

Časopis frekventantov Rehabilitačného strediska pre zrakovo
postihnutých v Levoči

NADHL'AD

občasník
č. 5/2013

Kasárenská 16, 054 01 Levoča
telefón: 053/4166411,
e-mail: casopis@rszp.sk

Redakčná rada:

Balogová Oľga, Bátori Ján, Bílla Tatiana, Mgr. Bursová Erika, Čmelíková Júlia, Dani Tibor, Ferko Stanislav, Gaži Ivan, Bc. Genská Miriam, Greguš Ján, Hudecová Alena, Janíková Jana, Masarik Miroslav, Matej Ľuboš, Mirga Jaroslav, Mgr. Nedorost Peter, Pozdechová Dominika, Rabíková Helena, rolníková Nataša.

Domáci poriadok:

Je súbor prijatých noriem, ktoré platia pre všetkých frekventantov ubytovaných v stredisku, aj pre dochádzajúcich.

Začnem denným režimom.

Od budička do večierky máme stihnúť všetku činnosť, ktorú sme si naplánovali.

Mnohí zabúdame, alebo vedome nestíhame po budičku do raňajok upraviť si lôžko, vyvetrať a upratať izbu, umyť sa a upraviť svoj zovňajšok. Táto činnosť je základom pre dobrý štart do nového dňa.

Posilnime sa raňajkami pondelok – piatok od 7,00 – 7,30 hod. Sobota, nedeľa 8,00 - 9,00 hod. Každý by sa mal na raňajkách zúčastniť osobne, aj keď viem, že je to pre mnohých veľký problém. Pokiaľ sa frekventant v týždni nedostaví na raňajky do 20 minút od začiatku výdaja, môže sa jeho porcia poskytnúť inému.

Obedy sa podávajú pondelok – štvrtok od 12,55 – do 13,30 hod. Piatok, sobota a nedeľa od 12,00 hod. Mnohí z vás si nevážia večeru, ktorá sa podáva od 17,30 – 18,00 hod. a v sobotu, nedeľu o pol hodiny skôr, tým že sa na večeru neunúvajú.

K povinnostiam frekventantov patrí aj:

V spoločne užívaných priestoroch sa správať voči sebe ohľaduplne

- dodržiavať čas večierky a nočný klud 22.00 hod.
- dodržiavať čas návštevných hodín 14.00 – 20.00 hod.
- pri pohybe po chodbách, chodíme po pravej strane
- fajčíme, iba na vyhradených miestach
- hospodárne využívať energie
- pre všetkých platí, že v stredisku sa pohybujeme v prezuvkách
- osobne hlásiť odchody a príchody službu konajúcemu vychovávateľovi
- všetci vieme, ako narábať s alkoholom

Rady:

Vedenie RSZP neručí za cenné veci, treba si izby zamykať.

Veľa sa venujete sedavému zamestnaniu, preto dbajte na pravidelný pohyb.

Využívajte každú možnosť na činnosť, ktorú vám stredisko ponúka.

Váš vychovávateľ Péchy Alexander

Zdravie

Zdravie, to najcennejšie, čo máš,
len si v živote váž.
V nedohľadne nastane chvíľa,
keď si sa na zdravého človečka hrala.

V nemocnici tíško ležíš,
a s bolesťami veľkými sa trápiš.
"Zoberte ma odtiaľto"! Vravíš,
anjelovi na krídlach sedíš.

Dominika Pozdechová

Rozhovor

Nachádzame sa na vrátnici, kde máme pripravených pár otázok pre pani vrátničku:
Ako by ste porovnali vašu terajšiu prácu s tou predošlou?

Jeden rok som pracovala v Spojenej škole internátnej pre zrakovo postihnutých v Levoči a bola som tam prijatá na funkciu pomocnej vychovávateľky. Tá práca ma veľmi bavila a veľmi sa mi tam páčilo. Keby som mala porovnať prácu tam a svoje terajšie zamestnanie v RSZP, povedala by som, že je to skoro to isté, pretože aj tam som prichádzala do kontaktu s nevidiacimi s tým rozdielom, že tam boli nevidiace deti a tu sú už dospelí nevidiaci. Rozdiel bol ešte aj v tom, že v základnej škole som s tými deťmi bola viac v kontakte, keďže som tam pracovala, ako pomocná vychovávateľka a tu na pozícii vrátničky, už nie som s nimi v takom priamom kontakte.

Ako ste vnímali prvotný kontakt s nevidiacimi, ako osoba bez zrkového postihnutia?
Prvý kontakt spočiatku bol pre mňa veľmi ťažký, dá sa povedať, že mi trvalo celý jeden mesiac si zvyknúť, hlavne bol ťažký pohľad na tie deti a často som si aj poplakala, ale potom už som si zvykla a už to bolo v poriadku.

V budúcnosti by ste sa chceli zaoberať nejakou prácou pre nevidiacich, myslím napríklad osobnou asistenciou, alebo podobne?

Áno, veľmi by som chcela pracovať s nevidiacimi, trebárs aj ako ich osobná asistentka, ale v dnešnej dobe je veľmi ťažké sa zamestnať.

Môžete nám povedať, z čoho pozostáva vaša práca na vrátnici?

Moja práca na vrátnici pozostáva z prepájania telefónnych hovorov, zapisovania príchodov a odchodov frekventantov.

Čo by ste zapriali našim frekventantom na záver?

Zapriala by som im v prvom rade zdravie, pretože to je najcennejšie v živote človeka a keby sa im raz vrátil zrak, tak by som im dopriala, opäť vidieť a v neposlednom rade veľa dobrých ľudí okolo seba.

Helenka Rabíková František Ollé

Oslava bývalých pedagógov v stredisku

Dňa 7. novembra prišli medzi nás dvaja bývalí učitelia za účelom oslavy ich jubilejných výročí. Sú to manželia Ličkovci: pani vierka Ličková (65 rokov) a pán Ján Ličko (80 rokov). Títo dvaja tyflopédi patria k významným ľuďom, ktorí sa pričínili o vznik nášho strediska. Tí, ktorí ste chodili do strediska skôr, ste ich určite poznali. Pani učiteľka Ličková vyučovala prevažne písanie na stroji a kompenzáciu zraku a problematikou pána učiteľa Lička boli hlavne semináre, ktoré absolvujú frekventanti základného kurzu: odborný seminár, základné smery sebarealizácie a sociálno-právna starostlivosť. Obaja prispeli k vzniku šlabikára pre dospelých nevidiacich na výučbu Braillovho bodového písma, napísali osnovy pre výučbu priestorovej orientácie a sebaobsluhy. Navyše pani učiteľka Ličková zostavila príručku reliéfnej tlačenej aj písanej abecedy pre tých nevidiacich, ktorí sa potrebujú naučiť podpisovať.

