

Harmincova sa hýbe, o Saratovskej sa ešte rokuje

## Doprava: Rozšírenie a predĺženie

Text: Lucia Marcinátová

Predĺženie Saratovskej, rozšírenie Harmincovej. Dopravné plány, projekty, o ktorých sa v mestskej časti hovorí už dlho. Premena Harmincovej sa pohla.

Po dlhých rokovaníach a výkupoch pozemkov na Harmincovej, spoločnosť Metro Bratislava, kde je väčšinovým akcionárom hlavné mesto, vyhlásila počas mája výzvu na predkladanie ponúk na stavebné práce. V júli by malo prísť k podpisu Zmluvy o dielo a následne mesto odovzdá stavenisko zhotoviteľovi.

Predĺženie Saratovskej smerom na Bory zatiaľ nemá takú konkrétnu podobu. Hovorkyňa hlavného mesta Dagmar Schmucková tvrdí, že mesto o projekte rokuje. „K predĺženiu Saratovskej prebiehajú konzultácie medzi mestom, ministerstvom dopravy a ŽSR pre zosúladenie stavieb terminálu integrovanej dopravy a predĺženia tejto ulice.“

Mesto medzičasom podalo žiadosť o stavebné povolenie a v súčasnosti prebieha proces povoľovania stavby na špeciálnom stavebnom úrade.

V súvislosti s dopravou i Saratovskou ulicou je častou témou aj križovatka Pri kríži - Saratovská - Dúbravčická pri električkovom obratisku. Ide o miesto častých nehôd, počas júna jedna skončila tragicky. Veľa sa diskutuje o osadení semaforov v lokalite.

Križovatka je v správe hlavného mesta a patrí medzi neriadené. V roku 2020 ju mesto dopravne upravovalo s cieľom zlepšenia jej bezpečnosti. Hlavné mesto hovorí o pláne osadenia semaforov, zatiaľ však nie je jasný termín.

„Prebudovanie križovatky na svetelne riadenú závisí od dopravno-kapacitného posúdenia, ktoré táto križovatka spíňa,“ vraví Schmucková. „Mesto intenzívne hľadá spôsoby naplnenia tohto investičného zámeru tak, aby sa táto križovatka stala riadenou.“

Viac na str. 5

Mestská časť vydala brožúrku o sociálnych službách v Dúbravke

## „Zicherkami“ pokrstili sprievodcu

Možno nevelká brožúrka rozsahom, no isto veľká obsahom. Mestská časť Bratislava-Dúbravka pokrstila v pondelok 20. júna Sprievodcu sociálnymi službami. Krstnými „rodičmi“ brožúrky sa stali starosta mestskej časti Martin Zaťovič, viceprimátorka a predsedníčka miestnej organizácie Slovenského Červeného kríža Zdenka Zaťovičová, vicežupan pre oblasť zdravotníctva a miestny poslanec Juraj Štekláč a vedúca Oddelenia sociálnych vecí a zdravotníctva miestneho úradu Dominika Malačinová.

Sprievodcu symbolicky „pokropili“ malými zatváracími špendlíkmi. „Zicherky“ sú nielen znakom spojenia generácií a rôznych komunít, ktoré vydaný sprievodca približuje, ale aj znakom akejsi istoty, podpory, pomoci.

Brožúrka je pokračovaním a upgradom sociálnej príručky z roku 2017, ktorá sa týkala seniorov, tá súčasná sa skladá zo štyroch častí – seniori, ľudia so zdravotným znevýhodnením, deti, mládež, rodina a sociálne vylúčení ľudia. Ide o štyri kapitoly jedného sprievodcu, jedného a jednotného života v mestskej časti. K dispozícii je na miestnom úrade na Žatevnej ulici v Dúbravke, na Oddelení sociálnych vecí a zdravotníctva miestneho úradu, v denných centrách i sídlach komunít. Nájdete ju tiež na stránkach týchto Dúbravských novín.

(lum)

Viac na 13 – 16 strane

**Predstavujeme oddelenie životného prostredia. Sídli v budove na ulici Pri kríži**

## **Rybári aj psičkári, ihriská i smetiská**

Text: Lucia Marcinátová

Zmeny okolo nás, na uliciach, ihriskách, športoviskách, v zeleni. Viditeľné premeny celých verejných priestorov i pravidelné vynášanie smetných košov, dopĺňanie vreciek na psie exkrementy, čistenie, opravovanie, upratovanie, sadenie, hrabanie.

Za všetkými tými zmenami stojí Oddelenie životného prostredia Miestneho úradu mestskej časti Bratislava-Dúbravka. Nájdete ho v budove na ulici Pri kríži 14.

Zeleň naša každodenná

„Asi najviac podnetov, otázok, pripomienok obyvateľov sa týka zelene, stromov a verejných priestorov,“ približuje vedúca oddelenia životného prostredia Mária Smiešková.

Oddelenie vydáva, ako príslušný orgán štátnej správy v prvom stupni, súhlas na výrub drevín.

V súvislosti so zeleňou sa sústreďuje na starostlivosť, ošetrovanie stromov a ich výsadbu. Len počas poslednej jesene vysadila mestská časť 106 stromov rôznych druhov v 11 rôznych lokalitách. Ďalších 73 pribudlo v rámci výsadby hlavného mesta. Spomeňme nový „vetrolam“ na ulici Pri kríži a malé miniparčíky vo vnútroblokoch na Bagarovej, Beňovského a pri fontáne na Bazovského ulici. Okrem stromov pribudli uplynulý rok aj viaceré živé ploty.

V roku 2015 mestská časť zasadila 20 nových stromov, v roku 2016 to bolo 31 stromov, v roku 2017 viac než 50 a v rokoch 2018, 2019 a 2020 takmer stovka nových stromov každý

rok. Oddelenie životného prostredia sa nezameriava len na výsadbu nových stromov. K prioritám patrí pravidelná kontrola a starostlivosť o verejnú zeleň. Zuzana Knetigová z oddelenia životného prostredia hovorí, že pod drobnohľadom majú najmä mladé stromy. V prvých troch rokoch je potrebné zabezpečiť stromom prísun vody, aby sa dobre zakorenili a adaptovali na nové podmienky. Od roku 2017 mestská časť začala s výsadbou záhonov kvetov, tešia pohľadom na 15 rôznych miestach a vlani pribudli prvýkrát aj letné kvitnúce cibuľoviny a lúčne kvety v piatich rôznych lokalitách. Počas vegetačného obdobia dotvárajú kvetinky verejný priestor aj prostredníctvom takzvaných samozavlažovacích kvetináčov pri dome kultúry a pri miestnom úrade.

### Dúbravské včielky

Mestská časť tiež pokračuje v projekte takzvaných kvitnúcich lúk. Pridala sa tak k obciam a mestám, ktoré sa o zeleň na vybraných miestach starajú spôsobom, ktorý je šetrnejší k prírode.

V súvislosti s podporou biodiverzity začala mestská časť aj s novinkou – projektom Dúbravské včely. Do záhrady miestneho úradu pribudlo v rámci neho päť úľov. Vhodnú plochu mestská časť vybrala v spolupráci s CEEV Živica a pridali sa tak do programu Mestské včely, ktorý funguje v hlavnom meste už niekoľko rokov. Včielkam sa v záhrade miestneho úradu tak darí, že vlani vyrobili viac ako 100 kíľ medu, onedlho oddelenie životného prostredia plánuje druhé stáčanie medu. Oddelenie životného prostredia rozmiestnilo po Dúbravke aj vtáčie napájadlá, misky s vtáčou plastikou, ktoré sa počas zimného obdobia menia na krmidlá. Doplnilo tiež knižné búdky, takzvané knižné kolotoče. Nájst' sa dajú na desiatich rôznych miestach po Dúbravke.

### Na ihrisko!

Viditeľnou zmenou v posledných rokoch prešiel Park Pekníkova. Vzniklo tu nové hokejbalové i multifunkčné ihrisko. V parku sa tiež mestskej časti podarilo obnoviť časť detského ihriska, vytvoriť nové podmienky pre basket, osadiť hmlovisko či parkové lehátka. Dokopy sa dá v Dúbravke mimo zimnej sezóny oddychovať na ôsmich. Tri sú v Parku pri Horanskej studni a päť v Parku Pekníkova. Nedávno mestská časť dokončila v Parku Pekníkova aj petangové ihrisko a na leto plánuje obnovu časti detského ihriska.

Obnovou prešli aj mnohé iné ihriská, napríklad Duna na Valachovej, kde pribudlo i nové multifunkčné ihrisko, na Ožvoldíkovej pod Základnou školou Pri kríži pokrstené ako Bublínka, na Nemčíkovej blízko Parku Družba, na Bagarovej, Pri kríži, vedľa Základnej školy Nejedlého či v spolupráci s občianskym združením aj ihrisko na Nejedlého pri lekárni alebo Pri kríži za domovom dôchodcov

Cvičiť na čerstvom vzduchu sa dá Dúbravke na čoraz viac miestach. Workoutové prvky pribudli v posledných rokoch na Valachovej pri Dune, na Talichovej, v Parku Družba, doplnili sa aj v Parku Pekníková a tento rok by mali možnosti na cvičenie pribudnúť aj na Hanulovej, detskom ihrisku Karola Adlera pri tanečnej škole.

Na mnohých ihriskách prebiehali opravy, dopĺňanie hracích prvkov a každé detské ihrisko, aj s tými v areáli materských škôl, prešlo revíziou. Tento rok mestská časť v opravách aj obnovách pokračuje.

## Psičkári i rybári

Stále viac pristavených veľkokapacitných kontajnerov za rok, pravidelné zbery elektroodpadu aj odpadu z obsahom škodlivín, príprava zberného dvora na Poliankach a aj viac košov na uliciach či pre psičkárov.

„Aktuálne evidujem 118 košov na psie exkrementy,“ priblížil Ladislav Šusták z oddelenia životného prostredia. „Vrecká sa vymieňajú priebežne pri obsluhu košov, ktoré vysypame trikrát do týždňa.“

Pre psičkárov a ich miláčikov mestská časť vybuodovala psí výbeh a tiež revitalizovala a udržiava psie cvičisko, obe na Dražickej ulici.

„Pracujeme tiež na vybudovaní druhého psieho výbehu s pitnou fontánou v tejto lokalite. Evidujeme však i požiadavky, aby cvičisko či výbeh boli aj v inej lokalite Dúbravky, tu však, žiaľ, narážame na majetkové problémy,“ hovorí vedúca oddelenia Mária Smiešková. „Psí výbeh musí totiž pri umiestnení zohľadňovať viacero faktorov, napríklad blízkosť detského ihriska, parku, zariadenia verejných služieb či bytoviek. Vhodné plochy v mestskej časti preto ešte hľadáme.“

Okrem psičkárov sa oddelenie zaoberá aj rybármi, presnejšie rybárskymi lístkami. Vedúca oddelenia upozorňuje, že rybársky lístok nie je to isté ako rybárske skúšky či povolenie na rybolov. „Povolenie na rybolov aj rybársky lístok sú neprenosné a je povinné mať ich počas lovu pri sebe a pri kontrole ich na požiadanie predložiť,“ upresňuje Smiešková. „K vystaveniu rybárskeho lístka je potrebný občiansky preukaz. Deti do 15 rokov sú od platenia oslobodené, povinnosť mať rybársky lístok však platí aj pre ne, lístok sa im vystavuje so súhlasom zákonného zástupcu.“

## Parky aj Park roka

Verejný priestor, priestor okolo nás. Upratovanie, kosenie, hrabanie, čistenie aj premeny celých plôch, vznik nových námestíčov, oddychových plôch, športovísk. Nové pumtrackové

ihrisko na Talichovej, zrevitalizovaná plocha pred Tesco Express, upravená dlažba a priestranstvo v parku na Fedákovej či dokončenie veľkej revitalizácie verejného priestoru na Hanulovej ulici.

Malé aj väčšie projekty v Dúbravke spojilo počas uplynulého roka jedno - vznikli vďaka dotáciám, externým zdrojom a grantom, ktoré sa mestskej časti podarilo získať, a vďaka spolupráci, či už s hlavným mestom, úradom vlády, Bratislavským samosprávnym krajom a komunitou, obyvateľmi.

Revitalizáciou prešiel Park pri Horanskej studni. Projektu sa minulý rok podarilo uspieť aj v celoslovenskej konkurencii. Mestská časť získala tretie miesto v súťaži Park roka a prvenstvo medzi malými parkami.

Plánov, potrebných opráv je stále dosť. Spomeňme napríklad blízky plán obnovy športového areálu Základnej školy Sokolíkova, basketbalového ihriska pri Základnej škole Nejedlého či amfiteátra na Valachovej...

### **Udalosti posledných rokov**

Veľké premeny, obnova ihrísk – nové ihrisko na Ulici kpt. Rašu, ihrisko Duna na Valachovej, ihrisko Ožvoldíkova, ihrisko Nemčíkova, Park Pekníkova, ihrisko na Galbavého, nové ihrisko Žihadielko, obnova ihriska Bagarova, Pri kríži, Cabanova, Nejedlého...

Obnovy verejných priestorov – multifunkčný priestor Hanulova, Park pri Horanskej studni, parčík Brestovka.

Ihriská vytvárané v spolupráci s komunitami, združeniami - ihrisko pri lekární ZS Saratov, ihrisko Homolova-Pri kríži, nové dopravné ihrisko pri MŠ Cabanova.

Nové fit prvky a prvky na cvičenie – Park Pekníkova, Park Družba na Beňovského, prvky na Talichovej, workout na Valachovej pri Dune.

Okolo 500 metrov štvorcových jarných a letných cibuľovín.

Minimálne 300 pristavených veľkokapacitných kontajnerov ročne.

Vyššie 100 nových stromov za posledné tri roky.

30 metrov štvorcových nového živého plotu v poslednom roku

10 knižných búdok

8 parkových lehátok

8 napájadiel – krmidiel pre vtáčiky

5 včelích úľov v záhrade miestneho úradu

4 premeny verejných priestorov

1 nová pumptracková dráha

1 ocenenie v súťaži Park roka

#### **ČO VYBAVÍTE NA ODDELENÍ ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA?**

Výrub drevín, starostlivosť o zeleň, orezy

Odpadové hospodárstvo, nahlasovanie skládok, veľkokapacitné kontajnery

Rybársky lístok

Odvoz bioodpadu z verejných plôch

Dotácia na vybudovanie kontajnerových stojísk

Podnety na detské ihriská a hracie prvky

Žiadosť o umiestnenie lavičky, koša – písomne mailom [zivotne.prostredie@dubravka.sk](mailto:zivotne.prostredie@dubravka.sk)

#### **Oddelenie životného prostredia**

##### **Kontakty:**

Oddelenie životného prostredia, Pri kríži 14, 844 02 Bratislava

##### **Úradné hodiny:**

Pondelok 8.00 - 12.00, 13.00 - 17.00

Streda 8.00 - 12.00, 13.00 - 16.00

Štvrtok 13.00 - 16.00

##### **Vedúca oddelenia:**

Ing. Mária Smiešková, 02/60101154,

[zivotne.prostredie@dubravka.sk](mailto:zivotne.prostredie@dubravka.sk),

[maria.smieskova@dubravka.sk](mailto:maria.smieskova@dubravka.sk)

##### **Úsek správy zelene, čistoty a poriadku:**

Ing. Zuzana Knetigová, 02/60101152, zuzana.knetigova@dubravka.sk

Mgr. Kristína Kotvasová, 02/60101153, kristina.kotvasova@dubravka.sk

#### **Úsek správy detských ihrísk, pieskovísk a mobiliáru:**

Ing. Mariana Malá, 02/69202556

mariana.mala@dubravka.sk

#### **Úsek odpadového hospodárstva, odstraňovanie nepojazdných motorových vozidiel a vrakov:**

Ing. Ladislav Šusták, 02/60101157, ladislav.sustak@dubravka.sk

#### **Plány: Obnova ihrísk aj športoviska**

## **Vytvorili sme rýchlu rotu**

Odčistoty, cez zeleň a športoviská po rybárske lístky. Záber Oddelenia životného prostredia mestskej časti Bratislava-Dúbravka je naozaj široký. Jeho vedúca MÁRIA SMIEŠKOVÁ priblížila, čo trápi obyvateľov, ale aj plány s detskými ihriskami a športoviskami na tento rok.

Na vaše oddelenie smeruje veľa otázok, podnetov. Aké sú najčastejšie?

Pod naše oddelenie nespadajú len stromy a verejná zeleň, ale aj čistota verejných plôch, problematika odpadov, starostlivosť o ihriská či športoviská, mestský mobiliár i deratizácia verejných plôch, hĺbkové čistenie kanálov a podobne. A keďže sa verejný priestor týka každodenného života obyvateľov, s podnetmi sa stretávame naozaj denne. V jarnej a letnej sezóne pribúda otázok o detských ihriskách, množia sa podnety o zeleni, trávnikoch, výsadbe či starostlivosti o dreviny. Tých je sumárne aj najviac.

Podobne ako pri cestách, chodníkoch, aj pri verejných priestoroch, kosení i stromoch brzdi riešenie podnetov vlastníctvo pozemkov.

Obyvatelia často ani nemajú odkiaľ vedieť, že vlastníctvo a správa pozemkov je rôzna, a to nielen v našej mestskej časti, ale aj iných. Pri detských ihriskách je to jednoduchšie, takmer všetky sú zverené do správy mestskej časti, pri zeleni a plochách to neplatí. Existujú aj také absurdné situácie, že na jednej adrese má zeleň rôznych vlastníkov, napríklad časť spadá pod mestskú časť, časť pod hlavné mesto. Tieto mestské podnety potom posúvame na vyriešenie magistrátu hlavného mesta a v tomto prípade, žiaľ, nemáme na doriešenie dosah. Osobitnú kapitolu tvoria súkromné pozemky. Aktuálne sa objavuje aj problematika terajšieho stavu či čistoty zastávok MHD, ktoré taktiež nepatria pod našu kompetenciu.

V posledných rokoch sa výrazne zmenili detské ihriská, vznikli aj nové športoviská, aké sú ešte plány v súvislosti s ihriskami na tento rok či do blízkej budúcnosti?

Každý rok pripravujeme plán v súvislosti s obnovou ihrísk a športovísk v súvislosti s rozpočtom, počas roka okrem naplánovaného však riešime aj nevyhnutné opravy, poškodenia, havárie. Ešte tento rok plánujeme obnoviť časť detského ihriska v Parku Pekníkova pre najmenšie deti, kde sú dnes ešte staré prevažovačky, čiže kvargle. Snažíme sa, aby každé ihrisko vynikalo aspoň jedným prvkom, ktorý je preň jedinečný. Tak sa môžu Dúbravčania tešiť aj na prekvapenie na Pekníčke. Okrem toho je v pláne obnovy aj ihrisko na ulici Karola Adlera pred tanečnou školou a tiež ihrisko na Nejedlého 47 pri konečnej električiek. Každý rok navyše pracujeme na výmene či doplnení nových hracích prvkov do areálov materských škôl, ktoré rovnako spadajú pod našu gesciu. Možno potešíme informáciou, že plánujeme i tri nové fit zóny pre pohyb na čerstvom vzduchu, pribudnú na Hanulovej ulici na niekdajšom detskom ihrisku, na ulici Karola Adlera, ihrisku, ktoré plánujeme obnovovať a tiež doplníme workoutovú zónu na Valachovej pri Dune. Okrem toho máme pripravenú kompletnú revitalizáciu vonkajšieho športového areálu Základnej školy Sokolíkova a revitalizáciu multifunkčného športoviska v areáli Základnej školy Pri kríži a basketbalového ihriska v areáli Základnej školy Nejedlého.

Často vidíme pracovníkov v teréne, upratujú, orezávajú, čistia. Má Dúbravka, teda miestny úrad, svoju „rýchlu rotu? Ako to funguje?

Čoraz viac služieb, ktoré pre nás zabezpečovala externá firma, robíme v rámci oddelenia životného prostredia. Ukážkou je napríklad vysýpanie košov na psie exkrementy a aj malých košov na uliciach. Táto naša „rýchla rota“ sa stará aj o čistotu verejných plôch. Ukazuje sa, že nejde len o nižšie náklady ako pri zabezpečovaní týchto služieb externe, ale najmä o rýchlosť a operatívnosť, akou vieme riešiť podnety ľudí v teréne. Tím našich terénnych pracovníkov sa skladá z asi desiatich ľudí, pomáhajú aj s čistotou pred podujatiami a po nich. Pohybujú sa v teréne a ak prichádzajú podnety, riešia ich. Pripomienky obyvateľov, ak sú teda v záujme verejného priestoru, bývajú cenné a ľudia sú akýmisi našimi druhými očami v teréne. Za to im ďakujeme.

**Pri kŕmení vzniká znečistenie priestranstva, ide tak o priestup**

## **Menej holubov v okolí? Nekŕmiť!**

Text: Lucia Marcinátová

Čistota na uliciach, zatváranie priestorov, zberných nádob a najmä žiadne kŕmenie. Také sú základné rady odborníka v súvislosti s regulovaním holubov na sídlisku.

