

TO SME MY

časopis mladých ľudí
zo ZPMP v SR
a ich priateľov
2-3/2014



ZPMP v SR
Štúrova 6
811 02 Bratislava
tel.: 02/6381 4968
e-mail: zmpvsvr@zmpvsvr.sk
www.zmpvsvr.sk



To sme my 2-3/2014 • občasník • Vydalo: ZPMP v SR • Štúrova 6 , 811 02 Bratislava
 IČO 00683191 • tel: 02/6381 4968, e-mail: zmpvsvr@zmpvsvr.sk
 Dátum vydania: xx. 10. 2014 • Ročník vydania: 15
 Na redakčnej rade sa stretli: Jana Zámečníková, Adriana Pekárová, Iveta Mišová, Martina Jarolíňová
 Na príprave čísla sa spolupodieľali: Richard Drahovský, Majka Žáčiková, Peter Srnánek, Róbert Vladár, Richard Neumann,
 Majo Húserka, Karol Rokyta, Ladislav Rehák, Petra Petříčková, Katka Krkošková, Adka Turóciová, Braňo Ivančík,
 Peter Kapko, Maťko Ševčík, Vilko Horváth, Maťo "Djokovič" Mlynárik, Majka Moravcová, Janka Kuchariková, Lenka Bobotová,
 Magda Papánková, Róbert Rosenberg, Helena Tavaliová, Mária Antalová, Danka Dobrovodská, Henrieta Matulová,
 Slávka Gonová, Bedřich Bědo Matoušek, Vladimíra Martvoňová, Patrícia Šarköziová, Anna Kypeťová
 Grafický dizajn: Zuzana Chmelová
 Tlač: POLYGRAFICKÉ CENTRUM, www.polygrafcentrum.sk
 Adresa redakcie: ZPMP v SR, Štúrova 6, 811 02 Bratislava, tel.: 02/6381 4968, e-mail: zmpvsvr@zmpvsvr.sk
 Vydanie časopisu finančne podporilo: Ministerstvo kultúry SR, Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR
 Registrované MK SR č.2742/08. Podávanie novinových zásielok povolené RP Bratislava č. j. 1591/96 – P zo dňa 10. 4. 1996.
 ISSN 1338-8193

Strana 1 • Editoriál
Strana 2-16 • Letný špeciál
Strana 17-18 • Polopate
Strana 19-31 • Z každého rožka troška
Strana 32-33 • Umelecká tvorba
Strana 34-36 • Eko – bio – zdravo

OBSAH

EDITORIÁL

Milí priatelia, kamaráti a čitatelia!

S príchodom jesene sa vám do rúk dostáva tohtoročné dvojčíslo časopisu TO SME MY! Dvojčíslo s jesennou atmosférou je plné zážitkov nielen z leta. Napríklad si zaspomíname v rubrike Letný špeciál na to, ako nám bolo na pobyte v Žiarskej doline. Pripomenieme si športové zážitky a úspechy. V rubrike Polopate si vysvetlíme zložité veci tak, aby sme im spoločne porozumeli. Jesenné dvojčíslo je venované aj vašej umeleckej tvorbe. Môžete sa tešiť na básničky, maľby a krásne fotky. Články o cestovaní, ale aj o zamestnaní. Nemôže chýbať ani obľúbená rubrika Eko bio zdravo, ktorá nás naučí niečo o sadení a pestovaní. Jeseň je najfarebnejšie obdobie v roku. Prajeme vám krásne čítanie aj počas farebnej jesene.

Redakcia To sme my

LETNÝ POBYT NA CHATE KOŽIAR

V nedeľu, keď sme prišli na chatu Kožiar, išli sme na večeru.

V pondelok sme boli rozdelení do troch skupín.

V utorok sme sa chystali na opekačku.

Mali sme špekáčky a zeleninu, vodu so sirupom.

V stredu sme boli na výlete v Liptovskom Mikuláši.

V meste sme išli na prechádzku.

Niektorí si dali kávu a zmrzlinu.

Boli sme v „sekáči“ a aj v hračkárstve.

Kúpila som si oblečenie,

kofolu a bublifuk.

Na výlete sme sa fotili a potom sme išli naspäť autobusom.

Na výlete sa mi páčilo a bolo super!

Mali sme aj karneval.

Na karnevale som bola Hello Kitty :-)

Tancovali sme.

Mám tu veľa kamarátov.

Na pobyte som spokojná.

Hľadanie pokladu sa mi veľmi páčilo, bolo to super a dostali sme horalky.

Mali sme aj banány a nektárinky.

Chutilo mi, jedlo bolo výborné.

Aj sme sa vzdelávali.

Mali sme tému o hospodárení s peniazmi.

Chodili sme na prechádzky na salaš.

Videli sme ovečky a predávali

tam výborné syry, žinčicu, bryndzu, korbáčiky a ovčí syr.

Zažili sme na pobyte búrku.

Nebála som sa.

Lúbim všetkých asistentov.

Na pobyte sa mi páčili všetky aktivity.

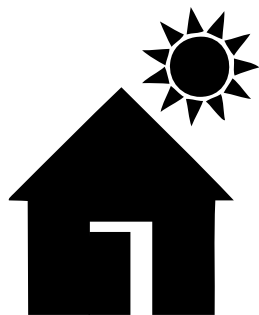
Majka Žáčiková

LETNÝ ŠPECIÁL



V nedeľu 13. 7. 2014 sme sa zoznámili v chate Kožiar v Žiarskej doline. V pondelok sme mali tvorivé dielne. Poobede sme si robili obálky. Po večeri bol program Kožiar má talent. Bol som aj na kurze o hospodárení s peniazmi. Poobede sme pozerali film Harry Potter. Večer bola opekačka. V stredu sme boli v Liptovskom Mikuláši. Kúpil som si knihu konverzácie v arabčine. Učím sa arabčinu. „Sabáh al chajr“ je „dobré ráno“. Boli sme aj na nákupoch. Večer bol aj karneval, ja som bol arabský slovník. Robo bol kalendár. Vo štvrtok boli krúžky a poobede hľadanie pokladu. V piatok sme išli na prechádzku. Písali sme články do časopisu To sme my. V sobotu už odchádzame do Bratislavy. Už sa teším na ďalší letný pobyt 2015.

Peter Srnánek, Robert Vladár



13. júla sme prišli do Žiarskej doliny na chatu Žiar. Vybalili sme sa na izbách a po večeri sa aj zoznámili. Robili sme si obálky a potom sme išli na prechádzku na salaš. Večer sme mali Kožiar má talent, ktorý som spolu s asistentkou Peťou Kiššovou moderoval. Ďalší deň sme boli na výlete v Liptovskom Mikuláši. Po tom, ako sme sa vrátili na chatu, hľadali sme poklad. Mali sme aj karneval. Všetko sa mi na pobyte páčilo. Bolo tu super. Dúfam, že sa sem nabudúce dostanem aj s Terezkou.

