



Gaudium

Informačný časopis pre nepočujúcich

2/2023

ročník
XXVII.

100 rokov od úmrtia patróna
nepočujúcich – sv. Filipa Smaldoneho
Veľký príbeh o malej medúzke



Gaudium

Informačný časopis
pre nepočujúcich

2/2023

OBSAH

Úvodné slová

Príhovor	2
Zamyslenie	3

Zážitky nepočujúcich

100 rokov od úmrtia patróna nepočujúcich – sv. Filipa Smaldoneho	4-6
Veľký príbeh o malej medúzke	7-10
Križová cesta	11

Správy a zaujímavosti

Sociálne okienko	12-13
Tipy na jarnú turistiku	14-15
Zaujímavosti zo sveta	16-18

Bodka na záver

Recept	19
Osemsmerovka	20
Ubytovanie v Lúčkach	21
Oznamy a omše	22-23

Milí priatelia,

v rukách máme znova nové číslo nášho časopisu, vďaka vám a ľuďom, ktorí ho pripravujú. Je to naša kronika, do ktorej sa píše, čo bolo, alebo čo sa pripravuje. V tomto roku si pripomíname 100. výročie úmrtia nášho patróna sv. Filipa Smaldone. Narodil sa 27. júla 1848 v Neapole v Taliansku, keď bola nepokojná doba. Jeho rodičia boli veriaci ľudia a s láskou vychovávali 7 detí. Filip bol najstarší syn a mal 4 bratov a 2 sestry. Už ako mladý, 15-ročný, bol rozhodnutý stať sa kňazom a ísť duchovným životom v službe ľuďom. Nešlo to ľahko. Stálo ho to síce veľa úsilia, ale predsa 23. septembra 1871 bol vysvätený za kňaza. Už ako mladý kňaz začal učiť v nemocniciach a domovoch ľudí, ktorí boli chorí. Počas morovej epidémie ochorel touto chorobou. Ale na príhovor Panny Márie z Pompeji, ktorej zostal verný až do konca života, bol zázračne uzdravený. Filip sa staral o tých ľudí, na ktorých nikto nemyslel. Staral sa o nepočujúcich, chudobných, chorých a slepých. V práci bol tak zanietený, že v 1885 v Lecce spolu s kňazom Lorenzom Apicella a skupinou rehoľných sestier otvoril Inštitút pre výchovu a opatrovanie nepočujúcich. Používal krásny výrok: **Kto nemá rád, ten neučí.** S láskou cez posunky pristupoval ku každému človeku. Právom dostal pomenovanie **Patrón nepočujúcich.** Môžeme povedať, že jeden človek na svete stačí, aby povedal ostatným nepočujúcim, že existuje Ježiš, a nepočujúci to rozšíria (povedia) po celom svete. Ved' práve pokračovanie Filipovej práce nezostalo stáť, ale pokračuje po celom svete. V Lúčkach si chceme pripomenúť hodnotný život sv. Filipa, a to stretnutím od 2. do 4. júna 2023, a poprosiť ho, aby nám vyprosoval milosti u Boha pre náš život.



S pozdravom Robert

Redakcia: GAUDIUM, Kapitulská 21, 974 01 Banská Bystrica; **Zodpovedná redaktorka:** Mgr. Jana Cmarová; **Redaktorky:** Mgr. Iris Domancová, PhD., Mgr. Marika Šebestová, PhD.; **Korektúry:** Mgr. Iris Domancová, PhD., Mgr. Marika Šebestová, PhD.; **Vydavateľ:** Kresťanské centrum nepočujúcich na Slovensku (KCNS), Kapitulská 21, 974 01 Banská Bystrica, **IČO:** 17059721; **Telefón/fax:** 048/47 20 262; **E-mail:** redakcia.gaudium@gmail.com; **Web:** www.kcns.sk; **SMS-infoservis:** 0911 222 351, 0905 403 697; **Bankové spojenie:** Tatrabanka, a.s., č. účtu: SK2311000000002628778466; **Grafika a tlač:** DALI-BB, s.r.o., Banská Bystrica, www.daliprint.eu; **Cena:** 1,- €; **Dátum vydania:** 28. 4. 2023; **Ročník:** XXVII.; **Vychádza:** šesťkrát ročne; **ISSN1335-2865; EV 4781/13; Predná obálka:** Farský kostol Sv. Anny v Bergu, Rakúsko; **Zadná obálka:** Sv. omše v posunkovom jazyku na Slovensku; **Realizované s finančnou podporou Ministerstva kultúry Slovenskej republiky.**

Niekedy potrebujeme ZMOKNÚŤ

Malé pehavé dievčatko nakupovalo so svojou mamou v nákupnom centre. Malo asi šesť rokov a na tvári nevinný výraz. Vonku pršalo. Poriadny lejak, keď sa voda valí a preteká cez okraje žlabov. Ľudia stáli pod strieškou pri vchodových dverách centra. Čakali sme a pozorovali kvapky. Niektorí trpezlivo, iní podráždene, pretože im príroda pokazila uponáhlaný deň. Vždy ma fascinoval dážď, ktorý práve zmýval špinu a prach sveta. V mysli sa mi vynárali spomienky na bezstarostné behanie v daždi, skákanie do mlák a vo svojom vnútri som pocítil na chvíľu úľavu od starostí tohto dňa.

Jej malý nežný hlások ma vyrušil v mojom snení.

„Mami, prebehnime cez dážď“, povedalo dievčatko.

„Čože?“, opýtala sa mama.

„Prebehnime cez dážď“, zopakovalo.

„Nie, zlatko, počkáme, kým sa dážď utíši“, odpovedala mama.

„Mami, poďme, aj keď prší, prosím.“

„Ak pôjdeme teraz, zmokneme.“

„Nie, nezmokneme mami, dnes ráno ste o tom hovorili“, povedalo dievčatko a potiaholo mamu za ruku.

„Dnes ráno? Kedy som



povedala, že môžeme bežať cez dážď a nezmoknúť?“

„Nepamätáš sa? Keď si sa rozprávala s ockom o jeho zlej chorobe, povedala si: **Ak nám Boh pomôže zvládnuť toto, tak s ním zvládneme čokoľvek!**“

Všetci ostali ticho. Nebolo počuť nič, iba zvuk kvapiek. Mama sa na chvíľu odmlčala. Cítil som, že teraz nastal ten moment v živote dievčata, keď má jej viera a dôvera rozkvitnúť.

