



Námestovčan

február 2021

číslo 1

dvojmesačník

ročník XI

Klenot Námestova na úžitok ľuďí i mesta

Nábřežie Oravskej priehrady pozdĺž tzv. Účka a ďalej smerom k Studničke je to najlukratívnejšie a najideálnejšie územie pre rekreáciu, šport, ale i kultúrno-spoločenské resp. iné využitie obyvateľov, ktoré mesto Námestovo má. Preto sa v priebehu minulých rokov vždy ťažko rozhodovalo, a teda zatiaľ ani nerozhodlo pre ten-ktorý ponúkaný druh projektu vo vyhlasovaných súťažiach ohľadne využitia tohto územia.

Mesto však už ďalej tento vzácny priestor nemieni nechať ladom, chce, aby zmysluplne slúžil ľuďom. Začiatkom januára preto v spolupráci s ateliérom 2021 architekti vyhlásilo verejnú neanonymnú dvojjetapovú urbanisticko-architektonickú súťaž, prostredníctvom ktorej hodlá nájsť najvhodnejší a najkvalitnejší realistický scenár na využitie tohto územia. Víťaz súťaže by mal poskytnúť víziu s vhodným pomerom objektov a priestranstiev pre kultúrno-spoločenské, športovo-rekreačné funkcie a komerčné i nekomerčné funkcie. Navrhnutá koncepcia nábřežia priehrady by mala zatriktívniť mesto Námestovo pre jeho obyvateľov i návštevníkov a pritom zachovať kolorit výnimočnosti krajiny.

Zadanie súťaže vzišlo zo spolupráce ateliéru 2021 architekti s odborníkmi na tému

územného rozvoja, vodo-hospodárskej činnosti, vedením hlavných aktérov v riešenom území a najmä s predstaviteľmi mesta Námestovo. Členmi odbornej poroty sú odborníci z Čiech a Slovenska – profesionáli z praxe, ale tiež odborníci z akademickej obce. Podobné súťaže ako je táto, organizoval spomínaný bratislavský ateliér pre viaceré mestá na Slovensku.

Súťaž má dve etapy – v prvej mohli súťažné tímy do 12. februára predkladať svoje doklady, v týchto dňoch by mal prebiehať výber troch postupujúcich účastníkov. Zverejnenie návrhov a výsledného poradia je plánované na júl tohto roka.

„K najvzácnejšej veci, ktorú mesto má, sa musíme postaviť zodpovedne a to sme aj urobili“, komentoval na sociálnej sieti vyhlásenie súťaže primátor mesta Milan Hubík. Uvádza tiež, že nekoordinovaný rozvoj tohto územia už spôsobil na tomto klenote niekoľko komplikácií, no stále je podľa neho čas urobiť to poriadne, a preto mesto zverilo tento námestovský skvost do rúk odborníkov.

(lá, em)

Viac o projekte na: <https://2021.sk/project/transformatcia-nabrezia-namestovo>



Eudia v Námestove, ale i z rôznych oblastí Slovenska dlhodobo očakávajú, že na brehoch pozdĺž Oravskej priehrady vzniknú objekty pre šport, rekreáciu, oddych, ale i kultúru a zábavu, bez ktorých je táto najväčšia vodná nádrž na Slovensku málo atraktívna. Roky prešľapovania na mieste, ale i neúspešných poku-

sov chce zmeniť mesto Námestovo, ktoré na prímestských priehradných brehoch hodlá vybudovať pre ľudí niečo užitočné i atraktívne. O tom, čo by to malo byť, má dať odpoveď v júli tohto roku víťazný urbanisticko-architektonický návrh, ktorý vzde zo súťaže vyhlásenej v januári. Text: (lá), Foto: MsÚ

V marci otvárajú nové obchodné centrum Slanica

Takmer do roka postavili v Námestove nové obchodné centrum Slanica, ktoré sa otvára 4. marca 2021. V areáli OC Slanica nájdete desať nájomcov, ako Billa, lekáreň, DM drogeria, Takko, Deichmann, Intersport, Planeo Elektro, Jysk, kaviareň Slanica, Kik a samostatný kiosk Tabak Press. Obchodné centrum sa nachádza na okraji Námestova, na výjazde smerom na Klin, vedľa priemyselného parku Accentis.

Ako potvrdil jeden zo šéfov projektu Andrej Mardiak: „Prinesie to komfort nakupovania, ľudia nebudú musieť chodiť za nákupmi do Dolného Kubína alebo po okolí. Občianska vybavenosť je vždy vítaná a prináša do života ľudí

komfort.“ Prvotný signál výstavby vzišiel od nájomcov, keďže prejavili záujem o okres Námestovo.

Veľkým prínosom pre región bola aj realizácia obchodného centra, majitelia celú stavbu riešili s oravskými firmami a boli s nimi spokojní. „Aj napriek tomu, že je taká doba aká je, išli sme podľa harmonogramu. Využili sme komplet všetkých dodávateľov z regiónu“, potvrdil A. Mardiak.

Tento projekt v neposlednom rade prináša zamestnanosť a ekonomický rast do nášho regiónu.

Mgr. Eva KAPIČÁKOVÁ

Reakciu mesta na možné prehustenie dopravy vplyvom otvorenia nového OC prinášame na 3. str.

Námestovské trojičky dosiahli dospelosť

Námestovský okres i samotné Námestovo dlhodobo patria k regiónom s najvyššou pôrodnosťou na Slovensku. V Námestove sa za posledné roky každoročne rodí približne stovka detí, v roku 2002 ich prišlo na svet 124. Boli medzi nimi i trojčatá Lucia, Michal a Ondrej Čajkovci, ktorí vlni v októbri vstúpili do veku dospelosti - oslávili 18. narodeniny. Pracovníci matriky pátrali po narodení ďalších námestovských trojičiek, no márne. Súrodenci Čajkovci sú preto v našom meste prinajmenšom pár desaťročí krásnou a vzácnou „raritou“.

Za posledných päť rokov rodili mamičky v Námestove počas jedného pôrodu skôr jedno dieťaťko, dvojčičky sa narodili v roku 2015, tri pôrody dvojčičiek boli v roku 2017, jeden v roku 2018 a po dvakrát prišli dvojčičky na svet v Námestove v rokoch 2019 a 2020.

Luciu, Michala a Ondreja, spolu s ich mamkou pozval pri príležitosti výročia ich narodenia koncom roka na úrad primátor Milan Hubík. Zaspomínali si spoločne na roky detstva a primátora okrem iného zaujímalo, aké to je v živote trojičiek. Či sú vnútorne, napr. správaním odlišné, podobné alebo rovnaké. Aj z bezprostredných reakcií súrodencov bolo zrejme, že sa narodili síce v ten istý deň, no každý z nich je jedinečná osobnosť.

Redakcia

Vo vnútri novín prinášame tiež ďalšie demografické informácie z mesta Námestovo za rok 2020.



Tak veľa zdravia a životných úspechov na prahu dospelosti, nového roka 2021 ale i počas celého života želáme, zaiste za všetkých prajných Námestovčanov, sympatická súrodenecká trojica – Lucia, Michal a Ondrej Čajkovci! Foto: MsÚ

AKTUÁLNE

Jednou vetou

Aj v náročnom roku 2021 výrazne poznačenom pandémiou koronavírusu schválilo mesto Námestovo v rozpočte realizáciu početných investičných aktivít. Z tých najhlavnejších je v pláne výstavba dvoch detských ihrísk – jedno na Brehoch, druhé na Čerchliach. Ak bude výsledok z úradu pre verejnú obstarávanie priaznivý, začne sa s výstavbou náučného chodníka, kontajnerové státie na sídlisku – Ulici Červeného kríža, oprava verejných záchodov na

čuje v opravách miestnych komunikácií vrátane Kliňanskej cesty. Taktiež pokračujeme v prípravnej a projektovej činnosti pre inžinierske siete v IBV Čerchle II. Časť zo schválených prostriedkov na investičné akcie tvorí oprava miestnych komunikácií, v záujme mesta je opraviť mobilár v dome smútku na cintoríne a tiež opraviť schody a stenu dejateľov na Námestí P.O. Hviezdoslava. Prioritou mesta v tomto roku je transformácia nábrežia Oravskej priehrady.



Vizualizácia prezliakarní na nábreží Oravskej priehrady.

nábreží, oprava strechy na MŠ Bernolákova, oprava podlahy v telocvični na ZŠ Komenkého, po schválení dotácie umelá tráva na ihrisku MŠK, prezliakareň na nábreží Oravskej priehrady... Mesto pokra-

■ Na Slovensku sa od 15. februára začalo sčítanie obyvateľov prvýkrát v plne elektronickej podobe. Občan sa môže sčítať sám či pomocou blízkej osoby formou vyplnenia sčítacieho formulára na

mobile či počítači – do termínu 31. marca 2021, alebo na správnom oddelení mestského úradu prostredníctvom stacionárneho asistenta od 1. apríla do 31. októbra 2021 (viac informácií vo vnútri novín).

■ Skriningové testovanie na covid-19 dňa 23. a 24. januára realizovalo mesto Námestovo už výlučne vo svojej gescii. Zabezpečilo k tomu všetko potrebné – od personálu, cez ochranné prostriedky, administratívu, až po stravovanie pre personál na troch odberných miestach. V Námestove sa za spomínaný víkend otestovalo 2 557 ľudí, z toho bolo len 9 pozitívnych. Na testovanie prišiel menší počet ľudí, pretože pred skriningovým testovaním sa mali možnosť v priebehu celého týždňa testovať na dvoch mobilných odberových miestach.

■ V Námestove v súčasnosti pôsobia dve mobilné odberové miesta – v poliklinike a v dome kultúry od pondelka do soboty vrátane...

Prvé tohtoročné rokovanie MsZ o 12 bodoch

Prvé tohtoročné Mestské zastupiteľstvo v Námestove sa konalo 17. februára 2021. Tak ako bolo zaužívané, aj v minulom roku bolo prenášané online cez youtube kanál. Hlavne v dobe, kedy sú obyvatelia obmedzení v možnosti pohybu, je to veľmi prospešné, keď je možné sledovať MsZ z pohodlia domova či v mobile, kdekoľvek sa nachádzate.

Podľa zverejnenej pozvánky sa malo rokovať o 13 bodoch, no na návrh primátora mesta bol jeden bod z rokovania stiahnutý, keďže sa v čase medzi zverejnením pozvánky a konaním MsZ vyskytli nové skutočnosti a daný bod ohľadom kompostárne, na ktorú mesto žiada peniaze z eurofondov, bude prerokovaný na aprílovom zastupiteľstve.

O výsledku kontroly plnenia uznesení mestského zastupiteľstva, ktorú predkladala hlavná kontrolorka mesta JUDr. Elena

šia sa týkala schválenia finančných prostriedkov na projektovú dokumentáciu prekladiska komunálneho odpadu, ktoré chce mesto Námestovo vybudovať v priestoroch existujúcej skládky v Zubrohľave. Po pomerne dlhej diskusii poslanci schválili rozpočtové opatrenie v predloženej verzii.

V piatom bode bol predmetom rokovania návrh zmeny rozpočtu Technických služieb (TS) mesta Námestovo č. 1/2021. Návrh predkladal riaditeľ TS PhDr. Mgr. Martin Miklušičák, ktorý vysvetlil zákonom danú povinnosť splnenia povinností z hľadiska projektovú dokumentáciu na revitalizáciu skládky. Tento návrh bol schválený.

Šiesty bod predkladala vedúca finančného oddelenia Mgr. Katarína Rusinová. Išlo o zrušenie uznesenia 2/2016, ktoré už bolo v rozpore s novoprijatým VZN,

rej sa diskutovalo najdlhšie, aj za účasti verejnosti, bola žiadosť o odpredaj pozemku pod bytovým domom na Brehoch. Po mnohých názoroch sa napokon poslanci uzniesli na neschválení daného uznesenia z dôvodu nedostatočnej prípravy žiadostí zo strany žiadateľov. Uznesenie týkajúce sa prenájmu multifunkčného ihriska bolo presunuté na aprílové MsZ pre dopracovanie nájmovej zmluvy. Dve uznesenia sa týkali vecných bremien a jedno odpredaju pozemku pre obyvateľa, ktorý ho dlhodobo užíva a je pre mesto prebytočný. Spomínané uznesenia boli bez dlhých diskusií schválené.

Deviaty bod sa niesol v duchu informácií o Bytovom podniku mesta Námestovo. Riaditeľ Milan Šurin predložil poslancom správu o činnosti za rok 2019. Po viacerých otázkach poslanci spomínanú správu vzali na vedomie.



Niekoľkoročný problém – odpredaj pozemku na Brehoch vo vlastníctve mesta v prospech Stavebného podniku – na MsZ zdôvodňoval argumentmi firmy Ing. Andrej Stašiniak, pridali sa i zástupcovia rodín, ktorí nemôžu v neskolaudovanej bytovke svoje byty užívať. Sprotiargumentáciou podporou analýzou stavu vystúpili – okrem niekoľkých poslancov, reagujúcich za i proti – najmä vedúca odd. výstavby Ing. Soňa Medvecká, PhD, primátor Milan Hubík a hlavná kontrolorka mesta JUDr. Elena Krausová. Poslanci napokon problém presunuli na samostatné rokovanie oboch strán.

Foto: zdroj youtube, Štefan Žembéry, text: (lá)

Krausová boli poslanci informovaní v prvom bode rokovania. Po diskusii medzi poslancami a vedením mesta bolo spomínané plnenie uznesení vzaté na vedomie.

Druhý bod bol tiež v gescii hlavnej kontrolorky a priblížila v ňom správu o kontrolnej činnosti hlavného kontrolóra mesta Námestovo za rok 2020. Poslanci vzali správu na vedomie a pokračovali v rokovaní.

Aj tretí bod MsZ predkladala hlavná kontrolorka. Na základe uznesenia č. 129/2020 od poslancov MsZ mala vykonať analýzu hospodárskosti a efektívnosti zvozu odpadov Technickými službami Námestovo z obcí Vavrečka a Ťapešovo. Po predložení správy a diskusii ju poslanci vzali na vedomie.

Návrh zmeny rozpočtu mesta Námestovo č. 1/2021 obsahoval viacero častí, no tá najpodstatnej-

a preto bolo potrebné ho zrušiť, čo sa aj udialo. Pri druhom uznesení č. 3/2016, kde bola navrhnutá jeho zmena, poslanci po diskusii dospeli k tomu, aby sa tiež úplne zrušilo. Po hlasovaní sa tak aj stalo, čo bolo v konečnom dôsledku určité správne rozhodnutie.

Siedmy bod bol veľmi dôležitý pre budúce fungovanie domu kultúry, pretože tu išlo o vymenovanie novej riaditeľky spomínanej inštitúcie. Po výberovom konaní bola komisiou vybraná kandidátka Mgr. art. Daniela Kubíková. Po rôznych otázkach zo strany poslancov bola na návrh primátora Milana Hubíka napokon Daniela Kubíková vymenovaná do pozície riaditeľky Domu kultúry v Námestove od 1. marca 2021.

Bod číslo 8 obsahoval viacero uznesení a tém. Záležitost', o kto-

Desiaty a jedenásty bod sa niesol v duchu diskusie medzi vedením mesta a poslancami, kde sme sa vždy snažili dospieť ku konštruktívnemu riešeniu.

V poslednom bode boli mestským zastupiteľstvom vymenovaní traja členovia komisie cestovného ruchu, pretože pôvodní členovia sa vzdali koncom minulého roka členstva v tejto komisii.

V poslednom vystúpení na februárovom rokovaní MsZ náčelník mestskej polície Mgr. Miroslav Hajdučík predložil správu o činnosti MsP za rok 2020 ktorú poslanci vzali na vedomie.

Na záver primátor mesta Milan Hubík poďakoval prítomným za konštruktívne rokovanie a oficiálne ukončil prvé rokovanie MsZ v tomto roku.

Ing. Dušan JENDRAŠÍK
prednosta MsÚ

CENTRUM SOCIÁLNYCH SLUŽIEB

Teraz sa máme dobre, až na chýbajúce návštevy...

