

V tomto čísle:

Vysoká chorobnosť v Žiari pozatvárala školy a škôlky
Strana 2



Olga Berkešová je od januára riaditeľkou „Jednotky“
Strana 3



Takto ste s nami plesali na 11. Bále Žiarčanov
Strana 5



V MsKC prebieha výstava insitných maliarov zo Srbska
Strana 2



Nadácia darovala Domovu pri kaštieli tri kyslíkové prístroje
Strana 3



Platené parkovanie v Žiari po roku: Pripravuje sa novinka v podobe prvých 15 minút bezplatne

Platené parkovanie funguje v meste od 2. novembra 2023, pričom ide dohromady približne o stovku platených parkovacích miest v užšom centre mesta a pri nemocnici. Technické služby, ktoré platené parkovanie v meste spustili, ho teraz po roku využívajú aj zhodnotili. Aktuálne spolu s primátorom mesta pracujú na zavedení novinky v podobe prvých bezplatných 15 minút stáť, aby si ľudia stihli odbehnúť napríklad vybrať peniaze z bankomatu alebo niečo si rýchlo vybrať a nemuseli by za to platiť celú hodinu parkovania. V Žiari nad Hronom bolo v roku 2023 spoplatnených 108 parkovacích miest, z toho 41 na Ul. Š. Moysesu, v blízkosti hotela Luna 34 a pri nemocnici 33. Spoplatnená časť parkovacích miest mala riešiť hlavne problémy s parkovaním v blízkosti námestia a nemocnice. Technické služby si spoplatnené parkovanie po viac ako roku spustenia, pochvalujú a zhodnotili ho nasledovne:

„Vodiči majú niekoľko možností, ako zaplatiť za parkovné. Najpoužívanejšou platobnou metódou bola platba cez SMS-ky, nasledovala platba cez parkomat v hotovosti a platba cez aplikáciu. V roku 2024 bolo predaných 65.401 hodín, čo predstavuje v priemere viac ako 650 hodín na jedno parkovacie miesto za rok,“ informoval riaditeľ Technických služieb v Žiari nad Hronom, Igor Rozenberg. Ako ďalej uviedol, pre rok 2025 mesto pripravuje s primátorom



Potešilo by vás prvých 15 minút parkovania zdarma?

avizovanú novinku bezplatných prvých 15 minút. „Jej účelom je nemať spoplatnený čas na rýchle vybavenie čokoľvek, napr. výberu z bankomatu. O podrobnostiach tejto novinky budeme informovať v krátkom čase,“ dodal Rozenberg.

Platené parkovanie v meste funguje cez pracovné dni, a to v čase od 8. do 16. hodiny. Mimo tohto času a cez víkendy je parkovanie na týchto miestach bezplatné.

V prvej etape sa spoplatnenie týka štyroch zón:

• **ZÓNA 1** – Ul. Š. Moysesu (pošta, banky). Ide o 24 parkovacích miest medzi námestím a Jiráskovou ulicou. Od tejto ulice až po Ul. A. Dubčeka parkovacie miesta spoplatnené nie sú v 1. etape a ani Jiráskova ulica nie je spoplatnená.

• **ZÓNA 1** – Ul. Š. Moysesu (mestský úrad). Ide o 17 parkovacích miest medzi námestím a prvou odbočkou do dvorov, teda len po koniec budovy mestského úradu. Od tohto miesta až k Ul. Dr. Janského nebude Ul. Š. Moysesu spoplatnená.

• **ZÓNA 2** – parkovisko pri Hoteli Luna. Ide v zásade o štyri miesta v zóne, z ktorých budú spoplatnené len dve. Plocha medzi hotelom a „Bielym domom“, kde je 21 parkovacích miest. Okrem tejto plochy sa pred vstupom do hotela nachádzajú dve protihľadé parkovacie plochy. Spoplatnená bude len plocha od hotela, kde je 13 parkovacích miest. Protihľadá plocha, smerom k bytovkám, spoplatnená nebude. Rovnako nebude spoplatnená ani plocha od Ul. SNP, ktorá je ale rezervovaná pre zákazníkov Hotela Luna.

• **ZÓNA 5** – parkoviská pred nemocnicou s poliklinikou. Na Sládkovičovej ulici ide len o 12 parkovacích miest a na Ul. Dr. Janského o 21 parkovacích miest. Ostatné miesta spoplatnené nebudú.

V ZÓNE 1 sú umiestnené dva parkovacie automaty a v ZÓNE 5 je jeden parkovací automat. ZÓNA 2 (hotel LUNA) bude bez parkovacieho automatu. Tam, kde sú osadené parkovacie automaty, bude možná platba v hotovosti, ktorá je cenovo zvýhodnená poplatkom 1 euro za hodinu, maximálne však 4 eurá za jeden deň.

„Zaplatením za parkovanie platí, že nech je platba zaplatená kdekoľvek, zaplatenie oprávňuje motorové vozidlo stáť na ktoromkoľvek z všetkých 108 spoplatnených parkovacích miest. To platí aj pre platby prostredníctvom aplikácie ParkDots, prostredníctvom SMS a aj prostredníctvom platobnej karty. Oproti platbe v hotovosti priamo v parkovacom automate, cena je 1,20 eura za hodinu, maximálne však 4,80 eur za jeden deň. Rovnako aj tieto platby oprávňujú parkovať na ktoromkoľvek zo spoplatnených parkovacích miest,“ dodal Rozenberg.

(šov)

Foto: Lucia Šovčíková

V priestoroch polikliniky prespávajú bezdomovci, pacienti sa sťažujú: smrad, špina a výkaly!

Poliklinika Agel v Žiari nad Hronom sa počas zimy stala nečakaným útočiskom pre bezdomovcov, ktorí sa tam deň-noc skrývajú pred chladom. Avšak ich prítomnosť prináša so sebou aj vážne hygienické problémy, vrátane neporiadku, zápachu a výkalov, čo znepokojuje pacientov, medzi ktorými sú aj matky s deťmi. Títo návštevníci sa obávajú o svoje zdravie a čistotu prostredia, v ktorom sa nachádzajú. Opýtali sme sa polikliniky, ako daný problém rieši. Ako informovala hovorkyňa Agel SK Jarmila Ševčíková, poliklinika problém s prespávajúcimi bezdomovcami na žiarskej poliklinike rieši už dlhodobo. „Bezdomovci, ktorí sa nezákonne zdržiavajú v priestoroch našej polikliniky v Žiari nad Hronom, predstavujú pre nás veľkú výzvu, najmä čo sa týka hygienických podmienok a bezpečnosti našich pacientov. Snažíme sa tomu predchádzať prostredníctvom rôznych technických opatrení, ako je zlepšenie zabezpečenia priestorov, napríklad inštalovaním uzamykateľných dverí alebo zlepšením monitorovania areálu,“ priblížila Ševčíková.

Okrem toho tiež poliklinika spolupracuje s mestskou políciou, ktorá im v ta-

kýchto prípadoch pomáha. „Pomohlo by nám pravidelné hliadkovanie pred vstupom do polikliniky, aby v prípade potreby reagovali na situácie rýchlo a efektívne,“ dodala.

Mestská polícia: Pravidelné hliadkovanie si musí zabezpečiť spoločnosť Agel

Opýtali sme sa aj mestskej polície, či je niečo takéto možné. Na našu otázku odpovedal Juraj Horváth z oddelenia priestupkového a správneho konania MsÚ v Žiari nad Hronom: „Mestská polícia (MsP) zabezpečuje verejný poriadok na celom území mesta ako aj príslušných častiach katastrálneho územia Žiari nad Hronom. Okrem hliadkovej činnosti, veľkú časť ich práce tvoria oznamy od obyvateľov, ktoré musia preveriť a riešiť. Tie majú prednosť a sú prioritou pred hliadkovou činnosťou zameranou na prevenciu, ochranu verejne prístupných miest.“

No aj napriek veľkej vyťaženosti hliadok MsP, pravidelne vykonávajú kontrolu areálu ako aj nemocnice a to hlavne vo večerných a nočných hodinách, kedy bol zaznamenaný zvýšený počet neprispôsobivých občanov v týchto



Poliklinika sa stala úkrytom bezdomovcov, to sa nepáči pacientom.

priestoroch. Naše hliadky sú vždy k dispozícii SBS – informátorom, ktorí pracujú na poliklinike a na ich požiadanie a následne preverenie riešia vzniknuté situácie, ktoré oni nevládajú.

Čo sa týka pravidelného hliadkovania pred vstupom do polikliniky, tak túto službu by si v prvom rade mala zabezpečiť súkromná spoločnosť Agel SK ako majiteľ prevádzky, či už cez svojich zamestnancov alebo SBS (Súkromné bezpečnostné služby). Hliadkujúci policajti pred vchodom nevie posúdiť a nemôže odoprieť vstup do budovy akejkoľvek osobe, ktorá žiada o lekárske ošetrenie alebo inú službu, ktorú v tom zdravotníckom zariadení poskytujú. Ako sme už uviedli, v prípade zistenia hygienických problémov, neporiadku, zápachu, nerešpektovania pokynov informátorov ako aj obťažovania iných pacientov

zo strany neprispôsobivých občanov, vieme ich po stotožnení riešiť v zmysle zákona a z miesta okamžite vykázať,“ znelo stanovisko mestskej polície.

Prislúbili, že danú situáciu vyriešia ku spokojnosti pacientov

Cieľom Agelu je podľa Ševčíkovej to, aby zariadenie polikliniky bolo bezpečné, hygienické a príjemné pre všetkých pacientov, vrátane matiek s deťmi, ktorí sú častými návštevníkmi polikliniky. „Urobíme všetko pre to, aby podobné situácie boli v budúcnosti obmedzené a aby sa zlepšila celková bezpečnosť a komfort pre všetkých,“ dodala hovorkyňa Agel SK Jarmila Ševčíková na záver.

(šov)

Foto: Peter Vörös

Chrípková sezóna naplno udrela aj v Žiari nad Hronom

Pre vysokú chorobnosť zatvorili školy aj škôlky v meste

Epidemiologická situácia sa v posledných dňoch výrazne zhoršila a pre choroby boli nútené zatvoriť svoje brány školy a škôlky naprieč celým Slovenskom. Chrípková epidémia neobišla ani Žiar nad Hronom, kde boli v posledné januárové dni zatvorené všetky tri základné školy a niekoľko elokovaných pracovísk materskej školy.

Zaujímalo nás, v akom stave sa momentálne nachádza epidemiologická situácia v našom meste – či vrcholí alebo je na ústupe, ale aj to, aká je prevencia chorobnosti a čo robiť, aby sme zabránili jej šíreniu a na ďalšie iné otázky sme sa opýtali MUDr. Evy Striežovej, regionálnej hygieničky Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Žiari nad Hronom (RÚ-VZZH) a MUDr. Ingrid Baránikovej, žiarkej detskej pediatričky a neurologičky.

Odpovedá Eva Striežová, RÚVZZH

V akej fáze sa momentálne nachádza epidemiologická situácia v meste Žiar nad Hronom?

Epidemiologická situácia vo výskyte respiračných ochorení (ochorenia dýchacích ciest) v okrese Žiar nad Hronom je každoročne týždenne monitorovaná. Pri porovnaní chorobnosti s januárom 2024 sme v januári 2025 zaznamenali mierny nárast vo výskyte týchto ochorení. Vzostup chorobnosti je pravdepodobný ešte aj prvé kalendárne týždne mesiaca február. Týždenné analýzy epidemiologickej situácie vo výskyte respiračných ochorení v okrese Žiar nad Hronom sú zverejnené na portáli uvzsr.sk (uvzsr.sk/web/ruvzzh).

Kvôli vysokému počtu ochorení museli zavrieť školy aj materské školy...

Pre vyše 25 % - 50 % neprítomnosť detí/pedagogického personálu v materských školách a žiakov základných škôl na výchovno-vzdelávacom procese bol tento prerušený v okrese Žiar nad Hronom v 3. kalendárnom týždni (KT) na 2 základných školách, v 4.KT v 4 materských školách a 9 základných školách a v 5.KT v 5 materských školách a 12 základných školách.

Je toto najhoršia situácia, keď hodnotíme z pohľadu zimných mesiacov a teda časti roka, keď je chorobnosť najvyššia?

Pre respiračné ochorenia, ku ktorým patria hlavne akútne respiračné ochorenia (ARO), chrípka a chrípke podobné ochorenia (CHPO) je typický sezónny charakter výskytu v jesenných a zimných mesiacoch, to znamená, že zvýšená chorobnosť na tieto ochorenia je každoročne očakávaná. Od 3 KT týždňa zaznamenávame vzostup chorobnosti vo všetkých okresoch nášho spádového regiónu (okresy Banská Štiavnica, Žarnovica a Žiar nad Hronom). Aktuálne chorobnosť na ARO, chrípku a CHPO v okrese Žiar nad Hronom, má charakter lokálneho epidemického výskytu (napr. v školách, rodinách, ale nie u väčšiny obyvateľov mesta, dediny).

Sú k dispozícii nejaké štatistiky, aká je v meste chorobnosť? Dospelí, deti? Aké choroby?

Štatistiky chorobnosti v meste nemáme k dispozícii. Zber údajov k analýze epidemiologickej situácie chorobnosti na sledované respiračné ochorenia je realizovaný prostredníctvom týždenného hlásenia ochorení všeobecnými lekármi pre deti a dorast (VLDD) a všeobecnými lekármi pre dospelých (VLD) na oddelenie epidemiológie Regionálneho úradu verejného zdravotníctva so sídlom v Žiari nad Hronom. Analýza a vyhodnotenie epidemiologickej situácie sa vykonáva prostredníctvom epidemiologickeho informačného systému (EPIS). Všeobecní lekári hlásia počty chorých pacientov, ktorých bydliská nie sú len v meste Žiar nad Hronom. Štatistické údaje sú spracovávané preto na okresnej úrovni. Laboratórnym vyšetrením je možná identifikácia aktuálne cirkulujúceho typu vírusu chrípky aj v našom regióne vďaka ochote a spolupráci 3 tzv. sentinelových lekárov (1 VLDD a 2 VLD), ktorí odoberajú vzorky vyterom z nosohltanu chorých pacientov.