„Zlatko, máš úplnú pravdu. Poďme cez ten dážď. Ak zmokneme, možno sa potrebujeme iba umyť“, povedala mama a usmiala sa. Rozbehli sa držiac sa za ruky, všetci ľudia stáli a pozerali. Usmievali sa a pozorovali, ako skáču cez kaluže. Niekoľkí ich nasledovali, smiali sa. Rozbehol som sa aj ja, lebo som chcel zmoknúť, chcel som všetko zmyť.



Poučenie

Životné situácie, okolnosti alebo ľudia nám môžu vziať hmotný majetok, peniaze, zdravie, ale **nikto nám nevezme naše vzácne zážitky a spomienky, ktoré máme.** Tak si nezabudnieme každý deň urobiť čas a využiť každú príležitosť na vytvorenie spomienok. A ja verím, že si **každý z nás nájde v živote čas prebehnúť sa v daždi.**

Foto a zdroj: internet

100 rokov od úmrtia patróna nepočujúcich – sv. Filipa Smaldoneho

Sv. Filip Smaldone – patrón nepočujúcich

Narodil sa 27. júla 1848 v Neapole (Taliansko). V roku 1871 bol vysvätený za kňaza a stal sa misionárom nepočujúcich ľudí. V meste Lecce v roku 1885 otvoril inštitút, v ktorom začal poskytovať ubytovanie a vzdelávanie nepočujúcim, nevidiacim, opusteným a sirotám. Mnohým pomohol, aby sa napriek hendikepu stali úspešnými a čestnými ľuďmi. Jeho život nadchol mnohých súčasníkov, a jeho myšlienka výchovy a vzdelávania sa rozšírila aj do iných krajín sveta. Zomrel 4. júna 1923. 15. októbra 2006 bol v Ríme vyhlásený pápežom Benediktom XVI. za svätého.

Tento text je vyrytý na tabuľke vedľa jeho busty, ktorá sa slávnostne odhalila dňa 20. októbra 2012 v Lúčkach pri Kremnici v rekreačnom stredisku Oáza a premenovala sa na Oázu sv. Filipa.



A práve 4. júna 2023 uplynie 100 rokov od úmrtia nášho patróna. **Preto vás pozývame 3. júna 2023 na slávnostnú sv. omšu v kostole sv. Mikuláša v Lúčkach pri Kremnici, pripomenúť si jeho pamiatku.**



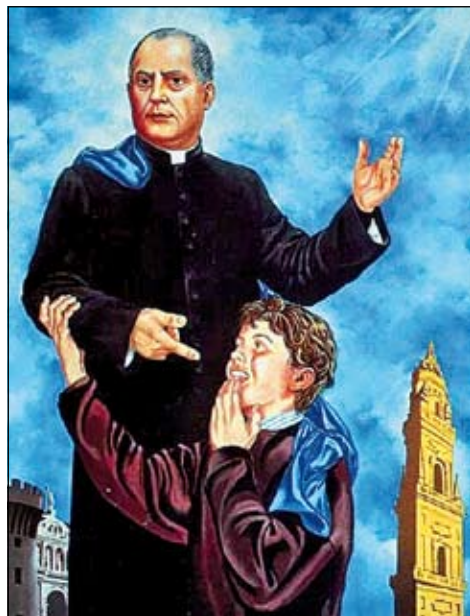
Kto bol teda Filip Smaldone?

Narodil sa 27. júla 1848 v Neapole, v čase nepokojov. Keď mal 12 rokov, bourbonská monarchia bola zvrhnutá a Cirkev prechádzala ťažkým obdobím. Očakávali sa ťažké časy nového sociálneho, politického a náboženského smerovania. A práve počas tejto spoločenskej krízy sa Filip rozhodol pre kňazský život a službu Cirkvi. Počas štúdií filozofie a teológie sa chcel venovať charitatívnym prácam, predovšetkým nepočujúcim ľuďom, ktorí boli v tom čase v Neapole na okraji spoločnosti. Venoval sa im naplno a zanedbával svoje študentské povinnosti. To mu znemožnilo prijatie do menšieho rehoľného rádu, preto požiadal o preloženie z neapolskej arcidiecézy do arcidiecézy nazvanej Rossano Calabro.



Tamojší arcibiskup Mons. Pietro Cilento ho prijal. Napriek zmene diecézy sa v roku 1876 vrátil do Neapolu a pokračoval vo svojom štúdiu a v práci so sluchovo postihnutými. Pietro Cilento si ho veľmi vážil a 31. júla 1870 ho osobne v Neapole vysvätil za subdiakona a 27. marca 1871 za diakona. **Kňazom sa stal 23. septembra 1871 vo veku 24 rokov.** Po vysviacke

prednášal katechézy, pomáhal v rôznych farnostiach, navštevoval chorých v nemocniciach, aj v ich domovoch. Keď vypukol v Neapole mor, Filip sa tiež nakazil, ale bol uzdravený vďaka modlitbe k Panne Márii. Oddanosť k nej ho sprevádzala po celý zvyšok života. Plánoval, že odíde na misie, ale pochopil, že jeho misia je medzi nepočujúcimi v Neapole. Odvtedy sa venoval s úplnou oddanosťou tomuto apoštolátu.



Neskôr získal pedagogické vzdelanie a **25. marca 1885 otvoril Inštitút v meste Lecce spolu s Lorenzom Apicella**, kde sa naplno venovali sluchovo postihnutým. Žilo tam niekoľko sestier, ktoré sa stali základom **Kongregácie saleziánok Najsvätejšieho srdca**. Keďže Filipovo srdce nevedelo povedať „nie“ mnohým chudobným rodinám, začal poskytovať ubytovanie nielen nepoču-

júcim, ale aj slepým, opusteným a sirotám. Zomrel 4. júna 1923 vo veku 75 rokov na následky cukrovky a sklerózy, po tom, ako prijal sviatosti a požehnanie arcibiskupa Tramu. Ján Pavol II. ho blahorečil 12. mája 1996. Za svätého bol vyhlásený 15. októbra 2006 v Ríme pápežom Benediktom XVI.

