



# NÁŠ ČAS

9. číslo  
4 / 2022

---

Časopis vydávaný klientmi CSS Nádej Dolný Lieskov





Milí naši čitatelia,

v tomto čísle časopisu Vám okrem stálych rubriek, ponúkneme aj fotografie z výrobkov našich dielní, nazreli sme objektívom nášho fotografa Ľubka na jarné práce v areáli zariadenia.

### **Veľkonočná**

Na lúčinách

kvety rašia,

chlapci moju milú strašia,

ba aj šibú.

Keď sa pozriem lepšie,

s mojou milou

je to ešte horšie.

Pripíja si s tými beťarmi

dobrý mok

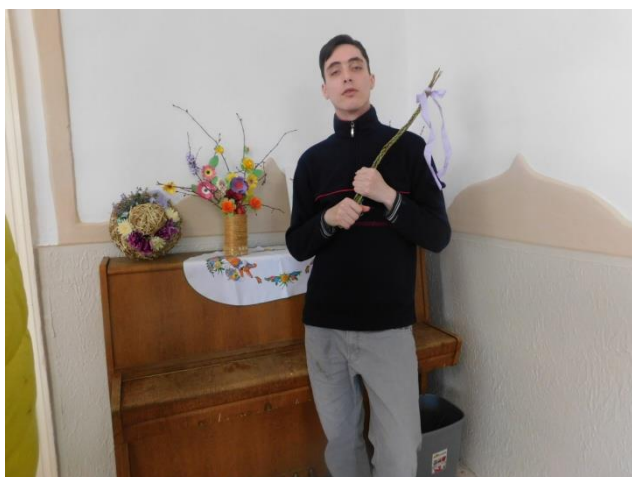
bodaj by aj nie,

veď je veľkonočný pondelok.

Mojmír Maceka



A keď sme pri Veľkonočnom pondelku, takto učila Danka, pliesť našich klientov korbáče.





## Duchovné slovo

Veľká Noc alebo Pascha je najvýznamnejší kresťanský sviatok, ktorý pripadá na marec alebo apríl. Veľká Noc je pre kresťanov oslavou zmŕtvychvstania /resp. vzkriesenia/ Ježiša Krista po jeho smrti na kríži. Kresťanské oslavy Veľkej Noci sa v Novom zákone nespomínajú, najstarším svedectvom o Veľkej Noci je homília o Pasche Sardského z 2. storočia.

Symbolika prechodu z otroctva do slobody sa preniesla aj do kresťanstva ako prechod z hriechu do života Božej milosti, ktorý zabezpečil Ježiš Kristus svojou smrťou a zmŕtvychvstaním.

Na Veľkú Noc kresťania z celého sveta oslavujú najväčšie sviatky celého obdobia roka. Po 40 dňovom pôste, ktorý sa končí Veľkonočným obdobím oslavujeme Zelený štvrtok, Veľký piatok, Bielu sobotu, Veľkonočnú nedeľu a Veľkonočný pondelok alebo šibačku. Najväčší sviatok je Veľkonočná nedeľa.

Medzi Veľkonočné symboly patria:

Baránok – tento symbol sa nachádza už v predkresťanských tradíciách. U kresťanstva je baránok jedným zo symbolov Ježiša Krista, lebo obrazne bol podľa kresťanskej viery baránok obetovaný za spásu sveta.

Ďalšie symboly sú kríž, oheň, sviečka, vajíčko, zajačik a korbáč.

I.F.





## Rozhovor so zamestnancom

**Meno:** Eduard Minarčín

### **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 naplňujúca.

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 podieľam sa aj na tejto činnosti.

### **Aký máte vzťah s klientmi?**

Ku klientom mám vzťah viac priateľský.

Myslím si že to zatiaľ celkom funguje.

### **Ako sa cítite 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.

Veď 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.





## Prvosienka 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 preced'te. 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 (bronchitíde)	posilnenie nervovej sústavy
nespavosť	pri zahlienených prieduškách
pri migréne a závratoch	pôsobí močopudne
prispieva k rozpadu močových kameňov	pri kĺbovom reumatizme
tlmí zápaly	





## Podbeľ liečivý



Podbeľ 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. Podbeľ sa neodporúča používať pri alergii na astrovité rastliny, taktiež počas tehotenstva a dojčenia.

