

ALFAPLAST[®] trade s.r.o.
PLASTOVÉ OKNÁ
15 ROKOV S VAMI
 www.alfaplast.sk 0905 869 331

novinky

región Prievidza

Spravodajstvo

4



Nový zdroj spaľovania biomasy a zhodnocovanie triedeného komunálneho odpadu pokryje dlhodobé potreby regiónu Prievidza pre všetky domácnosti, zdravotné a kultúrne zariadenia, športoviská, ako aj pre malé a stredné podniky.

Kultúra

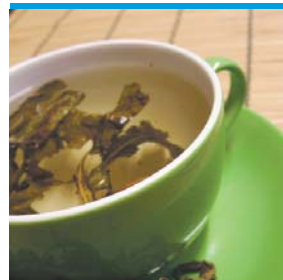
6



Pri príležitosti oslavy životných jubileí talentovaných skupín, jednotlivcov a za významný prínos v oblasti kultúry ocenili umelcov, kolektívy a inštitúcie v Kultúrnom centre v Bojniciach. Stalo sa tak na prestížnom podujatí KULTÚRA 2010.

Relax

11



- Čo nás vlastne bolí, keď povieme - bolí ma hlava?
- Diétu so zeleným čajom držte jeden týždeň, potom ho pite dvakrát denne.
- Upečte si chrumkavé domáce rožky.

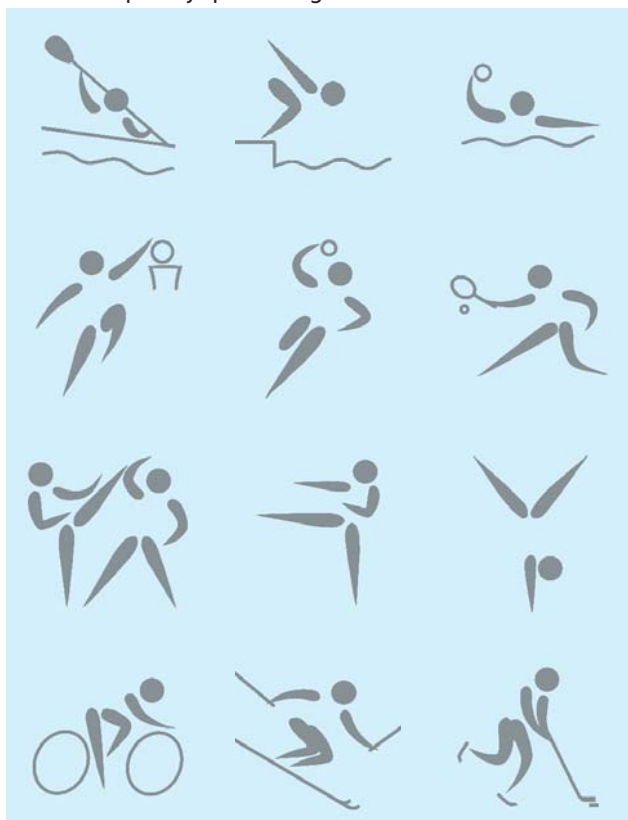


Poznáme najúspešnejších športovcov za rok 2010

V Dome kultúry v Prievidzi sa uskutočnilo slávnostné vyhlásenie najúspešnejších športovcov nášho okresu za uplynulý rok 2010. Na tomto podujatí idú bokom prepotené dresy, nabehané kilometre, nadvíhané kilogramy či nekonečné cibrenie loptovej techniky. Túto váženu udalosť pripravil Olympijský klub Prievidza v úzkej spolupráci s mestami Prievidza, Bojnice, Handlová, Nováky a tiež s nadáciou Orchidamos Slovakia.

pokračovanie str.: 9

Takto nastúpili najlepší v kategórii mládežníkov. Budeme im držať palce, aby svoje úspechy potvrdili aj medzi dospelými.



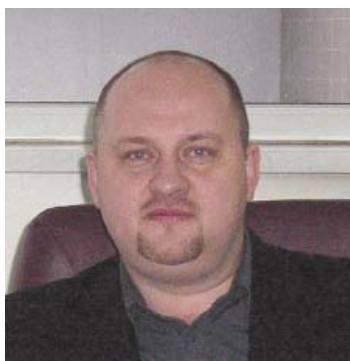
Ocenenie za celoživotný prínos v športovej oblasti ocenenia prevzali František Dolník, Karol Kučera (zastupoval Jozefa Tonhausera) a Magdaléna Prágerová.

Február 2011

14. 2. ■ rokovanie s referentom pre správne konanie a priestupky vo veci prejednávania sťažností, týkajúcich sa riešenia a náhrady škôd po minuloročnej povodni,
 ■ stretnutie s poslancom MsZ, resp. regionálnym hygienikom z Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Prievidzi so sídlom v Bojniciach,
 ■ rokovanie s konateľkou RTV Prievidza o problematike ďalšieho zmluvného vzťahu medzi mestom a RTV Prievidza.
15. 2. ■ rokovanie so zodpovedným zamestnancom mesta o využívaní verejnoprospešných prác v meste pri zabezpečovaní čistoty a likvidácii následkov povodní,
 ■ rokovanie so zástupcami Rímskokatolíckej cirkvi a Charity sv. Vincenta so sídlom v Prievidzi o riešení umiestnenia nízkoprahového denného centra, ktoré zabezpečuje starostlivosť o bezdomovcov,
 ■ rokovanie mestskej rady, vrátane prípravy februárového mestského zastupiteľstva.
16. 2. ■ stretnutie s poslankňou MsZ a riešenie problémov v časti Malá Lehôtka, v
 ■ stretnutie so zástupcom podnikateľskej sféry o možnosti predaja Hotela Magura,
 ■ pracovné stretnutie s vedúcou odboru starostlivosti o občana a príprava novej štruktúry odboru,
 ■ rokovanie so zástupcami Atletického klubu Baník Prievidza vo veci podpory detského atletického klubu,
 ■ stretnutie so zástupcami Aeroclub Prievidza a informovanie o spoločnosti Aerospol.
17. 2. ■ stretnutie s redaktorkou dvojtýždenníka Novinky - región Prievidza, diskusia o obsahovej stránke, zameranej na samosprávu mesta Prievidza,
 ■ rokovanie o zmluvných vzťahoch mesta s podnikateľským subjektom v nájme,
 ■ rokovanie rady Združenia miest a obcí hornej Nitry (ZMO HN) v Bojniciach, príprava snemu ZMO HN a celoslovenského snemu ZMOS,
 ■ stretnutie s generálnym sekretárom Zväzu ľadového hokeja, rokovanie o problematike zabezpečenia mládežníckeho hokeja, podpory budúcich investícií do zimného štadióna a spolupráci pri organizovaní celoslovenských a medzinárodných podujatí ľadového hokeja.
18. 2. ■ rokovanie s predsedom finančnej a majetkovej komisie MsZ o zmluvných vzťahoch mesta v oblasti verejnoprospešných činností
 ■ rokovanie s majiteľkou reštauračnej prevádzky na Námestí slobody o problematike parkovania,
 ■ rokovanie poslancov TSK k problémom NsP v Prievidzi so sídlom v Bojniciach, účasť na Plese ENO, a.s., za mesto Prievidza.
21. 2. ■ rokovanie o zámeroch dostavby regionálneho obchodného centra, ktoré je známe pod názvom Titanik,
 ■ rokovanie o problematike využívania aktivačných pracovníkov na verejnoprospešné práce v meste,
 ■ rokovanie so záujmom o investíciu vo vzťahu k hotelu Magura,
 ■ stránkový deň (vybavených dvanásť obyvateľov).
22. 2. ■ vedenie rokovania mestského zastupiteľstva,
 ■ stretnutie s hlavnou kontrolórkou mesta k problematike riešenia zmluvných vzťahov so SAD Prievidza, a.s., v oblasti výkonov vo verejnom záujme,
 ■ rokovanie s konateľom spoločnosti UNIPA, s.r.o., k pasportizácii verejného osvetlenia na území mesta.
23. 2. ■ účasť na zasadnutí zastupiteľstva Trenčianskeho samosprávneho kraja.
24. 2. ■ rokovanie o splácaní kúpnej ceny zo strany kupujúceho nehnuteľnosť majetku mesta,
 ■ rokovanie o riešení povinností mesta v oblasti separácie komunálneho odpadu a využitia kompostárne na území mesta Prievidza,
 ■ rokovanie s obyvateľmi Zelenej ulice o problematike kanalizácie pozemkov a výstavbe prístupovej cesty k ich rodinným domom,
 ■ stretnutie so zástupcami Klubu dôchodcov Necpaly,
 ■ stretnutie za účelom riešenia prípravy výstavby obchvatu Prievidze a Bojníc s dopravnými odborníkmi.
25. 2. ■ účasť na sneme Združenia miest a obcí hornej Nitry v Liešťanoch, kde bola primátorka mesta zvolená za podpredsedníčku tohto záujmového Združenia miest a obcí hornej Nitry.

UNIPA má nového konateľa

Miroslav Procháska



Do pozície konateľa spoločnosti UNIPA, spol. s r.o., Prievidza nastúpil 3. januára 2011 Miroslav Procháska. V kompetencii má komplexné riadenie spoločnosti, ktorého činnosť spočíva v spravovaní mestského majetku.

Spoločnosť zriadili pre spravovanie majetku mesta, kde doménou sú športoviská: zimný štadión, futbalový štadión, športová hala, plaváreň, strelnica slúžiaca mestskej polícii, verejné osvetlenie, cestná svetelná signalizácia a parkoviská na Dlhej ulici, Ul. T. Vansovej a Ul. A. Hlinku. Miroslav Procháska, nový konateľ spoločnosti, má 35 rokov a je absolventom Fakulty prírodných vied na Univerzite Mateja Bela v Banskej Bystrici. Má pätnásťročnú prax v riadiacich pozíciách v hoteliérstve a obchode. V rokoch 1996 - 2003 pracoval ako vedúci rekreačného strediska Púšť, ktoré v tom období prešlo rozsiahlou rekonštrukciou. Následne pôsobil v spoločnosti Baumax v Bratislave. Neskôr ako riaditeľ jedného z najväčších slovenských hotelov. Po návrate do Prievidze, teda od roku 2009 až do tohoročného januára, bol riaditeľom obchodného domu Nay. Má dve deti a vo voľnom čase by sa rád venoval svojim obľúbeným športom, na ktoré mu zostáva stále menej času. V minulosti sa aktívne venoval zápaseniu a karate. Momentálne hrá rekreačne tenis a rád pláva. Aj keď hovorí, že v ostatnom čase by toho chcel viac, než sa deje. Jeho koníčkom je rodina, knihy, najmä o histórii, divadlo, hudba viacerých žánrov, cestovanie a turistika. Ak to čas dovolí, rád by sa vrátil k svojej záľube z detstva, ktorou je akvaristika.

-vrb

Prvé kroky vo funkcii

Počas jeden a pol mesiaca pôsobenia Miroslava Prochásku na pozícii konateľa spoločnosti UNIPA, spol. s r.o., okrem oboznámenia sa so spoločnosťou, urobil niekoľko analýz, pripravil návrh riešení aktuálnych problémov a prijal i nevyhnutné opatrenia.

Nový konateľ Miroslav Procháska povedal, že nie je zástancom unáhlených opatrení, preto postupuje podľa priority jednotlivých problémov. „Jedna z prvých vecí, ktoré som zistil, je problém veľkej prezamestnanosti v celom meste. Aj u nás z tohto dôvodu znižujeme stavy. Ide momentálne o piatich pracovníkov na športoviskách, no v budúcnosti sa tento počet môže zmeniť,“ vysvetlil a dodal, že najmä pre športoviská sú výrazne krátené financie i pre tento rok. Po prijatí racionalizačných opatrení je Miroslav Procháska presvedčený o plnej funkčnosti. V súčasnosti dokonca predĺžili prevádzku plavárne, ktorá je otvorená pre verejnosť počas týždňa už od siedmej hodiny. Zimný štadión neznižuje prevádzkový čas a futbalový štadión je plne k dispozícii podľa potrieb a požiadaviek futbalového klubu.

Vízie

Krátko i dlhodobých vízií má však nový konateľ oveľa viac: „Rád by som sa zaoberal systémom verejného osvetlenia, jeho pasportizáciou a modernizáciou. Začíname budovať osvetlenie priechodov pre chodcov. Čo sa týka športovísk, stále nie je uzavretá diskusia na tému plavárne. Podľa môjho názoru a aj názoru kolegov vo firme neboli sanačné práce urobené kvalitne a odborne. Preto zvažujeme vykonanie ďalších krokov, ktoré by plaváreň dostali do takého technického stavu, aby vydržala ešte mnoho rokov.“ Na zimnom štadióne bude pokračovať rekonštrukcia strojovne, na ktorú by chcel nadviazať projekt tepelných čerpadiel. ZŠ dokáže produkovať toľko odpadového tepla, že sa s ním môže vykurovať samotný zimný štadión a podľa prepočtov odborníkov i športová hala, čím by sa dosiahla výrazná úspora prostriedkov mesta pri ich prevádzke. Ešte v tomto roku by spoločnosť UNIPA chcela prebudovať parkovisko na Dlhej ulici na záchytné parkovisko pre motoristov, prichádzajúcich do mesta. Momentálne nie je dostatočne vyťažené a za pomoci výraznejšieho značenia by sa mohla zlepšiť jeho využiteľnosť a zároveň dosiahnuť odľahčenie dopravy v centre mesta.

-vrb

Pomohli zabezpečiť odsávač hlienov

Dajana Zeliezková má len jedenásť rokov, no kvôli svojmu hendi-kepu môže žiť len za pomoci odsávača hlienov. Keďže so starým odsávačom mala neustále problémy, dostala nový.

Prievidžanka Dajana Zeliezková sa narodila so srdcovou poruchou, ktorú jej hneď po narodení operovali a odstránili. No kvôli pridruženému problému s tracheou, nemohla plynule dýchať. Od ôsmich mesiacov má Dajanka zavedenú kanylu. Nedýcha nosom, nemôže siakať a býva stále zahlienená. Pre prežitie ju treba pätnásť až dvadsať krát denne zbavovať hlienov, čo je veľmi náročné na starostlivosť. Od prístroja doslova závisí jej život. Odsávač, ktorý vlastnila doteraz, sa často kazil,

čo spôsobovalo nemalo problémov. Na sviatok sv. Valentína prejavila nezisková organizácia Spokojnosť dobré srdce a postarala sa o to, aby sa jej peripetie s nefunkčným prístrojom skončili. Pripravili malú slávnosť, na ktorej jej odovzdali nový odsávač hlienov. Prostriedky naň získali zorganizovaním benefičného koncertu koncom minulého roka a prispeli aj dobrí ľudia.

-vrb, foto: autorka

Primátorka vo vysielaní

Príspevky o Prievidzi a blízkom okolí, smerovanie a koncepcné riešenia do budúcnosti, opatrenia nového vedenia a mnoho ďalších tém bolo odvysielaných 14. 2. v televíznej relácii Regionálny denník STV.

Primátorka Prievidze Katarína Macháčková počas pol hodiny, kedy mohli diváci naživo svojimi otázkami vstupovať do programu, odpovedala na otázky týkajúce sa rôznych okruhov života v Prievidzi. Vecne hovorila na tému nepopulárnych racionalizačných opatrení, akými sú prezamestnanosť MÚ a jej dôsledkoch, o zadĺženosti a s ňou súvisiacimi úspornými krokmi. Vysvetlila problémy s úverovou zaťaženosťou mesta. Slovákov zaujímali plány vybudovania

sľubovanej rýchlostnej komunikácie R2 Prievidza - Trenčín, čo okomentovala takto: „V tejto otázke sa chcem angažovať aj ako poslankyňa Trenčianskeho samosprávneho kraja. Pripravujem petíciu a plánujem navštíviť aj ostatných predstaviteľov miest a obcí regiónu, aby sme spoločne, bez ohľadu na politickú situáciu, mohli zdôvodniť potrebu tejto komunikácie.“ Výstavba rýchlostnej komunikácie závisí aj s podporou zamestnanosti v regióne a vstupe investorov do

priemyselného parku. Informovala tiež o jednej z priorit, ktorou je výstavba nájomných bytov, o aktivitách na podporu zachovania železničnej trate na Hornú Štubňu, či o strašiacom „titanicu“. Na podnet divákov sa v rámci vysielania v krátkosti dostali i k športu a kultúre, kde sa zmenila o aktivitách, pripravovaných k 240. výročiu vzniku prievidzkých žien. Vysielanie obsahovalo tiež príspevky predstavujúce našich šikovných stredoškôlkov – konštruktérov a nezabudlo sa ani na zaujímavosti zo života mesta a histórie. Reláciu si môžete pozrieť aj na internete: <http://www.stv.sk/online/archiv/regionalny-dennik?i-d=44191&scroll=222>

-vrb

Osvetlenie zabezpečuje i bezpečnosť

Jednou z dôležitých informácií pre obyvateľov, prerokovávanej na poslednom mestskom zastupiteľstve, bola správa o stave verejného osvetlenia. Miroslav Procháska ju doplnil o zámery spoločnosti UNIPA, s.r.o., ktoré podporujú bezpečnosť obyvateľov a mestské zastupiteľstvo schválilo.

Nielen z pravidelných stretnutí obyvateľov s vedením mesta vyplynulo, že verejné osvetlenie v Prievidzi má svoje „nevychytané muchy“. V rozpočte schválenom na rok 2011 bola znížená rozpočtová suma na tento účel o 15,4%, čo znamená o viac ako 43 tisíc eur, čo predstavuje sumu na jeho prevádzku, čiže 240 tisíc eur. „Preto sme museli od januára pristúpiť k úsporným opatreniam a nastaviť intenzitu osvetlenia adekvátne k sume, ktorú máme k dispozícii,“ informoval štatutár správcu. To je i dôvod, prečo obyvatelia vnímajú nižšiu svietivosť v meste. Znamená to tiež, že niektoré miesta nesvietia vôbec. Opatrenie však urobili na základe dôkladných prieskumov, kde pracovníci fyzicky prechádzali niekoľko večerov celé mesto. Na miestach, kde sa zvyčajne nachádza a pohybuje viac ľudí a áut, tam nepristupovali k obmedzeniam, rovnako na križovatkách a priechodoch pre chodcov. V nočných hodinách sú vypnuté lokality ako

napr. cintorín po 20 hod., kedy sa pre verejnosť uzatvorí, taktiež sa vypína lesopark, a to pol hodiny po uzatvorení prevádzok. Ostatné lokality, ako park Skotňa, Vlčie Kúty, Púšť, sa vypínajú po polnoci. Na rozdiel od minulosti sa nevypínajú mestské časti. Tie svietia v rovnakom režime, ako samotné mesto. Na menej frekventovaných miestach svietia každá druhá lampa. V nočných hodinách nesvieti vjazd do mesta smerom od Novák, čím konkrétne sa ušetrí asi desať tisíc eur ročne. Pokiaľ sa stane, že dôjde k výpadku verejného osvetlenia aj v iných častiach, býva to spôsobené poruchami na rozvodoch. V spoločnosti UNIPA je pre takéto prípady zriadená nepretržitá Zelená linka: 542 46 95, kde môžu obyvatelia v prípade výpadku verejného osvetlenia túto skutočnosť nahlásiť. Každý pracovný deň sú v teréne štyria pracovníci, ktorí kontrolujú operatívne podnety a odstraňujú závady. V meste je 3500 svetelných bodov, kompetentní teda privítajú

spoluprácu i v tejto oblasti, keďže pri takom množstve sa im nie vždy podarí vedieť o každom probléme.

