



Mesto Brezno

Odbor starostlivosti o obyvateľa



Pohodáčik

apríl, máj, jún 2017



*Je tu pre Vás Pohodáčik
na oblohe ani mráčik
spríjemní Vám vaše chvíle
veď hlavne preto to robíme
prečítajte si naše články
v každom je kúsok pravdy
naše rôzne hlavolamy
potrápia aj múdre hlavy*

Ahojte ... Pripravili sme pre Vás ďalšie číslo nášho časopisu. Veríme, že aj v tomto čísle Vás zaujmú naše články, potrápíte si myseľ našimi krížovkami, zasmejete sa na vtipoch a hlavne tam nájdete dôležité rady pre zľahčenie vášho dňa či života.

Prajeme Vám príjemné chvíle s Pohodáčikom !

Zariadenie núdzového bývania „Náruč“

zariadenie sociálnych služieb v zmysle § 29 zákona č. 448/2008 Z.z. v znení n.p. s kapacitou zariadenia – 12 miest (5-, 4-, 3- lôžková izba)

Komu je zariadenie určené?

- fyzickým osobám ohrozeným správaním iných fyzických osôb, alebo ak sa stali obeťou správania iných fyzických osôb
- fyzickým osobám najmä s trvalým pobytom v meste Brezne

Aké služby poskytujeme?

- ubytovanie na určitý čas
- sociálne poradenstvo
- o pomoc pri hľadaní zamestnania (žiadosť o prijatie do zamestnania, motivačný list, životopis...), možnosť zriadenia e-mailovej adresy, využívanie internetových služieb
- pomoc pri uplatňovaní práv a právom chránených záujmov, pomoc pri vyplňaní tlačív, pri vybavovaní osobných dokladov (občiansky preukaz, preukaz poistenca, rodný list, sobášny list), spisovanie rôznych úradných podaní, žiadostí
- prevádzka zariadenia je 24 hodín / denne

Vytvárame podmienky na:

- prípravu stravy z vlastných surovín
- na vykonanie nevyhnutnej osobnej hygieny
 - pranie, žehlenie a údržbu šatstva a bielizne
 - záujmovú činnosť



Podmienky pre poskytnutie služby:

podanie žiadosti na MsÚ – odbor starostlivosti o obyvateľa

Úhrada za poskytované sociálne služby:

v zmysle VZN č. 11/2012, ktorým sa mení a dopĺňa všeobecne záväzné nariadenie mesta Brezna VZN č. 5/2012 o podmienkach poskytovania sociálnych služieb zariadeniach v zriaďovateľskej pôsobnosti mesta Brezna a ďalších sociálnych služieb

- klient neplatí za sociálne poradenstvo, pomoc pri uplatňovaní práv a právom chránených záujmov
- klient hradí náklady spojené s ubytovaním určené v zmysle zákona č. 448/2008 Z. z. v znení n. p.
- v prípade hospitalizácie klienta v zdravotníckom zariadení, klient hradí 50% stanovenej úhrady

Máj – mesiac lásky?

Už je tu! Máj – mesiac lásky! Vystriedal apríl – mesiac bláznov, ktorému predchádzal marec – mesiac knihy.

A nasledovať bude jún – mesiac poľovníctva.



Priatelia moji milí, rád by som Vám povedal pár slov, keďže k nám potichučky prišiel najkrajší mesiac Máj, mesiac lásky. Už veľa, veľa rokov je tradíciou, že sa v mestách aj na dedinách robia zábavy a veselice a stavajú sa Máje, vždy poslednú aprílovú noc. Taktiež si mnohý z Vás určite spomenú aj na tradíciu, keď mládenci stavali máje dievčinám, ktoré veľmi ľúbili a svoju lásku im prejavili postavením krásne vyzdobeného Mája v okolí ich domčeku. Je to jeden z najkrajších mesiacov v roku, keďže sa s ním veľmi úzko spája práve slovo láska. Každý z nás po nej tuží, každý z nás o nej sníva, každý z nás ju chce cítiť.... Pretože práve v tento mesiac ju pociťujeme oveľa silnejšie a intenzívnejšie. Ďalšou tradíciou bola a stále je bozkávať svoju milú, či milého po rozvinutou čerešni. Hovorí sa, že dievčina, ktorú milí pobozká pod čerešňou sa do roka vydá alebo že pár, ktorý sa takto pobozká bude naplnený láskou a spokojnosťou, dokonca že počne dieťaťko. Pránostík na tento mesiac je veľmi veľa a nádherných zvyklostí ešte viac. A ja Vám moji milí želám veľa, veľa čistej a úprimnej lásky. Aby Vaše očka žiarili šťastím, aby Vaše srdiečka naplnila radosť a pokoj a aby ste nekonečné šťastie a dni plné úsmevu prežívali nielen dnes, zajtra alebo tento mesiac, ale po zvyšok Vášho života.



