

Ša ša ša :

- A nadišiel posledný, pomikulášsky a predvianočný klub. Nechcem byť patetický, ale láske ku klubu sa vyjadruje činmi, nie prázdnyimi gestami a frázami. Už len to, že si ľudia nájdu čas, aby sa stretli s niekým, na komu im záleží, je znak, že im je v tejto spoločnosti dobre. A potom sú tu jedinci, ktorí chcú atmosféru našich zasadnutí povýšiť na nie iba sedenie a mentorovanie. „Zvlákajú“ zo širokého okolia všakovaké dobroty a nech sa na mňa nik z nich nehnevá, nebudem tentokrát konkrétny, aby som niekomu nechtiac neublížil. To aj tentokrát bola súťaž v “rajcovaní” chuťových kanálikov a to či v sladkej oblasti, či slanej ale i tekutej. Živé vetvičky, vianočné gulôčky, snehové vločky, ozdobné pásky a najmä čarovnej vianočnej ikebany.
- Predsedov mini reproduktorček dotváral sviatočnú atmosféru, no ihneď po skončení oficiálnej časti sedenia, radšej sme ho stmili, lebo nastala taká konštrukčná vrava, že by ju mohla narušovať. (kiežby sa takto dali manželky stlmiť!) Visuté žalúzie nám dotvárali chýbajúcu zasneženú krajinu, ale ináč nám nič nechýbalo. Dobrot rozličného druhu reprezentovali šikovnosť našich gazdiniiek a to mi vetre, ťažko som musel bojovať sám so sebou, no okoštoval som z každého druhu. Patrilo by sa mi ísť domov pešo, aby som spálil nabraté kalórie.
- Šikovne, no nie „šlampetne“ sme prebrali odporúčené administratívne body. A hoci to nie je vec administratívna, začali sme gratuláciou Zuzke Mikulášikovej k jej životnému jubileu. Krásne kytica ruží jej hádam urobí radosť, tak ako jej rodičom, neúnavným opatrovateľom.
- Privítali sme ostatných prítomných a odovzdali pozdravy tých, ktorí sa nemohli dostaviť na klub a to či už z chorôb, či iných rodinných príčin. Musíme konštatovať, že stále sú medzi nami členovia, ktorí sa neunúvajú ani telefonicky, SMS-kou alebo mailom dať vedieť o sebe a o svojom stave. To tak trochu zabolí pri srdiečku, lebo ostatní sa všemožne snažia. Ich snaha takto býva dehonestovaná.
- Náplastou na predošlé boli pozdravy ostatných našich, vedenia KOS Nitra, centra SM FN Nitra s prednostom, ktorí nám posielajú vždy niečo dobrôt či pochutí. Pán Topoľan zo zámočku v Topoľčiankach nás nielen pozdravuje, ale zakaždým pozýva na našu akciu k nim. Stále nám však nevie zabezpečiť termín a tým pádom je to pre nás veľmi neisté.
- Nakolko malo sa to niesť v sviatočnom duchu a tá, ktorá si pripravila (Evka) sviatočný vstup, ochorela, tak vytiahol predseda žolíka z talónu a spustil vedomostný test z oblasti prichádzajúcich sviatkov. Dost' z toho sme poznali, no bolo tam i niekoľko, ktoré boli pre nás nové (možno i s regionálnym nádychom).
- Už klasicky sme sa venovali 2%-ám, napriek tomu, že ešte nepoznáme zoznam možných uchádzačov, treba sa už predpraviť a nahadzovať „udičky“, lebo konkurencia sa rozrastá a my máme ten handicap, že máme zníženú mobilitu. Tlačivá sú na našom webe aj s niektorými novými fotkami.
- Bez pripomienok sme schválili už roky u nás uplatňovaného benefitu a to odpustenie členského príspevku pre našich členov ubytovaných v sociálnych zariadeniach.
- Prišiel možno najzaujímavejší bod rokovania a tým sú rekondície v roku 2019. Boli zosumarizované prihlášky a teraz ostáva členom výboru klubu, vybrať stanovený počet účastníkov. Tak ako po iné roky, je potrebné brať v úvahu záujem o život klubu a nie iba o cestovku. Z jednotlivých zoznamov členov výboru bude stanovený rebríček vybratých a náhradníkov, ktoré budú k dispozícii iba na zasadnutí klubu, ak to členovia výboru dodržia, možno už na januárovom. Tlačivá pre výber sú k dispozícii v tlačenej forme na decembrovom klube a mailom v počte jednotlivých členov výboru.
- Odsúhlasili sme Zoznam členov klubu k 31.12.2018, ktorý odpošleme na vedenie SZSM.
- Prebehli sme orientačne ostatnú poštu
- Keďže sa blížia sviatky, predseda poprosil Aničku, aby rozdala darčeky. SM-kári dostali kazetu s perom a svetidlom s označením klubu a všetci prítomní dostali malý balíček so žetónmi a znakom nášho klubu. Ostatní, ktorí sa nezúčastnili nášho zasadnutia a to už z akéhokoľvek dôvodu, pravdepodobne to dostanú poštou, pokiaľ predseda zistí formu a možnosti. (verím, že takú maličkosť ako oznámenie o doručení, nebude pre nich záťažou!)
- Predseda klubu všetkým úprimne a zo srdca poďakoval všetkým, ktorí mu pomáhali udržovať úroveň života klubu. Poprial všetkým členom klubu šťastlivé prežitie sviatkov, do nového roku veľa zdravia, šťastia a pohody.