Po návrate z dovolenky hniezdo na balkóne či obrovská špina. Holuby. Krúžia nad hlavami, zobú po chodníkoch, prebývajú a liahnu sa v opustených budovách, škárach panelákov. Podnety na ich premnoženie, otázky sa opakujú. Pomôcť by mohlo najmä zodpovedné správanie voči svojmu okoliu či vyriešenie ich nocľahárni a pôrodníc – prázdnych nevyužívaných objektov ako stará pošta či niekdajšia ubytovňa ministerstva vnútra, nazývaná aj dom holubí.

A hoci premena týchto budov nie je jednoduchá a ťahá sa roky, niečo môže urobiť každý a hneď. Holuby nekŕmiť, nevyhadzovať či nerozsýpať jedlo a ani drobky po sídlisku a verejnom priestore, zatvárať priestory a udržiavať ich čisté.

„Regionálna veterinárna a potravinová správa Bratislava–mesto pravidelne zaznamenáva informácie o vysokom počte holubov vo viacerých mestských častiach Bratislavy,“ hovorí riaditeľ správy Miloš Mašlej. Odborník prezrádza, že aj táto problematika má dva tábory. Na jednej strane je tu časť verejnosti, ktorá podáva podnety na zvýšený výskyt holubov a žiada riešenie, na druhej strane je verejnosť, u ktorej snaha tmiť početnosť týchto druhov vtákov často naráža na odpor.

Regulácia počtu holubov je v kompetencii samospráv, správcov bytov, prípadne majiteľov nehnuteľností. Ide o problém, ktorý je potrebné riešiť komplexne, keďže holuby sa po zatvorení jedného miesta presúvajú na iné. Riaditeľ regionálnej a veterinárnej správy hovoril o opatreniach, ktoré môžu pomôcť pri regulovaní počtu holubov. Upozorňuje na dôležitosť čistoty, zatvárania priestorov, odpadu i sťaženia možnosti hniezdenia. Dôležité je podľa neho holuby nekrmíť!

Samotné kŕmenie holubov nie je priestupkom, no v prípade, že kŕmením dochádza k znečisťovaniu verejného priestranstva, ide už o priestupok a takýto čin môže riešiť mestská polícia. Kŕmenie holubov vedie vtáky aj k zvyku. Začnú sa totiž v okolí zdržovať a sústreďovať vo väčšom množstve. Mestská časť prijala v roku 2019 všeobecne záväzné nariadenie o dodržiavaní čistoty a poriadku na území Dúbravky. Prikazuje dodržiavať čistotu a verejný poriadok v mestskej časti, zakazuje „znečisťovať verejné priestranstvá výkalmi chovaných zvierat, sypaním krmiva vtáctvu alebo prikrmovaním túlavých či voľne žijúcich zvierat.“

Často vidno holuby v starších, menej obývaných domoch, najmä sedieť na oknách, strechách, neuzavretých balkónoch. Takýmto dúbavským „holubím domom“ je napríklad chátrajúca ubytovňa ministerstva vnútra. Holuby si z nej urobili akúsi pôrodnicu.

Podľa Mašleja, holuby vyhľadávajú neobývané priestory najmä na hniezdenie. Prilietajú však aj na balkóny panelákov a trápia obyvateľov.

„Ak sa holuby zahniezdia na balkóne bytu, vzniká nepríjemná situácia so zvýšeným množstvom holubov v okolí a s tým súvisiacim výskytom ich exkrementov. Za vzniknutý stav je plne zodpovedný majiteľ, respektíve nájomca,“ tvrdí riaditeľ regionálnej veterinárnej a potravinovej správy. Dodáva, že tento problém by mal potom riešiť prostredníctvom špecializovanej firmy, odstrániť exkrementy holubov, prípadne ich mŕtvych tiel.

Mestské holuby bývajú aj prenášačmi chorôb. Môže ísť napríklad o ornitózu, prenášanú baktériami rodu chlamýdia, vtáčiu tuberkulózu, salmonelózu, trichomoníazu, čiže vnútorné parazitárne ochorenie, kliešťovú encefalitídu, ktorú prenášajú holubie kliešte, toxoplazmózu, ktorej môže byť holub medzihostiteľom, alebo aj pseudomor, vírusové ochorenie domácich a voľne žijúcich vtákov. „Všetkými spomenutými ochoreniami sa človek môže nakaziť výlučne v prípade, ak je v bezprostrednom a pravidelnom kontakte s chorým holubom,“ dodáva Mašlej.

## **Rady – regulovanie holubov**

Dodržiavanie čistoty na uliciach.

Zatváranie zberných nádob na odpad, kontajnerových stojísk a všetkých priestorov.

Nekrmiť a zamedziť prístup k zdroju potravy.

Sťažiť možnosť hniezdenia, zamedziť prístupy – povaly, balkóny.

## Aby deti chodili pešo

Metropolitný inštitút Bratislavy spolu s hlavným mestom rozbieha projekt s názvom Ulice pre deti, ktorý má zlepšiť bezpečnosť ulíc v okolí škôl a zvýšiť percento školákov, ktorí chodia do školy pešo.

Takmer každá domácnosť v Bratislave má pritom najbližšiu základnú školu do 15 minút chôdze od bydliska. Metropolitný inštitút Bratislavy preto rozbehol pilotný participatívny projekt na Základnej škole Tbiliská v Rači. Rodičia v ňom uviedli, že deti vozia do školy autom preto, lebo to majú cestou do práce a súčasne sa o ne boja pre zlú dopravnú situáciu v okolí školy.

V Bratislave denne smeruje do materskej, základnej alebo strednej školy vyše 85-tisíc detí. Autá pred školami bežne stoja v dlhých kolónach. Okrem dopravnej situácie je veľkým problémom počas ranných špičiek aj zhoršená kvalita ovzdušia – niektoré merania ukázali, že vzduch v aute stojacom v zápche je 9 až 12-krát horší, než na ulici.

Riešením dopravnej situácie pri školách je urobiť dopravu v okolí školy prehľadnejšou a priestor pred školou zdravší a krajší. V participatívnom procese sa o to budú spolu s Metropolitným inštitútom Bratislavy a Základnou školou Tbiliská usilovať aj rodičia a školáci.

Poznatky z pilotného projektu poslúžia aj pre ďalšie základné školy v Bratislave.

(lum)

### **Mestská polícia otvorí kurz**

Mestská polícia plánuje prijať do svojich radov približne 20 nových ľudí. Od septembra otvorí kurz odbornej prípravy v školiacom stredisku v Dúbravke. Základnými predpokladmi pre prácu v mestskej polícii je dosiahnutie veku minimálne 21 rokov, bezúhonnosť, zdravotná, duševná a fyzická spôsobilosť, úplné stredoškolské vzdelanie zakončené maturitnou skúškou a znalosť úradného jazyka slovom i písmom. Uchádzačom ponúka zároveň aj viaceré benefity. Viac na [www.budpolicajt.sk](http://www.budpolicajt.sk).

### **LÚČIME SA, SPOMÍNAME..**

Dúbravčanka, spisovateľka, vzácny aktívny človek. Vo veku 73 rokov nás navždy opustila Katarína Petkaničová. Pochodila riadny kus sveta, jej srdce však ostalo navždy Dúbravke, o ktorej s láskou hovorila, že je to tá najkrajšia časť Bratislavy. Česť jej pamiatke

## Mestské kúpaliská sú otvorené

Prvé mestské kúpaliská Rosnička, Delfín, Tehelné pole a Lamač otvorili 11. júna. Postupne sa pridali aj kúpaliská Krasňany a Rača. Lístky a permanentky sa dajú kúpiť aj online na [www.kupaliska.bratislava.sk](http://www.kupaliska.bratislava.sk). Na výber sú 4 typy – celodenný lístok (3,5 eura), permanentka na 10 dní (29 eur), permanentka na 10 dní po 17:00 (19 eur) a sezónna permanentka (99 eur pre dospelého s možnosťou dokúpenia detskej permanentky za euro). Do 10. júla platí zvýhodnená cena 89 eur na sezónnu permanentku.

## Podpora basketu na dvore školy

Úprava športových možností v areáli Základnej školy Pri križi pokračuje. Mestská časť dala odstrániť staré konštrukcie na basketbalové koše a nahradila ich novými, výškovo nastaviteľnými. Rekonštrukciou má prejsť počas leta aj tunajšie multifunkčné ihrisko.

## Hľadajú stavebníka pre štyri pruhy, pribudne aj osvetlenie

# Harmincova sa konečne pohla

Text: Lucia Marcinátová

Nové semaforey, osvetlenie, parkovisko pred zimákom a najmä štyri cestné pruhy. S tým všetkým sa spája rozšírenie Harmincovej ulice.

Zápchy, kolóny, dlhoročné plány, meškanie MHD, predvolebné sľuby, zlý stav vozovky, mnohé otázky, podnety. S tým všetkým sa spája jedna ulica. Harmincova. Prístupová ulica do mestskej časti, spojnica Dúbravky a centra. Jej rozšírenie sa rieši už od roku 2006. K začiatkom prác je konečne bližšie. Po dlhých rokovaniach a výkupoch pozemkov spoločnosť Metro Bratislava, kde je väčšinovým akcionárom hlavné mesto, vyhlásila počas mája výzvu na predkladanie ponúk na stavebné práce. Cenu za výstavbu odhaduje na tri milióny eur bez DPH.

„Pokiaľ víťazný účastník splní všetky požiadavky, v priebehu júla sa pristúpi k podpisu Zmluvy o dielo. Potom bude nasledovať odovzdanie staveniska zhotoviteľovi,“ priblížila ďalší postup Dagmar Schmucková, hovorkyňa hlavného mesta. Víťaz súťaže má predložiť aj harmonogram a presný postup prác. Trvať by mali zhruba rok. Prebiehať by mali podľa Schmuckovej v troch etapách.

Brzdou boli pozemky

Projekt rozšírenia počíta so štyrmi pruhmi, plánovaná je aj nová cestná signalizácia v križovatke Harmincova – Lipského, úprava semaforov v križovatke Harmincova – Polianky a aj parkovisko pred tunajším zimným štadiónom. Pribudnúť má aj verejné osvetlenie a nové

zastávky mestskej hromadnej dopravy vrátane prístreškov. V súvislosti s prácami je potrebná prekládka inžinierskych sietí.

„Najväčší problém bolo vykúpenie pozemkov od súkromných majiteľov. Súkromná osoba môže kúpiť pozemok za sumu za akú chce, samospráva sa však musí striktne držať zákonných pravidiel, preto sa stávalo, že hlavné mesto navrhlo sumu nižšiu ako žiadal majiteľ,“ približuje starosta Martin Zaťovič. „Muselo preto prichádzať k dohodám, napríklad zámena pozemkov alebo rokovania a nájdenie kompromisu. Mnoho pozemkov malo viacero majiteľov, z ktorých mnohí žijú v zahraničí. Proces vykupovania trval veľmi dlho.“

Keďže čas postúpil a zmenili sa dopravné podmienky, projekt sa musel prepracovať.

## Územný plán

S rozšírenou cestou sa počíta aj v územnom pláne mesta. Súčasné dva pruhy už nedokážu zabezpečiť plynulé spojenie tejto časti Dúbravky s obchvatom mesta. Časté sú zápchy, ktoré boli povestné najmä v rokoch 2019 a 2020 počas modernizácie električkovej radiály. Vo svojom volebnom programe sľuboval rozšírenia cesty ešte bývalý dúbravský starosta Ján Sandtner. Plány však brzdili nevysporiadané pozemky pod cestou v hornej časti ulice. Ich zámenu medzi mestom a súkromným vlastníkom schvaľovali mestskí poslanci pred viac než rokom. Cieľom zámeny bolo rozšírenie Harmincovej na štvorpruh, s napojením na Lamačskú a D2.

### Rozšírenie Harmincovej

Rozšírenie cesty sa rieši od roku 2006.

Rozširovanie má trvať asi rok a prebiehať na etapy.

Pribudne parkovisko pred zimným štadiónom, semaforey i verejné osvetlenie.

## Mesto dotuje stojiská

Do konca septembra možno v hlavnom meste žiadať o dotáciu na kontajnerové stojiská. Rozširovanie počtu zberných nádob zavedením kuchynského odpadu nekončí.

Prekážajú na komunikáciách, plnia sa rýchlejšie než tie uzamknuté, sú lákadlom a terčom vandalov. Kontajnery voľne postavené na cestách. Hlavné mesto opätovne vyzýva správcov bytových domov, zástupcov vlastníkov bytov a obyvateľov, aby požiadali o dotáciu až do výšky 5000 eur. Využiť ju môžu všetci tí, ktorí nemajú kontajnerové stojisko alebo ho potrebujú rozšíriť či upraviť. Dotácia môže pokryť aj náklady na vytvorenie vegetačnej strechy stojiska, prípadne inej vegetačnej plochy. Pre jej poskytnutie je potrebné preukázať vzťah k pozemku, a to buď vlastníctvo, nájom či vecné bremeno. Žiadať sa dá do konca septembra.

Peniaze treba použiť ešte v tomto roku a vyúčtovať najneskôr do 5. januára 2023. Mesto vytvorilo aj manuál na kontajnerové stojiská. Prístupný je aj online na stránke [www.bratislavskisusedia.sk](http://www.bratislavskisusedia.sk)

Počet zberných nádob sa zvýšil po zavedení zberu kuchynského odpadu. Hlavné mesto plánuje zaviesť v blízkom čase aj zber jedlých olejov a do roku 2025 bude povinný i zber textilu

(lum)

### **Dotácia na stojiská**

Žiadať sa dá do konca septembra.

Výška dotácie – 5000 eur.

Potrebné je preukázať vzťah k pozemku (vlastníctvo/nájom/vecné bremeno).

Všetky informácie [www.bratislavskisusedia.sk/temy/kontajnerove-stojiska](http://www.bratislavskisusedia.sk/temy/kontajnerove-stojiska).

Info – [samuel.kolarcik@bratislava.sk](mailto:samuel.kolarcik@bratislava.sk), +421 2 59 356 536.

### **Denné centrum 1 cvičenie baví**

Členky Denného centra 1 cvičia každú stredu podľa inštrukcie zo školenia zameranom na dychové cvičenia, ktorú vlni organizovali Rada seniorov a MS Slovenského červeného kríža. Cvičenie rozšírili o posilňovacie cviky a o koordinačné cvičenie. Pre snahu o zlepšovanie sa a potvrdenie správnosti svojho cvičenia pozvala vedúca cvičení Mária Vajgelová fyzioterapeutku Petru Kolcunovú. Odborníčka prišla na besedu o dychových cvičeniach, pozrela si priebeh cvičení a poradila, ako sa zlepšiť.

### **LOKÁLNE TRHY opäť PO LETE**

Už tradičné utorkové Lokálne trhy na námestíčku pri Obchodnom dome Saratov budú mať počas júla a augusta letnú pauzu. Trhovníci prídu opäť predávať v polovičke septembra. Zeleninový trh, známy najmä vďaka zeleninárovi Zolovi, pokračuje aj počas prázdnin.

### **Župa očkovala proti HPV**

V piatok 17. júna Bratislavský samosprávny kraj očkoval proti vírusu HPV. Aj takýmto krokom chce prispieť k prevencii onkologických ochorení a poukázať na potrebu prevencie i vakcinácie. V zdravotníckom stredisku na Rovniankovej ulici v Petržalke očkovali nielen zaregistrovaných záujemcov, ale aj tých „z ulice“. Župa hovorí, že Deň očkovania proti HPV vírusu zopakuje. Očkovacia schéma HPV sa skladá z dvoch, respektíve troch dávok. Očkovanie u 12-ročných detí je hrazené zo zdravotného poistenia.

## DÚBRAVKA JE AJ LEVANDUĽOVÁ

Najskôr obnova povrchu betónových kruhov pred Domom kultúry Dúbravka, potom presadenie šíповých kríkov a následne nasadenie levanduľových záhonov. Farebná a voňavá zmena vo verejnom priestore. Pred kultúrnym domom tak možno spievať aj....Ty si má levanduľová.

**Prednáška na zdravotnícku tému: Čím dlhšie sa so zubom čaká, tým je to drahšie**

## Odborníčka radí: Vlastný zub je ten naj

Text: Lucia Marcinátová

Keď ťa zub bolí, zubárovi utekaj...“ znie už v takmer zľudovenej piesni skupiny Bukasový masív. Nie vždy je to však tak. Ako na strach zo zubárov? Prečo sa nebáť prehliadky? Čo sú to tretie zuby? A ako sa o zuby starať či nestarať? Na to všetko dávala odpoveď druhá tohtoročná prednáška na zdravotnícku tému.

Strach zo zubára, pred zubárom či pred bolesťou a nepríjemným zákrokom? Pri stretnutí so zubnou lekárkou MDDr. Veronikou Csemanovou ste odrazu na tieto otázky a pochybnosti zabudli. O zuboch, ich kazoch, ošetrovaní a čistení rozprávala s takým nadšením a ľahkosťou, že obavy z vyšetrenia sa razom rozplynuli.

Stomatologičku pozval na prednášku do Dúbravky doktor Juraj Štekláč, vicežupan pre oblasť zdravotníctva, predseda Komisie zdravotníctva a sociálnych vecí Bratislavského samosprávneho kraja, miestny a župný poslanec, ktorý popoludnia na prevažne zdravotnícke témy organizuje už piaty rok. Podujatie v oranžovej sále domu kultúry nieslo tentoraz názov Pozerieme sa tomu na zúbok. Doktorka Csemanová ho rozdelila na niekoľko častí – Prečo sa o zuby starať a ako sa o ne starať doma, profesionálna ošetrovanie z pohľadu lekára a tretie zuby alebo prečo je dobré sa im čo najdlhšie vyhýbať.

Stomatologička postupne spoznáva Dúbravčanov, aktuálne rozširuje svoju ambulanciu Stomatodent v Zdravotnom stredisku Saratov a aj vďaka tomu môže prijímať nových pacientov.

Čím neskôr, tým drahšie

Pri zubárovi, podobne ako pri iných lekároch, je dôležitá prevencia. Doktorka Veronika Csemanová hovorila o tom, prečo je treba prísť k zubárovi včas, respektíve čím skôr. Ošetrovanie začínajúceho kazu nie je totiž len jednoduchšie, ale aj oveľa lacnejšie.

„Ak sa zubný kaz nelieči, postupuje až do zubnej drene, a to bolí,“ opisovala odborníčka. Prísť k zubárovi až keď už niečo bolí nie je ideálne. Dôležité je ale zubnému kazu predchádzať, a to správnym čistením, starostlivosťou o zuby a dentálnou hygienou.

Prednáška tak bola spojená aj s praktickými ukážkami techník čistenia zubov. Najlepšou a najodporúčanejšou je Bassova technika - čiže čistenie malými krúžkami v 45 stupňovom uhle smerom k zubu, najmä v priestore medzi zubom a ďasnom, kde sa nám povlak tvorí najrýchlejšie.

„Najhoršie pre zuby je, ak ich čistíte horizontálnymi pohybmi, čiže zo strany na stranu, hovorím tomu, že zuby rajbeme, poškodzujeme ich a vynechávame pri tom najdôležitejšiu časť zuba, čiže oblasť medzi zubom a prechodom na ďasno,“ dodala lekárka Csemanová.

### Sónické aj single

Okrem techniky čistenia je dôležité aj to, čím zuby čistíme, ako často a ako dlho. „Čas čistenia je individuálny, minimálne však dve minúty, no čistiť treba aspoň dvakrát denne,“ hovorí doktorka Csemanová. Na prednáške predstavila aj typy zubných kefiek, klasické čiže mechanické kefky, elektrické, ktoré, okrem sónických a rotačných, sú už aj magnetické, single kefky na takzvané dočisťovanie a medzizubné kefky či dentálnu niť. Používanie medzizubných kefiek, ktorými čistíme priestor medzi zubami, kde sa klasickou kefkou nedostaneme, znižuje podľa odborníčky vznik zubného kazu až o 50 percent, naopak neodporúča siahnuť po drevených špáradlách. Neraz už uviazlo u pacienta v zuboch a bolo aj dôvodom ošetrovania.

### Kameň nie je ochranca

Doktorka Csemanová vyvrátila na prednáške aj iné zubné „fámy“. Napríklad to, že zubný kameň vzniká z tvrdej vody. „Zubný kameň nie je z vody, ale z povlaku, ktorý sa neodstraňuje správne čistením, postupne sa mineralizuje a vytvára zubný kameň. Odporúčam ho pravidelne odstraňovať počas profesionálnej dentálnej hygieny v zubnej ambulancii aspoň raz ročne,“ vysvetlila stomatologička.

Záver prednášky patril novým postupom, technikám, materiálom i pomoci RTG zobrazenia a tretím zubom, teda téme, prečo je dobré zachovať si vlastné zuby čo najdlhšie a vyhýbať sa protézam. „Vlastný zub je najlepší, čo môžete mať,“ hovorila Csemanová. Dodáva, že v prípade straty zubov prichádzajú aj problémy s jedením, žuvaním či zmenou sánky a aj samotnou estetikou. Prehľbujú sa vrásky, atrofuje žuvacie svalstvo. „Aj preto sa snažíme zúbky zachraňovať, aby vydržali čo najdlhšie.“

### Dobré rady

Opravovať aj malé kazy.

