

Tak som sa zamyslel

..... nad jedným z poukázaní našich hostí na oslavách 25. výročia založenia klubu. Všetci sa zhodli na jednom a tom istom, že najvyššie hodnoteným bodom našej činnosti, je aktivita. Aktivita, ktorá ruka v ruke spolu s liečebnými procesmi umožňuje človeku prežívať plnohodnotnejšie život i za tých tvrdých podmienok, ktoré nám stanovuje naše ochorenie. Je medzi nami mnoho takých, ktorí si osvojili myšlienku – som chorý, liečte ma. Je to o to smutnejšie, že je medzi nimi obrovské množstvo mladých. Je to dvojnásobne smutné, jednak, že prepadli skepse a jednak strácajú motiváciu naplňajú podstatu môjho veľmi obľúbenej myšlienky, že chcem tu byť trochu viac, a nie iba ako tieň. Nevyžaduje to síce žiadne úsilie, teda robiť tu iba tieň, ale je to prázdny život, v podstate o jedení a dýchaní. Myslím si, že pre jedinca ľudského tvorstva je to veľmi málo. Človek je tvor mysliaci a mal by sa aspoň pokúsiť urobiť niečo viac ako ostatné tvory. Aktivita zvierat končí zháňaním potravy. Človek by mal mať toho trochu viac. A to v požiadavkách sám na seba.

V prvom rade sa odpútava od pozorovania seba samého a sústredí sa na

okolie. V druhom rade sa stane osožný pre svoje okolie a nie jeho príťažou.

Každá jedna iniciatíva a to sebe menšieho rozsahu, naplňa človeka zmysluplnosťou a obohacuje ho. Nehovoriac, že pri prvých úspechoch človek začína aj duševne rásť a stáva sa odolnejším pri eventuálnych nezdaroch. A pri zdaroch sa môžem svojimi, i keď drobnými úspechmi, pochváliť svojim najbližším, svojim priateľom a určite budem rásť v ich očiach a budem hodnotený ako niekto, kto sa snaží. To všetko ma zase bude motivovať pokračovať v načatom diele a dokonca si zvyšovať latku náročnosti.

Viem, že pre väčšinu z vás sú to veci známe, no ja by som chcel „džugnúť“ do toho statického radu, aby sa rozhýbal ako keď padá domino. Lebo ani my, čo sme v klube sme sa nerozhodovali ihneď a jednoznačne. V mnohých z nás to už bolo zakorenené v génoch, ako samotná potvora choroby, ale určite na nás vplývalo i prostredie a smerovanie spoločnosti. Žiaľ, dnes je bežné byť pasívnym a nechať sa viesť prúdom, hoci je aj ten prúd zavádzajúci a klamlivý. Ten, kto sa pokúša aspoň o pár temp, ten má väčšiu šancu sa o niečo zachytiť a dostať sa na breh.

Takýmto záchytným bodom môže byť občianske združenie, akým je i náš

klub. Nie je to úplný záchranca, lebo požaduje, aby ten, kto sa ho zachytil, urobil pre seba čo i len trošičku. Tá trošička ho možno naštartuje a vôbec sa nenahneváme, ak už viac nepríde medzi nás, lebo si myslí, že jeho cesta je vo vyšších sférach, my sme spokojní, že sme podali pomocnú ruku a svojim spôsobom zachránili jedného človeka. A keby ostalo iba pri tom jednom, mám dojem, že už i tak to všetko malo zmysel.

Pasívny človek ťahá za sebou káricku plnú smútku, stresu, depresie a apatie. Ťahá ju po veľmi nedobrej ceste, ktorá je plná výmoľov a skál. Nikdy nevie, kedy sa mu ktorá tá negatívna „potvora“ z nej vysype a zavalí ho. Potom musí vynaložiť omnoho viac síl jednak fyzických a jednak psychických, aby sa znovu dal do pohybu, no veľa síl zanechal za sebou a bez pozitívneho efektu.

„Trajdat“ sa s takouto kárickou nie je žiadna výhra. Toto čo vám teraz predstavím, viacerí už počuli z mojích úst. Pre tých, čo nie, nech je to motívom na zamyslenie, no nenúťte sa do toho ako návodu. Jednoducho to nechajte voľne a pokojne prebehnúť vašou myslou.

