



DOMOV JESENE ŽIVOTA

www.domovjesenezivota.eu

J E Š E N Á Č Í K



č. 2 / 2025

občasník klientů a zaměstnanců

Redakčná rada : kolektív zamestnancov sociálneho úseku

Na všetky fotografie uverejnené v občasníku máme súhlas dotknutých osôb.

Materiál je čerpaný aj z internetu.

Milí klienti, milí kolegovia,

Konečne je tu! Leto, ktoré každý rok čakáme s úsmevom. Slnéčné lúče sú ako najlepšia terapia na dobrú náladu, zmrzlina chutí dvojnásobne lepšie a aj ranné vtáčiky akoby spievali veselšie. Ako sa hovorí: **„V lete je aj tieň zlatý“** – preto sa podme spolu tešiť z každého okamihu!

V našom zariadení nás čakajú mesiace plné oddychu, zábavy a letných radostí. Či už pri posedení na lavičke, pri speve, tanci alebo len tak, pri kávičke na terase – verím, že si každý nájde to svoje.

A pamätajme: **„Kto sa v lete smeje, v zime spomína.“** Tak si vytvorme spolu spomienky, ktoré nás budú hriať ešte dlho po lete.

Milí kolegovia, leto je aj pre vás – nezabudnite si užiť zaslúžený oddych!
„Leto nabíja baterky, zima ich skúša.“ Prajem vám, aby ste počas dovolení načerpali sily, dobrú náladu a aby ste sa vrátili plní elánu.
Nech nás všetkých sprevádza smiech, ľahkosť, slniečko a hlavne pocit, že patríme do krásnej letnej mozaiky nášho zariadenia.

Užite si leto, ktoré vonia slobodou a chutí po radošti!



S úctou vaša riaditeľka

Deň otcov – 15.jún 2025

Každý z nás ma otca , matku ,
Inak by si tu nebol , ver .
Matka na svet priviedla ťa ,
Otec udáva ti smer .
Matka dáva nový život ,
z nej živá voda vyviera .

Chváľme lásku všetkých otcov ,
Ich rozhodné a pevné dlane.
Niet pre deti lepších vodcov ,
čo rodinu bránia odhodlane .

Ďakujem Vám oteckovia ,
dedovia , živí a či mŕtvy ,
Všetci sú vzácny naši hrdinovia,
Čo neráz stáli na ostrí britvy.

Len vašou láskou otcovskou ,
dospievame a rastieme.
Nahradiť sa dá len láskou božskou ,
Preto Vám s úctou ďakujeme .

Autor: p.Helenka Tóthová
klientka pavilónu B

Dunajské vody

Ráno pri vode , plátenná strecha .
Dievča , tabak , deka.
Radosť pár , rieky opar , kus srdca
Som tam nechal.

Večer pri ohni , pod mesačnou lampou .
Lesom nesú sa pesničky tulákov trampov .

Dunajské vody a ja , nepoznám lepšieho
kamaráta
Dunajské lesy a my , najradšej bývame
sami.

A keď príde čas , na čele vrások ,
spomienkou vrátim sa rád.
Na miesta do lesov , šíriach krajov
kde tečie kamarát .

Autor: p. Rudolf F., klient pavilónu B



Letná jazda v štýle snov

Na kapote starého fára,
sedí kráľovná, čo letom žiari,
šaty bodkované, úsmev hravý,
vietor jej šepká tajné správy.

Slniečny lúč ju v páse hladí,
na pláži šumí deň bez vady,
palmy sa kývu do rytmu smiechu,
vôňa kvetov spieva o hriechu.

V ruke klobúk, kvet vo vlasoch,
v srdci tanec, v duši prach ciest,
jej pohľad vraví: „Pod', nech sa stane,
leto je chvíľa, čo nikdy nezvädne.“
Motor zavrčí, piesok sa dvíha,
na cestu volá ju každá chvíľa,
s vetrom vo vlasoch, snami v päte –
tak jazdí kráska v letnom svete.



Bohatý otec ukázal synovi, ako žijú chudobní ľudia. Jeho reakciu nečakal.

Jedného dňa sa bohatý otec rozhodol, že ukáže svojmu synovi, ako žijú chudobní ľudia. Zobral ho na niekoľkodňový výlet po krajine, aby navštívili tie najchudobnejšie farmárske rodiny, u ktorých aj pár nocí prespali. Po tom, ako sa vrátili z výletu, otec sa spýtal syna, ako sa mu páčil výlet. Syn mu odpovedal: „Výlet bol úžasný oci!“ A otec mu na to položil otázku: „Videl si, ako sa ťažko žije chudobným ľuďom?“ „Ooó áno,“ syn odpovedal.

„Takže synak, čo si sa ponaučil z výletu?“ Otec sa znova spýtal syna. Syn odpovedal: „Všimol som si, že my máme jedného psa a oni majú štyroch. My máme bazén, ktorý siaha len do polovice

našej záhrady, ale oni majú potôčik, ktorý nemá konca kraja. My máme umelé záhradné lampy a im v noci záhradu osvetľujú milióny hviezd.

My máme kúsok pozemku, na ktorom žijeme a oni majú obrovské polia, na ktoré ani voľným okom nedovidíme. My máme sluhov, ktorí nám slúžia a oni slúžia a pomáhajú iným.

My si jedlo musíme kupovať v obchodoch a oni si vypestujú vlastné. My máme ploty okolo nášho domu, aby nás chránili a oni majú priateľov, ktorí ochraňujú ich. Chlapcov otec zostal v nemom úžase. A potom syn ešte dodal: „Naučil som sa, že to my sme vlastne chudobní.“

Veľa krát zabúdame na to, čo máme a sústredíme sa na to, čo nemáme. Čo niekto môže považovať za bezcennosť, inému sa môže zdať, že to má obrovskú hodnotu. Všetko závisí od toho, ako sa na danú vec pozeráme.

Som vďačný za to, čo mám a nezávidím iným to, čo nemám alebo si nemôžem dovoliť. Čím viac rozumiem tomu, čo potrebujem pre svoju rodinu a deti, tým viac som schopný robiť lepšie rozhodnutia ako muž alebo otec. Som si vedomý toho, že moje rozhodnutia sa dotýkajú aj iných. Som schopný robiť rozhodnutia, ktoré nie sú prospešné len pre mňa a moju rodinu, ale aj pre spoločnosť, vieru, krajinu ba dokonca aj našu planétu. Niekedy sa musíme pozerieť očami detí, aby sme si uvedomili, čo je naozaj dôležité.



marján reško 2009

Prejavujeme sa láskou

E. Fromm v Umení milovať krásne vyjadruje silu lásky: „*Láska je aktívnou mocou v človeku; mocou, ktorá odbúrava prekážky stojace medzi človekom a jeho druhom, ktorá ho spája s ostatnými. Vďaka láske prekoná pocit izolácie a odlúčenosti a popri tom zostáva sám sebou.*“ (E. Fromm: Umenie milovať). Môžeme ju považovať za najvyššiu kvalitu akéhokoľvek vzťahu, či sa jedná o lásku bratskú, partnerskú, priateľskú, materinskú, lásku k práci, či umeniu. Nech sa jedná o jej akúkoľvek formu, všetky sa podľa Fromma prejavujú v starostlivosti, zodpovednosti, rešpekte a poznaní.



