



Centrum sociálnych služieb - NÁDEJ Dolný Lieskov



NÁŠ ČAS

10. číslo
5/ 2022

Časopis vydávaný klientmi CSS Nádej Dolný Lieskov





Centrum sociálnych služieb - NÁDEJ Dolný Lieskov

Milí naši čitatelia,

Ako už vidieť na fotografii na titulnej strane, v našom zariadení to od 1. mája zase ožilo.

Klienti sa tešili zo stavania mája a následnom pohostení vonku.





Centrum sociálnych služieb - NÁDEJ Dolný Lieskov





Máj je pôvodne mladý stromček, najčastejšie smrekový, jedľový alebo brezový. Má symbolický význam a bol výrazom prírodného mýtu. O boji zimy s jarou, smrti so životom, symbolom na jar sa obnovujúcej prírody.

Na Slovensku napríklad máje stavajú ako okresané a ovenčené stromy. Mladenci stavajú pred prvým májom pred tie domy, kde je súča žena na vydaj. Máj predstavuje zdravie a vitalitu.

Na 1. mája je zvykom párov bozkávať sa pod rozkvitnutou čerešňou. Aj toto nám ukazuje, že máj je symbolom lásky. Ved' jak sa vraví, že máj je lásky čas.



I.F.



Centrum sociálnych služieb - NÁDEJ Dolný Lieskov

Ďalšou udalosťou, ktorú slávime 2. Májovú nedelu je Deň matiek.

Ó, aký krásny deň dnes máme,

ved' deň matiek slávime.

Preto každá mama, nemala by v tejto chvíli ostat' sama.

Má byť stále milovaná a každý deň obdarovaná.

Ked' nás pod srdcom nosila a všetku lásku nám dala.

A preto pre každú mamu vyprosujem,

nebeskej Matky požehnanie.

Mojmír Maceka

V tento deň sa vzdáva úcta matkám a materstvu. Na mnohých miestach po celom svete sa slávi takýto deň. Vychádza z rôznych tradícií. Na Slovensku je to tento rok 8. mája v nedelu. Snáď každý si našiel čas aspoň na SMS-ku, gratuláciu cez telefón alebo osobne.

Mamina by sa mala cítiť tento deň ako naozajstná kráľovná. Je to skvelý deň na to, aby si ukázal ako ju máš rád, rada.

I.F.





Katolícka cirkev oslávi v nedeľu 31. mája sviatok zoslania ducha svätého, ktorý je známy aj pod názvom Turíce. Svätodušná nedeľa sa slávy 50 dní po Veľkej noci.

V [rímskokatolíckej cirkvi](#) sa sviatok nazýva **Zosanie Ducha Svätého**.

V [gréckokatolíckej](#) a [pravoslávnej](#) cirkvi sa tento sviatok tradične nazýva **Zostúpenie Svätého Ducha**, čím sa zdôrazňuje aktivita, činnosť Svätého Ducha ako samostatnej osoby. Bohoslužobné texty sa sústredia na ovocie pôsobenia Svätého Ducha, teda na [zbožštenie](#), na obnovu, zmenu ľudských sŕdc a na jeho dary. Ďalším dôležitým aspektom je oslava [presvätej Trojice](#), ktorá je osobitne výrazná na [večierne](#) v nedeľu večer a v Pondelok Svätého Ducha. Osobitnou bohoslužbou je večiereň v nedeľu večer (často sa slávi hned po skončení [svätej liturgie](#)) s modlitbami na kolenách.

V tento sviatok sa chrámy ozdobujú zelenými ratolestami (neraz aj drobnými stromčekmi) a aj farba bohoslužobných odevov je tradične zelená, čo symbolizuje, že Svätý Duch je darca života.



Rozhovor so zamestnancom

Meno: Eduard Minarčin

Od kedy tu pracujete?

Pracujem v našom zariadení od marca roku 1993.

