

17
9771338915007

Noviny s osemdesiatročnou tradíciou

tempo



3

Stredoškoláci poslali jasný odkaz



6

Na DEŇ ZEME nezostalo ticho

12

Avenová splnila limit aj na juniorské majstrovstvá Európy

CENA 0,60 €

www.novinytempo.sk

3. máj 2021 / ročník LXXXII

číslo 17

INVESTÍCIA ZA 1,5 MILIÓNA EUR NA SÍDLISKU LUHY



Jednou z najväčších investičných aktivít mesta Partizánske v tomto roku je rekonštrukcia tepelných rozvodov sídliska Luhy II. Ide o investičný zámer realizovaný Technickými službami mesta v celkovej sume 1,5 milióna eur, na ktorom spoločnosť pracuje od októbra minulého roka. Súčasťou projektu je kompletná modernizácia kotolne B pri bytovkách č. 1030 a 1031 na Veľkej okružnej, zásobujúcej teplom a teplou úžitkovou vodou sídlisko Luhy II, zrušenie kotolní A a C na sídlisku a realizácia rozvodov kúrenia medzi pôvodných kotolňami A, B a C. Viac sa dočítate v budúcom vydaní v článku z aprílového kontrolného dňa na stavbách.

M. Števčíková, foto: msk

VY OBJEDNÁTE
MY DOVEZIEME AŽ K VÁM

ekodiel®
tvár betónu



Zákaznícka linka

0908 24 97 97

beton@ekodiel.sk



Zákaznícka linka

0902 62 34 74

info@ekodiel.sk



Zákaznícka linka

0902 62 34 84

odbyt@ekodiel.sk

(210182)

**Pošlite svoj tip
na výnimočné osobnosti**

Trenčianska župa otvára piatu výzvu na nomináciu výnimočných osobností, ktoré svojím životným príbehom a skutkami pomohli rozvoju a dôstojnej reprezentácii kraja aj za jeho hranicami. Štatút TSK umožňuje každoročne oceniť mimořiadnych ľudí a ich životné dielo Cenou TSK a Cenou predsedu TSK. Nominovať budúcich laureátov najvyššieho ocenenia môže verejnosť, a to do konca 30. septembra. Svoje tipy na jednotlivcov či kolektívy môžete posielat poštou na adresu župného úradu v Trenčíne – Trenčiansky samosprávny kraj, K dolnej stanici 7282/20A, 911 01 Trenčín, e-mailom na: info@tsk.sk alebo osobne doručiť na podateľňu Úradu TSK. V návrhu nezabudnite okrem titulu, mena, priezviska, dátumu a miesta narodenia uviesť aj zdôvodnenie nominácie. V prípade kolektívov je potrebné napísať jeho celý názov a adresu sídla.

Všetky dôležité informácie sú dostupné na webovej stránke župy www.tsk.sk, v sekcií Samospráva/Verejné uznania.

AKO
nám bude

Počasie v tomto týždni bude dosť premenlivé a vyskytnú sa aj občasné zrážky, ojedinele už aj búrky. Na začiatku týždňa bude chladno, v závere by už malo byť teplejšie.



13/20°C



10/3 °C

PRÍSNEJŠIE PRIDEĽOVANIE MESTSKÝCH BYTOV:

Rozhodovať budú poslanci na verejnem rokovani

Postup pri pridelovaní bytov vo vlastníctve mesta Partizánske sa mení. Rozhodlo o tom mestské zastupiteľstvo schválením aktualizácie VZN, ktoré nadobúda účinnosť 12. mája 2021.

Ide o štvrtú aktualizáciu tohto nariadenia, ktoré bolo schválené v roku 2011. Dopolňa o tom, komu bude pridelený mestský nájomný byt, rozhodoval primátor na základe návrhu Správy majetku mesta, ktorá má okrem iného na starosti evidenciu bytov a žiadateľov o pridelenie príslušného bytu, a odporúčania Komisie pre sociálnu a bytovú politiku a pre ochranu verejného poriadku pri MsZ v Partizánskom. V prípade, ak by primátor tento návrh nerešpektoval, predostrel by svoje odôvodnenie mestskej rade. Ako sa však píše k dôvodovej správe k zmene VZN, takýto prípad doteď nenašiel a odporečenie komisie bolo akceptované: „Tento postup (pridelovanie bytov na základe odporúčania komisie – pozn. red.) bol výhodný, pretože zasadnutie komisie je flexibilnejšie ako zasadnutie mestského zastupiteľstva a bolo možné riešiť aj prípadné urgentné situácie. Kedže došlo k spochybneniu postupu komisie pri pridelení jedného z bytov na jej ostatnom zasadnutí, primátor navrhuje, aby o pridelení bytu v konečnom dôsledku rozhodlo mestské zastupiteľstvo.“

Otzázy spôsob hlasovania

Verejnosi rezonoval postup pri pridelovaní bytu príbuznému poslancu MsZ Tomáša Merašického. Ako vyplývalo zo zistení hlavného kontrolora mesta Dušana Beduša prezentovaných na schôdzi mestského zastupiteľstva, nedostatkov bolo hned niekoľko.

Zistení vyplývalo, že pracovníčka Správy majetku mesta, ktorá je aj tajomníčkou komisie, nerešpektovala kritériá riaditeľa Správy majetku mesta, ktoré sa mali vzťahovať na pridelenie daného jednoznačného bytu. Podľa pôvodného návrhu riaditeľa SMM mal byť nájomný byt pridelený rodičovi s dieťaťom. Pracovníčka Správy majetku mesta však podľa zistení kontrolora, „svojvoľne predložila zoznam žiadateľov o mestský nájomný byt, podľa vyjadrenia pani Úradníčkovej (pozn. red.: pracovníč-

ky SMM), navrhnutý Máriou Hazuchovou, v ktorom navrhovala prideliť byt pánonovi Martinovi Merašickému.“

Ako sa ďalej píše v správe: „Pánonovi Martinovi Merašickému boli odovzdané kľúče od bytu skôr, ako bolo podpísané rozhodnutie o pridelení bytu a následne podpísaná platná nájomná zmluva ako titul na užívanie bytu.“ **Otzázy bol aj spôsob zasadania komisie, ktorá hlasovala per rollam** (pozn. red.: bez zvolania formálnej porady). V správe kontrolór odporučil, aby „v závažných a citlivých prípadoch, ako je napríklad rozhodovanie o odporúčaní pridelovania mestských nájomných bytov, komisia nerokovala spôsobom per rollam, ale prezenčne, v prípade nutnosti online cez videokonferenciu.“ Zdôraznil však, že nie je v jeho kompetencií posudzovať etickú stránku veci, pracuje iba s dôkazným materiáлом.

„Ako nás informoval hlavný kontrolór na rokovanie MsZ, hoci mestu nevznikla škoda, došlo k pochybeniu a boli vyvodené dôsledky. Členstvo v komisií sa vzdala pani poslankyná, ktorá podľa zistenia kontroly mala zadávať pokyn zamestnankyni SMM nad rámcem toho, ako mala konáť. Zamestnankyná neinformovala o tom riaditeľa SMM a z tohto titulu bola preradená na inú prácu a zároveň končí ako tajomníčka komisie. Svojho postu sa vzdali aj ďalší členovia komisie,“ informoval Jozef Božík, ktorý zároveň inicioval zmenu VZN, aby k podobnej situácii v budúcnosti nedošlo.

Uznesenie bude kľúčové

Aktualizované znenie VZN hovorí o tom, že návrh na pridelenie bytu zaevdovaného žiadateľa predloží Správa majetku mesta na rokovanie danej komisie. Výsledkom bude odporúčanie pre rokovanie mestskej rady a ďalej pre mestské zastupiteľstvo. **O pridelení bytu konkrétnemu žiadateľovi rozhodnú poslanci uznesením, ktoré bude kľúčové. Bez výpisu z uznesenia sa totiž nebude môcť pristúpiť k podpisu nájomnej zmluvy a odovzdaniu kľúčov od bytu.** „Tým, že o tom bude rokovat 21 poslancov, byt získa ten, komu

ho schvália. Zároveň ale bude možné dohľadať, o akého žiadateľa ide, ako dlho má žiadost o byt a či je to jednotlivec, dvojčlená alebo viacčlenná rodina. Čiže už to nebude rozhodnuté na verejnem rokovani, ale na verejnej schôdzi mestského zastupiteľstva a občania budú môcť využiť sami, či to rozhodnutie bolo alebo nebolo správne,“ uviedol na margo zmeny VZN jej predkladateľ, primátor Jozef Božík.

Ak by vznikla mimoriadna situácia, o pridelení bytu môže rozhodnúť primátor mesta. Jozef Božík však v tejto súvislosti rázne tvrdí, že to neplánuje využívať, aj keď ho na to oprávňuje všeobecne záväzné nariadenie: „Výnimkou sa môže stať, že by napríklad niekoľko vysokoradových poslancov, ktorí sú žiadateľom na dobu určitú, maximálne na tri mesiace. O takto pridelenom byte bude informované MsZ na najbližšom rokovani, na ktorom sa rozhodne o pridelení bytu alebo o predĺžení nájmu.“

Tento postup by primátor zvolil aj napriek tomu, že podľa VZN môže konať bez nutnosti zvolania mimoriadneho MsZ: „Nájomná zmluva sa v prípade, ak rozhodne primátor mesta, uzatvára so žiadateľom na dobu určitú, maximálne na tri mesiace. O takto pridelenom byte bude informované MsZ na najbližšom rokovani, na ktorom sa rozhodne o pridelení bytu alebo o predĺžení nájmu.“

Etická zásada neprešla

Primátor zároveň na rokovanie MsZ navrhol prijatie etickej zásady. Tá spočívala v tom, že **na schválenie pridelovania nájomného bytu pre príbuzného kontrolóra, primátora alebo mestského poslanca by nestacilo prijať jednoduchou väčšinou prítomných poslancov, ale trojpäťinovou, ktorá je potrebná na schválenie VZN.** Tento návrh ale neprešiel – plénumu sa zhodlo, že v prípade jeho odsúhlasenia by išlo o diskrimináciu.

Všeobecnosti však platí, že pri pridelovaní bytov sa bude zohľadňovať viaceré kritériá, predovšetkým aktuálna ekonomická a sociálna situácia žiadateľa, dátum predloženia žiadosti o mestský nájomný byt a parametre voľného bytu. (mš)

Stav podložia cest zistovali georadarom

Špeciálnu diagnostiku podložia absolvovalo v stredu 28. apríla šesť komunikácií v Partizánskom. Mesto si túto službu objednalo u spoločnosti z Bratislav. Diagnostiku vykonala prostredníctvom vozidla, ktoré bolo vybavené meracou technológiou georadarom. „Vozidlo je vybavené zariadením, ktoré dokáže zmerať hrúbku podkladových vrstiev vozovky. A tieto údaje potom slúžia pre spracúvanie nejakých projektov na celkovú rekonštrukciu či už mestských komunikácií alebo chodníkov,“ uviedol pre redakciu Peter Minárik z oddelenia životného prostredia a dopravy MsÚ Partizánske. Ide o **neinvazívnu technológiu, ktorá umožní nazrieť do podložia vozovky bez použitia sondy.** Nakoľko zloženie podložia môže byť v rôznych častiach komunikácie odlišné, použitie sondy nemusí vysvedčať o stave cesty v celej jej dĺžke.

Minulotýždňový zber dát georadarom sa v Partizánskom týkal vozoviek na šiestich uliciach – Moyzesovej, Červenej, Kpt. Nálepku, Slovanskej, Hurbanovej a Sokolskej. „Potrebujeme zistiť na týchto komunikáciách stav podložia, aby sme potom vedeli naplánovať rekonštrukciu cest,“ vysvetlil Peter Minárik. Výsledky meraní by mali byť známe do mesiaca. Mesto budú nápomocné v tom, **akú rozsiahlu rekonštrukciu má pri jednotlivých vozovkách naplánovať – či bude potrebná kompletná modernizácia alebo pojde o úpravu povrchovej vrstvy.**

Martina Števčíková, foto: mm



Vozidlom so špeciálnym vybavením zdiagnostikovali aj podložie cesty na Moyzesovej ulici



PRIHOVÁRA SA...

Efekt stáda

Aj slovenské internetové vody sú denne zaplavované rôznymi falosoňmi správami (fake news), hoaxami a konspiráciami. Niektoré sú sofistikované, ich overenie si vyžaduje čas na analýzu prekrútených faktov a istú schopnosť kritického myšlenia.

a istú schopnosť kritického myšlenia. pri ktorých sa aj ich autori musia sami čudovať, ak ich niekoľko berie vážne. Ako je potom ale možné, že tie najprimitívnejšie „výtvory“ majú často obrovský dosah medzi ľudmi? Podľa odborníkov v tomto prípade „úraduje“ tzv. efekt stáda alebo skupinového vozňa, kedy dobrovoľne robíme veci, ktoré by sme inak neurobili, niekedy dokonca na úrok našich už existujúcich názorov a presvedčení. Pri tomto psychologickom fenoméne platí, že čím viac ľudí informáciu verí, tým viac nadobúda na dôveryhodnosť, neriadime sa pritom obsahom, ale „popularitu“. A práve vďaka tomu sú sociálne siete dokonalým prostredím na šírenie konspirácií a hoaxov. Na Facebooku sú aktívne státične ľudí, posunutie, teda zdieľanie noviniek ďalej nás nič nestojí, potrebujeme len pári sekúnd a preklikov. Falosoňom správam sa darí na sociálnych sietach tak dobre aj preto, že ide o priestor, kde sa „stretávame“ so známymi a priateľmi, správy od nich sú pre nás prirodzene uveriteľnejšie, berieme ich ako zdroj skutočných udalostí. Väčšina sociálnych siet funguje tak, že ak má novinka mnoho ľajkov a zdieľaní, je účelovo ponúkaná ďalším a ďalším ľuďom, zvyšujúc tak potenciálne publikum. Efekt stáda nefunguje len pri fake news, pravidelne sa objavuje ako istá manipulačná stratégia, ktorou sa marketéri snažia ovplyvniť naše nákupné praktiky či politické preferencie. Prítomný je aj v každodenných činnostach, ak napríklad vedľa seba stojá dve predajne zmrzlín, podvedome máme tendenciu postaviť tam, kde už nejakí zákazníci čakajú a nie tam, kde nik nestojí. V takomto prípade žiadna katastrofa nehrozí, akurát tak možno nie zrovna chutná zmrzlina, pri výbere správ, ktorým veríme a ktoré posúvame svojmu okolia ako pravdu, by sme mali byť oveľa opatrnejší...“

Materská láska nepozná hraníc, je ako fontána, ktorej prameň nikdy nevyschne.

Milé mamičky, dovolte mi podčakovať sa vám pri príležitosti Dňa matiek za dar života, za starostlivosť, ktorou nás zahrňate, za ochranné ruky, ktoré nad nami držíte, ked kráčame životom. Nech sa vám ľaska, ktorú dávate svojim rodinám, dvajnásobne vráti a nech je oslovenie mama pohľadením duše a rozjasnením každého jedného dňa.

S úctou
Jozef Božík, primátor mesta Partizánske



Tri priority v rámci plánu trasformácie

V priestoroch župného úradu sa konalo stretnutie k priprave Plánu spravodlivej transformácie, ktorý je hlavným kritériom pre čerpanie financií z Fondu spravodlivej transformácie (JTF). Okrem ľahko skúšaného uhoľného regiónu hornej Nitry by z neho mali čerpať finančie aj Košický, Banskobystrický a Bratislavský samosprávny kraj.

V rámci Fondu spravodlivej transformácie je vyčlenených 450 miliónov eur. Finančie z neho by mali pomôcť najmä transformácii regiónu hornej Nitry. Zástupcovia Ministerstva investícii, regionálneho rozvoja a informatizácie SR (MIRRI), jednotlivých rezortov a experti z Jaspers budú v priebehu mája a júna pracovať na hodnotení a výbere nosných projektov, ktoré žiadatelia mohli podať do konca apríla. Trenčianska župa má v rámci projektov stanovené jasné priority.

„**Prvým je modernizácia Nemocnice s poliklinikou Prievidza so sídlom v Bojniciach, ktorá poskytuje zdravotnú starostlivosť ľuďom z regiónu hornej Nitry zasihanutým tažbou uhlia. Druhým väčším projektom je Hornonitrianske centrum vzdelania, ide o projekt celoživotného vzdelávania. Tretím sú moderné vodíkové technológie. Chceme obstaráť niekoľko vodíkových autobusov práve pre región hornej Nitry, aby bola verejná doprava ekologickejšia,**“ povedal trenčiansky župan Jaroslav Baša.