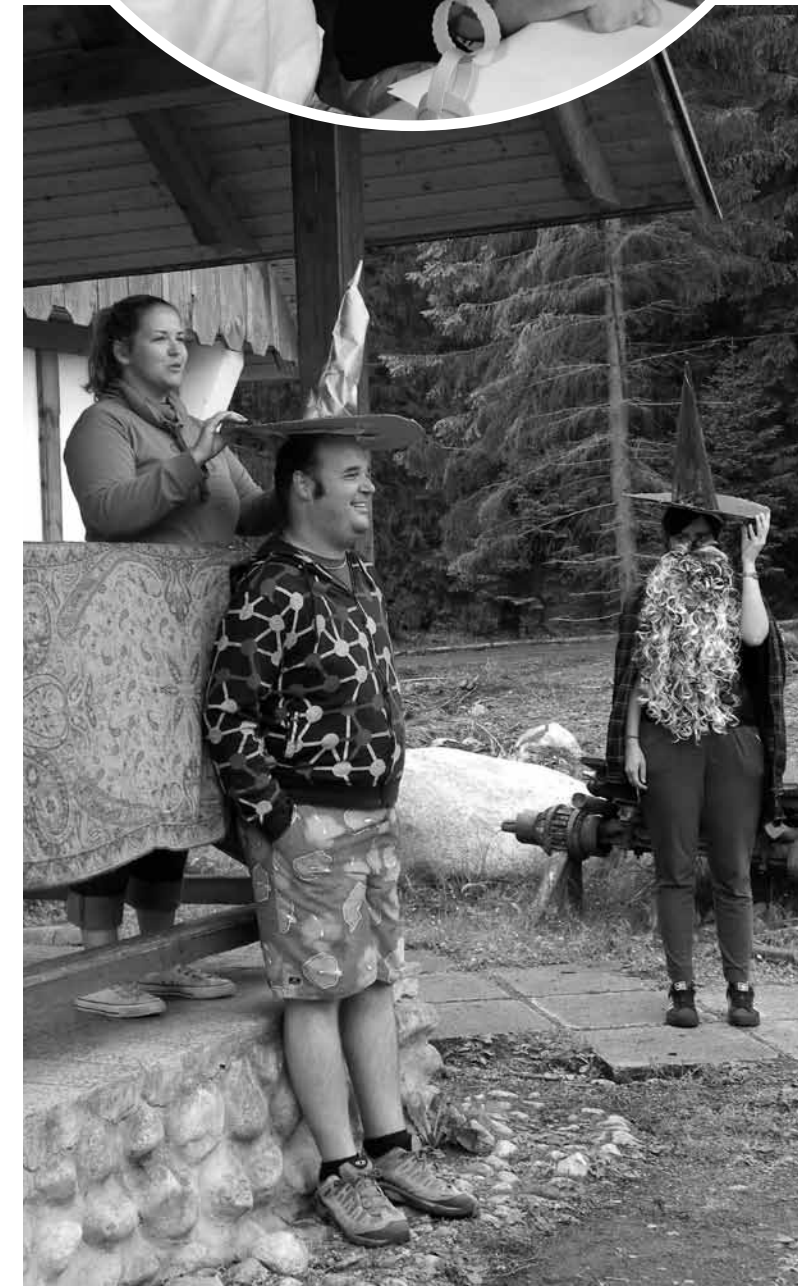
Richard Neumann



Na tento pobyt som sa veľmi tešil. Nezostal som sklamaný. Trochu mi vadila malá izba. Zdala sa mi úzka. Síce som nepoznal spolubývajúcich, ale porozumeli sme si dobre. Dokonca sme sa aj skamarátili. Prostredie bolo pekné a príjemné. Počasie premenlivé. Program sa mi páčil veľmi. Boli sme na salaši. Chodili sme na prechádzky do lesa. Mali sme vlastný talent aj karneval, opekačku, diskotéku, spoločenské hry. Okrem toho sme pozerali aj film Harry Potter a potom sme hrali hru „Hľadanie pokladu a Harry Potter“. Dokonca sme boli na výlete v Liptovskom Mikuláši. Páčilo sa mi v Liptovskom Mikuláši. Máčali sme si nohy vo fontáne. Majú tam pekné pamiatky. Neviem, čo sa mi páčilo najviac. Všetko bolo fajn. Chcel by som sa aj na ďalší rok zúčastniť pobytu.

Majo Húserka

LETNÝ ŠPECIÁL



V prvý deň sme mali uvítanie a predstavovanie sa, ktoré bolo nezvyčajné a zábavné. Zoznamovali sme sa vo dvojiciach, takže sme sa zoznámili s každým. Na pobyte sme mali krúžky, ako kreatívny, kde sme vyrábali napríklad reťaze na výzdobu. Ale aj čiapky, herbár a iné krásne veci. Na turistickom krúžku sme sa boli prejsť v lese, kde sme mohli aj fotografovať okolitú prírodu. Dokonca sme mali aj kurz o hospodárení s peniazmi. Aj výlet do Liptovského Mikuláša sa mi veľmi páčil, najviac obchod Ľudovka. Kúpil som si tam veľa pekných vecí. S asistentmi sme si všetci sadli. Boli super, zhovorčiví a veselí. Personál bol úžasný a perfektne tu varili. Páčilo sa mi aj hľadanie pokladu. Dnes máme mať nočnú hru, na ktorú sa tiež veľmi teším. Dnešné počasie nám veľmi nepraje, lebo prší. Inak bolo celý pobyt slnečné počasie. Som veľmi rád, že som sem prišiel a spoznal nových ľudí a veľmi som sa zabavil. Veľa pekných spomienok posiela

Karol Rokyta

LETNÝ ŠPECIÁL

Tohtoročný pobyt sa mi veľmi páčil. Perfektne tu varia a aj personál bol úžasný. Kurz o hospodárení s peniazmi bol veľmi dobrý, veľa sme sa naučili. Na pobyte bol pekne vymyslený program. Páčila sa mi aj vychádzka do prírody spojená s fotografovaním. Aj keď som ju nedokončil, lebo ma zradili kolená. Opekačka, ktorá bola v stredu, bola tiež úžasná. Veľa sme sa najedli. Na karnevale som bol za futbalistu. Predviedol som aj nejaké triky s loptou. Vo štvrtok sme hľadali poklad na tému Harry Potter. Trošku sme sa báli, ale aj zabávali. Poklad bol úžasný aj s Harrym Potterom. Večer sme mali diskotéku spojenú s hrami. Veľmi som sa zabavil pri stoličkovom tanci, kde som tancoval. Aj iné hry boli zábavné. Trošku nám aj pršalo, ale sme sa aj mohli opaľovať. Ešte na začiatku sme mali „Kožiar má talent“ so skutočnou porotou. Tiež to bolo fajn. Celý pobyt sa mi páčil, aj keď sem tam ma boleli kolená a kríže :-)
Krásne zážitky z pobytu zasiela

Lacko Reháč





Páčilo sa mi, ako sme tancovali na diskotéke.
Súťažili sme.
Hrala som stoličkový tanec.
Tancovala som s Braňom na súťaži.
Vydržali sme dlho.
Boli sme v meste a kúpila som si sponu do vlasov a aj tričko.
V lese som natrhala kvety a potom sme ich lepili.
Na talente som tancovala s Peťom a každý nám tleskal.
S Peťkom sa mi tancovalo super.
Na karnevale som bola princezná a mala som obuté topánky na opätku.
Mám rada asistentku Betku.
Páčil sa mi Harry Potter a hľadanie pokladu.
Našli sme horalky.
Mám rada Braňa.
Sama som fotila, keď sme boli na prechádzke.
Páčilo sa mi to.
Opekať sa mi tiež páčilo.
Bývam v peknej chatke, aj les je pekný.
Všetci sme tancovali.
Najviac mi chutila pizza.
Vtedy, keď sme hrali futbal, bolo to super.

Petra Petříčková

LETNÝ ŠPECIÁL

Na pobyte sa mi páčilo.
Mala som tu skvelých kamarátov.
V nedeľu ma mama doviezla na chatu Kožiar.
Večer sme mali diskotéku.
V pondelok som bola na turistickom krúžku a chodili sme po horách.
A večer boli talenty.
Spievala som talent pesničku Diskopríbeh.
A celý program sa mi páčil.
V utorok sme mali výtvarný krúžok.
Išli sme do lesa a zbierali rastliny na herbár.



Boli sme na salaši a celkom sa mi to zapáčilo.
Večer sme si opekali špekáčiky a potom sa hral futbal.
V stredu ráno sme si dali rozcvičku. Naraňajkovali sme sa a išli sme autobusom do Liptovského Mikuláša. Tam som mala babskú jazdu s Luckou a kúpila som si tri čelenky. Kúpila som si aj album a hračku pre Šimonka.
Vrátili sme sa z Liptovského Mikuláša a chystali sme si masky na karneval. Večer sme mali karneval, bola som tenistka Dominika Cibulková. Všetky masky sa mi páčili, ujo Vlado bol smrčka. Na kurze sme sa učili ako hospodáriť s peniazmi.

