



Rozhodnite o svojej budúcnosti vy sami!

Vidíme to všade, kam sa pozrieme. Bilbory, plagáty, dopravné prostriedky či médiá. Z každej strany sa na nás pozerajú známe, či menej známe mená politikov. Volebné heslá. Zovšadiaľ získavame tú istú informáciu. **Blížia sa parlamentné voľby.**

5. marec je dátum, keď svojimi hlasmi rozhodneme, ako a kam sa bude uberať naša krajina. Nedovoliť si povedať, kto je ten správny kandidát či kandidátka. Rozhodnutie je na každom

z nás, podľa najlepšieho vedomia a svedomia. Je možné, že v rodinách, či s kamarátmi ste sa kvôli rozdielnym názorom na politikov už aj pochytili.

Aby ste nešli k volebným urnám zbytočne a práve váš volebný hlas nebol neplatný, je dôležité vedieť niekoľko základných informácií. Poslúžiť môžu najmä prvovoličom a tým, ktorí neboli voliť už niekoľko volebných období.

Opakovanie je matka múdrosti:

Ako to prebieha?

■ Chcete voliť? Tak si skontrolujte platnosť svojho občianskeho preukazu. Budete ho totiž potrebovať.

■ Volebná komisia si vás zapíše v zozname voličov.

■ Dostanete hlasovacie lístky a obálku s pečiatkou. Prevzatie musíte potvrdiť svojim podpisom.

■ Ak za plentou nebude iný volič, pôjdete tam vy a môžete sa pustiť do krúžkovania

■ Vyberiete si politickú stranu, ktorá je pre vás tá správna. Na jej kandidátke zakrúžkujete maximálne 4 kandidátov.

■ Zvyšné listy s politickými stranami, ktoré ste sa rozhodli nevoliť, vyhodíte na určené miesto vo volebnej miestnosti.

■ Vhodíte zalepenú obálku do urny.

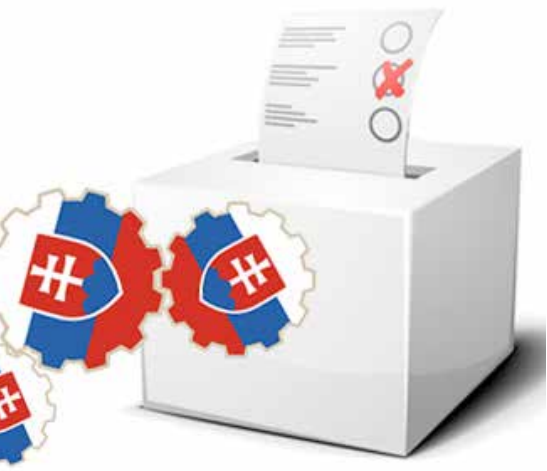
■ V prípade akýchkoľvek nejasností sa obráťte na členov komisie.

Možno sa mnohí z vás ešte rozhodujú, či sa na tohtoročných voľbách vôbec zúčastnia. Možno si poviete: „A načo pôjdem voliť? Radšej ostaneť doma a bude pokoj. Aj tak môj hlas v ničom nezaváži.“

A čo ak je to inak? Prečo je dôležitý aj ten váš hlas? Okrem toho, že využijete svoje volebné právo, môžete výrazne ovplyvniť chod štátu v nasledujúcich štyroch rokoch. Ak by ste sa na voľbách nezúčastnili, je tu riziko, že podporíte kandidátov, ktorí vám nesedia.

Preto nenechajte za seba rozhodovať iných a venujte pár minút svojho času pre budovanie našej spoločnej budúcnosti. Áno, aj váš hlas môže rozhodnúť. O priazeň voličov sa tento rok v parlamentných voľbách uchádza celkovo 23 politických strán.

S úctou Mgr. Lucia Ďuračová,
šéfredaktorka



Okrskok	Názov ulice	Volebná miestnosť
1	Beňadická cesta, Bernolákova, Dlhá, J. Jesenského, Kollárova, Lúčna, M. Urbana, Štefánikova, Štúrova, Tekovská, Tolstého, Vajanského	Obch. akadémia, Bernolákova 26
2	1. mája 2 – 22, A. Kmetá, Janka Kráľa, L. Podjavorinskej, Migazziho, Mlynská, Nábregie za majerom, Nám. A. Hlinku, Nám. hrdinov, Prílepská, Poštová, Robotnícka, Sama Chalupku, SNP, Spojovacia, Svätoplukova, Železničarska, Župná	ZŠ Pribinova
3	Gorazdova, J. C. Hronského, Kukučínova, Moyzesova, Pod dielami, Poľná, Pribinova, Sládkovičova, Slavianska, Slnecná, Smetanova, Tajovského, Tribečská, T. Vansovej, Záhradnícka	ZŠ Pribinova
4	Čajkovského, Dobšinského, E. M. Šoltésovej, Hečkova, Hollého, Hoňovecká, Hviezdoslavova 2 – 30, Inovecká, Krátka, Krížna, Murgašova, Odbojárov, Potočná, Rázusova, Slovenskej armády, Tichá, Továrnska, Zelená, Žitavské nábregie	MŠ Žit. nábregie 1
5	Hviezdoslavova 32 – 82, Nitrianska	MŠ Kalinčiakova 12
6	1.mája 1 – 51 (nepárne čísla), 1.mája 26 – 76 (párne čísla), Radlinského	MŠ Kalinčiakova 12
7	Duklianska, Mládeže, Mojmírova	ZŠ Mojmírova 2
8	Brezová, Kalinčiakova, Školská	ZŠ Mojmírova 2
9	Do kratín, Dolné vinice, Do remanancií, Hájová, Martinský breh, M. Benku, Obrancov mieru, Pod hájom, Priemyselňa, Rovňanova, Staničná, Šafranická, Tehelná, Viničná	Rovňanova 7
10	Baničova, Bottova, B. S. Timravy, Družstevná, Hurbanova, Chyzerovecká, Janka Matúšku, Karola Kuzmányho, Kraskova, M. M. Hodžu, M. Pružinského, Palárikova	KD, Chyzerovce
11	Čierna Dolina, Hlavná, Horný majer, Nová, Obecná, Parková	KD, Prílepy

Čo pripravuje mestský úrad

Mesto Zlaté Moravce začína obstarávať nový územný plán mesta. Začali sa prípravné práce na jeho spracovanie. **Participácia verejnosti je mimoriadne dôležitá, pretože čím viac subjektov bude do celého procesu zapojených, tým bude územný plán vernejšie odzrkadľovať potreby a predstavy jeho občanov.**

Čo je územný plán?

Územný plán je mimoriadne komplexný dokument, ktorý rieši priestorové a funkčné využívanie mesta. Určuje princípy hospodárneho využitia zastavaného územia, ako aj chráni nezastavané časti mesta.

Mesto premieta svoje zámery do celého územia, ako napr. určí, kde sa v budúcnosti môže uskutočniť výstavba nových sídlisk alebo obytných domov, kde bude viesť dopravná a technická infraštruktúra, ale takisto rozhodne o prvkoch, ktoré vytvárajú prírodné zložky životného prostredia ako sú parky a oddychové zóny.

Je potrebné udržiavať v území jasné pravidlá, jednak preto, aby bol rozvoj spravodlivý a vyvážený, a tiež preto, aby neboli práva vlastníkov nehnuteľností dotknuté a ohrozované náhodnými a nepredvídateľnými rozhodnutiami. Územné plánovanie má predovšetkým regulačnú úlohu.

Cieľom nie je diktovať stavebníkom, aby postavili presne takú budovu, akú navrhne. **Skôr by sme mali stanoviť určité rámce a regulatívy, ktoré ponechajú na jednej strane voľnosť a kreativitu, ale na druhej strane obmedzia nežiaduci vývoj.**

A to je podstata regulácie, ktorá tvorí jadro územného plánu. **Zodpovednosť za územný plán je na ramenách mesta, do procesu jeho tvorby však môže zasahovať a dávať pripomienky aj verejnosť,** ktorá môže mať iné predstavy o vývoji územia.

Prečo je územný plán veľmi dôležitý?