Keď som po „zpojazdnení“ opúšťal nemocnicu, na cestu som dostal dosť tvrdý limit prežitia. Sklamalo ma to, no po prvopočiatočnom rozčarovaní som si povedal. Skús tú dobu, ktorú ti vyhranili, PREŽIŤ a nie prežívať. Preto vznikol i náš klub a preto sa mu i toľkých rokoch darí.

Dostať sa na tú dobrú respektíve lepšiu cestu nebýva jednoduché, tak ako

sa o tom píše už s odstupom času. Občianske združenia vám však môžu pomôcť sa dostať z priekop popri tých cestách. Skráťte si cesty blúdenia a tápania.

Neberte tieto moje slová ako nábor, vôbec nie. Ak nás bude päť, vystačíme si a ak nás bude päťdesiat, bude nám veselšie a príjemnejšie. Neveríte, prídte sa medzi nás nezáväzne pozrieť, sme po celom Slovensku. Aj my ťaháme každý jeden svoju káricku, lenže na rozdiel od tých pasívnych, naša je oveľa ľahšia a je v nej väčšina dobrého. Ani naša cesta nie je vyhladená a rovnučká ako starkej poleva na torte. Aj naša káricka poskakuje, no ak je väčší hrbol, vypadne z nej nejaký zabudnutý vtíp, úsmev alebo radosť. Tie nedobré veci sú ťažké a tak tým neustálím natriasaním ostávajú stále na dne. Je pravdou, že aj z našej káricky sem tam vypadne trochu aj z toho horšieho, no nebýva to také bolestivé a kruté. A ešte jednu vec prezradím – my si musíme vždy po spoločných akciách dofúkať pneumatiky na tých našich kárickách, lebo si ich naložíme radosťou, veselosťou a humorom. Také zábavné relácie ako vznikajú na spoločných stretnutiach, vám neposkytne žiadna televízia a nijakí zabávači, ktorí to majú všetko pripravené. To naše je spontánne a bezprostredné. Preto sa to nedá pozrieť na žiadnej stanici ani z archívu. Ostáva to iba v našich myšliach a drží nás to až do doby nového stretnutia. Niečo zachytia fotografie, ale tie viac povedia priamym účastníkom, ale môžu naštartovať aj nerozhodných, hlavne pre kto-

rých som týchto pár riadkov písal, aby tým fotografiám porozumeli.

No a vám ostatným prajem, nech vám naše káricky značky SM nevzragujú, ale sa stále dopĺňajú dobrom.

Váš Tony

ZOKLE - / ZO borské KLE bety/

Som sklamaný, som sklamaný, som sklamaný. Áno som sklamaný sám sebou, lebo nedokážem svojou slovnou zásobou popísať čo sme na spoločnej akcii 25. Výročia založenia klubu a akcii Krok s SM všetko zažili.

Pootvorím okno, aby ste mohli „nakuknúť“ na našich hostí, pána primátora mesta Nitra, doc. Ing. Jozefa Dvonča, CSc., ďalej pána prednostu Neurologickej kliniky FN Nitra, doc. MUDr. Miroslava Brozmana, CSc., pani riaditeľke KOS Nitra, Mgr. Daniele Gundovej, pani doktorku centra SM MUDr. Virágovú, pani sestričku centra SM NK FN Nitra Valériu Andelovú, pani sestričku centra SM NK FN Nitra Blanku Pogranovú.

Ak pootvorím ešte i dvere, budete možno počuť tri mladé slečny zo Strednej zdravotnej školy v Nitre, ktoré nám zarecitovali a zaspievali, aby tak obohatili naše rokovanie.

Vopred sa ospravedlňujem, ak sa niekomu bude zdať, že sa v niektorých myšlienkach opakujem, ale verte po toľkých rokoch písania by sa to mohlo prihodiť aj mladšiemu a hlavne zdravšiemu človeku.

Dvadsaťpäť rokov prinieslo so sebou mnoho dobrého, no i sem-tam horšieho. Vysoko kvalitná príprava osláv priniesla

výsledkom práce širokého kolektívu členov klubu bombastickú atmosféru.