Vždy, ak nám na niečom záleží, tak sa o to staráme „pestujeme to s láskou“. Je to aktívna starostlivosť o život a rast toho, čo milujeme. S tým je spojená aj zodpovednosť, ktorou je dobrovoľná voľba reagovať na vyslovené alebo nevyslovené potreby inej ľudskej bytosti. Ak cítime lásku, je dôležité vnímať náš objekt taký aký je a nie taký, aký by sme ho chceli mať. Vtedy hovoríme o rešpekte, s ktorým sa tiež spája sloboda. Rešpektujeme a súčasne dávame slobodu, hoci by to mohlo znamenať, že objekt našej lásky si zvolí inú cestu. Všetky predchádzajúce aspekty spája poznanie, ktoré je motivované záujmom. Ako názorný príklad uvediem obyčajné stolovanie, keď Vám partner bez toho, aby ste čokoľvek povedali podá solničku, pretože vie, že máte radi slanšie jedlo. A toto gesto spája poznanie druhého, cez starostlivosť, zodpovednosť a s rešpektom.

Aby to s tou láskou nebolo také jednoduché, tak podľa Garyho Chapmana každý z nás reaguje na iný „jazyk lásky“ a iný jazyk lásky používa.

- **Slová uistenia** – drobné komplimenty, ktorými dávame druhému najavo, čo sa Vám páči, čo si vážite. Láskové, či povzbudzujúce slová, aj slová pokory - prosby (ak naše túžby prezentujeme ako požiadavky druhého odpudíme).
- **Pozornosť** – ktorú dávame druhému, keď sme s ním. Ide o plnohodnotný rozhovor, či aktivitu, ktoré s druhým zdieľame, keď sa mu naplno venujeme.
- **Prijímanie darov, obdarovávanie** – darom je vyjadrená sila myšlienky, že na niekoho myslíme. Taktiež „dar seba samého,“ presnejšie povedané času, ktorý druhému venujeme, napr. keď sme naporúdzi, ak nás potrebuje.
- **Skutky služby** – činnosti, ktoré vyžadujú čas, myslenie, plánovanie, snahu a energiu. Veci, o ktorých vieme, že náš partner túži, aby sme ich urobili. Napr. odviezť deti do škôlky, uvariť, alebo natankovať partnerke auto a udržiavať ho.
- **Dotyk** – môže vzťah tvoriť, ale aj boriť. Na toto je dôležité pamätať. Vždy je potrebné poznať, či je tomu druhému dotyk príjemný a uplatňovať vždy rešpekt a zodpovednosť.

Toto všetko môžeme uplatňovať v každodennom živote. V starostlivosti o dobré vzťahy venujeme iným pozornosť, drobné komplimenty, či robíme drobné služby.

Čarovná moc svätojánskej noci

Etnologička a historička Katarína Nádaská, v jednom zo svojich rozhovorov pre vedecko-popularizačný portál Veda na dosah, rozpráva o tom, ako Slovania oslavovali začiatok leta.

Podľa etnologičky sa u Slovanov vyžadovala vernosť. Raz do roka ale bolo povolené, ju porušiť. Sila kmeňa závisela od počtu členov a narodených detí.

Slovania sa spájali do kmeňových

zväzov. Neskôr vytvorili Veľkú Moravu. Úmrtnosť bola pomerne vysoká. Tento obrad bolo preto treba chápať v tom zmysle, že šlo o posilnenie kmeňa. Vieme, že Slovania ho mali v tomto ponímaní len v predkresťanskom období. Po prijatí kresťanstva sa sviatok zmenil na Sviatok svätého Jána alebo Vajana, ako mu ľudovo hovorili. Kresťanstvo pridalo aj to, že sa po zotmení zišla celá dedina.

Katarína Nádaská ozrejmuje, odkiaľ pochádza tradícia pálenia svätojánskych ohňov. Sviatok svätého Jána (24.6.) sa na Slovensku nazýva aj Rusadle, Turíce, Letnice. Je veľmi starý, pochádza ešte z predkresťanského obdobia. Letný slnovrat poznali aj pod názvom „Kupala“, čo staroslovansky znamená, kúpať sa. Počasie už bolo vhodné. Mladí ľudia tomuto tiež pripisovali špeciálne vlastnosti, ako je plodnosť. Slovania uctievali slnečné božstvá, sviatok bol vyjadrením úcty k slnku. Znamenal prosbu za dobrú úrodu, poďakovanie za čas, pretože sa tradovalo, že na svätého Jána otvára sa k letu brána. Zosobňoval ho mládenec, ktorého si mládenci spomedzi seba vyberali. Bol plný sily a rozkvetu, statočný, s morálnym kreditom, ktorý ešte nepoznal ženu a mal čisté srdce. Oheň sa kresal kresadlom alebo sa točil s práchnom. Keď sa rozhorel, aby sa dostal do domácností, gazdinky si vzali trošku uhlíkov domov do sporákov, starí muži si zapalovali fajky. Svätojánska noc potom už patrila len mládeži. Oheň mal očistnú funkciu. Preskakovaním sa mladí ľudia akoby očistili. Mládenci aj devy, preskakovaním ohňa ukazovali svoju šikovnosť. Chlapci tancovali mládenecké tance – cifrovali.

Zachovalo sa nám aj pomerne veľa piesní, ktoré spievali dievčatá pri preskakovaní ohňa a ktoré boli ľahavé, veľmi dlhé. V okolí Zvolena sa napríklad spievalo: „O, Jána, Vajana, zelená je dúbrava. Keby ja vedela, koho budem žena. O, Jána, Vajana, veru by nakládla vo tri strany ohňa. O, Jána, Vajana.“ Vo väčšine piesní dievčatá vyjadrovali cit a túžbu oddať sa milému, darovať mu venček a stať sa jeho ženou.

Bežným počas tejto noci, bolo zbieranie bylín, napríklad materej dúšky, ktoré bolo rozšírené. Počas svätojánskej noci sa im pripisovala špeciálne veľká sila.

Aj v súčasnej dobe sa na Slovensku tento sviatok dodržiava, len má inú podobu. Vatry sú obrovské drevené pyramídy. V niektorých regiónoch sa volajú aj vatry nezávislosti, zvrchovanosti, niekedy sa spájajú aj s politikou.



Svätojánska noc, ktorá pripadá na 24. júna, je na Slovensku tradične spojená s oslavami letného slnovratu, pálením jánskych ohňov a rôznymi folklórnymi podujatiami. V roku 2025 sa plánuje niekoľko zaujímavých akcií po celom Slovensku:

Nočné jazdy a svätojánska vatra na Oravskej lesnej železnici

Oravská lesná železnica pripravuje na Svätojánsku noc špeciálne nočné jazdy do Sedla Beskyd, kde sa zapáli tradičná vatra. Návštevníci si môžu vychutnať bylinkové čaje a dozvedieť sa viac o svätojánskych tradíciách .



Tradičné svätojánske oslavy v Pezinku

V Pezinku sa každoročne konajú oslavy Svätojánskej noci, ktoré zahŕňajú pálenie jánskych ohňov. Tieto podujatia organizuje Dobrovoľný hasičský zbor Pezinok a sú spojené s folklórnym programom a komunitným stretnutím .

