



# *Clementia News*

**Ročník 1**

**číslo 1**

**Marec 2020**

*Kresťanské a ľudové zvyky Veľkej noci*

*Cesta do kráľovstva kníh*

*Bylinkárium*

*Kluboviny – predstavujeme Vám ďalšie kluby*

*Varenie „Ein Topf“*

*Tradície na tanieri*

*Fašiangova veselica 2020*

*Krížovka a jarné smiešky od Bohumila Nováka*



**. 3 .**

### **Na slovíčko prosím**

Prihovori sa Vám riaditeľka CSS Clementia Ličartovce Mgr. Agáta Nirodová.



**. 4 .**

### **Kresťanské a ľudové zvyky Veľkej noci.**

Na Slovensku bola vždy Veľká noc bohatá na tradície a zvyky, z ktorých sa mnohé zachovávajú dodnes.



**. 6 .**

### **Cesta do kráľovstva kníh.**

Čaro našej knižnice nás častokrát zlákalo do svojich útrob, kde sme spoločne strávili zopár pekných chvíľ s knihou.

**. 12 .**

### **Varenie „eintopf“**

Podarilo sa nám uvariť veľmi chutné jedlo iba z jedného hrnca, alebo inak stew, Eintopf, či paella.



**. 16 .**

### **Fašiangová veselica 2020**

Z iniciatívy pani starostky našej obce sa dňa 22.02.2020 konal v kultúrnom dome v Ličartovciach II. ročník Fašiangovej veselice.

## **OBSAH**

### **NA SLOVÍČKO PROSÍM**

- 3 Prihovor riaditeľky CSS Clementia

### **VEĽKÁ NOC**

- 4 Kresťanské a ľudové zvyky Veľkej noci

### **LITERÁRNY SVET**

- 6 Cesta do kráľovstva kníh  
7 Cesta do kráľovstva poézie

### **BYLINKÁRIUM**

- 8 Bylinkárium

### **KLUBOVINY**

- 10 Kino klub  
11 Kreatívny klub  
12 Varenie „Ein Topf“

### **POCHUTNAJTE SI S NAMI**

- 13 Fazul'ová polievka s údeninou

### **ČO SME SPOLU ZAŽILI**

- 14 Tradície na tanieri  
15 Fašiangy v našej Clementii  
16 Fašiangová veselica 2020

### **PELE - MELE**

- 17 Čo nebolo v predchádzajúcom čísle, výhercovia, jubilanti

### **NAŠI OSLÁVENCI**

- 18 Oslávenci v mesiacoch január, február, marec

### **ZASMEJME SA S BOHUMILOM NOVÁKOM**

- 19 Krížovka a jarné smiešky

#### **Redakčná rada**

Mgr. Agáta Nirodová

PhDr. Ivana Uramová

Mgr. Ľudmila Vargovčíková

Zdenka Farbulová

Jana Tomášová

Mgr. Miroslav Kuľha

Vydáva CSS Clementia v Ličartovciach

Redakčná rada si vyhradzuje právo na úpravu článkov a fotografií vydaných v tomto časopise 2020



**Milí čitatelia a priaznivci Clementie,**

v čase, keď celým svetom otriasa koronavírus je nesmierne ťažké nájsť slová s pozitívnym charakterom. V hlave mi víria opatrenia, ktoré sme urobili a robíme, aby sme v čo najväčšej miere v Clementii ochránili seba a následne aj svojich blízkych či priateľov. Nuž ostáva už len veriť, že všetci sa budeme správať zodpovedne a týmto správaním mám na mysli to, že je nevyhnutné plniť všetky opatrenia ako využívanie ochranných prostriedkov, informovať o všetkých podozreniach a príznakoch koronavírusu, čo najviac sa zdržiavať v domácom prostredí a posilňovať svoju imunitu. To je to základné minimum, čo môžeme urobiť. Veď to viete, pretože sa o tom pravidelne hovorí vo všetkých médiách.



Ja chápem, že za iných okolností by náš každodenný život bol pestrejší, ale musíme to spoločnými silami zvládnuť. Verím aj v to, že príchod jari a teplejšie počasie nám umožní tráviť viac času v záhrade, ktorá by nám tento rok mohla priniesť aj väčšiu úrodu. Mám na mysli fakty, že situácia nám prinesie viac času na záhradu a pevne verím, že aj viac pracovitých rúk.

Premýšľam taktiež nad tým, že tohoročná Veľká noc bude ťažká aj pre niektorých našich prijímateľov sociálnej služby, nakoľko boli pominulé roky pri svojich rodinách, ale ani naši zamestnanci nebudú tráviť Veľkú noc ako v minulosti, preto Vás touto cestou všetkých prosím o vládne, úprimné slovo pre človeka, ktorý to bude potrebovať.

Dôležité pre ďalšie obdobie bude hlavne to, ako sa budeme k sebe správať navzájom, ako si budeme pomáhať, nakoľko sa budeme rešpektovať, tolerovať a v nekonečnej rade aj to ako empaticky budeme vnímať naše individuálne životy.

Zo srdca Vám prajem veľa zdravia a požehnanú Veľkú noc.