Zdroj: zivotopisysvatych.sk

Foto: internet, archív KCNS

100 rokov v nebi



Pozývame vás na slávnostnú sv. omšu pri príležitosti 100. úmrtia sv. Filipa Smaldoneho v kostole sv. Mikuláša v Lúčkach pri Kremnici.

Kedy? 3. júna 2023, možnosť sa **ubytovať od 2. do 4. júna 2023 v Oáze sv. Filipa**

Kde? Lúčky pri Kremnici

Cena: 50 € (s ubytovaním), slávnostný obed v sobotu – dobrovoľný príspevok

Čo na vás čaká?

Piatok – začneme večerou

Sobota – slávnostná sv. omša o 14:00 hod. a slávnostný obed v Oáze sv. Filipa

Nedeľa – končíme obedom

Prihlásiť sa môžete **do 15. mája 2023**.

SMS: 0911 222 351

Peniaze prosíme poslať na účet v Tatrabanke SK2311000000002628778466

Variabilný symbol: 0204062023, Konštantný symbol: 0308

Poznámka pre príjemcu: Meno a Priezvisko

Veľký príbeh o malej medúzke – divadelné predstavenie o výnimočnosti

Určite ste si všimli, že Bábkové divadlo na rázcestí (ďalej len BNDR) v Banskej Bystrici opäť pripravilo predstavenie v slovenskom posunkovom jazyku. Inscenáciu realizovalo v rámci projektu MOFEM, divadlo *mobility&emocionality&flexibility*. Jeho cieľom je osloviť znevýhodnené skupiny divákov a umožniť im prístup k divadelnému umeniu. Premiéra sa konala 19. marca 2023.

A o čo išlo? Bolo to rozprávka *O Medúzke*, ktorá je inšpirovaná textom z knižky *Fúzy na mašličku* od japonského autora **Jošitomo Imae**. Táto kniha nebola preložená do slovenského jazyka, len do českého jazyka. Inscenácia *O Medúzke* je prvým uvedením autora na Slovensku. Rozpráva o medúzke, ktorá sa narodí štvorhranná a nie okrúhla, ako všetky ostatné medúzy. Štvorhranná medúzka si uvedomuje, že





je iná a cíti sa vylúčená zo spoločnosti okrúhlych medúz, je smutná a osamelá; hľadá a snaží sa pochopiť seba samú, prečo je odlišná. Nakoniec sa však prijala taká, aká je – štvorhranná, a začala byť spokojná so svojím životom. A tak sa všetko na dobré obrátilo.

Rozprávka sa predstavila aj s čarovným morským svetom a japonským umením, na ktorej spolupracovala japonská výtvarníčka Yumi Mráz Hayashi. Jej výtvarné umenie poukazuje na japonské umenie. Viac informácií o tejto japonskej umelkyni nájdete na: <https://en.yumi-hayashi.com/about>.

Po predstavení sme si vo výtvarnej dielni poskladali origami – vtáka žeriava. Tento vták v Japonsku symbolizuje nádej, zdravie a dlhý život. Legenda hovorí, že každému, kto poskladá tisíc papierových žeriavov, sa splní tužba. Papierový žeriav sa stal prostredníctvom japonského dievčatka Sadako Sasaki symbolom mieru.

Vzhľadom na vojnu na Ukrajine, a po volaní mieru, to vo výtvarnej dielni hýrilo žltými a modrými žeriavmi.

Režisérka Zoya Mikotová je zakladateľkou ateliéru výchovnej dramatiky nepočujúcich v Českej republike, na JAMU v Brne, rovnako je zakladateľkou profesionálneho divadla nepočujúcich. Získala viacero ocenení, naposledy Cenu ministra kultúry ČR za celoživotné dielo (r. 2022).

Po premiére sme jej položili pár otázok:

Pani Zoya, v tvorivom tíme spolupracujete s japonskou výtvarníčkou Yumi Mráz Hayashi. Bol to dôvod, prečo ste sa rozhodli pre japonskú rozprávku?

Študovala som strednú výtvarnú školu, a vtedy som začala obdivovať aj japonské výtvarné umenie. Neskôr som obdivovala aj divadelné a tanečné umenie japonského umelca Mina Tanaky, ktorý často hosťoval v Českej republike. V divadle Archa v Prahe som pod jeho vedením aj hrala. No najdôležitejšie pre mňa bolo stretnutie s výtvarníčkou Yumi Hayashi, ktorú z Japonska do Prahy priviedol veľký záujem o bábkú. O našej spolupráci by som mohla rozprávať dlho. Spolupracovali sme spolu v Čechách, na Morave a aj v Japonsku. Opakované návštevy Japonska a práca ma viedli k tomu, že je nielen dôležité spoznávať japonskú kultúru, ale ju aj zdieľať. Príbeh Medúzky ma zaujal svojou myšlienkou a páčila sa mi možnosť stvárnenia živlu vody – mora.

Váš život a vaša tvorba sú spojené s nepočujúcimi. V 90. rokoch vďaka vášmu úsiliu, vytrvalosti a odhodlaniu vznikol

odbor Výchovná dramatika nepočujúcich na Janáčkovej akadémii múzických umení. Odvtedy uplynulo už veľa rokov, a vieme, že katedra sa stala inšpiratívnym miestom mnohých slovenských študentov. Ako sa vám darí dnes?

Na Divadelnej fakulte JAMU v Brne sme ateliérom, ktorý sa teraz nazýva Divadlo a výchova pro Neslyšící. Myslím, že je sympatické, že aj v dnešnej zložitej dobe plnom bremien tento ateliér stále existuje. Po celú dobu svojej existencie ateliér citlivo reaguje na zmeny, ktoré sa v tomto odbore dejú. Snažíme sa byť o krok vpred. Ateliér už nie je len pre nepočujúcich, ale aj pre počujúcich študentov, ktorých tento odbor zaujíma. V tejto dobe, keď pribúda kombinovaných postihnutí a kochleár-



nych implantátov, je potrebné ovládať viac možností komunikácie. To je len malý príklad špecifického znaku tohto ateliéru a jeho súčasného stavu.

