

4 / 2018

ročník III.



Foto: Ing. Elena Bobocká: Zima

Z obsahu:

vychádza 5. 12. 2018

- Odborníci pre nás
- Radíme si
- Vlastná tvorba
- Vianočné prania a PF 2019
- Venované Zuzane
- Blahoželáme k oceneniu

Časopis Spravodajca SPS vydáva:

Spoločnosť Parkinson Slovensko, o. z.
poštová adresa:
Katarína Félixová
935 29 Hronské Kľačany č. 134

Redakčná rada:

Slávka Bobocká, RK SPS Martin
e-mail: babrlik@gmail.com
RNDr. Dušan Macejko, RK SPS L. Mikuláš
e-mail: dm610624@gmail.com
RNDr. Ľuboslava Macejková, RK SPS LM
e-mail: luboslava1@gmail.com

Redakčné práce:

Ing. Slávka Babiaková

Grafická úprava:

Ing. Ján Jančo

Tlač:

NEOPRINT PLUS, s. r. o., Vrútky

Predseda SPS:

Katarína Félixová
telefón: 0908 434 186
e-mail: felixova.katarina@gmail.com

Podpredsedovia SPS:

Michal Verchola
telefón: 0907 738 343
e-mail: michal.verchola@centrum.sk

Ing. Alexander Adam
telefón: 0903 600 671
e-mail: sanoadam@gmail.com

Bankové spojenie:

Tatra banka a. s.
Číslo účtu / IBAN:
SK20 1100 0000 0026 2016 7636
SWIFT: TATRSKBX

IČO: 42 105 684 **DIČ:** 2022792321

Kontakty na regionálne kluby SPS

RK Banská Bystrica:

Iveta Burkovcová
e-mail: parkinsonbbystrica@gmail.com

RK Bánov:

Marta Verbóková
e-mail: anna.palackova@centrum.sk

RK Bratislava:

Ing. Melánia Kahanová
e-mail: kamelany@gmail.com

RK Košice:

Ing. Alexander Adam
e-mail: sanoadam@gmail.com

RK Levice:

Vladimír Ivan
e-mail: vladimir.ivan@azet.sk

RK Liptovský Mikuláš:

Michal Šroll
e-mail: zaneta.srollova@centrum.sk

RK Martin:

Slávka Bobocká
e-mail: babrlik@gmail.com

RK Nitra:

Lýdia Trubačová
e-mail: lydia.trubacova@gmail.com

RK Prešov:

Marta Petrová
e-mail: parkinsonpresov@gmail.com

RK Smižany:

Vladimír Horváth
e-mail: vladohorvath105@gmail.com

RK Trnava a Piešťany:

Michal Verchola
e-mail: michal.verchola@centrum.sk

RK Zvolen:

zastupujúci predseda
Ján Gonda
e-mail: j.gonda1943@gmail.com

Milí čitatelia!



Ani sme sa nenazdali a sú tu znovu Vianoce. Tento rok nám ubehol veľmi rýchlo. Už od začiatku roka sme sústredili všetky sily na (pre nás) veľkú akciu. Tou bola 11. parkinsoniáda 2018. S prispením nás všetkých táto veľká udalosť prebehla veľmi dobre. Chcel by som ešte raz poďakovať všetkým členom, ktorí sa podieľali na tejto akcii. Osobitne chcem poďakovať Mirkovi Farkašovi a jeho manželke, Katke Félixovej, Michalovi Šrollovi, Slávke Bobockej, Helenke Kováčovej a jej dcére s rodinou.

V tomto roku sme prežili aj smutné udalosti. V deň Valného zhromaždenia nás opustila zakladajúca členka nášho združenia Zuzana Michalková. Bohužiaľ nemal som tú česť sa s ňou stretnúť osobne. Opustila nás nečakane a o to viac to bolí. Rok 2018 sa niesol nielen Parkinsoniádou. Organizovali sme aj iné akcie. Tradične sa konal výstup na Pustý hrad, Tuliánový pochod usporiadaný pod záštitou Ing. arch. Radoslava Herdu zo Slovenského pacienta, ako aj turnaje v bowlingu konané pod taktovkou jednotlivých regionálnych klubov. Ďalej sa uskutočnili aj besedy s odborníkmi na našu chorobu, psychiatrami, cvičiteľom jogy Pavlom Látkom a tiež zaujímavá prednáška Moniky Kašovej o etikoterapii.

Dňa 16. októbra 2018 sa konalo Valné zhromaždenie v Košiciach. Na tomto zhromaždení sa vzdal funkcie podpredsedu Ing. Viliam Haring a na jeho miesto bol zvolený predseda regionálneho klubu Piešťany / Trnava Michal Verchola. Ďalej bolo odsúhlasené, aby nový výbor pripravil nové stanovky.

Keď sa vám dostane Spravodajca č. 4/2018 do rúk, bude už čas vianočný. Vianoce sú dňami pokoja a lásky, spomienkami na svojich blízkych, ktorí už nie sú medzi nami. Chcel by som vám všetkým popriať šťastné, veselé a hlavne pokojné Vianoce, veľa darčiekov, veľmi veľa zdravia a hlavne si uvedomme, že Vianoce sú aj o tom, aby sme odpustili svojim blízkym ako aj ostatným ich chyby, ktoré spravili a dali im novú šancu.