RECEPTY

HLIVOVÝ GULÁŠ

200g hľiva ústřicová
1 ks paprika
1 ks cibuľa
cesnak
červená paprika mletá
rasca mletá
majorán
čierne korenie mleté
bobkový list
múka na zahustenie
soľ



Príprava gulášu z hľivy ústřicovej sa príliš nelíši od prípravy klasického gulášu.

No je v podstatne rýchlejšia a aj vegetariánska. Hlivový guláš si napriek tomu zachováva tú správnu gulášovú chuť.

FRANCÚZSKE ZEMIAKY

800g zemiakov
3 ks vajce
1 ks klobáska
1 ks šľahačková smotana
maslo
čierne korenie mleté
soľ



Prípravíme si francúzske zemiaky zo surových. Chuť zemiakov bude výraznejšia a takto pripravené francúzske zemiaky nám aj ušetria čas.

RYCHLÁ BUBLANINA

150g biely jogurt
1 ks prášok do pečiva
1 vajce
1 hrnček hladkej múky
4 lyžice cukru

ríbezle alebo iné ovocie podľa chuti

Preosiadu múku, cukor, prášok do pečiva, vajce a biely jogurt spolu vymiešame, čím nám vznikne tekuté cesto. Cesto vylejeme do maslom vymazanej a múkou vysypanej formy, alebo plechu. Na cesto nasypeme umyté ovocie. Pečieme v rúre vyhratej na 160 stupňov približne 20 minút.

Bublaninu pred servírovaním posypeme práškovým cukrom. Dobrú chuť!

Rady našej babičky



Bolesť ucha zaženie cibul'a. Veľkú cibuľu najemno nakrájame, položíme ju na obväz a vytvoríme vrečko. Trochu ho ohrejeme a priložíme na ucho aspoň na 30 minút.

Bolesť v krku zázračne vylieči šalvia. Dve kávové lyžičky šalvie zalejeme litrom horúcej vody a necháme 15 minút odstať. Čerstvý čaj kloktáme niekoľkokrát denne.

Je vám **zima na nohy**? Na tie je tu chren .Zalejte dve lyžice nastrúhaného chrenu pollitrom horúcej vody a nechajte odstať. Potom nohy ponorte na 15 minút do kúpeľa.

Med je dobrý na **posilnenie srdca** ,pretože prospieva k rozšíreniu vencových ciev a zlepšuje krvný obeh.

Spokojný spánok vypijeme pohár vody s medom, ktorá má vždy upokojujúce posilňujúci účinok.

Propolis tlmí bolesť a pôsobí protizápalovo. Postihnuté miesta natierame tenkou vrstvou.

Na **výron** použijeme zväzok chrenových listov, do ktorých nohu zabalíme. Prekladáme studenými obkladmi.

Kašeľ vyliečime nastrúhaným chrenom, ktorý zmiešame s medom. Zmes užívame ráno nalačno, hodinu po obede a večer pred spaním, vždy polovičku kávovej lyžičky.

1.jún-Medzinárodný deň detí

Je to deň venovaný našim najmenším. Deň, ktorý dospelý venujú detskému svetu, detským hrám, radostiam a detským srdiečkam. Deti sú kvety zeme, treba ich pestovať, starať sa o ne, nedovoliť im zahynúť. Venujte tento deň Vaším deťom, alebo deťom Vašich blízkych. Venujte im deň. Ich deň.


Medzinárodný deň detí

Na svete je veľa detí
a na všetky slnko svieti,
a každé si v srdci želá,
aby slnka bolo veľa.

Nechže z neba jasne žiari,
nech sa smeje mamke v tvári,
nech svieti na prahu dverí, aby deti žili v mieri.

Dnes buď, slnko, pošta zlatá
pre chlapcov i pre dievčatá,
pozdravy nes celým svetom
bielym, čiernym, žltým deťom.