Aká je náplň Vašej práce?

Náplň mojej práce je bohatá a zároveň aj napĺňujúca.

Pracujem ako ISR.(Inštruktor Sociálnej Rehabilitácie)

Mám na starosti dielňu kde pracujeme s hlinou a drevom. Zároveň je mojou úlohou kultúrno-športová činnosť.

Vzhľadom na vzniknutú pandemickú situáciu kedy bolo nutné zabezpečiť vrátnicu podielam sa aj na tejto činnosti.

Aký máte vzťah s klientmi?

Ku klientom mám vzťah viac priateľský.

Myslím si že to zatial celkom funguje.

Ako sa cípite v prostredí v ktorom pracujete?

Som veľmi rád , že sa medzi nami vytvorili a pretrvávajú dobré pracovné vzťahy a je fajn , že sa to celé premieta aj v pracovnom procese.

Čo považujete za nedostatok v našom zariadení?

Vždy je čo zlepšovať.

Čo ma naozaj trápi je vzhľad nášho zariadenia.

Doprial by som nám a hlavne klientom krajšie a útulnejšie prostredie.

Ved' v podstate tu trávia valnú časť svojho života ak nie celý.

Nech sa teda aspoň sčasti cítia tak dobre a príjemne ako "doma".





Rozhovor s klientom

Meno: Igor Franc

Kedy si nastúpil do nášho zariadenia?

6.3.2011

Ako sa Ti tu páči?

Som rád, že som tu, páči sa mi tu.

Vykonávaš tu nejakú prácu, alebo si vykonával?

Chodím k pani Danke Ručkovej do dielne, alebo pracujem v našom parku.

Aké sú tvoje hobby?

Mám rád modernú hudbu a šport. Najviac ma baví posilňovanie.

Ako si spokojný so stravou?

So stravou som nadmieru spokojný.

Ako hodnotíš personál nášho zariadenia?

S personálom vychádzam dobre, mám s nimi dá sa povedať priateľské vzťahy.

Čo tu považuješ za nedostatok?

Keby sme mali väčšiu slobodu, voľnosť.





Prvosenka jarná

Surové čerstvé listy prvosenky jarnej sú vhodné aj ku konzumácii. Pridávajú sa do jarných šalátov. Listy rastliny obsahujú okrem iných látok aj značné množstvo vitamínu C, preto prospešne pôsobia pri čistení a posilnení organizmu.

Čaj z prvosenkových kvetov vhodný pre deti

2 čajové lyžičky kvetov zalejte $\frac{1}{4}$ litrom vriacej vody, nechajte 5 minút lúhovať a precedťte. Osladený medom sa čaj užíva niekoľkokrát denne po 1 šálke.

Kvety prvosenky (niekde tento kvet volajú petrklíč alebo kaška) sa používajú aj do inhalačných zmesí bylinkových kúpeľov pre nervovo labilných, ale možno ich používať aj do kúpeľa pri reumatizme, porážke a iných ochoreniach, má schopnosť upokojiť organizmu.

Liečivé účinky sú:

uľahčenie vykašliavania zmiernenie dráždenia na kašeľ'

liečbu dýchacích ciest pri (bronchítide) posilnenie nervovej sústavy

nespavosť pri zahliených preduškách

pri migréne a závratoch pôsobí močopudne

prispieva k rozpadu močových kameňov pri kĺbovom reumatizme

tlmí zápaly



Podbel' liečivý



Podbel' je zmäkčujúci a protizápalový prostriedok podporujúci vykašliavanie. Používa sa aj pri žalúdočných a črevných zápaloch, nechutenstve, vysokom krvnom tlaku, astme a reumatických ochoreniach. Môžeme ho používať na vyplachovanie ústnej dutiny pri zápaloch sliznice. Podbel' sa neodporúča používať pri alergii na astrovité rastliny, taktiež počas tehotenstva a dojčenia.

S.K.