S BNDR v Banskej Bystrici ste prvýkrát spolupracovali v roku 1997 pri príprave rozprávky Prabájky a v r. 2000 pri príprave Vesmírne rozprávky. Obidve boli v posunkovom jazyku. Vo Vesmírnych rozprávkach účinkovala nepočujúca herečka. Po dvadsiatich rokoch ste opäť spolupracovali s BNDR pri tvorbe rozprávky pre počujúce a nepočujúce deti O Medúzke. V hereckom tíme sa objavil nepočujúci herec Peter Vrťo. Myslíte, že je prínosné, keď sa nepočujúci herec začlení do profesionálneho divadla medzi počujúcich hercov?

Zapojenie nepočujúceho hosťa do inscenácie je z môjho pohľadu veľmi skvelé. Použitá komunikácia v inscenácii v posunkovom jazyku má svoju špecifickosť;

zaručuje možnosť bezprostredného kontaktu s nepočujúcimi divákmi. Počujúcim divákovi tak ukazuje svoju krásu a výrazové možnosti posunkového jazyka. Herečka spolupráca počujúcich a nepočujúcich hercov je veľmi náročná pre obe strany. Nie každý nepočujúci herec sa vie začleniť do počujúceho kolektívu. Počujúci herci musia byť tiež mimoriadne ohľaduplní a vedieť sa prispôbiť nepočujúcim. Je krásna myšlienka, že BNDR sa snaží spájať rôzne svety, nie každý je ochotný ísť nad rámec bežných možností. Vyžaduje si to vložiť do tvorby práce ešte viac síl, viac pozornosti, viac citu.

Ďakujeme p. Zoji Mikotovej za rozhovor. Želáme jej aj naďalej pracovné úspechy, veľa inšpirácie do tvorby s nepočujúcimi. A hlavne aby sa jej darilo aj v osobnom živote.

Redakcia

Foto: Dodo Šamaj, archív KCNS



Krížová cesta v Banskej Bystrici

Na Veľký piatok 7. apríla sme sa stretli pred Diecéznym centrom Jána Pavla II. V Banskej Bystrici a vybrali sme na Urpín – Kalváriu na Krížovú cestu. Kráčali sme za krížom... či nás je veľa alebo málo... pre každého je to cesta. Krížová cesta je veľmi zaujímavé putovanie so 14 zastaveniami a rozjímajúcimi.

Kvôli každému z nás vzal Ježiš na seba

kríž. Týmto symbolom nám ukázal, že mu na nás záleží. Chce nás povzbudiť, aby sme ho nasledovali. A my sme ho nasledovali. Po skončení tejto cesty sme si posedeli v Diecéznom centre Jána Pavla II. pri káve, čaji, občerstvení a družnom rozhovore.

Pridajte sa nabudúce aj vy.

Redakcia

Foto: archív KCNS



Sociálne okienko

Seniori môžu dostať 100 eur na rekondičné pobyty

Poberáte starobný dôchodok, predčasný starobný dôchodok alebo výsluhový dôchodok? Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny (MPSVR) plánuje od 1. júna 2023 zvýšiť príspevok na rekondičné pobyty z 50 eur na 100 eur na jednu osobu. Nesmiete však pracovať popri dôchodku, ani mať príjem z podnikania. Tento príspevok pomáha seniorom aktívne tráviť čas na rekondičných pobytoch v rámci SR. Dôvod zvýšenia príspevku je vysoký nárast cien. Dôchodcovia bez iného príjmu nedokážu pokryť náklady na rekondičný pobyt, preto bude tento príspevok pre nich veľkou pomocou.

Zdroj a foto: www.ekonomika.pravda.sk



Prišla vám do schránky obálka s občianskym preukazom bez tváre? Čo s tým?

Určite vám prišla obálka do poštovej schránky, a tam ste si našli občiansky preukaz bez tváre. **Na čo slúži?** S touto kartičkou sa prihlásite do systému elektronického zdravotníctva **eZdravie** – tento systém je centrálnym úložiskom zdravotných záznamov pacienta a je zdrojom dôležitých informácií o vašom zdravotnom stave. To znamená, že ak lekár – špecialista vám zapíše záznam z vyšetrenia, všeobecný lekár má k tomuto záznamu prístup. K vašim zdravotným údajom majú teda prístup v rôznych ambulanciách a v lekárnach. Súčasne by to malo slúžiť ako preukaz poistenca. Túto obálku dostávajú ľudia starší ako 65 rokov a deti mladšie ako 15 rokov, ktoré ešte nemajú občiansky preukaz.

Pozor, tento doklad bez podoby tváre sa nedá používať ako cestovný doklad v rámci Európskej Únie. Ak sa vám občiansky preukaz nepodarí prebrať na adrese trvalého bydliska, pošta vám zanechá v schránke „žltý lístok“ a vy si ho vyzdvihnete na pošte. Ak sa vám nepodarí tento doklad na pošte prebrať v odbernej lehote,



bude uložený na oddelení dokladov OR PZ (Okresné riaditeľstvo policajného zboru) podľa miesta vášho trvalého pobytu. Tu si ho môžete vyzdvihnúť.

Zdroj: www.minv.sk

Rekreačný poukaz

Vedeli ste, že na Slovensku môžete požiadať o rekreačný poukaz? A za akých podmienok vám vlastne **zamestnávateľ príspeje na rekreáciu**? Povinnosť má iba zamestnávateľ, ktorý zamestnáva viac ako 49 zamestnancov. Ten, ktorý má menej zamestnancov môže, ale nemusí poskytnúť príspevok na rekreáciu. Zamestnávateľ príspevok vypláti zamestnancovi, ktorý u neho pracuje 24 mesiacov. O tento príspevok musíte sami požiadať zamestnávateľa, nedáva ho totiž automaticky. Urobíte to tak, že predložíte faktúru z rekreácie. Na základe faktúry zamestnávateľ príspeje sumou vo výške 55 % zo



sumy rekreácie. *Príklad: ak ste na rekreácii platili sumou 500 eur, zamestnávateľ vám vráti 275 eur. Príspevok môžete využiť len jedenkrát do roka a maximálna suma je 275 eur za kalendárny rok.* Sumu 275 eur nemusíte minúť jednorázovo, je možné ju využiť na viac rekreácií. Napríklad aj na letný pobytový tábor pre dieťa, môže byť aj denný tábor. Týmto príspejete na rozvoj cestovného ruchu a rekreácie na Slovensku. ☺

Zdroj: www.pravneprerodica.sk



Tipy na jarnú turistiku

Jar je krásne ročné obdobie a je veľká škoda sedieť doma. Čerstvý vzduch a dlhšie dni nabádajú k nenáročnej prechádzke alebo turistike. Pravidelnými prechádzkami urobíme veľa pre svoje zdravie. Navyše jarná turistika má bonusy. Aké?