Schválili peniaze na revízie

Pri preberaní agendy nového vedenia, súvisiacej so spravovaním verejného osvetlenia, bolo zistené, že niekoľko rokov neboli v meste urobené jeho revízie. Rovnako neboli v rozpočte vyčlenené ani finančné prostriedky na ne. Je to však zákonná povinnosť mesta ako vlastníka a v neposlednom rade sú revízie nevyhnutné z hľadiska bezpečnosti prevádzky. Preto na mestskom zastupiteľstve bol podaný návrh na vyčlenenie 27 500 eur v štvorročnom cykle, čo je nevyhnutná suma pre revíziu štvrtiny infraštruktúry. Z tejto sumy bude každoročne zrevizovaná približne štvrtina VO. Postupne sa počas štyroch rokov komplexne zrevizuje verejné osvetlenie v meste. Poslanci tento návrh schválili. Podľa nových štandardov a noriem sa stane už v krátkom čase nevyhnutnosťou zo



Tento priechod chodcov by mal byť nasvetlený ako jeden z prvých.

zákona osvetlenie priechodov pre chodcov. V Prievidzi nie je zatiaľ osvetlený ani jeden. Technické riešenie je také, že samotný priechod sa nasvieti kontrastným svetlom s iným farebným spektrom. Vodič už z diaľky dokáže veľmi komfortne identifikovať, že na priechode sa nachádza chodec. V mnohých iných mestách to už obyvatelia mohli zaregistrovať. „Chceme, aby sa Prievidza zapojila do nastolených trendov, čím vyhovíme zákonným požiadavkám a výrazne sa zvýši bezpečnosť chodcov na cestách v našom meste,“ vysvetlil Prochás-

ka. Po preskúmaní situácie v meste s dopravným inžinierom vybrali, ako prvé, najfrekventovanejšie priechody pri OD Kaufland. Konkrétne smerom k bývalému OD Billa na Nábřežnej ulici a k elektrodomu Sky Elektro na Bojníckej ceste. Náklady na osvetlenie jedného priechodu odhadli na sumu 3 080 eur, čo zastupiteľstvo schválilo. V priebehu štyroch rokov by malo byť v Prievidzi osvetlených všetkých 30 priechodov pre chodcov.

.....
- vrb, foto: autorka

Mestské zastupiteľstvo hodnotilo i schvaľovalo

Februárové prievidzské mestské zastupiteľstvo malo na programe, okrem hodnotenia a správ o činnosti, i návrhy, v ktorých nechýbali úpravy interných smerníc mesta. Poslanci sa zhodli aj na možnosti uchádzať sa o titul Európskeho hlavného mesta mládeže pre rok 2014.



Začiatok rokovania patrilo vyhodnoteniu uznesení z minulosti. Deväť uznesení prijatých v roku 2010 bolo vyhodnotených ako splnené a navrhnuté na vypustenie zo sledovania. Náčelník Mestskej polície v Prievidzi Ľubomír Pomajbo predložil správu o činnosti Mestskej polície Prievidza za rok 2010. So správou o použití finančných prostriedkov mesta v MHD Prievidza za minulý rok oboznámil poslancov a ostatných prítomných dopravný riaditeľ SAD, a.s., Prievidza, Pavel Pařízek. Okrem iného oznámil, že MHD Prievidza skončila za rok 2010 v strate 285 890,86 €, z čoho výška doplatku mesta Prievidza za výkony vo verejnom záujme v MHD za rok 2010 predstavuje sumu 268 256,94 €. Nepriaznivý vplyv na tržby mal pokles prepravených osôb medziročne o 1,11% a zvýšenie počtu prestupov medziročne o 2,80%.

Poslanci vzali správu na vedomie a primátorka avizovala osobitné rokovanie poslancov a vedenia spoločnosti k téme MHD a jeho smerovania do budúcnosti s cieľom eliminovať narastajúcu stratu.

Novelizovali smernice

Právnik Róbert Pietrik predložil mestskému zastupiteľstvu podrobnú správu o vybavovaní sťažností, petícií, žiadostí o ochranu pokojového stavu a iných podnetov za rok 2010. Od 1. januára do 31. decembra 2010 bolo doručených mestu Prievidza na prešetrenie 61 podaní (36 podaní právneho oddeleniu a 25 podaní mestskej polícii). V uvedenom období bolo v zákonnej lehote vybavených 61 podaní, z ktorých dve podania boli došetrené z roku 2009 a dve podania prešli do roku 2011. Zo správy hlavnej kontrolórky mesta Jany Michaličkovej vyplynulo, že

na základe výsledkov vykonaných kontrol a kontrolných zistení za rok 2010 nevnikli povinnosť oznámiť orgánom činným v trestnom konaní žiadny prípad nasvedčujúci tomu, že bol spáchaný trestný čin. V rámci prehodnocovania interných smerníc sa do pléna na februárovom rokovaní dostali smernice č. 57 – Rokovací poriadok MsZ v Prievidzi, č. 55 – Štatút výborov volebných obvodov mesta Prievidza, č. 58 – Zásady odmeňovania poslancov a ďalších fyzických osôb a č. 56 – Štatút rady starších, ktoré boli prítomnými poslancami prijaté bez zásadných pripomienok. Schválili podanie žiadosti na vyradenie Školského strediska záujmovej činnosti pri ZŠ na Malonec-palskej ul. zo siete škôl a školských zariadení. Dôvodom je nízky záujem zo strany detí a možnosť zabezpečovať záujmovú činnosť, či už zo strany CVČ, alebo samotnej základnej školy.

Presunuli bytovú agendu

O prehľade pridelených bytov za obdobie júl až december 2011 informovala vedúca odboru starostlivosti o občana Vlasta Miklasová. Zároveň upozornila na zmenu v súvislosti s racionalizačnými opatreniami mesta. Od 1. marca 2011 bude agenda pridelenia bytov z činnosti MsÚ, odboru starostlivosti o občana, delimitovaná na spoločnosť Správa majetku mesta Prievidza, s.r.o., ako správcu mestského bytového a nebytového fondu. Znova bola pripomenutá informácia, že všetky žiadosti o pridelenie

bytu i informácie o tom, komu bol byt pridelený, nájdu obyvatelia na webovej stránke mesta. Poslanci sa v ďalších bodoch venovali žiadostiam o zriadenia vecných bremien a odpredaju nehnuteľného majetku. V čase vyhradenom pre obyvateľov nevystúpil s pripomienkou nikto. V ďalšom bode programu bolo vyhovené žiadateľom o nájom nebytových priestorov v Základnej škole na Ulici Energetikov pre školský bufet a v Materskej škole na Ulici Mišúta zo strany PTH, a.s., pre výmenníkovú stanicu.

Integračné centrum

Vedúci odboru výstavby a regionálneho rozvoja Vladimír Falat vysvetlil, že k 30. júnu 2011 sa musí Sociálno-integračné centrum presťahovať zo Svätoplukovej ul. na nové miesto. Ako najvhodnejšie sa ukázali bývalé jasle s materskou školou na Ul. Š. Závodníka. Základné úpravy pre fungovanie dvanástich organizácií a funkčné sprevádzkovanie deviatich kancelárií a dvoch väčších spoločenských miestností si vyžiada investíciu približne 25 tisíc eur, čo poslanci na tento účel schválili. Mesto sa zároveň zaviazalo podporiť projekt s názvom Dajme knihu každému, ktorý predstavuje vybavenie knižníc v pôsobnosti kultúrneho a spoločenského strediska spoluúčasťou 5%, čo predstavuje 450 eur. Rovnakú spoluúčasť prisľúbili aj pre rehoľu piaristov s cieľom pokračovať v obnove kostola a kláštora piaristov. Konkrétne ide v tomto roku o výrobu štyroch nových sôch

a rekonštrukciu podzemnej kaplnky v prípade, že Ministerstvo kultúry a cestovného ruchu SR schváli pre tento účel grant. Poslanci súhlasili aj s návrhom primátorky na zvýšenie ročnej ceny za dielo pre Regionálnu televíziu Prievidza, s.r.o., z pôvodnej schválenej čiastky v rozpočte z ôsmich tisíc eur na osemnásť, čo však v konečnom dôsledku, keď bolo v predchádzajúcich rokoch naplánovaných pre RTV 32 463,65 eur, predstavuje úsporu vo výške 14 463,65 eur ročne.

Mesto mládeže

Posledným bodom rokovania bolo rozhodnutie o návrhu poslancu Michala Dobiaša predložiť prihlášku na získanie titulu Európske hlavné mesto mládeže pre rok 2014. Poplatok za prihlásenie vo výške 800 € bude zahrnutý do prvej úpravy rozpočtu mesta Prievidza v roku 2011. Mestské zastupiteľstvo zároveň rozhodlo, že možnosť stať sa Európskym hlavným mestom mládeže, nesie nielen prestížny rozmer, ale aj možnosť prílevu cestovného ruchu a zároveň odsúhlasilo aj zloženie pracovného výboru pre prípravu prihlášky v zložení: Katarína Macháčková ako predsedníčka výboru, Michal Dobias ako vedúci výboru; a členovia výboru: Božena Gatiolová, Peter Paulík, Martin Drozd, Andrej Gilan, Matúš Richter, Lýdia Ondrejková a Gabriela Tunáčková.

.....
-mm, -vrb, foto: mm

Deň otvorených dverí

Detašovanom pracovisku Fakulty riadenia a informatiky Žilinskej univerzity v Prievidzi sa 4. februára 2011 uskutočnil Deň otvorených dverí. Akcia bola zameraná na propagáciu vysokoškolského štúdia na fakulte a prezentáciu pracoviska študentom stredných škôl z mesta a okolia.

Detašované pracovisko FRI ŽU v Prievidzi je plne akreditované pracovisko, ktoré poskytuje vysokoškolské vzdelávanie 1. stupňa, teda bakalárske v akreditovaných študijných programoch Informatika a Manažment. Od budúceho akademického roka 2011/2012 bude zabezpečovať aj externú formu štúdia v študijnom programe Manažment.

Možnosti štúdia

Po príhovore vedúceho detašovaného pracoviska Ing. Jozefa Juríčka, PhD., úvodnú časť pripraveného programu otvoril dekan fakulty prof. Ing. Karol Matiaško, PhD. V krátkosti priblížil takmer dvadsaťročnú existenciu detašovaného pracoviska

v Prievidzi (od r. 1992). Oboznámil študentov nielen s možnosťami štúdia u nás, ale aj o študijnej mobilite v zahraničí, ktorú fakulta podporuje cez výmenné programy v spolupráci so zahraničnými partnerskými univerzitami. V diskusii so študentmi stredných škôl pokračovala aj prodekanka pre vzdelávanie RNDr. Ida Stankovianska, CSc. Návštevníci mali k dispozícii informačno-propagačné materiály o možnostiach štúdia na fakulte a špeciálne na detašovanom pracovisku.

Priestory

Zaujímali sa nielen o materálno-technické zabezpečenie pracoviska, ale aj o výučbové priestory: aulu,

veľkú poslucháreň, študovňu, čítareň, internetovú študovňu, počítačové laboratória a ostatné prednáškové a seminárne učebne.

Odborný program

Súčasťou DOD bol aj odborný program vo forme prednášok, ukážok praktickej výučby a podpory vzdelávania, rozdelený do sekcií: Informatika, Počítačové inžinierstvo a Manažment. Program v jednotlivých sekciách zabezpečovali nielen pedagógovia a študenti z domáceho pracoviska, ale podieľali sa na ňom aj kolegovia zo Žiliny.

.....
Ing. Jozef Juríček, PhD.

ŽILINSKÁ UNIVERZITA, FAKULTA RIADENIA A INFORMATIKY, DETAŠOVANÉ PRACOVISKO PRIEVIDZA

otvára v školskom roku 2011/12 trojročné bakalárske štúdium v akreditovaných študijných programoch

Informatika – denná forma
Manažment – denná aj externá forma

Univerzita študentom ponúka:

- štúdium na fakulte, ktorej absolventi patria k najžiadanejším na trhu práce,
- moderný spôsob výučby (e-learningová podpora vzdelávania),
- kvalitne vybavené počítačové laboratória,
- prístup na internet vo vyučovacom procese aj mimo neho,
- zabezpečenie ubytovania a stravovania,
- možnosť pokračovať v inžinierskom, resp. v doktorandskom štúdiu.

Termín podania prihlášky na štúdium: 31. 3. 2011.

Kontakt: ul. Bakalárska 2, 971 01 Prievidza, tel. 046/54 230 56, studium@pd.uniza.sk, www.pd.uniza.sk alebo www.fri.uniza.sk

NPD 0009/11



Pozývame vás na kultúru

Kultúrne a spoločenské stredisko pozýva 29. marca 2011 do Domu kultúry v Prievidzi na skvelú komédiu Bolka Polívku pod názvom Pro dámu na balkoně.

Prievidza bude jedným z dvoch slovenských miest, kde budete mať možnosť vidieť legendárne autorské predstavenie Bolka Polívku - Pro dámu na balkoně - komédiu plnú nezvyčajných situácií, gagov, dialógov a rekvizít. A pritom hlavný odkaz je plný nostalgie, romantiky a skrytej nenap-

nenej túžby... Bolek Polívka v predstavení rozohráva opäť divadlo európskeho formátu. Celé svoje úsilie venuje Majster, ako si hovorí, dáma na balkóne. Je to dáma, ktorá sa ani neobťažuje vyjsť. Dáma, ktorú diváci vôbec nevzhliadnu. Keby však náhodou prišla, všetko musí byť dokonalé... Ďalej

hrajú a spievajú: Jaroslav Tichý, Jiří Pfeifer, Luděk Horáček, Milan Král.

Začiatok o 19. hodine.
Vstupenky v cene 18 € sú už v predaji v pokladni KaSS tel. 541 20 29

-vrb

Jeden svet opäť v Prievidzi

Filmový festival Jeden svet vstupuje 15. marca do svojho štvrtého ročníka. Organizátor, občianske združenie Človek v ohrození vás pozýva do Kultúrneho a spoločenského strediska v Prievidzi pozrieť si až do 19. marca 26 dokumentárnych filmov v deviatich kategóriách.

Diváci, ktorí sa prejedli nafúknutej a spravidla prázdnej bubliny pudingov z Hollywoodu a ktorí majú hlad po autentických príbehoch, prináša 4. ročník festivalu Jeden svet filmy bez obalu a hrdinov bez masiek. Naši supermani a supermanky sú z mäsa

a kostí a podliehajú zákonom fyziky. Sú veľmi zraniteľní – ako každý z nás. I tohtoročný festival prináša čistou neprikrášenú esenciu ľudských osudov. Nenechajte si ho ujsť. Od utorka do štvrtku sú začiatky premietania o 16,00 hod.,

v piatok o 15,30 hod., v sobotu o 10,00 hod. Ako hostí tentoraz v Prievidzi privítame Michala Hvoreckého, Mareka Ďuriša a Antona Srholca.

-vrb

MDŽ – Návrat k hodnotám

„Vždy budeme malým národom, ale pokiaľ budeme chrániť svoju pravdu, históriu a hodnoty, nikdy nebudeme bezmocní. Nie moc a postavenie, ktoré je pominuteľné, ale duch, ktorý v nás pretrváva – to je naša cesta, náš zmysel, náš osud.“

V. Mináč

Možno práve v dnešnej, mnohokrát uponáhľanej a rozporuplnej dobe, slová jedného z našich veľkánov platia dvojnásobne. Doba, v ktorej možno hľadáme viac na seba ako okolo seba. Doba, v ktorej sú, žiaľ, hlavnou prioritou práve moc, postavenie a peniaze. Pritom si ani neuvedomujeme, ako sa menia naše hodnoty, názory a postoje. Nemáme čas aspoň na chvíľu zastaviť sa, zamyslieť sa, poobzerať sa okolo seba. Pre mňa je práve 8. marec, Medzinárodný deň žien, dňom na zvolnenie tempa a zamyslenie sa. Do istej miery aj preto, lebo práve na tento sviatok boli v nedávnej minulosti diametrálne odlišné názory. Boli časy, keď si ho doslova privlastnila jedna strana a robili sa pompézne oslavy. Niekedy ho dokonca viac oslavovali muži ako ženy. Potom prišla doba, ktorá ho devastovala a snažila sa ho vymazať z kalendárov. V tom čase bolo naozaj zriedkavosťou vidieť mužov v tento sviatok s kyticou kvetín. Našťastie, jeden aj druhý extrém je už minulosťou. Pre mňa je MDŽ

sviatkom s veľkou hodnotou a tradíciou, sviatkom, ktorý si všetky ženy zaslúžia. Bez ohľadu na to, kto je pri moci, bez ohľadu na politické, ideové či vnútorné presvedčenie. Je to sviatok, ktorý by mal ľudí spájať a nie rozdeľovať. Ved' dajme si ruku na srdce, koľkokrát v roku si uvedomujeme postavenie a dôležitosť žien v našom živote? Nie nadarmo sa hovorí, že ženy sú tou lepšou a určite aj krajšou súčasťou nášho života. V modernom a civilizovanom svete, do ktorého Slovensko určite patrí, je to určite tak. Aj preto verím, že práve v tieto dni drvivá väčšina nás, mužov, nezabudne na tú krajšiu časť ľudstva. Bez akejkoľvek pompéznosti či povinnosti, by sme si mali nájsť čas, aby sme kyticou kvetov pri spoločnom posedení úprimne vyjadrili vďaku ženám, ktoré sú neoddeliteľnou súčasťou nášho každodenného života. Ľudský život je naozaj krátky a je poskladaný prevažne zo všedných dní, ktorými vyskladáme

mozaiku svojho života. O to viac by sme si mali vážiť dni, vymykajúce sa svojou výnimočnosťou zo všednosti. Výstižne to vyjadrila v štyroch vetách Meryl Streepová: „V to, čo veríme, je potrebné zahrnúť do každej oblasti nášho života. Zapojme do toho svoje srdce a schopnosti. Chráňme si svoje hodnoty, svoje presvedčenie, svoje ja. Nedovoľme, aby sa k nim dostali a mali na ne vplyv nenásytní, samoľúbí a zlí ľudia.“ Milé dámy, ženy, skôr i neskôr narodené slečny! Rád by som vám k vášmu krásnemu sviatku okrem zdravia, šťastia a lásky poprial, aby kvety ktoré v týchto dňoch dostanete, boli darované z lásky, vyslovené slová boli úprimné, spoločné stretnutia či posedenia veselá a priateľská. Zo srdca vám prajem, aby takýchto dní bolo vo vašom živote čo najviac.