Poobede sme hľadali poklad. Tam bol aj Harry Potter, pomáhali sme mu plniť úlohy.

Večer sme mali diskotéku a súťažili sme v balónovom tanci, stoličkovom tanci.

Vypla sa hudba a všetci si museli sadnúť.

Lúbil sa mi ujo Vlado.

Bola tu svadba, ale nemohli sme tam ísť.

Bolo to len pre pozvaných.

Páčili sa mi asistenti.

Bola som na turistickom krúžku s tetou Peťou a ujom Vladom.

Páčilo sa mi, že som tam s nimi behala.

Vydržala som celý týždeň s Adou na izbe.

Páčilo sa mi, že Janka Zámečniková bola lupič na karnevale.

Katka Krkošková



Dobre je tu na pobyte. Mali sme diskotéku, karneval. Bola som Pipi dlhá pančucha. Mám tu kamarátov Janku, Majku, Zuzku. Opekali sme si špekáčiky. Kreslili sme si masky. Boli sme na výlete v Liptovskom Mikulášu. Poslali sme list, pohľadnicu – Dianiškovi. Myslím naňho. Boli sme sa prejsť na huby. Súťažili sme s balónikmi a stoličkový tanec. Pozerali sme film Harry Potter. Potom sme hľadali poklad. Našli sme keksíky. Klúčiky sme hľadali.

V sobotu sa balíme a príde mama. My sme dneska pili malinovku – kofolu. Mali sme aj kávičku so šľahačkou. Kúpila som si sprej a gél. Ujo Vlado mi dal náramky. Včera bol dobrý obed a aj dnes. Fotila som. Boli sme autobusom v meste. Na budúci rok ešte prídem. Obálky sme vyrábali. Na talente som spievala pesničku „Červené jablčko mám“. Myslím na vychovávateľky. Som spokojná na pobyte. Sprchujem sa každý večer. A chodíme von. Dnes sme mali broskyne na olovrant. Na salaši predávali výborné syry.



LETNÝ ŠPECIÁL

Hrala som sa s Tinom.
Dnes sme boli na turistike.
Máme syrík na večeru.
Pršalo.
Mám dobrú izbu.
Bývam s Katkou.
Lúbim Katku.
Máme sa tu fajn.

Ada Turóciová

Na pobyte som si našiel
ženu – frajerku.
Peťka si našla mňa a ja ju.
Všetko sa mi páčilo,
hlavne hľadanie pokladu.
Ešte karneval bol dobrý.
Páčila sa mi moja maska.
Mám rád Vlada a Ivana.
Jedlo mi chutilo.
Teším sa na večer.

Braňo Ivančík



Mali sme tu diskotéku.
Boli sme sa prechádzať.
Boli sme aj na výlete
v Liptovskom Mikuláši.
Potom sme mali diskotéku.
Našiel som si tu kamarátov
aj kamarátky.
Robili sme tu aj nejaké súťaže
a mali sme karneval.
Ja som mal masku vojaka.
Na výlete v Liptovskom Mikuláši
som si kúpil minerálku aj pivo.
Mali sme hľadanie pokladu
s Harrym Potterom.
Dobre tu varili, dokonca sme mali
aj jeden večer opekačku.
Opekali sme špekáčiky.



A fotili sme sa na prechádzke lesy
a potom sme tu mali rôzne kurzy.
Tvorivé dielne, kurz o hospodárení
s peniazmi a aj kurz o foteaní.
Na diskotéke som predvádzal
tanec na pesničku z Pomády.
Dnes je piatok a sme vonku.
Prídem aj na budúci rok na pobyt.

Peter Kapko

Lepil som reťaze na krúžky.
Špekáčiky sme opekali.
Boli sme v lese na hríboch.
Aj na salaši sme sa boli pozrieť.
Boli sme v Liptovskom Mikuláši
v meste na kávu a kofolu.
Kúpili sme si minerálku,
a v parku sme sa prechádzali.
Videl som smetiarov.
Mali veľké auto.
V meste bola fontána.
Močili sme si nohy.

Maťko Ševčík

Mal som na pobyte kávičku,
keksík a banán.
Hľadali sme poklad, vyhrali sme sladké.
Boli sme na chate aj na prechádzke
na salaši.
Mám tu kamarátku Veroniku,
čo robí karate s nohami.
Mali sme karneval a bol som úrazovka.
Boli sme v Liptovskom Mikuláši.
Mali sme aj krúžky.

Boli sme pozrieť ovce aj koňa.
Cvičili sme s Peťkou ráno.
Mávali sme pritom rukami aj nohami.
Robili sme drepy.
Večer sme išli spať.
Pil som mirindu.
Tancoval som na diskotéke
s Veronikou.
Umýval som si zuby.
V meste sme boli pri fontáne.

Vilko Horváth

LETNÝ ŠPECIÁL



Dobre bolo na pobyte.
Mali sme dobré počasie,
nepršalo veľa.
Opekačka bola tiež dobrá.
Karneval, bol som prezlečený
za kukláča.
Mal som tu veľmi pekné ženy.
S Ivanom, aj ostatnými asistentmi,
bolo dobre.
Všetci boli v pohode.
Zažili sme tu aj svadbu,
na ktorej boli fajn koláče.
Na piatkovej prechádzke na chatu
Baranec sme našli mnoho hřibov.
Večer máme nočnú túru tmavým
lesom, na ktorú sa veľmi teším.

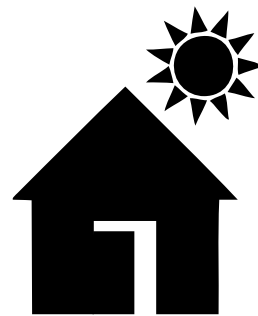
Maťo "Djokovič" Mlynarík

Na pobyte sa nám páčilo.
Karneval bol super.
Aj diskotéka bola parádna.
Vychádzka s fotením
bola veľmi pekná.
Je tu krásne.
Najlepšia bola hra hľadanie pokladu.
Super bol deň, keď sme boli
v Liptovskom Mikuláši.
Potešilo nás, keď sme dostávali poštu.
Varili výborne a sme spokojní.
Skvelé vedúce, asistenti aj asistentky.
Ivo bol najlepší a vtipný.
Aj Vlado.
Veľa sme sa naučili na kurze
o hospodárení s peniazmi.
Ďakujeme.

Aj keď sme hľadali huby.
To sa nám veľmi páčilo.
Aj klienti boli dobrí.
A opekačka bola parádna.

Majka Moravcová a Janka Kuchariková

LETNÝ ŠPECIÁL



POBYT NA CHATE KOŽIAR

Išla som s Maťkovým tatom v aute.
Pri Liptovskom Mikuláši sme išli
na bryndzové halušky so slaninkou.
Keď sme boli už na mieste,
chvíľku sme čakali.
Išli sme sa zoznámiť.
S niektorými sa poznám z videnia
z pobytu.
Každý mal dvojicu a o sebe hovoril.
Mali sme chvíľu aj diskotéku.

Na pobyte sa mi páči všetko.
Aj prostredie sa mi páči.
Rozdelili sme sa na tri skupiny.
Kurzy sa volali výtvarný, športový
a ako hospodáriť s peniazmi.
Každý si robil sám obálku na poštu.
Potom sa nalepila na dvere
na chatkách.
Všetci sa boli na salaši pozrieť.
Salaš je pekné miesto.
Videli sme ovce a kone.
Večer sme sa chystali na Kožiar
má talent a diskotéku.

