

V DECEMBROVOM ČÍSLE NÁJDETE:

Reliéf dostal farbu a pohyb



STRANA 5

Legenda zavítala do Dúbravky



STRANA 7

Seriál: Na nete bezpečne



STRANA 11

História: Stromček, pohľadnica, stridžie dni



STRANY 12 - 13

Vianočné tipy šéfkuchára



STRANA 19

V Dúbravke našla výškarský raj



STRANA 24

► PRVÉ ZDRAVOTNÉ STREDISKO V DÚBRAVKE OSLÁVI BUDÚCI ROK PÄŤDESIATKU

# Servis: Lekári, obvody, kontakty

**K**torý lekár už neordinuje? Nahradil ho niekto? Kam mám ísť na pohotovosť? K akému obvodnému lekárovi patrí? Veľa otázok, časté podnety a diskusie na sociálnych sieťach. Zdravníctvo. Pozreli sme sa na služby a zdravotnícke zariadenia v Dúbravke.

**LUCIA MARCINÁTOVÁ**

V mestskej časti fungujú dve zdravotné strediská a niekoľko samostatných ambulancií mimo nich. Ako prvé v našom miniseriáli o zdravotníckych službách v Dúbravke sme navštívili Zdravotné stredisko Paracelsus na ulici Mikuláša Schneidra Trnavského. Tradičná budova zdravotníckeho zariadenia. V Dúbravke začalo fungovať 7. júna 1974. Do užívania ho ako obvodné zdravotné stredisko odovzdali vtedy dvadsaťtisíc obyvateľom dúbravského sídliska. Podľa archívnej správy TASR boli vtedy v stredisku ordinácie štyroch obvodných a štyroch detských lekárov, zubné a gynekologické oddelenie, biochemické laboratória, oddelenie fyzikálnej liečby, pracovisko RTG a lekáreň. Stredisko vybudovali za viac než 14,5 milióna korún. Na otvorení slávnostne prestrihával pásku vtedajší námestník primátora hlavného mesta Arnošt Goljer. Nahliadli sme, ako vyzerá dnes.

Porozprávali sme sa tiež s lekárom samosprávneho kraja z Odboru zdravotníctva BSK Tomášom Szalayom a Milanom Blaškom, lekárom a spoločníkom Zdravotného strediska Paracelsus. Tomáš Szalay priblížil, ako je to s obvodymi a spádovými lekármi a s doktorom Blaškom sme sa pozreli do dúbravského strediska.

Viac na stranách 2-3



► MESTSKÁ ČASŤ UKONČILA NAJVÝZNAMNEJŠIU INVESTIČNÚ AKCIU

## Štyri mesiace prác na Nejedlého sa skončili

**N**ový asfalt na komunikácii, chodníkoch, parkovisku, výmena obrubníkov, úprava vpustí a nová vpusť s napojením na kanalizáciu, výmena a oprava 27 kanalizačných poklopov, nový vyvýšený priechod pre chodcov, dva nové stĺpy a svietidlá verejného osvetlenia, navýšenie počtu parkovacích miest, výmena asfaltu za dlažbu pri vstupe do Základnej školy Nejedlého, vybudovanie zeleného cestného ostrovčeka či výmena 10 zahradzovacích stĺpikov podľa manuálu magistrátu.

To všetko priniesla rekonštrukcia Nejedlého ulice. Trvala približne štyri mesiace a išlo o najväčšiu investíciu mestskej časti do dopravnej infra-



Pohľad na zrekonštruovanú Nejedlého ulicu zhora. Foto: RL

štruktúry v dĺžke takmer jedného kilometra a rozlohe 6 730 metrov štvorcových.

Zrekonštruovaním ulice sa mestskej časti podarilo navýšiť počet parkovacích miest pred Základnou školou Ne-

jedlého, pri knižnici a na Sekurisovej ulici a zachovať 29 parkovacích miest, ktoré by po zavedení takzvanej chodníkovej novely zanikli.

Vedenie mestskej časti sa poďakovalo obyvateľom za trpezlivosť a dočasný diskomfort.

„Najvýznamnejšia investičná akcia v Dúbravke financovaná z nášho rozpočtu je dokončená,“ hovorí starosta Martin Zaťovič. „Veľká vďaka patrí viacerostorovi Mariánovi Bohunskému, poslancom miestneho zastupiteľstva, zamestnancom Miestneho úradu, kolegom z hlavného mesta, Krajského dopravného inšpektorátu, projektantom a aj realizátorovi.“

(lum)





Zdravotné stredisko na Z ulici Mikuláša Schneidra Trnavského nesie dnes názov Paracelsus, podľa obchodného mena spoločnosti. Stavebné sa nemenilo, zvnútra však objekt prešiel rekonštrukciou. Pri návšteve prekvapí čistota, výťah, nábytok v čakárni aj obnovené toalety. Zachovaný ostal obklad na stenách i mozaika pri schodisku. Zmenili a menia sa lekári ambulancie. Naša poliklinika poskytuje širokospektrálnu lekársku starostlivosť, hovorí za stredisko a spoločnosť Paracelsus urológ MILAN BLAŠKO. Opýtali sme sa ho na chýbajúcu ambulanciu ORL a aj na ďalšie plány so strediskom.

ZHOVÁRALA SA

LUCIA MARCINÁTOVÁ

**DN** Objekt zdravotného strediska zahŕňa okrem ambulancií aj prevádzky – predajňu zdravotníckych potrieb, optiku, lekárňu. Máte ešte voľné priestory na prenájom, aké sú plány do budúcnosti?