S úctou

.....
Ľubo Dzurák, občianske združenie Horizont Hornej Nitry

Mestská policajti opäť na pochôdzkach

Od 1. februára 2011 príslušníci MsP Prievidza opäť využívajú peší výkon hliadkovej služby v uliciach mesta. Tento tradičný spôsob nie je novinkou a má nesporne svoje prednosti. Každý mestský policajt si obíde svoj pridelený úsek a môže zistiť tie skutočnosti, ktoré nie je možné spozorovať z motorového vozidla.



V dnešných dňoch už pešiu hliadku môžete stretnúť v uliciach častejšie.

Toto opatrenie zaviedol nový náčelník mestskej polície ako prvok skvalitnenia výkonu a zároveň priblíženia MsP obyvateľom mesta. „Neznamená však zníženie akcie-schopnosti mestskej polície. Pešia hliadka sa stala neoddeliteľnou súčasťou služby, pri ktorej sa naďalej využívajú aj služobné vozidlá. Hliadka tak absolvuje pochôzky v pridelených úsekoch mesta, kde vyhľadáva priestupky, porušenia všeobecne záväzných nariadení mesta alebo komunikuje s obyvateľmi, čím môžu tlmočiť svoje po-

žadavky priamo tomu, kto sa stará o ich bezpečnosť a poriadok,“ vysvetlil náčelník. Peší výkon je odpoveďou na opakované požiadavky obyvateľov mať „svojich“ policajtov. Teraz ich budú poznať a s dôverou sa môžu na nich obracať. Ďalšie kontakty hliadok MsP s obyvateľmi budú prebiehať aj na pravidelných stretnutiach v jednotlivých mestských obvodoch, čo umožní ihneď reagovať na vznesené pripomienky alebo ich vzájomné vysvetlenie. „V letných mesiacoch plánujeme peší

výkon MsP vo zvýšenom rozsahu, kedy okrem komunikácie s občanmi pôjde aj o elimináciu prípadných výtržností a porušovania verejného poriadku. Náročné úlohy, ktoré vyplývajú príslušníkom MsP zo zákona, nie je možné plniť bez aktívnej spolupráce s verejnosťou a v tomto vidíme jeden zo spôsobov, ako stanovené ciele môžeme dosiahnuť,“ dodal Lubomír Pomajbo.

.....
- vz, foto: -vrb

Dohodli sa na spolupráci

Generálny riaditeľ a predseda predstavenstva spoločnosti Slovenské elektrárne, a.s., Paolo Ruzzini a generálny riaditeľ a predseda predstavenstva spoločnosti Hornonitrianske bane Prievidza, a.s., Peter Čičmanec 10. februára 2011 v Zemianskych Kostolčanoch podpísali dohodu o spolupráci a spoločnom rozvoji nového energetického výrobného zariadenia na báze obnoviteľných zdrojov v Tepelných elektrárnach Nováky (ENO).

Nový zdroj spaľovania biomasy a zhodnocovanie triedeného komunálneho odpadu pokryje dlhodobé potreby regiónu Prievidza pre všetky domácnosti, zdravotné a kultúrne zariadenia, športoviská, ako aj pre malé a stredné podniky napojené na centrálnu zásobovanie tepla. Dodatočná tepelná energia bude využívaná na výrobu elektriny pre spotrebu približne 40 tisíc domácností. Na základe dohody Slovenských elektrární v spolupráci s Hornonitrianskymi baňami Prievidza prinesú do regiónu moderné energetické riešenie. Nový blok bude uvedený do prevádzky v roku 2015. Splnením najvyšších environmentálnych štandardov výrazne prispeje k plneniu európskych klimatických záväzkov Slovenska. Nový projekt ďalej posilní konkurencieschopnosť a spoľahlivosť dodávok tepla a elektriny v regióne. V súlade so strategickým zámerom Slovenských elektrární znižovať environmentálne zaťaženie prostredia, bude nový plánovaný zdroj v ENO využívať na výrobu tepla a elektriny obnoviteľné zdroje z Hornonitrianskeho regiónu.



Peter Čičmanec, Katarína Macháčková a Paolo Ruzzini.

Nová technológia

Generálny riaditeľ a predseda predstavenstva Slovenských elektrární, a.s., P. Ruzzini po podpise dohody zdôraznil: „Dnešným podpisom pokračujeme v naplňovaní nášho dlhodobého záväzku investovať do modernizácie elektrární a výroby zo zelených zdrojov. Nová technológia, ktorú budeme historicky v rámci Slovenských elektrární prvýkrát využívať práve v Tepelnej elektrárni Nováky, je jasným potvrdením nášho smerovania. Vďaka partnerstvu s Hornonitrianskymi baňami Prievidza, Elektrárne Nováky ešte výraznejšie prispievajú k rozvoju celého regiónu.“ Generálny riaditeľ a predseda predstavenstva spo-

ločnosti Hornonitrianske bane Prievidza, a.s., Peter Čičmanec uviedol: „Slovenské elektrárne, a.s., sú naším strategickým partnerom. Spolupráca na modernizácii Elektrárne Nováky, vrátane regionálneho zdroja tepla, je jednou z našich kľúčových aktivít. Bude mať priaznivý dopad nielen na životné prostredie, ale aj na rozvoj a úroveň regiónu a udržanie našej spoločnosti. Poskytuje priestor na diverzifikáciu v produkcii paliva a udržanie priaznivých cien tepelnej energie pre obyvateľov Prievidze a pre okolité priemyselné podniky.“

.....
-vrb, -as, foto: archív HBP

Zo zvodiak mestskej polície

10. 2. 2011

Mali „nakúpené“

01:55 hod. Zamestnanec SBS na MsP oznámil, že v priestoroch obchodnej prevádzky sa nachádzajú tri osoby, ktoré sú zjavne pod vplyvom alkoholu a obťažujú zákazníkov. Hliadka MsP na mieste zistila, že išlo o troch 19-ročných obyvateľov Bojníc. Kamera v prevádzke zaznamenala ich neslušné správanie, kedy sa váľali po zemi, kopali do plastovej fľaše, vozili sa na paletovom vozíku a pokrikovali na okolité osoby. Škodu na majetku nespôsobili. Po vytriezvení budú musieť svoje správanie vysvetliť na MsP. Za priestupok na úseku verejného poriadku im hrozí bloková pokuta.

11. 2. 2011

Trúfol si na menšieho

17:45 hod. Voľne pobežujúci nemecký ovčiak napadol psa menšieho vzrastu, ktorého viedla obyvateľka mesta. Tá privolala hliadku MsP. Príslušníci MsP agresívneho psa izolovali a snažili sa zistiť jeho držiteľa. Po chvíli na miesto prišla dcéra majiteľa psa, ktorá sa s poškodenou dohodla o náhrade spôsobenej škody. Držiteľom psa je obyvateľ mesta, ktorý je podozrivý z priestupku na úseku verejného poriadku, spáchaného porušením VZN mesta Prievidza. Vecou sa zaoberá MsP.

12. 2. 2011

Nie vždy je zlá svokra

09:45 hod. Agresívna nevesta sa na návšteve u svokry správala nepríčetne, počas čoho jej nadávala a bránila pri varení obeda. Nešťastná žena v stave zúfalstva privolala hliadku MsP. Po následnom pohovore sa nevesta svokre ospravedlnila, neprístojné správanie bolo riešené napomenutím a ženy dovarili obed spoločne.

17. 2. 2011

Break dance pred domom

06:45 hod. Obyvateľka mesta oznámila, že pred bytovým domom sa „váľa po zemi mladík, ktorý vykrikuje“. Išlo o 20-ročného obyvateľa mesta, ktorý bol

značne pod vplyvom alkoholu. Mladý muž bol nasmerovaný domov, po vytriezvení sa bude zodpovedať z priestupku na úseku verejného poriadku.

18. 2. 2011

Agresívna žena v akcii

17:10 hod. Na Námestí slobody boli príslušníci MsP svedkom hrubého správania ženy, ktorá hlasno a vulgárne nadávala pri nej stojacemu mužovi. Žena bola hliadkou upozornená na slušné správanie, po čom spustila spfšku vulgarizmov na príslušníkov MsP. Napriek výzve odmietla preukázať svoju totožnosť a napriek aktívnemu odporu bola predvedená na MsP, k čomu museli byť použité hmaty a chvaty sebaobrany. Išlo o Janu D.(1976) z Prievidze, ktorá sa dopustila priestupkov na úseku občianskeho spolunážívania a verejného poriadku, za ktoré jej bola uložená pokuta v blokovom konaní.

Pozor na zlodějov benzínu!

23:45 hod. Obyvateľka mesta oznámila, že okolo jej vozidla sa pohybujú podozrivé osoby. Podozriví boli zadržaní príslušníkmi polície. Pri sebe mali prázdne plastové nádoby a zrejme sa pokúšali o odcudzenie pohonných hmôt z motorových vozidiel. Hliadka MsP vykonala v rámci súčinnosti kontrolu zaparkovaných vozidiel, počas ktorej nebola zistená škoda na majetku osôb. Vecou sa zaoberá PZ SR.

19. 2. 2011

Chcela si pospať na chodníku

02:40 hod. Kamera MKS zaznamenala osobu ležiacu na zemi. Hliadka MsP zistila, že išlo o ženu, ktorá bola značne pod vplyvom alkoholu. Keď sa pokúšali jej pomôcť, namiesto vďačnosti dostali spfšku vulgarizmov a opitá príslušníčka nežného pohlavia ich posielala na miesta, ktoré tu nemožno reprodukovať. Ponúkané ošetrenie s nadávkami odmietla. Jednalo sa o Želmíru S. (1957) z Prievidze, ktorá sa po vytriezvení bude zodpovedať za priestupok na úseku verejného poriadku.

.....
Lubomír Pomajbo
náčelník MsP Prievidza

Delimitácia bytovej agendy

Mesto Prievidza oznamuje obyvateľom, že v súvislosti s racionalizačnými opatreniami mesta bude delimitovaná agenda pridelovania bytov z činnosti MsÚ, Odboru starostlivosti o občana na spoločnosť zriadenú mestom Prievidza, Správa majetku mesta Prievidza, s.r.o., ako správcu mestského bytového a nebytového fondu. S účinnosťou od 1. marca 2011 obyvatelia mesta môžu žiadosti týkajúce sa mestskej bytovej problematiky predkladať na Správu majetku mesta Prievidza, s.r.o., so sídlom na Ul. T. Vansovej č. 24 v Prievidzi, a to v stránkových dňoch pre verejnosť:

Pondelok: od 8.00 h – do 12.00 h od 13.00 h – do 15.00 h
Streda: od 8.00 h – do 12.00 h od 13.00 h – do 16.00 h
Piatok: od 8.00h – do 12.00 h

Žiadosti o pridelenie bytu sú i naďalej dostupné na internetovej stránke mesta Prievidza: www.prievidza.sk.

Mestský úrad, Odbor starostlivosti o občana Prievidza

Ocenenie KULTÚRA 2010 v rukách úspešných Prievidžanov



ZA NETRADIČNÉ KULTÚRNE PROJEKTY získali ocenenie Helena Dadíková a Miroslav Kormoš.

Pri príležitosti oslavy životných jubileí talentovaných skupín a jednotlivcov a za významný prínos v oblasti kultúry boli 11. februára v Kultúrnom centre v Bojniciach ocenení umelci, kolektívy a inštitúcie. Stalo sa tak na prestížnom podujatí KULTÚRA 2010. Večer sa niesol v znamení pripomenutia si najvýznamnejších kultúrnych udalostí a tvorivých činností, dosiahnutých nositeľmi kultúry v našom regióne počas predchádzajúceho roka. Ocenenie si odniesli aj poprední prievidzskí umelci.

Cena Združenia pre rozvoj regiónu horná Nitra ZA OSOBITNÝ PRÍNOS K ROZVOJU KULTÚRY HORNEJ NITRY bola udelená: Mažoretkám TS Trend Prievidza pri príležitosti 25. výročia od ich vzniku.

Od roku 1985 získali mažoretky viacero významných ocenení: stali sa majsterkami Slovenska ich kategórií, a to skupinovo i sólo formácií. Teleso pracuje pod odborným vedením sestier Kataríny a Anny Sokolových.

Jánovi Reisovi, ľudovému umelcovi z Prievidze pri príležitosti jeho životného jubilea 90 rokov. Napriek svojmu veku doposiaľ nechýbal na významných regionálnych i celoštátnych prehliadkach tradičného ľudového umenia a kultúry. Osobitne sa venuje zhotovovaniu výrobkov z kože: pastierskych bičov a korbáčov, ale i jazdeckých či drábskych bičov a rôznych dekoratívnych príveskov kombinovaných s inými materiálmi.

Štefanovi Orságovi, divadelníkovi z Prievidze pri príležitosti jeho jubilea 60 rokov. Od svojej mladosti sa venoval neprofesionálnemu divadlu. Do roku 1982 účinkoval v divadelnom súbore v Partizánskom a od roku 1982 je režisérom a aktívnym členom Divadla „A“ v Prievidzi.

Milanovi Medúzovi, výtvarníkovi z Prievidze pri príležitosti jeho jubilea 75 rokov.

Výtvarnej tvorbe sa intenzívne venuje od pol. 90-tych rokov dvadsiateho storočia. Najskôr pôsobil ako neprofesionálny výtvarník, oceňovaný v celoslovenských a regionálnych výtvarných súťažiach. V súčasnosti je aktívnym členom výboru Klubu výtvarných umelcov a teoretikov v Bratislave. **Cena riaditeľky Kultúrneho centra v Prievidzi ZA TVORIVÝ ČIN ROKA bola udelená:**

V oblasti výtvarného umenia Oľge Šarinovej za autorskú výstavu Cesta svetla.

Okrem množstva ocenení, o originalite jej tvorby svedčí fakt, že je nositeľkou Ceny Ex equo Giovanni Emergenti, za mimoriadny zjav a prínos do medzinárodného výtvarného umenia na medzinárodnej súťažnej výstave Perla dell'Adriatico v Taliansku v roku 2008.

V oblasti hudby kolektívu hudobníkov: Vladislavovi Leškovskému, Romanovi Mečiarovi, Martinovi Glonekovi, Marekovi Škvareninovi.

Cena im bola udelená za aranžmány piesní a kreatívny hudobný sprievod finalistov súťaže Krištáľová váza 2010.

Cena riaditeľky Hornonitrianskej knižnice v Prievidzi ZA TVORIVÝ ČIN ROKA bola udelená:

Lenke Gahérovej za vydanie kníh A zajtra bude nový deň a Čas nových nádejí.

Autorka svoju prvotinu charakterizuje ako „smutný príbeh o láske odľahčený humorom, kde koniec je novou nádejou a novým začiatkom.“

Cena Okresnej rady Matice slovenskej v Prievidzi ZA UCHOVÁVANIE A ROZVOJ KULTÚRNEHO DEDIČSTVA NÁRODA bola udelená:

Hornonitrianskemu múzeu v Prievidzi za mimoriadny podiel na ochrane a zveľaďovaní kultúrneho dedičstva regiónu hornej Nitry. **Erikovi Kližanovi**, členovi redakčnej rady Prievidzský občasník, za dlhoročnú objavnú prácu v oblasti mapovania histórie mesta Prievidza a jej popularizáciu. **Jánovi Sabovi**, členovi redakčnej rady Prievidzský občasník, taktiež za dlhoročnú objavnú prácu v oblasti mapovania histórie mesta Prievidza a jej popularizáciu.

Pamätný list riaditeľky RKC v Prievidzi ZA DLHOROČNÚ KULTÚRNOOSVETOVÚ ČINNOSŤ bola udelená:

Ľudovej hudbe DFS Malý Vtáčnik pri príležitosti 20. výročia od ich vzniku.

Malý Vtáčnik pracuje v meste od roku 1990. Od jej založenia ju vie-

jednotlivých mestských častí Prievidze.

Hudobnej skupine Vabank z Prievidze pri príležitosti 20. výročia od ich vzniku.

Skupina účinkovala na rôznych festivaloch, prehliadkach a koncertoch. V jej radoch sa vystriedalo mnoho vynikajúcich hudobníkov a niektorí z nich založili vlastné hudobné skupiny. Jej vedúcim je Mário Bošiak.

Speváckej skupine Radost' z Prievidze pri príležitosti 10. výročia od ich vzniku

Kvalitnými vystúpeniami sa prezentuje na podujatiach mesta, regionálnych prehliadkach a festivaloch a rôznych kultúrno-spoločenských podujatiach. Vedúcou skupiny je Eva Sáková.

Speváckej skupine Trávníček z Prievidze pri príležitosti 10. výročia od ich vzniku.

Spevácka skupina je organizátorom festivalu piesní Kto si rád zaspieva a jeho pravidelným účastníkom. Prezentovala sa i na regionálnych prehliadkach a festivaloch a za obdobie svojho pôsobenia vydala dva piesňové CD albumy. Vedúcou skupiny je Irena Čičmancová.

Jurajovi Leporisovi, ľudovému umelcovi z Prievidze pri príležitosti jeho 85-tich narodenín

Sortiment jeho tokárskych výrobkov je z hľadiska úžitkovosti rôznorodý: dózy, misy, svietniky, podnosy, tanieri, rámy obrazov a iné, avšak štýlovo veľmi čistý. Venuje sa i voľnej tvorbe plastík,

Barbore Novákovej z Prievidze za úspešnú prezentáciu na 56. ročníku Hviezdoslavovho Kubína na celoštátnej postupovej súťaži a prehliadke v umeleckom prednese poézie a prózy.

Fotoklubu Junior pri CVČ Spektrum Prievidza za úspešnú prezentáciu regiónu na krajskom a celoslovenskom kole súťaže amatérskych fotografov AMFO.

Matúšovi Granecovi za 1. miesto v celoslovenskom kole súťaže amatérskych fotografov AMFO v kategórii farebná fotografia do 21 rokov.

Cena občianskeho združenia K-2000 ZA NETRADIČNÉ KULTÚRNE PROJEKTY bola udelená:

Helene Dadíkovej za projekt Chopinov most. Koncert s medzinárodnou účasťou prebiehajúci v septembri 2010 pri príležitosti 200-tého výročia narodenia Frederika Chopina v Kultúrnom centre v Bojniciach. Okrem Bojníc bolo do projektu zapojené aj poľské mesto Zator a maďarské Berekfurdo.

Miroslavovi Kormošovi za invenčnú propagáciu originálnych kultúrnych a umeleckých aktivít na hornej Nitre v internetovom časopise s názvom Tamase. Internetový časopis o umení, kultúre a spoločnosti vychádza od roku 2009 v pdf. formáte.

Cena Regionálneho združenia pre rozvoj cestovného ruchu Horná Nitra ZA MIMORIADNY PODIEL NA ROZVOJI



Kolektív hudobníkov získal ocenenie ZA TVORIVÝ ČIN ROKA.

dol Daniel Kubizna a od roku 2003 je pod vedením Jána Strmenského. Pri úpravách piesní spolupracuje Peter Hrbík. V roku 2000 ľudová hudba získala na festivale v Myjave Cenu Samka Dudíka.