Najvyššia chorobnosť na respiračné ochorenia v 5. KT roku 2025 bola vo vekovej skupine 6-14 ročných tak ako aj v 4 KT.

Z 15 odobratých vzoriek sentinelovými lekármi do konca 5. KT tohto roka bol v 11 prípadoch potvrdený typ vírusu chrípky B. V roku 2024 v 83% prevažoval typ vírusu chrípky A.

Aké sú odporúčania epidemiológov, aby sa znížila chorobnosť, prípadne aby sa zabránilo jej ďalšiemu šíreniu?



MUDr. Ingrid Barániková

Ako sa chrániť pred ochoreniami tejto skupiny?

- Vyhýbať sa tesnému kontaktu s chorými osobami.
- Časté umývanie alebo čistenie rúk.
- Vyhýbať sa dotykom očí, nosa a úst.
- Dodržiavať správnu životosprávu, najmä dostatok spánku, veľa tekutín, výživné jedlo a dostatok fyzickej aktivity.
- Očkovanie, ak existuje očkovacia látka, je najlepšou prevenciou voči danému ochoreniu.

MUDr. Eva Striežová odporúča: Čo robiť, keď si myslíte, že ste chorí?

Ak sa cítite zle, máte vysokú teplotu, kašeľ alebo iné príznaky:

1. Zostaňte doma, nechodte do práce, školy alebo iných priestorov kde je veľa ľudí (obchody,...).
2. Odpočívajte a pite veľa tekutín.
3. Používajte jednorazové vreckovky, ktorými si prikryjete ústa a nos pri kašľaní, kýchaní a tieto starostlivo odhadzujte do uzatvorenej nádoby na odpadky. Umývajte si ruky ihneď po znečistení mydlom a vodou alebo použite na ruky dezinfekčné utierky.
4. Ak nemáte k dispozícii vreckovky pri kašľaní a kýchaní, zakryte si ústa a nos ohnutým lakťom.
5. Prekryť dýchacie cesty už pri prvotných príznakoch prechladnutia.



6. Informujte svoju rodinu a priateľov o vašej chorobe a zabráňte priamemu kontaktu s inými osobami.

7. Ak sa príznaky ochorenia stupňujú vyhľadajte lekársku starostlivosť.

Tieto rady a odporúčania ako sa správať pri výskyte ochorení dýchacích ciest sú efektívne, ak sa dodržiavajú u všetkých bez rozlíšenia o aký typ ochorenia sa jedná, či je to chrípka a chrípke podobné ochorenia, Covid, vírusové a bakteriálne nákazy dýchacích ciest a iné vo vašom okolí alebo u vás samotného.

**Detská lekárka
MUDr. Ingrid Barániková:
Chorobnosť je najvyššia
za niekoľko rokov**

O vyjadrenie sa k aktuálnemu problému s vysokou chorobnosťou sme požiadali aj detskú pediatričku a detskú neurologičku Ingrid Baránikovou. „Chorobnosť detskej populácie je veľmi vysoká – presné čísla má k dispozícii Úrad verejného zdravotníctva. Určite je chorobnosť najvyššia za niekoľko rokov, dokonca ani v období infekcií Covid-u nebola návštevnosť ambulancií taká vysoká,“ priblížila lekárka, podľa ktorej je dôležitým faktom aj trvanie a priebeh samotného ochorenia. „Nepriaznivý priebeh je dlhší ako zvyčajne pri chrípkových ochoreniach, trvajú vysoké teploty, prítomný je suchý dusivý kašeľ, bolesti hlavy, hrda, svalov aj kĺbov,“ opísala priebeh ochorenia Barániková s tým, že niekedy zas detský pacient môže zvracať a mať výsyp na tvári aj na celom tele.

Ako ďalej informovala detská lekárka, veľmi často má toto ochorenie dvojfazový priebeh, čo znamená, že sa stav zlepšil na 2-3 dni a potom sa v celej sile zas vráti, s rovnakými alebo rozšírenými

príznakmi. „Dieťa je po prekonaní takéhoto infektu úplne vyčerpané, oslabené a môže veľmi ľahko ochoriť na iné ochorenie,“ vysvetlila Barániková.

Ako liečiť choré dieťa?

Liečba detského pacienta je podľa Baránikovej pomerne komplikovaná. „Začína sa väčšinou bez antibiotík, ktoré na vírusy nezaberajú. Podáva sa veľa tekutín, vitamíny, lieky proti kašľu, neskôr lieky na vykašľanie (tzv. expektoranciá, keď je kašeľ vlhký. Striedavo sa pri teplote podáva Nurofen/Ibalgín a po 3 hodinách Paralen/paracetamol, Panadol/podľa vypočítaného množstva. Telo dieťaťa môžeme jemne ovlažiť masážou vlažnou vodou a staršie deti zas roztokom alpy s vodou, kde využijeme chladivý vplyv mentolu,“ dodala lekárka s tým, že túto fázu zvládnu rodičia aj bez lekára. „Ak je stav nepriaznivý, na piaty-šiesty deň treba vyhľadať lekára na vyhodnotenie, či nie sú potrebné antibiotiká. V určitých prípadoch môže lekár nasadiť antibiotiká hneď,“ vysvetlila Barániková.

Akú prevenciu odporúča detská lekárka?

Prevencia detských ochorení je podľa slov lekárky a neurologičky všetkým známa. „Zdravý životný štýl, pobyt vonku, vitamíny, očkovanie proti chrípke – najnovšia možnosť podania vakcíny vo forme kvapiek do nosa. Podľa môjho názoru by sa pred Vianocami mali obmedziť rôzne detské stretnutia, divadielka, kde prídu aj choré deti. A takto sa to šíri. Ale momentálne už vykukuje slniečko a my dúfame, že už skončí zima a tiež chrípky a iné vírusy. To vám želim,“ dodala Barániková na záver.

(šov)

Foto:

Nemocnica AGEL Žiar nad Hronom zhodnotila rok 2024

Rok 2024 bol pre Nemocnicu AGEL Žiar nad Hronom a Banská Štiavnica rokom, ktorý sa vyznačoval nielen vysokou pracovnou záťažou, ale aj pokračujúcim zlepšovaním kvality poskytovaných zdravotných služieb. Nemocnica sa v uplynulom roku úspešne vypořádala s rastúcim dopytom po zdravotnej starostlivosti a ďalej posilnila svoju pozíciu ako odborné a spoľahlivé zdravotnícke zariadenie v regióne.

V oblasti urgentnej zdravotnej starostlivosti sa nemocnica postarala o 9 708 pacientov na urgentnom príjme, pričom celkový počet návštev dosiahol 11 756. V roku 2024 bolo hospitalizovaných 5 769 pacientov a zaznamenaných 148 800 ambulantných návštev. Tieto čísla dokazujú, že nemocnica zvládla vysoký objem pacientov a poskytla im odbornú

zdravotnú starostlivosť v rôznych oblastiach. Na operačnej sále bolo v roku 2024 vykonaných 1 384 operácií, z toho 422 v gynekológii, čo opätovne potvrdzuje vysokú odbornú úroveň a efektívitu poskytovanej starostlivosti. Okrem toho sa uskutočnilo 622 výkonov v rámci jednodňovej zdravotnej starostlivosti, čo umožnilo pacientom rýchlejší návrat do bežného života po zákrokoch, ktoré nevyžadujú dlhodobú hospitalizáciu.

Na rádiologickom oddelení bolo vykonaných viac ako 31 400 diagnostických výkonov. Na pracovisku CT bolo zaznamenaných 6 120 návštev, čo opätovne potvrdzuje schopnosť nemocnice poskytovať kvalitné a včasné diagnostické služby, ktoré sú kľúčové pre správne určenie liečby pacientov.

„Rok 2024 bol pre nás náročný, ale zároveň aj úspešný. Naša nemocnica neustále rastie a prispôbuje sa potrebám našich pacientov. Sme hrdí na dosiahnuté výsledky a záväzok poskytovať kvalitnú, odbornú starostlivosť, ktorá zodpovedá vysokým požiadavkám moderného zdravotníctva. Do roku 2025 vstupujeme s jasnou víziou ďalšieho rozvoja,“ hovorí Ludmila Veselá, regionálna riaditeľka nemocníc AGEL STRED.

V priebehu roku 2024 nemocnica investovala viac ako 1 930 000 eur. Najväčšia časť tejto sumy, približne 1 147 000 eur, bola použitá na rozsiahle rekonštrukčné práce, ktoré výrazne prispeli k zvýšeniu kvality poskytovanej starostlivosti. Nemenej dôležitou položkou bola investícia do modernizácie zdravotníckej techniky v celkovej hodnote takmer

700 000 eur, pričom zvýšené prostriedky boli použité na nákup ne zdravotníckej techniky, čím sa zvýšila efektívnosť a komfort pre pacientov i personál.

Nemocnica AGEL Žiar nad Hronom a Banská Štiavnica sa aj v roku 2024 postarala o kvalitnú zdravotnú starost-

livosť, čo potvrdzujú nielen čísla, ale aj spokojnosť pacientov, ktorí jej dôverujú pri riešení svojich zdravotných problémov.

AGEL SK

Foto: AGEL SK

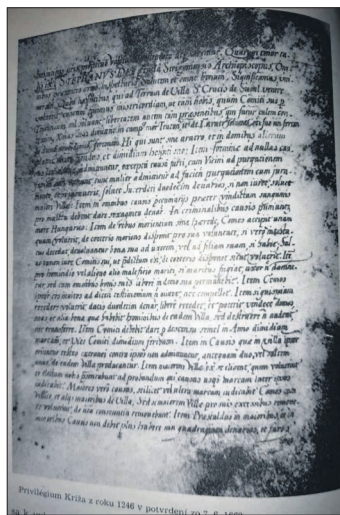


1246 – Svätý Kríž sa z osady mení na mestečko

Záver prvej polovice 13. storočia, konkrétne dátum 4.2.1246, patrí medzi najdôležitejšie v histórii mesta. Aristokratický pán Svätého Kríža Štefan Vanča, ostrihorský arcibiskup využil svoje právomoci primáša (najvyššieho predstaviteľa v konkrétnej krajine) uhorskej kresťanskej cirkvi a osadu povýšil na mestečko udeľením výsad (privilegií) mestečka. Prvým sídlom, ktoré na území moderného Slovenska získala výsady

mesta, bola v roku 1238 Trnava. Svätý Kríž bol v zozname sídel, ktorým sa dostalo takéto povýšenie, na prekvapivo vysokom ôsmom mieste v dejinách. Predbehli sme tak v rebríčku ekonomickej dôležitosti a prestíže také mestá ako Košice, Prešov a dokonca aj tak historicky významné mesto, akým bola v stredoveku Nitra.

Tu sa však musíme pristiť pri reálnych dôvodoch tejto historickej udalosti. Štefan Vanča sa nenarodil v Svätom Kríži alebo v jeho okolí a ani nemal k tomuto miestu nejaký výnimočný vzťah, o ktorom by sme vedeli. Je pravdepodobné, že Svätý Kríž počas výkonu svojho úradu ani



nenavštívil. Ako každý aristokrat v Uhorsku, svetský alebo cirkevný, týmto činom v prvom rade sledoval svoje vlastné politické a ekonomické ciele. Ostrihorskí arcibiskupi vlastnili po celom Uhorsku, nielen na Slovensku, obrovské rozlohy pôdy, z ktorých výťažky používali na obohatenie seba a úradu, ktorý zastávali.

Vtedajší Svätý Kríž nebol z tohto spôsobu myslenia výnimkou a z pohľadu arcibiskupa Vanču išlo o pragmatické rozhodnutie. V obci sa už nachádzala významná a výnosná mýtnica a sídlil tu aj jeden z jeho podriadených úradníkov – dvorský špán. Tým, že pridelil Svätému Krížu

výsady mestečka, navyše tak skoro, získal ďalší zdroj príjmov od obyvateľov Kríža vo forme poplatkov za rôzne slobody, ako aj nárok na desiatok zo všetkej úrody obilia, ktoré sa v obci vypestovalo. Ako príklad môžeme uviesť výsadu, že obyvateľ Kríža sa môže na základe vlastného rozhodnutia odsťahovať niekam inam, ak vrchnosti zaplatí poplatok 12 denárov a svoj dom nezbúra.

Mgr. Peter Mlatec, PhD. Kastelán
Foto: Výsady mestečka Svätý Kríž ako zachované v potvrdení z 7.6.1668. Foto z publikácie Dejiny Žiaru nad Hronom.

Nadácia Veolia Slovensko darovala kyslíkové prístroje pre seniorov v Žiari nad Hronom

Nadácia Veolia Slovensko, zabezpečila príjemné sviatočné obdobie pre starších obyvateľov v Žiari nad Hronom. Zástupcovia organizácie v spolupráci so zariadením pre seniorov DOMOV PRI KAŠTIELI nakúpili kyslíkové prístroje, ktoré sú v zariadení ohromným prínosom.

Zariadenie pre seniorov DOMOV PRI KAŠTIELI n. o. zriadilo Mesto Žiar nad Hronom v roku 2021 po rekonštrukcii bývalej ekonomickej školy. Zamestnanci v domove poskytujú seniorom príkladnú starostlivosť a ľudský prístup. Niekedy však ľudské sily nepostačujú na starostlivosť, ktorú klienti potrebujú. Nadácia Veolia Slovensko zakúpila a darovala zariadeniu tri kyslíkové prístroje, ktoré sú veľkou pomocou pri prekonávaní respiračných ochorení ale aj následnou podporou rekonvalescencie.