Plán spravodlivej transformácie by mal byť hotový do konca mája tohto roka. Kedy bude možné z neho čerpať finančie, zatiaľ nie je jasné. „Fond spravodlivej transformácie sa plánuje ako špecifická prioritná os OP Slovensko, ktorý podlieha schvaľovacím procesom na národnej aj európskej úrovni. Akonáhle bude operačný program schvaľený, môže začať aj čerpanie pre JTF,“ povedal Peter Balík, poverený riadením Sekcie inovácií, strategických investícií a analýz MIRRI SR.

TSK (210183)

Asistované sčítanie od 3. mája

V pondelok 3. mája sa v Partizánskom začína asistované sčítanie obyvateľov. Vzťahuje sa na tých, ktorí sa nemohli sčítať sami ani s pomocou blízkej osoby. Ide najmä o digitálne vylúčených občanov, starších ľudí, obyvateľov v zariadeniach a obyvateľov marginalizovaných komunit.

Termín začiatia asistovaného sčítania určil predseda Štatistického úradu SR na základe epidemickej situácie na 3. mája 2021. Asistované sčítanie potrvá šest týždňov a môže byť v závislosti od vývoja epidemickej situácie aj prerušené. V takomto prípade bude vždy do držaná doba celkového času asistovaného sčítania, t.j. šest týždňov. Sčítanie sa dá dvojakým spôsobom. S pomocou **stacionárneho asistenta sčítania na kontaktnom mieste** na Mestskom úrade v Partizánskom alebo s pomocou **mobilného asistenta sčítania**, ktorý vás navštíví doma, v prípade, že o takúto službu požiadate.

CHCETE SA SČÍTAŤ V KONTAKTNOM MIESTE?

Od pondelka 3. mája môžete navštíviť kontaktné miesto, ktoré je zriadené v budove Mestského úradu Partizánske v malej zasadacej miestnosti. Telefónne číslo kontaktného miesta je: +421918788905. Prevádzkové hodiny sú nasledovné:

Pondelok: 9.00 – 13.00 h
Utorok: 9.00 – 13.00 h
Streda: 10.00 – 17.00 h
Štvrtok: 9.00 – 13.00 h
Piatok: 9.00 – 12.00 h

CHCETE POŽIADAŤ O MOBILNÉHO ASISTENTA SČÍTANIA?

Od pondelka 3. mája môžete požiadať o mobilného asistenta na dvoch číslach – buď zavoláte na call centrum Štatistického úradu SR (číslo zverejnéj ŠÚ SR) alebo na mestský úrad v čase od 8.00 do 14.00 h. Číslo kontaktnej osoby je +421918788902. Pri telefonickej nahláske požiadavky na mobilného asistenta uvediete vaše meno a priezvisko, adresu, na ktorej vás má mobilný asistent navštíviť a telefónne číslo, aby si mobilný asistent mohol s vami dohodnúť termín a čas návštavy.

Podákovanie patrilo dvom dámam

V poradí 16. riadne zasadnutie Mestského zastupiteľstva v Partizánskom sa nieslo v netradičnom duchu. Hned v úvode boli totiž na pôde mestského úradu privitané dve významné ženy.

Prvou z nich bola dlhorocená kronikárka mesta Mária Znášiková, bývalá riaditeľka Základnej školy Rudolfa Jašíka, učiteľka dejepisu a slovenského jazyka, ale i poslankyňa MsZ v rokoch 2010-2014 za mestskú časť Šimonovany. „Prácu kronikárky som začala robiť 22. novembra 2005 a posledný kronikársky záznam som zapísala v roku 2018. Najviac sa mi na tejto práci páčilo to, že sme zmapovali, čo sa diaľo v meste, boli to výnimočné aj všedné veci, ale každý kronikár to chápe tak, že keď raz my tu už nebudem a ten kronikársky záznam niekoľko otvorí, tak si bude vedieť predstaviť, ako sa tu vtedy žilo. To ma na tom najviac vždy potešilo,“ prepradila Mária Znášiková. V mene poslancov i občanov jej za prácu v prospech mesta podľačoval primátor Jozef Božík. „Myslím si, že Majkin ľudský prístup, otvorené srdce a myseľ boli zárukou toho, že kronika Partizánskeho bude istotne studnicou informácií pre tých, ktorí by sa

Mária Znášiková



Mária Velšicová



chceli v budúcnosti zaoberať historiou nášho mesta, udalosťami a aktivitami, ktoré sa tu udiali,“ vyjadril primátor uznanie bývalej kronikárke a zároveň jej zaželal všetko dobré do ďalších rokov. „Neberiem to ako prácu mňa osobne, ale veľmi si cením to, že mesto vníma prácu kronikára ako vec, ktorá si zaslúži pozornosť. Chcela by som pri tejto príležitosti povedať aj to, že vždy boli okolo mňa ľudia, ktorí mi pomáhali a nebáli sa povedať aj kritické pripomienky k tomu, čo som

napísala,“ skončila Mária Znášiková.

Do Partizánskeho v utorok 27. apríla zavítala aj známa rodáčka, herečka a speváčka Mária Velšicová pri príležitosti nakrúcania dokumentu o svojom živote.

„My ako mesto sme si učili Majku Velšicovú verejným uznaním, ale to, že sa o nej točí dokument, je akéosi umocnenie toho, že sa dožíva krásneho životného jubilea a práve z tohto titulu som sa rozhodol, že si dovolím oceniť dlhorocný prínos pre rozvoj kultúry na česko-slovenskej úrovni,“ priblížil primátor a rovnako ako Márii Znášikovej jej venoval dákovaný list, kyticu kvetov, knihu a malý darček. „Ja toto mesto milujem a obdivujem, odkedy si pamätám. Lebo mladé ženy a mladí muži, ktorí založili dobrú povest mesta, boli pre nás vzorom. Bolo to mesto, ktoré malo poriadok, cito morálku a toto aj nám zostało,“ zaspomína si na roky prežité v rodnom Partizánskom Mária Velšicová. Sandra Čaprnková

Foto: MTP

Podporite svoj komunitný projekt v SMS hlasovaní

Rada pre komunitný participatívny rozpočet mesta Partizánske vo štvrtok 29. apríla na verejném prerokovaní odobrila do verejného SMS hlasovania 17 návrhov komunitných projektov (jeden návrh projektu do hlasovania nepostúpil). O tom, ktoré komunitné projekty získajú podporu pre svoju realizáciu, môžete rozhodnúť prostredníctvom SMS hlasovania na číslo 6664, ktoré potrvá od 3. do 16. mája (vrátane). Popis projektov a pravidlá SMS hlasovania nájdete na www.partizanske.sk.

Číslo projektu	Názov projektu	Predkladateľ projektu	Tvar SMS hlasovania
1.	Hudba pomáha prekonávať prekážky, lieči a zbližuje	Centrum Naša chalúpka, o. z.	PROJEKT medzera 1
2.	Realizácia estetických relaxačno-tvorivých kútikov v ZŠ	ZŠ R. Kaufmana	PROJEKT medzera 2
3.	Keramická dielňa	ZŠ s MŠ Veľká okružná	PROJEKT medzera 3
4.	Vybavenie školiacej miestnosti DHZ kancelárskym nábytkom a IT technikou	Dobrovoľný hasičský zbor Partizánske - Veľké Bielice	PROJEKT medzera 4
5.	Upletme spolu krajší svet	Rodičovské združenie pri Gymnáziu	PROJEKT medzera 5
6.	Trénuj ako šampión	Zápasnický klub Partizánske, o. z.	PROJEKT medzera 6
7.	AstroTech	Neformálne združenie pri Amavet klube a Centre volného času	PROJEKT medzera 7
8.	Nechajte sa inspirovať	Stredná odborná škola J. A. Baťu	PROJEKT medzera 8
9.	Večerný beh Partizánske - III. ročník	Atletický oddiel Partizánske	PROJEKT medzera 9
10.			NEHLASUJE SA
11.	Florbalová akadémia	ŠK Harvard Partizánske	PROJEKT medzera 11
12.	Podme sa hrať	ZŠ Športovcov	PROJEKT medzera 12
13.	Relaxačno-kreatívna zóna - multifunkčné, interaktívne pódium	ZŠ Malinovského	PROJEKT medzera 13
14.	Zaži Baťovany	Skrášlovací spolok Partizánske, o. z.	PROJEKT medzera 14
15.	Kamerový systém - bezpečné ihrisko	FK Veľké Bielice	PROJEKT medzera 15
16.	Stolný tenis na škole	OZ Batania	PROJEKT medzera 16
17.	Miestnost Snoezelen	Cirkevná ZŠ s MŠ Jána Krstiteľa	PROJEKT medzera 17
18.	Baťoviansky rinek 2021	Užitoční ľudia, o. z.	PROJEKT medzera 18

Stredoškoláci poslali jasný odkaz



Chcú naspäť do školy. Reč je o študentoch, ktorí majú evidentne dosť a rozhodli sa poslať takýto verejný odkaz pravdepodobne vláde a ministrovi školstva.

Vo štvrtok 29. apríla sa na Námestí SNP objavili rozmerné nápisy s jasnym posolstvom. Autori majú byť samotní stredoškoláci. Jeden nápis sa nachádzal pred hotelom, kde sa píše: „Neberte nám vzdelanie – otvorte stredné školy“. Autori poukazujú na aktuálne nariadenia, podľa ktorých sú otvorené fitness centrá, kostoly či terasy pohostinstiev, no určité ročníky sa stále nemôžu vrátiť do lavíc. Obrátili sme sa na vedenie oboch stredných škôl. Gymnázium či Stredná odborná škola J. A. Baťu v Partizánskom však informácie o takýchto aktivitách svojich žiakov nemali. „Keď som započula, že na námestí niekto zo žiakov strednej školy napísal heslá o neotváraní škôl, bola som mierne zdeseňaná, že by mohlo ísť o vandalismus. Keď som prišla na miesto, videla som úhladne kriedou napísané vyjadrenie nespokojnosti. Nemám vedomosť, že by išlo o nášho žiaka, s autorom však morálne súčítím a taktiež som vďačná, že zvolil kriedou napísaný odkaz, čím nepoškodil mestský majetok. Tiež som smutná z toho, že sa do škôl nemôžu vrátiť všetci žiaci, pretože situácia, ktorú mnohí zažívajú, je už neznesiteľná,“ povedala nám riaditeľka SOŠ J. A. Baťu Katarína Hartmannová. Podobne sa k nápisom posta-

vilo aj mesto. „Nevnímam to ako vandalismus, k poškodeniu verejného majetku nedošlo, ide o nápis urobený kriedou, ktoré sa dajú ľahko zmyť vodou. Považujem to za jasný odkaz našich študentov, ktorí sa chcú vrátiť do škôl, smerovaný nie nám, ale k vláde SR,“ skončila Mária Znášiková. Sandra Čaprnková

Katarína Jankej, foto: mš

Majú záujem o rozvoj cyklodopravy

Mesto Partizánske sa v súčasnosti venuje aj otázke rozvoja cyklodopravy a cyklochodníkov. K tejto téme zvolal v pondelok 26. apríla primátor Jozef Božík na pôde mestského úradu stretnutie odborníkov s nadšencami cyklistiky.

Na území mesta by mali vzniknúť dve cyklotrasy. „Partizánske malo cezhraničný projekt, z ktorého partner odstúpil. My sme ho pripravili tak, aby v rámci stavebného povolenia sme ho mohli odvzdať Trenčianskemu samosprávnomu kraju. To znamená, že kraj by mal začať v priebehu tohto, respektívne budúceho roka s realizáciou prvého oficiálneho cyklochodníka,“ vysvetlil primátor. Okrem cyklotrasy medzi Malými Bielicami a Šípkom po korune hrádze riek Nitry a Nitrice má mesto v pláne zriadiť aj vnútromestský cyklochodník. „Dohodli sme sa, že pripravíme dopravno-urbanistickej štúdiu, ktorá bude základom pre vypracovanie ďalších projektov. Vďaka nim by sme sa mohli v budúcnosti uchádzať o zdroje z Európskej únie,“ priblížil primátor. Navrhovaná štúdia by predstavovala základný dokument pre komplexné riešenie cyklodopravy v Partizánskom.

Potenciál stať sa cyklo mestom

Víťazom verejného obstarávania, ktorý dokument vypracuje, sa stalo občianske združenie Cyklokoalícia z Bratislavky. Rozvoju cyklistickej dopravy sa venuje už viac ako desať rokov. „Možnosť pripraviť konceptu cyklodopravy pre Partizánske nám prišla ako dobrá príležitosť vytvoriť veľmi dobré, funkčné cyklo mesto. Myslime si, že Partizánske má výborný potenciál na to, aby sa



tu cyklodoprava rozvíjala a veľké percento obyvateľov jazdilo na bicykli. Mesto je rozlohou pomerne malé, neprekonávajú sa tu veľké vzdialenosť a je na rovine,“ skonštatoval prezident OZ Cyklokoalícia Dan Kollár s tým, že cyklodoprava je priestorovo veľmi efektívna a lacná v porovnaní s investíciami do áut. Navyše na tento druh prepravy je v súčasnosti možné čerpať finančné prostriedky z európskych zdrojov. Príprava dopravno-urbanistickej štúdie bude pozostávať z analýzy, ktorá ukáže, kde všade sa ľudia potrebujú na bicykli prepraviť. „Následne vyhodnotíme, ako sú tieto cyklotrasy realizovateľné, či je

možné ich tam naozaj postaviť alebo je treba zvolať nejakú inú trasu. Samozrejme, do tohto procesu sa snažíme zapájať aj miestnych obyvateľov,“ podotkol Dan Kollár.

V tejto súvislosti vzniklo neformálne združenie občanov s názvom Mestská cykloiniciatíva 2021, ktorých táto téma zaujíma a majú k nej blízko, pričom ich návrhy budú zpracované do pripravanej štúdie. Koordinátorom občianskej platformy sa stal učiteľ Gymnázia v Partizánskom a jeden z hlavných organizátorov cykloturistického podujatia Baťovianska galuska Martin Znašák.

Sandra Čaprnková, foto: MTP

Prihlasovanie na očkovanie je možné od 16 rokov

Od stredy 28. apríla boli spustené nové zmeny v registračnom formulári na očkovanie. Prihlasovať sa do Čakárne môžu už všetky osoby s vekom od 16 rokov.

Ako sa uvádzá na portáli korona.gov.sk, pre obyvateľov nad 60 rokov je určené očkovanie vakcínou od spoločnosti Pfizer a Moderna, od 18 do 59 rokov AstraZenecou. Deti od 16 do 17 rokov dostanú vakcínou od spoločnosti Pfizer.

Stále platí, že o pridelení termínu na očkovanie nerozhoduje čas registrácie, ale termíny budú priradované prioritne podľa veku. V Čakárni majú okrem veku prednosť aj osoby s ťažko a stredne ťažko závažnými chorobami. **Zmena nastala vo výbere miesta očkovania. V procese registrácie si už nevyberáte konkrétné vakcinačné miesto, ale kraj, respektívne viaceru kraju, a okres alebo viaceru okresov v okolí, kam môžete cestovať.** „Iba 30 percent ľudí si doteraz vyberalo viac ako jedno vakcinačné miesto, väčšina ľudí si vybrať iba jedno. Týmto spôsobom sprístupníme viac vakcinačných miest každému, kto sa zaregistrova,“ informuje ministerstvo zdravotníctva.

Systém automaticky priradí konkrétny termín s ohľadom na vek a prioritu registrujúceho sa, vrátane typu očkovacej vakciny. Osoby, ktoré sú už zaregistrované, nemusia robiť nič, registrácia zostáva platná a bude automaticky pridelená okresu, v rámci ktorého ste si vybrali očkovacie miesto. „Aktuálne sa kritériá určovania poradia očkovania obyvateľov ustanovujú vo vyhláške MZ SR, ktoré sú rozdelené do jednotlivých fáz. Tieto kritériá sú už automaticky systémovo zapracované a registrujúci už nemusí vyberať ‘fázu’, do ktorej patrí,“ píše sa na webovom portáli s tým, že kontrola prioritizácie je daná vekom registrujúceho (po zadaní rodného čísla) a jeho ochorením (overuje sa v zozname pacientov zdravotníckych poslušníkov).

Po zaradení do Čakárne budete o pridelenom termíne očkovania informovaní (SMS a e-mailom) najneskôr dva dni vopred, aby ste mali dostatok času sa na vakcináciu pripraviť.