Recepty z plúcnika

1. Čaj z plúcnika

Dráždi vás **kašel'** a neviete vykašlať hlien? Potrebujete upokojíť **podráždenú sliznicu priedušiek a plúc?** Pripravte si čaj z plúcnika.

Jednu polievkovú lyžicu sušeného plúcnika zalejte 3dl vriacej vody a nechajte asi 10 minút lúhovať. Potom precedťte cez sitko. Čaj pite dva krát denne počas troch týždňov.

2. Plúcnikový olej

Máte suché, popraskané či **poranené pery?** Olej z plúcnika je priam stvorený na ich hojenie. Hrst' čerstvých listov z plúcnika vložte do vriacej vody a po krátkej chvíli ich vyberte a nechajte odkvapkať. Pridajte 0,3 l oleja (olivový, kokosový, arašidový), zohrejte na ohni, nalejte do sklenenej nádoby, po dvoch dňoch ju uzavrite a 14 dní nechajte lúhovať. Následne zmes precedťte, nalejte do tmavej fl'aše, uzavrite a skladujte na tmavom mieste. Olej jemne vtierajte do pier alebo ním potierajte rezné či bodné rany.





3. Zeleninovo-mäsový šalát s plűúcnikom



Chcete si dopriat' **chutné a zdravé jedlo?** Odporúčame vám recept na tento šalát:

250 g kuracích pŕs nakrájajte na jemné rezance a restujte na oleji.

80 g tvrdého syra, jednu šalátovú uhorku, dve paradajky, jeden menší pór, hrst' pažítok a čerstvej petržlenovej vňate nakrájajte na malé kúsky a pridajte k mäsu.

Dressing si pripravte zmiešaním 250 g bieleho jogurtu, 2 polievkových lyžíc šťavy z citróna, 2 čajových lyžíc medu, 1 čajovej lyžice horčice, 3 polievkových lyžíc olivového oleja.

Pridajte sol', čierne korenie a čerstvé listy z plűúcnika.

Zalejte ním mäsovo – zeleninovú zmes, premiešajte a nechajte vychladnúť v chladničke.

Výborne chutí s celozrnným pečivom.



„Neobávaj sa nevedomostí, ale falosného poznania. Lepšie je nevedieť nič, ako pokladat' za pravdu to, čo pravdou nie je.“ — Lev Nikolajevič Tolstoj

„Len dve veci sú nekonečné. Vesmír a ľudská hlúpost'. Pri tej prvej si však nie som taký istý.“
— Albert Einstein

„Strach zo smrti je následkom strachu zo života. Človek, ktorý žije naplno, je pripravený zomrieť kedykoľvek.“ - Mark Twain.

„Ked' sa odvážim byť mocný a využijem svoju silu v prospech svojej vízie, potom je menej a menej dôležité, či sa bojím.“ - Audre Lorde.

„Nakoniec si nebudeme pamätať slová našich nepriateľov, ale ticho našich priateľov.“
Martin Luther King

Význam cudzích slov

Celibát – nútenej slobodný stav, bezženstvo

Kulminácia – vrcholenie

Administrácia – riadenie

Adolescent – jedinec vo veku medzi pubertou a dospelosťou

Anarchia - bezvládie, chaos, spoločenský rozklad, zmätok, porušenie spoločenského poriadku

Pranostiky na mesiac apríl

1.4. Ak prší 1.apríla bude mokrý máj.

10.4. Na desiaty v apríli deň, siaty býva krásny len.

19.4. Svätý Tiburcius má byť už zelený.

23.4. Na svätého Vojtecha v každom dolku pol mecha.

28.4. Ak mrzne na svätého Vítala, mrzne ešte 40 dní.

S.K.



