



# Z o b o r s k é k l u b o v i n y

ročník VII.

december 2005

číslo 10

## Tak som sa zamyslel .....

..... zamyslel som sa to vôbec? .....

..... nebola to iba vidina? .....

..... nebol to len zlý sen? .....

..... žiaľ nie, bola a je to skutočná, tvrdá realita, ktorú som si radšej z viacerých zdrojov overil.

Priateľ, súputník v primárnom ochorení sclerosis multiplex, predseda Slovenského zväzu sclerosis multiplex, Milan Surgoš, podľaohol inému, ďaleko zákernejšiemu ochoreniu, ktoré sa pridalo v počiatkoch ako terciálne, ale ktoré pre-  
rástlo svojou agresivitou do takej miery, že sa stalo dominantným a potichu nám kradlo nášho priateľa.

Je to ťažko uveriteľné, žiaľ je to tak. Určite to zaskočilo aj jeho samého, lebo, doslova pár dní či hodín pred skon-  
aním, ešte sa v plnej miere zaoberal problémami zväzu, čo kde zariadiť, čo pripraviť pre ďalšie obdobia, bol zaregistro-  
vať zväz, aby sa mohol uchádzať v budúcom roku o získavanie finančných prostriedkov z 2 % z odvedenej dane.

Mal problémy už so spomínanou inou chorobou, ale statočne sa jej, tak ako primárnej, postavil na odpor, a za pomo-  
ci rodiny, priateľov a zdravotníkov, to vyzeralo, že tento boj má pod kontrolou. Svedčila o tom i jeho nepretržitá práca,  
ktorú vo zväze vykonával, jeho neustále cestovanie, na ktoré musel mať dostatok fyzických i psychických síl. Veď ta-  
ké dlhé lety, zmeny klímy či časových pásiem, dajú zabrať i zdravému človeku. Mal v sebe dostatočné množstvo síl,  
aby všetky tieto nástrahy prekonal a zdalo sa, že pri vysoko kladnom hodnotení tej mravenčej práce, ktorú bolo treba  
odviesť pri zaraďovaní sa zväzu do medzinárodných štruktúr, ho to pozitívne nabíjalo.

Naznačoval síce sem, tam, že už je dosť vyčerpaný, ale nikdy by si ani sám nebol pomyslel, že to zoberie taký rýchly  
a tak tragický koniec.

Zastal na polovici nedokončenej práce, práce, ktorá ho držala pri sile a ktorá ho motivovala. Určite chcel viac ako  
doposiaľ urobiť, pretože bol na seba náročný, ale priznajme si, keby každý odvádzal toľko, koľko Milan, kde by sme  
dnes mohli byť. Je potrebné si však uvedomiť i jeden závažný moment a ten spočíva v tom, že bol obklopený ľuďmi,  
ktorí ho podržali, ktorí mu pomohli najmä v tých počiatkových najťažších časoch rozbiehania zväzu do koľají riadne  
pracujúcej organizácie, ktorá sa chce etablovať jednak na domácom poli organizácií pomáhajúcich zdravotne postih-  
nutých, a jednak tak ako som to už spomínal, byť v plnej miere partnerom medzinárodných organizácií, nie len Euró-  
py, ale i sveta, v oblasti roztrúsenej sklerózy.

Je nesporné, že sa to jemu a všetkým, ktorí mali o to záujem podarilo, ale je nesporné, že určite nechcel zostať  
v strede rozostavanej cesty, ale určite chcel tú cestu teraz ešte viac skrásľovať a upravovať. Tak ako vyladľoval zväz,  
po jeho nabehnutí na normálny život. Keď sa vo zväze už prestalo zaoberať vlastnými záujmami a stal sa organizáciou  
väčšiny a hlavne tých, ktorí to najviac potrebovali – spoluobčania so zdravotným ochorením na sclerosis multiplex.  
Veľa času venoval prebúdzaniu k životu bývalých klubov a ešte viac času venoval zakladaniu nových klubov po ce-  
lom Slovensku.