Frekventanti ich mali veľmi radi, pretože obaja, Janko aj Vierka, nielen učili, ale mnohým pomohli aj, čo sa týka ich súkromných záležitostí, preto im patrí za to veľká vďaka.

Navyše pán Ličko sa vo voľnom čase venuje písaniu básní, ktoré si môžeme prečítať v nejednej jeho vydannej knihe.

Ale vráťme sa späť k oslave.

Na oslavu sme prispeli svojim kultúrnym programom aj my, členovia speváckeho krúžku pani vychovávateľky Wagnerovej. Prvá vystúpila Miriam Genská, ktorá zarecitovala báseň od Jána Lička, Čas. Nasledovala pieseň od Martiny Šindlerovej, Milujem, ktorú zaspievali Mirka Genská a Janka Janíková. Tretí v poradí vystúpil Ľuboš Matej, ktorý zarecitoval báseň Život. Na záver programu sme zaspievali pieseň Ej, zalužické poľo. Po zábave pred odchodom manželov Ličkovcov domov sme my, ktorí ich poznáme, ešte raz išli jubilantom zablahoželať. Poďakovali nám a povedali, že boli milo prekvapení z kultúrneho programu.

Na záver by som v mene všetkých ešte raz chcela poďakovať manželom Ličkovcom za ich záslužnú prácu v stredisku a popriať im veľa zdravia, šťastia, lásky, úspechov a Božieho požehnania v ich ďalšom živote.

Bc. Miriam Genská

Vyskúšaj to a keď to nepôjde, nič sa nedeje, necháš to tak

Dovoľte mi, aby som sa s vami podelila o mojich skúsenostiach so štúdiom na vysokej škole. Keď som vážne rozmyšľala nad svojou budúcnosťou, volila som dve možnosti: Buď chcem masírovať, alebo učiť deti náboženstvo a slovenský jazyk. Prvú možnosť využívam teraz v Rehabilitačnom stredisku a s tou druhou som sa popasovala na Filozofickej fakulte Katolíckej univerzity v Ružomberku.

Pred tým, ako som začala študovať, musela som si v prvom rade vybrať školu.

V tomto mi veľmi pomohla naša výchovná poradkyňa v SOU pre zpm pani učiteľka Pendráková. Ďalej som si musela uvedomiť, že už nebudem medzi mojimi seberovnými nevidiacimi, ale medzi samými vidiacimi. Bolo mi jasné, že sa budem

musieť so životom riadne popasovať, hlavne, čo sa týka orientácie po priestoroch univerzity a po Ružomberku. Mojou ďalšou veľkou úlohou bolo „vychovať si moje okolie“, to znamená, naučiť mojich spolužiakov, ale aj vyučujúcich, ako sa majú ku mne, nevidiacej správať napr. že mi majú počas presunu z bodu A do bodu B, hovoriť schody hore a dolu, že sa budem držať ja ich a tak ich nasledovať a že ma nemôžu tlačiť pred sebou, poprosila som ich, aby mi pomáhali vo veciach, ktoré si vyžadujú zrakovú kontrolu, aby mi nepomáhali vo veciach, ktoré zvládnem sama, napr. orientácia po už známych priestoroch a iné odstraňovanie bariér medzi nami, ktorých podrobný opis, by bol veľmi zdĺhavý.

Tretím faktom, ktorý som si potrebovala uvedomiť bol, že budem musieť bez ohľadu na môj hendikep, zvládnuť vstrebávať veľa informácií, ktoré od nás vyžadovali naši vyučujúci na skúškach, zhromažďovanie literatúry a písanie seminárnych prác a nakoniec aj bakalársku alebo diplomovú prácu, ktorou má študent preukázať, čo všetko sa naučil. Keď som sa o tomto všetkom rozprávala s mojimi rodičmi skôr, než som začala študovať, povedali mi: „Vyskúšaš to a keď to nepôjde, nič sa nedeje, necháš to tak, život ide ďalej.“ A tak som sa na to dala. Keď som nastúpila na univerzitu, nespoliehala som sa na to, že mi ktosi čosi dá a tak som si so sebou priniesla svoje vlastné kompenzačné pomôcky – notebook s hlasovým výstupom a scanner s finereadrom, ktoré mi slúžia dodnes. A prečo práve katolícka? Nuž nie ani tak pre jej samotný názov, ale hlavne preto, lebo som tam mala nevidiace kamarátky vo vyššom ročníku, ktoré mi pomohli začať, ďalej preto, lebo som sa dozvedela, že škola a internát sú v jednom areáli, čo bolo praktické, lebo som sa nemusela pohybovať na prednášky a na internát po celom meste a taktiež pre možnosť kresťanského spoločenstva a každodenných svätých omší priamo na škole, ktoré by som na iných univerzitách asi nemala. Rok štúdia na univerzite sa nevolá školský rok, ale akademický rok. Pred začatím akademického roka, ktorý sa na univerzitách začne zhruba v polovici septembra, je zápis do jednotlivých ročníkov. Na tomto zápise si každý študent zapisuje jednotlivé predmety konkrétneho ročníka a počet kreditov, ktoré každý predmet obsahuje. Predmety sa delili na povinné a povinne voliteľné. Povinné predmety sme si museli zapísať všetky a povinne voliteľné sme si zapisovali podľa vlastného výberu. Dôležité však bolo, aby sme po ukončení akademického roka, dosiahli 60 kreditov. Akademický rok sa skladá zo zimného a letného semestra, po ktorom vždy nasledovalo skúškové obdobie. Zimný semester trval zhruba od polovičky septembra do polovičky decembra, po ňom nasledovalo skúškové obdobie a letný semester začal asi v polovici februára do polovičky mája, po ktorom nasledovalo opäť skúškové obdobie.