*„Láska Zeleného štvrtku, viera Veľkého piatku, nádej Bielej soboty a víťazstvo Veľkonočnej nedele, nech vás posilní a naplní pokojom, láskou a dôverou.“*

Mgr. Agáta Nirodová  
Riaditeľka CSS Clementia

# KREŠŤANSKÉ A ĽUDOVÉ ZVYKY VEĽKEJ NOCI.

*Poznáte ich?*

*Viete čo znamenajú?*

Nebolo to tak dávno, kedy sme si v predošlom čísle nášho časopisu priblížili vianočné zvyky a v nich ukryté čaro. Veď Vianoce a Veľká noc nepochybne patria k dvom najkrajším sviatkom v roku, preto nechceme zabúdať na ich obyčaje. Na Slovensku bola vždy Veľká noc bohatá na tradície a zvyky, z ktorých sa mnohé zachovávajú dodnes.



Veľká noc je popretkávaná symbolmi jari, ktoré aj do našej Clementie vnášajú atmosféru prebúdajúcej sa prírody a zrodu nového života. Vajíčka, kuriatka, zajačiky, či iné jarné motívy nám naladia náš domov na správnu veľkonočnú nôtu.



Počas vychádzky sme si priniesli niekoľko vetvičiek zlatého dažďa alebo vrby či bahniatka, na ktoré sme zavesili veľkonočné vajíčka. V tvorivých dielňach si pripravíme rôzne dekorácie, ktorými si vyzdobíme izby a spoločné priestory. Z vrbového prútia si upletieme korbáče a ozdobíme ich farebnými stužkami. Muži ich následne použijú na veľkonočný pondelok. Korbáčom šibú dievčatá, aby boli zdravé, plodné, šťastné a odohnali od nich každé zlo. V moderných dejinách sa pridalo aj používanie voňavky.

Medzi symboly Veľkonočnej noci patria baranček, bahniatka, kraslice, zajačik a kríž. Začnime **kraslicami**, ktoré poznajú všade vo svete. Sú najstarším symbolom a v podstate ide o pohanský znak. Kedysi sa kraslice farbili väčšinou na červeno, aby tak pripomínali Ježišovu krv. **Vajíčka** v náboženskom zmysle symbolizujú znovuzrodenie, ale aj prepojenie Starého a Nového zákona.



Ďalším symbolom sú **bahniatka**. Pôvodným symbolom je totiž palmová ratolesť, ktorou vítali Ježiša, no keďže u nás taký strom nerastie, našim symbolom sa stali práve bahniatka. Zvolili sa kvôli aktuálnemu obdobiu, keď začínajú rásť a po ich posvätení majú pre rodinu ochranný charakter.

**Kríž** sa stal symbolom z pochopiteľných dôvodov – kvôli ukrižovaniu Krista a používa sa iba v kresťanských rodinách. **Baranček** je symbolom Ježiša a taktiež spomienkou na jeho obetu. V biblii symbolizuje tiež chudobných a pokorných ľudí a preto sa zaradil i medzi znaky Veľkej noci.

**Zajačiky** a taktiež ich mláďatká odkazujú na prichádzajúcu jar, prinášajú požehnanie a ochranu.



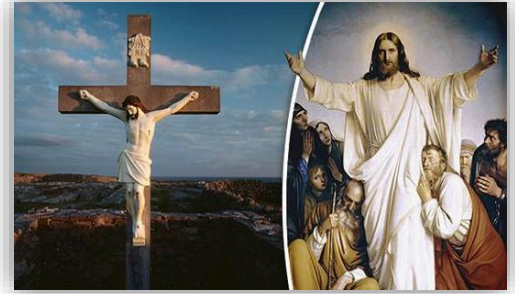
**Popolcovou stredou**, ktorá v tomto roku pripadá na 26. február, sa pre veriacich kresťanov začína 40 dňové obdobie pôstu. Počas neho sa veriaci duchovne pripravujú na najväčší sviatok kresťanského cirkevného roka – Veľkú noc. V rímskokatolíckej cirkvi je **Popolcová streda** spojená s prísnyim pôstom a zdržiavaním sa mäsitého pokrmu. Je to čas daný od Boha na očistu nášho duchovna, čas obnovy zanedbaného vzťahu s Bohom alebo s človekom. Je to čas pokánia, ktorý sa nedá stíšiť s pýchou v srdci.





**Veľký týždeň** sa začína **Kvetnou nedeľou**. Na kvetnú nedeľu sa v kostole posväcujú bahniatka, ktoré sa potom spália na popol a na budúci rok na Popolcovú stredu kňaz dáva týmto popolom znak kríža na čelo veriacim. **Zelený štvrtok** dostal názov podľa zelenej farby Olivovej hory, kde Ježiš začal svoje utrpenie. Tento deň bol „smútočný“, Ježiš slávil poslednú večeru so svojimi učeníkmi. V tento večer ustanovil dve sviatosti: Kňazstva a Eucharistie, resp. premenil chlieb a víno na svoje telo a krv. Večernou omšou na pamiatku Pánovej večere sa začína Veľkonočné trojdnie.

V deň **Veľkého piatku** je prísny pôst. Zdržiavame sa mäsitých pokrmov. Je dňom utrpenia, ukrižovania a smrti Ježiša Krista. Jeho „Krížová cesta“ je skutočným a silným príbehom, ktorý hovorí o tom, ako Boh poslal svojho Syna, aby nás vykúpil. **Biela sobota** je dňom, kedy Ježiš Kristus je pochovaný. Je to čas na tichú modlitbu pri Ježišovom hrobe. Vo **Veľkonočnú nedeľu** slávime jeho zmŕtvychvstanie. Zmŕtvychvstanie Pána je najväčšia slávnosť kresťanského cirkevného roka, v ktorej sa oslavuje Kristovo vzkriesenie a víťazstvo nad smrťou.