Schválený územný plán môže byť podmienkou na získanie finančnej podpory najmä v prípade fondov z Európskej únie. **Kvalitne spracovaný územný plán zároveň priťahuje súkromných investorov a dáva prvý signál, že mesto hľadá na svoj rozvoj koncepčne a efektívne. Bez**

územného plánu alebo v prípade, ak by bol spracovaný bez vnútornej logiky a vízie, by sa ľahko mohlo stať, že pozemky v atraktívnej lokalite sa využijú na nevhodné účely a v meste vyrastú stavby alebo fabriky, ktoré budú hyzdiť prostredie, alebo mimoriadne zaťažovať životné prostredie. **Je dôležité, aby rozvoj územia bol harmonický, aby zabezpečil ochranu všetkých dôležitých záujmov (súkromných aj verejných).**



Dobrá správa pre školy

Vzdelávanie a rozvoj škôl je jednou z priorit mesta. V mestskom rozpočte tvoria výdavky na školstvo najväčší balík financií, až **42,80 %**, čo je **2 868 438 €**.

V zriaďovateľskej pôsobnosti mesta sú 3 základné školy (na ulici Pribinova, Mojmirova, na Robotníckej ulici) a 5 materských škôl (na Ulici Štúrova, Žitavské nábrežie, Kalinčiakova, Slnečná, Prílepy). S potešením sme vás v minulom čísle Tekovských novín informovali, že školy na Mojmirovej ulici a na Robotníckej ulici dostali finančnú dotáciu z havarijného fondu Ministerstva školstva SR na výmenu okien, **každá škola vo výške 35 000 €**.

Očakávame, že dôjde k zníženiu nákladov na vykurovanie budov a tieto finančné prostriedky bude môcť vedenie škôl investovať do ich ďalšieho rozvoja. Dnes vám môžeme oznámiť, že okná na **ZŠ na Mojmirovej ulici sú už vymenené, výmena okien na Základnej škole na Robotníckej ulici bude dokončená do konca tohto týždňa.**

Materská škôlka na Slnečnej ulici, dostala dotáciu z Úradu vlády SR z rozpočtovej rezervy predsedu vlády SR v sume 10 000 € Dotácia slúži na výmenu okien, dverí a zateplenie budovy materskej školy. Výmena okien a dverí je v súčasnosti v realizácii.



Nadácia Pontis poskytla **Materskej škole Slnčná grant vo výške 3 000 €** na detské ihrisko.

Získané finančné prostriedky na obnovu našich škôl sú pre nás veľkým povzbudením, mesto je garantom, aby boli využité v prísnom súlade s pravidlami podmienok poskytovateľa, efektívne a transparentne.

Mesto si je vedomé toho, že v minulosti nedostatočne čerpalo prostriedky

z fondov Európskej únie. Peniaze, za ktoré si okolité obce zrekonštruovali svoje budovy alebo cesty, Zlaté Moravce, žiaľ, nevyužili. **Uvedomujeme si tento alarmujúci stav, a preto nielen sledujeme všetky aktuálne výzvy, ale sa i priebežne pripravujeme na tie, ktoré majú byť len v budúcnosti vyhlásené.**

Mesto sa plánuje zapojiť **do výzvy Ministerstva školstva, vedy výskumu a športu SR, ktorej obsahom je podpora výchovy a vzdelávania v oblasti telesnej**

Zverejňujeme výzvu pre občanov, fyzické a právnické osoby

Oznamujeme vám, že dňom 29. 01. 2016 sme začali prípravné práce pre obstaranie územno-plánovacej dokumentácie – územného plánu mesta Zlaté Moravce. Prípravné práce sú úvodnou etapou celého ďalšieho procesu spracovania a schválenia územného plánu mesta, ktorý sa po prerokovaní a schválení mestským zastupiteľstvom stane záväzným dokumentom mesta. Preto vás, právnické a fyzické osoby, ktoré sa podieľajú na využití územia, ako aj občiansku a odbornú verejnosť (v intenciách § 19 b stavebného zákona č. 50/1976 v znení neskorších zákonov), žiadame o spoluprácu a poskytnutie vašich záväzných podkladov o území, o určenie problémov, stretov záujmu v riešenom území, údajov potrebných pre spracovanie prieskumov a rozborov, informácie o stave a možnostiach funkčného využitia územia.

V nadväznosti na predchádzajúce vás prosíme o zaslanie všetkých podkladov, vašich požiadaviek, rozvojových zámerov, nárokov na ochranné pásma, resp. iné údaje, ktoré sú vám známe v rozsahu katastrálneho územia mesta a majú byť zapracované do podkladových materiálov (PaR+ZADANIE), následne rešpektované a zohľadnené v ÚPN mesta Zlaté Moravce. **Návrhové obdobie ÚPN mesta predpokladáme rok 2030.**

Žiadame Vás o zaujatie stanoviska a poskytnutie Vašich údajov pre budúce optimálne priestorové usporiadanie a funkčné využitie územia s prihliadnutím na krajinno-ekologické, kultúrno-historické a socioekonomické podmienky. Podklady a podnety je možné podať do 30 dní od oznámenia výzvy písomnou formou na adresu:

Mesto Zlaté Moravce, Mestský úrad, oddelenie stavebné a hospodárskej činnosti, Ul. 1. mája 2, 953 01 Zlaté Moravce, alebo mailom na adresu: krizanova@zlatemoravce.eu

Čistota v meste, úprava mestskej zelene



výchovy a športovej výchovy formou dostavby, rekonštrukcie a výstavby nových telocviční a vybavenia telocviční, ktoré musia byť súčasťou školy a musia byť v jej užívaní.

Mesto sa takisto plánuje zapojiť do výzvy na Zvýšenie kapacít infraštruktúry materských škôl v rámci Integrovaného regionálneho operačného programu.



Mestské kúpalisko

Zatvorenie kúpaliska počas minuloročného leta vyvolalo veľkú nevôľu z radov mnohých Zlatomoravčanov. Rozhodli sme sa preto ponúknuť jeho prevádzku na prenájom. Ak ste to práve vy alebo poznáte niekoho, kto by chcel využiť túto možnosť a prevádzkovať kúpalisko, volajte na telefónne číslo 0911 660 511, alebo sa osobne dostavte do Mestského strediska kultúry a športu v Zlatých Moravciach.

Mnohí z vás si iste všimli, že v centre mesta okolo fontány i po oboch stranách Župnej ulice došlo k zásadným úpravám mestskej vegetácie. Rozbujnené kríky i suché konáre stromov už nebudú viac špaťiť tieto oddychové zóny. Aj Park J.Kráľa vďaka pracovníkom technických služieb, ktoré prebrali činnosť záhradníckych služieb, dostal nový čistý a upravený zoster. **Je to však len začiatok, technické služby pokračujú v čistení a upratovaní mesta, ku ktorému sa v krátkom čase pridá aj výmena zdevastovaných mestských lavičiek.**

Informácie poskytol:
Marián Takáč, prednosta MSÚ

Spolu je nám veselšie!

Diabetici v Zlatých Moravciach v tom majú jasno. Prečo sedieť doma, keď sa môžu zabávať v kruhu známych a priateľov z okolia a ešte tým aj prispieť k svojmu zdraviu? Pohyb je dôležitá súčasť života. Športovať by mali mladí, starí, malí, veľkí a čo je nemenej dôležité, aj tí chorí. Zlatomoravskí diabetici na začiatku roka preto nezostali sedieť doma.

Dňa 21. 2. 2016 si pod vedením predsedníčky zväzu pani Anny Gubovej zorganizovali svoj vlastný športový deň, resp. športové nedeľné popoludnie. V priestoroch Centra voľného času sa o 13.00 hod. otvorili dvere nielen pre diabetikov zo Zlatých Moraviec a okolia, ale aj pre všetkých nadšencov športu a dobrej zábavy.

Vedenie zväzu sa rozhodlo usporiadať stolnotenisový turnaj. Tento rok sa konal celkovo štvrtý ročník športového dňa diabetikov v Zlatých Moravciach. Súťažilo sa v dvoch kategóriách – muži a ženy s deťmi. Nechýbali ani ceny a diplomy pre víťazov.

