kto sa odváži prekonať určitú formu hanby, že sa neskôr objaví na televíznej obrazovke a bude ho sledovať veľa ľudí. Nakoniec sa predsa len našli odvážlivci a celkom slušne prezentovali svoj život a náš klub. Aj za to málo im treba poďakovať, zvlášť Boženke Valachyovej, ktoré bola vtom čase našou najmladšou členkou. Trochu smelší bol Marcel a vôbec, celé to vyznelo celkom dobre a milo prekvapil aj prednosta neurologickej kliniky, že sa neulpnul pri vysvetľovaní iba k odbornej terminológii a latinským výrazom, ale podal širokej laickej verejnosti jasný obraz, čo to skleróza multiplex je a čo všetko s ňou je spojené.

Koniec natáčania využila pani alebo slečna redaktorka na krátky rozhovor aj s Dodinom Stümpelom a vyspovedal ho prečo prišiel medzi nás.

Potom už prišla beseda už so spomínaným hokejovým reprezentantom. Debata sa po počiatočných rozpakoch rozbehla a museli sme ju nakoniec v najlepšom ukončiť, lebo náš hosť musel ísť na ďalší tréning, pretože aj keď je leto, nedá sa zaháľat'. Aj tu platí staré príslovie, kde sa zima pýta čo si robil v lete.

Otázky boli všakové, o lige, o súkromnom živote, o kanadských kluboch, o našich kluboch a úrovni našej ligy, o pripravovanom štrajku, o zážitkoch z majstrovstiev a o dojmoch pri preberaní medailí a samozrejme i o nás, teda o fanúšikoch. Otázok a odpovedí by bolo neúrekom, ale čas, ten neúprosný sliedič nás upozornil, že je treba skončiť. Dodino sa nám podpísal do kroniky a tak bezprostredný ako bol pri besede, tak ukončil i spoločné fotografovanie s nami. Ba svoju trpezlivosť preukázal i s Miloškom a bolo nám všetkým ľúto, že sa ten bežár čas nedá prehovoriť a postál by chvíľočku. Myslím si, že všetci sme zažili pekný a dlho dobí zážitok a milo sme boli prekvapení priateľskosťou a srdečnosťou nášho reprezentanta v hokeji. Po ukončení sme si medzi sebou povedali, že máme byť právo hrdí na takýchto ľudí a môžeme byť, ale len trošku, pyšní, že s nami strávil príjemné popoludnie. Budeme „naším“ držať palce v Svetovom pohári.

Veľmi sme ocenili trpezlivosť pani Tekelovej a pani Cintulovej, za to, že mali s nami trpezlivosť za časový posun. Pripravili si pre nás radu informácií o správnej výžive a štýle života. Prednášku skrátili na minimum a potom nás všetkých premerali, ako na tom stojíme s tukom v krvi a celkove. Mnohí, na čele so mnou, sme nedosiahli uspokojujúce výsledky a máme čo robiť, aby sme sa dostali aspoň na stredné hodnoty. Kto mal záujem, dostal informácie kde sa môže prísť poradiť alebo poučiť a v rámci finančných možností zúčastniť ozdravného programu.

Počas merania sme sa dostali aj k nášmu normálnemu programu, kde sme si pripomenuli ospravedlnenia tých, ktorí sa nemohli zasadnutia zúčastniť. Majka Žochárka, Palino s Marikou Borbélyovci, Majka Trenčanka, Anina s Oľgou a Deniskou, Marika Kováčová, Vladka so Sonkou a Anka Kanevová, ktorá ocenila návod z Klubovín pri výmene preukazu a značiek na motorové vozidlo, čo mi veľmi dobre padlo, že som to nerobil celkom zbytočne a aspoň niekomu som tým pomohol. Štefanovi neprišiel vymeniť službu kolega – poslal SMS-ku, tak ako Katarína s Vladom z Chorvátska a vraj sme im moc ani nechýbali, Anka Benčíková z kúpeľov. Avízo posla i Mojmir a jeho neprítomnosť potvrdila Zuzka Milankova, lebo nemala odvoz. Listom, aj keď strohým dala o sebe, po predchádzajúcom telefonáte, vedieť Boženka Vidovičová. Norbert e-mailom.

