



Domov sociálnych služieb a zariadenie pre seniorov Rača

DSS a ZPS

ročník: 9

Rača

Január 2022

NAŠE NOVINY

číslo: 4

Časopis určený pre klientov a zamestnancov Domova sociálnych služieb a zariadenia pre seniorov Rača



Milí naši čitatelia, prijímatelia
a zamestnanci,

dovoľte mi prihovoriť sa
k Vám v tomto čase novoročnej
nádeje. Sviatočný čas pomaličky
vošiel do našich srdc, priniesol
prívetivosť, láskavosť i pohodu.

Rada by som Vám preto zaželala aby rok 2022 pokračoval v podobnom duchu,
plnom vzájomného porozumenia, lásky a spokojnosti. Vážení zamestnanci DSS
a ZPS Rača, chcem aby ste vedeli, že si vážim prácu každého jedného z Vás.
Dovoľte mi, aby som sa Vám poďakovala za Vašu dobre vykonanú prácu, ktorú
robíte s láskou pre našich klientov. Klientom sa chcem poďakovať za ich
trpezlivosť a disciplinovanosť, vďaka čomu spolu veľmi dobre zvládame situáciu
s ochorením COVID 19. Prajem Vám, aby ste nadchádzajúce dni prežili v zdraví
a pozitívnych vyhlídkach do nasledujúceho roka. Nový rok 2022 bude pre mňa,
ale i pre Vás, rokom nádeje a viery, že to spoločne zvládneme a pomaly sa
začneme vracieť do bežného života.



Mgr. Miroslava Tatarkovičová
riaditeľka DSS a ZPS Rača

Ako ten čas letí...

Prešli ďalšie mesiace medzi jednotlivými *Našími novinami*.

Prežili sme spomienky na našich blízkych, odpočívajúcich už navždy pokojným spánkom. Keďže nie sme už všetci prijímatelia schopní ísť ku hrobom svojich blízkych na cintorín, sociálne pracovníčky spoločne s prijímateľmi pripravili pietne miesta, či už v areáli ZPS, tak i na terase DSS. Tam bola možnosť zapáliť sviečku a modlitbami spomínať. Za túto možnosť patrí veľká vďaka.

Ďalšou akciou v uvedenom období bol začiatok príprav k Vianociam. Veľká vďaka patrí tým, ktorí pochopili, že ku zhotoveniu vianočných ozdôb je potrebné



pomôcť, a v rámci svojich možností to aj skúšali. Vďaka za ich ochotu. Najväčšiu zodpovednosť za prípravu ozdôb v ZPS prevzala p. Rakovská, p. Čík a p. Silvia a to pre ochorenie p. Mgr. Feckaničovej v tomto období. V DSS ozdoby vyrábali sociálne pracovníčky, spolu

s prijímateľmi, ktorí mali chuť a náladu.

V priebehu obdobia vydania *Našich novín* sme si spomínali aj na zvyky v čase Kataríny, Lucie, samozrejme so zmyslom príchodu Vianoc. Chýba nám možnosť tieto zvyky a spomienky, z dôvodu pandémie, osláviť spoločne, napríklad i v spoločenskej sále. Veríme, že pandémia skoro skončí a my si tieto zvyky v podobe napríklad katarínskej zábavy oslávim spoločne budúci rok.

Prajeme p. riaditeľke, celému vedeniu, prijímateľom a všetkým zamestnancom v tomto zariadení, aby v zdraví a vzájomnými dobrými vzťahmi, s úctou, láskou a toleranciou privítali nový rok 2022.

Anna Juricová

Požehnaný každý deň nového roku

Sme na začiatku nového roka a každý z nás uvažuje, čo bude, ako sa bude vyvíjať situácia okolo nás... Bude lepšie? Alebo? Sú to otázky, na ktoré nikto z nás nevie odpoveď, ale každý z nás je pozvaný k dôvere a viere, ktorú nosíme vo svojom srdci, aby sme si čas, ktorý prichádza, neustále požehnávali!