Nečakať, kým začne zub bolieť.

Pravidelne absolvovať dentálnu  
hygienu.

Staráť sa o zuby čo najlepšie aj doma.

Nechať si zhotoviť aj RTG snímky.

Dať na rady svojho zubného lekára.

**ZÁKLADNÁ ŠKOLA NEJEDLÉHO JE SÚČASŤOU MEDZINÁRODNÉHO PROGRAMU ERASMUS+**

## **Krakow: škola, mesto aj kuchyňa**

Stráviť len pár dní v Krakove a naučiť sa veľa. To všetko mohli pätnásť žiaci a štyria učitelia zo Základnej školy Nejedlého, ktorí prežili prelom mája a júna v partnerskej škole Społeczna Szkoła Podstawowa.

Škola Nejedlého je súčasťou programu Erasmus+ pre mobilitu v školskom vzdelávaní, ktorý je financovaný Európskou úniou. V rámci programu žiaci a učitelia strávili tri dni v poľskom Krakove plné zaujímavých poznatkov, zážitkov, nových kamarátstiev a dobrej nálady.

Prvý deň na partnerskej škole sa žiaci z Nejedlého zapojili do bežného vyučovacieho dňa. Absolvovali hodiny angličtiny, chémie, dejepisu, matematiky, fyziky, geografie, a to klasickou i netradičnejšou formou, ktorú pripravili poľskí partneri. V poobedných hodinách navštívila výprava z Nejedlého záhradu technického múzea, kde si aktívne vyskúšala všetky ponúkané atrakcie - akustika, magnetizmus, hydrostatika, optika, mechanika a iné. Druhý deň sa niesol v duchu poznávania historického centra mesta Krakow. Sprievodcami boli poľskí žiaci 8. ročníka, ktorí si pripravili prednášky a kvízy pre jednotlivé zastávky tejto zaujímavej prehliadky. Posledný deň patril všetkým deťom. Bol totiž Medzinárodný deň detí, išlo o deň plný športových, logických i zábavných aktivít.

Celý pobyt prebiehal v angličtine a dal mnoho nielen žiakom, ale aj učiteľom. Okrem školy a vzdelávania dúbavská výprava spoznala krajinu, tamojších ľudí a ochutnávala dobroty poľskej kuchyne.

(zs)

**Erasmus+**

Program pre mobilitu vo vzdelávaní.

Cieľom je zvyšovať kvalitu vzdelávacieho procesu, ľudského potenciálu, vytvárať podmienky pre internacionalizáciu slovenských škôl, získavať zahraničných partnerov a umožniť mobilitu pre našich žiakov v európskom priestore.

Žiaci a zamestnanci škôl majú možnosť realizovať skupinové a individuálne výmenné pobyty, vzdelávacie mobility, hospitácie, školenia, študijné pobyty, kurzy a konferencie.

**Zaviedli sme zber kuchynského bioodpadu. Aké sú prvé výsledky?**

## **Chýba vám košík či zberná nádoba?**

K

am sa obrátiť, ak ešte nemáte balíček na triedenie odpadu? Ako správne triediť, čo patrí a nepatrí do košíka na zber kuchynského bioodpadu? A prečo je vôbec správne odpad triediť? Na tieto, ale aj mnohé iné otázky, odpovedala spoločnosť OLO.

Milé obyvateľky, milí obyvatelia, ďakujeme za váš záujem o zapojenie sa do zberu kuchynského bioodpadu a vašu spoluprácu. V mestskej časti Bratislava – Dúbravka sa doteraz zapojilo

93 % domácností v rodinných domoch a 56 % domácností v bytových domoch. Obyvatelia, ktorí si doteraz nestihli prevziať svoj balíček na triedenie kuchynského bioodpadu, tak môžu urobiť dodatočne.

Nestihli ste si prevziať svoj balíček?

V prípade, že ste majiteľom rodinného domu, kontaktujte Zákaznícke centrum OLO na [zakazka@olo.sk](mailto:zakazka@olo.sk) alebo tel. č.: +421 2 50 110 550, distribučný tím OLO vám následne prinesie balíček až k vašim dverám. Prevzatie je potrebné potvrdiť podpisom. Ak sa nemôže dostaviť vlastník nehnuteľnosti, prineste so sebou vyplnené splnomocnenie, ktoré nájdete na [www.olo.sk/kbro](http://www.olo.sk/kbro) (nemusí byť potvrdené notárom).

Obyvatelia bytových domov si môžu prísť prevziať balíček na Zákaznícke centrum OLO na adrese Ivanská cesta 22, 821 04 Bratislava, a to každý pondelok až piatok v čase od 7:00 do 16:00. Tiež smú využiť prebiehajúcu adresnú distribúciu v iných mestských častiach podľa aktuálneho harmonogramu. Ak sa nemôže dostaviť majiteľ bytu, postačí, keď nájomca bytu uvedie pri preberaní balíčka meno majiteľa a číslo bytu (prípadne poschodie). Nájomnú zmluvu ani splnomocnenie predkladať nemusí.

Chýba vám zberná nádoba? Je to povinné?

Prezali ste si balíček, no chýba vám v stanovišti hnedá zberná nádoba? Správca bytového domu má povinnosť zapojiť ním spravovaný bytový dom do systému zberu kuchynského bioodpadu. Pokiaľ obyvatelia zatiaľ nemajú k dispozícii v stanovišti 240 litrovú zbernú nádobu, prosíme majiteľov bytov, aby kontaktovali svojho správcu nehnuteľnosti. Je pravdepodobné, že túto povinnosť prehliadol.

Bratislava má zo zákona povinnosť zabezpečiť triedenie kuchynského bioodpadu najneskôr k 1.1.2023. V každej mestskej časti, kde je zber kuchynského bioodpadu zavedený, vzniká všetkým pôvodcom odpadu zapojiť sa do systému zberu.

Prečo je dôležité triediť kuchynský bioodpad?

Dôvodov, pre ktoré sa oplatí triediť kuchynský bioodpad, je hneď niekoľko. Z začať môžeme zlepšením kvality pôdy, ktorá je naším neobnoviteľným životným zdrojom.

Kuchynský bioodpad, spolu so záhradným odpadom, tvorí v súčasnosti až 45 % hmotnosti komunálneho odpadu v čiernych nádobách. Ak zozbierame tento druh odpadu zvlášť, môžeme ho spracovať a opätovne vrátiť do pôdy. Triedením a spracovaním kuchynského bioodpadu, ako i následnou aplikáciou v podobe organických hnojív, znižujeme objem umelých hnojív na našich poliach a podporujeme rozvoj cirkulárnej ekonomiky – odpad používame ako zdroj.

Vedeli ste, že na Slovensku nájdeme viac ako 50 % poľnohospodárskej pôdy ohrozených eróziou? Pôda má pritom významný vplyv ako na nárast CO<sub>2</sub> v atmosfére, tak aj na zmiernenie globálneho otepľovania. Jedným z riešení, ako zlepšiť kvalitu pôdy, je aplikácia kompostu.

Triedením kuchynského bioodpadu a jeho následným spracovaním získavame práve kompost, nazývaný aj „zlepšovač pôdy“. Toto organické hnojivo znižuje eróziu pôdy, zvyšuje schopnosť pôdy zadržiavať vodu, ukladá (sekvestruje) CO<sub>2</sub> do pôdy, čím znižuje jeho objem v ovzduší a vracia do pôdy potrebný život.

V Bratislave môžeme z kuchynského a záhradného odpadu získať až 16 000 ton kompostu ročne. Toto množstvo by zabezpečilo živiny pre 534 hektárov poľnohospodárskej pôdy, čo možno prirovnať k ploche veľkej ako 13 Sádov Janka Kráľa. Na takejto rozlohe sa dá vypestovať viac ako 18 000 ton mrkvy, čo je množstvo, ktoré predstavuje ročnú spotrebu pre 1,5 milióna obyvateľov Slovenska.

Čo patrí a nepatrí do kuchynského bioodpadu?

„Pri distribúcii sme sa stretli s obavami obyvateľov, či im odpad (ne)bude v kuchyni zapáchať. Avšak tým, že sa vhadzuje do kompostovateľného priedušného vrečka, uloženého v odvetrávanej nádobe, jeho vlhkosť i biologické procesy sa eliminujú, čím sa predchádza tvorbe zápachu. Odpad teda nemá tendenciu hniť alebo plesnivieť. V období od marca do novembra vykonávame odvoz odpadu dvakrát do týždňa,“ uvádza Zuzana Balková z OLO.

V prípade, že do košíka vhadzujete potraviny živočíšneho pôvodu (kosti, zvyšky mäsa), odporúčame ich najprv zabalíť do novinového (nie letákového!) papiera, aby sa zachytili vlhkosť a zápach. Potraviny s vysokým obsahom vlhkosti (napríklad melón) odporúčame vyhadzovať v kompostovateľných vreckách do hnedých zberných nádob čo najskôr. Kuchynský odpad treba vložiť do kompostovateľného vrečka, držať pri izbovej teplote, nevystavovať slnku a uchovávať v tme. Po naplnení vrečko zauzlíte a umiestnite do zbernej nádoby.

S cieľom vyhnúť sa nepríjemnému zápachu v domácnosti, odporúčame jeho včasné vynášanie 2x do týždňa. Nemusíte čakať, kým vrečko zaplníte.

Obyvatelia rodinných domov vykladajú len 20 litrové nádoby pravidelne, a to dva razy do týždňa.

Do nádob na kuchynský biologicky rozložiteľný odpad sa nesmú vyhadzovať tekuté potraviny. Ak budete vyhadzovať polievku, odporúčame ju najprv osobitne scediť, pevnú časť vhodíť do košíka na kuchynský, biologicky rozložiteľný odpad, a tekutú zložku vyliat' do výlevky. Potraviny typu jogurty, smotana a podobne môžete vyhadzovať v malých množstvách a bez plastových obalov. Neodporúčame vhadzovať do vreciek veľké množstvo takýchto potravín. Ak by mal váš košík obsahovať potraviny, ktoré môžu zvyšovať vlhkosť, odporúčame vystlať spodnú časť košíka kúskom kartónu, ktorý zachytí vlhkosť.

Pri triedení kuchynského bioodpadu je dôležité nepoužívať plastové ani jednorazové komponenty, ale kompostovateľné vrecká s logom "OK compost". V prípade, že sa vám vrecká minú, ďalšie si viete zakúpiť v obchodoch. Dôležité je logo "OK compost" alebo "OK home compost".

Ako častý jav sa ukázalo neúmyselné vyhodenie kuchynského vybavenia spolu s biologickým odpadom, ako napríklad škrabky či malé nožičky, na čo je nutné dávať si pozor.

(olo)

### **Čo patrí a čo nepatrí do vreciek na kuchynský bioodpad?**

#### **čo nepatrí**

jedlé oleje a tuky,

obaly z potravín,

obaly po konzumácii jedál,

vrecká bez certifikátu

na kompostovanie,  
kávové kapsule, cigaretové ohorky,  
odpad zo záhrad a iný  
komunálny odpad,  
tekuté zložky kuchynského odpadu  
(napr. polievky, omáčky, mlieko),  
veľké kosti (napr. rebrá,  
špikové kosti),  
nepotravinové výrobky ako plienky,  
obsah vysávača a pod.

#### **čo patrí**

všetky tuhé, pevné zvyšky z prípravy jedál rastlinného a živočíšneho pôvodu,  
nespotrebované zvyšky jedál  
a potravín, vrátane pokazených,  
resp. po záruke - bez obalov,  
vrecká z čajov a usadeniny z kávy,  
potraviny po záruke, vrátane mäsa a malých kostí (napr. z hydiny alebo rýb),  
chlieb, pečivo, cestoviny, ryža,  
strukoviny, obilniny a pod.,  
zaváraniny bez sklenených, plechových, resp. iných obalov - bez tekutej časti,  
ovocie a zelenina, vrátane  
šupiek - aj pokazené,  
vajcia a škrupiny z vajec,  
používané papierové vreckovky,  
certifikované kompostovateľné vrecká (označené logom? OK compost, OK home  
compost a papierové vrecká.

Rady záhradkárom

## Oberanie, letné rezy aj strihy

Práca v záhrade nám prináša radosť, úžitok a aktívny oddych. Poznávame prírodu, jej obdihuhodné zákony, príroda nám pomôže spoznať samých seba. Hovorí MILAN TRSTENSKÝ člen komunitnej Vodárenskej záhrady o. z. Živica.

Záhradkár v lete: Aplikujeme pravidelnú závlahu rastlín, najlepšie v skorých ranných hodinách. Kontrolujeme zdravotný stav rastlín.

Kvety: Po odkvitnutí režeme kvety gladiol a ruže. Ruže zostriháme na 2-3 očká. Odstraňujeme všetky odkvitnuté kvety.

Drobné ovocie: Oberáme egreše na kompót, kým nie sú ešte úplne zrelé. Na malinovisku vyrežeme všetky odplodené výhonky, z novovypučaných výhonkov nechávame 6-8 najsilnejších, ostatné odstránime tesne pri zemi. Vylamujeme zálistky viniča, vyrežeme.

Ovocné stromy: V auguste urobíme letný rez broskýň, presvetlíme odrodené kôstkoviny. Popadané ovocie zbierame spracujeme na šťavy. Môžeme presvetliť aj jablone, odstránime škodcami napadnuté listy a konáre. Podopierame vetvy preťažené ovocím.

Zelenina: Dokončíme zber cesnaku cibule, necháme ju ležať na hriadkach, aby dobre vyschla. Zberáme kríčkovú fazuľku, rajčiaky a papriky. Pravidelne, zberáme uhorky. Koncom augusta zrezávame z rajčiakov vrcholy, pretože ďalšie plody by už nedorástli.

Striháme živé ploty.

Sociálne vrstvy chorvátskeho etnika na Slovensku. Staviteľstvo, odev a jazyk

## Obliecť si košuľu či rubaš, bývať v stanje a hiže

Text: Lucia Palšová

V minulom čísle sme priblížili príchod chorvátskych vystáhovalcov na Slovensku, a to vo viacerých etapách. Písali sme o tom, kde sa usadili, o ich zvykoch, tradíciách, piesňach. Dnes vo voľnom pokračovaní nazrieme do „chorvátskej izby“ a spoznáme ľudový odev.

Najrozhodujúcejšou populačnou zložkou Chorvátov na Slovensku boli roľníci. Usadzovali sa zväčša v spustnutých a vyľudnených osadách, zemepán im poskytoval takzvané kolonizačné slobody, čiže oslobodenie od platenia daní a ďalších povinností na dobu troch, šiestich či dvanástich rokov. Slovenskí zemepáni sa snažili oživiť a posilniť poľnohospodársku činnosť.

Chorváti boli sociálne diferencovaní a delili sa na tri majetkové skupiny. Tie vlastne značili tri rôzne sociálne vrstvy. Napríklad, v Jarovciach to boli paori, želiari a hižiari. Sociálne najmajetnejšou vrstvou bývali paori (odvodené z nemeckého slova Bauer – sedliak.)

V Devínskej Novej Vsi a v Dúbravke sa pre jednotlivé kategórie sedliakov používal aj názov halbár, fertálnik, achtaľník. Sociálne najslabšou vrstvou boli hofieri, ktorí nemali ani vlastný dom a bývali v podnájme u sedliakov a želiarov. Paori, teda príslušníci majetnejšej vrstvy, mali v Jarovciach vlastnú krčmu, do ktorej želiari ani hižiari nechodili.

Holiči, kotkári, zlatníci

Spolu s roľníckym obyvateľstvom prichádzali na Slovensko aj remeselníci a mestské obyvateľstvo rôznych profesií. Usádzali sa hlavne v západoslovenských mestách, nachádzajúcich sa v bezprostrednej blízkosti panstiev. Najpočetnejšie boli zastúpení v Bratislave.

Po obsadení Budína Turkami sa Bratislava stala hlavným mestom Uhorska a v prvej polovici 16. storočia sa stala aj útočiskom obyvateľstva najrozličnejšieho pôvodu a sociálneho začlenenia. Na rozdiel od chorvátskych kolonistov v obciach Devín, Devínska Nová Ves, Dúbravka, Lamač, Záhorská Bystrica, kde sa Chorváti usadzovali v prvej polovici 16. storočia, do vtedajšej Bratislavy prichádzali až od jeho druhej polovice. Najväčšie zoskupenie mali v Podhradí. Najpočetnejšou a dobre prosperujúcou skupinou sa stali remeselníci – holiči, kotkári, zlatníci, kováči, krajčíri a obuvníci. K majetnejším mešťanom patrili vinohradníci a strážcovia viníc. Čoskoro sa dostali aj do mestských služieb ako účtovníci, pisári a prokurátori. Remeselníci z Chorvátska sa usadzovali i v obciach – Lozorno, Lamač a dokonca v menšom počte aj na Devíne a v Dúbravke.

Majitelia kúrií, mlynov

Príslušníci nižšej a vyššej šľachty prichádzali do Rakúsko-uhorskej monarchie a aj na Slovensko. Šľachtu tvorila diferencovaná spoločenská vrstva. Boli tu zastúpení predstavitelia vysokej šľachty a magnáti, ďalej išlo o strednú a drobnú šľachtu. Na Slovensku sa usadili viaceré chorvátske rodiny, ktorých šľachtická príslušnosť siaha až do obdobia stredoveku. Išlo o starobylé rody Kružičovcov, Ostrovičovcov, Keglevičovcov, Stančičovcov a podobne.

Počnúc 16. storočím sa na Slovensku rozrastali aj rady drobnej šľachty, čiže zemianstvo. Prevažná časť chorvátskeho zemianstva našla existenčné výhody v dedinskom prostredí. Ich vyšší majetkový status sa odrážal v tom, že boli majiteľmi kúrií, mlynov a pôdy väčšieho rozsahu, než vlastnili poddaní sedliaci. Z historických prameňov sa nedozvedáme, či sa chorvátski zemania nachádzali aj v Dúbravke, ale ich prítomnosť je doložená v Devíne, Rusovciach, Slovenskom Grobe a Naháči.

Z prehľadu chorvátskych zemianskych a šľachtických rodín na Slovensku je zrejmé, že v prevažnej miere patrili do kategórie bojujúcej šľachty, ktorá si vydobyla svoje stavovské privilégiá predovšetkým za vojenské zásluhy. Na území Slovenska získali majetky a politický

vplyv chorvátske rody: Kružičovci, Ostrožičovci, Petróciovci, Keglevičovci. Mnohí z nich mali vo svojich rodových erboch naznačené symboly boja a víťazstva.

## Ľudové stavitel'stvo

### a bývanie

Ľudové stavitel'stvo patrí k tým zložkám ľudovej kultúry, ktorých formy odrážajú prírodné danosti prostredia. Z archívnych dokladov sa dozvedáme, že v oblasti Záhoria i v oblasti pod Malými Karpatami najstaršie domy chorvátskych kolonistov boli postavené z dreva. Tie sú doložené z Lamača, Dúbravky, Záhorskej Bystrice, Šenkvic, Chorvátskeho Grobu a ďalších.

V 16. a 17. storočí sa na území Slovenska uplatňovala zrubová konštrukcia drevených domov. Prevládajúcimi formami na západnom Slovensku boli jedno až dvojpriestorové obydlia. Trojpriestorové obydlia – izba, sieň a komora, sa začali stavať až v 17. a 18. storočí a namiesto drevených domov postupne prevládali hlinené. Samozrejme máme doložené aj využívanie kameňa na stavebné účely. Názov obce Lamač je odvodený od tu pôsobiaceho lámača kameňa chorvátskeho pôvodu. Chorvátske stavby, či už kamenné alebo hlinené, sú doložené z obcí - Devín, Dúbravka, Devínska Nová Ves, Jarovce, Šenkvice a ďalších.

Špecifickými znakmi interiéru chorvátskej izby bolo otvorené ohnisko bez pece so zaveseným kotlom na varenie uprostred izby a nízky okrúhly stôl (sofra). Stavitel'ská kultúra Chorvátov na Slovensku bola však výrazne ovplyvnená stavitel'skými tradíciami slovenského etnika, takže postupne asimilovala. Samozrejme, chorvátske názvy obydli v mnohých obciach pretrvali: stanje – dom, hiža-izba, vieža – sieň s čiernou kuchyňou, komuora – komora, kuhinja – kuchyňa, gank – podstemie so stĺporadím. Nábytok: kuofan – truhlica na odev, stuol – stôl, stolčitj – šamlík, kasnja – skriňa.

### Košuľa, rubača, opleťe

Ľudový odev bol rovnako výraznou súčasťou kultúry chorvátskeho etnika. V Devínskej Novej Vsi, Dúbravke a Lamači bolo pri výskume chorvátskeho nárečia zaznamenané slovo „prateži“, ktoré sa používalo na označenie šiat či odevu. Pravdepodobne sa vzťahovalo na konopný odev. Nasvedčujú tomu aj jednotlivé chorvátske názvy odevných súčastí: gate, košuľa, rubača, opleťe. Boli tu isté odlišnosti v strihu i spôsobe zošitia mužských konopných košiel alebo ženských rubášov v Šenkvicach a Grobe, ktoré sa odlišovali od odevu v Dúbravke a Devínskej Novej Vsi. Mužský vrchný súkenný odev sa v záhorskom regióne nazýva čuoha a v Chorvátskom Grobe surina, pričom v obidvoch regiónoch je slovenským názvom halena. V Devínskej a v Dúbravke sa popri slovenských názvoch ručník a lémec používajú názvy facuol a kuolarin.

