

METODICKÝ MATERIÁL

30
ROKOV
DOBREJ NOVINY
* ĎAKUJEME



JUŽNÝ SUDÁN



ETIÓPIA



UGANDA



KEŇA

ZAŽNIME HVIEZDY NÁDEJE



OBSAH

VÝCHODNÁ AFRIKA	3
TÉMA ROČNÍKA	5
AKTIVITY NA STRETKÁ	7
KOLEDNÍCKE PROGRAMY	18
KOLEDY	19
SÚŤAŽ	20
PRÍLOHY	21
KVÍZ	27



Čítajte **Rebrík** – dozviete sa veľa zaujímavého o **Dobrej novine**! Časopis **Rebrík** aj tento rok v každom čísle ponúka dobronovinové témy. **Hviezda Stelka** v rubrike **Hviezda DN** pútavo vyrozpráva históriu **Dobrej noviny**. Ako **bonus k 30. ročníku DN** prinášame komiks s názvom **Koledníci v Afrike**.



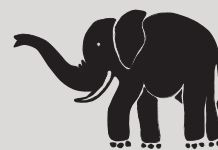
Chcete začínať hviezdy nádeje s eRkom aj po koledovaní s Dobrou novinou? Neváhajte a ozvite sa nám na erko@erko.sk alebo na 0907 713 169. Viac informácií na erko.sk/nadej.

Táto publikácia bola podporená z dotácií Ministerstva školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR v oblasti práce s mládežou, ktoré administruje NIVAM – Národný inštitút vzdelávania a mládeže.



ANIMOVANÝ FILM

Nový animovaný film nám priblíži príbeh 11-ročnej Ester z Kene. Navštevuje 5. ročník základnej školy pre deti s poruchami sluchu v Chisare. Okrem nezvyčajných modrých očí, čo je v týchto končinách veľkou raritou, má aj jeden nevšedný talent. Film **Zažnime hviezdy nádeje** si môžete pozrieť na našom YouTube kanáli. Stačí načítať tento QR kód.



TIRÁŽ

Metodické materiály **Dobrej noviny** vydáva eRko – HKSD pre svoju vnútornú potrebu.

Neprešlo jazykovou úpravou. Nepredajné. September 2024.

Občianske združenie eRko – HKSD podpísalo Kódex používania obrazového materiálu a podávania správ.

Svoje komentáre a výhrady môžete zasielať na adresu: kodex@erko.sk.

Pripravili: Zuzana Hallová, Kristína Kollerová, Jozef Magda, Miroslava Selecká, Miroslava Siteková, Monika Vojtašáková, Jana Debnárová, Matej Králik.

Ilustrácie: Jana Homolová, www.duplacreative.com

Sadzba: Dupla creative, www.duplacreative.com

Tlač: KOLDO – Daniel Kolek

Kontakt: eRko – HKSD, Miletičova 7, 821 08 Bratislava, tel: 0908 183 410, email: dn@erko.sk, www.dobranovina.sk

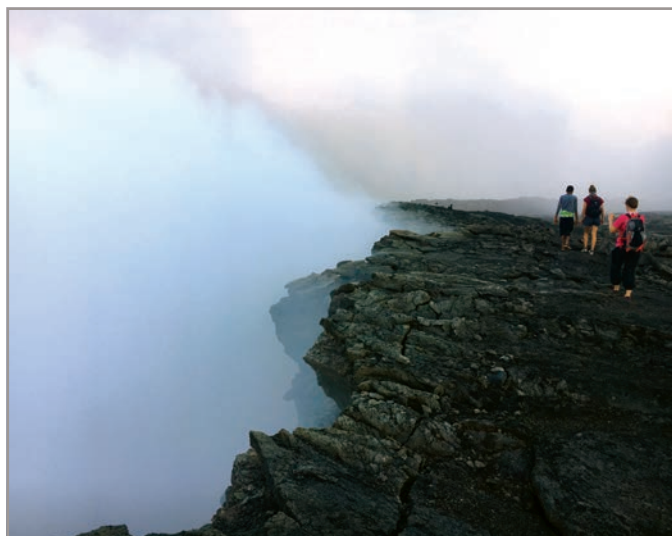
Nestačilo ti? 😊 Ďalšie tipy, inšpirácie a materiály nájdeš na www.dobranovina.sk v sekcii **Koledovanie / Metodika a inšpirácie**.



VÝCHODNÁ AFRIKA

Organizácia spojených národov OSN rozdeľuje africký kontinent na 5 hlavných regiónov: severnú, strednú, východnú, južnú a západnú Afriku. Dobrá novina sa už 30 rokov zameriava práve na región východnej Afriky, konkrétne na 4 z celkového počtu 18 krajín: Keňa, Uganda, Etiópia a Južný Sudán. Rozlohou, ako aj počtom obyvateľov je táto oblasť približne 50-krát väčšia ako Slovensko (2,5 mil. km², 246 mil. obyvateľov). Napriek tomu, že tieto krajiny spolu susedia, ide o veľmi rozľahlý, členitý a pestrý región. Niekedy sa môžeme stretnúť aj s pomenovaním Africký roh, najmä ak hovoríme o Etiópii a Keni.

Prírodu vo východnej Afrike formuje útvar známy ako **Východoafrická priekopová prepadlina**. Ide o údolie s dĺžkou 5 000 km, ktoré sa tiahne od Sýrie pri Stredozemnom mori cez Etiópiu, Keňu, Ugandu až do oblasti juhovýchodnej Afriky. V tejto oblasti už milióny rokov prebieha pomalé vzdalovanie sa africkej a arabskej litosférickej dosky (časti zemskej kôry). Šírka tohto údolia, niekde priam rokliny, sa pohybuje medzi 30 až 100 kilometrami a hĺbka dosahuje niekoľko stoviek metrov až kilometrov. Vďaka tomuto prírodnému úkazu sa tak môžeme kochať výstupmi na štíty ako Ras Dašan (4 533 m n. m.) v Etiópii či na druhý najvyšší vrch Afriky – Mt. Keňu (5 199 m n. m.), ale aj krásnymi vodopádmi či úchvatnými údoliami.



Dobrovoľníčka Mária Vidličková na okraji aktívnej sopky. O niekoľko miliónov rokov sa pravdepodobne východná časť Afriky od zvyšku kontinentu oddelí. Marianna Lásková, 2018.

Nejeden návštevník si v tejto časti Afriky prídje na svoje. Milovníci zvierat si v národnom parku **Maasai Mara** v Keni nenechajú ujsť septembrové veľké sťahovania pakoňov a zebier. Maasai Mara je ideálnym miestom, kde môžete stretnúť kompletnú africkú „veľkú päťku“ – leva, slona, leoparda, nosorožca a byvola. Samozrejme, musíte si dávať pozor aj na rýchle gepardy, prešibané hyeny, rýchle gazely či šakaly. Opakom tohto krásneho kúta Kene je **Danakilská púšť** na severovýchode Etiópie. Patrí k najhorúcejším a najsuchším miestam na svete s viac ako 30 aktívnymi sopkami. Priemerná ročná teplota tu dosahuje tropických 34,4 °C, takže horúce leto tu vládne doslova 365 dní v roku. Vzduch je pre ľudí takmer nedýchateľný. Pôda je tu neúrodná,



slaná a žltá od síry a iných jedovatých látok. Nie je teda náhodou, že Danakilu sa ušla prezývka „peklo na Zemi“. Prijemnou zmenou môže byť návšteva **pralesa Mabira** v Ugande len 50 km od hlavného mesta Kampaly. Miesto ako stvorené na piknik v prírode. Musíte sa mať však na pozore pred zvedavými opicami. Ak ostanete cez noc, môžete pozorovať aj vzácne druhy motýľov, vtákov a ktovie, možno stretnete aj prastarých potomkov kmeňa Nakalanga, ktorí obývali toto územie v pradávnych časoch.



Dobrovoľníčka Marianna pri toxickom jazere v Danakilskej púšti. Privítala ju teplota cez 45 °C. Dostatočné zásoby vody sú pri takomto výlete doslova otázkou prežitia. Marianna Lásková, 2018.

Hovorí sa, že my máme hodiny, no v Afrike majú čas. Ktovie. Na jednu zvláštnosť sa však pripravte. V Etiópii používajú **juliánsky kalendár**. Rok tu má 13 mesiacov – 12 tridsaťdňových a trinásty má 5, prípadne 6 dní. Tento juliánsky kalendár zaostáva za našim gregoriánskym o približne 7,5 roka.

Mnohých prekvapí, že **kresťanstvo** má v **Etiópii** dlhšiu tradíciu ako napríklad na Slovensku. Krajina je aj domovom jednej z najstarších kresťanských cirkví – Etiópskej ortodoxnej cirkvi. Okolo roku 326 nášho letopočtu prijal kresťanstvo vládca Aksumského kráľovstva po stretnutí so sv. Frumentiom. Etiópska kresťanská tradícia verí, že práve v Aksume v Kaplnke Tabúl pri Chráme Panny Márie Sionskej je uložená originálna archa zmluvy. Do Aksumu ju mal priniesť syn kráľa Šalamúna a kráľovnej zo Saby. Zaujímavosťou je, že prví kresťanskí misionári dorazili na kráľovský dvor kráľa Muteesu v susednej **Ugande** až o 1 500 rokov



neskôr, v roku 1877. O dva roky neskôr prišli do krajiny misiónári z Francúzska, ktorých nazvali aj Bieli otcovia (Spoločnosť Misionárov Afriky, fr. Missionnaires d'Afrique). Prezývku získali pre svoje typické biele oblečenie, ktoré nosia dodnes.



Festival „ašenda“ má v Etiópii dlhú tradíciu. Takto sa dievčatá chystajú na túto slávnosť v mestečku Alitena na severe krajiny. Marianna Lásková, 2018.

Vo všeobecnosti môžeme povedať, že **obyvateľstvo** týchto krajín je veľmi mladé. Až 4 z 10 ľudí majú menej ako 14 rokov. To znamená, že už dnes stoja pred otázkou, kde sa po ukončení školy milióny mladých ľudí zamestnajú. Podľa Africkej rozvojovej banky si každý piaty po skončení štúdia nevie nájsť prácu. Keď si ju nevie nájsť, čo ak by si pracovnú pozíciu sám vytvoril? Podnikanie môže byť skvelou príležitosťou. Podnikavý duch im určite nechýba. Ugandania sa zvyknú umiestňovať na popredných rebríčkoch ako jeden z najpodnikavejších národov. Pozitívny a proaktívny prístup mnohých obchodníkov, ochota dohodnúť sa a vyhovieť zákazníkovi sú v porovnaní so Slovenskom na úplne inej úrovni. Opýtajte sa kohokoľvek, kto túto krajinu navštívil.



V ugandskej dedine Irongo začal mladý muž s prezývkou „ananás“ podnikáť. Kúpil si mlyn na kukuricu a postavil preň jednoduchý domček z dosák. Dnes už melie kukuricu pre zákazníkov z ďalších troch dedín v okolí. Na pomoc si zamestnal dvoch pomocníkov. Dobrá novina, 2022.

Krásu kultúry môžeme obdivovať nielen v ľudových tradíciách alebo zvykoch. Múdrosť národa nachádzame aj v **prísloviach**, porekadlách, legendách či rozprávkach pre deti.

„Ešte nik nezbohatol z toho, že si nedoprial oddych. A nik ešte nepribral kvôli tomu, že porušil pôst.“ (Etiópia)

„Starí muži vysedávajú v tieni, pretože pred rokmi zasadili strom.“ (Uganda)

„Len človek, ktorý nikam necestoval, tvrdí, že jeho mama je najlepšou kuchárkou na svete.“ (Uganda)

„Zmeniť názor neznamená, že si predtým klamal.“ (Južný Sudán)

„Ak životom kráčaš so zlodejmi, naučíš sa kraďnúť.“ (Južný Sudán)

„Kto nehľadá dopredu, ostáva vždy pozadu.“ (Keňa)

„Hodnotu svetla si uvedomíme až vtedy, keď sa zotmie.“ (Keňa)



A ešte jedno príslovie z Etiópie, ako inak, o káve: Káva a láska chutia najlepšie, keď sú horúce. Dobrá novina, 2024.

Pripravili sme si pre vás aj **kvíz o zvykoch a tradíciách vo východnej Afrike**. Nájdete ho na konci týchto metodických materiálov. **Viac informácií a zaujímavostí o jednotlivých krajinách** nájdete v materiáloch z predošlých ročníkov Dobrej noviny. Nájdete ich na stiahnutie na webe **dobranovina.sk** v sekcii **Koledovanie / Metodika a inšpirácie**.





☀ TÉMA ROČNÍKA

V jubilejnom ročníku Dobrej noviny sa chceme tešiť z toho, že Boh požehnáva toto dielo už 30 rokov. Koledníci naprieč generáciami roznášajú radosť z Kristovho narodenia, ktorý túži vstúpiť do našich srdc. Dnes už koledujú deti prvých koledníkov, z čoho sa nesmierne tešíme. Sme plní vďačnosti za to, že sa nám spoločne podarilo udržať tradíciu koledovania živú a radostnú až do dnešného dňa.

Sami ste si všimli, že kolednícke stretká, nácvik koledníckeho programu a kolied zmobilizujú celú farnosť. Deti sa viac navštevujú a spoločne s rodičmi si chystajú krásne kostýmy. Návšteva koledníkov býva pre mnohých, najmä starších členov našich farností jednou z mála, ak nie jedinou návštevou počas Vianoc.



Koledníci Dobrej noviny z Hornej Lehoty. Anton Frič, 2024.