- pravidelný pohyb prispieva k nášmu lepšiemu zdraviu,
- zvýšime si kapacitu pľúc,
- budeme mať kvalitnejší spánok,
- po psychickej stránke budeme odolnejší,
- zlepšime si krvný obeh,
- vďaka jarnému slnku doplníme vitamín D, ktorý nám v zime chýbal.

Podme si ukázať, kam sa vybrať na jarnú turistiku s nádhernými výhľadmi na Vysoké Tatry.

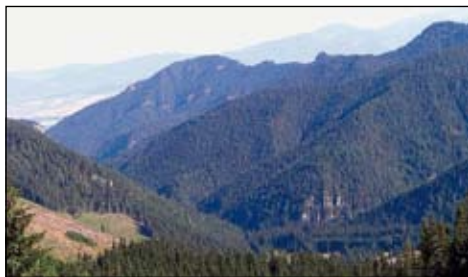
Čereňová skala

Čereňová skala (1042 m n. m.) je krátka turistika s výhľadmi ako z vysokých hôr. Hneď na začiatku v Liptovskej Anne sa môžeme pokochať gotickým kostolíkom z 13. storočia, a potom nás čaká nenáročná túra – dva kilometre chodníkom a 300 výškových metrov, a sme na vrchole. Len 40 minút od auta nás delí od výhľadov na Západné a Nízke Tatry a celú Liptovskú kotlinu spolu s vodnou nádržou Liptovská Mara.



Demänovská hora (1304 m n. m.)

Začneme z autokempingu Bystriny po žltej turistickej značke a čaká nás príjemné stúpanie cik-cak (= zo strany na stranu) chodníčkom, žiadne prudké strmé výšľapy. Demänovská hora ponúka príjemnú celodennú túru pre celú rodinu, je to ideálny výšľap pre všetkých. Čakajú nás necelé štyri kilometre na vrchol so stúpaním 570 výškových metrov a krásne výhľady.



Siná

Siná (1560 m n. m.) je bočný kopec hlavného hrebeňa Nízkych Tatier po pravej strane pri vstupe do Demänovskej doliny. Je sčasti skalnatá, sčasti lukovitá. Radí sa k málo známym kopcom, napriek tomu je priradená k najkrajším končiarom pohoria Nízke Tatry. Siná poskytuje pekný výhľad na okolie Liptovskej kotliny a Liptovskú



Maru. Začneme v Demänovskej doline na žltej značke pri Demänovskej jaskyňi slobody na Sedlo Sinej a odtiaľ na Sinú.

Poludnica

Poludnica (1549 m n. m.) ponúka úchvatné výhľady na zasnežené končiare Vysokých Tatier. Výstup na ňu nie je dlhý, ale preverí naše sily. Na šiestich kilometroch nastúpame viac ako 1 000 výškových metrov. Najprv po starej zjazdovke z Liptovského Jána, ktorou vyjdeme na kopec zvaný Javorovica, a následne si vydýcheme kráčaním po rovinke, kým neprídeme k druhému stúpaniu už na samotnú Poludnicu. Nezabudnime, že Poludnica má dva vrcholy. Predná Poludnica, kam prídeme po turistickom chodníku najskôr, a potom je možné sa presunúť na zadnú stranu Poludnice, kde nájdeme neodolateľné výhľady na Nízke Tatry a Kriváň.



Babky

Babky (1566 m n. m.) sú najzápadnejší vrch Západných Tatier. Sú bez zimnej uzávery a často navštevovaný kopec s výhľadom na celý Liptov. Výhodou tejto túry je, že cez víkendy sa v jarných mesiacoch môžeme občerstviť na Chate pod Náružím, ktorá sa nachádza pod Babkami. Samotný výšlap je veľmi príjemný, pretože dve tretí-



ny času vedie trasa po zväžnici (= lesná cesta), a záverečné stúpanie tvorí lesný strmší chodníček, z ktorého máme krásne výhľady na zvyšok Západných Tatier. Skúsenejší turisti môžu pokračovať na Sivý vrch (1805 m n. m.) označovaný ako skalné mesto.

Veľký Choč

Veľký Choč (1611 m n. m.) patrí medzi vrcholy s najkrajším výhľadom na Slovensku. Ponúka totiž kruhový výhľad na všetky strany. Túru na Veľký Choč môžeme začať z Valaskej Dubovej po modrej turistickej značke na Strednú Poľanu a odtiaľ po zelenej značke na Veľký Choč. Druhá možnosť je začať v obci Lúčky po červenej značke. Výstup zvládnu aj menej zdatní turisti, trasa nespadá pod žiadnu sezónnu uzáveru. Po túre si môžeme dopriať oddych pri vodopádoch Lúčky alebo v teplých prameňoch Kalameny.



Správy a zaujímavosti zo sveta

Podme sa spolu pozrieť na zaujímavé aktuality zo sveta, ktoré sa stali. Vybrali sme tie najzaujímavejšie, tak vám želáme príjemné čítanie.

Dvaja nepočujúci horolezci sa chystajú zdolať Mount Everest

Nepočujúci horolezci Scott Lehmann a Shayna Unger sa chystajú pokoriť najvyššiu horu sveta Mount Everest. Ako to vlastne celé začalo? V roku 2012 sa Scott Lehmann spolu so svojimi kamarátmi pokúsil vyliezť na Mount Rainier. Ani jeden však nemal horolezecké skúsenosti a výstup preto museli vzdať. Scott potom zistil, aké je ťažké sa horolezecké zručnosti naučiť, pretože neboli k dispozícii žiadne kurzy v posunkovom jazyku, ani žiadni skúsení nepočujúci horolezci. Túžba po výstupoch ho však neopustila a začal sa učiť sám. Neskôr sa k nemu pripojila Shayna Unger a spoločne vytvorili projekt Seeing Beyond.