Diagnóza

Zhubný nádor

Zhubné nádory (iné názvy: **malígny nádor, malígny/zhubný novotvar, malígna/zhubná neoplazma; rakovina, kancer**, zastarano **rak**; lat. *cancer*) sú skupinou ochorení zahŕňajúcou útvary s abnormálnym rastom buniek s potenciálom invadovať alebo sa šíriť do iných častí organizmu. Nie všetky nádory sú rakovinou. Rozoznávame nádory malígne (zhubné) a nádory benígne (nezhubné). Benígne nádory sa nešíria do iných častí organizmu a nezakladajú metastázy.

Ako **rakovina (kancer, rak, lat. cancer)** sa v širšom zmysle označuje aj **zhubné/malígne nádorové ochorenie**, teda ochorenie resp. patologický stav prislúchajúce/-ci k alebo vedúce/-ci k vzniku zhubného nádoru.

Slovo *rakovina* vzniklo pre podobnosť medzi prerastajúcim nádorom a klepetami raka. Aj v iných jazykoch sa používa táto podobnosť: lat./angl. cancer, nem. Krebs, rus. rak. Pôvodne sa slovom rakovina označoval len karcinóm.

Prejavy nádorov

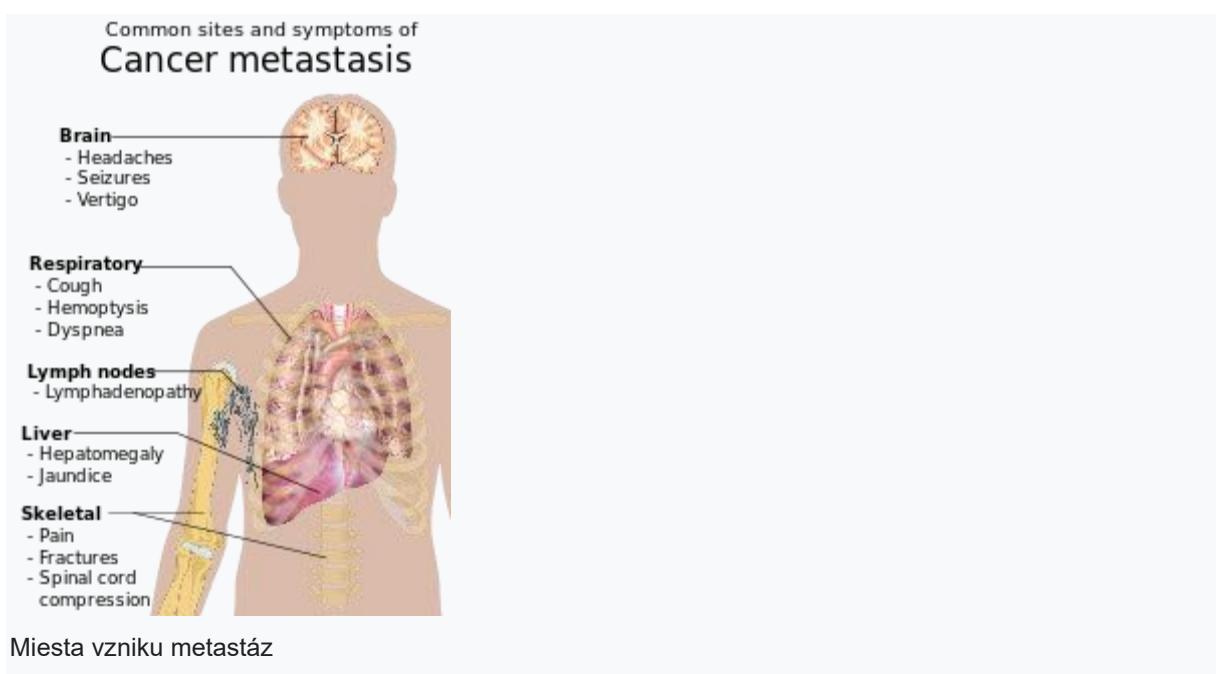
V začiatkoch ochorenia nemusia byť prítomné žiadne alebo len málo príznakov. Príznaky sa objavujú pri raste nádoru (tlak na okolité štruktúry alebo prerastanie nádoru do iných orgánov), alebo pri jeho zmenách (zvredovatenie – ulcerácia, čiastočné odumretie – nekróza) či až pri vzniku metastáz. Špecifické prejavy závisia od miesta vzniku a od typu nádoru. Len málo príznakov je špecifických pre konkrétné typy nádorov. Mnohé nádory sa častejšie vyskytujú u osôb s inými ochoreniami. Rakovina je „skvelým imitátorom“. Preto je bežné, že ľudia s diagnostikovanou rakovinou boli predtým liečení na iné ochorenia, o ktorých sa predpokladalo, že spôsobujú ich problémy.

