

Tak som sa zamyslel

..... nad dianím okolo nás, nás zdravotne postihnutých, ktorým podmienky pre život sa neustále pritvrdzujú a tak proklamovaný návrat medzi ľudí bežného života, sa nám vzdáva do nenávratna. Vzdáva sa jednak po ekonomickej stránke, ale čo je ešte horšie, uniká nám i po zdravotnej. Je to najmä v poslednej dobe, keď okolnosti s tzv. reformou v zdravotníctve naberajú vysoké obrátky ako to už býva, pre nás v neprospech.

Už v minulosti som písal a apeloval na vzťah lekára a pacienta, ktorý má byť založený na dôvere. Dôvere zo strany pacienta, že lekár mu poskytne to najlepšie čo je v jeho psychickom či fyzickom potenciáli. Veď tým sa lekár a samozrejme i ostatný zdravotný personál nevynímajúc, realizuje a naplňa svoje poslanie a duševné uspokojenie. Dôvera lekára a ostatného zdravotníckeho personálu, by sa mala zase zakladať na tom, že to čo oni vložili do pacienta, teda ten duševný a fyzický potenciál, že pacient seriózne využije, všetko tak, aby s konečným výsledkom boli obe strany maximálne spokojné. Len tak sa môže dostaviť aspoň aký taký pokrok v liečbe i takého ochorenia, ako je roztrúsená skleróza, lebo jej liečenie nie vždy prináša želané úspechy.

Preto je potrebný spomínaný vzťah, aby sa aj vonkajšie prejavy ochorenia stali motivujúcimi pre „pasovanie“ sa s nimi.

A tu mi moja myseľ vypovedá službu, keď sa do nej dostávajú správy z masmédií o tom, ako sa tej jednej skupine, ktorá sa snaží nám pomôcť prekonávať spomínané ťažkosti, nevytvárajú podmienky na realizáciu samého seba. Myslím si, lebo to pociťujem i ja tak, že všetky informácie, ktoré človek prijíma, všetko čím sa vzdeláva a všetko čím duševne rastie, chce realizovať v praxi, chce to dať najavo okoliu a chce tým naplniť svoje predsavzatia, ktoré dal sám sebe, lebo je človekom a človekom mysliacim. Nie človekom zahaleným rúchom mamonu, aj keď na druhej strane, každý z nás chce byť aj odmenený za vykonanú prácu, lebo finančným zabezpečením seba a svojho najbližšieho okolia, si vytvára priaznivé prostredie pre svoj duševný rast a podmienky pre spokojnú realizáciu toho čo do seba naakumuloval.

Nie som politik ani odborník v ekonomiky, ale dopady rozhodovania tých, ktorí riadia náš štát sa ma tak ako ostatných bezprostredne dotýkajú. Čiže nie sú to púhe úvahy, ale priamy dopad na úroveň života nás všetkých.

Lebo keď pekárovi nedáte múku, ťažko upečie chlieb a keď mu poviete, aby napiekol z toho čo pozametá, tak to aj bude vyzerat' a chutiť. Lenže keď nebude chlieb, môžu byť zemiaky, ryža alebo iné požívatiny. Tak to môže byť i s liekmi, keď nie je drahší, môže byť lacnejší, aj keď zase môže mať vedľajšie účinky, ktoré bude treba eliminovať i inými liekmi a môže sa stať, že v konečnom dôsledku ekonomická náročnosť liečby vyjde podstatne drahšia ako za pôvodne stanovenej liečby. Ale keď nie je čím operovať, keď nie sú základné pomôcky, darmo je všetká snaha zdravotníckeho personálu byť tým, čím si vybrali povolanie.

A tu sa spätne dostávam k počiatočnému zamysleniu, ktoré je založené na vzájomnej dôvere pacienta a zdravotníka (tento výraz som si dodatočne osvojil počas písania tohoto zamyslenia, lebo by som nerád niekoho z tých, ktorí nám pomáhajú vynechal). Ekonomická stránka reformy narúša v základoch tento vzťah a pritom ani jedna zo spomínaných strán nie je na vine.