Spomínam si na začiatky obrody našej spoločnej celoslovenskej organizácie. Boli to neľahké chvíle, lebo sme sa  
v prvom rade museli vysporiadať s veľa nedostatkov z minulých dôb vedenia zväzu, ktoré boli veľmi závažného rázu  
a charakteru a to až takého, že novú cestu, ktorú sme chceli a nie len chceli, ale i nastúpili, hatili do takej miery, že to  
mnohokrát vyzeralo na úplný pád zväzu. Tu sa práve ukázala sila Milana a jeho „spolubojovníkov“, znovu a znovu  
vstať, búšiť na vráta, z ktorých nás už viackrát vyhodili a ktoré pred nami riadne zabuchli. K tomu bolo treba nie len  
dostatok síl, ale i nesmiernu dávku trpezlivosti a otrlosti.

Priznám sa otvorene, že ja osobne som neoplýval takými atribútmi, začala ma trápiť ďalšia choroba a tak som nemal  
dostatok síl ísť bok po boku s ním. Predsa i časté cestovanie, ktoré vtedy nebolo také pohodlné ako dnes, ma oberalo  
o zbytok fyzických kapacít. Na druhej strane som mal na priebeh riešenia tých zdedených chýb iný názor. Možno tro-  
chu razantnejší, ale vo svojej podstate čistejší, i keď pre vinníkov či páchatel'ov hrozivejší. Dobrosrdečnosť Milana  
a ľudí, ktorými sa obklopil a ktorí mu boli oddaní, tak ako boli oddaní veci prospešnej celoslovenskému zväzu.

Na spoločných akciách, ktoré už mohli hodnotiť priebeh činnosti zväzu, lebo bolo čo hodnotiť, vždy uhládzal  
i takého neduhu minulosti, ktoré ešte dosť dlho rezonovali. Mal pochopenie a s trochou nadľahčenia nad vecou, vlieval  
nádej tým, ktorým sa práve v danú chvíľu nedarilo.

Bol som rád, že som mu mohol byť, spolu s niektorými ďalšími, vecným a konštruktívnym oponentom a bol som  
svojim spôsobom poctený, že mnohé rozhodujúce momenty života zväzu konzultoval so mnou. Pri každom našom  
stretnutí sme si našli chvíľu času, aby sme sa navzájom „post'ážovali“ o svojich problémoch a na druhej strane, aby  
sme sa navzájom povzbudili do ďalších krokov v práci či už pre klub alebo pre zväz.

Je mi nesmierne ľúto, že tieto chvíle zostanú už iba spomienkou. Je mi úprimne ľúto, že už nevidím zdvihnutú ruku vyzývajúcu ku spevu pri zábave po vykonanej práci. Je mi ľúto, že už nebudem počuť hlas, ktorý ma upokojoval pri neistote.

Nie je mi ľúto, ba dokonca som rád, že som mal možnosť spoznať dobrého človeka, úprimného priateľa a neúnavného partnera na spoločnej ceste boja s roztrúsenou sklerózou mozgomiešnou a nerozhodnosťou mnohých ostatných zdravotne postihnutých týmto ochorením, pre ich lepší život.

Úprimná sústrasť prejavujem osobne, ale celý nitriansky klub i jeho rodine, bez ktorej podpory by všetko to, i keď to bol iba zlomok a náznak všetkého, nebol býval mohol zvládať.

Koncom môjho zamyslenia mi nezostáva nič iné, ako vysloviť to prosté a tak jednoduché –

**Milan ďakujeme.**

*Za seba a všetkých členov Klubu sclerosis multiplex Nitra, Tono Suchan.*

**ZOKLE** - / ZO borské  
KLE bety/

Koncojesenný čas prednaznačoval slabšiu účasť na tomto zasadnutí, ale celkom tak mu to nevyšlo. Stretlo sa nás celkom pekne čo do počtu, ale i zloženia, lebo i keď vozičkári boli oslabení o Magdušku Hrubú, ktorá doma prežívala horúčkovitejšie chvíle s vírusmi, prišiel Peťo Kázmer, čo nás všetkých tak potešilo, že sa mnohým tlačili aj slzy do očí. Boli to však slzy radosti, že Peťo našiel jednak dobré duše, ktoré mu túto návštevu umožnili, ale najmä to, že nazeral toľko síl, že cestu zvládol. Prišla sa medzi nás pozrieť i Janka, tento krát nie Vrábľanka, ale Klokočiňanka, tá, ktorá sa k nám, i keď trochu nesmelšie, pridala na akcii Krok s SM v mestskom parku.