Systémové príznaky

Systémové (celkové) príznaky sú prítomné u veľkej časti pacientov, ale nie sú špecifické len pre rakovinu. Môžu sa vyskytovať aj pri iných, nezhubných ochoreniah. Celkové príznaky sa vyskytujú bez vzťahu k priamemu rastu nádoru alebo jeho metastáz. Ide o necielenú stratu hmotnosti, horúčku alebo zvýšenú teplotu, zvýšenú únavnosť a zmeny na koži. Hodgkinov lymfóm, leukémie a rakovina pečene či obličiek môžu spôsobovať dlhotrvajúcu horúčku.

Lokálne príznaky

Lokálne príznaky sa môžu vyskytovať vplyvom rastu nádorovej masy alebo kvôli jej sekundárnym zmenám (ulcerácia, nekróza). Napríklad nádor plúc môže zablokovať priedušku a tým spôsobiť kašeľ či zápal plúc. Nádor pažeráka môže spôsobiť zúženie pažeráka a tým ťažkosti a bolesti pri prehltaní. Nádor hrubého čreva môže viesť k zúženiu až zablokovaniu pasáže v čreve, čo vedie k zmene tvaru a štruktúry stolice až k zástave jej odchodu. Nádory v prsníku a semenníkoch, keďže sú lokalizované pod kožou, môžu byť hmatateľné. Zvredovatenie (ulcerácia) nádoru môže spôsobiť vznik krvácania, ktoré môže byť *skryté* (okultné) a prejaviť sa môžе anémiou (chudokrvnosťou), alebo *viditeľné* a prejaviť sa prítomnosťou krvi v stolici, moči, vykašliavaním krvi alebo krvácaním z pošvy. Nádor v pokročilom štádiu typicky sprevádzza bolest, i keď na začiatku nebýva hrčka na dotyk bolestivá. Niektoré typy nádorov bývajú sprevádzané hromadením tekutiny v bruchu (ascites) alebo v hrudnej dutine (fluidothorax).



Metastázy

Metastázovanie je šírenie rakoviny alebo iného ochorenia z jedného orgánu do iného orgánu bez toho, aby tieto orgány boli priamo spojené. Novotvary na týchto miestach sa nazývajú metastázy. Rakovina sa môže rozšíriť z pôvodného miesta miestnym šírením, lymfatickým



šírením cez regionálne lymfatické uzliny alebo hematogénnym šírením krvným riečišťom na vzdialené miesta.

Ked' sa rakovina šíri hematogénnou cestou, zvyčajne sa rozšíri po celom tele. Ale rakovinové bunky majú tendenciu rást' len v určitej vybranej lokalite (karcinóm prsníka metastázuje do kostí, karcinóm hrubého čreva do pečene). Symptómy metastatického šírenia závisia od umiestnenia nádoru a môžu zahŕňať zväčšené lymfatické uzliny (ktoré sa môžu byť hmatné alebo viditeľné pod kožou a sú zvyčajne tvrdé na pohmat), zväčšenú pečeň alebo zväčšenú slezinu, ktoré je možné vyhmatáť v bruchu, bolest' alebo zlomeniny kostí postihnutých rakovinou.