V tento deň, skoro z rána je zvykom požehňavanie veľkonočných jedál, ktoré súvisí so starou pôstnou disciplínou, ktorá hovorila o tom, že 40 dní sa veriaci mali zdržiavať nielen mäsitého pokrmu, ale aj pokrmov zo syra a vajec. Tieto jedlá veriaci prinášali v košíčkoch na požehnanie a po skončení 40 dňového pôstu bol tento pokrm doma požívaný na slávnosť Veľkej noci. Nechýbala v košíčku hrudka syra, pascha, vajíčka, údeniny napr. klobásky, šunka. Chýbať by nemal ani sladký baranček.

K veľkonočným sviatkom patrí po 40- dňovom pôste **dobré jedlo**. Na stole nechýbajú dobroty rôzneho druhu. Pri príprave sviatočného stola si vždy dáme viac záležať, než počas všedných dní. Na stoloch by nemali chýbať živé kvety, ktoré symbolizujú príchod jari.

Veľká noc je pre kresťanov najväčší sviatok, ktorý môžu prežívať s tým, že Ježiš položil za nás život. Veľká noc je čas, kedy sa šíri radosť a šťastie, ktoré Kristus priniesol do našich životov.

Veľkonočná doba končí až 50 - tým dňom slávnosťou Zoslania Ducha Svätého (Turíce).

Tak ako sa ožívujú kresťanské tradície na celom svete, tak je to aj každoročne v našej Clementii. V tomto období si viac obohacujeme duchovný život, pravidelne sa stretávame pri svätej omši, spoločných modlitbách a duchovnej meditácii. Ožívujeme si tieto zvyky aj na v kultúrno-duchovnom podujatí. Odložíme všetky myšlienky a starosti a spoločne sa vydáme na krížovú cestu v dramatickej hre „Krížová cesta“, ktorá je založená na hlbokom poslaní. Členovia nášho divadelného súboru Radosť sa netaja tým, že sú veriaci ľudia, ktorí túžia oslavovať Boha aj prostredníctvom umenia. Krížová cesta je úžasnou príležitosťou dotknúť sa podstaty viery.



Želám vám tie najkrajšie veľkonočné dni, nech vám Veľká noc prinesie veľa radosti, smiechu a pokoja a nech sa atmosféra týchto sviatočných dní prenesie i do zvyšku vášho života. Nech je poslom viery veľkonočný vinš, nech je i pre vás Veľká noc zrodom vrúcnej kresťanskej radosti. Nezáleží na tom, v ktorej krajine ste, aké náboženstvo vyznávate.

Veľká noc je obdobím jari, kedy sa prebúdzajú príroda a s ňou všetko živé, je obdobím, kedy sa aj v nás začína viac prejavovať radosť. Preto si užívajte toto nádherné obdobie roku plnými dúškami.

Zdenka Farbulová

# Cesta do kráľovstva kníh



Čaro našej knižnice nás častokrát zlákať do svojich útrob, kde sme spoločne strávili zopár pekných chvíľ s knihou, alebo bez nej, iba tak pri rozhovoroch, relaxačnej hudbe či s perom v ruke pri tvorbe vlastnej poézie.

Občas sme sa zahĺbili do spoločného čítania, ktoré na chvíľku rozjasnilo náš život. Veď knihy, ktoré na nás pozerajú z police našej knižnice, nie sú tam na to, aby ju zdobili, ale aby obohatili naše srdce i ducha.

Čítanie samo o sebe je úžasným aktom, ktoré nám ponúka iný svet, plný rozmanitých vôní, chutí a zážitkov.

V jeden marcový deň sme pripravili akciu „**Deň s knihou**“. Tento deň sa niesol v duchu múdrostí. Uskutočnila sa aj krátka beseda, v ktorej sme poukázali na históriu vzniku knihy, pôvod slova „knihy“, dozvedeli sme sa mnoho zaujímavosti o knižniciach, literárnej tvorbe, autoroch a pod. Pripravili sme aj malú výstavku kníh a časopisov. Všetci dobre vieme, že mesiac marec je „**Mesiacom knihy**“. Preto sme sa rozhodli, aspoň v tomto mesiaci

stretnúť s knihou aj každý deň. Stretnutie s knihou každý deň je samozrejme možné aj po iné dni, iba treba chcieť. Nemusí to byť iba v priestoroch knižnice, alebo na spoločných akciách venovaných tejto téme, ale aj v priestoroch izby, na relaxačných aktivitách, či počas teplých dní v záhrade. Jednoducho môžeme sa s knihou stretnúť kedykoľvek, kdekoľvek aj každý deň. Kniha môže byť našim spoločníkom, priateľom.

## Myšlienka dňa:

„Nie nadarmo sa hovorí, že ten kto nečíta, prežije len jeden život, ale ten, kto číta, ich môže prežiť tisíce...“

## Citáty:

„Čítať bez rozmyšľania je ako jesť bez vychutnávania.“ (Edmund Burke)

„Dobrá kniha nemá koniec.“ (R.D. Cumming)

„Knihy sú ako dvere. Otvoríte ich a vstúpite do iného sveta.“

(Jeanette Winterson)

## Viete že?

14. február, ktorý v kalendári patrí Valentínovi je aj Dňom darovania knihy?

