

02
25 / 03
25





EDITORIÁL /	03
PÍSAČKY JOZEFA ROZBORU: FONTÁNA PRE MÁRIU /	05
PRÍBEHY MARIANA S. KAM KRÁČAŠ, ŽIVOT MÔJ /	08
KATARÍNSKA ZÁBAVA /	10
NAŠIM JUBILANTOM /	13
PREDVIANOČNÉ POSEDENIA /	18
NÁVŠTEVA VIANOČNÝCH TRHOV GYŐR /	21
CENTRÁLNE TRHOVISKO /	22
CESTOPISY T. STANOVEJ: ČÍNA /	25
N. PAVLOVIČOVÁ: DECEMBROVÉ STRETNUTIA /	42
KONTAKTY /	49

foto na obálke:
Schodisko vo vežičke Pistoriho paláca

Sme ako predátori. Hladní hľadáme uspokojenie, svoje potreby krmíme tým, čo je práve k dispozícii. Teraz možno máme strach a potrebu sa chrániť. Útočíme alebo utekáme a schovávame sa.

Skutočne nie sme v bezpečí. Niečo na nás z kríkov cerí zuby, sliny tomu tečú na chodník. Ako prežijeme? Čo urobíme? Útok? Útek? Keď monštru mačetou zotnem hlavu, budem zachránená. A čo viac, stanem sa hrdinkou. Alebo vezmem nohy na plecia, zbalím najbližších, nájdem bezpečnejší kúsok zeme a vytvorím svet len pre nás.

Som presvedčená, že vždy existuje aj iná cesta. Asi je vždy ťažšia ako útok či útek, a to už aj tieto dve sú nesmierne náročné a berú si veľkú daň.

Ako čeliť nebezpečenstvu bez toho, aby sme museli ubližovať alebo sa schovávať? Pokojne si predstavme ukrajinského vojaka, ktorý na obranu seba a svojho domova naozaj berie životy. Otvorené boje nájdeme naprieč planétou kdekolvek. Od Spišskej po Gazu. Napriek tomu, že extrémami sa dnes naša spoločnosť len tak hemží, nemusíme ísť pre strach a ohrozenie až k nim. Strach cítime aj keď sa pozrieme do peňaženky, kde nie je dosť na poriadne jedlo. Keď sa dieťa zdráha povedať rodičom o zlej známke, tiež je strachom bez seba. Alebo sa snažíme popierať rozdielne postoje a skrývame, kým sme. Aj pred najbližšími, pre pokoj v dome. Zo strachu z neprijatia, ktoré je niekedy bolestivejšie než zásah mačetou.

Ak nemôžeme zmenšiť hrozby, ktoré na nás číhajú, budeme sa musieť naučiť čeliť samotnému strachu. Pýtala som sa Chat GPT, ako sa dá znížiť strach, ak nemáme dosah na hrozbu a je to vlastne veľmi prosté. Stačí zmena vnímania situácie.

Je to ako v rozprávke, tretia cesta býva obvykle najťažšia a spravidla správna. Aj odmena, ktorá na jej konci čaká, je rozprávková. Pretože *„celý vesmír je k dispozícii tomu, kto urobí správne rozhodnutie.“* (F. Herbert: Duna). Žiť bez strachu je ako *„lietať voľne oblohou, kde ťa vietor nesie tam, kam túžiš, a slnko ťa hľadí teplými lúčmi.“* Takto poeticky vidí život bez strachu Chat GPT.

Ako teda zmenším strach? Ako môžem zmeniť to, ako situáciu vnímam, ako sa na veci pozerám? Asi si najskôr musím priznať *„pozerám sa na to zle, skúsím to inak.“* Niekedy je toto poznanie náročnejšie než použiť mačetu. *„...myslela som si, že je to takto. Ale nie je. Čo teraz? Čo mám robiť? Čo si mám vôbec myslieť?“* Priznávam môj vlastný omyl, prijímam neistotu a som zraniteľná. Aby som sa zbavila strachu, stávam sa zraniteľnou. Neprirodzené. Obrana je pre nás prirodzenejšia než zmena.

Možno máme stále čas. Skúsme sa menej báť tým, že budeme viac premýšľať, hľadať a skúšať. Prestaňme sa vyhybať skutočným problémom tým, že sa hádame a snažíme sa navzájom konvertovať na vlastnú pravdu. Môžem začať ja sama. A môžete sa ku mne pridať. Pretože zmeniť môžem len seba, ale svet zmeníme iba spolu. Hovorí o tom tento príbeh:

Kedysi dávno, žili v kláštore mnísi so svojím opátom. Jedného dňa sa opát vydal do lesa a stratil sa. Niekoľko dní nevedel nájsť cestu von. Mnísi sa

rozhodli, že ho pôjdu hľadať, no tiež sa stratili. Po nejakom čase opáta našli a s radosťou k nemu bežali: „*Konečne sme ťa našli, prosím, vyved' nás z lesa.*“ Vtedy im opát povedal, že ani on cestu von nepozná, ale už skúšal tieto a nikam neviedli. Potom cestu hľadali spolu.

Spoliehať sa, že príde entita, ktorá nás vyvedie z lesa, je naivné. Ale naivné je aj myslieť si, že cestu nájdeme sami, že si vystačíme s vlastnými zručnosťami, tvrdohlavým trvaním na svojej pravde.

Na záver ešte jeden citát F. Herberta z Duny, ktorá bola minulý rok jednou z najlepších kníh, ktoré som čítala. Slová, ktorými si dodávam odvahu, keď sa príliš odlišujem a mám strach dať to najavo: „*Keď je jednotlivcov príliš málo, zo spoločenstva sa stáva dav.*“

FONTÁNA PRE MÁRIU

V našej obci si obyvatelia vypočuli z miestneho rozhlasu nasledovné: *Vážení občania, v stredu 6. mája o 18 hodine sa uskutoční na futbalovom ihrisku zhromaždenie občanov. Obsahom bude, čo by ste si želali postaviť v obci na zlepšenie nášho života, no najmä života našich potomkov. Podľa richtára, pardon, starostu sú v pokladni obce voľné finančné prostriedky, ktoré treba do nasledovných volieb minúť. Na základe diskusie poslanci obce vyberú ten najlepší nápad, samozrejme taký, ktorý nebude prekračovať vyčlenené financie. Prosím o vašu širokú a plodnú diskusiu, v ktorej budú vítané najmä vystúpenia jednotlivých združení a spolkov pôsobiacich v obci. Koniec hlásenia.*

Po tejto informácii to začalo medzi obyvateľmi vriieť. Najmä na schôdzach spolkov, ale aj občanov, susedov žijúcich blízko seba v katastri dediny. Pekné májové počasie, no najmä téma zhromaždenia prilákala veľa obyvateľov, ktorí rýchlo zaplnili plochu futbalového ihriska. Starosta a zvolení poslanci zaujali miesta na vyvýšenej provizórnej tribúnke umiestnenej v jednej z bránok, aj s písacími potrebami a zápisníkmi. Po úvodnom slove starostu mohla diskusia začať.

Športovci: *„Naša obec už žije dlho športom. Nielen futbalom, ale aj cyklistikou. Ved' právom sa nám dostáva cti, že okolo kaštiela sa konajú preteky cyklistov z celého Slovenska. Mladí členovia nášho Cyklistického klubu sa dokonca stali aj reprezentantmi Slovenska. Takže, radi by sme požiadali o výmenu vozovky na celej trase pretekov a vybudovanie rozhodcovskej vežičky v cieli pretekov.“*

Záhradkári: *„My, ktorí pestujeme ovocie a zeleninu modernými metódami, žiadame o vybudovanie pálenice, kde by sa ešte viac zhodnotili dopestované plodiny. Ved' starší občania si pamätajú na starú pálenicu, ktorá zanikla v dobe skončenia práce maloroľníkov, aj na slivkový sad, ktorý je nahradený novým s bohatou úrodou. Je na škodu, že si ju odvážajú iba majitelia sadu.“*

Hlas z pléna: *„Počúvaj Ďuso, nová pálenica a jej gajst ešte viac zafarbí Tvoj nos do červena a deti budú mať zlý príklad ako nakladať*

s úrodou sliviek. Radšej sa sústreďte na pestovanie nových druhov teplomilného ovocia, ktorému sa v tejto, ako píšete „diere z ozónu, či skleníkových plynov“ bude dariť.“

Hasiči: *„Vážení, všetkých nás, ktorí sa staráme nielen o hasenie požiarov, no najmä prevenciu, dobre poznáte. Pre našu robotu vieme obetovať celý voľný čas. Lepšie by sa nám robilo, keby sme mali výkonnejšie požiarne auto. Tá naša V3S-ka je už babka. Aj hadice sú už kratšie od neustáleho odstraňovania dier.“*

Hlas z pléna: *„Veliteľ, možno, keby ste viac času venovali údržbe techniky než hraniu kariet vo vašej zbrojnici, z ktorej po akože školeniach odnášate fľašky od piva, vína a tvrdého. Raz sa stane, že v opilsti nalezete slivovicu aj do cisterny s vodou a namiesto hasenia budete oheň kŕmiť.“*

Obyvatelia časti pri kaštieli, pošte a Miestnom úrade: *„My navrhujeme postaviť v tejto centrálnej časti obce fontánu. Podľa možnosti takú s historickými motívami, aby sčasti pripomínala fontánu di Trevi, ktorú sme navštívili počas zájazdu v Ríme. Tá naša by určite nebola tak navštevovaná mrakmi turistov, ale dobre by sa sedelo na lavičkách v malom parčíku pri upokojujúcom zvuku vody. Aj rôzne spoločenské podujatia by sa tam mohli konať... Určite však nečakáme že tam budú aj natáčať film, žiaden Sladký život, ktorý preslávil rímsku fontánu.“*

(Spomienka na zájazd v Ríme: Na tento výlet v teplom októbri účastníci určite dlho nezabudnú. Už tesne po prechode hraníc Talianska došlo ku galibe. Porucha na klimatizácii autobusu a otvorené okná spôsobili miernu nedoslýchavosť a bolesti hlavy niektorých účastníkov. Skorému vyliečeniu pomohli kvapky a dúšky domácej pálenky, ktoré slúžili aj ako prevencia voči žalúdočnej nervozite. Veselo bolo večer v ubytovni, pri mori v blízkosti Benátkok, kde bolo zabezpečené ubytovanie. Krásne slovenské piesne a ochutnávka našich trúnkov odmäkčili miestnych majstrov automechanikov, ktorí vykonali opravu klimatizácie.