Momentálne máme veľký problém s obsadením 250 metrového priestoru po banke, ktorá nám na konci leta odišla z prenájmu. V hlavnej budove na poschodí máme jeden priestor s dvomi miestnosťami do 36 metrov štvorcových, vhodný na štandardnú ambulanciu. Hľadáme lekára.

**DN** Ako je to so starostlivosťou a správou budovy? Veľa sa hovorilo o bariérach v zdravotnom stredisku. Aká bola cesta k ich odstraňovaniu a modernizácii strediska?

Za zásadný obrat k zlepšeniu bariér

## ▶ PO ZREKONŠTRUOVANÍ INTERIÉRU CHCÚ ZNÍŽIŤ Situácia s lekármi je



Exteriér Zdravotného strediska Paracelsus.

Foto: Lucia Marcinátová

v našej poliklinike považujem vybudovanie výťahu, ktorý niekoľko desaťročí chýbal. Pôvodné zariadenie inštalované na schodišti pre imobilných pacientov bolo veľmi poruchové a často nespĺňalo svoj účel. Za posledných päť rokov sa nám podarilo zrekonštruovať interiér polikliniky vrátane sociálnych zariadení, ktoré teraz spĺňajú najvyšší štandard.

**DN** Obyvatelia veľa diskutujú o tom, že skončila ORL ambulancia MUDr. Lenky Buchelovej. Príde k náhrade?

Bohužiaľ, pani doktorka sa rozhodla odísť do iného súkromného zariadenia na plný pracovný úväzok. V dnešnej dobe nemáme žiadnu možnosť zohnať lekára rovnakej špecializácie. Na miesto pôvodnej ambulancie prišiel lekár pracovného lekárstva.

**DN** Nedostatok lekárov, dlhé čakacie doby. Akí lekári alebo aká ambulancia vo vašom stredisku chýbajú? Aké odbornosti, špecializácie lekárov býva najväčší problém zohnať. Aké máte plány na rozširovanie ambulancií do budúcnosti?

Jednoznačne ide o pediatrov, rovnako ORL lekár. Treba však zdôrazniť, že v dnešnej dobe máme problém ob-

## ▶ AK PACIENTA ŠPECIALISTI ODMIETAJÚ Z KAPACITNÝCH DÔVODOV, ODPORÚČAM MU

# MUDr. Szalay: Čakanie u lekárov

**B**ratislavský samosprávny kraj schvaľuje ordinačné hodiny lekárov, povoľuje ambulancie, berie na vedomie cenníky, rieši podnety. Opýtali sme sa MUDr. TOMÁŠA SZALAYA, lekára samosprávneho kraja z Odboru zdravotníctva BSK, na slobodný výber lekára, ich nedostatok a či hrozí zatvorenie niektorých ambulancií, prípadne ich spájanie.

ZHOVÁRALA SA

LUCIA MARCINÁTOVÁ

**DN** Čo v súvislosti so zdravotníctvom a službami pre pacientov v mestských častiach zastrešuje Bratislavský samosprávny kraj?

BSK vykonáva prenesený výkon štátnej správy. Vydávame povole-

nia pre poskytovateľov zdravotnej starostlivosti, preverujeme podnety pacientov, po ukončení činnosti ambulancie preberáme zdravotnú dokumentáciu do úschovy. S výnimkou Polikliniky Karlova Ves nemáme vlastného poskytovateľa, ktorý by priamo zabezpečoval poskytovanie zdravotnej starostlivosti. Pri vzniku VÚC pred vyše dvadsiatimi rokmi získal kraj niekoľko budov zdravotných stredísk - Strečnianska, Šustekova, Fedinova, Záporožská a Rovniankova. Tieto objekty kraj prenajal na dlhé obdobie združeniam lekárov, ktorí v nich poskytujú zdravotnú starostlivosť.

**DN** Povoľuje BSK jednotlivé ambulancie? Čo má presne na starosti a za čo zodpovedá?

Medzi kompetencie kraja patrí aj povoľovanie činnosti zdravotníckych zariadení, najmä ambulancií. Povoľenie je nárokovateľné – ak žiadateľ splní všetky podmienky, povolenie do-



stane. Musí mať hygienou posúdené priestory, kde chce poskytovať zdravotnú starostlivosť, a musí mať atestovaného lekára s licenciou od komory – odborného zástupcu ambulancie. Kraj schvaľuje ordinačné hodiny, berie na vedomie cenníky, rieši podnety.

Jeden z problémov je nedostatok vhodných priestorov pre ambulancie. Zdravotné strediská v Dúbravke sú celkom obsadené. V iných priestoroch je vybudovanie ambulancie finančne náročnejšie. Najmä pre ambulancie primárnej starostlivosti (všeobecní lekári, pediatri) sú hygienické požiadavky pomerne prísne. Je to výzva aj pre samosprávu – ak chce pomôcť zlepšiť dostupnosť zdravotnej starostlivosti, môže prispieť vhodnými priestormi.

**DN** Ako je to so spádovými lekármi – obvodmi? Má človek – pacient možnosť výberu alebo naopak je spádový lekár „povinný“ vziať pacien-



## ENERGETICKÚ SPOTREBU BUDOVY alarmujúca



sadiť priestory akoukoľvek odbornosťou. Situácia je alarmujúca. Chýbajú lekári všetkých odborností.

**DN Majú ambulancie vo vašom stredisku objednávkových systém? Ako funguje objednávanie?**

Každá ambulancia má individuálny prístup k manažovaniu pacientov. Niektoré ambulancie nemajú žiadny systém, iné využívajú portály návšteva lekára, respektíve topdoktor. Zásadne to zlepšuje organizáciu pacientov a



Diela na chodbách Zdravotného strediska Paracelsus.