Aj som vyšívala skoro každý deň
a večer.
Pozerali sme Harryho Pottera.
Hrala som bedminton vonku
pri reštaurácii.
Stretli sme sa aj pri ohnisku.
Kto potreboval, tak som pomohla.
Opekali sme špekáčiky a chleba.
Niektorým, čo nevedeli opiecť sami,
opiekli im asistenti.

Na stole boli pripravené chleby,
horčica, kečup a zelenina.
Kto chcel, išiel hrať futbal.
Pri opekačke sme aj spievali
a rozprávali sa.
Niektorí sa išli pozrieť, ako hrajú futbal.
Nemali sme diskotéku kvôli opekačke.
Aj sme si vymenili telefónne čísla.
Každý dostával poštu na dverách.
Ráno sme išli do mesta Liptovský
Mikuláš autobusom.
Každý si kúpil niečo na pamiatku.
Boli sme v reštaurácii na kofole,
zmrzline a na káve.
Chodili sme vo fontáne.
Ja som si kúpila magnetky
a lak na nechty.
Niektorí boli aj v obchode
kúpiť jedlo a vodu.
Trošku pršalo, keď sme
odchádzali naspäť.
Mesto bolo pekné, aj park.
Na takom lane ako pavučina
som šplhala aj s Maťkom Š.
Keď sme prišli do chatky,
chvíľku sme mali oddych.
Každý si pripravoval masky

na karneval. Hádali sme masky.
Aj sme tancovali a bola diskotéka.

Mali sme aj kurz ako hospodáriť
s peniazmi. Na plagát sme písali,
čo by sme robili s tisíc eurami.
A nalepili na stenu alebo na dvere.
Jedna skupina to čítala,
čo bolo na papieri napísané.
Skoro všetci išli na prechádzku
na chatu Borovec.
Chodili sme popri ceste – asfaltke.
Nazbierali sme plný košík hřibov.
Aj sme sa po ceste rozprávali.
Každý deň po obede sme mali
oddych na chatkách.
Väčšina z nás písala články
do časopisu.

Niektorí nevedeli písať,
tak sme im s tým pomohli.
Večer sme oslavovali
Tomášove narodeniny.
Tancovali sme pri ohnisku.
Hrali sme hry, karty a kreslili.
Bola tam práve svadba.
Spravili sme im plagát
a každý sa podpísal.
Mali sme nočnú hru pri lese.
Našla som nových kamarátov
a kamarátky aj asistentky.
V sobotu sme odchádzali.
Pozerali sme fotky na prezentáciu,
čo sme fotili.
S Maťkovým tatom som bola
pri Liptovskej Mare na salaši
a na obed sme si dali halušky.

Lenka Bobotová

REKONDIČNO-INTEGRAČNÝ POBYT

Aj tento rok sa opäť konal rekondično-integračný pobyt. Uskutočnil sa v krásnom prostredí Liptova na chate Kožiar. Neďaleko Liptovského Mikuláša. Tohto roku sa zúčastnilo viac účastníkov ako pred rokom. Tento pobyt bol pre mňa najlepšia dovolenka tohto roka na Slovensku s najlepšimi ľuďmi na svete. Nemám slov. Bol to nezabudnuteľný týždeň plný zážitkov a smiechu. Dobrej nálady, srandy. Dalo by sa povedať, že tento rok bol pobyt ešte lepší ako minulý. Prečo? Bolo nás viac. Lepšie zorganizovaný. Bývali sme v chatkách, a nie v hoteli a to bolo super! Z jedného dôvodu, že sme mohli stráviť viac času vonku v prírode na dobrom vzduchu.

Bol aj dobrý program. Rôzne kurzy. Fotografický, tvorivé dielne. Kurz, na ktorom sme sa učili, ako hospodáriť s peniazmi. Mali sme aj hľadanie pokladu. Kožiar má talent. Opekačku. Chodievali sme aj na prechádzky do okolia. Na huby. Boli sme aj v Liptovskom Mikuláši. A veľa iného. Odnášam si veľa zážitkov. Nových kamarátstiev. Proste bolo super! Veľká vďaka všetkým asistentom. Bez vás by to tam nebolo ono. A osobitne chcem poďakovať za všetkých sebaobhajcov našej Janke a Lucke. Že sme svami mohli stráviť nádherný týždeň. Veľké ĎAKUJEME!

Váš Richard Drahovský

LETNÝ ŠPECIÁL



V tejto rubrike si zložité veci vysvetlíme jednoduchšie. Budeme sa venovať téme zodpovednosť.

ČO JE TO ZODPOVEDNOSŤ?

Každý človek má svoje práva aj povinnosti. Máš ich aj ty, ale aj ostatní ľudia. Môže sa stať, že niekto tieto práva alebo povinnosti poruší. Môže sa to stať tebe ale aj ostatným.

Napríklad, ak rozbijem susedovi okno. Musím niešť zodpovednosť. Musím nahradiť škodu. Voláme to občianska zodpovednosť. Má ju každý z nás.

ČO JE TO ŠKODA?

Škoda znamená, že sme niečo pokazili alebo zničili. Škoda môže byť aj, keď spravíme niečo, kvôli čomu niekto príde o peniaze. Škodu treba vždy napraviť. Mali by sme sa aj ospravedlniť. Niekedy sú na nápravu potrebné peniaze. Oprava stojí tiež peniaze.

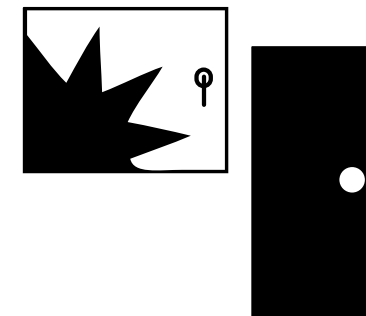
VŽDY SA TREBA DOHODNÚŤ

S TÝM, KOMU SME ŠKODU

SPÔSOBILI.

Ak by sme sa nedohodli, bude to za nás riešiť súd. Napríklad zlodej môže ísť do väzenia. Lebo sa nepriznal ku škode.

POLOPATE



ČO JE TO PROTIPRÁVNY ÚKON?

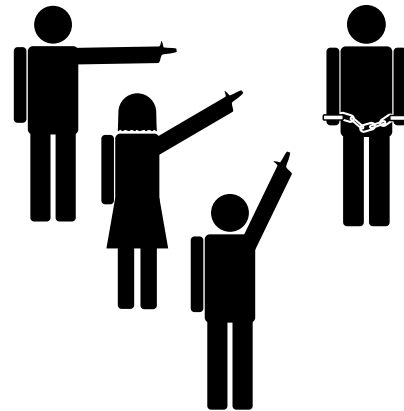
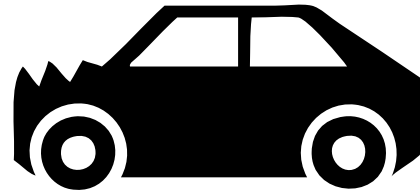
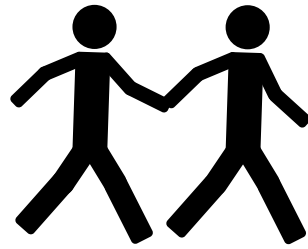
Úkon je niečo, čo sme spravili.
Nejaká činnosť.
Úkon je napríklad aj to,
že si ráno umyješ zuby.
Obuješ si topánky.
Ideš von s kamarátmi.

Niekedy však môžeme spraviť úkon,
činnosť a spôsobíme škodu.
Môžeme tým porušiť aj zákon.
Alebo spôsobiť vážnu škodu.
Vtedy je to protiprávny úkon.
Je to úkon, ktorým sa porušujú
pravidlá v spoločnosti.
V spoločnosti dodržujú pravidlá všetci.

ČO JE TO ZAVINENIE?

Keď vieme, ako vznikla škoda.
Zistíme, kto je za škodu zodpovedný.
Našli sme vinníka.
Zavinenie môže byť úmyselné.
Zavinenie môže byť aj neúmyselné.