2. apríl je Medzinárodným dňom detskej knihy?

23. apríl je Svetovým dňom knihy a autorských práv?

## Kalendár akcií – zaujímavých stretnutí:

Aj touto formou vám prinášame aktuálne informácie o živote s knihou, o tom čo sa bude diať, čo pripravujeme, ako a kde sa budeme prezentovať. Pripravujeme tieto spoločné podujatia: Literárne súťaže, kvízy, tvorivé písanie – Mám talent?, Deň otvorených dverí do našej knižnice, Exkurzia do Ekoparku v Prešove, knihomoľska akcia – Piknikové čítanie s priateľmi, besedy pod holím nebom a mnoho zaujímavých stretnutí pri práci v knižnici a na pravidelných stretnutiach Biblioterapie. Presné dátumy podujatí sa včas dozviete na informačných tabuliach v našej Clementii. Všetky tieto akcie vám môžu priniesť veľa zábavy, pohody a potrápia vaše „mozgové závitky“.

Tešíme sa na stretnutia s vami.

Pri čítaní nezabudnite byť v pohode a relaxovať. Dobrá kniha je osvedčený relax po náročnom dni.



Zdenka Farbulová  
Klaudia Tomajková

# Cesta do kráľovstva poézie

Tí, ktorí tam zabľúdili, chopili sa pera, rozprúdili básnickú krv a svoje pocity pretavili do poézie. Ak niekto z nich potreboval pomoc, bola mu podaná pomocná ruka či rada.

## Marec

Slnko už v marci viac hreje,  
ponáhľajú sa aj starci do novej nádeje.  
Snežienky spod snehu už vykukujú  
a ženy sa k svojmu sviatku ponáhľajú,  
čakajúc na nehu.  
Je to doba pôstna a niekedy rozmýšľaš  
o Ježišom umučení, o ľudskej zlobe.  
A predsa najväčší zmysel je v zmŕtvychvstaní  
nášho Pána.  
Vtáčiky usilovne trilkujú už známe melódie,  
aj lady sa lámu a nová jar už opäť žije.

**Milan Čech**

## 8. marec

V tento veľký deň, všetky ženy  
v úcte majme a láskou ich  
obklopujme.  
Každá zo žien si uznanie zaslúži,  
i kvet v náruči rada si podrží.  
Bud' me radi, že ich máme a na  
8. marec nezabúdajme!

**Marek Koval'ský**

## KNIHA

Ó, jak vzácny si poklad, kniha,  
môjmu srdcu najdrahšia.  
Si vzácny dar a nerozlučný priateľ.  
Kniha, ty si strom mojich vedomostí,  
radosti, šťastia a môjho života.  
No nemá cenu pre toho, kto nevie čítať.  
Drahá kniha, buď mi stále priateľom,  
v hĺbke srdca si môj vzácny dar.

**Peter Pošivák**



Dúfam, že ten kúsok tvorby našich amatérskych prispievateľov Vám spríjemnil čítanie vo voľnej chvíli. Ak si „snílek“, pridaj sa k nim, tvorivosti sa medze nekladú! Človek by sa mal zaujímať o umenie, mal by vnímať krásu okolo seba a k tomu patrí aj dobrá kniha či pekná poézia.

**Zdenka Farbulová**





Milí naši čitatelia

Vítam vás v rubrike „Bylinkárium“.

V dnešnom vydaní sa dozvieme ako predchádzať nachladnutiu, chrípke, bolestiam hrdla pomocou týchto liečivých bylín. V tomto článku sa taktiež dozvieme niečo o ich využití a ich účinkoch na naše zdravie.

K liečivým bylinkám sa zaraďuje veľké množstvo rastlín z našej prírody ako sú práve tieto :

*Dúška materina*

*Plúcnik lekársky*

*Baza čierna*

*Slez lesný*

*Skorocel kopijovitý*

*Podbel' liečivý*

*Divozel veľkokvetý*

*Prvosienka jarná*

*Fialka trojfarebná*

*Devätsil hybridný*

*Izop lekársky*

*Túžobník brestový*

*Zbehovec lekársky*

*Zádušník brečtanový*

*Lipa veľkokvetá*

V tomto článku si bližšie predstavíme účinky a využitie týchto bylín.

### **Dúška materina**

Bylinka obsahuje veľké množstvo silíc, flavonoidov, kyseliny ursolovej, trieslovín a horčín. Rastie na slnečných miestach, poliach a lúkach. Hlavným obdobím, kedy kvitne a najviac vonia sú mesiace júl a august.

#### Účinne napomáha pri:

Zápaloch horných dýchacích ciest a v oblasti tráviaceho traktu. Bylina má silné dezinfekčné a antiseptické pôsobenie. Používa sa pri zápaloch priedušiek, na tlmenie kašľa, pri astme. Dobré pôsobí pri tráviacich ťažkostiach, hnačkách a kŕčoch v oblasti brucha.



### **Divozel veľkokvetý**

Obvykle rastie divozel popri cestách, na okraji lúk a pri kamenistých stráňach. Pri zbere sa najčastejšie sa využívajú jeho listy a kvety. Divozel kvitne od začiatku júna až po koniec septembra, kedy sa aj najviac zbiera.