Pre chorvátske ženy bola typická špecifická úprava a viazanie šatky. Išlo o červenú, vyšívanú pokrývku z ľanového alebo konopného plátna (bola akousi najstaršou formou šatky). Ženy si ju viazali na čepiec, dlhšiu časť oviazali okolo krku a kratšiu nechali visieť, aby vynikla výšivka. Takáto úprava je aj na portréte ženy z rodiny Jankovičovcov v Jarovciach. Ide o archaický spôsob úpravy hlavy rozmernou šatkou (podvika), v ktorom je obsiahnutá regionálna, stavovská i etnická znakovosť.

Na Slovensku môžeme chorvátsky odev rozdeliť do troch regiónov: oblasť trnavského oděvu, oblasť od Bratislavy k Pezinku a oblasť Záhoria, kam patrí aj Dúbravka a Devínska Nová Ves. Dá sa povedať, že v 19. a 20. storočí - v lokalitách s chorvátskym osídlením, tamjší obyvatelia už nerozlišovali medzi slovenským a chorvátskym krojom.

S prítomnosťou chorvátskeho etnika na Slovensku sa spájalo aj využívanie čipky ako ozdobného prvku na odeve a bytových textíliách. Výzdoba oděvu čipkami sa používala nielen v šľachtickom a meštianskom prostredí, ale aj v tradičnom roľníckom prostredí. Známe boli slovensko-grobské čipky alebo pezinsko-modranské. Čipka bola bohato zastúpeným prvkom oděvu a bytového textilu takmer vo všetkých regiónoch s chorvátskym osídlením. Doložené boli aj v obciach Záhoria, Devína, Devínskej Novej Vsi a Dúbravky.

Dokladom prítomnosti chorvátskych kolonistov na území Slovenska sú taktiež rodinné mená. O podobe priezvisk sme sa zmienili v predchádzajúcej časti, no značne skromnejšie znejú doklady o krstných menách.

Z dostupných prameňov sa veľa dozvedáme aj o príbuzenskej terminológii. V Devínskej a v Dúbravke sa používajú príbuzenské názvy: Pradede, prababa, dede, otac, ktier (dcéra), dica (deti), ujac (ujo), ujna (žena matkinho brata), snaha (synova žena), kum (kmotor), kuma (kmotra).

Aj keď chorvátska kultúra v priebehu storočí asimilovala, stále môžeme v mnohých oblastiach nájsť jej pozostatky. Splynutie slovenskej a chorvátskej tradície jednoznačne obohatilo obe kultúry a dodalo im etnickú špecifičnosť.

### **Chorvátske mená na našom území**

Mužské mená: Andre, Balaš, Barto, Baryoš, Beno, Blaško, Fabian, Gabre, Gergo, Ičko, Ivaniš, Jadre, Jive, Joan, Luka, Marko, Mate, Pavle, Pavluša, Pero, Stanče, Tomka, Vabro, Vaško

Ženské mená: Anica, Barbuša, Dara, Hedica, Jela, Jeva, Katuša, Mare, Marica, Rozina, Šuola

**Mestská časť si pripomenula svoju minulosť čerešňovej veľmoci**

## **Hľadala sa kráľovná juniálesu, hádzalo sa čerešňou**

Vyrezávanie drevených sôch, ukážky remeselnej tvorby, hudba, súťaž v pečení štrúdle, kvízovanie a čerešne v rôznych formách i podobách. Také bolo dvojdnové podujatie 10. a 11.

júna pred a aj vo vnútri Domu kultúry Dúbravka. Už druhý rok spojilo Dúbravský festival remesiel a Čerešňový juniáles.

Piatok po daždi, chladnejšie počasie i menej divákov na úvod, v sobotu prišli so slnkom aj ľudia a priestranstvo pred Domom kultúry Dúbravka sa naplnilo. Ako už názov podujatia Čerešňový juniáles napovedá, program sa točil okolo sladkého červeného ovocia.

Dúbravka bola totiž kedysi obec, kde sa darilo ovocinárstvu a čerešne sa vyvážali až do Prahy. Najväčší rozsah vývoz nadobudol po prvej svetovej vojne, keď sa stali významnou obchodnou komoditou, vylepšujúcou rozpočet mnohých rodín. Mestská časť začala svoju čerešňovú tradíciu i slávnu minulosť oživovať pred šiestimi rokmi, teraz si ju pripomenula podujatím pod názvom Dúbravský remeselný festival a Čerešňový juniáles.

Na čerešne odkazovalo počas juniálesu nielen ovocie v obrovskom koši a malých košíkoch, ktoré medzi Dúbravčanmi roznášali starosta Martin Zaťovič s manželkou a viceprimátorkou Zdenkou, miestnymi poslancami a dobrovoľníkmi, ale aj súťaženie. Športové čerešňové disciplíny, ako hod čerešňou do vedra či frknutie čerešničkou na cieľ, organizovalo občianske združenie Hraj na tie nohy. Okolo čerešní sa točila aj oživená novinka v programe, čiže hľadanie kráľovnej čerešňového juniálesu. Na svoju tradíciu tak nadviazala súťaž v pečení dúbavskej čerešňovej štrúdle. Prvá sa konala už pred osemnástimi rokmi. Okrem štrúdlí mohli Dúbravčania súťažiť v kategórii nazvanej iné čerešňové „mňamky“. V tej sa o pozornosť poroty uchádzali rôzne čerešňové dobroty „neštrúdlového“ typu.

Deti potešila veselá šou Crazy Chichi, no všetkých prítomných tiež farebný folklórny súbor Klnka či usmiate mažoretky ALBA Bratislava. Pódium patrilo v piatok najskôr tradičnej dychovej hudbe 11 z Ivánky, neskôr skupine Salamander i ľudovkám v rockovom podaní skupiny Dora. V sobotu zahrali kapely Freeband a 4 OTHERS. Ako už názov podujatia napovedal, okrem čerešní dostali priestor aj remeselníci a ukážky ich práce a diel. Výroba z kože, dreva, drôtu či odlievanie cínových vojačikov. Bolo na čo pozerať a čo sa učiť.

Podujatie finančne podporil Bratislavský samosprávny kraj – najlepšie miesto pre život“.

(lum)

Foto: 3x Ľubo Navrátil,

2x Lucia Marcinátová

**Prázdniny sa blížia, rastie s nimi i riziko úrazov. Ako im predchádzať?**

## **Leto: Slnko, voda, únava, pády**

Text: Danka Šoporová

Hoci letné prázdniny kráčajú ruka v ruke s množstvom krásnych chvíľ a veselých zážitkov, čo sa týka bezpečnosti našich detí, patria určite k tým rizikovejším mesiacom. A keďže leto v celej svojej kráse je doslova na spadnutie, ešte stále máme dost času ozrejmiť si, ako predchádzať prípadným zraneniam.

Odborníci každoročne varujú rodičov pred nebezpečenstvom, ktoré číha na ich ratolesti pri vode. Utopenie patrí, a to hneď po dopravných nehodách, k druhej najčastejšej príčine úmrtia detí. Najohrozenejšou skupinou sú predškoláci do piatich rokov, keďže obvykle ešte nevedia plávať. Obozretnosť je na mieste aj pri pobyte na plavárni, kúpaliskách či na dovolenke pri mori, veľký pozor by si však mali dávať aj majitelia domácich bazénov. Vo všetkých prípadoch platí, že je dôležité mať o deťoch dokonalý prehľad a nikdy ich nenechať bez dozoru. Stačí pár sekúnd nepozornosti a tragédia je na svete.

### Nepodceňujte únavu

Je dokázané, že vyčerpaný organizmus býva náchylnejší na úrazy. Koordinácia pohybov je zhoršená, rovnako ako aj predvídavosť pred možným vznikom úrazov. Ťažko ale od malého dieťaťa očakávať, že si v správny čas povie: „Tak, už som unavený, idem si oddýchnuť.“ To je jasná úloha rodičov. Práve nadmerná únava už neraz stála v pozadí fatálnych detských úrazov, ktorých počet v letných mesiacoch rapídne narastá.

### Nepříjemné pády

Žiaľ, popredné miesto v zozname letných zranení patrí aj pádom. Koniec koncov, leto je ako stvorené pre korčule, jazdu na bicykli, odrážadle alebo kolobežke. Rodičia musia zaobstaráť dieťaťu kvalitnú a dobre padnúcu prilbu. Na zváženie ostáva aj použitie ďalších ochranných pomôcok. Faktom ostáva, že väčšina detských cyklistických úrazov spadá do kategórie stredne závažných až závažnejších zranení s nutnosťou hospitalizácie. Zväčša ide o zlomeniny dlhých kostí horných končatín, hlavne v okolí laktového kĺbu.

Šance, ako im predísť, sú minimálne. Ako sme už spomenuli, samozrejmosťou by mala byť cyklistická prilba, a to nie iba pri jazde na bicykli, ale aj keď má „len“ kolobežku, prípadne rýchlejšie odrážadlo. Naraziť do stromu a udrieť si hlavu môže na akomkoľvek "dopravnom prostriedku". Opatrnosť je potrebná aj na detských ihriskách. Pád z preliezky, vyrazený dych, zlomená končatina, vyvrtnutý členok. To je iba zopár príkladov úrazov, ktoré si deti vedia behom chvíľky privodiť.

### Skoky do vody

Nehľadiac na to, či máte v okolí rybník alebo dávate prednosť kúpaliskám, poznať riziká, ktoré tu na vás a vaše deti číhajú, sa zídne! Okrem klzkej podlahy, nebezpečenstva pádov, poranení o ostré kamene a predmety v tráve, to je príliš studená voda. Toto nebezpečenstvo si ale mnohí ľudia neuvedomujú. Ľadová voda je pre rozohriaty organizmus prirodzene šok a

môže privodiť infarkt. Jedinci s oslabeným srdcom, vrátane detí, ale aj staršie osoby by mali vstupovať do vody pomaly a ochladzovať sa postupne. V bazénoch sú zakázané skoky do vody z iných, ako k tomu určených miest, napriek tomu, že riziko nebezpečných predmetov tu takmer absentuje. To samozrejme neplatí o prírodných kúpaliskách, rybníkoch a jazerách. Skákať do vody v mieste, ktoré nepoznáme, je viac než hazardom s vlastným životom.

### Plesňové ochorenia nôh

Na kúpaliskách bežná vec. Riziko vzniku plesňových ochorení možno eliminovať dôkladnou starostlivosťou o kožu. Vždy skontrolujte nohy dieťaťa a všímajte si zmeny na pokožke medzi prstami - začervenanú a suchú kožu, svrbenie, pálenie, šúpanie miest na pokožke i drobné prasklinky. Plesniam sa totiž darí v prostredí zvýšeného potenia. Po napadnutí plesňami nohy vyžadujú extra starostlivosť. Neliečená infekcia vie spôsobiť bolestivé ranky na koži, kde následne dochádza k závažnému bakteriálnemu zápalu, mokvaniu, ale i zápachu. Po kúpeli osušte postihnuté miesto a premažte antimykotikom. V liečbe pokračujte aspoň dva týždne, napriek tomu, že kožný problém je na ústupe.

### Spálená pokožka bolí

Vždy používajte kvalitné krémy a oleje s dostatočným ochranným faktorom proti UVA a UVB žiareniu. Nezabúdajte ale skontrolovať aj ich vode odolnosť a hypoalergénne vlastnosti. Kožní lekári odporúčajú vyhnúť sa priamemu slnečnému žiareniu medzi 11. a 15. hodinou, s deťmi strávte tento čas radšej v tieni alebo interiéri. Pôsobenie UV žiarenia dokáže spôsobiť nielen zápal spojiviek, ale i vážnejšie poškodenie oka. Detské oči je nevyhnutné chrániť, batohatá odporúčame vybaviť klobúčikom.

### Ďalej od ciest

Vozovky a ulice patria k obľúbeným miestam na hranie. Nie sú pre hru šťastným riešením, i keď deťom poskytujú dostatočne veľkú plochu na futbal, jazdu na korčuliach či iné hry. Takéto aktivity ale odvádzajú pozornosť od sledovania diania na ceste, najmä prechádzaniu motorových vozidiel. Rizikovou skupinou sú podľa štatistík chlapci vo veku 15 až 18 rokov a dievčatá vo veku 10 až 14 rokov.

### Športovať od malička

Deti, ktoré od útleho veku športujú a veľa sa hýbu, sú šikovnejšie a pohyblivejšie. Dokážu vybalansovať rôzne rizikové situácie, čo pri predchádzaní úrazov nie je veru na škodu. Vďaka

športu si navyše udržiavajú svalovo-kostrový systém výkonnejší, silnejší a menej zraniteľný. Športujúce deti sa zvyknú stravovať zdravšie a prijímajú dostatok vápnika, pričom ten prispieva k pevnosti kostí.

Trojica osvedčených

rád pre rodičov

1. Budte v strehu. Majte deti pod kontrolou, platí to aj o vám známom prostredí. Pozornosť dospelých prirodzene klesá na miestach, ktoré poznajú. To je chyba. 2. So staršími deťmi sa vopred dohodnite, kde budú, a že sa prídu pravidelne ohlásiť. 3. Stanovte si fixný bod miesta stretnutia s deťmi pre prípad, že sa od seba vzdialíte. Mnohí rodičia dávajú dieťaťu na ruku náramok so svojím telefónnym číslom, aby ich iný rodič mohol v prípade potreby kontaktovať.

Žiadna panika!

Veľmi často dochádza aj k nehodám, ktoré končia tržnou či reznou ranou. Základ ošetrovania pozostáva zo zastavenia krvácania. Vykonajte dezinfekciu rany a prekryte ju sterilným obvazom. Ak rana krváca silnejšie, vykonajte takzvaný tlakový obvaz – viac ju stiahnite alebo na ňu pritlačte. Aj zo správania dieťaťa možno odsledovať, do akej miery poranenie vážne a bolestivé. Drobné ranky do niekoľkých centimetrov sa zvyknú hojiť osem až desať dní. Potom je dôležité ranu premazávať krémom, veľkej obľube sa teší nechtíková masť.

Kedy navštíviť lekára?

Ak sa dieťa zranilo o sklo, keďže rana môže byť malá, no o to hlbšia, pokiaľ sa krvácanie nedarí zastaviť. Alebo keď sa dieťa poranilo v miestach, kde sú šľachy, kĺby a ďalšie rizikové oblasti. K lekárovi treba ísť aj vtedy, keď aj menšia odrenina začne po ošetrovaní javiť známky zápalu. Je červená, mokvá, hnisá a podobne.

A ešte záverom ... k úrazom bývajú náchylnejší chlapci. Úrazovosť v závislosti od pohlavia rastie aj prihliadnuc na vek. Kým do veku štyroch rokov sa zraní o tretinu viac chlapcov než dievčat, v rozmedzí 15 až 18 rokov je tento rozdiel trojnásobný.

Foto: ilustračné pixabay.com

## Opatrenia v domácom prostredí

Cudzím ľuďom neotvárajte dvere. Prv, ako ich otvoríte, presvedčte sa, kto je za dverami. Nazrite cez dverový hľadáčik, okno alebo sa jednoducho opýtajte. Používajte bezpečnostnú retiazku či závoru na dverách, pokiaľ bývate v rodinnom dome.

Do domu, bytu nepozývajte žiadne cudzie deti. Každú návštevu kamarátov vždy oznámte rodičom.

Pri odchode z domu nezabudnite zamknúť. Ak bývate v rodinnom dome, respektíve v nižších poschodiach, vždy zatvorte okná (pivničné, kúpeľňové a pod.). Kľúče od domu a bytu majte pri sebe, nenechávajte ich len tak pohodené na lavičke, stole, pri preliezkach na ihrisku atď.

Aj cez prázdniny sa môže stať, že vonku bude nepriaznivé počasie a dieťa strávi čas pri počítači. Prízvukujte im, aby na sociálnej sieti nenadväzovali kontakt s ľuďmi, ktorých nepoznajú, neposielali im žiadne fotografie a neposkytovali informácie o sebe a vašej rodine (okrem iného, kam a kedy idete na dovolenku).

(Zdroj: Okresné riaditeľstvo Policajného zboru v Bratislave IV)

## Sprievodca sociálnymi službami

„V posledných rokoch, mesiacoch to pociťujeme ešte silnejšie než kedykoľvek predtým. Potrebu ľudskej pomoci, spolupatričnosti, silu komunit, spoločenstiev,“ hovorí starosta Dúbravky Martin Zaťovič. „Nevieme, čo všetko nás čaká, no vieme, že je potrebné spolu komunikovať, byť v kontakte a najmä vôbec o sebe vedieť, poznať sa. Akýmsi pomocníkom má byť aj tento sprievodca.“ Sprievodca sociálnymi službami sa skladá zo štyroch častí – seniori, ľudia so zdravotným znevýhodnením, deti, mládež, rodina a sociálne vylúčení ľudia.

## Seniori

### Denné centrá

V dennom centre je k dispozícii sociálna služba počas dňa ľuďom, ktorí dovŕšili dôchodkový vek, prípadne ľuďom s ťažkým zdravotným postihnutím alebo nepriaznivým zdravotným stavom, rodičovi s dieťaťom alebo starému rodičovi s vnukom či vnučkou. Poskytuje sa tu najmä sociálne poradenstvo a zabezpečuje záujmová činnosť. V mestskej časti Bratislava-Dúbravka máme spolu štyri denné centrá.

### Denné centrum 1

Pod záhradami 39, 841 02 Bratislava

vedúca DC: Ružena Masarovichová

kontakt: dc1@dubravka.sk,

tel. číslo: 0948 986 052

#### **Denné centrum 2**

Ožvoldíkova 12, 841 02 Bratislava

vedúca DC: Ing. Libuša Iványiová

kontakt: dc2@dubravka.sk,

tel. číslo: 0948 230 367

#### **Denné centrum 3**

Bazovského 21, 841 01 Bratislava

vedúci DC: RNDr. Ľuboslav Škoviera

kontakt: dc3@dubravka.sk,

tel. číslo: 0911 238 723

#### **Denné centrum 4**

Ožvoldíkova 12, 841 02 Bratislava

vedúca DC: Ing. Vlasta Babitzová

kontakt: dc4@dubravka.sk,

tel. číslo: 0917 482 593

**Organizácie so záujmovou činnosťou pre seniorov**

### **Rada seniorov mestskej časti Bratislava-Dúbravka**

Žatevná 4, 841 02 Bratislava  
predseda: RNDr. Martin Zaťovič, starosta  
koordinátorka: Mgr. Zuzana Marková  
kontakt: radaseniorov@dubravka.sk,

tel. číslo: 0907 785 020

### **Miestny spolok Slovenského červeného kríža**

Žatevná 4, 841 02 Bratislava  
predsedníčka: Mgr. Zdenka Zaťovičová  
podpredsedníčka: Mgr. Eva Považanová  
kontakt: eva.povazan@gmail.com,

tel. číslo: 0908 603 429

### **Miestna organizácia Jednoty dôchodcov Slovenska mestskej časti Bratislava-Dúbravka**

Bazovského 21, 841 01 Bratislava  
predsedníčka: Dr. Katarína Grunwald  
kontakt: jdsdkatarinagrunwald@gmail.com,

tel. číslo: 0904 800 472

### **Miestny odbor Matice slovenskej Bratislava-Dúbravka**

Žatevná 4, 841 02 Bratislava

### **Stravovacie zariadenia pre starobných a invalidných dôchodcov v mestskej časti Bratislava-Dúbravka**

Seniori v mestskej časti Bratislava-Dúbravka môžu využívať služby stravovania v jedálni na Základnej škole Sokolíkova a Strednej elektrotechnickej škole na ulici Karola Adlera.