Ale Rím a Vatikán, to bola najväčšia pochúťka pre našincov! Už spomenutá svetovo známa fontána predčila ich očakávania, hoci priblížiť sa do jej blízkosti cez húfy turistov bolo náročné. Našinec sa však vo svete nestratí. Niektorí účastníci predstierali že sú telesne postihnutí a za sprievodu pomocníkov sa k fontáne ľahko dostali. Horšie obišiel jeden z nich, ktorý začal z fontány loviť mince dáždnikom. Miestni strážcovia poriadku zasiahli, ale ako telesne postihnutý vyviazol iba s napomenutím.

Na ceste späť sa zastavili na hygienickú prestávku na malej pumpe. Nemenovaný člen zájazdu, vášnivý turista, kúpil od predavača malú videokameru, vraj za lacný peniaz. Aby mohol natáčať krásy prírody. S predavačom ju aj odskúšal, či funguje. Potom predavač vybral z kufra auta inú, originálne zabalenú. Po odjazde z parkoviska kupiec rozbalil krabicu s kamerou. Kamera tam bola, ale iba vonkajšia časť, vnútro bolo naplnené papierom. Späť z diaľnice sa ísť nedalo a turista dopadol ako obyvatelia jednej obce, kde falošní filmári klamali našincov, že natáčajú film o Bátoričke.)

Obyvatelia od cintorína: *„Boli by sme radi, keby sa vybudovalo nové parkovisko, pretože staré je už malé a návštevníci cintorína parkujú na ceste a chodníku.“*

Hlas z pléna: *„Počujte pohrebári a nechceli by ste aj nový vyšší plot aby vám po záhradách nebehali zombíkovia?“*

Na záver zhromaždenia zvolení zástupcovia obce pristúpili k rozhodovaniu, ktorý návrh sa bude realizovať aj vzhľadom na výšku financií. Po búrlivej diskusii jeden vybrali. Zvítazil nápad na vybudovanie fontány. Pričinila sa o to cirkevná obec poskytnutím zaujímavej finančnej injekcie. Podmienka bola, že fontána bude zasvätená Panne Márii Karmelskej. Vybudovaniu fontány nič nebránilo. Postavili ju za hojnej účasti dobrovoľných brigádnikov a na ďalší rok bola slávnostne spustená do prevádzky. Bol to dobrý počin. Fontána a jej okolie sa stalo príjemným oddychovým miestom a obyvatelia obce už povedia iba: Stretne sa pri fontáne!



KAM KRÁČAŠ, ŽIVOT MÔJ

Kam kráčaš ty, môj život?
Brehom dolu sa strmo valíš,
v duši, v srdci zostáva clivot.
Listy z kalendára trháš a páliš,
vlasý si mi postriebril i zriedil,
zoslabil telo, narobil kopu vrások.
Dni radosti i smútku si mi triedil,
zbaviac ma pomaly všetkých lások.

Kam kráčaš ty, môj život milý?
Viem, k hranici sa blížiš isto,
zoškrabujúc dni kráčaš k chvíli,
keď zoškrabeš ich načisto.
Snažím sa ti ešte odolávať,
žiť s radosťou, s úsmevom.
Nehromžiť ani nenadávať,
žiť s humorom i so spevom.

Kam kráčaš ty, môj život drahý?
Ešte chvíľu postoj pred zábradlím,
ešte nie som hádam na konci dráhy,
ešte sa s Tebou trochu pomazlím.
Ešte mám hlavu plnú plánov, snov,
ešte mi pár pekných dní podaruj,
ešte mi život je stále krásnou hrou,
ešte ma do večnosti nekaruj.

Necválaj tak rýchlo, život môj!
Pribrzdi a uber trochu pary.
Tak ako mne jej uberáš a stoj,
nechcem mať s tebou žiadne sváry.
Chcem si len skrášliť života jeseň.
Chcem naplniť jeden z mojich snov,
chcem počuť peknú pieseň v klube
seniorov, dôchodcov aj
s Jednotou dôchodcov
na našej milovanej Gaštanke.

Tento text nechcem brať len na seba, ale môžem, je mierený na naše dôchodcovské skupiny, ktoré sa stretávajú v kultúrnom centre na Gaštanovej ulici č. 19. v Bratislave. Je výstižný všeobecne pre našu najstaršiu generáciu. Priznávam, že nie som autorom uverejneného príbehu, ale rád by som poznal jeho pravé meno. Tieto verše mali veľký ohlas u najstaršej generácie dôchodcov na posedeniach pri vianočnom stromčeku, preto žiadali jeho uverejnenie.

Pozdravuje vás všetkých Marian S.

KATARÍNSKA ZÁBAVA

Obdobie sviatkov Dušičiek a Všetkých svätých máme za nami a veľmi rýchlo sa priblížili ďalšie významné dni – advent. Adventné obdobie sa vymedzuje na štyri nedele pred sviatkom narodenia Ježiša Krista. Predstavuje obdobie duchovnej prípravy na Vianoce. Adventné dni sú už od pradávna naplnené tichou radosťou a pokojom. Symbolom adventu je veniec zo štyrmi sviečkami a adventný kalendár. Je to obdobie, kedy sa môžeme pripravovať na významnú udalosť, ktorú nazývame Vianoce.

Pred začiatkom uvedeného obdobia sa konajú rôzne zábavy a zvyky. Klub seniorov KS G19 Bratislava-Staré Mesto v tomto období už tradične organizuje Katarínsku zábavu. Tohoto roku sa konala 22. 11. 2024 v kultúrnom stredisku na Gaštanovej 19. Na tejto akcii sa spolu podieľa i organizácia Jednota dôchodcov ZO-007 JDS, ktorej vedúca je p. Ing. Eva Vršanská. Zábavy sa zúčastnili pozvaní hostia: podpredsedníčka JDS Valika Pokorná, zástupca starostu Starého Mesta Mgr. p. Erik Illéš, vedúca oddelenia Inklúzie a sociálnych vecí Mgr. PhDr. Janka Langová a referentka oddelenia inklúzie a sociálnych vecí Mgr. Andrea Šotníková.

Na začiatku vystúpila spevácka skupina klubu dôchodcov, ktorá zaspievala známe Katarínske pesničky, rozospievala všetkých prítomných a vytvorila hneď v úvode výbornú náladu. Po skončení vystúpenia skupiny p. Ing. Podolský, vedúci klubu, privítal pozvaných hostí i všetkých zúčastnených a poprial nám pevné zdravie a dobrú zábavu. Všetci hostia pozdravili prítomných a poďakovali sa za pozvanie na už tradične dobre organizovanú zábavu. Na zábave sa zúčastnilo plus-mínus 60 členov, ktorým do tanca hrala už dobre známa hudobná skupina Fortuna, ktorá vyberá repertoár skladieb tak, aby zazneli tie známe, na ktorých naša generácia vyrastala. Dôchodcovia sú skromní ľudia, nepotrebujú žiadny luxus, stačí im dobrá kávička a k nej dobrý, doma upečený zákusok. Na Katarínsku zábavu ich napiekli tu prítomné kuchárky, za čo sa im patrí poďakovať. Na stoloch nechýbal pohárik bieleho a červeného vína a hlavne pohár čistej vody. Všimol som si, ako sa vedú diskusie okolo vy-

zdobených stolov. Výzdobu zabezpečuje naša členka klubu, p. Ing. Vlasta Lazová, za čo jej treba vysloviť veľké poďakovanie. Robí to z lásky a bez náhrady za vykonanú prácu. Zábava je organizovaná v poobedňajších hodinách od 14:00 do 17:00 (podobne, ako to majú zavedené naše vnúčatá i pravnúčatá v škôlkach). Nesmiem zabudnúť na dôležitý bod v programe a to je tombola, na ktorú sa všetci prítomní veľmi tešia. Vždy je dobre pripravená i keď obsah balíčkov je veľmi skromný.

Musím konštatovať, že Katarínska zábava dopadla veľmi dobre. Počas celej doby bola výborná zábava, viedli sa zaujímavé diskusie, zaspievali sme si a mali sme i dostatok času aj na tanec.