V minulom roku sme aj v Centre sociálnych služieb Námestovo prežili ťažké covidové obdobie. V polovici novembra sme sa z toho dostali a odvtedy sa pri pravidelnom testovaní tešíme z negatívnych výsledkov. Od 15. decembra sme mohli znova umožniť návštevy a radosť mali mnohí naši seniori aj z toho, že mohli ísť na sviatky do svojich rodín. Aj keď to trvalo len dva týždne, veľmi sme sa všetci tešili, že aspoň na Vianoce to bolo tak, ako po iné roky. Dôležité bolo aj to, že mali počas Adventu aj priestor na vianočnú duchovnú prípravu. Okrem sviatosti zmierenia prijali takmer všetci sviatosť pomazania chorých.

Teraz sme zase, v rámci sprísnených opatrení, bez návštev a žijeme si v našej veľkej „bublíne“ – klienti a zamestnanci. Už je to druhý mesiac, a preto sme na rozveselenie pripravili poriadne fašiangy so šiškami, spevom a hudbou. Pozvali sme nášho

dvorného muzikanta Tomáša Kupčuláka (samozrejme s negatívnym testom), ktorý nám už viac ako šesť rokov chodí hrať bez nároku na odmenu. Celé dve hodiny sme si nechali vyhrať tie naše najobľúbenejšie piesne a ku koncu nechýbal ani tanec.



Sviatosť pomazania chorých, ktorou získavame najmä odpustenie hriechov, posilu a povzbudenie v chorobe. Foto: (css)

V najbližších dňoch nás navštívia zamestnanci Hornooravskej nemocnice s polikli-

nikou Trstená, aby zaočkovali tých, ktorí majú záujem. Dúfame, že vakcína uľahčí klientom i zamestnancom fungovanie v súčasnom pandemickom období.

V uplynulých dňoch nás prekvapili aj oravskí poľnohospodári, ktorí nám venova-

li kvalitné slovenské potraviny. Chceli tak dopriať našim klientom nejaké pochúťky na spestrenie stravy a poďakovať zamestnancom za ich pracovné nasadenie. My s nimi tiež vnútorne zdieľame problémy, ktoré trápia slovenských poľnohospodárov.

Znova chceme využiť príležitosť poďakovať našim klientom, ich rodinám, zamestnancom, mestu Námestovo a všetkým, ktorí nám pomáhajú a prejavujú záujem o nás.

PhDr. Mária KONDELOVÁ
riaditeľka CSS



Fašiangy takmer ako za mlada...

Foto: (css)

Termíny vydání mestských novín NÁMESTOVČAN na rok 2021

Námestovčan č. 1
Vydanie: 26. 2. 2021
Uzávierka: 17. 2. 2021

Námestovčan č. 2
Vydanie: 30. 4. 2021
Uzávierka: 19. 4. 2021

Námestovčan č. 3
Vydanie: 30. 6. 2021
Uzávierka: 21. 6. 2021

Námestovčan č. 4
Vydanie: 24. 9. 2021
Uzávierka: 13. 9. 2021

Námestovčan č. 5
Vydanie: 19. 11. 2021
Uzávierka: 5. 11. 2021

Námestovčan č. 6
Vydanie: 17. 12. 2021
Uzávierka: 6. 12. 2021

AKTUÁLNE

Jednou vetou

■ V pondelok 8. februára boli v Námestove otvorené všetky tri základné školy s vyučovaním na I. stupni a MŠ okrem MŠ Bernolákova z dôvodu výskytu pozitívnosti. V piatok 5. a sobotu 6. februára sa mohli prednostne rodičia a zamestnanci škôl a materských škôl otestovať na troch

testovaniach sa zúčastnilo 795 ľudí a z toho 4 boli pozitívni.

■ Štát preplatil mestu Námestovo, hoci až v závere roka, všetky minuloročné náklady na celoplošné testovanie obyvateľov na covid-19 v objeme 12 321,91 €, náklady na testovanie

ho prostredia je na Slovensku aktuálna téma zberu kuchynského odpadu z domácností. Mesto už v minulosti prideliť občanom žijúcim v rodinných domoch kompostéry, na sídliskách pred bytovkami rozmiestni kontajnery na tento druh odpadu v priebehu jari. Problematika zberu kuchynského odpadu z domácností nemá zatiaľ konečnú podobu riešenia v rámci celého Slovenska.

■ V Námestove sa v januári 2021 narodilo 8 detí, zomreli 3 obyvatelia s trvalým pobytom v meste Námestovo.

* Počas piatku 19. februára prišlo na testovanie na covid-19 na odborné miesta zriadené mestom celkom 171 obyvateľov, všetci mali výsledok negatívny, v sobotu 20. februára sa testovania zúčastnilo 933 občanov, pozitívny výsledok testu mali siedmi.

Ing. Dušan JENDRAŠÍK, Red.



V Námestove pôsobia dve mobilné odborné miesta, otvorené denne od pondelka do soboty – jedno v poliklinike, druhé na mestskom úrade (na fotografii).

Foto: (msú)

odborných miestach, možnosť testovania na covid-19 mali aj ostatní obyvatelia mesta. Tes-

počas prvej vlny ochorenia vo výške 17 363,78 €.

■ V oblasti ochrany životné-

V marci otvárajú nové obchodné...



Vizuál obchodného centra Slanica.

Zdroj: OC Slanica

Nové obchodné centrum Slanica, uvedené do prevádzky už o pár dní, určite priláka do Námestova mnohých zákazníkov nielen z mesta, ale aj širokého okolia. Preto je otázne, aký dopad bude mať otvorenie nového obchodného centra v Námestove na dopravu mestom, hlavne

v čase dopravnej špičky, keďže už teraz býva kruhový objazd smerom na Klin často zaťažený. Podľa vyjadrení Ing. Dušana Jendrašika, prednostu MsÚ v Námestove sa „... všetko ukáže, až keď bude toto obchodné centrum v prevádzke. Momentálne, aj po otvorení obchodného

centra, žiadna zmena v pláne nie je, a samozrejme - hlavná cesta nie je v správe mesta,“ upresnil kompetenciu mesta na margo možného zaťaženia dopravy v súvislosti s otvorením nového obchodného centra prednosta mestského úradu D. Jendrašik.

(ek)

PREDSTAVUJEME

Bytový podnik Námestovo, s.r.o.

Mnohí z vás, vážení spoluobčania, možno nevedia, že v Námestove pôsobí spoločnosť Bytový podnik Námestovo. Dovoľte mi, aby som vám v krátkosti priblížil históriu vzniku a činnosť tejto spoločnosti.

Spoločnosť Bytový podnik Námestovo, s.r.o. bola založená mestom Námestovo na základe uznesenia Mestského zastupiteľstva v Námestove v roku 1996 so stopercentnou účasťou mesta Námestovo a je nástupníckou spoločnosťou bývalého Mestského bytového podniku Námestovo. Sídlo spoločnosti je 1. poschodie bytového domu Bernolákova 390/14, pre starších občanov, tzv. „slobodárka“, nachádzajúca sa v strede mesta, vedľa Námestia Antona Bernoláka, v blízkosti Okresného úradu Námestovo a Slovenskej pošty.

Čo je predmetom činnosti?

Hlavnou činnosťou spoločnosti je výroba, rozvod a predaj tepla a teplej úžitkovej vody pre občanov, byty, školy, úrady, obchody a iné nebytové priestory na území nášho mesta.

Spoločnosť momentálne prevádzkuje dve blokové a štyri domové kotolne. Najväčšia kotolňa sa nachádza na Severnej ulici, ktorou zabezpečujeme dodávku tepla (ÚK) a teplej úžitkovej vody (TÚV) pre bytovo-komunálnu sféru na sídlisku Brehy.

Druhá kotolňa sa nachádza na Štefánikovej ulici, z nej zásobujeme celé sídlisko Stred a príslušné úrady, predajne, školu, škôlku, dom kultúry, MsÚ atď. Domové kotolne prevádzkujeme v objekte Gymnázia A. Bernoláka, Katastrálneho úradu Námestovo a v bytovom dome č. 498 a č. 500 na Ulici Komenského. Všetky naše kotolne sú plnoautomatizované, riadené z centrálného dispečingu, nachádzajúceho sa v kotolni Brehy a kontrolované odborne vyškolenou obsluhou v nepretržitej prevádzke. Jediným našim použitým médiom na výrobu tepla a TÚV je zemný plyn.

Druhou podstatnou činnosťou je vedenie účtovníctva, ekonomické a účtovné

poradenstvo a spracovanie kompletnej účtovnej agendy pre bytové spoločenstvá. Spoločenstvo vzniká dňom zápisu do registra spoločenstiev, vedeného okresným úradom v sídle kraja. Každé spoločenstvo má schválenú písomnú zmluvu o spoločenstve a svojho zvoleného predsedu. Zmluva je záväzná pre všetkých vlastníkov bytov a nebytových priestorov.

Spoločnosť poskytuje služby v oblasti údržby aj pre organizácie a obyvateľstvo, napr. vykonávanie menších sanitárnych opráv, práce a údržbu na vodovodných rozvodoch, výmenu radiátorov, armatúr atď.

Bytový podnik Námestovo pravidelne vykonáva odborné prehliadky a skúšky vybraných technických zariadení, aby bol zabezpečený plynulý chod kotolní a efektívnosť sústavy systému vykurovania.

Zásahy nahláste

Vážení vlastníci, majitelia bytov, touto cestou vás chcem požiadať o nahlásenie každého zásahu do spomínaného systému vykurovania, ako je porucha, oprava, výmena radiátora a jeho súčasti, zásah do rozvodu teplej vody, rekonštrukcia bytového jadra a pod.

Často sa nám stáva, že počas letného obdobia si vlastníci bytov svojvoľne menia spomínané zariadenia bez toho, aby nám to oznámili. Zatvárajú ventily, spúšťajú vodu zo systému vykurovania na jednotlivých stúpačkových vetvách, o ktorých my netušíme a na začiatku

vykurovacieho obdobia nastáva problém. Systém je zavzdušnený, nenatlakovaný a všetci obyvatelia na uzavretých stúpačkách nemajú dodávané teplo do svojich bytov, o čom sa dozvieme, až keď nám to niekto nahlási. Niektoré opravy a údržby nie je možné vykonávať počas plnej prevádzky, preto ich budeme nútení realizovať počas letných mesiacov, kedy teplo nedodávame, čo môže spôsobiť odstávku dodávky TÚV do jednotlivých objektov, za čo sa vopred ospravedlňujeme. Samozrejme, o týchto odstávkach vás budeme včas informovať.

Modernizovať zo zdrojov EÚ

Naším prvoradým cieľom je spokojnosť zákazníka, ktorá je dosahovaná poskytovaním našich služieb, zodpovedajúcich vašim požiadavkám, zmluvným podmienkam a platným normám. Z tohto dôvodu musí spoločnosť modernizovať tepelno-technologické zariadenia, ktoré sú už technicky nevyhovujúce a zastarané, hlavne rozvody ÚK a TÚV. Naším hlavným cieľom je realizácia rekonštrukcie rozvodov a odovzdávacích staníc na sídlisku Brehy, ktorú plánujeme realizovať v blízkej budúcnosti. Finančné

zdroje chceme zabezpečiť hlavne z nenávratných fondov Európskej únie. Ak nebudú pre nás vyhlásené prijateľné výzvy, v ktorých by sme mohli uspieť a nepodarí sa nám získať finančné zdroje, budeme nútení realizovať výmenu rozvodov ÚK a odovzdávacích staníc z vlastných zdrojov a s pomocou finančných prostriedkov z bankových inštitúcií.

Ciele 2021

V roku 2021 plánujeme opätovne prehodnotiť projektovú dokumentáciu podľa skutočností potrieb a platnej legislatívy, zapracovať aktuálne možné zmeny s cieľom poskytnúť odberateľom tie najmodernejšie zariadenia a začať s prípravou hľadania zdrojov financovania tohto projektu. V nasledujúcom období by sme chceli pristúpiť k samotnej realizácii projektu s názvom „Modernizácia rozvodov tepla sídliska Brehy, Námestovo“. Na sídlisku Stred plánujeme zmodernizovať niektoré technologické zariadenia a určitými inováciami minimalizovať prerušenia dodávky ÚK a TÚV pre jednotlivé odborné miesta v prípade porúch na rozvoze.

Milan ŠURIN

Bytový podnik Námestovo



Kotol K2 a K1 v plynovej kotolni PK 5 na sídlisku Brehy.

Foto: (mš)

Termín plánovaného vydania nasledujúceho čísla mestských novín Námestovčan je

30. APRÍLA 2021, UZÁVIERKA TOHTO VYDANIA BUDE 19. APRÍLA 2021.

Kontakty: Redakcia, tel. 0911 920 010 e-mail: lajmonpress@gmail.com
Predseda redakčnej rady: tel. 0907 447 411, e-mail: peterkolada@yahoo.com

Počítame s každým z vás

Vážení občania mesta Námestovo, ako som vás začiatkom februára informoval aj listom, na Slovensku sa v termíne **od 15. 2. 2021 do 31. 3. 2021** uskutočňuje sčítanie obyvateľov – prvýkrát plne elektronicky.

Sčítat sa majú právo všetci obyvatelia Slovenskej republiky, ktorí majú v SR trvalý, prechodný alebo tolerovaný pobyt. Za neploletého obyvateľa vyplní sčítací formulár jeho zákonný zástupca. **Obyvatel' sa sčítava sám alebo s pomocou blízkej osoby** prostredníctvom počítača, tabletu alebo mobilu s pripojením na internet. **Sčítací formulár** ako aj ďalšie informácie o sčítaní nájdete na **webovej stránke www.scitanie.sk**. Samosčítanie je rýchly a jednoduchý spôsob, ktorý vám nezaberie viac ako desať minút.

tacom formulári uvedie nezamestnaný/nezamestnaná.

Na sčítanie môžete využiť aj našu službu asistovaného sčítania. Na **Mestskom úrade** v Námestove bude **zriadené kontaktné miesto (prízemie mestského úradu, správne oddelenie č. d. 31)**, kde vám so sčítaním pomôže stacionárny asistent. **Pre osamelých a imobilných občanov** bez možnosti prísť na mestský úrad sú k dispozícii tiež mobilní asistenti, ktorí ich navštívia v domácnosti a so sčítaním im pomôžu. **O túto službu je potrebné požiadať do 28. 2. 2021 telefonicky na tel. čísla 043 550 47 26, resp. 043 550 47 29 alebo e-mailom na emailovej adrese martin.panek@namestovo.sk.**

Vážení obyvatelia, sčítanie obyvateľov priniesie po desiatich rokoch komplexný pohľad na to, ako sa Slovenská republika a jej obyvatelia za desať rokov zmenili. Výsledky zo sčítania obyvateľov majú nezastupiteľnú úlohu pri analýze vývoja rôznych sfér. Mestám a obciam slúžia výsledky sčítania ako podklad pri čerpaní eurofondov, napr. na opravu ciest, kanalizáciu, podporu voľnočasových aktivít, cestovného ruchu atď. **Preto by som vás ako primátor mesta Námestovo rád poprosil, aby ste sa zúčastnili na sčítaní obyvateľov.** Jeho výsledky budú pre všetky sféry života, verejný a súkromný sektor, odbornú i laickú verejnosť dôležitým zdrojom informácií a v konečnom dôsledku ovplyvňujú každého z nás.

Milan HUBÍK
primátor mesta

SODB 2021 SČÍTANIE OBYVATEĽOV, DOMOV A BYTOV

ZÁKLADNÉ INFORMÁCIE PRE OBCE 2

SČÍTANIE OBYVATEĽOV, DOMOV A BYTOV 2021

Štatistický úrad Slovenskej republiky
Sekcia sociálnych štatistík a demografie

Všetky údaje, ktoré obyvateľ uvedie v sčítacom formulári, sa musia vzťahovať k rozhodujúcemu okamihu sčítania – tým sa rozumie polnoc z 31. decembra 2020 na 1. januára 2021. **Například, ak obyvateľ uzatvorí sobáš po 1. 1. 2021, v sčítacom formulári uvedie osobný stav slobodný/slobodná. V prípade, ak sa osobe narodí dieťa po 1. 1. 2021, uvedie bezdetný/bezdetná a ak bol obyvateľ vedený k 31. 12. 2020 ako nezamestnaný, aj napriek tomu, že sa v januári 2021 zamestnal, v sčítaní**

VY TRIEDTE MY SA POSTARÁME

PAPIER
PATRIA SEM noviny, časopisy, reklamné letáky, sťačené krabice, kartóny, papierové obaly, kancelársky papier (v malom množstve aj papier s kancelárskymi sponkami alebo skartovaný papier).