Príčiny vzniku ochorenia

Výskyt rakoviny v 20. storočí má stúpajúcu tendenciu, ktorú vysvetľuje viacero faktorov. Jedným je aj vyššia priemerná dĺžka života najmä vo vyspelých krajinách a zhoršenie kvality životného prostredia v dôsledku industrializácie. Na výskyt ochorenia majú vplyv aj niektoré vírusové a bakteriálne infekcie, vrodené genetické predispozície a epigenetické zmeny v populácii.

Vznik rakoviny je v 90 – 95 % spôsobený faktormi prostredia, zvyšných 5 – 10 % ochorení je zapríčinených genetickým faktormi. K faktorom prostredia patrí životný štýl, správanie, znečistenie prostredia a životná úroveň jednotlivca. K najčastejším okolnostiam ktoré zapríčinujú vznik rakoviny patrí fajčenie (25 – 30 % prípadov rakoviny), stravovanie a obezita (30 – 35 %), infekcie (15 – 20 %), radiácia (ionizačné a neionizačné, nad 10%), stres, nedostatok pohybu a znečistené prostredie.

Chemikálie

So špecifickými typmi rakoviny je do istej miery možné spojiť vplyv rôznych látok. Látky ktoré na nás pôsobia a následne zapríčinujú rakovinu sa nazývajú karcinogény.

Fajčenie tabaku zapríčinuje 90 % prípadov rakoviny plúc, ale spôsobuje tiež aj rakovinu hrtana, úst, jazyka, žalúdku, mechúra, obličiek, pažeráku a pankreasu. Dym tabaku obsahuje viac ako 50 typov známych karcinogénov ako nitrozamíny a polycyklické aromatické uhľovodíky. Tabak je zodpovedný za jedno z piatich úmrtí spôsobených rakovinou na celom svete, a jedno z troch úmrtí v rozvíjajúcich sa krajinách.



Desatinu všetkých prípadov rakoviny u mužov v západnej Európe spôsobuje alkohol (u žien 3%). Vyvoláva najmä rakoviny obličiek a tráviaceho traktu. Látky, ktorým sú ľudia vystavení počas práce spôsobujú 2 až 20 % prípadov rakoviny. Rakovinu pľúc a mezotelióm môže spôsobiť fajčenie tabaku alebo vdýchnutie azbestových vlákien, leukémiu môžu spôsobovať nežiaduce účinky benzénu.

Stravovanie a životospráva

Strava, nedostatok pohybu a nadváha sú spojené s 30 – 35 % úmrtí spôsobených rakovinou. Údaje zo Spojených štátov ukazujú, že obezita je spojená so vznikom mnohých typov rakoviny a je hlavným faktorom pri 14 až 20 % úmrtí spôsobených týmto ochorením. Štúdia zo Spojeného kráľovstva preukázala, že zvýšená telesná hmotnosť môže byť spojená s najmenej 10 druhmi rakoviny.

Infekcie

Najčastejším zdrojom infekcií sú hlavne vírusy, ale aj baktérie a parazity. Vírusy spôsobujúce rakovinu sa nazývajú Onkovírusy, napr. Ľudský papilomavírus – HPV (rakovina krčka maternice), Epstein-Barrovej vírus (nosohltanový karcinóm), vírus hepatitis B a hepatitis C (hepatocelulárny karcinóm). Bakteriálne infekcie tiež zvyšujú riziko vzniku rakoviny, napr. *Helicobacter pylori* (rakovina žalúdka). K parazitickým infekciám spojeným s rakovinou môžeme priradiť napr. *Schistosoma haematobium* (rakovina močového mechúra), *Opisthorchis viverrini* a *Clonorchis sinensis* (rakovina žlčových ciest).