Zhodnotili sme rekondičný pobyt v Dudinciach (tento krát nebudem obšírnejšie komentovať, uverejním list od Mojmira). Potiaže z úhradou pobytu v hotovosti veľmi excelentne vyriešila pani vedúca, ktorá na dôvažok nám poskytla takú zľavu, že sme sa dostali na úroveň Bielic a mali sme dve také fantastické opekač-

ky, že sa mi slinky zbiehajú ešte aj teraz, keď si na to spomeniem. Cigánske rebierko, klobáska, pstruh, ach tie vône! Teraz neviem či je to moja predstavivosť alebo mi horí monitor. Mám dojem, že oboje.

Fantastický pocit som zažil na večernom posedení keď som prítomných informoval o stave možností momentálnej úhrady nákladov za rekondičný pobyt. Dostal som ponuku niektorých členov, že oni požičajú na tú krátku dobu peniaze, len aby sme si zachovali čistý štít. A boli medzi nimi i takí, ktorí sa chceli podeliť s málom. Bolo mi tak krásne pri srdiečku a prial by som ten pocit zažiť každému z vás. Potvrdili ste tým, že je to váš klub a je váš i v dobrom, ale i v horšom. Dnes, keď píšem tieto riadky, môžem vám oznámiť, že keď prišla faktúra, operatívne s výhodou internetbankingu, sme obratom ju uhradili, čo vysoko hodnotili i v Bučine Zvolen. Sľub sme dodržali a to je hlavné.

V čase konania klubu ešte síce peniaze z % neboli, ale i tí čo boli na klube sa pridali a chceli pomôcť preklenúť to hluché obdobie nábehu finančných prostriedkov z Daňových úradov. Ako som už prezradil a naznačil vyššie, financie sa rozbehli, ale o tom až potom – teda na septembrovom klube alebo na septembrovej rekondícii v Bieliciach. Apropos, posielam vám letáčik o prieskume záujmu na oba jesenné rekondičné pobyty. Prosím o včasné zaslanie návratky, aby sme sa vedeli zariadiť a vyhovieť čo možno najväčšiemu počtu žiadateľov. Treba chápať, že v Bieliciach sú obmedzené kapacity na prizemí, tak kto čo len trochu vládze vyjsť na poschodie, berte to ako cvičenie.

Termíny našich zasadnutí na druhý polrok 2004 sú nasledovné :

**22. september 2004**

**27. október 2004**

**24. november 2004**

**15. december 2004**

Na záver sme si všetci navzájom, ale i tým, ktorí sa nemohli zúčastniť nášho sedenia, popriali príjemné prežitie dovolenkového obdobia a opatrnosti pri načerpávaní novej pozitívnej energie.

Teraz, mnou zabudnutý recept od Ingridky, ktorý preveriť mali možnosť účastníci rekondície v Malých Bieliciach v máji tohto roku.

### **Vyskúšajte – ochutnajte !**

#### **ZORE – ZOborské REcepty.**

1 PL = jedna polievková lyžica

1 ČL = jedna čajová lyžička

1 KL = kávová lyžička

1 Š = jedna šálka

#### **Rybnícke kabáče**

1kg hladká špeciál múka

2 žltky

2 kyslé smotany

1 KL soli

1 PL masti

2 dc mlieka

1 kocka kvasníc

cukor

Z mlieka, kvasníc a cukru urobíme kvások. Všetko spolu zamiesime, no pridáme ešte asi 2dc mlieka /podľa potreby/ na domiesenie a 2 PL oleja, aby bolo cesto vláčne. Necháme 20 minút .kysnúť.