Z neúčasti na zasadnutí klubu sa ospravedlnil Stanko, ktorý súčasne tlmočil pozdravenie pani MUDr. Procházkovej s výzvou písania článkov do celoslovenského časopisu nášho zväzu NÁDEJ. Volala i Bobča za seba i Inge a bolo jej veľmi ľúto, že sa nemôže stretnúť s nami, lebo majú porozhadzovaný barák, ale na druhej strane pochválila kluboviny, ktoré jej pri čítaní nahrádzajú neúčasť. Tá druhá Janka z Vrábľov, nemohla dôjsť, lebo peniažteky jej nečahajú, lebo na druhý deň po sedení nášho klubu, musí ísť na kontrolu lekárom do Nitry. SMS-koval Lacko, Sonka, Vladka a Vladko, ktorých odrádzalo počasie, ktoré bolo v predošlých dňoch tak, trochu sneživé. Mojmír priniesol osobne pozdrav od Majky a pomaly sa uzdravujúcej Helenky, ktorá robí radosť rehabilitačnej lekárke, ale hnevá operátora. Olinka z Partizánskeho nás zasypala spústou vtipov, ale nerozveselila nás svojim nezlepšujúcim sa zdravotným stavom. Z Uheriec pozdrav oboch Oliniek priniesla Majka. Kuriérkou ospravedlnenia Anky Kanevovej bola Zuzka Andrejková spolu i s Milankom a nebolo to iba ospravedlnenie, ale i príspevanie na kluboviny, ktoré má veľmi rada. Dostali sme správu od Magdušky Benešovej, ktorá by sa veľmi rada zúčastnila našich zasadnutí, ktoré boli pre ňu také nezabudnuteľné, ale dôsledky choroby a časová zaneprázdnenosť práve v stredu, jej to neumožňujú. Taktiež si netrúfa prihlásiť sa na rekondície. Katka avizovala a neskôr i SMS-kou potvrdila, že nepríde ani s Norbim, lebo mamina bola na očnej operácii a je to ešte čerstvé. Tak sme popriali Zuzke, nech všetko dobre dopadne, aby mohla ešte dlho vozit' Katku a jej spolucestujúcich.

Predseda informoval prítomných, že sme zaregistrovaní v notárskej komore, notárskou zápisnicou, čo je prvý a najdôležitejší predpoklad dostať sa do zoznamu oprávnených organizácií, pre uchádzanie sa o 2 % z odvedenej dane fyzických i právnických osôb.

Postažovali sme sa na slabší tok informácií zo strany zväzu cez internet, lebo informácie od Juliany nám chodia v takej intenzite, že ich ani niekedy nestačíme všetky absorbovať.

Prišiel najzdĺhavejší a najdramatickejší bod rokovania a tým bolo určenie termínov konania rekondičných pobytov v roku 2006. A začalo to hneď z ostra a tak bolo potrebné utíšiť hladinu a ozrejmiť si čo robíme, pre koho to robíme a za akým účelom to robíme, čo robíme. Vnášanie emócií, arogancie a nevraživosti nikdy nepomohlo dospieť k spoločnému najvyhovujúcejšiemu koncu. Určili sme si prioritu a tou bolo konanie troch rekondičných pobytov (zatiaľ) v troch zariadeniach a oboznámili sme sa s výsledkami záujmu o účasť na nich. Odznel názor a nebol nikým negovaný, že by to mohlo byť rozdelené na jar, leto jeseň, aby sme sa už trochu pohli z miesta. Neskôr po vzájomnej výmene názorov a konzultácii boli vybrané tieto termíny. Hokovce 30.4. – 7.5.2006; Bielice 26.6. – 2.7.2006; Dudince 27.8. – 3.9.2006. Brali sa v úvahu pripomienky, že aj v druhých zariadeniach a nielen v Bieliciach chcú členovia klubu prežiť rekondíciu v letnom období, na druhej strane sa zohľadnilo, že Bielice nie sú vôbec vyhovujúce v chladnom období, pretože sa na prechodových chodbách nekúri. Hokovce, ktoré majú najkvalitnejšie rehabilitačné podmienky, sa dajú využiť aj v alternatívne možnom neistom počasí.