Stredná priemyselná škola elektrotechnická  
Karola Adlera 5, 841 02 Bratislava  
Poskytovateľ: PINO s.r.o. Tomáš Mészároš  
Kontakt na poskytovateľa: pino@zoznam.sk,

tel. číslo: 0911 949 121

#### **Základná škola Sokolíkova**

Sokolíkova 2, 841 01 Bratislava  
Poskytovateľ: Zuzana Čuboňová HLZ s. r. o.  
Kontakt: jedalen.sokolikova@upcmail.sk,

tel. číslo: 0915 691 567

Mestská časť Bratislava-Dúbravka môže poskytnúť starobným alebo invalidným dôchodcom príspevok na spoločné stravovanie. Výška príspevku sa určuje v závislosti od príjmu žiadateľa, podmienkou je príjem nepresahujúci 550,-EUR/mesačne. Žiadosť o príspevok na spoločné stravovanie dôchodcov sa podáva na:

#### **Miestny úrad mestskej časti Bratislava-Dúbravka Oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva**

Žatevná 4, 841 02 Bratislava  
zodpovedná osoba:

Alena Kováčová Havlíková  
kontakt: alena.kovacova@dubravka.sk,

tel. číslo: 02 69 20 25 06

#### **Dovoz obedov do domácnosti**

Poskytovanie služby dovoz obedov je dobrovoľná sociálna pomoc, ktorú iniciuje mestská časť Bratislava-Dúbravka svojim obyvateľom, ktorí si nedokážu sami navariť, alebo si nevedia zájsť po obed do jedálne, kde sa zaisťuje stravovanie. O službu dovoz obedov môžu požiadať obyvatelia s trvalým pobytom v mestskej časti Bratislava-Dúbravka na:

#### **Miestny úrad mestskej časti Bratislava-Dúbravka**

Oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva  
Žatevná 4, 841 02 Bratislava  
zodpovedná osoba:

Mgr. Soňa Šebová, Zdena Hajdinová  
kontakt: sona.sebova@dubravka.sk,

zdena.hajdinova@dubravka.sk  
tel. číslo: 02 69 20 25 45, 02 69 20 25 85, 0905 733 730

### **Zariadenie pre seniorov**

V zariadení pre seniorov sa poskytuje sociálna služba osobe, ktorá dovŕšila dôchodkový vek a je odkázaná na pomoc inej fyzickej osoby. V zariadení pre seniorov sa realizujú rôzne odborné a obslužné činnosti, akými sú pomoc pri odkázanosti na pomoc inej fyzickej osoby, sociálne poradenstvo, sociálna rehabilitácia, ubytovanie, stravovanie, upratovanie, pranie a žehlenie, zabezpečuje sa aj záujmová činnosť. Ak máte dopyt po poskytovaní sociálnej služby v zariadení pre seniorov, ako prvé musíte požiadať mestskú časť o posúdenie odkázanosti na túto sociálnu službu. Posúdenie o odkázanosti na sociálnu službu vybavíte na:

### **Miestny úrad mestskej časti Bratislava-Dúbravka**

Oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva  
Žatevná 4, 841 02 Bratislava  
zodpovedná osoba:

Mgr. Andrea Janíková, Mgr. Eva Šelmeciová  
kontakt: andrea.janikova@dubravka.sk,

eva.selmeciova@dubravka.sk  
tel. číslo: 02 69 20 25 41, 02 69 20 25 08, 0948 350 723

### **Domov jesene života**

Hanulova 7/A, 841 01 Bratislava  
riaditeľka zariadenia:

PhDr. Branislava Belanová  
kontakt: info@djzhanulova.sk,

tel. číslo: 02 60 10 14 33, 0903 711 936

### **Domov pri kríži**

Pri kríži 26, 841 02 Bratislava  
riaditeľka zariadenia: Mgr. Janka Dudoňová  
kontakt: janka.dudonova@domovprikrizi.sk,

tel. číslo: 02 64 53 48 55, 0917 127 107

### **Centrum sociálnych služieb NÁRUČ**

Senior&Junior  
Fedáková 5, 841 02 Bratislava  
vedúca prevádzky: Mgr. Dana Florišová  
kontakt: naruczachrany@naruczachrany.sk,

tel. číslo: 0903 903 298

### **HESTIA, n. o.**

Bošániho 2, 841 01 Bratislava  
riaditeľka zariadenia: Ing. Katarína

Šimkovičová  
kontakt: hestia@hestia.sk,

tel. číslo: 0911 194 449

### **Dúbravská oáza pokoja a oddychu, n. o.**

Plachého 3640/1D, 841 01 Bratislava  
riaditeľ: Jaroslav Jakubčík  
kontakt: info@dubravskaoaza.sk,

tel. číslo: 02 43 63 96 82

# Ľudia so zdravotným znevýhodnením

## Opatrovateľská služba

Opatrovateľka pomáha klientovi v jeho domácom prostredí, napríklad pri hygiene a stravovaní, pri bežnom udržiavaní domácnosti a iných jednoduchých úkonoch. Zároveň udržiava aj jeho kontakt so sociálnym prostredím, môže byť oporou na prechádzkach, pri lekárskych vyšetreniach, ale aj pri nákupe liekov a potravín. Na vybavenie a poskytnutie opatrovateľskej služby je potrebné podať žiadosť o uzatvorenie zmluvy o poskytovaní opatrovateľskej služby, ktorej súčasťou je aj právoplatné rozhodnutie o odkázanosti na opatrovateľskú službu, vydané mestskou časťou.

## Miestny úrad mestskej časti Bratislava-Dúbravka

Oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva  
Žatevná 4, 841 02 Bratislava  
zodpovedná osoba:

Mgr. Soňa Šebová, Zdena Hajdinová  
kontakt: [sona.sebova@dubravka.sk](mailto:sona.sebova@dubravka.sk),

[zdena.hajdinova@dubravka.sk](mailto:zdena.hajdinova@dubravka.sk)  
tel. číslo: 02 69 20 25 45, 02 69 20 25 85, 0905 733 730

## Sociálne služby poskytované v zariadeniach sociálnych služieb

V zariadeniach sociálnych služieb sa poskytuje sociálna služba osobám odkázaným na pomoc inej osoby z dôvodu zdravotného postihnutia, alebo z dôvodu dovŕšenia dôchodkového veku. Ak máte záujem o poskytovanie sociálnej služby v zariadeniach sociálnych služieb, hneď na úvod musíte požiadať o posúdenie odkázanosti na sociálnu službu, ktorú ste si vybrali. Pokiaľ máte záujem o poskytovanie sociálnej služby v zariadení pre seniorov, v zariadení opatrovateľskej služby alebo v dennom stacionári, požiadajte o posúdenie odkázanosti na sociálnu službu mestskú časť.

## **Miestny úrad mestskej časti Bratislava-Dúbravka**

Oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva  
Žatevná 4, 841 02 Bratislava  
zodpovedná osoba: Mgr. Andrea Janíková,

Mgr. Eva Šelmeciová  
kontakt: andrea.janikova@dubravka.sk,

eva.selmeciova@dubravka.sk  
tel. číslo: 02 69 20 25 41, 02 69 20 25 08, 0948 350 723

Ak máte záujem o poskytovanie sociálnej služby v zariadení podporovaného bývania, v rehabilitačnom stredisku, v domove sociálnych služieb alebo v špecializovanom zariadení a máte trvalý pobyt v Bratislavskom samosprávnom kraji, požiadajte o posúdenie odkázanosti na sociálnu službu Bratislavský samosprávny kraj.

## **Úrad Bratislavského samosprávneho kraja Odbor sociálnych vecí**

Sabinovská 16, 820 05 Bratislava

### **Denný stacionár**

V dennom stacionári sa poskytuje sociálna služba fyzickej osobe, ktorá je na túto službu odkázaná len na určitý čas počas dňa – od rána do poobedia. Poskytuje sa tu sociálne poradenstvo, sociálna rehabilitácia, pracovná, ale i záujmová terapia.

### **Dúbravská oáza pokoja a oddychu, n. o.**

Plachého 3640/1D, 841 01 Bratislava  
riaditeľ: Jaroslav Jakubčík  
kontakt: info@dubravskaoaza.sk,

tel. číslo: 02 43 63 96 82

### **Zariadenie opatrovateľskej služby**

V zariadení opatrovateľskej služby sa poskytuje sociálna služba na určitý čas plnoletej fyzickej osobe, odkázanej na pomoc inej fyzickej osoby, ak jej nemožno poskytnúť opatrovateľskú službu v jej prirodzenom či domácom prostredí. V tomto zariadení je k dispozícii sociálne poradenstvo, sociálna rehabilitácia, ubytovanie, stravovanie, no zabezpečuje sa aj ošetrovateľská starostlivosť.

#### **Zariadenie opatrovateľskej služby**

Sekurisova 8, 841 01 Bratislava

vedúca zariadenia: Elena Marečková

kontakt: elena.mareckova@djzhanulova.sk,

tel. číslo: 02 64 36 62 81, 0948 116 695

#### **Dúbravská oáza pokoja a oddychu, n. o.**

Plachého 3640/1D, 841 01 Bratislava

riaditeľ: Jaroslav Jakubčík

kontakt: info@dubravskaoaza.sk,

tel. číslo: 02 43 63 96 82

#### **Domov sociálnych služieb**

V domove sociálnych služieb sa poskytuje sociálna služba týždennou a celoročnou pobytovou formou alebo ambulantnou formou do dovŕšenia dôchodkového veku. Okrem ubytovania a stravovania sa v tomto zariadení zabezpečuje rozvoj pracovných zručností, záujmová činnosť, utvárajú sa i podmienky na vzdelávanie.

#### **Centrum sociálnych služieb prof. Karola Matulaya pre deti a dospelých**

Lipského 13, 841 01 Bratislava

riaditeľka: Mgr. Jana Čajágievová

kontakt: csspkm@csspkm.sk,

tel. číslo: 02 64 36 25 08, 02 64 36 42 62

## **Špecializované zariadenia**

Sociálna služba v špecializovanom zariadení je určená osobám, ktoré sú odkázané na pomoc inej osoby a majú zdravotné postihnutie, ktorým je najmä Parkinsonova choroba, Alzheimerova choroba, pervazívna vývinová porucha, skleróza multiplex, schizofrénia, demencia rôzneho typu etiológie, hluchoslepota, AIDS alebo organický psychosyndróm ťažkého stupňa.

HESTIA, n. o.  
Bošániho 2, 841 01 Bratislava  
riaditeľka zariadenia:

Ing. Katarína Šimkovičová  
kontakt: katarina.simkovicova@hestia.sk,

hestia@hestia.sk, tel. číslo: 0911 194 449

## **Dúbravská oáza pokoja a oddychu, n. o.**

Plachého 3640/1D, 841 01 Bratislava  
riaditeľ: Jaroslav Jakubčík  
kontakt: info@dubravskaoaza.sk,

tel. číslo: 02 43 63 96 82

## **Centrum sociálnych služieb prof. Karola Matulaya pre deti a dospelých**

Lipského 13, 841 01 Bratislava  
riaditeľka: Mgr. Jana Čajágiová  
kontakt: csspkm@csspkm.sk,

tel. číslo: 02 64 36 25 08, 02 64 36 42 62

## **Centrum sociálnych služieb NÁRUČ Senior&Junior**

Fedákova 5, 841 02 Bratislava  
vedúca prevádzky: Mgr. Dana Florišová  
kontakt: naruczachrany@naruczachrany.sk,

tel. číslo: 0903 903 298

**Organizácie so záujmovou činnosťou pre osoby so zdravotným postihnutím**

Tanečný klub Danube  
Batkova ulica 2, 841 01 Bratislava  
kontakt: posta@tkdanube.sk,

tel. číslo: 0903 348 500

**Spolupracujúce organizácie**

**GAUDEAMUS - zariadenie komunitnej rehabilitácie**

Mokrohájska cesta 3, 845 12 Bratislava

kontakt: info@mokrohajska.sk,

tel. číslo: 02 59 10 09 11

**Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska**

Sekulská 1, 842 50 Bratislava – Karlova Ves  
kontakt: unss@unss.sk,

tel. číslo: 02 69 20 34 20

**Domov sociálnych služieb Rozsutec**

Furmanská 4, 841 03 Bratislava  
kontakt: dss.rozsutec@region-bsk.sk,

tel. číslo: 02 64 28 73 72

**Domov sociálnych služieb pre deti a dospelých Integra**

Tylova 21, 831 04 Bratislava

kontakt: dssintegra@dssintegra.sk,

tel. číslo: 02 44 45 87 29

### **OZ Krídla Združenie príbuzných, priateľov a ľudí s psychickými poruchami**

Mýtňa 5, 811 07 Bratislava

kontakt: info@zdruzeniekridla.sk,

tel. číslo: 02 54 41 01 58, 0903 733 370

## **Deti, mládež, rodina**

### **Sociálna práca s deťmi a rodinou**

V rámci práce s deťmi a rodinou mestská časť ponúka pomoc pri riešení sociálnych problémov v rodine. Základom pomoci a práce s touto skupinou je pravidelná komunikácia a spolupráca so školami, sociálnou kuratelou, no predovšetkým s rodinou ako takou. Miestny úrad mestskej časti Bratislava-Dúbravka aktívne rieši záškoláctvo detí (povinnú školskú dochádzku), zanedbanú starostlivosť o dieťa či agresívne správanie dieťaťa.

### **Miestny úrad mestskej časti Bratislava-Dúbravka**

Oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva

Žatevná 4, 841 02 Bratislava

zodpovedná osoba:

Mgr. Eva Koštrnová

kontakt: eva.kostrnova@dubravka.sk,

tel. číslo: 02 69 20 25 35

### **Zariadenie starostlivosti o deti do troch rokov veku dieťaťa - detské jasle**

V zariadení starostlivosti o deti do troch rokov veku dieťaťa sa poskytuje sociálna služba na podporu zosúladovania rodinného a pracovného života.

Bc. Eva Slezáková - Dobré jasle  
Nejedlého 73, 841 02 Bratislava  
štatutárny zástupca: Bc. Eva Slezáková  
kontakt: info@dobrejasle.sk,

tel. číslo: 0948 409 208, 0903 953 707

NAŠE JASLIČKY SVETIELKO, o. z.  
Bilíkova 34, 841 01 Bratislava  
štatutárny zástupca:

Ing. Mgr. Michaela Moyzesová  
kontakt: jaslicky@detske-svetielko.sk,

tel. číslo: 0915 042 595

#### **Nízkoprahová sociálna služba pre deti a rodinu**

Nízkoprahová sociálna služba pre deti a rodinu je určená pre osoby (v nepriaznivej sociálnej situácii, ktoré sú ohrozené sociálnym vylúčením), prípadne majú obmedzenú schopnosť spoločensky sa začleniť a samostatne riešiť svoje problémy. V rámci tejto služby sa poskytuje sociálne poradenstvo, vykonáva sa preventívna aktivita, zabezpečuje sa pomoc pri príprave na školské vyučovanie a záujmová činnosť.

#### **Nízkoprahová sociálna služba pre deti a rodinu FORTUNÁČIK**

Agátova 1/A , 841 02 Bratislava  
Zodpovedná osoba: Mgr. Sergej Kára  
kontakt: primator@bratislava.sk,

tel. číslo: 02 59 35 64 35

#### **Komunitné centrum**

V komunitnom centre sa osobám v nepriaznivej sociálnej situácii zriadilo sociálne poradenstvo, vykonáva sa preventívna aktivita, zabezpečuje sa pomoc pri príprave na školské vyučovanie i záujmová činnosť.

### **Centrum rodiny, n. o.**

Bazovského 6, 841 01 Bratislava  
riaditeľka: JUDr. Alžbeta Šporerová  
kontakt: info@centrumrodiny.sk,

tel. číslo: 0944 834 313

### **Organizácie so záujmovou činnosťou pre deti a rodinu**

#### **Rodinné centrum Macko**

Sekurisova 12, 841 02 Bratislava

štatutárne zástupkyne: Emília Dzurušová,

Anna Olexy, Miroslava Taraš  
kontakt: rcmacko@rcmacko.sk, tel. číslo: 0949 340 725, 0907 835 245, 0949 739 756

#### **Centrum voľného času Klokan**

Batkova 2, 841 01 Bratislava  
riaditeľka: Mgr. Anna Krupicová  
kontakt: cvcklokan@gmail.com,

tel. číslo: 0905 282 012

#### **Slovenský skauting 11. zbor Biele delfíny**

Ubytovňa Fortuna, Agátová 1, 841 01 Bratislava

Zborový vodca: Deniz Oydasić

Kontakt: deniz.oydasik@outlook.com,

www.delfiny.sk

## **Spolupracujúce organizácie**

### **Centrum pedagogicko–psychologického poradenstva a prevencie**

Fedákova 3, 841 02 Bratislava  
kontakt: poradenstvoba4@gmail.com,

prevenciaba4@gmail.com,

tel. číslo: 0940994888

### **Centrum včasnej intervencie Bratislava, n. o.**

Hálkova 2953/11, 831 03 Bratislava

– Nové Mesto

kontakt: centrum@cvibratislava.sk,

tel. číslo: 0944 012 234

### **OZ ICHTYS**

nízkoprahové programy pre deti a mládež

Štefana Králika 1, 841 08 Bratislava

kontakt: ozichtys@gmail.com,

tel. číslo: 0903 475 014

### **TENENET o. z.**

služba včasnej intervencie

Oravská 4, 903 01 Senec

kontakt: info@tenenet.sk,

tel. číslo: 02 20 20 11 11

# **Osoby ohrozené sociálnym vylúčením a sociálne vylúčené osoby**

## **Útulok**

V útulku sa poskytuje ubytovanie na určitý čas osobe, ktorá sa ocitla v nepriaznivej sociálnej situácii z dôvodu, že nemá zabezpečené ubytovanie alebo nemôže doterajšie ubytovanie užívať. Poskytuje sa tu i sociálne poradenstvo, nevyhnutné ošatenie a obuv, zabezpečuje sa rozvoj pracovných zručností.

## **Centrum sociálnych služieb NÁRUČ Senior&Junior**

Fedákova 5, 841 02 Bratislava  
vedúca prevádzky: Mgr. Dana Florišová  
kontakt: naruczachrany@naruczachrany.sk,

tel. číslo: 0903 903 298

## **Komunitné centrum**

V komunitnom centre sa poskytuje osobám v nepriaznivej sociálnej situácii sociálne poradenstvo, pomoc pri uplatňovaní práv a právom chránených záujmov, vykonáva sa preventívna aktivita a zabezpečuje sa záujmová činnosť.

## **Centrum rodiny, n. o.**

Bazovského 6, 841 01 Bratislava  
riaditeľka: JUDr. Alžbeta Šporerová  
kontakt: info@centrumrodiny.sk,

tel. číslo: 0944 834 313

## **Terénna sociálna služba krízovej intervencie**

Obsahom terénnej sociálnej služby krízovej intervencie je celý rad aktivít a odborných činností od vyhľadávania osôb, ktoré sa ocitli v nepriaznivej sociálnej situácii, rôznych preventívnych aktivít, sociálneho poradenstva až po utváranie podmienok na výdaj stravy či výdaj potravín. V našej mestskej časti poskytujú túto službu najmä odborníci organizácie DEPAUL SLOVENSKO, n. o.

**Depaul Slovensko, n. o.**

Mokrohájska 6, 841 04 Bratislava  
riaditeľ: Mgr. Jozef Kákoš  
kontakt: info@depaul.sk,

tel. číslo: 0910 842 170

**Spolupracujúce organizácie:**

**OZ Odysseus**

Tomášikova 26, 821 01 Bratislava  
kontakt: odysseus@ozodyseus.sk,

tel. číslo: 02 52 49 43 44

**OZ STOPA Slovensko**

Pražská 33, 811 04 Bratislava  
kontakt: stopa.slovensko@gmail.com,

tel. číslo: 0948 364 067, 0948 389 748

**OZ Vagus**

Račianska 78, 831 02 Bratislava  
kontakt: alexandra.karova@vagus.sk,

tel. číslo: 0905 136 110

**Centrum rodiny na Bazovského hodnotí svoj polrok**

## **Spájať komunitu má zmysel...**

Po dvojročnej “koronovej prestávke” sa dvere komunitného centra na Bazovského opäť otvorili pre ľudí bez rozdielu veku, sociálneho postavenia, zdravotného stavu, štátnej príslušnosti. Rozbehli sa nielen všetky voľnočasové aktivity, ktoré mali svoj pries-  
tor už pred pandémiou, ale pribudli aj ďalšie.

Mamičky v Herničke, mládež v Klube, seniori v rámci Medzigeneračných stretnutí, či fi-  
remní a komunitní dobrovoľníci si našli opäť cestu k nám a začali sa aktívne zapájať do života  
komunitného Centra rodiny na Bazovského.

Po dlhšej prestávke vďaka projektu So šedinami rátame, ktorý podporila Nadácia Henkel  
a hlavné mesto, k nám opäť mohli zavítať aj naši milovaní starkí z Domova Jesene života a z  
Hestie,n.o. ako aj osamelí seniori z domácnosti, ktorí sú tiež neoddeliteľnou súčasťou týchto  
posedení. Stretnutia sme mávali v našej komunitnej záhrade alebo v interiéri, keď nám poča-  
sie neprialo. Vďaka hudobnému programu si mohli mnohí zaspomínať na obľúbené melódie,  
svoju mladosť a spolu s malými deťmi a ich maminami navyše zaspievať a zatancovať. Nechý-  
bal ani kvíz, pri ktorom si všetci mohli potrápiť svoje mozgové závity.

Mozgové závity “prevetrávame” pravidelne aj v rámci novej aktivity Tréningy pamäte. Je to  
svojpomocná skupina, kde sa nielen cvičí a trénuje, ale kde si účastníci aj vzájomne pomá-  
hajú...

So svojimi problémami sa môžu návštevníci centra podeliť v rámci pravidelných Rozhovo-  
rov bez škatuliek – ide o otvorenú skupinku pod vedením psychoterapeutky. Maminy na ro-  
dičovskej dovolenke začali v Herničke so zaujímavými prednáškami na rôzne témy, pokračo-  
vali výmennými burzami oblečenia a zorganizovali komunitný piknik spojený s oslavou MDD.  
Pri tejto príležitosti si pre svoje deťúrence pripravili bohatý program. Boli aj predskokani Eu-  
rópskeho dňa susedstva, kde sme sa podvečer mohli pri opekačke stretnúť s našimi susedmi,  
ale nie iba s nimi.