Zdroj: korona.gov.sk

UDIALO SA V REGIÓNE

TRENČIANSKY KRAJ

Bánovského rodáka vysvätili za biskupa

Starobylá Nitrianska diecéza má od januára nového pomocného biskupa. Stal sa ním doterajší farár a dekan v Skalke nad Váhom Peter Beňo, kde sa aj v sobotu 24. apríla konala jeho slávnostná konsekrácia. Narodil sa v Bánovciach nad Bebravou a vyrastal v obci Prusy, ktorá je súčasťou bánovskej farnosti. Hlavným svätitelom bol nitriansky diecézny biskup Viliam Judák, spolušvätitelmi apoštolský nuncius na Slovensku Giacomo Guido Ottonello a banskobystrický biskup Marián Chovanec. Vysviacky nového biskupa sa pri dvojvežovom kostolíku v Skalke nad Váhom zúčastnil aj trenčiansky župan Jaroslav Baška a rektor Trenčianskej univerzity A. Dubčeka Jozef Habánik. Slávnostná udalosť sa v súlade s platnými protiepidemiologickými opatreniami uskutočnila s vedomím Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Trenčíne. Účasť na nej bola možná iba na pozvánku a podmienená preukázaním platného negatívneho testu.

TSK, tkkbs.sk, foto: TSK



BÁNOVCE NAD BEBRAVOU

Knižnica obohatila svoju zbierku novinkami

Mestská knižnica sa môže pochváliť nielen zrekonštruovanou elektroinštaláciou a novými svetlami, ale opäť aj novými knižnými titulmi. „Ak nám to dnes krásne vyšlo! Dnes je Svetový deň kníh a autorských práv a my vám práve dnes prinášame naše ďalšie krásne nové a voľnávajúce knižné novinky. Tie sme zakúpili v miestnom kníhkupectve s finančnou podporou Fondu na podporu umenia,“ napísala knižnica na Facebooku v piatok 23. apríla. Do zbierky prípadli odborné tituly, beletria, ale i kopek detskej literatúry. Pri svojej najbližšej návštive si môžete vypožičať napríklad detektívky Nemý svedok z pera Agathy Christie alebo Druhý spánok od Roberta Harissa. Najmenších určite potešia príbehy Zvieracia nemocnica na Obvázovej ulici, Stráča a Tóni, Harry Potter či detská klasika Chlapček z hrášku od Márie Ďuričkovej. Mestská knižnica taktiež siahla po unikátnnej encyklopédii s 3D obrázkami s názvom Zaniknuté civilizácie či po rôznych tituloch zo psychológie a psychoterapie.

(kj), foto: FB Mestská knižnica v Partizánskom



PARTIZÁNSKE

Dobrovoľní hasiči mali plné ruky práce

Počas uplynulého týždňa naši dobrovoľní hasiči rozhodne nezaháli. Z Výboru mestskej časti Šípok boli požiadani o pomoc pri výcistení autobusovej zastávky v blízkosti potravín, ktorá bola podľa slov poslankyne Márie Bielešovej znečistená ľuďmi bez domova. „Z našej strany okamžitá odpoved: Samozrejme! Sme dobrovoľná organizácia určená a pripravená pomôcť. Týmto som spojil požiadavku mestskej časti s cvičným výjazdom, kde si členovia vyskúšali akcieschopnosť príjazdu v čo najkratšom možnom čase. Čo môžem potvrdiť je, že sa nám to podarilo,“ napísal v utorok 27. apríla veliteľ DHZ Partizánske – Veľké Bielice Dušan Vereš. Ako pokračoval, všetci členovia sú riadne zamestnaní, ani to im nezabránilo situáciu vyriešiť. „Z dvanásťich aktívnych členov sa do 25 minút podarilo štyrom odísť na výjazd! Chcem podakovať všetkým príslušníkom DHZ za ich prístup a odhadolnosť zdokonaľovať sa a byť stále lepší a pripravený pomôcť,“ dodal veliteľ.

(kj), foto: FB Šípok Môj domov- Mária Bielešová





Myšlienka na tento týždeň

Ak sa ti nepáči, kde si, zmeň to. Nie si strom.

Neznámy autor



Blahoželáme

Členovia Klubu ABŠ v Partizánskom srdečne blahoželajú svojej priateľke **Márii Melichárekevej**, ktorá sa 28. apríla dožila významného životného jubilea 75 rokov. Základná organizácia Slovenského zväzu telesne postihnutých v Partizánskom praje všetko najlepšie svojej priateľke **Agáte Pokornej**, ktorá 29. apríla oslávila krásne 75. narodeniny. Ku gratuláciám sa prípadajú aj členovia redakcie týždenníka Tempo a oslávenyniam prajú ešte mnoho krásnych chvíľ prežitých v kraji najblížších.

Meniny oslavujú v pondelok 3. mája **Galina**, v utorok 4. mája **Florián, Floriána**, v stredu 5. mája **Lesana, Lesia**, vo štvrtok 6. mája **Hermína**, v piatok 7. mája **Monika**, v sobotu 8. mája **Ingrida** a v nedeľu 9. mája **Roland, Rolanda**.



Počasie

EXTRÉMY (od 23. do 29. apríla 2021)

Partizánske: Teplota: 19,9 °C (29.4.) -2,4 °C (24.4.)

Zrážky: 0 mm

Slovensko: Teplota: 23,1 °C (Gabčíkovo 29.4.) -7,6 °C (Polomka 26.4.) Zrážky: 31,4 mm (Šaštín-Stráže 29.4.)

Európa: Teplota: 34,5 °C (Lefkoniko, Cyprus 25.4.) -18,3 °C (Naimakka, Švédsko 23.4.) Zrážky: 103,6 mm (Castelo Branco, Portugalsko 25.4.)

Svet: Teplota: 46,4 °C (Kayes, Mali 29.4.) -29,6 °C (Deputacij, Rusko 23.4.)

APRÍL BOL DRUHÝ NAJCHLADNEJŠÍ OD ROKU 1990

O tom, že aj v ére globálneho otepľovania sa občas vyskytne studený mesiac, sme sa presvedčili v tohtoročnom apríli. Ten neostal tentokrát nič dlžný svojej povesti a priniesol nám dynamické a veľmi blázivné počasie. Slovensko zažilo letný deň s teplotou až 26,5 °C, opakovane arktické vprády so snežením, mráz -13,3 °C, prudké teplotné zvraty, časté veterné dni a napokon aj výskyt tornáda. Paradoxom bolo, že najteplejším dňom apríla bol hned ten prvý. V Partizánskom sa otepnilo na 24,0 °C. Potom však nasledovalo dlhšie obdobie výrazne chladného počasia, prerušené len veľmi krátkymi otepleniami. Najchladnejšie sme mali 7. apríla, keď sa ochladilo až na -6,8 °C. O deň neskôr sa ráno prechodne vytvorila aj tenká snehová pokrývka. Dňa 20. apríla prekvapila aj pomerne intenzívna prehánka, pri ktorej padal ľadovec. Celkovo sme mali iba dva dni s teplotou nad 20 °C, a naopak, až 11-krát nám v noci mrzlo. To sa v apríli stáva ozaj zriedkavo. Vďaka dominantnému studenému počasiu skončil apríl ako výrazne teplotne podnormálny s mesačným priemerom 7,5 °C, čo je až o 3 stupne pod dlhodobým normálom. Za posledných 30 rokov sme v Partizánskom mali iba jeden ďalší chladnejší apríl, a to v roku 1997. Asi jediné, čo ešte chýbalo k dokonalosti blázivého apríla, bola búrka. Inde na Slovensku ju však naznamenali, a to aj opakovane. Najbližšie k nám to bolo v okolí Bánoviec nad Bebravou, kde bolo zaregistrovaných päť výbojov. Pokiaľ ide o zrážky, tých bolo v našom meste menej, ako je obvyklé v apríli. Napršalo 24,5 mm, čo je zhruba len 54 % mesačného normálu.

Miloš Úradníček, amatérsky meteorológ



Ukážkový zásah blesku do stromu. Savojské Alpy 2017

Zdroj: FB Christoph Suarez

Drevoštiepku zachvátil požiar

V nedeľu 25. apríla, krátko pred piatou hodinou poobede, bol ohľásený požiar drevoštiepky v katastri obce Pečeňany v okrese Bánovce nad Bebravou.



Išlo o požiar viacerých navozených kôp drevoštiepky rôznej výšky, ktorý bol sprevádzaný hustým dymením a miestami aj plamenným horením. Požiarisko sa rozprestieralo na ploche približne 60 x 60 metrov, na ktorej sa nachádzalo niekoľko desiatok menších, lokálnych ohnísk. „Na zásah boli vyslaní štyria príslušníci Hasičského a záchranného zboru z Bánoviec nad Bebravou s dvoma cisternovými vozidlami. Za účelom lokalizácie požiaru bol nasadený jeden hasebný prúd za súčasného rozhrabávania štiepky a jej následného zlievania,“

uviedol Marián Petrík z KR HaZZ v Trenčíne. Na miesto udalosti sa postupne dostavili aj privolané jednotky dobrovoľných hasičov z obcí Veľké Hoste a Zlatníky s tromi kusmi zásahovej techniky, ktorí použili ďalšie štyri hasebné prúdy. Počas zásahu bolo požiarisko priebežne monitorované termovíznou kamerou

a po príchode čelného nakladača, ktorý zabezpečil majiteľa, bola drevoštiepka presunutá a postupne zlievaná. „Krátko po pol siedmej hodine podvečer bol požiar zlikvidovaný a požiarisko s poučením o ďalšom dohľade odovzdané majiteľovi,“ dodal Petrík.

Zdroj a foto: KR HaZZ Trenčín

Poslanci nepodporili ani druhý návrh VZN o hazarde

Ďalší nový návrh všeobecne záväzného nariadenia, ktorým mesto chcelo obmedziť možnosti herní a kasín, narazil u poslancov na nedostatočnú podporu.

Mestské zastupiteľstvo v Partizánskom ešte na svojom februárovom zasadnutí prerokovalo návrh nového všeobecne záväzného nariadenia (VZN) o obmedzeniach pre prevádzkovanie hazardu na území mesta, ktoré si kládlo za cieľ odstrániť herne a kasína z lokalít, ktoré sú vzdialé od škôl menej ako

ského zastupiteľstva nové znenie VZN, ktoré malo obsahovať zákaz umiestnenia takýchto prevádzok v bytových domoch a kulturných budovách, ale bez obmedzení týkajúcich sa spomínaných vzdialenosťí. Ani tento návrh nakoniec odklepnutý neboli, za hla-

novali počet zákazníkov v herniach, nehočiavac aj o tom, že prevádzky tohto typu prežívajú v dôsledku pandémie veľmi ľahké obdobie, aj v Partizánskom už ich niekoľko zaniklo,“ skonštatoval po rokovani priamtor Jozef Božík.

Poslancov pozmeňujúci návrh neprešiel

Ruku za nový návrh VZN nezdvihol ani poslanec Tomáš Merašický. „Navrhované všeobecne záväzné nariadenie by nemalo reálny vplyv na obmedzenie hazardu na území mesta. Návrh počíta len s obmedzením herne v bytových domoch a v budovách pre verejnú záťavu a kultúru. V takých objektoch v meste Partizánske ale herne dnes nie sú, ani v minulosti neboli. Všetky herne by teda fungovali nadálej tak, ako doteraz,“ vyjadril sa na Facebooku poslanec. Ten počas rokovania predložil dva pozmeňujúce návrhy, prvý rátal s tým, že herne nebude možné



500 metrov, zároveň by nesmeli sídlieť v bytových domoch a budovách, ktoré sú určené pre kultúru a verejnú záťavu. Tentto návrh však poslanci napokon nepodporili. Na rovnakom rokovanej primátor Jozef Božík navrh hol pripravil na aprílové zasadnutie mest-

sovali len 10 poslanci. „Mrzí ma, že mestské zastupiteľstvo neschválilo môj návrh, potvrdilo sa, že zo strany poslancov nie je vôle regulovať hazard. Na druhej strane, ich názor a rozhodnutie plne rešpektujem. Treba tiež povedať, že súčasné zákony výrazne elimi-

naj pre osoby so zdravotným postihnutím (ako aj na železničnom priecestí, v podjazde a v tuneli a vo vzdialosti kratšej ako 15 metrov pred a za nimi) je sankcia 198 eur, z nej dve tretiny sú 132 eur. Príjem z pokuty bude patriť obci. Pokuty za nesprávne zastavenie a státie v blokovom konaní a v riadnom konaní, ani možnosť použiť „papuču“, sa v tejto súvislosti nemenili. Mestská polícia môže prejednať priestopok vodiča iba v blokovom konaní, v riadnom konaní je to iba v právomoci PZ.

ČO BUDÚ ROBIŤ MESTÁ A OBCE:

- zadokumentovanie porušenia povinnosti držiteľa vozidla technickými prostriedkami (zákaz zastavenia a státia)
- vydanie rozkazu o pokute
- prijatie a vybavenie prípadne podaného odporu
- rozhodovanie v konaní o správnom delikte po podanom odpore

Zdroj: MV SR

Mestá môžu posielať pokuty

za parkovanie do schránky

Mestá a obce získajú od mája novú možnosť sankcionovať držiteľov vozidiel za porušenie zákazu zastavenia a státia. Budú môcť zasielať rozkazy s pokutou priamo na adresu držiteľa vozidla bez nutnosti prejednať porušenie osobne s vodičom. Túto možnosť mala doteraz len Policia Slovenskej republiky.

Prináša to novela zákona o cestnej premávke, ktorá rozširuje právomoc obcí kontrolovať porušenie týchto deliktov prostredníctvom objektívnej zodpovednosti držiteľa vozidla. Poslanecký návrh novely zákona schválila Národná rada Slovenskej republiky v marci. „Obec doteraz nemohla vyhotovať dôkazy ani vydávať rozhodnutia vo veci správnych deliktov držiteľa vozidla v rámci objektívnej zodpovednosti. Vyvodzovanie

subjektívnej zodpovednosti vodiča vozidla (aj pomocou „papuča“) je časovo, personálne a finančne nákladné, často bez žiaduceho výsledku. Policajný zbor zas nemá dostatočné personálne ani technické kapacity na riešenie všetkých deliktov v statickej doprave. Na druhej strane značné množstvo predovšetkým okresných a krajských miest v poslednom období začalo riešiť problematiku parkovania rezidentov. Stanovili pravidlá a realizovali príslušné dopravné značenie, avšak nemajú kompetencie na výkon kontroly ich rešpektovania formou objektívnej zodpovednosti,“ uvádzá rezort vnútra v tlačovej správe.

Stačí zaplatiť dve tretiny

Výška sankcie v tomto režime je pevná daná zákonom sumou 78 eur. Ak držiteľ pokutu uhradí do 15 dní od doručenia rozkazu, stačí, že zaplatí dve tretiny z tejto sumy, teda 52 eur. Za neoprávnene parkovanie na mieste vyhrade-

Na DEŇ ZEME nezostalo ticho

Dňom zeme, teda 22. aprílom, si po celom svete pripomíname dôležitosť našej planéty a význam prírody. So sviatkom zeme sa v týchto dňoch spájajú rôzne aktivity a zapájajú sa do nich aj rôzne skupiny. Ako si pripomenulo tento sviatok Partizánske?

Učitelia i študenti Gymnázia v Partizánskom vo štvrtok 22. apríla organizovali čistenie lesa v blízkosti krížovej cesty, kde našli množstvo plastov, ktoré tam doval vietor z nedalekej skládky. Za necelé dve hodiny naplnili 7 veľkých a niekoľko menších vriec. S rovnakou aktivitou pokračovala škola aj počas nasledujúcich dní, jednotlivé triedy si vybrali rozličné lokality, spoločne s učiteľmi tak prečistili viaceré časti mesta.

Foto: FB Gymnázium Partizánske



Študenti SOŠ J. A. Baťu okrem čistenia okolia prišli so zaujímavým nápadom. „Žiaci štvrtého ročníka v spolupráci s učiteľkou Alenou Repiarovou pripravili odkaz pre ľudí v podobe hesiel. Z kartónov sme povystrihovali panely, na ktoré fixkou žiaci písali slogan aj po slovensky aj po anglicky. Prirobili sme im ruky z halúzok a upevnilí na kmene stromov. Možno takto šokovou terapiou chceli deti upovedomiť ľudí, že Deň zeme nie je len o odpadkoch, ale aj o ochrane prírody, na ktoré stromy nám dávajú kyslík,“ povedala riaditeľka školy Katarína Hartmannová.