Kultúrnemu a spoločenskému stredisku v Prievidzi pri príležitosti 20. výročia od ich vzniku.

Cenu dostáva za vytváranie priaznivých podmienok pre činnosť takých významných súborov ako je Vtáčnik, Malý Vtáčnik, Divadlo „A“ a Divadlo Shanti, o.z., Klub rodákov, Filmový klub, kluby dôchodcov i ďalšie telesá. Jeho súčasťou sú kultúrne zariadenia

tzv. solitérov, ktoré sa vyznačujú takisto štýlovou prepracovanosťou tvaru.

Ďakovný list Združenia miest a obcí hornej Nitry ZA ÚSPEŠNÚ REPRESENTÁCIU HORNEJ NITRY bol udelený:

Martine Mikušovej, výtvarníčke, za ocenenie na celoštátnej súťaži neprofesionálnej výtvarnej tvorby, Výtvarné spektrum v Piešťanoch.

Divadlu „A“ a Divadlu Shanti, o.z., Prievidza, za úspešnú prezentáciu na celoštátnej súťažnej prehliadke Divadlo a deti v Rimavskej Sobote.

CESTOVNÉHO RUCHU NA HORNEJ NITRE bola udelená:

Oľge Kotianovej za prezentáciu a propagáciu regiónu horná Nitra. Podnikateľka, ktorá sa venuje propagácii Slovenska a regiónu horná Nitra na zahraničných výstavách a workshopoch so zameraním na ruskú a ukrajinskú klientelu.

OZ Aeroklubu letisko Prievidza za mimoriadny podiel na propagácii hornej Nitry počas MS v bezmotorovom lietaní.



Dve prievidské hviezdy týždňa

Pre milovníkov štatistiky prinášame opäť najdôležitejšie údaje zo stretnutí 36.-39. kola najvyššej súťaže basketbalistov.

Extraliga muži

36. kolo – 16.2.2011

Prievidza – Inter Bratislava
86:83

Štvrtiny: 22:23, 18:19, 23:16, 23:25, body: Fears 26, Uhlíř a Szalay po 13, Hallett 11, Boor 7, Pipiška 4, Ridzoň 2, Štorcel 1 – Lukjanec 20, Gavran 15, Milošević a Mičuda po 13. Fauly: 17 - 17, trestné hody: 18/12 – 15/10, trojky: 6 – 9, divákov: 2000.

37. kolo – 19.2.2011

Levice – Prievidza 84:95

Štvrtiny: 13:25, 32:26, 14:18, 25:26, body: Englisch 26, Bernard 25, Lutovský 11 – Fears 34, Szalay 23, Hallett 15, Majoroš 11, Uhlíř 8, Štorcel a Leško po 2. Fauly: 21 - 19, trestné hody: 24/17 – 17/15, trojky: 3 – 8, divákov: 2100

38. kolo – 23.2.2011

Prievidza – Komárno 75:79

Štvrtiny: 25:24, 15:18, 19:26, 16:11, body: Szalay 21, Hallett 19, Fears 16, Majoroš a Uhlíř po 6, Leško 4, Štorcel 3 – Berkis 20, Burrows 17, Johnson 11. Fauly: 11 – 16, trestné hody: 17/13 – 14/9, trojky: 6 – 8, divákov: 2100.

39. kolo – 26.2.2011

Prievidza – Spišská Nová Ves
78:74

Štvrtiny: 12:16, 23:26, 17:15, 26:17, body: Fears 20, Szalay 13, Štorcel 11, Leško, Uhlíř po 9. Ridzoň, Hallett po 7, Majoroš 2 – Johnson 15, Mróz 13, Mielczarek 11. Fauly: 18 – 17, trestné hody: 11/8 – 14/9, trojky: 10 – 7, divákov: 2200.



Najlepším hráčom 21. týždňa najvyššej basketbalovej súťaže na Slovensku bol vyhlásený 25-ročný rozohrávač BC Prievidza Jeremy Fears.

Americký miláčik prievidského publika najskôr zložil do kolien bratislavský Inter, ktorému do koša pribalil dvadsaťšesť bodov a ešte si pripísal aj sedem asistencií. O tri dni bol opäť strojcom víťazstva a treba povedať, že nečakaného, ale o to príjemnejšieho. Tentoraz si urobil trhací kalendár z hráčov súpera pod košmi v Levice. V Tekove sa predviedol brilantnou strelbou, keď súperovi nasúkal tridsaťštyri bodov, z toho päť trojok. Okrem iného stihol získať aj päť doskočených lôpt a zo siedmich jeho prihrávok úspešne bodovali spoluhráči.

Na druhej pozícii

Za Jeremym sa umiestnil Gabo. Ďalšou hviezdou týždňa, hneď na druhej pozícii, bol prievidský pivot Gabriel Szalay. Reprezentačný pivot má formu ako vyšitú. Je radosť sa na neho dívať, ako svojimi zákrokmi zabáva seba, divákov i spoluhráčov. Stíha nielen doskať a blokovať súperove strely, ale celkom solídne zveľaďuje i svoje bodové konto. V dvoch zápasoch v siedmeho týždňa doskočil 27 (14 + 13) odrazených lôpt a dal 36 (13 + 23) bodov. V tomto ročníku sa stalo prvý raz, že prvé dve hviezdy týždňa sú z jedného klubu. Gratulujeme a veríme, že tieto honory nie sú poslednými.

.....
-Is, foto: Ivan Valko

Nová posila v drese BC

Richard Leško, 204 centimetrov vysoký hráč, je novou posilou v tíme prievidského A-mužstva. Absolvent niekoľkotýždňového kempu (2006) s profesionálmi zámořskej NBA v Chicago Bulls sa v drese košických technikov tešil v roku 2007 z titulu majstra Slovenska. Dostal sa do národného

tímu a vydal sa skúsiť šťastie aj za hranice. Chvíľu pobudol v Maďarsku a Česku. V Prostějove utrpel nepríjemné zranenie a po dvoch operáciách musel nutne pauzovať. Po dlhobodovej rehabilitácii v Nemecku a Taliansku sa vracia späť na palubovku. Tridsaťročný basketbalista dokáže zahrať aj na pozícii

krídla a nemá problém presadiť sa ani pod košom. Nuž, sme zvedaví, ako sa Richard uchytí. Príležitosť dokázať svoje kvality od trénera Antónia da Cruz určite dostane a ako ju využije, záleží len na ňom samotnom.

.....
-Is, foto: autor



SVET FAREBNÝCH KRÍDEL



Autorská výstava fotografií

Viliama Ridzoňa

28. február - 11. marec 2011

Dom kultúry Prievidza

Ušľachtilá záľuba Vila Ridzoňa

Viliam Ridzoň, 35-ročný odchovanec hráč BC Prievidza, je nielen správnym vzorom profesionálneho basketbalistu, ale vo svojom bojovnom srdci má miesto aj pre krásu prírody.

Jeho veľkou záľubou je fotografovanie motýľov. Vilo v týchto dňoch vystavuje svoje najkrajšie kúsky na výstave pod názvom Svet farebných krídel, ktorú môžete bezplatne vidieť v Dome kultúry v Prievidzi od 28.februára do 11. marca 2011. „Som veľmi rád, že sa mi podarilo vytvoriť diela, ktoré

môžem vystavovať. Od roku 2004 som nazbieral množstvo veľmi kvalitného materiálu a chcem sa s ním spolu s ďalšími nadšencami fotografovania prírody podeliť. Zároveň som chcel ukázať, čomu sa venujem vo voľnom čase a čo ma najviac baví. Prievidza a jej okolie ponúka veľmi veľa možností pri

realizácii môjho koníčka. V našom regióne je bohatá škála krásnych a zaujímavých motýľov. Stačí sa len pozorne zahľadieť a v správnej chvíli stlačiť spúšť fotoaparátu,“ povedal Viliam Ridzoň

.....
-Is

Športový servis

Basketbal
extraliga muži

36. kolo

Spišská Nová Ves – Handlová 81:62, štvrtiny: (19:15, 17:15, 23:14, 22:18), najviac bodov: Delič 19, Madaj 15, Gavlák 10.

37. kolo

Banská Bystrica – Handlová 80:61, (16:19, 22:17, 17:8, 25:17), najviac bodov: Delič 17, Barišič 15, Golian 10.

39. kolo

Svit – Handlová 93:85, (22:22, 18:23, 22:24, 31:16), najviac bodov: Delič 24, Milošević 19, Gavlák 15, Barišič 10.

Handlovský basketbalový tím posilnil srbský rozohrávač Nenad Milošević, naopak svoju činnosť v tomto klube ukončili Kamaldin Gamma a Martin Biňovský.

Regionálna súťaž

Žiačky

Prievidza – Handlová 20:47, body: Drozdová a Ondrejková po 6 – Schmidtová a Majsniarová po 10, druhý zápas 29:46, body: Flimelová 7, Ondrejková, Drozdová po 6 – Schmidtová 9, Pišová 8.

Žiaci

Prievidza – Lučenec 59:36, body: Toráč 30, Pasovský 16, druhý zápas 59:39, body: Toráč 24, Pasovský 19.

Starší žiaci

Prievidza – Žiar nad Hronom 79:12, body: Hupka 17, Špánik 15, druhý zápas 100:13, body: Sumer, Hupka a Špánik po 16.

Volejbal
I. liga mužov

16. a 17. dvoj kolo skupiny STRED

TJ Priemstav Prievidza – Neografia Martin 1:3 (-14, -22, 25, -24) a 2:3 (-23, 20, -22, 21, -11)

MVK Detva – TJ Priemstav Prievidza 3:0 (22, 19, 24) a 3:1 (20, -18, 16, 11)

Džudo



Dvanásťčlenná výprava TJ Sokol Prievidza sa zúčastnila II. kola celoročnej súťaže Turnaj olympijských nádejí v Martine. Až osem pretekárov vystúpilo na stupeň víťazov. Prvé miesta obsadili: Denis Škultéty (do 30 kg), Ján Matiaš (do 45 kg), Matej Škultéty (do 50 kg) a Mária Šimová (do 57 kg). Druhý skončil Nikolas Karásek (do 36 kg). Na tretích miestach sa umiestnili: Matúš Matiaš (do 24 kg), Timotej Čery (do 40 kg) a Miroslav Hýll (do 50 kg).



V sesterskom finále si s Češkami naše dievčatá hravo poradili.

Ženský hokej? Prečo nie?

Keď Boh zobral Adamovi rebro, aby stvoril Evu, pravdepodobne netušil, čoho všetkého budú dnešné emancipované ženy schopné. Veci a činnosti, ktoré boli pre naše krajšie polovičky dlho tabu, sú dnes bežnou súčasťou života, a dokonca aj šport, akým je napríklad hokej. Aj vďaka tomu mali diváci v Prievidzi možnosť zažiť túto namáhavú a rýchlu hru práve v ženskom podaní. Uskutočnil sa tu turnaj štyroch krajín, na ktorom sa zúčastnili reprezentačné tímy Rakúska, Francúzska, Česka a Slovenska.

Ľahkosť na úvod

Slovensko – Rakúsko 8:1 (3:0, 4:1, 1:0)

Úvodný zápas turnaja bol pre naše dievčatá doslova malinou. Pri všetkej úcte k Rakúšankám, musíme konštatovať, že v našom tíme by mohli akurát tak vodu nosiť. Po dvoch tretinách bolo hrozivých 7:1 v náš prospech. Poslednú tretinu Slovenky zvoľnili a súpera zrelého na uterák sme napokon nechali v pokoji dožiť. O naše góly sa postarali: Čupková, Džurnáková, Moravčíková, Gajdošová, Kapustová, Čulíková, Vargová a Jurčová.

Nevidaný obrat

Slovensko – Francúzsko 3:2 po predĺžení (0:1, 0:1, 2:0 – 1:0) Francúzske hokejistky sa prezentovali výbornou celoplošnou hrou. Keďže naše dievčatá spali tvrdým spánkom zakliatej Šípkovej Ruženky, nik sa nedivil, že po dvoch tretinách Slovenky prehrávali 0:2. Počas druhej prestávky sa v šatni

celkom isto udialo dvíhanie mandlí. Svedčil o tom nielen výraz nasrdeného trénera Karafiáta, ale i odhodlanie našich reprezentantiek v poslednej tretine. Následne sa v štyridsiatej štvrti a štyridsiatej šiestej minúte gólovo presadili Herichová so Žitňanskou a bolo vyrovnané. Potom si už obe družstvá dávali pozor a zápas v riadnom hracom čase skončil nerozhodne 2:2. V predĺžení sa diváci nestihli ani poriadne usadiť a naša Čupková poslala presnou strelou Francúzky definitívne do šatne.

Vo finále so sestrami

Ak sú Česi naši bratia, tak Češky sú naše sestry, to je jasné, no nie? Pred nami bolo teda finále, ako sa patrí. S napínavým národnostným nábojom.

Slovensko - Česko 3:1 (2:1, 0:0, 1:0) V rozhodujúcom stretnutí o celkové prvenstvo na turnaji začal lepšie český výber. Pred viac ako osemsto divákmi sme v trinástej minúte inka-

sovali gól z hokejky Vanišovej. Do konca prvej tretiny však naše devy otočili vývoj zápasu i skóre vo svoj prospech, keď sa gólovo presadili Čupková a Kapustová. Druhá tretina sa v krátkosti dá definovať ako skóre udržiavajúca. Hrlo sa totiž bez gólov. V poslednej časti hry dala víťaznú poistku na 3:1 Jurčová. Zve-

renkyne kouča Miroslava Karafiáta na turnaji neokúsili trpkosť prehry a prvenstvo im preto patrí plným právom. Zdolané Češky skončili druhé pred tretími Francúzkami. Posledné miesto patrí Rakúšankám.

.....
-Is, foto: autor



Zaujímavá momentka. Dievčatá, nemalo by sa na tých korčuľach stáť?

Čelu tabuľky vládnu Sibírski tigri

Slovenská liga v interkrose pokračovala piatym hracím dňom práve v Prievidzi. Interkros je hra odvodená od lakrosu, ktorú vymysleli v šestnástom storočí Indiáni z kmeňa Hurónov. Tí sa pomocou čudne zakrivených palíc snažili dostať malú loptičku z jedného konca hracej plochy na druhý. Pritom si navzájom podrážali nohy, priam sa mlátili, škriabali a údajne sa tvárili veľmi zúrivo a príšerne jačali. Podľa legendy to bola posvätná hra. Zodpovedala tomu aj príprava, ktorá sa skladala nielen z modlitieb a pôstu, ale i rituálnych obradov.



Interkros si vyžaduje nielen dobrú kondíciu, ale i aj perfektne zvládnutú techniku.

Dnes má však interkros podstatne iné pravidlá. Princíp súťaživosti ostáva, samozrejme, zachovaný. Tento šport je dnes rozšírený po celej Európe. Môže sa hrať vonku alebo v telocvični, pričom ideálne ihrisko má rozmery hádzanárskej plochy. Hracím nástrojom je palica so špeciálnou plastickou hlavou a loptička vyrobená z mäkkého kaučuku. Je to mimoriadne dynamický a rýchly šport, kde sa behá, kľučkuje a klamlivými pohybmi sa útočiaci hráči snažia zmiestniť súperov. Družstvo sa skladá z dvanástich hráčov, pričom na ihrisku sú vždy štyria v poli a piaty je brankár. Hrá sa 3 x 15 minút a víťazom je ten tím, ktorí vsieti viacej gólov. Fyzický kontakt

na rozdiel od indiánskej tradície je v súčasnej podobe hry nedovolený. Tomuto nevšednému športovému odvetviu sa venujú až tri prievidzské kluby: Pampúch, IKP Býci a Sibírski tigri. V lige štartuje aj družstvo Choré vrany z Vrbového a medzinárodný punc súťaží dodáva Ontáριο z Prahy či maďarská reprezentácia Hungary. Na čele tabuľky sa pevne usadili naši Sibírski tigri (25 bodov) pred českým Ontáriom (19 bodov), tretí nasleduje Pampúch (17 bodov), štvrtí sú Býci (7 bodov), piaty tím sú Choré vrany (5 bodov) a tabuľku posledným miestom uzatvára Hungary (4 body).

.....
-Is, foto Ivan Šturcel

Kanoisti na pretekoch bez kvapky vody

Vodáci, a je jedno či kanoisti alebo kajakári, dokazujú svoju zručnosť zásadne na vode. Čo však v čase, keď má moc u nás v rukách pevne Pani Zima? Vodné hladiny sú zamrznuté na betón, navyše vonku je zima a fúka studený severák. A čo urobí človek, ktorý sa nudí a začne špekulovať? Vymyslí predsa pádlovací trénažer! Jednoduché ako koliesko z fúrika...Trošku pritiažené za vlasy, ale pointa je jasná.

O tituly v hale

Športová hala Mladost' v Bratislave bola dejiskom majstrovstiev Slovenska v ťahaní na trénažeri. O tituly si to prišlo rozdať 135 pretekárov z trinástich klubov. Súťaži dali medzinárodný rozmer vodáci z Litvy a susedného Česka. Technické za-

bezpečenie malo pod palcom Národné športové centrum, ktoré zabezpečilo na pódiu šesť trénažerov v jednej lajne počas celého preteku. Nad súťažiacimi bolo veľké plátno, na ktorom boli premietané všetky dôležité údaje: rýchlosť pádlujúceho, ukrojená vzdialenosť i aktuálna

pozícia v štartovom poli. A pred suchým vodným kanálom (pódiom) fandili diváci, povzbudzovali tréneri a oddieloví kamaráti. Toto je jediný pretek, kedy sú súťažiaci a diváci k sebe natočení „face to face“ - tvárou v tvár.

Oklieštení, ale úspešní

Na tomto podujatí sa zúčastnili aj členovia Klubu rýchlostnej kanoistiky z Novák. Hoci do hlavného mesta prišli v značne oklieštenej zostave, nevracali sa veru domov s prázdnyimi rukami. Najlepšie si počínala medzi ženami Lucia Mištinová, ktorá triumfovala na 200 metrovej i kilometrovej trati. Medzi kadetkami sme mali v ohni dve železka. Patrícia Drienovská bola na tisícke bronzová a na dvestovke strieborná, a Nikola Zatlková na rovnakých tratiach obsadila druhú a štvrtú pozíciu. Bez medailového úspechu zostal tak len jediný mužský zástupca Miroslav Zatlko. Tomu sa nepodarilo postúpiť do finálových jazd.

Tréner Ľubomír Hagara

„Majstrovstvá Slovenska v ťahaní na trénažeri sú špecifickou súťažou. Veľkú výhodu na nej majú predovšetkým silové typy. Svoju imaginárnu loď posúvate vpred vďaka sile v ťahu. Pri súťažiach na vode je to však úplne o inom. Tam musí mať pretekár cit na vodu. Napriek tomu, toto je prvá konfrontácia s ostatnými pretekármi, ktorá dosť napovie o tom, kto ako trénoval počas dlhej zimnej prípravy.“

.....
-ls, foto: Ľubomír Hagara



Finálová jazda kadetiek. Druhá sprava pádluje Patrícia Drienovská a hneď vedľa nej je oddielová kolegyňa Nikola Zatlková.