V eRku vnímame, že deti v posledných rokoch intenzívnejšie pociťujú samotu, strach z budúcnosti, ale aj strach z prijatia samých seba či z prijatia inými. Dôvodov by sme mohli menovať hneď niekoľko.

Potrebuje nádej. Nie je to niečo, čo nám niekto daruje alebo zrazu niekde nájdeme. **Postoji nádeje sa potrebujeme učiť. Ale ako?**



Všímajme si potreby ľudí okolo nás, naberme odvahu podať pomocnú ruku a pozvime k tomu aj našich kamarátov. Práve pri koledovaní s Dobrou novinou toto všetko zažívame.

Všímajme si potreby našich kamarátov v Afrike, premôžme našu pohodlnosť a prihlásme sa do koledovania. Aby nám bolo veselšie, privedme na naše stretko aj kamarátov. Nech sú naše dvere a srdcia vždy doširoka otvorené.

V nadchádzajúcom jubilejnom roku, ktorý otvorí Svätý Otec František symbolicky tieto Vianoce, sa chceme aj my ako koledníci pridať a radostne ohlasovať, že „Boh nikdy neopúšťa svoj ľud a vždy necháva dvere svojho kráľovstva otvorené“. Veď práve preto prichádza na tento svet.



Koledníci Dobrej noviny podporili k dnešnému dňu viac ako 420 projektov v 16 afrických krajinách sumou viac ako 16 miliónov eur. Dobrá novina.

Mottom 30. ročníka je heslo „Zažnime hviezdy nádeje“. Ako koledníci Dobrej noviny prinášame nádej do slovenských rodín a cez konkrétny prejav solidarity a štedrosti prinášame nádej na krajšiu a lepšiu budúcnosť ľuďom v ďalekej Keni, Ugande, Etiópii a Južnom Sudáne.





ŠTYRI KRAJINY, ŠTYRI PRÍBEHY

Tento rok podporíme štyri detské projekty v Keni, Ugande, Etiópii a Južnom Sudáne. Symbolizujú tému nádeje v živote detí - rovesníkov našich koledníkov. Budeme hovoriť o nádeji na život, na zdravie, na prijatie a o nádeji na odpustenie. Príbehy nájdete v prílohe 1 a 2.

Nemocnica Nepoškvrnenej Panny Márie v Mapuordite v Južnom Sudáne poskytuje kvalitnú lekársku starostlivosť pre spádovú oblasť s populáciou 200-tisíc obyvateľov. Predstavte si, že by sme mali len jednu jedinou nemocnicu pre celé Košice, naše druhé najväčšie mesto na Slovensku. Okolie nemocnice obýva kmeň Dinkov. Početné nezhody a rozbroje v posledných dvoch rokoch utíchli. Čo znamená mier pre samotnú nemocnicu a jej pacientov? Tehotné mamičky môžu pravidelne prichádzať na kontrolu a priviesť na svet svoje deti v bezpečnom prostredí nemocnice pod lekárske dohľadom. Kým nemocnica začínala pred 20 rokmi v provizórnych stanoch ako skutočná poľná nemocnica, v minulom roku tu ošetrili už viac ako 57-tisíc pacientov a na svet pomohli 762 deťom.

Detská nemocnica CURE v Mbale na východe Ugandy sa od roku 2000 špecializuje na neurochirurgické operácie detí s dôrazom na diagnózy hydrocefalu, rúžštepú chrbtice a nádorov mozgu. Hovoríme o skupine detí, ktoré aj dnes čelia mnohým predsudkom a škodlivým stereotypom v spoločnosti. Sú odsúvané, skrývané doma alebo odkázané na pochybnú liečbu samozvaných ľudových liečiteľov. Včasná odborná diagnóza a liečba znamená pre deti nádej na zdravý a plnohodnotný život. Dobrá novina každoročne podporí náklady na operáciu

45 detí, ktorých rodiny si to nemôžu finančne dovoliť. Tím sociálnych pracovníkov pravidelne navštevuje a vzdeláva komunitu. Dostatočnou osvetou možno mnohým prípadom predísť.

Základná škola sv. Františka v Chisare (čítaj Čisare) v Keni poskytuje od roku 2010 bezpečné prostredie pre deti so slucho- vým znevýhodnením. 53 detí tu dnes pod vedením Malých sestier sv. Františka zažíva prijatie, učia sa komunikovať so svojimi spolužiakmi a rodinou v posunkovom jazyku a navštevujú triedy základnej a nižšej strednej školy.

Život na severe Etiópie v regióne Tigray sa v roku 2020 zastavil. Najprv kvôli pandémie koronavírusu v marci, o pol roka neskôr tu vypukla vojna. Prímerie v novembri 2022 znamenalo šancu na návrat do „normálneho“ života. Školské brány sa opätovne otvorili v apríli 2023. Viac ako 1 800 detí a mladých sa vrátilo po trojročnej prestávke do školských lavíc **Materskej školy sv. Uršule a ZŠ s MŠ sv. Angely v meste Adigrat**. Počas návštevy v máji 2024 odovzdali zástupcovia Dobrej noviny **anjela pokoja** žiakom Základnej školy sv. Angely. Ten niesol modlitby a slová povzbudenia viac ako tisíce detí zo Slovenska. Školy navštevujú prevažne deti z chudobných rodín, z rodín bez otca či rodín vojnových utečencov. Predstavujú bezpečné prostredie pre deti, kde sa môžu za podpory učiteľov a odborníkov postupne vysporiadať s prežitými útrapami, učia sa odpustiť a znova sa začleniť do kolektívu.



eRko sa spoločne s ďalšími organizáciami zapojilo do humanitárnej zbierky Spolu pre Etiópiu v roku 2021. Na túto aktivitu sme nadviazali iniciatívou Mier pre Tigray, do ktorej sa zapojilo viac ako tisíc detí z celého Slovenska. Anjela pokoja sme odovzdali deťom na základnej škole v Adigrate v máji tohto roka. Dobrá novina, 2024.





✱ AKTIVITY NA STRETKÁ

Milí animátori,

opäť vám prinášame veľa aktivít, ktoré môžete použiť na vyskladanie si koledníckeho streťka. Témou tohto ročníka je Zažnime hviezdy nádeje. Cez rôzne druhy aktivít budete deťom približovať tému nádeje, príbehy detí z projektov, región a kultúru východnej Afriky. Aktivity rozdeľujeme na modlitby, hravé, tematické, diskusné a tvorivé. Veríme, že si vyberiete! 😊

Keďže Dobrá novina oslavuje 30 rokov, prinášame vám rovno štyri príbehy, aby aj cez ne koledníci mohli vnímať veľkosť tohto diela a veľkosť ich pomoci. Každá aktivita má aj vzdelávací charakter, a preto vás veľmi chceme povzbudiť, aby ste na vaše kolednícke streťka okrem nacvičovania koledníckeho programu, ktorý je veľmi dôležitý, zaradili aj aktivity z týchto metodických materiálov.

Na našej stránke dobranovina.sk v časti Metodika a inšpirácie nájdete všetky podklady ku koledníckym streťkám aj archív z minulých ročníkov.

Potešíme sa spätnej väzbe na aktivity na streťka, ktorú môžete napísať na dn@erko.sk alebo v zápisnici.

✱ MODLITBY

Pozývame vás modliť sa rôznymi spôsobmi a využívať pri tom svoje zmysly. Každá modlitba obsahuje text, ktorý rozpráva animátor, a príbeh dieťaťa z krajiny východnej Afriky (ten môžeme dať prečítať dieťaťu počas modlitby) a inštrukcie. *Pasáže, ktoré čítame nahlas, uvádzame kurzívou.* Všetky modlitby sú vhodné ako úvodná aj záverečná modlitba.

Ja sa modlím obrázkami... (nádej na zdravie)

Pomôcky: kartičky s obrázkami na vymaľovanie (v prílohe 3), čisté kartičky pre staršie deti na nakreslenie vlastných obrázkov, ceruzky, pastelky, nožnice.

Pribeh: Keď sa učíme nové slová a nové veci (napr. aj po operácii), sú to práve obrázky, ktoré sú pre nás dobrou pomôckou. Práve preto spájame modlitbu s obrázkami práve s projektom Detskej nemocnice CURE v Ugande.

Ahoj, volám sa Nisha (čítaj Niša). Vďaka operácii v detskej nemocnici CURE som dostala nádej na nový a zdravší život. Zdravie pre mňa nie je samozrejme a som vďačná nielen zaň, ale aj za každodenné drobné veci. Pozývam k vďačnosti aj vás kamaráti. Každý deň určite máme viacero dôvodov na vďačnosť. Často sú to drobnosti, niekedy však aj väčšie veci či udalosti.

Deti môžu pomenovať, za čo sú vďačné, a následne to nakresliť. Prípadne už prejdeme priamo ku kresleniu. Pre mladšie deti nájdete v prílohe kartičky s obrázkami. Staršie deti si nakreslia a vymaľujú vlastné.

V tomto ročníku oslavujeme 30 rokov Dobrej noviny. Aj to je veľmi dobrý dôvod na vďačnosť. Za všetko, čo sme za taký dlhý čas

dostali, za každé požehnanie, milosť, radosť, ale možno aj za tie náročnejšie chvíle.

Keď máme obrázky nakreslené, každý postupne poďakuje a obrázok/obrázky položí do stredu. Môže, samozrejme, poďakovať aj za to, čo nemá nakreslené. Na záver sa spoločne pomodlíme trikrát Sláva Otcu.

TIP:

Z obrázkov môžeme vytvoriť spoločné leporelo. Dajú sa využiť na výzdobu, prípadne aj ako obetný dar na vysielacke.

BONUS

Ak by ste mali čas, odporúčame si spoločne pustiť síce staršie, ale veľmi pekné a tematicky vhodné video *Ďakujem za... DN mení môj život.*



Ja sa modlím gestami... (nádej na prijatie)

Pomôcky: video s modlitbou „Otče náš“. Ukazovať treba pravou rukou. Video si môžete spomaliť, alebo si pozrite videá jednotlivých slov na posunky.sk v časti slovník.

Pribeh: Každý z nás nosí v srdci túžbu po prijatí. Jedným zo znakov prijatia je aj schopnosť vzájomne si porozumieť. Práve preto spájame nádej na prijatie s naším projektom Základnej školy sv. Františka pre deti s poruchami sluchu v kenskom Chisare.

Ako sa máš? Verím, že dobre. Som Ester a chcem ťa naučiť jednu modlitbu. Teda presnejšie ťa chcem naučiť modliť sa ju špeciálne, keďže ju určite poznáš. Naučil nás ju sám Pán Ježiš a je to modlitba „Otče náš“. Možno nikdy nebudem dokonale počuť, ako „Otče náš“ znie, ale určite viem, ako vyzerá :-).

Spoločne s deťmi sa najskôr pomodlíme „Otče náš“ spôsobom „kolotoča“, že pôjdeme postupne do kruhu a každé dieťa povie jedno slovo: Otče – náš – ktorý – si – na... Následne sa podľa obrázkov z prílohy naučíme zopár posunkov. Znova sa pomodlíme, no tentoraz už všetci spoločne a dané slová, ktoré v modlitbe posunkujeme, už nevyslovujeme nahlas, len ich dobre odartikulujeme.



**TIP:**

S deťmi sa môžeme naučiť aj zopár iných posunkov mimo modlitby Otče náš, napr. Dobrá novina alebo Zvestujeme Dobrú novinu, alebo len jednoduchý "Dobrý deň" a pod. Deťom sa to veľmi páči a majú na to skvelú spätnú väzbu. Môžete im napr. aj skúsiť niečo ukázať a deti majú hádať, čo to je. Inšpiráciu nájdete na stránke posunky.sk.

BONUS

Sv. omša v posunkovom jazyku počas adventného obdobia z minulého roka. Modlitba Otče náš od 36 min. 15 s.

**Ja sa modlím piesňou... (nádej na odpustenie)**

Pomôcky: nahrávka novej koledníckej piesne, modlitba koledníka, rozmnožený text piesne Si mojou skrýšou, ceruzky alebo perá na podčiarkovanie.

Priebeh: V našom živote je často veľa hluku. Niekedy je veľmi silný a nepríjemný. V čase vojnového konfliktu sa ešte znásobuje. Práve vtedy hluk nepanuje len navonok, ale predovšetkým v ľudských srdciach, ktoré sú zasiahnuté hnevom, agresiou, ale aj bolesťou a neodpustením. Práve Etiópia je tou krajinou, ktorá bola v posledných rokoch veľmi skúšaná vojnovým konfliktom. Tak veľmi túži počuť „lahodnú pieseň“ pokoja, lásky a odpustenia.

Pokoj s tebou, pozdravujeme ťa. Voláme sa Eldana Yohannes (čítaj Eldana Johanes) a Eyoab (čítaj Ejob) a posledné roky sme strávili v hluku vojny a všetkých jej zvukov. Veľmi túžime po tom, aby pokoj vydržal, aby utíchla nenávisť najmä v ľudských srdciach. Máme radi hudbu a často si spievame len tak pre seba. Hovorí sa, že ticho a hudba liečia. Kiežby pomohli zahojiť všetky rany.

Pri tejto modlitbe môžete využiť viac alternatív. Jednou z nich je naučiť sa a zaspievať si v rámci modlitby novú kolednícku pieseň. Môžete rozmnožiť text piesne Si mojou skrýšou. Deti si vyznačia, čo ich v texte oslovilo, a potom to povedia nahlas. Danú pieseň si spoločne aj zaspievajte.