1 Palmarín

6 zemiakov

Cesto rozvalkáme, nastrúhame naň 1/3 Palmarínu a 2 zemiaky. Preložíme a po 15 minútach opakujeme ešte 2x. Vykrajujeme menšie kabáčiky, ktoré potrieme vajíčkom a posypeme sezamom. Dobru chuť!

Prišli dva listy a myslím si, že stoja oba za zverejnenie, možno nie v celej svojej podobe, ale to iba pre priestorové obmedzenie.

List od Mariky Bachanovej

Ahojte priatelia!

Vždy, keď obdržím od Vás naše „Kluboviny“, zmocní sa ma na jednej strane jednak pocit šťastia, že i napriek mojej nevďačnosti, sô na svete ľudia, ktorí mi fandia a dovoľm si neskromne tvrdiť, že ma majú radi, no na druhej strane sa ma právom zmocnia výčitky svedomia, že hazardujem s priateľstvom takých skvelých ľudí, ako je naša „banda“. Ospravedlňujem sa o Tončo vďaka, že si nepriamo vlastne rozhybal môj lenivý zadok a nakoniec som sa prinútila, aby som sa Vám aspoň ozvala.

V prvom rade Vás všetkých bez rozdielu, či osobne známych alebo známych len prostredníctvom našich Klubovín, veľmi pekne pozdravujem, želim Vám len slnečné dni, veľa šťastných krokov a veľmi dobrých vecí.

Zopár slov o mne. Mám sa striedavo slnečno a zamračeno. Zatiaľ sa chvála Bohu držím na nohách, len som trochu slabšia a rýchlejšie sa unavím, ale s tým sa predsa dá žiť. Trápia ma problémy so žalúdkom, kvôli ktorému sa mi zle cestuje a to je vlastne i hlavný dôvod, prečo som prestala medzi Vás chodiť. Dosť často sa ma zmocňujú pocity úzkosti a strachu. Doma sa krútim okolo domácnosti a okolo mojich dvoch chlapov, teraz i okolo kvietkov a za pomoci svokry i okolo záhradky. Sem tam si prečítam nejakú knihu, naše Kluboviny, pozriem televízor a fušujem manželovi do papierov. To je v kocke asi všetko.

Ešte raz Vás všetkých pozdravujem a skutočne sa teším, že Vás mám.

Ahojte Marika

List od Mojmirá

Aj Vám sa zdalo, že v Dudinciach od 14. do 19. júna mali naše hodinky vyššiu rýchlosť?

Podľa Vašich ohlasov bola na rekondícii pohoda, tradične báječná atmosféra, bez piesočkovitosti hviezdnych, až na to rýchle jej ubehnutie. Po zítaní sa, krátkom odpočinku sme večer na posedení pospomínali všetkých, ktorí sa nemohli zúčastniť a popriali im aj nám všetko dobré. Hneď potom sme namáhali závitý hlavíčkové pri hádaní slov podľa nápoedy, ktoré nám pripravila Majka Trenčianka. Po raňajkách sme posedávali pri káve a čaji, zostavovali denné plány, potrebovali niečo, čo nám Jožko – zásobovač v priebehu dňa zohnal a vybavil. Poobede vychádzky, slabšie chodiaci iba na zmrzlinový pohár, zdatnejší až po kúpalisko i ďalej. V utorok sme spravili opekanie – menu večera boli pstruhy a rebierka. Počasie nám prialo, Peťove hudobné spestrenia nás rozohrievali – ani sa nám nechcelo rozísť. Gitara a Peťove palčeky (alebo Palečky – pozn. redaktora) dostali každý večer zabrat' – každý mal žiadosť o nejakú pesničku. V stredu Majka dokončila svoju súťaž – myslím, že sme slovenčinu obohatili o mnoho slov nových. Vo štvrtok pod večer bola opekačka s účasťou verejnosti, boli pstruhy a klobása. Do tanca a na zanôtenie nám hrala ľudová hudba, čo sme aj patrične využili a nenápadne rozospievali aj ostatných hostí. V piatok na posedení sme celú rekondíciu zhodnotili, naplánovali predbežne termíny nasledujúcich, vybavili ešte klubové záležitosti a nakoniec sa jemne potrápili pri testoch vedomosti od Mojmirá. V sobotu sme od rána boli akosi smutnejší, predstava rozchodu do svojich domovov nám trochu brala úsmev. No nie nadhlo, príslub opätovného stretnutia sa, dúfajme v zdraví, na jesennej rekondícii nám ho na tvár opäť vrátil.