Požehnávať znamená, priať si Božiu prítomnosť pre seba, pre blízkych, a pre všetkých, ktorých stretávame na ceste života. Boh, ktorý je Láska a dobro, nech hojne prebýva v našich srdciach, aby sme si uvedomovali aká odmena nás čaká a aký podiel z jeho dedičstva. Tak zdvihnime hlavu a dúfajme a verme, že ten, ktorý nám dal život, nás nikdy neopustí. Bude nás sprevádzať svojim požehnaním, aby sme kráčali v pokoji a radošti tohto času. On je ten, ktorý nás chráni od každého zla okolo nás a bráni nás a vyslobodzuje! Krásne o tom hovorí žalm 27:



*„Pán je moje svetlo a moja spása,
koho sa mám báť?
Pán je ochranca môjho života, pred
kým sa mám strachovať?
Keď sa približujú ku mne zločinci a
chcú mi zničiť telo,
vtedy moji utláčatelia a nepriatelia
strácajú silu a padajú.*

*Aj keby sa proti mne postavili šíky, moje srdce sa nezľakne.
Aj keby proti mne vzbíkol boj, zotrviám v dôvere.
O jedno prosím Pána a za tým túžim,
aby som mohol bývať v dome Pánovom po všetky dni svojho života,
aby som pociťoval nehu Pánovu a obdivoval jeho chrám.
A on ma vo svojom stane schová v deň nešťastia,
ukryje ma v skrýši svojho príbytku a postaví ma vysoko na skalú.
A už teraz dvíham hlavu nad svojich nepriateľov, čo ma obkľúčujú.“*

Čuj Pane hlas môjho volania, zľutuj sa nado mnou a vyslyš ma! V srdci mi znejú slová „*Hľadajte moju tvár*“. Pane, ja hľadám tvoju tvár.

Žalmy, ako modlitba, nás posilňujú a dávajú útechu a nádej. Nech v novom roku v srdci spievame chvály a tešme sa, že máme nádej, a v nádeji vytrvajte.

Nech vianočná radosť z narodenia nášho Spasiteľa, v nás prebýva a rozdáva ju vôkol seba. Ved' Boh je Láska a kto zostáva v Láske, ten zostáva v Bohu a Boh zostáva v ňom!

Anna Mezeyová

Pietne miesto v DSS



Tak ako aj po uplynulé roky, tak aj toto dušičkové obdobie sa prijímatelia spolupodieľali na príprave pietneho miesta. Na terase bol pripravený stolík, na ktorom bola váza s kvetmi a krásna ikebana, ktorú pripravila naša opatrovatelka Jojka. Taktiež bola pripravená tácka, určená na zapálenie sviečok. Nie všetkým prijímateľom bolo umožnené ísť na cintorín, tak na terase si mohli uctiť pamiatku svojich príbuzných zosnulých.

Taktiež si spomíname na všetkých prijímateľov, ktorí nás už opustili.

Viera Hajdúchová

Spomienkové dni v ZpS

V priebehu roka sú rôzne spomienkové dni. Každá rodina žije svojim životom do príchodu novembrových spomienok. Aj v tomto roku je pre nás smutná jeseň. Chýbajú nám tí, ktorých sme milovali, radili sa s nimi v rôznych veciach. Odišli. Aj keď, aj prírodné podmienky akoby tiež spomínali.

My, ktorí sme už vekom postarší, dva novembrové dni (1.,2.), ak boli zdravotné podmienky vynikajúce, navštívili sme cintoríny a hroby blízkych. Kvetý a sviečky kráslili hroby.

Sociálna pracovníčka p. Mgr. Feckaničová spoločne s dvoma prijímateľmi v rámci svojich možností pripravili v areáli ZPS „kútik spomienok“, kde mali prijímatelia možnosť zapálením sviečky, prípadne kvetom, spomínať na svojich blízkych. Kto mal záujem, to aj využil.