Druhé moje ospravedlnenie sa bude týkať mojej registračnej pamäti, ktorá mohla zlyhať pri vymenúvaní všetkých účastných na vyššie spomínanom efekte. Pracovníci KOS nám vyšli maximálne v ústrety, jednak sprístupnením priestorov už deň vopred a zabezpečením nami požadovanými prvkami našej výstavky. Ich dekoráciu dotvorila Evka Tulinská za pomoci manžela Titusa a syna Miloslava, kde popri výstavke zručnosti našich členov vytvorila retro panel zo života už z prvých našich akcií. Mnohí sme sami seba už nepoznávali. Klárka, Anička, Titus a Dodino nafukovali balóniky s emblémom klubu a 25. Občasná strelba puknutých balónikov dotvárala atmosféru osláv, iba sme nepočítali či ich bolo 25. A potom sa sála premenila na lúku s pestrými kvietkami, niektoré boli umelé, ale stále krásne, od Lenky, Danielky, Dana a Lukáša a niektoré živé od Darinkinej dcéry Danky. Nakoľko to boli živé kvietky, zabezpečila pre ne vysoko kvalitný a bohatý „zalievací“ režim. Len neviem či sa neprepočítala, lebo z neho vyšiel aj pitný režim na tejto akcii a ešte sme si ušetrili aj na rekondíciu.

Ajhľ! Čo to? Z vedľajšej miestnosti, kde sú skryté naše dievčence, sa rinú dve silné vône. Jedna na sladko ahááá, to sú vychytené zákusky Majky Žochárky, ináč volanej Detkovej. Klasika, už nám začínajú tiecť slinky, určite budú také chutné ako po každý raz. Všetci odkladajú svoje diétne zásady a už si aspoň pohľadom vyberajú, ktorý padne za obeť prvý.

Druhá vôňa je na slano. To nevyspatá Lenka prináša vlastnoručne zhotovené misy. Nevyspatá preto, lebo ich spolu

s maminou robili do rána do štvrtej. Ich dielo je čarovné a oči sa začínajú pášť.

Už, aby predseda skončil svoj prejav a mohli sme sa pustiť do tých všakovakých dobrôt. Lebo stoly spestrili pagáčiky, slímáčky a iné slané pečivá, ktoré priniesli taktiež z domu čerstvo robené naše dievky. Boženka, Anička, Darinka a neviem kto ešte.

Predseda sa tiež ponáhľal, lebo pred ním na stole kraluje krásna torta so znakom klubu, ktorú priniesli Ivetka s Dodinom.

Naši vzácní hostia nás potešili už svojou prítomnosťou, no potešili aj ich príhovory, v ktorých ocenili prácu za obdobie existencie klubu. Pán primátor priniesol osobný dar pre klub, novučičký notebook, vraj ten z predošlých osláv je už určite zastaralý, ak vôbec ešte funguje a aby sa nenarušilo spojenie radnice s klubom. Pani riaditeľka KOS si pripravila pre nás darčeky, ktoré si rozdáme na pripravovanej rekondícii. Pán prednosta neuro-kliniky vyzdvihol spoluprácu s klubom, ktorá napomáha pri liečbe svojim špecifickým prístupom, kde dochádza k symbióze medicínskej liečby a morálno-psychickej podpore. Aj za krásne slová, no najmä za pretrvávajúcu pomoc nášmu klubu, predseda odovzdal ďakovné listy pánovi primátorovi, pani riaditeľke, pánovi prednostovi a obom sestričkám centra SM.

A zrazu rušivý moment! Lenka s Danom sa vovalili do miestnosti a na rukách nesú dve obrovské bábätká zabalené v celofáne. Neboli to živé bábätká, ale to boli dve číslice a určite vám už dochádza asi ktoré. Dvojka a päťka vo forme slanej torty, no krásne.

Keďže sa nám už očká napásli a aj papuľky si postupne dochádzali na svoje. Prišiel čas na spoločensko-kultúrne vy-

žitie, ktoré pripravili Luky, Danielka, Lenka, Dano a Martin. Začali sme klasicky zhotovením našej tradičnej reťazi. To ste mali vidieť tie manufaktúry, jedni nabehli na overený systém – strihať – lepiť a skladať. Iní mali taktiku najprv čo najviac nastrihať a potom všetci lepiť a nakoniec rýchlo skladať. Do diela sa zapájali všetci bez rozdielu pohlavia, veku či vzdelania. Trojročná, päťročná cez šesťdesiatničky až k sedemdesiatničkám. Niektorí mali svojich spravodajcov, ktorí sledili ako to ide ostatným, aby oni nezaostávali. Nakoniec vzniklo krásne dielo o dĺžke 92 metrov, čo sme namerali v novovytvorenom átriu KOS Nitra. Tam prebiehala aj druhá časť medicínsko-zručná. Lenka priniesla balóniky, piesok vo vaničke a z minerálkovej fľaše lievika. Úlohou každého bolo naplniť pieskom cez lievika, ktorý obsluhovala Danielka. Po naplnení a zaviazaní balóniku vznikla pomôcka relaxačno-upokojivá. Bol o ne veľký záujem a niektorí sa otočili aj viackrát. Dokonca sestričky s centra SM si narobili týchto pomôcok väčšie množstvá, pre pacientov, ktorí čakajú v čakárni aby sa pohrali a upokojili. No bolo vám to smiechu a veselosti, lebo rôzne pohyby a finty pri naplňaní balónikov, vyvolávali rozličné predstavy, obrazotvornosť pracovala na plné obrátky a bola sprevádzaná salvami smiechu. Kto sa upokojil, mohol voľne prejsť k vedomostnému stolíku, na ktorom bolo treba spáriť (ej vy nemravníci, načo hneď myslíte!) stopy našej lesnej zveri s jej podobizňami. Veru vznikali všakovaké „potvory“, lesáci by sa čudovali a nie len oni, ale i my. Opäť vznikol kútik veselosti a zábavy.