Pripomenuli sme si, že určite nemôžeme všetkým vyhovieť tak, aby sme boli všetci na 100 % spokojní a preto, komu nevyhovujú termíny, konania rekondičných pobytov, tak ako boli schválené na sedení klubu, môže zrušiť svoj záujem alebo celkove prehodnotiť možnosť účasti. Bola totiž odsúhlasená i zásada, že sa nebude hľadiť na to, na koľkých rekondíciách sa ten, ktorý člen zúčastní. K tomuto všetkému sa patrí pripomenúť, že stále v klube platí zásada, že je prá-

voplatné to, čo sa schválilo na zasadnutí klubu, teda čo prítomní odsúhlasili a ostatní to budú brať ako smerodajné. Za jednotlivých vedúcich rekondičných pobytov boli schválení Hokovce - Ingrid Valachyová, Bielice – Jozef Hrubý, Dudince – Anton Suchan. Predseda dostal za úlohu preveriť možnosti termínov u jednotlivých prevádzkovateľov.

V poslednom sme sa informovali o stave účtov a pripomenuli povinnosť špecifikácie využitia získaných finančných prostriedkov z 2 %. Evka Tulinská pripomenula, aby sme nezabudli na ďakovný list a zváženie jeho distribúcie už v tomto čase.

Anke Benčíkovej pri príležitosti životného jubilea sme prisľúbili darček, ktorý sme si už zaužili aplikovať a ním je zníženie poplatku účastníka na rekondičnom alebo rehabilitačnom pobyte. Na oplátku ona od nás chcela prihlášku pre jej manžela.

No a potom nastala vše a veľa vrava.

## **Vyskúšajte – ochutnajte !**

### **ZORE – ZOberské REcepty.**

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

#### **„Vyskoč z vody“**

400 g hladkej múky, 300 g tuku (Palmarin, Hera), 40 g droždia, 6 PL mlieka, 1 ČL cukru, hustý lekvár, práškový cukor na posypanie

Múku a tuk zmiešame a pridáme z mlieka, cukru a droždia pripravený kvások. Spracujeme cesto a vložíme ho do misy so studenou vodou.

Keď cesto „vyskočí“, vyberieme ho, dáme na pomúčenú dosku a znovu premiesime. Potom ho rozvalkáme na hrúbku ½ cm a pokrájame na štvorce. Na každý kúsok dáme kôpku lekváru, sformujeme trojuholník alebo obdĺžnik a poukladáme na vymastený plech. Povrch môžeme potrieť rozšľahaným vajíčkom.

Koláče upečieme vo vyhriatej rúre a ešte teplé posypeme práškovým cukrom.

#### **Bublanina s pudíngom**

4 vajcia  
1 Š hrubej múky  
1 Š polohrubej múky  
200 ml oleja  
1 Š kryštálového cukru  
1 Š mlieka  
1 kypriaci prášok  
1 vanilínový cukor  
1-2 PL kakaa  
marhuľový kompót (720 ml)  
1 veľký banán  
1 vanilkový a 1 čokoládový pudíngový prášok

Vajcia s cukrom vymiešame do penista, postupne pridáme olej, mlieko, múku s kypriacim práškom. Asi 2/3 cesta rozotrieme na vymastený a pomúčený plech, do zvyšku vmiešame kakao a polejeme ním cesto na plechu. Marhule scedíme, necháme odkvapkajúť, poukladáme ich na cesto a upečieme. Ešte teplý koláč natrieme roztláčeným banánom. Šťavu z kompótu dolejeme do 1 litra a rozdelíme na polovice. Z prášku uvaríme v šťave s vodou najprv vanilkový pudíng (osladíme ho podľa chuti) a ešte horúcim polejeme koláč. Rovnako uvaríme čokoládový pudíng, nalejeme ho na vrch koláča, necháme stuhnúť a pokrájame.