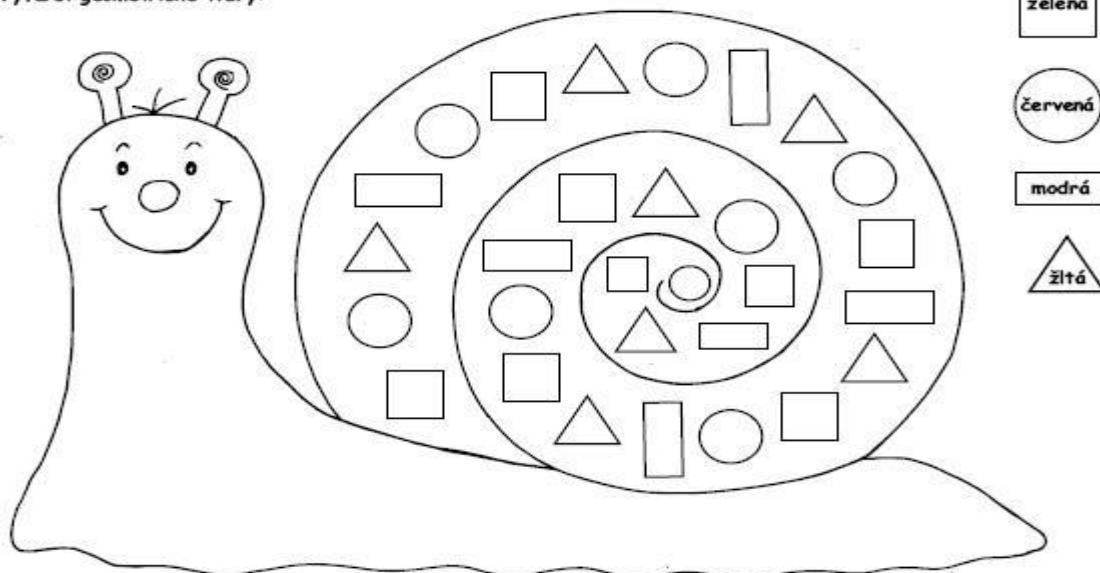


POMŮCKA: TAJ, LAIS, DREST, ŠIKA	KASÍNO (ANOL.)	ZMĚKČENÍ LÁTKY PŘI MÁCHÁNÍ	TAJENKA	KUS LEDU	„Pane vrchní, co jste mi to přinesl? Je to čaj nebo káva? Vždyť to chutná jako nafta.“ „Tak to bude káva. Čaj u nás chutná ...“			
NÁRADÍ (Hovor.)								
KOČOVNÍK								
ASUBSKÝ JELINEK					ŽENSKÉ JM. (15. 3.)	PŘEDLOŽKA	KULATÉ	FR. BÁSEŇ
JMÉNO PĚVCE ŽIDKA				MODLA CÍL MUŽSKÉ JMÉNO				
NAPODOBE- NÍMA								
OCHMELKA						RŮBNKY 51 POLOM		
 F	BOCHNÍK CHLEBA	ZN. TELLURU PATRIČI ENĚ			DĚDINA CITOSIL VÝSMĚCHU			
POCHÁZEJÍCÍ Z PERSIE							EBENOVO DRAMA	DAVIDŮV HROBA
CITOVÝ								
RŮBNKY 148				KOVOVÝ ODPAD ZN. MILIAMPERU				
JENOM (NÁŘEC.)					DRUH PAPOLUŠKA			
SÍDLO NA OSTROVĚ BOURNEO					ZÁHADA			

19

RELAXUJTE

Vyfarbi geometrické tvary:



VTIPKÁREŇ

Vyšiel pán pred polnocou z vinárne. Pred vchodom zbadal chalana asi tak okolo desať rokov: "Nemyslíš, že by si už mal byť dávno doma?"

"Prečo? Ja nie som ženatý. "

Janko, čo tam robíš?

Zatĺkajú klinec, mamička.

Nebuchnú sa do prsta!

Nebuchnú, nie som hlupák! Ona mi ho drží Anička.

HA HA!

Teplo sa veci rozťahujú, chladom sťahujú. Vymenujte, deti, nejaký príklad.

Prosím prázdniny. V lete sú dlhé dva mesiace, v zime len týždeň.

Príde policajt do obchodu a ide si kúpiť šiltovku. Vyskúša si tri a napokon povie:

- A taká so šiltom dozadu by sa nenašla?

Malý chlapec sa márne pokúša dočiahnuť na zvonček pri dverách.

Počkaj pomôžem ti povie mu okoloidúci starý pán a stisne zvonček.

Fajn dedo a teraz utekáme.

Malá Janka si pobalí kufrík, obúva sa a vtom sa jej mamička pýta:

Kam, slečna, kam? Janka na to: Nahnevala si ma, mamina, tak sa vraciam k bocianovi...

- Jožko, kde si si tak zašpinil ruky?

- Hral som sa na pieskovisku.

- A prečo máš dva prsty čisté?

- Lebo som potom pískal na psa.



.....zaujal Vás náš Pohodáčik?

Sme radi. Už teraz sa môžete tešiť na ďalšie vydanie.