Všetci sa zapájali do obsluhovania, nosení kavičky, bola radosť pozeráť ako sa snažia i tí, ktorí majú problémy, ma-

ximálne pri svojich možnostiach pomôcť. Dopĺňali sa slané a sladké a tekuté, celým Krajským osvetovým strediskom sa niesla dobrá nálada a ťažko opísateľná atmosféra.

Záverom musím skonštatovať, že to treba zažiť na vlastnej koži, lebo ako som už naznačil v úvode, aj moja pamäť starne a nie som obdarený opisným talentom. Preto nehládajte v mojich slovách nič vedľajšieho, ale iba sa podeliť o tú obrovskú spoločnú radosť. Preto mi už len prichodí všetkým, ktorí sa tešia zo zdarného spoločného diela a prišli, lebo spolupatričnosť nie je iba vec rekondícií, ale celoročného nášho spoločného diela. Nie reči, ale skutky, držím sa tejto zásady roky a osvedčila sa. Som nesmierne rád, že väčšina to zdieľa so mnou. A aj za to ĎAKUJEM!

Vyskúšajte – ochutnajte !

ZORE – ZOberské REcepty.

1 PL = jedna polievková lyžica

1 ČL = jedna čajová lyžička

1 KL = kávová lyžička

Priznám sa vám, že po toľkej krásnej pohľadu a pestrosti chutí z poslednej našej akcie, si netrúfam s nejakým receptom prísť.

Aha ho beťára, jeden sa predsa len vošiel. Prosím toho, kto to vyskúša nech dá vedieť, lebo pre krátkosť času sme ho my nestihli. Ďakujem

Šišky z kefiru, jemné, nadýchané a bez dlhého čakania!

Šišky pripravujem celé roky z rovnakého kysnutého cesta – napokon, nikdy som iné neskúšala a bola som presvedčená, že toto je najlepšie. Potom som vyskúšala tip od mojej svokry – **pridať do cesta kefir**. Výsledkom sú tie najlepšie šišky, aké som kedy jedla, navyše cesto vy-

kysne rýchlejšie, namiesto hodiny alebo dvoch stačí počkať 20 minút! :-)

Potrebujeme: (1 šálka=250 ml), 2 a ½ šálky hladkej múky (prípadne podľa konzistencie cesta, možno budete potrebovať menej), 1 šálku kefiru, 5 lyžíc krupicového cukru, 1 vajce, 3 lyžice oleja, štipku soli, ½ lyžičky jedlej sódy

Ďalej budeme potrebovať: Olej na vyprážanie, Džem na náplň, Práškový cukor na posypanie

Postup: Vajce vymiešame s cukrom a keфирom. Postupne pridávame sypkú zmes (múku zmiešanú so soľou a jedlou sódou). Vymiešame hladké cesto, ktoré prikryjeme utierkou a necháme 20 minút odpočívať.

Potom cesto rozvaľkáme na plát hrubý približne 1 cm a vykrajujeme z neho jednotlivé šišky. Tie stačí už len vyprážať na oleji z oboch strán dozlatista. Papierovým obrúskom odstránime zo šišiek prebytočný olej. Podľa chuti ich naplníme náplňou a posypeme práškovým cukrom.

ZOFT, Zoborské „FTipy“

Vnúčik na oslave dedkových 99. narodenín:

"Deduško, všetko naj... a hlavne aby sme sa takto stretli aj o rok a oslávili spolu storočnicu."

"No neviem, vnúčik môj, neviem, či sa nám podarí stretnúť."