„V mene nášho zariadenia a hlavne v mene klientov chceme vyjadriť úprimné poďakovanie za splnenie nášho via-



Žiarski seniori spoločne so vzácnym darom - tromi kusmi kyslíkových prístrojov.

nočného prania. Veľmi sme sa potešili ochote a ústretovosti v komunikácii s Nadáciou Veolia Slovensko. Práca v sociálnych službách nie je ľahká, vyžaduje si veľa trpezlivosti, ochoty, pochopenia a hlavne lásky. Je to dobrý pocit, keď vieme, že v tom vďaka takýmto nápo-

mocným programom nie sme sami.“ povedala Jana Filipčíková, riaditeľka zariadenia pre seniorov DOMOV PRI KAŠTIELI n. o. Ako ďalej informovala, klienti budú môcť v zariadení využívať tieto prístroje v rámci oxygenoterapie.

Čo je oxygenoterapia?

Je to liečebná a regeneračná metóda založená na inhalovaní zvýšenej koncentrácie kyslíka. Kyslík okysličuje krv a tá dodáva potrebné živiny do celého organizmu. Priaznivo ovplyvňuje fyzickú aj psychickú kondíciu, posilňuje imunitný systém pri infekciách a celkovom chronickom oslabení organizmu, zlepšuje stav po prekonaní choroby alebo počas jej akútneho štádia.

Oxygenoterapia funguje aj ako prevencia ochorení. Pri nedostatku kyslíka v tele, organizmus trpí deficitom energie. Tento stav je možné rýchlo a efektívne zvrátiť intenzívnym prísunom kyslíka a tak dodaním kapiláram a následne tkanivám celého organizmu potrebnú vitalitu.

„Práve vďaka týmto skvelým účinkom na organizmus a mnoho ďalších, ju budeme pravidelne poskytovať našim klien-

tom, aby sme im pomohli cítiť sa čo najlepšie. Oxygenátory pre našich klientov nám darovala Nadácia Veolia Slovensko ako vianočný darček,“ dodala riaditeľka Domova pri kaštieli.

Nezabúdajme si pomáhať navzájom aj počas roka a spoločne naplňovať poslanie byť lepšími ľuďmi. Nadácia Veolia Slovensko kráča na tejto ceste už od roku 2006 a podporila nielen ohrozené skupiny, ale aj športový rozvoj, vzdelávanie a ochranu životného prostredia a taktiež pracuje na zachovaní kultúrnych hodnôt.

(red)
Foto: Veolia



Nová riaditeľka žiarskej „Jednotky“ Oľga Berkešová: Mojím cieľom je vytvoriť školu, kde sa každý žiak cíti dobre a je rešpektovaný

Od 1. januára 2025 bola na základe odporúčania výberovej komisie vymenovaná do funkcie riaditeľky Základnej školy na Ul. Dr. Janského č. 2 Oľga Berkešová, ktorá bola od júla 2024 dočasne poverená vedením školy.

Oľga Berkešová v školstve pôsobí už 36 rokov, z toho v žiarskej „Jednotke“ 34 rokov. Pracovala ako vychovávateľka, neskôr ako učiteľka žiakov I. stupňa, a to nielen v bežných triedach, ale aj v triedach pre žiakov zo sociálne znevýhodneného prostredia. Taktiež pracovala ako zástupkyňa pre prvý stupeň a ako sama hovorí, aj z tohto dôvodu je jej pohľad na „Jednotku“ celistvejší. Viac nám už prezradila v rozhovore.

Vieme, že ste od júla minulého roka až do volieb nového riaditeľa boli na túto pozíciu dočasne menovaná. Bol to prirodzený vývoj, že budete túto pozíciu zastávať oficiálne alebo to bolo vaše rozhodnutie?

Po dlhodobom zvažovaní som sa rozhodla prihlásiť do výberového konania. Aj vzhľadom na to, že som 15 rokov pracovala ako zástupkyňa riaditeľa školy a práca mi je blízka, vedela som, čo sa odo mňa očakáva ako od riaditeľky. Taktiež viem, že sa môžem spoľahnúť a oprieť o šikovných a zodpovedných kolegov a môžem zužitkovať svoje doterajšie skúsenosti.



Oľga Berkešová je súčasťou žiarskej „Jednotky“ už 34 rokov.

Ako hodnotíte toto rozhodnutie? Čo naň hovoríte? Potešilo vás to alebo to beriete ako záväzok, zodpovednosť?

Rozhodnutie stať sa riaditeľkou môže byť určite výzvou. Nie je to len otázka riadenia procesov, ale najmä motivovania tímu ľudí a nastavovania vízie pre budúcnosť. Okrem toho je to aj neustála potreba prispôbovať sa zmenám, riešiť problémy a zabezpečiť, aby sme ako škola fungovali efektívne. Výzvou môže byť aj vyváženie medzi osobným a profesionálnym životom. Napriek tomu však môže byť táto rola veľmi obohacujúca.

Čo prvé ste už urobili alebo plánujete vo vedení školy urobiť?

Od 1.7.2024, kedy som bola dočasne poverená funkciou riaditeľky školy, sa nám podarilo zapojiť do viacerých projektov. Začali sme vymieňať nevyhovujúce projekty za nové multimediálne

dotykové panely, spustili sme systém Dupage, v rámci ktorého získali rodičia našich žiakov komplexnejší prehľad o výchovno-vzdelávacích výsledkoch a dianí v škole.

Z dôvodu zvýšenia bezpečnosti v našej škole bude v krátkej dobe namontovaný elektronický čipový systém s kamerou na zadné dvere budovy školy. Ďalšie bezpečnostné kamery budú umiestnené na potrebné miesta v budove školy a školskej jedálni.

Priebežne pracujeme na vybudovaní multisenzorickej miestnosti, ktorá napomáha v predchádzaní problémového správania a vzniku agresie. No a, samozrejme, riešime aj množstvo drobných úprav ako je maľovanie tried, výmena svetidiel a žalúzií v triedach a pod.

Vzhľadom na lepšie zabezpečenie odložených mobilných zariadení, sme

ešte v mesiaci december objednali uzamykateľné skrinky, do ktorých si žiaci odkladajú svoje mobilné telefóny. Po skončení vyučovania si tieto zariadenia opäť v prítomnosti triedneho učiteľa prevezmú.

Aké sú vaše vízie, ciele, plány do budúcnosti, čo sa vedenia školy týka?

Vytvoriť školu, ktorá bude miestom, kde sa každý žiak cíti dobre, je rešpektovaný a podporovaný vo svojej individuálnej ceste k vzdelaniu. Chceme, aby naša škola poskytovala nielen kvalitné vzdelanie, ale aj priestor pre rozvoj osobnosti, tvorivosti a kritické myslenie. Naša školská komunita bude vnímať a otvorená voči rôznorodosti a pripravená na výzvy modernej doby. Spoluprácu medzi učiteľmi, žiakmi a rodičmi vytvárame prostredie, ktoré podporí nielen akademický úspech, ale aj emocionálny a sociálny rozvoj každého dieťaťa. Poslaním našej školy je spoločne po malých krôčikoch otvárať dvere všetkým žiakom, aby mohli postupne vstupovať do sveta nepoznaného, plného kamarátstiev, dobrodružstva, ale zároveň do sveta bezpečia a dôvery a aby si našli vzťah k poznávaniu a objavovaniu v zmysle citátu: „Učiteľ ti môže otvoriť dvere, ale vstúpiť do nich musíš ty sám ...“

Aké novinky, zlepšenia, by ste chceli vo vedení školy dosiahnuť?

Postupne sa pripravujeme na kurikulumnú reformu prostredníctvom aktu-

alizačných a inovačných vzdelávaní. Modernizujeme proces edukácie na zážitkové, experimentálne vyučovanie, projektové vyučovanie, ktoré umožňuje žiakom pracovať na dlhodobých úlohách, ktoré vyžadujú výskum, analýzu a kreatívne riešenia problémov. Podporujeme toleranciu a otvorenú komunikáciu. Pracujeme na postupnom budovaní duševnej pohody žiakov v spolupráci s našim školským podporným tímom. Plánujeme využívať v maximálnej miere multifunkčné športovisko v areáli našej školy na podporu zlepšenia zdravého životného štýlu a zaradenia športu do vlastného hodnotového rebríčka.

(šov)
Foto: Peter Vörös



Zachované tradície Kovačice: **Vo Výstavnej sále v MsKC aktuálne prebieha výstava insitných maliarov zo Srbska**

Od 9. januára do 27. februára 2025 sa koná vo Výstavnej sále v MsKC výstava insitných maliarov zo Srbska s názvom **Zachované tradície Kovačice**. Svoje obrazy tu vystavujú maliari Jozef Havjar a Ján Žolnaj zo svetoznámej Galérie insitného umenia v Kovačici (Srbsko), ktorá bola 3. decembra 2024 zapísaná do svetového kultúrneho dedičstva UNESCO. Výstava je predajná a preto ak vás niektorý z vystavovaných obrazov zaujme, môžete si ho z výstavy doniesť priamo domov alebo na chalupu.

Málokedy sa stáva, že v Žiari nad Hronom hostíme výstavu zahraničných maliarov, umelcov, a preto sme si nechali ujsť príležitosť nazrieť na vystavované diela dvoch srbských insitných maliarov, Jozefa Havjara a Jána Žolnaja, ktorí do Žiaru merali cestu zo srbskej Kovačice, aby sem priniesli ukážku svojich najlepších umeleckých diel, znázorňujúcich staré zvyky a obyčaje na dedine. S umelcami sme sa rozprávali aj osobne a tak nám čo-to o sebe a o svojom umení prezradili.

Jozef Havjar z Kovačice: Insitný maliar je umelec, ktorý maliarstvo nevyštudoval, ale prišlo to samé od seba

Naša prvá otázka na umelca znie, čo to vlastne to insitné alebo naivné maliarstvo znamená. Dozvedáme sa, že insitné umenie sa neštuduje, nie je pro-



Vľavo Jozef Havjar a vpravo Ján Žolnaj - srbskí maliari, ktorých výstava aktuálne prebieha v MsKC a potrvá do konca februára.

su bez ohľadu na to, kde sa nachádzal. Na jeho plátnach je dedina nielen motívom, ale svetom, v ktorom sú vyryté všetky hodnoty, radosti a zápasy malých ľudí. Jeho obrazy pritom na Slovensku nevidíme prvýkrát. „Na Slovensku sme mali približne 35 výstav, aj s Jankom Žolnajom, pričom väčšinou sme vystavovali na východnom Slovensku,“ hovorí Jozef celkom dobrou, zrozumiteľnou slovenčinou a dodáva, že v Žiari nad Hronom sú po prvýkrát. Vystavovať by vraj chceli v čo najviac mestách, aby všade ľudia videli, aký poklad v podobe Galérie insitného umenia Kovačice ukrývajú.

„Naši starí rodičia začali maľovať pred 73 rokmi. Už vtedy vystavovali svoje diela nielen doma, ale aj po svete,“ dodáva Havjar s tým, že Kovačicu vo svete

charakteristické pestrofarebnosťou, ba až rozprávkovým motívom. Ako umelec ďalej dodáva, najviac obrazov sa mu podarí vytvoriť práve cez zimu, keď vonku nie je veľmi čo robiť. „Témy, ktorým sa venujem, sú hlavne roľníctvo a zvieratá ako kone a voly, ktoré sa na prácu v minulosti dosť využívali,“ dodáva Havjar, ktorý do Žiaru priniesol 17 obrazov, rovnako ako jeho kolega a kamarát Ján Žolnaj.

Ján Žolnaj: Naše umenie je odkazom pre mladšie generácie

Ján Žolnaj je 71-ročný dôchodca, maliar, ktorý jedinečne spája ducha slovenskej tradície s vizuálnou poéziou. Z jeho



insitného umenia, keď som mal aj prvú výstavu a potom to už išlo. Vystavoval som v Srbsku, na Slovensku som mal dokonca 45 výstav, výstava v Žiari je 46-ta,“ dodáva umelec, ktorý najčastejšie maľuje dedinu, dedinčanov a ich obydlia, zvyky a ľudové tradície. „Pomaly už starí ľudia vymierajú. Aj my sme starí, ale pamätáme si všetko z detstva, kedy sa pracovalo ručne, žito sa kosilo ručne, kopala sa kukurica, všetky tie práce maľujem. Keď mi príde inšpirácia, tak maľujem obrazy aj z domov a domácností, ako vtedy domy a ich interiéry vyzerali, ako sa obliekali naši starí a prastarí rodičia, ako vtedy vyzerali Vianoce, zabíjačka, dedinská svadba a podobne,“ dodáva.

Na otázku, či má byť aj jeho umenie akýmsi odkazom pre mladšie generá-

ci, zostane to v nich ako odkaz na to, že v minulosti síce bol ťažký, ale zato zaujímavý život. A to, čo je znázornené, zostane naveky v našich obrazoch ako spomienka a pamiatka a odkaz pre mladšie generácie,“ dodáva Ján Žolnaj na záver.

Ak sa vám niektorý z obrazov zapáči, môžete si ho odnieť domov

A ako sa organizátorom podarilo prilákať srbských maliarov až do Žiaru? „Minulý rok sme tu mali krásnu výstavu bábik v kroji, ktorú nám vtedy sprostredkovalo občianske združenie Slnienko s pani Alenkou Rezkovou. Tej sa u nás vtedy páčili naše priestory, a tak nám ponúkla, že má spoluprácu s Kovačicou a že je to veľmi pekné insitné umenie,“ priblížila Jela Šuleková z MsKC za organizátorov výstavy a pokračovala: „Bolí sme prístupní tejto výstave, keďže aj my máme v Žiari Júliusa Považana, ktorý je známy práve svojimi insitnými obrazmi. Srbskí maliari komunikujú naozaj krásnou slovenčinou, takže nebol problém sa s nimi dohodnúť ani mailom, ani telefonicky,“ dodala. Výstava Zachované tradície Kovačice potrvá do 27. februára, pričom samotní umelci budú v Žiari po celý čas konania výstavy. Výstava je predajná, to znamená, že ak sa vám niektorý z obrazov počas prehliadky zapáči, môžete si ho zakúpiť domov alebo do svojej chalupy, na cene sa dá vraj aj dohodnúť. „Je to naozaj krásne umenie, ktoré sprostredkúva tie tradície, ktoré už vymreli a ktoré si pamätajú len tí najstarší, takže budem veľmi rada, ak výstava bude mať úspech a ak príde čo najviac návštevníkov,“ dodala Šuleková na záver.