Svätojánska noc plná hudby 2025 – Pohorelá

Tento hudobný festival sa uskutoční **21. júna 2025** v prírodnom amfiteátri v obci Pohorelá na Horehroní. Festival spája tradičné oslavy Svätojánskej noci s koncertmi a kultúrnym programom. Vystúpi napríklad skupina **Inekafe** v rámci svojho turné „30 rokov tour 2025“ .

Divadelné predstavenie „Sen svätojánskej noci“ v Bratislave

Divadlo Astorka Korzo '90 v Bratislave uvedie 24. júna 2025 predstavenie „Sen svätojánskej noci“ od Williama Shakespeara. Táto komédia je inšpirovaná práve Svätojánskou nocou a jej magickou atmosférou .



Lipa (Tilia)

Lipy sú nádherné, dlhoveké stromy, ktoré prinášajú do záhrad majestátnosť a vôňu. Tieto stromy preferujú slnečné, polotienisté miesta, kde budú mať dostatok svetla. Na priamom slnku rastú rýchlejšie a majú hustejšie listy. Dosahujú výšku 20 – 40 metrov. Lipy sú veľké stromy s rozsiahlou korunou, preto im treba zabezpečiť dostatok priestoru na rozvoj koreňového systému a koruny. Poznáme lipu veľkolistú (latinský názov - *Tilia platyphyllos*) a lipu malolistú (latinský názov - *Tilia cordata*). Malolistá lipa kvitne pred lipou veľkolistou. Lipy rastú v mierne vlhkých pôdach, v miešaných listnatých lesoch, môžu rásť aj po okrajoch ciest, alebo na kamenistých stráňach ako krovité porasty. Lipy sa vysádzajú aj ako parkové stromy a do alejí. Listy majú srdcovitý tvar a kvety majú liečivé účinky.



Zaujímavosti o lipe

Lipa je **strom slobody**. Stromy lipy sa považujú za symbol slovanstva, priateľstva, pohostinnosti a dlhovekosti. Niektoré lipy sa dožívajú viac ako 500 rokov, čo z nich robí jedny z najdlhšie žijúcich stromov v strednej Európe. V mnohých kultúrach sa lipové háje považovali za posvätné miesta.

Drevo lipy sa používa na výrobu hudobných nástrojov, ale aj na výrobu nábytku. Drevo je mäkké a ľahko opracovateľné.

Lipa je jedným z najlepších medonosných stromov, čo z nej robí obľúbený strom medzi včelármi. Lipový med je vysoko cenený pre svoju jemnú chuť a liečivé vlastnosti.

Lipa je jednou z najcennejších liečivých drevín používaných v tradičnej medicíne. Najčastejšie sa využívajú jej kvety, ktoré obsahujú silice, flavonoidy, slizové látky, triesloviny a vitamíny. Lipový čaj patrí medzi najobľúbenejšie prírodné prostriedky pri nachladnutí a stresových stavoch. Má upokojujúce, protizápalové a antioxidačné účinky. Lipový čaj môže pomôcť aj pri miernych tráviacich ťažkostiach.

Lipa a jej liečivé účinky:

- hlavný účinok lipového kvetu je potopudný
- znižuje teplotu
- účinkuje pri chrípke, angíne, zápale pľúc
- je prospešná pri zápaloch obličiek a močového mechúra
- predpisuje sa pri zápaloch dýchacích ciest, horúčkovitých ochoreniach, funkčných ochoreniach žalúdka a čriev
- uvoľňuje a rozpúšťa hlien
- používa sa ako prevencia proti infarktu, pretože riedi krv
- podporuje imunitný systém, prevencia vzniku rakoviny
- má antiseptický účinok, detoxikuje organizmus
- odstraňuje poruchy trávenia, pálenia záhy
- podporuje chuť do jedla a uvoľňuje kŕče
- upokojuje nervový systém, odstraňuje z tela stres, zabezpečuje dobrý spánok
- korene a kôra sa používa na liečbu popálenín

V záhrade nášho zariadenia máme krásnu lipu, ktorá čoskoro bude v najväčšom rozkve. Každý rok sa tešíme na lipový čaj z čerstvo nazbieraných kvetov.



Doba zberu kvetov je jún – júl. Vysušené kvety lipy sú svetložlté so žltozeleným listeňom, príjemne voňajú a majú sladko horkastú chuť. Zber sa odporúča za suchého a slnečného počasia, ideálne v dopoludňajších hodinách. Pri zbieraní treba dávať pozor, aby sa kvety nepotlačili a nepozliepali, pretože sa môžu zapariť a pri sušení potom stmavnú. Kvety sa sušia v tieni, na dobre vetranom mieste, pri teplote do 35 stupňov, aby si zachovali farbu, vôňu a obsah účinných látok. Sušené kvety skladujte v papierových vreckách alebo uzatvárateľných nádobách na suchom a tmavom mieste. Lipa sa používa na prípravu čajov, kúpeľov, alebo inhalácií pri respiračných ťažkostiach. Lipa je všeobecne bezpečná, no jej dlhodobé, alebo nadmerné užívanie (najmä u detí a tehotných žien) by sa malo konzultovať s lekárom.

Vybrané zmeny legislatívy pre rok 2025 v sociálnej oblasti

NAJČASTEJŠIE OTÁZKY

O aké zmeny ide a ako sa nás dotknú?

V roku 2025 čaká ľudí so zdravotným znevýhodnením ľahší prístup k príspevkom aj sociálnym službám. Zabezpečí to nový zákon o integrovanej posudkovej činnosti. So širokou podporou medzi odborníkmi a organizáciami, ktoré zastupujú ľudí so zdravotným postihnutím prináša predovšetkým zjednotenie a zefektívnenie posudzovania zdravotných a sociálnych potrieb. Výsledkom bude jednotný zdravotno-sociálny, t.j. integrovaný posudok pre účely kompenzácií aj sociálnych služieb. To znamená, že klient po podaní jednej žiadosti absolvuje iba jedno posudzovanie, ktoré pokryje viacero účelov naraz. Zákon má začať platiť od septembra 2025.

Zmena zákona od 1. septembra 2025: mestá a obce nebudú môcť vykonávať sociálnu posudkovú činnosť.

Z dôvodu zmeny legislatívy, konkrétne zákona č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách, nebudú môcť mestá a obce od 01.09.2025 vyhotovovať posudky a rozhodnutia o odkázanosti na sociálnu službu. Táto pôsobnosť zo zákona prechádza na úrady práce sociálnych vecí a rodiny. V súčasnosti do 31.08.2025 túto posudkovú činnosť vykonávali mestá, obce, vyššie územné celky, ktoré zároveň aj poskytovali konkrétnu sociálnu službu.

Od 1. septembra 2025 podľa zákona 448/2008 Z. z. o sociálnych službách sa zrušuje pôsobnosť obce a vyššieho územného celku v rozsahu svojej pôsobnosti rozhodovať o odkázanosti na sociálnu službu v správnom konaní a vyhotovovať posudok o odkázanosti na sociálnu službu.

Nový zákon č. 376/2024 Z. z. o integrovanej posudkovej činnosti a o zmene a doplnení niektorých zákonov zabezpečuje jednotný systém posudzovania funkčných dôsledkov zdravotného stavu fyzickej osoby v pôsobnosti úradov práce, sociálnych vecí a rodiny.