Za túto možnosť ďakujeme.



Anna Juricová

Čo robievame, keď vonku prší



Ráno, keď sa prijímatelia nášho DSS zobudia v teplých brlôžkoch a vyzrú von oknom, aké bude počasie, vedia, či sa pôjde von na prechádzku alebo zostanú v zariadení. Ak je nepriaznivé počasie, ideme do „terapeutickej miestnosti“, kde prebiehajú rôzne aktivity. Buď si zahráme „človeče, nezlob se“ alebo druh moderného pexesa



/dobble/, ktoré sa hodí aj pre dospelých. Niekedy vymaľovávame vymaľovánky, striháme obrázky, vyrábame rôzne výrobky, ktorými si ozdobujeme izby a chodby. Každý deň napíšeme na nástenku aktuálny dátum, aký je dnes deň a kto má meniny. Tiež spievame, tancujeme a trošku si zacvičíme.

Ako hovoria starší ľudia: „prejde čas a zároveň robíme niečo užitočné“.

Peter Štefánik

V jeden slnečný deň sme sa s prijímateľmi vybrali na prechádzku. Počasie je však aj v tomto ročnom období nepredvídateľné. Kým sme sa vychystali, všetci stretli na prízemí zariadenia a vyšli sme von... začalo pršať. Nám však nechýbala vlastnosť improvizovať: šli sme do knižnice, pohostili sme sa kávou a čajom a zahájili sme krásnu akciu s názvom: „Hráme na želanie“. Zapli sme reproduktor a prijímatelia si mohli vyberať hudbu, ktorá sa bude hrať. Veľmi ich to potešilo, a my, terapeutky, sme sa tešili z ich úprimnej radosti. Všetci sme tancovali a užívali sme si tento trocha upršaný deň podľa seba.



Opäť sa nám potvrdilo, že aj keď nie vždy všetko vyjde podľa plánu, spoločnými silami si dokážeme z obyčajného dňa vykúziť niečo neobyčajné.

Viera Hajdúchová, Barbora Gubová

Naše aktivity a udalosti za posledné mesiace...

Zazimovanie záhrady

V jeden krásny novembrový deň sme si spravili brigádu na našom dvore. Pracovať prišli prijímatelia zo všetkých poschodí a každý sa chopil do práce. Vyčistili sa všetky hrantíky od zvädnutých kvetov, dali sme do vnútra oleandre, prijímatelia zametali dvor od napadaných listov... Po dobre vykonanej práci sme si dali na terase kávičku a niečo malé na zahryznutie.

Barbora Gubová



Vyrezávanie tekvic



Keď pestrofarebné lístie začne zdobiť trávnik pod stromami, v záhradách preberá žezlo tekvica. V posledných rokoch tekvica sa stala symbolom jesene a obdobie pred Dušičkami už tradične patrí k vyrezávaným tekviciam.

28. októbra 2021 za pekného počasia aj prijímatelia nášho zariadenia mali posedenie a pohostenie na terase nášho zariadenia. Bolí pripravené aj tekvice. S radosťou sme sa pustili do ich vyrezávania. Bol to výborný relax a zároveň aj radosť. Výsledky prác nás nielen potešili, ale sme ich použili na skrášlenie a spríjemnenie nášho prostredia.

Eva Kovačovská



Ako sme boli vo vinohradoch

V jedno pekné pondelkové októbrové ráno sa prijímatelia DSS Rača vybrali na malú túru do vinohradov. Vytvárali dva tímy a to: mladší mobilní prijímatelia a starší. Žiaľbohu skupina starších sa musela s nami rozlúčiť na pol ceste do vinohradov, pretože im na takú dlhú prechádzku už nevystačili sily. Sadli si neskôr na lavičku, kde odpočívali a užívali si krásne jesenné počasie. Mladšia skupina cestu do vinohradov zvládla. Všetkých nás hriala úspešne zvládnutá cesta. Do račianskych vinohradov chodievame na prechádzky aj počas celého roka, všetko závisí len od počasia.