(šov)

Foto: Peter Vörös



fesónálne a jeho tvorcovia vychádzajú z osobitného chápania sveta, sledujú vlastné citové obohatenie bez ohľadu na vývojové tendencie súdobých estetických kritérií a noriem.

Jozef Havjar je 69-ročný dôchodca, umelec z Kovačice. Maľovaniu sa venuje veľa rokov a členom Galérie insitného umenia v Kovačici je 25 rokov. Jeho diela zobrazujú každodenný život a zvyky dedinčanov, jednoduché, ale silne emotívne chvíle z dedinského prostredia. Havjar si prostredníctvom svojich obrazov dokázal zachovať ducha tohto života, zachytiť jeho autenticnosť a krá-

najviac preslávil insitný maliar menom Martin Jonáš, ktorého obraz sa dokonca nachádza vo francúzskom Louvre. Jozefa pri jeho tvorbe inšpirujú najmä spomienky na detstvo, ktoré mu zostali v pamäti dodnes. „Toto, čo ja robím, čo maľujem, tak ukazujem, ako sa žilo v minulosti. Môj starý otec bol roľník, mal polia, kone a s nimi pracoval, obrábal zem. Ako malé dieťa som s ním na tie polia často chodil. A tak som si povedal, že budem maľovať život na dedine a to, ako sa kedysi žilo v Kovačici,“ vysvetľuje umelec, ktorý používa techniku maľovania olejom na plátno a jeho obrazy sú



Ak sa vám niektorý z obrazov zapáči, môžete si ho zakúpiť.

tvorby vyžaruje hlboká úcta k folklóru, zvykom a prírode, zatiaľ čo jeho špecifický zmysel pre farby vytvára kompozície bohaté na emócie a symboliku. Stromy a vegetácia, ktoré sú v jeho dielach často prítomné, sú nielen zobrazením prírody, ale aj mostom medzi ľuďmi a priestorom, ktorý obývajú. Jeho osobitý spôsob prezentácie architektúry prináša nostalgický a poetický rozmer, dodáva stavbám dušu a príbeh. Žolnaj prostredníctvom svojich obrazov sprostredkúva ducha slovenskej krajiny a tradícií, vytvárajúc umenie, ktoré je univerzálne a zároveň hlboko zakorenené v jeho kultúre.

Maľovaniu sa tento autor venuje už 50 rokov. „V roku 2024 bola na moju počesť v Galérii insitného umenia v Kovačici aj výstava mojich obrazov, na ktorej boli obrazy z mojich začiatkov, zo stredného času, aj moje najnovšie obrazy,“ dodáva Ján Žolnaj, ktorého k maľovaniu spočiatku priviedlo to, že prekresloval diela známych maliarov. „Spočiatku som dosť prekresloval obrazy starých majstrov, aj domácich aj zahraničných. Až neskôr, keď som sa naučil techniku miešania farieb, sa mi vytváralo v mojej duši to chcenie, čo ja vlastne chcem kresliť,“ vysvetľuje insitný maliar, ktorý síce nežil celý život v Kovačici, no na sviatky sa tam rád s rodinou vracal. „V roku 2008 ma prijali do Galérie



Takto ste s nami plesali na 11. Bále Žiarčanov

V piatok, 18. januára, sa uskutočnil 11. ročník tradičného Bálu Žiarčanov, na ktorom si spolu s organizátormi a predstaviteľmi mesta zaplesalo dohromady až 250 ľudí.

O zábavu sa po celý večer staral moderátor Milan Zimnýkoval, o hudobno-tanečný program sa postarali tanečníci a tanečníčky z TŠK Stella, domáca kapela Vibe a Dj Miño, ktorý zabával tancujúcich hostí na parkete až do skorého rána. Ohňovú a dronovú šou predviedla Inspinia. O gastrozázitky hostí sa postarala Stredná odborná škola obchodu a služieb, výzdobu organizátori zverili do rúk

Lucke a Vladkovi z Balónového ateliéru. Vladimír Fabo s Maťom Čamajom zas vyčarovali čarovnú svetelnú vypravu a aká by to bola príprava a organizácia plesu bez pomoci kolegov a pomocníkov z MsKC.

Návštevníkov neodradilo ani vyššie vstupné

Partneri do tomboly pripravili až 25 cien, zábava bola do skorých ranných hodín. „Veľmi nás teší každoročný záujem o toto podujatie. Je oň nesmierny záujem a to aj napriek tomu, že sme

museli kvôli rastúcim nákladom zvýšiť aj cenu vstupenky. Uvedomujeme si, že prichádza doba, kedy nebudú sály vypredané a že si takúto kultúru nebude môcť dovoliť každý. Aj preto k organizácii pristupujeme inak a snažíme sa prinášať väčší divácky komfort - kvalitu a nie kvantitu,“ priblížil za organizátorov Janko Kulich z MsKC.

Nové stoličky, lampy aj balónová výzdoba

Organizátorom sa podarilo zakúpiť nové stoličky do sály s vysokými operadlami,

ktoré zaistili väčšie pohodlie, dobijacie lampy na stoly. „Investovali sme tiež do krásnej balónovej výzdoby od firmy Balónový ateliér z nášho regiónu,“ podotkol Kulich a zároveň dodal, že s organizáciou, službami a programom sú spokojní. „O divákov sme sa dokázali dobre postarať, neboli problémy s jedlom, jeho ponuka bola široká a kvalitná, zábava bola plynulá a pre každého, nesklamal ani hviezdny moderátor, skupina, či DJ. Veľmi potešili nádherné choreografie domáceho TŠK Stella a atraktívna choreografia tanečníčok s dronmi od agentúry Aspina.

Už teraz pracujeme na úvodných prípravách 12. ročníka, vyberáme moderátora a program. Máte sa na čo tešiť,“ dodal Janko Kulich na záver, pričom poďakoval kolegom, kolegyniam a pomocníkom z MsKC za bezproblémovú prípravu a organizáciu plesu a tiež fotografovi mesta Peťovi Vöröšovi za krásne fotky.

(red)



BÁL ŽIARČANOV 2025 OBJEKTÍVOM FOTOGRAFA



mskc
žiar nad hronom

Fašiangová veselica



28. FEBRUÁR 2025 | 18:00 H
MsKC ŽIAR NAD HRONOM
vstupné: 18 Eur Vstupenky online na www.mskcentrum.sk
účinkujú:
SESTRY BACMAŇÁKOVÉ & ZBOJNÁ
PETER PAULIK - D.J. ZOLO HRADSKÝ - MSS Sekera
22:00 h. Pochovávanie basy



Juraj Kemka & Lukáš Latinák
17.02.2025
Náš priateľ René
Lasica & Satinský



**PI ČAJ,
MILÁČIK!**
bláznivá komédia
z divadelného
prostredia
20.02.2025

★★★★★
„NAJLEPŠIA BROADWAYSKÁ
HUDEBNÁ KOMÉDIA SÚČASNOSTI.“
- THE NEW YORK TIMES

NÁMET & SCENÁR
JOE DIPIETRO

HUGO
JIMMY
ROBERTS

**MILUJEM
ŤA
ALE**

MARTIN
NIKODYM

LIV
BIELOVIC

JÁN
SLEZÁK

MÁRIA
SCHUMEROVÁ

MAREK
ROZKOS

EMMA
FUNTOVA

RADKA
KOPRIVA

PETER
BRAJERČÍK

16.03.2025

NOVÉ PREDSTAVENIE JÁNA ĎUROVČIKA

STANISLAV ŠTEPKA

Cena vstupného
30,- €

**AKO SOM
VSTÚPIL
DO SEBA**

SLOVENSKY
LUDOVÝ
UMELECKÝ
KOLEKTÍV

RADOSNÉ
NÁVYČNÉ
DIVADLO

HUDBA: JAN MELKOVIČ
REŽIA: ODBRIL ŠPIŠAK

SPRAVA ZO
SARAJEVA
CESTY

4. MÁJ 2025/18:00 h/SSOŠPg

TOUR 2025

**KALI
& PETER PANN**

29. MAREC 2025/MSKC

SPEVANKOVO
**ANGLI
ČANINA
KONCERT**

24. APRÍL
17:00 h
MsKC/Divadelná sála
Žiar nad Hronom

**KINO
Hron**
žiar nad hronom

Mestské kultúrne centrum
SNP 119

Predaj lístkov
online na www.kinohron.sk,
v pokladni MsKC 1 hod pred
premietaním, alebo
v Mestskej knižnici 8-16:00 h

18:00 BRUTALISTA
18.2 A. Brody ako významný architekt, prežil holokaust a snaží sa o nový život v Amerike. (18) dráma, ČT, 200' + 15' prestávka, 6 Eur

18:00 ČERNÁK
19.2 Nikto neunikne následkom svojich činov. (18) thriller dráma, SR/ČR, SV, 109', 6 Eur

18:00 ČERNÁK
20.2 Nikto neunikne následkom svojich činov. (18) thriller dráma, SR/ČR, SV, 109', 6 Eur

17:00 PADDINGTON V DŽUNGLI
Cestuje do Peru s celou rodinou

21.2 U rod.komédia, USA, SD, 106', 6 Eur

**19:00 CAPTAIN AMERIKA:
PREKRÁSNY NOVÝ SVET /dabing/**
(15) akčné dobrsci-fi, USA, SD, 135', 6 Eur

16:00 DOGMAN
23.2 Policajt telom aj dušou, len má psiu hlavu (pred rozprávkou bude animák Smradi) (7) anim.komédia, USA, SD, 94', 7 Eur

18:00 ČERNÁK
(18) thriller dráma, SR/ČR, SV, 109', 7 Eur

18:00 NA PLECH
25.2 Pripečený film Martyho „Rezníka“ Pohla (18) komédia, ČR, ČV, 99', 6 Eur

17:00 DOGMAN
1.3 Policajt telom aj dušou, len má psiu hlavu (pred rozprávkou bude animák Smradi) (7) anim.komédia, USA, SD, 94', 7 Eur

19:00 OPICA
sob Všetci zomrú. A to nie je v pohode. (18) horor, USA, ČT, 95', 7 Eur

16:00 REBELKA: MISIA KRÁĽOVSKÁ ZÁCHRANA
Princezná mení tradície... (U) anim.ród., VB/CYP, SD, 94', 7 Eur

**18:00 BRIDGET JONESOVÁ:
ZBLÁZNENÁ DO CHLAPA /dabing/**
ned Začína novú kapitolu, taká aká je (15) rom.komédia, VB/FRA, SD, 130', 7 E

avf
Mestský
vzdelávací
fond

Nemak

mskc
žiar nad hronom

MASÉRSKY SALÓN ELISEE

RELAXAČNÉ MASÁŽE V NAŠOM MESTE

Masérsky salón ELISEE vás pozýva do...
Pozývam vás do novoootvorených priestorov
kde si oddýchnete, zrelaxujete,
zregenerujete a načerpáte nové sily.

Mojím cieľom je poskytnúť klientom maximálny
oddych a relax od každodenných starostí.

Poskytujem profesionálny,
diskrétny a individuálny prístup.

Prostredie kde sa vykonávajú masáže
je čisté, hygienické a útulné.
Dovoľte si oddychovať.

Masáž môžete darovať aj formou
darčekovej poukážky.

Teším sa na stretnutie s Vami.

Nájdete nás:
Eliška Šebianová - Masérsky
salón ELISEE
Cyrila a Metoda 20
96501 Žiar nad Hronom

Kontakt:
Tel: 0908 238 686
FB: Masérsky salón Elisee
IG: maserskysalonelisee
www.salonelisee.sk



JARNÝ 20 SALÓN 25

Tvoríš?

Zapoj sa do súťaže!

37. ročník regionálnej postupovej súťaže
a výstavy neprofesionálnej výtvarnej tvorby

Uzávierka: 1. 4. 2025

www.osvetaziar.sk

**malba
kresba
grafika
plastika
experiment**

SLOVENSKÝ ZVÄZ TANEČNÝCH ŠPORTOV

TŠK STELLA Žiar nad Hronom

Mesto Žiar nad Hronom, MsKC Žiar nad Hronom

XXXIV. POHÁR PRIMÁTORA

22. február 2025

Hlavná sála MsKC ZH

10.00 hod.

JUN. I. "E"
Deti II. "D" ŠTT
Deti II. "D" LAT
JUN. I. "D" ŠTT
JUN. I. "D" LAT
JUN. II. "D" ŠTT
JUN. II. "D" LAT
JUN. I. "C" ŠTT
JUN. I. "C" LAT
JUN. II. "C" ŠTT
JUN. II. "C" LAT
SOLO JUN. I. Bronz ŠTT
SOLO JUN. I. Bronz LAT
DO "D" ŠTT
DO "D" LAT
DO "C" ŠTT
DO "C" LAT
DO "B" ŠTT
DO "B" LAT
DO "A" LAT



Vstupné: 10 €

Medzinárodná súťaž v štandardných a latinskoamerických tancoch

POHRONSKÉ OSVETOVÉ STREDISKO POZÝVA NA ŠLÁGER MUZIKU

Milí priatelia šláger muziky,

je tu špeciálna ponuka pre vás. Pri príležitosti osláv Medzinárodného dňa žien, pripravujeme pre vás v Pohronskom osvetovom stredisku v Žiari nad Hronom ďalší tradičný galakonzert Šláger parády.

Dňa 14. marca 2025 o 16.00 hod. sa vám predstaví tornádo zábavy a nestarnúca dáma šlágrov **EVA MÁZIKOVÁ** spolu so zabávačom a spevákom **Martinom Jakubcom** a skupinou **DUO RYTMUS z Oslian**.