Na koniec môjho prvého úvodníka prajem všetkým členom a ich rodinným príslušníkom veľa zdravia, šťastia a lásky v novom roku 2019!

Michal Verchola
1. podpredseda SPS
predseda RK SPS Piešťany / Trnava

OBSAH 4 / 2018

Odborníci pre nás	4	Vianočné prania a PF 2019	12
Informácie z VZ v Košiciach	5	Spomienka na Zuzanu	16
Radíme si	6	Blahoželanie a poďakovania	17
Vlastná tvorba	9	Ocenenie neurológa	18
Rozpis užívania liekov	10	Vianočný vinš	19

Legislatíva ako forma podpory integrácie ľudí s Parkinsonovou chorobou do spoločnosti

(Vyberáme z prednášky pre RK SPS v Bratislave)

Posudková činnosť

Oddelenie posudkových činností na úrade práce, sociálnych vecí a rodiny **posudzuje fyzické osoby na účely:**

- *peňažných príspevkov na kompenzáciu*
- *rozhodovania o tom, že ide o fyzickú osobu s ťažkým zdravotným postihnutím na účely preukazu fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím alebo s ťažkým zdravotným postihnutím so sprievodcom*
- *rozhodovania o tom, že ide o fyzickú osobu so zdravotným postihnutím na účely parkovacieho preukazu pre fyzickú osobu so zdravotným postihnutím*
- *trhu práce*
- *na účely štátnych sociálnych dávok*

Lekárska a sociálna posudková činnosť

- **Lekárska posudková činnosť** spočíva v posúdení miery funkčnej poruchy podľa prílohy č. 3 k zákonu č. 447/2008 Z. z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov. Lekársku posudkovú činnosť vykonáva posudkový lekár príslušného orgánu.
- **Sociálna posudková činnosť** je posudzovanie sociálnych dôsledkov ťažkého zdravotného postihnutia fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím a návrh konkrétnych foriem kompenzácie.
- **Za fyzickú osobu s ťažkým zdravotným postihnutím** sa považuje fyzická osoba, ktorej miera funkčnej poruchy je najmenej 50 %.

Vybavovanie preukazov

- vypísaná a podpísaná žiadosť,
- identifikačný preukaz (OP, pas, povolenie na pobyt)
- zdravotná dokumentácia (lekárske nálezy nie staršie ako 6 mesiacov – originál aj fotokópie, lekársky nález od praktického lekára – originál).

Druhy peňažných príspevkov

- na osobnú asistenciu
- na kúpu pomôcky
- na výcvik používania pomôcky
- na úpravu pomôcky
- na opravu pomôcky
- na kúpu zdvíhacieho zariadenia
- na kúpu osobného motorového vozidla
- na úpravu osobného motorového vozidla
- na prepravu
- na úpravu bytu, rodinného domu, garáže
- na kompenzáciu zvýšených výdavkov
- na opatrovanie

Peňažný príspevok na osobnú asistenciu

– zmena v zákone od 1. 7. 2018

- najviac 7 300 hodín ročne (20 hodín denne)
- od 6. roku veku – do 65. roku veku
- na hodinu 3,82 eur
- životné minimum – 205,07 eur
- neposudzuje sa príjem

Zmeny v legislatíve od 1. 7. 2018

Dňa 1. júla 2018 nadobudol účinnosť zákon č. 191/2018 Z. z., ktorým sa mení a dopĺňa zákon č. 447/2008 Z. z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia a o zmene a doplnení niektorých zákonov vznp.



Výška sumy životného minima 205,07 eur
– zvýšenie peňažných príspevkov

Výrazné zmeny:

- Zvýšenie sumy peňažného príspevku na opatrovanie + príplatok
- Zvýšenie sumy peňažného príspevku na osobnú asistenciu – neposudzuje sa príjem
- Nová príloha 18 – parkovacie preukazy
- Príspevok na kompenzáciu zvýšených

výdavkov súvisiacich so zabezpečením prevádzky osobného motorového vozidla pre FO v chronickom dialyzačnom programe, transplantačnom programe, akútna onkologická liečba, udržiavacia liečba pri hematoonkologickom ochorení

- Pomôcky – neuplatňuje sa pohľadávka v konaní o dedičstve, ak FO zomrie
- Iné

*Voľne upravila Slávka Bobocká
šéfredaktorka*

.....

Informácie z Valného zhromaždenia v Košiciach:

- Katarína Félixová bola znovuzvolená za predsedníčku SPS na ďalšie volebné obdobie
- podpredseda Ing. Viliam Haring sa zo zdravotných dôvodov vzdal funkcie
- 1. podpredsedom SPS bol zvolený Michal Verchola z Piešťan
- 2. podpredsedom SPS zostáva aj naďalej Ing. Alexander Adam z Košíc
- do revíznej komisie boli zvolení: predseda – Ing. Marián Židek, členovia – Ing. Viliam Haring a Pavol Tavač



32. slovenský a český neurologický zjazd

V dňoch 28. novembra až 1. decembra 2018 sa naša Spoločnosť Parkinson Slovensko zúčastnila medzinárodného zjazdu neuroológov v Martine.