Čo dodať na záver? Rozchádzali sme sa v dobrej nálade, usmiatí, so želaním, aby sme sa takto mohli stretnúť pri ďalšej akcii čo najskôr, v dobrom zdraví a v plnej zostave ako dnes.

Pozdravuje vás všetkých Marian S.

Katarínska
zábava





NAŠIM JUBILANTOM

Program slávnostnej schôdze ZO-007 JDS
konanej dňa 21. 11. 2024 na Gaštanovej ulici 19
v Bratislave

Býva zvykom, že dobrý hospodár priebežne hodnotí svoju činnosť, svoju prácu. Inak tomu nie je ani v Jednote dôchodcov, hlavne s blížiacim sa koncom roka. K tomuto aktu prichádza v čase, keď vedúca základnej organizácie Jednoty dôchodcov (ZO-007 JDS) v Starom Meste Bratislava, predsedníčka Ing. arch. Eva Vršanská hodnotí prácu za obdobie uplynulého roka 2024. Hneď v úvode na slávnostnej schôdzi privítala pozvaných hostí ako i všetkých zúčastnených. Hlavným bodom programu bola príležitosť osláv našich jubilantov, ktorých srdečne privítala.

Z pozvaných hostí sa zúčastnili: zástupca starostu Starého Mesta Mgr. Erik Illéš. (starosta p. Ing. Matej Vagač sa ospravedlnil), vedúca odd. inklúzie a sociálnych vecí PhDr. Janka Langová, referentka odd. inklúzie a sociálnych vecí Mgr. Andrea Šotníková, podpredsedníčka Ú-JDS p. Valika Pokorná. Pozvaní hostia pozdravili prítomných jubilantov a všetkých zúčastnených delegátov. Poďakovali sa za pozvanie na jubilejnú schôdzu a všetkým popriali hlavne pevné zdravie a všetko najlepšie v ďalšom živote.



Gratulácie
jubilantom

Slávnostný prejav predniesla predsedníčka organizácie Ing. arch. Eva Vršanská, ktorý je uverejnený v plnom znení predsedníčky.

„Rok sa stretol s rokom a pribudli nám ďalší oslávenci. Každému z nás sa rôčky lepia k nášmu veku, je to neúprosne, ale spravodlivé. Všetko na svete sa dá zastaviť, okrem času.

Spomíname na rôčky predchádzajúce, bilancujeme, niekedy sa obzeráme dozadu a mnohé veci by sme riešili ináč a niekedy sa zasa tešíme z toho, čo sa nám v živote podarilo.

Mnohí z nás majú za sebou pokojný život, mnohí zasa búrlivý. Všetci sa tešíme na prekvapenia, ktoré nás ešte čakajú. My tu, v kolektíve JDS, mnohí aj v klube KS G 19 si pripravujeme zážitky v podobe kultúrnych podujatí, športových podujatí, výletov jednodňových, ale aj týždenných pobytov v kúpeľoch. Absolvovali sme Staromestskú olympiádu, niekoľkí sme sa zúčastnili aj maratónu ČSOB. Pri týchto podujatiach sa cítime súčasťou kolektívu, ktorí vytvorili naši starší kamaráti a kamarátky. Pri týchto akciách vznikajú nové priateľstvá, mnohé sa potom premietnu aj do každodenného života. Mnohí z nás sú rodičmi, starými rodičmi, ba aj prastarými rodičmi. Pomáhame naším potomkom ako to ide v dnešnom veľmi urýchlennom svete. Veci sa menia ako počasie a musíme ešte ustáť mnohé búrky, ale vždy sa tešíme, že ďalšie dni budú krajšie a slnečnejšie. Obloha sa vyjasní a zasa uvidíme kvietky a deti, ako sa šťastne smejú.

Pri našich podujatiach nám pomáhajú dievčatá z oddelenia inkluzie a soc. vecí – vedúca Janka Langová, Andrejka Šotníková a ďalšie členky z oddelenia, samozrejme i naša Valika Pokorná, podpredsedníčka Ú-JDS.

Vždy radi medzi sebou privítame aj nášho staromestského starostu – p. Vagača, hoci dnes sa ospravedlnil a v jeho zastúpení prijal pozvanie vicestarosta p. Illéš.

Dnešný deň nie je iba o spomienkach, ale je to oslava našich jubilantov, ktorí sa tohto roku dožili 80, 85, 90 a viac rokov. Chceme vyjadriť našu úctu k tomu, čo vytvorili a popriať im ešte veľa rokov, aby prežili v zdraví a radosť.

Úctu si nemožno napláňovať ani načasovať na jeden deň v roku. Uznatie autority a múdrosti starších by sa malo premietnuť aj do každodenného života.

Na záver chcem osobne zagratulovať všetkým jubilantom, ktorí sa sem osobne dostavili a vyjadriť im úctu s prianím kvalitného a aktívneho života, aj potešenie v súkromnom živote, ale tiež v našom kolektíve.“

Po skončení prejavu nastal hlavný bod programu a to gratulácie a odovzdávanie darčiekov naším jubilantom 80, 85, 90 i viacročným. Sú medzi nami 91, 92 i 93 roční. Žiaľ, všetci sa so zdravotných dôvodov nemohli osobne dostaviť. Všetkým prítomným oslávencom boli odovzdané kvety i darčeky. Celkovo máme k dnešnému dňu 31 jubilantov. Po skončení odovzdávania darčiekov prišla na rad krátka prestávka na kávu a občerstvenie.

Po skončení prestávky schôdza pokračovala ďalším programom. Pani Ing. arch. Eva Vršanská informovala o činnosti ZO-007 JDS v priebehu roka 2024. Predkladám informácie ako som ich získal od p. predsedníčky:

V jarnom sme období absolvovali liečebný pobyt v kúpeľoch Piešťany, koncom augusta liečebný pobyt v Trenčianskych Tepliciach, individuálne LP so zľavou 100 EUR.

Konali sa športové hry v Krasňanoch, ďalej Staromestská olympiáda na Železnej studničke, kde naši súťažiaci dobre reprezentovali našu Jednotu, v apríli sa uskutočnil v Bratislave MARATÓN ČSOB, pre nás dôchodcov v dĺžke 4,5 km a množstvo kultúrnych a športových podujatí.

V mesiaci marci sme boli v kine na film „Kráľová milenka“ a tiež sme videli film „Vlny“, ktoré zabezpečovalo oddelenie inklúzie a sociálnych vecí p. Mgr. Andrejka Šotníková.

Uskutočnili sa jednoduchové výlety do Olomouca na výstavu kvetov (apríl), tiež do Trnavy a Hlohovca (máj). Veľmi vydarený bol zájazd do Dunajskej stredy na Termálne kúpalisko. Zúčastnení dôchodci si tento výlet nevedeli vynachváliť, prospelo im to k zlepšeniu zdravotného stavu, radi by si to zopakovali. V jarných mesiacoch bola inštalovaná výstava ručných prác našich šikovných seniorov v Justiho sieni Primaciálneho paláca.

Spolu sme sa zúčastnili jednoduchového výletu „Batov kanál“ ktorý organizoval klub dôchodcov KS G 19, o ktorom podal vyčerpávajúcu informáciu p. Podolský. Zájazd dopadol veľmi dobre, všetci boli spokojní, dozvedeli sa množstvo informácií od sprievodcu zájazdu.

Veľkú pozornosť si zaslúžia členovia a členky, ktoré pravidelne hrávajú bridž, je to hra s kartami, kde musí hráč mimoriadne namáhať svoje mozgové závitky.

S klubom dôchodcov sme si užívali Fašiangovú zábavu, tiež Deň matiek v Pistoriho paláci. Zúčastňujeme sa na usporiadaní burzy staršieho ošatenia na Grosslingovej ulici 52.

V letných mesiacoch sme mali prázdniny, užívali sme si voľno so svojimi rodinami, vnúčatami i pravnúčatami. Blížil sa september, tešili sme sa na stretnutie v našich kluboch dôchodcov. Zúčastňovali sme sa na prednáškach v rekonštruovanom Rómerovom dome, v blízkej dobe ideme na koncert Evka Pavlíková Band, ktorý sa koná vo V-klube. V decembri ideme na jednodňový výlet do Hurbanova i Palárikova. V októbri sme si pripomenuli Mesiac úcty k starším. V priebehu schôdze krátky hudobný program zabezpečili žiaci LŠU. Ich vystúpenie zaujalo všetkých prítomných dôchodcov, za čo zožali obrovský potlesk. Konferencierku vykonala ich p. učiteľka.

V novembri sme absolvovali vydarenú Katarínsku zábavu, ktorú organizoval Klub dôchodcov G 19 a rok 2024 uzavrieme návštevou Silvestrovského koncertu.

Čo dodať na záver? Konštatujem, že slávnostná schôdza mala dôstojný priebeh. Z priebehu vidieť, že Klub dôchodcov a Jednota dôchodcov spolupracujú, navzájom si pomáhajú pri organizovaní rôznych spoločných akciách.

Úplne na záver vyslovili jubilanti poďakovanie, že sme na nich nezapudli a mohli s nami stráviť dobre pripravenú Slávnostnú schôdzu na Gaštanovej 19.

Pozdravuje vás všetkých Marian S.