#### Účinne napomáha pri:

Zápaloch priedušiek, prechladnutí, angíne, chrípke, astme, zápaloch pľúc. Účinne podporuje vykašliavanie, uvoľňuje priedušky a priedušničky. Podporuje funkciu imunitného a lymfatického systému. Zlepšuje stav slizníc.





### **Podbeľ liečivý**

Podbeľ na jar kvitne ako jedna z prvých liečivých rastlín. Podbeľ je nielen liečivá, ale aj veľmi medonosná rastlina. Zberajú sa najmä kvety a listy a to hlavne v apríli a máji.

#### **Účinne napomáha pri:**

Kašli, astme, prechladnutí, chrípke. Bylina tlmí kašeľ a podporuje vykašliavanie, chráni sliznice dýchacích ciest. Listy pôsobia tiež ako ochrana sliznice čriev.

### **Skorocel kopijovitý**

Patrí medzi najznámejšie liečivé rastliny. Rastie hojne na lúkach, poliach a v trávnatých porastoch. Zberajú sa listy od júna do augusta. Skorocel má najmä protizápalové, antibakteriálne a sťahujúce účinky.

#### **Účinne napomáha pri:**

Zápaloch a kašli. Tlmí zápal v oblasti žalúdka a čriev. Má celkové antibiotické účinky. Pôsobí dobre na obličky, tlmí kašeľ a zlepšuje odkašliavanie. Pri vonkajšom použití veľmi dobre hojí rany, čistí rany a zbavuje ich hnisu.



### **Túžobník brestový**

Zbierajú sa prevažne kvety a to prevažne v júni a auguste. Účinne napomáha pri: Reume, opuchoch, horúčke. Túžobník lieči poruchu črevnej mikroflóry spôsobenú užívaním antibiotík alebo hnačkou.

#### **Účinne napomáha pri:**

Pôsobí proti zápalom kĺbov, reumatizmu, infekčným ochoreniam, podporuje potenie, tlmí infekčné hnačky, odstraňuje opuchy, lieči dnu a kĺbové výrastky, odstraňuje nežiaducu soľ z tela.

### **Prvosienka jarná**

Patrí medzi prvé jaré kvety. Je rozšírená takmer v celej Európe. Tento jarý kvietok je v mnohých krajinách chránený. Kvitne v marci až v apríli.

#### **Účinne napomáha pri:**

Produkcii a vykašliavaní hlienu, má silné antibakteriálne, antimykotické, protizápalové účinky. Zmierňuje bolesť má močopudné účinky a pôsobí ako antispazmodikum.

Prvosienka uľavuje od bolestí horných dýchacích ciest a urýchljuje ich liečbu, čo bolo preukázané aj klinickými štúdiami.



Pri prevencii a podpore imunitného systému používame listy Lipy veľkokvetej z ktorej sa pripravujú chutné a liečivé čaje. Taktiež sa z týchto rastlín vyrábajú aj liečivé sirupy: skorocelový, materinej dúšky alebo aj zo smrekového ihličia.

Pri prevencii sú účinné aj tieto rastliny : cibuľa, cesnak, citróny a citrusové plody ktoré obsahujú hlavne vitamíny ako vitamín C. Najčastejšie sa do čaju z liečivých rastlín pridávajú citrón z medom aby posilnili chuť a arómu čaju.

Tieto krásne rastliny sú jedným z najlepších výtvorov prírody. Ohromia nás svojimi arómami, potešia nás svojimi farbami a liečivou silou. Potešia nás ako hudba.

**Zdroj:** Příhoda Antonin, 1973, *Léčivé rostliny*, Vydání první, Štátní zemědělské nakladatelství v Praze roku 1973 ve sbírce Rostlinná výroba, Počet stran 184 a 80 strán barevné přílohy, ISBN 07-016.73.

Lucia Vicová

# KINO KLUB

V predchádzajúcom čísle Clementia News bol predstavený Filmový klub, ktorý pôsobil desať rokov pri CSS Clementia. Od januára 2020 sa premenoval na Kino klub a zmenila sa aj jeho náplň práce so stálymi členmi. Nosnou témou je premietanie filmov v našom kine, ktoré sa koná každý utorok. Začiatok premietania je podľa dĺžky uvádzaného filmu a pohybuje sa od 12:30 do 13:00 hodiny. V našom kine sú vítaní všetci, ktorých osloví a zaujme aktuálne premietaný film. Návštevníci kina si môžu pozrieť horúce novinky, filmy podľa výberu niektorého návštevníka kina, ale u viacerých aj obľúbené westerny a vojnové filmy.

Stáli členovia pripravujú Filmový žurnál, ktorý je video upútavkou pre premietanie filmov v našom kine. Ďalej v ňom moderátor Filmového žurnálu Peter Pošivák pozýva hostí na stretnutia, ktoré sa konajú dvakrát v mesiaci. Na záver Filmového žurnálu sa pozrieme na akcie a stretnutia, ktoré sa konali v Kino klube v predchádzajúcom mesiaci.

Kino klub pre návštevníkov kina pripravuje aj bulletiny a články vydávané k aktuálnym témam stretnutí. Bulletin s názvom Kinožurnál, vydávame raz mesačne v tlačenej podobe.

Lepšie spoznávať svet filmového priemyslu, ale aj krajiny a miesta nakrúcania filmov pomáhajú sporadicky vydávané časopisy. Kino klub počas roka ponúka štyri až päť čísiel takýchto časopisov. Časopis, ktorý vydal v marci, tvorí prílohu Clementia News.