**S.K.**



## Recepty z pľúcника

### 1. Čaj z pľúcника

Dráždi vás **kašeľ** a neviete vykašľať hlien? Potrebujete upokojiť **podráždenú sliznicu priedušiek a pľúc**? Pripravte si čaj z pľúcника.

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

### 2. Pľúcnikový olej

Máte suché, popraskané či **poranené pery**? Olej z pľúcника je priam stvorený na ich hojenie. Hrst' čerstvých listov z pľúcника 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 preced'te, nalejte do tmavej fľaše, uzavrite a skladujte na tmavom mieste. Olej jemne vtierajte do pier alebo ním potierajte rezné či bodné rany.



### 3. Zeleninovo-mäsový šalát s pľúcnikom



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

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

80 g tvrdého syra, jednu šalátovú uhorku, dve paradajky, jeden menší pór, hrst pažitky 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 soľ, čierne korenie a čerstvé listy z pľúcnika.

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

Výborne chutí s celozrnným pečivom.



„Neobávaj sa nevedomosti, ale falošného poznania. Lepšie je nevedieť nič, ako pokladať za pravdu to, čo pravdou nie je.“ — Lev Nikolajevič Tolstoj

„Len dve veci sú nekonečné. Vesmír a ľudská hlúposť. 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.

„Keď 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 – nútený 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 Vívala, mrzne ešte 40 dní.

S.K.



## Diagnóza

### Zhubný nádor

**Zhubné nádory** (iné názvy: **malígný nádor, malígný/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

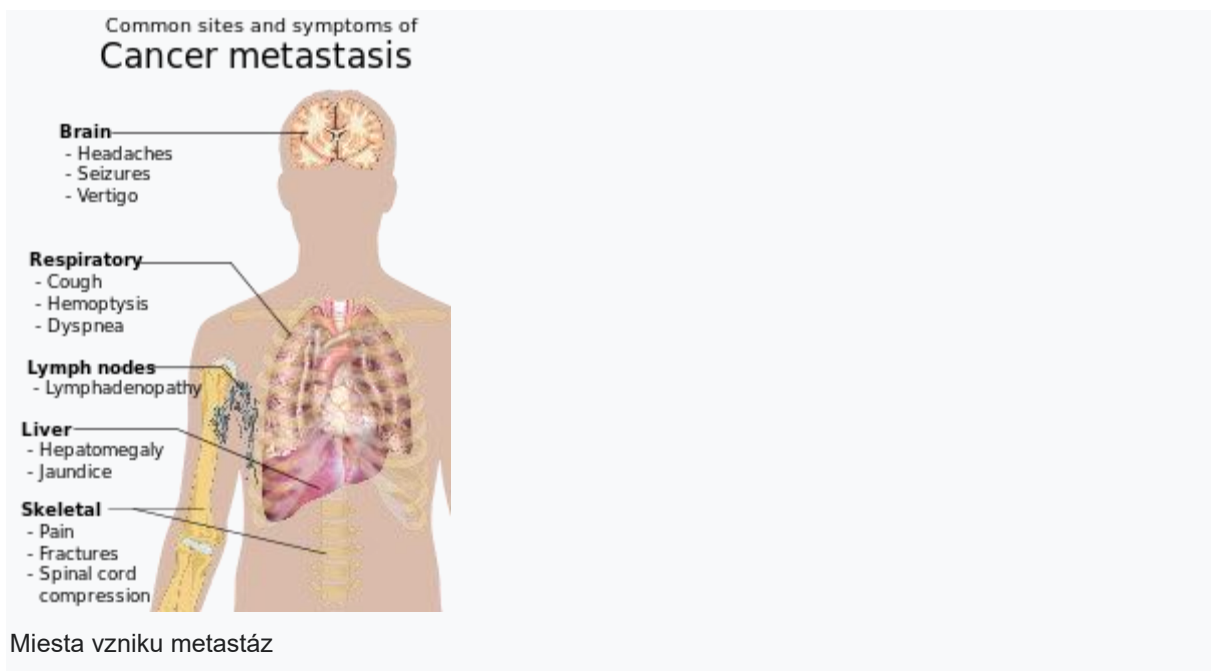
V začiatkoch ochorenia nemusia byť prítomné žiadne alebo len málo príznakov. Príznaky sa objavujú pri raste nádoru (tlak na okolité štruktúry alebo prerastanie nádoru do iných orgánov), alebo pri jeho zmenách (zvrhodovanie – ulcerácia, čiastočné odumretie – nekróza) či až pri vzniku metastáz. Špecifické prejavy závisia od miesta vzniku a od typu nádoru. Len málo príznakov je špecifických pre konkrétne 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 ochoreniach. 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, leukémia 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 pľúc môže zablokovať priedušku a tým spôsobiť kašeľ či zápal pľúc. Nádor pažeráka môže spôsobiť zúženie pažeráka a tým ťažkosti a bolesti pri prehĺtaní. 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 prejavíť sa môže anémiou (chudokrvnosťou), alebo *viditeľné* a prejavíť sa prítomnosťou krvi v stolici, moči, vykašliavaním krvi alebo krvácaním z pošvy. Nádor v pokročilom štádiu typicky sprevádza bolesť, 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.