Dôležitým aspektom je práve milosť odpustenia. Staršie deti môžeme sprevádzať touto témou práve cez odpustenie v ich vlastnom živote. Vyzveme ich, aby si spomenuli na ľudí, ktorí im nejakým spôsobom ublížili. **Určite to nehovoríme nahlas.** Potom si môžeme spomenúť na ľudí, ktorým sme ublížili my. Spolu si môžeme za všetkých týchto ľudí zaspievať pieseň. Lebo kto spieva, dvakrát sa modlí.

Pri tejto modlitbe odporúčame využiť modlitbu koledníka. Deti môžu zdieľať slová, ktoré ich oslovili, rovnako ako pri piesni Si mojou skrýšou. Do pozadia môžete pustiť jednoduchú inštrumentálnu hudbu.

Modlitba koledníka (inšpirované apoštolskou exhortáciou Christus vivit, 33 a Bar 3, 34 - 35):

Pane, Ty pre nás zažíš hviezdy, aby sme mohli kráčať ďalej.

Ty sám, Pane, si pre nás svetlom nádeje a sprievodcom v našej noci. Daj nám odvahu zažívať hviezdy v životoch našich bratov a sestier, nielen v našom okolí, ale aj na africkom kontinente.

Voláš nás začať hviezdy nádeje, ktoré prinášajú Tvoje svetlo do životov detí a mladých ľudí. Nech toto svetlo rozžiari akúkoľvek tmú. Nech aj vďaka nášmu koledovaniu prichádza do tohto sveta viac nádeje na život, prijatie, zdravie, odpustenie, radosť a lásku. Amen.

TIP:

Môžete si spolu s deťmi zhudobniť pripravenú modlitbu koledníka.

BONUS

V tomto playliste nájdete viaceré etiópske piesne, jednou z nich je aj pieseň My hope – Moja nádej. Môžete si ich s deťmi spolu pustiť počas stretka, prípadne aj počas modlitby.

**Ja sa modlím rukami/tvorivo... (nádej na život)**

Pomôcky: obrázok Panny Márie z prílohy (príloha 4), materiál na jeho dotváranie v závislosti od veku detí – pastelky, natrhané malé farebné papieriky, prstové farby, rôzne potraviny (šošovica, hrach, koreniny), úlomky zo starých kachličiek a obkladačiek a pod., lepidlo, kartón, ktorý podložíme pod obrázok.

Priebeh: Práve v adventnom období si viac uvedomujeme zázrak života, ktorý prichádza na tento svet. Každý počatý život je zázrakom, zatiaľ malým a krehkým. Aj vďaka starostlivosti v Nemocnici Nepoškvrnenej Panny Márie v Južnom Sudáne je nádej na život silnejšia a väčšia.

Ahoj, ešte ma nie je vidno, ale už rastiem v mamkinom brušku. Tak ako Pán Ježiš rástol pod srdcom Panny Márie. Aj keď som tu v bezpečí, ešte som veľmi zraniteľné. Verím, že všetko bude v poriadku a ja budem mať možnosť uzrieť v plnosti tento svet.





S deťmi si pripomenieme, na koho príchod sa počas adventu pripravujeme. Môžeme im spomenúť dôležitosť ochrany života od počatia po prirodzenú smrť, zároveň jeho krehkosť. K Ježišovmu príbehu pripodobníme príbeh mnohých detí a ich mamičiek, ktoré ich nosia pod srdcom. Počas modlitby budeme spoločne vytvárať obrázok Panny Márie s Ježiškom. Techniku jeho vytvárania môžete vybrať s ohľadom na vek detí v skupine. Kreativite sa medze nekladú, nie je však vhodné, aby snaha o umelecké dielo prevýšila zmysel a obsah modlitby.

TIP:

Ak vnímate, že lepenie, prípadne kreslenie by bolo počas modlitby veľmi rušivé, môžete si obrázok vytvoriť počas stretka a v záverečnej modlitbe poďakovať za dar života, za milosť narodiť sa, za naše mamy a pod. Modlitbu ukončíme spoločnou modlitbou k Panne Márii Pod Tvoju ochranu.

Spoločné vytváranie obrázka má aj iný rozmer: podporujeme v deťoch angažovanosť, každý môže priložiť ruku k dielu. Každý má svoj malý „dielik“ (papierik, pastelku, kus obkladačky...). Spoločne sa však nádej znásobí.

TIP 2:

Vytvorený obrázok sa môže stať stálou súčasťou našej strekárne, môžeme si ho zavesiť, resp. umiestniť do nášho „modlitbového kútika“.

prvá skupinka, kde jeden člen skupiny predvádza pantomímou slovo alebo názov koledy. Samozrejme, bez použitia slov či zvukov. Predvádzajúci má 1 minútu na to, aby jeho skupina uhádla slovo alebo názov koledy. Následne pokračuje druhá skupinka. Dbáme na to, aby sa v každej skupinke vystriedali všetky deti, ktoré predvádzajú slovo či koledu z kartičky. Skupinka, ktorá uhádne najviac slov alebo kolied, vyhráva. Na záver sa s deťmi zhovárime o tom, ktoré slová alebo koledy boli najťažšie a prečo. Taktiež si v závere aktivity môžeme niektorú z kolied spoločne zaspievať alebo vymyslieť novú ukazovačku.

TIP:

Kartičky si pripravíme ešte pred stretkom. Ak máme viac času na stretku, tak aktivitu začneme tým, že rozdáme každému dieťaťu malé papieriky, na ktoré napíšu buď slová súvisiace s Vianocami, alebo názvy kolied. Môže sa však stať, že sa slová a koledy budú opakovať. Ak si predvádzajúci vytiahne rovnaké znenie, ktoré už ukazoval, papierik odloží a vytiahne si ďalší.

Slová spojené s Vianocami (pre mladších): vianočný stromček, Ježiško, anjel, snehuliak, darček, sánky, betlehem, vianočný zvonček, vianočná hviezda, snehová vločka, kométa, vianočné ozdoby, sviečka, perníček, adventný veniec, polnočná omša, vianočná večera.

Kartičky s názvami kolied (pre starších): Tichá noc; Narodil sa Kristus Pán; Pásli ovce valasi; Do hory, do lesa; Daj Boh šťastia tejto zemi; Búvaj, dieťa krásne; Ó, chýr preblahý; Rolníčky, roľníčky; Čas radosti, veselosti; Na nebi hviezdička; Podme, bratia, do Betléma; Pastieri, vstávajte; Dobrá novina - šťastná hodina.

HRAVÉ AKTIVITY**Komunikačná hra: Koledy trochu inak**

Cieľ: Deti v Chisare v Keni sú nepočujúce a dorozumievajú sa posunkami. Niekedy sa nám stáva, že druhých počúvame len na „pol ucha“. Nasledujúca aktivita nás naučí, ako sa viac sústrediť na to, čo nám chcú druhí povedať. Podobne ako deti v Chisare. Keď sa chcú niečo dozvedieť, musia pozorne sledovať posunky svojich spolužiakov či učiteľov. Touto hrou chceme posilniť naše schopnosti pracovať ako jeden tím.

Vek: 8 – 12 rokov

Pomôcky: kartičky so slovami spojenými s Vianocami (pre mladších), kartičky s názvami kolied (pre starších; príloha 5), stopky.

Priebeh: Rozdelíme deti do dvoch skupín (ak máme viac detí, vytvoríme viac skupín). Vysvetlíme im pravidlá hry. Hru začína

Interkultúrna hra: Spoznaj viac východnú Afriku

Cieľ: Touto aktivitou si ukážeme, aké rôznorodé sú krajiny východnej Afriky, ako aj to, aké dôležité sú vzájomný rešpekt a porozumenie. Nemusíme sa báť spoznávať nové krajiny, pretože vzájomne sa môžeme od seba naučiť veľa nového a pekného. Cieľom aktivity je pochopiť a oceniť rôzne kultúry a ich zvyky a tradície.

Vek: 9 – 15 rokov

Pomôcky: informácie o kultúrach, zvykoch a tradíciách krajín východnej Afriky, kartičky s popismi kultúrnych zvykov, materiál na tvorbu plagátu (fixky, pastelky, výkresy, časopisy).

Priebeh: Deti rozdelíme do skupín, každá skupina reprezentuje jednu z krajín: Keňa, Uganda, Etiópia a Južný Sudán. Každá skupina dostane jednu kartičku s popisom. Skupina si pripraví





krátku prezentáciu o svojom zvyku (scénka, plagát... kreativite sa medze nekladú). Kde sú k dispozícii QR kódy, animátor môže deťom prehrať názornú ukážku. Následne každá skupina predstaví svoj kultúrny zvyk ostatným. Ostatné skupiny hádajú, čo daný zvyk znamená alebo aký má význam. Po predstavení kultúrnych zvykov spoločne diskutujeme o tom, aké sú podobnosti a rozdiely medzi zvykmi jednotlivých krajín. Môžeme sa opýtať detí na ich vlastné kultúrne skúsenosti a zvyky (napríklad na dovolenke).

Kartičky

Keňa

1. Jambo (čítaj džambo): v Keni je bežné pozdraviť sa slovom „Jambo“, čo znamená „ahoj“ vo svahilčine. Pozdrav je dôležitý v každodennom živote a ukazuje rešpekt voči druhým.
2. Masajský skok: masajskí bojovníci sú známi svojím tradičným tancom, kde skáču do výšky. Tento tanec je súčasťou ceremónií a slúži na prejavenie odvahy a sily.
3. Nyama choma (čítaj ňama čoma) – grilovanie mäsa: je obľúbenou činnosťou počas stretnutí a osláv. Ide o spoločenskú udalosť, kde sa ľudia stretávajú, aby jedli a rozprávali sa. Na podnosoch pred vami nájdete rôzne druhy mäsa a príloh.

Uganda

1. Matoke: je tradičné ugandské jedlo z uvarených alebo upečených zelených banánov. Je základom stravy v mnohých domácnostiach a často sa podáva s arašidovou omáčkou, zeleninou alebo mäsom.
2. Tanec Baganda: tradičný tanec v ugandskom kráľovstve Buganda. Zahŕňa energické pohyby a bubnovanie. Tance sa vykonávajú pri rôznych príležitostiach vrátane svadieb a kráľovských obradov.
3. Základy jazyka Luganda: v Ugande sa zdravíte „Wasuze otya?“ (čítaj vasuze otja) – Ako sa máš? Odpovedáme „Nasuze bulungi“ (čítaj nasuze bulundži) – Spal som dobre. Tento pozdrav ukazuje záujem o zdravie druhých. Dostatok spánku je pre zdravie veľmi dôležitý.

Etiópia

1. Káva: v Etiópii je príprava a pitie kávy dôležitým rituálom. Tradičná kávová ceremónia zahŕňa praženie kávových zŕn, varenie kávy a jej podávanie v troch kolách spoločne s pukancami.
2. Injera (čítaj indžera): je kysnutá placka, ktorá sa podáva na veľkom podnose a na nej sú na kôpkach poukladané rôzne omáčky a prílohy. Je to základná potravina v Etiópii a hrá dôležitú úlohu v kultúrnych a rodinných stretnutiach.
3. Gursha (čítaj gurša): je akt zdieľania jedla, keď si naberie jedlo do ruky a doslova ním kŕmite spolusediaceho. Tento zvyk symbolizuje priateľstvo a úctu.

Južný Sudán

1. Štrbina v zuboch: Často stretnete mužov s chýbajúcimi prednými zubami. Nebojte sa, nezapojili sa do bitky. U mužov je zvykom nechať si vytiahnuť predné zuby (zväčša spodné jednotky) ešte v mladosti. Aj muži dbajú na svoju krásu.
2. Korzet z korálikov: v Južnom Sudáne je tradičným módnym doplnkom dámsky korzet z farebných korálikov. Výber a kombinácia farieb bývajú typické pre konkrétnu etnickú skupinu či región.
3. Asida: je tradičné jedlo, ktoré sa pripravuje z prosa alebo cirk. Vyzerá ako okrúhly koláč či kus syra a podáva sa s mäsovými alebo so zeleninovými omáčkami. Je to obľúbené jedlo pri stretnutiach a oslavách.

Masajský skok



Tanec Baganda



Jazyk Luganda



Pohybová hra: Rýchlejší ako gepard

Cieľ: Medzi africkú „veľkú päťku“ patrí lev, slon, leopard, nosorožec a byvol. Ale za zmienku stoja tiež gepardy, prešibané hyeny, rýchle gazely či šakaly. Cieľom je spoznať rôzne druhy zvierat, ktoré môžeme vidieť v Afrike.

Vek: 6 – 9 rokov

Priebeh: Spolu s deťmi si posadíme do kruhu na zem a spýtame sa ich, či poznajú zvieratá, ktoré žijú v Afrike. Následne si každý vyberie jedno zviera. Zároveň si každý vymyslí jednoduchú pantomímu, ktorou zviera alebo gesto znázorní, napr. žirafu môžeme znázorniť tak, že zodviheme jednu ruku vysoko nad hlavu, čo predstavuje dlhý krk žirafy. Ak má niekto problém s výberom zvierat, pomôžeme mu s ním. Je dôležité, aby sa žiadne pantomímy neopakovali. Keď už majú všetci zvolené zviera aj premyslené, ako ho znázornia, začneme. Najskôr dieťa povie, aké si vybralo zviera, a potom ho znázorní. Takto môžeme spraviť viacero kôl alebo účastníkov nejakým spôsobom vyskúšať, či si pamätajú, kto, čo a ako znázorňuje.