Jubilanti



PREDVIANOČ- NÉ POSEDENIA

Predvianočné posedenie ZO-007 JDS s gratuláciou Evičkám

Posledný predvianočný týždeň je nabitý spoločenskými aktivitami. Inak tomu nie je ani v organizácii Jednoty dôchodcov, ktorá má materské sídlo v Bratislave na Gaštanovej ulici 19. Posedenie starostlivo pripravoval výbor, kde vypomáhali i ďalší dobrovoľníci. Začiatok posedenia pri vianočnom stromčeku bol plánovaný na 14:30 hod. a bol i dodržaný. Vianočného posedenia sa zúčastnilo 40 členov dôchodkýň i dôchodcov, ktorých 80% sa pohybuje nad 80 rokov. Mnohí sa zo zdravotných dôvodov ospravedlnili.

Hneď v úvode predsedníčka Ing. Mgr. Eva Vršanská privítala pozvaných hostí Klubu seniorov G19. Tu sa Ing. Franišek Podolský poďakoval za pozvanie a pozdravil všetkých zúčastnených na predvianočnom posedení.

Keďže v klube seniorov existuje dobrá spevácka skupina, vystúpili sme v programe Jednoty a spievali vianočné pesničky, ktoré boli predtlačené na papieroch a rozdané medzi všetkých zúčastnených. Bolo to neplánované, no o to, to malo väčší účinok. Sledoval som, ako všetci pesničky študujú a samozrejme i aktívne sa zapájali do spevu. V prestávkach sa viedli veľké diskusie. Veľký úspech mal prednesený príbeh *Kam kráčaš, život môj?* Doslova pohl našími dôchodcovskými srdiečkami.

Hlavným programom bola gratulácia Evičkám, ktoré majú meniny 24. 12. 2024, každý rok je to na Štedrý deň. V tejto spoločnosti je šesť oslávenkýň, ktorým sme za sprievodu harmoniky zaspievali mohutné Živijó a zagratalovali pri malom poháriku šampanského a doma napečenom vianočnom pečive. Ako sa hovorí, v najlepšom treba skončiť. Inak tomu nebolo ani na našom posedení pri vianočnom stromčeku.

Po skončení vydarenej akcie sme sa rozišli s prianiami pokojných vianočných sviatkov a želaním, aby sme sa v novom roku 2025 všetci zdraví stretli na našej milovanej Gaštanke.

Predvianočné posedenie Klubu seniorov KS G19 pri vianočnom stromčeku

Obdobie Adventu sa nám blížilo ku koncu. Aj posledné adventné dni sa ľudia i organizácie snažia využiť na spoločenské podujatia. Nie je to inak ani v našej dôchodcovskej organizácii. Na naše posledné stretnutie v roku 2024 si členovia Klubu seniorov G 19 naplánovali a zorganizovali spoločenské posedenie pri vianočnom stromčeku.

Všetko perfektne pripravené, vedúci organizácie Ing. Podolský zahájil stretnutie a privítal vedúcu sesterskej organizácie JDS Ing. arch. Evu Vršanskú, ktorá sa poďakovala za pozvanie a pozdravila všetkých prítomných zúčastnených na oslave. Pri takýchto milých akciách nie je potrebné veľa organizovať, každý vie, čo má robiť. Program sme mali jednoduchý. Už niekoľko dní pred pripravovaným posedením sme si s naším vedúcim, ktorý je profesionálny hudobník a výborne ovláda harmoniku, opakovali vianočné pesničky, ktoré sme si všetci pri stromčeku zaspievali. V prestávkach mali členovia možnosť vyjadriť sa k rôznej problematike nášho klubu. Slávnostný príhovor predniesol vedúci klubu, ktorý zdôrazňoval blížiac sa Vianočné sviatky, narodenie Ježiša Krista, ako najkrajšie sviatky v roku. V druhej časti programu vystúpil člen klubu p. M. Spišiak, ktorý predniesol dojímavý príspevok *Kam kráčaš, život môj*. Bezprostredne sa týka nás dôchodcov i celej našej generácie.



Predvianočné posedenie

Ako hlavný bod programu bola kapustnica, ktorá nesmie chýbať na vianočných stoloch a podobných oslavách. Varila ju naša šikovná pokladníčka p. Eva Čuláková. Bola výborná, mnohí z nás sme neodolali a zvládli sme i nášup (opakované) ako v minulosti v školských jedálňach.



Predvianočné
posedenie



Úplne na záver pristúpila k mikrofónu Ing. Vlasta Lazová, ktorá sa za všetkých prítomných poďakovala organizátorom posedenia pri vianočnom stromčeku, tiež za celoročnú prácu. Ešte raz všetci ďakujeme nášmu vedúcemu Ing. Podolskému za celoročnú starostlivosť a príkladný chod nášho klubu KS G 19. Pri rozchode sme si popriali pokojné prežitie Vianočných i Novoročných sviatkov, hlavne, aby sme sa všetci v plnom zdraví v Novom roku 2025 stretli na našej Gaštanke.

Pozdravuje vás všetkých Marian S.



Radnica
v Győri

NÁVŠTEVA VIANOČNÝCH TRHOV GYŐR

Ešte nebol koniec Adventu a tak sme využili možnosť uskutočniť výlet na vianočné trhy i v zahraničí. Takto sa rozhodlo vedenie oddelenia inklúzie Bratislava-Staré Mesto a zorganizovalo jednoduchý výlet pre staromestských dôchodcov na vianočné trhy do mesta Győr v susednom Maďarsku. Organizáciu výletu mala na starosti Mgr. Andrea Šotníková, ktorá ju zvládla k spokojnosti návštevníkov.

Program bol veľmi jednoduchý, rozchod na námestí v priestore trhov o 10:00 a odchod z námestia o 16:00. Celý čas sme mali voľno, každý si robil program po svojom. Vianočné trhy mali organizované iným spôsobom, ako sme zvyknutí z Bratislavy. Všetky stánky sú roztáhané po viacerých uliciach. Čo nás veľmi prekvapilo, že život v stánkoch sa prebúdzal až po 14:00. Tešili sme sa, že ochutnáme známe maďarské dobroty, žiaľ mali sme smolu, veľký výber otvorených stánkov do nášho odchodu nebol.

V priebehu dňa sme navštívili niektoré kultúrne pamiatky, ktoré boli v tom čase otvorené. Pri odchode sme konštatovali, že vianočné trhy sa nám veľmi nevydarili, ale aspoň sme zažili predvianočnú atmosféru v susednom Maďarsku.

Pozdravuje vás všetkých Marian S.



CENTRÁLNE TRHOVISKO

2 dni pred Štedrým dňom

Som pravidelným návštevníkom Centrálného trhoviska v Bratislave. Inak tomu nie je ani teraz, 2 dni pred Štedrým večerom. Je sobota doobeda a vybral som sa do mesta. Ťahalo ma to stále niekam, ani neviem kam. Povedal som si, nič nemôžem pokaziť, keď sa vyberiem na Centrálné trhovisko. V duchu bolo rozhodnuté a môžem povedať, že dodnes to neľutujem.

Ako som sa blížil k určenému miestu, už z diaľky bola cítiť dobrá atmosféra a vôňa, úplne iná ako po bežné dni v roku. Pri vchode bolo vidieť veľké množstvo prichádzajúcich ľudí, ktorí sa predierali do areálu. Pomalým krokom som obchádzal jednotlivé stánky, ktoré obsluhovali známe predavačky i predavači. Väčšinou som ich pozdravil s úsmevom, alebo pokývnutím hlavy, s mnohými som prehovoril niekoľko viet, pretože na dlhé debaty nebolo času.



Miletička

Jednotlivé stoly sa prehýbali pod ťarchou naloženého tovaru. Ponuka bola neuveriteľne široká, V čerstvom stave taký tovar ne-nájdete vo veľkých obchodných centrách. Spomeniem len niektoré:

rôzne druhy vianočných oblátok a trubičiek (náš slovenský zvyk, ktorý v zahraničí nepoznajú), orechy, med, rôzne druhy napečených koláčov, vianočné stromčeky, čečina, imelo, množstvo rôzneho ovocia i zeleniny, ktoré na vianočné sviatky nemôžu v domácnostiach chýbať. Špecialitou väčšiny Slovákov je neodmysliteľná kapustnica. Hlavnou ingredienciou je kyslá kapusta, ktorá sa na Miletičke predáva po celý rok. V predvianočnom období je kapusta zvlášť žiadaná. Sledoval som jej nákup a pri viacerých sudoch Stupavskej kapusty stáli odhadom 30–40 metrové rady. Ako v minulosti, za socializmu, keď sme čakali v radoch na banány, mandarínky, u mäsiara na kúsok údeného mäsa alebo žiadanej šunky. Neodolal som pri pohľade na rôzny tovar a dokúpil som potrebné veci do domácnosti, za čo som si vyslúžil pochvalu. Potešilo ma, že som spravil niečo užitočné.