SKLO
PATRIA SEM nevrátne obaly zo skla z alkoholických alebo nealkoholických nápojov, poháre, sklenené črepy, tabuľové sklo (väčšie množstvo patrí na zberný dvor).

PLASTY, KOVY, NÁPOJOVÉ KARTÓNY
PATRIA SEM
Neznečistené sťačené alebo zošliapnuté PET fľaše z nápojov, obaly z pracích a čistiacich prostriedkov alebo kozmetiky a pod.
Kovové obaly, nápojové plechovky, konzervy, kovové výrobky a súčiastky, alobal.
Vypláchnuté sťačené alebo zošliapnuté obaly z džúsov, mlieka, smotany.

V NÁMESTOVE POUŽÍVAME ŽLTÚ ZBERNÚ NÁDOBU NA VIACERÉ DRUHÝ ODPADOV!!! PATRIA TU PLASTY, KOVOVÉ OBALY A NÁPOJOVÉ KARTÓNY.

SNÁŽTE SA ODPAD NETVORIŤ VÔBEC.
Zálohované obaly nepatria do koša, vráťte ich do predajne. Triedte odpad, opláti sa to finančne. Za vytriedený odpad občan neplatí, jeho zber hradia výrobcovia prostredníctvom OZV ENVI – PAK.

PRED VYHODENÍM VYPLÁCHNITE A ZOŠLIAPNITE

www.envipak.sk
www.triedime.sk

TECHNICKÉ SLUŽBY MESTA NÁMESTOVO

Orava v poklese obyvateľov v mestách kopíruje Slovensko

Celoslovenský trend odliavu obyvateľstva z miest na vidiek sa dlhodobo odráža aj na počte obyvateľov v oravských mestách a obciach.

Za ostatné desaťročie vo všetkých oravských mestách počet obyvateľov systematicky klesá (viď tabuľka č. 2 na str. 5). Naj-

markantnejšie sa to prejavuje v Dolnom Kubíne, kde sa v priebehu 10 rokov počet obyvateľov znížil o 1151, nasleduje Tvrdošín (-315 obyv.), Námestovo (-261 obyv.) a Trstená (-215 obyv.) Aj v prepočte úbytku obyvateľov na celkový počet obyvateľov je uvedená poradie miest rovnaké.

Presne opačná situácia ako v oravských mestách, je v oravských obciach. Počet obyvateľov obcí, a nielen tých ležiacich blízko Námestova, prakticky bez akýchkoľvek výkyvov systematicky rastie (viď tabuľka č. 1 na str. 5). Kde hľadať dôvody?

Pokračovanie na 5. str.

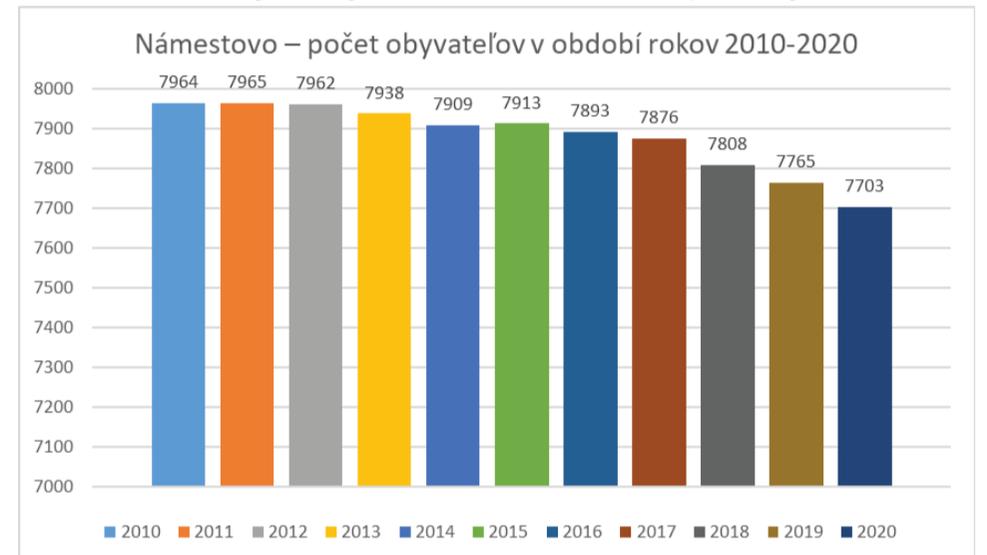
V roku 2020 zomrelo v Námestove najviac ľudí za ostatných 30 rokov

Na začiatku roka žilo v našom meste 7 765 obyvateľov. Z mesta sa počas roka odsťahovalo 167 obyvateľov

ného ochorenia COVID-19, ktoré spôsobuje vírus SARS-CoV-2 a zasiahla aj Slovensko, počet zosnulých

decembri bola zaznamenaná vysoká úmrtnosť – za tri mesiace zomrela takmer polovica obyvateľov z uvádzanej

Graf: Prírastok/úbytok obyvateľstva v Námestove za posledných 10 rokov



Tabuľka: úmrtnosť obyvateľov mesta v roku 2020 podľa veku

VEK	VEK	VEK	VEK	VEK	VEK	VEK	VEK	VEK									
0 - 19	20 - 29	30 - 39	40 - 49	50 - 59	60 - 69	70 - 79	80 - 89	90 - 99									
Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M								
0	0	0	2	0	0	1	1	2	6	6	11	5	9	9	8	4	1

celoročnej štatistiky. Za tri posledné mesiace minulého roka zomrelo 31 obyvateľov, ktorých priemerný vek bol 75 rokov.

Na Slovensku vlani zomrelo takmer 59-tisíc ľudí, čo je skoro o 5 500 osôb viac, ako zomieralo v priemere za posledných päť rokov. Počet zosnulých tak voči predošlým piatim rokom narástol o 10,2 percenta. Ide o najvyššie číslo od druhej svetovej vojny. Najviac osôb zomrelo v decembri minulého roka, informoval Štatistický úrad SR.

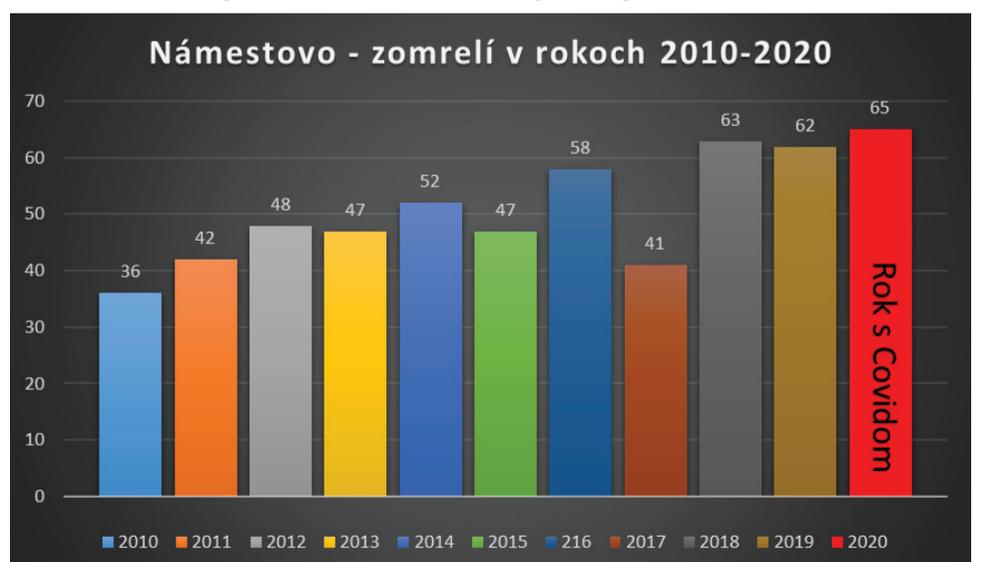
Mgr. Miroslav HAJDUČÍK

Napriek skutočnosti, že celosvetová pandémia infek-

na pobyt sa prihlásilo 72 ľudí. V roku 2020 sme aj napriek priaznivému demografickému vývoju zaznamenávali v meste pokles v počte obyvateľstva, ktorý sa na konci roka zastavil na čísle 7 703. Oproti roku 2019 je to o 62 obyvateľov menej.

v Námestove je za posledné tri roky takmer na zhodnej úrovni, aj keď v roku 2020 bola v Námestove najvyššia úmrtnosť obyvateľstva za posledných 30 rokov. Priemerný vek zosnulých žien bol 77 rokov, u mužov 68 rokov. Vo veku 90 a viac rokov zomrel jeden muž a štyri ženy, dve zosnulé mali po 95 rokov. V októbri až

Graf: Úmrtnosť obyvateľstva v Námestove za posledných 10 rokov



Námestovo 2020 v demografii

POČET OBYVATEĽOV

s trvalým pobytom **7 703**



POČET OBYVATEĽOV

s prechodným pobytom **784**



MUŽOV 3 852



ŽIEN 3 851

DÔCHODCOV

nad 64 rokov **715 žien**
461 mužov



DETÍ do 15 rokov

1 430



NARODILO SA

50 chlapcov a 48 dievčat



SOBÁŠE

62



ODIŠLI Z NAŠICH

RADOV

25 žien a 40 mužov



Najviac opakujúce sa mená a priezviská v mestskej evidencii v Námestove:

Mária	376	Martin	182
Anna	182	Miroslav	142
Jana, Janka	150	Michal	131
Eva	133	Tomáš	121
Katarína	19	Vladimír	108
Zuzana	104	Pavol	107
Marta	86	Vladimír	108
Lenka	71		
Lucia	69		
Veronika	66		

Ján	324
Peter	280
Jozef	256

Murín	108
Uhliarik	56
Rusnák	54
Florek	50

Údaje: Ing. Lucia Šutá
Správne oddelenie MsÚ

Orava v poklese obyvateľov v mestách kopíruje Slovensko

Dokončenie zo 4. str.

Počet narodených je dlhodo- bo vyšší, než počet zomrelých (Námestovo), počet obyva- teľov by teda na základe to- to ukazovateľa mal v našom meste rásť. Problémom je však v Námestove už od roku 2000 prejavujúce sa migračné saldo, čiže viac ľudí sa odsťahuje ako prísťahuje a tí sú jedným, mar- kantným dôvodom znižovania počtu obyvateľov.

Z celoslovenského hľadiska je dôvodom migrácie obyva- teľstva túžba rodín po vlast- nom dome, ktorý je v mestách finančne nedostupný. Možno povedať, že to je tiež jeden z hlavných dôvodov, prečo na hornej Orave ľudia odchádza-

jú z miest na dediny. Dostup- nosť stavebných pozemkov, a nielen z finančného hľadiska, ale aj z hľadiska ich priprave- ností, láka ľudí odchádzať do okolitých obcí. V Námestove, po dokončení pozemkových úprav, by sa mal vytvoriť pred- poklad pre vznik dostatočného počtu pozemkov na to, aby po- pulačná krivka nadobudla stú- pajúcu tendenciu.

Ozývajú sa aj hlasy, že Ná- mestovo má v skutočnosti vyšší počet obyvateľov, než ten oficiálny, ale mnohí obča- nia bývajúcí v Námestove nie sú prihlásení na trvalý pobyt v meste, hoci tu reálne bývajú.

Je zaujímavé, kým Sloven- sko odchádza z miest na vi-

diek, v štátoch Európy je trend, aspoň na začiatku posledného desaťročia, opačný. V priemy- selných regiónoch populácia

obyvateľstva stúpa, v menej rozvinutých, naopak, klesá.

Každopádne, štatistické čísla vývoja obyvateľov v Náme-

stove i na Orave by si žiadali hlbšiu analýzu, tá bude určite zaujímavá najmä po aktuál- nom sčítaní obyvateľov, na

ktoré vás, vážení spoluobča- nia, tiež vyzývame.

Ing. Peter KOLADA
Redakcia

Tabuľka č. 1

Prírastok obyvateľstva v niektorých obciach hornej Oravy za roky 2010 - 2020

Rok	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Zubrohlava	2163	2186	2226	2229	2257	2272	2286	2289	2278	2311	2356
Klin	2194	2231	2267	2292	2329	2360	2408	2413	2423	2453	2470
Vavrečka	1432	1445	1450	1470	1479	1484	1509	1554	1599	1626	1638
Oravská Jasenica	1598	1603	1622	1630	1651	1677	1697	1728	1895	1901	1920

Tabuľka č. 2

Úbytok obyvateľov v mestách na Orave za roky 2010 - 2020

Rok	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Dolný Kubín	19229	19166	19076	19076	18874	18768	18565	18460	18369	18208	18078
Tvrdošín	9249	9220	9197	9180	9122	9068	9012	8990	9008	8977	8934
Námestovo	7964	7965	7962	7938	7909	7913	7893	7876	7808	7765	7703
Trstená	7421	7419	7433	7391	7355	7324	7303	7280	7259	7256	7206

Inzercia



VÝBEROVÉ KONANIE NA OBSADENIE FUNKCIE REFERENT ODDelenIA VÝSTAVBY, ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA A ROZVOJA

Mesto Námestovo vyhlasuje výberové konanie na obsadenie funkcie

REFERENT ODDelenIA VÝSTAVBY, ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA A ROZVOJA

1. Informácie o pracovnom mieste:

Miesto výkonu práce: Mestský úrad Námestovo
Druh pracovného pomeru: plný pracovný úväzok, pracovný pomer na dobu určitú na jeden rok s možnosťou predĺženia pracovného pomeru na dobu neurčitú
Termín nástupu: podľa dohody ihneď po ukončení výberového konania

2. Rámcová náplň práce:

Výkon pracovných činností na oddelení výstavby, životného prostredia a rozvoja v zmysle pokynov vedúceho oddelenia a podľa Organizačného poriadku Mestského úradu v Námestove.

3. Minimálne kvalifikačné predpoklady:

- ukončené vysokoškolské vzdelanie druhého stupňa stavebného, resp. architektonického smeru
- odborná prax v odbore výhodou

4. Iné kritériá a požiadavky:

- spôsobilosť na právne úkony v plnom rozsahu, zdravotná spôsobilosť
- bezúhonnosť
- znalosť platných právnych predpisov v oblasti verejnej správy a územnej samosprávy
- znalosť platných právnych predpisov v oblasti stavebného práva
- znalosť platných právnych predpisov v oblasti verejného obstarávania
- počítačové znalosti (MS Office, Internet)
- organizačné a komunikačné schopnosti, samostatnosť, zodpovednosť, spoľahlivosť, flexibilita,
- prax v oblasti samosprávy alebo verejnej správy, v oblasti urbanizmu, alebo realizácie stavieb je výhodou,
- znalosť cudzieho jazyka je výhodou
- vodičský preukaz skupiny B.