Vyberieme jedného z hráčov, ktorý sa postaví do stredu kruhu. Ostatní hráči si začnú posielat tzv. signál. Ten sa posiela bez slov. Hráč, ktorý posiela signál ako prvý, znázorní najskôr svoje zviera a potom zviera hráča, ktorému signál posiela. Vždy používame znázornenia, ktoré sme si dohodli na začiatku. Hráč, ktorý prijal signál, znova pošle signál rovnakým spôsobom. Úlohou hráča v strede je signál zachytiť. Musí sledovať hráčov okolo seba a rýchlo sa dotknúť hráča, ktorý má signál. Keď signál správne zachytí, vymení sa s hráčom, u ktorého je aktuálne signál.



**TIP:**

Signál nemusí hráč poslať hneď, ako ho dostane, môže počkať na vhodnú chvíľu. Podľa toho, ako sa hra vyvinie, môžeme upraviť pravidlá. Napríklad: Hráč, ktorý prijal signál, ho nesmie poslať naspäť hráčovi, od ktorého ho dostal.

Obmena pre staršie deti: Namiesto zvierat sa naučíme typické gestá pre región východnej Afriky. Každé dieťa si vyberie gesto, zvyk z nižšie uvedeného zoznamu, alebo z aktivity „Spoznaj viac východnú Afriku“ (ktorý vie znázorniť pantomímou) a hru hráme s rovnakými pravidlami ako pri mladších deťoch. Gestá nájdete aj v prílohe 7, môžete ich deťom rozstrihať.

Afrika je rozmanitá nielen svojou faunou a flórou, ale aj svojou kultúrou, preto aj my, keď spoznávame nové krajiny, musíme pamätať aj na to, že gesto, ktoré napr. u nás znamená pod' sem, môže znamenať niečo úplne iné.

Gestá, s ktorými sa môžeme stretnúť v regióne východnej Afriky:

1. Najtypickejším gestom pri pozdrave je podanie ruky. Niekde sa od vás očakáva, že podáte ruku všetkým prítomným, niekde je podanie rúk sprevádzané miernym predklonom a dotykom pravých ramien o seba. Ak ste priatelia a dobre sa poznáte, popri podaní rúk akoby naznačíte bozk na obe líca (dokonca aj u mužov).
2. Ukazovať ukazovákom sa považuje za neslušné. Ľudia skôr ukazujú bradou alebo perami smerom, ktorý chcú naznačiť.
3. Ponúkajte darčeky a prijímajte ich pravou rukou alebo obojoma rukami.
4. Ženy a deti si kľaknú pred hosťom na obe kolená a potrasú mu rukou. Vyjadrujú tak vďačnosť a úctu (centrálne Uganda).
5. Rátanie na prstoch ruky sa začína od malíčka a pokračuje až k palcu. Na Slovensku zvykneme začínať od palca.
6. Súhlas zvyknú Ugandania naznačiť výrazným nadvihnutím obočia, niekedy býva sprevádzaný jemným pohmkaním.
7. Na kenskom vidieku vás natešené ženy privítajú hlasným spevom, skákaním, tleskaním a tancom. Patrí sa, aby ste sa na chvíľu pridali aj vy.
8. V Etiópii je bežné, že priatelia idú po ulici a držia sa za ruky. Neznamená to, že spolu randia. Dokonca sa za ruky držia aj chlapci.
9. Keď sa prihovárate v Keni a Ugande väčšej skupine ľudí, obľúbenou frázou na úvod je toto dvojité zvolanie: vy poviete „Boh je dobrý“ – ľudia odpovedia „naveky“. Následne v opačnom poradí vy poviete „a naveky“ – ľudia odpovedia „Boh je dobrý“ (v anglickom jazyku God is good – all the time, all the time – God is good).
10. Keď nechtiac zakopnete alebo sa zašpiníte pri jedle, v Keni aj Ugande na to prítomní hneď zareagujú slovami „prepáč“. Síce to nie je ich vina, ale je to milý spôsob, ako prejavíť spolupatričnosť a že ich to mrzí.

TIP:

Ak máme viac detí na stretku, môžu si deti vybrať aj rôzne činnosti charakteristické pre región východnej Afriky, napr. znázorníme hráča rugby, maratónskeho bežca, farmára na poli, zberača čajových lístkov na plantáži, nebojácneho vodiča taxíka matatu, tanečníka tradičného kmeňového tanca; predavačku na trhu, ktorá sa chce o cene zjednávať, bojovníka, ktorý chce svojho protivníka zastrašiť, a i.

Pohybová hra: Hviezdy nádeje

Cieľ: Priblížiť deťom, že ako koledníci Dobrej noviny sú súčasťou niečoho veľkého. Aj vďaka nim mnohí ľudia vo východnej Afrike zažívajú nádej na lepšiu budúcnosť.

Vek: 6 – 12 rokov

Pomôcky: malé farebné hviezdíčky (môžu byť papierové alebo plastové) rôznych farieb podľa počtu skupiniek, veľká hviezda vyrobená z papiera alebo kartónu, zariadenie na prehrávanie hudby.

Priebeh: Vysvetlíme deťom, že hviezdy symbolizujú nádej a svetlo, ktorým osvetľujú tmu. V tejto hre budú predstavovať hviezdy, ktoré sa pohybujú a spájajú, aby vytvorili veľkú hviezdu nádeje. V strede miestnosti je veľká hviezda. Okolo nej v rovnakej vzdialenosti označíme miesto pre jednotlivé skupinky, kde sú položené hviezdíčky rôznych farieb (pre každé dieťa aspoň 5 hviezdíček). Rozdelíme deti do menších skupín po 3 – 5 a každej skupine priradíme jednu farbu hviezdíček. Úlohou detí je rôznym pohybom prenášať hviezdíčky svojej farby na veľkú hviezdu na podlahe. Počas hudby sa všetky deti ľubovoľne pohybujú po miestnosti. Keď sa hudba zastaví, každé dieťa musí rýchlo vziať jednu hviezdíčku svojej farby a umiestniť ju na veľkú hviezdu. Potom sa hudba opäť spustí a deti sa pohybujú ďalej. Hru opakujeme dovtedy, kým všetky hviezdíčky nie sú umiestnené na veľkej hviezde. Každé kolo môže mať inú pohybovú úlohu, napr.:

- skákanie na jednej nohe,
- chôdza bokom ako riečny rak,
- plazenie sa po zemi,
- tanec.

TIP:

Hru môžeme hrať aj so staršími s obmenou, že po skončení hudby skupinka môže spoločne na veľkú hviezdu položiť iba jednu hviezdu.





Zhrnutie: Následne spoločne s deťmi vedíme rozhovor o tom, ako sa im spolupracovalo v tíme. Každá malá hviezdička, ktorú ste pridali, symbolizuje nádej a svetlo, ktoré môžeme priniesť do života iných ľudí. Podobne ako hviezdy na nebi, aj my môžeme spoločne žiariť a prinášať nádej tam, kde je tma. Tento rok oslavujeme 30 rokov Dobrej noviny a vy naše malé hviezdičky ste súčasťou tejto úžasnej tradície. Každý z vás prináša niečo výnimočné a spolu dokážeme veľké veci. V Etiópii a ďalších krajinách, kam naša pomoc smeruje, ľudia spájajú svoje sily. Aj vaši rovesníci v Afrike robia všetko pre to, aby vytvárali lepšie podmienky pre život svojich susedov a kamarátov. Každý ich malý čin nádeje prispieva k veľkému svetlu. Keď spolupracujeme a podporujeme sa navzájom, môžeme dosiahnuť skutočne veľké veci. Tak, ako sme dnes vytvorili túto nádhernú hviezdu, môžeme spolu prinášať nádej a svetlo do života ľudí okolo nás. Tak, ako sa hviezdy zlučujú a vytvárajú jasné svetlo, aj my môžeme spoločne vytvoriť lepší svet.

✶ TEMATICKÉ AKTIVITY

Kooperatívna hra: Stavba dediny – Etiópia po vojne

Cieľ: Život sa na severe Etiópie v regióne Tigraj zastavil na 3 roky. Najprv kvôli pandémie koronavírusu, o pol roka neskôr kvôli vojne. Prímerie znamenalo opätovné otvorenie školských brán v apríli minulého roka. Školy dnes predstavujú prostredie pre deti, kde sa môžu vďaka podpore učiteľov a odborníkov postupne vysporiadať s prežitými útrapami. Tiež sa učia odpustiť a znova sa začleniť do školského kolektívu. Cieľom aktivity je povzbudiť deti k spolupráci a vzájomnej podpore pri budovaní komunity.

Vek: 8 – 12 rokov

Pomôcky: stavebný materiál (lego, stavebné kocky, kartónové škatule, lepiaca páska), obrázky alebo modely dediny (inšpirácie na stavbu), flipchart alebo veľký papier, fixky alebo pastelky, kartičky s úlohami a rolami.

Priebeh: Vysvetlíme deťom tému hry, spoločne budeme obnovovať dedinu po vojne, preto je dôležité spolupracovať. Zdôrazníme, že v tejto hre nie sú víťazi ani porazení, všetci spolupracujú na dosiahnutí spoločného cieľa. Rozdelíme deti do menších skupín (3 – 5 detí v každej skupine). Každá skupina bude stavať jednu časť dediny (napr. škola, nemocnica, domy, trhovisko). Každá skupina dostane inštrukcie s úlohami. Úlohy môžu zahŕňať napr.:

- Navrhnuť a postaviť budovu (škola, nemocnica, domy, trhovisko a i.) z dostupného materiálu.
- Vyrobiť základnú infraštruktúru (cesty, železniciu, studne, záhrady).
- Pripraviť a predstaviť príbeh o tom, ako konkrétna budova pomôže obyvateľom dediny.

Následne skupiny spolupracujú na stavbe jednotlivých častí dediny. Každá skupina sa snaží splniť svoje úlohy a zároveň spo-

lupracovať s ostatnými skupinami, aby dedina fungovala ako celok. Po dokončení stavby každá skupina predstaví svoju časť dediny a vysvetlí, ako to, čo postavili, pomôže všetkým obyvateľom dediny. Skupiny predstavia svoje príbehy a môžu diskutovať o výzvach a riešeniach, ktoré našli počas stavby. Na záver sa všetky deti zhromaždia okolo vytvorenej dediny. Diskutujeme o tom, čo sme sa naučili o spolupráci a ako vieme aplikovať to, čo sme sa naučili, vo svojom každodennom živote.

Otázky na diskusiu:

- Ako ste sa cítili pri spolupráci s ostatnými?
- Čo bolo najťažšie a čo najľahšie pri splnení úloh?
- V čom môžete spolupracovať a vzájomne sa podporovať vo svojom každodennom živote?

✶ DISKUSNÉ AKTIVITY

Rolová hra: Nádej na prijatie

Cieľ: Deti v Chisare (čítaj Čisare) sa môžu cítiť neprijaté, lebo sú nepočujúce. Vďaka tejto aktivite sa pokúsime vžiť do situácií, keď sa niekto môže cítiť neprijatý. Taktiež chceme pochopiť význam dôležitosti prijatia a empatie medzi ľuďmi, rozvíjať schopnosť vidieť situácie z perspektívy iných.

Vek: 8 – 12 rokov

Pomôcky: scenáre pre jednotlivé skupiny (príloha 6), kostýmy alebo rekvizity na označenie postáv (voliteľné).

Priebeh: Na začiatku aktivity deťom vysvetlíme tému hry – prijatie a schopnosť vcítiť sa do druhého, do jeho situácie, do toho, čo prežíva medzi ostatnými ľuďmi. Následne rozdelíme deti do malých skupín (4 deti v každej skupine). Každá skupina dostane jeden zo scenárov, ktorý obsahuje rôzne situácie so susedmi alebo spolužiakmi. Skupiny si pripravlia a nacvičia svoje scény. Každá skupina potom predvedie svoju scénu pred ostatnými. Po každej scénke vedíme diskusiu s deťmi. Tieto scenáre pomôžu deťom lepšie pochopiť rôzne situácie, keď hovoríme o potrebe prijatia. Po každej scénke môžeme viesť diskusiu, aby deti hlbšie premýšľali o významoch a dôsledkoch svojich činov.

Scenár 1: Nový sused

Postavy: láskavá suseda Marta, ochotný sused Ján, nedôverčivý sused Peter, nový sused Pavol.

Situácia: Marta a Ján sú susedia, ktorí žijú na pokojnej ulici. Jedného dňa sa do domu vedľa nich prisťahuje nová rodina. Marta ihneď navštívi nových susedov s darčekom a privíta ich v susedstve. Ján sa ponúkne pomôcť s prenášaním nábytku. Naopak, Peter je podozrievavý a nechce s novými susedmi komunikovať. Obáva sa, že prinesú problémy.

Otázky na diskusiu:

- Ako sa noví susedia cítili, keď ich Marta a Ján privítali?
- Ako by mohol Peter zmeniť svoj postoj?
- Ako sa deti cítia, keď prichádzajú do nového prostredia?



**Scenár 2: Problém v škole**

Postavy: starostlivá mama Zuzana, ochotný učiteľ Andrej, nový spolužiak Samo, spolužiak Karol.

Situácia: V triede sa nový žiak Samo cíti osamelé, pretože nastúpil až v 2. polroku a nikoho v škole nepozná. Zuzana, Samova mama, ho podporuje a povzbudzuje, aby sa viac snažil skamarátiť so spolužiakmi. Andrej, učiteľ, sa snaží začleniť Sama do triednych aktivít. Na druhej strane, spolužiak Karol si z neho robí srandu, odmieta ho prijať do spoločných hier a neustále ho odstrkuje.

Otázky na diskusiu:

- Ako sa cítil Samo v tejto situácii?
- Čo môže urobiť učiteľ Andrej, aby pomohol Samovi cítiť sa viac prijatý?
- Ako by mohol Karol zmeniť svoj prístup?
- Čo by ste poradili Samovi? Čo má v tejto situácii robiť?