Prezentovali sme sa banermi a časopismi Spravodajcu SPS. Akcie sa zúčastnili aj

naši členovia – Michal Verchola predseda RK SPS Piešťany/Trnava a Dušan Macejko z RK SPS Liptovský Mikuláš.

Za pomoc im ďakuje

Slávka Bobocká
predsedníčka RK SPS Martin

Parkinsonova choroba a my

Fakt, že sme ochoreli na Parkinsonovu chorobu je veľký zásah do života kohokoľvek z nás. Toto ochorenie vyžaduje od nás, ale aj od rodinných príslušníkov a opatrovateľov maximálne sústredenie všetkých fyzických aj duševných síl. Veľkú snahu a schopnosť prispôbiť sa, podriaďiť svoj každodenný život novým podmienkam. Tak, ako Parkinsonova choro-

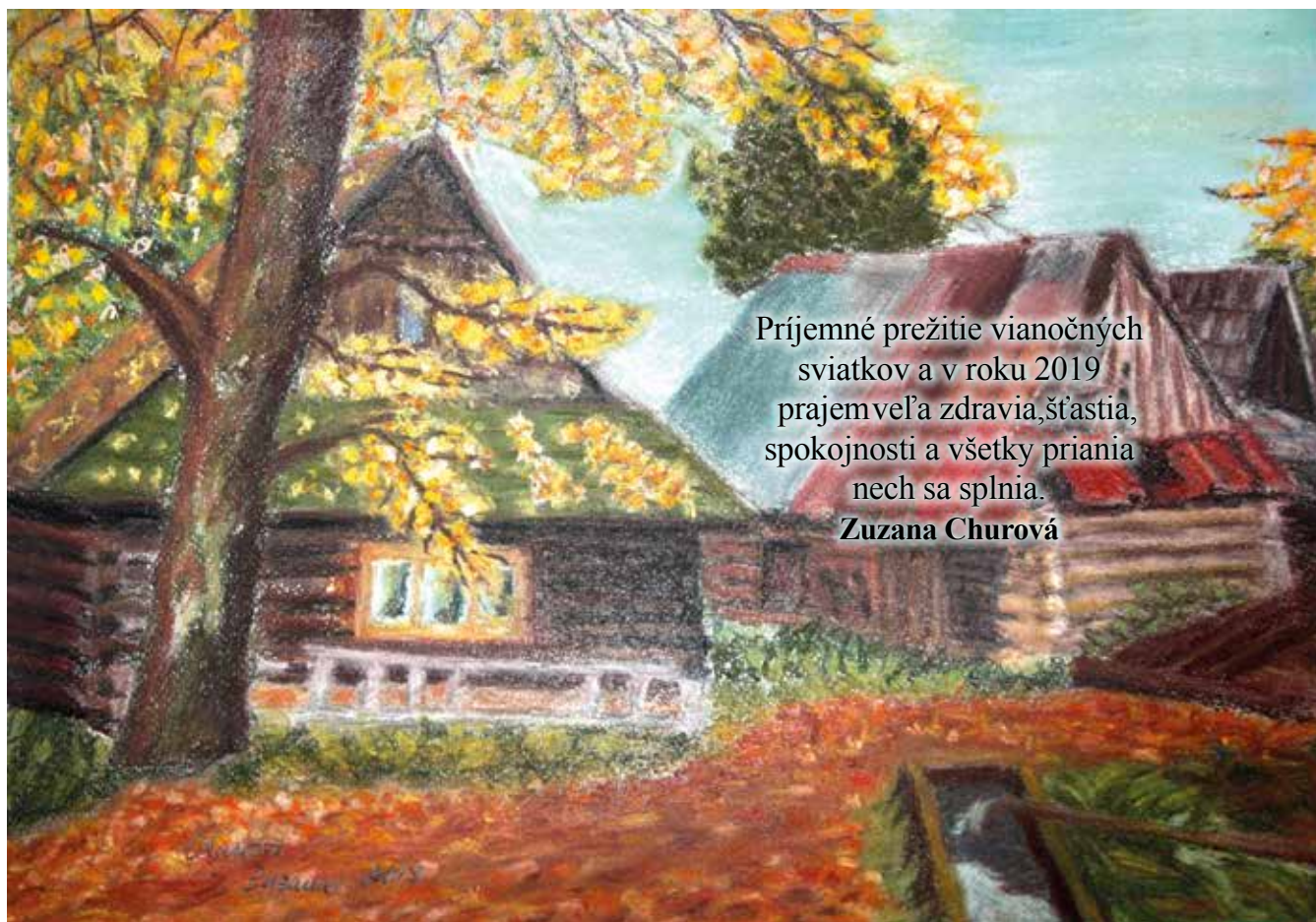
ba ovplyvňuje pacienta, tento ovplyvňuje svoje okolie. Dostávame sa do neznámych situácií a problémov, ktoré je potrebné riešiť okamžite, s citom a na patričnej úrovni. Pritom my, aj naši rodinní príslušníci, či opatrovatelia poväčšine nevieme, čo nás čaká a s čím sa púšťame do boja. Zaujímavosť pôsobiaci fenomén je sila ducha. **Chciet' znamená viac ako môcť.** Aj preto