Aj ľudia, zasiahnutí vojnovým konfliktom, sa stávajú súčasťou miestnej komunity a zapája-  
ním sa do komunitných aktivít sa snažia prekonávať traumy, spôsobené odchodom zo svojej  
vlasti do neznáma, opustením rodičov, detí aj manželov, strachom z neistoty...

Popri voľnočasových aktivitách samozrejme pokračujeme aj v materiálnej pomoci ľuďom,  
ktorí sa dostali do ťažkej životnej situácie, spôsobenej stratou zamestnania, zhoršením zdra-  
votného stavu, smrťou živiteľa rodiny, stratou bývania či vojnovým konfliktom.

Vďaka zbierke Podel sa a pomôž, organizovanej spoločnosťou Lidl, Potravinovej banke a  
súkromným darcom vieme poskytovať potravinovú pomoc na pravidelnej báze a pomáhať  
tak prekonávať zložité obdobie aspoň malou mierou. Okrem potravinovej pomoci máme k

dispozícii aj Zberňu šatstva, do ktorej nám prispievajú v pravidelných zberných dňoch darcovia z celej Bratislavy aj okolia.

Pri všetkých našich aktivitách sa snažíme podporovať dobrovoľníctvo, ktoré je dôležité pestovať už od detstva, čo nám potvrdili aj najmladší dobrovoľníci - žiaci 2. ročníka ZŠ Jarovce, ktorí k nám prišli dobrovoľničiť. Okrem malých detí nám pomohli zveľadiť naše komunitné centrum študenti British International School Bratislava, a taktiež firemní dobrovoľníci počas najväčšieho slovenského dobrovoľníckeho podujatia roka Naše Mesto, ako aj počas ďalších dobrovoľníckych dní, ako napríklad Zelené dni, organizované Bratislavským dobrovoľníckym centrom.

Centrum rodiny

## PodĎakovanie

Nadácia mesta Bratislavy, Z Zurich Foundation, Bratislavský samosprávny kraj, SOZA, MČ Dúbravka, Hlavné mesto SR Bratislava, BACH, Potravinová banka Slovenska, Lidl Slovensko, Nadačný fond Mercedes Benz Financial, Nadácia Tesco, Nadácia ZSE, MČ Karlova Ves, Nadácia Pontis a všetkým, ktorí nám pomáhajú spájať komunitu.

## DOBOROVLNÍCI POČAS AKCIE UKÁZALI, ŽE MAJÚ SRDCE NA SPRÁVNOM MIESTE

# Naše mesto bolo aj v Dúbravke

Text: Lucia Marcinátová

Rande s mestom si dali dobrovoľníci aj v Dúbravke. Upratovali, natierali, umývali okná, čistili skládku, reparovali psie cvičisko. Jednoducho pomáhali meniť svoje okolie v rámci akcie Naše Mesto.

Urobiť z našich miest lepšie miesto pre život. S takým cieľom prebieha Naše Mesto, najväčšia akcia firemného dobrovoľníctva na Slovensku, pod záštitou Nadácie Pontis. Je to tak už viac než 15 rokov. Tento rok sa do aktivít po celej krajine zapojilo 8822 dobrovoľníkov, Dúbravka nestála bokom.

Po mestskej časti tak 10. júna prebiehalo 20 rôznych aktivít, ktoré zaplnili dobrovoľníci z rôznych firiem. Okrem nadšenia ich spájalo jedno, tričká, na ktorých sa dalo čítať: Mám srdce na správnom meste.

Likvidácia smetí i nelegálnej skládky na priestranstve za ulicou Pri kríži, reparovanie a čistenie cvičiska a venčiska pre psíkov na Dražickej či upratovanie Parku Pekníkova. Nazreli sme na aktivity, ktoré organizovala mestská časť Bratislava-Dúbravka. Videli sme televízor vyhodенý v kríkoch, monitor a aj kopec plechoviek, fliaš, smetí... a potom aj kopec vriec s odpadom, naplnený kontajner. V Dúbravke v rámci akcie Naše Mesto umývali dobrovoľníci aj okná v Centre sociálnych služieb Karola Matulya na Lipského, upravovali okolie mestskej

ubytovne Fortuna a veľa fariieb a pomocných rúk sa stretlo v areáli Základnej školy Nejedlého, kde prebiehala akcia farebná škola, čiže maľovanie plota i časti budovy.

Veľa aktivít, veľa dobrovoľníkov a veľa odhodlania a urobenej práce pre okolie, komunitu. Ďakujeme.

### **Naše Mesto**

Najväčšia akcia firemného dobrovoľníctva na Slovensku.

Už viac ako 15 rokov prepája firmy, samosprávy a občiansky sektor s jasným cieľom – vyčistiť, skrásliť a viditeľne zlepšiť mestá, v ktorých žijeme.

Každoročne si tisíce dobrovoľníkov z firiem obliekajú rovnaké tričky a zapájajú sa do množstva dobrovoľníckych aktivít po celom Slovensku darovaním svojho času a práce.

### **Tipy z dúbravskej knižnice**

## **Ponorte sa s nami do vôd československých**

Pomesiaci venovanom ľahšiemu romantickému čítaniu vám ponúkame sondu do histórie Slovenska, Československa a jeho osobností v rozmanitých sférach verejného života. Vyvážená kombinácia humoru, kritických pohľadov a právd, ale aj dobrodružného objavovania, na vás čaká na poličkách Miestnej knižnice Dúbravka aj v lete.

### **CHUDÁK KAŽDÝ, ČO PO NICH BUDE TÚ KÁRU ŤAHAŤ - Tomáš Gális a Marián Leško**

Krátka, no o to výdatnejšia kniha rozhovorov prináša pohľad na históriu Slovenska takpovediac bez servítky. Čitateľovi ponúka neúprosné búranie mýtov, odkrývanie clony dramatických zákutí, postavenie Slovenska v nedávnej histórii. Na konci knihy nám možno zostáva už len položiť si otázku: „Ako nám posluži tento kritický sumár známych slovenských predstaviteľov?“

### **LEGENDA Z+H -DRUHÁ CESTA - Miroslav Zikmund a Jiří Hanzelka**

Druhý cestopis z pera pánov Zikmunda a Hanzelku pozýva na cestu plnú dobrodružstva a exotiky. Vydajte sa v Tatrách 805, mladšej sestre Tatry 804, na expedíciu vedúcu Blízkym východom, Indonéziou, Japonskom aj časťou bývalého Sovietskeho zväzu. Kniha bola niekoľkokrát filmovo spracovaná a dotlače sa vypredávajú. V miestnej knižnici však na vás čaká exemplár na požičanie...

### **VŠETKO O MOJOM OTCOVI - Hana Lasicová**

Naším záverečným tipom je knižka rozhovorov Hany Lasicovej s otcom, Milanom. Prináša možnosť načrieť hlbšie do života skvelého komika a herca. Okrem toho však ponúka ochutnávku jedinečného puta medzi otcom a dcérou, obohatenú o dobové fotografie či ukážky scenárov. Bude skvelým čítaním pre každého, koho sa život pána Lasicu ako verejne známej osobnosti viac, či menej, dotkol.

Veronika Frtúsová

**Dúbravka zorganizovala druhý Retro deň, športovalo sa i spoznávalo**

## **Cvrnkali sa céčka, platilo stokorunáčkou**

Text: Lucia Marcinátová

Byť retro znamená mať aj štýl. Presne taký bol Retro deň v Dúbravke. Poriadne štýlový. Programom pre celú rodinu zaplnil Park Pekníkova.

Červené trenky, biele tielko, čelenka, potítka, biele ponožky v sandáloch, no aj štýlové bodkované šaty, klobúky, saká. Prvú júnovú sobotu bolo možné v Dúbravke stretnúť cvičenca spartakiády, dámu so šatami ako z Burdy a aj gentlemanov v tesilovom obleku. Spájalo ich jedno, smerovali do Parku Pekníkova, ktorý sa podujatím pod názvom Retro deň zaplnil výstavou nevšedných vecí zo zbierky Štefana Holakovského, športmi a hrami s rokov 70. a 80., hudbou i módou. Krátko po druhej popoludní privítala hostí moderátorka Ľudmila Mladá, vysvetlila stanoviská rozmiestnené po parku a pódium potom prenechala Laktibradovi a Divadielku Už. Park sa odrazu zmenil na priestranstvo plné pohybu.

Guma, guľky, škôlka

Zahrať si gumu, cvrknúť céčka, prejsť dráhu na kolobežke, trafiť guľičky do jamky, preskákať cez švihadlo, škôlku aj dráhu vo vreci, či spoznať dúbravského veterána. To všetko museli zdolať a spoznať malí veľkí pretekári dúbravského Retro dňa. Každý, kto prešiel tieto stanoviská, získal „nefalšovanú“ zelenú stokorunáčku na nákup cukrovej vaty a aj perníkovú medailu.

Okrem spoločne stráveného času vonku pri pohybe v časti programu Ako sme sa hrali kedysi, bolo cieľom spoznať hry rodičov, starých rodičov i spojenie generácií. Pri stanoviskách pomáhali deťom seniori zo všetkých štyroch denných centier, miestni poslanci a aktívni Dúbravčania.

Komu bolo pohybu pri ôsmich disciplínach málo, zapojiť sa dalo aj do florbalového turnaja či preťahovania lanom.

Kostýmy aj swing

Okrem pohybu sa súťažilo aj s oblečením. Každý, kto prišiel v kostýme v štýle, získal malú odmenu. O piatej popoludní porota súťaže ocenila aj naj ženu v retrokostýme, naj retro-muža, rodinku i retrodieťa.

Hudbou, spevom i kostýmami pripomenula časy dávno minulé skupina La Jana & Her Swing Boys so svojím swingovým koncertom. Na pódiu sa ukázala aj skupina BELLCANTO, minuloročný víťaz diváckeho hlasovania súťaže Dúbravka hľadá hudobné talenty 2021. Pripravila špeciálne vystúpenie "Miro Žbirka Tribute by Bellcanto", ktorým chcela vzdať hold legende Československej hudby.

A hoci na podujatí neplachtil Raťafák Plachta, zavítalo do parku aspoň kus nostalgie a veľa radosti zo spoločne stráveného dňa vonku.

**Dúbravka sa už druhý rok objavuje na vínnej mape**

## Zastávka vínnej cesty na Brižitskej

Text: Lucia Marcinátová

Orozhovore, stretnutiach, spoznávaní i rozvíjaní tradícií. Malokarpatská vínna cesta nie je len o víne. V Dúbravke sa dala „ochutnať“ na Brižitskej vo vinárstve Uher Pereg.

Vlani po prvýkrát, tento rok opäť. Dúbravka sa počas podujatia otvorených pivníc na svätého Urbana, čiže patróna vinárov a vinohradníkov, pridala na vínnu mapu. Zastávka v mestskej časti bola rovnako ako minulý rok na Brižitskej ulici u vinára Igora Uhera.

Pred vinárstvom sa počas soboty na sv. Urbana objavil aj „vínny“ autobus, ktorý vozil putujúcich po zastávkach Malokarpatskej vínnej cesty. Začali sa ochutnávky, spoznávania, rozhovory nielen o víne.

Cieľom podujatia nie je len spoznávanie vín miestnych vinárov, ale aj spoznávanie tradície, výroby či histórie bratislavských vinohradov a vinárov.

Aj enológ Igor Uher, pôvodom Karloveštan, spomínal na ovocinársku a vinohradnícku minulosť Dúbravky. Vínu sa venuje už niekoľko desaťročí.

„Ešte z čias vinárskej školy si pamätám výkup hrozna z Dúbravky, miestni pestovatelia vedeli ešte v 70. rokoch dodať až 20 ton hrozna.“

Vinárstvo na Brižitskej a vínna cesta pripomína vinohradnícky odkaz regiónu, ponúka asi 18 druhov vín, z toho desať kvalitných ovocných, ako čierne ríbezle, baza čierna, višňa, egreš, jahody či arónia, a aj révové biele a červené vína. Vinotéka tu je prístupná počas celého roka.

Odborník hostil prichádzajúcich, riadil degustáciu, ktorá má začínať suchšími bielymi révo-  
vými vínami, pokračovať ružovými, červenými až nakoniec prejsť k ovocným. Ochutnávka vo  
Vinárstve Uher Pereg tak končila ríbezľovými vínami a osobitými aróniovými vínami. Ríbez-  
ľové víno vinár z Brižitskej nazýva kráľom ovocných vín.

## Deň, keď aj maliny spievali

Športové, poznávacie, zábavné, kultúrne. Rôzne programy na rôznych školách, no pri jed-  
nej príležitosti. Ku Dňu detí pripravili svoje doobedňajšie programy základné a materské  
školy v Dúbravke. Kým na Základnej škole Nejedlého sa deň venoval pohybu a rôznym špor-  
tom, areál Základnej školy Pri kríži sa premenil na cestovateľskú mapu. Na jednotlivých sta-  
noviskách to žiaci spoznávali rôzne krajiny, na Beňovského sa zabávalo na nafukovacích at-  
rakciách a žiaci zo Sokolíčky vyšli na výlet Prešporáčikom či na divadielko do kultúrneho  
domu.

Poobede program pokračoval pre všetky deti pred Domom kultúry Dúbravka. Podujatím  
sprevádzala moderátorka Barbora Chlebcová a bol to deň, keď bolo možné takmer aj ne-  
možné. Deň, keď pred domom kultúry vyrástol hrad, hoci len dočasný - nafukovací, keď sa  
kúzlilo s malinami aj s džemom, či presnejšie spievalo s Miňom a Paťom z kapely MalinyJAM  
a tancovalo, maľovalo na tvár, žonglovalo, bublinovalo i modelovalo z balónov. Deň, keď sa  
poobede vymodelovaný balónový pes stal do rána „hadom“. Poďakovaním organizátorom  
všetkých podujatí i rodičom za láskavú starostlivosť detí boli spokojné tváre, úsmevy či  
úprimné spevy.

(lum)

**Na Retro dni sa Dúbravčanom predstavila formácia La Jana & Her Swing Boys**

## Umenie nemožno robiť pre úspech

Zhovárala sa: Danka Šoporová

Speváčka JANA DEKÁNKOVÁ, v umeleckých kruhoch známa aj ako La Jana, vystupovala  
spolu s kapelou na dúbravskom Retro dni. To bola ideálna príležitosť dozvedieť sa o jej hu-  
dobných aktivitách čosi viac. Prezradila, že na uplynulé dva roky nespomína najradšej. Viedli  
ju i k rozhodnutiam, ktoré boli v danom čase nutné, no dnes jej spôsobujú miernu dilemu...

Ste speváčkou, ktorá inklinuje predovšetkým k džezu. Spomeniete si na vaše najdôležitej-  
šie profesijné míľniky, ktoré vás priviedli práve k tomuto žánru?

Najväčšia vďaka patrí mojim rodičom. Odmalička som tancovala a spievala vo folklórnom  
súbore, no ten spev mi šiel vždy lepšie. Keď som mala asi dvanásť, rodičia ma začali brávať na  
koncerty orchestra Bratislava Hot Serenaders do dnes už zbúraného Istropolisu. Ich atmo-  
sféra mi natoľko učarovala, že som tomuto žánru úplne prepadla. Mali sme doma dve kazety  
s nahrávkami legendárneho Originálneho Pražského Synkopického Orchestra, ktoré som do-

slova zodrala. Vedela som ich zaspievať celé naspamäť. Prihlásila som sa na spev na základnej umeleckej škole a v sedemnástich som obnovila trio Serenaders Sisters, ktoré je dodnes súčasťou Bratislavských hudobných slávností. Strávila som tam krásnych desať rokov a potom môj manžel, klavirista a saxofonista Ladislav Fančovič, založil vlastný orchester FATS JAZZ BAND, kde tradíciu hot jazzu, ale najmä novšieho swingu, ožívujeme už jedenástu sezónu. Vyštudovala som síce operný spev, no verejne som spievala vždy len džez. Veľkým milníkom smerom k modernému džezu bola pre mňa spolupráca s formáciou Jazz Pops Up, ktorú založil František Báleš, čerstvý držiteľ ocenenia Radio\_Heads. Takže dnes spievam oba džezové smery a oba milujem.

Ako by ste opísali kvalitné džezové publikum?

Nemyslím, že je dobré hodnotiť publikum ako kvalitné či nekvalitné. Spievam pre všetky možné druhy publikí, niektoré je možno hudobne lepšie vzdelané, niektoré menej. To vzdelanejšie sa prejavuje napríklad ocenením dobre zahratého sóla potleskom. Ale ak je menej vzdelané, často to nie je chyba toho publika. Špeciálne na Slovensku sa dá hovoriť o takmer nulovej všeobecnej edukácii v džez. V osnovách predmetu hudobná výchova síce džez je, ale moja vlastná pedagogická skúsenosť je, že len malé percento učiteľov učí na hudobnej na druhom stupni to, čo má. Takže sa nedivím, že slovenské publikum nedostalo vlastne šancu na kvalitné vzdelanie všeobecne v hudbe, nie to ešte v takom minoritnom žánri, akým je džez. Je to potom na mne, ako spevákov, alebo kapelníkov, ktorí máme najbližší kontakt s publikom cez mikrofón, aby sme publiku skladby priblížili tak, aby sa preň stali zrozumiteľnými. Najmä staršia generácia nemala angličtinu a nerozumie väčšine textov, čo opätovne nepokladám za ich chybu. Preto sa snažím pred piesňou povedať aspoň stručne jej obsah, aby sa publikum malo s čím stotožniť.

Podľa čoho ste vyberali repertoár skladieb na nedávnu akciu Retro deň v Dúbravke? Pri jednej z piesní ste totiž prezradili, že ju hrávate iba sporadicky...Prečo práve teraz?

Pretože koncertov bolo za posledné roky veľmi málo a v zostave, s ktorou sme hrali na Retro dni, sme sa vídali ozaj len zriedka. Skladby som vyberala tak, aby boli pre poslucháčov zaujímavé, kontrastné, a aby si na ne mohli zatancovať aj naši kamaráti z tanečnej školy B-Swing, ktorí prišli.

Predstavíte nám vašu kapelu? Ste fixnou zostavou, alebo tá sa mení podľa typu vystúpenia?

Pre každú akciu volím zoskupenie podľa možností a potrieb organizátora. Na Retro dni sme hrali s malou zostavou La Jana & Her Swing Boys, ktorá má dva varianty – s klavírom a bez klavíra. Keďže je dnes čím ďalej tým ťažšie dostať niekde skutočný klavír a s elektrickým klavírom hrať starý džez je ako keby ste do renesančného kaštieľa inštalovali nábytok z IKEA (úsmev), vytvorila som aj verziu s gitarou ako náhradným, harmonickým nástrojom. Podľa typu akcie a možností organizátora ale môžem kapelu zväčšovať alebo znižovať. Najväčším zoskupením, s ktorým spievam starý džez, je už spomínaný 9-členný orchester Fats Jazz Band. Ten má fantastický dobový zvuk a aranžmány. Je jedným z dvoch najlepších slovenských zoskupení, ktoré hrajú tento žáner. Viem aj úplne zmeniť žáner a spievať moderný džez, ten už pokojne s elektrickým klavírom, vtedy sa zoskupenie volá La Jana & Her Cats.

Preto s organizátormi vždy do detailu preberám ich možnosti a preferencie žánru, aby vo finále dostali presne to, čo si želajú.

Ako vyzerá váš pracovný kalendár teraz, po mesiacoch trvajúcej pandémie?

Vyzerá veľmi povzbudivo. Pandémia netrvala mesiace, ale dva roky, počas ktorých sme dokopy rok nemohli pracovať. Naozaj nepreháňam. Od marca 2020 sme mali dokopy 12 mesiacov zakázané vykonávať svoju prácu. Nevie, či čitatelia chcú počuť, ako sa o nás, umelcov, štát (ne)postaral. Faktom ostáva, že si mnohí z výkonných umelcov, ktorí nemali niekde úväzok napríklad ako učitelia alebo členovia orchestrov, museli nájsť ďalšiu prácu, aby prežili. To je i môj prípad. Takže máme teraz plné úväzky v prácach a po nich pracujeme ďalej ako výkonní umelci. Bojíme sa pustiť zamestnanie, pretože nikto nevie, čo príde na jeseň... Nestážujem sa, len opisujem súčasný stav, v ktorom sa na jednu stranu veľmi teším z pribúdajúcich koncertov a na druhú to začína byť kapacitne neúnosné. Nie som len speváčkou, som aj organizátorkou troch veľkých medzinárodných festivalov a z tejto stránky musím zas skonštatovať, že po dvoch rokoch vyzývania ľudí, aby nikam nechodili, si niektorí vo vedení tohto štátu zrejme myslia, že sa všetko vráti do normálu spred pandémie mávnutím čarovného prútika. Nie, nevráti. Sledujem výrazný úbytok návštevnosti interiérových podujatí, čo môže byť pre mnohých organizátorov likvidačné.

Prečo by mali ľudia počúvať džez? Čím si vás získal?