Scenár 3: Záhradná oslava

Postavy: veselá suseda Anna, vtipný automechanik Michal a jeho 8-ročný syn Dominik, nepriateľský predavač Tomáš.

Situácia: Anna organizuje záhradnú oslavu a pozve všetkých susedov, aby sa lepšie spoznali a zblížili. Michal prinesie koláče, pomáha s prípravami a jeho syn Dominik sa veľmi teší, že spozná nových kamarátov. Tomáš, miestny predavač, nechce prísť na oslavu. Nemá rád veľké oslavy a radšej by si v tichu na ležadle čítal knihu.

Otázky na diskusiu:

- Ako sa cítia susedia, keď Tomáš odmieta prijať pozvanie na oslavu?
- Ako sa cíti Tomáš, ktorého pozývajú na oslavu, no on by svoj voľný čas rád prežil osamote?
- Čo by ste poradili Anne a Michalovi v takejto situácii?

Scenár 4: Pomoc v núdzi

Postavy: milá suseda Eva, nešťastný sused Kamil, ktorému búrka poškodila dom, nápomocný kuchár Jano, zaneprázdnený sused Viktor.

Situácia: Eva si všimne, že sused Kamil má problém s opravou strechy svojho domu po búrke. Sám na to nestačí, potrebuje ešte dvoch silných chlapov. Ponúkne mu pomoc a zavolá svojho priateľa Jana, ktorý je kuchárom v školskej jedálni, a tak má poobedia vždy voľné. Viktor, ďalší sused, je zaneprázdnený a odmieta pomôcť, pretože si myslí, že aj on sám má doma veľa práce a už teraz nestíha.

Otázky na diskusiu:

- Ako sa cítil sused Kamil, keď mu Eva a Jano ponúkli pomocnú ruku?
- Čo môže urobiť Viktor, aby prejavil viac podpory?
- Ako by mohol Jano prehovoriť svojho susedu Viktora?
- Stretli ste sa vo vašom okolí s ľuďmi, ktorým sa niečo stalo a boli odkázaní na pomoc druhých? Ako ste sa vtedy zachovali vy alebo vaši rodičia či príbuzní?

**DISKUSNÁ HRA: PRÍBEHY NÁDEJE**

Cieľ: Nádej je niečo, čo môžeme všetci prinášať do života iných ľudí svojimi činmi a slovami. Spolu môžeme prinášať nádej cez Dobrú novinu. Cieľom je povzbudiť deti, aby premýšľali o nádeji a jej význame v súvislosti s Dobrou novinou a Vianocami.

Vek: 8 – 12 rokov

Pomôcky: maskot nádeje – plyšový medvedík, papierové lístočky, perá alebo ceruzky.

Priebeh: Deťom predstavíme „maskota nádeje“ – plyšového medvedíka alebo bábkú, ktorý nám pomôže hovoriť o nádeji. Nádej je ako svetlo, ktoré nám pomáha cítiť sa lepšie aj v ťažkých časoch. Dnes budeme hovoriť o nádeji spojenej s Dobrou novinou počas obdobia Vianoc. S deťmi si posadáme do kruhu a začneme tým, že plyšový medvedík nevie, čo je nádej. Postupne bude kolovať a každý z nás sa mu pokúsi vysvetliť, čo je pre neho nádej, aby to plyšový medvedík pochopil. Deťom porozprávame krátky príbeh o dieťati v Afrike, ktorému sme pomohli vďaka Dobrej novine, ako mu to prinieslo radosť a nádej do života. Následne môžeme s deťmi diskutovať o nádeji.

TIP:

Ak sa diskusia rozbieha pomalšie, rozpráva ten, kto má v ruke plyšového medvedíka.

Príbeh Ester si môžete prečítať v prílohe 1 alebo pustiť deťom animovaný film, ktorý nájdete na strane 2. Ak by ste chceli rozšíriť túto aktivitu, môžete použiť aj príbehy ostatných detí z projektov a vymyslieť k nim podobné otázky.

Otázky do diskusie pre mladšie deti:

- Čo sa vám páčilo na príbehu o Ester?
- Ako sa cítila Ester predtým a potom, ako začala chodiť do školy? Myslíte, že sa niečo zmenilo?
- Čo pomohlo Ester veriť, že bude šťastná, aj keď to bolo ťažké?
- Čo vám pomáha veriť, že zvládnete aj náročné veci, ktoré sa stanú?
- Poznáte nejakú rozprávku alebo príbeh, kde hrdina nikdy neprestal veriť?
- Čo by ste povedali kamarátovi, ktorý je smutný a prestal veriť, že sa niečo zlepší?
- Ako môžeme priniesť nádej iným ľuďom cez Dobrú novinu?

Otázky do diskusie pre staršie deti:

- Čo by ste povedali Ester, aby ste ju povzbudili?
- Ako môže škola pre nepočujúce deti, ktorú otvorili sestry františkanky, dávať deťom nádej?
- Čo si myslíte, je dôležité snívať o budúcnosti?
- Myslíte, že nádej môže prísť aj v ťažkých časoch?
- Prečo je dôležité mať nádej, aj keď sa zdá, že veci sú ťažké?
- Ako môžeme pozitívne ovplyvniť životy ľudí okolo nás (napr. cez Dobrú novinu)?
- Spomenieš si na udalosť či situáciu, keď ti nádej pomohla prekonať ťažkosť?





✿ TVORIVÉ AKTIVITY

✿ ŠATY ROBIA ČLOVEKA

Ako by ste asi vyzerali v tradičných etiópskych šatách? Vyrobté si na stretku zábavnú hru, kde si môžete vyskúšať, aké typy odevov nosia deti v Etiópii, Keni, Ugande, Južnom Sudáne, ale aj na Slovensku. Je dôležité uvedomiť si, že tak ako ani my na Slovensku nechodíme každý deň v kroji, ani ľudia v afrických krajinách sa denne neobliekajú podľa svojich tradícií. Sú kmene alebo oblasti, v ktorých sa ľudia obliekajú tradičnejšie, ale rovnako stretnete Keňana či Etiópčana v športovom tričku a teniskách.

Pomôcky: 2 ks papierových pohárov (ideálne bielych), nožnice, lepidlo, 5 postáv (pozri prílohu 8), fotky hláv detí zo stretku (vo veľkosti prílohy), fixky alebo farbičky.

Postup: Postavičky z prílohy si nakopírujte podľa počtu detí na stretku. Každé dieťa dostane 5 postavičiek reprezentujúcich jednotlivé krajiny. Môžete si ich vyfarbiť. Postavičky si deti vystrihnú a odstrihnú im hlavy podľa naznačenej čiary. Jednotlivé oblečenia nalepíme dookola jedného z pohárov. Na miesta, kde majú byť hlavy, vystrihnite v pohári okienka. Lepte a strihajte rovno, všetky oblečenia a aj okienka musia byť v rovnakej výške. Na druhý zatiaľ prázdny pohár si nalepíme odstrihnuté hlavy. Dbajte na to, aby boli v rovnakej výške ako okienka na prvom pohári. Ako jednu z hláv môžete použiť aj vlastné fotky, ak ste si ich dopredu pripravili. Následne pohárik s hlavami vsunieme do pohárika s oblečením. Postupným otáčaním jedného z nich sa budú oblečenia pri postavičkách striedať. Takto si aj taký Jožko či Anička môžu vyskúšať odevy kamarátov z krajín východnej Afriky. Ak sa vám oblečenie zunuje, môžete si s deťmi pokojne navrhnuť vlastné modely a doplniť si ich na poháre.



✿ NECH HVIEZDA ZAŽIARI

Pestré dekorácie z drobných korálikov môžete vidieť naprieč celou Afrikou. Môžete vidieť bohaté čelenky Masajov alebo náhrdelníky Samburov, v Južnom Sudáne dokonca aj celotelové korzety. Vedeli ste, že farby korálikov majú aj svoj význam? Červená farba je symbolom sily, odvahy a jednoty, modrá symbolizuje energiu, oblohu, zelená je farbou krajiny a poľnohospodárskej prosperity, produkcie, oranžová je farbou priateľstva, vrúcnosti a štedrosti, žltá zase prináša slnko, rast a plodnosť. Biela je farbou čistoty a zdravia, ale ani čierna neznamena nič zlé, značí jednotu a harmóniu. Zaujímavý je aj fakt, že jedným z najväčších výrobcov drobných korálikov je Česká republika, je tak dosť možné, že pestré náramky z tradičného kenského „Masaai marketu“ začali svoju cestu u našich susedov. Vyrobté si hviezdy, ktorými môžete ozvláštniť svoje kolednícke kostýmy alebo ich využiť ako dekoráciu.

Pomôcky: drôt, kliešte, pestré korálky, kliešte na tvarovanie drôtu, farebné stužky, nožnice.

Postup: Pomocou klieští vytvarujte z drôtu hviezdu. Zvoľte dostatočne tenký drôt, aby sa naň dali navliecť korálky. Na celý hviezdový drôt navlečte korálky podľa vlastnej farebnej preferencie, či jednofarebné alebo pestré, je len na vás. Konce upravte pomocou klieští tak, aby vám sa vám korálky nevyvliekali. Na jeden cíp hviezdy môžete navliecť niekoľko pestrých stužiek a vytvoriť tak chvost kométy. Následne si hviezdíčky môžete zavesiť niekam do priestoru alebo ich využiť ako brošne na svoje kolednícke oblečenie.





✿ OSLAVUJTE SPOLU S NAVŠTÍVENÝMI RODINAMI

Dobrá novina oslavuje 30 rokov a to si zaslúži oslavu. Potešiť sa z tohto krásneho jubilea môžete aj s rodinami, ktoré počas koledovania navštívite. Pripravte pre nich chutnú sladkosť, ugandskú **kashatu** (čítaj kašatu).

Na prípravu budete potrebovať:

- 2 šálky strúhaného kokosu
- 1/3 šálky mlieka
- 2 šálky cukru
- 1/2 šálky vody
- 1/2 lyžičky mletej škorice (môžete použiť aj iné korenie, napr. kardamóm)
- 1 lyžičku vanilky (môžete použiť aj pastu, extrakt alebo nahradiť časť cukru vanilkovým cukrom)
- štipku soli
- maslo na vymastenie plechu
- menší plech (približne 20 x 20 cm)

Postup:

1. Plech si vymastíte maslom.
2. V miske zmiešajte kokos a mlieko, nechajte mlieko vsiaknuť do kokosu.
3. V hrnci zmiešajte vodu a cukor a za stáleho miešania zahrievajte, kým sa cukor nerozpustí. Varte, až kým nevznikne sirupovitá hmota.
4. Do sirupu pridajte kokosovú zmes, škoricu a soľ. Všetko dobre premiešajte. Pokračujte vo varení a miešaní, kým sa zmes nezačne od hrnca odlepovať (približne 8 - 10 min.). Varte na miernom až slabom ohni, aby vám kokos nezačal hnednúť. Ku koncu vmiešajte vanilkový extrakt. Ak by ste

chceli dezert farebný, v tomto momente môžete pridať potravinárske farbivo.

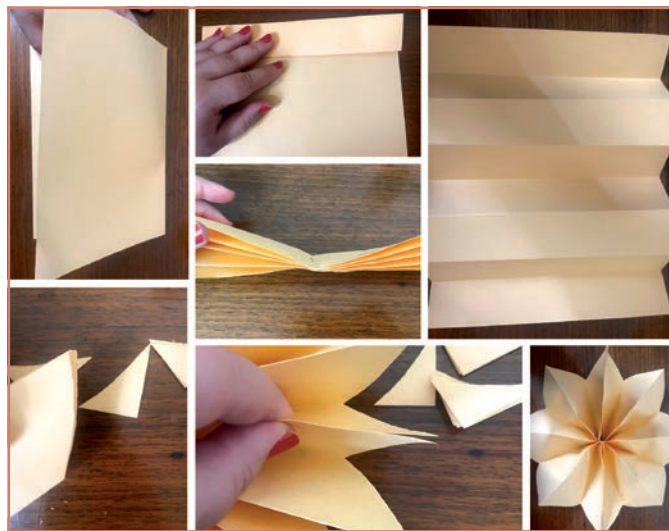
5. Hmotu rozotiahnite do pripraveného plechu a nechajte stuhnúť v chladničke. Potom stačí kashatu nakrájať a podeliť sa o ňu.



zdroj: bit.ly/kashata

✿ PÁRTY TIPY NA OSLAVU 30 ROKOV DOBREJ NOVINY

Hviezdna girlanda



Ak chystáte oslavu, môžete si skrášliť priestor girlandou, ktorá svojím tvarom pripomína vianočnú ružu, ale aj dobronovinový



hviezdu. Zvládnete si ju vyrobiť aj s deťmi na stretku, postup je veľmi jednoduchý.

Pomôcky: farebné papiere, nožnice, spinkovač, dierkovač, šnúrka na zavesenie.



Origami svetielka

Nič nedodá vašej párty väčší šmrnc ako svetelné reťaze. Občasná svetielka si môžete jednoducho ozvláštniť a poskladať si na ne origami lampióniky, ktoré im dodajú úplne nový rozmer. Lampióniky v tvare kocky budeme skladať z papierov v tvare štvorcov. Tieto si môžete nastrihať z farebného papiera alebo

si na bielom papieri vykúzliti vlastné ornamenty. Môžu to byť kolednícke motívy, ľudové prvky z vášho regiónu alebo africké vzory, aké sme zvolili aj my v ukážke. Nechajte sa inšpirovať a vyskladajte si unikátne svetielka.