Veľkým lákadlom a u všetkých obľúbeným lákadlom, je návšteva miest, kde sa nakrúcali známe filmy, alebo slúžili ako kulisy pre filmový príbeh. Takto sme spoločne navštívili Sabinov, miesto nakrúcania Oskarovho filmu Obchod na korze. Potešil aj zájazd do Tatier, kde sa v Tatranskej Lomnici točila česká komédia Anjel na horách alebo Štrbské pleso kde filmári východonemeckej spoločnosti DEFA nakrúcali Náčelník Veľký had.



Boli sme aj v Prešovskom Cinemaxe, kde sme mali možnosť prežiť pekný kultúrny zážitok. Čitateľ tohto článku si bude vedieť predstaviť to, čo ponúka Kino klub svojim priaznivcom a ako trávine spoločný čas v CSS Clementia Ličartovce.

Mgr. Miroslav Kul'ha



# Vitajte v dielni

Príroda je nádherný výtvor, navrhol ju ten najlepší architekt. Nejednen umelec sa prírodou inšpiruje. Najlepší vynález je ruka, tomu čo ju vymyslel by som dal Nobelovu cenu. Ruka je nástroj, s ktorým človek dokáže všeličo.

Keď si tak sadnem do dielničky s Evkou, Darinkou, Jožkom, Tiborom, Marošom, alebo hocikým čo príde, neviem sa vynadávať na to krásne pokojné divadlo, ktoré sa tam odohráva. Ľudia pokojne sedia a maľujú. Najradšej však pozorujem Evičku, je to ako ten najlepší nemý film; ale nie groteska, je to všetko vážne, poctivé, plné zmyselnosti. Taký žáner ani nie je, len z toho filmu máte dobrý pocit. Evka energicky maľuje už vopred odohraný scenár, ktorý sa rodí len v jej hlave. Keď maľuje, nikoho nepotrebuje, občas sa opýta, aj keď vie aká bude odpoveď. Evka, keď domaľuje, bez slova odloží papier, farby, ceruzky a ide preč. Odíde svojím spôsobom bez slov a energickým krokom, nikto nevie kam smerujú jej kroky, ale o chvíľu sa zas vráti. Príde nadobudnutá novou silou, akoby si bola dobiť batérie, alebo natankovať benzín, lebo jej svietila kontrolka. Opäť si berie papier, buď ten, ktorý nedomaľovala a ešte ho chce dokončiť, alebo nový „tabula rasa“. Evička pri práci rozpráva veľmi málo, väčšinou niečo povie, až keď dobiže baterky: „Ta co tak pocichy šedzice?“ „Možem zapnuc radio?“, alebo „Nemám ísc po Darinku?“ A keď jej odpoviem tak len dodá: „Ta dobre“, a ešte sa usmeje, ale nie je to obyčajný úsmev, je to také; he! he! Evička je super! Je pracovitá, ako včielky z jej obrazov. Mala už aj samostatnú výstavu. Prajem Evičke veľa tvorivých myšlienok.

A na záver ma už len napadá taká relativistická otázka. Čo bolo skôr vajce? alebo sliepka? Jasně, že vajce. Sliepka je už len nástroj na znášanie vajec. A čo bolo pred vajcom? No predsa myšlienka. 😊





# Varenie „Ein Topf“



Po určitom čase sme sa v rámci klubu labužníkov a kulinárov rozhodli opäť piatkové varenie zrealizovať trochu inak. Bolo to aj vďaka nášmu hosťovi, ktorý prijal pozvanie na toto piatkové varenie ešte začiatkom januára, kedy sa pripravoval plán aktivít nášho klubu. Hostom a zároveň šéfkuchárom piatok 21.2.2020 bola vedúca úseku SOK Mgr. Danko Lenártová, ktorá zvolila rýchlosť, jednoduchosť, no v závere sa nám podarilo uvariť veľmi chutné jedlo iba z jedného hrnca, alebo inak stew, Eintopf, či paella. Eintopf jedlá, teda pokrmy



pripravené v jednom hrnci, sú populárne takmer všade a to nielen kvôli spotrebe riadu. Tento nemecký kuchársky vynález sme ocenili v tento piatkový deň, pretože sa nám podarila chutná fazuľová polievka s údeninou, ktorá veru všetkým chutila. Veríme, že ak skúsate tento recept, ktorý nájdete v novom čísle časopisu Clementia News, oceníte ho aj vy sami.

Mgr. Ľudmila Cviková



# Fazuľová polievka s údeninou

## Ingrediencie:

300 g fazule

0,5 kg údenej krkovičky

2 ks údenej klobásy

2 – 3 ks mrkvy

1 – 2 ks petržlenu

1 ks kaleráb

1 ks zeler

1 ks cibuľa

3 – 4 strúčiky cesnaku

1 ks malý pór, prípadne  
zelenú cibuľu

Olej, hladká múka podľa potreby na zápražku

Sol', čierne korenie, červená mletá paprika, vegeta



## Postup:

Do väčšieho hrnca dáme variť deň predtým namočenú sušenú fazuľu, pridáme údenú krkovičku, klobásu, celú cibuľu, cesnak. Osolíme, okoreníme, pridáme mletú červenú papriku a necháme asi ½ hodinu variť. Medzitým si očistíme koreňovú zeleninu a zemiaky. Po cca ½ hodine pridáme umytú a na kocky nakrájanú koreňovú zeleninu a podľa potreby prilejeme vodu. Necháme ďalej variť a zemiaky pridáme ak už je zelenina skoro uvarená. Medzitým vyberieme z polievky krkovičku a klobásu, ktoré po miernom vychladnutí nakrájame a vložíme späť do polievky. Nakoniec si pripravíme zápražku a to tak, že v menšom hrnci zohrejeme olej a pridáme hladkú múku, ktorú neustále miešame až do zhnednutia. Ak je zápražka opražená, tak do nej pridáme studenú vodu a zamiešame ju do variacej polievky. Pridáme vegetu a podľa potreby dosolíme.