Nedá mi nespomenúť, ako k vianočnej atmosfére prispela príjemná zábava, ktorá je neodmysliteľnou súčasťou na bratislavských trhoch. Túto časť zabezpečovala hudobná skupina Magnala band z Bratislavy, v doobedňajších i po obedňajších hodinách. Ich repertoár bol široký, od ľudových známych piesní až po najznámejšie hity dnešnej doby. Každý počúvajúci si prišiel, ako sa hovorí ľudovo, na svoje. Sú to profesionáli, ktorí zabezpečujú zábavu nielen na Miletičke, ale sú pozývaní na kultúrne akcie v Bratislave, firemné akcie a pod. V tejto predvianočnej chvíli na Miletičke nechýbalo varené víno, veľká ponuka punčov, čerstvá varená kapustnica i povestný guláš.

Návštevníci si veselo pospevujú a konzumujú ponúkané jedlá, užívajú si i s malými deťmi veselú atmosféru na Bratislavskej Miletičke. S dobrou náladou sa rozchádzajú do svojich domovov, želia si pokojné prežitie Vianočných sviatkov a hlavne pevné zdravie v nastávajúcom roku 2025.

Pozdravuje vás všetkých Marian S.



Miletička



Kapela
na Miletičke



Najmenší
tanečníci

ČÍNA

Čína, oficiálne Čínska ľudová republika, je spolu s Indiou najľudnatejšou a rozlohou treťou najväčšou krajinou sveta. Čínska civilizácia patrí medzi najstaršie na svete, jej história je dlhá a bohatá. Svet jej vďačí za mnohé vynálezy ako napr. kompas, papier, kníhtlač, ale aj strelný prach, porcelán či hodváb. Počiatky Číny siahajú do obdobia 2 000 rokov pr. n. l., no prvé osídlenie na jej území bolo už pred pol miliónom rokov.

Počas dlhého obdobia sa na čínskom území vystriedalo viacero menších štátov a vládnucich dynastií. V r. 220 rokov pr. n. l. ich zjednotila dynastia Čchin, za vlády ktorej sa začal stavať Veľký čínsky múr, bol postavený zavlažovací systém, uskutočnila sa reforma písma a boli zjednotené miery a váhy. Po páde ríše Čchin došlo v priebehu storočí viackrát k rozpadu a znovuzjednoteniu krajiny a vo vláde sa vystriedalo viacero dynastií.

V prvom storočí n. l. sa z Indie do Číny dostáva budhizmus, ktorý sa rozšíril a napriek komunistickému zriadeniu a kultúrnej revolúcii, stále pretrváva.

Poslednou dynastiou v Číne bola mandžuská dynastia Čching, ktorá vládla do roku 1911, kedy bola vyhlásená Čínska republika.

Aj po vzniku republiky si obyvateľstvo Číny prešlo ťažkými skúškami, či už to bola čínsko-japonská vojna, ktorá si vyžiadala 11 miliónov obetí, alebo občianska vojna, ktorá skončila v roku 1949 víťazstvom komunistov vedených Mao Ce-tungom a vznikom Čínskej ľudovej republiky. Smutným obdobím bola aj tzv. kultúrna revolúcia, počas ktorej dochádzalo ku krutému prenasledovaniu ľudí, hlavne inteligencie a duchovných, množstvo ľudí bolo zatknutých a popravených. Nedomyšlené ekonomické experimenty mali za následok hlad a celkový úpadok, z čoho sa krajina dlho spamätávala.

Po ekonomickej liberizácii Čína opäť nastúpila cestu rozvoja, bola presadzovaná idea harmonickej spoločnosti, ktorá má byť spojením socializmu a demokracie. Začala sa podporovať stredná trieda a náboženstvo, hlavne budhizmus a taoizmus, ktoré boli vnímané ako tradičná súčasť čínskej kultúry.

Vzhľadom na obrovskú rozlohu a rozmanitosť je nereálne poznať Čínu počas niekoľko dňovej dovolenky, ale aj to, čo sme videli a zažili bolo úžasné a jedinečné. Po dlhom čase sme využili služby

cestovnej kancelárie, lebo bez miestnych sprievodcov by sme sa nedohovorili, o prečítaní čínskych nápisov ani nehovorím. Navštívili sme veľký Šanghaj, bývalé hlavné mestá Xi-an a Luo Yang aj súčasnú metropolu Peking.

ŠANGHAI je najľudnatejšie čínske mesto (25 miliónov obyvateľov) a najväčší prístav na svete. Prvé zmienky o ňom sú z prvého storočia n. l. a vďaka jeho polohe pri ústí rieky Jang-c'ťiang do mora sa z neho stalo centrum medzinárodného obchodu. V posledných rokoch Šanghaj prešiel mnohými pozitívnymi zmenami. Okrem mrakodrapov, ktoré vyrástli v modernej štvrti **Pudong**, je tu veľa zelene, kvetov, stromov, parkov a všetky sú vzorne udržiavané. Napriek množstvu ľudí je príjemná prechádzka po koloniálnom **Bunde** (nábřeží rieky) s nádhernými budovami s európskym nádychom, na ktorom zanechal stopu aj náš rodák architekt Ladislav Hudec. Naprojektoval známu budovu Park hotel, ktorý bol v prvej polovici 20. storočia najvyššou budovou v celej Ázii.



Zaujímavá bola návšteva **manufaktúry na výrobu hodvábu**, kde nám ukázali jeho spracovanie od húseníc cez kukly až po krásne jemné výrobky. Rovnako nás zaujala aj návšteva múzea, kde sme videli premenu priemyselného prístavu na krásne mesto plné zelene a plány na jeho ďalší rozvoj.

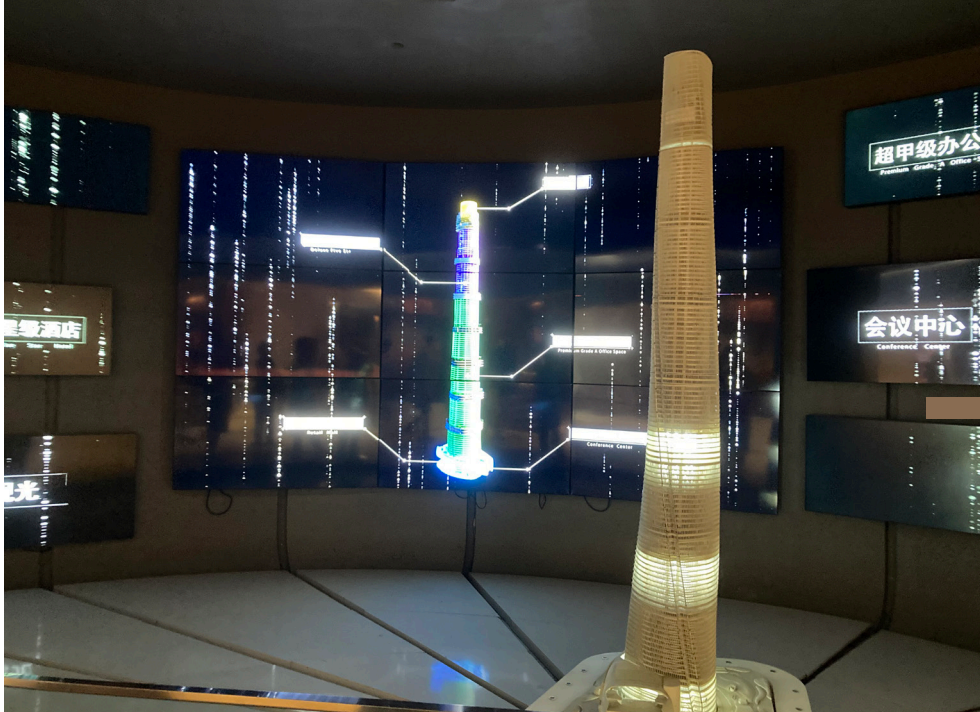
Fascinujúca je cesta vlakom **Maglev**, ktorý využíva technológiu magnetickej levitácie (maglev). To znamená, že vlak je nesený nad koľajnicou magnetickým polom, čo umožňuje extrémne vysoké rýchlosti a plynulý chod. Môže ísť vraj rýchlosťou vyše 500 km/h. Z prevádzkových dôvodov jazdí „len“ okolo 300 km/h. Priestory vlaku sú moderné, čisté a pohodlné, z centra na letisko nás odvezie za cca 15 min.

Maglev

Shanghai Tower,
tretia najvyššia
budova na svete



Nenechali sme si ujsť návštevu **Shanghai Tower**, čo je dnes tretia najvyššia budova na svete a je v nej vraj najrýchlejší výťah. Super-moderný mrakodrap je aj ekologický, má veternú elektráreň a unikátne systémy na šetrenie energie. Výhľad z neho je úchvatný.