by sme si mali zachovať všetko kladné, čo prežijeme a tým spustiť kotvu nádeje. Keď sa budeme cítiť horšie, pripomenúť si to kladné, aby sme si dodali odvahu a nádej pre ďalšie dni. Máme iba dve možnosti: bojovať alebo vzdať sa. Ak chceme bojovať, tak sa musíme naučiť s chorobou žiť a brániť sa všetkým duševným, ale i telesným problémom. Toto je rovnako dôležité ako samotná liečba. Parkinsonova choroba prináša v priebehu rozvoja celý rad problémov a obmedzení. Tieto v podstatnej miere závisia na povahe a osobnosti, na schopnosti prijať toto chronické ochorenie. Účinnejšie sa dá bojovať s touto chorobou, keď ju „teoreticky“ ovládame a môžeme o nej hovoriť. Musíme vziať na vedomie, podriaďiť sa skutočnosti, že čas a choroba sú väčší páni ako my. Naučme

sa zadeliť si čas, aby sme sa zbytočne nepreťažovali. Parkinsonik nestráca svoj intelekt, iba jeho telo reaguje pomalšie. V rámci daných možností získať pre seba to najlepšie, nedat' sa nikdy zraziť na kolena. Veľkým prínosom v našej chorobe je pohyb. Cvičiť viackrát denne a pravidelne je nevyhnutné. Cvičíme najmä v čase, keď sa môžeme hýbať. Profesionálna podpora je dôležitá, pretože chorý nemôže objektívne posúdiť rozsah svojich pohybov, aby neublížil sám sebe. Cviky nevykonávané v celom intervale možností pohybu navyše fixujú súčasný stav, pričom ho skôr zhoršujú ako zlepšujú.

Naším heslom je: **Pohyb je život, život je pohyb.**

Slávka Bobocká
šéfredaktorka



Príjemné prežitie vianočných sviatkov a v roku 2019 prajem veľa zdravia, šťastia, spokojnosti a všetky prania nech sa splnia.

Zuzana Churová

Pohyb s Parkinsonom

Pohyb je život. Počuli sme to v živote veľa-krát. Život s kamarátom Parkinsonom je trochu iný, lebo pohyb je stále ťažšie zvládnu-teľný.

Celý život bol pohyb pre mňa veľká radosť, ani nie hoby, skôr život-ný štýl. Desiatky rokov som sa pohybovala po dolinách a hrebeňoch hôr pešo, na bežkách, po kúpe bicykla za študentské úspory aj na bicykli. Parkinson sa však s bicyklom veľmi nekamaráti, tak som sa musela tejto aktivity vzdať. Aj na bežkách to ide už len v menej náročnom teréne, ale to viac pre zrakový handicap. Napriek tomu mi naďalej zostala chuť hý-bať sa a cvičiť.

Podmienky života sa zmenili, treba zme-niť aj pohybové aktivity. Hľadám na inter-nete, na stretnutiach s členmi SPS, aj me-dzi svojimi priateľmi takých, ktorí majú viac skúseností s cvičeniami pre parkin-sonikov. Cvičiť v telocvični 2x týždenne je veľmi málo. Denne cvičím pravidelne už desiatky rokov. Momentálne zbieram skúsenosti s cvičením s vibračnými kruh-mi, ktoré je určené parkinsonikom. Darí sa mi udržať aj po 70-ke slušnú fyzickú kondíciu. Umožňuje mi to v dňoch, keď je Parki menej agresívny, túry po horách. Nie je to nič mimoriadne, ale pre mňa je dnes výstup na Volovec alebo Poludnicu, rovnako vzácny, ako boli v minulosti vr-choly Álp či Pyrenejí. Získavam novú mo-



tiváciu na cvičenie doma za sychravých daždivých dní. Samozrejme, že aj mne trvalo dlhší čas, kým som pochopila, že moje úsilie Parkinsona nezničí, ale po-môže spomaliť zhoršovanie zdravotné-ho stavu. Práve tu je problém mnohých parki-kolegov, že pri cvičení bez rýchleho efektu zlepšenia jednoducho nevydržia.

Skutočne nestačí dva až tri krát do roka si zaplatiť rekondičný pobyt, hoci tomu fandím. Máme tak možnosť pookriať v spoločnosti parki-kolegov, zmeniť pro-stredie, spoznať niečo nové.

Rekondičný pobyt nemôže absolvovať každý, ale cvičiť denne každý môže. Treba len začať a potom sústavne pokračovať. Býva to aj poriadna drina, ale každý roz-hýbaný stuhnutý sval stojí za to. Cvičte! So zlepšovaním fyzickej kondície sa zlepšuje aj psychická a na stuhnutej tvári je zrazu úsmev. Cvičte, bojujte o úsmev na tvári.