Poznáme najúspešnejších športovcov za rok 2010

V uplynulom roku dosiahli športovci hornej Nitry naozaj viac skvelých výkonov ako inokedy. Ponad všetkých vyčnievala dvojica Jakub Krako a Juraj Medera.

Dvojica, ktorá na zimných paralympijských hrách v kanadskom Vancouveri 2010 získala tri zlaté a jednu striebornú medailu, tak zaslužené zasadla na trón v kráľovskej kategórii dospelých. Do desiatky najlepších sa dostali: Milan Barényi (cyklistika), Martin Briatka (hádzaná), Michal Hromek (kickbox), Vladimír Idrányi ml. (kickbox), Tomáš Mrviš (basketbal), Róbert Nuber (basketbal), Juraj Oršula (kanoistika), Viliam Ridzoň (basketbal) a Miroslav Zatlko (kanoistika).

Ďalšie zaslužené ocenenia

Slávnostné uznanie sa dostalo aj ďalším nádejam nášho regiónu. Za talent roka bol vyhlásený te-

nista Tomáš Líška. Trénermi roka medzi mládežníkmi sú Sergej Charin (vodné pólo) a Miroslav Šenk (karate). Najlepším mládežníckym kolektívom sa stali juniori KVP NCHZ Nováky. V jednotlivcoch si palmu víťazstva odniesol kanoista Marián Goga, ktorému spoločnosť robili Lukáš Ďurík (vodné pólo), Michal Holdoš (hádzaná), Nina Chovancová (karate), Michaela Matoušková a Lucia Mištinová (obe kanoistika), Dominika Šalamonová (karate) a Róbert Šturcel (basketbal).

Neoddeliteľnou súčasťou už tradične býva aj vyhlásenie najúspešnejšieho trénera, kolektívu a jednotlivca v samotnom meste Prievidza. Tu si ceny podľa poradia prevzali Vladimír Idrányi, BC Prievidza Mládež, Michal Hromek a Nina Chovancová. Najlepšími kolektívami sa stali basketbalisti MBK Handlová a šachisti Baníka Prievidza. Zvláštnu cenu si prebral František Zlocha za Aeroklub letisko Prievidza, ktoré sa vynikajúco zhostilo úlohy usporiadania 31. majstrovstiev sveta v bezmotorovom lietaní.

Bez nich by to nešlo

Trénermi medzi dospelými boli vyhlásení Vladimír Idrányi, Ľu-



Všetkých prítomných očarila víťazka Krištáľovej vázy 2010 Eva Cipovová pesničkou Halejujah.

dovít Smačko a Dušan Šimo. Za celoživotné dielo si prevzali ceny aj tí, bez ktorých si niektoré športové odvetvia nevieme predstaviť. Medzi nich patria František Dolník (lyžovanie), Jozef Tonhauser (basketbal), Magdaléna Prágerová (gymnastika). Pri príležitosti životného jubilea boli ocenení aj Zdenko Šovčík (hádzaná), Tibor Tulik (basketbal), Florián Leitman (športový funkcionár), Ján Mojžiš (zápasenie), Teodor Palkovič (športový funkcionár), Milan Oršula (kanoistika) a Pavol Bogdan (hokej). Cenu fair play dostal Karol Herda (hádzaná). Minútu ticha si prítomní uctili pamiatku zápasníka Jozefa Volca, ktorý tragicky zahynul v decembri 2010.

Pestrý program

Samotné vyhlásenie by bolo iste nezaujímavé bez sprievodného programu, ktorý skvelým moderátorským výkonom sprevádzal Peter Paulík. Zážitkom boli tiež vystúpenia mažoretiek skupiny Trend, škôlkarsky aerobik z MŠ P. Benického, skupina The Bravers Crew, a spev Evy Cipovovej.

Športovcom gratulujeme a tiež v ich mene ďakujeme organizátorom za krásne prežitý podvečer. Nezaspime na vavrínoch, veď o rok sa zídeme znova. Celej športovej rodine a ich fanúšikom prajeme do ďalšieho roka pevné zdravie a veľa úspechov!

.....
-ls, foto: Ivan Valko

Športový servis

Vodné pólo EMM extraliga



Pre chrípkové ochorenie väčšiny hráčov mužstvo KVP NCHZ Nováky neodohralo už dve stretnutia najvyššej vodnopólovej EMM extraligy. Potom, čo nenastúpili na zápas proti košickému Akademiku, neodohral sa ani zápas s ŠKP Košice.

Hokej



Dubnica – Prievidza 13:3 (4:1, 4:2, 5:0), góly: Pánis, Čičmanec a Indrych

Po dvoch kontumačných prehrách v Topoľčanoch a Senici (po 5:0), obsadil tím MŠHK Prievidza v 1. lige konečné 8. miesto.

NHL – Andrej Sekera, odchovanec prievidzského hokeja sa po pauze opäť objavil v tíme Buffalo Sabres. S Detroitom síce domáce šable prehrali 2:3, ale Sekera strelil gól a pripísal si aj asistenciu, čo mu vynieslo ocenenie druhej hviezdy zápasu.

Hádzaná



12. kolo: Kúpele Bojnice – Stupava 32:24 (17:9), góly: Mokriš 9, Štrbák 7, Brhlík 6, Kopecký 5, Ivan 4, Šimko 1.

13. kolo: Duslo Šaľa – Bojnice 30:19 (14:11), góly: Mokriš 6, Brhlík 5, Kopecký 4, Štrbák a Ivan po 2.

1. liga - starší dorast: Bojnice – Košice 21:30 (9:14), góly: Páleš 8, Múčka 4, Vereš a Oršula po 3, Mieris 2, Milo 1.

Považská Bystrica – Bojnice 47:21 (19:8), góly: Šnirc 9, Hašák 3, Briatka, Vereš po 2, Oršula, Mieris a Cinko 1.

1. liga – mladší dorast: Bojnice – Košice 31:25 (15:13), góly: Páleš 12, Pekár 7, Strieborný 5, Oršula 3, Briatka 2, Hlinka a Švorc po 1.

Považská Bystrica – Bojnice 40:25 (21:14), góly: Oršula 11, Briatka 6, Strieborný 4, Pekár 2, Hlinka a Švorc po 1.

Futsal Muži - open liga



V šlágru 15. kola Open ligy prvého s druhým, prehrali na Považí Prievidžania vo vyrovnanom stretnutí s FK Dubnica 8:5 (5:3), góly: Cmarko 3, Mendel a Madarász.

Futbal



Futbalisti OFK Metacolor Ludanice (účastník III. ligy Západ), ktorí hrávali svoje domáce zápasy v Prievidzi absolvujú už jarné stretnutia v Ludaniciach.

.....
-ls



Cenu Fair-play prevzal Karol Herda.

Sú v živote situácie, kedy je dobrá rada nad zlato. Naši odborníci budú hľadať odpovede na vaše problémy.

Digitalizácia nie je strašák

Každý deň počujeme zo všetkých strán o digitalizácii televízneho vysielania. Vypínanie analógového signálu nie je žiadna tragédia, je však potrebné sa na tento krok pripraviť. Existuje niekoľko druhov digitálneho vysielania DVB (Digital Video Broadcast). Budeme sa venovať pozemnému DVB-T a satelitnému DVB-S digitálnemu vysielaniu.

K pozemnému digitálnemu príjmu potrebujeme UHF anténu a digitálny SET TOP BOX. Pre každý televízor je potrebný SET TOP BOX. Nové televízory majú DVB-T tuner zabudovaný. V miestach s výborným príjmom je možné použiť izbovú anténu. Pozemné digitálne vysielanie je bezplatné. Má nepochybne vyššiu kvalitu obrazu a zvuku, a tiež doplnkové služby ako napríklad EPG, čiže elektronický programový sprievodca a teletext. Celá investícia na príjem DVB-T vysielania sa pohybuje v desiatkach eur.

V súčasnosti je v DVB-T vysielaní sedem programov. **Digitálne satelitné vysielanie** je druhou možnosťou, ako do svojho televízora dostať kvalitný signál. K príjmu je potrebná parabolická anténa, digitálny satelitný prijímač a prístupová dekódovacia karta. Na rozdiel od pozemného vysielania je tu niekoľko dôležitých vecí, ktoré by ste mali u svojho predajcu určite žiadať: parabolickú anténu, prijímač, prístupovú kartu a, samozrejme, inštaláciu.

Parabolická anténa vôbec nemusí byť obrovská. V našich podmienkach postačuje anténa s priemerom 60 cm. Môžete prijímať stovky voľných programov a vtedy žiadajte multifokálnu anténu. Anténa by mala mať masívny úchyt, určite nie plastový. Musí odolať rôznym poveternostným podmienkam.

Prijímač – na trhu je veľa satelitných prijímačov rôznych značiek. Rozdiel je nielen

vo výbave (nahrávanie, dva tunery, HD prevedenie), ale najmä v čítačke prístupovej karty. Lacné prijímače používajú univerzálne čítačky. Je dobré žiadať prijímače, ktoré majú licencované čítačky Irdeťo alebo Cryptoworks, ktorých cena je oproti univer-

zálnym o 20 až 30 € vyššia. **Prístupová karta** – na trhu je niekoľko prístupových kariet, treba si vybrať podľa vlastných priorit.

Inštalácia – správne nastavenie a naladenie je vhodné zveriť odbornej montážnej firme. Ak vás táto téma za-

ujala a máte ďalšie otázky, prípadne nejasnosti, ktoré potrebujete riešiť, obráťte sa s dôverou na nás. Píšte nám na korešpondenčnú alebo e-mailovú adresu uvedenú v tíráži.

- vrb

Digitálna televízia podľa Vašich predstáv

NOVOOTVORENÁ PREDAJŇA
SAMA CHALÚPKU 16/A, PRIEVIDZA

SORTEC[®]
ANTÉNA A SATELITNÁ TECHNIKA



- UŽ 20 ROKOV NA TRHU

- NAJKVALITNEJŠIE SLUŽBY

- PROFESIONALITA

- NAJLEPŠIE CENY V MESTE

mobil: 0918 554 666

www.sortec.sk

NPD 0010/11

Platnosť permanentky

Rekreačné zariadenie mi odmieta čerpanie permanentky na vstup do vitálneho sveta z dôvodu, že je stará. Permanentka, ktorú som si kúpil začiatkom roka 2009, je určená na desať vstupov, ale nie je na nej uvedená platnosť a ani jej cena. Zariadenie tvrdí, že platí jeden rok a odmietajú mi povoliť sedem nevyčerpaných vstupov. Mám právo požadovať preplatenie nevyčerpaných vstupov? Mám právo požadovať vstup do vitálneho sveta s doplatkom o zvýšení ceny od roku 2009? Má rekreačné zariadenie právo neuznať vlastnú permanentku a tvrdiť, že je prepadnutá, keď nie je na nej uvedený dátum platnosti?

Platnosť permanentky by mala byť uvedená, aby nedochádzalo k takýmto nerozumieniam. Môže to byť jeden deň, deväťdesiat dní, šesť mesiacov, jeden rok. Nie je žiadnym spôsobom obmedzená, ale je pravdou, že jej platnosť býva podľa klubových podmienok i našich skúseností maximálne

jeden rok od zakúpenia či dobitia kreditu. Keď ste si ju kúpili, nebola nikde v blízkosti pokladne, resp. v cenníku uvedená jej platnosť? Nie je v prevádzkových podmienkach vitálneho sveta uvedená platnosť permanentky? Čo sa týka preplatenia nevyčerpaných vstupov, od-

poved' musíte tiež hľadať v podmienkach, ktoré stanovil prevádzkovateľ pre takéto prípady a s ktorými ste kúpou permanentky súhlasili. Vo všeobecnosti sa nevyčerpané permanentky nepreplácajú, pokiaľ nevyčerpanie nespôsobilo dlhodobé zatvorenie zariadenia, resp. prevádzky. Aj tento

spôsob riešenia musí byť uvedený v prevádzkových podmienkach zariadenia.

Ing. Lýdia Ondrejková
ZSS - SP Prievidza
msu.ondrejkova@prievidza.sk

Finančné poradenstvo

V minulom príspevku sme si povedali, ako má vyzeráť dobré finančné poradenstvo. Finančné poradenstvo pred samotným poradenstvom najprv dôkladne zanalyzuje potreby klienta alebo jeho rodiny a až potom navrhne vyhovujúce riešenia.

Analýza potrieb má tiež stanovené určité pravidlá, podľa ktorých sa musí riadiť. Tieto pravidlá vychádzajú z priorit a potrieb, ktoré musíme zabezpečiť. Odporúčame prechádzať od oblasti s najväčšou prioritou postupne k menej dôležitým oblastiam. Najdôležitejšou oblasťou je ochrana príjmu. Riešenie tejto úrovne potrieb je najdôležitejšie, pretože rieši

základné životné potreby jednotlivca a rodiny v prípade straty alebo zníženia pravidelného príjmu. Základné životné potreby, akými sú nákup potravín, úhrada nákladov na bývanie, teplo, vodu, plyn, oblečenie a ostatných nutných výdavkov domácnosti, v drvinej väčšine realizujeme platbami z bežného príjmu, ktorý je dosahovaný prácou. To znamená zamestnaním, samostatne zárobkovou činnosťou alebo podnikaním. Problém môže nastať v prípade čiastočnej alebo úplnej straty schopnosti pracovať. Vtedy je nutné zabezpečiť jednorazovú alebo pravidelnú finančnú kompenzáciu.

Jej cieľom je udržať životnú úroveň jednotlivca a rodiny, alebo aspoň výrazne zabrániť jej prepadu. Riešenie ochrany príjmu zabezpečuje finančnú stabilitu a finančnú istotu životnej úrovne pre jednotlivca alebo rodinu. Riešenie zabezpečí jednorazový alebo pravidelný finančný príjem pre prípad straty alebo obmedzenia schopnosti pracovať a zarábať v týchto prípadoch:

- dožitia sa dôchodkového veku,
- úmrtia žiteľa a rodiny,
- invalidity,
- závažných chorôb,
- úrazov.

Riešenie ošetruje aj finančné krytie nutných výdavkov

pre prípad ochorenia, úrazu doma i v zahraničí, alebo doplnkovú starostlivosť. Riešenie musí byť vždy vytvorené na základe posúdenia individuálnych potrieb jednotlivca alebo jeho rodiny. Riešenie zvyčajne pozostáva z kombinácie týchto finančných produktov alebo služieb:

- životné poistenie,
- úrazové poistenie,
- pripoistenie k životnému alebo úrazovému poisteniu,
- dôchodkové poistenie a dôchodkové investičné poistenie,
- cestovné poistenie,
- zdravotné poistenie.

Dostatočné riešenie ochrany príjmov je nevyhnutné pre



všetkých ľudí počas celej produktívnej časti života. Čím skôr začnete chrániť svoj príjem, tým viac sa budete cítiť istejšie v nepredvídaných životných situáciách. Nezabúdajte: Šťastie praje pripraveným, pretože žijeme len raz.

Ing. Ľuboš Tulik
0905 597 046
tulikl@arwis.sk

INZERCIA

Predaj

■ Predám rodinný dom s veľkou záhradou v Čereňanoch pri hlavnej ceste. Dom je dvojpodlažný, podpivmičený v dobrom stave. Cena dohodou. Tel: 0907 790 601

■ Predám detskú postieľku s matracom z Ikey polohovateľnú, prírodné drevo, používanú 3. mes. Ako nová. Cena 30€. Nitr. Pravno, tel: 0949 189 573

■ Predám TV stolík, ako nový. V prípade záujmu pošlem mms. Cena 25 € + dohoda. Tel: 0915 543 608

■ Odpredám mobilné domy 8 a 9 m. Š 3m v každom kuchyňa, obývačka 2 spálne, kúpeľňa s wc a sprchovacím kútom. Pripojené na inž. sieť. Areál ATC Nitrianske Rudno pre 4 – 6 osôb. Cena od 6890 € podľa veku a stavu. Tel: 0905 471 710

■ Predám registračnú pokladnicu euro – 1000 za 105 €. Tel: 0908 621 368
Predám 2 – izbový byt v Handlovej pri vežičke. Byt je čiastočne prerobný. Cena 19 500 € a pri rýchlym jednaní zľava. Tel: 0911 348 967

■ Predám kvalitné, foršne – červený smrek a prvú borovicu – veľký prietokový ohrievač vody, na plyn Mora 370 a malý w6125/5 ešte v pôvodnom balení – nepoužitý sústruh na drevo s príslušenstvom – ťažné zariadenie na stavebný výťah. Tel: 046/540 32 13

■ Predám 3-izbový byt aj s garážou na starom sídlisku čiastočne prerobný. Cena 50000€. Tel: 0911 986 601

■ Predám šaty na 1. sv. prijímanie, pánske obleky č. 53, košeľa, vestu, koberec 4x3, kancelár. bloky, perá, dámsky jarník, župany, pulóvre, topánky. Tel: 0907 585 706, 046/542 2508

■ Predám garáž v Prievidzi – ulica Riečna – smer letisko. Garáž je na dobrom mieste, vchod hneď od hlavnej cesty. Pouličné osvetlenie hneď pri garáži. Pivnica, montážna jama. Garáž v OV, 22m2. E-mail: dmkreal@orange-mail.sk

■ Predám umývadlá 60-cm s nohou. Farba bledo-šedá a modrá. Cena: 29€ za 1 komplet (aj s poklad. blokom). Tel: 0905 861 931

■ Predám chrómový gauč, kanister na benzín, angličtinu a kazety, st. kufre, chladničku, 100 + 1zz, vrecia, drevené pasírovač, nový zn. kufoer, parochiú, súdky na kapustu, rôzne dám. pán. oblečenie, staršie knihy a učebnice, pozink. drôt. Tel: 0907 585 706, 046/5422508

■ Predám 100 r. vyrezávaný kredenc, drevený vešiak, písací stroj, lodné kufre, tel. aparáty, šijací stroj, klavír, prútené kreslo, hodiny, suchú žehličku, záväracie poháre, angl. gobelín, starú práčku, satelit, dosku na cesto, kufoer. Tel: 046/5422508, 0907 585 706

■ Predám záhr. chatku v sade gooročnice, s altánkom, nové kachle, kameninový obklad, pláv. podlaha so zariadením a osvetlením na autobateriu. Drevené wc vonku, z vonku zateplená, omalovaná. Cena 10000€ Tel: 0911 498 962

■ Predám v Čereňanoch pozemok o výmere 1483m2 v tichej lokalite. Cena dohodou Tel: 0915 717 152

■ Predám malú motoriku Cleo 50 a 2 prílby. Najazdených 1000km. Cena dohodou. Tel: 0908 765 860

■ Predám kultivátor Hecht 760. Skoro nový. Cena 170€ Tel: 0903 384 478

■ Predám kočík CORRADO, modro – modrý. Vanička + šport. časť. V prípade záujmu pošlem MMS. Cena 40€ Tel: 0915 543 608

■ Predám kočík DEMA, sedo – žltý. Vanička + šport. časť. Skôr pre nenáročných. V prípade záujmu pošlem MMS. Cena 20€ + dohoda. Tel: 0915 543 608

■ Predám rodinný dom v Bojniciach – časť Dubnica. Plynové kúrenie, elektrina, čistička. Časť novostavba – časť po rekonštrukcii. Cena dohodou. RK nevolat! Tel: 0903 593 409 po 15hodine. Viac informácií na www.chalupa.sk

Kúpa

■ Kúpime súrne garzónku cena okolo 7300€. Prosím volať Po – Pi po 17hod. So – Ne celý deň. RK - nevolat! Tel: 0910296489

Rôzne

■ Nauč ma nemecký jazyk som z Necpal – PA. Vysokoškolač Tel: 0948 019 286, 0911 036 297

■ Učím angličtinu začiatovníkov, pokročilých, aj doobeda. Tel: 0948 021 910

■ Nemčina aj pre najmenších! Vyučovanie v skupine – rodičia spolu s deťmi. Taktiež individuálne doučovanie nemčiny. Info na č. 0907 323 251

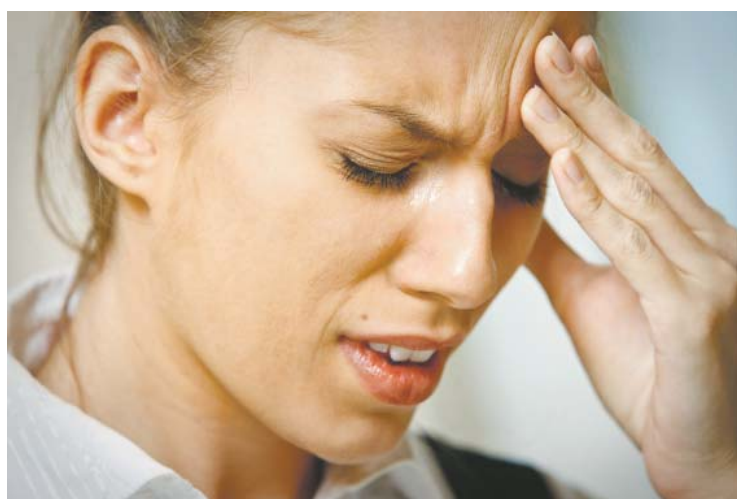
Pomoc, bolí ma hlava!