Peter Štefánik



Návšteva obecnej záhrady

Na jeseň sa prijímatelia DSS Rača vybrali pozrieť si upravenú botanickú záhradu v malom prevedení v Rači.

Keď sme boli pred dverami nášho zariadenia naša ergoterapeutka Vierka Hajdúchová nám oznámila, že má pre nás prekvapenie a ideme do obecnej záhrady. Približne po 20 min, ktoré sme prešli, sme zbadali vráta do obecného dvora, za ktorými bola záhrada. Ako sme sa tak potulovali po záhrade, stretli sme aj iných návštevníkov a to otecka s dieťaťom, jedného študenta, ktorý mal pod pazuchu dosky, v akých sa nosia výkresy a ešte jedného staršieho pána, ktorý sa tiež dal s nami do reči. Na uvedenom obrázku si môžete pozrieť, aké rastliny a druhy stromov sú tam vysadené.

A samozrejme, že nesmelo chýbať ani fotografovanie, ktorého sa ujala ergoterapeutka Vierka.

Prevádzkovateľom a správcom Obecnej záhrady Rača je mestská časť Bratislava-Rača a obecná záhrada sa nachádza vo dvore Obecného domu, Alstrova ulica 249.



Obecná záhrada Rača je revitalizovaná od roku 2011 ako výsledok spoločnej aktivity mestskej časti Bratislava-Rača a občianskeho združenia Račiansky spolok.

Peter Štefánik

Jesenný výlet do Modry – Piesku

Ponuka na výlet v prírode sa preberala v čajovni už od konca leta. Naši obyvatelia, aj tí ktorí nenavštevujú čajovňu, sa vzájomne medzi sebou oslovovali s ponukou výletov. Najviac zarezonovala ponuka výletu do Modry. Hlavnou iniciátorkou tohto výletu bola naša obyvateľka p. Otilia Grausová, ktorá nás na spoznávanie života nemeckých prisťahovalcov – drevorubačov, nazývaných Huncokári (Holzhackeri) pozývala dlhšiu dobu. Na výlet sme sa tešili a aj zodpovedne pripravovali. Vyberali sme dátum, sledovali predpoveď počasia a do posledného dňa upresňovali počet záujemcov.

V neskorý jesenný, slnečný a príjemne teplý deň 20.10.2021, nás autami do Modry - Piesku odviezol syn p. Grausovej – Ing. Ján Graus s jeho kolegom. Pán Graus sa ujal aj roly sprievodcu a to už po ceste autom. Informoval nás o

pamiatkach a zaujímavostiach v miestach, okolo ktorých sme prechádzali. V Modre - Piesku sme sa najprv zastavili na Huncokárskom cintoríne v nádhernom prostredí lesa a ticha. Vznikol pri osade nemeckých drevorubačov, tzv. Huncokárov (skomolené nemecké slovo Holzhacker), ktorí sa v tejto časti Modry usadili v 18. storočí. Boli zručnými drevorubačmi, vysádzali však aj nové porasty lesa, zakladali rybníky, pálili drevené uhlie, či dorábali vápno.

Jeden z takýchto domov, ktoré kedysi títo drevorubači obývali, spravuje OZ Huncokári na Piesku, aby približovalo aj dnešnej generácii život svojich predkov. Obnoviť a dostať dom do dnešnej podoby stálo určite veľa nadšenia, úsilia a finančných prostriedkov. Je ohradený charakteristickými kolmi a na ohrade sú umiestnené informačné tabuľky o živote Huncokárov. Práve tento dom v lese a jeho okolie boli cieľom nášho výletu. V tomto nádhernom prostredí, ktoré je balzomom na dušu, sme si opekali špekáčky, pochutili si na domácich koláčikoch a kávičke. Tešili sme sa zo vzájomnej ľudskej spolupatričnosti, pokoja a užívali si okolitú prírodu. Naberali sme energiu do budúcnosti, keďže nikto s istotou nevedel, ako sa bude epidemiologická situácia v súvislosti s covidom ďalej vyvíjať a kedy bude možný ďalší výlet.