Na prvom mieste v kategórii mužov sa umiestnil Damián Predáč a víťazom v kategórii ženy a deti sa stal Samuel Petřík. Víťazi aj porazení si však okrem cien odniesli domov aj úsmevné zážitky, úžasnú náladu a dobrý pocit z fyzickej aktivity. Na akcii sa zúčastnilo celkovo 28 ľudí každej vekovej kategórie. Zväz diabetikov funguje už deväť rokov a pomaly, ale isto sa na akciách



organizovaných zväzom zúčastňuje čoraz viac mladých ľudí. Športový deň však nie je jedinou akciou v roku, na ktorej sa diabetici a sympatizanti podieľajú. V máji sa pravidelne koná majáles, ktorý sa stal neodmysliteľnou súčasťou roka členov zväzu. Program tejto zábavy je pestrý. Nechýba hudobná kapela, vystúpenia umelcov z celého okolia, dobrá zábava a, samozrejme, tombola plná atraktívnych cien. Výťažok z tomboly putuje do pokladnice zväzu a sponzoruje ďalšie akcie zväzu. Tento rok sa v máji pripravuje aj výlet do Arboréta Mlyňany.

Čo môže byť krajšie ako „potulky svetom“ na jednom mieste? Rozkvitnuté rastlinné druhy z celého sveta potešia oko i dušu a naplnia telo energiou a elánom do života. Treba spomenúť, že mesačne sa organizujú edukačné prednášky týkajúce sa diabetu, zdravej stravy a životného štýlu. Prednášky robí zdravotná sestra na diabetológii, pani Eva Pacalajová, alebo odborníci a hostia prizvaní k tejto príležitosti. Všetky tieto stretnutia

prebiehajú v podobe príjemných posedení pri kávičke s možnosťou podebatovať a naučiť sa niečo nové. Netreba však zabudnúť ani na výlety organizované v letných mesiacoch, a tým sa, samozrejme, myslia jednodňové autobusové zájazdy za oddychom a rekreáciou. Oblúbeným miestom výletu sa stalo kúpalisko Vincov les. Keďže sa tieto výlety k vode stali takými populárnymi, rozhodol sa zväz každoročne organizovať týždenný pobyt pri mori v meste Bibione v Taliansku.

Toto všetko je len zlomok stretnutí a akcií, ktoré organizuje náš mestský zväz diabetikov. Spolok taktiež dáva možnosť starším, ale aj mladým ľuďom realizovať sa v tvorbe spoločenských udalostí. Odmenou je vždy skvelá nálada, dobrý pocit zo sebarealizácie a hlavne úžasná vďaka od spoločenov. Ak niekoho tento článok zaujal natoľko, že by sa k nám chcel pridať, dvere sú vždy otvorené. Ved'spolu je nám veselšie!

Lucia Pacalajová

Pozor na jej pazúry! Chrípka útočí! Klop, klop. Kto je tam? Kamarátka chrípka.

Zákerná chrípka sa vkradla už aj do nášho regiónu a snaží sa „kosiť“ hlava-nehlava. K zvyšovaniu chorobnosti dochádza práve v januári a vrcholí vo februári a v marci. A tak som sa rozhodla navštíviť odborníčku, pani doktorku Zuzanu Balcovú z Otorinolaryngologickej ambulancie. Tá mi prezradila k téme viac.

Chrípka je infekčné ochorenie vyvolané vírusom, ktoré prebieha ako zápalové ochorenie horných dýchacích ciest. Je typická rýchlym nástupom príznakov. Prakticky z plného zdravia, keď sa začína zimnicou, bolesťami hlavy, teplotou okolo 39 – 40 stupňov Celzia. Chorý má bolesti svalov a kĺbov, pocit sucha a škriabania

v hrdle, sucho a dráždivo kaše. Môže mať aj nádchu.

Keď si v tomto stave hneď ľahne do postele a vydrží v nej aspoň týždeň, môže sa chrípka v priebehu skončiť. „V praxi sa však stretávam s tým, že mnoho chorých volí formu liečenia podľa reklamy – daj si záračnú tabletku a všetko ťa prejde, môžeš pokračovať v práci aj v zábave. Tento spôsob liečby je to najhoršie, čo môže chorý pre seba urobiť, pretože chrípka nielenže neprejde, ale často dochádza k ďalším komplikáciám, ako sú zápal priedušiek a pľúc, stredného ucha, prínosových dutín. Tieto komplikácie si často vyžadujú hospitalizáciu v nemocnici, hlavne u vysoko rizikových pacientov, ako sú starší

ľudia s chronickými srdcovo-cievnyimi a dýchacími ochoreniami a u ľudí s oslabenou obranyschopnosťou a cukrovkou,“ vysvetľuje lekárka.

Vírus chrípky sa šíri predovšetkým vzduchom pri kašľaní a kýchaní, a to najmä v prvých dvoch dňoch ochorenia. Vírus infikuje bunky sliznice dýchacieho traktu a v týchto bunkách sa pomnožuje po 4 až 6 hodinách. Z napadnutej bunky sa uvoľňuje niekoľko tisíc vírusov, ktoré infikujú ďalšie bunky a tie sa pri kašľaní a kýchaní dostávajú do ovzdušia. Preto je veľmi dôležitá izolácia chorého, aby chrípku neroznášal medzi zdravými ľuďmi.

„Pacienti by v začiatkovej fáze nemali chodiť k lekárovi, ale ostať na lôžku, piť dostatok tekutín,

zvýšiť príjem vitamínov a vysoké teploty by mali znižovať liekmi proti teplote. Určite neodporúčam dávať lieky proti teplote pri nižších teplotách do 38 stupňov Celzia, lebo vtedy je teplota našim pomocníkom, vírusy sú na ňu citlivé a hynú. Taktiež je „moderné“ pýtať od lekára antibiotiká, kde chcem všetkých ubezpečiť, že je to zbytočné, pretože antibiotiká na chrípkový vírus vôbec neúčinkujú a ešte viac zaťažujú organizmus pri boji s infekciou. Ich miesto je dôležité až pri komplikáciách chrípky, ktoré sú spôsobené tzv. bakteriálnou superinfekciou, kde baktérie sú už na antibiotiká citlivé a pomôžu nám rýchlejšie sa vyrovnať s týmito komplikáciami,“ pokračuje v rozprávaní lekárka.

Preto ak sa prejavy chrípky nezlepšujú po 3-4 dňoch, je namieste návšteva lekára. Ten po dôkladnom vyšetrení rozhodne o potrebe antibiotickej a prípadne aj inej liečby. Mnoho ľudí si mylí chrípku so silným prechladnutím, chrípka je však zvyčajne vážnejšie ochorenie. Príznaky bežného prechladnutia trvajú kratšie a komplikácie, ako zápal pľúc, sa vyskytujú zriedka.

„Chcem ešte upozorniť aj na to, že chrípka sa nekončí ústupom teplôt a kašľa, ale po jej zdanlivo úspešnom prekonaní ostáva ešte organizmus pár týždňov oslabený. Ľudia sa rýchlejšie unavia, môže pretrvávajúť nočné potenie. Preto netreba preceňovať svoje sily, ale počúvajte svoje telo, ono vám najlepšie povie, čo je pre vás dobré a čo nie. Treba viac oddychovať, podľa možnosti viac spať a postupne naberať sily prechádzkami v prírode na slniečku. Veď sa hovorí, že kde nechodí slnko, tam chodí lekár,“ skonštatovala odborníčka.

Ako sa teda tej „potvore“ vyhneme?

Tu je pár rád: Dôležité je často vetrať miestnosti, primerane sa obliekať, mať dostatok oddychu, správnu výživu s množstvom ovocia, zeleniny a tekutín. Vyhýbajte sa miestam s vysokou koncentráciou ľudí, pri kýchaní používajte vreckovky a často si umývajte ruky.



A hlavne buďte vždy pozitívne naladení, majte dobrú náladu, usmievajte sa, pretože s dobrou náladou a optimizmom sa všetko ľahšie zvládne.

Prajeme vám prežitie chrípkovej sezóny v zdraví a v pohode!

LĎ

Cieľ jasný: Pohyb bez UTRPENIA!

„Ááú to bolí! Mňa už z tých križov porazí! Už sa neviem pomaly ani zohnúť. Hýbem sa ako tuleň. Pomôc!”