Neliečená bolesť hlavy býva častou príčinou práceneschopnosti, nízkej pracovnej výkonnosti a znižuje celkovú kvalitu života. Takmer každého občas bolí hlava, niektorých ľudí dokonca trápia chronické bolesti. Čo nás vlastne bolí, keď povieme – bolí ma hlava? Vedci sa na príčinách migrény nezhodujú, isté je len to, že podstatnú úlohu hrá prietok krvi mozgom. Neprijemnými vedľajšími príznakmi môže byť nevoľnosť, závrat, poruchy videnia alebo reči. Nie každá bolesť hlavy je migréna, vedci identifikovali 165 rôznych typov bolesti hlavy, pričom časté sú bolesti z napätia, tzv. tenzné bolesti, ktoré spôsobuje boľavá krčná chrbtica. Migréna je druhým najčastejším typom bolesti hlavy, pričom postihuje až 15 % obyvateľstva. Pre migrénu je charakteristické, že je to ochorenie dedičné až v 70 % prípadov, a väčšinou postihuje viacerých členov jednej rodiny.

Mám migrénu?

Pre typickú migrénu je charakteristická jednostranná, pulzujúca bolesť hlavy, často sprevádzaná pocitom na zvracanie. Časté sú problémy so zrakom a môže sa objaviť aj brnenie alebo necitlivosť tváre. Neliečený záchvat väčšinou trvá od 4 do 72 hodín. Niekedy sa bolesť rozširuje do celej hlavy a zhoršuje sa fyzickou aktivitou. Zvýšená citlivosť na svetlo a hluk je bežná, pacient sa môže cítiť chorý a byť bledý. Po záchvate býva obvyčajne prítomná takzvaná postdromálna fáza, kedy sa pacient chvíľu cíti vyčerpaný a zmätený. Ako migréna by sa preto nemala označovať každá bolesť hlavy, nech by bola akokoľvek intenzívna a dlhodobá, ak nie sú zároveň splnené tieto podmienky: Bolesť postihujúca polovicu hlavy, vnímaná zvyčajne ako pulzujúca. Sprievodná fotofóbia, čiže neznášanlivosť svetla, a to aj slabého osvetlenia. Pacient inštinktívne vyhľadáva tmavé a nehučné priestory. Zhoršuje sa pri telesnej námahe, niekedy už len pri samom pohybe hlavy. Okrem bolesti býva prítomný obraz celkovej nevoľnosti, pocit na zvracanie a zvracanie, častá je úzkosť. Migréna prebieha formou záchvatov trvajúcich štyri až 24

hodín, hornou hranicou je 72 hodín. Počet záchvatov za mesiac je veľmi individuálny, od jednej epizódy až po osem mesačne. Trpia ňou najmä ženy. Bolesť najčastejšie postihuje ľudí so sedavým spôsobom zamestnania. Až tri štvrtiny pacientov v ambulanciách neurológov sú ženy. Medzi typické spúšťacie mechanizmy patrí napätie svalov v oblasti hlavy, ramien a krku. Pri migréne sa podarilo identifikovať sériu vyvolávajúcich faktorov,



ktoré dokážu spustiť záchvat. Sú to: čokoláda, konzervované jedlá, klobásy, oriešky, spracované syry, masťné jedlá, pomaranče, rajčiny, cibuľa. Pozor aj na dlhodobé

hladovanie. Vyhýbať by ste sa mali aj alkoholu, káve a tabaku. Smolu majú aj meteosenzitivní ľudia, pretože u nich sú spúšťáčom migrény prudké zmeny klimatických podmienok, ale aj vlhkosť a chlad. Ženy trpia migrénami pred menštruáciou, nie je neobvyklá ani počas tehotenstva a treba si dávať pozor aj na antikoncepčné prípravky. Nespavosť, stres a únava vyvolávajú tiež pulzujúcu bolesť hlavy.

Pomôžte si pri migréne

Pri záchvate migrény môže dočasne pomôcť ležanie v zatemnenej miestnosti a studený obklad na hlavu. Pri krátkodobej liečbe zvyčajne

zaberú i bežné lieky proti bolesti, napr. aspirín alebo panadol, ktoré treba zapíť kofeíновým nápojom. Pri závažných bolestiach hlavy musí vhodnú terapiu zvoliť jediný lekár. Dnešné moderné lieky majú vysokú účinnosť a zaberú asi ôsmim z desiatich pacientov. Farmakologická liečba záchvatu migrény sa musí začať čo najskôr, keďže bolesť sa dá oveľa ľahšie zvládnuť v úvodnej fáze. Pri plne rozvinutej bolesti sú lieky často neúčinné. Pacient by sám od seba nemal miešať rôzne skupiny liekov v priebehu 24 hodín a rozhodne by sa mal o vhodnej liečbe poradiť s lekárom. Používajú sa protizápalové lieky, ktoré pôsobia na zápalovú zložku migrény. Ak sa užijú v úvode záchvatu, dokážu ho zastaviť a zmierniť intenzitu bolesti. Ergotamínové prípravky sú užitočné, ak záchvat neustúpi. Pôsobia proti rozšíreniu ciev, čo je príčinou vzniku bolesti. Sú kontraindikované u pacientov s chorobami srdca alebo vysokým krvným tlakom. Ich zneužívanie môže viesť k závislosti, pacient má následne problém prestať tieto prípravky užívať. Triptány sú lieky poslednej generácie, ktoré priamo ovplyvňujú aktivitu neurotransmiterov (molekuly, ktoré

sprostredkujú komunikáciu medzi nervovými bunkami mozgu). Sú vyhradené len pre pacientov, ktorých stav sa nezlepší po užití vyššie uvedených liekov. Nesmú sa podávať pacientom s ochoreniami srdca, vysokým krvným tlakom a starším osobám. Pacientom sa často podávajú aj preventívne lieky – kalciové blokátory a betablokátory a antidepresíva

Aj deti trpia migrénami!

Vznik migrény nesúvisí s vekom a trpia ňou dokonca aj niektoré deti. Mladšie deti pociťujú pri migréne bolesť na oboch stranách hlavy a trvanie záchvatov bolesti býva u detí obvyčajne kratšie ako u dospelých. Najčastejšie príznaky migrény u detí sú: pocit na vracanie, vracanie (takmer vždy a u každého dieťaťa), hnačka, zvýšená potreba močenia, zvýšené potenie, pocit smädu, opuchy, slzenie, pocit zmätenosti (syndróm Alice v krajine zázrakov). Lekár môže odporučiť pravidelný denný režim, pravidelný spánok, určitý jedálny lístok a vyvarovanie sa prehnanej záťaži. Pre deti sa podľa možnosti odporúča liečba bez liekov, ordinuje sa relax.

www.hipokrates.sk

Zeleným čajom k štíhlej línii



Zelený čaj obsahuje veľa antioxidantov, pomáha znižovať hladinu cholesterolu v krvi a podporuje imunitu. V kombinácii s jarnou zeleninou je veľmi účinný pre náš metabolizmus. Nikdy ho nezalievajte vriacou vodou, stačí nechať vodu prevrieť a zaliat čaj o päť minút. Diétu so zeleným čajom držte jeden týždeň, potom zelený čaj pite dvakrát denne. Vylúčte všetky kofeínové nápoje. Zelený čaj vás aj zasýti, povzbudí najmä látkovú premenu a vyprovokuje rýchlejšie spaľovanie tukov. Každý deň jedzte čerstvú mladú zeleninu a špargľu, ktorá výborne chutí a je málo kalorická. Je dobré, ak sa popri tejto

diéte venujete aj telesnej aktivite, aspoň pol hodiny denne.

Jedálny lístok na päť dní

1. deň

Raňajky: štvrt' litra zeleného čaju, čierny chlieb s tvarohom a reďkovkou. **Desiata:** kaleráb, **Obed:** štvrt' litra zeleného čaju, prírodný morčací rezeň, ryža, uhorkový šalát. **Olovrant:** jablko. **Večera:** štvrt' litra zeleného čaju, nové zemiaky s kyslou smotanou.

2. deň

Raňajky: štvrt' litra zeleného čaju, jogurt s müsli. **Desiata:** banán. **Obed:** štvrt' litra zeleného čaju, rizoto s jarnou zeleninou a špargľou, hlávkový šalát. **Olovrant:** tvrdý

sy, reďkovky. **Večera:** štvrt' litra zeleného čaju, špenát s vajcom.

3. deň

Raňajky: štvrt' litra zeleného čaju, chlieb s maslom a medom. **Desiata:** kaleráb. **Obed:** štvrt' litra zeleného čaju, dusený hrášok s mladou mrkvou, zemiaky. **Olovrant:** uhorka, tvaroh ochutený bylinkami. **Večera:** štvrt' litra zeleného čaju, omeleta s jarnou cibuľkou a špargľou, paradajka.

4. deň

Raňajky: štvrt' litra zeleného čaju, ovsená kaša s banánom. **Desiata:** jahody. **Obed:** štvrt' litra zeleného čaju, pečené kura, miešaný zeleninový šalát. **Olovrant:** hrášok,

mrkva, reďkovka. **Večera:** štvrt' litra zeleného čaju, špargľa s hollandskou omáčkou.

5. deň

Raňajky: štvrt' litra zeleného čaju, chlieb so syrom, paradajka. **Desiata:** strúhaná mrkva s jablkom. **Obed:** štvrt' litra zeleného čaju, cestoviny so špargľou a syrom, ľadový šalát s citrónovým dressingom. **Olovrant:** jahody. **Večera:** štvrt' litra zeleného čaju, šunka, vajce a miešaný zeleninový šalát.

Hlavná zásada:

Pred každým hlavným jedlom vypite štvrt' litra zeleného čaju

www.hipokrates.sk, foto -jp

Rožky

Rožky
15 kusov

Čas prípravy:
30 minút

Potrebujeme:

500 g hladkej múky
20 g droždia
1 lyžička soli
120 g masla
230 g mlieka

Postup:

Do širokej misy dáme múku, droždie a soľ a premiešame. Pridáme zmäknuté maslo a prilejeme vlažné mlieko. Drevenou vareškou znova všetko dôkladne premiešame. Preložíme na pomúčenú dosku a vypracujeme pevné hladké cesto. Potom cesto vyvaľkáme na veľký plát hrubý asi 0,5 cm, rozkrájame na pravidelné trojuholníky a zrolujeme ich od spodnej hrany k hornému cípu a trocha prehneme do tvaru rožka. Rozložíme na plech vyložený papierom na pečenie a necháme 10

minút odpočinúť. Pečieme asi 12 – 13 minút v rúre vyhriatej na 190 °C s 30 % pary dozlata (ak nemáme rúru s parou, stačí do horúcej rúry nastriekať rozprašovačom vodu).

Tip:

Cesto si môžete pripraviť večer, dať ho na noc do chladničky a na raňajky z neho upiecť čerstvé rožky.

www.hipokrates.sk, foto -jp

recept



Arčiho svet



„V posledných dňoch nie som vo svojej koži. Cítim sa akýsi slabý, malátny. Nechutí mi moje obľúbené jedlo, loptičky sa tiež nedotknem. Asi budem chorý. Ale čo to môže byť za chorobu?“ Zrazu moje úvahy preruší paničkina otázka: „Arči, chceš piškótku?“ Za normálnych okolností by som vyskočil a bežal si po svoju piškótku ako zmyslov zbavený. Ale teraz akosi nemám chuť. Zodvihnem hlavu a slušne odmietnem: „Ďakujem, neprosím si.“ Premýšľam o svojom nechutenstve: „Vážne som to urobil? Odignoroval som piškótku? Sám tomu neverím. Zrejme to bude veľmi krutá choroba.“

Moja panička však tuší, že niečo nie je v poriadku. „Pod', ideme von!“ hovorí. „Nie, nechce sa mi. Nemám síl.“ „Pod'me Arči, odchádzame!“ vytrvalo nástojí moja panička. „No dobre teda, keď to musí byť,“ mrzuto vstávam zo svojho vyhriateho peleška. Ešte len vychádzam z dverí a hneď ju zbadám. „Kely! Kely! Kely!“ štekám tak silno ako sa len dá, aby si ma všimla. Okamžite sa rozbehnem za ňou. „Kely, som taký rád, že ťa vidím!“ naradostený hovorím svojej kamarátke. Šťastím bez seba po nej skáčem a neprestávam pritom vrtieť chvostíkom. Kely môj záujem opätuje a už sa spolu veselo hráme. „Je to úžasný pocit! Toľko som sa už dávno nenasmial. Som zaručene najšťastnejším psíkom na svete!“

„Tu máš piškótku,“ do hry sa zamieša moja panička. „Daj!“ rýchlo ju chňapnem, ale odhrýznem si len polovicu. Druhú polovicu piškóty dám mojej Kely. Keď ju pozorujem ako si maškrtí, zrazu si uvedomím: „Som vyliečený! Už necítim žiadnu slabosť, iba radosť z hry. A vrátila sa mi aj chuť do jedla. Nevieť sa mi aj chuť do jedla. Nevieť sa mi síce vysvetliť, ale nezaoberám sa tým a naďalej si vychutnávam krásne chvíle s mojou Kely.“

Po určitom čase sa napriek môjmu nesúhlasu vraciame domov. Lahnem si do svojho peleška a pocítim smútok: „Ach, nie! Choroba je späť. Nerozumiem tomu. Jediné, čo viem, že choroba ustúpi len vtedy, keď som s Kely...“



Det'ský kútik

SÚŤAŽ! Poskladajte obrázok a vyhrajte zaujímavé ceny!

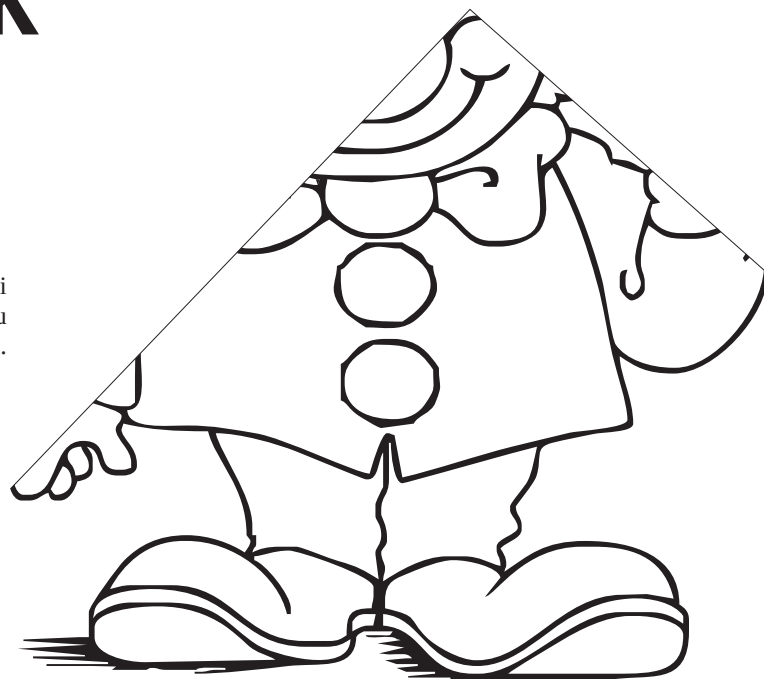
Teraz by ste mali mať všetky časti obrázka, ktoré ste si mohli vystrihnúť, poskladať a nalepiť. Vymalované ich pošlite na adresu redakcie 14 press spol. s r.o., G. Švéniho 8, 971 01 Prievidza. Troch z vás vyžrebujeme a odmeníme.