Shanghai Tower,
tretia najvyššia
budova na svete
(model)

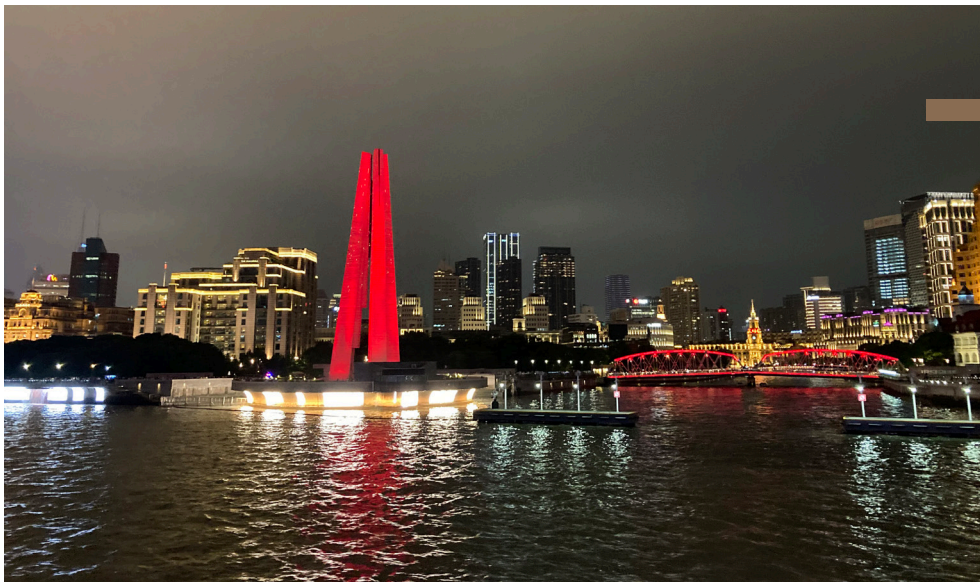
Výhľad
zo Shanghai
Tower





Výhled
zo Shanghai
Tower

Nezabudnuteľná bola **nočná plavba po rieke**, okolité mrakodrapy žiarili farbami, ktoré sa odrážali na hladine a vytvárali čarovnú scenériu.



Šanghaj,
nočná plavba
po rieke

Úplne iný svet nás čakal pri návšteve **Chrámu jadeitového Budhu**. Postavili ho koncom 19. storočia, kedy priniesli z Barmy dve sochy Budhu z jadeitu, zdobené vzácnymi kameňmi. Väčšia socha sediaceho Budhu má takmer dva metre a zdobia ju šperky a polodrahokamy, druhý Budha leží a po dĺžke meria skoro meter.



Chrám
jadeitového
Budhu



Yuyuan,
Záhrady šťastia



Xi-an, fotenie
pred Bubnovou
vežou

Ďalšou zaujímavosťou Šanghaja sú **mingské záhrady Yuyuan**, v preklade „záhrady šťastia“, tradičné čínske záhrady s jazierkami, dierkovanými kameňmi a tradičnými budovami so šindľovými striedkami, množstvom reštaurácií, kaviarničiek a iných možností na ochutnávanie tradičných čínskych dobrôt a nákup suvenírov. Zo Šanghaja letíme do vnútrozemia.

XI-AN je bývalé hlavné mesto Ríše stredú, v ktorom vládlo 13 dynastií čínskych cisárov. Bol tu začiatok i koniec Hodvábnej cesty, zdroj veľkého bohatstva mesta. V Xi-ane je mnoho historických pamiatok – **Bubnová veža**, Zvonová veža... A v jeho blízkosti je aj najväčší archeologický nález 20. storočia, ktorý v roku 1974 náhodou objavil miestny roľník pri kopaní studne. Mali sme šťastie, že sme sa s týmto pánom, ktorý mal v čase objavu 18 rokov, stretli pri podpisovaní knihy, ktorá vyšla pri 50. výročí nález. Navyše nás sprevádzal pán, ktorý sa ako študent zúčastnil na prvých vykopávkach, takže sme mali informácie z prvej ruky:



Xi-an,
terakotová
armáda



Pred 2200 rokmi zjednotiteľ ríše cisár Čchin, ktorého meno dalo základ pre názov Ríše stredu, v strachu zo smrti a z toho, čo príde po nej, nechal vybudovať **terakotovú armádu**, ktorá sa vynára dnes z piesočných nánosov. Múzeum Terakotovej armády, ktoré je vybudované na nálezisku, obliehajú tisícky návštevníkov. Sochy sa nachádzajú v troch zakrytých jamách, tzv. pitoch, kde ich môžeme vidieť v rôznom stave, od kopy črepov cez čiastočne poskladané kusy až po kompletne zreštaurované. Odhadovaný počet postáv je 8 000 vojakov, 130 vozov a 520 koní a vzhľad každej z nich je jedinečný. Väčšina sôch je v mierne nadživotnej veľkosti (1,83 – 1,95 m), ale sú tu i sochy menšie. Najzachovalejšie sú vo vitrínach za sklom. Pôvodne boli farebné, ale na vzduchu farba vybledla, preto archeológovia čakajú s otvorením ďalšieho náleziska až keď prídu na spôsob zachovania farieb.

Xi-an, replika terakotového bojovníka zo súčasnej hrnčiarskej dielne (takto vraj pôvodne vyzerali)

Centrum mesta obkolesujú mohutné **zachovalé hradby**, po ktorých sa možno nielen prechádzať, ale aj bicyklovať. Stretávame tu mnoho ľudí oblečených v historických kostýmoch, ktorí sa často fotia hlavne pri pamiatkach, ale radi zapožovali aj našim fotoaparátom.



Xi-an,
hradby mesta

Okrem úžasných pamiatok je v centre mesta **TRH**. Schválne použijem veľké písmená, lebo to je trh trhov. Desiatky, možno stovky obchodíkov a stánkov, ktoré ponúkajú veci od výmyslu sveta. Najviac nás lákajú dobroty, ktoré široko-ďaleko rozváňajú – koláčiky, cukríky, sušené ovocie a iné sladkosti, ale aj mäská a klobásy všetkých druhov a tvarov, vrátane lariet, chrobákov a škorpiónov, ktoré však lákajú viac zvedavých turistov ako domácich fajnšmekrov. Po naplnení žalúdkov obdivujeme miestne výrobky – nádherné ručne maľované vejáre, čínske paličky, prívesky, sošky, šatky, oblečenie, su-



Xi-an,
miestny trh

veníry... Do hotela sa vraciame neskoro s tým, že ráno vyrážame na **Veľkú pagodu divej husi**, ktorá je kolískou čínskeho prekladateľstva a centrom budhizmu, odkiaľ sa šíril do celej krajiny. Veľkú pagodu divej husi tvorí komplex malebných budov obklopený krásnym parkom, uprostred ktorého sa vypína niekoľko poschodová pagoda. Napriek množstvu návštevníkov tu vládne pohoda a pokoj. Čaká nás obed, ako obvykle pozostáva z viacerých chodov predkladaných na otáčacom stole, takže každý si môže nabrať a ochutnať zo všetkého. Čínske jedlá mi chutia, takže pre mňa sú len dobré a lepšie. Poobede je pre nás novým zážitkom návšteva moslimskej štvrte a nezvykle vyzerajúcej mešity, ktorá sa nachádza v bývalom budhistickom komplexe a navonok aj patrične budhisticky pôsobí. Ráno nás čaká cesta rýchlouvlakom do mesta Luoyang.

LUOYANG v povodí Žltej rieky sa radí medzi štyri hlavné historické mestá ríše a je pokladaný za kolísku čínskej civilizácie. Medzi najznámejšie historické pamiatky tohto mesta patria jaskyne Longmen: 2 340 jaskýň, tisíce nápisov, stél starých 1 500 rokov, desiatky budhistických pagod a desaťtisíce sôch, ktoré sú svedectvom významu budhizmu v histórii Číny. Zaujímavé je, že na druhom brehu rieky, priamo oproti jaskynnému komplexu, sa nachádza letné sídlo jedného z najznámejších čínskych politikov – Čankajškova vila. Hovorí sa, že nejaký čas v nej býval aj samotný Mao Ce-tung, ale miesto vraj nemá dobrú energiu.



Shaolin,
v kláštornej
komplexe

Okrem historických pamiatok duchovného charakteru je oblasť pre-slávovaná aj vďaka **chrámu Shaolin** v neďalekých horách, ktorý bol založený v čase, keď v Európe zanikala Rímska ríša. Tu sa v kláštore pred stáročiami rozvinuli čínske bojové umenia wushu, ktoré dali základ aj ďalším vo východnej Ázii. Nachádzajú sa tu najlepšie školy bojových umení, kde prechádzajú tvrdým tréningom nielen čínske deti, ale prichádzajú sem majstri bojových umení z celého sveta, aj hviezdy akčných filmov. V obrovskom chrámovom komplexe vidíme trénovať stovky študentov a máme možnosť pozrieť si aj ukážky bojového umenia a kaligrafie skutočných majstrov. Okrem chrámových budov a tréningových ihrísk je v komplexe aj nádherný **Les pagod**, v ktorom sa nachádza 248 pagod postavených z tehál a kameňa s hrobkami najväčších majstrov.

Shaolin,
Les pagod

Shaolin,
v kláštornom
komplexe



Shaolin,
tréning
bojovníkov

Poobedie trávime na **trhoch**, ktoré nezaostávajú za tými v Xi-ane. Podarilo sa nám dostať aj do starobyľých, no zrenovovaných a nanovo vybudovaných uličiek, kde sa cítime ako v inom svete. Je tu jazierko s kačkami, čínsky drak, strom šťastia, strážne veže a množstvo obchodíkov s tradičným čínskymi tovarom. Okolo nás sa prechádzajú ľudia v historických kostýmoch, atmosféra je neuveriteľná najmä po zotmení, keď sa rozsvietia stovky lampiónov.