Úmyselné zavinenie je vtedy,
ak vinník vie, že spravil škodu.
Vie to, a predsa to urobí.
Môže byť aj nedbanlivý.
Nedbanlivý človek tuší,
že môže spôsobiť niekomu škodu.
Nevenuje však tomu veľkú pozornosť.
Vtedy je neopatrný.
Hovoríme tomu aj vedomá nedbanlivosť.



ŠPORTOVÉ LETO

Z KAŽDÉHO ROŽKA TROŠKA

Po rokoch sme už zohratá skupina.
Vychytili sme celkom dobré počasie.
Začali sme prehliadkou areálu DSS
Rosa na Patrónke.
Je krásny, dominujú v ňom ruže,
zeleň, lavičky, besiedka
a samozrejme Dominika.
Je tam doma.
Vždy je aktívna a iniciatívna.
Keď treba niečo vysvetliť, zohnať,
ísť pre desiatu, olovrant.
Opäť sme si vychutnali blízkosť
Železnej studničky.
Aj obedy v Slovenskej akadémii vied.
Tri týždne spočiatku vyzerali
nekonečne dlhé.



Jana Zámečnicková

POLOPATE

Prišli skupinové činnosti, rozhovory, úsmevné situácie.

Prechádzky mestom.

Jazda v mestskej hromadnej doprave, parky, Železničné múzeum Rendéz, koníky v Petržalke, výlet do Marianky, Zoologickej a Botanickej záhrady.

Bibiana, Devín a zlatý kliniec športového leta – výlet vlakom do Betánie v Senci. Wow!

Pán Krupa a jeho skupina nám požičali na celý poldenň priestory a pláž.

Aj vodný bicykel.

Braňo si tam síce zabudol plavky, ale obed sme mali na terase.

Priam ako na svadbe.

Všetko išlo ako po masle.

Aj počasie spolupracovalo.

Vyhnilo nás z vody, aj z terasy.

Aby sme nezmeškali vláčik Sencáčik.

Previezol nás okolo jazera.

Zo severu na juh.

Ešte rýchlo na kofolu a potom na železničnú stanicu.

Ubehlo to všetko ako voda.

Ostali spomienky, fotky, zážitky.

Bol aj karneval, diskotéka, diplomy, darčeky na rozlúčku.

Objav športového leta bol tentokrát Robko.

Vyklul sa z neho talentovaný dídžej.

Ani sme sa nenazdali a bol koniec.

Koniec dobrý, všetko dobré.

Bodaj by sme sa aj na budúce leto takto vyšantili.

To si želám spolu s vami.

Magdaléna Papánková



Z KAŽDÉHO ROŽKA TROŠKA

O MOJEJ PRÁCI V CHARITASE

Chodím do domova sociálnych služieb Rozsutec na denný ambulantný pobyt.

Vďaka jednej zamestnankyni mám prácu.

Úspešne som spravil pohovor a pracujem v Charitase.

Roznášam tam večere starším ľuďom.

Mojou úlohou je doniesť na vozíku varnice s večerou.

Vozík, na ktorom nesiem jedlo pre starších ľudí, tlačím cez celú Heydukovu ulicu do nemocnice každý pracovný deň.

Celkom sa mi to darí.

Moja práca sa mi páči a dobre ju zvládam.

Venujem jej denne jednu až dve hodiny a každý mesiac som ocenený výplatom.

Vďaka tomu si môžem kúpiť veci, ktoré potrebujem.

Zatiaľ sú so mnou zamestnávateľia spokojní.

Róbert Rosenberg

Z KAŽDÉHO ROŽKA TROŠKA

PESTRÝ DEŇ

Na Pestrom dni mi bolo veľmi dobre. Najprv som strážila ruksak kamarátovi, ktorý súťažil.

Keď ho potreboval, nevedel ma nájsť, pretože aj mňa oslovili, aby som súťažila a stala sa členkou jedného družstva.

Súťažila som za družstvo Červeného kríža.

Hádzala som kruhy, potom som striekala vodou z hasičskej hadice na plechovky.

Podarilo sa mi zhodiť ich tri.

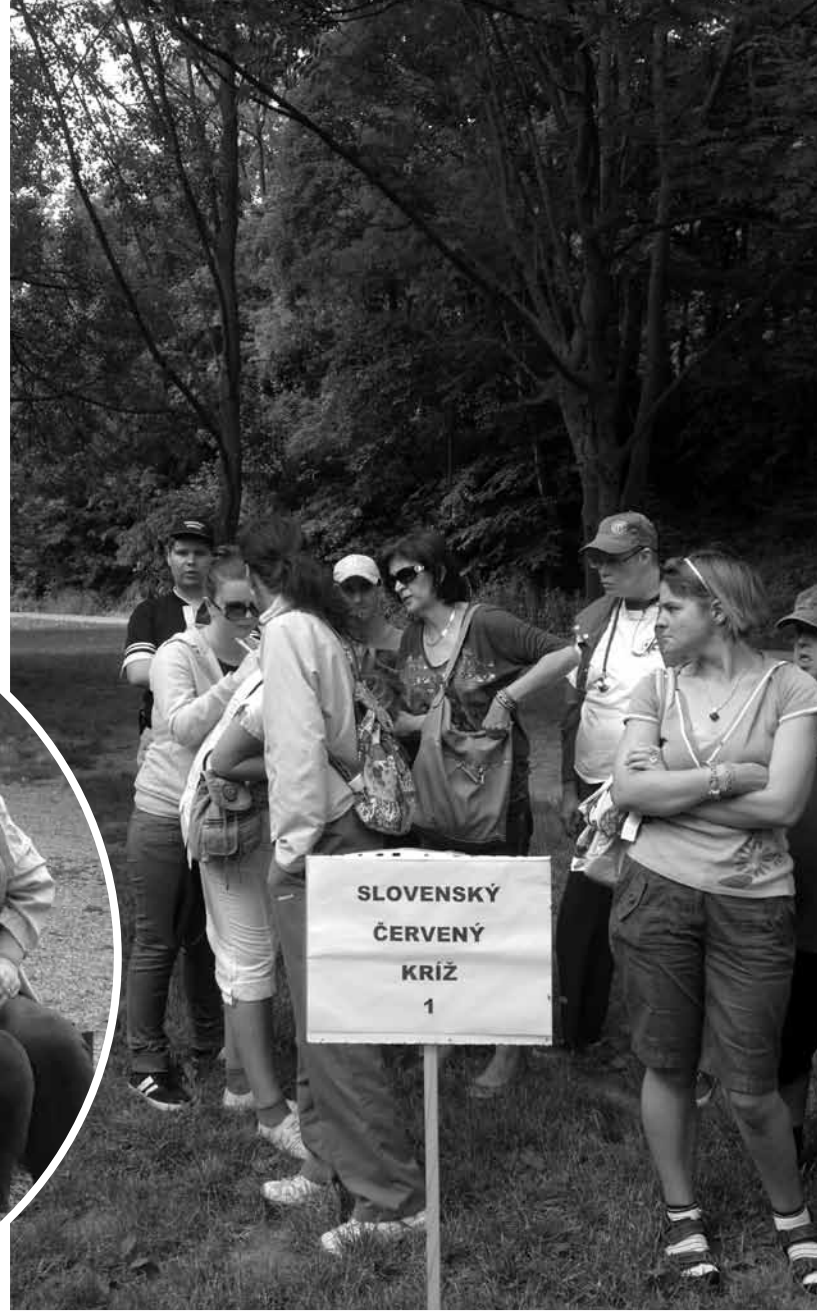
Po súťaži som si dala párky, kávičku a keksy.



Na záver som dostala krásnu medailu červenej farby v tvare medvedíka z Fimo hmoty.

Tú som venovala mojej dobrej kamarátke Katke, ktorá bola smutná, pretože nesúťažila.