5. Zoznam požadovaných dokladov:

- písomná žiadosť o účasť na výberovom konaní
- overená fotokópia dokladu o najvyššom dosiahnutom vzdelaní
- štruktúrovaný životopis
- čestné vyhlásenie o spôsobilosti na právne úkony v plnom rozsahu a o zdravotnej spôsobilosti
- čestné vyhlásenie o bezúhonnosti
- súhlas so spracovaním poskytnutých osobných údajov v rozsahu potrebnom na účely výberového konania

6. Platové podmienky:

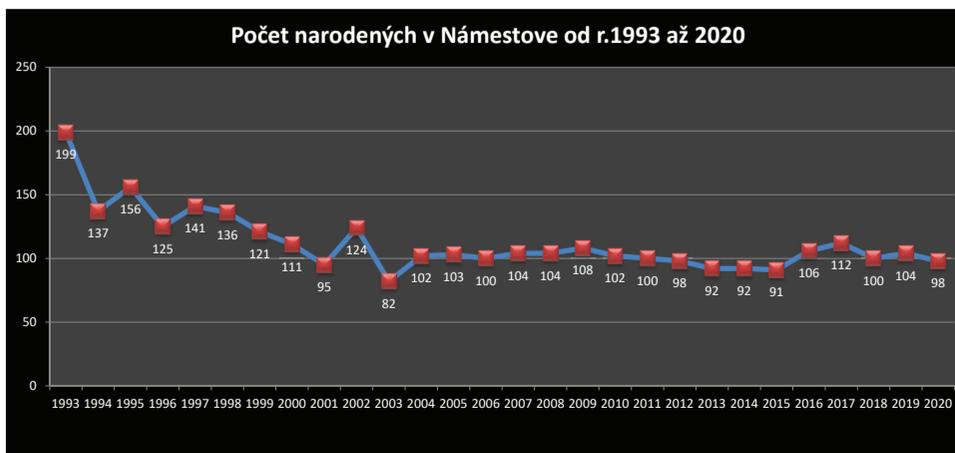
Základná zložka mzdy je 1200,00 EUR v hrubom. Výška základnej zložky mzdy môže byť navýšená podľa počtu rokov praxe a podľa pracovných výkonov v zmysle § 10 zákona č. 553/2003 Z. z.

7. Miesto a termín podania žiadosti o účasť na výberovom konaní:

Žiadosť o účasť na výberovom konaní s požadovanými dokladmi je potrebné doručiť v zalepenej obálke označenej heslom „Výberové konanie – referent oddelenia výstavby, životného prostredia a rozvoja – NEOTVARÁŤ“ na adresu: Mestský úrad Námestovo, Cyrila a Metoda 329/6, 029 01 Námestovo, alebo podať osobne v podateľni Mestského úradu v Námestove, nachádzajúcej sa na 1. poschodí. Uzávierka prijímania žiadostí je 05. marca 2021 do 14.00 hodiny. Žiadosti doručené po tomto termíne a neúplné žiadosti nebudú zaradené do výberového konania.

8. Spôsob výberového konania:

Výberové konanie sa uskutoční osobným pohovorom. Termín a miesto uskutočnenia výberového konania budú uchádzačom oznámené najmenej 7 dní vopred.



Autor tabuliek a grafov: Ing. Peter Kolada

ZÁKLADNÁ ŠKOLA NA ULICI KOMENSKÉHO

Poznáte nás, ale spoznajte nás viac

Prvý polrok je za nami. Bohužiaľ, väčšinu školských dní z neho sme nestrávil v škole, ale doma pri dištančnom vyučovaní. Mladší žiaci sú už momentálne, na radosť rodičov a učiteľov, späť v školských laviciach. Starších to ešte len čaká. Náš každodenný život sa neustále prispôbuje obmedzenej situácii a my, aby sme napredovali, hľadáme nové cesty, ako to všetko zvládnuť. Tak je to aj so zápisom nových prvákov, piatakov či športovcov na budúci školský rok. Prvýkrát, minulý rok, sme mali online zápisy. Veríme, že tento rok to bude inak. Po minulé roky námestovskí predškola-

ci pravidelne prichádzali do našej školy, či už v rámci mesačných stretnutí alebo počas Dňa otvorených dverí. Mohli tak zblízka spoznať našu školu, učebne, telocvičňu, okolie školy, učiteľov, zažiť naozajstné učenie sa, čítanie, písanie, kreslenie. A nielen oni. Ale hlavne vy, ich rodičia. Teraz nám momentálna situácia nič podobné nedovoľuje. Preto sme sa rozhodli, vám milí rodičia, a tiež aj vašim ratolestiam ukázať, ako to v našej škole funguje, prostredníctvom nasledujúcich riadkov. Veríme, že po ich prečítaní sa o nás dozviete viac a pomôže vám to rozhodnúť sa práve pre našu školu.



Pani učiteľka Andrea Hrubjáčová sa bude podobne venovať aj budúcim prvákovi.

Hurá, už budem prvák! Asi takto sa tešia predškolační do prvej triedy. Skôr však ako zasadať do školských lavíc, ktoré sa im stanú druhým domovom na deväť rokov, musia splniť jednu veľkú povinnosť – zápis do prvej triedy. Naše pani učiteľky budúcich prvákov, Scarlett Salajová a Andrea Hrubjáčová, si pre

riešiť zopár úloh, niečo vymaľovať, spočítať (pomôcť si môžete aj rúčkami), pekne sa predstaviť, porozprávať, aké zvieratka sa vám páčia, ktoré máte najradšej a... no viac už nebudeme prezrádzať. Nebojte sa, ak by sa vám to aj teraz nepodarilo na 100 %, do septembra je ešte čas a vy to určite doženiete.



Aj pani učiteľka Scarlett Salajová sa na vás, budúci prváci, veľmi teší.

vás, milí predškolační, pripravili rozprávkovú krajinu s názvom Zvieratkovo. Stačí ňou len úspešne prejsť, vy-

Ani rodičia nebudú sedieť len tak. Aj vám, milí rodičia, položia pani učiteľky zopár otázok. Skúšať vás ale nebudú.

A zatiaľ, čo teraz vy dospeli, čítate tento pekný oznam o našom zápise, zabavte svojich drobcov našim cvičným pracovným listom. Dajte im chvíľočku čas, možno ich trochu navedte a uvidíte, že vaše deti ho hravo zvládnu.

Veríme, že keby bol zápis už dnes, boli by ste prijatí. Vidíte, prejsť prvou vašou skúškou nie je až tak ťažké, preto námest-

ovskí predškolační, tešíme sa na vás pri aprílovom zápise. A ak by sa toto stretnutie nemohlo udiť priamo u nás v škole, budeme vás informovať na webovej stránke našej školy.

Okrem rodičov budúcich prvákov sa chceme prihovoriť aj rodičom tých starších – rodičom námestovských štvrtákov, rodičom štvrtákov z Vavrečky a všetkým rodičom, ktorí majú doma štvrtáka – športovca. Na 2. stupni v budúcom školskom roku otvárame aj ďalšiu piatu triedu so športovým zameraním. Tradícia zamerania sa nemení. Pre deti, ktoré majú rady pohyb, je táto ponuka výbornou voľbou. Chlapci môžu naplno využiť svoj športový talent pri futbale a dievčatá pri jednom z najkrajších, oku lahodiacich športov – gymnastike. Zápis a prijímacie pohovory sa uskutočnia začiatkom apríla 2021. Vaším deťom tak opäť ponúkame možnosť stať sa členmi nášho výborného futbalového alebo gymnastického tímu.

U nás môžu naplno rozvíjať svoj talent, žať športové úspechy, naučiť sa zodpovedne využívať voľný čas, či robiť správne rozhodnutia. Toto všetko pod vedením našich učiteľov a zároveň aj profesionálnych trénerov. Individuálny prístup nenechá vaše dieťa ľahostajné k týmto úžasným športom a vštepí mu lásku k športu na celý život. Triednym učiteľom bude určite vyučujúci, ktorý je v oblasti športu doma, a to učiteľ s aprobáciou telesná výchova. Konkrétne meno bude pre vás, milí budúci športovci, príjemným prekvapením.

Aby sme nezabudli ani na „klasické“ triedy piatakov, prezradíme niečo námestovským a vavrečským štvrtákom. V piatom ročníku na nich čakajú naši učiteľia, ktorí sú



triedni terajším deviatakom. Ak to náhodou neviete, sú to pani učiteľka Anna Bulasová a pán učiteľ Róbert Horan. Pani učiteľka vás, milí piataci, naučí milovať chémiu a s ňou aj chemické pokusy. A možno tí, ktorí nemajú radi matematiku, si ju vďaka triednej pani učiteľke obľúbia. Pán učiteľ Horan vás zasa zasväti do tajov fyziky, zdokonalí v informatike a svoje zručnosti vám po-

hodinu telesnej výchovy navyše. Tá deti vôbec nezaťažuje. Ba naopak. Je to hodina všeobecnej športovej prípravy, dáva deťom priestor oddýchnuť si, zahrať sa, spoznať nové tímové hry, odbúrať únavu a stereotyp. Možno práve tento čas je vhodný na to, aby vaše dieťa našlo, čo ho naozaj bude v budúcnosti baviť.

My sa však ako škola nevenujeme len rozvoju špor-

a v budúcom školskom roku aj v staronovej telocvični. Samozrejmosťou sú teplé obedy v našej jedálni, starostlivosť o vaše ratolesti v Školskom klube či individuálna práca odborných pedagogicko-psychologických pracovníkov.

Toto všetko, okrem pobytu v Školskom klube, platí aj pre žiakov 2. stupňa. Navyiac, majú lyžiarsky výcvik, na ktorý im spomienky ostávajú navždy. Športovcov čakajú pravidelné športové súťaže, turnaje, zápasy, kde si merajú sily s mužstvami nielen z okresu, kraja a Slovenska, ale aj na medzinárodnej úrovni. Aj im sa na všetkých vyučovacích hodinách profesionálne venujú naši učiteľia. Žiakom sa snažia poskytnúť nielen poznatky zo svojho predmetu, ale hlavne byť pre nich priateľom, dobrým vodcom, poradcom a oporou v každej oblasti. U nás rastú dobrí, svedomití, samostatní, nadaní a pracovití žiaci, ktorí sa v živote určite nestratia. Sme škola, ktorá na prvé miesto kladie vašu spokojnosť, vzájomnú spoluprácu a dobrú komunikáciu.

Veríme, že sme vám,



Kráľovstvo pani učiteľky Bulasovej – učebňa chémie.

môže rozvíjať na hodinách techniky. Už teraz sa na vás tešia, lebo sa opäť s vami budú môcť vrátiť do tých nádherných bezstarostných detských čias.

Prečo by ste teda, milí rodičia, mali zvoliť práve našu základnú školu pre vaše dieťa, či už prváka, piataka alebo športovca? Pre rodiča budúceho prváka je určite dobré vedieť, že už od 1. triedy majú naši prváci jednu

toových aktivít. Vaším deťom je zabezpečená kvalitná výučba anglického jazyka, informatiky a všetkých ostatných predmetov. Ponúkame pestrú paletu záujmových krúžkov a činností, orga-



Je to len hojdačka, alebo... viac vám vysvetlí pán učiteľ Horan na hodinách fyziky.

nizujeme mnohé školské podujatia (besedy so známymi osobnosťami, Európsky deň jazykov, programy na Deň starých rodičov, Deň matiek, Deň detí...), mimoškolské aktivity (škola v prírode, plavecký výcvik, výlety, exkurzie...). Zapájame deti do tvorivých a umeleckých činností, a to všetko v peknom, útulnom prostredí našich tried, odborných učební, príjemnom areáli

milí rodičia, aspoň trochu uľahčili vaše neľahké rozhodnutie. Už teraz vám všetkým ďakujeme za každé vaše dieťa – prváka, piataka či športovca, ktoré nám zveríte. Budeme sa snažiť vaše očakávania naplniť a vašu dôveru nestratiť. Tešíme sa na všetkých v apríli pri zápise a potom aj v septembri.

ZŠ na Ulici Komenského



Hodina všeobecnej športovej prípravy na 1. stupni. Fotografie: ZŠ Komenského

Je súčasťou generačného trojlístka misionárov saleziánov v Ekvádore

„Na don Jozefa Sobotu si budem spomínať 19. januára pri svätej omši za neho“, reagoval v korešpondencii z Ekvádoru Anton Odrobiňák (1965), SDB misionár pochádzajúci z Bobrova. Kto bol don Jozef Sobota, Námestovčanom určite pripomínať netreba, a zrejme ani to, kto je Anton Odrobiňák, hoci už 15 rokov pôsobí na misiách v Ekvádore. Ale nielen kvôli ročníci don Sobotu spomíname týchto dvoch saleziánov, a k tomu v súvislosti s Ekvádorom. V byte don Sobotu v Námestove sa totiž ešte v roku 1985 Anton ako dvadsaťročný mladík, mimochodom úspešný reprezentant Československa vo vzpieraní, spolu s ďalšími mladými z Námestova a okolia, prvýkrát stretol s don Šutkom, od 50. rokov pôsobiacim na misiách v Ekvádore. Don Šutka a don Sobota – mladí ho

volali „krstný“ – boli v rokoch 1948-1949 spolužiaci v noviciáte v Hronskom Beňadiku a dôverní priatelia. Od tejto tajnej návštevy don Šutku v byte svojho spolužiaka, možno prvého impulzu budúceho smerovania Antona Odrobiňáka, uplynulo 18 rokov, keď pocítil skutočné misionárske volanie: Veľký piatok roku 2003, Bardejov, don Šutka a Anton Odrobiňák. A dva roky nato už otec Anton, saleziánsky kňaz, cestuje na svoju misiu do Ekvádoru. Misia saleziánov zo Slovenska v Ekvádore tak pokračuje už tretou generáciou: Od roku 1934 cez otca Martina Križana, následne od roku 1953 cez otca Jana Šutku, posledný v trojlístku od roku 2005 otec Anton Odrobiňák.

Nuž, môžeme len súhlasne konštatovať: Duch Svätý vane, kde chce a ako chce...



Na návšteve otca Jozefa Sobotu v Námestove s dvoma Šuarmi – Ernestom a Cristianom počas jednej z predošlých návštev Slovenska.

Rok oddychu a štúdia

Po 15 rokoch pôsobenia na dvoch misiách zameraných na pastoračnú službu medzi Šuarmi v Ekvádore poprosil otec Anton predstaveného o rok oddychu a štúdia. Počas prvých troch mesiacov v závere minulého roka strávil chvíle s rodinou, v saleziánskych komunitách so svojimi bratmi v Námestove, Bratislave, ale i na východe Slovenska, kde študoval, zašiel aj na Moravu za bývalými moravskými dobrovoľníkmi, ktoré prežili rok služby v Ekvádore, mal mnohé stretnutia s kňazmi, priateľmi, novinármi... Počas sprísnenia vychádzania pre šírenie Covid-19 čítal, študoval angličtinu...

Zavítal aj do Kostolnej Vsi

s pozostatkami jeho rodičov, vzdialených príbuzných a miestne autority – starostku a pána farára bolo mojou veľkou túžbou.“ V kostole sv. Jána Bosca, kde otec Ján prijal prvé sviatosti, slávil otec Anton dve sv. omše a mal pre deti, mladých a ďalších ľudí misionársku prezentáciu.

„Spolubratia otec Ján Šutka a Jozef Sobota zohrali mojom živote veľmi dôležité úlohy, lebo ma sprevádzali a pomáhali objavovať Boha, hodnoty kresťanského a misionárskeho povolania. Patrí sa, aby sme na nich nezabudli a sprítomnili ich osobnosti pre mnohé generácie aj vďaka publikácií o ich živote a práci.“

Po mesiaci do pralesa

Ako si otec Anton spomína na svoje misionárske začiatky pred 15-tich rokov v Ekvádore?

plodín a pasienky pre dobytok. Ohromne veľká misia s dvoma saleziánskymi kňazmi, dvoma spolubratmi laikmi, dobrovoľníkmi, pracovníkmi misie a profesorským tímom. O šuarské dievčatá sa starali sestry



Po slávnosti kvetnej nedele v šuarskom kroji, v už neexistujúcej kaplnke v Tuutin Entsa, ktorú nahradil nový kostol.