Čaká vás neopakovateľná hudobná promenáda a šou, v ktorej hity budú patriť všetkým ženám. Počet miest je limitovaný, preto si zabezpečte svoje vstupenky čo najskôr. Rezervovať a zakúpiť si ich môžete v Pohronskom osvetovom stredisku, t. č. 045/6781 304, mail: spev@osvetaziar.sk. Bude to parádna šou a oslava MDŽ. Nenechajte si to ujsť. Tešíme sa na vašu hojnú účasť.














**JARNÁ ŠKOLIČKA NA DVOJKE
PRE PREDŠKOLÁKOV**

Miesto: ZŠ, Ul. M. R. Štefánika č. 17, Žiar nad Hronom
Dátum: od 3.3.-5.3.2025 /3 dni
Čas: 7,30 -14,30 hod.

Aktivita: Matematický kráľ	Malí muzikanti
Lego a robotické hračky	Pokusy nás bavia
Anglicky hravo-zdravo	Malý vedec
Interaktívna podlaha Funtronic	Športovinky

V prípade záujmu sa prihláste na tel. čísle: **0905 446 162**, kde vám radi poskytneme ďalšie informácie. Vyplnenú záväznú prihlášku, ktorú nájdete v škôlkach alebo si ju vyžiadajte na uvedenom telefónnom čísle odovzdajte **do 24.2.2025** na sekretariáte základnej školy – DVOJKY, alebo pošlite naskenovanú na sedlaksona@gmail.com

PODPOR NÁS, ALEBO ROVNO ADOPTUJ!



ÚTULOK PRE PSOV
ŽIARSKY CHLPÁČ

[FACEBOOK.COM/ZIARSKYCHLPAC](https://www.facebook.com/ziarskychlpac) | [WWW.ZIARSKYCHLPAC.SK](http://www.ziarskychlpac.sk)



Liečba infekcií horných dýchacích ciest a ich prevencia

Odporúčania pre pacientov a príbuzných

Doplnková liečba na podporu imunity:

Lieky s obsahom



zinku

vitamínu C

muškátu afrického a echinacey

Výživové doplnky s obsahom



beta-glukánu

probiotik

Počas liečby dodržiavajte odporúčania:



nosová hygiena

časté vetranie priestorov

umývanie rúk

dostatok tekutín

obmedzenie fyzickej záťaže a námahy

Pri nedodržíaní pokojového režimu hrozí vznik vírusového zápalu srdca, prípadne chronického únavového syndrómu.

Ako znížiť riziko nákazy a šírenia infekcií horných dýchacích ciest

- ✓ Ak ste chorý/á **zostaňte doma**, nebudete šíriť infekciu v kolektíve.
- ✓ **Prekryte si ústa, nos** počas kýchania alebo kašľania. Použitú vreckovku odhodte a umyte si ruky.
- ✓ **Často si umývajte ruky** mydlom a vodou, prípadne použite dezinfekciu.
- ✓ Vyvíbajte sa kontaktu s ľuďmi s príznakmi infekcií horných dýchacích ciest.
- ✓ **Čistite povrchy**, ktorých sa často dotýkate – napr. stoly a kľučky. Niektoré vírusy a baktérie dokážu prežiť hodiny na hračkách, stolíčkoch, či kľučkách.
- ✓ Nezdierajte poháre, fľaše, balzamy na pery, uteráky, posteľnú bielizeň s inými osobami.
- ✓ Dodržiavajte **zdravý životný štýl**.
- ✓ Majte pod kontrolou **chronické ochorenia** – vysoký tlak, cukrovka a iné.
- ✓ **Dajte sa zaočkovať** proti chrípke a pneumokokovým infekciám.
- ✓ Doprajte si **dostatok spánku a fyzickej aktivity**. Jedzte zdravú a vyváženú stravu.
- ✓ **Kontrolujte si hmotnosť**. Nadhmotnosť/obezita zhoršuje priebeh ochorenia dýchacieho systému.

Pre viac informácií kontaktujte svojho lekára alebo lekárničku.

verzia 1.0,
vydané
november 2023



Liečba infekcií horných dýchacích ciest

Odporúčania pre pacientov a príbuzných

Zápaly nosa, prínosových dutín, hrdla a dýchacích ciest spôsobujú najmä vírusy (90 – 95 % prípadov). Sú to najčastejšie akútne infekcie, ktoré môžete vyriešiť s pomocou lekárničky samoliečbou.



Rizikové skupiny

- pacienti s **chronickými ochoreniami** srdca a pľúc
- pacienti s **oslabeným imunitným systémom**
- **alergici a astmatici**
- ľudia s **chronickým vyčerpaním**
- ľudia v **intenzívnom kontakte** s druhými (v práci, škôlke, škole, zdravotnom zariadení)
- **novorodenci a deti (od 3 mesiacov)**
- ľudia s **vyčerpávajúcim kašľom**, seniori 65+
- **fajčiari**



Najčastejšie príznaky infekcií horných dýchacích ciest



upchatý nos, nádcha, kýchanie

škriabanie, bolesť hrdla, zachrípnutie

kašeľ

horúčka, nechutenstvo, únava, bolesť hlavy a svalov

tlak/bolesť na čele alebo v ušiach

Kedy navštíviť lekára?

- ✓ symptómy ochorenia pretrvávajú **dlhšie ako 10 dní**, alebo ak sa **po 5 dňoch samoliečby zhoršia**
- ✓ **akútna infekcia** u novorodencov, dojčiat, tehotných žien, seniorov a osôb s poruchami imunitného systému a/alebo inými chronickými ochoreniami
- ✓ ak horúčku neviete znížiť pod **39 °C** alebo horúčka trvá dlhšie ako **3 dni**
- ✓ **neutišiteľný kašeľ, dušnosť, ťažoba na hrudníku**
- ✓ bolesť **znemožňujúca príjem potravy**
- ✓ pretrvávajúci **opuch uzlín**
- ✓ **bolesť, sekrecia z ucha**
- ✓ **bolesť v dierkovej oblasti, zakalený moč**

Ako vám pomôže lekárnik?

Na základe príznakov vám odporučí režimové opatrenia, samoliečbu ako aj **vhodnú liekovú formu, prípadne návštevu lekára**. V prípade podozrenia na bakteriálnu infekciu vám odporučí test CRP (domáci samotest, CRP test priamo v lekárni alebo u lekára) alebo test na vírusové ochorenia (chrípku, COVID 19).



Vyšetrenie CRP (C-reaktívneho proteínu) slúži na rozlíšenie vírusového a bakteriálneho ochorenia a určuje potrebu liečby antibiotikami.



verzia 1.0,
vydané
november 2023



Liečba infekcií horných dýchacích ciest

Odporúčania pre pacientov a príbuzných

Infekcie horných dýchacích ciest sa väčšinou vyliečia alebo ustúpia v priebehu 7 – 14 dní.

Režimové opatrenia



pokojový režim

výdatný spánok

dostatočný pitný režim

najmä pri zahľnení a horúčke

časté vetranie a zvlhčenie vzduchu*

nosová hygiena solnými roztokmi, inhalácia morskej vody

polohovanie a dychové techniky

najmä pri kašli

*u detí do dvoch rokov je používanie silíc s obsahom mentolu nevhodné, nakoľko môžu spôsobiť zástavu dýchania

Zníženie opuchu nosovej sliznice a nosovej sekrecie

pri upchatom nose/výtoku z nosa, svrbení, kýchaní

- ✓ lieky s obsahom liečiv: oxymetazolin, nafazolin,azelastín, xylometazolin, tramazolin, pseudoefedrín, fenylefrín
- ! nesmú sa používať viac ako **5 – 7 dní u dospelých** a **3 – 5 dní u detí** – hrozí riziko vzniku závislosti a poškodenia nosovej sliznice
- ✓ silica mäty piepornej
- ! nie je vhodná pre deti do 2 rokov



Bolesť hrdla a škriabanie v hrdle

pri zápale hrdla, zachrípnutí až strate hlasu

- ✓ lieky s obsahom liečiv: chlórhexidín, tyrotrýcín, dichlórbenzylalkohol, flurbiprofen, jódovaný povidón, benzydamin, oktenidín, benzoxonium, benzalkónium, dichlórbenzylmetanol, amylmetakrezol
- ✓ prípravky s obsahom repíka, ibiša, nechťtka, silice klinčekovca, lišajníka, rumančeka, skorocela, ostružiny, šalvie, divozela
- ! **jódovaný povidón nie je vhodný u pacientov alergických na jód**



Upozornenie: Počas liečby je vhodné **vyplachovanie nosa fyziologickým roztokom** alebo slanou vodou, ktoré pomáha zmierniť suchosť sliznice nosa.

Upozornenie: V prípade detí mladších ako 12 rokov sa o správnom užívaní liekov poraďte so svojím lekárom alebo lekárnikom.
! Lieky **neužívajte dlhšie**, ako je odporúčané výrobcom, lekárom, lekárnikom.

verzia 1.0,
vydané
november 2023



Liečba infekcií horných dýchacích ciest

Odporúčania pre pacientov a príbuzných

Infekcie horných dýchacích ciest sa väčšinou vyliečia alebo ustúpia v priebehu 7 – 14 dní.

Podpora vykašliavania

- ##### pri vlhkom, produktívnom kašli
- ✓ lieky s obsahom liečiv: ambroxol, acetylcysteín, bromhexín, erdostein, guajfenezín
 - ✓ prípravky s obsahom eukalyptu, silice, fenikla, brečtana, grindélie, sladkovky, jablčnika, mäty piepornej, prvosienky, dúšky a divozela
 - ! mukolytiká **si vyžadujú zvýšenú opatnosť u detí do 2 rokov**, nakoľko je u nich zvýšené riziko kontrakcie priedušiek



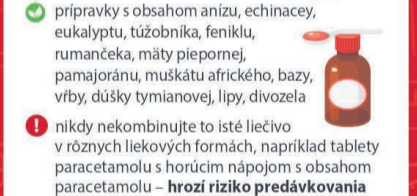
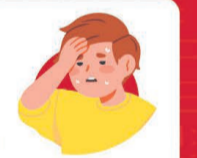
Tlmenie kašľa

- ##### pri suchom, dráždivom kašli
- ✓ lieky s obsahom liečiv: dropropizín, levodropropizín, dextrometorfán, oxeladín, butamirát, pentoxyverín
 - ✓ prípravky s obsahom ibiša, lišajníka, mäty piepornej, pamajoránu, skorocela



Bolesť a horúčka

- ##### pri bolesti hlavy, svalov a horúčke
- ✓ lieky s obsahom liečiv: paracetamol, ibuprofén, kyselina acetylsalicylová, naproxén, propyfenazón
 - ✓ prípravky s obsahom anizu, echinacey, eukalyptu, túžobníka, feniklu, rumančeka, mäty piepornej, pamajoránu, muškátu afrického, bazy, vrby, dúšky tymianovej, lipy, divozela
 - ! nikdy nekombinujte to isté liečivo v rôznych liekových formách, napríklad tablety paracetamolu s horúcim nápojom s obsahom paracetamolu – **hrozí riziko predávkovania**
 - ! kyselina acetylsalicylová sa neodporúča **podávať deťom do 16 rokov**
 - ! propyfenazón sa nesmie podávať deťom **do 15 rokov**



Doplnková liečba na zmiernenie dráždenia na kašeľ:



Lieky s obsahom

glukózy

pantenolu

Výživové doplnky s obsahom

medu

vitamínu C

glycerolu

! Prípravky s obsahom medu **nie sú vhodné pre deti do 1 roka**.! Diabetici, pozor, môžu **obsahovať cukor**.! Sú vhodné aj pre **deti, tehotné a dojčacie ženy**.

Upozornenie: V prípade detí mladších ako 12 rokov sa o správnom užívaní liekov poraďte so svojím lekárom alebo lekárnikom. Lieky **neužívajte dlhšie**, ako je odporúčané výrobcom, lekárom alebo lekárnikom.

verzia 1.0,
vydané
november 2023



Špičkový ortopéd-traumatológ, ktorý pôsobil v Nemecku po rokoch našiel svoje pôsobisko v nemocniciach Zvolene a Žiar nad Hronom

Primár Michal Rybár: Dávam na osobné vzťahy a ľudí si vážim

Jeho profesijný život vo Zvolene ohraničujú dva dátumy: 1. 11. 2011 tu MUDr. Michal Rybár začínal ako mladý lekár. Po jedenástich rokoch, presne 1. 11. 2022 sa sem vrátil ako skúsený lekár na pozíciu primára novovzniknutého ortopedicko-traumatologického oddelenia. Je vzácné, že sa do Zvolena vrátil po dlhoročnom pôsobení v Nemecku. Prečo, aké sú v medicíne u nás a v Nemecku rozdiely, a hlavne o tom, prečo sa medicína stala jeho životom, prácou aj poslaním nám 39-ročný lekár ochotne prezradil.

Vaša prax začala v roku 2011 vo Zvolene a od roku 2022 vaša prax vo Zvolene pokračuje. Čo sa udialo medzi tým?

Áno, začal som vo Zvolene presne 1. 11. 2011. Odišiel som v júli 2013 a išiel som na neplatené praktikum do Nemecka, kde som začínal úplne od nuly. Tak ako to väčšinou býva, začiatky boli ťažké. Prvé tri mesiace som robil za nocľah a jedno jedlo denne, ostatné som si financoval zo skromných rezerv. Odišiel som kvôli tomu, akú som mal skúsenosť. U nás v tom čase nebolo toľko možností sa odborne vzdelávať a rozvíjať sa ako chirurg. Často boli potrebné kontakty, známosti, taký bol môj subjektívny dojem.