Foto: FB SOŠ J. A. Baťu



Foto: FB ZŠ na Malinovského ulici

Do Dňa zeme sa zapojili aj menšie deti. Žiaci ZŠ na Malinovského ulici spoločne vyčistili okolie školy a ihlička, obnovili vzhľad bylinkovej záhrady, nezabudli ani pripraviť informačné tabuľky na staré odrody ovocných stromov vysadené v novembri 2019. Okrem toho sa deti priučili recykláciu a o význame ochrany prírody sa dozvedeli aj z premietaného dokumentu.



Foto: FB Šípok Môj domov – Jarka Jarka

Obyvateľia najväčšieho sídliska myslia na ochranu životného prostredia po celý rok. Na Šípku pravidelné organizujú zberanie odpadkov, často v rámci prechádzok s rodinou či deťmi, výsledkom sú vždy plné vrecia odpadu. Nedávnu aktivitou bolo aj vysadenie mladého stromčeka na Horskej ulici. Ako sa uvádzia na facebookovej stránke Šípok Môj domov, obyvateľ sa rozhodol vysadiť ihličnan – smrek.

Katarína Jankeje



NAPÍSALI NÁM

Detektív Macko Uško ochranárom

Jar sa v Materskej škole v Malých Uherciach každoročne nesie v znamení ochrany prírody – deti čistia areál a blízke okolie znečistené odpadkami rôzneho druhu, triedia, besedujú o ochrane vody, zvierat, rastlín a ich význame pre život. Tento rok vďaka občanom Malých Uheriec, pani E. Višavaderovej a J. Čermána, pribudli jabloň a černice, ktoré spoločne s deťmi vysadili v školskej záhrade. Nadobudnuté vedomosti si deti s Mackom Uškom na Deň zeme preverili zmyslami – hrou na detektívov. Hmatom vyládavali vajíčka pre sliepočku, triedili odpad, rybičkám čistili jazierko, hľadali vtákom stratené pierka...

Aby bolo veselšie, preverili si nielen svoje vedomosti, ale aj zručnosti v súťaži Kto je rýchlejší?, v kooperácii všetkých účastníkov a na spolupodieľaní sa v hre pri dosiahnutí cieľa. Deti mali za úlohu vytriediť podľa farby svojho kýblíka plastové štuple. Jedno dieťa držalo kýblík, druhé muselo čo najrýchlejšie zbierať štuple danej farby. V ďalšej súťaži napríklad navliekali v trojiciach rolky z papiera. Jedno dieťa držalo koniec lana, druhé podávalo rolky a tretie malo čo najrýchlejšie navliekať. Cieľom bolo aj to, aby sa zapojilo čo najviac detí. Našej mamičke Zem odkázali, ako by ju chceli ešte chrániť a pomôcť jej. Napríklad tým, že nebudú v lese hádzať odpadky na zem, do potoka, že budú ľudí upozorňovať, že ne-mali do rieky, potoka vylievať olej, vypilovať v lesoch stromy a podobne.

Ná záver sa deti tešili z medaily, darčeka a ovocnej misy. Prevedeli sme sa, že naši najmenší vedia veľa o ochrane prírody. Záleží na nás všetkých, ako sa nám bude na planéte žiť.

Zápis detí do MŠ Malé Uherce sa uskutoční od 3. do 7. mája. Žiadosti si rodičia môžu stiahnuť aj na stránke obce www.maleuherce.sk v časti dokumenty MŠ. Text a foto: Jana Šútorová



Ako pomôcť planéte?

Triedenie odpadu a zväčšovanie počtu kontajnerov, halny na dotriedovanie zmesového komunálneho odpadu, redukcia množstva smeti vyvážaných na skládku, zber biologického kuchynského odpadu, hybridné alebo čisto elektrické automobily, rýchle zmenšenie množstva plastového odpadu, obmedzovanie spotreby fosílnych palív, úvahy o zálohovaní plastových fľaš... To všetko má pomôcť pri zmenšovaní ekologickej záťaže a pri znižovaní produkcie nežiaducích plynov.

Hádam každému súdnemu človeku je jasné, že globálne otepľovanie nie je len ďalšia konšpiračná teória, ale je to hól fakt. Súvisí najmä s výpušťaním skleníkových plynov, medzi ktoré patria najmä vodná para, oxid uhličitý a metán. Zabraňujú úniku tepla a spôsobujú zohrievanie nižších vrstiev atmosféry. Ak je ich koncentrácia príliš vysoká, zvyšujú sa priemerné denné a ročné teploty, nastávajú zmeny v podnebí a posúvajú sa podnebné pásmo. Otepľovanie sa prejavuje rozrápaním ľadovcov, častými tajfúnmi, prietŕžami mračien a povodňami. Freóny z chladiacich zariadení zase spôsobujú ozónovú dieru, cez ktorú dopadajú na biosférę škodlivé ultrafialové lúče. Oxid siričitý zase spôsobuje vznik kyslých dažďov, ktoré majú

za následok vysychanie stromov a tým ničia množstvo lesov. Ďalším väzonym ekologickým problémom je znečisťovanie riek a morí splaškami a plastmi, ktoré už dlhé roky prekračuje únosnú mieru. Nie každá krajina používa čističky odpadových vôd, a tak všetky ich splašky putujú priamo do riek. V Číne sa vraj podľa farby vody v niektorých riekach dá predpovedať, aké farbivo práve používa blízko ležiaca textilná fabrika pri výrobe odevov.

Uhľová stopa

V poslednom období sa často hovorí o uhľovkej stope. Je to množstvo spomínaného oxidu uhličitého, ktoré jeden človek vyprodukuje za rok. Na

Slovensku je priemerná uhlíková stopa približne 5900 kg oxidu uhličitého. Na internetovej stránke <https://iep.sk/Kalkulacka> sa nachádza uhlíková kalkulačka, ktorá vám pomôže vypočítať vašu uhlíkovú stopu. Odpoviete na 24 otázok týkajúcich sa bývania a využívania, dopravy, stravovania, spotreby tovarov a služieb. Kalkulačka vám okamžite oznámi, koľko kilogramov CO₂ vyprodukujete za rok a čo so svojou produkciou patríte pod alebo nad celoslovenský priemer. Hlavne tí ľudia, ktorí vydajú nadpriemer, by mali upraviť niektoré svoje zvyklosti.

Medzi ne patrí napríklad necestovať do práce sám v aute, ale použiť hromadnú dopravu, odviezť sa v aute s niekym ďalším, prípadne ak sa dá, ísť do práce peši či na bicykli. Ďalej kupovať si len nevyhnutné veci, tovar si odniesť vo vlastnej taške, pri kúpe elektrospotrebíčov sa zaujíma o energetickú triedu, vymeniť klasické žiarovky v domácnostiach za LED svietidlá, neprekurovať byty, zatepliť bytové a rodinné domy, prinajmenšom dole schodmi chodiť peši a nepoužívať výtah. Aj zmenou stravovacích návykov, napríklad jedením menšieho množstva mäsa a jeho nahradením strukovinami sa dá ovplyvniť naša uh-

líková stopa. V priemysle sa dá množstvo CO₂ znížiť poháňaním strojov pomocou obnoviteľných energií, znížovaním prepravy polotovarov medzi rôznymi výrobnymi fázami, používaním materiálov, ktoré nie sú vyrobené z ropy, zavádzaním bezodpadových kancelárií, využívaním ekologickej balíacich materiálov, či prísnou recykláciu nepotrebných materiálov.

Kampane na zvýšenie povedomia

Už vyše päťdesiat rokov sa 22. apríla celosvetovo koná akcia Deň zeme. Je to ekologicky motivovaný sviatok upozorňujúci ľudí na znečisťovanie prírody. Motívuje k zamysleniu sa a hľadaniu riešení problémov so zmenou klímy a zhoršujúcim sa stavom životného prostredia. Mestá a obce organizujú brigády na zbieranie odpadu, čistenie parkov a trávnatých plôch, odstraňovanie čiernych skládok. Zdravé a čisté prostredie nie je totiž možnosť, ale nevyhnutnosť. Ekologicky mysliaci a ciatiaci občania by sa mali správať tak, akoby bol Deň zeme každý deň. Ďalšou aktivitou, respektíve kampan-

ou zameranou na zvýšenie povedomia verejnosti v oblasti klimatických zmien, je Hodina pre zem, ktorá sa koná koncom marca. Večer mestá na jednu hodinu zhasínajú verejné osvetlenie a domácnosti by mali vypnúť všetky svoje spotrebiče. Ľudia prichádzajú na tmavé námestia a zúčastňujú sa pochodu za svetiel lampiónov a fakiel. V tomto prípade však nejde ani tak o reálne šetrenie elektrickej energiou, ale skôr o už spomínané zvýšenie povedomia o ekologickom správaní sa a o šetrení energiami. Totiž – propagácia Hodiny zeme na plagátach a v médiach, presun miliónov ľudí na celom svete do centier miest (výťahmi, osobnými autami, taxíkmi), výroba lampiónov, spálenie obrovského množstva kahančov, sprievodné akcie (ohňové šou) a ďalšie energetické náklady (snímanie a prenos faklových pochodov televíziami) zanechajú oveľa väčšiu uhlíkovú stopu, ako keby účastníci zostali doma a pripojili sa k tejto udalosti trebárs len vypnutím niektorých spotrebičov. Tak či tak ekologickej téme treba občanom stále pripomínať, lebo ak si raz našu planétu zničíme, nikto nám nedá druhú.

Michaela Agliová

Podcast Sexuálna výchova má spoluzakladateľku z Klátovej Novej Vsi

Michaela Chrkavá (28) z Klátovej Novej Vsi (na foto) študovala na Univerzite sv. Cyrila a Metoda v Trnave. Venuje sa mnohým aktivitám, no poznáť ju môžeme aj z podcastu Sexuálna výchova. Moderuje ho so spoluautorkou Valériou Frázovou. Tento podcast sa uchytí mihnutím oka a netrvalo dlho, aby sa stal jedným z najpočúvanejších na Slovensku. Dvojici autoriek sme položili pár otázok o tom, ako funguje proces prípravy podcastu, akej cieľovej skupine sa ním prihovárajú a či sa aj muži na ne obracajú s intímnymi otázkami.

Podcast je zvukový záznam na internete, ktorý si ľudia môžu vypočuť v rámci rôznych webových stránok alebo samostatne v podcastových aplikáciach. Často vychádza aj vo forme relácie, najmä ked' ho tvoria médiá. Ako a u koho vznikol prvý impulz vytvoriť podcast zameraný na sexuálnu výchovu?

M: Ja som začala na Instagrame otvorené hovoriť o sexe a o pár dní sa mi ozvala Vala s nápadom urobiť podcast.

V: Ja som mala v pláne urobiť podcast, no chýbala téma. A ked' som sa pripojila na Miškin livestream, bolo rozhodnuté.

Sexuálna výchova, to je predsa len citlivá téma a pre mnohých Slovákov aj svojím spôsobom kontroverzná. S akými reakciami svojho okolia ste sa stretnuli v dobe, ked' ste sa ešte len púšťali do tvorby podcastu?

M: Vedelo o tom len zopár ľudí, najbližší kamoši a tí nás podporovali a tešili sa.

V: Nekonzultovali sme to s nikým. Boli sme presvedčené o tom, že to chceme robiť. Vždy sa nájdú ľudia, ktorým sa to páčiť nebude, a tak je to v poriadku.

Nebali ste sa prvotnej odozvy širšieho publiká?

M: Prvé epizódy sme dali vypočuť zopár kamošom a náhodne vybraným ľuďom, takže už sme reakcie mali, nejako negatívne sme vopred neoznámili.

V: Hlavné je nebáť sa neúspechu pri novom projekte. Išli sme do toho s tým, že zo začiatku nebude mať podcast počúvanosť, ale vybudujeme ju postupne.

Aká bola na začiatku vaša cieľová skupina?

M&V: Myslíme, že sme ju nikdy špecificky nezadefinovali. Časom sa nám to samo vykryštalizovalo do aktuálnej podoby. Osemdesiat percent našich poslucháčov je v rozmedzí 18 – 32 rokov.

Reagujete aj na súkromné správy alebo si ich neskôr nazbierate a použijete do ďalšieho podcastu?

M&V: Ak sa správy týkajú aktuálne pripravovanej epizódy, tak si prečítame vždy všetky. Ak je vhodná reakcia, tak aj reagujeme a následne vybrané použijeme v podcase. Na tie, ktoré sa témy netýkajú, sa snažíme priebežne odpisovať, ale bohužiaľ nie sme schopné odpísť na všetko.

V akých vekových skupinách majú ľudia na vás najčastejšie otázky?

M&V: Pýtajú sa úplne všetci, aj starší poslucháči

nám fanúšikovia píšu, že robíme super prácu. V: Najbizarnejšie sú určite tie, kde sa nás pýtali na sex v trojici. Prípadne chceli zhodnotiť veľkosť penisu.

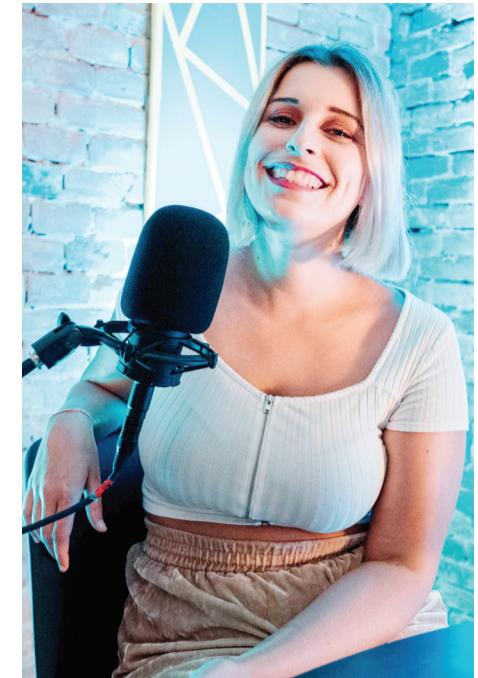
Obracajú sa na vás aj muži s intímnymi otázkami či skúsenosťami?

M: Áno, často. Nie vždy vieme odpovedať, ale otázky si zapisujeme a následne sa pýtame odborníkov, ako napríklad v najnovšej epizóde s pánom urológom.

V: Rovnako, keď sa chcú poradiť, čo kúpiť partnerkám či partnerom.

Myslím si, že je úplne jednoznačné, že máte kopec fanúšikov. Predsa len, nie ste medzi najpočúvanejšími podcastami len tak. Postrehli ste však aj nejakú kritiku?

M&V: Priamo k nám málokedy niečo príde, väč-



Stretli ste sa vy osobne so sexuálnou výchovou na škole?

M: Pamätám si iba takú dvojhodinovku na základnej škole, kde prišla nejaká pani, rozdelili nás na dievčatá a chlapcov. Mám z toho len matné spomienky.

V: Maximálne sme preberali na prírodopise ľudské telo a okrajovo sa dotkli tejto témy. Akoby sa o tom ani samotní učitelia nechceli zmieňovať, čo je pochopiteľné, lebo by ich to možno postavilo do nepríjemnej role.

Myslite si, že ľudia nie sú dostatočne vzdelaní v oblasti bezpečného sexu?

M&V: Podľa toho, čo nám chodí do správ, vieme usúdiť, že určite nie. Prišli nám už rôzne otázky typu: „Je pravda, že pri prvom sexe nemôžem otehotniť? Môžem otehotniť aj z orálneho sexe?“ Takže stále máme čo doháňať.

Vnímate progres v tom, čo robíte?

M: Myslím si, že progres je najmä v obsahu našich jednotlivých epizód. Snažíme sa ísť viac do hĺbky, otvárať väčšie témy a oveľa viac spolupracovať s odborníkmi. Čo sa týka našej vnútornej organizácie, tiež sme sa už veľa veci naučili, čo funguje, čo nie, ako komunikovať s fanúšikmi aj s partnermi, aj s naším tímom.

V: Ja najviac cítim rozdiel v posune, čo sa týka odbornosti. Hostia to posúvajú na vyšší level a často doplnia/spresnia naše údaje. Rovnako si myslím, že podcastu venujeme oveľa viac času a checene z neho spraviť našu prácu.

Aké sú vaše ciele? Čo by ste chceli dosiahnuť s týmto podcastom?

M&V: Plánov je mnoho, preto potrebujeme viac času. Chceli by sme nejaký „hmataťelný výsledok“. Napríklad web, kde by fungovala poradňa 24/7. Pretože ani my nevieme na všetky otázky odpovedať a ľudia by tak mali miesto, kde sa anonymne môžu poradiť či zdôveriť. Rovnako možno vytvoriť nejaké interaktívne materiály, z ktorých sa dá učiť hravou formou. To sú tie dlhodobé. A z krátkodobých, napríklad vyskúšať si live nahrávanie s publikom.