Nehovorím, že nie je čo naprávať a aj v zdravotníctve, ale zlomený prst na nohe liečiť amputáciou nohy, to sa nám obyčajným ľuďom nezdá najlepšie riešenie. „ONI“ nám síce vysvetľujú, ako je to výhodné, že už si viac na nohe nezlomíme žiaden prst, že ušetříme na ponožkách, topánkach a čistiacich prostriedkoch, lebo barlu nám, zatiaľ, dajú a tá gumička na jej konci vydrží mnohokrát dlhšie ako topánka. No sú v tom i ďalšie mnohé výhody, lebo ušetříme na látke na nohavice, možno že aj kabát by mohol byť na tej strane strihaný zo šikma, pedikúra bude o polovicu lacnejšia – aha pardon, na pedikúru už vôbec nebudú peniaze. No ale jednoducho bude to, z ich pohľadu jednoznačne výhodnejšie.

Ďakuje pekne za takúto reformu, ktorá „narobí“ ďalších žobrákov, vnesie nepokoj do radov tých, ktorí nám majú pomáhať, pre ktorých zostanú odpovede na naše vyčítavé pohľady, nemáme, nemôžeme, skúste to nejako prežiť a potom sa uvidí, či to bude rentabilné zaoberať sa s vami, lebo dne zdravotníckej kasičky bude iba prázdne vyblízkané dno od neustáleho hľadania peňazí.

Boli by sme radi, keby sa začali hľadať INÉ FORMY REFORMY ako likvidačné. Likvidačné pre zdravotnícky personál, lebo aj fyzicky sa znižujú stavy a likvidačné pre nás zdravotne postihnutých.

Ani jednu z „inkriminovaných strán“ tento stav neteší a neuspokojí vzletnými sľubmi o lepšej budúcnosti. Všetky podobnosti, z uvedeného zamyslenia, s nejakými rozprávkami alebo už niečím zažitým, sú výlučne náhodné a nemajú rozprávky za cieľ uraziť. Pretože v rozprávke víťazí dobro nad zlom. A ja mám dojem, že v tomto prípade ostávajú dvaja porazení a tretí sa usmieva pod fúziky a mastí si brucho.

Prajme si rozprávkovú živú vodu pre zdravotníkov a pre nás, ktorí sme chorí. Len nech nám ju prinesie dobrá víla a nie zdravotné poisťovne prostredníctvom ministerstva, to by sme sa zase nedoplatili a boli by sme znovu tam, kde nechceme byť.

ZOKLE - / ZO borské KLE bety/



Evka Arpášová

Áno, žiaľ naše zasadnutie sme začínali smutnou správou. Počas nášho posledného rekondičného pobytu, prehrala svoj boj s chorobou Evka, ktorej všetci tak silno držali palce, lebo sme videli, že zo všetkých strán má v rodinnom prostredí silné zázemie. Tešili sme sa každej správe, ktorú nám na klub nosil jej manžel

Peťo. Priam sme výskali od radosti, keď sa spoločne aj so svokrom objavili na našej spoločnej akcii Krok s SM. Priniesli nám radosť do duší a myslím si, že aj ona bola rada, že sa dostala von medzi svojich.

Žiaľ, osud chcel iné ako sme si želali mi všetci. To už nezmeníme, chceme len Peťu aj s jeho ratolesťami ubezpečiť, že má v nás stále tých priateľov, ku ktorým prišiel pred nedávnom medzi nás a ak mu to čas a rodinné povinnosti dovoľia, radi ho medzi sebou uvidíme. Bol a zostane totiž pre mnohých z nás symbolom lásky k blížnemu, lebo tak a akou láskou sa staral o Evku, by mnohí z nás chceli mať vo svojom prostredí.

Prijmi Peťo i touto cestou od nás úprimnú sústrasť a spokojnosť na duši, že si vykonal všetko čo bolo v Tvojich silách, aby si pomohol Evke pri jej problémoch, pri jej starostiach, bolestiach a nie len fyzických no najmä duševných. Teraz všetku svoju energiu, hneď ako sa pozviechaš z toho najhoršieho, venuj tým, ktorých mala Evka najradšej. Snaž sa im ju v čo najväčšej miere nahradiť, i keď je to nad ľudské možnosti, prenes lásku, ktorú si dával Evke do jej plodov, aby tam rástla a udržala sa v nich. Nech z nich vyrastú dobrí ľudia, v ktorých srdiečkach zostane pamiatka na ich mamičku a nech tú pamiatku majú vždy v úcte, nech ich v živote postretne čokoľvek dobrého, nech vždy zvíťazí láska a dobro ich rodičov.