Váš Tony

Všetko dobré prajeme januárovým oslávencom : Hrajnohová **Danielka**, Hrajnohová Lenka, Pavlovičová Nađeđa, Tulinský **Titus**, Postrk **Miloš**;

Zasadnutie nášho klubu, sa uskutoční, dňa **15. januára 2019 /utorok/ o 14. 00 hodine** na **Fatranskej ulici v Nitre – Chrenovej III.**, na prízemí v klubovni Krajského osvetového strediska

Naša identifikácia : IČO 355 90 700, DIČ 2021479724, Bankové spojenie : VÚB, a. s. pobočka Nitra, IBAN : SK82 0200 0000 0000 7723 0162, MV SR : VVS/1-900/90-9642

Zostavuje a vydáva Anton Suchan, predseda Klubu sclerosis multiplex Nitra, ako občasník. Nepredajné, výhradne pre členov Klubu SM Nitra. Text neprešiel jazykovou úpravou. Adresa klubu, 949 11 Nitra, Novomeského 3/5, telefón 0904 547 106, 0949 173 675.

kontakt : www.ksmnr.sk suchan@ksmnr.sk zázvierka čísla 6.1.2019.

prosím obrátiť list



Chi, chi, chi cha, cha cha ...

- Počúvaj, vieš o tom, že Fero je v nemocnici?
- Neexistuje, veď včera som ho videl s krásnou kočkou!
- Lenže videla ho aj jeho manželka!

- Prsnatá žena ma dnes ráno zmlátila vo výťahu. Mala na tričku nápis „1981“ a ja som sa stále pozeral na jej prsia.
- Povedala : Tak už zmačknite jednotku!
- Tak som to urobil a ďalej si už nič nepamätám

Kráčal Ježiš po Zemi, keď v tom uvidel plačúceho muža. A pýtal sa Ježiš muža, prečo plače.

"Oheň mi vzal dom a ja teraz s rodinou nemám kde žiť."

"Hľa muži, Tvoj dom!" povedal Ježiš a pred ich zrakmi sa objavil nádherný dom.

Išiel Ježiš ďalej a zbadal plačúce ženu.

"Zomrel mi môj maličký syn!", Sťažuje sa žena. Vtedy vystrel Ježiš ruky na dieťa a povedal: "Hľa žena, Tvoj syn žije!"

Prechádzal Ježiš ďalej Zemi, keď v tom uvidel sedieť v Bratislave na Hviezdoslavovom námestí plačúceho mladíka.