Foto: Lucia Marcinátová

### ZDRAVOTNÉ STREDISKO PARACELSUS - AMBULANCIE

- ▶ Zdravotné stredisko Paracelsus - ambulancie
- ▶ Ambulancia pre deti a dorast
- ▶ Endokrínologická ambulancia
- ▶ Gynekologická ambulancia
- ▶ Interná a Kardiologická ambulancia
- ▶ Neurologická ambulancia
- ▶ Očná ambulancia
- ▶ Proktologická ambulancia
- ▶ Psychiatrická ambulancia
- ▶ Rehabilitačné pracovisko
- ▶ Sonografia
- ▶ Stomatologická ambulancia
- ▶ Urologická ambulancia
- ▶ Všeobecná ambulancia pre dospelých
- ▶ Výživový poradca
- ▶ Ambulancia pracovného lekárstva

minimalizuje čakacie doby.

**DN Máte s budovou nejaké sny, plány do budúcnosti? Aká by bola vaša ideálna predstava?**

Máme jasnú predstavu o ďalších investíciách. V prvom rade ide o zateplenie budovy polikliniky, doplnenie fotovoltických panelov a kúpu batérií za účelom sebestačnosti v nočnom odbere elektriny. Cieľ je jasný – zníženie

energetickej spotreby budovy. Chceme zároveň dokúpiť kotol na kúrenie a osadenie termoregulačných hlavíc na radiátoroch. V pláne je tiež rekonštrukcia sociálnych zariadení v detstvom pavilóne. Vzhľadom na enormný nárast cien energie, nenaplnenosť prenájmov priestorov a plánovaný nárast dane z nehnuteľnosti nám tieto plány zásadne obmedzuje.

## OBRÁTIŤ SA NA ZDRAVOTNÚ POISŤOVŇU

# nikto nemeria

ta z obvodu – rajónu?

Máme slobodnú voľbu lekára – pacient môže navštevovať ktoréhokoľvek lekára, podľa svojho výberu. Lekári však nemajú neobmedzenú kapacitu. Majú právo odmietnuť prijať pacienta, ak by tým prekročili únosné pracovné zaťaženie. V štyroch špecializáciách je pre pacientov vybudovaná „záchranná sieť“ v podobe zdravotných obvodov. Všeobecní lekári, pediatri, gynekológovia a zubní lekári majú pridelené obce a ulice, z ktorých sú povinní prijímať pacientov a nemôžu ich odmietajúť z kapacitných dôvodov. Žiaľ, takéto riešenie neplatí pre lekárov-specialistov. V prípade, že pacienta špecialisti odmietajú z kapacitných dôvodov, odporúčam mu obrátiť sa na svoju zdravotnú poisťovňu a žiadať od nej nájdene takého dostupného lekára.

**DN Kde presne nájdú ľudia zoznam ambulancií v Dúbravke?**

Odporúčam stránku e-vuc.sk. Naj-

dete tam najaktuálnejší zoznam poskytovateľov zdravotnej starostlivosti. Na rozdiel od rôznych iných webových stránok, na e-vuc.sk sú najaktuálnejšie informácie, ktoré máme v našom registri.

**DN Veľa sa hovorí o nedostatku lekárov, dlhých čakacích lehotách, aká je aktuálna situácia s lekármi? Ktorých odborníkov je najväčší nedostatok, respektíve, kde bývajú najdlhšie čakacie lehoty?**

Čakanie na vyšetrenie u špecialistov je problémom, ktorý trápi veľa pacientov. Je za tým veľa príčin – okrem iného Slováci navštevujú lekárov častejšie ako v iných krajinách. O dĺžke čakania nemáme nezávislé dáta, nikto tieto čakačky oficiálne

nemeria. Vychádzať môžem preto len z anekdotických údajov – najväčšie problémy máme s pneumológmi, endokrinológmi, reumatológmi, chýbajú nám diabetológovia, detských psychiatrov hľadáme s lupou.

**DN Druhou témou je aj vek lekárov, napríklad pediaterov. Aká je situácia v kraji? Aký je priemerný vek detského lekára? Hrozí zatvorenie niektorých ambulancií, ich spájanie?**

V našom kraji je to podobne ako na zvyšku Slovenska – zhruba polovica pediaterov je v dôchodkovom veku.

Nehovorím, že situácia je dobrá, ale je ako-tak stabilizovaná. Každý rok vychádzajú absolventi z rezidentského programu a preberajú si ambulancie.

Spájanie ambulancií vnímam ako jedno z praktických riešení fungovania (nielen) primárnej pediatrie – budúcnosť patrí podľa mňa tzv. združeným praxiam. Zdravotnícke zariadenie nebude vyzeráť ako dnes (jeden lekár, jedna sestra,

v jednej či dvoch miestnostiach), ale bude v ňom pôsobiť niekoľko lekárov vedľa seba, s viacerými sestrami a ďalším zdieľaným personálom. Takto sa dokážu odborne dopĺňať, v prípade potreby zastupovať, a spoločne dokážu zaplatiť aj podporný personál, napríklad recepčnú.

**DN Objednávanie online, objednávkový systém. Funguje už vo väčšine ambulancií? Existuje nejaký centrálny systém? Môže toto BSK ovplyvniť? Iniciovat zmenu?**

Otázka je, čomu má slúžiť objednávkový systém – ak ide o plánovanie kalendára, takéto riešenia sú k dispozícii aj bezplatne, prípadne za minimálnu úhradu. Ak má ambulancia záujem, vie si to spojzduť. Ak je vedľajším cieľom objednávkového systému vyberanie poplatkov, existuje niekoľko komerčných riešení, ktoré sa s ambulanciami delia o výnos z takéhoto objednávaní. Legislatíva zatiaľ neprikazuje, aby mali ambulancie objednávkový systém a štát im zatiaľ žiadny centrálny objednávkový systém nevyrobil. Župa môže používanie objednávkového systému požadovať od poskytovateľov v prípade, ak im napríklad udeľ dotáciu.