Na vysokej škole som si bola sama sebe pánom. Nikto mi neprikazoval, či a kedy mám ráno vstávať, či ísť na prednášku alebo na skúšku, kedy a akým spôsobom sa mám učiť, kedy sa mám najesť, kedy mám ísť spať a ani čo mám robiť vo voľnom čase. Zo všetkého najradšej som mala semester, vysokoškolskí študenti to veľmi dobre poznajú. Počas semestra sme chodili na prednášky zapísaných predmetov, ktoré sme mali určené v rozvrhu, ako tu. Mali sme aj tzv. semináre. Rozdiel medzi prednáškou a seminárom bol v tom, že na prednáške prednášali vyučujúci a my sme si to, čo odprednášali museli stíhať zapisovať a na seminároch nám väčšinou vyučujúci zadali témy, ktoré sme si podelili a ktoré sme museli na tých seminároch odprezentovať a napísať z toho seminárnu prácu. Navyše na seminároch bola povinná účasť, na prednášky nie. Keďže strojopis ovládam veľmi dobre, na prednáškach som nemala problém s písaním poznámok. Problém u mňa nastal vtedy, keď si vyučujúci vysvietili svoje prednášky na dataprojektor, čím sa znížila úroveň prednášky, pretože vyučujúci nehovoril podstatu vysvietenú na dataprojektore

a tak som si poznámky musela zháňať od spolužiakov, čo bolo voči mne nefér. Učiteľov som na to upozorňovala, no nakoľko to mnohí nebrali na vedomie, na prednášky takéhoto druhu som prestala chodiť, lebo som z nich nič nemala. Ďalší problém nastal s jednou nemenovanou vyučujúcou, ktorej predmet spočíval v spočítavaní a určovaní ťažkých a ľahkých, prízvukných a neprízvukných slabík a v určovaní literárneho druhu. Tento predmet bol náročný na logické myslenie a pre mňa ovšem aj na spôsob komunikácie s vyučujúcou vzhľadom na štruktúru predmetu. Predmet sa volal teória literatúry a jeho obsah sa nedal naučiť, ale bolo tomu treba pochopiť a mne sa bolo treba osobitne venovať, čo daná vyučujúca odmietla. Tu nastala pre mňa dilema, čo robiť? Keby som sa na ňu sťažovala, narobila by som problémy sebe a spolužiaci mi pomôcť nijako nemohli a nevedeli. Bola som si vedomá, že tento predmet nezvládnem a tak musím zmeniť odbor, rozhodla som sa pre dejepis. Takže som pokračovala v štúdiu ďalej, študovala som dejepis, náboženstvo.

Skúšanie bolo nárazové, vôbec to nefungovalo tak ako na základných a stredných školách, alebo aj tu v stredisku, kde učitelia skúšajú priebežne. Počas semestra sme mali „leháro“, skúšali nás práve v už spomínanom skúškovom období. Fungovalo to tak, že každý vyučujúci si vypísal termíny skúšok a každý študent si musel vybrať termín, ktorý mu najviac vyhovuje. Na skúšky sme sa pripravovali z prednášok a odporúčanej literatúry, ktorú som si musela naskenovať. Skúšky sa robili, buď písomne, alebo ústne, no ja som vždy po prvej vyučovacej hodine išla za vyučujúcim, ktorému som sa predstavila, povedala som mu, že som nevidiaca a že by som ho chcela poprosiť, aby ma skúšali ústne. Väčšinou s tým u nikoho nebol problém. Na škole sme mali aj koordinátorov pre zdravotne postihnutých, ktorí nám pomáhali pri štúdiu. Na skúškach nás známkovali nie číslami, ako sme boli zvyknutí na zš, alebo sš, ale písmenami: A-čko predstavovalo známku 1, B – 1-, C – 2, D – 2- a E – 3. Všetky tieto známky značili, že študent skúšku urobil. Potom bola ešte známka FX, ktorá znamenala, že študent skúšku neurobil a tak musí ísť na skúšku ešte raz. Ak študent skúšku neurobil ani na druhýkrát, musel si ju zapísať do príslušného semestra v ďalšom ročníku a skúsiť opäť dvakrát. Ak študent danú skúšku neurobil ani na štvrtýkrát, musel zo školy odísť, bol vylúčený. Súčasťou štúdia učiteľstva bola samozrejme aj pedagogická prax. V treťom bakalárskom a druhom magisterskom ročníku sme už nemali prednášky v letnom semestri. Na konci štúdia nás čakali už len štátne skúšky a písanie bakalárskej práce počas bakalárskeho štúdia a diplomovej práce v magisterskom štúdiu, ktorých témy boli vyvesené na nástenke. Bola možnosť aj zadania si ľubovoľnej témy. Každý vyučujúci mal v zozname určitý počet tém a záujemca o konkrétnu tému navštívil vyučujúceho počas jeho konzultačných hodín s tým, že chce písať prácu na jeho tému alebo na ľubovoľnú tému. Témy na bakalárky sa vyberali v druhom bakalárskom a na diplomovky v prvom magisterskom štúdiu. Po výbere témy bolo potrebné, čo najskôr začať prácu písať a chodiť ku konzultantovi pravidelne na konzultácie, aby študent vedel, akým smerom má ďalej postupovať, akú literatúru má používať atď. Musím sa priznať, že písanie prác som neznášala, bolo to pre mňa veľmi zaťažujúce. Na vysokej škole som si našla medzi študentmi veľa priateľov a chodila som na všetky kresťanské akcie, ktoré poriadalo tamojšie univerzitné pastoračné centrum – chvály, sväté omše alebo akadém – kresťanská víkendovka pre všetkých vysokoškolákov Slovenska raz za rok. Aj keď učiť zrejme nebudem, lebo prispôbiť sa dnešným dizlektikom a dizgrafikom sa so svojím hendikepom asi nedokážem ani na zš pre nevidiacich, kde deťom treba učivo vysvetľovať inými spôsobmi ako doteraz, predsa mi toto

štúdium dalo veľa skúseností do života, kde som mala možnosť rásť a formovať myseľ a dušu.