Po tejto smutnej správe, sme sa vrátili k našim už dávno zaužívaným pravidlám a tak sme sa oboznámili s ospravedlnením tých, ktorým to nebolo umožnené zúčastniť sa nášho zasadnutia a ktorí majú záujem o kontakt aspoň takouto cestou. V prvom rade to bola Anka Kanevová, ktorá nám vysvetlila i predošlé odmlčanie, spôsobené jednak zhoršením stavu z letnej horúčavy a jednak z pobytu v nemocnici. Držíme tejto našej nestorke palce, aby ešte dlho mohla aspoň telefonovať s nami a tak udržiavať spoločný kontakt. Druhé ospravedlnenie prinieslo so sebou aj vystúpenie z klubu, čo nám oznámila Renátka s príslubom, že ak budeme potrebovať pomoc s dokladmi ohľadne jedného percenta, je ochotná pomôcť. Trochu nás jej odchod zamrzal, ale to je už vecou každého jednotlivca ako sa postaví ku klubu a jeho členom, do toho nikdy nebudeme vstupovať, dúfame, že sme ničím neublížili a zostaneme naďalej priateľmi. Potom prišli na radu SMS-kári Magduška s Vierkou z Kysúc, ktoré vraj veľmi spomínajú na spoločne prežité chvíle na rekondícii v Dudinciach. Aj mi spomíname. Števo Pistovič nám poslal správu priamo z nejakej rehabilitačnej vane z rekondičného pobytu zo zamestnania. Ingridka na nás taktiež nezabudla, tak ako Zuzanka Andrejková, ktorá volala priamo na klub. Volala aj Majka Šútorová, ale nie z domu, ale z Nítry, vraj s Milošom brázdia po meste a nejako sa zamotal. Nakoniec sa im predsa podarilo nájsť nás a potešiť nás svojou prítomnosťou. Odvahu mala Zuzka Majky Detkovej, ktorá sa napriek vysokému štádiu tehotenstva vybrala s maminou na naše zasadnutie. Veríme, že všetko dobre dopadlo a aj v ostatnom dobre dopadne.

Potešili sme sa samozrejme každého prítomnosti, ale sú prípady, ktoré zvlášť potešia, tak ako prítomnosť Peťov. Jedného zo Štiavnice a druhého, už trochu veselšieho z Bernolákova a ten sa pochváli, že zadarmo zvládli svadbu dcéry. Vždy nás poteší účasť Zuzky Mikulášikovej a najmä keď sme ju videli ako pokročila pri prekonávaní následkov ochorenia – len tak ďalej a vydržať.

Aj tí ostatní – Katka s maminou, Lacko so Soňkou, Jožko s Magduškou, Lydka, Mojmír s bradou, Nadka s Magduškou, Ivetka, Titus a jeden nový pozorovateľ – Marcel z Malinova.

Ak som na niekoho pozabudol, nech mi je prepáčené.

Tak ako skoro na každom zasadnutí aj na tomto sme sa vrátili k jednému percentu, lebo treba sa dostať do podvedomia podnikateľov, lebo po prvý krát budú môcť aj oni deliť z odvedenej dane pre vybrané subjekty, spĺňajúce podmienky zákona.

Prebrali sme prípravu na Valné zhromaždenie SZSM v Kremnici, na ktoré sa chystala Katarínka. Podnety si zapisovala a tak veríme, že sa všetko dostane aj na rokovanie. Veríme, že sa tam prejedná veľa konštruktívneho, keď je zasadnutie naprogramované na toľko dní. Možno by stálo zato považovať na kratšom zasadnutí a účasťou všetkých zástupcov aj s prípadným finančným podielom z klubov. Nejakú strácame medzi sebou kontakt a v dosť momentoch mi to pripomína situácie v úvodnom zamyslení. Je to však iba vec názoru.

Vyúčtovali a zhodnotili sme re- kondičný pobyt v Dudinciach, ktorý môžeme v globále zhodnotiť ako úspešný, napriek nie celkom priaznivej poveternostnej situácii. Bola tam však všade prítomná dobrá nálada a chuť prežiť pekné chvíle. Pri opekaní pstruhov a klobásy sme zažili štyri ročné obdobia, lebo sme začínali ľadom – teda krupobitím, potom lejacom, vetrom a slniečkom (niekoľkokrát) a s ním nádhernou dúhou. Pekelníci Jožko s Milanom, hudobníci Peter s Lackom a my ostatní jediči a piči sme boli fantastická partia. Nikto z vedenia hotela nechcel veriť, že budeme opekať, keď hlásili takú predpoveď počasia. Kysucká nebojácnosť, dolnozemska neodbytnosť, stredoslovenská rozvaha nitrián-