Dôležitá bola pre mňa odborná stránka, vzdelávanie, predatestáčna príprava a samotná atestácia. Tu na Slovensku mi chýbala akási jednotnosť a systém. Keď išiel pacient do toho alebo oného mesta, v jednom meste vás s tým istým problémom riešil ortopéd a v druhom meste traumatológ. Nevedel som to pochopiť a nedávalo mi to zmysel-logiku. Vždy ma fascinovala chirurgia pohybového systému ako celku a v „slovenskom atestačnom vzdelávacom systéme – ponímaní“ je to podľa môjho názoru nie celkom najšťastnejšie. Uvedomujem si, že to má historický základ, ale celosvetové (nielen európske) trendy udávajú iný smer, z ktorého v konečnom dôsledku profituje pacient. Práve túto myšlienku by som chcel implementovať na našom novovznikajúcom oddelení. Bohužiaľ, žiadna zásadná zmena systému na Slovensku zatiaľ nenastala, ani za tých 11 rokov.

Nebude vám to prekážať pri vašej súčasnej práci? Vrátili ste sa, to sa veľmi cení...

Už nie, lebo som bol v Nemecku, robil som si základnú atestáciu a tá mi bola uznaná čisto ako ortopedická, potom som si robil „nadšpecializáciu“ zo špeciálnej úrazovej chirurgie a tá mi bola uznaná podľa zákona o uznávaní špecializácií ako plnohodnotná úrazová chirurgia. Mám teda obidve atestácie. V Nemecku som pôsobil 9 rokov a počas tohto času som ešte absolvoval plné 2 roky atestačnej prípravy v odbore chirurgia ruky. Taký odbor na Slovensku, ako samostatný špecializačný odbor zatiaľ neexistuje.

Na Slovensku som sa nestretol so žiadnymi obštrukciami pri uznaní atestácií, všetko mi uznali a všetky dokumenty mi úradne overili, čo ma príjemne prekvapilo a som za to vďačný. V Nemecku to bolo na začiatku veľmi zlé, trvalo vyše roka byrokratickej šikany, kým mi uznali predchádzajúcu prax zo Slovenska, ale oplatilo sa. V princípe som strávil „len 3 mesiace“ atestačnej prípravy počas celej mojej odbornej praxe. A to aj možno trochu vysvetľuje, prečo ja, v mojom veku, na slovenské „pomery“ asi nezvyčajné, mám takú odbornú kvalifikáciu.



MUDr. Michal Rybár sa stal primárom novovzniknutého ortopedicko-traumatologického oddelenia.

Áno v Nemecku začiatky neboli ľahké, ale keď som našiel správne pracovisko a dobrého šéfa mohol som sa rozvíjať, tak ako som to cítil a bavilo ma to. V podstate všade, kde som mal voľné ruky čo sa týka operatívny som ani nevnímal, že chodím do práce. Kým som, samozrejme, takéto pracovisko našiel, predchádzalo tomu niekoľko výpovedí a sťahovaní. V Nemecku si ale vážia, keď niekto chce a vie robiť.

Prezradíte hlavný dôvod, prečo ste sa rozhodli vrátiť na Slovensko?

Vrátil som sa nielen z osobných dôvodov, ale aj z vlastného presvedčenia. Po toľkých rokoch som sa už musel vnútorne rozhodnúť kde chcem žiť. Slovensko verzu Nemecko. A do toho ako to už v živote chodí, môžete nazvať aj osud, paralelne prišla ponuka zo Zvolena. V Nemecku som mal isté miesto a zhodou okolností som mal možnosť ísť do vedúcej pozície na endoprotetickú sekciu na klinike, kde som pracoval. Tú som odmietol, prijal som ponuku zo Zvolena. Vôbec to nebolo ľahké rozhodovanie, ale rád prijímam výzvy. Hlavne som chcel pomôcť slovenskému pacientovi, uplatniť skúsenosti, ktoré som nadobudol. Dúfam, že moje rozhodnutie priniesie osobu našim pacientom.

Zo subjektívneho pohľadu v Nemecku som sa nikdy necítil ako doma, aj keď som si tam našiel pár celoživotných priateľov.

Prečo práve zvolenská nemocnica?

Dávam na osobné vzťahy a ľudí si vážim. Vo zvolenskej nemocnici som mal pocit rodinnej atmosféry. Je až nevyhnutné, aby práve v chirurgii všetci ťahali za jeden koniec. Ako povedal toho času, v mojich chirurgických začiatkoch, jeden z mojich kolegov „chirurgia je kolektívny šport“, čo sa mi potvrdilo aj v Nemecku, na pracoviskách kde sa mi pracovalo najlepšie. „Na konci dňa“ je výsledkom spokojný pacient. MUDr. Rolko a MUDr. Ježik sa podieľali na formovaní mojich chirurgických základov, na ktorých som staval v Nemecku. Počas pôsobenia približne 9,5 roka v Nemecku som cca každé dva mesiace cestoval na Slovensko, a to už bolo neúnosné. Jedna cesta trvala cca 10 hodín (1 100km).

V roku 2022 prišla táto ponuka zo zvolenskej nemocnice a po spoločných rokovaní som sa mohol vrátiť. Vrátil som sa do vedúcej pozície, z ktorej sa pokúsim implementovať myšlienku „chirurgia pohybového systému“. Práve z tejto pozície by som rád rozvíjal vzdelávanie, vychovávanie mladých kolegov v tomto duchu a odovzdával nadobudnuté skúsenosti zo zahraničia. Mojim cieľom je robiť zmeny v prospech nášho pacienta. Práve zvolenská nemocnica mi túto možnosť dáva a cítim podporu zo všetkých strán.

Oddelenie bolo vo Zvolene úplnou novinkou a pre pacientov je obrovským prínosom.

Ja a moji kolegovia sa snažíme o to, aby sme spoločne priniesli predovšetkým odbornosť a kvalitu zdravotnej starostlivosti v našom odbore, samozrejme, prinášať ju v prijateľne dostupnom čase pacientovi.

Na čo sa špecializujete ďalej vo Zvolene a v Žiari nad Hronom?

Moja idea je, že keď príde pacient k nám, poskytneme mu najlepšie riešenie jemu šité na mieru, aké mu vieme poskytnúť. Musím však priznať osobné nadšenie v oblasti implantácii bedrového kĺbu miniinvazívnym spôsobom, ktoré som zaviedol na kliniku v Nemecku a zaučil mladších kolegov. Úspešne sa mi to podarilo implementovať u nás vo Zvolene, ale aj pre pacientov z okresu Žiar nad Hronom a z tejto skúsenosti a poznatku profitujú hlavne naši pacienti. Taktiež ma fascinujú moderné implantáty v oblasti endoprotetiky kolena, kedy implantáty takmer identicky kopírujú fyziologické pomery a výsledkom je priam neuveriteľný benefit pacienta po operácii.

Čo ste uplatnili (priniesli) z práce v Nemecku vo Zvolene respektíve v Žiari nad Hronom?

Priniesol som všetko to, čo som sa naučil, či už v endoprotetike, alebo traumatológii a snažím sa to predávať kolegom ďalej. V konečnom dôsledku z toho aj tak profituje len pacient.

Traumatológia vo Zvolene vždy bola primárne pod chirurgiou, tu som chcel vykonať určité zmeny v systéme. Od systému sa totiž odvíja kvalita, a tak vzniklo samostatné ortopedicko-traumatologické oddelenie. Predovšetkým sme sa etablovali ako samostatný, plnohodnotný tím kolegov, kde sa počet lekárov od osamostatnenia oddelenia zdvojnásobil. Na začiatku bol výrazne citeľný nedostatok kolegov, a týmto vzdávam úctu všetkým, ktorí to so mnou ťahajú od začiatku a vydržali v najťažších chvíľach, keď bolo najťažšie.

Niektoré zmeny sa už realizujú alebo čakajú na realizáciu, pričom ich výsledok v starostlivosti o ortopedicko-traumatologických pacientov závisí od štrukturálnych zmien. Počet ambulantných dní sa zvýšil z pôvodných 4 na aktuálnych 10, pričom 3 dni sú už v Žiari nad Hronom. Na oddelení prebiehajú stavebné práce v rámci Plánu obnovy a odolnosti SR, pričom by sme mali disponovať približne 40 lôžkami, s predpokladaným ukončením výstavby v druhej polovici roku 2025. Od marca 2025 budú k dispozícii dve moderné zrekonštruované operačné sály a urgentný príjem je momentálne v štádiu riešenia.

Jedným z mojich cieľov bolo, aby k nám obvodní lekári posielali aj pacientov z iných okresov a sami boli osobne presvedčení o našej kvalite, lebo chcú pre svojho pacienta len to najlepšie. Veľmi sa teším z toho, že sa to podarilo, pretože pacienti už ku nám chodia nielen z domovského okresu, ale aj z okolitých okresov. Ortopedickí pacienti, ktorí potrebujú plánovanú TEP, k nám prichádzajú prakticky z celého Slovenska.

Ďalší úspech, ktorý môžem spomenúť, je, že naši vlastní zamestnanci alebo ich rodinní príslušníci sa nechávajú operovať priamo u nás, čo je dôkazom, že veria v kvalitu našich služieb.

Povedzte nám teda konkrétne, čo priniesla spolupráca nemocníc AGEL Zvolene a Žiar nad Hronom?

Spolupráca nemocníc a predovšetkým odborného personálu priniesla množstvo výrazných zlepšení v nemocnici v Žiari nad Hronom. Prvým významným krokom bolo rozšírenie počtu ambulantných dní v ambulancii úrazovej chirurgie o 3, z ktorých 2 dni sú špecializované ortopedické. Tým sa otvorila možnosť plánovania TEP v Žiari nad Hronom, kde predtým neexistovala ortopedická ambulancia, ktorá by túto službu ponúkala. Ďalším zlepšením je, že pacienti, ktorí sú hospitalizovaní v Žiarskej nemocnici a nemôžu byť tam operovaní, sú preložení na naše oddelenie vo Zvolene, kde ich operujeme do 24 až 72 hodín. Predtým museli čakať na prevoz do fakultnej nemocnice v Banskej Bystrici, čo znamenalo čakanie na prevoz a odďalovanie ich operácie a liečby. V neposlednom rade sme v Žiari rozšírili operačnú kapacitu o dva dni, čo znamená, že naši kolegovia operujú priamo v Žiarskej nemocnici rovnakými metódami a implantátmi, aké používame vo Zvolene. Tieto zlepšenia výrazne zvýšili dostupnosť a kvalitu ortopedicko-traumatologickej starostlivosti v regióne.

Prečo ste sa rozhodli byť lekárom? Máte toto povolanie v rodine?



V rodine som jediný lekár. Definitívne rozhodnutie stať sa lekárom prišlo zhodou okolností v Anglicku. Počas štúdia na gymnáziu som absolvoval študijný pobyt v Londýne. Tu som chodil do práce aj do školy súčasne. Pochádzam zo skromných rodinných pomerov, a to mi pomohlo prežiť. Ako 18-ročný som bol odkázaný na seba. Na deň som mal asi 2,5 libry na jedlo. Tu som sa stretol prvýkrát v živote s tým, aké je to jesť od hladu vyradené banány. Banány vedú dobre zasýtiť a majú veľa vitamínov. Vypomáhal som si, ako som vedel. Robil som aj u Pakistanca, kde som prezúval pneumatiky a paralelne roznášal letáky na pizzu, samozrejme, doobeda som chodil do školy, lebo som sa chcel naučiť angličtinu. Snažil som sa všemožne pracovať aj študovať, spával som iba pár hodín denne. V tomto „osudovom rozpoložení“ som sa rozhodol, že budem lekárom.

Medicínu som začal študovať v Bratislave, tam som absolvoval prvé dva roky. Ale to mesto mi vôbec nesedelo. Potom som prestúpil do Martina, tam sa dala skĺbiť medicína aj voľnočasové aktivity. Som z Podlavíc v Banskej Bystrici, ale vyrastal som pri starých rodičoch v Lučatíne a v Slovenskej Lupči.

V princípe som sa vlastne vrátil do rodného kraja.

A prečo padla voľba práve na ortopédiu-traumatológiu?

Po šiestich rokoch štúdia sa musíte zaradiť do nejakého odboru medicíny. Už od 3. ročníka štúdia medicíny som bol popri štúdiu ošetrovateľom na urgente a mohol som si z väčšej miery financovať štúdium. Mám rád manuálnu prácu, akčné veci, a preto som začal na úrazovej chirurgii, neskôr ortopédia. Vybral som si to kvôli vlastnému presvedčeniu a nadšeniu kde sa spája anatómia/fyziológia/ a biomechanika.

Čo by ste odkázali pacientom zo žiarskeho okresu?

Spolupráca medzi nemocnicami v Žiari nad Hronom a Zvolene priniesla významné zlepšenia, o ktoré sa stále snažíme a zvyšujú dostupnosť a kvalitu ortopedicko-traumatologickej starostlivosti v regióne. Pacienti zo žiarskeho okresu už majú lepšiu dostupnosť k špecializovanej starostlivosti, ako aj skrátené čakacie doby na operácie. Rozšírením ambulantných dní v nemocnici v Žiari a operačných kapacít v nemocnici vo Zvolene sa snažíme zabezpečiť, aby sa pacienti dostali k odborníkom včas a dostali kvalitnú starostlivosť, ktorú potrebujú.

Agel SK
Foto: Agel SK

SPOMIENKA



V neznámý svet odišli ste spať, zaplakal každý, kto vás mal rád. Odišli ste od nás, zostali sme v žiali, no vždy budete žiť v srdciach tých, ktorí vás mali radi.

Dňa 8. februára sme si pripomenuli 18. výročie od smutnej chvíle, keď nás navždy opustil náš drahý otec, starý otec a prastarký **Jozef Čaradský**

a v novembri uplynulo 6 rokov od smutnej chvíle, keď nás navždy opustila naša drahá mamička, starká a prastarká **Mária Čaradská.**

Tí, ktorí ste ich poznali, venujte im tichú spomienku.

Spomína dcéra Marienka s rodinou.

SPOMIENKA



Odišiel dobrý človek, každý ho mal rád, odišiel nám do nenávratna, teraz musíme len spomínať.

Dňa 18. februára si pripomínáme 6. výročie, kedy nás navždy opustil náš drahý **Alojz Garaj.**

Tí, ktorí ste ho poznali, venujte mu tichú spomienku.