Bc. Miriam Genská

ja a

raz ma môj super kamoš pozval k sebe domov, tráviť letné prázdniny, jeho pozvanie som bez rozmýšľania prijal, lebo s ním bolo všade dobre a veselo. Po dlhom a dosť vyčerpávajúcom cestovaní, sme sa konečne zvitáli na autobusovej stanici, kde ma už netrpezlivo čakal. Hneď na druhý deň sme sa vybrali do mesta na jarmok, ktorý sa tam koná každý rok pravidelne. Ako už na jarmokoch býva, ľudí tam bolo neúrekom a stánkom s bohatým výberom nebolo konca. Ako sme tak prechádzali od jedného stánku k druhému, zrazu sme s kamošom zacítili veľmi príjemnú a vábivú vôňu grilovaného mäsa, klobás a všelijakých iných dobrôt. Keď sme sa konečne dostali k tomu stánku, bola tam už neskutočne dlhá rada ľudí, ale hlad a vábivé vône nás presvedčili o tom, že počkať sa oplatí. Ako sme tam tak stáli, všimol som si pred sebou v rade niečo, čo som nečakal. Asi tak na pár krokov odo mňa stála krásne štíhla dievčina s rozpustenými blond vlasmi, na sebe mala biele napasované kraťasy a jemne priesvitné ružové tričko. Zatiaľ, čo môj kamoš sa ponosoval nato, že ako dlho musí stáť v rade, mne to vôbec nevadilo, ja som si vychutnával pohľad a krásnu vôňu ženy, akú som dovtedy a žiaľ ani potom už nestretol. Keď konečne prišla na rad, tak dlho rozmýšľala a húpala, čo si z tej bohatej ponuky vybrať. Môj kamoš sa ďalej ponosoval, že čo tam tak dlho robí a nech si pohne a asi to zabralo, lebo si naozaj niečo vybrala a keď prišlo k plateniu, tak zrazu zistila, že ju nejaký dobrák, či dobráčka obrali o celý obsah peňaženky. Tá kráska predo mnou zrazu začala hysterčiť a nevedela sa vysporiadať z danou situáciou. Ani neviem, ako zrazu mi z úst vyletela veta: „dovoliť slečna, aby som Vás pozval?“ Nečakal som na odpoveď, vytiahol som z vrecka peniaze a zaplatil som. Keď sa situácia konečne upokojila a ľudia si nás prestali všímať, nabral som ešte toľko odvahy a pozval som ju k stánku z občerstvením. Keď sme sa konečne usadili a ja som sa jej konečne mohol pozrieť do tváre, pozerali sa na mňa dve krásne modré oči. Také som v živote nevidel, boli tak krásne, ako studničky čistej krištáľovej vody a s jemne opálenou tvárou pôsobila dokonale, ako anjel, ktorý mi prišiel niečo zvestovať. Keď som sa konečne prebral z jej omámenia, prišlo k zoznámeniu a následne k spontánnej konverzácii. Ani neviem ako, ale v spoločnosti takej bytosti mi celý deň ubehol ako voda. Po asi päť hodinovej konverzácii sme si vymenili všetky dostupné kontakty a rozlúčili sa. Každý sme šli inou stranou, takže nádeje o odprevadení a spoločnej prechádzke sa rýchlo rozplynuli. Keď sme sa s kamošom vrátili k nemu domov, bol som ako vymenený. Kamoš do mňa stále dobiedzal, že sa usmievam, ako slniečko na hnoji, čo nás obidvoch tak rozosmialo, že nám od smiechu až slzy tiekli. V noci som nevedel zaspáť, stále som musel myslieť na tú krásku a stále som si kládol otázku, či ju ešte niekedy stretnem. Ráno, keď som sa konečne prebudil po prebdenej noci ma čakalo milé, ba priam roztomilé, v kútiku duše očakávané prekvapenie. Ako u mňa býva zvykom každé ráno, skontrolovať mobil a pozrieť sa, koľko je hodín, zrazu pozerám, že mám SMS-ku. Keď som ju otvoril, div som od radosti neskolaboval, môj anjeliak ma pozval, aby som jej robil spoločnosť pri nakupovaní. Bez rozmýšľania som to ihneď

prijal a vyskočil som z postele, aby som sa čím skôr vybral za ňou. Po všetkých ranných rituáloch a po nekonečnom čakaní, kedy sa môj kamoš ráci odvaliť z kúpeľne, ktorý mi schválne naťahoval čas, vraj aby som sa nezbláznil, kvôli nejakej ženskej, nakoniec ma konečne pustil, ale s tým, že som mu musel sľúbiť, že keď prídem, porozprávam mu všetko do detailov. Keď som sa konečne dostavil na dohodnuté miesto, ona ma tam už čakala. Keď ma z diaľky zbadala, ako sa k nej blížim, rozbehla sa mi v ústrety, skočila mi do krku a tuho ma objala. Bože môj, krajšej chvíle som sa už ani nemohol dožiť, zatočil sa so mnou celý svet, srdiečko sa mi rozbúchalo a jej krásna vôňa ženy ma úplne pohltila. Po prechodení všetkých dostupných butikov, ktorých nebolo málo, sme si konečne vystreli nôžky v parku pod veľkým stromom. neskutočná horúčava a únava mi v tej chvíli vôbec neprekážali, priam som to ani nevnímal, vnímal som len ju. Ten jej hlások a smiech mi dodávali nové a nové sily a cítil som sa ako neskutočný frajer. Takto sme sa stretávali skoro každý deň, až to dospelo do štádia, keď sme už jeden bez druhého nemohli vydržať. Bolo to najkrajšie obdobie v mojom živote, ktoré sa ako rýchlo začalo, tak rýchlo sa aj skončilo. Ale tak to už v živote chodí, nič netrvá večne. Láska je ako steblo trávy, pretrhne sa a už ju nik nescelí. Trvalo to dva roky, láska, vášeň, bozky, objatia a nežné vyznania. v jedno ráno môj anjelik odletel niekam preč, niekam, kde urobí šťastným ďalšieho vyvoleného. Mne ostali už len spomienky a pár fotiek, ktoré schovávam pred svetom, lebo sú len a len pre mňa. Spomienky ostávajú navždy, ale nebanujem, ani neľutujem, lebo som prežil krásne obdobie a miloval anjelika z neba.

Jaroslav Mirga

Môj príchod do Rehabilitačného strediska

Do Rehabilitačného strediska som si prišiel urobiť masérsky kurz, ak sa mi to podarí. Chcel som sa už dávno vyučiť za maséra, len mi neskoro poslali prihlášku zo zdš na prijímačky. A tak som sa teda vyučil za čalunníka. V Levoči som zostal ešte tri roky robiť so zrakovo postihnutými ľuďmi. Potom som odišiel pracovať domov na západné Slovensko, kde som pracoval v rôznych firmách ako: robotník, skladník, vrátnik, strážnik a podobne. Bol som aj v cudzích krajinách pracovne a za ten čas som spoznal veľa nových ľudí a vlastne mám veľa skúseností s ľuďmi, ale už prejdem k veci, o ktorej chcem písať. Po rokoch strávených na rôznych miestach a štátoch, som sa rozhodol prísť do Rehabilitačného strediska z dôvodu môjho zrakového postihnutia. Chcem si urobiť masérsky kurz, alebo aj iné, ak sa mi tu bude páčiť. V Levoči sa mi páči a možno by som tu zostal aj natrvalo.