Bolesti chrbtice, hlavy či kĺbov. Aj v našom regióne pribúda čoraz viac ľudí s bolesťami chrbtice či problémami s pohybovým aparátom. A tak sme zašli za odborníkmi a spýtali sme sa ich, prečo je to tak. Ako sa dá tomu vyhnúť? Naozaj za to nemôžeme len my sami alebo je nám bolesť chrbta od vienka súdená a máme sa s ňou zmieriť?

Fyzioterapeutka Bc. Renáta Géciová nám potvrdila, že pacientov s takýmito problémami naozaj pribúda. A čo je horšie, veková hranica sa výrazne posúva smerom nadol.

Čo je dôvodom? Zmenili sme spôsob života. Namiesto aktívneho pohybu viac sedíme a práve to sedenie nám môže spôsobiť problémy. Moderné technológie nám na jednej strane pomôžu, no neustále sedenie za počítačom, hoci aj pri hraní hry, nám ten skutočný pohyb nenahradí.

Možno si myslíte, že príznaky a problémy prichádzajú až v neskoršom veku. Nie

je to tak celkom pravda. Často začínajú už aj u detí. Nie nadarmo sa hovorí, že zdravie si treba chrániť alebo že zdravý človek má tisíc priání, no chorý len jedno.

Skúsení odborníci využívajú na liečbu aj špeciálne techniky, medzi ktoré patria mäkké techniky (fyzioterapeut tlačí na isté body a využíva pri tom náročné hmaty, telo sa tak úplne uvoľní), mobilizačné techniky (nimi vie fyzioterapeut ovplyvniť hybnosť kĺbu) či fyzikálna liečba.

Základom pre zlepšenie je však CVIČENIE

Nekrúťte nosom. Nemusíte sa natahovať s činkami. Napríklad taký pilates je fajn.

Vedeli ste o tom, že veľa chorôb a bolestí pramení práve z chrbtice? Odborníci sa najčastejšie stretávajú práve s poškodeniami platničiek. Keď sa vaša chrbtica dlhodobo zaťažuje, môže nasledovať až chronická bolesť.

Ako nám prezradila fyzioterapeutka špecialistka PhDr. Zdenka Mlynková, dnešný uponáhľaný svet nás núti zabúdať na prevenciu. Pritom by nám k zdraviu stačil napríklad len pravidelný pohyb či chránenie sa pred chladom a prievanom. „Pohybová aktivita je

najlacnejšou a najdostupnejšou prevenciou a aj liečbou,“ prezrádza.

Aby sme sa vyhli problémom, je potrebné sledovať už psychomotorický vývoj u detí, kde je nesmierne dôležitá spolupráca rodiča. Sleduje sa chôdza dieťaťa, takisto aj plochonožie, ktoré sa dá ovplyvniť, a to konkrétne správnu obuvou a cvičením svalov klenby nohy.

Na záver odpoveď na otázku, prečo by sme sa mali vlastne hýbať. Pohyb zlepšuje celkový stav organizmu. Zlepšuje stav srdca či dokonca pomáha zvládaniu stresu. Pozitívne cvičenia je naozaj veľa. Nehovoriac o tom, že pomáha udržiavať dobrú náladu. A smiech predsa lieči, však?

Preto vyjdite na chvíľu z kolobehu rýchleho a nezdravého životného štýlu a hor sa dopriať niečo viac seba a svojmu zdraviu!

Obe odborníčky sa zhodli: Zdravie závisí aj od vášho prístupu. Chrbticu si treba chrániť v každom veku. Zdravá chrbtica je zdravie, zdravie je pohyb a pohyb je radosť.

LĎ

Krátke info zo zastupiteľstva 10 000 eur poputuje...

To prvé januárové, ktoré sa konalo 17. v mesiaci, prinieslo aj odklepnutie finančnej podpory, a to dvom mestským častiam – Prílepy a Chyzerovce. Z mestskej kasy tak poputuje **10 000 €** na zlepšenie stavu tamojších budov. Každý mestskej časti naši zástupcovia odklepli **5 000 €**.

Tieto finančné prostriedky sú vyčlenené



v rámci schváleného rozpočtu mesta na bežné opravy a údržbu budov ako záväzný ukazovateľ s účelovým určením pre mestské časti. S návrhom súhlasil aj poslanec za Prílepy Marek Holub. „**Máme tú istotu, že nejaké peniaze sú určené pre tieto mestské časti a vieme s nimi počítať a**

takto robiť drobné úpravy. Veľa vecí si tu vieme spraviť aj svojpomocne, len potom to stroskotá na materiáli. Práve tieto peniaze by boli určené hlavne naň,“ skonštatoval.

LĎ



Horí, horí, horí... Oheň je dobrý sluha, ale zlý pán

Nielen dospelí, ale i deti by mali vedieť, aká sila sa ukrýva v ohni. Isto aj vy poznáte to porekadlo: Oheň je dobrý sluha, ale zlý pán. V takomto duchu sa niesol vo februári aj cyklus výchovno-vzdelávacích aktivít pre deti materských škôl v Zlatých Moravciach. Zameraný bol práve na prevenciu a ochranu pred požiarom. Jeho názov bol trefný: Požiar na ochranu očami detí.

Vlastnosti ohňa, horľavé a nehorľavé materiály, hasiace látky, nebezpečenstvo súvisiace s ohňom pre ľudí. Deti sledovali všetko so zatajeným dychom a dozvedali sa zaujímavosti prostredníctvom hravej formy. Niektoré z nich majú vysnívané byť požiarnikmi už

niekoľko rokov. „Ohňové aktivity“ tak hltali všetkými zmyslami. Malí budúci požiarnici sa naučili, čo robiť a čo nerobiť pri požiari. Ako ohlásiť požiar a ako privolať hasičov.

Zapamätať si mali aj krátku básničku o ohníku. V piatok 12. 2. 2016 spestrili tento cyklus aj požiarnici s OR HaZZ v Zlatých Moravciach, ktorí predviedli predškolákovi a deťom z ostatných materských škôl svoje zásahové vozidlá.

Deti v Materskej škole Žitavské nábregie videli a počuli maják, ktorý používajú hasiči pri výjazde, mohli si pozrieť dýchacie prístroje a požiaru techniku, ktorá je umiestnená vo

vozidlách. Mali možnosť dotknúť sa veľkého hasičského auta aj uja hasiča, čo prejavili šťastnými úsmevmi na tvárach. Najväčšiu radosť mali pri skúšaní požiarnej prilby, aj keď im bola ešte trochu veľká.

Týmto ďakujeme za ochotu všetkým zúčastneným príslušníkom OR HaZZ v Zl. Moravciach a pani učiteľkám, ktoré vykonávali pedagogický dohľad a dúfame, že deti si zapamätali veľa informácií o požiarnej ochrane.

LĎ, Ing. Ivana Vaškovičová
technik PO MsÚ Mesta Zlaté Moravce

Marko Čepec prebral štafetu

Žiak II. B triedy Gymnázia Janka Kráľa v Zlatých Moravciach prebral víťaznú štafetu od Jonáša Sudakova, žiaka III. B triedy. V krajskom kole olympiády v anglickom jazyku získal vo svojej kategórii 1. miesto a bude Nitriansky kraj reprezentovať na celoslovenskom kole v Bratislave. Sme veľmi radi, že Marko perfektne prezentoval, v konfrontácii s víťazmi okresných kôl, svoje vedomosti, kreativitu a osobné kvality.

V minulom školskom roku získal v krajskom kole takéto krásne umiestnenie Jonáš Sudakov a z národnej súťaže si odniesol 3. miesto. Byť tretí najlepší angličtinár na Slovensku vo svojej kategórii je určite úžasný pocit, pri ktorom si všetci uvedomujeme, že je to výsledok Jonášovej práce, vedenia pedagógov a podpory okolia. Na základe tohto úspechu dostal pozvánku na prezentáciu projektu celoslovenského stretnutia mladých predstaviteľov Elity národa, ktoré bolo v októbri 2015 v Prešove. Vedomosti, skúsenosti a názory našich žiakov môžu byť pre ich mladších spolužiakov, žiakov základných škôl, inšpirujúcim a podnetným motívom v životnom smerovaní.