„Na ekvádorském letisku ma v septembri 2005 privítal otec Jan Šutka a predstavil saleziánskym predstaveným v Quite. Po týždňovom pobyte v hlavnom saleziánskom dome v Quite som s don Šutkom odišiel do Cuenca, tretieho

saleziánky, ktoré mali svoj dom a objekty hneď vedľa nášho. Rok som sa zabehával a učil slúžiť sv. omšu v španielčine a neskôr v šuarčine. Po roku prípravy som prebral zodpovednosť za farskú prácu a návštevy šuarských osád v

najväčšieho mesta Ekvádoru. Don Šutka, patriaci do saleziánskej komunity vo farnosti Panny Márie Pomocnice, ma sprevádzal v počiatkových ťažkostiach – učil ma sláviť sv. omšu v španielčine a zoznamoval ma so saleziánskymi misiami v Ekvádore. Učil som sa španielčinu a zvykal na nový život. Po mesiaci, hoci som nerozprával dobre španielsky, ma určil na prvú misiu do Bombaja v kantóne Gualaquiza, provincii Morona Santiago, na juhovýchode krajiny, kde sa začína Amazonka. Na misii sme mali a stále máme internáty a školy pre šuarskú mládež, farnosť pre španielsku a šuarskú pastoráciu, farmu pre zvieratá, polia na pestovanie

pralesa. Začiatky neboli ľahké – húževnato som bojoval s psychickými ťažkosťami – kultúrnym šokom, nešetřili ma ani tie telesné ťažkosti, ako boli rôzne žalúdočno-črevné infekcie a vyrovnával som sa s novou skutočnosťou.

Po štyroch rokoch práce ma predstavený poslal na náročnejšiu misiu, do vnútrozemia Amazónie do kantónu Taisha, farnosť Tuutin - Entsa. Rok som sa zorientovával a zvykal si na novú realitu, nové klimatické podmienky – viac horúco, veľa dažďa a dotieravý hmyz, s nedostatkom ciest a mostov cez rieky a problémy s dopravou. Patril som do sa-

leziánskej komunity v Taisha s dvoma spolubratmi-kňazmi, zodpovednými za tri farnosti. Ubehlo 11 rokov, čo som prišiel na toto miesto a dostal zodpovednosť za farnosť s 32 osadami.“

Doma je nebo

Päťnásť rokov medzi Šuarmi, domorodým kmeňom v ekvádorském pralesi, v priebehu tohto obdobia niekoľko návštev doma medzi svojimi na rodnej Orave a Slovensku. Kde sa cíti viac doma?

„Ťažká otázka, na ktorú sa nedá jednoznačne odpovedať. Pokračovanie na 8. str.



Domorodý rituál popíjania nichijamancu pri slávnosti udeľenia sviatosti manželstva, ktorý podáva nevesta.



Stretnutie s rodinou doma na Orave, v Kline.

pri Prievidzi, rodiska otca Jozefa Sobotu. Stretol sa s jeho príbuznými a navštívil kostol, kde prijal prvé sviatosti i miesto, kde leží na námestovskom cintoríne, aby

„Ďakujem všetkým za krásnu dovolenku, pekné jesenné a trochu zimné chvíle, ktoré boli pre mňa oživením a pookriatím. Opäť som načerpal nových síl a inšpirácií do práce, ktorá ma čaká v budúcnosti. Tiež ďakujem všetkým za dlhodobú duchovnú a finančnú pomoc pre podporu saleziánskej misie v Ekvádore. Každodenne vás zahŕňam do svojich modlitieb a spomínam pri sv. omšiach každú stredu“, adresuje už z Ekvádoru na Slovensko otec Anton.



V TV LUX v relácii Doma je doma s Janou Trávníčkovou.

sa za neho pomodlil. Ako napísal, miesto Orovnica, rodisko don Jána Šutku, bolo pre neho tiež veľmi dôležité. „Spoznať jeho rodisko, rodný dom, kostol, cintorín

Od januára 2021 je v ekvádorském Quite, kde oddychuje a študuje. V druhej polovici roka sa chce opäť vrátiť do Amazónie a pokračovať v pastoračnej práci so Šuarmi, žijúcimi na hraničnom území Peru a Ekvádora.

V tomto roku, ktorý je v kresťanskom svete rokom sv. JOZEFA, sme pozvaní vyjadriť úctu tomuto svätčovi, pestúnovi Ježiša Krista a opravdivému ženichovi Panny Márie aj prostredníctvom novény, ktorú ponúkame. Môžeme si ňou vyprosiť potrebné milosti, nielen pre seba, ale aj pre druhých.

NOVÉNA K SV. JOZEFovi

Svätý Jozef, pestún a ochranca Ježiša Krista, snúbenec Preblahoslavennej Panny Márie, Matky Božej, mocný ochranca svätej Cirkvi, ku Tebe dvíhame zrak i ruky a prosíme o tvoj mocný príhovor. Ty si vo svete nehľadal nič iné, len slávu Boha a dobro druhých. Úplne si sa odovzdal Spasiteľovi – to bolo dôvodom radosti z modlitby, práce, obety utrpenia a smrti pre Neho.

Pre tento svet si bol neznámym, hoci Ježiš ňu poznal veľmi dobre, spokojne pozrel na Tvoj jednoduchý život v skrytosti.

Svätý Jozef, doteraz si už pomohol toľkým ľuďom, že k tebe prichádzam s veľkou dôverou. V Božom svetle vidíš, čo mi chýba, poznáš moje trápenia, ťažkosti, môj smútok. Zverujem do tvojho otcovského náručia túto moju prosbu (napríklad nájsť dobré zamestnanie). Vkladám ju do Tvojich rúk, ktoré zachránili malého Ježiša. Pros za milosť, aby ma smrteľný hriech nikdy neodlúčil od Ježiša, aby som Jeho i Jeho Preblahoslavenú Matku čoraz viac miloval a poznal, aby som neustále žil v Božej prítomnosti, aby som všetko robil pre Jeho slávu a pre dobro duší a aby som tak, jedného dňa, dosiahol blaženosti spolu s tebou chváliť Boha vo večnosti.



„Svätý Jozef, pomôž nám, ty, ktorý vieš, čo znamená kráčať v tme, ty, ktorý vieš, ako sa načiava Božiemu hlasu, ty, ktorý vieš ako sa potíchu kráča vpred“

(pápež František 18.12.2017)

Je súčasťou generačného trojlístka misionárov...

Pokračovanie zo 7. str.
 dať. Závisí to od toho, z akého zorného uhla sa na domov pozeráme. Ak to mam brat' z prirodzeného hľadiska, kde sa práve fyzicky nachádzam, tak keď som na Slovensku, cítim sa doma na Slovensku a keď som v Ekvádore, cítim sa doma v Ekvádore. Zaujímavé je, že svedčí o tom aj moje dvojité občianstvo, slovenské i ekvádorské (ekvádorské nie s plnými právami), hoci to naše ani ekvádorské úrady nepovoľujú.

Ak sa na domov pozerám z



Na šuarskej hostine sa je výnimočne rukami.

nadprirodzeného Božieho pohľadu, tak moja vlasť je nebo, Božie Kráľovstvo, do ktorého všetci, ktorí v Neho veríme, chceme prísť. Do neba sa môžem dostať aj zo Slovenska, aj z Ekvádoru. Po 40-tich rokoch života na Slovensku som sa rozhodol ísť za mojím misionárskym povolaním a cítim, že Boh ma volá pracovať tu, kde som teraz, v Ekvádore, so šuarským národom. Môžem povedať, že moja druhá vlasť je teraz Ekvádor, ale skutočná vlasť, kde sa všetci budeme cítiť ako doma, je nebo. A to si plne získame až po smrti.

Zžiť sa s farníkmi

Nastal nejaký pokrok v živote Šuarov?

„Určite! Moja farnosť bola duchovne zanedbaná. Kňaz, misionár, ktorý tu predo mnou

pracoval, nežil s nimi. To bola veľká chyba. Pochopil som to hneď na začiatku a začal som robiť všetko pre to, aby som si tu vytvoril základne podmienky na život. Zabezpečiť cestovanie, stravovanie, ubytovanie a hygienické zariadenia. S pomocou rôznych projektov sa to podarilo a život s mojimi farníkmi sa mi stal veľmi blízkym.

Teraz v mojej farnosti s pomocou sestier saleziánok máme pravidelne rozbehnuté oratórium, katechetické skupiny, od krstu až po manželské

nej a medzinárodnej úrovni - SDM v Krakove a Paname.

Duchovná úroveň, najmä v hlavnej osade, sa zlepšila. S výstavbou nového kostola sa urobil posun dopredu. V nedeľu chodí na bohoslužby viac ľudí, v týždni pravidelne sv. omše v Tuutin - Entsa nemáme, lebo kňaz chodí od pondelka do piatku na výjazdy do iných osád. Niektoré piatky máme mládežnícke sv. omše, v sobotu doobeda katechéza a kluby, v nedele mladí animátori pomáhajú pri bohoslužbách a sprevádzajú sestry saleziánky, prípadne kňaza do iných osád robiť apoštolát. Do roka sa pokrstí okolo 90-100 detí, mladých a dospelých, okolo 30 detí, mladých a dospelých prijme prvé sv. prijímanie, okolo 20-30 mladých a dospelých prijme sv. birmovania, štyri a viac párov sa cirkevne zosobášia“.

Rébus na celý život

Čo mu dali Šuari?

„Naučil som sa od nich veľa a ešte sa učím. Viac a viac vníkam do ich spôsobu života, správania, myslenia. Čo mi chýba, je plynule rozprávať



Ako ma Šuarka učí tancovať šuarský tanec.

šuarsky. Ako-tak rozumiem základným pojmom, ale hovoriť ako Šuar nedokážem. Dokonca ani známy taliansky misionár, ktorý celý život pracoval so Šuarmi, nedokázal plynule s nimi hovoriť.

Rozumel všetkému, dokonca preložil celé Sväté písmo do šuarčiny, ale plynule šuarsky nerozprával. Je to zvláštne. Reč je jednoduchá, má malo výrazových prostriedkov, ale úplne inú logiku, na akú sme zvyknutí v iných jazykoch. Vniknúť do ich myslenia a pochopiť ho trvá celý život. Plynule hovoriť ich jazykom je veľmi náročné. Musíme sa narodiť ako Šuari.“

Trpezlivo a bez zhonu

A čo ho naučili?

„Predovšetkým byť viac trpezlivý a nenaháňať sa za prácou. Častejšie navštevovať rodiny, komunity, zúčastňovať sa ich programov a podujatí (stretnutia, sviatky, šport, účasť na besedách a rozvojových projektoch), mať na nich čas a vedieť sa k nim priblížiť, porozprávať, zažartovať, zahrať. Byť usmievavý a spokojný, nehanbiť sa, aj keď sa niečo nepodarí. Zaujímaj sa o ich život, pomáhať v ťažkostiach, poradiť, usmerniť, v chorobe potešiť a dať dobrú radu ako sa vyliečiť, či ponúknuť nejaký liek. Zúčastňovať sa smutných udalostí, ako úmrtia a rodinné nešťastia. Väčšina Šuarov sú sebavedomí, nebojácni, hrdí až ambiciózní, veľmi pohostinní ľudia.

A čo ma ešte naučili? Žartovne by sa dalo povedať, že napríklad tancovať ich domorodé tance, piť nichijamanc (domorodý nápoj), jesť rukami ich jedlo ajampako, uvariť zelené či zrelé banány, yuku, contu, robiť si očistu tela a posilniť ducha popíjaním ich nápojov a vedieť to vyvrhnúť, správať sa nehlučne v džungli, uloviť rybu vo vode, či zver (batuzu – zajaca, venado – srnu) vo vode a na zemi, pozorovať malého krokodíla, ako sa k nemu priblížiť a odfoťiť si ho, pozorovať korytnačky na konároch stromov vo vode, ako sa vypekajú na slniečku a ako si ukladajú vajčička do piesku na brehu rieky, ako najst' tieto vajčička v piesku a pochutnať si na nich, jesť opekané mravce, jazdiť na koni, pracovať s mačetou, sadiť banány, yuku, koko-

sový orech a mnoho iného.

Treba povedať, že Šuari su vynikajúci lovci a rybári. Majú bystrý pozorovací talent.

■ Za všetky príbehy aspoň tieto dva. Lov batuzu so Šuarom, katechetom Klementom, ktorý ma sprevádzal po džungli do vzdialenej osady: Cestou sme sa rozprávali a on sem-tam pozoroval okolie. Zrazu sa rozbehol do pralesa. Nevedel som, prečo. Pustil som sa za ním. Po krátkom behu zastal pri malej diere. Po niekoľkých minútach som pribehol k nemu aj ja. Keď som si na zem a strčil ruku do diery až po rameno. Po chvíli ju vytiahol. Nič. Zase strčil ruku do diery a zasa nič. Pýtam sa, čo sa deje? Odpovedal: „Batuzu.“ Pochopil som. Zmizla mu v diere a zašla hlboko do nory, kde už ruka nedočiachla. Nevzdával sa! Zohnal palicu a pichal ňou do zeme, aby sondoval, kam smeruje diera. Postupne, meter po metri, postupoval ďalej. Zhruba po desiatich metroch sa dostal až k bodu, kde sa nora končila. Začal hrabať rukami kolmo do zeme asi pol metra a natrafil

ri (Prsty), kde mnoho ľudí čakalo na člny. Bol som medzi nimi spolu s mojimi katechetmi. Cestovali sme na stretnutie. Ľudia sa rozprávali, iní pozorovali rieku, prírodu. Jeden Šuar Hector náhle skočil do najbližšej kanojky a rýchlo vesloval po prúde rieky do stredu. Niečo vo vode zbadal. My ostatní sme mu nevenovali pozornosť. Až keď prestal veslovať, viacerí sa zamerali na to, čo ide robiť. Z člna vytiahol kúsok povrazu a urobil slučku. Vo vode sa objavilo niečo, čo sme nevideli! Veslom zavesloval, aby sa viac priblížil k objektu. Až keď vzdialenosť bola dostatočne blízka, hodil slučku do vody. Podarilo sa. Zatiahol povraz a úlovok mal zabezpečený. Vytiahol zvieratko do člna, dal mu uder a priblížil sa k brehu. Všetci sme sa okolo neho zhkli. Pekný úlovok venada. Hectora som osobne poznal a opýtal sa ho, čo ide s úlovkom robiť? „Dám ho mojej žene, aby urobila dobrý obed,“ povedal. Zviera bolo pomerne veľké. Navrhol som mu, aby



Šuarská mládež tancuje svoje domorodé tance v ich typickom oblečení tarac – dievča a itip – chlapec, z príležitosti vianočného programu.

Fotografie: archív ao

na vnútornú chodbičku zajaca. Strčil ruku do diery až po rameno. Niekoľko sekúnd hmatol, až kým vytiahol za nohy v zemi ukryté zviera. Dal mu úder po hlave a tak ho usmrtil. Žasol som nad ním, ako dokázal holými rukami a palicou uloviť obľúbené zvieratko. S radostným úšľabkom ho strčil do ruksaka a opäť sme pokračovali v ceste.

■ Ďalší lov na venado – srnu bol tiež zaujímavý. Stalo sa to na brehu veľkej rieky Kangaim, v starom prístave Ts-

nám predal dve zadne časti. Máme stretnutie katechetov a chýba nám mäso. Jeho otec je tiež katechéta. Ochotne pristal a dohodli sme sa na dvadsiatich dolároch. Rýchlo vyčistil srnu a rozdelil ju na štyri časti. Všetci sme boli spokojní, lebo o jedlo bolo postarané.“

Príroda chráni a konzervuje

Je pandémie aj v Amazónii?