*V našom kraji je to podobne ako na zvyšku Slovenska – zhruba polovica pediaterov je v dôchodkovom veku.*



## Dajte šancu odpadu

**D**enne sa z bratislavských žltých zberných nádob a vriec vyzbiera približne 30 ton plastových obalov, kovových obalov a nápojových kartónov. Len vďaka správne vytriedeniu môže byť odpad zrecyklovateľný a použitý opätovne.

Odpad zo žltých nádob a vriec OLO odváza do dotriedňovacieho závodu vo Vlčom hrdle. Tam sa jednotlivé druhy odpadu pomocou modernej optickej triediacej linky rozdelia do samostatných kôj. Takto vytriedený odpad sa zlisuje do balíkov, ktoré sa posielajú na ďalšie spracovanie recyklátorom. Z konzervy tak môže vzniknúť napríklad kostra bicykla, z plastovej fľaše flísová bunda a z krabice od džúsu napríklad dávkovač na mydlo.

K recyklátorom tiež putuje vyzbieraný papier a sklo. Z novin a časopisov sa vyrobí napríklad obal na vajíčka, toaletný papier alebo krabica. Z použitej sklenenej fľaše môže opäť vzniknúť rovnako kvalitná fľaša, karafa na vodu alebo váza.

Kuchynský biologicky rozložiteľný odpad vyzbieraný z bratislavských domácností sa premieňa na elektrinu, bioplyn a biouhľikový substrát. Tento materiál je schopný viazať uhlík, vyživovať pôdu a zvyšovať jej úrodnosť. Biologicky rozložiteľný odpad zo záhrad sa ďalej zhodnocuje v kompostárni.

Použitý olej a tuky sú znovu použiteľnými surovinami, ktoré je možné zužitkovať pri výrobe biopalív. Tento druh odpadu nachádza využitie v odvetví energetiky, dopravy či logistiky.

Čierne nádoby sú určené na zmesový komunálny odpad, ktorý sa už ďalej nedá recyklovať. Zmesový odpad putuje do Zariadenia na energetické využitie odpadu (ZEVO), kde sa mení na elektrickú energiu a teplo pre časť bratislavských domácností. **(olo)**

## RE-USE CENTRUM JE OTVORENÉ ŠEŠŤ DNÍ DO TÝŽDŇA

# KOLO po požiari opäť funguje

**O**LO v spolupráci s hlavným mestom otvorili po májovom požiari KOLO – Bratislavské centrum opätovného použitia. Návštevnícky a návštevníkov čaká obnovený priestor plný nevyužívaných, no stále pekných a funkčných vecí, komunitná osvetová miestnosť či okrúhla knižnica.

Najväčšie slovenské re-use centrum funguje na pôvodnej adrese Pestovateľská 13 s výnimkou pondelka šesť dní do týždňa.

KOLO – Bratislavské centrum opätovného použitia zasiahol v máji 2023 požiar, ktorý zničil vybavenie prevádzky, sklad a všetky predmety určené na opätovné použitie. „KOLO sa veľmi rýchlo po otvorení stalo pre mnohých z nás srdcovou záležitosťou. Sme vďační za neuveriteľné množstvo podpory, ktoré sa nám dostalo po májovom požiari zo všetkých strán a ktoré nám pomohlo postaviť sa znovu na nohy. KOLO je viac ako len priestor. KOLO je silná a krásna myšlienka, ktorú nemôže zničiť ani požiar,“ hovorí Ivan Sokáč, generálny riaditeľ OLO.

Po letnej rekonštrukcii prináša KOLO niekoľko novinek.

Okrúhla knižnica či osvetová miestnosť patria medzi stálice KOLO. Novinkami sú oddychová zóna, dielňa a stabilný SWAP rastlín.

„Čo sa nám podarilo v KOLO zachovať, sú nielen jeho základné funkcie, ale aj dobrá energia a atmosféra, ktoré mali návštevnícky a návštevníci tak radi. Medzi naše stálice patrí osvetová miestnosť, ktorá je obľúbeným komunitným priestorom pre všetkých. Chystáme rôzne upcyklačné workshopy, edukatívne prednášky či výstavy umenia z odpadu. Polície budú opäť plné pekných a funkčných vecí, ktoré nám Bratislavčanky a Bratislavčania nosili počas celého leta, za čo im ďakujeme,“ dodáva Martina Čechová,

### ČO PRIJÍMA KOLO

- ▶ Nečalúnený nábytok (nie nábytkové zostavy) ako stoly, stoličky, komody, poličky, rámy postelí (nie matrace), záhradný nábytok, knižnice, nočné stolíky, nábytok pre deti, atď.
- ▶ Záhradný nábytok ako plastové stoly, stoličky, ratanové kreslá, snečníky, atď.
- ▶ Knihy, časopisy, CD a DVD.
- ▶ Spoločenské hry a hračky ako autička, autodráhy bábiky, figúrky, lopty, drevené hračky, skladačky, atď.
- ▶ Detský sortiment ako kočíky, autosedačky, detské hojdačky, džbány, chodúľky, ohrady, sedačky na bicykel, nosiče, atď.
- ▶ Kuchynské potreby (nie elektronické) ako taniere, poháre, príbor, džbány, misy, hrnce, panvice, strúhadlá, iné ako drevené náradie (kovové či plastové naberáčky, metličky, liatinové platne), sklenené či plastové dózy na skladovanie potravín (s viečkami/vrchnákmi), SodaStream, Koťoga kávovar, atď.
- ▶ Domáce a záhradkárske potreby

(nie elektronické) ako skrutkovače, kladivá, vedrá, lopaty, lopatky, hrable, hrabličky atď.