Vynikajúcim študentom a úspešným stolnoteniským hráčom je Markus Tonkovič, momentálne hráč STK Rybník okres Levice. Jeho najcennejším úspechom je prvé miesto v medzinárodnom turnaji v Prahe a štvrté miesto

na celoslovenskom turnaji dorastencov. Cenu riaditeľky školy získal v minulom školskom roku Martin Benč, žiak III. A triedy, ktorý nás úspešne reprezentoval v geografickej olympiáde, v krajskom kole matematickej olympiády – 3. miesto a v diecéznom kole biblickej olympiády – 2. miesto.

Preto sme pre vás pripravili možnosť stretnúť sa s našimi vynikajúcimi študentmi 31. 3. 2016 od 14.00 do 17.00 hod. v priestoroch našej školy.

Určite tieto minúty diskusie budú prínosom, lebo si budete môcť porovnať svoje životné ambície, možnosti, sny. Zároveň si budete môcť overiť svoje jazykové, matematické aj informatické zručnosti v rozličných modelových úlohách.

**Text: Rosenbergová,
Gymnázium Janka Kráľa**

Foto: A. Rakovská



Výzva na podanie návrhov na ocenenie najúspešnejších športovcov a športových kolektívov mesta Zlaté Moravce za rok 2015

Mesto Zlaté Moravce v spolupráci s Komisiou mládeže, školstva, kultúry a športu MsZ vyhlasuje výzvu na podanie návrhov na ocenenie najúspešnejších športovcov a kolektívov mesta Zlaté Moravce za rok 2015.

Kategória na ocenenie:

Najlepší jednotlivec za rok 2015

najlepší kolektív za rok 2015

čestná cena za celoživotný prístup k športu

Návrh na ocenenie musí obsahovať:

- 1. meno, priezvisko a titul športovca**
- 2. názov TJ alebo športového zväzu**
- 3. dosiahnuté úspechy za rok 2015**

Návrhy na ocenenie športovcov a kolektívov je potrebné zaslať písomne alebo osobne na adresu alebo e-mailom do 10. marca 2016

MSKŠ – divízia šport

Továrenská 46

Zlaté Moravce 953 01

e-mail : sport @ tekov.sk

Kontaktná osoba:

Ivan Horvát, tel.č. 0948/016610

Jednotlivé návrhy na ocenenie športovcov a kolektívov mesta Zlaté Moravce za rok 2015 bude prerokované a vyhodnotené na KMŠKaŠ.

JUDR. Pavel DVONČ

predseda KMŠKaŠ

MSKŠ vás pozýva na

Kreatívny workshop pletenia košíkov, ktorý sa bude konať dňa 1. marca 2016 o 15:00 hod. v budove MSKŠ.

Veľkonočné trhy, ktoré sa budú konať dňa 18. marca 2016 od 13.00 do 16.00 hod. na Námestí A. Hlinku v Zlatých Moravciach.

Oslava MDŽ, ktorá sa bude konať dňa 6. marca o 15.00 hod. v pivničných priestoroch MSKŠ.

Oslava Dňa učiteľov, ktorá sa bude konať dňa 31. marca o 14.30 hod. v divadelnej sále MSKŠ.

Oslava **Oslobodenia mesta** Zlaté Moravce, ktorá sa bude konať dňa 30. marca o 15.00 hod. v divadelnej sále MSKŠ.

VANSOVEJ LOMNIČKA



„A hudba sa niesla časom a priestorom, prinášala krásne nádeje, ale i malé hodnotné dary – teplé ľudské slovo, aby bol svet krajší a lepší...“

Tieto slová vyšli z úst organizátorky podujatia Vansovej Lomnička, ktoré sa venuje umeleckému prednesu poézie a prózy dievčat a žien. Šťastným dňom bol práve štvrtok 18. februára, keď Anna Kiššová priviedla tento festival už do 49. ročníka. Prečo je táto akcia zaujímavá a dôležitá? Učili sme sa o nej v škole, dostávali preškrtnuté nami napísané slová červeným perom a snažili sa čo najlepšie vybrať správny výraz. „Jedná sa o to“ alebo „ide o to“? To bola večná dilema v našich školských laviciach a niektorí z nás sa nad tým možno zamýšľajú dodnes. Vansovej Lomnička sa preto dlhé roky snaží podporovať a vstúpiť dôležitosť spisovného slovenského jazyka, ktorý, povedzme si pravdu, začína byť zanedbaný. Okrem toho sa zameriava na lásku k žene a spojenie niekedy prchkej mladosti so skúsenou generáciou. Za toto podujatie patrí veľké ďakujem aj jej organizátorom, ktorými boli Okresná organizácia Únie žien Slovenska Zlaté Moravce a mestská knižnica.

Prečo Vansovej Lomnička? Ani tento názov nebol vybraný náhodne, ale na počesť Terézie Vansovej – redaktorky prvého slovenského ženského časopisu Dennica a bojovníčky za práva žien. Tradícia sa dodržiava každoročne už od roku 1967.

Medzi hosťami sa objavili zaujímavé mená. Na tento ročník sa prišli pozrieť Mgr. Zita Koprďová, prednostka OÚ, MVDr. Marta Balážová, zástupkyňa primátora mesta, PhDr. Klaudia Ivanovičová, poslankyňa mestského zastupiteľstva, PhDr. Monika Nemčeková, predsedníčka ÚŽS v Leviciach a šéfredaktorka denníka Slovenská brána, a Simona Holubová, riaditeľka MSKŠ.

Už na úvod bolo jasné, že podujatie zaujme

aj tentoraz, dobrý dojem urobila Anička Molnárová, ktorá hostí uviedla do súťaže svojou hrou na flaute. Ponorenie do sveta poézie a prózy sa mohlo začať. Prítomná porota aj diváci si mohli vypočuť osem recitátoriek. Prvú kategóriu v prednese poézie obohatili svojím výkonom Nikola Brojová zo SOŠ obchodu a služieb, Barbora Remenárová z Gymnázia J. Kráľa, nechýbala ani Alexandra Šabová a Natália Dolníková zo SOŠ obchodu a služieb. V prednese prózy prišla 1. kategóriu prezentovať Natália Benčaťová z Gymnázia J. Kráľa. Natália si vyslúžila pochvalu a uznanie od poroty za výborné predvedenie a osobitý prejav prednášaného textu. V 2. kategórii v prednese poézie nad 25 rokov ste mohli na Vansovej Lomničke vidieť a počuť Emíliu Páleníkovú a Juliannu Hlásnu. Do prednesu prózy sa v 2. kategórii zapojila Anna Kiššová. Po 8 výborných prednesoch porotu čakala dôležitá úloha. Rozhodnúť o troch najlepších recitátorkách, ktoré postúpia do krajského kola. Porota v zložení Mgr. Peter Kereš, Mgr. Pavol Sečkář a Simona Holubová vyniesla nasledovný verdikt. Do krajského kola, ktoré sa uskutoční 8. marca 2016 v Krajskom osvetovom stredisku v Nitre, boli tento rok za okres Zlaté Moravce pripísané mená: Emília Páleníková, Julianna Hlásna a Anna Kiššová. Všetky recitátorky boli ocenené diplomom a radosť im urobili aj hodnotné vecné darčeky.

Nezameniteľné poetické predpoludnie dalo priestor aj najmladšej generácii recitátoriek. Žiačky zo ZŠ Pribinova – Marianka Horvátová a Adelka Danková, dokázali svojou detskou hravosťou a spontánnosťou prejavu ešte o čosi viac spríjemniť, toto už výnimočné podujatie. Za svoj výkon ani ony nezostali bez odmeny. Tou im bol neutíchajúci potlesk a, samozrejme, aj potešenie v podobe sladkostí.

Ak ste aj vy umelecká duša a chceli by ste sa na Vansovej Lomničke zúčastniť ako súťažiaci, máte šancu. Súťaž je viacstupňová a môžu sa na nej zúčastniť všetky dievčatá a ženy nad 18 rokov. Súťaž prebieha v dvoch kategóriách,

pričom do 1. kategórie v prednese poézie a prózy môžu byť zaradené ženy do 25 rokov. Druhá kategória v prednese poézie a prózy už otvára dvere súťažiacim nad 25 rokov. Ak ste nedovŕšili 18 rokov, nemusíte zúfať. Pri okresných kolách je možné posunúť vekovú hranicu na 16 rokov. Zaujímavosťou je, že aj na poslednom, už spomínanom podujatí, sa v tejto kategórii objavili najvýraznejšie a najoriginálnejšie talenty. Bohužiaľ, podľa pravidiel súťaže pred nimi zostanú dvere krajského kola zatvorené.