"Ale dedko, veď to je len jeden rok, len 365 dní."

"Ja sa nebojím o seba, ale ty jazdiš ako chmuľo..." :)

"Dobrý deň, neruším?"

"Nie, naopak..."

Po prehratom zápase kričí tréner na hráčov:

"Ja som vám povedal, aby ste hrali, ako

nikdy predtým, a nie akoby ste nikdy predtým nehrali!"

Prosím vás, ja idem na stanicu. Idem dobre?

- *Nie, trochu krívate.*

- *Fero! Ten nápadník našej dcéry ťa príde dnes požiadať o jej ruku. Stačí ak mu povieš "áno". Netreba aby si mu v slzách bozkával ruky a oslovoval ho "náš spasiťel"...*

Príde Mišo do galantérie a pýta si:

- *Prosil by som si smútočnú pásku.*

- *Aká má byť? - pýta sa predavačka - Široká, alebo užšia?*

- *A nie je to vari jedno?*

- *To nie, pane. Keď je smútok veľký, má byť páska široká. Keď je menší, môže byť aj užšia.*

- *Tak to mi dajte čiernu niť. Zomrela mi svokra.*

U psychiatra: Pýta sa doktor pacienta:

- "Chodíte s dievčaťom?"

- "Nie!"

- "A chceli by ste chodiť?"

- "Áno a rád."

- "A kto vám v tom bráni?"

- "Manželka."

Rozprávajú sa dve priateľky:

"Ty, vieš čo, môj drahý mi sľúbil, že keď budem v posteli výborná, dostanem mercedes. Ak budem dobrá, dostanem audi. A ak budem priemerná, dostanem golf."
"Hej? A čo si dostala?"
"Kolieskové korčule."

Viete, že ?

Všetko, čo nás učili v škole, nemusí byť pravda! (II. Časť)

P r í r o d o p i s

10) Králiky sú hlúpe a pred hadom strachom stuhnú, miesto, aby utiekli.

Zle! Robia to naopak múdro. Hady zle vidia, zaznamenávajú len pohyb koristi.

11) Slony majú hrubú kožu, cez ktorú nič necítia.

Zle! Dva a pol centimetra sa zdá dosť, ale slonia koža je mimoriadne citlivá – keď slona bodne komár, krváca.

12) Horúčku môžu dostať len ľudia a zvieratá.

Zle! Vedci zistili, že i rastliny môžu dostať horúčku, keď nemajú dostatok vlhky alebo majú poškodené korene.

13) Býky dráždi červená farba.

Zle! Nedokážu rozoznať červenú farbu. To, čo ich rozdráždi, je trepotanie šatky.

14) Mačky milujú mlieko.

Zle! Nielen, že to nie je ich obľúbená pochúťka, ale po mlieku často dostávajú hnačku. Chutnejšia a stráviteľnejšia je pre ne smotana!

15) Tulipány pochádzajú z Holandska.

Zle! Pôvodne pochádzajú tulipány zo strednej Ázie.

16) Vek pánbožkovej kravičky určujeme podľa počtu bodov na krovkách.

Zle! Počet bodov na krovkách neurčuje vek, ale druh, ku ktorému patria.

17) Vzduch nič neváži.

Zle! Vzduch váži v priemere asi 1,2 kg na 1 m³.

18) Myši milujú syr.

Zle! Myši syr neznášajú. Nepohrdnú ale čokoládou alebo rožkom.

Z e m e p i s

19) Zem je guľatá.

Zle! Skôr sa podobá tekvicu.

20) Eskimáci býva v iglu.

Zle: Žijú v búdach a v stanoch. V iglu

spia, len keď musia na love prenocovať na snehu.

21) Ku Škandinávii patria všetky severské krajiny.

Zle! Medzi škandinávské krajiny nepočítame Island ani Fínsko.

22) Baltské more je bezpečné.

Zle! Nikde na morskom dne neleží toľko vrakov ako v Baltskom mori.

23) Na Mesiaci je treskúca zima.

Zle! Na slnečnej strane mesiaca sa môžu teploty vyšplhať až ku 180°C.