„Situácia s pandemiou tu v Ekvádore je vo všeobecnosti vážna. Najmä v mestách, kde je koncentrácia obyvateľstva hustá. V Amazónii je to trochu iné. Žijeme na vidieku uprostred prírody, ktorá nás chráni a konzervuje. Osídlenie ľuďmi nie je intenzívne. Rodiny žijú ďaleko od seba a nebezpečenstvo nákazy nie je vysoké. Úmrtia sú normálne ako každý rok. Všetky hygienické opatrenia nariadené vládou musíme dodržiavať, hlavne v mestách. V našej lokalite sa opatrenia až tak prísne nerešpektujú, hoci sa nám úrady vyhrážajú pokutami. Políciu, vojakov ani požiarnikov tu nemáme. Testy nie sú povinné a testovať sa chodia len ti, ktorí to potrebujú.“

Anton ODROBIŇÁK, saleziánsky misionár vs. Ekvádore

LITÁNIE K SVÄTÉMU JOZEFovi

Pane, zmiluj sa.
 Kriste, zmiluj sa.
 Pane, zmiluj sa.
 Bože, náš nebeský Otče, zmiluj sa nad nami
 Bože Synu, Vykupiteľ sveta, zmiluj sa nad nami
 Bože Duchu svätý, zmiluj sa nad nami
 Bože v Trojici Jediný, zmiluj sa nad nami
 Svätá Mária, oroduj za nás
 Svätý Jozef, oroduj za nás
 Slávny potomok Dávidov, oroduj za nás
 Svetlo patriarchov, oroduj za nás
 Snúbenec Božej rodičky, oroduj za nás
 Prečistý strážca svätej Panny, oroduj za nás
 Živiteľ Syna Božieho, oroduj za nás
 Starostlivý ochranca Kristov, oroduj za nás
 Hlava svätej Rodiny, oroduj za nás
 Jozef najspravodlivejší, oroduj za nás
 Jozef najčistejší, oroduj za nás
 Jozef najrozvážnejší, oroduj za nás
 Jozef najmužnejší, oroduj za nás
 Jozef najposlušnejší, oroduj za nás
 Jozef najvernejší, oroduj za nás
 Zrkadlo trepezlivosti, oroduj za nás
 Milovník chudoby, oroduj za nás
 Vzor pracujúcich, oroduj za nás
 Ozdoba rodinného života, oroduj za nás
 Ochranca paniien, oroduj za nás

Útecha nešťastných, oroduj za nás
 Nádej chorých, oroduj za nás
 Patrón umierajúcich, oroduj za nás
 Postrach zlých duchov, oroduj za nás
 Ochranca cirkvi, oroduj za nás

Baránok Boží, ty si na seba vzal hriech sveta, zmiluj sa nad nami
 Baránok Boží, ty si na seba vzal hriech sveta, zmiluj sa nad nami
 Baránok Boží, ty si na seba vzal hriech sveta, zmiluj sa nad nami

V. Ustanovil ho pánom domu svojho

O. a správcom všetkého statku svojho.

Modlime sa:

Bože, ktorý si v nevýslovnej Prozreteľnosti vbral svätého Jozefa za snúbencu Panny Márie, presvätej Rodičky svojho Syna, dopraj nám, prosíme, aby sme si zaslúžili jeho orodovanie v nebi, keď ho ako svojho Ochrancu vzývame na zemi. Ktorý žiješ a kraluješ na veky vekov. Amen.

„**Budme ako sv. Jozef: muž snov, avšak nie rojko; muž ticha, pretože rešpektuje Boží plán.**“

Dovoľme kultúre stať sa súčasťou bežného života

Kultúra. To nie je len pojem. To nie je len „vysoké umenie“ v národnom divadle či štátnej opere. Je to tradícia, kreativita, kritické myslenie, tolerancia, empatia, spôsob nazerania na krásu a iné kvality, ktoré z nás robia ľudí. Ľudí tolerantných a kultivovaných. Kultúra by mala byť našou každodennou súčasťou. Kultúra bývania, stravovania, cestovania, obliekania, medziľudských vzťahov, vyjadrovania sa... Dovoľme kultúre vstúpiť do nášho bežného života! Je to cesta, na ktorú musí vykročiť každý sám, ale putovať do cieľa môžeme spoločne. Dom kultúry bude na tejto ceste našim sprievodcom i útočiskom.

Vízia

Hlavnou víziou je Dom kultúry v Námestove ako kompetentná, otvorená, dynamická a prestížna kultúrna inštitúcia, ktorá koordinuje a spoluvytvára ponuku kultúrnych služieb v meste, garantuje rozmanitú, dramaturgicky vyváženú ponuku s ohľadom na všetky cieľové skupiny konzumentov kultúry. Táto vízia spočíva na troch pilieroch:

1. strategické myslenie, participácia občanov, proaktívna koordinácia aktérov na poli kultúrneho života v meste
2. podpora pretrvania a rozvoja tradičných, overených a obľúbených formátov kultúrneho využitia
3. inovácie a vývoj nových, miestnemu publiku nepoznaných foriem kultúrneho zážitku

Cieľ

V rámci otvorenosti domu kultúry nehľadieť na rozdiely – obsahové ani formálne, cítiť len mantinely morálne. S rovnakou úctou a elánom pristupovať k domácim tvorcom i etablovaným umelcom. Vyvážené poskytnúť kultúrne využitie masovému i menšinovému publiku. Túto pestrú ponuku budeme servírovať obecnstvu lákavou formou (interaktívny marketing), v pravidelných intervaloch (nie len výnimočne), s vyváženou dramaturgickou koncepciou (rozmanitosť) a dostupnosťou pre všetky socioekonomické skupiny (inklúzia). Dôkladne (nie povrchno) budeme hľadať obsahovú náplň a prinášať aj nové témy, ktoré čoraz viac rezonujú v spoločnosti – demokracia a extrémizmus, konšpirácie a mediálna gramotnosť, virtuálna realita, ekológia a pod.

Pri hľadaní formátov budeme klásť dôraz na participáciu obyvateľstva a zážitkové formy, ktoré zvýšia záujem o kultúrne dianie a vybudujú dlhodobý kladný vzťah k inštitúcii. V neposlednom rade máme ambíciu významne prispievať k šíreniu dobrého mena Námestova ako kultúrne zrelého mesta, ktoré si užíva spolupatričnosť, hrdosť a aktivitu obyvateľov i záujem a spokojnosť návštevníkov.

Pevne veríme, že k tomuto cieľu budeme smerovať spoločne ako rovnocenní partneri. Dom kultúry s'aby inštitúcia s bohatou históriou, fungujúcim zázemím a ústretovým prístupom a vy – aktívni, tvoriví a kultúry chytiví Námestovčania.

Mgr.art. Daniela KUBÍKOVÁ



Mgr.art. Daniela Kubíková (1988)

vyštudovala divadelné umenie, spolupracovala na divadelných projektoch BuranTeatru v Brne, SemTamFór Zlín, D'EPOG Brno, Farma v jeskyni v Prahe, Furore festival v Stuttgarte, Teatro National Cervantes Argentina, Lee Strasberg actor studio New York, Divadlo Continuo, SKUTR... Pracovala v Oravskom kultúrnom stredisku ako manažérka pre neprofesionálne umenie, odborný garant a porotkyňa na regionálnych i krajských súťažiach venovaných divadlu a umeleckému prednesu.

Je predsedníčka občianskeho združenia Severný ostrov, spoluorganizátorka festivalu Slanický ostrov divadla, členka autorského tímu námestovského divadla DNO. Aktívne sa venuje keramike a práci s deťmi.

Od marca 2021 sa stane novou riaditeľkou Domu kultúry v Námestove.

Gorazdovo výtvarné Námestovo už 25. raz

Mesto Námestovo a Dom kultúry Námestovo vyhlásili už XXV. ročník celoslovenskej výtvarnej súťaže detí a mládeže zameranej na národnú históriu. Súťaž je zameraná na výtvarné stvárňovanie našich národných dejín spojených so životom a pôsobením nášho prvoučiteľa a svätca Gorazda, byzantských vierozvestcov sv. Cyrila a Metoda – apoštolov Slovanov, obdobia Veľkej Moravy s jej panovníkmi až po súčasnosť. Cieľom súťaže je zvýšiť u detí a mládeže záujem o naše národné, kresťanské a kultúrne dejiny, ako aj históriu miest a obcí s ich významnými osobnosťami. Zároveň ide o príležitosť profilovať ich historické vedomie ako základ zdravého patriotizmu a národnej hrdosti. Súťaž je súčasťou každoročných osláv, ktoré sa konajú v rámci Svätogorazdovských dní po celom Slovensku.

Do súťaže sa môžu zapojiť žiaci a študenti od 6 do 19 rokov. Všetky práce budú podľa veku autov rozdelené a hodnotené v rámci štyroch súťažných kategórií (I. deti vo veku 6 – 9 rokov, II. deti vo veku 10 – 12 rokov, III. deti vo veku 13 – 15 rokov a IV. študenti stredných škôl 16 – 19 rokov). Súťažné práce je potrebné zaslať do 14. mája 2021 na adresu Domu kultúry v Námestove (Štefánikova 208/7, 029 01 Námestovo). Každú prácu treba označiť pomocou tabuľky, ktorá sa spolu s ostatnými propo-
ne – (ľubovoľný prejav). V rámci ľubovoľného formátu môže ísť o kresbu, grafiku, maľbu, plastiku, pastel alebo tiež kombináciu techník. Súťažná práca musí mať formát minimálne A4 a viac, v prípade návrhu plagátu sa predpokladá na A3, A2. Autorom ocenených prác v každej kategórii budú udeľené vecné ceny a diplomy. Hlavnú cenu (finančnú) udeľuje primátor mesta Námestovo na návrh odbornej poroty.

Výsledky súťaže budú zverejnené Dom kultúry v

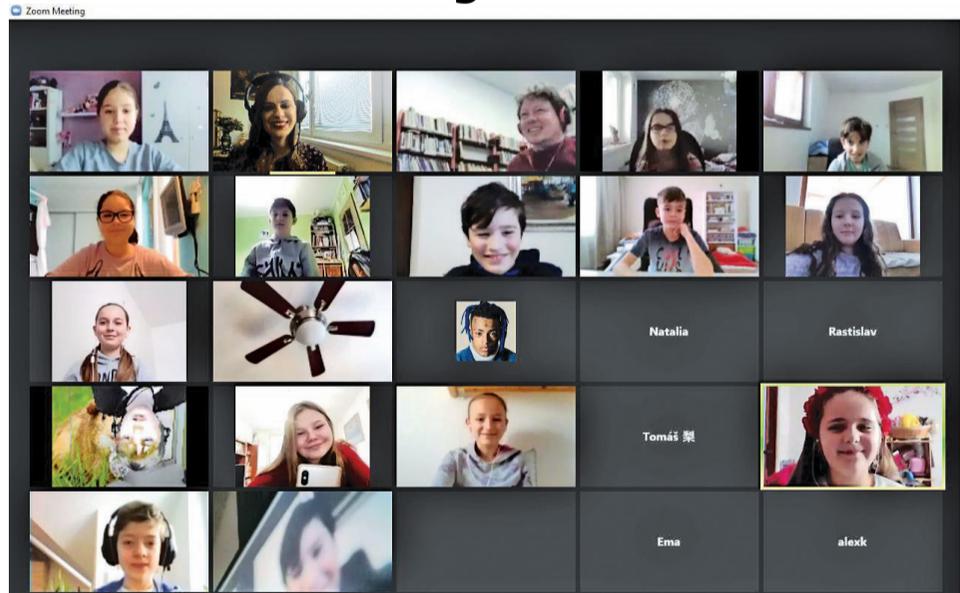


Sedemopočetníci. Tak sa volala skupina okolo sv. Cyrila a sv. Metoda – sprava sv. Cyril, sv. Metod, sv. Gorazd, sv. Kliment a sv. Naum, sv. Angelár a sv. Sáva.

Autorkou obrazov svätcov na zásuvných dverách školskej kaplnky CZŠ sv. Gorazda v Námestove, patróna tejto školy, je učiteľka Mgr. Veronika Balážecová, sr. Rudolfa. Škola je dlhodobo spoluorganizátorom celoslovenskej súťaže Gorazdovo výtvarné Námestovo. Foto: czš, text: (lá)

zíciami nachádza na webstránke www.dkno.sk.
Tohtoročné súťažné témy sú: osobnosti Veľkej Moravy – Gorazd, Cyril, Metod, Rastislav, Svätopluk, Pribina, Kocel, Sedemopočetníci – (plagát, pohľadnica, exlibris), ilustrácia rozprávok od slovenských autorov – (ľubovoľný prejav) a využitie tradičnej výšivky v modernom odevnom dizaj-
Námestovo a zároveň budú písomne zaslané autorom súťažných prác do 31. mája 2021. Vyhlásenie výsledkov súťaže a odovzdanie ocenení sa uskutoční 17. júna 2021 na začiatok vernisáže prác v dome kultúry spojenej s tvorivými dielňami detí na tému SLOVENSKO – KRAJINA, KTORÚ MÁM RÁD, seminárii pre študentov a pedagógov. (r)

O knihe Karol Goral a zázračná bylina online



Beseda o knižke oravského autora, pracovníka knižnice DKN J. M. Slovíka, besedujúcich zajaľala i pobavila. Foto: (dkno)

Dom kultúry v Námestove – knižnica – organizoval 11. februára 2021 online besedu s piatakmi zo Súkromnej základnej školy Didacticus z Košíc s pani učiteľkou Patriciou Gabrišovou o knihe Goral Karol a zázračná bylina autora Jozefa Medarda Slovíka. Knihu ilustroval Mgr. art. Miroslav Knap. V rámci besedy autor predstavil žiakom aj Oravu ako región, jej históriu a prečítal z knihy kapitolu Zbojníci pod hradom. Spestrením bola súťaž Slovníček, ktorá pomôže žiakom hravou formou obohatiť si slovnú zásobu o starodávne slová z oravského regiónu. (dkno)

Súťaž o Zvedavú opičku a ďalšie knihy

Mestská knižnica v Námestove vyhlasuje súťaž pre všetky deti do 14 rokov.

Do 11. marca očakávame od vás, milé deti, odpoveď na súťažnú otázku pozostávajúcu z vymenovania aspoň piatich mien opičiek, ktoré vystupujú v knihe Opice z našej police od spisovateľsky Kristy Bendovej.

Mená opičiek nám pošlite na e-mailovú adresu kniznica@dkno.sk

Z odosielateľov správnych odpovedí vyžrebujeme troch detských výhercov, ktorým mestská knižnica venuje knihy z vydavateľstva Tlačiareň Kubík – dvoj- jazyčnú slovensko-anglickú knihu Zvedavá opička/The Curious Monkey od autoriek Julie Samec a Zuza- ny Majdišovej, knihu V n i m a j - k o v i a – hrejivé rozprávky od autorky Ľubice Ma- tušáčkovej a rozprávkovú knihu Goral Karol a zázračná bylina od autora Jozefa Medarda Sloví- ka. (ms)



ZDRAVIE

Otužovanie v ľadovej vode

Trochu hype, ale inak dobrá vec, ak sa na to ide s rozumom.

Kamarát sa už roky venuje otužovaniu v Oravskej priehrade a požiadal ma ako lekára o názor na tento šport. Otužovaniu v ľadovej vode sa venuje čoraz viac ľudí a stal sa z toho, možno aj vďaka pandémie, taký hype. Je pre začiatočníkov výhodou vedieť, čo sa v tele pri otužovaní deje. Pri otužovaní v ľadovej vode sa totiž niekedy chodí po tenkom ľade. A nielen doslova.

Aké sú prínosy otužovania a kedy začať?

Otužovanie síce z dlhodobého hľadiska zvyšuje odolnosť tela na stres. Ak chce ale človek s takýmto otužovaním začať, mal by mať určité fyzické rezervy. Asi nikomu by nenapadlo na druhý deň po preležanej chrípke začať s touto extrémnou formou športu. Dôsledky dlhodobého chronického stresu má ale človek tendenciu podceňovať. Úvodný stres pri otužovaní v ľadovej vode môže byť pre netrénované telo príliš veľké sústo. Preto, ak sa človek pre také niečo rozhodne, treba sa začať otužovať v sprche a ideálne v lete, alebo aspoň vyčkať čas, kedy sa cítite relatívne pri sile. Inak má táto forma extrémneho otužovania tendenciu oddeliť zrno od pliev, a teda ľudí s rezervami schopnými sa na stres naozaj adaptovať od tých druhých. V tom ľahšom prípade sa to dá odniesť infektom dýchacích alebo močových ciest.

Otužovanie v ľadovej vode by malo ideálne prebiehať v skupine alebo aspoň vo dvojici. Nielen z sociálnych dôvodov, ale aj z tých bezpečnostných.

Označenie šport by, navyše, nemalo vyvolávať pocit, že ide o súťaženie v tom, kto je lepší a vydrží vo vode dlhšie.