Džez je o slobode, ktorá je zakódovaná v jeho podstate a prehovára do hĺbky duše. No je o slobode s pravidlami, niečo ako demokracia, ktorú si, žiaľ, mnohí zamieňajú s anarchiou. Môžem sa v ňom vyjadriť hudobným jazykom, ktorý mi je najbližší, umožňuje mi precítiť a sprostredkovať príbehy, ktoré síce niekto napísal pred viac ako 80 rokmi, no stále sú aktuálne. Niečo ako Shakespearov sonet Rómeo a Júlia – dodnes inšpiruje k novým a novým spracovaniam toho istého príbehu. Džez má mnoho tvárí a odtieňov, za sto rokov prešiel takým rýchlym vývojom, ako asi žiadny iný hudobný žáner. Máme jeho prvopočiatky – hot jazz, swing, ragtime, blues – potom prišiel bebop a cool jazz, jazz-rock, jazz-funk, etnojazz, world-music... Je si z čoho vybrať.

Pokiaľ naše noviny číta nádejný džezový spevák či speváčka – máte pre nich radu, ako uspieť?

Znie to ako jednoduchá otázka, ale opak je pravdou. Úspech je veľmi relatívny a subjektívny pojem. Umenie sa nedá robiť s predstavou úspechu. Teda dá, ale potom je to podľa mňa aj cítiť. Myslím, že neurazím nikoho, keď poviem, že všetci, ktorí hrajú džez, ho hrajú z lásky k nemu. Jednoducho si nevedia pomôcť. A ak niektorý čitateľ miluje džez natoľko, že si bez neho nevie predstaviť život, stačí už len veľa džez počúvať a veľa, veľa cvičiť. Ani nejaké to štúdium teórie by nebolo na škodu (úsmev). Raz dávno, keď som sa zverila jednému veľmi uznávanému hudobníkovi so svojím strachom, či na to vôbec mám, povedal mi, že „strach je najhorší radca“. Toho sa držím dodnes.

**CITÁT:**

Džez je o slobode, ktorá je zakódovaná v jeho podstate a prehovára do hĺbky duše. No je o slobode s pravidlami, niečo ako demokracia, ktorú si, žiaľ, mnohí zamieňajú s anarchiou.

Dúbravka varí s Vojtom Artzom

## Gril: Nebojte sa chobotnice

Leto, čas vôní, dovoleníek aj grilovačiek. Netradičné tipy na gril dnes ponúka šéfkuchár, prezident Slovenského zväzu kuchárov a cukrárov, Dúbravčan VOJTO ARTZ. Skúsili ste už pripraviť chobotnicu či zeleninu s koriandrovým pestom?

## Grilovaná chobotnica s kukuričným pyrém a grilovanou paprikou

Počet porcií: 4

Obtiažnosť: \*\*\*

Čas prípravy: 60 minút + čas na uvarenie chobotnice

### Čo potrebujeme:

1 ks cca 1,5 kg - chobotnica celá veľká

2 mrkvy

1 petržlen

kúsok zeleru

čierne celé korenie

nové korenie, bobkový list

soľ

500g mrazenej sladkej kukurice

alebo sterilizovanej

2 - 3 šalotky

80 g maslo

500ml alebo podľa potreby

jemný zeleninový vývar

2-3 väčšie červené papriky

olivový olej Extra Virgine

červený vinný ocot (1:1 s cukrom)

trstinový cukor

2 strúčiky cesnaku

2 PL - prepustené maslo

1 PL - maslo

soľ morská Fleur de Sel

petržlenová vňať

**Doplňky a servis (podľa chuti a výberu):**

jarná cibuľka zelená časť

sójové výhonky

koriander čerstvý

sezam čierny

smažená cibuľka

arašidy drvené

ryža jazmínová (v ryžovare) 750g

**Postup prípravy:**

1. Očistenú chobotnicu (odstránime tzv. "zobák" a oči) dáme variť do vody spolu s koreňovou zeleninou a koreninami, pomaly varíme cca 90 minút (tiahnutím) alebo podľa potreby.
2. Uvarenú chobotnicu vyberieme a necháme odtiecť a vychladnúť.
3. Nakrájame ju na porcie (chápadlá). Gril potrieme s olivovým olejom a rovnako i chobotnicu. Grilujeme zo všetkých strán do chrumkava.
4. Pred servisom ju dochutíme ju morskou soľou aj najemno nasekanou petržlenovou vňaťou a polejeme maslom.
5. Na masle restujeme šalotku, pridáme kukuricu a podlejeme jemným vývarom. Dusíme do mäkka.
6. Kukuricu rozmixujeme na hladké pyré, následne prepasírujeme a opäť vymixujeme s maslom a dochutíme soľou.
7. Nakoniec zjemníme olivovým olejom.
8. Celé papriky potrieme olejom a položíme na rozpálený gril (oheň) a grilujeme až takmer do čierne.
9. Po grilovaní ich zakryjeme fóliou a necháme odležať.
10. Papriky olúpeme a zbavíme jadierok. Nakrájame na široké rezance a dochutíme s nálevom (sirupom) z červeného vinného octu a trstinového cukru. Osolíme a okoreníme.

## **Picanha s grilovanou zeleninou a koriandrovým pestom**

Počet porcií: 5

Obtiažnosť: \*\*

Čas prípravy: 20 minút

### **Čo potrebujeme:**

Picanha:

1 kg mäso na gril

(piccanha – kvetová špička, rump steak)

250 g cuketa zelená

250 g paprika červená  
250 g paprika žltá  
1/2 120g fenikel čerstvý  
250 g baklažán  
80 ml extra panenský olivový olej  
korenie čierne, celé  
15 g cesnak  
aceto balsamico, svetlé  
soľ  
tymian čerstvý

**Pesto:**

olivový olej extra virgine 60-80 ml  
alebo podľa potreby  
parmezán 15-20g  
koriander čerstvý hrst'  
píniové oriešky 10g  
soľ Maldon  
petržlenová vňať hladkolistá  
(polovičná dávka ako pri koriandre)  
maslo

**Postup prípravy:**

1. Umytú zeleninu osušíme, papriky vyčistíme, fenikel očistíme. Nakrájame na kúsky plátky, hranoly...), papriky vyfiletujeme a narežeme na rovnaké kúsky, fenikel na rezančeky.
2. Panvicu pokvapkáme olivovým olejom a každú zeleninu zvlášť opečieme (baklažán však nasucho bez oleja).

3. Všetku zeleninu následne spolu s plátkami cesnaku a tymianom restujeme.
4. Podľa potreby ochutíme , octom, soľou a korením.
5. Na pesto do vyššej nádoby nalejeme časť olivového oleja, pridáme strúčik olúpaného cesnaku, nastrúhaný parmezán, koriander aj so stonkami a takisto petržlenovú vňať, píniové oriešky, ktoré sme si vopred opražili na panvici a nechali vychladnúť.
6. Tyčovým mixérom všetko rozmixujeme.
7. Hovädziu piccanhu vyberieme a necháme "vydýchať". Nakrájame ju priečne na vlákno na porcie s hmotnosťou cca 200 g.
8. Mäso zľahka potrieme olejom a opečieme zo všetkých strán na suchej panvici alebo grile. Necháme odležať na teplom mieste alebo pod alobalom.
9. Najprv na nahriaty tanier naukladáme ochutenú grilovanú zeleninu, na ňu na pravú stranu taniera poukladáme na tenké plátky nakrájaný steak, ktorý pokvapkáme olivovým olejom a dosolíme soľou Maldon.
10. Hotový pokrm doplníme koriandrovým pestom (pokojne ním potrieme mäso).

**Aké je to efektívne rodičovstvo? Princípy priblížila výchovná poradkyňa**

## Výchova je ako detektívka

Text: Lucia Marcinátová

Mnohí súčasní rodičia o nej vedia, poznajú ju alebo sa o ňu snažia, vedú sa ňou. Vzťahová výchova, väzba. O dôležitosti vzťahu a jeho účinnosti na výchovu sa počas mája debatovalo v kultúrnom dome.

Ako prežiť rodičovstvo, ako v ňom žiť a ako si ho užívať? Na tieto, ale i mnohé iné otázky, sa hľadali odpovede na prvej prednáške zo série podvečerov pre rodičov, ktoré začala organizovať mestská časť Bratislava-Dúbravka. Po pilotnej májovej, plánuje pokračovať v ďalších už na jeseň.

Odpoveďou na vyššie položené otázky je vzťah. „Ak ho dokážeme vybudovať, dá sa to,“ priblížila výchovná poradkyňa Martina Vagačová.

Odborníčku si pozvala vedúca Oddelenia sociálnych vecí a zdravotníctva miestneho úradu Dominika Malačinová, aby v oranžovej sále Domu kultúry Dúbravka viedla diskusiu na tému Efektívne rodičovstvo.

Aké to je rodičovstvo? Poskytuje ucelený systém praktických prístupov a techník k riešeniu každodenných výchovných situácií, ponúka pozitívnu filozofiu výchovy, ktorej kľúčovou úlohou je budovanie vzťahu na báze rešpektu a zodpovednosti. Bezpodmienečná láska a povzbudzovanie zo strany rodičov sú tými najsilnejšími nástrojmi.

Ako môže byť malé dieťa rovnocenné s dospelým? „Má tie isté potreby ako my – dospelí ľudia, potreby fyziologické aj duševné,“ vysvetlila na úvod stretnutia odborníčka. „Rešpektujme, vnímajme ich.“

Okrem vzťahov a potrebách sa hovorilo aj o strese, výkone, tlaku dnešnej doby. Na plagátoch vidieť šťastné rodiny, vysmiate rodičov, bezstarostné deti.

Súčasná spoločnosť je zameraná na výkon a od dieťaťa sa vyžaduje veľa. Často sa dostáva do stresu. Dieťa ho vníma veľmi citlivo, podobne ako aktuálnu situáciu okolo seba, naladenie jeho blízkych. „Túži byť v harmónii,“ hovorila Vagačová. „Deťom treba vytvoriť bezpečný priestor na to, aby mohli skúšať tak, aby neubližovali sebe a ani iným či okoliu. Musíme učiť deti, aby boli zodpovedné, ponechať im slobodu.“

Priblížila, že dieťa najlepšie spoznáme vtedy, keď poznáme samých seba. Podstatné je od malička budovať vzťah dôvery, rešpektu a keď príde čas, nechať dieťa ísť...

Rodinu a spoločenstvo, v ktorej dieťa žije a vyrastá pripodobnila Vagačová k hudobnej skupine. „Je ako kapela, každý má svoj hudobný nástroj, no ladia spoločne, udávajú spoločný tón. Každý z nás na niečo hrá, každý je dôležitý.“

Každý sme hrdinom vlastného života, každý sme originálny, znelo počas diskusie od odborníčky. Hovorilo sa aj o tom, ako na výbuchy, privaly emócií, hnev, a to nielen zo strany detí, ale aj od dospelých, rodičov.

Dobrou radou či postupom je podľa Vagačovej predýchať. Popracovať so svojou emóciou, sústrediť sa na nádych, výdych, emócia sa potom stiahne. Myslieť na to, že dieťa sa učí od mňa, a že hnev je obrannou reakciou.

„Snažíme sa o empatické počúvanie, byť prítomný s dieťaťom. Vnímať druhého aj cez hlas, čiže mimoverbálne,“ dodala Vagačová.

Dieťa by malo vedieť, že môže prísť, že je pre rodiča dôležité, že na neho myslí. Ved' vzťahy a výchova sú, ako povedala poradkyňa, dobrodružstvom, náročnou detektívkou.

### **Základné princípy Efektívneho rodičovstva**

Vzájomný rešpekt a úcta - medzi rodičmi a deťmi, rodičmi navzájom, súrodencami navzájom, voči ostatným aj sebe samým.

Povzbudzovanie - prostredníctvom vyzdvihovania úspechov, pokroku, schopností a zručností detí, ktoré dáva základ k získaniu sebadôvery a vlastnej hodnoty.

Vyjadrovanie a prejavy lásky a radosti - aby sa deti cítili bezpečne a dokázali sa naučiť lásku a dobro nielen prijímať, ale aj rozdávať, deliť sa o ňu.

Premena negatívneho na pozitívne - založená na dôvere v schopnosti detí, stavia na silných stránkach povahy a zručnostiach dieťaťa, sústreďuje sa na dieťa ako také.

Princíp sociálnej rovnosti medzi rodičmi a deťmi - každý z nás má právo byť milovaný a vyjadriť svoje potreby.

Princíp demokracie - umožňuje voľbu, teda dáva deťom možnosť, aby sa rozhodovali v rámci určitých hraníc a zároveň si niesli dôsledky svojich rozhodnutí.

Dostatok spoločnej zábavy rodičov a detí.

Zdroj: M. Vagačová

**CENTRUM POKRAČOVALO PO DVOJROČNEJ PAUZE V TRADIČNOM ŠPORTOVANÍ**

## **Športové hry, v ktorých vyhrali všetci**

Text: Lucia Marcinátová

Možno pre dvojročnú pauzu a možno práve preto, že sme u Matulayovcov. Nadšenie, energia, výnimočná atmosféra. To všetko bolo cítiť na Športových hrách Centra sociálnych služieb Karola Matulaya na Lipského ulici.

Kedysi podujatie, ktoré pri športe a pohybe spájalo v Dúbravke viaceré zariadenia sociálnych služieb, avšak v súvislosti s protipandemickými opatreniami a koronavírusom sa už dva roky nekonalo. Koncom mája sa vrátilo v opatrenejšej, no rovnako úprimnej i radostnej atmosfére. Športové hry Centra sociálnych služieb Karola Matulaya na Lipského ulici, no tento rok zatiaľ bez účasti iných zariadení. Na konci mája zaplnilo nielen športové ihrisko za zimným štadiónom na Harmincovej, dráhu pri Základnej škole Beňovského, dvor zariadenia na Lipského, príslušné plochy, no aj hlavy a srdcia všetkých účastníkov, športovcov, organizátorov, dobrovoľníkov i divákov zároveň. Radosť z pohybu, hry, stretnutí či hudby bolo intenzívne cítiť... Na programe boli klasické športové disciplíny, ako beh na rôzne vzdialenosti, jazda na bicykli, učenie sa viacerých športov a hier - napríklad petang, stolný tenis, no aj zábavné disciplíny, akými sú skákanie originálnej škôlky, triafanie do terča, lovenie predmetov so siečkou a z lavóra a podobne.

Centrum sociálnych služieb vzniklo v roku 1982 a bolo prvým zariadením denného typu pre malé deti na Slovensku. Dovtedy deti s mentálnym postihnutím, ktoré nenavštevovali školu, mali len dve možnosti: zostať doma s rodičom alebo dožiť svoj život v celoročnom, veľkocapacitnom zariadení. Tento rok preto centrum oslavuje. V rámci svojho výročia centrum osadilo 40 originálnych vtáčích búdok zo svojej drevárskej dielne, no pripravuje aj ďalšie prekvapenia a oslavy...

Tip na výlet na Záhorie po koľajach i za letným osviežením

## Bohaté Záhorie: Priehrady i cyklisti

Text: Zora Boháčová

Vláčik Záhoráčik spája Záhorskú Ves s Plaveckým Podhradím, premáva trikrát denne, od apríla do októbra už niekoľko sezón. Má nasledovné zastávky: Záhorská Ves, Vysoká pri Morave, Lábske jazero, Zohor, Lozorno, Jablonové, Pernek, Kuchyňa, Rohožník, Sološnica, Plavecké Podhradie. Na každej zastávke sa oplatí vystúpiť a je na vás, či sa rozhodnete pre poznávanie prírodného dedičstva regiónu, turistiku, piknik, cyklistiku, alebo príjemný relax pri vode. To všetko vám vláčik na svojej trati ponúka.

V lete je dobré kombinovať turistiku s plávaním. Na trase Vláčika Záhoráčika môžete vystúpiť v Kuchyni a po modrej značke vyšľapať na druhý najvyšší vrch Malých Karpát - Vysokú, s výškou 754 m.n.m. Svojím výhľadom konkuruje aj najvyššiemu vrchu pohoria - Záruby, vo výške 768 m.n.m., kde husté koruny stromov zaciľňajú vo výhľade.

Nad obcou Kuchyňa je v listnatom poraste ukrytá vodná nádrž Kuchyňa, kde sa viete v lete schladiť. Drevený chodník „Bobria hrádza“ je, bohužiaľ, dočasne uzavretý. Navštíviť ale môžete občerstvenie v Caravan park Karpaty, kde vám „čapované“ po túre isto dobre padne. Na ich webovej stránke nájdete aj prehľad koncertov a ďalších zábavných podujatí.

### Hrad i podhradie

Plavecký hrad je dominantou Malých Karpát a právom nesie pomenovanie strážca Záhoria. Vznikol ako kráľovská pohraničná bašta, ktorá strážila panstvá Fuggerovcom, M. T. Trenčianskemu a Pálffyovcom. Slávne časy tohto hradu sa končia podobne ako éra hradu Pajštún. Napoleon so svojím cisárskym vojskom ničil všetko, čo mu prišlo do cesty. V súčasnosti sa o jeho záchranu pokúšajú dobrovoľníci. Z Plaveckého podhradia vás žltá značka dovedie na Vápennú, s výškou 752 m.n.m. Z rozhľadne, ktorú tu nedávno vybudovali, je krásny výhľad.

Zo Sološnice sa po modrej dostanete na Veľký Petrklín s výškou 587 m.n.m. Zo stožiaru dovidieť až na Borskú plošinu. Výstup naň sa odporúča len zdatným športovcom.

Popri skutočnom letnom relaxe môžete posilňovať kondičku plávaním v niektorom z mnohých jazier na Záhorí. Ani neviete, koľko ich tu je.

V okolí obce Láb dokonca hneď niekoľko. Ideálne je obísť ich bicyklami a vybrať si to, ktoré vás očarí. Šturovňa, Lábske jazero, Pieskovňa alebo Centúr.

Rudava, Leváre

Na Záhorí si určite prídete na svoje na jazere Rudava v Malých Levároch. Vzniklo ťažením štrku v 60. rokoch a vytvorilo plochu o rozlohe viac ako 50 hektárov. Na brehoch jazera, obkolesených lesmi, leží viac pláží. Dve z nich sú pieskové, dajú sa tu prenajať ležadlá, vodné bicykle i loďky. V okolí nechýba areál plážových športov, kemp a bufety. Pláže s veľmi mierne klesajúcim dnom sú ideálne pre rodiny s deťmi.

Ak už ste pri Malých Levároch, zájdite navštíviť levanduľovú farmu vo Veľkých Levároch. V lete sú polia sfarbené do fialova a vôňa sa tiahne celým krajom. Je to také malé "slovenské Provensálsko". Pestujú tu dve odrody tejto voňavej rastliny s liečivými účinkami. Vyrábajú sa z nich sirupy, džemy, medy, vína, likéry či prírodná kozmetika. Populárny je tiež samozber levandule, ktorý každoročne priláka množstvo ľudí zo širokého okolia. Tento rok bude levanduľové pole sprístupnené verejnosti od 1. júla až do vyzbierania.

#### Lozorno, Rohožník, Adamovské jazerá

Priehrada Lozorno vznikla zatopením dvoch údolí, preto si pri člnkovaní treba dávať pozor na stromy, ponorené pod hladinou. Je vyhľadávaným miestom rybárov, ale rovnako i turistov, ktorí sa tu zvyknú schladiť po túrach, hoci kúpanie tu je na vlastné riziko.

Rohožnícka priehrada sa nachádza medzi Rohožníkom a Kuchyňou. Vodiči však musia dávať pozor, aby neminuli informačnú tabuľu, ktorú zakrývajú košaté koruny stromov. Prístupová cesta pripomína skôr tankodrom, ale pohľad na malebné jazero obklopené stromami stojí za to. Je tu jedna piesková pláž s bufetom, kde si môžete prenajať lehátka, vodné bicykle a zahrať plážový volejbal. V bufete podávajú dobré langoše, guláš i domáce halászlé. Občas sa tu konajú aj koncerty a zrazy motorkárov.

Relax i zábavu ponúkajú Adamovské jazerá pri Gbeloch. Ide o štrkovisko, ktoré je doteraz funkčné. Voda pri brehoch býva plytká, ideálna pre rodiny s deťmi. Nájdete tu pláže s lehátkami, požičovne vodných bicyklov, lodičiek a bufety. Kúsok ďalej, na rieke Morava, si môžete prenajať raft a splaviť zopár kilometrov v príjemnom prostredí a pozorovať vodné vtáctvo.

#### Kunov, Šaštín aj Gazárka

Pri Senici sa rozprestiera v Kunovská priehrada. So svojou rozlohou takmer 65 ha je vhodná nielen na kúpanie, ale tiež vodné športy a rybolov. Dostanete sa sem zo Senice cestičkou popri potoku Teplica na bicykli i korčuliach. Nebudete mať problém ani s parkovaním, keďže je tu verejné parkovisko s dostatočnou kapacitou pre rekreantov.

Rekreačná oblasť má vlastnú lodenicu s požičovňou lodiek, vodných bicyklov a paddleboardov. V areáli je tenisové ihrisko, minigolf a obrie šachy, pre deti zas hojdačky a preliezačky. Zaujímavým lákadlom je Náučný chodník Senica-Kunovská priehrada. V dĺžke takmer 5 km sú tu umiestnené info-tabule, z ktorých sa dozviete viac o miestnych biotopoch, faune a flóre.