Projekt Seeing Beyond

Zmyslom projektu Seeing Beyond (v preklade Vidieť ďalej) je nielen informovanie o ich dobrodružných výpravách na vrcholy hôr a zdieľanie skúseností so širokou verejnosťou. Projekt má tiež za cieľ šíriť osvetu o komunite nepočujúcich a mo-



tivovať mladých so sluchovým postihnutím v plnení svojich najtajnejších prianí.

Sedem vrcholov na siedmich kontinentoch

Scott so Shaynou sa v rámci projektu pokúsia zdolať sedem najvyšších vrcholov na siedmich svetových kontinentoch. To zatiaľ zvládlo iba 460 ľudí. Ak by sa im to podarilo, boli by prví nepočujúci horolezci, ktorí stáli na najvyšších vrcholoch všetkých kontinentov.

Tri vrcholy už zdolané

Prvým zdolaným vrcholom bola v roku 2015 hora Kilimandžáro na africkom kontinente (5895 m n. m.). Nasledovala juhoamerická Aconcagua (6961 m n. m.), na ktorú Scott so Shaynou vyliezli v roku 2020. Tretí vrchol, severoamerickú najvyššiu horu Denali (6190 m n. m.), zdolali v roku 2021. Teraz ich čaká najvyššia hora sveta. Potom zostávajú európska hora Elbrus, indonézska Puncak Jaya a Vinson Massif na Antarktíde.



Mount Everest

Na Mount Everest sa dvojica pripravovala deväť mesiacov a 4. apríla nastal deň D, kedy odleteli do nepálskeho hlavného mesta Káthmandú. Odtiaľ poputujú do základného tábora, kde strávia mesiac, aby sa aklimatizovali. V polovici mája ich čaká samotný výstup na najvyššiu horu sveta.

Ich putovanie môžete sledovať na we-

bových stránkach [Scottshayna.com](https://www.scottshayna.com) alebo na Instagrame či Facebooku, kde zdieľa informácie v americkom posunkovom jazyku a v angličtine.

Zdroj a foto: <https://www.tichezpravky.cz/dva-neslysici-horolezci-se-chystaji-zdolat-mount-everest/?fbclid=IwAR0gIVZHt6RwuZdgQPpx58HVPUcB9POHhnkprRDGBf0HQ-bJKLpFP1ZD5HkM>

Nepočujúci chlapec hlavným hrdinom dokumentárneho filmu

Nepočujúcim ľuďom sa dostáva čoraz väčšej pozornosti, a to je veľmi dobre! Britskí dokumentaristi natočili zaujímavý film o nepočujúcom chlapcovi Lawandovi z Iraku. On a jeho rodina sa museli v roku 2015 vydať na strastiplnú cestu do Európy, pretože v jeho rodnej krajine mu hrozila smrť.

Lawandov život v ohrození

Hlavnou postavou dokumentárneho filmu BBC je nepočujúci iracký chlapec Lawand. On a jeho rodina utiekli v roku 2015 do Európy zo severného Iraku. Lawandov život bol totiž v ohrození, pretože Islamský štát sa vyhrážal zabitím postihnutých detí smrtiacimi injekciami. Po náročnej ceste do Európy nakoniec zakotvila celá rodina vo Veľkej Británii. Tu bol Lawand prijatý do vyhlásenej školy pre nepočujúcich v Derby (Royal School for the Deaf Derby) a začal robiť neuveriteľné pokroky. Dovtedy totiž nebol schopný komunikovať ani so svojou rodinou, a to z toho dôvodu, že v Iraku sa mu nedostalo zodpovedajúceho vzdelania. Lawandovej rodine však po nejakej dobe hrozila deportácia, tú však zažehnala škola v Derby, ktorá sa za rodinu postavila a vyzdvihla chlapcove obrovské pokroky.



Film bol predstavený na filmovom festivale v Londýne.

Premiéra spomínaného dokumentárneho filmu prebehla koncom minulého roka na filmovom festivale v Londýne (BFI London Film Festival). Dnes dvanásťročný Lawand nesmel na premiére filmu pochopteľne chýbať. Do Londýna ho sprevádzal jeho otec aj brat. A všetci sa na slávnostné premietanie filmu veľmi tešili. Lawand priznal: „*Bolo vzrušujúce cestovať do Londýna a pozrieť si film na veľkom plátne. Až pôjde v televízii, možno budem slávny a každý ma bude spoznávať, ale ja nechcem byť hercom. Chcel by som byť lekárom, navrhovať domy alebo robiť niečo v technológii.*“

Zdroj a foto: <https://www.tichezpravky.cz/neslysici-chlapec-hlavnim-hrdinou-celovecerniho-dokumentarniho-filmu/?fbclid=IwAR33LPoV0U9v0kZLjDuUyXvYdu62jtXYOwDwvit-apqR722e6FKj1X5nwxg>

Päťročné nepočujúce dievča začalo zápasiť

Päťročná Grace z Michiganu si zamilovala zápasenie. Inšpiráciou jej bol slávny film o nepočujúcom zápasníkovi Mattovi Hamillovi.

Prvé veľké víťazstvo

Matt Hamill na svojom facebookovom účte zdieľal informáciu o päťročnom nepočujúcom dievčati z Michiganu menom Grace, ktorá vo svojej váhovej kategórii získala skvelé tretie miesto! Grace sa rozhodla zápasiť po tom, čo videla film The Hammer (v preklade Kladivo) o profesionálnej a životnej dráhe nepočujúceho zápasníka Matta Hamilla. Pod príspevkom sa objavili stovky pochvalných komentárov.

