

Národný týždeň manželstva vás ponúkne vitamínmi pre vzťah

V pondelok 12.2.2024 sa začína Národný týždeň manželstva 2024 (NTM). Tento rok ponúkne manželov vitamínmi pre vzťah. Záštitu nad kampaňou prevzal primátor mesta Prešov František Olša a predseda PSK Milan Majerský. Národný týždeň manželstva sa uskutoční už tradične vo valentínskom týždni od pondelka do nedele; tento rok je to v termíne od 12. do 18. februára. Hlavným motívom NTM je myšlienka, že „Dobré manželstvo nie je samozrejmosť, ale vzťah, o ktorý sa potrebujeme starať“. V súvislosti s témou aktuálneho ročníka NTM hľadajú organizátori možnosti posilnenia manželskej vzťahovej imunity. Ktoré „vitamíny“ zaberajú ako prevencia pred apatiou, zaneprázdnenosťou, prípadne narastajúcim nezaujmom či nedôverou vo vzťahu? Aké máme možnosti, ak sa chceme vyhnúť stavu postupného odumierania vzájomnej blízkosti? NTM prináša manželom dobrú správu: manželský vzťah nemusí zákonite postupne degradovať do stavu akejsi hybernácie, prežívania zo dňa na deň. Existujú funkčné prostriedky – vitamíny pre posilnenie vzťahovej imunity, užívaním ktorých sa môže vzťah opäť prebrať k životu, nadobudnúť radosť a novú dynamiku. Celý program NTM 2024 nájdete na www.ntmpo.sk Manželia Veronika a Martin Husovskí špeciálne pre NTM nahrali pieseň ZÁZRAK. Autorom textu je Jozef Husovský a vo videoklipe k piesni sú použité fotografie manželov, ktoré na tento účel venovali. Pod vedením Pavla Višňovského tak vznikol krásny videoklip s autentickou výpoveďou - manželstvo môže a má byť krásne. Pieseň a videoklip vznikli pre celonárodnú kampaň NTM. Od 1. februára tohto roka je v Prešove zároveň spustená novinka - Actionbound s názvom Staroprešovská romantika. Actionbound je aplikácia, ktorú je potrebné si stiahnuť do mobilu a potom prostredníctvom nej načítať QR kód. Získate tak v mobile sprievodcu historickým Prešovom s drobnými zábavnými úlohami pre manželov na posilnenie vzťahu. Výhodou tejto aktivity je, že nie je viazaná na konkrétny dátum či čas. Manželia sa na takéto rande môžu vybrať vtedy, keď im to vyhovuje, v priebehu týždňa či cez víkend, cez deň či večer. Táto aktivita je určená všetkým vekovým kategóriám - Prešovčanom, ktorí sa vďaka nej dozvedia veľa zaujímavostí a pikošiek, no aj pre tých, ktorí Prešov nepoznajú a chcú to zmeniť. FOTOSÚŤAŽOŽ Ži(vé) vzťahy v spolupráci s PSK v rámci Národného týždňa manželstva (NTM) vyhlasujú FOTOSÚŤAŽ na tému: „Vitamíny pre vzťah“. Zapojiť sa môžu všetci obyvatelia Prešovského kraja, ktorí manželstvo žijú, obdivujú, podporujú či plánujú. Stačí poslať autorskú fotografiu, ktorá bude vyjadrovať túto tému spolu s názvom fotografie, ktorý vysvetlí „odkaz“ témy registrovanej fotografie cez formulár TU. (formulár bude dostupný do 14.2.2024). Zapojíte sa tým do súťaže o krásne a hodnotné ceny, ukážete svetu vašu tvorivosť a podporíte NTM a iste i mnohé páry, ku ktorým môže práve vaša fotka prehovoriť. Svoje foto príspevky môžete posielat' od 9.2.2024 do 14.2.2024. V nedeľu 18.2.2024 budú vyhlásení víhercovia v kategóriách: cena odbornej poroty, cena predsedu PSK, cena primátora mesta Prešov a cena sympatie (fotografia s najväčším počtom like-ov na FB). Zasláná fotografia musí byť s minimálnym rozlíšením 3000 px na dlhšej strane (návod na zistenie veľkosti fotografie) z dôvodu plánovanej putovnej výstavy z vybraných fotografií. Všetky fotografie budú zverejnené v piatok 16.2.2024, kedy odštartuje aj možnosť like-ovania na Facebooku. O NTM NTM trvá 7 dní, avšak manželstvo nie je záležitosť jedného týždňa v roku, preto potrebuje byť "vyživované" stále. Aj preto sú na webe NTM umiestnené inšpirácie, podnety aj povzbudenie pre manželov počas celého roka. V záložke PRE MANŽELSTVO sú nielen rady a odporúčania odborníkov a laikov, ale aj rozhovory, príbehy z manželského života, inšpiratívne videá a v neposlednom rade aj prvá pomoc pre prípad, že to vo vzťahu zaškrípe. V dlhodobom vzťahu nie je výnimočné, že sa vyskytnú menšie či väčšie problémy, aj preto je pod označením „POMOC V ŤAŽKOSTIACH“ možné nájsť zoznam manželských a rodinných poradcov, terapeutov alebo koučov aj s ich kontaktmi. Uvedený je tam aj zoznam psychológov zastrešených Úradom práce, sociálnych vecí a rodiny podľa miesta ich pôsobenia, aby mali pomoc na dosah manželia z ktorejkoľvek lokality Slovenska. Každý rok množstvo dobrovoľníkov v rôznych regiónoch Slovenska pripravuje kultúrne, športovo, duchovne aj dobrodružne ladené podujatia (najmä, avšak nielen) pre manželov. Tie budú postupne zverejňované aj na FB, Instagrame a webe NTM. Niektoré z podujatí však presahujú časový rámec NTM, napríklad, už od vlaňajšieho februára po mestách Prešovského kraja putuje výstava manželských fotografií s názvom "ODKAZ...", pripravená pre NTM 2023. Vo februári budú fotografie vystavené v Okresnej knižnici Dávida Gutgesela v Bardejove a v marci sa výstava presunie do priestorov Hornozemplínskeho osvetového strediska vo Vranove nad Topľou. Národný týždeň manželstva (NTM) propaguje manželstvo ako vzácnu hodnotu, ktorá obohacuje jednotlivcov aj celú spoločnosť. Prináša párom inšpiratívne podnety pre ich vzťah, pripravuje a ponúka zaujímavé aktivity na národnej aj lokálnej úrovni. Jedným zo zámerov je povzbudiť

manželské dvojice k tomu, aby svoj vzťah urobili prioritou a oddelili si dostatok času pre prehĺbenie vzájomnej blízkosti. NTM je pozitívna iniciatíva, ktorá pripomína dôležité hodnoty a zásady, na ktorých stoja dlhodobé vzťahy. NTM je súčasťou medzinárodného združenia The Marriage Week International, na Slovensku funguje ako autonómny projekt. Viac informácií o Národnom týždni manželstva nájdete na www.ntm.sk Zdroj: www.ntm.sk