Ak by som tu našiel šikovnú, úprimnú priateľku, s ktorou by som si rozumel, pretože zatiaľ som to šťastie nemal. A bol by som rád, keby som ju v stredisku, alebo v Levoči našiel. A verím tomu, že by bola veľmi rada, pretože som určite nie zlý človek. začiatky v stredisku boli dosť ťažké a kruté, ako na bojisku. Myslel som si, že tu bude klud, pohoda a správni ľudia. Sú tu daktori ľudia správni, s ktorými si rozumiem, napríklad môj spolubývajúci a zopár iných kamarátov a kamarátok a dosť ľudí, v ktorých som sa sklamal. A čudujem sa, že takých ľudí tu trpia. Pedagogický zbor a pracovníci strediska sú veľmi fajn, ja osobne si s nimi dobre rozumiem. Myslel som si, že frekventanti tohto strediska sú dospelí a rozumní ľudia, ale daktori sú tu ako deti a nerozmýšľajú, roznášajú klebety a intrigy, čo sa mi na nich nepáči, pretože

by sme tu mali byť ako jedna rodina a seberovní. Sú tu aj takí, čo skáču a lezú do súkromia pedagogickým pracovníkom a namýšľajú si o sebe. Ani ja nie som dokonalý, ale svojich nadriadených rešpektujem a som rád, že sú tu s nami a starajú sa o nás, pretože aj oni majú svoje starosti. A preto by sme im to mali zjednodušovať a nie sťažovať. Každý frekventant, by sa mal zamyslieť nad sebou samým a správať sa, ako človek. Je tu dosť takých, čo toto stredisko využívajú. Dúfam, že sa nad tým každý zamyslí, ako sa má správať.

S pozdravom Váš frekventant Jano

Nie je jednoduché cestovať vlakom

Táto nedeľa, by nebola ničím výnimočná. Po víkende som sa viezla vlakom smerom do Rehabilitačného strediska, keď tu zrazu ešte v Trnave nastúpila mamička s dvomi malými deťmi. Cestovali so mnou aj v piatok a menšiemu Maťkovi som sa azda veľmi páčila, pretože sa tmolil stále okolo mňa. Bola som veľmi rada, že som túto rodinku stretla, aj nedeľnou cestou, bolo o zábavu postarané. O dve zastávky ďalej, čiže v Piešťanoch, k nám pristúpilo mladé telesne postihnuté dievča na vozíčku aj so svojim priateľom a tu sa začal problém, ktorý sa s nami ťahal, až do Liptovského Mikuláša, kde vystupovali. Keďže spomínané dievča Veronika je na vozíčku, potrebovala vojsť do vlaku zdvíhacou plošinou, ale "veľmi milá" sprievodkyňa mala hlúpe poznámky, že nech ju priateľ vynesie, pretože by sa zasekla plošina a vlak by veľa meškal a ešte mala podobné hlúpe pripomienky, ktoré si musela od sprievodkyne vypočuť. Nakoniec sa do vlaku predsa len dostala. Od Veroniky a jej priateľa sme potom aj s mojou super kamoškou Alenkou Hudecovou, ktorá k nám pristúpila v Púchove, zistili, že ako sa vlastne k takémuto postihnutiu dostala: DMO - decká mozgová obrna, silné krvácanie do mozgu, ale s odstupom času sa Veronikin stav pomaly zlepšuje a je nádej, že bude chodiť. Super! Aspoň niečo skvelé!!! Celú cestu sme prekecali. Veľmi sa nám páčilo, ako si jej zdravý priateľ našiel k nej cestu, ako sa majú radi a hlavne to, že sa jej vo všetkom snaží pomáhať a vo všetkom ju podporovať a ona má zase pre koho žiť a má česť dostávať tú silu, ktorá ju ženie vpred, aby stále robila niečo pre svoj zdravotný stav, ktorý sa dá zlepšiť. Docestovali sme do Liptovského Mikuláša, kde mali vystúpiť, ale sprievodcovia Veronike vozík odložili do úložného priestoru a pre istotu ho aj uzamkli a v čase vystupovania niet a niet, nájsť niekoho, kto by vozíček vydal. Nakoniec nevystúpili v Mikuláši, ale v Tatranskej Štrbe, odkiaľ im jeden super sprievodca, ktorý sa za svoju chybu slušne ospravedlnil a celú situáciu vyriešil. Tak takáto bola moja cesta vlakom. Kamaráti, priatelia a známi nie je problémom, že mnohí z nás sú nevidiaci, alebo majú zvyšky zraku, no je oveľa horšie byť na vozíčku, pretože títo ľudia majú oveľa sťaženejšiu prepravu a to hlavne by som povedala vo vlaku, než my.

Dominika Pozdechová

Zoznamovací večierok

Dňa 17. októbra 2013 sa v našom stredisku uskutočnil zoznamovací večierok. Toto podujatie sa uskutočnilo hlavne vzhľadom k novým frekventantom, aby mali možnosť spoznať nás, čo sme tu už dlhšie – teda „tých starších“.

Večierok pozostával zo štyroch častí: kultúrny program, príhovor pani riaditeľky, zoznamovacia časť a samotná zábava.

Kultúrny program:

Na kultúrnom programe sa podieľali členovia speváckeho krúžku pod vedením pani vychovávateľky Wagnerovej. Program otvorila Mirka Genská, ktorá na úvod zahrála skladbičku na klavíri. Ďalej nasledovalo číslo Ľuboša mateja a majky Pollákovovej, ktorí za Ľubošovho doprovodu na gitare zaspievali pieseň Dobré ráno, svetlo mojich očí. Potom nastúpila na scénu opäť Mirka, ktorá všetkých pobavila hlasovým divadlom jedného herca, žartovnou scénkou dvoch dôchodcov, jedného nevidiaceho a jedného nepočujúceho. Scénka sa volala: Dôchodcovia vo vlaku. Na záver spevácky krúžok zaspieval, za Mirkinho klavírneho doprovodu, ľudovú pieseň Išli furmani.

Príhovor pani riaditeľky:

Po kultúrnom programe sa nám prihovorila pani riaditeľka, ktorá nás všetkých povzbudila a popriala nám ešte veľa zábavy a veľa chuti do učenia.

Zoznamovacia časť:

Slova sa ujala podpredsedníčka samosprávy Danka Sceranková, ktorá postupne vyzývala frekventantov jednotlivých skupín, aby sa predstavili, v krátkosti povedali niečo o sebe, prípadne ako sa sem dostali. Frekventantov kurzu základnej rehabilitácie sa Danka spýtala aj to, na aký kurz sa ďalej chystajú.