Helenka Tavaliová



Počas Pestrého dňa som športovala. Chodila som po náučnom chodníku, kde sme mali za úlohu určiť názvy stromov. V súťaži hod na plechovky sa mi podarilo zhodiť ich všetky. Mala som možnosť byť v dobrom tíme spolu s Dankou, Paťom a Bédom. Každý z nás získal medailu a ja som si vybrala medailu bieleho macíka. Bolo mi tam veľmi dobre. Prišli aj hasiči a záchranári. Na stanovišti Červeného kríža sme sa učili ako podať prvú pomoc. Na figuríne sme si trénovali umelé dýchanie. Deň sme ukončili príjemným občerstvením v altánku, kde sme si dali chutné párky.

Mária Antalová

Súťažila som v tíme spolu s Marienkou. Poznávali sme stromy, ktoré sme videli počas prechádzky náučným chodníkom. Učili sme sa dať umelé dýchanie. Zhadzovali sme plechovky a komu sa to nedarilo, mohol ich zhodiť prúdom vody z hasičskej hadice. Na ďalších stanovištiach som hádzala granát na cieľ. Hľadala som Bratislavu na mape. Stretla som tam aj staré kamarátky z domova sociálnych služieb. Teraz bývajú v podporovanom bývaní. Už sa teším, keď sa zúčastním tohto podujatia na budúci rok.

Danka Dobrovodská

PRAHA NA DLANI – HISTORICKÁ POTULKA

Milí čitatelia, určite snívate. Alebo máte nesplnene plány? Tak neváhajte a snívajte! Náš príbeh je skutočný a odohráva sa vo veľkom hlučnom meste Praha. V Prahe sa nám dni stali historickou potulkou. Boli kúzelné. Nevedela som zaspáť. V posledných dňoch to nebolo nič neobvyklé.

Z KAŽDÉHO ROŽKA TROŠKA

Skúšala som nemyslieť na zajtrajšok.
Márne som si otáčala vankúš
na chladnejšiu stranu.
Čoskoro som tuho zaspala.
Prišiel nový deň a s ním na nás čakali
letné zážitky. Pristál na stanici na vlak.
Bol tam veľký hluk.
Tu som sa stretla s Terkou.
Spolu sme vošli do vlaku.
Sedeli sme v kupé samé
a dobrodružstvo s nami.
S malým meškaním
sa s nami vlak pohol.
Viezol nás do mesta Praha.
Čakala som, čo sa bude diať.
Cestovala som s Terkou, so svojou
asistentkou.
Na tento deň sme sa tešili obidve.
Sem-tam sme si pospali.
Kto vie, čo sa nám preháňalo hlavou?
Zachvela som sa na tvári radosťou.
Na oknách stekali sivé kvapky dažďa.
No z okna som videla jasne.
Príroda dýchala farebnými tónmi.
Pre mňa bola cesta ako z
nekonečného príbehu.
Čo skoro prišla krásna chvíľa.
Prinútila som sa zachvieť sa,
uveriť znova a znova.
Keď sme vystúpili z vlaku,
stáli sme v cieli.
Išli sme sa ubytovať do hotela
Zlatá Váha.
Bol žltej farby.
Strávili sme tam dva dni.
Stále v nás bolo veľké očakávanie.
V tej chvíli sa vo mne víril
ostrovček pocitov.

Srdce mi búchalo od krás,
ktoré tu boli.
Kráčali sme po Prahe.
Vdychovala som vôňu histórie.
Stáli sme aj pred veľkými
historickými budovami.
Hneď po príchode sme išli
do reštaurácie.
Oslávili sme moje narodeniny.
K tomu nechýbal ani prípitok.
Všetko žilo, ako voľakedy.
Bolo to čarovne a krásne.
Boli sme unavené, ale šťastné.
Na stoloch nám svietili sviečky.
Sedeli sme spolu pri stole.
Čašník nás spolu odfotil pri stole.
Na druhý deň sme pátrali po
historických pokladoch tohto mesta.
Hrialo mi slnko do očí.
Tak som si natiahla okuliare.
Navštívili sme aj záhradu.
Tiekla tam spievajúca fontána.
Prechádzali sme Václavským
námestím.
Potom popri Orloji.
Večer svietili na uliciach lampy.
Aj na Karlovom moste.
Zadívala som sa na katedrálu.
Pred ktorou som stála.

Z KAŽDÉHO ROŽKA TROŠKA

Žasla som od úžasu.
Boli v nej všelijaké fresky.
Fresky sú maľby na stenách
Maľované obrazy.
Sochy osôb.
Boli sme obidve očarené.
Išli sme do hotela.
Nadalej sme pátrali po tajomstvách
Prahy.
Mala som pocit, akoby sa
tu zastavil čas.
Na skle bol napísaný nejaký
citový výlev.
Cítila som prítomnosť Prahy.
Zase sme o niečo múdrejší! :-)

Henrieta Matulová

LETNÉ ZÁŽITKY

Už sme sa všetci zo združenia
veľmi tešili, chvíľami až nevedeli
dočkať rehabilitačného pobytu
v Malých Bieliciach.
Tešili sme sa hlavne na kúpanie
a masáže, lebo nám telesne
postihnutým minerálna voda
a masáže veľmi prospievajú
a pomáhajú.
Každoročne chodia s nami
aj naši rodičia.
Veď oni si tiež potrebujú po celom
roku oddýchnuť.
No nie?
Keď sme tam dorazili, všetci sme sa
zvíтали a stretli pri spoločnom obede.
Pri stole sme si porozprávali,
čo máme nové.
Potom sme sa rýchlo obliekli
do plaviek a hurá do vody!



Trošku sme sa zohriali a zaplávali si v bazéne.

Ja najradšej plávam v teplom vonkajšom bazéne.

Je tam viac miesta, dá sa tam viac pohybovať a točiť.

Po chvíľke plávania sme išli na masáž, kde sme sa privítali s pani masérkou Ligockou, ktorá sa na nás vždy veľmi teší.

Masáž bola hneď prvý deň riadna a únavná.

Pani masérka s manželom sú pre nás ako rodina.

Aj keď sa stretávame iba raz do roka, vždy sa zaujímajú, čo sa za ten rok zmenilo, a ako sa nám darí.

Vieme sa spolu porozprávať na rôzne témy.

Na masáž chodili aj naši rodičia.

My sme zatiaľ plávali v bazéne.

Z bazéna sme sa vrátili unavení a vyhladovaní.

Už sme netrpezlivo čakali na to, čo nám navaria v reštaurácii.

Keď sme prišli do jedálne, čakal nás prestretý stôl a jedlo krásne rozvoniavalo.

Užívali sme si, že nás obsluhujú. Poobede sme väčšinou oddychovali a potom znova s kamarátmi a kamarátkami na slniečko a do vody!

Večer sme chodili na prechádzky po okolí Malých Bielic.

Najviac ma zaujala stanica a vláčik, ktorý tade chodil.

Keď zapískal, počuli sme, že už sa blíži.

Okolie je veľmi pekné a tiché.

V blízkosti sa nachádza malé športové letisko.

Inokedy sme sa zase stretli na izbe s Máriou a Ľubkou, a bol z toho veselý babinec.

Chodíme na tento pobyt už viac rokov a vždy sa naň tešíme a ešte dlho spomíname.

Slávka Gonová



Z KAŽDÉHO ROŽKA TROŠKA

O MOJEJ TVORBE

Narodil som sa v Českej republike v Mariánskych Láznach v okrese Cheb.

Keď som mal jeden rok, mama sa so mnou presťahovala na Slovensko. Otca som nikdy nevidel ani nepoznal. Ako trojročný som sa dostal do detského domova, kde som žil, kým som mal desať.

9. 7. 1977 si ma mama zobrala z domova navždy.

Ako sedemročný som začal maľovať. Od prvej triedy na základnej škole som začal chodiť na krúžok výtvarnej pri Kramároch.

Po roku ma presťahovali do iného detského domova do kaštiela v Nemericiach.