#### **Jogurtový koláč**

2 jogurty  
2 jogurtové kelímky polohrubej múky  
2 jogurtové kelímky kryštálového cukru  
1 prášok do pečiva  
1 vajce  
800 g ovocia (podľa sezóny)  
posýпка z KL masla, hrubej múky a práškového cukru

Prísady na cesto zmiešame a vylejeme na pripravený plech. Na vrch poukladáme ovocie a posypeme posýpkou. Pečieme v stredne vyhriatej rúre 20-30 minút.

#### **Francúzske karamelové kocky**

6 vajec  
6 PL kryštálového cukru

1 ČL kakaa  
5 PL polohrubej múky  
1 balíček prášku do pečiva  
50 ml oleja  
Plnka: 1 l vody  
3 Zlaté klasy  
130 g kryštálového cukru  
1 vanilínový cukor  
2 PL kakaa  
7 bielkov  
Šľahačkový krém: 4 lyžice kryštálového cukru  
300 ml mlieka  
2 šľahačky v prášku  
strúhaná čokoláda na ozdobu

Bielky s cukrom vyšľaháme na tuhý sneh, pridáme olej, žĺtky a zľahka vmiešame múku s práškom do pečiva a kakao. Cesto rovnomerne rozotrieme na vymastený a múkou posypaný plech a upečieme.

Väčšiu časť vody dáme zovrieť, pridáme 70 g kryštálového cukru a balíček vanilínového cukru a vo zvyšnej vode rozmiešané Zlaté klasy. Do horúcej kaše postupne zapracujeme sneh zo 7 bielkov a 60 g cukru. Do polovice plnky vmiešame kakao.

Na cesto natrieme najprv svetlú a potom tmavú plnku a napokon

šľahačkový krém: cukor skaramelizujeme, zalejeme mliekom, rozvaríme, do vychladnutého pridáme šľahačky v prášku a vyšľaháme. Povrch ozdobíme strúhanou čokoládou.

## ZOFT, ZOberské FTipovisko

Nezamestnaný sa hlási na inzerát o práci v Microsoftu ako upratovač WC. Vedúci personálneho si ho pozve na pohovor, následne mu nechá zložiť test (s novým tesnením pod WC).

Nakoniec povie: "Ste zamestnaný! Dajte mi svoju e-mailovú adresu a ja Vám pošlem vyplnenú zmluvu s údajmi, kedy a kde sa máte hlásiť!"

Muž odpovie zmätene, že vlastne nemá ani počítač ani e-mailovú adresu.

Vedúci personálneho odpovie, že je mu teda ľúto, ale bez e-mailu že virtuálne neexistuje a nemôže preto dostať tú prácu. Muž odchádza, zmätený, len s 10 dolármi v kapse. Rozhodne sa kúpiť 10 kg rajčín v supermarkete, s tými ide od dverí ku dverám a predá svoje rajčiny do jednej hodiny, zdvojnásobí tak svoj investovaný kapitál. Tak to urobí ešte trikrát a prichádza domov so 60 dolármi. Uvedomí si, že sa takto uživil. Každý deň vychádza včas z domu, vracia sa neskôr a troj až štvornásobne navrášťa svoj kapitál denne. Neskôr si zakúpi ručný vozík, potom dodávku, a naraz je majiteľom malej flotily dodávok. Za päť rokov je jedným z najväčších dodávateľov potravín v USA. Myslí na budúcnosť svojej rodiny a nechá si od svojho poisťovacieho agenta vypracovať komplexné poistenie. Na konci schôdzky sa ho agent pýta na jeho e-mailovú adresu, aby mu mohol zaslať vypracovaný návrh. Muž odpovie, že nemá e-mail. "Zvláštne," odpovie agent, "nemáte e-mail a vybudoval ste také impérium. Predstavte si, kde ste mohol dnes byť, keby ste e-mail mal!"

Muž premýšľa a odpovie: "To by som upratoval záchody v Microsoftu!"