Mgr. Dana Lenártová



## Tradície na tanieri

Prijímatelia sociálnych služieb a zamestnanci Centra sociálnych služieb Clementia v Ličartovciach si 5. februára počas obeda pochutnali na tradičných zabíjačkových špecialitách. Samozrejme všetko čo predchádza tradičnej zabíjačke na dedine sa nekonalo. Suroviny od dodávateľov pripravili šikovné kuchárky tak, aby rozdiel v chuti, vône no aj v aranžovaní jedálne, sa čo najviac priblížili slovenskej tradícii zabíjačkových hodov. Krúpková polievka, jaternička, pečená klobása a kapusta s mäsom dosýta nasýtili všetkých. Veríme, že vám chutilo.



Zabíjačkové hody na tanieri neboli jediným špeciálnym dňom, ktoré kuchárky v našom zariadení pripravili. Ochutnať tu už mohli viaceré svetové, nie len tradičné domáce kuchyne. Konal sa už Deň maďarskej kuchyne, mexickej kuchyne, gréckej kuchyne, ale aj Deň zdravej výživy, kačacie hody... a pripravujeme ďalšie.



Tatiana Scholtésová vedúca SP



# Fašiangy v našej Clementii



Aj v našej Clementii sme sa opäť po roku spoločne zišli na fašiangovej zábave, ktorú sme zorganizovali dňa **20. februára 2020**. Táto oslava Fašiangového sviatku bola spojená s veselicom a typickým fašiangovým jedlom, šiškami s džemom. Odštartovali sme ju fašiangovými zvykmi, vinšami, spevom, tancom. Tento krátky kultúrny program pre nás pripravili členovia nášho dramatického súboru Radosť. Deň sme si spestrili aj rôznymi súťažami. Zašli sme tak trochu do hádankového, literárneho a rozprávkového sveta, kde sme si otestovali svoje vedomosti aj pohybovú zdatnosť. Poobede sme v zábave pokračovali.



Ďakujeme zainteresovaným osobám a prajeme všetkým, aby rok, ktorý nedávno začal, bol štedrý a bohatý ako tento fašiangový čas.

Zdenka Farbulová



## *Fašiangová veselica 2020*

Z iniciatívy pani starostky našej obce sa dňa 22.02.2020 konal v kultúrnom dome v Ličartovciach II. ročník Fašiangovej veselice, na ktorý boli pozvaní aj členovia z hudobno-dramatického súboru „RADOST“. S úspechom a vrúcny prijem obecnej komunity sa prezentovali svojím vystúpením pod názvom „Na valale vešelo“.



Bezprostredne po vystúpení nás oslovil pán učiteľ Tarasovič zo Základnej školy v Lemešanoch, a vyslovil uznanie klientom, ktorí aj napriek svojim osobitostiam dokážu nacvičiť, predniesť a zaujať svojím prejavom, individualitou, jednoduchosťou a úprimnosťou.

Sme radi, že aj takýmto spôsobom búrame bariéry a vykoreňujeme predsudky mnohých ľudí a tým začleňujeme našich klientov do sociálnej komunity našej obce.

Po vystúpení nás čakalo prekvapenie vo forme rôznych fašiangových jedál ako šišky s džemom, guláš a iné zabíjačkové jedlá, ktoré ku Fašiangom neodmysliteľne patria.

Za pozvanie veľmi pekne ďakujeme a tešíme sa na ďalšiu spoluprácu.

*Jana Tomášová*





## BENEFIČNÝ KONCERT „Tmavomodrý svet 2019“

V rámci projektu Sociálna inklúzia v Kultúre sa dňa **10.12.2019** uskutočnil v Košiciach benefičný koncert pod názvom „Tmavomodrý svet 2019“, na ktorom sa mali možnosť zúčastniť a realizovať aj členovia nášho dramatického klubu RADOSTĚ. Ďakujeme organizátorom tohto úžasného podujatia Združeniu FEMAN za pozvanie.

### Vianočné posedenie



Dňa 17.12.2019 sa uskutočnilo v CSS Clementia predvianočné posedenie klientov nášho zariadenia. Počas dňa si mali možnosť pozrieť vystúpenie hudobno-dramatického súboru Radosť, zasúť ažiť si, predviesť svoj talent v karaoké a pochutnať na sladkostiach.