- ▶ Kancelárske a školské potreby ako školské tašky, kompletne sady farbičiek či fixiek, prázdne zošity, farby, štetce, peračníky, vrecká na prezuvky, atď.
- ▶ Chovateľské potreby ako prepravky na prevoz zvierat, koterce (bez matracov a čalúnenia), vódzky, obojky, budy, klieťky, akvária, atď.
- ▶ Športové potreby ako zjazdárske lyže, bežky, topánky na bežky, lyžiarky, korčule (inline, kolieskové, na ľad,...), tenisové a bedmintonové rakety, sánky, boby, lopty, nafukovačky, činky, prilby na rôzne športy, atď.
- ▶ Bicykle, kolobežky, odrážadlá, trojkolky, atď.
- ▶ Hudobné nástroje (nie elektronické) ako strunové nástroje (gitary, ukulele,...), strunové nástroje, dychové nástroje, stojany, obaly na nástroje, atď.
- ▶ Predmety musia byť čisté, zachovalé, funkčné a kompletne.

manažérka cirkulárnej ekonomiky OLO.

V znovuo tvorenem KOLO pribudla oddychová zóna so sedacími vakmi od WAKIVAKY z recyklovaných banerov OLO, stabilný SWAP rastlín a dielňa na opravu poškodených vecí. Návštevnícky a návštevníci sa od začiatku budúceho roka môžu tešiť na dlhočakávané oddelenie vybraných elektropotrebičov. KOLO po novom eviduje predmety elektronicky – pri vstupe a výstupe predajne s cieľom urýchliť obsluhu pri pokladni. Zmena nastala aj v systéme príspevkov za jednotlivé predmety. Zatiaľ, čo pôvodne fungovalo KOLO na rozpätí odporúčajúcich príspevkov, po novom bude každý predmet označený QR kódom s pevnou výškou príspevku.

Návštevníci si môžu z KOLO nielen

odnieť rôzne druhy predmetov, ale aj priniesť tie, ktoré už v domácnosti nepotrebnú. Funkciu zberného miesta plní KOLO počas riadnych otváracích hodín. Zoznam predmetov, ktoré KOLO prijíma/neprijíma je uvedený na stránke [www.olo.sk/kolo](http://www.olo.sk/kolo). **(lum)**

### KOLO

- ▶ **Kde** - v areáli OC KORZO na Pestovateľskej 13, pri nákupných centrách Avion a IKEA.
- ▶ **Dostupnosť** - V MHD zastávka Avion – IKEA (autobus č. 61 a 96), návštevníci KOLO majú možnosť parkovania v areáli OC Korzo.
- ▶ **Otvorené** - v utorok až piatok 10:00 - 18:00 a počas víkendov 10:00 - 17:00.

## NEFUNGUJE LAMPA? NAHLÁSTE TO!

**P**očas zimných a tmavých mesiacov sú otázky a podnety stále častejšie. Nahlásiť nefunkčné osvetlenie možno cez elektronický formulár priamo spoločnosti Siemens. Nájdete ho aj na stránke mestskej časti [www.dubravka.sk](http://www.dubravka.sk) v časti Potrebujem vybaviť. Pre nahlásenie nefunkčnej lampy je potrebná ulica, číslo domu v blízkosti, ktorého je osvetlenie a tiež číslo stožiaru, ktoré je na verejnej lampe. Jednoduchou cestou je poslať QR kód priamo z lampy alebo využiť nepretržité call centrum 02/ 6381 0151.

## TLAČILI KAPUSTU, TVORILI KOMPOST

**V**MŠ Galbavého mali deti prednášku o kompostovaní a pomocníkoch dažďovkách. Z tekvíc deti vyrábali strašidlá a Deň jablka oslávili tvorbou, sušením jablka a aj pečením koláča. Počas kapustových slávností škôlkari natlačili plný sud kapusty.



## AKO A KEDY KONTAKTOVAŤ POLÍCIU?

**V**erejný poriadok v mestskej časti zabezpečujú a dohliadajú nad ním príslušníci policajného zboru SR a pracovníci mestskej polície Bratislava. V prípade, ak má niekto podozrenie, že dochádza k jeho narušeniu protiprávnym konaním je potrebné kontaktovať políciu. Podozrenie z trestného činu treba hlásiť štátnej polícii. Telefonicky – 158, 112. Osobne – Polícia SR - Obvodné oddelenie PZ Dúbravka, Saratovská 3081. V prípade záujmu o prednášku na školách či pre seniorov kontaktovať - [orpzba4@minv.sk](mailto:orpzba4@minv.sk).

## LÚČIME SA S HUDOBNÝM SKLADATEĽOM

**V**o veku 81 rokov nás navždy opustil Igor Bázlik, hudobný skladateľ. Jeho piesne spievali Karol Duchoň, Marika Gombitová, Eva Kostolányiová, Ivan Krajčiek a iní. Mestská časť ho v roku 2020 nominovala na ocenenie BSK.





► KRAJ ZREKONŠTRUOVAL DIELO ERNY MASAROVIČOVEJ

# Obnovený reliéf má farbu a pohyb

V roku 2021 sme predstavili dielo v rámci seriálu Dúbravských novín o sochách vo verejnom priestore, o rok neskôr sme ho spomenuli pri príležitosti výstavy s názvom Erna monumentálna v Mirbachovom paláci v Galérii mesta Bratislavy. Autorkou železného reliéfu je sochárka Erna Masarovičová.