V neskorých popoludňajších hodinách, sme sa vrátili autobusom naspäť do ZPS Pri vinohradoch. Verím, že na tento výlet budeme radi a dlho spomínať.

Zdroj: <https://www.modranskepivnice.sk/PoiDetail.aspx?poiid=47&lng=sk>

Mgr. Mária Feckaničová



Navštívil nás Mikuláš



Ako každý rok, tak aj tento rok, na náš Domov soc. služieb, Mikuláš nezabudol. Žiaľ vzhľadom k aktuálnym pandemickým opatreniam, prijímateľov navštívil iba na ich izbách, ale o to väčšia bola ich radosť, keď ho zočili. Mikulášovi samozrejme asistovali čert a anjel. Ak to niekto z našich prijímateľov doteraz ešte nevie, Mikuláša stvárnil náš údržbár Martin Bacigál, anjela naša sociálna terapeutka Barborka Gubová a čerta tiež terapeutka Lenka Prutkayová. Dúfame, že táto návšteva prijímateľov potešila a že si zamaškrtili na sladkých balíčkoch, ktorými boli obdarovaní.

Lenka Prutkayová



Naše výrobky

Sociálne terapeutky a pracovníčky, samozrejme spolu s našimi šikovnými prijímateľmi, sa snažia na spoločných aktivitách, či už okrem rozhovorov, či spevu, i niečo vytvárať. Je tomu tak aj za posledné obdobie. Namiesto slov, čitateľom ponúkame fotografie, ktoré sami vyjadria našu snahu.





Jeden z našich výtvorov a to netradičný vianočný stromček sme darovali i pani prezidentke Zuzane Čaputovej, ktorá náš Domov soc. služieb navštívila počas letných mesiacov. Tieto stromčeky sme vyrobili presne štyri. Ostatné tri sme darovali Medzinárodnému klubu žien v Bratislave, ktorý sa zaoberá propagáciou priateľstva a porozumenia, tvorbou priestoru pre poznanie iných kultúr či organizovaním charitatívnych akcií. Zvyšné dva sme darovali Jurajovi Drobovi, predsedovi bratislavského



samosprávneho kraja a Zastupiteľskému úradu Taipei v Bratislave (TROB), ktorý bol zriadený v auguste 2003. Taipei je hlavným mestom Taiwanu. Cieľom tohto úradu je podporovať všetky druhy bilaterálnych vzťahov medzi Taiwanom a Slovenskom, vrátane obchodu, investícií, akadémie, vzdelávania, kultúry, vedy atď. Jeho zástupcom je David Nan-Yang Lee. Pán Nan-Yang Lee nám v zastúpení spomínaného úradu, rovnako daroval veľký full HD televízor, za čo ďakujeme.

Lenka Prutkayová



Spoločná radosť



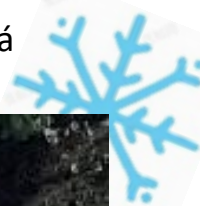
Bolo už pár dní pred Vianocami, keď ku bráne zariadenia DSS a ZPS Pri vinohradoch prišli detičky – naše slniečka z MŠ Krasňanko s p. riaditeľkou Petrou Bachratou a s pani učiteľkou. O ich príchode sme vedeli z informácie soc. pracovníčky p. Mgr. Feckaničovej a z oznamu na informačných tabuliach v priestoroch ZPS. Potešilo nás, že prišla i naša p. riaditeľka Mgr. Miroslava Tatarkovičová a vadúca soc. oddelenia p. Mgr. Kamila Homolová. Kto mal záujem, resp. bol prítomný v zariadení, prišiel medzi nás k fontáne v areály.