Zábavná časť:

Poslednou časťou večierka bola samotná zábava, o ktorú sa postaral náš starý známy dídžej, Ferko Ollé. Zábava bola perfektná, verím, že všetci sa dobre cítili. Podelím sa s vami ešte s jednou milou kuriozitkou: Počas zábavy bolo niekoľko malých prestávok. Na jednej prestávke pani učiteľka Véghová zahlásila: „Ak do dvoch minút Fero niečo nezačne hrať, odchádzam domov.“ Veľmi sa mi páčila moja spolužiačka Alenka Hudecová, ktorá keď toto začula, ozlomkrky utekala k Ferkovi a povedala mu: „Ferko, rýchlo začni niečo hrať, lebo pani učiteľka Véghová nám odíde. A Ferko začal hrať a pani učiteľka zostala. Bola by veľká škoda, keby odišla, pretože ona nás všetkých roztancovala a urobila v spoločke vynikajúcu atmosféru. Na záver by som sa už len chcela poďakovať pani riaditeľke, ktorá nám dovolila tento večierok zorganizovať. Moje veľké poďakovanie ďalej patrí Olinke Balogovej, Ľubošovi Matejovi a Danke Scerankovej za to, že sa postarali o prípravu chlebíčkov, kávy a vody a za ich nezištnú pomoc pri obsluhu nás všetkých. Moja veľká vďaka ďalej patrí Tomášovi Geratovi a Jankovi Cingálekovi za dopravu nakúpených potravín do strediska a za reorganizáciu spoločenskej miestnosti.

Na nasledujúcom večierku by sme chceli poprosiť frekventantov, ktorí trošku vidia, aby nám pomohli pri príprave večierka, zvlášť pri upratovaní spoločenskej miestnosti na záver večierka.

Verím, že sa podobného večierka opäť zúčastníme.

Bc. Miriam Genská

Zábavné predpoludnie

V stredu 13. novembra 2013 sa všetci frekventanti spolu aj so svojimi učiteľmi presunuli do spoločenskej miestnosti, kde sme v doobedňajších hodinách zábavnými aktivitami oslavovali Deň Nevidiacich.

Naši učitelia nám pripravili zaujímavý a krásny deň plný zábavy a zážitkov, ktoré ešte dlho budú znieť v našich ušiach. V úvodných minútach nám pán Nedorost prečítal kúsok z básne a pripomenul nám činnosti základnej organizácie ÚNSS. Súťažilo sa v disciplínach napr. ako čistenie a krájanie zemiaka na kolieska, hľadanie svojich papúč, uhádnutie jednotlivých hlasov, ktoré pozostávali zo zamestnancov strediska, toto bola najzábavnejšia úloha; vypočuli sme si dve nahrávky vybratého člena; tá prvá bola dosť nezrozumiteľná, ale veľmi sme sa na nej všetci zabavili a ďalšia súťaž bola ovoniavanie korenín. Mne sa najviac páčila úloha, v ktorej sme si z pomedzi spolužiakov vybrali jednu dvojicu, jeden z dvojice si z obálky vybral dve podstatné mená a dve slovesá, ktoré musel kamarátovi z dvojice opísať, ale tak, aby nepovedal slovo napísané na papieriku. Zaujímavá bola, ale aj úloha, pri ktorej bola tiež potrebná dvojica z každej skupiny. Na oblečenie jedného z dvojice učiteľa pripli zaujímavé drobné spinky, ktoré druhý z dvojice musel nájsť a poodopínať.

Umiestnenie jednotlivých skupín:

1. miesto - 1. základná skupina
2. miesto - operátori 6. skupina
3. miesto - maséri 3. skupina
4. miesto - IAS 5. skupina
5. miesto - 2. základná skupina
6. miesto - kartonážnici 4. skupina

Nakoniec Naša 1. základná skupina v zložení: Paulína Šarišská, Ivan Gaži, Miroslav Masarik, Nataša Rolníková, Rita Danyiová, Radka Pinčáková a Dominika Pozdechová vyhrali prvé miesto, z čoho sme sa veľmi tešili.

V záverečných minútach sa k frekventantom prihovorila aj riaditeľka Rehabilitačného strediska pani Labajová, ktorá nám tiež srdečne popriala k sviatku všetko najlepšie a jednotlivým skupinám odovzdala ceny. Boli to zmysluplne využité tri dopoludňajšie vyučovacie hodiny, pri ktorých sme sa veľmi dobre cítili a hlavne zabavili. Veľmi pekne ďakujem ľuďom, ktorí sa o toto krásne predpoludnie pričínili, čo i len maličkou čiastkou. Patrí Vám veľká vďaka!!!

Dominika Pozdechová

Superstar v RSZP

Superstar RSZP v speve ľudových a tanečných piesní konanej dňa 13. 11. 2013 v čase od 18.00 hod. v spoločenskej miestnosti RSZP.

Súťaže sa zúčastnilo osem súťažiacich. Z toho v moderných pesničkách bolo sedem a v ľudových taktiež sedem. Moderné pesničky spievali a zároveň sa umiestnili na týchto miestach: Na siedmom mieste skončila Oľga Balogová, šieste miesto obsadila Mária Polláková, v strede rebríčka na piatom mieste sa umiestnil Ján Bátor, ako štvrtý skončil Ľuboš Matej, tretiu priečku obsadila Mirka Genská, druhú priečku

obsadila Janka Janíková a na prvom mieste ako víťaz v moderných pesničkách sa umiestnil František Ollé.

Ľudové pesničky spievali a takto sa umiestnili: Oľga Balogová skončila na siedmej priečke, šiesta priečka nebola obsadená, lebo s rovnakým počtom bodov sa umiestnili Matej Ľuboš a Bátor Ján, porota sa rozhodla, že týmto dvom súťažiacim udelí piate miesto. Na štvrtom mieste sa umiestnil Ivan Gaži, tretiu priečku obsadila Marienka Polláková, druhú priečku si obhájila Mirka Genská a prvé miesto v speve ľudových piesní obsadila Janka Janíková.

Porota pozostávala z piatich členov: pán Péchy Alexander, slečna Erika Bursová, pán Nedorost Peter, slečna Majka Janíková a predseda poroty bol pán Ľubomír Kopnický, ktorý bol prizvaný aj ako hosť podujatia.