Bolo mi ľúto, že som už nemal možnosť chodiť na krúžok, a začal som si maľovať doma pastelkami len tak.

S mamou sme sa presťahovali blízko Nitry do Poľného Kesova.

Tam ma moja mama často navštevovala v detskom domove, odkiaľ si ma napokon zobrala. Vrátili sme sa bývať naspäť do Bratislavy.

Mám aj nevlastnú sestru.

Tá žije v Drahovciach.

Nepoznal som ju, neprejavila o mňa záujem, hoci ja som sa s ňou snažil skontaktovať.

Vychodil som deväťročnú základnú školu – osobitnú.

Po nej som sa vyučil za obuvníka na Palisádach – na odbornom učilišti.

Po ukončení školy som pracoval na Prievozskej ako skladník a neskôr som leštil topánky.

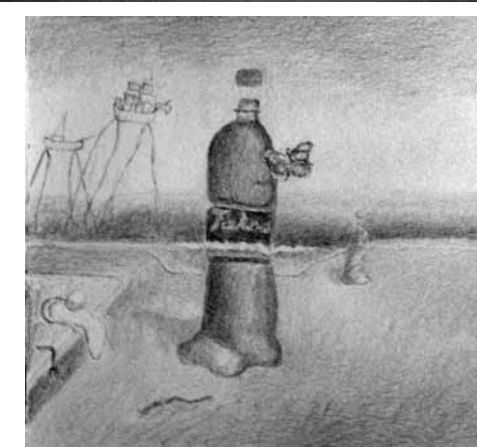
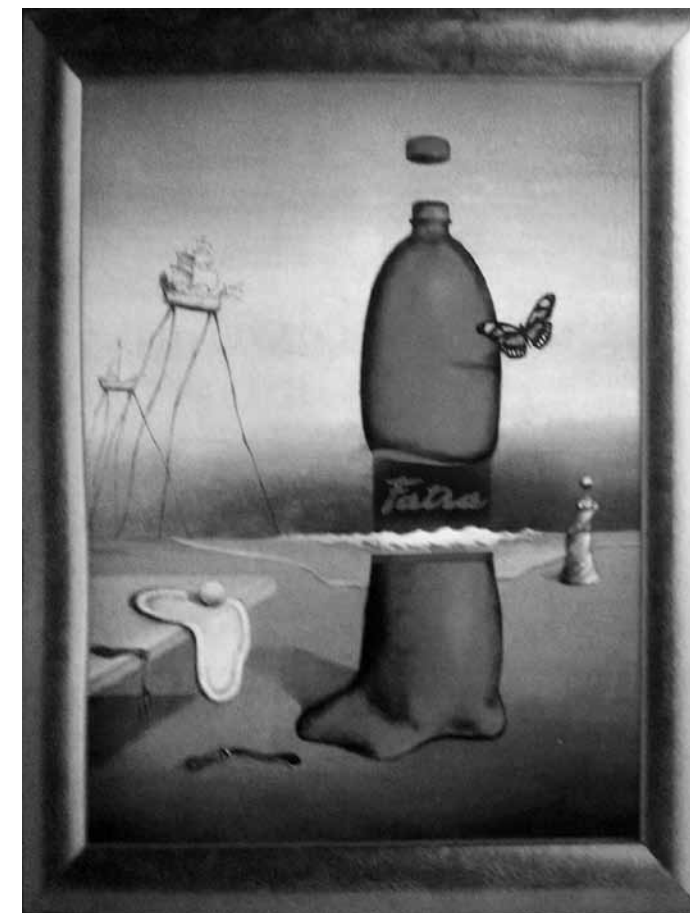
Moja práca mi spôsobovala zdravotné problémy.

Pracovalo sa tam s lepidlami, ktoré obsahovali acetón a tieto výpary mi spôsobovali ťažkosti s dýchaním.

Musel som tam prestať pracovať.

Uznali mi invalidný dôchodok a ostal som nezamestnaný od roku 1985.

Posudková komisia mi vyplatila odškodné za úraz po tom,



„O minerálke“ – snažil som sa napodobniť štýl Salvadora Dalího

čo som odpadol z nadýchania sa výparov lepidiel.

Vo voľnom čase som si zvykol doma kresliť.

Dlhé roky som žil s mamou v byte. Keď som prišiel do domova sociálnych služieb, tak sa mi naskytla príležitosť skutočne začať kresliť a maľovať.

Vtedajšia výchova vo mne rozvíjala môj talent na kreslenie.

Vedúca výchovy ma zoznámila s pánom Vladimírom Kordošom, ktorý je sochár a maliar.

On ma učí zdokonaľovať moje obrazy. Odvtedy chodím vďaka Nezábudke každý mesiac do Petržalky.

Aj do Ligy za duševné zdravie zdokonaľovať sa v maľovaní obrazov.

Získal som tam veľa známych a stretávam sa tam so svojimi kolegami.

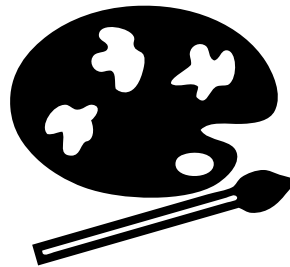
Pri maľovaní ma najviac baví to, že sa tým, čo niekde vidím a nemôžem si to kúpiť, inšpirujem podľa svojich predstáv. A tie aspoň namaľujem.

Čo sa týka mojich úspechov, prvýkrát som vyhral cenu v Ružinove v roku 2007.

Za kresbu rodinky tučniakov, ktorú som nazval Severské zvieratá. Potom prišiel Salón 19. 10. 2007 v Trenčíne.

Kde som získal diplom za tento istý obraz aj za môj ďalší obraz Safari.

V roku 2008 som vyhral 1. miesto v Dome kultúry v Dúbravke za kresbu Dievčatko s kvetinou.



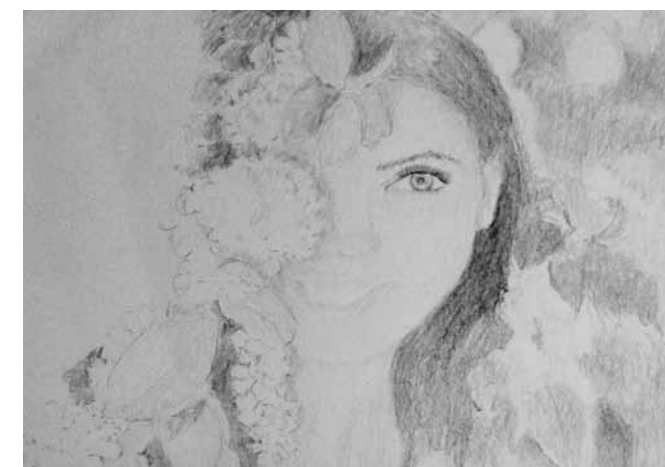
„Dievčatko s ovečkami“ – kreslil som pastelkami, podľa predlohy, ktorú som objavil na jednom náčrtníku



„Sediaci pán“ – zatiaľ nie je dokončený. Zapáčil sa mi, pretože zobrazuje premýšľajúceho starčeka, ktorý zrejme premýšľa, čo bude dnes robiť



„Karikatúra“ – tento obrázok som kreslil v Schaubmarovom mlyne v Pezinku podľa textu, ktorý som si sám vymyslel a je uvedený aj v kresbe



„Dievča pri agátovom strome“ – maľoval som podľa predlohy fotografie z novín Pravda, ktorá ma zaujala

Z KAŽDÉHO ROŽKA TROŠKA

Mal som výstavu v Rakúsku aj s ďalšími umelcami v roku 2011. Boli tam vystavené moje obrazy Nekonečný príbeh a Dievča v čipkovanej košielke. V roku 2012 som mal vďaka podporenému projektu od Nadácie SPP výstavu v Pezinku. Podľa fotiek, ktoré som si sám nafotil, som nakreslil obrázky a vystavoval ich v Schaubmarovom mlyne. V roku 2013 som sa zúčastnil súťaže v Dunajskej Strede, kde som vyhral fotografickú súťaž s názvom ROSA. Každoročne chodím na pobyt do Pezinka spolu s ďalšími umelcami cez Nezábudku. Maľujeme, vymieňame si skúsenosti a navzájom sa inšpirujeme. Minulý týždeň som sa vrátil z Brna. Konala sa výstava Českej sporiteľne a návštevníci si tam mohli pozrieť moje obrazy Nekonečný príbeh a Dievča v čipkovanej košielke.