Šaštín je pútnické mesto, preslávené impozantnou Bazilikou Sedembolestnej Panny Márie. Blízko Šaštína sa rozprestiera Rekreačné stredisko Gazárka, ktoré tvorí 5 jazier obklopených borovicovými lesmi. Pieskové pláže sú vybavené požičovňou bicyklov a člnov. Tenis, minigolf aj plážový volejbal patria v lokalite k obľúbeným aktivitám. Okolie ponúka príjemné prechádzky spojené so zberom húb a lesných plodov.

Tak sadnite na Vláčik Záhoráčik a vystúpte na jednej z jeho zastávok. Určite nebudete ľutovať.

**Hovoríme s Branislavom Semančíkom športovým riaditeľom hokejovej HOBY**

## **Extraliga dorastu a bronz z olympiády**

Zhováral sa: Jozef Petrovský

V Dúbravke máme hokejový klub HOBA Bratislava s kompletnou mládežníckou štruktúrou, Po skončení uplynulej sezóny sme sa spýtali, čo bolo a čo sa chystá v tomto klube, toho najkompetentnejšieho - športového riaditeľa klubu Branislava Semančíka.

Ako hodnotíte sezónu, ktorá nedávno skončila?

Bola neúplná, boli v nej určité obmedzenia, ale našťastie sa oproti tej predchádzajúcej sezóne na Slovensku dohrali všetky plánované súťaže.

Podarilo sa naplniť klubu plánované ciele?

Aj áno, aj nie. Prípravka hráva medzi sebou formou miniturnajov celú sezónu. Tam, a ani u mladších žiakov, sa tabuľky nerobia. Je to z toho dôvodu, aby sa hlavná časť sezóny venovala príprave hráčov i hráčok, a aby sa nesústredila pozornosť len na výsledky na úkor koncepcnej prípravy mladého športovca. V kategóriách starších žiakov, čiže v súťaži žiakov 7. a 8. ročníka, sme obsadili u oboch ročníkov rovnako tretie miesto. Práve u tých starších sme mali v pláne skončiť o stupienok vyššie, čo by nám zaručilo účasť na majstrovstvách Slovenska. Tento cieľ sa nám nepodarilo naplniť, čo nás mrzí dodnes, nakoľko máme u nás veľmi talentovaný ročník.

A čo vyššie kategórie?

Kadeti boli výkonnostne menej výrazná kategória. Po základnej časti sa neprebojovali do TOP skupiny. To sa dalo aj očakávať, keďže sme tých najšikovnejších hráčov posunuli už od začiatku súťaže do dorastu, čím sme silu tímu ešte aj oslabili. Naopak, dorast svoj cieľ splnil

a postúpil po dlhých rokoch snahy do extraligy. Juniori skončili v spodnej časti tabuľky. Nechceme sa vyhovárať, ale družstvo potrápili komplikovanejšie zranenia a veľa hráčov bolo z tohto dôvodu mimo hokeja dva až tri mesiace.

Dorast postúpil do extraligy, ste v klube pripravení na túto súťaž?

Veľmi dobrá otázka. Súťaž je približne finančne náročnejšia ako prvá liga. To sú údaje z minulej sezóny. Ako všetci spoločne sledujeme, všetko ide výrazne do vyšších nákladov. Budeme mať čo robiť, aby sme súťaž finančne pokryli. Aktívne na tom pracujeme, aj keď finančných prostriedkov v dnešnej dobe nemá nikto navyše. O to to bude ťažšie, no osobne verím, že to spoločne zvládneme.

Ako je na tom hráčsky káder?

Už sme uviedli, že kadetov, čo je kategória nižšie, nemáme, čo sa výkonnosti týka, príliš silný ročník. Aj napriek tomu veľmi aktívne pracujeme na tom, aby sme extraligu nehrali iba jednu sezónu, ale aby si ju v našom klube zahrali aj mladšie vekové kategórie. Dôležité je, že chlapci s veľkou chuťou trénujú a aj výkonnostne napredujú. Verím, že ako druhý klub hrajúci extraligu v našom meste si ju aj udržíme. Tie ďalšie ročníky máme dostatočne silné na to, aby sme v danej súťaži hrali o dva či tri roky o vyššie priečky.

Prebieha v klube príprava na novú sezónu?

Máme už obsadené všetky trénerské posty. Som presvedčený, že sme mali dobrú voľbu a máme tých najlepších trénerov. Potrebujeme, aby sme ťahali všetci za jeden koniec povrazu a spoločne všetkých našich hráčov a hráčky posúvali výkonnostne dopredu. Vekové kategórie máme naplnené a opäť sme si dali prihlášku v sezóne 2022/2023 do všetkých mládežníckych vekových kategórií.

Držíme tomuto sympatickému dúbavskému klubu palce. Svojou činnosťou už presvedčil, že aj z malého klubu dokážu vyrásť veľkí hokejisti. Naposledy ním bol Matej Tomek, ktorý bol už v spomínanom úvode v tíme Slovenska a práve on sa stal prvým HOBÁkom, ktorý získal v drese Slovenska olympijskú medailu.

**Futbalisti FK Dúbravka vo finálovom turnaji**

## **Prvenstvo mladších žiakov**

Súťaž mladších žiakov Oblastného futbalového zväzu (ObIFZ) MZM Bratislava – mesto mala v základnej časti tri skupiny. Ich víťazi sa začiatkom júna stretli vo finálovom turnaji o celkového víťaza súťaže mladších žiakov (ObIFZ). Skupinu A vyhral FK Dúbravka (U13), ďalšie dve A a B mužstvo Senca Football Academy. Finálový turnaj sa hral na štadióne v Reci, ktorý je domovským stánkom seneckých mužstiev.

Naše družstvo vedené trénerom Jurajom Gažim si suverénne počínalo v základnej časti, keď z 20 stretnutí prehrali iba raz a to s Kalinkovom (11. kolo). Strelili 174 a dostali len 23 gólov. V mnohých stretnutiach zvíťazili s vysokým rozdielom. Napríklad 10:1, 11:2, 12:0, 13:0,

14:1 či 17:0. Vo finálovom turnaji vyhrali obe stretnutia a zaslúžene triumfovali v lige mladších žiakov ObIFZ Bratislava – mesto a zdvihli pohár pre celkového víťaza.

Juraj Gaži: „Napísala sa ďalšia krásna kapitola nášho futbalového klubu. Nastúpili sme proti oboom domácim mužstvám, ktoré boli vynikajúco fyzicky, ale aj herne a technicky pripravené. Ďakujem rodičom za podporu počas celej sezóny a hráčom za výbornú reprezentáciu FK Dúbravka či mestskej časti. Zo 14 hráčov, ktorí sa predstavili na tomto turnaji, až 10 z nich je v klube úplne od najmenej predprípravky či prípravky. O to viac ma teší toto prvenstvo, čo zároveň svedčí aj o kvalitnej práci s mládežou v tréningovom procese. Myslím si, že pokiaľ toto mužstvo ostane pokope minimálne ešte rok, môžu to byť práve títo chlapci, ktorým sa podarí vybojovať pre FK Dúbravku historický úspech v podobe postupu do druhej ligy žiakov.“

● **FINÁLOVÝ TURNAJ:** FK Dúbravka - Senec Football Academy 3:1 (góly Dúbravky: M. Mlynár, M. Listmajer). Senec Football Academy A - Senec Football Academy B 10:2. FK Dúbravka - Senec Football Academy A 2:1 (F. Fojt, F. Paiček). Konečné poradie: 1. FK Dúbravka 6, 2. Senec Football Academy A 2, 3. Senec Football Academy B 0. V drese FK Dúbravka nastúpili: Andráška – Reľovský, Papinčák, Kubala, Lazar, Matula, Mlynár, Listmajer (C), Fojt, Paiček, Euell, Gavaľa, Boiko, Zahorskyi.

(pej)

## VÝSLEDKOVÝ SERVIS

### Futbal

● **TRETIA LIGA, BFZ, starší dorast (U19)** – skupina o udržanie, 1. kolo: NŠK Bratislava - FK Dúbravka 4:3. 2. kolo: FK Dúbravka - FC Ružinov 0:3. 3. kolo: FK Slovan Ivanka pri Dunaji – FK Dúbravka 0:2. 4. kolo: MŠK Kráľová. pri Senci - FK Dúbravka 0:6. 5. kolo: FK Dúbravka – PSČ Pezinok 3:3. 6. kolo: FK Dúbravka – NŠK Bratislava 4:1. 7. kolo: FC Ružinov - FK Dúbravka 1:1. 8. kolo: FK Dúbravka – Slovan Ivanka pri Dunaji 4:5. 9. kolo: FK Dúbravka – MŠK Kráľová pri Senci 8:0. 10. kolo: PSČ Pezinok - FK Dúbravka 6:3. Konečné poradie: 1. PSČ Pezinok 47,... 5. FK Dúbravka 32, 10. Kráľová pri Senci 10

● **DRUHÁ LIGA BFZ, starší žiaci (U15)** – 22. kolo: MŠK Iskra Petržalka - FKP Bratislava 4:2. 23. kolo: TJ. Jarovce - FKP Bratislava 3:2. 24. kolo: FKP Bratislava - voľný žreb. 25. kolo: FC Žolík Malacky - FKP Bratislava 3:1. 26. kolo: FKP Bratislava – FC IMAS 1:2. Konečné poradie: 1. FC Žolík Malacky 61,... 6. FKP Bratislava 32, 13.ŠK Bernolákovo 22.

● **DRUHÁ LIGA BFZ, mladší žiaci (U13)** – 22. kolo: MŠK Iskra Petržalka - FKP Bratislava 0:1. 23. kolo: TJ. Jarovce - FKP Bratislava 1:3. 24. kolo: FKP Bratislava - voľný žreb. 25. kolo: FC Žolík Malacky - FKP Bratislava 0:2. 26. kolo: FKP Bratislava – FC IMAS 3:0. Konečné poradie: 1. FK Rača 67,... 6. FKP Bratislava 48, 13. Slovan Modra 0.

● **STARŠÍ ŽIACI (U15), ObIFZ Bratislava – mesto, skupina o 7. – 12. miesto, 1. kolo:** SDM Domino B – FK Dúbravka 2:2. 2. kolo: FK Dúbravka – Slovan Ivanka pri Dunaji 5:6. 3.kolo: Senec

Football Academy - FK Dúbravka 2:2. 4. kolo: FK Dúbravka – SDM Domino B 6:1. 5. kolo: Slovan Ivanka pri Dunaji – FK Dúbravka 0:1. 6. kolo: FK Dúbravka – Senec Football Academy 8:0. Konečné poradie: 1.FA Lafranconi FTVŠ UK 23,... 4. FK Dúbravka 14. 6. Senec Football Academy 7.

- MLADŠÍ ŽIACI (U13), ObIFZ Bratislava – mesto, skupina A, 21. kolo: OFK Dunajská Lužná - FK Dúbravka 0:6. Konečné poradie: 1. FK Dúbravka 57,... 11. NŠK Bratislava B 3.

- MLADŠÍ ŽIACI (U13), ObIFZ Bratislava – mesto, skupina B, 21. kolo: FK Dúbravka B – TJ Malinovo 31. 22. kolo: ŠK Tomašov - FK Dúbravka 1:2. Konečné poradie: 1. Senec Football Academy 54,... 7. FK Dúbravka B 27, 11. TJ Malinovo 9.

- MLADŠÍ ŽIACI (U13), ObIFZ Bratislava – mesto, skupina C, 22. kolo: FKP Bratislava B - Senec Football Academy B 1:3. Konečné poradie: 1. Senec Football Academy B 54,... 8. FKP Bratislava B 18, 11. FK Danubia Veľký, Biel 6. (pej)

**Športové hry seniorov – Memoriál Ferka Švábu a Deň zdravia**

## Krčmárová a Tibenský opäť najlepší

Text: Jozef Petrovský

Po trojročnej prestávke v súvislosti s pandémiou mali už šieste pokračovanie Športové hry seniorov Dúbravky – Memoriál Ferka Švábu a Deň zdravia. Do názvu podujatia pribudlo meno vždy ochotného človeka, Františka Švábu, organizátora kultúrnych a športových akcií, speváka a výborného športovca, ktorý vlani nečakane zomrel.

Športové hry organizovali mestská časť Bratislava - Dúbravka, Rada seniorov v Dúbravke, Komisia športu mestskej časti a Miestny odbor Jednoty dôchodcov Slovenska v Dúbravke. Organizátorom pomáhali ako tradične študenti Pedagogickej a sociálnej akadémie. Podujatie slávnostne otvoril starosta Dúbravky Martin Zaťovič.

Seniori súťažili v šesťboji - v behoch na 50 metrov a 100 metrov, v hode granátom na cieľ, v hode medicinbalom do diaľky, v hode na basketbalový kôš, v streľbe futbalovou loptou na bránku.

Súťažiaci boli väčšinou z našich štyroch denných centier, ale športových hier sa zúčastnili aj Dúbravčania, ktorí nie sú ich členmi. Prvenstvá, rovnako ako pred tromi rokmi, si vybojovali Mária Krčmárová a Marián Tibenský. Medailové umiestnenie si zopakovali i Mária Kusalíková a Ľudmila Kišová. Z denných centier si najlepšie počínali ženy zo štvorky a muži z trojky.

Za pekného počasia sa podujatia v Parku Pekníkova zúčastnilo vyše 150 súťažiacich a prizeračiek.

„Som veľmi rada, že naši seniori si mohli opäť zašportovať. Na všetkých našich podujatiach vždy vládne dobrá nálada a inak tomu nebolo ani teraz. Chcela by som tiež poďakovať za pomoc všetkým organizátorom z MÚ Dúbravka, dobrovoľníkom, študentom Pedagogickej a sociálnej akadémie, našim hasičom z DHZO a ZŠ Sokolíkovej,“ povedala na margo podujatia koordinátorka Rady seniorov v Dúbravke Zuzana Marková.

VÝSLEDKY – kategória A (61 – 70 rokov): 1. Lýdia Nižňanová, 2. Daša Melichárková, 3. Ľuba Milošovičová – 1. Marián Tibenský, 2. Valentín Kleberc, 3. Milan Dolník. Kategória B (71 – 75 rokov): 1. Mária Krčmárová, 2. Mária Kusalíková, 3. Ľudmila Kišová – 1. Róbert Tachinger, 2. Pavol Erdziak, 3. Anton Móza. Kategória C (76 a viac rokov): 1. Helena Odlerová, 2. Jana Masarovičová, 3. Albína Kónová – 1. Vladimír Gajdoš, 2. Jozef Barborík, 3. Štefan Hamerlík.

**Volejbalistky ŠŠK Gymnázium Bilíkova na majstrovstvách**

## Štvrté zlato kadetkám po sebe

Po juniorkách bojovali vo finálových turnajoch o titul majstra Slovenska vo volejbale aj kadetky a staršie žiačky. Do záverečných bojov sa podľa očakávania prebojovali družstvá ŠŠK Gymnázium Bilíkova. Oba kolektívy vyhrali v skupinách Bratislava základnú a finálovú časť bez straty bodov. Kým kadetky si opäť vybojovali titul, staršie žiačky skončili na celkovom piatom mieste.

Posledný šampionát sa konal v roku 2019 a vo finále zdolali Dúbravčanky v bratislavskom derby Sláviu UK Dráčik. Predtým triumfovali aj v rokoch 2017 a 2018. Pre pandémiu sa šampionát v predchádzajúcich dvoch rokoch nekonal. V tejto sezóne po hladkých víťazstvách v skupine i v semifinále čakali Bilíkovu rovnako ako pred dvoma rokmi vo finále bratislavské vysokoškolačky. Tentoraz to pre naše dievčatá vo finále dopadlo lepšie, než pre ich klubové juniorky.

Miernou favoritkou duelu bola Bilíkova, ale v prvom sete to nepotvrdila. Potom síce vyrovnala na 1:1, ale tretí set opäť prehrala. Dúbravčanky neskôr stav zápasu vyrovnali a nasledoval tajbrejk. Ten nezačali najlepšie a v polovici setu prehrávali 8:9. Zrazu akoby ich niekto pokropil svätenou vodou. Za sebou získali sedem bodov a vyhrali nielen tento zápas, ale v Poprade získali už svoj štvrtý titul majstra Slovenska.

Káder ŠŠK Bilíkova: D. Sopúchová, Tamara Hrušecká, E. Štermenská, I. Skopalová, H. Boldocká, N. Boledovičová, P. Čilijaková, T. Tomčanyová, D. Čavojská, L. Gáborová, K. Matalíková, K. Pazúriková, E. Petrakovičová, M. Činčurová, N. Takáčová a R. Sokola. Trénerom družstva je Marek Hric.

FINÁLOVÝ TURNAJ – skupina A: ŠŠK Gymnázium Bilíkova – VK Skalica 3:0, - VA Žilina 3:0, - VK Levice 3:0. Semifinále: ŠŠK Gymnázium Bilíkova – VK Junior Poprad 3:0. Finále: ŠŠK Gymnázium Bilíkova – Slávia UK Dráčik Bratislava 3:2 (- 19, 23, - 25, 22, 9). Konečné poradie: 1. ŠŠK Gymnázium Bilíkova 2. Slávia UK Dráčik, 3. Palas VK Levice,... 8. ŠK Prešov.

STARŠIE ŽIAČKY - Dievčatá začali svoje boje v skupine A nečakanou prehrou s VK Nové Mesto. Prehrali aj ďalšie stretnutie s druhým družstvom z tohto mesta (BVT MVK), keď nezvládli koncovky všetkých troch setov. Škoda tejto prehry, keďže toto družstvo skončilo vo finálovom turnaji na poslednom mieste. V ďalšom priebehu síce poznali už len víťazstvá, no tie im stačili iba na konečnú piatu priečku.

FINÁLOVÝ TURNAJ – skupina A: ŠŠK Gymnázium Bilíkova –VK Nové Mesto nad Váhom 1:2, - BVT MVK Nové Mesto nad Váhom 0:3, - Palas VCK Levice 3:1. Poradie v skupine: 1. Levice 6,... 4. ŠŠK Bilíkova 3. Skupina o 5. - 8. miesto: ŠŠK Bilíkova – VK Pirane Brusno 3:1. O 5.

miesto: ŠŠK Bilíkova – ŠK Komenského Svidník 3:1. Konečné poradie: 1. VK Nové Mesto nad Váhom, 2. Palas VK Levice, 3. MŠK Žiar nad Hronom,... 5. ŠŠK Gymnázium Bilíkova, 8.BVT MVK Nové Mesto nad Váhom.

## Za trojkou už jednotka

Dúbravská bowlingová liga seniorov (DBLS) pokračovala pred letnou prestávkou štvrtým kolom. V ňom opäť triumfovalo DC/3, ale iba o tri body pred jednotkou. Nedarilo sa štvorke, keď sa jedine M. Feketeová dostala cez sto bodov. V DBLS treba ešte v tomto roku odohrať dve kolá, to najbližšie sa uskutoční 6. septembra.

4. kolo: 1. DC/3 (Ľ. Škoviera 91, V. Gajdoš 132, 3.E. Barboríková 109, J. Barborík 113, F. Žilinský 112) 557 bodov. 2. DC/1 (A. Dosoudilová 117, Š. Bajteková 102, T. Vizinova 141, M. Klčo 94, J. Petrovský 100) 554 bodov. 3. DC/4 (M. Feketeová 123, D. Melicharková 80, Ľ. Pokojný 81, M. Uhrák 66, M. Kadlečík 81) 431 bodov. 4. DC/2 (B. Búrik 122, E. Kurinová 65, M. Demková 73, A. Štulajterová 57, M. Hargašová 81) 398 bodov

### Najlepší jednotlivci

Muži: 1. V. Gajdoš (DC/3) 132, 2. B. Búrik (DC/2) 122, 3. J. Barborík 113, 4. F. Žilinský (obaja DC/3) 112, 5. J. Petrovský 100, 6. M. Klčo (obaja DC/1) 94.

Ženy: 1. T. Vizinova (DC/1) 141, 2. M. Feketeová (DC/4) 123, 3. A. Dosoudilová (DC/1) 117, 4. E. Barboríková (DC/3) 109, 5. Š. Bajteková (DC/1) 102, 6. M. Hargašová (DC/2) 81.

Po 4. kolách: DRUŽSTVÁ (DC): 1. DC/3 2328, 2. DC/1 2075, 3. DC/4 1998, 4. DC/2 1565.

Muži: 1. V. Gajdoš 552, 2. J. Barborík (obaja DC/3) 518, 3. B. Búrik (DC/2) 451, 4. J. Petrovský (DC/1) 438, 5. Ľ. Pokojný (DC/4) 436, 6. Ľ. Škoviera (DC/3) 408.

Ženy: 1. T. Vizinova (DC/1) 501, 2. M. Feketeová (DC/4) 476, 3. E. Barboríková (DC/3) 464, 4. Š. Bajteková (DC/1) 386, 5. D. Melicharková (DC/4) 359, 6. A. Dosoudilová (DC/1) 299.

(pej)