Eva Tothová
RK SPS Martin

Je čas stužkových, nostalgicky zaspomínajme na tú svoju Dušanov príhovor budúcim maturantom

Ťažké a krásne ako život
Archeológovia, biológovia, snoriči
v dunách a sľubných slojoch,
presvetlovači múmií, preklepávači
sarkofágov
stáročia hľadajú tú chvíľu,
jedinú chvíľu mimo pamäti.
ZAČIATOK ĽUDSKOSTI!
Rozchádzajú sa o milióny rokov.

Padá prach zo zamyslených brád...
Ale učiteľka materskej škôlky, tá
zlatovlasá, tá v kvetovanej šatke
každý deň je svedkom zázraku
vzpriamenia sa človeka,
oslobodenia sa dvoch malých
mozolnatých rúk.
Usmieva sa, keď vedie cez ulicu svoj
živý náhrdelník ťapkajúcich detí...



Naše milé deti!

Stojíte tu, plní očakávaní a trochu
nervózni, aby sa dnes každému z vás
podarilo urobiť čo najmenej chýb... to
isté si prajete aj do ďalších dní svojho
života.

Tie malé detské bytôstky, ktoré sme
nedávno ešte rozospaté ťahali v zime
na sánkach do škôlky a ponáhľali sa
do práce, aby sme sa mohli čo najskôr
pre ne vrátiť, stoja tu dnes pred nami
a pozerajú sa na svet z väčšej výšky, ako
je operadlo sánok.

Vaše tváre už nie sú tak bezprostredne
detsky úprimné a vždy usmiate – sú
vážnejšie, zrelšie a viac podobné na naše
tváre. Tváre vašich rodičov!

Udial sa u vás zázrak začiatku zrelosti.
Cítite sa síce zrelí všetko urobiť sami
a po svojom, ale často ešte túžite pritúliť
sa k svojim rodičom. A my vás v tom
podporujeme. Hoci chápeme, že ste na
ceste k dospelosti a začínate žiť svoje
vlastné životy.

My chceme, aby ste čo najdlhšie ostali
tými malými rozkošnými bábätkami,
ktoré ešte nepoznajú všetky nástrahy
života.

Skúsme si niekedy, priatelia, namaľovať
lastovičku
tak, aby si v zároží obrazu postavila
hniezdo.

Skúsme namaľovať sneh tak, aby mrazil,
aby sme pred ním dýchali
do dlaní, ako starý poštár putujúci
po pás v snehu zo samoty do samoty.

Je to ťažké, ťažké ako život...

Skúsme si priatelia zastať pred javorom
a pocítiť v ňom husle.

Postať si pred smrekom
a vidieť v ňom kolísku,
babkinu truhlu, voňajúcu majoránom,
alebo aj vlastnú truhlu,
na ktorú nám raz naša zem zabubnuje
akoby nás chcela privolať nazad.

Je to ťažké,
ťažké a krásne ako život...

Dušan Macejko, RK SPS Liptovský Mikuláš

Kontakt na lekárov:

Ambulancia	Ordinačné hodiny	Telef. kontakt	Poznámka
Obvodný lekár			
Neurológia			
Ortoped. amb.			
Očné			
Logopédia			

Niečo z Fóra – od Dušana

Je pravda, že treba rozmotat' kľbko a pomenovať veci skutočným menom... Je nás v SPS dosť klubov a členov, ale naše rady starnú, síl ubúda. Katke patrí veľká vďaka, za to, ako to všetko zvláda a že bola ochotná ešte pokračovať. Slávka a redakčná rada sa snažia preklenúť most medzi členmi s počítačmi a bez nich. Veľká vďaka! Držme spolu, netrhajme sa na samostatné jednotky, aby sme mohli zažiť ešte veľa krásnych spoločných

okamihov. Nechodme cestou, aby sme nemuseli poľského moderátora upozorňovať, že... no veď viete o čom chcem povedať. O súdržnosti. O Svätoplukových prítoch. Iba tak dáme dobrý signál o našej spoločnosti a možno do našich radov vstúpia aj tí mladí parkinsonici, ktorí sa akosi nehlásia medzi nás...

Dušan Macejko
RK SPS Liptovský Mikuláš

Prajem vám všetkým, ktorí žijete a trpíte u seba Parkinsona, aby vám nepridával, keď idete naplno a viac už nevládzete, aby vám doprial pokoja, keď si potrebujete oddýchnuť a relaxovať, aby do vás nezasahoval, keď musíte mať pevnú ruku a krok a nebrzdil vás, keď potrebujete kráčať svetom.

Ste moji priatelia, mám vás rád, a preto vám prajem k Vianociam a k Novému roku všetko najlepšie a toľko šťastia a zdravia, koľko sa do vás zmestí.

Radoslav Herda



V prvom rade vám osobne, a tiež v mene členov Extrapiramídovej sekcie Slovenskej neurologickej spoločnosti prajem príjemné a pokojné

prežitie vianočných sviatkov v kruhu vám najbližších ľudí.

Do roku 2019 prajem všetkým členom, ako aj sympatizantom SPS hlavne veľa

zdravia, veľa energie a chuti do života napriek všetkým tým hendikepom, ktoré vám vaše ochorenie prináša. Nech je to teda pre vás rok radosti, pokoja a nádeje.