Hrajte o:

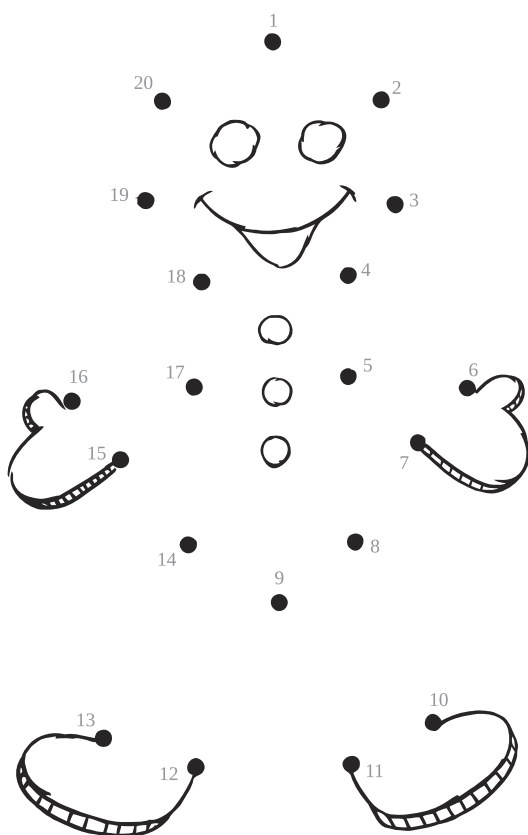
1) Kurz baby plávania v hodnote 32,50 €

2) Kurz art room v hodnote 22 €

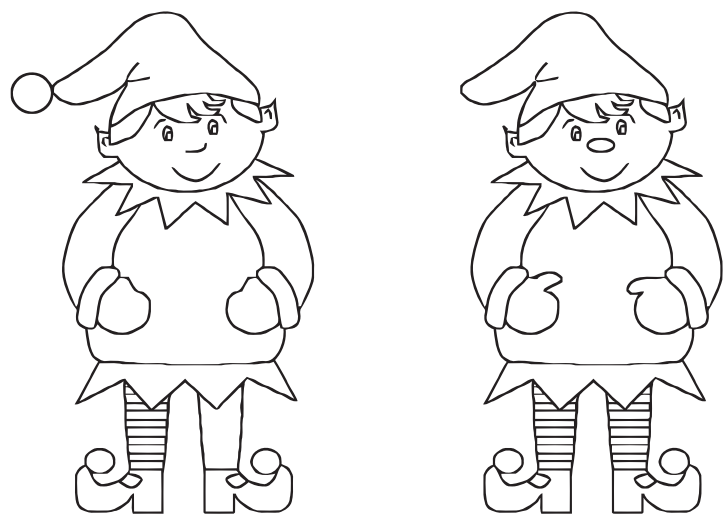
3) Kurz baby fitlopty v hodnote 15 €



Pospájaj čísla a objav postavičku!



Nájdi a dokresli rozdiely medzi obrázkami!



Blahoželanie



Všetko najlepšie Nikolka a Tomáško k vašim narodeninám a meninám, veľa zdravíčka Vám praje krstný Boris s dedkom Viliamom a babkou Darinou. Lúbime vás!

Baby masáže

Proces vytvárania väzby medzi matkou a dieťaťom sa začína už počas tehotenstva. Dieťaťo je schopné rozpoznať matkin hlas, jej emócie a hlavne jej dotyky. Po pôrode sa väzba zvyšuje priamym fyzickým kontaktom, komunikáciou a dojením. Čím matka strávi viac času s dieťaťom, tým je väzba silnejšia. Dotyk je pre dojča základným zmyslom a čím viac ho podporujeme, tým ľahšie sa dieťa orientuje vo svete. Dieťa sa túži dotýkať matky, dívať sa jej do očí, napodobňuje ju a jej gestá. Deti, ktoré sú v rannom štádiu viac citovo pripútané k matke sú neskôr samostatnejšie a sebaistejšie. Masáž dojčiat napomáha k vytvoreniu či zlepšeniu väzby medzi rodičom a dieťaťom. Cez pozorný a jemný dotyk sprostredkováva rodič dieťaťu pokojnú náladu, emócie, lásku a porozumenie. Pri masáži sa

rodičia učia vnímať a rešpektovať potreby dieťaťa, čo prináša rodine viac spokojnosti a znižuje celkovú plačlivosť dieťaťa. Existujú štyri hlavné výhody masáže: 1. interakcia, čiže podpora väzby, 2. stimulácia všetkých dôležitých systémov: obehového, dýchacieho a nervového systému, s čím súvisí podpora rozvoja reči a zmyslov, pomoc pri plynatosti, kolike, trávení a svalovom napätí. 3. uvoľnenie a 4. relaxácia, ktoré regulujú správanie, zvyšujú flexibilitu, pomáhajú pokojnejšiemu spánku, znižujú stres a hyperaktivitu. Pri spoločnej masáži sa naučíte nielen masírovať, ale aj rozoznávať signály, ktoré vysielajú bábätká. Naučíte sa lepšie komunikovať s nimi a zlepšíte si vzájomnú väzbu. Nadviahnete tiež nové kontakty s inými mamičkami, dozviete sa novinky o dojení

a vymeníte si skúsenosti. Je to zaujímavý a efektne strávený čas pre rodičov a ich deti.

Lucia Petrželová, štatutárka
www.mcslniecko.sk
Budova MŠ na ulici Športovej
134 (Žabník), Prievidza
Sme tu pre Vás pondelok až piatok od 8.00 – 19.00 hod.
Kontakt: 0903 613 792

Získajte kurz zadarmo!

Ak sa vám narodilo bábätko, nemá ešte dva mesiace a chcete získať kurz baby masáže v hodnote 30 €, máte jedinečnú možnosť. Pošlite nám fotografiu vášho novorodenca na uverejnenie, otvorte si na nete stránku www.mimifit.sk, kde sa v sekcii baby masáže zapíšte. Potom už len počkajte na oznámenie termínu, v ktorom sa váš kurz bude konať. Ak sa do pôrodnice ešte len chystáte, využite možnosť odfotovania vášho bábätka prostredníctvom Fotoateliéru Valovič. Táto akcia je aktuálna do odvolania.

www.MiMiFiT.sk

- animačné programy
- rodinná fotografia
- plávanie pre deti
- svet je jeeej
- cvičenie pre deti
- masáže detí
- tvorivé dielne pre deti

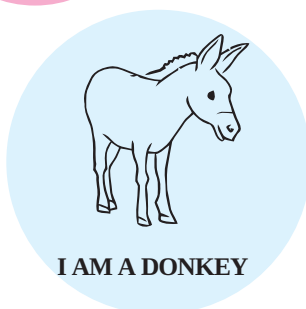
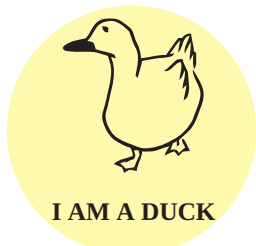
0908 476 992, info@mimifit.sk, Prievidza

LESSON TWO

Pamätáte si ich?

ÚLOHA 1

Dnes sa spolu ešte raz vrátíme na anglickú farmu, aby sme si zopakovali zvieratká, ktoré sme sa minule spoločne naučili.



Poznáš naše mená?

ÚLOHA 2

Dnes sa spolu zameriame na písanie slovíčok. Písmenka sú pomešané, vašou úlohou je ich napísať správne a precvičiť si tak aj písanú formu slovíčok, ktoré ste sa naučili.

e.g.  g o o s e (osoeg)



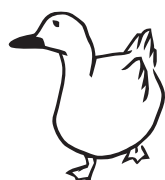
----- (tsorore)



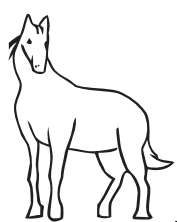
----- (eseph)



----- (biatrb)



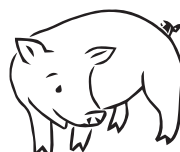
----- (okydne)



----- (erhos)



----- (tca)



----- (gpi)

Helen Doron ®

Early English

Všetci vieme, aký je rozdiel medzi učením sa angličtiny v školských laviciach a medzi učením sa priamo v anglicky hovoriacej krajine. Podobný rozdiel ponúkajú pri výučbe angličtiny vašich detí kurzy Helen Doron Early English. Túto medzinárodne uznávanú a osvedčenú metódu výučby anglického jazyka pre deti od 3 mesiacov do 14 rokov vyvinula britská lingvistka Helen Doron. Podľa jej konceptu sa od roku 1985 učilo, a učí, niekoľko stotisíc batoliat a malých detí ročne v 26 krajinách sveta. Materská firma Helen Doron zamestnáva profesionálnych trénerov - učiteľov, aby zabezpečila, že každá učiteľka vyučujúca metódou Helen Doron prešla špeciálnymi školeniami a bude dodržiavať zásadné princípy tejto metódy. Zúčastníci o kurzy sú vždy pozývaní na ukážkovú hodinu, kde sa rodičia môžu zoznámiť s lektorkou a jej prístupom k deťom, s učebnými materiálmi a s hlavnými zásadami metódy. Osobný kontakt s deťmi ich pomôže zaradiť lepšie do skupiny.

HELEN DORON EARLY ENGLISH

Čo na vyučovanie angličtiny v kurzoch Helen Doron hovoria samotní rodičia detí?

- Mne sa páči spôsob, akým sa deti učia, a aj to, že lektorka celý čas hovorí po anglicky. Deti to berú úplne prirodzene.
- Oproti kurzom, kde sme chodili s deťmi predtým, je tu oveľa menej detí v skupinke, čo sa nám páči. Lektorka je veľmi priateľská, deti ju milujú.
- My sme sa rozhodli medzi rôznymi možnosťami, nakoniec sme sa prihlásili svoje dieťa na angličtinu Helen Doron. Najprv zavážilo to, že tu môžeme byť spolu so svojim dieťaťom. Teraz vidím, že aj my, rodičia, sa tu môžeme veľa naučiť a deti to baví.
- Na ukážkovú hodinu sme prišli aj obaja rodičia, páčilo sa nám tu, tak sme naše dieťa prihlásili. Už po niekoľkých hodinách sme doma videli, že naše dieťa, aj keď je ešte veľmi malé (13 mesiacov), reaguje na anglické slová, vie ukázať na hračky, na zvieratká. Chodíme sem radi.
- Deti dostávajú na začiatku kurzu kufríky s kompletnými materiálmi na celý rok. Každý deň počúvame doma CD nahrávky. Deti sa tu hrajú veľa hier, zažijú tu kopy zábavy.
- Obaja s manželom hovoríme dobre po anglicky a chceli sme sami doma učiť aj naše dieťa, ale vidím, že v skupinke to ide lepšie. Navyše, je to predsa len odskúšaný a overený systém.

Vítame našich najmenších

Fotografie poskytol
Fotoateliér Valovič.



13. 2. 2011 Dominika Móciková,
Valašská Belá



13. 2. 2011 Klára Siklienková,
Rud. Lehota



21. 2. 2011 Eliška Kocmálová,
Diviaky n. Nitrou



10. 2. 2011 Martin Krkoška, Chrenovec, Brusno



14. 2. 2011 Maxim Fícel, Handlová



21. 2. 2011 Natália Brunnerová,
Prievidza



13. 2. 2011 Lea Krištofová,
Valašská Belá



21. 2. 2011 Sofia Macková,
Nitr. Sučany

Na niečo sme zabudli

Sú dni, keď to ide ako v lete na saniach. Vtedy myšlienky akoby niekto prikoval kdesi na Kaukaze, hneď vedľa Prométea. Chmáry naplňujú srdce i slová, až dostávame strach, či skutočne nepriletí povestný orol, aby vytrhol prométeovskú pečeň poslednej nádeje. Tak podobne som sa cítil, keď som nedávno čakal u svojho lekára v čakárni a počúval životné trápenia pacientov, ktorí sa zhodli na tom, že ideálne zdravie nie je, nebolo a ani nebude. Priznám sa, že niekedy vie byť v čakárni veselo, ale tento raz to bolo inak. „Mám štyridsaťpäť,“ začal monológ jedného pacienta, „a už tu musím vysedať. Robotu ma nebaví. Na kolegov sa síce usmievam, akože je všetko v poriadku, ale pravda to nie je.“ Alebo: „Všetky ceny išli opäť hore, ale dôchodky ostali nezmenené. A, aha, aj tu chcú, aby sme zaplatili päť eur, ak chceme byť uprednostnení, a čo tam tak dlho robia...!“ a ďalej to citovať nebudem, aby som sa nemusel ospravedlňovať. Mal som dojem, že s každým spomenutým

osudom nálada v čakárni upadá do bezodnej depresie. V duchu som porovnával ľudí, ktorých som stretol na Ukrajine. Tešili sa, že mali ráno chlieb. Keď som sa ich radosti začudoval, porozprávali mi, že sa ešte pamätajú, keď pred zimou prišli vojaci a vzali všetko. Do jari prežili len preto, že si zo suchých listov stromov urobili posúchy, ktoré potom jedli. Spomenul som si na staronku v Bosne, ktorá prichádzala každý deň k susedom, lebo nemala deti, ktoré by sa v starobe o ňu postarali. Sused bol hrdý na to, že môže pre ňu urobiť nejakú službu. Tam totiž nie sú ani dôchodky, ani poisťovne, ani bezplatné ošetrovanie. Spomínal som na priateľa z Kazachstanu a deti, ktoré šantili na zablátenej ceste bez počítačov, internetu, len tak s prútom v ruke, ale šťastné, bez unudených očí. Spomínal som a prichytil som sa, ako začínam porovnávať. V duchu som sa pýtal: „Prečo sa nedokážeme rozprávať o tom, čo sa nám podarilo, čo všetko máme a čo môžeme? Prečo hľa-

dáme len to, čo ešte nemáme, čo nemôžeme mať a silou mocou by sme to chceli, aj keď, ani nevieme, prečo?“

Pristihol som sa, že začínam posudzovať našu spoločnosť z depresívneho prebytku. Mám totiž dojem, že máme všetko, ale predsa nám niečo chýba. Vtedy som si spomenul na tento príbeh zo školy: Na hodine náboženstva sa opýtal učiteľ detí: „Čo potrebuje človek, aby bol šťastný?“ Odpovedí bolo veľa a každá iná. Zrejme podľa toho, čo hralo prím v jednotlivých rodinách. A tak zazneli odpovede ako pekný byt, nové auto, chutné jedlo, psík, mačka, život bez bolesti, atď. Učiteľ im pomáhal s návrhmi ako je práca, uznanie, dobrý plat a božie požehnanie. Všetko bolo pod sebou úhladne napísané na tabuli. „Zabudli sme na niečo?“ opýtal sa učiteľ. Jedno dievčatko sa prihlásilo a povedalo: „Áno, zabudli sme na človeka.“

.....
- Martin Dado, dekan
foto: IS

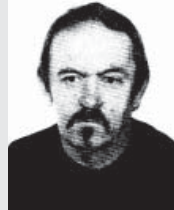


„Zabudli sme na človeka,“ keby to chcel niekto napísať na všetky tie reklamné pútače, ktoré masívne vtlačujú do povedomia ľudí, čo všetko im z vecí ešte chýba, aby boli šťastní.

Spomínáme



14. 2. 2000 zomrela v pánu s. m. Kristína Plavcová dcéra božskej lásky vo veku 76 rokov života a 56 rokov rehoľného života. Prosíme, venujte modlitbu posv. ruženca za jej láskavú dušu. Kostolníčky z Prievidze a V. Lehôtky.



Úprimne ďakujem všetkým, príbuzným, priateľom i známym a susedom, ktorí sa zúčastnili na poslednej rozlúčke s mojim manželom Jánom Polákom. Opustil nás vo veku 56 rokov. Ďakujem všetkým za kvetinové dary. Manželka Janka



15. 2. 2000 zomrela v pánu Štefánia Behancová v 87 roku života a v 64 roku rehoľného života ako dcéra božskej lásky. Ctihodné sestričky boli pochované v jeden deň, 17. 2. na cintoríne v Prievidzi. Prosíme o modlitby kostolné.



Osud mu nedoprial s nami dlhšie byť, no v našich srdciach bude stále žiť. 24. 2. 2011 si pripomíname nedožitých 40 rokov a 8. 3. 2011 desať rokov od úmrtia Emila Škultétyho, rodáka z Poruby. S úctou a láskou spomínajú rodičia a bratia s rodinami.



Spomienka pre nás boľavá, bol tu. Bol náš a mal všetkých rád. 18. 3. 2011 uplynú 10 rokov, čo nás po tragickej nehode navždy opustil vo veku 28 rokov, Michal Jurík. S láskou spomínajú rodičia, sestra s rodinou a manželka s rodinou.



Dňa 24. februára uplynú štyri roky, čo nás navždy opustila naša milovaná Mgr. Zdenka Šimková. Za tichú spomienku ďakuje manžel, synovia Mário a Tomáš s priateľkou.

VÝNIMOČNÁ AKCIA TRVÁ AŽ DO KONCA MARCA 2011 RIADKOVÁ OBČIANSKA INZERENCIA - RIADKOVÁ KOMERČNÁ INZERENCIA

(vyplňte paličkovým písmom)



Priezvisko:

Meno:

Mesto:

Ulica:

Telefón:

Máte záujem predat' alebo kúpiť byt, dom, stavebný pozemok? Chcete darovať alebo si osvojiť psíka či mačičku? Ponúkate alebo naopak hľadáte prácu? Radi by ste si spomenuli na svojho blízkeho, ktorý vám chýba a stále na neho spomínate? Rozlúčili ste sa nedávno so svojim drahým príbuzným?

Naše vydavateľstvo 14 press, spol. s r.o., vám ponúka možnosť uverejnenia riadkovej inzerencie aj v marci 2011 zadarmo! Váš inzerát si prečítajú spoluobčania celého prievidzského regiónu. Využite silu našich NOVINIEK, ktoré dostávajú zdarma do všetkých domácností v náklade až 51 000 ks.

V prípade vášho záujmu vyplňte priložený formulár a pošlite ho

na adresu obchodnej kancelárie v Prievidzi:

NOVINKY, G. Švéniho 8, 917 01 Prievidza.

Uviesť môžete maximálne 30 znakov do jedného riadku, maximálne však 7 riadkov (pri spomienkovej inzercii môže byť priložená fotografia). Za znak sa považuje písmeno, interpunkčné znamienko a medzera.

RYBY (20. 2. – 20. 3.)

1. 3. Albín

Citlivý, s horším vnútorným prispôsobením, inteligentný a ohľaduplný. Väčšinou je introvert s umeleckými ambíciami. V manželstve často ustupuje. Meno je vhodné pre znamenia: Baran, Býk, Lev, Strelec, Panna, Vodnár a Kozorožec.

2. 3. Anežka

Veľká vnútorná sila. Vibrácia čísla 22, ktorá sa skrýva v jej mene vie človeka podržať v každej situácii. Toto meno je pripravené na všetky prekážky aj úspechy, samozrejme, v závislosti od priezviska jeho nositeľky a dátumu narodenia. Hodí sa ku všetkým znameniam zverokruhu.

3. 3. Bohumil

Priateľské meno plné invencií a nápadov, ktoré väčšinou dôsledne doťahne do konca. Má rád svoju istotu, v citoch je majetnícky, ale citlivý. Pochvala ho povzbudzuje až do nekonečných výšin. Meno je vhodné pre Barana, Leva, Váhy a Býka. Je to šťastná vibrácia pre život.

3. 3. Bohumila

Vítazná, obľúbená, láskyplná, citlivá a zraniteľná. Toto meno môže ohroziť iba nepriaznivé priezvisko, nevhodný dátum narodenia, ale nič iné. Odporúča sa pre všetky znamenia, pretože Bohumila skutočne nikomu nespôsobí žal.

4. 3. Kazimír

Hrdo znejúce meno, ale v tejto vibrácii ovplyvňuje skôr vnútorné pocity a hodnoty. Kazimír je šedá eminencia, vie diplomaticky vládnuť. Meno je vhodné pre všetky znamenia okrem Raka a Panny, tam má sklon k bohémstvu alebo alkoholu.