Naše milé detičky – slniečka spievali vianočné koledy, zapriali nám vianočný vinš a spolu, aj keď sme boli ďaleko od seba, spoločne sme si zaspievali pieseň „Tichá noc“. Detičky odišli a my sme si pri rozsvietenom stromčeku prevzali darčeky a ochutnali sme punč pripravený pani Mgr. Feckaničovou.

Ďakujeme za chvíľu šťastia, prianí zdravia a všetko uvedené opätujeme. Naším detičkám – slniečkam prajeme veľa radosti z darčekom aj v rodinnom prostredí.

Anna Juricová



Spomienky našich obyvateľov



V rámci založenia občianskeho združenia „Pamäti a spomienky“ boli v roku 2020 v DSS a ZPS Rača vybraní dvaja naši seniori p. Anna Jolana Juricová a p. Miroslav Gregor do súťaže zameranej na ich (aj celkovo) život doteraz, prežitý od čias mladosti, a na ich spomienky.

Vybrané študentky žurnalistiky pod vedením p. Murína a p. Cho boli

poverené rozhovormi s našimi obyvateľmi, a popisáním ich skutočného života v rokoch mladosti, prežitých v tomto období a zabezpečovaním životných potrieb všetkých občanov žijúcich na Slovensku v tých rokoch.

Vydania prvých publikácií o pamäti a spomienkach v živote, a krstu týchto publikácií sa v tomto roku už p. Gregor nedožil.

Pani Juricová v rámci zhodnotenia publikácií bola pozvaná na vyhodnotenie s obdržaním Čestného uznania v tejto oblasti. Zúčastnila sa na jeseň tohto roku troch besied: so žiakmi 1. stupňa ZŠ z Rače, so seniormi klubu dôchodcov a so seniormi z denného stacionára v Rači. Musela odpovedať na množstvo otázok týkajúcich sa jej prežitého života. Veľmi milé boli otázky 9 – ročných detí, na ktoré vedela rýchlo reagovať.

Seniori z klubu a denného stacionára počas besedy spomínali aj na svoj prežitý život.

Milada Rakovská



MALÉ PRÍBEHY PRE POTEŠENIE DUŠE

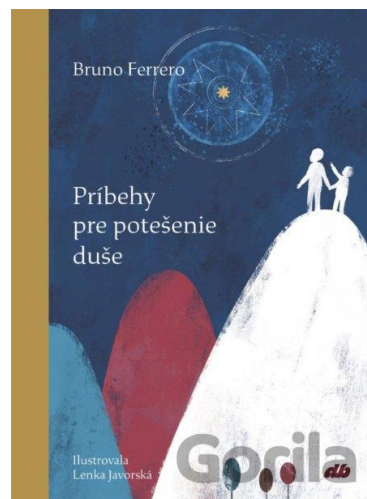
Bruno Ferrero:

KAMEŇ V KAPSE

Istý žobrák raz predstúpil pred boháča, aby ho poprosil o kúsok chleba. Boháč nielen, že mu nič nedal, ale keď žobrák neodchádzal, rozhneval sa, zodvihol kameň a hodil ho doňho.

Žobrák ten kameň vzal a vložil si ho do kapsy so slovami: "Vezmem si ten kameň pre prípad, že príde hodina, keď ho budem môcť hodiť do boháča."

Celý život nosil so sebou tú t'archu, ten kameň v kapsy i v srdci. Napokon nadišiel čas hodiť ho. Boháč sa dopustil zločinu, prišiel o celý svoj majetok a skončil vo väzení. Práve v ten deň sa žobrák ocitol na ceste popri ňom. Uvidel boháča s putami na rukách. Podišiel k nemu, vybral z kapsy kameň a napriahol ruku, že ho hodí. Chýbala mu však odvaha, a tak nechal kameň vyklíznuť na zem. Povedal si: "Úbožiak! Bol bohatý a spupný, ale teraz mi ho je ľúto. Prečo som so sebou toľký čas nosil ten kameň? Bola to hlúposť!"