Až po prekonaní počiatočného stresu a nastúpení adaptácie môže telo profitovať z pozitívnych účinkov. Tie sú pozitívom jednak po telesnej stránke a jednak aj psychickej. V literatúre sa popisuje aj pozitívny efekt na odolnosť voči bežným infektom a napr. efekt na udržanie elasticity ciest. Trénuje sa tiež pri tom reflexná reakcia vegetatív-

neho systému, teda sympatika a parasympatika, a tým uvoľňovanie napr. stresových hormónov. Podrobnejšie sa tým zaoberajú zástancovia tzv. Wim Hofovej metódy.

Čo by mal začínajúci otužilec vedieť? Mal by poznať minimálne tieto dve reakcie organizmu.

Reflexné mechanizmy

Človek by povedal, že vstup do ľadovej vody je spojený s klasickou stresovou reakciou, uvoľnením hormónov ako adrenalin, noradrenalin a podobne.

Situácia v tele ale nie je tak jednoduchá. Paralelne k hormonálnej reakcii nastupuje reflexná reakcia. V medicíne je známy princíp vagových manévrov znižujúcich pulz. Náhlým vystavením tváre studenej vode sa niekedy dá v akútnej situácii potlačiť určitý typ konkrétnych porúch srdcového rytmu s rýchlym pulzom. No a podobný reflex môže nastať u niektorých ľudí, napr. pri skoku do ľadovej vody, pred ktorým by som varoval hlavne neskúsených začiatočníkov. Tento reflex môže spôsobiť pokles tepovej frekvencie pod kritické hodnoty, v extrémnom prípade môže dôjsť až k zástave srdca. Nehovoriac o ľuďoch, čo už tendenciu k poruchám anamnesticky mali. Aj u pacientov s ischemickou chorobou srdca treba byť opatrný. Tam by som už vyslovene pred začatím s touto formou extrémneho otužovania odporučil osobnú lekársku konzultáciu.

Kompenzačné mechanizmy, alebo čo sa môže stať, ak je človek príliš dlho vo vode?

Telo sa snaží zachovať teplotnú stabilitu tzv. tepelného jadra. Voda v Oravskej priehrade má v čase, keď je vonku -20 °C, minimálne 0 °C. Inak by z nej bol ľad. Jej schopnosť odvádzať z tela teplo je ale napriek tomu v porovnaní so vzduchom rádovo vyššia.

Telo reaguje v ľadovej vode na teplotné straty dočasným obetovaním prekrvenia tzv. periférie. Cievy na periférii, zodpovedné za prekrvenie kože a napr. prstov, sa siahnu. Tým sa zníži tepelná strata a zlepši pre-



MUDr. Ivan Vorčák, atestovaný kardiológ

krvenie centrálnych orgánov. Problém je, keď človek precení svoje schopnosti, resp. ešte horšie, keď ich vedome prekročí. Vtedy sa môže stať, že najväčší teplotný šok nezažije ešte v situácii, kedy je vo vode. To znamená, nie vtedy, keď si hovoríte, 'ešte vydržím, ešte vydržím', dá sa to zvládnuť, som predsa chlap, ale až potom, keď z vody vyjdete. Telo následne vyhodnotí pokles tepelných strát (na vzduchu) tak, že už môže zas zvýšiť prekrvenie periférie a stiahnuť cievy sa zas rozšíria. Vtedy dochádza k redistribúcii tepla z tepelného jadra do periférie, kde sa krv ochladí. Ochladená krv sa dostáva k centrálnym orgánom a centrálna teplota tepelného jadra môže naďalej klesať. A to napriek tomu, že telo ako také už stráca na vzduchu menej tepla ako strácalo vo vode. Telo už potom nezostáva veľa možností. Snaží sa tak aspoň zahriať a svalovú triašku vytvoriť nejaké to teplo vo svaloch. Anglicky sa tomu hovorí 'afterdrop' efekt.

Okrem iných dôvodov je toto tiež jedným z dôvodov, prečo alkohol, ktorý cievy všeobecne rozširuje, nie je dobrý nápad pri otužovaní a ani v akútnej situácii, ak už sa to s otužovaním riadne prehnalo.

Na záver praktická otázka: Je dobré sa otužovať v zime naboso?

Problém je, že v rámci spomínaného zníženého prekrvenia periférie, a teda aj nervových zakončení dochádza k zhoršenej citlivosti, a tým čiastočne k potlačeniu ochrannej reflexnej reakcie. Môže tak dôjsť k malým poraneniam, napr. o skalu, ktoré si hneď v tom momente a ani vo vode nemusíme všimnúť. V medicíne sa stretávame s podobným aspektom, napr. u niektorých cukrovkárov u diabetickej nohy. Cukrovkár, ktorý má v dôsledku cukrovky poškodené vnímanie bolesti, tzv. polyneuropatiu sa tiež ľahko poraní, bez toho, aby si to hneď všimol.

Tých, čo sa do otužovania už pustili, pozdravujem, vyjadrujem rešpekt a želim veľa zdravia.

MUDr. Ivan VORČÁK



Oravská priehrada je na (vaše) otužovanie pripravená. A vy...? Ilustračná fotografia: Juraj Gereš

ŠKOLY

Päť otázok pre psychológa o pripravenosti predškolača na školu

Tí, ktorí majú záhradu, vedia, že sú plodiny, ktoré rodia skoro na jar a potom také, ktoré sú určené až na jesenný zber. Aj medzi jablňami sú odrody skoré – z ktorých zbierame jabĺčka možno už v júli či v auguste. A sú aj odrody neskoré, na ktorých budú jabĺčka zrelé možno až koncom októbra či začiatkom novembra a pre správnu chuť potrebujú počkať takmer až do prvých mrazov. Podobne je na tom aj dieťa, ktoré je pre nástup do školy ešte nezrelé. Neznamená to, že je „hlúpe“, „nekvalitné“ či horšie ako rovesníci. Skrátka len potrebuje – presne ako to neskoré jablko – iba dlhší čas na dozretie (napr. ešte sa dlhšie hrať, lebo veď hra je pre dieťa to najzákladnejšie učenie, aj hrou sa učí).

Nástup do prvej triedy v cividovom období je o to náročnejší, že si rodič uvedomuje, že možno práve jeho budúci prvák sa bude musieť čiastočne učiť z domu – dištančne a tým sa jeho učiteľom viac-menej stane rodič. Preto otázka zvažovania, či dieťa dať do školy, alebo ešte radšej rok počkať, je veľmi chúlťová a naliehavá.

Aké sú najčastejšie otázky rodičov, ktorí majú doma predškolača?

Odpovedá psychologička Mgr. Miroslava Kriššová z ABC- poradne v Námestove.

Aké sú základné kritériá? Čo by mal „zrelý“ predškolač ovládať?

Dieťa by malo dosiahnuť určitý stupeň zrelosti v týchto základných oblastiach:

Fyzicky – dieťa do 31. 8. dovŕši 6 rokov (rodič je povinný zapísať ho do školy), dieťa by malo mať určitú primeranú váhu a výšku na to, aby unieslo školskú tašku a dôležitý je celkový zdravotný stav. Vie sa samostatne obliecť – vyzliecť, obuť, zaviazat si šnúrkach; dokáže sa najesť príborom, vyfúknuť si nos, používať toaletný papier. Vie hádzať loptu, chytať loptu, behať, skákať na jednej nohe.

Psychicky – učíte by malo vedieť ako sa volá, kde býva, koľko má rokov, malo by ovládať názvy častí tela, základné farby, poznať ročné obdobia, prípadne aj dni v týždni, ovládať číselný rad do 10, ovládať pojmy viac-menej, väčší-menší, bližšie-dalej, vpredu-vzadu, hore-dole, neskôr už aj vľavo-vpravo. Poznať názvy základných geometrických tvarov – trojuholník, štvorec, kruh; vedieť

ich nakresliť. Môže, ale aj nemusí, poznať niektoré písmenká, obvykle sa vie podpísať. Vie nakresliť postavu človeka. Vysloviť správne všetky hlásky, mať primeranú slovnú zásobu, určiť prvú a

riku, v reči, či nie je emocionálne labilnejšie, nepozorné, vzhľadom na vek príliš hravé.

Ako sa dá zistiť úroveň spôsobilosti dieťaťa na nástup do školy?

Obvykle vie rodičom pomôcť a poradiť psychológ – napríklad aj v našich ABC- poradniach v Námestove, Trstenej a v Tvrdošine. V prípade dieťaťa so zdravotným znevýhodnením alebo postihnutím aj špeciálny pedagóg. Stretnutie v poradni býva pre dieťa zábavné, nestresujúce, zaujímavé, rodič si ho v dostatočnom časovom predstihu dohodne telefonicky.

Kto odporučí dieťa do poradne?

Spravidla to býva pani učiteľka v MŠ alebo pedagóg pri zápise. Poradiť sa však môžu rozhodnúť navštíviť aj samotní rodičia z vlastnej iniciatívy, najlepšie ešte pred plánovaným zápisom dieťaťa do školy. Dieťa k nám však prichádza vždy len so súhlasom zákonného zástupcu.

Ako sa následne pracuje s deťmi, ktorým je odporúčané ostať ešte rok v MŠ?

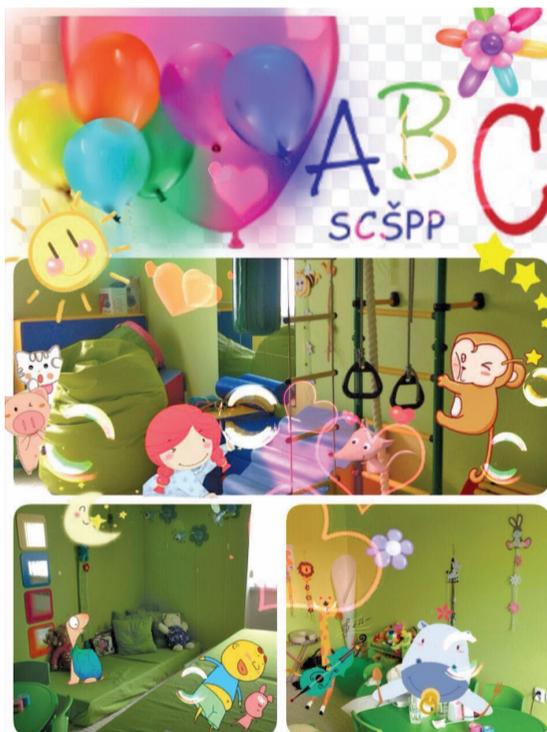
Mnohé poradne ponúkajú pre tieto deti rôzne stimulačné programy, kde sa s dieťaťom pracuje individuálne pod vedením psychológa alebo špeciálneho pedagóga. Tieto progra-

my vychádzajú priamo z potrieb a špecifik jednotlivých detí, ale aj z jeho možností a schopností. V prípade rečových porúch je určite potrebná a odporúčaná aj logopedická starostlivosť. U iných detí postačia odporúčania na domáce cvičenia s rodičom, prípadne pre pani učiteľku v MŠ, aby vedela, na čo sa má u dieťaťa viac zamerať.

Na záver: čím sú odlišnosti dieťaťa výraznejšie, tým skôr by mali rodičia vyhľadať aj odbornú pomoc. Všetky naše ABC- poradne (Námestovo, Trstená aj Tvrdošín) sú na takúto pomoc a podporu pripravené. Kontakty nájdete na www.euporadna.sk, informácie k školskej spôsobilosti aj na www.naspoklad.sk

Za tím SCŠPP ABC Námestovo, Trstená a Tvrdošín
Mgr. Miroslava KRIŠŠOVÁ
psychologička (0948 878 873)

PaedDr. Tatiana GANDELOVÁ
špeciálna pedagogička
(0948 878 876)



ZŠ SLNEČNÁ

Súťažíme online

Napriek zložitej dobe dištančného vzdelávania sa zapájame do olympiád a súťaží. V tomto roku ináč ako zvyčajne, z prezenčnej formy sme prešli na online.

Žiaci našej školy sa zúčastnili olympiády slovenského jazyka, anglického jazyka, aj geografickej olympiády. Chystáme sa na dejepisnú a matematickú olympiádu. Učitelia pripravovali a pripravujú žiakov na všetky súťaže online. Je to náročnejšie na komunikáciu a riešenie úloh pre chýbajúci osobný kontakt. Ale cez strasti prípravy sme sa dopracovali ku

pekným umiestneniam.

Olympiáda slovenského jazyka – **9. miesto**

Olympiáda anglického jazyka – **3. miesto a 4. miesto**
Geografická olympiáda – kategória E –

4. miesto a 5. miesto
kategória F –

7. miesto, 12. miesto
a **16. miesto**

kategória G – **8. miesto**

Ďakujeme za reprezentáciu školy žiakom a prípravu učiteľom. Blahoželáme všetkým žiakom k umiestneniu.

Mgr. Renáta FIDRÍKOVÁ
ZŠ Slnečná

MŠ KOMENSKÉHO

Bez karnevalu, ale s radosťou

Fašiangy sú obdobím radosti, veselosti, plné zábav a hudby.

Tohto roku, keďže sú koronové opatrenia, sme nemohli pripraviť deťom spoločný karneval. Pani učiteľky, každá vo svojej triede, pripravili veselý týždeň fašiangových aktivít. Formou prezentácie a rozhovoru si deti osvojili fašiangové zvyky, vyrábali papierové masky, pripravili výzdobu, zdobili chodbu.

Dvanásť február bol v každej triede osobitne v rámci edukačnej aktivity – **KARNEVALOVÝM DŇOM**. Deti si pripravili program plný súťaživých hier a tanečnej zábavy. Každé dieťa bolo odmenené darčekom z balónov.

Bol to deň plný radosti, spokojnosti a dobrej nálady a aj napriek epidemiologickým opatreniam si tento deň deti užili.

MŠ Komenského
Námestovo



Na karnevalový deň v MŠ Komenského sa deti pestro vyobliekali a užili si ho.
Foto: (mšk)

CZŠ SV. GORAZDA

Ako zlepšiť dištančné vyučovanie?

Vo februári 2021 sme ponúkli rodičom žiakov Cirkevnej základnej školy sv. Gorazda v Námestove možnosť vyjadriť svoj názor prostredníctvom dotazníka, v ktorom sme sa zaujímali o ich prežívanie koronakrízy a ich názory súvisiace s dištančným vzdelávaním žiakov.

Z dotazníka vyplynulo, že až 50% zapojených rodičov vníma toto obdobie aj pozitívne, že môžu byť ako rodina viac spolu i keď na druhej strane, vyše 45% rodičov prežíva strach o zdravie a život svojich najbližších. Viac ako 40% opýtaných vníma túto situáciu ako náročnú aj z dôvodu, že nemôžu prijímať sviatosti.

Na otázku, ako zvládajú školu vaše deti, odpovedali rodičia nasledovne: 11,3% rodičov uviedlo, že ich dieťa zvláda školu samostatne a nepotrebuje pomoc a 43,2% žiakov potrebuje pomoc len občas. Takmer 16% žiakov potrebuje pomoc zo strany rodičov pri vypracovaní domácich úloh. Pomoc aj s pripojením na online hodiny a aj počas online hodiny, potrebujú najmä žiaci prvého a druhého ročníka. Rodičia zväčša dokážu pomôcť svojim deťom pri ťažkostiach spojených so školou, prípadne dokážu vyhľadať pomoc – či už zo strany spolužiakov a ich rodičov, od vyučujúceho daného predmetu alebo prostredníctvom triedneho učiteľa, no najčastejšie vyhľadajú pomoc na internete. Zároveň, až 15,7% rodičov uviedlo, že nevedia pomôcť svojim deťom

s cudzími jazykmi.

Na otázku: Uvítali by ste zo strany školy nejakú formu pomoci? Odpovedalo vyše 60% rodičov – nie a necelých 40% rodičov – áno, pričom uviedli konkrétne návrhy. Tieto návrhy sú pre nás veľmi cenné a poslúžia nám pre skvalitnenie našej práce.