Keď sa rakovina šíri hematogénnou cestou, zvyčajne sa rozšíri po celom tele. Ale rakovinové bunky majú tendenciu rásť 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 vyhmatat' v bruchu, bolesť 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 zapríčiňujú 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 zapríčiňujú rakovinu sa nazývajú karcinogény.

Fajčenie tabaku zapríčiňuje 90 % prípadov rakoviny pľúc, ale spôsobuje tiež aj rakovinu hrtana, úst, jazyka, žalúdka, 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 podozrenia lekár indikuje pomocné





vyšetrenia, ktoré pomáhajú spresniť diagnózu. Tie môžu pozostávať z odberu krvi a biochemického či iného krvného vyšetrenia alebo zo zobrazovacích metód – röntgenová 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 pľúc, 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 drene a lymfatických orgánov (slezina, týmus, lymfatické uzliny).

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

**Blastómy** – nádory z nezrelých prekursorových 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 štádia, 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 kľčka maternice, skríning rakoviny hrubého čreva, skríning rakoviny prostaty.

### **Prevenčia**

Prevenčia 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 kontrolovateľná životným štýlom. Z týchto dôvodov je rakovina všeobecne považovaná za preventabilné 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 kalórií (nadváha, obezita).

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

### **Lieky**

Niektoré lieky dokázateľne znižujú riziko vzniku rakoviny. Nesteroidne 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**

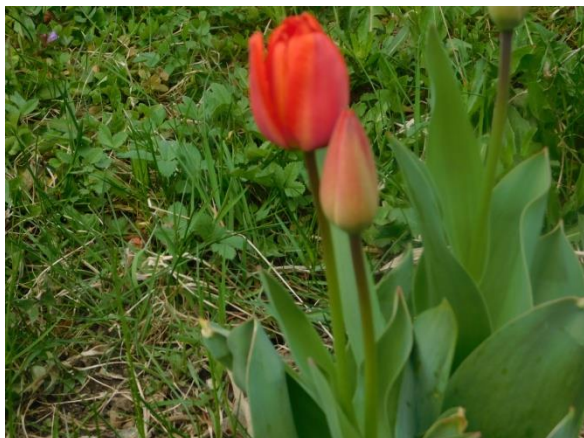
Proti určitým typom rakoviny (spôsobeným onkovírusmi) je možné človeka so zvýšeným rizikom tohto typu nádoru zaočkovať.

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

P.C.



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









Nielen na Veľkú noc, ale skoro každé ráno nám Tonko spríjemňuje deň či už s gitarou alebo fú kacou 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. Hneď 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. **Ľuboš Demko**
6. **Mgr. Michal Belavý**
7. **Eduard Minarčín**
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.

---