Zmena v označovaní stupňov odkázanosti

V súvislosti s nedávnou novelou zákona o sociálnych službách, ktorá vstúpi do účinnosti od 1. septembra 2025, sa mení aj označenie jednotlivých stupňov odkázanosti. Hoci počet stupňov odkázanosti zostane rovnaký, od 1. septembra 2025 budú označené novým spôsobom: súčasné stupne II. až VI. sa prečísľujú na stupne I. až V.

V novom nariadení vlády, ktoré nadobudne účinnosť 1. januára 2026, sú preto už použité nové označenia. Táto zmena má zabezpečiť súlad s novelizovanou legislatívou, platnou od septembra 2025.

Stupeň odkázanosti sa určí na základe počtu základných životných potrieb, ktoré fyzická osoba nie je schopná samostatne uspokojovať.

Základné životné potreby, ktoré fyzická osoba nie je schopná samostatne uspokojovať, a ich počet sa určí na základe dotazníka k určeniu odkázanosti fyzickej osoby na pomoc inej fyzickej osoby.

Stupeň odkázanosti	Počet základných životných potrieb, ktoré fyzická osoba nad 15 rokov veku nie je schopná samostatne uspokojovať
I. ľahká odkázanosť	1 – 2
II. stredne ľahká odkázanosť	3 – 4
III. stredne ťažká odkázanosť	5 – 6
IV. ťažká odkázanosť	7 – 8
V. úplná odkázanosť	9 – 10

Oblasť dôchodkového sporenia

Od 1. januára 2025 rodičovský dôchodok nahradila asignácia podielu zaplatenej dane. Ide o krok v súvislosti s konsolidáciou verejných financií. Deti budú môcť každému rodičovi, ktorý je poberateľom dôchodku poukázať podiel zaplatenej dane vo výške 2% na každého rodiča (napr. 2% na matku ďalšie 2% na otca).



V tejto súvislosti už Sociálna poisťovňa nebude rozhodovať o rodičovskom dôchodku za rok 2025 a ani za ďalšie roky. Nahradí ho asignácia podielu zaplatenej dane, ktorú na základe údajov z Finančného riaditeľstva SR prvýkrát vyplatí v roku 2026 na základe údajov z daňových priznaní za rok 2025.

Zdroj: Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky,
<https://www.istream.sk/>,
<https://www.peniaze.sk/>



PIEŠŤANY

Mesto Piešťany patrí medzi naše najznámejšie kúpeľné mestá nielen u nás, ale aj v zahraničí. Miestne kúpele sú známe už niekoľko storočí vďaka liečivej vode a bahnu, ktoré priaznivo pôsobia na ochorenia pohybového aparátu a reumatizmus.

Mesto leží na strednom Slovensku v údolí rieky Váh. Radíme ho medzi stredne veľké slovenské mestá. Počet obyvateľov Piešťan sa pohybuje okolo 28 000.



Čím sa líšia Piešťany od iných slovenských miest? Svojou špecifickou ospalou atmosférou, pokojne zurčiacimi fontánami, pomalým tempom sa prechádzajúcimi návštevníkmi, promenádnymi koncertmi, najväčším počtom slnečných dní, všadeprítomnou zeleňou, listami nedbalo plynúcimi na striebristej hladine rieky Váh či poletujúcimi čajkami.

Výdatné termálne a minerálne pramene a sírne bahno sa stali základom liečby reumatizmu, chorôb pohybového ústrojenstva, nervových chorôb a poúrazových stavov a urobili z Piešťan vyhľadávané kúpeľné mesto.

V Piešťanoch pramení 10 žriediel prírodných liečivých minerálnych vôd s teplotou od 67 °C do 69 °C s obsahom minerálnych látok a voľných plynov.

Účinok kúpeľnej liečby znásobujú i rozsiahle starostlivo udržiavané parky a farbami hýriace kvetinové záhony. Kúpeľný ostrov je akosi malou botanickou záhradou, ktorá vznikla na pôde lužného lesa približne pred 150 rokmi. Obtokové rameno Váhu je biotopom mnohých vzácnych druhov rastlín a živočíchov.

Povešť o Piešťanoch

Piešťany sú dnes spájané najmä s romantickými prechádzkami, kúpeľmi a pávmi, ktoré sa nachádzajú na druhej strane mosta. Práve pávy zohrali veľkú úlohu aj v príbehu o piešťanskom hrade. Že tam žiadny nie je?

Podľa niekdajších zdrojov sa týčil nad Piešťanmi hrad, ktorý dostal pomenovanie Bana. Ležal na území dnešnej dediny zvanej Banka v bezprostrednej blízkosti tohto dnes už kúpeľného mesta.

Hrad nebol na pohľad ničím výnimočný. Nemal však kráľa ani kráľovnú, obývali ho súrodenci, brat so sestrou. Rodičia im zomreli a tak túžiac po rodičovskej láske sa im do priazne zalískala istá opatrovníčka. Nevedeli však, že ide o zlú čarodejnicu.

Tá istý deň v návale hnevu vyslovila kľatbu na mladíka, jej zverného syna. Zapriala mu, aby sa zmenil na páva, ktorý má síce krásne perá, ale jeho hlas bude presným opakom. Mal byť mimoriadne nepríjemný. Ako vyriekla, tak sa aj stalo. Mladík sa okamžite premenil na páva, avšak cez noc získaval späť svoju ľudskú podobu. Nevedel však lietať a tak si raz pri páde z brala zlomil nohu, ktorá ho bolela. Úľavu našiel až v neďalekých močiaroch.

Jeho sestra, šokovaná z toho, že jej brat zrazu zmizol, sa ho rozhodla hľadať. Nedávalo jej zmysel, prečo zrazu pri močiaroch takto škrieka páv. A tak sa rozhodla zistiť, čo je vo veci. Bolo iba otázkou času, kedy zistí, že ide o jej milovaného brata. Keď sa mu noha zahojila, chýry o liečivých močiaroch a bahne sa rozniesli široko-daleko.

Traduje sa, že presne takto ľudia objavili liečivý prameň Teplica. To, či sa táto povesť zakladá na niečom pravdivom, nevedno. Isté však je, že dedina Banka existuje, rovnako ako pávy v piešťanskom parku.



Letné chute Československa: Čo sa jedlo a pilo.



Dnes si môžeme kúpiť sushi na rohu, objednať pizzu cez telefón a v obchode nájdeme všetko od avokáda po kokosovú vodu. No pamätáte si ešte, keď sa jedlo varilo z toho, čo bolo doma, a keď sa chuť jedla spájala s vôňou kuchyne, hlasom mamy alebo babky a škriptom lyžíc v tanieroch? Spomeňme si spolu, ako chutil život v Československu – v časoch, keď sa varilo jednoducho, ale srdcom.

Raňajky po domácky

Rána začínali jednoducho, ale výživne. Na stole nechýbal chlieb s maslom, domácim lekvárom, tvarohom alebo vajíčkom natvrdo. V zime to bol chlieb s masťou a cibuľou, v lete čerstvé ovocie zo záhrady – maliny, jahody, hrušky, jablká. K tomu sa podával kávovinový nápoj – melita, cikorka, alebo Caro, často s mliekom. V mnohých rodinách sa pripravovala aj krupicová kaša, ovsená kaša či zapečené žemle s mliekom. Cukor, kakao, maslo – jednoduché suroviny vytvárali chute, ktoré deti milovali.