S láskou spomína smútiaca rodina.

SPOMIENKA



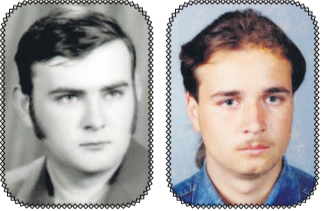
V očiach slzy, v srdci žiaľ, to najdrahšie nám osud vzal...

Dňa 3. februára sme si pripomenuli 3. výročie od smutnej chvíle, keď nás navždy opustila naša drahá mamička, babička a kamarátka **Anna Petrášová.**

Tí, ktorí ste ju poznali, venujte jej tichú spomienku.

S láskou spomínajú dcéra Iveta a syn Dušan s rodinami, vnuk a vnučky a kamarátka Eva.

SPOMIENKA



Neplačte nad nami, len tichý sen nám praňte, len spomienku na nás v srdci zachovajte.

Dňa 17. februára si pripomínáme 5. výročie od smutnej chvíle, kedy nás navždy opustil náš drahý **Jozef Pekár st.**

Dňa 17. júna si pripomínáme 31 rokov od smutnej chvíle, kedy nás navždy opustil náš milovaný **Jozef Pekár ml.**

Tí, ktorí ste ich poznali, venujte im tichú spomienku.

S láskou spomína manželka, mama a sestra.

SPOMIENKA



Ako tie lístky bez vetra, nežné, nemohúce, tak nejak som ja teraz, azda nie navždy...

Prúd jeho života prestal plynúť,

vlny jeho pocitov, myšlienok stratili silu a skryli sa pod hladinou času.

Dňa 7. januára sme si pripomenuli 20. výročie, kedy od nás odišiel **JUDr. Dušan Priehoda.**

Za tichú spomienku ďakuje manželka Gabika a jeho blízki.

Nikdy sa nevráti čas trblietania v tráve, nádhery kvetín.

Nenariekajme preto, ale silu hľadajme v tom, čo nám ostalo.

SPOMIENKA



Bolestou unavený, tíško si zaspal, zanechajúc všetkých, ktorých si mal rád.

Za všetky tie tvoje trápenia a bolesti, nech ti dá Pán Boh večnej milosti.

Dňa 31. januára sme si pripomenuli 3. výročie od smutnej chvíle, keď nás navždy opustil náš drahý manžel, ocino, starký, brat a švager **Štefan Slašťan.**

Tí, ktorí ste ho poznali, venujte mu spolu s nami tichú spomienku.

S láskou spomína smútiaca manželka s rodinou.

SPOMIENKA

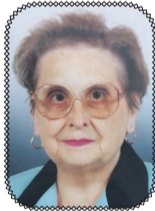


Dňa 20.2.2025 si pripomenieme 5. výročie od smutnej chvíle, kedy nás navždy opustil náš milovaný manžel, otec a starý otec **Vladimír Dolnícký.**

Tí, ktorí ste ho poznali, venujte mu spolu s nami tichú spomienku.

S láskou spomína manželka a synovia s rodinami.

SPOMIENKA



Hoci si odišla a niet ťa medzi nami, v našich srdciach zostaneš stále s nami.

Dňa 20. februára si pripomenieme 5. výročie,

kedy nás navždy opustila naša drahá teta, sestra **Bernardína Varsová.**

S láskou a úctou na teba spomínáme.

SPOMIENKA



Osud je občas veľmi krutý, nevráti, čo raz vzal. Zostanú len spomienky a v srdciach veľký žiaľ.

Kto žije v srdciach svojich milých, nie je mŕtv, je len vzdialený.

Slza smútku tíško stečie po tvári, bolesť v srdci zabolí.

Dňa 31. januára sme si pripomenuli 9. výročie od chvíle, kedy nás náhle opustil milovaný manžel, otec, starý otec, prastarý otec **Ján Cesnak.**

Tí, ktorí ste ho poznali, venujte mu s nami tichú spomienku.

S láskou spomína smútiaca rodina.

SPOMIENKA



Čas plynie, smútok zostáva, tá strata v srdci boľieť neprestáva.

Dňa 23. februára si pripomínáme 16. výročie, kedy nás navždy opustila naša mama, stará mama a babička **Judita Kováčová.**

Tí, ktorí ste ju poznali, venujte jej tichú spomienku.

Spomína dcéra s rodinou.

SPOMIENKA



Stíchlo navždy srdce zlaté, zhasol na tvojich očiach svit, ťažko sa nám bude tu bez teba žiť.

Dňa 12. februára si pripomínáme 10. výročie od smrti našej milovanej mamy, svokry a starej mamy **Emílie Sedliakovej.**

Tí, ktorí ste ju poznali, venujte jej tichú spomienku.

Smútiaca rodina.

SPOMIENKA



Dňa 3. februára sme si pripomenuli 11. výročie od chvíle, kedy nás navždy opustila naša drahá matka, dcéra a sestra **Beáta Kozová rod. Ivanová.**

Tí, ktorí ste ju poznali, venujte jej tichú spomienku.

S láskou spomínajú synovia Juraj, Lukáš, Martin, dcéra Dominika, matka Emília, sestry Iveta, Lucia a ostatná rodina.

SPOMIENKA



Dňa 19. januára uplynulo 10 rokov od chvíle, kedy nás navždy opustil náš milovaný **Andrej Kőszegi.**

Tí, ktorí ste ho poznali, venujte mu tichú spomienku.

Smútiaca rodina.

SPOMIENKA



Tento rok si pripomínáme našich zosnulých **Jozefa Ďuriša, Miroslava Hanusa a Slavomíra Hanusa.**

Všetkým ďakujeme, že spomínate.

SPOMIENKA



Čas ubieha a nevráti čo vzal. Len láska, úcta a spomienky v srdciach zostávajú.

Dňa 19. februára uplynú 14 rokov od chvíle, kedy nás navždy opustil náš drahý manžel, otec a starý otec **Jozef Lovčičan**

zo Šášovského Podhradia.

Tí, ktorí ste ho poznali, venujte mu s nami tichú spomienku.

Manželka a deti s rodinami.

Veľmi nám všetkým chýbaš!

POZVÁNKY Z KLUBU DÔCHODCOV

Vedenie Klubu dôchodcov mesta Žiar nad Hronom pozýva svojich členov na Fašiangovú zábavu, ktorá sa uskutoční dňa 20.2.2025 od 14.00 do 19.00 hod. v Klube dôchodcov (budova MsKC) Žiar nad Hronom. Masky sú vítané. Vstupné 3 eurá. Do klubu je bezbariérový prístup.

Štefan Vodnák, vedúci Klubu dôchodcov mesta Žiar nad Hronom

INFORMÁCIE ZO JDS ŽIAR NAD HRONOM

Blahoželanie jubilantom v mesiaci február

Základná organizácia Jednoty dôchodcov, blahoželá svojim jubilantom, ktorí sa v mesiaci FEBRUÁR dožili životného jubilea:

70 rokov - Elena Štífnerová. 80 rokov - Nadežda Hileková, Viera Zimermanová.

Milí naši jubilanti, do vašich spomienok už sa veľa zmestí, šťastie i slzy, chvíle bez bolesti. Prajeme telu zdravie, ruke pevný stisk, pokoj do srdca i nejaký zisk. Všetko najlepšie na každý deň.

22. PLES SENIOROV

Základná organizácia jednoty dôchodcov organizovala už 22. Ples seniorov v Hlavnej sále MsKC. Do taktu nám hrala Duo muzika z Prievidze. O hodnotný kultúrny program sa postarali tanečníci zo TŠK Stella a celú salu roztancovali naši tanečníci Seniori optimisti zverenci Stellky Víťazkovej. Pripravili si krásnu choreografiu od Michala Dávda s názvom NonStop. Plesajúcich čakala príjemná atmosféra a bohatá tombola. Ďakujeme vedeniu mesta, poslancom mesta Žiar nad Hronom a všetkým sponzorom za vašu podporu. Ďakujeme vám všetkým za hojnú účasť na našom plese, ktorý bol s láskou pripravovaný pre vás.

POZVÁNKA

ZO JDS a OZ SŽS v Žiari nad Hronom pozýva všetkých svojich členov na : Výročnú členskú schôdzu dňa: 12.2.2025 o 13.00 hod. v divadelnej sále MsKC Žiar nad Hronom. Všetkých vás srdečne pozývame.

Vlasta Bahnová, predsedka ZO JDS



POZVÁNKA NA VÝSTAVU OD ZO SZZP

Slovenský zväz zdravotne postihnutých v Žiari nad Hronom pozýva svojich členov na výstavu obrazov „Zachované tradície Kovačice“. Akcia sa uskutoční dňa 20.2.2025 o 10.00 hod. v MsKC.

Gabriela Košťálová, predsedníčka ZO SZZP

SPOMEŇTE SI NA SVOJICH BLÍZKYCH SPOLU S NAMI

Uzavierka čísla 4, ktoré vychádza 24. februára, je v utorok 18. februára 2025.

Spomienky prijaté po tomto dátume budú zaradené až do ďalšieho vydania.

Spomienky môžete **podať aj elektronicky** prostredníctvom e-mailu: **mn@ziar.sk.**

Prehľad výsledkov basketbalových zápasov

BASKETBAL

BK MŠK ŽIAR NAD HRONOM - INTER BRATISLAVA 98:74 (46:37)

Bodovali a hrali: Ondřík Oliver 22, Valent Matej 17, Truben David 12, Heinz Albert 11, Juhász Bruno 8, Kaša Alex 7, Barcik Jakub 7, Bernáth Dominik 4, Magerčiak Alan 4, Čierny Adam 4, Pecník Adam 2, Melaga Matúš

BK MŠK ŽIAR NAD HRONOM - B.S.C. BRATISLAVA 98:79 (39:33)

Bodovali a hrali: Valent Matej 18 (6 trojek), Kaša Alex 15, Barcik Jakub 10, Juhász Bruno 9, Truben David 8, Heinz Albert 7, Ondřík Oliver 7, Chrobák Jakub 6, Melaga Matúš 6, Čierny Adam 5, Magerčiak Alan 5, Bernáth Dominik 2

Žiarski junióri odohrali cez víkend na domácej palubovke dva zápasy proti družstvám z hlavného mesta. V sobotu nastúpili proti Interu a v nedeľu ich čakalo BSC. Obidva zápasy mali rovnaký priebeh. Naši hráči si niekoľkokrát dokázali počas zápasu vytvoriť 10 - 15-bodový náskok, no vlastnými chybami sa o vedenie aj pripravili. Hranicu 20-tich bodov v prospech nášho družstva sa vždy podarilo prekonať až v poslednej



štvrtine. V prvom zápase proti Interu sme nedokázali eliminovať ich útočný doskok aj napriek našej výškovej prevaha a prehrali sme v tomto ukazovateli o 9 doskokov. Bojovnosťou a nátlakovou hrou sme však získali o 5 lópt viac a tiež sme mali o 7 stratených lópt menej. To nakoniec aj rozhodlo zápas v náš prospech. V nedeľu si hráči od začiatku zápasu dokázali postrážiť doskoky a darila sa im aj trojbodová strelba. Tá bola veľmi dôležitá, nakoľko súper bránil väčšinu zápasu zónu.

Potešiteľné bolo, že okrem toho, že sa do zápasu zapojilo všetkých 12 hráčov, všetci sa aj bodovo presadili. Na konci zápasu sa zranil náš hráč Jakub Chrobák, čo nás všetkých veľmi mrzí a prajeme mu skoré uzdravenie a návrat na palubovku.

Tréner: Juraj Horváth
Asistent: Miroslav Grznár
Foto: Ján Chrobák

Janko Mayer si vybojoval titul vicemajstra SsAZ!

ATLETIKA

V sobotu, 1. februára 2025 sa konali Halové majstrovstvá SsAZ mladšieho žiactva v Banskej Bystrici.

Striebornú medailu sa podarilo vybojovať Jankovi Mayerovi, ktorý si v behu na 600 m posunul svoje osobné maximum na perfektný čas 1:53.40. Okrem striebra, zážitkov a ďalších skúseností sme si domov priniesli aj niekoľko nových osobných rekordov.

V prvej desiatke sa umiestnili:

4. priečku v chôdzi na 2 km obsadila Chiara Šarišská s časom 14:17.21, Rebecca Žbirková na 1500 m trati dobehla na 5. mieste s novým osobákom 6:13.54, na 6. priečke sa umiestnili Viktória Buršíková v skoku do výšky s výkonom 126 cm a v behu na 600 m Natália Radochová s časom 2:00.93. V diaľke si obe dievčatá podelili opäť 6.miesto, s rovnakým výkonom 410 cm. A v diaľke sa umiestnil aj Ján Mayer, výkon 391 mu postačil pre 9. pozíciu.

Celkové výsledky:

60 m

14. Mayer Ján, 09.18
39. Grznár Matej, 10.04
50. Florovič Samuel, 10.68 PB
31. Radochová Natália, 09.41
43. Mošková Timea, 09.53 PB
50. Šarišská Chiara, 09.68
86. Homolová Sára, 10.26
100. Prekoppová Margaréta, 10.59
101. Urbliková Katarína, 10.61
116. Hlinková Viktória, 11.37

600 m

2. Mayer Ján, 01:53.40 PB
27. Grznár Matej, 2:25.00 PB
29. Florovič Samuel, 2:27.31
6. Radochová Natália, 2:00.93
41. Homolová Sára, 2:18.91
50. Urbliková Katarína, 2:26.40 PB

1500 m

5. Žbirková Rebecca, 6:13.54 PB

Chôdza 2000 m

4. Šarišská Chiara, 14:17.21
Skok do výšky
6. Buršíková Viktória, 126
Skok do diaľky
9. Mayer Ján, 391
22. Grznár Matej, 354 PB
6. Buršíková Viktória, 410
6. Radochová Natália, 410 PB
41. Mošková Timea, 335 PB

Vrh guľou 2 kg

13. Mošková Timea, 06.06
14. Štefanková Natália, 06.06

V nedeľu, 2. februára 2025, pokračovali Halové majstrovstvá SsAZ pre najmladšie žiactvo.