A teraz niečo o úrovni súťaže. V globále súťaž mala priemernú úroveň. Nadobúdam pocit, že bolo to spôsobené nedostatočnou prípravou, predpokladám, že pre nedostatok času. Ako pisateľ tohto článku som robil v spolupráci s Ferom Ollém zvukára v moderných pesničkách a bolo mi vytknuté čiastočne oprávnene, že som ako zvukár zlyhal, vyšlo to od jedného člena z poroty. Na to poviem iba toľko, že takáto súťaž by sa mala pripravovať s určitým časovým predstihom a nie tzv. o päť minút dvanásť. Keby bola lepšia príprava na túto súťaž, aj jej úroveň by bola vyššia, tým nechcem povedať, že bola zlá. Aby som nezabudol na dôležitú súčasť súťaže, konferovala ju pani Katarína Wagnerová. V prestávke medzi modernými a ľudovými pesničkami vystúpil hosť nášho podujatia hrou na klavír a spevom, v čom sme mu pomáhali celá sála, čo bolo dojímavé a pekné. Obecenstvo bolo zdravo búrlivé, či pri vystúpení súťažiacich, ale aj pri vystúpení hosťa. Po celkovom vyhodnotení súťaže, predseda poroty pán Ľubomír Kopnický požiadal víťaza moderných piesní Františka Ollého o repete víťaznej piesne Mama. Ešte som zabudol na ceny, ktoré boli pekné a priliehajúce na finančné pomery strediska. Skončím svoj článok tým, že takáto akcia by sa mala konať aspoň jedenkrát v roku, ale s precíznou prípravou.

Ján Bátor, frekventant základného kurzu RSZP - 23. 11. 2013

KOVÁČKA

Z rozprávania iných ľudí sme počuli o Kováčke – len tak mimochodom, mysleli sme si, že to je nejakého starého kováča žena na zaslúženom odpočinku - ako o veľmi známom a obľúbenom mieste už roky. Neďaleko odtiaľ, na mieste známom ako Kohwald sa dokonca jedna z najvýznamnejších postáv slovenského národa a národnosti Ľudovít Štúr schádzal so svojimi priateľmi – študentmi, neskôr známymi pod jednoduchým názvom ako Štúrovci, počas štúdia v Levoči. Preto nás, základákov, lákalo pozrieť sa na spomínanú Kováčku. Počasie vyšlo, slnko tiež, tak sme nechceli ostať pozadu a vyšli sme aj my. A urobili sme veru dobre. Zbalili sme si vodu, kalorické bomby rôzneho kalibru v rôznej forme a podobe a polovičku kto mal, tak aj tú. Teda – mňa. Moja polovička sa ujala Mirky, ktorá neskôr skonštatovala, že sa s jej doprovodom ide veľmi príjemne. Skupinku uzatváral náš František a pani Jarkovská. Ťahal sa za ňou, ako nočný motýľ za svetlom, alebo, ako vravia bratia Česi: táh se, jak těsto štrúdlu. Dôvod? Biela kapucňa mikiny p. vychovávateľky, ktorá mu svietila pred nosom, ako biely orientačný bod. Prešli sme postupne popri mieste známom ako Šišplac, dole, popri ceste na cyklistický chodník a pomalým krokom

smerom na Kováčku. Pozvoľný náš krok sme pozvoľnili ešte viac už na začiatku cyklistického chodníka. Príčinou boli dve dámy v doprovode dvoch psov – trhačov. Jeden z rasy známej ako špic a druhý ešte menší, ako sa u nás na Východe vraví: - taký medzi chleba. Pretože však poznáme a rešpektujeme Mirkin vzťah k tejto časti zvieracej ríše, šli sme poomaaly, nechávajúc im aspoň aký-taký náskok a takto sme sa podľa zákona schválności domotkali až na samotnú Kováčku. Tam si jedna z nich všimla Mirkin problém, chytró zobrala psíka do ruky a doslova si ho strčila do vrecka. Spravili sme si foto v zložení: scenéria a my, pre ďalšie generácie a vošli do chaty. To, že bolo aj papu, aj chlipu, nebolo ani tak zásluhou kuchára, ako našich tráviacich štiav. Potom sme utreli pusu, poďakovali a vydali... nie, ešte sme zaplatili a až tak vydali na cestu späť. Len trocha lepšie pritiahli zipsy na mikinách, lebo slniečko medzitým zapadlo za kopec a ochladilo sa. Stále však bolo pomerne príjemne. Bodaj by ne, keď sme mali pulne brucha, takže sme sa neplašili a kráčali pomaličky späť. Vtom opäť – pes. Na jednom mieste, pri prevrhnutom odpadkovom koši, zrejme hľadal niečo pod zub. Mal však zjavne väčší rešpekt on pred nami, lebo – hlavne zavčasu – opustil bojisko. Alebo nás núkal svojou večerou? Ale to nás, najedených, vôbec netrápilo. Ale nakoniec – aspoň že bol galantný. Od toho miesta už sme mali úplne hladkú cestu až do stredu, ak opomenieme to, že František hrdinsky odmietol pomoc p. Jarkovskej po vstupe za hradby, napriek tomu, že má pri zhoršených svetelných podmienkach problémy s terénom, v tomto prípade s obrubníkmi /teda mal, lebo medzitým úspešne podstúpil operáciu oka/ a to, že na nás hneď potom vybafoľ – no, hádajte, kto? Nie, nie besný slimák, ale - pes. Mirku až hodilo, na čo som len sucho poznamenal: no, ši frajer, keď ši za kapuru. Ešte v hlavnej bráne narazíme na nášho Janka Greguša, ktorý sa vracal zo svojej vlastnej prechádzky. A to je už naozaj všetko. Dobrú noc. Koniec. Pre tých, ktorí neboli celkom v obraze, uvádzam našu výpravu v zložení: Mirka Genská, Oľga Balogová, František Slobodník, ja, p. vychovávateľka Jarkovská, ktorej Ďakujeme za príjemné prežitie víkendového odpoľudnia. Ako sme sa dozvedeli, aj ona nám. Ďakujeme si. Aj ja. Jáj, kto ja, no, autor. Autor som ja.