Na tohtoročnej Vansovej Lomničke ste mohli zažiť nielen nezabudnuteľný umelecký zážitok, ale tráviť čas aj v srdečnej a neformálnej atmosfére, ktorá celú súťaž sprevádzala. Členky Únie žien si pre zúčastnených pripravili aj ochutnávku svojich dobrôt. Záver podujatia už patril slovom organizátorky, ktorá poďakovala recitátorkám za odvahu aj čas, ktorý museli vynaložiť k prípraveniu si prezentovaného textu. Nechýbalo ani poďakovanie všetkým prítomným, ktorí prišli svojou účasťou podporiť toto výnimočné podujatie, ktoré sa vyznačuje krásou a prežitkom z umeleckého slova. Organizátorka Vansovej Lomničky zároveň pozvala ženy, ktoré obľubujú recitáciu, na ďalší ročník súťaže, keď môžu zasadiť do kresiel súťažiacich. Môžeme preto dúfať, že aj v nasledujúcom ročníku bude účasť bohatá a nezabudne sa na to, že najväčšiu silu má slovo. Ono pohladí, prejaví úctu, pokarhá... ono posilní, ale i pohaní, rastie s človekom a on rastie s ním. A tak aj všedný deň sa s poéziou stal sviatočným.

Hlavné poslanstvo a idea podujatia sa opäť stala skutočnou. Vansovej odkaz ženám, aby sa vzdelávali, duchovne rozvíjali, aby sa venovali nielen svojej práci, ale aj kráse umenia, sa v Zlatých Moravciach naplnil.

**Informácie poskytla:
Anna Kiššová, organizátorka podujatia**



V tohtoročnom januárovom čísle som napísala, že mi bude ctou, ak budem môcť uvuverejniť v našich Tekovských novinách príspevky aj od vás, našich čitateľov. Preto som rada, že túto hodenú rukavicu prijal náš rodák Ľudovít Chládek. Týmto mu ďakujem za to, že sa chce aj s nami ostatnými podeliť o zaujímavosti súvisiace s naším mestom. Prijemné čítanie!

Začiatky športovania v Zlatých Moravciach

Podujal som sa zdokumentovať bohatú históriu športov a úspechy športovcov v Zlatých Moravciach. Za roky sa mi podarilo získať stovky fotografií a zozbierať množstvo textového materiálu, ktorý mapuje činnosť v tridsiatich siedmich športových odvetviach. Teraz spracovávam texty do podoby vhodnej na vydanie knižnej publikácie. Začiatky jednotlivých športov ovplyvňovali rôzne okolnosti, ale vždy za nimi stáli konkrétni ľudia. História športovania v Zlatých Moravciach siaha do obdobia konca 19. storočia. Pred viac ako sto rokmi patrilo športovanie k výsade šľachty a bohatých rodín, v našom mestečku sa spája s rodinou grófa Viliama Migazziho.

Gróf Viliam Migazzi mal mimoriadne vášnivý vzťah k prírode a aby k nej bol čo najbližšie, okrem zveľaďovania a rozširovania parku pri svojom kaštieli, rozhodol sa už v roku 1881 postaviť si vo Vysokých Tatrách veľkú vilu s dvadsiatimi izbami. V nej sa pravidelne stretával s vplyvnými predstaviteľmi šľachty a tu pre nich organizoval, vtedy u vrchnosti veľmi populárne, dostihové súťaže. V rokoch 1892 – 1896 bol predsedom

Uhorského karpatského spolku a mal veľké zásluhy pri zlepšovaní podmienok a rozvoji turistiky. Inicialoval, a aj financoval vybudovanie cestnej komunikácie zo Starého Smokovca na Hrebienok, ktorá sa na jeho počesť dodnes nazýva Migazzihova cesta.

V súvislosti s Migazzihou vilou v Dolnom Smokovci spomína grófica Helena Erdödyová, že pri jednej návšteve sa tu zoznámila jeho najmladšia dcéra Antónia so svojím budúcim manželom Štefanom Ambrózom, zakladateľom Arboréta Mlyňany. A ten istý Štefan Ambrózy-Migazzi bol pravdepodobne aj prvým, ktorý si v roku 1896 priniesol lyže a začal ich pri zimných prechádzkach v prírode na „Zlatomoravecku“ používať.

Začiatky ďalšieho športu, teda rekreačného bicyklovania, sa spájajú v Zlatých Moravciach taktiež s grófskou rodinou Migazzihou. Bicykel sa stáva na konci 19. storočia pre bohatšie vrstvy obyvateľov veľmi obľúbeným dopravným prostriedkom. Na fotografiách od Dr. Ľudovíta Benkôho z roku 1893 môžeme vidieť na nádvorí Migazzihou kaštiela prvé bicykle s pneumatikou plnenou vzduchom a taktiež s brzdou, čo bola vtedy technická novinka.

Biely šport – tenis bol výsadou bohatých

vrstiev spoločnosti, a preto nemohol chýbať ani v našej grófskej rodine Migazzihou. Všetky jeho štyri dcéry sa rekreačne venovali tomuto športu na tenisových kurtoch, ktoré dal vybudovať v roku 1887 Viliam Migazzi v blízkosti svojej vily v Dolnom Smokovci. Ako môžeme vidieť na fotografii z roku 1894, na tenisovom kurte sú aj s manželmi, zľava Eugénia s manželom Karolom Forgáčom, Antónia so Štefanom Ambrózom-Migazzim, Vilma s Hugom von Oberndorffom a najstaršia so sestier Irma s Imrichom Erdödyom, vpravo je Viliam Migazzi.

Gróf Viliam Migazzi bol aj vášnivým rybárom a jemu sa pripisuje založenie Uhorského rybárskeho spolku, ktorého bol niekoľko rokov predsedom a inicialoval aj vydávanie časopisu pre rybárov. Vo svojom parku si dal vytvoriť chovné rybníky. V zimnom období ľadovú plochu rybníkov využívala jeho rodina na korčuľovanie. V roku 1896 sa spomína založenie prvého korčuľarskeho spolku v Zlatých Moravciach.

V roku 2016 si pripomenieme dve okrúhle výročia súvisiace s rodinou Migazzihou, a to 120 rokov od úmrtia grófa Viliama (8. augusta 1896) a 130 rokov od úmrtia jeho manželky Antónie (21. mája 1886).

Ľudovít Chládek

Výstava o Hugovi von Oberndorff

Pri príležitosti 170. výročia narodenia Huga von Oberndorff (10. 2. 1846) si v Dudinciach pripomínajú jeho zásluhy pri zakladaní kúpeľov výstavou fotografií. V liečebnom dome Diamant bola výstava otvorená 13. februára aj za prítomnosti Mariana Tomajku a Ľudovíta Chládeka, ktorí s kurátorkou výstavy Helenou Tomanovou spolupracovali a poskytli jej staré fotografie. Hugo von Oberndorff bol manželom Vilmy Migazzihou z Zlatých Moraviec, ktorá v roku 1892 dostala od

otca Viliama Migazzihou do vena majetok Kráľovičovej blízko Dudiniec aj s honosným kaštieľom. Gróf už v roku 1893 požiadal banského geológa a hlavného banského inžiniera Ing. Ľudovíta Katoľnaya Čecha v Banskej Štiavnici o posúdenie dudinských minerálnych prameňov a navrhnutie ich ochranného pásma. Niekedy v roku 1900 dal gróf v tesnej blízkosti prameňa vybudovať v travertíne bazénik vykladaný tehľami. Údajne mal aj drevené zábradlie a kabínky na prezliekanie.

V roku 1907 si prenajíma dudinské prameň Filip Gutmann a spol. Po Gutmannovej smrti v roku 1916 si firma Koloman Brázay z Budapešti prenajíma od Huga von Oberndorff na 51 rokov ťažbu vody.