Pomôcky: papier, prípadne farbičky, nožnice a svetielka.



Tipy na kolednícke oblečenie a doplnky

30 rokov, to si už zaslúži aj vynoviť šatník! Vytvorte si batikované plášte pre kráľov. Postačí vám biela látka, pokojne aj staršia plachta. Môžete siahnuť po dostupných farbách na textil alebo využiť prírodné metódy. Čo z kuchyne môžete použiť? Hoci zimné obdobie nám uberá na možnostiach, predsa len viete zaujímavé odtiene odfarbiť aj z dostupných surovín. Na získanie žltých odtieňov vám skvele posluží kurkuma, viac do hnedo vám zafungujú cibuľové šupky. Ak by ste chceli odtieň jemnej ružovej, môžete si pomôcť kôstkou a šupkami z avokáda. Pre sýtejší červený odtieň môžete využiť cviklu alebo sušené kvety ibišteka. Ak siahnete po červenej kapuste, podarí sa vám získať odtiene fialovej a po pridaní sódy bikarbóny dosiahnete modrú farbu. Farby nebudú také sýte ako pri umelých farbách, ale to vám dáva väčší priestor na dozdobenie. Môžete si plášte ozvláštniť





prišitými korálikmi, vyšit' na ne hviezdu Dobrej noviny alebo obyčajnou čiernou fixkou na textil doplniť africké ornamenty. Inšpirácie nájdete v prílohe 8.

Hudobné nástroje

V afrických kultúrach sa množstvo nástrojov vyrába z prírodných surovín, mnohé z nich napríklad z kalabashovej tekvice, ktorá zdrevnatie. Tú síce na slovenskú nemáme, ale hrkálky si môžete vyrobiť z orechových škrupín, stačí väčšie množstvo škrupín prevrtať a navliecť do nich šnúрку. Následne všetky šnúrky zviažete dokopy. Na konci môžete vytvoriť slučku, aby sa vám nástroj lepšie držal.

Z orechov si môžete vyrobiť aj malé perkusie – kastanety, ktoré sa používajú najmä v španielskej kultúre. Na výrobu jedného takéhoto nástroja vám postačí pásik kartónu dlhý približne 18 cm, 2 polovice škrupín, lepidlo a farby. Jednu stranu kartónu si môžete pomaľovať pestrými vzormi. Kartón zložíme na polovicu nepomaľovanou stranou dovnútra. Oba konce zastrihneme do oblúkov. Na každý z koncov vnútornej strany nalepíme jednu škrupinu. Nástroj držíme v dlani medzi palcom a ostatnými prstami. Klepaním orieškov o seba vzniká zaujímavý zvuk.



zdroj: pinterest





KOLEDNÍCKE PROGRAMY

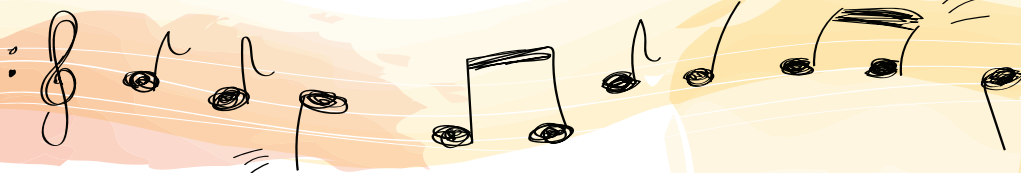
Prinášame vám dva kolednícke programy. Kolednícky program z Višňového je kratší a bol použitý pri koledovaní u prezidentky. Druhý kolednícky program je trochu dlhší a koledníci z Veľkého Bielu ním potešili pápežského nuncia. Ďalšie kolednícke programy nájdete na našom webe v časti Koledovanie – Metodika a inšpirácie.

Nezabudnite si pripraviť pekné kostýmy, či už si vyrobíte plášť podľa návodu na strane 16, alebo si vyrobíte hviezdičku na čelo (metodické materiály z 29. ročníka). Koledovanie v kostýmoch má veľké čaro a ľudia si vás všimnú už na diaľku :). Taktiež si môžete vyrobiť hudobné nástroje. Postup nájdete na strane 17.

KOLEDNÍCKY PROGRAM Z FARNOSTI VIŠŇOVÉ

Pieseň: **POĎME BRATIA DO BETLEMA**

Prinášame do domu dobrú novinu,
že sa Kristus narodil, vravíme každému.
Narodil sa v maštaľke v meste Betleheme.



KOLEDNÍCKY PROGRAM Z VEĽKÉHO BIELU

Všetci: Či nám dovolíte váš dom navštíviť a DOBRÚ NOVINU vám ohlásiť?

Pieseň: **PÁSLI PASTIERI STATOK NA PRIELOHU**

Zďaleka i zblízka koledníci (bielski)
počuli sme vo svätej noci hlas nebeský.
Po stáročia tu žijúci či noví v tomto kraji,
počúvajte všetci, aké skutky sa dnes stali.

Novinu radostnú oznámim vám,
že sa nám narodil dnes Kristus Pán.
To dieťa krásne, nad slnko jasné,
anjeli spievajú, slávu mu vzdávajú.
Pri Betleheme.

Hojné požehnanie vám nesieme,
šťastia a zdravia vinšujeme.
Zďaleka ideme, novinu nesieme, vám povieme.

Pieseň: **VINŠUJEME VÁM, MY VINŠUJEME**

Na nebíčku hviezdy svietia,
v jasliach leží Božie dieťa.
Nech vás jeho láska hreje,

Zavinutý v plienočkách na slame si drieme.
Nebeskí anjeli spievajú Glória, raduje sa Jozef i matka Mária.
Ježiško maličký, krásny ako kvet dvíha malú rúčku, požehnáva svet.
Veľa lásky si doprajte a spolu s nami spievajte,
nech vás všetkých žehná Boh a zašle šťastný nový rok.

Pieseň: **ŠŤASTIE, ZDRAVIE, POKOJ SVÄTÝ**

Čože vám mám zavinšovať v tejto svätej chvíli,
keď Ježiško dolu z neba k nám sa na zem schýlil.
Nech vám On len zdravie dáva, spokojnosť a silu.
V láske, radosti a šťastí žite každú chvíľu.

Vinšujem vám nový rok, aby ste mali šťastný krok.
Doma lásku, svornosť a všetkého hojnosť.
A tak teraz sa odberáme, Ježiška vám nechávame.
Nech vás v srdci stále hreje, žiari i v tmách bez nádeje.

Pieseň: **DOBRE SA TU MÁVAJTE**

žiari i v tmách beznádeje.
Do srdiečok nech vám vloží
radosť, šťastie, pokoj Boží.

Nebeské Jezuliatko zdvihni svoje rúčky
a požehnaj celý svet,
bo bez Tvojho požehnania
šťastia, mieru niet.

Pieseň: **JEŽIŠKO MALIČKÝ, ČOŽE TI DÁM**

Chceme si tiež spomenúť na tých vzdialených a blízkych,
čo o kúsok chleba prosia,
aby cez vás priblížili sa k nim nebesia.
Za váš dar nech vás Boh požehná a odmení,
ďakujeme za biednych v Ugande a Keni.

Ďakujeme za tie dary,
čo ste nám v štedrosti dali.
A teraz sa odberáme,
Ježiška vám nechávame.
V srdci si ho opatrujte
a iných Ním obdarujte.



Pieseň: **DO HORY, DO LESA, VALASI**

Všetci: Aké krásne je ohlasovať radostnú zvesť.
Lebo chlapec sa nám narodil, daný nám je syn (Iz 9,5).





KOLEDY

Pri príležitosti 30. ročníka Dobrej noviny vám prinášame NOVÚ ORIGINÁLNU KOLEDU z našej dielne. Okrem nôt vám prinášame aj nahrávku, aby ste sa ju ľahko naučili. Ak by ste chceli

trošku vynoviť a osviežiť váš repertoár, neváhajte a zaspievajte pri koledovaní tohtoročnú novinku!

😊 Kompletne texty aj noty si môžete stiahnuť na dobranovina.sk v časti Metodika a inšpirácie.



S DOBROU NOVINOU DNES PRICHÁDZAME K VÁM

S dobrou novinou dnes prichádzame k vám.
Zvestujeme príchod Lásky večnej k nám.
Znova pre nás vyšla hviezda nádeje,
nech radostná pieseň u vás zazneje.

Anjeli nám zvestujú príchod nášho Kráľa,
Pastieri sa radujú, tiež ho všetci chvália.
Náhlime sa k jasličkám v meste Betleheme.
Máme nádej na spásu, za ňu ďakujeme.

Podte s nami do rodín ohlasovať Pána,
v každom kúte sveta dnes žiari jeho sláva.
Na nebi je žiarivá hviezda, ktorá volá
troch mudrcov k sebe, aby videli Boha.

Podelíme sa o dary, nech šírimo radosť.
ľuďom, čo potrebujú od nás všetkých pomoc.
Do Južného Sudánu, Ugandy či Kene,
nech aj my im koledou nádej priniesieme.



5 G A D D7 G D E A
R.: S dobrou no-vi-nou dnes pri-chá-dza-mek vám. Zves-tu-je-me pri-chod Lá-s-ky več-nej k nám.

9 G A D D7 G D A D D
Zno-va pre nás vyš - la hviez-da ná-de-je, nech-ra-dost-ná pie - seň u vás za-zne-je.

14 D Hmi G A D Hmi G A
1. An-je - li nám zves-tu - jú pri-chod náš-ho Krá - ľa. Pas-tie - ri sa ra-du - jú, tiež ho všet-ci chvá - lia.

18 D Hmi G A D Hmi G A A
Ná-hli-me sa k jas-lič-kám v mes-te Be-tle-he - me. Má-me ná-dej na spá-su, za ňu ňu-ďa-ku-je - me.

AUTOR (TEXT, MELÓDIA):
JANKA DEBNÁROVÁ

HUDOBNÉ SPRACOVANIE:
MATEJ KRÁLIK

ŽENSKÉ VOKÁLY :
VERONIKA SÚKENÍKOVÁ,
JANKA DEBNÁROVÁ,
EMÍLIA STOJKOVÁ,
NATÁLIA STOJKOVÁ,
LUCIA KAJÁNKOVÁ

MUŽSKÉ VOKÁLY:
MATEJ KRÁLIK

PERKUSIE, GITARA, ROLNIČKY:
JURAJ MIHALDA

HUSLE:
LUCIA KAJÁNKOVÁ

KLAVÍR, FLAUTA:
JANKA DEBNÁROVÁ

BASOVÁ GITARA:
RADOSLAV BARIAK



VINŠUJEME VÁM, MY VINŠUJEME

Vinšujeme vám, my
vinšujeme, vinšujeme.

Šťastie, zdravie, hojnosť vám
prajeme, vám prajeme.

/:Aby ste sa tešili, v pokoji
milovali, krásne dietky
vychovali,:/

/:najprv jedno, potom druhé,
potom tretie, možno štvrté

až nás bude všetkých dosť./

♩ = 100 C G
My vin - šu - je - me vám, my vin - šu - je - me, vin - šu - je - me.

C G
Zdra - vie, št'a - sie, po - koj vám pra - je - me, vám pra - je - me.

C G7 C G7 C Dmi G7 C
A - by ste sa te - ši - li, v po - ko - ji mi - lo - va - li, krás - ne diet - ky vy - cho - va - li.

G7 C
Naj - prv jed - no, po - tom dru - hé, po - tom tre - tie, mož - no štvr - té, až vás bu - de všet - kých dosť.

TEXT POUŽITÝ SO SÚHLASOM ZBORU RADOSTĚ ZO SENCA.

EUROVÚ KOLEDU NAHRAL ZBOR RADOSTĚ, SENEC (VIANOCE S RADOSTOU III, 2016)"

ÚPRAVA NÔT: MAREK PÁLKA





MOJE NÁJKRAJŠIE KOLEDOVANIE

Vyhlasujeme SÚŤAŽ pri príležitosti 30 rokov Dobrej noviny pre všetkých koledníkov a animátorov.

Podelte sa s nami tvorivou formou o vaše najkrajšie zážitky z koledovania z tohto roku alebo aj z minulých ročníkov.

V každej kategórii oceníme 3 výhercov. Zapojte sa a vyhrajte zaujímavé ceny!

Ceny v kategórii Kresba/maľba:

1. Kreatívna sada na kreslenie
2. Predplatné Rebríka
3. Africký balíček

Ceny v kategórii Písaný príbeh:

1. Kniha
2. Vecné ceny z Dobrej noviny a eRka
3. Africký balíček

Ceny v kategórii Video:

1. Bezdrôtové slúchadlá
2. Predplatné LUSKu a drobnosti z Dobrej noviny a eRka
3. Africký balíček

Svoje súťažné príspevky nám pošlite do 15. januára 2025 na dn@erko.sk alebo poštou na eRko – HKSD, Miletičova 7, 821 08 Bratislava.



Súťaž vyhlasujeme v kategóriách:

1. Kresba/maľba

Nakresli alebo namaľuj technikou podľa tvojho výberu vo formáte minimálne A4 tvoj najkrajší zážitok z koledovania a z druhej strany ho popíš aspoň piatimi vetami. Nezabudni uviesť svoje meno, vek a adresu.

2. Písaný príbeh

Napíš nám príbeh alebo básničku o tvojom najkrajšom zážitku z koledovania. Rozsah na príbeh je minimálne 200 slov, na báseň aspoň 16 veršov. Nezabudni uviesť svoje meno, vek a adresu.