5. 3. Fridrich

Citlivý muž, ktorý si bude musieť poradiť so svojimi problémami v pokluse. V jeho mene sa objavuje Saturn, čo znamená občasnú obeť. K šťastiu sa dostáva prekonávaním seba samého. Fridrich nebude mať ľahký život, ale keď si poradí so všetkými prekážkami, dočká sa pokoja a vnútorného uspokojenia.

6. 3. Radoslav

Odporúča sa premenovať na Radka aj úradne. Toto meno má veľké karmické zaťaženie, čo môže spôsobovať zdravotné problémy a ohrozuje šťastie. Neodporúča sa ani jednému znameniu, hoci je v tejto vibrácii mena veľa duševnej sily túto nepriazeň prekonať.

7. 3. Tomáš

Nepokojný a náladový. Ak využije potenciál svojej energie, môže sa stať špičkovým športovcom. Tomáš chvíľu pracuje na sto percent, ale potom sa zastaví a premýšľa. Väčšinou je inteligentný a meno je vhodné pre všetky znamenia.

8. 3. Alan

Introvert s kolísavým šťastím a množstvom energie, ktorú vydáva športom či pohybom, menej už slovom. Je to bežec, samotár. Jeho rovné a obrátené Slnko znamená lásku a protilásku, vášň a nenávisť. Odporúča sa v pokojnejšom znamení Rýb či Raka.

Ak ste sa narodili v znamení Rýb, zaujíma vás všetko tajomné a nadpozemské. Dokážete sa až chorobne nadchnúť pre určitú vec a vtedy myslíte len na predmet svojho obdivu, ktorý môže byť hoci aj neznámy. Žije vo vás veľká láska a oddanosť, ktorá keď nie je opätovaná, ste sklamaný. Máte radi malú a intímnu spoločnosť, ale aj samotu, o ktorú sa radi delíte s partnerom. Ak je potrebné bojovať, rýchlo strácate sebadôveru, ste nerozhodný a radšej sa sťahujete. Vždy ste však pripravený obetovať sa. Cítite súcit s každým chudobným a úbohým človekom, všetky drámy a tragédie tohto sveta totiž prežívate ako osobný zážitok. Vzdávate sa osobného prospechu, ak máte pocit, že tým môžete pomôcť iným. Z tohto vyplýva, že ste citlivá a jemná duša s prítazlivým zovňajškom. Máte radi umenie (v tomto znamení sa rodí veľa hudobných talentov), vytvárate si útulný domov a priatelia vás radi navštevujú. Ustavične túžite po veľkých zážitkoch a radi snívate. Máte sklony k neporiadku a k lenivosti. V láske ste spočiatku pasívny, ale ak cítite odzvu, viete byť vášnivý a nežný zároveň. Pracujete s premenlivou intenzitou a ťažkú fyzickú prácu ste len veľmi zriedka schopný vykonávať dlhší čas. V tomto znamení sa rodia vynikajúci lekári, ošetrovatelia, hudobníci, spisovatelia, herci a psychológovia.

NA ČO MUSÍTE DBAŤ

Citlivou časťou vášho tela sú priehlavky, častejšie ako iní môžete mať tzv. ploché nohy a môžu vám puchnúť lýtká už v mladosti. Otlaky, zápaly nechtov a hubovité ochorenie nôh mávate častejšie ako iní. Môžete byť náchylnejší na choroby žliaz a miazgovej sústavy. Vaše rany ľahko hnisajú. Venujte starostlivosť aj drobným rankám, aby ste predišli väčším komplikáciám. Vaše vnútorné vypätie sa prejavuje často v podobe vnútornej triašky. Pri dlhšom pretrvávaní môže spôsobiť vred na dvanástniku. V napätom a zúfalom stave neupadajte do depresie, nepite alkoholické nápoje, lebo ľahšie než iní sa môžete stať alkoholikom.

ŽIVOTOSPRÁVA

Potrebujete veľa bielkovín. Jedzte chudé mäso, vajcia, ryby syry, jogurty, môžete trpieť anémiou. Preto potrebujete dostatočný príjem železa, najlepšie v prirodzenom stave, ktoré nájdete v reďkovkách, šaláte, uhorkách, šťaveli, v hovädzom mäse, bravčovej pečeni, orechoch a pod. Rovnako dôležité je konzumovať potraviny obsahujúce jód, ktorý obsahujú minerálne vody, ryby a raky, liečivé rastliny ako bazalka, majoránka a estragón.

DOBRE RADY

Rozvíjajte svoju rozhodnosť, silu vôle a zmysel pre realitu. Vyhybajte sa urážlivosti, lenivosti, alkoholu a všetkým drogám.

AKO SI ROZUMIE RYBA S INÝMI ZNAMENIAMI

Ryby - Baran

Konečne znamenie pre akčného Barana, ktorému nevádi jeho snaha vládnuť a dominovať. Snívá a romantické Rybky svojou empatiou udivujú a odzbroja ohnivého Barana. Oheň nemusí byť stále zahasnený vodou, môže tú vodičku priviesť do príjemného varu. Prekvapujúco dobrý a nádejný vzťah.

Ryby - Býk

Obidve znamenia sú romanticky a sexuálne založené. Empatická Ryba vytvorí Býkovi podmienky na rozvíjanie fantázie. Býk sa môže čudovať, koľko toho sa dá na tomto svete objavovať. Na začiatku sa môže Býkovi zdať Rybka veľmi iluzórna a snívá. Býk sa zas môže Rybe zdať prízemný a realistický.

Ryby - Blíženci

Citlivá a empatická Ryba prítiahne zvedavého Blíženca. Ten svojou nestálosťou zraňuje Rybu, ktorá sa utieka k ružovým snom o náprave svojho partnera. Po nasadení triezveho posúdenia situácie, Ryba odpláva do svojich vôd a Blíženc letí ako čajka za ďalšou zaujímavou korisťou.

Ryby - Rak

Dve vodné znamenia, ktoré dokážu nájsť súhrn v každej oblasti života, či je to milovanie, zariaďovanie bytu, alebo spoločná práca. Často majú spolu krdel detí, ktoré starostlivo vychovávajú. Ak sa im narodí dieťa, ktoré je v iskrivejšom znamení, utuží to viac rodinný život. Takéto dieťa im zaženie nudu, ktorá by im od pokojného spolužitia mohla hroziť.

Ryby - Lev

Pasívnejšia Ryba obdivuje žiariaceho Leva. Ten svojim ohňom hľadá aktívnejšieho partnera, ktorý mu bude aj dávať, nielen prijímať. Citlivosť Ryby pôjde Levovi postupne na nervy. Empatická Ryba to vycíti a odpláva prekvapenému Levovi. Ak chcú obe znamenia ostať spolu, je dobré vložiť fantáziu Ryby a tvorivosť Leva do zmysluplnej činnosti. Lev vynikne a Ryba nájde citové uspokojenie. Môže ňou byť aj charitatívna činnosť alebo umenie.

Ryby - Panna

Opozícia znamení v zverokruhu nemusí vždy znamenať nezhody. Tieto dve znamenia sa nepriťahujú na prvý pohľad. Keď sa spoznajú, pochopia, že sa majú jeden od druhého možnosť veľa naučiť. Ryba pláva vo svojich snivých vodách a je plná fantázie. Pragmatická Panna Rybu uzemní, vlastne uvedie do triezveho života na Zemi. Ak to Ryba prijme, spokojnosť je na oboch stranách.

Ryby - Váhy

Vrodený vzťah k umeniu môže spájať tieto dve znamenia. Dá sa na tom budovať kamarátstvo. Pre trvalý vzťah sa bude musieť jedno z týchto dvoch znamení naučiť viesť. Ryba je snívajúca a rada pláva v svojich vodách. Váhy sú príjemné a spoločenské. Obidve znamenia sa neradi hádajú a rozhodujú. Pohár nečinnosti raz pretečie a každý ostáva sám.

Ryby - Škorpión

Spojenie dvoch vodných znamení tvorí trigón, čiže priaznivý astrologický aspekt. Jemná Ryba čerpá silu, ktorú jej Škorpión rád poskytne, lebo ocení vzájomnú hlbokú prítazlivosť i sexualitu. Vlastnícky pud Škorpióna Rybe nevádi. Tam kdesi, v ich spoločnom sne je úplné splnutie v jedno a transformácia v božské bytosti.

Ryby - Strelec

Každé spojenie dvoch znamení sa zakladá na fascinácii toho druhého. Strelec potrebuje okrem umenia aj slobodu. Ryba sa rada viaže, niekedy býva až závislá na partnerstve. To Strelec dlho nevydrží a odíde ďaleko od Ryby. V najlepšom prípade Ryba počká, pokiaľ sa Strelec vyberie na svojich cestách.

Ryby - Kozorožec

Realistický Kozorožec rád vezme jemnú snívajúcu Rybku pod svoju ochranu. Ona mu za to pripraví pokojný domov, kde môže čerpať sily na rozvíjanie svojej kariéry. Ved' má svoj cieľ a jeho partnerka Ryba ho v tom podporuje. Pekné zasnúbenie reality spolu so snom. Vzťah trvá dlhodobo a bez veľkých emočných výkyvov.

Ryby - Vodnár

Empatická Ryba precíti to, čo Vodnár intuitívne vycíti. Ryba dojíma Vodnára jemnosťou. Vodnár vie svoju spoločničku usmerniť, aby nezaplávala do mútnych vôd svojich ilúzií. Na začiatku si uránsky partner musí dať pozor, aby neptúnsku zverenkyňu nevyplašil svojou rádioaktívnou rýchlosťou.

Ryby - Ryby

Hovorí sa, že Ryby mlčia ako ryby. Dva neptúnske spojenia sa iste svojou silnou empatiou vedia dohodnúť aj bez reči. Hlavne v sexualite, ale aj v umeleckej tvorbe. Často sa so znaménim Rýb stretávame u umelcov. Je medzi nimi veľa manželských párov, ktoré majú krízy, ale vedia si odpustiť.

9. 3. Františka

Je chodiaca láska, rodená matka, v rodine vždy víťazí. Deti vychováva s láskou a rozhodnosťou. Býva verná, učenlivá, pracovitá a dôsledná. Venuša ju predurčuje, aby milovala svojich blízkych, Mars jej dáva rozhodnosť a Neptún stálosť. Meno sa odporúča pre všetky znamenia.

10. 3. Branislav

Ako dieťa prejavuje citlivosť, má zmysel pre rodinu a v dospelosti sa usiluje dosiahnuť najvyššie méty. Môže byť z neho veľmi tvorivý človek, ak sa narodil v znamení Vodnára, Býka či Kozorožca. Ináč sa jeho život mení na honbu za peniazmi.

10. 3. Bruno

Bloky v živote zavlnia nerozhodnosť a citové výkyvy. Meno obsahuje karmické zaťaženie. Hoci znie ľubozvučne, neprináša človeku šťastie. Menu vládne Saturn s veľmi rozkývanou strelkou svojho kompasu. Mesiac pôsobí neuroticky, občas ukáže svoju vľúdnú tvár iba Jupiter.

11. 3. Angela

Silné a bojovné meno, z ktorého môže vyrásť skutočná osobnosť. Vibrácia čísla 22, ktorá je súčasťou tohto mena predstavuje veľmi tenkú hranicu medzi dobrom a zlom. Toto meno vôbec nie je vhodné pre ohnivé znamenia Barana, Strelca, Leva, ani pre Býka, Škorpióna a Kozorožca.

11. 3. Angelika

Romantické meno s harmonickou vibráciou. Tají v sebe zmysel pre lásku a rodinu. Je prirodzene inteligentná a nadaná. Ak maľuje, jej obrazy dýchajú rovnováhou citov. S týmto menom sa cítia dobre všetky znamenia.

12. 3. Gregor

Meno so silným karmickým zaťažením. Gregor by mal pracovať pre ľudí. Ak bude prejavovať svoje ego, karma sa obráti proti nemu. Vo svojom živote má za nepriateľa zlo a sebeckosť, ktoré vychádza z neho.

13. 3. Vlastimil

Vítazná vibrácia mena v každom veku. Znamená inteligenciu, bojovnosť, zmysel pre rodinu a stálosť vo všetkom, čo robí. Je dlhoveký, rozvážny a môže sa stať čímkol'vek a vždy bude úspešný. Toto meno možno dať všetkým znameniam.

14. 3. Matilda

Odvážna, pracovitá a milujúca. Má presný obraz svojej budúcnosti. Práca je jej koníčkcom, ak robí to, čo ju baví. Je inteligentná a ľahko sa učí. Ako matka a manželka je spoľahlivá a dobrá. Meno vhodné pre všetky znamenia.

15. 3. Svetlana

Číslo 22 sa v jej mene vyznačuje veľkou výdržou a energiou. Meno treba dávať Rybám, Vodnárovi, Váham, Rakom, Panne a Kozorožcovi. V ostatných znameniach spôsobuje neústupčivosť, až tvrdosť.

Myšlienky slávnych

Žiadny človek nie je taký hlupák, aby nedosiahol úspech aspoň v jednej veci, ak je vytrvalý.

Leonardo da Vinci

Lúštite krížovku a vyhrajte!

výrok Ovídia	opoj	koniec tajničky	odstráni kopaním	búrlivý	značka úžitko- vých áut	sekal	Pomôcky: nonna, Voh	rímskych 45	lepídlo	stáby	balkánska rieka	začiatok tajničky	zvýšené A
poškodí zobaním							ženské meno						
povieva, duje							liečiteľa 3. časť tajničky						
hádzalo iskry								zaves holí					
●	1000 kg hrádza					Debetnote (skr.) mužské meno			hlboký hlas hovorove aký				meliro- vanie
je neroz- hodný					opačné strany základná číslovka						tohto mesiaca značka zub. pást		
staro- rímsky pozdrav				iný obľah vriacou vodou					náš denník týkajúca sa slona				
značka rádia			zvesí predmet pre šťastie						časť nábytku textilná surovina				
básnická stopa								dá dovnútra predložka					
opustená				merač teploty osobné zámeno									
●	dom. meno Juraja mulica					babička, po tal. slov. herec						prijemný pocit, lahoda	dedičstvo (zastar.)
veľmi malý								a iné (skr.) schránka			Ludolfovo číslo hlas kravy		
odlet					zástup chudáci				bôžik lásky básnický zápor				
pohyb vzduchom				pevná tkanina ázijský štát					příbytky včiel strýko, ujo				
tiež			bohyňa pomsty hudobná značka								podmienk. spojka osievanie		
●	parla- mentná strana	neponúka vrcholný							franc. sídlo maďarský zápor				2. časť tajničky
pátrači								znásobuj značka iridia					
zamest- naneč notárstva						dakedy							
boli v spánku						vystužo- vať armo- vaním							

kupón
novinky
krížovka
PD 04/2011

Vylúštenie krížovky posielajte na korešpondenčnom lístku s nalepeným kupónom do 30. 3. 2011 na adresu redakcie: 14 press, spol. s r. o., G. Švéniho 8, 971 01 Prievidza. Jedného správneho lúštitela odmeníme **reprezentatívnou publikáciou Prievidza - mesto nášho srdca.**

Výherkyni krížovky z čísla 2/2011, Paule Vašinovej z Bojníc, srdečne blahoželáme!

kvíz

1. Región, v ktorom žijeme, je známy predovšetkým ako banický. Sochu baníka v nadživotnej veľkosti môžete uvidieť:
a) v Cigli b) v Novákoch c) v Prievidzi

2. Len kúsok pod majestátnym Kľakom vyvíera prameň známej slovenskej rieky, je to:
a) Váh b) Hron c) Nitra

3. V Prievidzi sa 1. decembra 1946 narodil futbalista, ktorý krásu tohto športu rozdával plným priehrsťm. Reprezentoval Československo aj na olympiáde 1968 v Mexiku, bol najlepším strelcom 1. ligy v drese Banskej Bystrice. Na koho myslíme?
a) Jozef Adamec b) Ladislav Petráš c) Dušan Galis

4. Jedno z najväčších banských nešťastí na Slovensku sa stalo v Handlovej, keď pod zemou zostalo 20 chlapov. Tragický dátum bol:
a) 10. júl 2008 b) 10. august 2009 c) 10. jún 2010

5. Obec Valaská Belá má vo svojom erbe:
a) brúsenú čašu b) zlatého anjela c) zelený smrek



Správne odpovede: 1c, 2c, 3b, 4b, 5c.

sudoku

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

NOVINKY, spravodajské regionálne periodikum distribuované zdarma do všetkých domácností.

Vydavateľ: 14 press, spol. s r.o.

Sídlo spoločnosti a adresa redakcie:

Novozámocká 104, 949 05 Nitra,

Slovenská republika

tel.: 00421 37 6561 000

fax: 00421 37 6561 001

web: www.14press.sk

Šéfredaktor: Katarína Plaskurová

Art director: Peter Jakab

Technický riaditeľ: Štefan Hervay

Vzor e-mailu na členov vedenia

spoločnosti: meno.priezvisko@14press.sk

Tlač: Versus, a.s.

Distribúcia: TNT Post Slovensko s.r.o.



NOVINKY z Prievidze, spravodajský dvojtýždenník pre región Prievidza

Adresa regionálnej redakcie: 14 press, spol. s r.o., G. Švéniho 8, 971 01 Prievidza

e-mail: redakcia.prievidza@14press.sk

Náklad: 51 000 ks

Distribúcia: zdarma do všetkých domácností v regióne Prievidza (Bojnice, Bystričany, Cigeľ, Čavoj, Čereňany, Diviacka Nová Ves, Diviaky nad Nitricou, Džín, Dolné Vestenice, Handlová, Horná Ves, Horné Vestenice, Chrenovec – Brusno, Chvojníca, Jalovec, Kamenec pod Vtáčnikom, Kanianka, Kľačno, Kocurany, Kostolná Ves, Koš, Lazany, Lehota pod Vtáčnikom, Liešťany, Lipník, Malá Čausa, Malinová, Nedožery – Brezyna, Nevidzany, Nitrianske Pravno, Nitrianske Rudno, Nitrianske Sučany, Nitrica, Nováky, Opatovce nad Nitrou, Oslany, Podhradie, Poluvsie, Poruba, Pravenec, Prievidza, Ráztočno, Rudnianska Lehota, Sebedražie, Seč, Šútovce, Temeš, Tužina, Valaská Belá, Veľká Čausa, Zemianske Kostoľany).

Riaditeľ obchodnej kancelárie: Ladislav Szibilla, tel.: 00421 948 888 199

Zodpovedný redaktor: Katarína Vráblová, tel.: 00421 907 798 626

Športový redaktor: Ladislav Szibilla, tel.: 00421 948 888 199

Grafické spracovanie: Michal Jech

Korektúry: Veronika Kalinová

Inzertné oddelenie: Boris Borovica, tel.: 00421 905 797 765

Vzor e-mailu na členov redakcie: meno.priezvisko@14press.sk

Registračné číslo MK SR: EV 3725/09

novinky