Vilma von Oberndorff zomrela 25. 1. 1905 vo veku 41 rokov, pochovaná je spolu so synom na cintoríne v Kráľovičovej. V spomienkach ľudu sa zachovala ako láskavá a tichá osoba, pomáhajúca chudobným a chorým.

Skvelé miesto pre umeleckú tvorbu? Sú to Prílepy!

Exkluzívny rozhovor s Petrom Bažíkom

Vítaz speváckej súťaže X Factor. Človek so zamatovo rockovým hlasom. Talent, ktorý má zlato nielen v hrdle, ale aj v rukách. Okrem gitary totiž hrá skvelo aj na husliach, klávesoch a bicích.

Vedeli ste o tom, že žil v Prílepoch a že sa mu toto miesto stalo dokonca obľúbeným z pohľadu tvorby pesničiek?

Všimla som si, že to nie je tak celkom sladký typ chlapca v štýle Backstreet Boys, ako ho niektoré médiá v minulosti prezentovali. Je živelný. Ako mi však prezradil, k tvorbe potrebuje pokoj a pocit vnútornej harmónie.

Peter žil v Prílepoch. Dokonca v slepej uličke. Za domom, kde nechával rozvíjať svoju umeleckú dušu, bolo už iba pole. Býval tam u známych aj so svojou manželkou a malou dcérkou. Aj keď sa mu okolie Zlatých Moraviec zapísalo navždy do duše, po čase odišiel.

Prečo? **„Keby som bol slobodný bezdetný hudobník, žijem tam asi doteraz. To miesto mi naozaj vyhovovalo. Bol tam pokoj, mal som vlastne všetko, čo som potreboval k tomu, aby som dokázal komponovať a tvoriť. Kvôli pracovným záležitostiam sme sa však nakoniec po roku presťahovali do Bratislavy,“** pokračuje v rozprávaní chlapec s čiernymi kanadami.

Peter sa snažil blysnúť aj v súťaži talentov Superstar. Nakoniec však pocítil chuť víťazstva v roku 2014 v československej šou X Factor.

„Na Zlaté Moravce mám veľmi príjemné spomienky. Dokonca som tam točil aj časť svojho klipu na svoj prvý singel po X Factore „All About The Conscience“. Celú polovicu klipu sme točili v kultúrnom dome. Bolo to super! Celkovo sa mi veľmi dobre spolupracovalo aj s mestom,“ hovorí Peter a usmieva sa. Vidieť, že má pred očami spomienky ešte v reálnych farbách.

Málokto o Petrovi vie, že robil napríklad aj muzikanta na lodi. Práve tam sa zoznámil s kamarátom, ktorý mal dom v Prílepoch, a tak jeho cesty viedli do našich končín. No potom, ako sa mu začala sa rozvíjať jeho hudobná kariéra, prišlo rozhodnutie. Prílepy opustil a zamieril do väčšieho mesta. Najskôr to boli Piešťany, potom Bratislava. Tam žije dodnes.

Hlavné mesto mu bolo osudným. Jeho kariéra sa rozprúdila. Našiel tím spolupracovníkov, ktorých urputne hľadal deväť rokov od účasti v Superstar. A tak spolu s Flame dali dokopy jeho prvý album.

„Svetlo sveta uzrel 5. decembra 2015. Krstnou mamou bola Sisa Sklovská, ktorá sa stala akousi mojou hudobnou mamou, ako to sama deklarovala. Zvláštnosťou albumu je to, že som ho vydával na USB kľúči.“

S podobným nápadom prišiel aj rapper Vec, ktorý pochádza práve zo Zlatých Moraviec. A on taktiež dal svoju tvorbu na USB kľúč. Dobré, však?“ Peter, ako vidíte, má s naším mestečkom naozaj veľa spoločného.

Spevák v týchto dňoch pracuje na nových skladbách, videách a projektoch. Exkluzívne mi počas rozhovoru pustil jednu tanečnú skladbu a poviem vám, stojí za to! Čoskoro by sa mohla objaviť aj v rádiách. Peter sa aktívne venuje aj výchovným koncertom na základných a stredných školách.

Všimla som si, že tento rodený Oravčan je aj duchovne založený človek. A tak som sa ho spýtala na tri najdôležitejšie veci – hodnoty, ktoré mu udávajú smer v jeho živote.

„V prvom rade je to hudba, ktorá ma nabíja, baví, naplňa. Okrem komponovania vlastných vecí som občas nápomocný aj kolegom z našej hudobnej brandže.“

Ďalšou dôležitou súčasťou Petrovho života sú jeho fanúšikovia, ktorí mu dodávajú energiu a chuť tvoriť. Je nadšený, keď vidí, že jeho hudba zabáva, lieči, podnecuje. **„Stáť pred nimi a prepájať sa s nimi ma nabíja radosťou a šťastím,“** komentuje Peter.

„No a, samozrejme, je to rodina, kde mám svoje zázemie a súkromie. Potichu a trpezlivo ma podporujú, čo si vážim!“

A ako ukončil Peter náš rozhovor? Týmto slovom: **„Lucia, som naozaj šťastný! A dúfam, že aj teba uvidím na niektorom z koncertov.“**

A ja mu týmto odkazujem: Len tak ďalej Peter. Chod' si za svojimi snami!

LD



Narodili sa - Január:

Bulík Théo, (N) Levice
Gazdaková Ela, (N) Nitra
Hlaušek Jonáš, (N) Nitra
Holečková Stela, (N) Nitra
Jančová Tamara, (N) Bratislava-Petržalka
Kozolka Alex, (N) Banská Štiavnica
Marec Samuel, (N) Bratislava-Ružinov
Novosád Sebastián, (N) Nitra
Rajnoha Sava, (N) Nitra
Segiň Jonáš, (N) Nitra
Šabíková Elena, (N) Nitra
Šíra Kristián, (N) Nitra

Zosnulí - Január:

Banda Ladislav, 51 r.
Čapla Eduard, 59 r.
Čelková Oľga, 91 r.
Hejtmánek Štefan, 77 r.
Chren Tobiáš, 74 r.
Kéry Václav, 77 r.
Konečná Mária, 74 r.
Kuhreiberová Edita, 73 r.
Ondroš Juraj, 47 r.
Sekanová Marta, 92 r.
Zatko Michal, 69 r.
Zemanovič Karol, 82 r.

Jubilanti - Február:

František Skačan, Zlaté Moravce, 80 r.
Mária Tížňovská, Zlaté Moravce, 80 r.
Jakub Gajdoš, Zlaté Moravce, 80 r.
Vojtech Gúber, Chyzerovce, 85 r.
Barbora Hollá, Zlaté Moravce, 85 r.
Juliana Ďurechová, Prílepy, 85 r.
Júlia Čemezová, Zlaté Moravce, 85 r.
Helena Vonkomerová, Zlaté Moravce, 85 r.

Pripravované podujatia

6. 3. o 15.00 h MDŽ Pivničné priestory
10. 3. o 13.30 h Jednota dôchodcov
Divadelná sála
11. 3. o 16.00 h Matica slovenská
Obradná miestnosť
15. 3. o 8.00 – 12.00 h. Špeciálna škola
Divadelná sála
16. 3. o 6.00 – 13.00 h. Divadlo
Astores Divadelná sála
18. 3. o 13.00 – 16.00 h. Veľkonočné trhy
Námestie A. Hlinku
30. 3. o 17.00 h. Oslobodenie mesta
Divadelná sála
31. 3. o 14.30 h. Deň učiteľov Divadelná sála

Stop nude. Stop lenivosti. Talenty do akcie. Je tu atletika pre deti!



**„Atletika je kráľovnou športu, a tak som ju
chcela priniesť aj k nám domov.“**

Začína svoje rozprávanie zakladateľka Atletického klubu v Zlatých Moravciach Mgr. Darina Kozolková. V našom meste kedysi podobný klub existoval, no zanikol. Všetko sa však na dobré obrátilo a je tu znova! Už od roku 2014 viac ako 47 párov nôh rozvíja svoje športové schopnosti. Ak ste doteraz nevedeli, akú pohybovú aktivitu dopriať svojmu dieťaťu, je tu riešenie.

Atletický klub navštevujú najmä deti okolo štyroch a piatich rokov. Pozornosť upriamuje na potenciálnych mladých športovcov vo veku 5 až 12 rokov. Nezabudlo sa ani na nás starších, ktorým klub pravidelne pripravuje atletické disciplíny.