Bedřich „Bedo“ Matoušek



„Žena sediaci na stoličke“ – zaujal ma pohľad tejto ženy. Vyzerá, akoby som ju odfotil, čo je dôvod, prečo som sa rozhodol ju nakresliť.

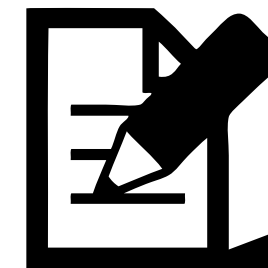
AKO SOM SA ZÚČASTNILA JEDNEJ ZVLÁŠTNEJ SÚŤAŽE

Bolo to asi pred pol rokom, keď som sa dozvedela o súťaži, ktorú organizovali Oravské noviny – Oravsko. Jej zakladateľom bol Peter Grobarčík z Tvrdošína, ktorý píše o zdravotne znevýhodnených na Orave. A snaží sa, aby sa zdravotné problémy Oravčanov dostali do povedomia zdravých ľudí a aby inak

obdarovaní mohli mať väčšie šance a lepšie životné podmienky. Ja som sa o súťaži dozvedela náhodou, cez moju bývalú veľmi dobrú triednu Julku Krížovú. Keďže noviny nečítam, Julka mi hneď napísala, že sa mám zapojiť. Najskôr som dosť váhala. Ale potom som sa predsa len zapojila. 😊 Išlo o súťaž, kde vodičkári mali napísať článok: Ako vnímame bariéry okolo seba. Ja mám od narodenia detskú mozgovú obrnu. Som teda ťažko telesne postihnutá vodičkárka. Skoro vo všetkom úplne odkázaná na pomoc iných. Tento problém mi nie je cudzí. Napriek tomu som nechcela písať o sebe. Venujem sa prepisovaniu textov a písaniu článkov. Vlastné články ma baví písať oveľa viac. No predsa, písať o sebe je niečo úplne iné... Tak som napísala dlhý článok, ako vnímam bariéry z môjho uhla pohľadu. A Peťovi som ho poslala e-mailom. Odpísal mi, že som sa ako prvá zapojila do súťaže, čo ma celkom potešilo. 😊 Súťaž trvala tri mesiace. Práce mala hodnotiť odborná porota. Keď som Peťa videla na e-maile a občas som sa ho opýtala, ako pokračuje súťaž, povedal mi, že sa zatiaľ veľa nezapojilo. Tak som len netrpezlivo čakala na výsledky. Aké však bolo moje prekvapenie, keď som sa dozvedela výsledok!

Súťaž som vyhrala. (Ak sa to vôbec dá nazvať výhrou.) Keď som sa to dozvedela, nevedela som, či sa mám tešiť alebo hanbiť... Peťo mi povedal, že keďže som sa do súťaže zapojila jediná, tak som vyhrala... Čo cítim teraz? Nuž, sama neviem. Aj radosť, aj hanbu zároveň... Radosť z výhry a hanbu preto, lebo si stále myslím, že takto to nebola zaslúžená výhra. 😊 No na druhej strane, keď toto rozprávam kamarátom, aspoň sa máme na čom schuti zasmiať. 😊 Tento článok som napísala pred rokmi a s Peťom som sa osobne zoznámila pred dvoma rokmi na dovolenke v Taliansku. Je to úžasný mladý muž, ktorý zvláda svoj život s humorom a je veľkým príkladom pre nás všetkých! Veľmi sa teším, že si nedávno predplatil náš časopis! 😊 Peťko, veľká vďaka za všetko!

Vladimíra Martvoňová



Z KAŽDÉHO ROŽKA TROŠKA

UMELECKÁ TVORBA



Buď šťastná
v živote svojom,
to jediné ti môžem
priať.

Veď slovo šťastie
značí viac, než
celý svet, ti môže dať....

Buď šťastná
v živote svojom
a nemaj chvíle
tesné.

Nech slza v tvojom oku
sa nikdy nezaleskne.

Heňa Matulová

Slnko svieti,
radujte sa deti,
spievajte a vesel'te sa,
skáčte od radosti.
Stromy jesene,
farby máte,
od vetra sa kyvocete.
Raz je teplo,
potom zase chladno,
najprv svieti, potom prší.
Vtáci sa dnes lúčia s nami,
orol zas za nami priletí.

Patrícia Šarköziová

Veľká lúka,
na nej plno detí,
všetky už zbierajú
pre svoje mamičky kvietky.
Mamičky sa veľmi potešili
a svoje deti si pochválili.

Leto končí, začne jeseň,
letí k nám už táto pieseň.
My sa teplo oblečieme,
zoberieme šarkany
a bežíme rýchlo von.
Veľký vietor sa rozfúkal,
šarkany nám porozpúšťal.
O chvíľu sa zamračilo
a nad nami zahrnelo.
Všetci sme sa poľakali,
rýchlo domov utekali.

Anna Kýpeťová

VYSÁDZANIE RASTLÍN

Chceš mať aj ty doma kúsok prírody?
Ale nemáš záhradu?
Stačí ti balkón alebo okno.

Môžeš pestovať bylinky
ako mäta alebo bazalka.
Alebo zeleninu ako paradajka
alebo čili paprička.
Alebo kvetinky ako muškát či tulipán.

Rastlinky sa dajú zasiať.
To znamená, že potrebuješ semienka.
Z nich ti vyrastie celá rastlinka.
Napríklad paradajka.

Môžeš zasadiť aj cibuľku.
Napríklad tulipán, narcis, hortenzia.

Alebo sa rastlina rozmnožuje
odrezkom.
To je kúsok stonky a vrchné lístky.
Tak si môžeš zasadiť muškát.

Na každé sadenie potrebuješ kvetináč.
Ďalej dobrú pôdu a vodu.



EKO-BIO-ZDRAVO

SEMIENKA

Semienka dostaneš kúpiť v obchode.
Môžu to byť kvitnúce kvietky.
Alebo aj zelenina.
Vyskúšaj kríček cherry paradajok.
To sú tie malé guľaté.
Priprav si staré vedro alebo
veľký kvetináč.
Daj doňho zeminu.
Pravidelne rozsyp semienka.
Zahrň ešte trochu zeminy.
Zeminu polej.
A už len čakaj na vlastnú úrodu!



CIBUĽKA

Niektoré rastliny si môžeš
zasadiť vo forme cibuľky.
Do zeminu si pripravíš jamku.
Vložíš do nej cibuľku
korienkami nadol.
Jemne prihrň zeminu.
A polej.



EKO-BIO-ZDRAVO

ODREZKY

Videl si u kamaráta pekné muškáty?
Vypýtaj si odrezok.
Jedna vetvička sa odreže
ostrým nožom.
Vložíš ju ako kvetinku
do vázičky alebo pohárika.
Vymieňaj vždy čistú vodu.
Odrezok začne púšťať korenenky.
Hovoríme, že sa zakorení.
Keď budú korenenky silné,
môžeme rastlinku zasadiť.
Do kvetináča dáme zeminu.
Spravíme dostatočnú jamku.
Vložíme rastlinku s korenkami.
Hlinu pritlačíme a polejeme.

Želáme ti veľa radosti s tvojimi
kvetinami a úrodou.
Pochváľ sa nám fotografiami
tvojej mini záhradky...



Martina Jarolíňová



EKO-BIO-ZDRAVO