Čo by ste odkázali na záver našim čitateľom?

M&V: To, čo opakujeme v každej epizóde. Komunikácia je základ úspechu kdekoľvek a rovnako to platí v partnerskom vzťahu a pri sexe.

Zhvárala sa Kristína Bančáková.
Foto: Sarah Weiss



Podcast Sexuálna výchova

... vznikla pred rokom a snaží sa najmä mladých ľudí učiť otvorené hovoriť o sexuálnych témach a porozumieť v tomto smere svojmu telu.

... do dnešných dní majú autorky podcastu na konte 30 epizód (ktoré trvajú 30 minút až približne hodinu)

... na obsahu mnohých z epizód spolupracovali s odborníkmi – psychológmi, urológom, sexuológom, a ďalšími.

... otvorené hovoria nielen o sexe, ale aj o témach, ako sú antikonceptia, homosexualita či zoznamovacie aplikácie.

stretli v dobe, ked' ste sa ešte len púšťali do tvorby podcastu?

v dlhorčných manželstvách, rodičia a aj mladší ako 15 rokov.

Ako reagujú vaši partneri na to, že v podcase rozprávate aj o vlastných skúsenosťach či zážitkoch?

M: Môj priateľ nerozpráva po slovensky, takže nerozumie. O obsahu však vie a neprekáža mu to. Úplne ma podporuje.

V: S mojím priateľom sme sa našli zhruba 4 mesiace po spustení podcastu. Nakoľko je veľmi otvorený, plne to podporuje. Dokonca nám už opakovane pomáhal s prípravou prezentácií či budgetmi, keď bolo treba.

Akú najbizarnejšiu alebo najmilšiu správu ste dostali?

M: Nespopínam si na nič konkrétnie, ale tešíme sa každej správe. Najmilšie sú určite tie, kde

šinou čosi vidíme len v komentároch na interneťe pod rozhovormi s nami a často od ľudí, ktorí si prečítali iba nadpis. Nezriedka sa opakuje, že nám chýba mužský pohľad, čo sa snažíme vykompenzovať mužskými hostami a anketami od našich fanúšikov.

Ako veľmi je dôležitá sexuálna výchova?

M: Ak chceme mať zdravé prosperujúce partneriske vzťahy, je nevyhnutná.

V: Podľa nás je taká dôležitá, že sme kvôli nej začali s podcastom ☺.

Mala by sa podľa vás vyučovať na školách?

M&V: Určite áno. Rovnako ako iné druhy „výchov“ by mala mať v škole svoje miesto a nemala by sa odstrkovať ako niečo, za čo sa treba hanbiť.

Tempo - regionálny týždenník | Vydáva VYDAVATEĽSTVO TEMPO, s.r.o., Februárová ul. 152, 958 01 Partizánske, IČO: 36299863 | člen Asociácie vydavateľov regionálnej tlače na Slovensku | Redakcia a administrácia: Re-dakcia TEMPO, Februárová ul. 152, 958 01 Partizánske | Konatelky spoločnosti: Ing. Dáša Jakubková, PhDr. Martina Števčíková, šéfredaktorka: Mgr. Alexandra Čaprnko-vá, redaktori: Mgr. Katarína Jankej, športový redaktor: Marián Petrik (mob. 0905 474 961) | Grafická úprava: Bc. Petra Mášiková | Tel.: 038/749 42 61, 038/749 78 11 | e-mail: tempo@novinytempo.sk | www.novinytempo.sk | **Redakcia si vyhradzuje právo-výberu a úpravy príspievkov.** Názory a výjadrenia autorov prispievateľských článkov sa nemusia zhodovať s názormi redakcie. Za obsah inzerúc nezodpovedáme. Za zaslané príspevky dakrajeme a neobjednáme nehororujeme. Akékoľvek šírenie, rozmnzožovanie textu, fotografií, grafov, vrátane údajov v elektronickej podobe je možné len s písomným súhlasom vydavateľa. I Uzávierka inzerúcie je vo štvrtok. I Obchodný partner siete Media BOX I Tlač: Petit Press, a.s., Bratislava | Registrácia číslo EV 674/08I ISSN 1338-9157 | Copyright VYDAVATEĽSTVO Tempo, s.r.o. | Autorské práva sú vyhradené a vykonáva ich vydavateľ.

POZVÁNKY

Spomienka na Milana Rastislava Štefánika

Mesto Partizánske a Mestská umelecká agentúra si po dlhej odmlke spôsobenej pandémiou koronavírusu pripravili malé podujatie venované 102. výročiu úmrtia Milana Rastislava Štefánika. Spomienka na významného slovenského astronóma, politika, zakladateľa československého štátu a prvého československého ministra vojny sa bude konať v **utorok 4. mája** o 10.00 h. Pri tejto príležitosti položí vedenie mesta kyticu k pamätnému ka-meniu generála v Parku Milana Rastislava Štefánika. Podujatie sa uskutoční za dodržiavania platných protiepidemiologických opatrení.

Pripomenú si ukončenie 2. svetovej vojny

Jednou z pravidelných akcií organizovaných v Partizánskom bývajú oslavu ukončenia najväčšieho ozbrojeného konfliktu v dejinách ľudstva. Koniec druhej svetovej vojny si na Námestí Slovenského národného povstania pripomienieme v **piatok 7. mája**. Komorné spomienkové podujatie bude zároveň spojené aj so 76. výročím oslobodenia Baťovian. Občanom sa o 13.30 h prihovori primátor Jozef Božík. Úctu všetkým, ktorí položili v boji svoje životy za našu slobodu, vzdajú pietným aktom kladenia vencov k Pomníku padlých hrdinov. Počas podujatia budú platíť aktuálne hygienické nariadenia.



Z pera milovníka prírody a fotografa Ivana Kňaze:

Dobrá nálada rosničky

V malom jazierku za našou dedinou zarastenom trstou a pálkou som zjari objavil našu najmenšiu žabku – rosničku zelenú. Zimu prespala kdeši pod hladinou, ba niektoré sa vyhrobávali aj zo sypkej zeme spod machu a ponáhľali sa vystrieť svoje utlačené, ubolené a slabé telo blahodarnému teplu slnečných lúčov.

Rosnička zelená je jediný zástupca u nás z čeľade rosničkovitých žab. Vo svete, hlavne v trópoch, ich žije pol tisícia druhov. Je to oboživelník, obľubuje vodu a má rád spoločenský život. Táto malá žabka, ktorá dosahuje dĺžku tela do päť centimetrov, nemá veľké nároky na veľkosť životného prostredia. V jazierku si jedinec vytvoril svoje malé teritórium v rozsahu nie viac ako jeden meter štvorcový a tu žije svoj tichý i rušný život. Vodu potrebuje len na rozmnožovanie. Vždy, keď prídem ráno pozrieť moje rosničky k jazierku, sprvu si myslím, že sa odstáhovali. Nevidím ani jednu, no odrazu už kráča jedna po suchom steble trste. Kráča z tieňa od vody, pomaly ako medvedík koala, dvíha nohu, posúva ju vyššie, potom takto natiahnutá dlho sedí a rozmýšľa. Rosnička dlho uvažuje, sústredí sa všetky zmysly a čaká na odpoveď z prostredia. Jej životný štýl je aj sústredenosť, počíva okolie, pokojne reaguje plynulym otáčaním hlavy a zbytočne nemíňa svoju energiu na veci, ktoré nie sú pre ňu užitočné. Ale nie je darobná. Musí aj niečo uloviť, nemá vyplaziteľný jazyk ako ropucha či skokan. Rosnička už vie, že na jar sa v trsine nachádzajú prezimujúce tučné samice križiaka trstového alebo aj mladé pavúčiky, ktoré prezimovali v kolóne a teraz sa rozliezajú.

Rosnička korist' vysledi zrakom, na vyliahnutú podenkú vychádzajúcu z vody hned' reaguje. Zdá sa však, že malá žabka vidí len do vzdialenosťi asi tridsať centimetrov. Za despelou podenkou sa ponáhľala, desať centimetrov od nej za-



stala, ľahala sa ako slimák a až vo vzdialnosti troch centimetrov od podenky v rýchlosťi otvorila papuľu a chňapla ju. Rosnička sa správa v poraste nad vodom alebo mimo vody ľahostajne, akože jej je to všetko jedno, nemá z ničoho strach, nebojí sa ani bociana, pravdepodobne preto, že sa vedome spolieha na svoje kryptické sfarbenie. Dokonca sa niekedy mení aj farba jej tela podľa podkladu, na ktorom sedí. Len to trvá dlhšie ako u chameleóna. Pokiaľ vycíti od predátora, že sa správa pokojne bez vzruchu a rýchlym pohybom, tak mu nevenuje pozornosť. Tak som sa mnohokrát dostať plynule a pomaly s fotoaparátom v ruke až desať centimetrov od rosničky. Všimol som si aj bociana, ktorý sa tiež tak isto správal ako ja. Rosnička na steble zbadal z troch metrov. Jeho kroky vo vode už boli pomalé, plynulé a zo vzdialenosťi asi polrohu metra sa bocian natiahol ako tetiva a zobák prenášal k trsine veľmi pomaly, aby sa nič navôkol nepohlo, až tridsať centimetrov od obeťe ju prudkým výpadom zapichol do zobáka. Z potravného

správania vyplýva, že rosnička nevynaloží skoro žiadnu energiu na jej zaobstaranie. Ale všetku energiu, ktorú si uchovala, vynaloží do večerného škrekotania. Rosničky, to sú preborníci v speve. Keď však počas teplých večerov posedávam pri kaluži, kde sa schádzajú rosničky – samičky na koncert, počujem rozdielne imitácie nielen jednotlivých skupiniek, ale aj rozdielne výkony v jednotlivých dňoch pri zmene počasia. Ináč spievajú rosničky, keď je jasno, a celkom odlišne, keď sa schýluje k búrke. Veľmi hlasité skupinky znajú pred búrkou do noci a vtedy hovoríme, že rosničky predpovedajú počasie, alebo že privolávajú búrku.

Samec rosničky má na hrdle zvukový mechúr, ktorý pri škrekotaní nadúva. Zvukovými signálmi láka samičku na svadobnú noc. Okolo jazierka v poraste sa zhromaždilo niekoľko samčekov, zdalo sa mi, že povytvárali medzi sebou také malé skupinky po troch-štyroch jedincoch, ktorí sedeli na steblách blízko seba a o dva metre bola ďalšia taká skupinka. V kúte jazera sa zhromaždili ďalšie štyri ros-

ničky. Zásady spevu dirigoval jeden samec, ktorý prvý začal hľať súlovo akúsi áriu s emocionálnym cítením dobrej nálady. Bolo to došť jemné, ale zreteľne jasné až drsné kvákanie. Vzápäť sa z druhého konca súboru ozval druhý violončelista, pridal sa trubkár a zbor sa doladil do hlasitého koncertného spevu. Keď počujeme zborový spev rosničiek z diaľky, zdá sa nám, že rytmus sa raz zosilňuje a po chvíli zasa zoslabuje. Je to tým, že žabky sú pri speve rozlične vzdialené a menia aj pozície jednotlivcov. V skupinke je vždy akýsi vodca, ktorý musí kŕkať mohutnejšie ako tie ostatné. Vzniká tu akási zvuková hierarchia. Všetky sily jednotlivé samičky sústredili na dobu lásky v máji. Je to čas, kedy si obliekajú prepychové obleky. Svetlo, ktoré ovplyvňuje pohlavnú činnosť, im dáva najvýraznejšiu farbu. Oči rosničky sú zlaté. A kde sú samice? Tie čakajú vo vode, nie preto, aby sa tam okúpali, ale aby tam zniesli vajíčka. Samičky ich už majú v tele celkom zrelé, len nie sú oplodené. Samičky sa schádzajú z trstiny aj zo zeme. Veru sa v túto dobu aj pobjíjú, pohádajú, pokiaľ si vyberie každý jednu samicu. Súboje samcov o samičky sa hlasito odohrávajú často až do ranných hodín. Samica potom kladie vajíčka a samec, ako aj u ostatných žab, ich oploďuje. Vajíčka sa spájajú do veľkého chumáča, kde ich je až 11 000 kusov. V hlienovitom obale sú položené na dne. Za dva týždne sa liahnu žubrenky a po troch mesiacoch už vyskakujú malé žabky z vody. Dospievajú až po troch rokoch. Text a foto: Ivan Kňaze

Horci si opäť obuli turistické topánky

Po aprílovom čiastočnom uvoľnení opatrení sa menšia skupina turistov z klubu Horec rozhodla navštíviť niekoľko zaujímavých cieľov v nedalekom okolí Partizánskeho. Boli to Kamenná brána nad Hlbokým, vápencový vrch Kopanica, rozhľadňa na kopci Chotenevec a napokon hôlnatá Kolianová s lavičkami a upraveným ohniskom.

Posledná aprílová sobota bola na turistiku ako stvorená: celý deň slnko, teplo a žiadnen opar. Horci začali svoju 23-kilometrovú trasu na parkovisku za salašom. Známou cestou sme sa po žltej značke dostali k bývalej chate Ondrej a odtiaľ na Hlboké. V strede rozľahlej lísky stojí kaplnka, kde sme si dopriali oddych, spoločnú fotografiu a zápis do prvej z piatich návštavných kníh, ktoré sme dnes počas nášho putovania stretli. Lesnou cestou pokračujeme ku Kamennej bráne. Tá sa nachádza uprostred lesa a pred dvoma rokmi k nej viedla miestna zelená značka. Žiaľ, väčšinu tabuľiek neprajníci podlamovali. Skalnou bránu, ktorá má výšku asi štyri metre, sa dá priamo prejsť a na uľahčenie pohybu v strmom teréne slúžia natiahnuté laná. Nad klenbou sa nachádzajú lavička a schránka s knihou, do ktorej sme spravidlo druhý zápis. Kúsok nad bránou je vápencový vrch Kopanica. Na vrchol stúpame popri väčšej bažine, kde sa chodia napájať a kúpať diviaky. Samozrejme, že v blízkosti stál nový poľovnícky posed.

Po oddychu na Kopanici, ktorý bol spríjemnený rozhovorom s trojmi turistami z Vráblov, už smerujeme k hlavnému objektu dnešnej



túry – k novej rozhľadni na vrchu Chotenevec. Jeho názov na rozdiel od Kopanice nie je uvedený vo všetkých mapách. Rozhľadňa bola vybudovaná v prvých mesiacoch tohto roka z iniciatívy Občianskeho združenia Tu žijeme. Má celkovú výšku 16 metrov. Stojí na menšej čistinke, ktorej dominuje pekná borovica. Z výšky asi jedenásť metrov, kde sa nachádza najvyššie podlažie veže, je pekný výhľad na pohorie Považský Inovec, na hrebeň Tribeča a Vtáčnika, vidno i najvyšší vrchol nášho okresu Hrubý vrch s telekomunikačným vykriývačom. V doline sa rozkladajú dediny ako Veľký Klíž, Klátova Nová Ves, v diaľke sa dajú uzrieť i Topoľčany. Ďalším našim cieľom bola už spomenutá Kolianová – lúka s lavičkami, stolom a vybetónovaným ohniskom, kde sme si opiekli špekáčiky. Výhľady sa nám ponúkali najmä na južnú a západnú časť pohoria Tribeč, ale z určitého miesta bolo vidieť aj sympatheticú vežičku novej rozhľadne. Na čistinke nás vitaní fialky a kašky. Rastú tu i chránené ponikle, tie však už boli odkvitnuté. Po skončení opekačky a zápisu do piatej dnešnej knihy sa zberáme do Brodzian, kde v bufete pri futbalovom ihrisku končíme dnešnú zaujímavú túru. Prebúdzajúca sa príroda nám priniesla pekné vizuálne zážitky a pohyb na čerstvom vzduchu zase zvýšenie imunity a hladiny vitamínu D. Treba využiť každú možnosť nechať na seba pôsobiť jarné slnečné lúče.

Text a foto: Ľubo Mazáň

Do zoo zamierili nedočkaví návštevníci

Národná zoologická záhrada v Bojniciach na základe uvoľnenia opatrení otvorila v druhej polovici apríla svoje brány a odvtedy stihla privítať množstvo nedočkavých návštevníkov.