*Medzi kamarátmi:*

- *Peťo, čo si dostal od rodičov na narodeniny?*

- *Vidíš tam pod oknom ten tmavozelený Ford Focus?*

- *Bože! To je nádherné auto!!*

- *Tak presne takej istej farby som dostal čapicu...*

Štart lietadla, kapitán ako obyčajne:

- *Vážené dámy a páni, pekne vás vítam na palube nášho lietadla. Náš let prebieha nad Atlantickým oceánom, vo výške 10.000 metrov, rýchlosť je 900 km/h, teplota vzduchu...sakra! Do ri..! Mňa šľahne! Ježišmária!*

Kapitán sa odmlčí, mŕtvolné ticho, pasažieri sú bledí, panika, krik..... Po dlhšej chvíli sa kapitán ohlási:

- *Dámy a páni, prosím, ospravedlňte ma! Letuška ma obľiala kávou. Keby ste videli moje nohavice spredu...*

Jeden z pasažierov skrikne:

- *Ty hovädo! Keby si videl moje nohavice zozadu!!!*

*Po kalifornskej pláži sa prechádza chlapík zahľbený do modlitby.*

*Odrazu zvolá: "Pane, spln mi jedno pranie!"*

*Nad hlavou sa mu zjaví mohutne temne mračno a zaburáca hlas boží: "Keďže si sa celý život snažil byť priamy a čestný, splním ti jedno želanie."*

*Chlapík hovorí: "Postav most na Havaj, aby som sa tam mohol hocikedy dostať autom."*

*Boh na to: "Tvoje pranie je veľmi materialistické! Len si predstav, s akými problémami sa takéto želanie spája: piliere až na dno Pacifiku, všetok ten betón a oceľ, čo by to stalo! Dokážem tvoje želanie splniť, ale*

Ťažko sa mi akceptuje tvoja orientácia na svetské veci. Skús ešte chvíľu porozmýšľať a vysloviť želanie, ktoré by pre mňa bolo poctou!"

Chlapík sa tuho zamyslel. Po dlhej chvíli nakoniec vraví: "Pane, prial by som si rozumieť ženám. Chcem vedieť, ako sa cítia v hĺbke svojho srdca, čo majú na mysli, keď ma ignorujú, prečo plačú, čo chcú povedať keď hovoria "nič".

Boh: "A ... na tom moste chceš mať dva alebo štyri jazdne pruhy?"

#### Vybraté z korešpondencie :

Internetové informácie od Juliany Ilenčíkovej :

7.11.2005

Ivetka Galovicova, Martinka Lasovska a Milan Surgos.

Prosim Vas, dajte mi vediet, ako ste sa dohodli s tym Portugalskom. Treba letenky kupovat a cim neskor, tym budu drahsie.

Len potrebujem vediet, ci ide Ivetka, aby som mohla poslat registracu do EMSP.

Zajtra aj zatelefonujem do zväzu, ale zatiaľ to bolo vždy bezúspešne.

Juliana

16.11.2005

Ahoj Julka, presná suma ceny leteniek je 17 102,- Sk, v Eurách je to 430,-  
> EUR. Bankové spojenie : Slovensky zväz sclerosis multiplex, Culenova 12,  
917

> 01 Trnava, c.uctu : 0280039603/0900, IBAN : SK96 0900 0000 0002 8003 9603,

> BIC : GIBASKBX. Pekny den. Iveta.

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 **d e c e m b e r 2005**  
slávia

#### Meniny :

23.12. **Nadežda** Pavlovičová

24.12. **Eva** Tulinská

26.12. **Štefan** Pistovič

#### Narodeniny :

8.12. **Mária** Kováčová

17.12. **Zuzana** Andrejková

24.12. **Emil** Penzeš

26.12. **Klára** Suchanová

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

[ksmnr@nr.psg.sk](mailto:ksmnr@nr.psg.sk)

a nájsť na webovej stránke :

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

**!!!** Dovoľujeme si Vás všetkých pozvať na zasadnutie nášho klubu, ktoré sa uskutoční, dňa **14. decembra 2005 /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 8.12.2005.



*Veselé a v pohode prežité Vianočné sviatky, šťastlivý nový rok a hlavne  
veľa zdravia, Vám z úprimného srdca praje Tony Suchan*