3. Video

Vo videu môžeš tvoj zážitok prerozprávať, zahrať alebo iným spôsobom znázorniť. Trvanie videa minimálne 1 minútu a maximálne 3 minúty. Nezabudni uviesť svoje meno, vek a adresu.

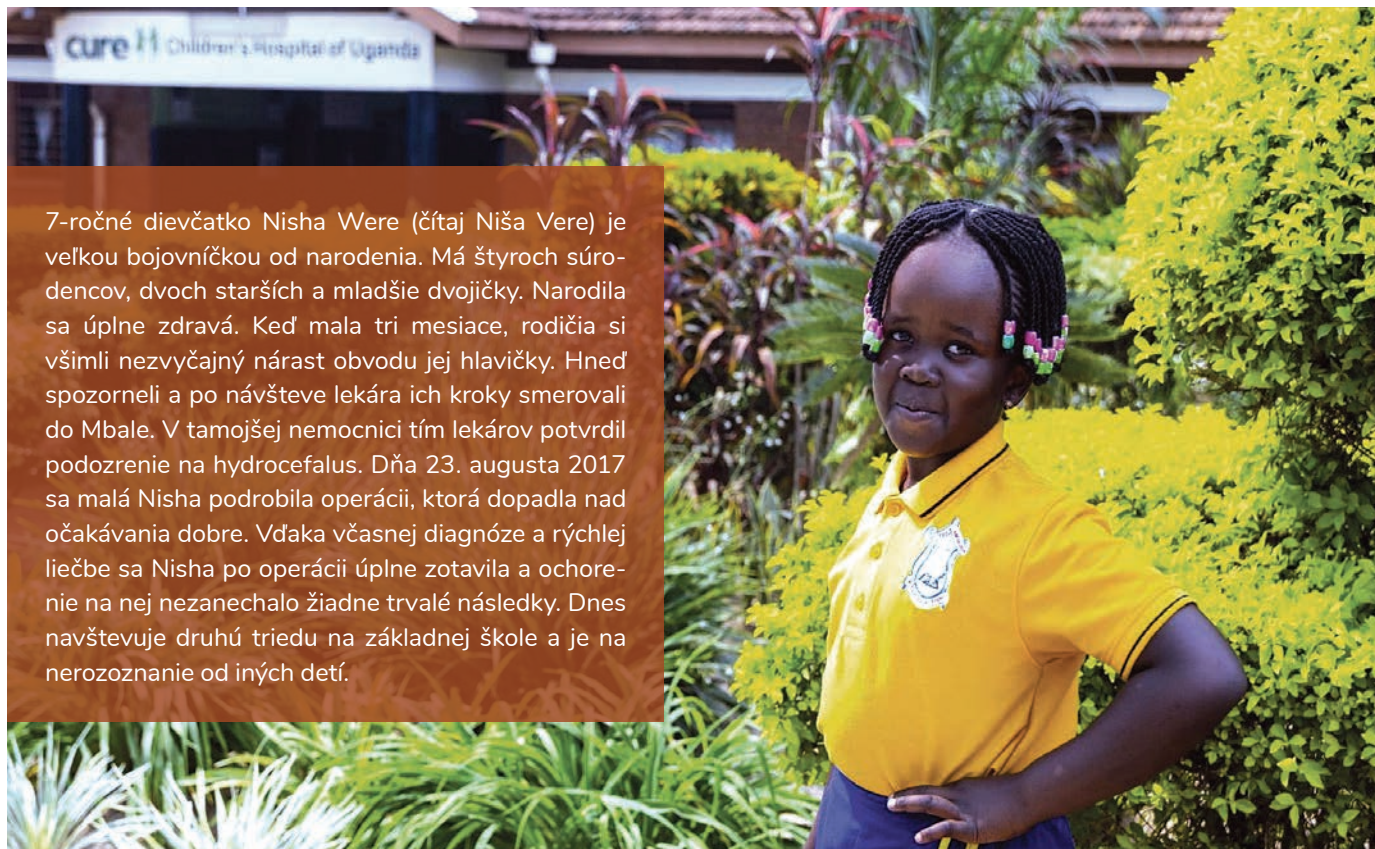
Zapojením sa do súťaže nám dávate súhlas, že vaše súťažné príspevky môžu byť použité na propagáciu Dobrej noviny na webe, sociálnych sieťach a v tlačенých materiáloch Dobrej noviny.





20-ročnú tehotnú Ajout Majok (čítaj Adžut Madžok) prijali 5. mája v skorých ranných hodinách. Priviezla ju sanitka z neďalekej dediny Ngop. Začala rodiť doma, avšak po 12 hodinách bolesti jej príbuzní privolali lekársku pomoc. Keďže Ajout je dlhodobo liečená na HIV/AIDS, jej imunitný systém bol už pred pôrodom značne oslabený. Vďaka tímu lekárov a pôrodnej asistentky sa jej na druhý deň narodila zdravá a krásna dcérka Nyanakim (čítaj Njanakim). Spoločne zostali v nemocnici ešte mesiac, kým boli dostatočne silné a mohli sa vrátiť domov.

Ajout s malou Nyanakim. Manžel a otec rodiny sa živí ako farmár. Keď bude mať Nyanakim 6 rokov, začne pomáhať mame s domácimi prácami a varením. MIH, 2024.



7-ročné dievčatko Nisha Were (čítaj Niša Vere) je veľkou bojovníčkou od narodenia. Má štyroch súrodencov, dvoch starších a mladšie dvojčky. Narodila sa úplne zdravá. Keď mala tri mesiace, rodičia si všimli nezvyčajný nárast obvodu jej hlavičky. Hneď spoznali a po návšteve lekára ich kroky smerovali do Mbale. V tamjšej nemocnici tím lekárov potvrdil podozrenie na hydrocefalus. Dňa 23. augusta 2017 sa malá Nisha podrobila operácii, ktorá dopadla nad očakávania dobre. Vďaka včasnej diagnóze a rýchlej liečbe sa Nisha po operácii úplne zotavila a ochorenie na nej nezanechalo žiadne trvalé následky. Dnes navštevuje druhú triedu na základnej škole a je na nerozoznanie od iných detí.

Dobrá novina každoročne podporí náklady na operáciu 45 detí, ktorých rodiny si to nemôžu finančne dovoliť. Tím sociálnych pracovníkov pravidelne navštevuje a vzdeláva komunitu. Dostatočnou osvetou možno mnohým prípadom predísť. CURE, 2024.





V novom animovanom filme vám predstavíme 11-ročnú Ester Kerubo Mokua z kmeňa Kisii v Keni. Ester má dvoch starších súrodencov a už pri narodení si všimli zvláštnosť, že vôbec neplakala. Ester sa narodila ako nepočujúca. Spolu s rodinou žijú v prenajatom domčeku na okraji mesta Kitale. Žijú skromným životom, keďže rodičia nevlastnia pôdu, nechávajú sa najímať na rôzne práce v domácnosti či na poli. Keď mala Ester päť rokov, prijali ju do školy pre deti s poruchami sluchu v Chisare. Má krásne modré oči, čo je v týchto končinách veľkou raritou. Neustále sa usmieva a veľmi rada chodí do školy. Aktuálne navštevuje 5. ročník základnej školy. Žiaci sa tu môžu zapojiť do rôznych mimoškolských aktivít. V rámci talentovej súťaže sa Ester predviedla ako modelka. Je prirodzene odvážna, hrdá a nebojí sa vystupovať pred publikom.

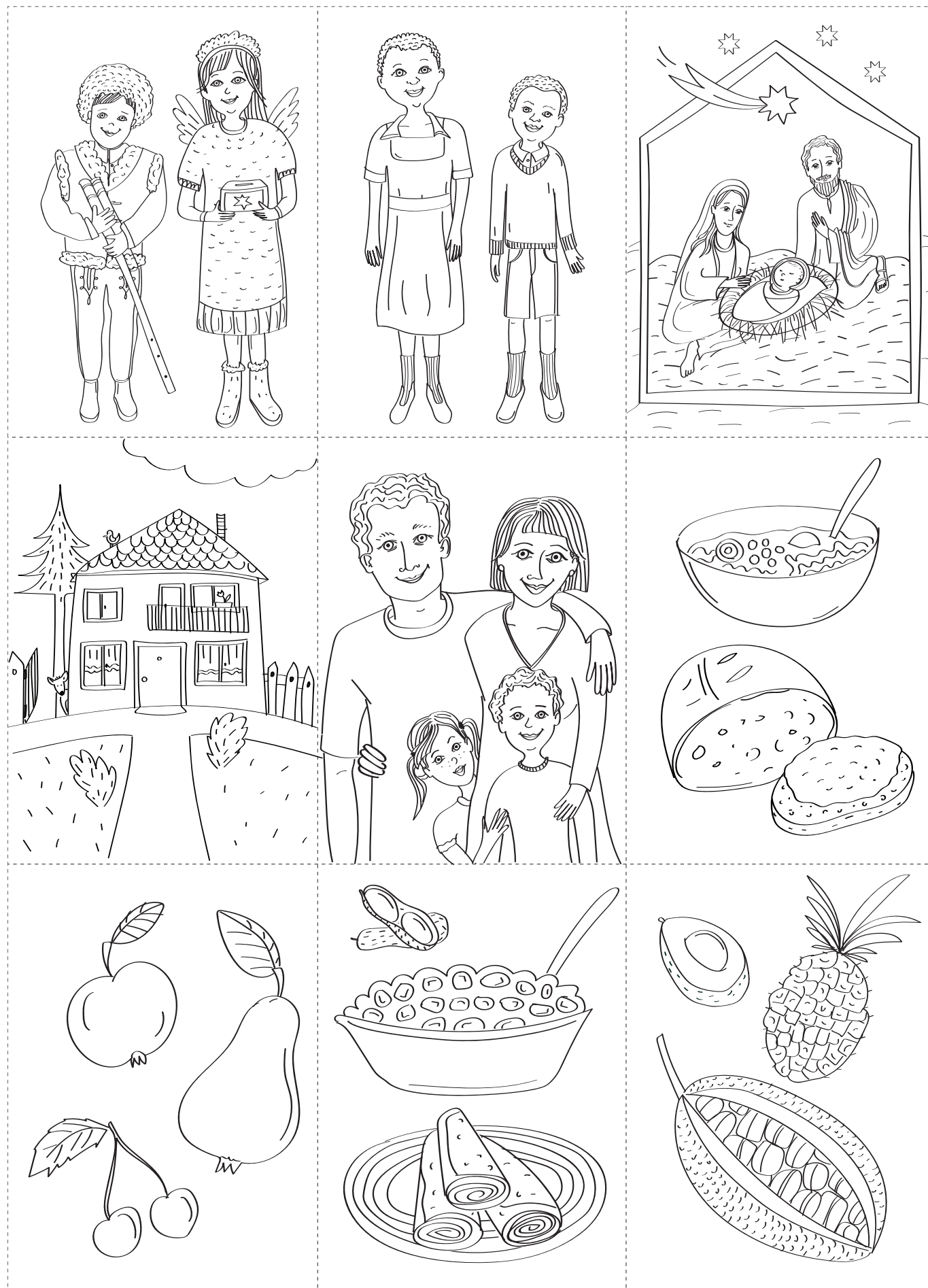
Ester neúnavne povzbudzuje aj svojich spolužiakov k tomu, aby predviedli svoje talenty a šikovnosť. LSOSF, 2024.



11-ročná Eldana Yohannes (čítaj Eldana Johanes) navštevuje 4. ročník. Je veľmi nadaná, školu má veľmi rada. Bavia ju nielen predmety, ale páči sa jej, že učitelia sú k nim dobrí a učia ich, ako sa majú v živote správať. Má dvoch súrodencov. Počas vojny mala nádej, že čoskoro vojna skončí, že Boh ich rodinu ochráni. Eldana je veľmi vďačná za všetky modlitby zo Slovenska, počas rozhovoru nám sľúbila, že aj ona sa bude modliť za deti na Slovensku. Eldanin spolužiak Eyoab (čítaj Ejob) má 10 rokov. Aj on sa počas vojny často modlil. Pre Eyoaba je nádej trpezlivé čakanie na Boha. Čakanie na to, že príde a zachráni nás. A to sa napokon aj stalo. Jeho rodinu ochránil a dočkali sa mieru.

eRko sa spoločne s ďalšími organizáciami zapojilo do humanitárnej zbierky Spolu pre Etiópiu v roku 2021. Na túto aktivitu sme nadviazali iniciatívou Mier pre Tígraj, do ktorej sa zapojilo viac ako tisíc detí z celého Slovenska. Eldanu Yohannes a Eyoaba sme stretli v máji na základnej škole v Adigrate, kde sme priniesli anjela pokoja. Dobrá novina, 2024.









vianočný stromček	Ježiško	anjel	snehuliak	darček	sánky	betlehem	vianočný zvonček	vianočná hviezda
snehová vločka	kométa	vianočné ozdoby	sviečka	perníček	adventný veniec	polnočná omša	vianočná večera	
Tichá noc	Narodil sa Kristus Pán	Pásli ovce valasi	Do hory, do lesa	Daj Boh šťastia tejto zemi	Búvaj, dieťa krásne			
Ó, chýr preblahý	Rolníčky, rolníčky	Čas radosti, veselosti	Na nebi hviezdíčka	Podme, bratia, do Betléma				
Pastieri, vstávajúte	Dobrá novina - šťastná hodina							

**Scenár 1: NOVÝ SUSED**

Postavy: láskavá suseda Marta, ochotný sused Ján, nedôverčivý sused Peter, nový sused Pavol.

Situácia: Marta a Ján sú susedia, ktorí žijú na pokojnej ulici. Jedného dňa sa do domu vedľa nich presťahuje nová rodina.