„Bojnická zoo zaznamenala v priebehu viac ako dvojmesačného obdobia, kedy boli jej priestory zatvorené, niekoľko noviniek. V priebehu prvých štyroch dní prešlo naším zariadením 1 240 návštevníkov, a to aj napriek nie príliš ideálemu počasiu,“ informoval hovorca Pavel Procner. Keďže počas posledného aprílového víkendu bolo počasie oveľa priaznivejšie, zoo, ako očakávala, zaznamenala nápor návštevníkov, ktorý dosahoval hranicu povoleného počtu ľudí v areáli v jednom momente, teda 650 osôb. **Zoo je otvorená každý deň od 9.00 do 19.00 h, pričom vstupenky si môžete zakúpiť maximálne do 18.00 h. Vstup je možný len**



cez hlavný vchod, s negatívnym testom na ochorenie COVID-19 a len s prekrytými hornými dýchacími cestami. Po celom areáli zoo sú rozmiestnené dezinfekčné stanice na prípadnú dezinfekciu rúk. Zoologická záhrada zároveň upozorňuje návštevníkov, aby boli ohľaduplní, dodržiaval všetky protipandemicke opatrenia, výzvy a stanovené rozostupy.

Vivárium či pavilón opíca sú za stanovených podmienok v interiéroch otvorené, na 15 m² je povolená 1 osoba. **V období počas neželanej výluky sa v novom pavilóne slonov adaptovali dve slonice Maja a Guľa, ktoré si postupne zvykajú na nový domov.**

„Odväznejšia Guľa sa v novom prostredí cíti od prvého momentu výborne a opatrnejšia Maja si zvyká o niečo pomalej,“ prezradil hovorca zoologického záhrady. Táto ubikácia však verejnosti ešte nie je prístupná. Neorganizujú sa ani žiadne sprievodné akcie. „Dúfame, že už čoskoro sa dočkáme a v novom pavilóne privítame prvých návštevníkov. O jeho otvorení budeme včas informovať. Veríme, že nastávajúce obdobie prinesie lichotivéjšiu situáciu a chod bojnickej zoo sa vráti do starých kolají,“ podotkol Pavel Procner. Pred návštevou zoo je odporúčané skontrolovať si aktuálne informácie na webovej stránke www.zoobojnice.sk alebo na sociálnych sieťach Facebook a Instagram.

Text a foto: TS Národnej zoo Bojnice

PE TAXI
SME TU PRE VÁS UŽ OD ROKU 2003

7 MIESTNE ODVOZY ODVOZY NA LETISKÁ

0908 080 908 / 0948 080 908 / 0903 700 600

**NONSTOP TAXISLUŽBA
S TRADÍCIOU**

www.petaxi.sk [taxi.partizanske](https://www.facebook.com/taxi.partizanske)

petaxi@petaxi.sk

(210193)

Prvý máj pripomína protesty za dôstojnú prácu

Tradícia sviatku práce siaha až do roku 1886, kedy robotníci a robotníčky v americkom Chicagu protestovali za uzákonenie osemhodinového pracovného času a zavedenie vhodných pracovných podmienok a metód pri práci. Tento protest bol potlačený miestnymi ozbrojenými zložkami, niekoľko osôb bolo zabitych a mnoho ľudí z radov protestujúcich zranených. Po protestoch čeliли ich účastníci prenasledovaniu, vypočúvaniu a zatýkaniu.



V Československu bol v roku 1919 1. máj uznáný za štátny sviatok a priopomíname si ho až dodnes. Oslavy sviatku práce sa v priebehu rokov menili. **Pôvodným účelom demonštrácií a manifestácií pracujúcich bolo požadovanie dôstojných pracovných podmienok a ukončenie otrockej práce ľudí.** V prvých rokoch jestvovania samostatného československého štátu boli hlavným cieľom manifestácií boj proti nezamestnanosti a vyjadrenie podpory robotníkom po celom svete. Inak tomu nebolo ani v našom regióne. Prvý májový deň vychádzali robotníci a robotníčky do ulíc a hrdo niesli transparenty s heslami, ktoré vyzývali k zlepšeniu postavenia pracujúcich.

V 30. rokoch 20. storočia visela nad Európu nová hrozba – hrozba nacizmu. Obyvatelia ČSR nezostali voči tomu ľahostajný a manifestácie počas sviatku práce využili ako tichý protest proti narastajúcej hrozbe novej vojny. **Po zahnaniu vojnových mračien nad Európu sa sviatok práce v Československu oslavoval, avšak oslavu mali silný politický podtón a stali sa akousi povinnou manifestáciou pracujúcich.** Pravidelne sa organizovali masové sprievody sprevádzané alegorickými vozmi a na čele sprievodu nesmeli chýbať veľké vyobrazenia Karla Marxa či Vladimíra Lenina, vlajky socialistických štátov a štandardy so socialistickými heslami. K zhromaždenému davu sa prihovárali vedúci predstaviteľia podnikov, úradov a ďalších inštitúcií.

Májové oslavys boli okrem iného i spôsobom, ako nahliadnuť k práci svojich rodicov. ZDA v Partizánskom umožňovala v tento deň prehliadky výroby širokej verejnosti. Mnohí pamätníci spomínajú na oslavu sviatku práce ako na príjemne strávené chvíle so svojimi priateľmi a mnohí sa zhodujú, že atmosféru týchto osláv už nemožno nahradíť. Po spoločensko-politickej zmenach v Československu mali i tieto oslavu iný charakter. Zo zástupov pracujúcich zmizli symboly socializmu a priebeh osláv nebol sprevádzaný príhovormi „papalášov“ či predstavovaním vojenskej techniky, ale väčší priestor dostávali kultúrne súbory a umelci.

Májové oslavys už druhým rokom nie sú štandardné. Ostáva nám len veriť, že sa čoskoro opäť vrátia do normálu a spoločne si v tento deň spomenieme na robotníkov, ktorí bojovali za našu dôstojnú prácu.

(ms), foto: archív autora

Pocta skrytá v pamätníkoch

Chodíme okolo nich každý deň, ale vieme o nich len málo. V našom seriáli vám prinášame príbehy pomníkov v okresoch Partizánske a Bánovce nad Bebravou, ktoré môžeme každodenne vidieť, ale aj tých, na ktoré sa už zabudlo alebo sa zláhli so zemou.

Pomníky padlým spoluobčanom v Bošanoch

Písal sa rok 1927, kedy obec Bošany s miestnymi obyvateľmi vyzbierali dostatočný obnos financií a vybudovali pomník padlým spoluobčanom v 1. svetovej vojne. Pamätník bol pôvodne umiestnený pred malým kaštieľom na ulici SNP a obsahoval mená 31 obetí 1. svetovej vojny. V 90. rokoch došlo k presunu pamätníka na roh ulíc SNP a Družstevná. Počas tohto presunu bola poškodená socha vojaka, ktorá bola pôvodne umiestnená na jeho vrchole. Neskôr bola zhodená kópia sochy, ktorá sa však stala časťom terčom vandalov, a preto bola v roku 1992 umiestnená do depozitu a na jej miesto bol osadený znak Slovenskej republiky. Od roku 1999 sú súčasťou pomníka i mená spoluobčanov židovských rodín, ktorí sa počas vojny stali obeťami fašistického besenia.

V roku 1948 bola z iniciatívy zamestnancov vtedajšieho podniku Baťa v Bošanoch odhalená pamätná tabuľa pred bránou koželužní, na ktorej



Pomník v deň odhalenia v roku 1927

Padli spoluobčanom v rámci podniku Baťa v Bošanoch za Slov. náro. poustanie a druhú svetovú vojnu.

BORČA ANTON * 1923 nezvestný
BULÁK JOZEF * 1925 + 1944
BULÁK ŠTEFAN * 1920 nezvestný
DEDIČ JÚLIUS * 1913 + 1944
FÄBER ALBERT * 1921 + 1944
GRÁC JAN * 1927 nezvestný
KÁKOŠ JOZEF * 1922 + 1944
MENDEL JOZEF * 1921 + 1944
MIKULA JAN * 1917 + 1944
SMATANA FRANT. * 1920 + 1944
ZALEŠ JAN * 1928 + 1944

Cast pamätky padlým hrdinom!
Dali postaviť z údatky spoluobčanovci u. 1948.

Pamätná tabuľa

boli vyryté mená 11 padlých spoluobčanov, ktorí padli počas Slovenského národného povstania či počas následného zajatia v koncentračných táborech. Táto pamätná tabuľa sa nachádzala na Nábreží L. Štúra a neskôr bola jej kópia osadená k pomníku obeťiam 1. svetovej vojny.

(ms), foto: archív autora
a P. Múčku

Polnohospodárske družstvo podielníkov
Veľké Uherce

POĽNOHOSPODÁRSKE DRUŽSTVO

Spoznajte Poľnohospodárske družstvo vo Veľkých Uherciach zamerané na rastlinnú výrobu, živočíšnu výrobu, pekárenskú výrobu, kovovýrobu, prevádzkuje sieť vlastných predajní, mliečne automaty...

Maloobchodné predajne:
U NÁS DOMA - Partizánske,
ul. 1. mája - Partizánske, Veľké Uherce,
Kolačno a Pažit'

email: marketing@pdpu.sk
tel.: 0918 342 153

PEKÁREŇ PAŽIT'

Výroba pekárne pozostáva v súčasnosti zo 60-tich druhov výrobkov. Vo vlastných predajniach sa realizuje 35 % produkcie...

www.pdpvu.sk
email: pekaren@pdpu.sk
tel.: 0918 342 563, 038/748 52 33

KOVOVÝROBA

Pridružená výroba so zameraním na výrobu ľahkých oceľových konštrukcií, základov výrobu okrasných plotov, brán, mreží, obchod s hutným materiálom, zámočnícke, sústružnícke a frézarské práce...

PV KOVO Pažit'
958 41 Veľké Uherce
tel.: 038/ 748 53 05 ■ kovo@pdpu.sk

VOĽNÉ POZÍCIE V PBC-SK



VELUX®

**HĽADÁME BRIGÁDNIKOV
NA POZÍCIU VÝROBNÝ OPERÁTOR**

Ponúkame brigádu pre mužov aj ženy. Práca sa sústredí na jednoduchšie operácie vo výrobe. Práca môže byť aj v poobedných, nočných a víkendových zmenách. Po zaškolení budete pracovať podľa potrieb výroby. Ponúkame mzdu 5€/hod. + príplatok za prácu v noci 1,50€/hod.

KONTAKTUJ NÁS !
Email: zamestnanie@velux.com
Telefón: 0903 57 57 57

(210185)

KAMENÁRSTVO Benuška

0905 38 00 25
Malé Uherce 93

ZĽAVA -10 %
na VŠETKY POMNÍKY

DOPRAVA a ZAMERANIE ZDARMA !

(210194)



**SKLENÍKY
MÁLE BIELICE**

Pozývame Vás na nákup **PRIESAD a PLANTY**
dopestované v Malých Bieliciach:
**paradajky, uhorky, šalát,
paprika, kaleráb, bylinky....**

Otvorené PON-PIA: 08:30-16:00 h

**Skleníky Malé Bielice, brána od Skleníkovej ulice č. 196,
0908977925 / 0918419051**

(210195)

**Si dôchodca, ZŤP alebo len máš chuf si privyrobiť?
Hľadáme **VÝPOMOC NA ODDELENIE LOGISTIKY**.**



VELUX®

Hľadáme človeka, ktorý nám pomôže zastrešiť jednoduchý proces kontroly prečerpávania cisterien. Jedná sa o 3 cisterny za týždeň. 1 prečerpanie trvá od 1,5-3 hod. v závislosti od materiálu a ročného obdobia.

Práca si vyžaduje FLEXIBILITU t.z. človeka na telefóne, ktorého deň vopred informujeme o potrebe prísť.

Vaša mzda bude 5€/1 hod, podpíšete dohodu o výkonaní práce a postaráme sa o vaše pracovné oblečenie a zaškolenie.

Je to skvelá príležitosť pre človeka, ktorý je dôchodca alebo ZŤP osoba a je z blízkeho okolia.

KONTAKTUJ NÁS !
Email: zamestnanie@velux.com
Telefón: 0903 57 57 57

(210185)

ZAMESTNANIE 

PDP Veľké Uherce prijme do PP predavačku do prevádzky U nás doma v Partizánskom. Nástup od 1. 6. 2021. Mzda 739 eur. Zdravotný preukaz nutný. Kontakt: Ing. Baranová 0918 342 153, email: marketing@pdpu.sk. (210190)

Firma ZDA Partizánske prijme pracovníčku na kontrolu a skladanie zvrškov obuvi, väčší počet šíčiek zvrškov a šíčku do modelárne. Prax nutná. Tel. 0903 468 040. (210196)

Pohrebničstvo DVONČ 

Partizánske
Trenčín Nováky

non stop	kancelária PE
0908 775 262	0917 454 205
0917 291 541	038 749 0083
0915 744 767	

pohrebisko.pe@gmail.com
www.pohrebnictvodonc.sk

RÓZNE 

Predám tatranský obklad, smrek, perodrážka od 3,59 €, polgulatý – zrub. profil, na mieru podlahy a hrany. Tel. 0907 233 415. (210112)

Kto daruje alebo predá funkčný písací stroj, najlepšie kufříkový? Volajte: 0904 229 969. (210179)

SLUŽBY 

Nemá sa kto o vás postarať? Sme tu pre vás - **ZARIADENIE SOCIÁLNYCH SLUŽIEB NITRIANSKE RUDNO** - zariadenie určené na celoročný pobyt pre ľudí odkázaných na nepretržitú 24-hodinovú opateru. Tel. 0911 774 361. (210189)

SUDOKU (stredne ľahké)

			6	9	5		8
			7	1		3	9
			1	2	8		
9	4	5	3		2		1
	7		9		2	5	
6		2	4		7	3	
8		4	1	3	7		5
	2	3		4	9		6
7	5				4		3

Tradičná slovenská špecialita z ovčieho syra sa v rámci Európskej únie môže produkovať už iba na Slovensku a to ...**tajnička má 24 písmen**. Vyrába sa z nepasterizovaného ovčieho mlieka od oviec chovaných na strednom, severnom a východnom Slovensku.



ÁČKAR - AKCES - AMATÉRI - AUGUST - BAMPOL' - BELKO - CERTIFIKÁT - CIROK - ČALÚNENIE - ČESKO - ČÍSLO
ČLÁNKY PRSTOV - DÁLIA - DATÍV - DEKUBIT - DESAŽPANIEN - DISTRIKT - DUCHNA - FETIŠISTKA - GESTOR
CHLAPČA - IHRISKO - JURAJ - KAJAK - KEFÍR - KLÍMA - KOLEGA - KOPYTO - KÚPELE - KYRETA - LIŠTA - LUTNA
MAFIA - MALOMEŠTIAK - MIMIKA - OBELISK - OBRATNÍK - ODPADKY - OKRES - OPATROVANIE
OPODSTATNENIE - PADÁK - PIERSNE - PNEUMATIKA - PSÍČA - SEKTA - SEVER - SPERMIA - STAROUSADLÍK
STISK - STRHNUTIE - SÚČIN - SUITA - TRÉMA - VNÍMANIE - VRETENO - VSTUPNÉ - VÝSADA - ZASTRIHÁVAČ
ZIPSY - ZNIEV

Šport

Gladiátori Podhorský s Beňačkom víťazne v 4. kole MAMMAL

Tretia edícia slovenskej Amatérskej MMA ligy (MAMMAL) má za sebou 4. kolo. Uskutočnilo sa znova bez divákov za prísnych hygienických opatrení a opäť v priestoroch bratislavského klubu Kings Gym. Pôvodne sa malo konať v Brezne, ale kvôli nepriaznivej pandemickej situácii sa presunulo do hlavného mesta Slovenska. Na MAMMAL 19 sa predstavilo šestdesiatdva súťažiacich z dvadsaťtri klubov zo Slovenska, Čiech a Maďarska. V tridsaťsedem zápasoch sa zrodilo šesť víťazov na technické KO, v ôsmich prípadoch rozhodovali body až sedemnásť štartujúcich vyhrali vďaka submisii. „Štvrté ligové kolo organizované Slovenským zväzom MMA malo veľmi vysokú úroveň. Z ligy sa vďaka pravidelnej účasti českých a maďarských zápasníkov stáva medzinárodné podujatie. Motívaciou pre všetkých zúčastnených bola tentoraz návšteva bývalého UFC zápasníka Karlosa Teminátora Vémolu ako aj legendu českého MMA Petra Monstra Knižete i uznávaného rozhodcu Jakuba Müllera pôsobiaceho v organizáciach UFC a ACA,“ pochávalo si preident a zakladateľ Slovenskej Amatérskej MMA ligy Marek Herda: „MAMMAL prechádza ďalším stupňom reorganizácie, aby mohla prinášať stále väčšiu kvalitu. Zároveň liga slúži ako vhodná príprava zápasníkov na medzinárodnú úroveň vo forme reprezentácie Slovenska a postupne ich pripraví aj pre profesionálny kolotoč MMA.“