V tomto školskom roku sme sa pri dištančnom vzdelávaní zjednotili na používaní aplikácie MS Teams, a preto nás zaujímal názor rodičov na túto aplikáciu. Rodičia vyhodnotili túto aplikáciu ako dobrú a sú spokojní s jednoduchou aplikáciou pre všetky ročníky a predmety.

Sme vďační, že sme opäť v škole, síce len tí menší, ale predsa. Vyučovanie doma má svoje výhody, pohodlie, teplo... Ale poriadok a režim dňa je oveľa zdravší.

Pýtali sme sa starších žiakov na **pozitívne online vyučovania:**

- pohodlie domova, sedenie na gauči, nemusia cestovať,
- môžu si dlhšie pospať, nemusia nosiť rúško počas učenia,
- dlhšie prestávky, viac oddychu,
- používanie ťahákov a kníh počas písomiek,
- ak meškajú, vyhovoria sa na internet, menej hodín počas vyučovania,
- viac času s rodinou, lepšie známky, menej domácich úloh, viac času na čítanie, učitelia píše všetko na MS Teams a Edupage, nemusia si písať poznámky, len si to vytlačia,
- väčší pokoj, ak niečo nevedia, pomôžu si internetom,

menej písomiek.

A negatívne online vyučovania: menej pohybu, nerozumejú učivu, to im musia vysvetliť rodičia, nestretávajú sa s kamarátmi, školské obedy im chýbajú, vyhovárание sa na poruchy internetu, odpájanie sa z hodín, tvorenie divných zvukov, nuda, vyrušujú ich súrodenci, sedenie pri počítači, kazenie zraku, jednoduché podvádzanie na písomkách, hranie sa, aj keď majú zapnuté kamery, učiteľ im nevidí na ruky, ani na ich obrazovku, veľa neaktívnych spolužiakov.

Učitelia majú veľmi náročnú prácu. Príbližiť sa k žiakom a hlavne k tým, ktorí si nechcú zapínať kameru, komunikovať s nimi, je zložitá. Tu je dôležitá vzájomná spolupráca rodiča a učiteľa. Vidieť len chyby, je veľmi jednoduché. Ale navrhnúť aktivity, dať pochvalu za niečo úplne malé, všimnúť si detaily, je náročné. A práve toto naši žiaci - druhého stupňa potrebujú. Potrebujú od nás učiteľov cítiť záujem, počuť pochvalu, ponúknuť zaujímavé aktivity, návrhy na lepšiu komunikáciu. Aj sociálny pedagóg ponúka triednym učiteľom svoju pomoc, najmä aktivity počas triednických hodín.

Pamätajme, žneme to, čo sadíme. Čo vložíme do životov iných, sa vráti do tých našich. A nezabúdajme, že my veriaci, máme možnosť prosieť o pomoc toho Najvyššieho, ktorý môže urobiť veľké veci.

Ing. Mgr. Marta KURTULÍKOVÁ

Príliš málo času na priateľa...

Jedného dňa požiadala učiteľka svojich študentov, aby spravili mený zoznam svojich spolužiakov v triede na dva čisté háčky papiera a medzi jednotlivými menami nechali priestor.

Potom ich požiadala rozmyslieť si tú najkrajšiu vec, ktorú môžu jeden o druhom povedať a zapísať ju k danému menu. Zamyslenie im zobralo zvyšok hodiny a pri odchode z triedy každý študent odovzdal svoje zapísané papiera.

V najbližšiu sobotu učiteľka spisala zoznam vecí, ktoré študenti napísali jeden o druhom na individuálny hárok papiera každému jednotlivo.

V pondelok odovzdala každému jeho alebo jej zoznam. Krátko nato sa celá trieda usmievala. „To naozaj?“ počula šepkať z tej či onej strany. „Nikdy som si nemyslel, že niečo pre niekoho znamenám,“ boli časté komentáre.

Nik z triedy viac nespomenul tieto zoznamy vzájomných charakteristik a názorov. Učiteľka sa nikdy nedozvedela, či to ešte medzi sebou preberali, alebo či sa o tom rozprávali so svojimi rodičmi... Ale na tom nezáležalo. Toto cvičenie splnilo svoj účel. Študenti boli šťastní sami zo seba a tiež jeden z druhého. A život každého jedného plynul ďalej.

O niekoľko rokov neskôr bol jeden z týchto študentov zabitý vo Vietname a na pohrebe tohto výnimočného človeka, kedysi študenta sa zúčastnila aj jeho vtedajšia učiteľka. Ešte nikdy predtým nevidela vojaka v armádnej rakve. Svojho študenta dlhé roky nevidela, bol z neho krásny dospelý muž.

Kostol bol preplnený jeho priateľmi a známymi. Všetci tí, ktorí ho milovali, jeden za druhým poslednýkrát kráčali k jeho truhle. Pani učiteľka bola posledná, aby zomrelému vzdala úctu.

Ako tam tak stála, jeden z vojakov, ktorí niesli truhlu, pristúpil k nej a opýtal sa: „Boli ste Markovou učiteľkou matematiky?“ Pani učiteľka prikývla „áno“. Nato vojak reagoval: „Mark o vás veľa rozprával.“

Po pohrebe sa väčšina Markových bývalých spolužiakov zišla na kare. Markovi rodičia tam boli tiež a čakali na príležitosť porozprávať sa s jeho bývalou učiteľkou.

„Chceli sme vám niečo ukázať“, povedal Markov otec, vyťahujúc z vrecka svoju peňaženku. „Toto našli u Marka, keď bol zabitý. Mysleli sme, že by ste to mohli spoznať.“

Z priehradky opatrne vytiahol dva ošúchané kusy kancelárskeho papiera. Na prvý pohľad bolo zrejme, že boli skladané a otvárané nespočetne veľakrát. Pani učiteľka,

bez toho, že by sa potrebovala bližšie pozrieť, vedela, že sú to papiera, na ktoré ona spisala všetky dobré veci a vlastnosti, ktoré o ňom jeho spolužiaci napísali.

„Nesmierne vám ďakujeme za to, že ste toto urobili“, povedala trasúcim sa hlasom Markova mama. „Ako vidíte, Mark si to veľmi vážil.“

Ostatní prítomní spolužiaci sa pomaly zhromaždili okolo. Charlie sa hanblivo usmieval, a potom bojazlivo povedal: „Ja mám svoj zoznam stále odložený doma vo vrchnom šuplíku pracovného stola.“

Jimova manželka sa pridala: „Jim ma požiadal, aby som jeho zoznam vložila do nášho svadobného albumu.“

„Ja mám môj tiež odložený!“, vykrikla Mary, „Vo svojom diári.“

Potom Viky, ďalšia spolužiačka, siahla do svojho vrecka, vybrala peňaženku a vytiahla svoj ošúchaný zoznam. „Nosím ho so sebou vždy a všade,“ povedala a bez mihnutia oka a najmenšieho zaváhania pokračovala: „Myslím, že každý jeden z nás si svoj zoznam starostlivo uchoval.“

Na to si už pani učiteľka musela v slzách sadnúť. Plakala pre Marka. Plakala pre všetkých jeho priateľov, ktorí už nikdy nebudú mať možnosť ho vidieť.

Naše existenčné zataženie je tak silné, že zabúdame na skutočnosť, že život sa raz skončí. A my netušíme, kedy ten deň príde.

Prato povedz, prosím, ľuďom, ktorých miluješ, že ich miluješ. Daj im najavo, že ti na nich záleží, že sú pre teba výnimoční a dôležití. Vyjadri to, než bude príliš neskoro.

Pamätaj, žneš to, čo sadiš. Čo vložíš do životov iných, sa vráti do toho tvojho.

Kiež je tvoj deň tak požehnaný ako si ty výnimočný pre mňa.

Zdroj: prevzaté zo zahraničnej tlače

Opäť v škole...

Po troch týždňoch vianočných prázdnin a štyroch týždňoch dištančného vzdelávania, v pondelok 8. februára 2021 žiaci 1. stupňa našej školy opäť zasadli do školských lavíc vo svojich triedach.

Najviac sa vari na školu tešili najmladší – prváčikovia, ktorí majú za sebou 1. polrok vzdelávania na základnej škole.

Polročné slovné hodnotenie ich výsledkov dostali rodičia cez edupage na konci januára, no v deň návratu do školy sa prváci potešili obrázkovému polročnému vysvedčeniu, ktoré im pripravili triedne pani učiteľky.

Prvý polrok zvládli všetci výborne aj napriek sťaženým vzdelávacím podmienkam počas lockdownu. Vysvedčenie každému z nich vykúzliło radosť a úsmev na tvári.

Prajeme im, aj všetkým žiakom a študentom škôl, úspešný, lepší aj radostnejší 2. polrok so svojimi spolužiakmi v škole.

CZŠ Sv. Gorazda

Žiaci 1. A s výbornými polročnými hodnoteniami na vysvedčeniach a pod rúškami tak aj úsmevom na tvári. Foto: (czš)



WELCOME TO SCHOOL

CIRKVNÁ ZÁKLADNÁ ŠKOLA SV. GORAZDA V NÁMESTOVE

Príď medzi nás a zaži:

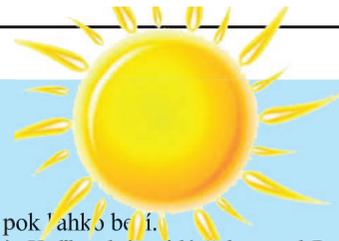
- ✓ atmosféru prijatia
- ✓ zážitkové učenie
- ✓ anglický jazyk už od 1. ročníka
- ✓ radosť v školskom klube detí Fatima
- ✓ účasť v medzinárodných projektoch
- ✓ výchovu v duchu kresťanských hodnôt

Rodina je miestom ládi a života. Miesto, kde ľuďom rastie ZDROJ

Komenského 1096, 029 01 Námestovo
www.czsgorazd.edupage.org

0903 813 552
0951 140 811
czsgorazd@gmail.com

Ľudové pranostiky na marec



■ Ak je na Smrtnú nedeľu (Čierna nedeľa, druhá pôstna nedeľa pred Veľkou nocou) daždivo, bude v sy-párnach prázdno a clivo.

■ Ak máš v marci lúku vytopenú, nič si z toho nerob, zaraduj sa senu. Ak v marci kukučka kuká a bocian klepotá, dočkáme sa teplého leta.

■ Ak v marci prší, tak bude v júni pršať.

■ Akže marec orie, apríl je studený, mnohé vetry nesú máj krásne zelený.

■ Marcový sneh jed, aprílový hnoj.

■ Daždivý marec je roľníkovo nešťastie, no suchý apríl ale ešte horšie.

■ Keď chceš mať zemiaky skoro v hrnci, zasaď ich v marci.

■ Keď je marec daždivý, bude suché leto.

■ Keď je marec teplý, apríl je chladný.

■ Keď pluh i zem ryje, zima ešte žije.

■ Keď sa deti v marci vonku hrajú na šintra, na Vianoce je biela zima.

■ Koľko je v marci rosy, toľko v máji mrazu.

■ Kto nenásial hrachu v marci, nebude ho variť v hrnci.

■ Kto v marci blchu nezabije, môže v lete spokojne spať.

■ Lepšie, keď ťa zima chveje, než

marcovô slnko hreje.

■ Marcový prach a májové blato, to je sedliakovi nad zlato.

■ Marec bez vody, apríl bez trávy.

■ Marec, ešte bude harec.

■ Najlepšie sliepky sú marcové.

■ Panská láska, ženská chuť a marcové počasie nie sú stále.

■ Studený marec, mokrý máj - bude humno ako raj.

■ Suchý marec, mokrý máj, bude žito ako háj.

■ V kozuchu sej jarinu, v košeli ozi-minu.

■ V marci aj ovce v tanci.

■ V marci prach, istý hrach.

Pranostiky na 12. marec

► Ak je na Gregora prach, nie riedkô blato, prach ten je gazdovi milý ako zlato.

► Ak na Gregora medzi oraním v brázdach voda tečie, možno sa úfat dobrému ovsu.

► Keď na Gregora ešte mnoho snehu leží na poli, ten sa skoro roztopí a jar rýchlo prichodí.

► Keď na Gregora padá sneh, veľmi pomaly prichádza jaro a bude ešte mnoho snehových víchric.

► Na Gregora hory hučia, gazdovia ešte štyri týždne doma čučia.

► Na Gregora prvý pluh do poľa.

► Na Gregora snehy top, zime hrob.

► Na Gregora, ak padne trochu snehu, je sa čo tešiť úrode zemiakov.

► Na sv. Gregora, idú ľady do mora.

Pranostiky na 17. marec

► Ak mrzne na sv. Getrúdu, bude mrznúť ešte celý mesiac.

Pranostiky na 19. marec

► Ak je na Jozefa mráz, bude hojne ovocia.

► Ak sa do Jozefa s vetrom sneh vyduje, peknú k Veľkej noci chvíľu prorokuje.

► Jozef - základ jari.

► Jozef mosty stavia, Ďuro (24.4.) do poľa vyháňa.

► Jozef prikladá polienko, Mária (25.3) dve.

► Jozef s Marou (25.3) zimu zabijú.

► Keď Jozef kozuch odkladá, bude dobrá úroda.

► Keď na Jozefa vietor fučí, aj týždeň potrvá.

► Koľko dní pred Jozefom teplo, toľko po ňom zima.

► Koľko dní pred Jozefom vyletia včely, toľko týždňov bude chladno.

► Kto do Jozefa nezaseje, koľko zaseje po Jozefe, toľko aj zožne.

► Na Jozefa mráz, bude ovos dobre rásť.

► Na Jozefa mroz, bude sena voz a keď kapka, bude babka (málo).

Pranostiky na 20. marec

► Na svätého Jáchyma skončila sa už zima.

Pranostiky na 21. marec

► Aký bude čas na rovný, jednak dlhý deň s nocou, taká bude chvíľa nasledujúcich štyridsať týždňov.

Pranostiky na 22. marec

► Na Kazimíra pohoda - na kobzole (zemiaky) úroda.

Pranostiky na 25. marec

► Ak je na deň Zvestovania alebo jasné, vydaria sa konope, ak je zamračené, budú zlé.

► Aké zvestovanie Božej Matky - také Veľkonočné sviatky (apríl).

► Akej Božej Matky, také veľkonočné sviatky.

► Jaro zvestuje

Zvestovanie, ale zimu ešte nevyháňa.

► Keď je na deň Zvestovania Panny Márie pekne, môžeme čakať úrodný rok.

► Keď na Matku Božiu sneh na poli

leží, tam kosa a sr-

pok ľahko beží.

► Koľko dní vyjdú žaby pred Pan-nu Máriu, toľko dní budú po nej schované.

► Matka boží trávu množí.

► Na deň Zvestovania Panny Márie dážd', rodí sa raž.

► Na Matku boží má sa siať zboží.

► Štepná Mara (bolo zvykom štepiť stromy, štepy sa najlepšie ujímali).

Pranostiky na 27. marec

► Ak je na Ruperta nebo čisté, bude i v červenci tiež takiste.

Pranostiky na 30. marec

O svätom Kvirinu už je teplo i ve stínu.

Pranostiky na 31. marec

O sväté Albíne je už u nás po zimě.

zdroj: int.



Dúfajme, že si to tohto roku konečne užijeme.

J. Lec: Korupcia je nerest'... Dokončenie v tajničke

MAJO	obráti	sladko-vodná ryba	sídlo zraku	rozpletá pletenie	ABE, ANAŠ	starší (skr.)	dvojhlas-ka	IRADE, NOT	neveľa	latinský (skr.)	nejaká	druh tyč. ocele
kryt vojáka v zemi					jestvuješ nasávala			t'azké kladivo tvrdý cukrík				
1												
podpora, pomoc						žen. meno	stôl kňaza predložka					
opyt. zámeno			Albert sultánov príkaz							predložka muž. meno		
severania				radca Mohameda maškrtá (kniž.)					Man. Inf. Syst. masa ľudí			
PONS, TOROS,	meno Oľgy	Royal Martines opak			anno domini úkon, čin			501 v Ríme baňa			cit. nesúhlasu	popravca
plúžila						plošná miera	podbra-dok det. pozdrav					
2												
jap. prozaik				drevená hrada					angl. zápor			