Zodpovedný autor: ja. Teda, Ľuboš Matej

Slovenská soľ nad zlato

Pri spomínaní frekventantov na Spišsko-novoveskú soľnú jaskyňu, ktorej prevádzku zrušili, spomenuli sme pred p. Jarkovskou, že v Prešove máme soľné jaskyne dve a dokonca aj múzeum Solivar. Myšlienka sa vychovávateľke páčila a hneď vytelefonovala, vybavila a objednala termín návštevy tohto múzea a vo štvrtok 24. 10. sa šlo, spolu v zložení: O. Balogová, D. Sceranková, Ľ. Matej, Bc. M. Genská, Z. Klimová, J. a M. Janíkové. Doprovod bol v zložení: p. Jarkovská a p. Péchy, ktorý sa neskôr priznal, že čakal nudnú tovareň s bežiacim pásom plným igelitových vreciek so soľou. Na jeho milé prekvapenie, bol to zážitok plný histórie. Hneď prvá budova bola gápel' - kruhová miestnosť s obrovským kolesom na strope, s osou v malom ložisku. To bolo poháňané štyrmi pármami koní, ktoré chodili po obvode gápl'a a točením kolesa vyťahovali soľanku s hĺbky zeme v kožených vreciach. Soľanka sa vylievala z vriec do dreveného potrubia, ktoré viedlo do ďalšej budovy – zásobníka. Boli to obrovské nádrže, nad ktorými bola 100 m lávka, slúžiaca pre obsluhu

a údržbu. Celá táto budova bola z dreva a nebol tam použitý ani jeden oceľový klinec, lebo by korodoval. Soľ je výborný konzervant, tieto nádrže sú v pôvodnom stave. Ďalšia budova bola na výrobu soli, kde v nadrozmerných pekáčoch sa voda za pomoci ľudí premiešavala a odparovaním sa soľ kryštalizovala. Pod pekáčmi na prízemí boli pece, kde sa kúrilo drevom - metrovicou. Na vozíkoch sa soľ prevážala do skladov, kde sa balila, ale tam sme sa nedostali, lebo sklad vyhorel zásluhou nezodpovednej mládeže a tak sa fajčiarska časť obyvateľov obce zaslúžila o nenávratnú stratu historicky nenahraditeľnej časti Európy. Soľanka vznikla zaplavením baní s kamennou soľou, ktorá v súčasnosti výrazne stúpa a je cca 4 m pod povrchom zeme. Dúfam, že sa niekto kompetentný toho ujme a dá výrobu Prešovskej soli do prevádzky, kým sa nestane katastrofa a soľanka presiakne do pitnej vody. Táto prehliadka trvala približne 120 minút, čo nás aj dosť unavilo a tak nám výborne padol 45 minútový relax s príjemnou, jemnou hudbou v soľnej jaskyni, kde sme si mohli ohmatať kamennú soľ. Celá akcia mala veľký ohlas a uskutočnili sa ďalšie dva turnusy. Za túto skvelú akciu srdečne ďakujeme RSZP a zvlášť p. vychovávateľke Jarkovskej za zorganizovanie.

Napísala: Oľga Balogová a Danko Sceranková

Ples ku dňu nevidiacich v Levočáku

Hoci je hlavnou plesovou sezónou fašiangové obdobie, vyskytujú sa aj výnimky. Jednou z nich je každoročne poriadany novembrový ples pre nevidiacich v Levoči. Inak tomu nebolo ani tento rok. Vlastne predsa len trocha bolo, pretože som sa tohto plesu zúčastnila po prvýkrát aj ja s priateľom. Nebol to môj prvý ples a určite nie ani posledný, verím, že sa raz ocitnem aj na plese v opere poriadanom jedným z popredných mobilných operátorov, ale od mojich snov späť k realite. Vlastne ono ako sen z počiatku vyzeralo aj dostať sa na tento ples, pretože môj priateľ nechcel o plese ani počuť. Zlomila som ho až v deň konania plesu, 16. 11. 2013. To len pre poriadok, aby ostal zachovaný dátum tak, ako ostane tento ples zachovaný v mojom srdci. Keď sme po príchode do strediska zistili, koľko sa na tento ples chystá nie iba súčasných, ale aj bývalých frekventantov strediska, podarilo sa mi v priateľovi vzbudiť zrníčko závidi. A to bol prvý krok na zložitej ceste presvedčania, zháňania lístka na poslednú chvíľu, požičiavania a skúšania košiel a topánok, až sme sa napokon ocitli medzi tými šťastnými, ktorí sa pred siedmou večer pobrali do kongresovej sály. Že sa večer vydarí naznačovalo už zloženie spoločnosti pri stole v našom blízkom okolí. A keď už spomínam okolitú spoločnosť, na mieste je tu vysloviť poďakovanie Majke Janákovej, ktorá sa po celý čas plesu príkladne starala o naše vyslovené, i nevyslovené potreby. Začiatok plesu, ako každý rok, spríjemnili žiaci základnej školy pre nevidiacich krátkym kultúrnym programom. Najviac z neho zaujala malá speváčka, len tretiačka, no s predpokladmi raz sa priblížiť aj hviezdny výšinám našej frekventantky Janky Janíkovej. Zvyšok plesu nás hudobne bavila živá hudba, ktorá sa mi veľmi páčila. Priateľ pre zmenu obdivoval Lucku Vondráčkovú, ktorej cd nám púšťali, ako kulisu počas prestávok. No a lásku k hudbe primerane striedala aj láska k jedlu, keď naše žalúdky boli pohládzané najprv rezňom so zemiakovou kašou, potom polnočnou kapustnicou. Čo všetko ďalšie sa sypalo,

prípadne prelievalo žalúdkami, už bolo na individuálnych potrebách toho-ktorého účastníka. Ja som napríklad dôkladne prevetrávala moje pľúca kvalitnými tabakovými výrobkami. A keďže fajčenie škodí zdraviu, tak som tomu môjmu dopomohla výhrou v tombole. Pohár medu, ktorý som vyhrala by mal moje zdravie udržať v pohode ďalších 365 dní. A ak by som sa vám od plesu zdala nejaká celá sladká ako med, tak aspoň viete prečo, milí čitatelia.

Tatiana Billa

Krížovka

1. Deň v týždni - 5.
2. Zviera žijúce vo vode - 4.
3. Nie alebo... - 3.
4. Do čoho sa ľudia pozerajú? do - 7.
5. Malá stavba - 6.
6. 9 po anglicky - 4.
7. Pomôcka na šitie - 4.
8. Mužské meno od Nikoly - 7.
9. Tvrdé - 1.

.....
.....
...
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.

Dominika Pozdechová

Slovička – súťaž

Vytvorte jednoslovné pomenovanie z týchto slov:

1. Pomôcka: je to vec – peľ tos z týchto dvoch častí zložte slovo.
2. Mesto – Lečova
3. Štát – Koľsop
4. Ovocie – jballo
5. Potravina – liekmo
6. Mesto – Ovcemichal.

Daniela Sceranková

Prajeme všetkým frekventantom a zamestnancom pokojné, radostné a Požehnané vianočné sviatky a veľa šťastia v Novom roku

Redakčná rada