MUDr. Milan Grofik, PhD.



Milí čitatelia, koniec roka zvykne byť časom vnútorného bilancovania, ktoré nám prináša na myseľ výhry aj

pády, ktoré sme v tomto období prežili. Uplynulý rok so sebou priniesol mnoho hodnotných chvíľ, väčších alebo menších osobných úspechov, sily ísť ďalej, aj ochoty rozdať niečo zo seba druhým. V našej neurologickej komunite bola tento rok oficiálne založená Extrapiramídová sekcia Slovenskej Neurologickej Spoločnosti, ktorej prvými prioritami sú vytvorenie regionálnej siete špecialistov na Parkinsonovu chorobu a tiež multidisciplinárneho národného programu pre Parkinsonovu chorobu, na ktorom

plánujeme pracovať v spolupráci s Ministerstvom zdravotníctva SR a zdravotnými poisťovňami. Súčasťou a skutočným centrom týchto programov ste ale predovšetkým vy – pacienti. Je pre mňa úžasné sledovať s akou nezištnosťou a vytrvalosťou dokážete pomáhať jeden druhému a vzájomne sa obohacovať. Blížia sa Vianoce, ktoré vo svojej hlbokaj vnútornej podstate predstavujú sviatok nezištnej lásky, ktorá sa prišla rozdať druhým. Na rozdávanie kúska dobra a lásky nie sú potrebné žiadne výnimočné osobnostné vlohy, tučné kontá ani mimoriadne okolnosti, veď ju prišlo rozdať malé, chudobné a bezbranné Dieťa. Do budúceho roku prajem nám všetkým, aby sme v sebe vedeli objavovať v každodenných situáciách to malé dieťa a obohacovať hoc malou troškou ľudí okolo seba, dobré zdravie a radosť z každého nového dňa. Šťastné a požehnané Vianoce vám všetkým zo srdca želá

Matej Škorvánek
Neurologická klinika LFUPJŠ a UNLP Košice
Predseda Extrapyramidovej sekcie SNeS



Prześląłam życzenia prezesowi Mazowieckiego Stowarzyszenia Osób z Chorobą Parkinsona. Ja osobiście życzę wszystkim Członkom Słowackiego Stowarzyszenia przede wszystkim zdrowia oraz wytrwałości w działaniach na rzecz parkinsonowskiej społeczności.

Preposielam pozdrav od pána Mazowieckého, predsedu Združenia ľudí s Parkinsonovou chorobou. Osobne želám všetkým členom Spoločnosti Parkinson Slovensko predovšetkým zdravie a vytrvalosť v aktivitách v prospech ich spoločnosti.

Ewa Kerntopf

Všetkým bytostiam, ktoré dostali do svojho života zvláštne poslanie formou prekonávania prekážok cez diagnózu Parkinson prajem, aby prežívali svoje životné výzvy jemne, najjemnejšie ako sa len dá. Vtedy, ak nás postretne niečo o čom si myslíme, že je ťažké, si môžeme s láskou v srdci povedať: „Vďaka Bože, že len tak...“

Monika Kašová

Milí parkinsonici, priatelia, sympatizanti, želám vám príjemné pokojné a požehnané vianočné sviatky, plné vzájomného porozumenia, lásky, spokojnosti a pohody. Prežime ich v zdraví, šťastí a radosi. Do nového roku vykročíme tou správnou nohou a s úsmevom na tvári. Nech sa nám choroby zďaleka vyhýbajú, nech každý deň nás sprevádza úspech v živote, pohoda, pokoj a láska. Zo srdca želá

Iveta Burkovcová

Milí priatelia,
 opäť sa pripravujeme privítať najkrajšie sviatky roku – Vianoce. Čím som starší, tým viac mi je bližší duchovný rozmer nadchádzajúcich dní sviatkov Božieho narodenia. Určite je to dané aj skutočnosťou mojej straty zdravia a uvedomenia si krehkosti ľudskej existencie... stačí tak málo, okamih, stotina sekundy a človeku sa môže život zmeniť o stoosemdesiat stupňov. Je paradox, že človek si začne vážiť vec až vtedy, keď ju začne strácať. Túto skutočnosť si každý rok práve teraz najviac uvedomujem a snažím sa byť pánu Bohu vďačný za každý pokojný okamih prežitý v kruhu mojej rodiny. V týchto časoch, keď musíme čeliť veľkému náporu komercie a idea sviatkov Božieho narodenia sa vo víre konzumu stráca, si uvedomme, že najkrajším darom pod vianočným stromčekom nie je najnovší typ smartfónu, ani darovaná kompletná lyžiarska výbava, ale spoločnosť našich najbližších, ktorí sa zídu za prestretým sviatočným stolom. Naučme sa tešiť aj z maličkostí, ktoré v podstate ani maličkosti nie sú – zdravie, pokoj v duši, porozumenie a empatia voči nášmu okoliu. Prestaňme „nariekať“ nad našim osudom, ale snažme sa niečo robiť pre to, aby sme stav našej prípadnej zdravotnej remisie čo najviac predĺžili, majme radosť z každého rána, z každej prežitej chvíle, lebo nie každému je dopriaty tento dar. Dovoľte mi v mene svojom, ako i v mene celého nášho klubu v Bratislave zaželať vám krásne a pokojné prežitie sviatočných chvíľ v kruhu vašich blízkych, čo najmenej bolestí spôsobených Parkinsonom a opätovnú nádej božej milosti narodeného Ježiška... zázraky sa predsa dejú!