Radiácia

Desatina všetkých invazívnych rakovinových ochorení je spôsobená radiáciou (ionizačná a neionizačná). Najčastejším zdrojom žiarenia je ultrafialové žiarenie (slnečné žiarenie), ionizačné žiarenie používané v medicíne (zobrazovacie metódy) a plyny radónu. Ionizačné žiarenie nepatrí k silným mutagénom, pôsobenie radónu má rovnaký efekt ako pasívne fajčenie.

Diagnostika

Diagnostika nádorového ochorenia je často zložitý proces. Pacient prichádza s neurčitými problémami a nie je vzácnosťou, že prvým prejavom nádoru je až komplikácia z rastu metastázy. Úlohou lekára je dôkladné klinické vyšetrenie, ktoré pozostáva z anamnézy a fyzikálneho vyšetrenia. Na základe nálezu alebo podezrenia lekár indikuje pomocné



vyšetrenia, ktoré pomáhajú spresniť diagnózu. Tie môžu pozostávať z odberu krvi a biochemického či iného krvného vyšetrenia alebo zo zobrazovacích metód – röntgenova snímka, USG, NMR, CT, endoskopia. V konkrétnych prípadoch je indikované taktiež vyšetrenie metódami nukleárnej medicíny – scintigrafia, PET. Definitívna diagnóza zhubného nádoru si však vyžaduje vyšetrenie vzorky tkaniva nádoru patológom.

Klasifikácia

Zhubné nádory sú klasifikované podľa typu buniek, na ktoré sa bunky nádoru podobajú, pretože sa predpokladá, že vznikajú z týchto buniek. Rozoznávame:

Karcinómy – vznikajú z epiteliálnych buniek – patria sem karcinómy plúc, prsníka, prostaty, pankreasu, hrubého čreva a iné.

Sarkómy – nádory zo spojivového tkaniva – patria sem nádory kosti, chrupavky, tuku, nervov a iné.

Lymfómy a leukémie – vznikajú z hematopoetických buniek kostnej dreny a lymfatických orgánov (slezina, týmus, lymfatické uzliny).

Nádory zo zárodočných buniek – vznikajú z pluripotentných buniek – často v semenníkoch a vaječníkoch.

Blastómy – nádory z nezrelých prekurzorových buniek alebo embryonálneho tkaniva.

Liečba

Existuje množstvo možností pre liečbu rakoviny. Základné zahrňujú chirurgickú terapiu, chemoterapiu, rádioterapiu a hormonálnu liečbu. V indikovaných prípadoch je tiež možné využiť možnosti cielenej terapie a biologickej liečby. Liečba môže byť kuratívna (vedie k úplnému vyliečeniu) alebo paliatívna (vedie k zmierneniu príznakov ochorenia).

Prognóza ochorenia

Prognóza ochorenia závisí od typu nádoru a štadia, v ktorom je diagnostikované. Čím skôr je ochorenie diagnostikované, tým vyššia je šanca na úplne vyliečenie. V momente ako má rakovina metastázy, prognóza sa stáva horšou.



Skríning nádorových ochorení

Skríning je označenie činnosti alebo činností, ktoré vyhľadávajú v populácii jedincov s chorobami, ktoré ešte nemajú klinické príznaky – sú bezpríznakové. Cieľom skríningu je ich záchyt v štádiu, kedy sú ešte liečiteľné. U nás vykonávané skríningy sú:

skríning rakoviny prsníka, skríning rakoviny kŕčka maternice, skríning rakoviny hrubého čreva, skríning rakoviny prostaty.

Prevencia

Prevencia rakoviny sú aktívne kroky smerujúce k zníženiu rizika vzniku rakoviny. Prevažná väčšina prípadov (70 – 90 %) rakoviny je spôsobená vplyvom environmentálnych rizikových faktorov, z ktorých väčšina je kontrolovatelná životným štýlom. Z týchto dôvodov je rakovina všeobecne považovaná za preventibilné ochorenie (dá sa mu predísť).