22 nádejných talentov vycestovalo do Banskej Bystrice a aj naši najmladší si odniesli nové zážitky, skúsenosti a až 34 nových osobáčikov.

V prvej dvadsiatke sa umiestnili:

60 m

8. Kollárová Nikol, 09.94 PB
19. Hliva Tobias, 10.01 PB

600 m

9. Hliva Tobias, 02:13.34 PB
9. Kollárová Nikol, 02:16.24
12. Paššáková Marina, 02:17.33
19. Pepichová Nikola, 2:20.32 PB

1 000 m

8. Štefanková Eliška, 4:29.97
Skok do diaľky
9. Sklenárová Romanka, 351 PB
10. Kotryová Lucia, 350 PB
15. Kollárová Nikol, 341 PB

Všetkým srdečne gratulujeme a ďakujeme za vzornú reprezentáciu klubu i mesta Žiar nad Hronom!

AK MŠK ZH
Foto: AK MŠK ZH



Prehľad výsledkov žiarskych volejbalistiek

VOLEJBAL

Kadetky ukradli Žiline tri body

VA UNIZA Žilina „A“ - MŠK Žiar nad Hronom „A“ 3:0 (23, 17, 18) a 1:3 (-12, 15, -25, -11)

Posledný januárový deň kadetky predohrávali 12. kolo 1. ligy. V Žiline sa odohrali dva veľmi pekné zápasy s dlhými výmenami a v konečnom zúčtovaní si prvé dve družstvá tabuľky body spravodlivo rozdelili.

Zostava: Romana Krajčiová, Karolína Krajčiová, Viktória Šimková, Zuzana Uhrovičová, Oľivia Páleniková, Adela Fronková, Simona Schlenkerová, Natália Rošková, Daniela Zatková, Timea Mandincová, trénerky Alena Bieliková a Eva Bieliková

Ženy v Hnúšti s dvomi výhrami

VK Iskra Hnúšťa - MŠK Žiar nad Hronom 0:3 (-17, -23, -18) a 0:3 (-23, -17, -19)

V sobotu 1. februára vycestovali ženy na predposledné kolo základnej časti do Hnúšte. V oboch zápasoch nenechali nič na náhodu a pripísali si ďalšie dve víťazstvá bez straty setu.



Zostava: Terézia Svitková, Alžbeta Krnáčiková, Kristína Greňová, Romana Krajčiová, Karolína Krajčiová, Daniela Zatková, Viktória Šimková, Zuzana Uhrovičová, Petra Uhrovičová, Natália Rošková, trénerky Alena Bieliková a Eva Bieliková

Ďalšie výsledky:

MŠK Žiar nad Hronom - Volejbalový Klub Podlužianka Levice 3:0 a 3:0
Mladšie žiačky, skupina 1. - 6. miesto, 1. kolo

VK MŠK ZH
Foto: VK MŠK ZH

Z Halových majstrovstiev v Ostrave sme priniesli 3 medaily!

ATLETIKA

Halových sezónu sme zahájili tento rok v Ostrave na Halových majstrovstvách SsAZ staršieho žiactva a dorastu, ktoré sa konali 25.1.2025.

Pre náš klub sme získali 3 medaily, z toho 2 strieborné, ktoré vybojovali Patrícia Haffnerová na 60-tke a Karin Lučaníková na 800-ke. Bronzovú získal Matúš Pluhár za perfektný skok do diaľky.

Celkové výsledky:

60 m

22. miesto, Ján Mayer, 9.17
35. miesto, Nika Slašťanová, 9.09
41. miesto Chiara Šarišská, PB 9.28
56. miesto Timea Mošková, PB 9.81

Finále

2. miesto, Haffnerová Patrícia, 08.21
8. miesto Kadlecová Lucia, 08.58

150 m

17. miesto Mayer Ján, PB 21.73
6. miesto Haffnerová Patrícia, PB 20.35
22. miesto Kadlecová Lucia, PB 21.48

40. miesto Slašťanová Nika, 22.63

200 m

6. miesto, Burská Lenka, 27.35

800 m

13. miesto, Šarišský Timotej, 2.37:12
11. miesto, Hriň Lukáš, PB 2.29:24
16. miesto, Vuong Marcos, 02.40:14
2. miesto, Lučaníková Karin, PB 02.33:75
5. miesto, Mišková Ema, 02.40:72

1 500 m

5. miesto Bárdiová Amelie, 05.34:89
8. miesto Otipková Eliška, 06.05:92
Diaľka
3. miesto Pluhár Matúš, PB 572
10. miesto Mayer Ján, PB 422

Všetkým srdečne gratulujeme a ďakujeme za perfektnú reprezentáciu klubu a mesta Žiar nad Hronom!

AK MŠK ZH
Foto: AK MŠK ZH



Prvé kolo Stredoslovenského pohára mládeže 2025 v karate

KARATE

Stredoslovenský zväz karate, Karate klub Zvolen a Karate klub Detva usporiadali v detvianskej športovej hale Podpoliansky pohár 2025, 1. kolo Stredoslovenského pohára mládeže karate a Otvorené Majstrovstvá Stredoslovenského zväzu karate mužov a žien pre rok 2025.

V Detve sa tak v prvú februárovú sobotu stretlo 394 karatistov z 47 klubov Slovenska, ktorí súťažili v kategóriách začiatočníkov a pokročilých, v kata aj v kumite, od 6 rokov až po seniorov. Súťažilo sa na šiestich tatami, usporiadatelia rozdali víťazom jednotlivých kategórií 125 pohárov a všetkým medailistom 500 medailí.

Naša výprava vycestovala s 27 pretekármi – štrnásti štartovali v súborných cvičeniach KATA a dvadsiati v športovom zápase KUMITE. Po prvom kole stredopohára sme s medailovým výsledkom 8-krát zlato, 8-krát striebro a 11-krát bronz na výbornom PIATOM mieste.

Aj v Detve sa začínalo súbornými cvičeniami kde sa v začiatočných kategóriách najviac darilo 6 ročnému Paľkovi

Siekelovi, ktorého zdolal vo finále súper zo Žiliny. Pred bránami finále našla premožiteľku Sofia Pračková, ktorá tak dostala šancu zabojsovať o bronz, Sofia si z kategórie 10 - 11. ročných starších žiačok odniesla bronz.

V kategóriách pokročilých a skúsených katistov sa už tradične najviac darilo Adamovi Hudecovi, ktorý vyhral kategóriu mužov nad 16 rokov. Z finálnych zápasov si striebro odniesli Tatiana Hronská v kategórii žien nad 16 rokov a Nikola Kršiaková v ženách bez rozdielu veku, obe dievčatá obsadili aj bronzové priečky – Tatiana v ženskej otvorenej kategórii a Nikola v kategórii 16+. Z bronzu sa takisto tešili Jana Kyslerová v starších žiačkach a Jozef Šipkovský v kadetoch.

Svoje prvé zlato a pohár si vybojoval Slavomír Hanzel

Športový zápas kumite začal kategóriami začiatočníkov. Svoju prvú medailu, a to hneď zlatú, si v kumite vyzápal náš začínajúci pretekár Slavko Hanzel, ktorý súťažil v 8-9. ročných mladších žiačok nad 34 kg. Keďže k prvému miestu patrilo



Svoje prvé zlato a pohár si vybojoval Slavomír Hanzel (v strede).

aj pohár, jeho radosť bola hneď dvojnásobná. Ďalším zlatým medailistom sa stal Adam Rak, ktorý v 8 - 9. ročných mladších žiačok nad 34 kg rovnako nezašiel premožiteľa. Striebro si odniesol Jozef Róža, v 10 - 11. ročných starších žiačok do 30 kg. Medailové stupienky v začiatočných kategóriách uzavreli bronzovými víťazstvami Dušan Neuschl, v 8-9. ročných mladších žiačok nad 34 kg a Kristína Tóthová, v mladších kadetskách nad 52 kg.

Sobota najviac priala našim pokročilým pretekárom v športovom zápase kumite. Svoje kategórie vyhrali Viktória Beľová v starších žiačkach nad 40 kg, Radka Kučerová v juniorkách do 66 kg, Alexandra Kalamárová v kategórii žien do 68 kg a Adam Dolnícký v kategórii mužov do 60 kg a mužov OPEN. Vo finále boli zdolané svojimi súperkami Adelka Kučerová v starších žiačkach do 35 kg, Oľívia Černáková v mladších kadetskách do 47 kg, Viktória Šoltéssová v junior-

kách do 66 kg a Alexandra Kalamárová v otvorenej ženskej kategórii bez váhového rozdielu. Do súbojov o bronz sa postavili a ukončili ich tak víťazne Lenka Beňová, 6 - 7. ročných dievčatách nad 28 kg, v starších žiačkach Alex Chmelo do 30 kg a Silvester Rajčan nad 40 kg. Poslednou medailistkou sa stala Radka Kučerová, ktorá súťažila aj v kategórii junioriek bez váhového rozdielu, v ktorej si vyzápasila bronz.

Na piatom mieste sa umiestnili piati naši pretekári, ktorým chýbal kúsok povestného športového šťastia a medaila im tak ušla doslova o vlások. V kata Dušan Neuschl a Lenka Dobrocká v kumite Oskar Kohl, Paľko Siekela a Nina Bernدتová.

Všetkým gratulujeme k dosiahnutým výsledkom a samozrejme ďakujeme za výbornú reprezentáciu mesta a klubu.

Karate klub MŠK ZH
Foto: Karate klub MŠK ZH

FK Pohronie:

Prehupli sme sa do druhej polovice zimnej prípravy, v marci už ideme naostro

FUTBAL - MONACOBET LIGA

Máme za sebou prvú polovicu zimnej prípravy a 1. marca nás čaká prvý súťažný duel jarnej časti v Starej Lubovni. Hráči si najmä v úvode prešli oveľa vyšším tréningovým zaťažením, ako tomu bežne býva počas sezóny, čo bolo doplnené prípravnými zápasmi proti kvalitným súperom.

Matej Čobik Ferčík, hlavný tréner: „V prvej polovici sme mali dosť veľké objemy aj od kondičného trénera, či už fyzickej, alebo kondičnej zložky a intenzity tréningového zaťaženia. Bolo to doplnené kvalitnými prípravnými zápasmi, tento víkend máme voľno a naplno vhrpneme do druhého mesiaca prípravy, kedy zvýšime intenzitu z hľadiska pracovnosti a herných vecí, ktorými sa chceme prezentovať.“

Odohrali sme prípravné zápasy proti súperom z Niké ligy, ale aj proti kvalitným treťoligovým súperom. Priestor dostali nielen hráči A tímu, ale aj dorastenci a hráči na skúške. Zápasy ukázali dobré, ale aj slabšie stránky, na ktorých ešte musíme pracovať.

„Každý zápas splnil to, čo sme od hráčov chceli, ale na druhej strane nám ukázali aj negatívnu spätnú väzbu v rámci individuálneho prístupu. Chýba mi od niektorých jednotlivcov v určitých úsekoch zápasu väčšia zodpovednosť za hru a našu prezentáciu na ihrisku. Mužstvo je mladé a chceme z nich vychovať lídrov, ale občas nám tie individuality sklznú do nejakej komfortnej zóny, kedy sa spoliehajú jeden na druhého a to je vec, ktorú by sme chceli eliminovať. Chceme, aby brali zodpovednosť sami za seba, ale aj za tímový výkon.“

Ako bude vyzerat druhá polovica prípravy, v čom bude možno iná ako tá predchádzajúca?

„Čaká nás anglický týždeň, v stredu hráme s Kalinovou a v sobotu so Segestou, chceme nájsť rovnováhu v zostavách, aby mali hráči rovnomerné zaťaženie a aj objemovo to na nich naložiť tak, aby rástli po všetkých stránkach. Čím bližšie ale budeme k lige, tak už to budeme ladiť na majstrovský zápas“, dodal na záver hlavný tréner.

Kondičnú a fyzickú stránku prípravy má „pod palcom“ kondičný tréner Michal Lacena, ktorý hráčov naozaj nešetří a aj pomocou moderných tréningových metód sa ich snaží pripraviť čo najlepšie.

Michal Lacena, kondičný tréner: „Sústredili sme sa najmä na prácu na objeme, ja osobne som sa s hráčmi spoznával, kto je aký typ, s kým bude treba popracovať ešte viac. Vyskytli sa aj zranenia, z čoho som nebol úplne nadšený, ale dúfam, že už to bude na lepšej ceste. Druhá polovica bude iná, plánujeme to zintenzívniť a ešte viac individualizovať, aby sme hráčov pripravili na súťaž najlepšie ako vieme.“

PROGRAM ZÁPASOV ZIMNEJ PRÍPRAVY 2025

15.2.2025 11:00

FK Pohronie - FK Železiarne Podbrezová

21.2.2025 18:00

SFC Opava - FK Pohronie

FK Pohronie
Foto: FK Pohronie



HOKEJOVÍ INDIÁNI HRAJÚ DOMA

SLOVALCO ARÉNA ŽIAR NAD HRONOM

HK INDIANS ŽIAR NAD HRONOM VS. HK TAM LEVICE
STREDA
12.2.2025
18.00

HK INDIANS ŽIAR NAD HRONOM VS. HK DOXOBET DETVA
STREDA
19.2.2025
18.00

HK INDIANS ŽIAR NAD HRONOM VS. HOCKEY CLUB PRESHV
STREDA
26.2.2025
18.00

HK INDIANS ŽIAR NAD HRONOM VS. SPARTAK
NEDEĽA
2.3.2025
17.00

GENERALNÝ PARTNER: 1. SPS a.s.
ZLATÝ PARTNER: PROFE S.R.O.
SPONZOR PARTNER: SLOVALCO, NEMAK, Hydro, Elm, PLANEO, GAMA, FAGOR, TUBAPACK, MIRA, Techteam, SCAN, BENSOL, CORA, VBAUER, iDeCo