**LUCIA MARCINÁTOVÁ**

Sochárske dielo tak spomíname po treťi raz. Bratislavský samosprávny kraj ho totiž zrekonštruoval a vrátil mu nielen pôvodnú farebnosť, ale aj pohyb. Železný reliéf na fasáde už nie je hrdzavý, no modro-červený a dá sa otáčať.

Sochy a plastiky v parkoch, reliéfy vo vestibuloch budov či maľby na stenách. Človek často prechádza okolo objektov, ktorých význam a hodnotu ani nevníma. Bratislavský samosprávny kraj však rozbehol iniciatívu, ktorá mapuje a chráni umenie vo verejnom priestore.

V roku 2023 spustil projekt Umenie vo verejnom priestore Bratislavského kraja. Jeho cieľom je šíriť osvetu o dielach v kraji, ako aj reštaurovanie chátrajúcich diel. Spolupracuje na ňom s Galériou mesta Bratislavy.

Prvým reštaurovaným objektom je práve dielo v Dúbravke. Kinetická kovová plastika významnej slovenskej sochárky Erny Masarovičovej na fasáde školského internátu.

Na zlý stav plastiky upozornila historička umenia, Dúbravčanka Zoja Droppová z Galéria mesta Bratislava. Plastikou počas tohto leta zreštaurovali Gabriel Strassner a Denis Dvorský v ateliéroch VŠVU v Bratislave. Na reštaurovaní spolupracovala aj dcéra autorky sochárka Katarína Kissoczy, ktorá sa popri svojej umeleckej tvorbe venuje i zachovaniu diela Erny Masarovičovej.



Zrekonštruovaný reliéf na fasáde internátu na Saratovskej ulici.

Foto: BSK

## ZMENA PRIESTORU UMENÍM

Bratislavský kraj v rámci projektu Umenie vo verejnom priestore mapuje v prvej fáze zariadenia vo svojom vlastníctve – stredné školy, internáty, zdravotné strediská, domov a centrá sociálnych služieb. Aktuálne zdokumentoval viac ako 80 artefaktov. Často ide o umenie, ktoré vzniklo v období 50. až 80. rokoch 20. storočia na objednávku pri stavbe budov s verejnou funkciou. Vznikli tak umelecké objekty, ktoré reflektujú ideológiu socialistického realizmu, ale aj také, ktoré nesú originálny autorský rukopis a zachovali si nadčasovú umeleckú hodnotu.

K vybraným dielam kraj robí aj kunsthistorický výskum v spolupráci s historičkami umenia Sabinou Jankovičovou a Vladimírou Büngerovou.

„V Dúbravke sme pred už viac než piatimi rokmi osadzovali vtedy nové dielo do verejného priestoru. Čo vtedy nikto nečakal, že okrem skráslenia verejného priestranstva a vlastnej myšlienky, dalo za vznik multizánrovému festivalu Spomienka na Deža, kde sa stretáva výtvarné, hudobné aj literárne umenie,“ dodal vicežupan Juraj Štekláč počas odhaľovania zrekonštruovaného reliéfu. „Zmenilo ľudí,

ich stretávanie, prežívanie, myšlienky. Tak takýto je dosah umenia vo verejnom priestore, čo podčiarkuje jeho význam.“

## DATABÁZA DIEI

Erna Masarovičová bola zaujímavá sochárka, povojnová výtvarníčka, šperkárka, medailérka. Patrila k absolventom Strednej školy umeleckého priemyslu Jozefa Vydru a bola v poradí tretia absolventka VŠVU v Bratislave. Bola medzi sochármi, ktorí si v 60. rokoch urobili zväračský kurz a túto techniku vložili do umenia. Je autorkou kovových zváraných plastík aj diel vo verejnom priestore, kde dokázala prepojiť architektúru, krajinu, prírodu.

Galéria mesta Bratislava spracúva projekt s názvom Umenie mesta. Ide o online databázu s informáciami o umeleckých realizáciách v uliciach hlavného mesta. Projekt mapuje umelecké diela vo verejnom priestore Bratislavy od 2. polovice 20. storočia a zahŕňa sochy, fontány, mozaiky, nástenné maľby, a ďalšie umelecké diela či výtvarné artefakty. V budúcom čísle Dúbravských novín sa spolu s ním pozrieme podrobne na diela v Dúbravke.

## Záhonov bude viac

Na jeseň nasadí, na jar prekvapí. Mestská časť Bratislava-Dúbravka využila jesenné dni pred zimnými mrazmi na sadenie cibulovín. Kvetky potešia aj v nových lokalitách.

Mestská časť Dúbravka začala s výsadbou cibulových zmesí do verejného priestoru na jeseň v roku 2017 ako prvá samospráva na Slovensku. Inšpirovala tým aj hlavné mesto. Prvé kvietky mohli Dúbravčania vidieť skoro na jar 2018. Odtedy pokračuje a výsadbu rozširuje.

Túto jeseň sadila cibulky kvietkov v piatich lokalitách. V dvoch, kde už kvietky v trávnatých porastoch kvitli v minulosti – na Alexyho a Harmincovej, a na troch nových miestach. Kvetky tak na jar vykuknú aj na Lípскеho ulici, Ožvoldíkovej v blízkosti Základnej školy Pri kríži a na M.Sch. Trnavského - Hanulova pri detskom ihrisku.

„Okrem estetickej funkcie je tou podstatnou tiež biodiverzita,“ pripomína Mária Smiešková vedúca Oddelenia životného prostredia mestskej časti a dodáva, že kvietky sú prospešné aj pre opeľovače.