"Prečo plačeš mladý muži ?!", spýtal sa ho Ježiš. Mladík k Ježišovi zdvihol svoje uplakané oči a odvetil:

"Idem po prvýkrát k voľbám a neviem koho voliť".

Ježiš si prezrel volebné lístky, prisadol a plakal s ním.

Hm, hm, hm

Ľudské telo je plné záhad II.

Priemerné ľudské telo obsahuje toľko síry, že by dokázala zabiť všetky blchy na napadnutom psovi, toľko uhlíka, že by stačil na vyrobenie až 900 ceruziek, toľko draslíka, že by stačil na odpálenie detského kanónu, dostatok tuku na vyrobenie 7 kusov mydla a dostatok vody na naplnenie 50 litrového barelu.

Za celý život srdce priemerne prečerpá až 182 miliónov litrov krvi.

50 tisíc buniek vo vašom tele zomrelo, ale aj boli nahradené novými, počas toho, ako ste prečítali túto vetu.

Odtlačky prstov sa vyvinú v ľudskom embryu po troch mesiacoch od počatia.

Srdce žien bijú rýchlejšie ako srdce u mužov.

Muž menom Charles Osborne čakal po dobu 68 rokov.

Praváci žijú v priemere o 9 rokov dlhšie než ľaváci.

Dve tretiny ľudí nakloní hlavu na pravú stranu keď sa bozkávajú.

Priemerný človek zabudne až 90% svojich snov.

Celková dĺžka všetkých krvných ciev v ľudskom tele je asi 100 tisíc kilometrov.

V priemere je rýchlosť dýchania človeka o tretinu vyššia na jar ako na jeseň.

Počas celého života spracuje ľudský mozog asi 150 biliónov informácií.

Až 80% nášho telesného tepla strácame hlavou.

Keď sa červenáme, náš žalúdok sa červená tiež.

Mňam, mňam, mňam

Tvarohové koláče :

1 kg polohrubej múky, 7 dl mlieka, 3 dl oleja, 2 žltky, 1 celé vajíčko, 8 dg droždie, 10 dg kryštálový cukor, 0,5 lyžičky /malej/ soli, 3-4 varené zemiaky.

Všetko zamiesiť, nechať vykysnúť. Potom šálkou vykrojiť kolieska, poukladať na vymastený plech, kraje natrieť vajíčkom, do stredu dať lyžicu tvarohu, vidličkou ho trochu rozťahnuť, posypať škoricovým cukrom, dať hrozienka a upiecť vo vyhriatej rúre /cca 10 min /.

Tvaroh : 1 kg tvaroh /jemne hrudkový/, 2 vanilkový cukor, 1 lyžica citrónovej šťava, 40 dg kryštálového cukor / môže aj viac, podľa chuti /, 2 uvarené zemiaky

Oškvarkové koláče / ríteše /

cesto rovnaké, namiesto tvarohu dáme posekané oškvarky, zatočíme ako závin, potrieť vajíčkom a piecť dobrú chuť !!! *(sľúbené recepty Gitky, ktoré sme koštovali v Turčianskych Tepliaciach)*

Pizza na plechu, lepšiu sme nemali ani z donáškového služby.

Keď chcem niečo rýchle a chutné na večeru, pripravujem tento recept!

Suroviny : 40 dg hladkej múky, 1 dl vlažného mlieka, 2 dl vlažnej vody, 3 dg droždia, 4 PL oleja, ½ ČL soli, ½ ČL cukru

Prísady : podľa vlastného výberu a čo je v domácnosti

Droždie nechám napučať v mlieku s cukrom, keď je hotové vymiesim cesto. Nechám kysnúť 1-1,5 hodín. Po nakysnutí cesto vyvalkám na veľkosť plechu. Na vymastenom plechu pečiem 40-50 minút pri teplote 175°C.

Prísady si dáme s pizzou zapiecť už podľa svojej chuti