Mojmír

V mesiaci **j ú l 2004**  
o s l á v i l i

**Meniny :**

- 22. 7. **Magduška** Kútna
- 22. 7. **Magduška** Hrubá
- 23. 7. **Olinka** Medúnová
- 23. 7. **Olinka** Repová
- 26. 7. **Anka** Benčíková
- 26. 7. **Anka** Gerbelová
- 26. 7. **Anka** Kanevová
- 27. 7. **Boženka** Vidovičová
- 27. 7. **Boženka** Valachyová

**Narodeniny :**

- 3. 7. Magduška Kútna
- 4. 7. Titus Tulinský, Ing.\***
- 5. 7. Michal Hartl
- 7. 7. Majka Detková
- 17. 7. Peter Kázmer

V mesiaci **a u g u s t 2 0 0 4**  
o s l á v i l i

**Meniny :**

- 11. 8. **Zuzka** Andrejková
- 11. 8. **Zuzka** Mikulášiková
- 11. 8. **Zuzka** Špačinská
- 12. 8. **Darinka** Orbanová, MUDr.
- 14. 8. **Mojmír** Žvach
- 18. 8. **Helenka** Hrnčárová
- 19. 8. **Lydka** Michaličková
- 21. 8. **Janka** Herhová
- 27. 8. **Silvia** Božíková

**Narodeniny :**

- 5. 8. Helenka Hrnčárová
- 15. 8. Mojmír Žvach
- 16. 8. Anton Michalička, Ing.
- 20. 8. Marika Mikulášiková
- 28. 8. Ladislav Gubó

**Žiaľ, musím Vám oznámiť aj smutnú správu. Vo veku 91 rokov po krátkej chorobe zomrel pán Štefan Letko, druhé svetielko nášho klubu, po pani RNDr. Vincencii Brežnej.**

**Za všetkých členov klubu som sa bol s ním rozlúčiť na mestskom cintoríne a kondoloval som rodine pozostalých.**

**Česť jeho pamiatke!**

*Nezabúdame*

V mesiaci **s e p t e m b e r 2 0 0 3**  
o s l á v i a

**Meniny :**

- 12. 9. **Mária** Bachanová
- 12. 9. **Mária** Borbélyová
- 12. 9. **Mária** Detková
- 12. 9. **Mária** Kováčová
- 12. 9. **Mária** Mikulášiková
- 12. 9. **Mária** Šmigová
- 12. 9. **Mária** Šútorová
- 29. 9. **Michal** Hartl

**Narodeniny :**

- 8. 9. Peter Paleček
- 22. 9. Mária Šútorová
- 28. 9. Vlasta Psulová

**Gratulujeme** a prajeme veľa krásnych, slnkom prehriatych dní, veľa zdravia, lásky a porozumenia.

Môžete nás kontaktovať i cez internet na klubovej **email – adrese :**

[suchan@ksmnr.sk](mailto:suchan@ksmnr.sk)

!! Naša webová stránka :

[www.ksmnr.sk](http://www.ksmnr.sk)

---

!!! Na koniec si Vás všetkých dovoľujeme pozvať na zasadnutie nášho klubu, ktoré sa uskutoční, dňa **22. septem**  
**b r a 2004 /streda/ o 15. oo hodine** na **ul. Ľ. Okánika č. 6/A v Nitre – Chrenovej L.**, 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 SM 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. Telefón 037/773 22 99, 0904 547 106 alebo 0903 564 431. Nevyžiadané príspevky nevraciam. Uzávierka čísla 18.8.2004.