ska dobrosrdečnosť zdolali aj takú prekážku, akou je počasie. A tá papanička, všetci sme si prsty oblizovali a tešili sa na budúcu rekondíciu, ktorú sme si odsúhlasili, že ak to bude možné usporiadame v lepšom a pre nás priaznivejšom období – mesiac jún. Večerné posedenia boli nabité atmosférou napätia, čo na nás nachystajú M+M, L+S či Katka. Medzery vo vedomostiach sme zaplňali všakovakými dobrotami, pod ktorými sa stoly prehýbali, najmä keď ich spočiatku bolo tak málo. Kabáčky, pagáčky, zákusky, pukance ... až je to ťažko aj spomínať. Svoje čaro mali aj každodenné prechádzky a pre mnohých aj odbočky osladené chladnou maškrtou. Blahodárne pôsobil aj bazén, len chlad vonku a 28 stupňová voda nelákala veľké počty plavcov. Je pravdou, že tento bazén nie je na drkotanie a keď tak iba drkotanie zubami. Človek je nútený byť stále v pohybe a to je zase jeho výhoda.

Takže sem sme vmestnali aj pohľad na rekondíciu, nakoľko som nedostal žiaden iný písomný príspevok. Možno že následne príde reakcia, ktorá bude chcieť vyvrátiť môj pohľad na rekondíciu. Zatiaľ sa musíte uspokojiť s mojimi hodnoteniami.

Prechodom z hodnotenia uplynulej rekondície, sme prešli na plán rekondícií na budúci rok. Aj keď sa to zdá tak trochu predčasne, treba sa pripraviť dopredu, lebo nás v novom roku čakajú rôzne, nie veľmi populárne opatrenia našej vlády, čo sa premietne aj jednak do cien v zariadeniach, kde poriadame rekondičné pobyty a jednak v znížení finančných možností záujemcov o rekondície. Preto si predseda navrhol úlohu spracovať dotazník, ktorý by mali obdržať všetci členovia klubu a bolo by nesmierne slušné a korektné, keby naň aj všetci odpovedali. Otázky by sa orientovali na záujem o rekondičný pobyt i s určitými zmenenými podmienkami, najmä sa bude musieť zmeniť poplatok za pobyt účastníka, samozrejme pokiaľ sa chceme stretávať viac krát a nie minúť si na jednej rekondícii všetky peniaze.

Padla tu myšlienka, či sa nevrátiť k našim VIKREKOM z minulého obdobia, keď sme mali menej peňazí, ale viac chuti stretávať sa. Samozrejme i toto má svoje nevýhody, lebo doprava na rekondičný pobyt nie je dnes už najlacnejšou záležitosťou.

Ujednotili sme sa, aspoň zatiaľ vo väčšine, že nástupy by mohli byť v pondelky, namiesto nediel večer, čím by sme ušetrili jeden deň pobytu, ale na druhej strane zase stratíme jeden spoločný večer. Takže treba dobre zvažovať všetky alternatívy, aby nám bolo pri tej všetkej biede, čo najlepšie.

Nakoniec sme prebrali poštu a v nej najmä list Mestského úradu, ktorý chcel od nás nejaké údaje, do pripravovanej publikácie o pomoci v núdzi.

ZOFT, ZO borské FTipovisko.

Suseda sa pýta susedy :

- Keď je ten tvoj poľovník a chodíva na poľovačky, máva aj šťastie?
- To áno, ešte ho nik nepostrelil!

Miništrant :

- *Pán farár, včera som našiel hodinky!*
- *Dúfam, že si si ich nenechal!*
- *Nie, hneď som ich predal!*

- Môj pes klame!
- Neverím.
- Ale áno, dávaj pozor. Rexo, ako hovorí mačka?
- Hav, hav, hav
- No vidíš, čo som ti hovoril !

Malý Mórisko sa pozerá na veľké brucho svojej staršej sestry a pýta sa :

- *Čo tam máš?*
- *Dieťaťko.*
- *A máš ho rada?*
- *Pravdaže!*
- *Tak prečo si ho zjedla?*

- Zuzka, bocian ti priniesol sestričku. Teraz je v postieľke, chceš sa pozrieť?
- Chcem, bociana v posteli som ešte nevidela!