Zmesky cibulovín sú špeciálne namiešané tak, aby bol kvitnúcí efekt zaujímavý a trval čo najdlhšie. Záhony kvitnú dva až tri mesiace postupne. Prvé tešia krókusy rôznych farieb, potom botanické tulipány a neskôr drobné cibuloviny ako puškynie, modrice a botanické narcisky.

(lum)



Sadenie cibulových zmesí.

Foto: ŽP

## PROJEKT STRABAGU SA POSUNUL

Medzi Dúbravčickou a Nejedlého je už roky naplánovaný projekt spoločnosti Strabag Real Estate. Mestská časť vydala projektu rozhodnutie o umiestnenie stavby. Okrem komerčného bývania by tu mali pribudnúť aj nájomné byty. Spoločnosť Strabag mala najskôr stavať na lúke za Kostolom Ducha Svätého, tieto pozemky získala zámienou za parčík Belopotockého v Starom Meste. V roku 2018 vedenie Dúbravky iniciovalo zmenu, a to presun developerského projektu na okraj Dúbravky.

## OPUSTILA NÁS VEDKYŇA, MINISTERKA

Vo veku 56 rokov zomrela akadémika, vedkyňa a bývalá ministerka školstva, Dúbravčanka Martina Lubyová. V roku 2019 otvorila ako ministerka školstva školský rok aj u nás - na ZŠ Beňovského, ktorú sama navštevovala. Pôsobila aj v predsedníctve SAV.



## STARÉ PNEUMATIKY NEPATRIA DO SMETIAKA

Jeseň je časom „prezúvania“ áut. Pripomíname, že staré pneumatiky nepatria do zbernej nádoby. Ako s nimi naložiť bezpečne a zodpovedne voči sebe aj životnému prostrediu? Opatrované pneumatiky sa dajú bezplatne odovzdať ich predajcovi, do pneuservisu alebo na zberné miesta určené obcou, a to bez ohľadu na miesto kúpy, značku či veľkosť pneumatík. Len správne vytriedený odpad môže byť ďalej spracovaný. Ďakujeme, že triedite zodpovedne a prispievate k lepšiemu životnému prostrediu.

## 20 000 CIBULIEK DÚBRAVČANOM

Starosta Martin Zaťovič, župní, mestskí a miestni poslanci, pokračovali počas októbra v tradícii, ktorá v mestskej časti začala v roku 2017, a rozdávali Dúbravčanom cibulky tulipánov. Dokopy ich bolo 20-tisíc v štyroch farbách kvetov. Po zasadení sa vyfarbia na jar.







## Vianočná symfónia filmových tónov

**N**echajte svoje srdce zahriať melódiami z vášho obľúbeného filmu, na najkrajšom vianočnom koncerte filmovej hudby roka! V sobotu 16. decembra o 19:00 v Dome kultúry Dúbravka.

Pohodlné sa usadte, zabudnite na zhnú a pridajte sa k nám na nezabudnuteľnej ceste do krajiny magických tónov a filmových emócií. Oslávte s nami toto špeciálne obdobie v pôvabnom zvuku filmovej hudby, ktorá nás spája a oslavuje ducha Vianoc.

Pripojte sa k nám aj vy na jedinečnej Vianočnej symfónii filmových tónov! Orchester DOMINANTA je poloprofesionálne hudobné teleso, v ktorom sa profesionálni hudobníci venujú výchove mladých hudobníkov, ktorých spája vášňa pre hudbu.

Šesťdesiatčlenný orchester je založený na princípoch rodinnej súdržnosti, porozumenia a húževnatosti. Počas svojej existencie odohral desiatky koncertov a zožal množstvo standing ovation. Dušou orchestra je jeho zakladateľ a dirigent Jozef „Dodi“ Schwarzbacher.

Aj vďaka nemu, vystúpenia sršia energiou a prinášajú radosť milovníkom hudby. Na koncerte odznejú veľkolepé vianočné orchestrálne skladby z vašich obľúbených filmov a muzikálov.

Vianočná pohoda sa môže začať.

**DUBRAVSKÝ KLOBÁSOVÝ festival**

**KAPELA OUKEY**

**UKÁŽKA VÝROBY TRADIČNÝCH DUBRAVSKÝCH KLOBÁS A NÁRADIA NA VÝROBU**

**SÚŤAŽ VO VÝROBE KLOBÁS**

prihlasovanie: navratil@dubravka.sk, 0918 422 806

**16.12.2023**

**10:00 PRED DK DUBRAVKA**

**VSTUP VOĽNÝ**

MESTSKÁ ČASŤ BRATISLAVA - DUBRAVKA [WWW.DKDUBRAVKA.SK](http://WWW.DKDUBRAVKA.SK) [DOMKULTURYDUBRAVKA](https://www.facebook.com/DOMKULTURYDUBRAVKA) DOM KULTÚRY DUBRAVKA

• reflexná terapia chodidiel • masáže • poradenstvo

**Peter Pikula HARMONIOUS**

Zdravotné stredisko  
Saratovská 24, 841 02 Bratislava  
telefón: +421 919 077 093

peter.pikula@reflexnaterapia.sk  
[www.reflexnaterapia.sk](http://www.reflexnaterapia.sk)

**MESTSKÁ ČASŤ BRATISLAVA - DUBRAVKA**

MČ Bratislava - Dúbravka prijme do pracovného pomeru

**ŠOFÉR/TECHNICKÝ ZAMESTNANEC V TERÉNE ODDELENIA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA**

Žiadosti o prijatie a štruktúrovaný životopis zasielajte písomne na adresu: mestská časť Bratislava-Dúbravka, Zatevná 2, 844 02 Bratislava alebo e-mailom na adresu: maria.frtusova@dubravka.sk. Dovoľujeme si Vás informovať, že kontaktovať budeme len vybraných uchádzačov, ktorí budú spĺňať naše požiadavky a budú pozvaní na osobný pohovor.