Diétne opatrenia

Existuje množstvo potravín, u ktorých sa predpokladá, že môžu telo chrániť pred rozvojom rakoviny, no dôkazy pre tieto tvrdenia nie sú definitívne. Primárne diétne faktory, ktorých vplyv na rozvoj rakoviny je potvrdený, sú vysoký príjem alkoholu a nadmerný príjem kalórii (nadáva, obezita).

Diétne odporúčania smerované k prevencii rakoviny sa typicky zakladajú na vyššom príjme zeleniny, ovocia, celozrných potravín a rýb. Odporúča sa striednosť v príjme červeného a spracovávaného mäsa, živočíšnych tukov a rafinovaných cukrov.

Liekys

Niekteré lieky dokázateľne znižujú riziko vzniku rakoviny. Nesteroídne antiflogistiká (kys. acetylsalicylová) znižujú riziká vzniku rakoviny hrubého čreva, ale kvôli vedľajším účinkom na gastrointestinálny a kardiovaskulárny systém nie sú vhodné k plošnej prevencii.

Očkovanie

Proti určitým typom rakoviny (spôsobeným onkovírusmi) je možné človeka so zvýšeným rizikom tohto typu nádoru zaočkovať.

Na Slovensku sa používa vakcína proti HPV a vakcína proti hepatitíde B.

P.C.

Že sa začala jar, vidíme nielen na prebúdzajúcej sa prírode, ale aj na práci v našich dielňach a v areáli zariadenia.





Centrum sociálnych služieb - NÁDEJ Dolný Lieskov





Centrum sociálnych služieb - NÁDEJ Dolný Lieskov



Nielen na Veľkú noc, ale skoro každé ráno nám Tonko spríjemňuje deň či už s gitarou alebo fúkacou harmonikou.



Príjemné chvíle prežívajú naši klienti pri oslavách menín alebo narodenín.





Športové udalosti v mesiaci apríl

Tento mesiac sa na Slovensku konali MS v hokeji 1. divízie hráčov do 18 rokov v Piešťanoch. Slovenskí hokejisti do 18 rokov nestratili na domácom turnaji A-skupiny I. divízie MS ani bod. Vo svojom poslednom vystúpení zdolali v nedeľu v Piešťanoch Kazachstan 5:3 a s plným počtom 15 bodov obsadili prvé miesto. Predtým postupne zdolali Japonsko, Francúzsko, Nórsko a Dánsko. Druhí Nóri získali o tri body menej, ale spolu so Slovákmi si vybojovali postup do elitnej kategórie.

Začalo sa aj finále fínskej hokejovej ligy , kde sa predstavila aj naša veľká hokejová nádej Juraj Slafkovský. Hned' v prvom zápase dokázal skórovať, ale ani to nestačilo jeho klubu na výhru. Skóroval ako 6. najmladší hráč vo finále fínskej hokejovej ligy.

Toto je rozdiel medzi českou a slovenskou jarou.





Tento mesiac sme sa rozlúčili s našimi klientmi : Štefanom Stankom (82)

Jánom Reichmannom (55)

Nech je Pán milostivý ich dušiam.

Spomíname

02.04.2001 Pavol Galbavý

29.04.2016 Štefan Šlesarík

02.04.2017 Štefan Janiš

12.04.2017 Ján Nitran

20.04.2017 Peter Briestenský





Redakčná rada

1. **Ing. Pavol Cigánik**
2. **Simon Kusenda**
3. **Mojmír Maceka**
4. **Igor Franc**
5. **Luboš Demko**
6. **Mgr. Michal Belavý**
7. **Eduard Minarčin**
8. **Mgr. Katarína Ondejčíková**

Ďakujeme za dobrovoľné príspevky, ktoré budú využité na ďalšie spracovanie nášho časopisu, prípadne ako malá odmena pre klientov, ktorí sa na tvorbe časopisu podieľajú.

U dotknutých osôb je podpísaný informovaný súhlas s použitím fotografií v časopise.