Marta ihneď navštívi nových susedov s darčekom a privíta ich v susedstve. Ján sa ponúkne pomôcť s prenášaním nábytku. Naopak, Peter je podozrievavý a nechce s novými susedmi komunikovať. Obáva sa, že prinesú problémy.

**Scenár 2: Problém v škole**

Postavy: starostlivá mama Zuzana, ochotný učiteľ Andrej, nový spolužiak Samo, spolužiak Karol.

Situácia: V triede sa nový žiak Samo cíti osamelý, pretože nastúpil až v 2. polroku a nikoho v škole nepozná. Zuzana, Samova mama, ho podporuje a povzbudzuje, aby sa viac snažil skamarátiť so spolužiakmi. Andrej, učiteľ, sa snaží začleniť Sama do triednych aktivít. Na druhej strane, spolužiak Karol si z neho robí srandu, odmieta ho prijať do spoločných hier a neustále ho odstrkuje.

**Scenár 3: Záhradná oslava**

Postavy: veselá suseda Anna, vtipný automechanik Michal a jeho 8-ročný syn Dominik, nepriateľský predavač Tomáš.

Situácia: Anna organizuje záhradnú oslavu a pozve všetkých susedov, aby sa lepšie spoznali a zbližili. Michal prinesie koláče, pomáha s prípravami a jeho syn Dominik sa veľmi teší, že spozná nových kamarátov. Tomáš, miestny predavač, nechce prísť na oslavu. Nemá rád veľké oslavy a radšej by si v tichu na ležadle čítal knihu.

**Scenár 4: Pomoc v núdzi**

Postavy: milá suseda Eva, nešťastný sused Kamil, ktorému búrka poškodila dom, nápomocný kuchár Jano, zaneprázdnený sused Viktor.

Situácia: Eva si všimne, že sused Kamil má problém s opravou strechy svojho domu po búrke. Sám na to nestačí, potrebuje ešte dvoch silných chlapov. Ponúkne mu pomoc a zavolá svojho priateľa Jana, ktorý je kuchárom v školskej jedálni, a tak má poobedia vždy voľné. Viktor, ďalší sused, je zaneprázdnený a odmieta pomôcť, pretože si myslí, že aj on sám má doma veľa práce a už teraz nestíha.

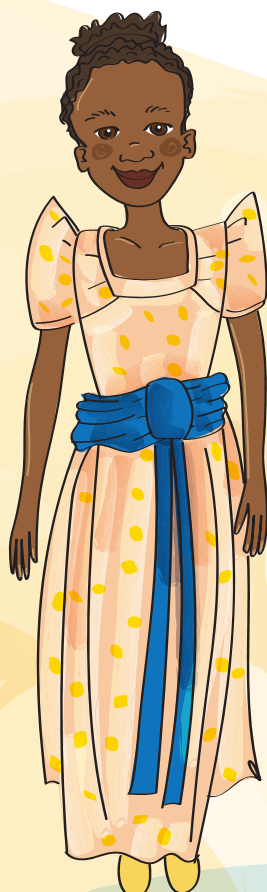


1. Najtypickejším gestom pri pozdrave je podanie ruky. Niekde sa od vás očakáva, že podáte ruku všetkým prítomným, niekde je podanie rúk sprevádzané miernym predklonom a dotykom pravých ramien o seba. Ak ste priatelia a dobre sa poznáte, popri podaní rúk akoby naznačíte bozk na obe líca (dokonca aj u mužov).
2. Ukazovať ukazovákom sa považuje za neslušné. Ľudia skôr ukazujú bradou alebo perami smerom, ktorý chcú naznačiť.
3. Ponúkajte darčeky a prijímajte ich pravou rukou alebo obojoma rukami.
4. Ženy a deti si klaknú pred hosťom na obe koléná a potrasú mu rukou. Vyjadrujú tak vďačnosť a úctu (centrálna Uganda).
5. Rátanie na prstoch ruky sa začína od malíčka a pokračuje až k palcu. Na Slovensku zvykneme začínať od palca.
6. Súhlas zvyknú Ugandčania naznačiť výrazným nadvihnutím obočia, niekedy býva sprevádzaný jemným pohmkaním.
7. Na kenskom vidieku vás natešené ženy privítajú hlasným spevom, skákaním, tleskaním a tancom. Patrí sa, aby ste sa na chvíľu pridali aj vy.
8. V Etiópii je bežné, že priatelia idú po ulici a držia sa za ruky. Neznamená to, že spolu randia. Dokonca sa za ruky držia aj chlapci.
9. Keď sa prihovárate väčšej skupine ľudí, obľúbenou frázou na úvod je toto dvojité zvolanie: vy povieť „Boh je dobrý“ – ľudia odpovedia „naveky“. Následne v opačnom poradí vy povieť „a naveky“ – ľudia odpovedia „Boh je dobrý“ (v anglickom jazyku God is good – all the time, all the time – God is good).
10. Keď nechtiac zakopnete alebo sa zašpiníte pri jedle, v Keni aj Ugande na to prítomní hneď zareagujú slovami „prepáč“. Síce to nie je ich vina, ale je to milý spôsob, ako prejaviť spolupatričnosť a že ich to mrzí.





KEŇA



UGANDA



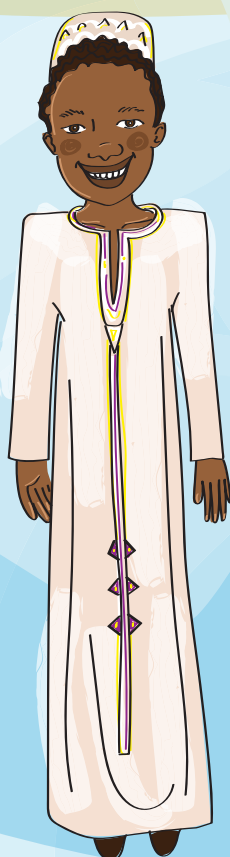
ETIÓPIA



JUŽNÝ SUDÁN



SLOVENSKO





KVÍZ O ZVYKOCH A TRADÍCIÁCH

Zvyk je železná košeľa. Pred návštevou Kene, Ugandy, Etiópie či Južného Sudánu sa zídte poznať niekoľko dôležitých vecí. Správna je vždy len jedna odpoveď, výnimkou sú otázky 4 a 11.

1. Podľa akého zvierata zvyknú Dinkovia v Južnom Sudáne pomenovať svoje deti? (napr. meno „Marial“ znamená v preklade „biely s čiernymi flakmi“)

- a. Pes
- b. Krava
- c. Sliedka
- d. Zebra

2. Jazyk Dinkov je pomerne komplikovaný na výslovnosť. Zaujímavosťou je, že oproti slovenčine v ňom niektoré slová nenájdete. Skrátka ich nepoznajú. Ktoré sú to?

- a. Prosím
- b. Ďakujem
- c. Číslo nula „0“
- d. Všetky tri

3. Ideál krásnej ženy sa v afrických krajinách značne líši. Čo si myslíš, aká žena je v Južnom Sudáne považovaná za krásnu?

- a. Je veľmi vysoká.
- b. Má okolo krku množstvo korálikových náhrdelníkov.
- c. Má dlhé rovné vlasy až po pás.
- d. Dokáže navariť vynikajúci hovädzí guláš.

4. Ktoré tri z uvedených otázok nesmú chýbať pri vítaní hostí na východe Ugandy?

- a. Ako sa máš?
- b. Ako ide život?
- c. Ako sa majú deti?
- d. Aké zvieratá doma chováte?

5. V centrálnej Ugande si starších a vážených hostí radi uctia. Ktorú z týchto situácií by ste mali očakávať?

- a. Muž si pred podaním rúk napľuje na svoju pravicu. Až potom vám ju podá a potrasie.
- b. Žena si kľakne pred vami na obe kolena.
- c. Keď vstúpite do miestnosti, ženy a deti si zakryjú vlasy šatkou.
- d. Pobožkajú vás na obe líca, avšak nielen dvakrát, dokonca trikrát.

6. Festival „ašenda“ má v regiónoch Amhara a Tigraj v Etiópii dlhú tradíciu. Ženy a dievčatá sa obliekajú do bielych bavlnených šiat, sú krásne naličené a ozdobené šperkami. Okolo pásu majú zavesené zväzky zelenej trávy. Za spevu a tanca navštevujú domácnosti, kde im za odmenu darujú peniaze, nápoje alebo iné malé darčeky. Tie následne putujú na dobročinné účely. S akým svätým alebo svätou sa tento sviatok spája?

- a. Jozefína Bakhita
- b. Mikuláš
- c. Štefan
- d. Panna Mária

7. V Etiópii je celá dedina ako jedna veľká rodina. Spoločne oslavujú, spoločne smútiť. Chystáte sa na pohreb k susedom. Akú farbu oblečenia si potrebujete prichystať?

- a. Čiernu
- b. Bielu
- c. Červenú
- d. Na farbu oblečenia vôbec nezáleží, hlavne, že prídete.

8. Káva sa od nepamäti spája s Etiópiou. Pri tradičnej kávovej ceremónii hostiteľka ponúka prítomným šálku kávy v troch kolách, ktoré sa nazývajú Abol, Tona a Baraka. Čo je typickou maškrtou, ktorou si kávu zajedáte?

- a. Čipsy
- b. Pukance
- c. Sušienky
- d. Horká čokoláda

9. V Keni si všimnete posunok človeka na ulici: zdvihnutá pravica, striedavo otvára a zatvára päšť. Čo znamená takéto gesto?

- a. Maj sa pekne, rád som ťa stretol.
- b. Ďakujem ti za pomoc.
- c. Poď sem, prosím.
- d. Dáva znamenie okoloidúcemu taxikárovi, že sa chce odvieť.



10. Keňa zdedila svoje pomenovanie po najvyššom vrchu krajiny (a druhom najvyššom celého afrického kontinentu) – Mt. Kenya. Čo toto pomenovanie znamená v miestnom jazyku?

- a. Vrch, ktorý jasne žiari.
- b. Vrch, na ktorom prebývajú bohovia.
- c. Zakázaný vrch.
- d. Vrch čiernej gorily.

11. V ktorých dvoch krajinách východnej Afriky sa jazdí po pravej strane (tak ako u nás)?

- a. Keňa
- b. Uganda
- c. Etiópia
- d. Južný Sudán

12. Uhádnite význam svahilského príslovia „haraka raka haina baraka“.

- a. Keď sa pavúcie siete spoja, zamotajú aj leva.
- b. Opica kradne preto, lebo neorie.
- c. Keď ideš cez púšť, nehádaj sa s ťavou.
- d. Unáhlená práca neprináša požehnanie.

Viac zábavných a zaujímavých kvízov z Kene, Ugandy a Južného Sudánu nájdete na webe dobranovina.sk v sekcii Koledovanie / Metodika a inšpirácie.



POĎ KOLEDOVAŤ S DOBROU NOVINOU AJ TY

Že nevieš ako na to?

Je to tak jednoduché! Stačí na to týchto 12 praktických krokov:



1. **Prihlás** online/offline svoju farnosť/filiálku s podpisom kňaza.
2. **Objednaj** si všetky potrebné materiály.
3. **Príd'** na Deň Dobrej noviny vo svojej diecéze.
4. **Zorganizuj** pre deti kolednícke stretnú nielen o afrických projektoch.
5. **Nacvič** s deťmi koledy a vinše.
6. **Zober koledníkov** na svätú omšu s biskupom.
7. **Vyves plagát** a odprezentuj Dobrú novinu vo farnosti.
8. **Koleduj s Dobrou novinou** od domu k domu alebo na svätej omši (24. decembra – 6. januára). Nezabudni nechať v každej rodine dobronovinový leták a Dobré noviny.
9. **Poďakuj** sa vo farnosti v oznamoch a otoč plagát, na ktorý zapíšeš vašu vykoledovanú sumu.
10. **Pošli zápisnicu a vyzbieranú sumu** do 5 dní od koledovania.
11. **Priprav aj pokolednícke stretnutie** a rozďaj koledníkom darčeky.
12. **Modli** sa za koledovanie Dobrej noviny a našich partnerov vo východnej Afrike.



DEŇ DOBREJ NOVINY VO FARNOSTI Oslávte **30 rokov** koledovania vo vašej farnosti!

Tipy a nápady nájdete v týchto metodických materiáloch v časti Tvorivé aktivity aj na webe DN v časti Koledovanie – Metodika a inšpirácie. Deň Dobrej noviny môžete uskutočniť buď pred koledovaním ako pozvánku pre celú farnosť do zapojenia sa, alebo po koledovaní ako poďakovanie a spojiť ho s pokoledníckym stretnutím.

TIPY NA DEŇ DOBREJ NOVINY VO FARNOSTI:

- ☀ prezentácia o Dobrej novine a podporených projektoch
- ☀ kvíz
- ☀ premietanie dokumentárneho filmu
- ☀ svedectvo koledníka, alebo osoby, ktorá zakladala koledovanie vo farnosti
- ☀ ďakovná svätá omša alebo modlitba
- ☀ tvorivé dielne z metodických materiálov
- ☀ naučiť sa africkú pesničku, zahrať si hry
- ☀ africké občerstvenie (matoke, mandazi, chapati alebo banánový koláč, recepty sú v metodických materiáloch 20. ročníka na webe v archíve)
- ☀ kenský čaj (čierny čaj pripravený na kenský štýl, stačí sypaný čierny čaj, variť v pomere 1:1 voda a mlieko a pridať veľa cukru)

Viac informácií na Dni Dobrej noviny v diecézach, v Informačníkoch, dobronovinových sociálnych sieťach alebo na www.dobranovina.sk.