Česko-slovenská filmová databáza (ČSFD) charakterizuje film z roku 2010 ako „športovú drámu popisujúcu zápasy



a úspechy, ktoré Matta Hamilla stretávajú na ceste k víťazstvu. Matt vyrastal medzi ľuďmi, ktorí počujú, a tak sa neskôr uprostred komunity nepočujúcich opäť cítila ako outsider. Vďaka svojmu odhodlaniu používa svoju zdanlivú nevýhodu ako klad a stáva sa prvým nepočujúcim zápasníkom, ktorý vyhrá National Collegiate Championship. Zároveň začína byť vzorom pre počujúcich a nepočujúcich.“

Matt Hamill je od narodenia nepočujúci. K zápaseniu ho privedol nevlastný otec. Matt sa vďaka svojim výsledkom dostal do jednej z najznámejších organizácií UFC (Ultimate Fight Championship), kde absolvoval 13 profesionálnych zápasov v MMA (zmiešané bojové umenia). Jeho profesionálna kariéra sa stala inšpiráciou pre mnohých nepočujúcich športovcov. Teraz aj pre päťročnú Grace, ktorá ide v jeho stopách.

Zdroj a foto: <https://www.tichezpravny.cz/petileta-neslysici-divka-zacala-zapasit-diky-filmu-o-slavnem-neslysicim-zapasnikovi/?fbclid=IwAR2DEatUKuw0CIFE2ubmjL2s-QLMHErY1qkDvxVCWyXXITDeM4R6lINpFYI>



Recept

Red'kovková pomazánka

Jednoduchá jarná nátierka z redkoviek, tofu a smotany. Pridáme cibuľu a natierame na čerstvý chrumkavý chlebič. Poďme na to.

Budeme potrebovať:

- 1 zväzok redkoviek
- *podľa chuti soľ*
- *podľa chuti korenie*
- 1 ks cibule
- 4 lyžice smotany
- tenký plátok masla
- 1 balenie tofu

Postup receptu:

1. Na masle speníme cibuľu, potom pridáme nahrubo nastrúhané redkovky, osolíme a okoreníme a orestujeme.
2. Necháme vychladnúť a vmiešame do jemne strúhaného tofu.
3. Nakoniec pridáme smotanu a premiešame. Podávame s čerstvým chlebom.

Redakcia

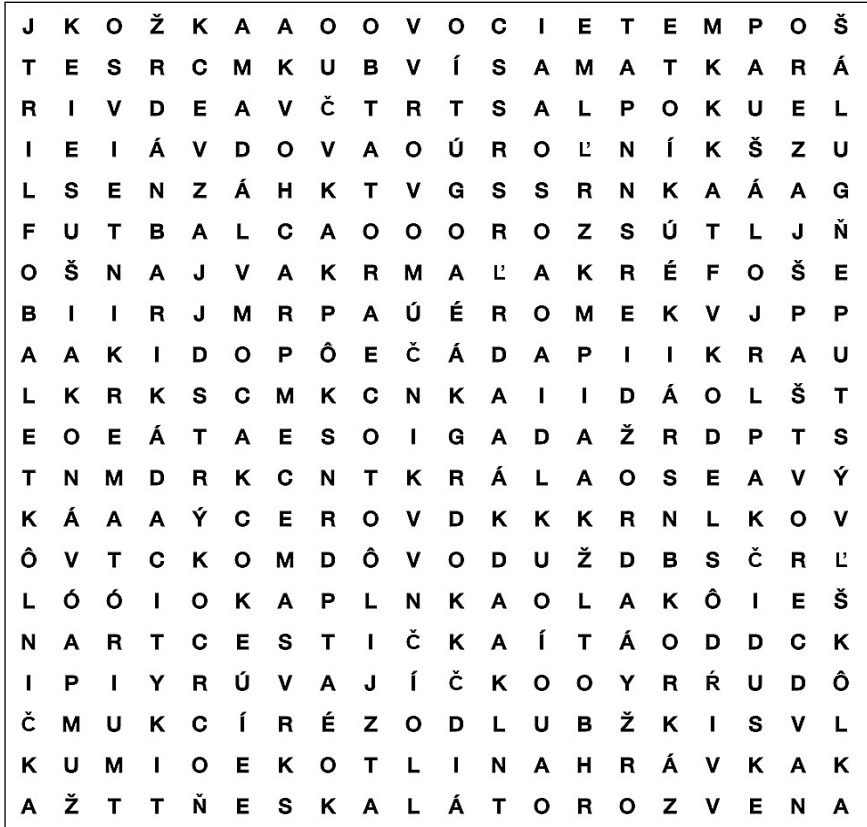
Zdroj a foto: najrecept.sk, pixabay.com



Osemsmerovka

Milí čitatelia, opäť vám prinášame osemsmerovku a citát od človeka s veľkým srdcom, Jána Pavla II. „*Rodina je miestom lásky a života...*“ *Ján Pavol II.*

(tajničku nájdete na predposlednej strane dole)



□□□□□□□, □□□ □□□□□ □□□□ □□□□□

ADAGIO AUTOGRAMIÁDA BALET BARIKÁDA BRADA BULDOZÉR CENOVKA CESTIČKA CIRKULÁR DOTYK
 DÔSLEDOK DÔVOD DROŽDIE DVOREC DŽUDO ESKALÁTOR FLIRT GULÁŠ ISTOTA JAZERO JAZVEC
 KAČKA KAPLNKA KLADIVO KOCKA KOMÉDIA KONIAREŇ KOTLINA KOŽKA KÖLNÍČKA KÖPKA KRDEL'
 KREMATÓRIUM KYTICA LEUKOPLAST MARATÓN MASÍV MATKA MÚČNIK NÁDRŽ NAHRÁVKA NÁRAZNÍK
 OBRÚSOK OVOCIE OZVENA PAUŠÁL POĽOVAČKA PRACHOVKA PROGRAM PROROK ROLNÍK SAMEC
 SRNKA STRÝKO STUPEŇ SÚCIT SUDIČKA SUŠIAK SVIETNIK ŠKÖLKA ŠOFÉR ŠPENDLÍK ŠTVOREC
 TAJFÚN TAJOMSTVO TEMPO VAJÍČKO VÁNOK VDOVA VLÁDA VÝSTUP ZÁKROK ZÁVEJ ŽIARA ŽUMPA

Oáza sv. Filipa v Lúčkach pri Kremnici: Ponuka ubytovania



Ponúkame ubytovanie a stravovania pre školské a mimoškolské aktivity v útulnom zariadení. Je to zaujímavé miesto pre školy v prírode, lyžiarske výcviky, sústredenia, kurzy, výlety pre deti, mládež a rodiny.