V časoch Československa sa často varilo to, čo bolo doma: zemiaky, kapusta, strukoviny, múka, mlieko. Z týchto základov vznikali výborné jedlá, ktoré sýtili celé rodiny. Oblúbené boli: granadír, fazuľový alebo šošovicový prívarok s vajíčkom či klobásou, rezance s makom, orechmi alebo tvarohom, chrenová omáčka, kôprovka, paprikáš, halušky s mäsom. Počas horúčav sa nevarili ťažké jedlá, ale skôr to, čo bolo rýchle a osviežujúce. Na tanieri často končili: zemiakový šalát s cibuľou a octom, studená polievka z kyslého mlieka alebo s uhorkami, kôprom a zemiakmi. Nechýbali ani šaláty z čerstvej zeleniny – s octom, olejom a cibuľkou. Všetko sa pripravovalo z toho, čo rástlo v záhrade – paradajky, paprika, uhorky, reďkovka, zelená cibuľka. A keď bolo ovocie, robili sa šúľance, žemlovka či ryžový náryp s marhuľami alebo višňami.



Sviatočné nedeľné obedy aj v lete

Aj v lete zostala nedeľa sviatkom na tanieri. Už ráno rozvoniaval vývar s rezancami, pripravoval sa rezeň alebo pečené kura. K tomu zemiakový šalát, kompót a na záver sladký koláč – najčastejšie bublanina s ovocím, makový závin, alebo linecké kolieska zo zásoby. Tieto obedy sa často jedli v záhrade alebo na dvore, a ak nie, tak pri otvorenom okne, so šumom lístia a zvukom detí z ulice.

A čo k pitiu? Domáce osvieženie bolo samozrejmosťou

Dnešné minerálky a džúsy boli nahradené tým, čo si ľudia pripravili sami – a často to bolo ešte lepšie.

Sirup v každej domácnosti nemohol chýbať:

Neexistovala rodina, ktorá by nemala doma aspoň jeden pohár domáceho sirupu. Malinový, ríbezľový, bazový alebo mäťový – podľa toho, čo práve dozrievalo. Sirupy sa vyrábali v lete, keď bolo ovocia dostatok, a potom sa riedili vodou – často priamo z pumpy, studne alebo vodovodu. Do pohára sa hodila lyžička cukru navyše, niekedy pár kociek ľadu a keď sa zohnal citrón, to už bol sviatok.



Bazovka – kráľovná letného osvieženia: Kto mal na dvore bazu, mal v lete vyhrať. Bazová limonáda, ľudovo „bazovka“, bola obľúbená v každej domácnosti. Príprava nebola zložitá – kvety bazy, voda, cukor, citrón – ale výsledok stál za to. Nápoj sa nechával pár dní stáť na slnku a potom sa pil studený, niekedy jemne perlivý. Bol to prirodzený „sódový nápoj“ bez chémie, ktorý nahrádzal limonády z obchodu.

Kompótová šťava – nič sa nevyhodilo: Po nedeľnom obede sa zjedol kompót, ale šťava z neho sa nikdy nevyliala. Bola to výborná malinovka – sladká, ochutená ovocím a ideálna na zapitie koláča. Najobľúbenejšie boli marhuľové, hruškové a višňové šťavy. Deti sa na ne tešili viac ako na limonádu z obchodu – a keď sa podávala studená, bola lepšia ako každá malinovka.

Domáci ľadový čaj – bez obalu, ale s chuťou: Bylinky boli všade – lipa, mäta, baza, harmanček. V lete sa z nich varil čaj, nechal sa vychladnúť a podával sa s medom alebo cukrom. Domáci ľadový čaj bol liečivý, osviežujúci a bez zbytočných prídavkov. Každá rodina mala svoju obľúbenú kombináciu – niekde pridávali citrón, inde len sušené jablko.

Šumienky, Vitacit a detská radosť: Nie každé dieťa pilo len čaj a sirup. Šumienky boli malý zázrak – pestrofarebné prášky v sáčkoch, ktoré sa sypali do vody, alebo rovno do úst. Vitacit bol najznámejší, ale existovali aj menej známe značky, ktoré sa predávali v potravinách.

Leto v Československu nebolo o rýchlosti, ale o prítomnosti. Spoločné varenie, zaváranie, pitie malinovky zo zaváraninového pohára – to všetko vytváralo atmosféru pokoja, spolupatričnosti a radosť z jednoduchých vecí. Dnes možno máme viac možností, ale menej spomienok. A preto si ich pripomeňme – nielen v myšli, ale aj v kuchyni.

Čokoláda, obľúbená maškrtka a jej história

7. júl je dňom čokolády, podme sa jej „pozrieť na zúbok“...

„Nie je nad dobrého priateľa, iba ak dobrý priateľ s čokoládou.“ Toto je jeden zo známych výrokov na adresu snáď najobľúbenejšej sladkosti na svete. Čokoláda je mnohokrát prirovnávaná k niečomu, čo je viac ako len jedlo. Pre svoje pozitívne účinky, hlavne čo sa mysle týka, si niektorí ľudia bez nej nevedia predstaviť svoj život. Nazýva sa aj terapiou na všetko, je istotou ako darček k akémukoľvek sviatku a jej chuť nikdy neomrzí. Aj keď čokoláda, tvorená kakaovou hmotou, cukrom a arómami, je známa len pár storočí, jej história je oveľa staršia.



Pestovanie Theobroma cacao – kakaovníka siaha až do druhého tisícročia pred Kristom v oblasti dnešného Mexika. Obyvatelia starobylej strednej Ameriky našli kakaovník v dažďových pralesoch a začali spracovávať jeho plody – kakaové bôby. Mayská civilizácia verila, že sú to plody bohov a prikladala im mystické účinky. Mali pôsobiť na zlepšenie mysle, fyzickej kondície či ako afrodiziakum. V podobe nápoja bola táto prvá podoba čokolády určená predovšetkým vládcovi, vojakom a bohatým ľuďom. Ľudia sa začali postupne venovať pestovaniu kakaovníkov, pričom prvá kakaovníková plantáž sa eviduje okolo roku 600 n. l. Konzumácia kakaových bôbov bola možná po podrvení a zmiešaní s vodou a vanilkou. Samotná kakaová hmota s výraznou a ostrou chuťou totiž nebola vôbec chutná. Postupom času sa však k moci dostávala Aztécka ríša a v 14. storočí pomaly preberala aj kontrolu nad kakaovníkovými plantážami. Jeden z dohadov hovorí, že slovo čokoláda pochádza práve z aztéckeho slova „xocolatl“, v preklade niečo ako trpká voda. Približne o 100 rokov neskôr sa na území Strednej Ameriky objavil Španiel Hernán Cortéz, ktorého pozval na hostinu aztécky vládca a zároveň milovník čokolády Montezuma. Tento španielsky objaviteľ sa pokladá za prvého dovozcu kakaových bôbov do Európy. Aj keď sa už predchodca Krištof Kolumbus vylodil pred ním, vraj kakaové bôby pre neho neboli dôležité. Cortéz naopak priniesol tieto bôby domov ako jedno z bohatstiev.