Z Luoyangu sa presúvame do hlavného mesta Pekingu **ležadlovým vlakom**. Cesta je plná s prekvapení, prvé nás čaká na stanici – prehliadky a skenovanie batožiny aj cestujúcich ako na letisku. Ďalšie zažívame pri návšteve čakárne, ktorá pripomína skôr halu štvorhviezdičkového hotela, vrátane recepčnej. K dispozícii je tu pitná voda studená aj horúca na tradičné čínske čaje a polievky, moderný nábytok, dokovacie stanice, toalety aj hrací kútik pre deti. Všetko pekné a čisté. Najväčším prekvapením je samotný vlak, kde nás čakajú pohodlné vankúše a paplóny s čistými návliečkami a plachtami a ako bonus papučky pre každého. V kupé sú štyri lôžka a vo vozni je okrem kúpeľne a WC opäť k dispozícii pitná voda, studená aj horúca.

PEKING leží na severovýchode krajiny a z toho je zrejme odvodený aj jeho názov – severné hlavné mesto. Hlavné mesto Číny má, tak ako celá Čína, bohatú a dávnu históriu. Už pred vyše tromi tisícročiami sa na tomto území nachádzalo opevnené mesto, ktoré v 13. storočí Džingischán zrovnal so zemou, ale jeho vnuk Kublajchán ho znova vybudoval. Začiatkom 15. storočia dynastia Ming začala budovať Zakázané mesto, ktoré sa ďalej rozvíjalo. Dnes je Peking moderným veľkomestom s mnohými pamiatkami, ale aj modernými stavbami.



Prehliadku mesta sme začali návštevou tradičných **Hutongov**, starej štvrte zo 14. storočia, kde bývalo prosté obyvateľstvo. Úzke uličky majú svoju atmosféru, aj keď vidno, že vymoženosti ako elektrina či kanalizácia prišli aj sem. Pokračujeme do pamiatky Unesco – areálu z 15. storočia, v ktorom sa, obklopený rozsiahlym parkom, nachádza nádherný **Chrám nebies**. Jeho najdôležitejšia Sieň modlitieb za dobrú úrodu je postavená celá z dreva a nepoužil sa na to jediný klinec.

Peking,
Chrám nebies

Našou ďalšou zastávkou je **Letný palác**. Postavili ho v 18. storočí na okraji centra, na mieste, kde chodili cisári oddychovať. Je to úplne iný svet s jazierkom, mostami, palácmi a mramorovou loďou. Najzaujímavejším miestom palácového komplexu je vysoká veža Foxiangge, na úpätí Kopca dlhovekosti. Zaujme aj nádherne zdobený koridor dlhý 728 metrov, ktorý chránil cisára pred dažďom aj slnkom a je zapísaný v Guinessovej knihe rekordov ako najdlhší koridor sveta.



Peking,
Letný palác



Peking,
Letný palác
(mramorová loď)

Najznámejším námestím celej Číny je **námestie Tiananmen** – Námestie nebeského pokoja v centre Pekingu. Žiaľ, toto námestie sme videli len z autobusu ponáhľajúc sa za ďalšou pamiatkou Unesco, do Zakázaného mesta.

Zakázané mesto je najrozsiahlejším palácovým komplexom na svete. Podľa legend malo 9 999 miestností, v skutočnosti je ich „len“ 8 886. Väčšina stavieb je z dreva a mramoru a celá architektúra vychádza z princípov feng šuej. Vstup do mesta vedie cez štyri hlavné brány, každá z inej svetovej strany. Zakázané mesto dostalo svoj názov preto, že doň mal prístup len cisár a osoby s jeho priamym povolením. Bolo rozdelené na dve časti. Vonkajšiu sa využívala na politické účely, korunovácie či kráľovské svadby. Nachádza sa tu nádherná Sieň nebeskej harmónie, ktorá bola centrom politickej a náboženskej moci. Druhou časťou je vnútorné nádvorie s budovami ako Palác nebeskej čistoty, Palác pozemského pokoja a Sieň jednoty, ktoré slúžili pre bežné potreby cisárskej rodiny.



Peking,
Zakázané mesto



Peking,
pohľad
na Zakázané
mesto z výšky

Ďalšou našou zastávkou je **olympijský areál a Národný štadión**, ktorý má vďaka svojmu originálnemu dizajnu prezývku Vtáče hniezdo. Monumentálne budovy, ktoré sa ako jediné na svete používali počas dvoch olympijských hier – letných 2008 i zimných 2022 – sú fascinujúce nielen zo športového hľadiska.



Peking,
areál
olympijského
štadióna



Peking,
areál
olympijského
štadióna

Keď sme v Pekingu, nemôžeme neochutnať známu **pekinskú kačicu**. Hovorí sa, že toto jedlo poznali v Číne už začiatkom 7. storočia. Spočiatku bolo určené len pre cisára, no v 15. storočí bola otvorená prvá reštaurácia v Pekingu, ktorá sa špecializuje práve na pekinskú kačicu. Podľa tradície trvá príprava pekinskej kačky tri dni. Kačica musí byť dobre krmená a zabíja sa už vo veku dvoch mesiacov, vyberie sa krčná kosť, aby sa neporušila koža, a zavesí sa, aby cez noc vyschla. Druhý deň sa medzi kožu a mäso napumpuje vzduch, čím sa oddelí podkožný tuk, znovu sa nechá cez noc visieť a schnúť a tretí deň sa pečie cca 40 minút nad žeravými uhlíkmi, aby koža dostala úžasnú chrumkavú chuť. Prekvapením je, že tradične sa konzumuje s tenkou plackou pripomínajúcou našu lokšu, do ktorej sa pridávajú rôzne prísady.

Vyvrcholením našej cesty bola návšteva **Veľkého čínskeho múru**, ktorý je tiež pamiatkou Unesco. Už v priebehu 3. tisícročia pr. n. l. si predkovia dnešných Číňanov stavali ochranné valy okolo dedín a osád. Po zjednotení Číny roku 221 pred n. l. sa cisár rozhodol spojiť časti obranných valov, ktoré už existovali na severozápadnej hranici, do takmer súvislého celku. Postupom času sa tento múr začal rozpadáť. V 16. storočí dochádza k veľkej výstavbe obranného múru proti nájazdom kočovníkov zo severu. Veľký čínsky múr je rozsiahly komplex stavieb, v ktorom boli na strategicky najdôležitejších územiach umiestnené vojenské posádky. Komunikovali medzi sebou pomocou signálnych veží. Úsek, ktorý sme navštívili, nám poskytol nádherný výhľad do okolia a bol skutočne nezabudnuteľným zážitkom.



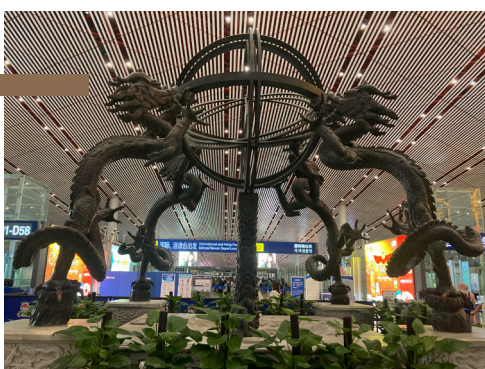
Čínsky múr



Čínsky múr

Cestou sme sa ešte zastavili na mieste, kde spracúvajú **jadeit**. Tento krásny polodrahokam zelenej farby sa považuje za ochranný kameň, ktorý má pozitívne účinky na telo aj myseľ a Číňania ho dokážu spracovať na nádherné šperky, umelecké predmety a sochy. V Pekingu náš výlet skončil, mali sme ešte možnosť v rýchllosti si pozrieť modernú štvrť a žasnúť nad ponukou obchodov a nad množstvom elektroskútrov, bicyklov a áut na cestách.

Peking,
na letisku



Peking,
moderná štvrť



Návštevou Číny sme si splnili jeden cestovateľský sen a aj keď sme videli len zlomok z toho, čo táto krajina ponúka, zistili sme, že jej história úžasná a že dnešná Čína už nie je len „montovňa“ lacných výrobkov, ale je to krajina, ktorá sa rozvíja takým rýchlym tempom, že sa nestačíme čudovať.

DECEMBROVÉ STRETNUTIA

Až keď sa vo vlasoch objaví striebro a ruky už nie sú také isté a nohy také pevné, až keď už deti vyleteli z hniezda a vaša druhá polovica odletela tiež – ale do nenávratna – vtedy si človek uvedomí, že nemôže byť sám. Mnohí vtedy zistia, že sú to práve kluby seniorov, ktoré im umožňujú pravidelne stráviť príjemné hodiny v spoločnosti priateľov a nových známych.

Pri Miestnom úrade Bratislava-Staré Mesto funguje niekoľko klubov seniorov a medzi nimi aj náš klub Slovenskí seniori. Pracujeme pod ochrannými krídlami Oddelenia inklúzie a sociálnych vecí. Na našich stretnutiach mávame často hostí z rôznych oblastí, ktorí nás poučia, ale aj zabavia. Avšak 3 predvianočné akcie z minuloročného decembra, na ktorých sa zúčastnili naši členovia, boli predsa len výnimočné – po prvý raz medzi nás zavítal pán starosta Matej Vagač a k tomu vždy s prekvapením.