Mladí športovci sa vďaka klubu zúčastňujú aj na rôznych pretekoch v našom okrese. Prezradíme vám, že na poličkách majú už slušnú zbierku cien. Za povšimnutie stoja napríklad tieto súťaže: Memoriál Michala Jurku a Michala Olejára v Hostiach

Čiernoklačianska pyxida
Beh oslobodenia Topoľčianky
Klubové preteky AK Zlaté Moravce
Večerný beh Zlaté Moravce
Slepčianska 15-ka
Machulinská 20-ka

Veľkými fanúšikmi Atletického klubu v Zlatých Moravciach sú aj rodičia. Tí s hrdosťou a so zápalom podporujú svoje deti. Motiváciou pre šikovných atlétov, ako aj pre klub je zapojenie sa do projektu Detská atletika pod záštitou Slovenského atletického zväzu.

Ak zaostríme zrak na jeho úspechy, uvidíme meno Zoja H. Práve táto malá pretekárka, narodená v roku 2010, sa umiestnila v korešpondenčnej súťaži organizovanej Detskou atletikou na 1. mieste v hode loptičkou. Do súťaže boli zapojené viaceré atletické prípravky z celého Slovenska, čím Zoja H. výrazne reprezentovala

nielen svoj klub, ale aj naše Zlaté Moravce. Malú pretekárku môžete ešte stále vidieť v kategórii mikropřípravka, kde svojou snaživosťou motivuje aj ostatných členov.

V Atletickom klube nájdeme veľké množstvo športových talentov, ktoré prekvapujú svojimi výkonmi a môžu dosiahnuť výborné športové úspechy. K celkovej dokonalosti, kvôli nízkemu veku športovcov, chýba už len čas. Atletický klub sa venuje sprevádzkovaniu diaľkarského sektora na mestskom štadióne, do budúcnosti taktiež nakupuje atletické prekážky a iné náčinia, potrebné či už na tréning, alebo preteky.

Aj tento rok sa klub zapojí do Svetového dňa atletiky, ktorý bude organizovaný pod záštitou mesta a Slovenského atletického zväzu. Ak aj vás výborný Atletický klub oslovil a máte radi pohyb, môžete sa tešiť na tábor počas letných prázdnin. Nie ste členom klubu? Nič to. Na tábore sa totiž môžu zúčastniť aj deti, ktoré zatiaľ do klubu nepatria. Podmienkou je pozitívny vzťah k športu.

Vidíte vo svojich ratolestiach budúce športové hviezdy? Tak ich prihláste na tréningy atletiky. Je tu možnosť zasvätenia aj do gymnastiky.

Tak čo? Ešte váhate? A možno už teraz klikáte na stránku Atletického klubu a hľadáte prihlášku. Pretože odvážnym šťastie praje.

LĎ





Mamičky s deťmi majú svoj raj pokoja a inšpirácie. Dvere má pre ne už roky otvorené MAMI-OÁZA

„Odkedy mám deti, som stále zatvorená doma. Len periem, žehlím, varím a som absolútne izolovaná od zvyšku sveta.“

Takto sa mi pred pár dňami sťažovala susedka Lenka. Po tom, ako som jej povedala, že aj tu u nás je miesto na stretnutie s inými mamičkami a deťmi, že aj keď vonku prší či sneží, jej oči zajasali radosťou a na jej tvári sa objavil široký úsmev.

Dámy a páni, predstavujeme vám MAMI-OÁZU. Centrum pre príležitosť nájsť si nielen priateľov, ale rozvíjať u vašich ratoleť aj vedomosti a zručnosti. Prípadne sa tu môžete porozprávať aj o nezhodách s manželmi a dať si vzájomnú psychickú podporu. Fantázii na rozhovory sa medzi naozaj nekladú.

Najdôležitejším poslaním takýchto materských centier je však vzájomne si pomáhať. Aj preto vznikajú po celom svete a mamičky s deťmi ich majú v čoraz väčšej obľube.

Materské centrum MAMI-OÁZA vzniklo ako jedno z prvých na Slovensku a funguje už 15 rokov. Ponúka rôzne pohybové, hudobné, kreatívne či vzdelávacie aktivity rodičom aj deťom. Denne je návštevníkom k dispozícii herňa, kde sa deti môžu zabávať a rodičia či starí rodičia sa môžu stretnúť s priateľmi alebo spoznať nových ľudí. MAMI-OÁZA má veľký význam pre vývin detí. Prirodzenou formou sa ľahko naučia spolupracovať s inými

rovesníkmi. Spoločne vymýšľajú huncútstva.

Deti sú v centre neraz prvýkrát konfrontované s novými situáciami. Napríklad o jednu hračku majú záujem viaceré naraz a treba chvíľku počkať, kým sa niektoré dohrá. Jedno druhému vytrhne hračku z ruky, niekto niekoho nechce pustiť do domčeka či na autíčko... Tie, ktoré ešte nemajú súrodencov, takéto správanie nepoznajú, preto sa všetky potrebujú naučiť zvykať si na nové veci.

Pre budúce mamičky ponúka materské centrum cvičenie s pôrodnou asistentkou s prednáškami o priebehu tehotenstva a pôrodu, alebo sa dozvedia, ako sa starať o novorodenca. Mamičky s bábätkami sa stretávajú v „Bábätkove“, kde s odborníkmi preberajú rôzne témy, týkajúce sa starostlivosti o bábätko – poradňa dojčenia s poradkyňou, kurzy o masážach bábätiek či nosenie detí v nosičoch.

Pre deti fungujú otvorené aktivity, na ktoré sa netreba nahlasovať vopred, stačí prísť. Momentálne sú to hudobné aktivity „Muzikanti pre najmenších“ a „My sme malí muzikanti“. Na kurzy podľa veku detí je potrebné nahlásiť sa vopred. Pre rodičov organizuje materské centrum prednášky s odborníkmi z oblasti zdravia detí, psychológie, výchovy detí, partnerských vzťahov či starostlivosti o bábätko.

Materské centrum MAMI-OÁZA v súčasnosti navštevuje približne od 12 do 25 detí denne

podľa toho, aké sú aktivity, aké je počasie, aká je chorobnosť, alebo aké je ročné obdobie.

V materskom centre v Zlatých Moravciach nefungujú zápisy tak ako v škôlkach či školách. Do MAMI-OÁZY môže prísť ktokoľvek a kedykoľvek. Na kurzy sa mamičky môžu prihlasovať priebežne. Sú to napríklad:

- Babysalsa pre mamičky s najmenšími bábätkami
- Cvičenie s bábätkami na fitloptách a iných pomôckach
- Cvičenie s deťmi
- Deti objavujú svet
- Hrátky malej Agátky
- Hráme sa na farby
- Hráme sa zdravo

Veľmi obľúbené sú práve Muzikanti pre najmenších a My sme malí muzikanti najmä preto, že všetky deti v tomto veku milujú hudbu, rady tancujú a cez pesničky sa aj veľa naučia. Centrum pre mamičky s deťmi sa môže tešiť veľkej obľube najmä vďaka záujmu o kurzy, ktoré sú zamerané predovšetkým na vývoj dieťaťa a sú určené pre rôzne vekové kategórie.

LĎ

■ Regionálny mesačník mesta Zlaté Moravce a okolia ■ Vydavateľ: Mesto Zlaté Moravce ■ Šéfredaktorka: Mgr. Lucia Ďuračová, 037/69 239 05, 0915 751 777, e-mail: tekovske.noviny@zlatemoravce.eu, oficiálna stránka mesta: www.zlatemoravce.eu
a www.tekovskenoviny.sk ■ Evidenčné číslo: EV 3148/09 ■ ISSN 1338 – 8800 ■ Adresa vydavateľa a redakcie: Ul. 1. mája 2, 953 01 Zlaté Moravce, IČO 00 308 676 ■ Tlač: ULTRA PRINT, s.r.o. - Bratislava ■ Príspevky dopisovateľov nehonujeme
■ Uzavierka čísla je 5 dní pred jeho vydaním ■ Redakcia si vyhradzuje právo výberu a úpravy príspevkov ■