V 4. kole 3. ročnika MAMMAL sa tentoraz predstavili aj šiesti zápasníci klubu Gladiators Team Partizánske. Dvom z nich sa podarilo dotiahnuť duel na tri trojminútové kolá do víťazného konca. V kategórii U18 v hmotnosti do 61,2 kg sedemnásťročný

Andrej Podhorský zdolal o rok staršieho Samuela Škoda z FD Malacky na body. Zverenec trénera Mareka Herdu si v tomto roku zaknihoval prvý triumf a svoje zápasové skóre zvýšil na 4 – 1 – 0. O druhé

tin skončil už v úvodnom kole po submisii súpera. Všetci traja gladiátori však majú stále šancu zabojovať o účasť na záverečnom finálovom podujatí tretej edície slovenskej Amatérskej MMA ligy. V prvom kole skončil aj premiérový duel Reného Vargu, ktorý



Miroslav Beňačka (vpravo) z Gladiators Team Partizánske v súboji Tomášom Cibulom z Fight Gym Bánovce nad Bebravou Foto: Martin Hricka

postaral Miroslav Beňačka, ktorý dosiahol svoju premiérovú výhru. V kategórii seniorov v hmotnosti do 65,8 kg zdolal v 2. kole na technické KO o tri roky staršieho Tomáša Cibulu z Fight Gym Bánovce nad Bebravou. Nedarilo sa Adamovi Kompasovi, ktorý je na čele priebežného poradia kategórie U18 do 65,8 kg. Jeho súboj s výborným grapplerom Marekom Zacharam zo SAI Club Mar-

v kategórii U16 do 53 kg prehral s Miroslavom Mlynčekom zo SAI Clubu Martin na technické KO. Ďalší z reprezentantov martského SAI Clubu Lukáš Nagy, ktorý patrí medzi skúsených slovenských grapplerov, porazil v 1. kole kategórie seniorov vo váhe do 70,3 kg vďaka submisii Jána Jakubíka. A rovnako pochodoval aj Michal Smolár v súboji so špecialistom na džudo Richardom

Randlom z MMA Modra v kategórii seniorov do 83,9 kg. „Nemali sme veľké oči, išli sme predovšetkým zbierať skúsenosti. Dve víťazstvá nás preto potěšili. Treba si uvedomiť, že Slovenská MMA prudko stúpa na kvalite a popularite. To, čo stačilo pred pol rokom, teraz už nestačí.

Chalani si musia uvedomiť, čo chcú týmto športom dokázať. Ak sa chcú posúvať, musia sa učiť disciplíne, trénovať telo i mysel, byť na seba tvrdi a aj dostatočne húzevnatí. No nielen to, dôležité je aj pokora a rešpekt,“ povedal Marek Herda, ktorý je zároveň šéfom i jedným z trénerov klubu Gladiators Team Partizánske. Po víťaznej ligovej premiére v predchádzajúcom kole tentoraz dvadsaťročný Jozef Bobuš z Fight Gym Bánovce nad Bebravou nastačil na svoju súperu. V kategórii seniorov nad 21 rokov v hmotnosti do 83,9 kg podľahol o tri roky mladšiemu Tomášovi Nižnánskemu z FD Malacky na submisiu v 1. kole.

Súťaž klubov viedie aj po 4. kole SAI Club Martin. Jeho členovia zaznamenali v dvadsaťich zápasoch pätnásť víťazstiev a pripisali si 81 bodov. Aj obsadenie zostavujúcich medalových priečok zostało nezmenené. Druhé miesto patrí Free Fight Club Detva (desať víťazstiev zo šestnásť duelov), ktorý má na konte 54 b a priebežná tretia priečka patrí so ziskom 52 bodov českému JMFS Ostrava (10 víťazstiev z 13 zápasov). Gladiátori z Partizánskeho absolvovali doteraz šestnásť zápasov, z ktorých päť dotiahli do víťazného konca a s 37 bodmi sa zo šiesteho miesta posunuli na piate. Tri zápasov, jedno víťazstvo a sedem bodov na konte je bilancia Fight Gym Bánovce nad Bebravou, ktorý je na 22. mieste spomedzi tridsiatich siedmich klubov. mp

ZsFZ stanovil začiatok reštartu futbalových súťaží

Členovia Výkonného výboru Západoslovenského futbalového zväzu (ZsFZ) na svojom zasadnutí, ktoré sa uskutočnilo 27. apríla, zobrali na vedomie stanovisko Trénersko-metodickej komisie ZsFZ. Týkalo sa reštartu futbalových súťaží riadených ZsFZ. A následne členovia VV ZsFZ schválili návrh Športovo-technickej komisie ZsFZ na dohratie prerušenej súťažnej sezóny 2020/2021. Na základe predloženého návrhu sa počas víkendu 22-23. mája uskutočnia dohrávky a následne od 29. mája bude pokračovať dohrávanie jesennej časti súťažného ročníka 2020/2021. Na základe novelizovaného súťažného poriadku Slovenského futbalového zväzu stačí na uzavretie súťažného ročníka odohratie jeho polovice stretnutí, čo znamená dohráť jesennú časť. Každá súťaž sa však musí ukončiť do 30. júna. Reštart jesennej časti je aktuálneho ročníka sa však spustí len v prípade uvolnení opatrení Úradom verejného zdravotníctva Slovenskej republiky. O pokračovaní súťaží riadených Oblastným futbalovým zväzom Prievidza sa rozhoduje na zasadnutí členov Výkonného výboru ObFZ Prievidza v pondelok 3. mája. A tie je vylúčená ani anketa medzi zástupcami futbalových klubov. Na základe nej napríklad ObFZ Dunajská Streda už anulovala súťažný ročník 2020/2021. Členovia VV ZsFZ schválili návrh termínovej listiny pre súťažný ročník 2021/2022, ktorú zhotovila ŠTK a taktiež aj návrh termínu prihlášok pre súťažný ročník 2021/2022. Ten je stanovený najneskôr do 1. júla a jesenná časť ročníka 2021/2022 odštartuje 7. augusta. Členovia VV ZsFZ schválili aj menovanej štartovné vklady pre súťažný ročník 2021/2022. Tie sú pre súťaže dospelých nasledovné: III. liga – 250 €, IV. liga – 200 € a V. liga – 150 €. Mládežnícke tímy sa budú môcť zaregistrovať do súťaží bez vkladu zdarma. mp

Za finančné kredity aj na sústredenia



Slovenský futbalový zväz v súlade so zákonom o športe prerodzil futbalový klubom finančné príspevky pre rok 2021. Tie sa rozdelili futbalovým klubom pomerne podľa počtu aktívnych mládežníckych družstiev zaradených do súťaží v jesennej časti súťažného ročníka 2020/2021. Futbalové kluby môžu finančne prostriedky čerpiať z príspevku ako v uplynulých dvoch rokoch. Ide o jednoduchý systém cez pridelený kredit, ktorý je určený vo výške jeho nároku na príspevok. Tento kredit môžu kluby používať formou platby za tovary a služby na eshope www.futbalnet.shop. Príspevkami sa môžu uhradiť aj výdavky pre delegované osoby v zápasoch mládežníckych družstiev vo všetkých kategóriách až do U19.

Medzi oprávnené výdavky na nákup za kredity sú najnovšie zaradené aj športové sústredenia, tréningové kempy a tábory hráčov mládežníckych družstiev. Počas nich sa v rámci pobytu zabezpečuje športová príprava mládežníckych hráčov s cieľom zlepšiť ich športovú výkonnosť a výsledky. Sústredenia je nevyhnutné naceniť na 1 osobu na deň s podrobňom popisom, čo cena pobytu zahrňa. Ceny môžu byť diferencované v závislosti od toho, či ide o sumu za pobyt hráča, trénera, alebo iných osôb. Ich prítomnosť na sústredení musí byť však nevyhnutná alebo priamo súvisi s plnením účelu a výkonom športovej činnosti, napríklad pedagogický dozor, vedúci družstva a podobne. V cene pobytu môžu byť priamo zahrnuté len výdavky na dopravu, ubytovanie, stravu, poistenie, prenájom športovej infraštruktúry, prenájom športového náradia a výdavky na regeneráciu a rehabilitáciu. Z pridelených kreditov je možné uhradať náklady na sústredenia maximálne do výšky 50 € na 1 osobu na deň. Zvyšnú časť nákladov prevyšujúcu túto sumu si doplňa každý futbalový klub z vlastných zdrojov. Všetky tieto produkty budú povinne zaradené do novej kategórie ponuky Sústredenia.

Platby kreditom boli aktivované 6. apríla a kluby si ich môžu vyčerpať do 15. decembra 2021. Na jedno mládežnícke družstvo prípadne 582,34 kreditov, teda 582,34 €. Slovenský futbalový zväz prerodzil klubom celkovo 1 689 317 eur, ktoré boli vyčlenené pre 2901 mládežníckych družstiev. Z okresov Partizánske a Bánovce nad Bebravou má nárok na kreditu dvadsaťšešť futbalových klubov. mp, zdroj: ISSF

Antidoping vo futbalových regiónoch

Doping je pojem, s ktorým sa čoraz viac stretávame nie len na profesionálnych úrovniach či vrcholných športových podujatiach, ale aj v amatérskych kruhoch a mládežníckych súťažiach. Aj preto bolo cieľom nedávneho pracovného mitingu na pôde Západoslovenského futbalového zväzu nadzviačať užšiu spoluprácu medzi zástupcami regionálnych futbalových zväzov a Antidopingovou agentúrou Slovenskej republiky (SADA). Bude sa týkať oblasti vzdelávania na všetkých úrovniach amatérského futbalu, či vykonávania prípadných dopingových kontrol v amatérskom futbale na úrovni III. ligy. Regionálne zväzky zastupovali v Nitre ich predsedov Ladislav Gádoši (Západoslovenský futbalový zväz), Juraj Jánošík (Bratislavský futbalový zväz) a prosteďnicom internetového príjdenia Richard Havrilla (Východoslovenský futbalový zväz) i Jozef Paršo (Stredoslovenský futbalový zväz). „Momentálne máme v platnosti novú normu ohľadom vzdelávania. Nie je to už na dobrovolnej báze, ale skôr povinnosť vzdelávať o dopingovej problematike čo najviac členov národných športových zväzov,“ vysvetľuje riaditeľka SADA Žaneta Csáderová a pokračuje: „Profesionálov je rozhodne menej ako amatérov a my vnímame, že v podstate každý registrovaný športovec podlieha antidopingovým pravidlám. Napriek tomu, že kontroly medzi amatérmi sú zriedkavé, chceme prispieť k vytvoreniu športovca, ktorý bude veťdiť zdravo športovať v zdravom prostredí.“

Všetky zúčastnené strany súhlasili s postupným primárnym vzdelávaním, prosteďnicom ktorého by tréneri a hráči boli oboznámení s povinnosťami a právami v oblasti antidopingu. „V dnešnej dobe sú obrovským problémom výživové doplnky, keďže tŕh s nimi je celosvetovo neregulovaný. Kým lieky sú registrované a podrobne sa sledujú ich kvalita, doplnky sú brané ako potravina a nie sú pod takým drobnolhadom, kvôli čomu môžu byť z pohľadu zloženia kontaminované. Pripravili sme pre športovcov leták, v ktorom sme výživové doplnky klasifikovali podľa farieb semafóra. Zelené doplnky môžu pomôcť športovému výkonu a neohrozujú zdravie. Do kategórie oranžových patria tie, kde nebolo dokázané, že pomáhajú výkonu, ale neublížia,



Na fotografii zľava Tomáš Medveď, Ladislav Gádoši, Zuzana Csáderová, Tomáš Pagáč, Alexandra Megóiová a Juraj Jánošík

a červené sú rizikové dopingové látky pre zdravie človeka,“ uvádza vedúci oddelenia testovania a prevencie SADA Tomáš Pagáč. Antidopingová agentúra Slovenskej republiky je pripravená na základe dohody poskytnúť regionálnym futbalovým zväzom všetky vzdelávacie materiály – brožúrky, prezentácie, sprievodné listy – k edukácií hráčov a realizačných tímov. Edukácia III. ligy spadá do pod regionálne futbalové zväzy by sa riešila primárne absolvovaním E-learningu a následne online webináriu alebo osobnými stretnutiami. Súťažné testovanie futbalistov pôsobiacich v III. lige by sa teoreticky mohlo začať až po edukácii všetkých tímov a oboznámení ich so všetkými možnými porušeniami, s ktorými by mohli prísť do styku. „Tretia liga má nadvážnosť na celoštátné súťaže, ktoré sú už profesionálne. Aj futbalisti v štvrtnej a piatej lige by taktiež mali vedieť, čo je to dopingová kontrola, čo sú zakázané látky, či ako fungujú výživové doplnky. Chceme, aby boli hráči vzdelaní aj v tejto oblasti a aby sa nebáli, keďže sa vyhľásia, že napríklad z tretej ligy sa vylosuje niekoľko tímov na dopingovú kontrolu a pomaly nebudú

chcieť nastúpiť,“ ozrejmila testovanie odborná pracovníčka pre Národný register testovaných športovcov SADA Alexandra Megóiová. Antidopingová agentúra Slovenskej republiky začne pravidelne zasielať vzdelávacie materiály, ktoré bude poverený splnomocnenec pravidelne uverejňovať aj na webovej stránke Západoslovenského futbalového zväzu. Aj týmto si zväz plní edukačné povinnosti vyplývajúce z novelizovaného zákona o športe. „Stretnutie s členmi SADA ma veľmi zaujalo. Najmä výživové doplnky sú problematickou, kde nás tláči topánka a Západoslovenský futbalový zväz chce pomôcť dostať dôležité informácie k čo najväčšej skupine ľudí a obzvlášť k mládežníkom. Na konci debaty som navrhol, aby sa v najbližšej novelizácii etického kódexu Slovenského futbalového zväzu nechýbala ani téma antidopingu. Okrem toho sme sa s Bratislavským futbalovým zväzom dohodli zapojiť Antidopingovú agentúru Slovenskej republiky do seminárov vzdelávania trénerov, rozhodcov a delegátov, medzi ktorími chceme taktiež urobiť osvetu,“ užavril pracovný miting na tému antidopingu predsedza ZsFZ Ladislav Gádoši. Text + foto: Marián Červenka

Stolní tenisti ukončili sezónu

Slovenský stolnotenisový zväz na základe opatrení súvisiacich s druhou vlnou pandémie koronavírusu spôsobujúceho ochorenie Covid-19 predčasne ukončil súťažný ročník 2020/2021. Všetky výsledky boli zároveň anulované. Družstvá v krajských súťažach stihli do prerušenia súťažného ročníka odohrať dve kolá. Spomedzi našich klubov bolo na tom najlepšie „béčko“ ŠK STO Prusy, ktoré viedlo IV. ligu skupiny Trenčín. V III. lige Trenčín figurovala na druhej priečke rezerva STK TEVOS Partizánske a STK Veľké Uherce B patrila priebežná tretia priečka. mp

Paulína Avenová splnila limit aj na juniorské majstrovstvá Európy

Primárny cieľom chodkyne Paulíny Avenovej z Partizánskeho bolo splnenie limitu na tohtoročné atletické majstrovstvá Európy do 18 rokov. V predposlednú marcovú nedelu sa jej to podarilo na Atletickom štadióne v Martine na podujatí Deväťeho desiatka. V mimoriadne chladnom a veternom počasí, ktoré sprevádzalo aj sneženie, požadovaný výkon 26 minút na 5000 m prekonala časom 24:47,52 minuty. Európska atletika a Talianska atletická federácia však o pár dní európsky šampionát do 18 rokov z dôvodu nepriznavej pandemickej situácie zrušili. Rada Európskej atletiky okamžite vyvinula iniciatívnu a snažia sa nájsť náhradné dejisko majstrovstiev starého kontinentu do 18 rokov, ktorých dejiskom malo byť pôvodne od 26. až 29. augusta talianske Rieti. „Samozrejme, je to pre mňa veľké sklamanie, príprave som obetevala naozaj veľmi vela času. Aj keď si myslím, že ešte existuje nejaká šanca na zmenu dejiska šampionátu, nechcem sa na to príliš spoliehať, aby som potom nebola ešte viac sklamaná,“ reagovala po dozvedení sa júbovej zvesti Paulína Avenová.