Stretnutie prvé

*„Keď hľadáš nových priateľov,
nezabúdaj na starých.“*
(Erasmus Rotterdamský)

Na naše klubové posedenie začiatkom decembra prišiel pán starosta aj s pánom Richardom Willmannom, výrobcom čokolády a bratislavským podnikateľom. Na stretnutie priniesli „darček“ – nádherný plát voňavej 4-kilovej čokolády. Sami ho nalámali a naservírovali vyše tridsiatke prekvapených klubistiek. Čokoláda chutila excelentne. A obaja páni svojimi úsmevmi a bezprostredným chovaním okamžite vyvolali príjemnú rodinnú atmosféru, ktorá bola čoraz milšia a krajšia. Pán Willmann prisľúbil, že nám príde podrobnejšie porozprávať, ako sa on, IT-čká, rozhodol pre výrobu tejto sladkosti z kakaových bôbov dovezených z africkej Ghany, ako prebieha celý proces výroby a aké získal pozitívne pocity z takejto práce. My sme zase na oplátku našich darcov pohostili domácimi koláčikmi a medovníčkami upečenými členkou klubu Ľubkou Vlčekovou – dcérou

našej najstaršej členky, 93-ročnej Jožky Železníkovej. Atmosféra bola taká veselá a bezprostredná, že dobrá nálada pretrvávala ešte dlho aj po odchode návštevy.



Stretnutie druhé

*„So zlou náladou
sa starne veľmi rýchlo.“*
(Ivan Sergejevič Turgenev)

Druhým decembrovým stretnutím so starostom bolo tradičné vianočné posedenie pre osamelých staromestských seniorov a seniorky. Konalo sa pod záštitou pána Vagača, ktorý aj tu pripravil pre 50 účastníkov nečakané prekvapenie. Bolo ním živé vystúpenie ľudovej hudby obľúbených bratov Kuštárovcov. Zahrali nám známe ľudovky, ktoré sme si spolu s nimi zaspievali a na želanie zahrali aj staré slovenské evrgríny. Výnimočnú atmosféru posedenie umocnila báseň „Po roku“, ktorú pre danú príležitosť vytvorila duša celej akcie pani Janka Langová:

A rok sa s rokom za rohom na Medenej bozkáva...

Zas po roku sa stretáme – skoro tá istá zostava.

Zas po roku sa stromček v domácnostiach ligoce,
otvára srdcia opäť na Vianoce.

A rok sa s rokom radostne víta,
čas sa dnes zastaví – svedomie sa pýta:
Čo všetko sme stihli za ten rok urobiť,
koľko dobra rozdať a úsmevov vyčariť?

A rok si s rokom zas ruku podáva,
už len pár dní do konca starého zostáva...
Tak nech v tom novom viac lásky a dobra je,
nech biela prikrývka krajinu a v nej zlo zakryje
nech každý nájde niekoho, komu môže zavolať,
pevné zdravie, šťastie a pokoj v duši zaželať.

Všetci si potom vychutnali pripravené sviatočné pokrmy – prípitok s pohárom vareného vínka, vynikajúcu kapustnicu, majonézový šalát s vyprážanou rybou a lahodnú vianočnú štrúdlu s vanilkovým krémom. Nálada pri okrúhlych stoloch bola radostná a pokojná, plná vzájomného dialógu, tichého smiechu, porozumenia a pohody. A potom nastala chvíľa plná zvedavého očakávania z odovzdávania darčiekov, ktoré pre nás s láskou pripravili a pod vysvieteným vianočným stromčekom odovzdávali naše starostlivé organizátorky pani Janka Langová, Mirka Hulíková a Miška Matulová. Okrem

Staromestského balíčka od starostu nám zabezpečili aj darčekom od občianskeho združenia Kol'ko Lásky s ich každoročnou výzvou „Kol'ko lásky sa zmestí do krabice od topánok?“ Všetci sme sa usmievali a ďakovali a tieto podarúňky niesli opatrne neotvorené do svojich domovov, kde sme sa vytešovali pri ich rozbaľovaní. Tak sa radostná atmosféra z jedného predvianočného popoludnia ako životodarná miazga rozliala do mnohých obydlí osamelých staromestských seniorov.



Stretnutie tretie

*„Ničoho sa staroba nesmie
vystríhať väčšmi ako nečinnosti.“*

(Cicero)

Na konci roka bilancujú svoju činnosť skoro všetci. Organizácie aj jednotlivci. Urobila tak aj Okresná organizácia Jednoty dôchodcov Slovenska v bratislavskom Starom Meste. Konkrétne jej Predsedníctvo na svojom slávnostnom zasadnutí, na ktoré pozvalo starostu pána Mateja Vagača, vedúcu oddelenia pani Janku Langovú a jej kolegyňu Andrejku Šotníkovú. Keďže väčšina členov staromestských klubov sú aj členmi JDS, hodnotila sa najmä vzájomná spolupráca a plány pre budúce obdobie. Všetky diskutérky chválili prácu pracovníkov oddelenia, ktorou pomáhajú staromestským seniorom dôstojne prežívať ich jeseň života. Vyjadrili sme im vďaka za nimi organizované akcie naplnené kreativitou, smiechom, radosťou, starostlivosťou a pomocou podporujúcou pozitívne myslenie u dôchodcov. Pracovnú atmosféru do tej slávnostnej potom preklenula dlhoročná členka a okresná funkcionárka 89-ročná pani Terka Kotrecová svojou básňou „Posolstvo lásky na Vianoce“:

Aký nádherný klenot ľudstvo v sebe objavilo,
aby sa na Vianoce potešilo,
porozumenia a lásky nikdy nie je dost',
potrebujeme na každý deň a na pomoc.
Atmosféra škoricových vôní
do vianočnej pohody privádza,
spája sa s vôňou ihličia,
čo príroda vyčarila,
pre náš pokojný život vytvorila.
Ruka v ruke sa tešme tomu,
že tu môžeme byť spolu,
ved' spolupatričnosť je viac než dost',
je nám vždy po ruke a na pomoc.
Mať silu na to, aby sme posolstvo lásky mohli mať,
naplniť pohár krásy a do dna vypiť tak.
Ó pohár krásy, tol'ko sily máš,
upokojuješ dušu, pohladzuješ nás.

Ten nádherný kolobeh neprestajne sa točí,
vyšantí sa do sýta a opäť sa vráti.
Ako je dobré vyznať sa zo svojich pocitov,
napísať na papier, aby ich nezmyl čas,
aby sa zachoval ich jas.
Aj posolstvo lásky veľa nehy má,
pohladzuje dušu a upokojuje nás.
To naše posolstvo chráni nás verne,
dotýkame sa ho nežne a jemne.
Je obalom nášho tela, nemá silu váhy,
predsa nás však zo všetkých strán chráni.
Nekúpiš v obchode, ani na trhovisku,
vyrába sa v duši, vo svojom vnútri.





Na známe slovenské príslovie: „Kto si rodiča v starobe nectí, na seba si korbáč pletie“ som si spomenula, keď som doma rozbalovala svoju Krabicu plnú lásky od anonymnej rodiny, ktorá ju kopcom naplnila množstvom užitočných vecí. Na samom vrchu ležal vlastnoručne detskou rukou na výkrese namaľovaný a napísaný vianočný pozdrav s týmto textom:

„Milá Starká,

prajeme Vám požehnané vianočné sviatky, veľa zdravia, šťastia, pohody a splnených snov v roku 2025

prajú: Salome, Milada, Dušan, Andrej a aDAd“

A potešila som sa, že rodičia malej školáčky Salome, študenta Dušana a predškoláka učiaceho sa písať, vychovávajú svoje deti k úcte, láske a dobroprajnosti k staršej generácii a že tí sa o svoju starobu nemusia obávať.

Takú istú láskavú starostlivosť nám, staromestským seniorom, celoročne preukazujú aj naši „anjeli strážni“ z oddelenia inklúzie a sociálnej práce MÚ Bratislava-Staré Mesto.

Parafrázujúc slová profesora Matulku z českej klasiky „Cesta do hĺbiny študákovy duše“ hovorím, že majú nielen dušu, ale každá aj veľké dobroprajné srdce. A za to vzájomné porozumenie a tak potrebné sociálne kontakty sme im povďační.

N. Pavlovičová

magazin@staremesto.sk

Betka Marendiaková a Danka Sládeková

02/52 49 68 68 alebo 0911 665 273

program: staromestskekulturnecentra.sk

magazín: staromestskekulturnecentra.sk/zrazu

STAROMESTSKÉ CENTRÁ KULTÚRY A VZDELÁVANIA

Pistoriho palác
Štefánikova 25, 811 05 Bratislava
Tereza Lngerová
02/52 49 18 28
tereza.lngerova@staremesto.sk

Zichyho palác
Ventúrska 9, 811 01 Bratislava
Zuzana Schmuckerová
02/59 20 16 03
zuzana.schmuckerova@staremesto.sk

F7
Františkánske námestie 7, 811 01 Bratislava
Zuzana Schmuckerová
02/59 20 16 03
zuzana.schmuckerova@staremesto.sk

G19
Gaštanová 19, 811 04 Bratislava
Ibolya Pöcz
02/54 77 73 66
ibolya.pocz@staremesto.sk

Š14
Školská 14, 811 07 Bratislava
Dana Sládeková
02/52 49 68 68
dana.sladekova@staremesto.sk

ZA FOTOGRAFIE ĎAKUJEME

T. Stanovej, M. Spišiakovi
a portálu canva.com