Mórisko ťahá po byte na špagáte sestrinho róbertka. Kamarát sa ho pýta, čo to robí?

- Nič, iba ukazujem švagrovi byt!

Vyskúšajte – ochutnajte !

ZORE – ZOberské **RE**cepty.

1 PL = jedna polievková lyžica

1 ČL = jedna čajová lyžička

1 Š = jedna šálka

Mexická fazuľa

150 g fazule, 1 PL oleja, 1 stredne veľká cibuľa, 3 strúčiky cesnaku, 3 paradajky, na špičku ČL čili, 5 kvapiek tabasca, 1 ČL oregana, 1 feferónka bez jadierok, čierne korenie a na dochutenie pár zrníčok soli.

Prebratú, umytú fazuľu necháme deň namočenú. Na oleji speníme cibuľu popražíme so soľou rozotrený cesnak. Po chvíli pridáme všetky ostatné pochutiny a fazuľu. Spolu dusíme ešte asi 20 minút, kým nie je všetko jemne mäkké. Chutí znamenite a so štipľavými prísadami treba narábať opatrne, aby sme nezatreli ostatné chute. Vyskúšajte rôzne druhy fazule a spoznáte viacero jej chutí.

Zapekaný karfiol s rybím filé

1 karfiol, 300 g rybieho filé, 15 g masla, 1 ČL škrobovej múčky, 1 žltok, korenie, soľ, petržlenovú vňať, muškátový orech, 50 g strúhaného tvrdého syru, 1 dl nízkotučnej smotany alebo mlieka, palmarin a strúhanku.

V jemnej osolenej vode uvaríme na ružičky rozobraný karfiol. Stredne uvarený zlejeme a necháme vychladnúť. Rybie filé nasolíme, okoreníme a chvíľu podusíme na masle a vlastnej šťave. Vychladnutý karfiol nožom posekáme na drobné časti, nie však na kašu. Misu z jenského skla alebo inú k tomu vhodnú nádobu vytrieme palmarinom a vysypeme strúhankou. Do nádoby ukladáme postupne vrstvu karfiolu a vrstvu rybieho filé, pokiaľ nám vydajú suroviny. Zo škrobovej múčky a masla spravíme zápražku následne zriedenú smotanou alebo mliekom, prípadne ešte doriedime trochou vody. Dochutíme mletým čiernym korením, podľa chuti nastrúhaným muškátovým orechom, aby nepotlačil ostatné chute, a drobno posekanou petržlenovou vňaťou. Touto dobrotou zalejeme rybie filé s karfiolom a spoločne zapečieme vo vyhriatej rúre. Tesne pred dokončením zasypeme strúhaným syrom. Podávať môžeme s pečenými zemiakmi na víne. (povieme si o nich bližšie nižšie) Tí s mlsnejšími jazýčkami a tí čo sa chcú pohrať, môžu namiesto škrobovej múčky použiť bešamel, v ktorom rozohrejeme postrúhaný syr. Je to znamenité a dá to celému jedlu inú chuť.

Zemiaky pečené na víne

Obvyklé množstvo surových zemiakov očistíme a nakrájame na asi centimetrové kolieska a poukladáme na plech. Posypeme Soľčankou, posypeme mletou rascou a zalejeme nálevom spojením 1 dl oleja a 2 dl bieleho suchého vína. Pečieme do mäkka.

Obdobne sa to dá aj s varenými zemiakmi.

Nezabúdame

V mesiaci **n o v e m b e r 2 0 0 3**

o s l á v i a

Meniny :

25.11. **Katka** Písečná

27.11. **Milan** Andrejko

Narodeniny :

1.11. Olinka Repová

10.11. Anka Benčíková

12.11. Vierka Herhová

19.11. Zuzka Mikulášiková

Gratulujeme a prajeme všetko najlepšie, veľa zdravia, lásky a porozumenia.

Nezabúdame ani na Magdušku Elgyüttovú – bude tomu rok, čo nás opustila.

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

ksmnr@nr.psg.sk

!!! Na koniec si Vás všetkých dovoľujeme pozvať na zasadnutie nášho klubu, ktoré sa uskutoční, dňa 19. novembra 2003 /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 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, alebo telefonicky na čísla 037/773 22 99 alebo 0904 547 106. Nevyžiadané príspevky nevraciam. Uzávierka čísla 10.11.2003.