Niečo z korešpondencie :

Musíme sa Vám poďakovať za skvelú akciu ktorú ste pripravili k 25.vyročíu založenia klubu, nemalo to chybu len keby boli prišli aj ostatní členovia aspoň ti čo mohli veľmi sme si vážili, že prišli pán Dvonč, pán Brozman, pani riaditeľka KOS Nitra, pani doktorka a sestričky z centra SM ani nehovorím, sme šťastní že máme takého skvelého predsedu a želáme mu veľa zdravia, aby nás mohol viesť ešte dlho, sme šťastní že sme sa mohli stretnúť aj z našimi priateľmi ktorí chodia do klubu. S úctou detkovci, prepáčte za písmo, tešíme sa na vás, bolo to skvele. Tonko zo mňa písárka nebude

Slovenský Zväz Sclerosis Multiplex Gratulujem prídeme aj osobne len pred hodinou sme dorazili na Slovensko – Jarmila

Helena Chlebovcová Gratulujem a prajem všetkým všetko dobré , hlavne zdraviečko a do ďalších rokov veľa dobrých ľudí okolo.

Margita Vadkertiova · Blahoželá a želám veľa úspechov na správnej ceste.

Anna Pavlovičová Gratulujem a prajem všetko dobre aj ďalších rokov, pozdravujem..

Mária Bačíková Srdce ne blahozelám a obdivujem okrem iného aj zlaté ručičky, ktoré vytvorili tu krásu na konzumovanie. Máte môj veľký obdiv celkove, čo sa týka spolupatričnosti, vytvárania pohody/vidno to na záberoch/ a teším sa s vami.

Prajem veľa, veľa zdravia a sil do ďalších aktivít.
DRZTE SA !

Eva Mihaľová Gratulujem a verím, že oslava bola veľkolepá ako keď som u Vás v klube bola ja s prezidentkou. Pozdravujem Vás a nech Vám pohoda a radosť vydrží čo najdlhšie

Emília Hoštakova Blahoželám a prajem všetko dobré všetkým, hlavne zlepšenie zdravia 😊 😊

Magdalena Vavricova Tonko-srdce ne blahozelám a tebe aj klubu želám šťastlivé vykročenie do ďalšej-25-tyky-s radosťou spomínam na krásne chvíle prežité vo vašom kolektíve-ste úžasní a nech sa vám aj naďalej darí+boli ste aj mojim vzorom na klubovom poli-ŽIVIO!!!

Keď ľudia dajú do toho čo robia pre druhých kus svojho srdca, vznikajú fantastické hodnoty, nesúce so sebou náboj dobra a ak sa to znásobí, je to hotová BOMBA DOBRA. To sme včera zažili na vlastnej koži a preto chceme kúsok z toho posunúť i vám aspoň fotkami a videami. (komentár predsedu na facebooku)

Anton Suchan St Ešte k tej bombe, aby ste si nemysleli, že sme militaristi, táto bomba nabitá pozitívnymi nábojmi sa rozplynie do okolia a obdaruje láskou, porozumením a toleranciou všetkých "zamorených", čím je v tomto prostredí radosťou byť. Netriešti, nerozbíja, ale spája a stmeluje a zasiahne i tých, ktorí by predsa len si chceli zarypnúť. Ale koniec koncov, veď to všetko dobre poznáte. U nás bolo včera nebíčko na oblohe, nebíčko v papul'kách a najmä nebíčko pri srdiečkach. Žiadna chmára

Lýdia Michaličková Oslava 25. výročia Klubu SM v Nitre bola hodnotená veľmi dobre a na vysokej úrovni.

Veľká vďaka organizátorom, veľká vďaka tým ktorí zabezpečovali pohostenie, veľká vďaka zúčastneným, veľká vďaka hosťom a najväčšia predsedovi klubu za neuveriteľných 25 rokov vedenia klubu. Klári

Naša identifikácia :

IČO 355 90 700



Bankové spojenie :

VÚB, a. s. pobočka Nitra,

IBAN :

SK82 0200 0000 0000 7723 0162

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

Nezabúdame

V mesiaci **j ú n 2017**
s l á v i a

Meniny :

Lenka Hrajnohová, Tonko Valachy,
Janko Detko, Lacko Gubó, Peťko Mikulášik

Narodeniny :

Daniel Magušin, **Boženka Valachyová,**
Dáška Kázmerová,

V mesiaci **j ú l 2017**
o s l á v i a

Meniny :

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

Narodeniny :

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

V mesiaci **a u g u s t 2017**
o s l á v i a

Meniny :

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

Narodeniny :

Alenka Haverová, Mojmír Žvach, Mária 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 18. j ú n a 2017 /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 0904 547 106, 0949 173 675. Nevyžiadané príspevky nevraciam. Uzávierka čísla 10.6.2017