### *Výherca*

Spomedzi prijímateľov, ktorí správne vyriešili krížovku uverejnenú v 1. čísle 0. ročníka časopisu Clementia News, bol redakčnou radou vylosovaný

**Peter  
ŠKVOR**



### *Výherkyňa*

Vylosovanou výherkyňou správne vyriešenej krížovky uverejnenej v 2. čísle 0. ročníka časopisu Clementia News sa stala

**Lenka  
PANČUROVÁ**

### *Naši jubilanti*

#### 30 rokov



**Róbert PANČURA**

#### 40 rokov



**Peter VARGA**

#### 50 rokov



**Gabriel SOLOHUB**

# *Naši oslávenci*

## ***Oslava narodenín v mesiaci JANUÁR***

Kicák Stanislav  
Čorňanič Marián  
Varga Peter  
Bilý Viliam

## ***Oslava narodenín v mesiaci FEBRUÁR***

Pančurová Lenka  
Foriš Ján  
Jarkovský Peter  
Virba František  
Koky Jozef  
Grocká Tatiana

## ***Oslava narodenín v mesiaci MAREC***

Bartko Jozef  
Čech Milan  
Frič Jozef  
Simoník Peter  
Pančura Róbert  
Mikula Ján  
Solohub Gabriel  
Bednár Jozef  
Jaroš Milan  
Cisko Patrik  
Gašparovičová Johana

*Oslávencom srdečne  
blahoželáme!*



# Krížovka a jarné smiešky

| Autor<br>Bohumil<br>Novák    | Ukaz.<br>Zámeno  | Kadenie                     | Transfor-<br>mátor<br>hovo-<br>ro-<br>vo | Pomoc:<br>III,                     | Krajská<br>oblasť       | Odpili<br>básn. | Korálka<br>bez dĺž-<br>ňa | Skenova-<br>nie    | Pomoc:<br>la                          | Zaručil | Napínala      | Nasával                          |
|------------------------------|------------------|-----------------------------|------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------|-----------------|---------------------------|--------------------|---------------------------------------|---------|---------------|----------------------------------|
| október<br>skr.              |                  |                             |                                          | tuhé pa-<br>livo                   |                         |                 |                           |                    | zm.prac-<br>schop.<br>Hlasno<br>htali |         |               |                                  |
| Ťavi<br>kríženec             |                  |                             |                                          | odpichla<br>tal.určitý<br>člen     |                         |                 |                           |                    |                                       |         |               |                                  |
| poudá-<br>val                |                  |                             |                                          |                                    | pooral<br>zošiva-<br>la |                 |                           |                    |                                       |         |               |                                  |
| pomoc:<br>nar,I-lan<br>Laos, | kridlo<br>odbome | Tajnička<br>spiatoc-<br>ník |                                          |                                    |                         |                 |                           |                    |                                       |         | ŠPZ<br>Kolína | Organiz.<br>Spojených<br>národov |
| odd.v<br>nemoc-<br>nici      |                  |                             |                                          | rakúska<br>rieka<br>ameri-<br>cium |                         |                 |                           | áčko bez<br>dĺžňa  |                                       |         |               |                                  |
| popevok                      |                  |                             | meno<br>psa                              |                                    |                         |                 |                           | ázijská<br>krajina |                                       |         |               |                                  |
| pokým                        |                  |                             | hmota                                    |                                    |                         |                 |                           | čínske<br>mesto    |                                       |         |               |                                  |

V krížovke je ukryté pomenovanie obdobia, v ktorom sa konajú karnevaly, rôzne zábavy a ktoré je pred pôstnym obdobím .

(správne riešenie napíšte na priložený lístok s vyplneným menom a vhoďte ho do schránky pri jedálni do 15.06.2020, výherca bude vyžrebovaný a zverejnený v budúcom čísle)

V krížovke z predchádzajúceho čísla časopisu Clementia News sa ukrývalo Vianočné a Novoročné želanie

VESELE VIANOCE A ŠTASTNÝ NOVÝ ROK

Výherkyňou sa stáva: **Lenka PANČUROVÁ**

## Aforizmy

*Cez poľovnícky ples, bol prázdný les.*

*Po hasičskom plese, nehorelo nič v lese.*

*Po fašiangovej hostine, sme zasmútili po víne.*

*Basu sme zakopali a pri tom sa nezasmiali.*

*Basu sme zakopali a pri tom sa prežehnali.*

*Fašiangy, fašiangy netreba na zábavu žiadne tanky.*

*Pôst sa začína, končí sa každá somarina.*

*Kto drží prísnu diétu, postí celý rok.*

*Judášsky groš je stabilná mena.*



JA MAM PRÍSNU DIÉTU TANČE  
POSTIM CELÝ ROK...



SUSEDA MY NEMÁME DOKONCA  
ANI PENIAZE NA PÔST...



VYŠIEL SOM AŽ SUŠEDOVU  
GUMENÚ ANIČKU...



TETA VODA JE OČAHÁ A  
KORBÁČ LACNEJŠÍ...

# Veľkonočné kreácie

Pred blížiacimi sa Veľkonočnými sviatkami v Kreatívnom klube klienti zhotovovali rôzne dekorácie. Výroba je zdĺhavý proces. Začína od samotného návrhu, vyrezávania, brúsenia, lepenia, povrchovej úpravy a natierania farbou. Pri takejto práci zavše musí pomôcť aj ergoterapeut.



Pri výrobe dekorácií človek príde na iné myšlienky, čas beží akosi rýchlejšie. Ponorí sa do sveta fantázie, na chvíľu zabudne na realitu a svoju chorobu. Ak pri tom počúva hudbu, tak zo seba uvoľní napätie. Takto sa môže sebarealizovať, lepšie spracovať svoje emócie a samotným tvorením sa snaží zmysluplne tráviť svoj voľný čas.