V Európe mal rozbeh čokolády inakší priebeh. Ľudia mali z novinky zmiešané pocity. Zistili však, že pridaním vanilky a cukru, zmes získa inú chuť. Milovníčka čokolády Anna Habsburská, dcéra španielskeho kráľa sa vydala za Francúzskeho kráľa Ľudovíta XIII. a čokoládový nápoj sa dostal zo Španielska cez Francúzsko postupne do celej Európy. Vhodným prostredím sa však stali kolonizované krajiny v Afrike ako Ghana či Pobrežie Slonoviny.

Veľký zlom nastal v roku 1823, kedy bol objavený lis na kakaové maslo. Britská spoločnosť v roku 1847 bola prvou továrňou na výrobu čokolády v podobe tuhých tabuliek. O pár desaťročí neskôr bol ďalším veľkým krokom v tomto odvetví vznik mliečnej čokolády. Švajčiar Daniel Peter pridal do čokoládovej zmesi kondenzované mlieko. Posledné chybičky krásy odstránil Rodolphe Lindt, keď zhotovil stroj, ktorý zmes zbavoval malých hrudiek. A takto postupne vznikla verzia čokolády, ako ju poznáme dnes.

Dnes sú najväčšími výrobcami čokolády USA, Nemecko, Švajčiarsko. Pestovanie kakaovníkov je najmä v Indonézii a v afrických krajinách. Čokoláda síce nemá mystické účinky, ale v malom množstve je pre naše telo priaznivá (znižuje krvný tlak a obsahuje antioxidanty).

Život v DJŽ

Každý deň u nás prináša nové zážitky – od milých osláv menín našich klientov, cez spoločné upratovanie knižničky, ktoré premeníme na príjemné spomínanie pri listovaní v starých knihách. V období pôstu sme sa duchovne stíšili pri krížovej ceste, ktorá nás viedla k hlbšiemu prežívaniu týchto dní.



Prednášky a besedy

V rámci našich aktivít sme si pripomenuli Medzinárodný deň hasičov zaujímavou prednáškou a besedou o ich odvahe a práci. Spoznávali sme aj svet vynálezov a prírodu v našom okolí – cez pútavé rozprávanie a diskusie, ktoré obohatili naše vedomosti aj zážitky.



Jarné sadenie

Aj keď bolo vonku ešte chladno, u nás to už krásne ožíva. Spolu sme sa pustili do sadenia priesad kvetov a zeleniny – s láskou, trpezlivosťou a radosťou z tvorenia.



Maľovanie veľkonočných vajec

Veľká noc sa u nás niesla v duchu pohody pri pečení a vyrábaní veľkonočných dekorácií.



Kvíz o Československých legendách

Dopoludnie spríjemnili klientom dobrovoľníci z Centra rodiny. Dobrovoľníci si pre klientov pripravili kvíz o Československých legendách a zároveň vytvorili príjemnú atmosféru, ktorá sa niesla v duchu tanca a spevu.



Stavanie mája

V našom zariadení sme si s klientmi pripomenuli stredovekú slovenskú tradíciu stavanie mája a zároveň aj priblížili jeho históriu. Klienti v príjemnej atmosfére viazali na máj stužky a počúvali hudbu.



Deň matiek v Domove jesene života

Deň matiek sme oslávili s láskou, vďačnosťou a krásnym programom, ktorý nám prišli predviesť talentované deti zo ZUŠ Eugena Suchoňa. Dievčatá a chlapci nám priniesli kultúrny zážitok plný piesní, tanca a radosti.



Zoznamovanie s papagájmi

Navštívili nás živé papagáje, ktoré svojou farebnosťou, šikovnosťou a priateľskou povahou potešili nielen oči, ale aj srdcia našich seniorov. Tí si ich mohli nielen obzrieť zblízka, ale aj pohladkať – čo bol pre mnohých výnimočný zážitok.



predstavujeme vám . . .

Z nášho kolektívu vám predstavujeme zamestnancov, ktorí nechali nazrieť do svojho profesijného a súkromného života.

DNES: Mgr. Lenka Kramárová, vedúca sociálneho úseku

Dobrý deň,

volám sa Lenka Kramárová a pochádzam zo Žiliny, ale od mala žijem v Bratislave. Po skončení základnej školy som študovala na Obchodnej akadémii a následne som nastúpila na Vysokú školu zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety. Popri štúdiu som nastúpila v roku 2010 do Domova jesene života, kde pracujem doteraz už ako vedúca sociálneho úseku. Mojou hlavnou pracovnou náplňou je koordinovanie a manažovanie zamestnancov sociálneho úseku, vedenie sociálnej agendy, sledovanie legislatívnych zmien a zodpovedanie za ich implementáciu do pracovného procesu, podieľanie sa na realizácii spoločenských a kultúrnych akcií pre prijímateľov sociálnej služby.



Moja práca ma naplňuje, pretože verím, že každý človek si zaslúži dôstojnú starostlivosť, láskavý prístup a chvíle naplnené radosťou aj v jeseni života. Zároveň sa každý deň učím pokore, trpezlivosti a vďačnosti. Každý deň prináša nové situácie, ktoré ma nútia premýšľať, hľadať riešenia, ale aj zasmiať sa, či podeliť o tichý moment porozumenia. Vnímam, že prostredie, v ktorom žijeme a pracujeme, má veľký vplyv na našu psychickú pohodu. Preto sa v rámci sociálneho úseku snažím spolu s kolegynami vytvárať atmosféru, ktorá je nielen profesionálna, ale aj ľudská a priateľská. Mojou veľkou motiváciou je vidieť úsmev na tvárach našich seniorov a dobrú náladu, ktorá panuje naprieč organizáciou. Práve to je pre mňa dôkaz, že moja práca má zmysel.



Vo voľnom čase sa venujem predovšetkým rodine, hlavne svojej dcére, ktorá je pre mňa tou najväčšou životnou inšpiráciou a radosťou. Spoločné chvíle si veľmi vážim – či už ide o hry, rozhovory, spoločné prechádzky alebo len obyčajné „bytosťné spolu“. Je to čas, ktorý ma dobíja a pripomína mi, čo je v živote naozaj dôležité. Rada trávim čas s priateľmi, čítam knihy, milujem leto a všetko, čo je s ním spojené – slnko, teplo, dlhé dni a najmä more. Oddych pri mori je pre mňa tým najlepším spôsobom, ako si naozaj vypnúť hlavu, vypustiť starosti a načerpať novú silu. Ten pokoj, šum vĺn a slnečné lúče to je pre mňa dokonalý relax.

A keď príde deň, ktorý je náročnejší než obvykle, vtedy si len povzdychnem, že aj taký patrí k životu. Poviem si: po 15 rokoch v DJŽ viem, že perfektný deň nie je ten bez chýb, ale ten, kde sa vieme zasmiať a zvládnuť všetko s ľudskosťou a nadhľadom. A keď už ani to nepomáha, tak sa pozriem na kolegyniu a poviem: „Kávička, alebo rovno dovolenka?“ – a ide sa ďalej!

Pripravila: Lenka Kramárová

Vejár na letné horúce dni

Teploty stúpajú a vtedy sa hodí mať poruke nejaký osviežujúci prostriedok. Napríklad vejár. Skúste si vyrobiť vlastný.

Potrebuje: farebné papiere, nožnice, niť, lepiacu pištoľ, nanukové paličky alebo iné drevené, ktoré sú bežne dostupné v papiernictve, čiernu fixku, ceruzku.