No nerezignovala a následne si spolu s trénerom Petrom Mečiarom vytýčili ďalší cieľ: „Táto správa ma neodradila a v príprave budem pokračovať. Dúfam, že nám ostatné podujatia, ako napríklad majstrovstvá Európy juniorov v Talline, nezrušia. Preto sa idem pokúsiť do Olomouca splniť limit v chôdzi na desať kilometrov.“ Jej prvý atak limitu na tohtoročné juniorské majstrovstvá Európy U20, ktorý je na 10 km dlhej trati stanovený na 52 minút, ešte nevyšiel. V českom meste preslávenom známymi tvarôzkami vo svojej súťažnej premiére na desiatke dosiahla čas rovných 54 minút. „Vôbec mi nesadol deň. Prvý kilometer sa mi išiel dobre, ale od druhého som už o seba ani nevedela. K limitu som sa svojím výkonom sice moc nepriblížila, ale verím, že na ďalších pretekoch sa mi to už podarí,“ skončila Paulína Avenová po pretekoch 55. ročníka Olomouckej dvadsiatky. A podarilo sa. Druhý pokus bol pre šestnásťročnú dorastenu už úspešný. Na pretekoch I. kola Atletickej ligy 2021 v chôdzi prekonala limit na juniorský európsky šampionát takmer o dvadsať sekúnd. Na novom tréningovom ovále banískobystričke Dukly na Štiavničkach zvítazila v kategórii žien na desiatke v osobnom rekordde 51:40,8 minút. „Tempo bolo od začiatku presne nastavené na splnenie limitu a moju úlohou bolo ho len dodržať. Na začiatku som sa cítila veľmi dobre. Dúfala som, že mi to vydrží až do konca a konečne sa mi podarí pokoriť hranicu päťdesiatdva minút,“ začala s hodnotením pretekov zverenkyňa trénera Petra Mečiara, ktorá reprezentuje klub ŠK ŠOG Nitra. Na 3000 m ukazovali stopky jej priebežný čas 15:33,9 minút a na metre 5000 m 25:54,1 minuty. „Posledné kolá ma povzbudzovali všetci ľudia, ktorí boli naokolo. A aj keď som už išla z posledného, dodávalo mi to obrovskú energiu. V cieli som bola od vyčerpania dosť dezorientovaná a vôbec som si neuvedomovala, čo som práve dokázala. Všetci mi začali gratulovať a ja ani nedokázem opísť, akú radosť som prežívala,“ vyznávala svoje pocití Paulína Avenová a pokračuje: „Prvý človek, ktorého som hľadala po tom, čo som sa dokázala postaviť na nohy, bol môj ocino.“

Poriadne som ho objala a spokojne si vydýchla, že to mám už za sebou. Neskôr mi telefonovala aj mama, ktorá tam, žiaľ, nemohla s nami byť. A vtedy prišiel ten nával emócií... Priznám sa, slzy som mala na krajičku. Uvedomila som si, že všetka tá drina a čas, čo som strávila na tréningoch a sústredeniach, stáli za to!“ Dosiahnutým časom 51:40,8 minút sa čerstvá limitárka juniorských majstrovstiev Európy dostala na druhé miesto slovenských historických tabuľiek medzi dievčatami do sedemnásť rokov na 10 000 m na dráhu. „Chcem zamakať a pokúsiť sa tento čas ešte vylepšiť. Najbližšie ma však čakajú preteky na päť kilometrov, kde mám rovnako ambície zlepšiť si svoj osobný rekord. Budem pre to robiť všetko, čo je v mojich silách. Uvidíme, čo z toho bude,“ dodala Paulína Avenová. Lepšia od nej je len Zuzana Malíková, ktorá v roku 2000 dosiahla na desiatke čas 48:00,84 minuty. Juniorské atletické majstrovstvá Európy U20 v estónskom Talline sú na programme od 15. do 18. júla.

mp, foto: Martin Kotrha



Ženské tímy začínajú formátom Floorball Challenge

Floorbalovú sezónu 2020/2021 už môžeme považovať za stratenu. A keďže je do nového ligového ročníka ešte ďaleko, skršla myšlienka dočasnej formy konfrancie klubov Hyundai extraligy žien. Na svete je Floorball Challenge! Okamihu, keď vláda Slovenskej republiky oznámi pripravovanú zmennu farieb okresov – vždy v utorok avizuje prognózu pre nasledujúci týždeň – tím Hyundai extraligy vyzve svojho možného súpera z oranžového okresu na vikendový dvojzápas, čo predstavuje dvanásť dní vopred. Prvý zápas sa odohrá v sobotu v hale vyzývateľa, odvetu je na programe hned na druhý deň v nedelu na pôde prijímateľa súbra. Stretnutia sa budú hrať podľa pravidel HEX 2020/2021. „Hľadali sme alternatívu pre extraligové tímy, ako môžu reálne a atraktívne odohrať zápasy na extraligovej úrovni. Myšlienka flexibilne vyzváť súpera z okresu, kde to Covid automat umožňuje a odohrať s ním počas vikendu dvojzápas, má v sebe atraktivitu play-off a prináša správny náboj. Pridanou hodnotou

nu súťažnú sezónu 2020/2021 veľmi chceli aj zástupcovia klubu NTS FK-Z Nemšová, ktorý bol po jej prerušení na čele Hyundai extraligy žien. „Napokon sme prijali aj tento formát, lebo chceme hrať. Máme svoje meno, kredit, či história. Dlh a tvrd sme si ich budovali a nemienime s nimi hazardovať. Tieto priateľské zápasy berieme ako prípravu do budúcej sezóny, ktorá sa nám začne o mesiac skôr ako minulý rok. Tešíme sa hlavne na priateľov a známych, dlho sme sa nevideli a tie kontakty nám všetkým chýbjajú. Chceme všetkých zainteresovaných do tohto projektu poprosiť o zhovievavosť, toleranciu, hrajme to v priateľskom a kamarátskom duchu fair-play a bavme sa florbalom. Priateľské zápasy všetci nesmierne potrebujeme do ďalšieho florbalového života,“ povalal tréner Nemšovej Peter Tydlacka. Možnosť vzájomnej konfrancie s extraligovými družtvami privítali aj prvoligové tímy. „Budem len rád, keď po dlhej dobe budeme môcť hrať akýkoľvek zápas a navyše taký, v ktorom si



je, že ak nastane situácia, že extraligový tím žien nebudie mať pre pandemickú situáciu voľného súpera, môže vyzvať najlepšie tímy z nižšej ligy žien. Je to prejav športovej solidarity k tímom z nižšej súťaže, ktoré tiež prišli o svoju florbalovú sezónu. A toto je vlastne základ budúceho Slovenského pohára vo florbole, ktorý by mal ponúknuť kvalitné dvojzápasy tímov z rôznych slovenských lig. Tešíme sa, že to kluby prijali,“ povedal PR manažér Hyundai extraligy žien Ľuboš Sarnovský. Dohrat aktuál-

môžeme zahrať proti kvalitnému súperovi. My v Partizánskom máme radi výzvy a ak budú baby zdravé, tak ju určite prijmeme. Myslím si, že je to dobrý nápad, ako si ešte aspoň trochu zahrať. Urobíme si tým opäť chut na florbal a zároveň sa už začneme zodpovedne pripravovať na nový ligový ročník,“ povedal tréner FBK Harvard Partizánske Dušan Ďuriček. Harvard bol po prerušení aktuálneho súťažného ročníka suverénnym lídom I. florbalovej ligy žien. Miroslav Hýlek, úprava: mp, foto: Peter Hačko

Do Hokejovej akadémie nastúpi ďalších dvadsať hokejistov

Záujem študovať na Hokejovej akadémii pri Strednej športovej škole v Trenčíne prejavilo až 52 uchádzačov. Museli však absolvovali prijímacie skúsky pozostávajúce z troch častí a taktiež antigénové testovanie, keďže celý prijímací proces sa uskutoční v takzvanej bubline.

Na mladých hokejistov čakali najskôr psychotesty, všeobecné testy v športovej hale a špeciálne testy na Zimnom štadióne Pavla Demitra v Trenčíne. „Pre nás je dôležité preveriť nielen talent uchádzačov, ale aj ich fyzické a psychické atribúty. Štúdium na škole je náročné, snažíme sa však vychovávať vzdelených a psychicky pripravených športovcov,“ povedala riaditeľka školy Iveta Petriková Rosinová. Jediná župná športová škola pri výbere nádejnejch talentov ľahši z vedomostí a skúseností odborníkov zo Slovenského zväzu ľadového hokeja a hokejového tímu Dukla Trenčín. „Myslím si, že sa hlásim na kvalitnú školu, je tu hokejová akadémia a v budúcnosti tu vznikne aj tréninová hokejová hala. Považujem to za veľkú výhodu,“ príbližil jeden z uchádzačov o štúdium na Hokejovej akadémii. V rámci všeobecných testov museli žiaci preukázať svoje zručnosti a kvality v behu na 50 metrov, v šesťminútovom behu na výtrvalosť, v skoku do diaľky z miesta či hode lopatu. Na ťade zas absolvovali sprint s pukom na 10 a 36 metrov, agility test a odohrali tri priateľské zápasy. Dvadsaťtak najlepších adeptov spomedzi všetkých 52 uchádzačov bude môcť od školského roku 2021/2022 študovať na Hokejovej akadémii v Trenčíne.

Matej Plánek

„Koronavírus neradno podceňovať. Pozor by si mali dať aj profesionálni športovci,“ varuje známa imunologička



imunitnej odolnosti aj niekoľko dní. Obdobie po intenzívnych cvičeniacach, takzvané otvorené okno – open window, vedie k zvýšenému zápalu, poškodeniu svalov a výšemu riziku výskytu infekcií v športovcov. Toto otvorené okno ho môže vystaviť zvýšenému riziku vzniku infekcie s Covid-19 a pomalšej regenerácií po infekcii. Preto je dôležité dôkladne sledovať respiračných a kardiologických príznakov po prekonaní ochorenia Covid-19.“

Rekreačné športovanie či krátkodobé cvičenia môžu pomôcť posilniť imunitný systém. Na pozore by sa však mali mať profesionálni športovci, ktorí mávajú intenzívne a dlhotrvajúce tréningy. Klinická imunologička a alergiologička z ImunoVital Centrum Katarína Bergendiová v rozhovore pre webovú stránku Slovenského olympijského a športového výboru olympic.sk vysvetľuje, aké komplikácie môžu športovcov postihnúť po prekonaní ochorenia Covid-19, ktoré spôsobuje koronavírus SARS-CoV-2.

Aké nebezpečenstvo číha na profesionálneho športovca pri nákaze novým typom koronavírusu?

„Imunitný systém a obranyschopnosť proti vírusom a baktériám ovplyvňujú rôzne faktory vrátane fyzickej aktivity. Rekreačný šport alebo primerané krátkodobé telesné cvičenie tri až štyrikrát za týždeň v trvani pätnásť až šesťdesať minút pri štyridsať až šesťdesaťpercentnej intenzite maximálnej spotreby kyslíka VO₂ max, prípadne tepovej frekvencie, má na imunitný systém stimulačné účinky, respektive aktivity výraznejšie neovplyvňuje. Oproti tomu dlhotrvajúci a intenzívny tréning bez dostatočnej regenerácie, ktorý je súčasťou vrcholového alebo výkonnostného športu, to znamená viac ako päťkrát za týždeň pri viac ako osemdesať percentách VO₂ max, či tepovej frekvencie, môže oslabiť imunitu a spôsobiť zníženú obranyschopnosť jedinca. Po náročnej fyzickej záťaži vzniká krátkodobé prechodné obdobie zníženej imunitnej odolnosti, takzvané imunosupresívne okno – the open window, ktoré môže pretrvávať v závislosti od dĺžky a intenzity záťaže približne tri až dvanásť hodín.“

Prečo časté a intenzívne tréningy výrazne znížujú imunitu profesionálnych športovcov?

„Pri nedostatočnej regenerácii a opakovanej zníženej odolnosti jedinca môže dôjsť k takzvanému prekrytiu otvorených okien a tým k výraznému zníženiu imunitnej odolnosti organizmu. Napríklad u výtrvalca po dobenej maratónu možno porovať pretrvávanie obdobia oslabenej

Čo s výkonom a prípravou športovca urobí karanténa, bez ohľadu na vývoj a symptómy ochorenia?

„Obmedzenie športu a zniženie normálnej fyzickej aktivity má za následok dekondičiu. A tá môže negatívne ovplyvniť neuromuskulárny, kardiovaskulárny, dýchací a muskuloskeletalný systém u všetkých obyvateľov.“

Aké by mali byť kroky aktívnych športovcov po tom, ako prestanú byť infekční? Mali by začať s tréningom, poradiť sa s lekárom, absolvovať nejaké testy?

„Podporúča sa začať postupne a fyzickú aktivitu vykonávať podľa svojho zdravotného stavu. Pred pokračovaním v športových aktivitách by sa malo vykonať dôkladné lekárske výšetrenie. Preventívnu telovýchovu a lekársku prehliadku sledujeme vývoj fyzickej záťaže na srdce a dýchanie. V prípade negatívneho výšetrenia sa športovci môžu pomaly vrátiť k plnému tréningu.“

Vo svojich nadobudnutých poznatkoch ste spomínaли prípad hokejistu Janíka Mösera, ktorému takéto testy po návrate na ťad zistili zápal srdcového svalu. Môže byť aj toto jeden z následkov prekonaného

ochorenia COVID-19? Je to ojedinelý prípad, alebo sú takéto komplikácie bežné?

„Akútne a chronické kardiovaskulárne komplikácie sa bežne vyskytujú pri vírusových infekciach, ako je chŕpka, súvisiace vírusy SARS a MERS a sprievodné pneumónie. Medzi dokumentované kardiovaskulárne prejavy patrí hypotenzia, arytmie, akútne poškodenie srdca, myokarditída, kardiomyopatia, akútne infarkt myokardu a srdcové zlyhanie. Akútne poškodenie srdca bolo hlásené u dvanásť percent pacientov s Covid-19. Tieto komplikácie zdôrazňujú potrebu dlhodobého monitorovania kardiovaskulárnych následkov u pacientov po prekonaní ochorenia Covid-19 sledovaním EKG, echokardiografie, testovaním reakcie srdca na záťaž a meraním srdcových biomarkerov, teda hladiny troponínu v sére. Treba si uvedomiť, že myokarditída je jednou z hlavných príčin náhlého srdcového smrti spojenej so športom u skupiny športovcov do tridsaťpäť rokov. Klinický obraz myokarditídy všeobecne vyzkúšať sa na srdcovom spektrum príznakov, ako sú únava, malátnosť, znižený výkon, bolestivosť svalov alebo vyššia pokojová srdcová frekvencia.“

Aké tréningové rady by ste dali športovcom, ktorí prekonali ochorenie?

„Z iných vírusových infekcií je známe, že môže dôjsť k vírusovej replikácii zosilnenej počas intenzívnej činnosti, čo má za následok väčšiu štrukturálne poškodenie srdcového tkaniva. Vzhľadom na to by u športovca s pozitívou infekciou Covid-19 aj bez akýchkoľvek príznakov bolo vhodné zdržať sa intenzívneho alebo kondičného cvičenia aspoň dva týždne. Pre športovcov, ktorí prekonali ochorenie Covid-19 po jeho prekonaní výzvu aj pri hľadaní osvedčených postupov na bezpečný návrat k športu a tréningu.“

O pár mesiacov príde na rad očkovanie aj pre vrcholových športovcov, ktoré sa možno uskutoční ešte pred olympijskými hrami. Je pravda, že očkovanie môže byť krátkodobu utlmená výkonnosť? Mali by si športovci a ich tímy naplánovať očkovanie a následne upraviť tréningové procesy?

„Podobne ako po niektorých iných očkovaniach sa neodporúča väčšia fyzická záťaž aspoň počas prvých dvoch až troch dní. V rámci opatrnosti neodporúčam v bezprostrednom období napríklad ani príliš dlhé cestovanie. Zaocinkovaný by sa všeobecne mal, ak je to možné, vynútiť činnostiam, ktoré predstavujú pre organizmus záťaž navýše. Ak je to len trochu možné, mal by si tiež dopriať dostatok spánku, kvalitnú stravu s obsahom prirodzených probiotík, pretože kondícia čreva má vplyv na imunitnú odpoveď organizmu. Nemal by tiež požívať alkohol, ktorý znižuje funkciu imunitného systému a môže tak znižiť účinok vakcíny.“ Stanislav Krško