Vili Haring



A ja Vám viňšujem na totu svätú vilu, že by sce mali pokope furt calu familiu. Najše Vám doma lahko dýcha, žeby bul zaplaceny plyn aj elekrika. Pulny mrazak mäsa, v chladničke klobásy, žeby še Eura zvyšeli žienkom na vlasy. Chlapom na pivko, malú slivovičku, žeby furt ľubeli svoju polovičku. Žeby sce na výplaty nešpivali žalmy, ale chodzeli na dovolenky dze rošnu samé palmy. Ešči Vám viňšujem jak znam tak po svojemu, ustúpte glupšemu, pomozce slabšemu. Šicko dobre praje za RK SPS Prešov

Marta Petrová

Nikto nie je tak chudobný, aby nemohol darovať jeden úsmev, a nikto nie je tak bohatý, aby ho nepotreboval.

za Zvolenčanov Ján Gonda

Prajem všetkým všetko najlepšie, a hlavne veľa a veľa zdravíčka... Prichádza sviatočný čas, na ktorý sa dlho teší každý z nás. Vôňa koláčov vôkol sa rozlieva, vianočnej nálade každý z nás podlieha. Zabudnime na smútok chorôb, zanechajme zvady, budme k sebe milí, dobrí a majme sa radi. Prišiel čas vianočný, zvonček tíško cinká, každému sa splní túžba, aspoň malinká...

*Viera Veselá
 RK SPS Bratislava*

Nový rok – v ňom nové plány, nové predsavzatia.
Na ich splnenie však potrebujeme pevnú vôľu.

Lahko sa stane, že sa nám stratia,
najmä, keď nebudeme držať spolu.

Parkinsonici si vždy vedeli pomáhať.
Hádky a sváry sme rýchlo ukončili.

Mali by sa tieto tradície rozvíjať,
aby sme krehký svet dôvery nikdy nezničili...

Dušan Macejko
RK SPS Liptovský Mikuláš



PRAJEME VÁM
KRÁSNE VIANOCE
A ÚSPEŠNÝ ROK 2019

WISHING YOU
A MERRY CHRISTMAS
HAPPY AND SUCCESSFUL NEW YEAR

abbvie



Zuzane...

Tvoje rozlúčenie so svetom bolo veľmi nečakané,
 aj keď vieme, že každý tam musí, vnútro nie je pripravené.
 Smrť pripla Tvojej duši pár priezračných krídel,
 aby si zľahúčka preletela svoj posledný tunel,
 preplávala na pomyselný druhý breh,
 kde už malicherných starostí niet.
 Oslobodila Ťa od problémov tohto sveta,
 nám sa už iba v mysli premieta,
 čo si všetko dokázala, akí sme si boli kedysi blízki,
 všetko, o čo sme sa snažili, malo svoj štít čistý.
 Chcem veriť, že si netrpela,
 odišla si v mäkkom náručí svojho anjela.
 Kvôli druhým si prekonávala samu seba,
 a ak niekde existuje, pôjdeš určite do neba.

Ludmila Kokošková

Boleť a smútok.
 Obloha však jasná.
 Neplačme, priatelia
 jej hviezda nezhasla,
 žiari priamo nad nami,
 cestu pomáha hľadať,
 tak ako ona chcela
 vždy ochotne pomáhať.
 Ticho sa rozhostilo,
 nepočuť viac jej hlas.
 Lež v srdciach našich,
 si navždy uchováme jej obraz.

Boleť a smútok.
 Obloha však jasná.
 Neplačme, priatelia,
 Jej hviezda nezhasla!

*Venované pamiatke Zuzky
 od Dušana Macejku*

Slovenským přátelům

Nemohu nevpomenout, na konci tohoto roku, pro všechny šokující odchod Zuzany Michalkové. Jak nečekané a smutné překvapení, právě v roce, kdy „její“ Slovenský parkinsonci překročili hranici domácích akcí a uspořádali mezinárodní sportovní setkání.

Byla to Zuzana, která nás všechny, i v Česku, motivovala a pobízela k aktivitě, k účasti na různých jednáních, spolupráci s dalšími organizacemi pro zdravotně postižené, či profesními organizacemi, jako Asociací slovenských sestier a pacientov.

Až nyní vidím tu propast, která se otevřela jejím odchodem. Byla u všeho, všude propagovala naši diagnózu, a nás ostatní pobízela k činnosti, o které jsme si mysleli, že přece není až tak důležitá.

Ale je tu s námi i nyní, její náboj, její ... „ale to je velmi důležité“.

Ráda jezdila do Čech, zajímala se o aktivity Společnosti Parkinson, z. s., v roce 2014 byla jmenována čestnou členkou naší organizace.