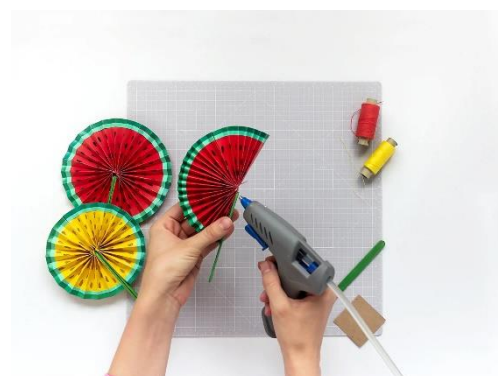
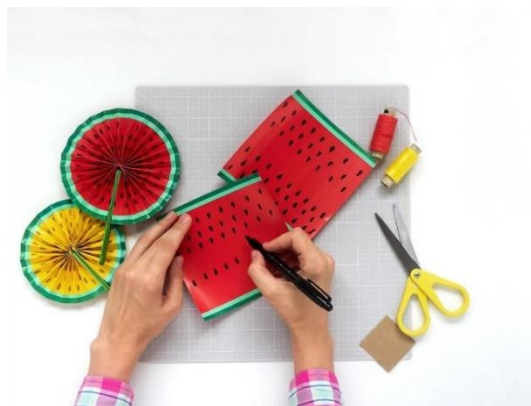
Postup:

1. Ak chcete letný motív, urobte si melónový vejár. Na ten potrebujete červený papier. Vystrihnite z neho 2 štvorce a nastrihajte tenké pásiky zo zeleného papiera v rozmere strany červeného štvorca, tak aby vznikol dojem kôry melóna.

2. Pomocou lepiacej pištole nalepte zelené pásiky po dvoch protiľahlých okrajoch štvorca. A potom čiernou fixkou dokreslite bodky – jadierka melóna.

3. Z upravených štvorcov urobte klasickú harmoniku a potom oba štvorce zviažte uprostred nitkou tak, aby sa dali rozostrieť.

4. Na jednom okraji zlepte vejáre dokopy a na ten druhý prilepte drevené paličky, aby kúsok presahovali aj cez okraj. A môžete sa ovievať aj zložiť vejár do kabelky.



Milí čitatelia,



Letné mesiace prinášajú viac svetla a tepla. Vzduch vonia po lúčkach, záhradách a spomienkach. V takýchto dňoch si mnohí z nás spomenú na detstvo strávené pri potoku, na letné prázdniny, na vôňu starej knižnice či šuchot stránok pri večernom čítaní. Kniha je ako časová brána – stačí ju otvoriť a prenesie nás do minulosti, do cudzích krajín, alebo aj hlboko do nášho vnútra. Leto je ideálny čas na to, aby sme sa zastavili a ponorili do príbehov, ktoré v nás zanechajú niečo pekné. Vybrali sme preto pre vás niekoľko knižných tipov – niektoré pohladia dušu, iné pobavia či pripomenú, že aj medzi stránkami sa dá cestovať.

PÁPEŽ FRANTIŠEK
NÁDEJ
AUTOBIOGRAFIA

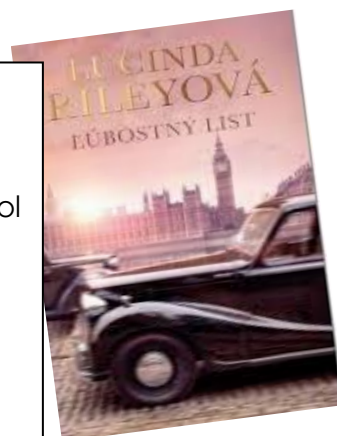


Nádej (J. M. Bergoglio):

Autobiografia, ktorú sa pápež rozhodol zverejniť ešte za svojho života. Kniha ponúka pohľad na jeho duchovnú cestu a poslanstvo nádeje pre dnešný svet.

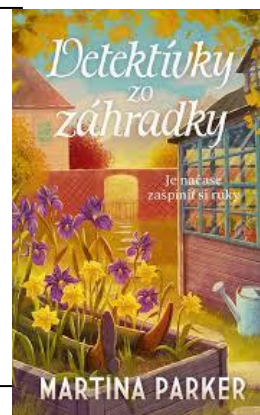
Lúboštný list (L. Riley):

Román o tajomnom lúboštnom liste, ktorý by mohol zmeniť dejiny Anglicka. Novinárka sa snaží odhaliť pravdu ukrytú v pozostalosti známeho herca.



Detektívky zo záhradky (M. Parker):

Detektívky zo záhradky je najnovší román od rakúskej autorky Martiny Parker. Tento príbeh kombinuje prvky detektívky, humoru a záhradkárskeho prostredia, čím vytvára jedinečný žáner "záhradný krimi".



Vedeli ste, že... čítanie počas leta má špeciálne čaro?

Leto je najobľúbenejším obdobím na čítanie – podľa knižných prieskumov čítajú ľudia najviac kníh práve počas júla a augusta. Oddych, dlhé dni a viac voľného času prajú čítaniu. Čítanie vonku znižuje stres – stačí 6 minút s knihou na lavičke či v záhrade a stres môže klesnúť až o 60 %. To potvrdila štúdia z University of Sussex.

Čítanie udržiava myseľ sviežu – aj v staršom veku je pravidelné čítanie výborným tréningom pre mozog. Pomáha udržiavať pamäť, slovnú zásobu aj schopnosť sústrediť sa.

Pripravila: Dominika K., sociálna pracovníčka, pavilón B

NOVÍ KLIENTI, ktorí medzi nás prišli: marec – apríl - máj

pán Kamil N.	pani Blažena U.	pani Božena Č.	pani Margita K.	pán Juraj V.
pani Mária M.	pani Emília O.	pán Jozef H.	pán František K.	pani Mária H.
pani Zdenka N.	pani Dana Š.	pani Mária J.	pani Eva M.	

Vitajte medzi nami !

NAŠI OSLÁVENCI: jún – júl – august

p. Terézia Š.	p. Vladimír M.	p. Matej F.	p. Ladislav B.	p. Vojtech R.
p. Margita K.	p. Peter G.	p. Marta H.	p. Eva P.	p. Jozef J.
p. Mária O.	p. Ján S.	p. Eva D.	p. Ján K.	p. Milan B.
p. Justína Š.	p. Peter H.	p. Marta J.	p. Anna K.	p. František K.
p. Miroslav L.	p. Jozef K.	p. Emma S.	p. Marin S.	p. Helena V.
p. Helena C.	p. Marie K.	p. Edita H.	p. Mária H.	p. Oľga T.
p. Miloslav R.	p. Helena K.	p. Petronela Z.	p. Marta H.	p. Zlatica M.
p. Katarína Č.	p. Viera K.	p. Albína T.	p. Pavel A.	p. Milan N.
p. Terézia H.	p. František K.	p. Jozefína K.	p. Štefan J.	p. Dezider N.
p. Jana D.	p. Juraj V.	p. Ján P.	p. Mária K.	p. Ľudmila B.
p. Marta B.	p. Terézia B.	p. Eva H.		

Srdečne blahoželáme !

.....