<https://myslienky.estranky.sk/clanky/male-pribehy-pre-potesenie-duse.html>

NA ZAMYSLENIE...

Pre lásku k Tebe Ježišu, bližneho chcem milovať, slabého (brata, sestru) stále ochraňovať.

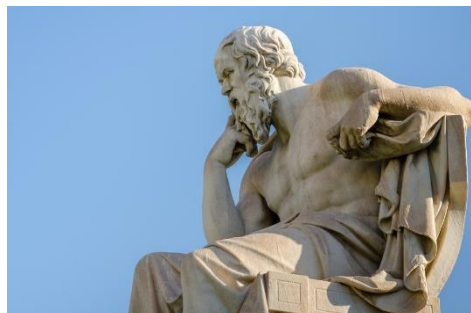
Ľudskému rozumu nie je dané pochopiť príčinu života – preto verím.

Viera je najlepší, najúčinnjší ako aj najlacnejší liek proti akejkolvek chorobe.

Nežiaľ nad tým čo Ti chýba, ale teš sa z toho čo máš, lebo nevieš dokedy to budeš mať.

Neboj sa nepriateľov, ktorí na Teba útočia, boj sa však priateľov, ktorá Ti lichotia.

Všetko čo sa dá zaplatiť je lacné.



SÚŤAŽNÁ OTÁZKA

Trpezlivosť je trpká – no jej

Správnu odpoveď odovzdajte Ivanovi Kudejovi.

Ivan Kudej



Podme sa zasmiať

Slon a slonica sa prechádzajú, poprepletali si zaľúbene choboty. Zrazu sa slonica zasekne:

"Počúvaj, dúfam, že ma nevodíš za nos!"

Ide medveď po lese a stretne zajaca. Zajac sa pýta:

- Kam ideš, medveď?
- Nakupovať do Rakúska.

Zajac na to:

- Išiel by som s tebou, ale nemám pas.
- To nič, skoč mi do vrecka.

Prídu k colnici a colník sa pýta medveďa:

- Medveď, čo to máš vo vrečku?

Medveď si tľapne po vrečku:

- Fotku zajaca!



V lese otvárajú nový bufet. Prvý je medveď, za ním ostatné zvieratká. V tom sa dopredu predbehne zajac. Medveď ho vysokým oblúkom sotí naspäť. Keď sa to zopakuje asi 3-krát, zajac zo zlomenou nohou a rukou, otrasom mozgu a bez jedného zuba hovorí:

- No nič, bufet otvorím zajtra!

Dva hady na púšti:

"Počuj, my sme jedovaté?"

"Prečo?"

"Práve som si zahryzol do jazyka."

Peter Štefánik

Vážení zamestnanci a prijímatelia DSS a ZPS Rača.

Redakcia Našich novín sa ospravedlňuje, že 4. číslo r. 2021 vyšlo oneskorene.

Príčinou boli technické a organizačné záležitosti.

Ďakujeme za porozumenie a prajeme všetkým veľa zdravia a šťastia v novom roku 2022.

redakčná rada



A na záver - prosím nezabúdajte na R – O –R



RÚŠKO - v budove sme povinní nosiť rúška



ODSTUP - dodržiavame od seba odstupy

RUKY - umývame si ruky



Naše Noviny vydáva DSS a ZPS Rača. **Redakčná rada:** Anna Juricová, Eva Kovačovská, Milada Rakovská, Ivan Kudej. **Grafická úprava textu:** Mgr. Lenka Prutkayová, Mgr. Barbora Gubová. **Tlač:** Ing. Hana Korcová. Redakcia si vyhradzuje právo upraviť príspevky podľa potreby tak, aby sa nezmenil ich význam.