Život jde dál, a nezůstat na místě, to je velmi důležité právě pro nás, pacienty



s Parkinsonovou nemocí. Měla jsem možnost spřátelit se se Slávkou Bobockou a její rodinou. V takových lidech, jako je Slávka a její Bohuš, je záruka, že nezůstaneme zapomenutí. Její osobní nasazení je udivující, stará se o všechny a o všechno. Jí vytvářený Zpravodaj je na vysoké úrovni, až vám závidím.

Přejme si navzájem do nového roku co nejpevnější zdraví, my už víme, jakou cenu má.

Srdečné pozdravy na Slovensko posílají přátelé z Čech.

Zdislava Freund
Předsedkyně
Společnost Parkinson, z. s.

Vážená pani Bobocká,

blíži sa koniec ďalšieho roka, teším sa na Vianoce, ktoré sú pre mňa sviatkom rodiny a spomienok. Súčasne ma nútia k zamysleniu nad uplynulými mesiacmi. Ďakujem vám a Spoločnosti Parkinson Slovensko, že ste mi otvorili oči. Problémy a ťažkosti, akými som bol zaťažovaný ja, sú malicherné v porovnaní s každodennými výzvami, ktoré musia zdolávať a prekonávať ľudia trpiaci

Parkinsonovou chorobou. Snaha, vôľa a chuť do života v ťažkých situáciách Parkinsonikov bola počas Medzinárodných športových hier v Tatralandii neopakovateľná. Rotary Club Martin síce trochu prispel k úspešnému zabezpečeniu ich priebehu, no boli ste to vy a vaši priatelia, ktorí dokázali zorganizovať, napriek zdravotnému znevýhodneniu, veľkolepé podujatie.

Prajem vám a Združeniu Spoločnosť Parkinson Slovensko nezlomnú vôľu bojovať, šťastie a radosť zo spoločných stretnutí, porozumenie a pochopenie

vášho okolia. No a aj zdravie, aby sa vám aspoň iné diagnózy vyhýbali...

*Ing. Ján Žiak
Past prezident
Rotary Club Martin*



Ocenený neurológ
Matej Škorvánek.
(Zdroj: UPJŠ)

Košický neurológ získal celoslovenské ocenenie

Dňa 8. novembra sa v Košiciach v rámci Týždňa vedy a techniky uskutočnilo odovzdávanie prestížnych ocenení pre vedecko-výskumných pracovníkov. V kategórii osobnosť vedy a techniky do 35 rokov si cenu prevzal pracovník Lekárskej fakulty UPJŠ v Košiciach, neurológ doc. MUDr. Matej Škorvánek, PhD.

„Práca, ktorú robím, ma veľmi baví a naplňa. Napriek skepticizmu, ktorý často zaznieva smerom ku kvalite vedy na Slovensku si myslím, že sa u nás dá robiť krásna veda na svetovej úrovni, čoho dôkazom sú aj mnohí ocenení počas ceremoniiálu,“ povedal Škorvánek.

Vedca ocenili za výskum v oblasti nemotorických a prodromálnych prejavov Parkinsonovej choroby.

„V klinickej medicíne môže človek pri úspešnej liečbe alebo správnej diagnostike zažiť menšie alebo väčšie úspechy prakticky každý deň, nečaká za to mimoriadnu chválu alebo ocenenia, pocit zo zmysluplnosti odvedenej práce pre dobrú vec je často úplne postačujúci. No samozrejme to veľmi poteší, ak dlhodobá práca nezostane nepovšimnutá a prináša výsledky,“ uzavrel ocenený vedec, ktorý pôsobí na Neurologickej klinike Lekárskej fakulty UPJŠ a UNLP Košice.

(prevzaté od UPJŠ a Košického Korzára)

VIANOČNÝ VINŠ

Vianočný vinš si prizval koledu,
vraj pôjdu, kam ich oči povedú,
hornatým krajom, šírou rovinou,
s tou tisícročia starou novinou,
že časy sviatkov ľuďom nastali.

Dieťaťko narodené v maštali
svet požehnáva znovu pokojom.
Nech privíta ho každý po svojom
a nech mu lásku sveta popraje.

Ako ono symbolom dobra je,
nech dobrá vôľa k nám si prisadne
a skutky naše nech sú príkladné,
nech k našim blíznym cestu zaviatu
vyznačia v snehu stopy návratu...
Vianočný stromček nech nám zarodí,
nech stôl je štedrý ako na hody
a v dušiach našich dobrá pohoda
nech v jasličkách to dieťa pohojdá.



abbvie

SVOJU PRÁCU ROBÍME SRDCOM A VŽDY MYSLÍME NA NAŠICH PACIENTOV.

Spojili sme zázemie silnej farmaceutickej spoločnosti so špičkovými biotechnologickými poznatkami, aby sme pomohli pacientom zvládnuť výzvy, ktoré denne podstupujú.

Zameriavame sa na vývoj nových liekov, ktoré zlepšujú pacientom kvalitu života a majú významné klinické účinky. Náš výskum je zameraný na oblasť neurológie, imunológie, onkológie, ochorenia obličiek, liečbu hepatitídy C, zdravie žien a starostlivosť o predčasne narodené deti.

www.abbvie.sk