A čo pre Vás pripravujeme? jún – júl – august

- Oslava jubilantov
- Otvorenie letnej terasy
- Deň otvorených dverí DJŽ
- Posedenie na terase pri hudbe a tanci
- Grilovačka DJŽ
- Športové hry (kolky, basketbal na nízky kôš, loptové hry)
- Kávičkareň
- Čaj o druhej
- Spomienkové stretnutia – rozhovory o spomienkových predmetoch
- Hudobno-pohybová aktivita
- Šikovné ruky – v tvorivých dielničkách
- Relaxačné cvičenie
- Čítanie pri lôžku
- Nácvik jemnej motoriky
- Pečenie – skupinová aktivita v terapeuticknej kuchynke
- Spoločenské hry (karty, bingo, človeče nehnevaj sa!, šach)
- Zdravotní klauni
- Duchovné aktivity (sv. ruženec, sv. omša, evanjelické služby Božie)
- Kognitívne aktivity
- Prechádzky v areáli DJŽ

Príde mladý muž do obchodu a pýta sa mladej predavačky:
 – Máte fínsku vodku?..... Nemáme.
 – A máte Johnnie Walker?... Nemáme.
 – A máte dnes večer čas?
 Ona sa začervená, usmeje a odpovedá: Mám.
 – Tak si sadnite a napíšte objednávku.

.....
 Perfektný muž:

vstáva skoro , ustelie si ,uprace izbu
 pomáha v kuchyni , alkoholu sa ani nedotkne ,
 cvičí a modlí sa každý deň
 o deviatej je v posteli.
 A kde ho hľadať?Vo väzení.

.....

Syčí na svojho manžela:

„Lezie mi to na nervy, táto konštanta, môj dom, moje auto, moje peniaze!
 Ako keby ste to vlastnili úplne sami! Čo stále hľadáš?“

– „Naše nohavičky!“

.....

„Povedz mi, papi, prečo si sa vlastne oženil s mamou?“

– „Vidíš, Ingrid, ani deti to nemôžu pochopiť!“

.....

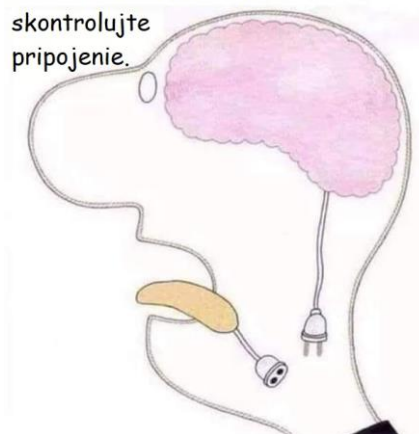
„Klaus, stal si sa otcom?“

– „Áno včera.“

„Aká je tvoja žena?“

– „Pokiaľ sa o tom nedozvie, super!“

Skôr ako začnete hovoriť
 skontrolujte
 pripojenie.



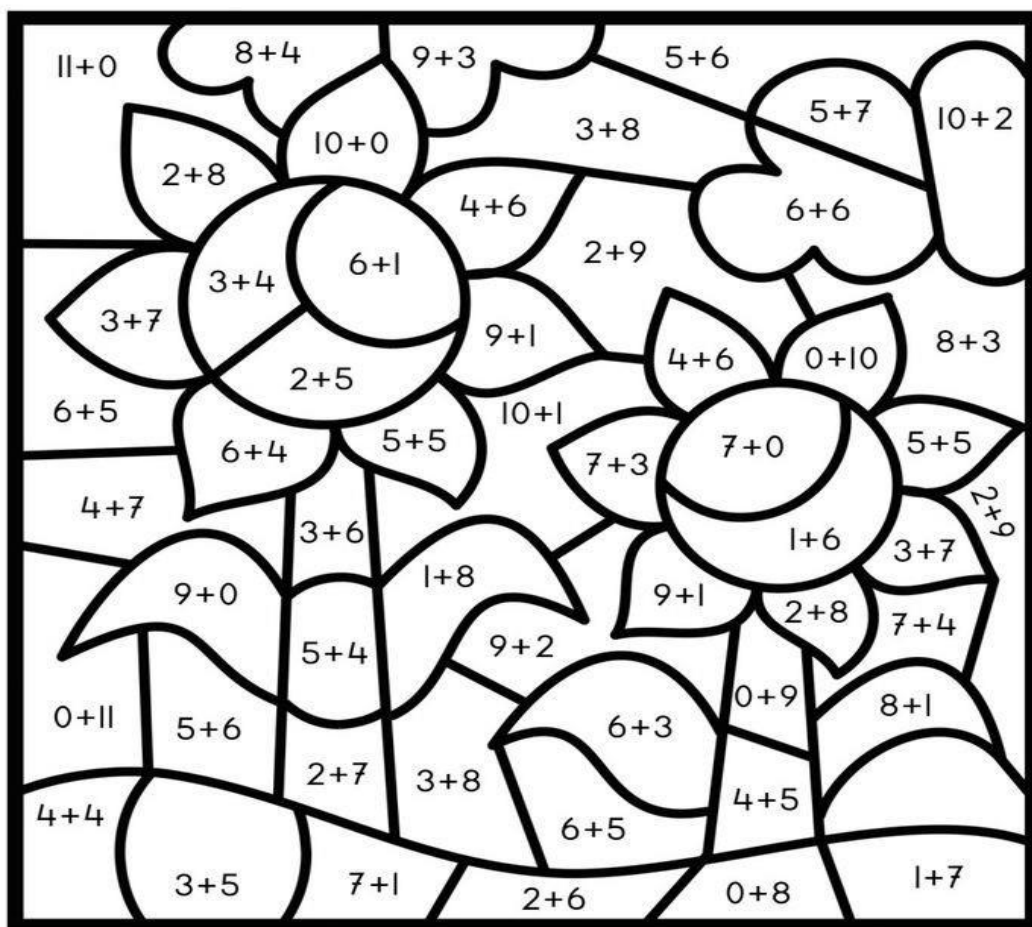
Skús či ešte vieš aké i ,í, y, ý tam patrí?

k__jak 	š__pka 	dž__p 
d__ňa 	č__pka 	g__č
ž__lka	ch__ba	dž__nsy 
š__ška 	ch__ža 	č__tanka 
d__m 	ž__hadlo 	š__bal
h__mna	mot__l' 	kač__ca 

VYHĽADAJ V TAJNÍČKE VYBRANÉ SLOVÁ.



SÝKORKA	OBYČAJ	UMYŤ
BYSTRÝ	RYBA	BÝK
SÝTY	KOBYLA	BYTČA
VYHŇA	JAZYK	PYKAŤ
BYVOL	PYSK	KOPYTO
SYN	SYPAŤ	VYŽLA
PYTĽIAK	SYČAŤ	VYDRA
SYSEL'	BYLINA	BRYNDZA
ZVYK	ŽMÝKAŤ	HRÝŽŤ
STRÝC	KORYTO	TORYSA
		16
		MYSLEŤ



čierna hnedá zelená žltá oranžová modrá



A jeden vtip na záver

Úspešný muž je muž, ktorý zarobí viac peňazí, ako môže minúť jeho manželka.

Úspešná žena je tá, ktorá si nájde takého muža.

Aby ste boli s mužom šťastní, musíte mu veľmi dobre rozumieť a trochu ho milovať.

Aby ste boli šťastní so ženou, musíte ju milovať a ani sa ju nesnažiť pochopiť.