Ubytovanie v centrálnej budove pre 31 osôb – deväť (2 – 4 lôžok) izieb s vlastným sociálnym zariadením.

- Tri chatky: Chatka č. 1 – 8 osôb
- Chatka č. 2 – 11 osôb
- Chatka č. 3 – 11 osôb
- Chatka č. 4 – 11 osôb

Počas Veľkej noci a Vianoc je možné si zakúpiť výrobky z našej dielne: oblátky, trubičky, sviečky z včelieho vosku, domáci med.

Lúčky a okolie ponúkajú tieto možnosti na výlety: historické mesto Banská Štiavnica (42 km), Štiavnické jazerá, zámok v Antole, Hrad Sitno, Bojnický zámok

a ZOO (60 km), Turčiansky park s lavičkami slávy a Aquaparkom Turčianske Teplice (24 km), historický Kláštor pod Znievom (40 km) a Harmanecká jaskyňa (37 km). V Žiari nad Hronom (19 km) sa nachádza hviezdáreň. Na Skalke (9 km) sa nachádza známe lyžiarske stredisko, bežkárské trasy, relaxačné centrum s bowlingom, bazénom a saunou. Krahule ponúkajú lyžiarske stredisko a rozhľadňu na Krahulskom vrchu.

Foto: Zoltán Duray

Kontakt:

Oáza sv. Filipa, Lúčky 64,

Lúčky pri Kremnici

www.oaza-smaldone.sk

e-mail: oaza.smaldone@gmail.com

Mobil a SMS: 0905 403 697



Blahoželanie



Blahoželáme k blížiacim
sa narodeninám manželom

Jankovi (12. mája) a Janke (30. mája)
Klačanovcom

*Prajeme vám zdravie, lebo je vzácné.
Šťastie, lebo je krásne. Lásku, lebo je jej málo.
Božie požehnanie, lebo je povzbudzujúce.*

Želajú priatelia (nielen) z KCNS



Púť nepočujúcich do Medžugoria

KCNS organizuje pre sluchovo postihnutých púť do Medžugoria (štát Bosna a Hercegovina) v dňoch **18. – 24. 9. 2023**.

Kňaz a preklad do posunkového jazyka bude zabezpečený.

Sprievodca: Beata Chrenová

Cena púte: 250 € (v tom 120 € cena za autobus, 130 € 4x polpenzia, plus jeden obed).

Strava 130 € sa bude platiť na mieste.

Záväzné prihlásenie a zaplatenia poplatku 120 € do 15. 05. 2023.

Prihlásenie: e-mail: janicma@gmail.com

SMS: 0911 222 351

Poplatok 120 € prosíme poslať na číslo účtu: SK2311000000002628778466

Variabilný symbol: 1016092023

Konštantný symbol: 0308

Správa pre príjemcu: Meno a Priezvisko

Program púte:

18. 9. večer odchod autobusu zo Slovenska



19. 9. ráno zastávka na Vepríci (pútnické miesto Chorvátov, podobné Lurdy), kúpanie sa v mori na Makarskej. Odpoľudnia príchod do Medžugoria, ubytovanie, večera. Večerný modlitbový program v kostole.

20. – 23. 9. pobyt v Medžugorí. Púť na Podbrdo – miesto zjavenia Panny Márie, krížová cesta na Križevac, návšteva Čenakola, svedectvá, denný večerný modlitbový program v kostole – sv. omše, modlitby za uzdravenia tela i duše, modlitba ruženca.

23. 9. večer – nočná jazda na Slovensko.

24. 9. príchod na Slovensko.



Kalendár sv. omší pre nepočujúcich máj, jún 2023

Banská Bystrica: *Katedrála sv. Františka Xaverského* – 28. 5. 2023 a 25. 6. 2023 o 14:00 hod. (spoveď od 13:00 hod.).

Žilina: *Katedrála Najsvätejšej Trojice, ul. Farské schody* – 6. 5. 2023 o 15:00 hod. (spoveď od 14:00 hod.)

Nitra: *Kaplnka sv. Františka Saleského – Effeta* – 14. 5. 2023 a 11. 6. 2023 o 16:00 hod. (spoveď od 15:00 hod.)

Trenčín: *Kostol Notre Dame* – 21. 5. 2023 a 18. 6. 2023 o 16:00 hod. (spoveď od 15:00 hod.)

Kremnica: *Kostol sv. Alžbety* – každý druhý utorok o 14:30 hod.

Bratislava: *Františkánsky kostol* – Kaplnka sv. Rozálie – každú nedeľu o 16:00 hod.

Prešov: *Františkánsky kostol* – 24. 6. 2023 o 14:00 hod. (spoveď od 12:00 hod.)

Púchov: *Kostol Všetkých Svätých* – podľa dohody

Lučenec: podľa dohody

Pozývame vás sledovať aj sv. omšu pre nepočujúcich v TV Lux druhú sobotu v mesiaci o 16:00 hod. Dňa 13. 5. 2023 sv. omša nebude vysielaná.



Detský letný integračný tábor

KCNS opäť organizuje **pre nepočujúce a počujúce deti** od 7 do 15 rokov

Kde? Lúčky pri Kremnici – v krásnej prírode s čerstvým vzduchom

Kedy? 16. – 21. júla 2023

Cena: 100 €

Prihlásiť sa môžete do 31. mája 2023 alebo do naplnenia kapacity tábora.

Pre viac informácií a prihlášku napíšte na:

E-mail: andrea.dolovacka@gmail.com

SMS: 0949 301 540

Peniaze prosíme poslať na účet v Tatrabanke

SK231100000002628778466

Variab. symbol: 1621072023, **Konšt. symbol:** 0308

Poznámka pre príjemcu: Meno a Priezvisko dieťaťa



Sv. omše v posunkovom jazyku na Slovensku



26. 2. 2023 – B. Bystrica



1. 4. 2023 – Prešov



9. 4. 2023 – Nitra



15. 4. 2023 – Žilina



16. 4. 2023 – Trenčín



16. 4. 2023 – Púchov