**Náplň práce:** udržiavanie čistoty a poriadku verejných plôch v mestskej časti Bratislava-Dúbravka, ručné čistenie verejných plôch, hrabanie lístia, zametanie ciest a chodníkov, obsluha vysávača na zber drobného komunálneho odpadu, vyprázdňovanie smetných košov na verejných priestranstvách, údržba verejnej zelene a ďalšie drobné terénne práce.

**Požadované vzdelanie:** neustanovuje sa, vodičský preukaz skupiny B, aktívny vodič.

**Osobnostné predpoklady:** presnosť, spoľahlivosť, proaktívny prístup, osobnostné a morálne predpoklady. **Miesto výkonu práce:** Miestny úrad mestskej časti Bratislava-Dúbravka.

**Pracovný pomer:** plný pracovný úväzok, doba neurčitá.

**Nástup:** 9/2022 alebo dohodou.

**Odmeňovanie:** podľa zákona č. 553/2003 Z. z., plat od 1000,00 brutto/mesačne

**Čerešne**

**EXTRA VÝHODNÉ CENY**

**Roztopili sme ceny bytov**

[ceresne.sk](http://ceresne.sk)



▶ V KULTÚRNOM DOME SA STRETLI KAPELY NAZARETH A TURBO

# Legenda zavítala do Dúbravky

Škótska rocková formácia Nazareth sa predviedla v rámci svojho turné na Slovensku na dvoch miestach. Jeden z koncertov hostila modrá sála kultúrneho domu.

**LUCIA MARCINÁTOVÁ**

This Flight Tonight, Love Hurts, Dream On alebo Hair of the Dog. Legendárne hity, ktoré sa mnohým dodnes rozoznejú v hlavách alebo trochu nostalgije? Možno oboje. Isté je, že sa spájajú so škótskou hard rockovou skupinou Nazareth, ktorá vznikla v roku 1968. Na konci októbra zavítala do Dúbravky.

Legendárna kapela niekoľkokrát menila osadenstvo skupiny a jej pôsobenie, no energia jej nechýba dodnes.

Presvedčila o tom fanúšikov v modrej sále Domu kultúry Dúbravka, kde sa kapela zastavila počas svojho turné po Slovensku aj s českou rockovou skupinou Turbo, ktorá je na scéne už viac než štyridsať rokov. Počas svojej rockovej nálože v kultúraku nevynechala ani hity ako Hráč či Chtěl jsem mít.

Okrem Dúbravky sa ikona škótskej rockovej hudby predviedla na dvoj-

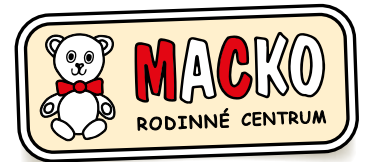


Legendárna rocková skupina v dome kultúry.

Foto: ZP promo, s.r.o.

koncerte aj v Banskej Bystrici. Skupina Nazareth vznikla v decembri 1968 v meste Dunfermline v Škótsku z členov miestnej skupiny The Shadettes. Názov Nazareth vznikol podľa rov-

nomenného mesta v americkom štáte Pensylvánia, ktoré sa spomína v piesni formácie The Band – The Weight. V roku 1971 debutovala skupina rovnomeným albumom Nazareth. (lum)



Rodinné centrum Macko začína fungovať v nových priestoroch na Bilikovej 34.

Každý pondelok, streda a piatok (ak nie je sviatok) sme pre vás pripravili herničky a niekoľko podporných skupiniek. Pokiaľ to nie je uvedené, netreba sa vopred hlásiť. Ďalšie aktivity, krúžky a semináre, ako aj aktuálne zmeny v programe a podrobnejšie informácie, nájdete na [www.rcmacko.sk](http://www.rcmacko.sk) na facebooku a instagrame. Prísime o dodržiavanie aktuálnych hygienických predpisov a odporúčaní.

**DECEMBER 2023****1.12. piatok**

Herňa a Macko Montesori ateliér - 9.30 - 11.30

**3.12. nedeľa**

Vianočná kapustnica v komunitnej záhrade spojená s Vianočným bazárom RC Macko - 10.00 - 13.00

**4.12. pondelok**

Hernička so stretnutím nosiacich rodičov - 9.30 - 11.30

**4.12. pondelok**

Poobedná herňa - 16.00 - 18.00

**5.12. utorok**

Adventný čaj s dulami o pôrodoch - 17.00 - 19.00

**6.12. streda**Herňa - 9.30 - 11.30  
Poobedná herňa - 16.00 - 18.00**7.12. štvrtok**

Hernička pre ranné vtáčatá - 8.30 - 10.30

**8.12. piatok**

Podporná skupina dojčenia - 9.30 - 11.30

**11.12. pondelok**

Herňa - 9.30 - 11.30

**13.12. streda**Herňa a angličtina pre mamičky s Petkou - 9.30 - 11.30  
Poobedná herňa - 16.00 - 18.00**14.12. štvrtok**

Hernička pre ranné vtáčatá - 8.30 - 10.30

**15.12. piatok**

Herňa a Vianočný Macko Monesori ateliér - 9.30 - 11.30

**18.12. pondelok**Hernička so stretnutím nosiacich rodičov - 9.30 - 11.30  
Poobedná herňa - 16.00 - 18.00**20.12. streda**Herňa - 9.30 - 11.30  
Poobedná herňa - 16.00 - 18.00**21.12. štvrtok**

Hernička pre ranné vtáčatá - 8.30 - 10.30

Mnoho ďalších aktivít a aktivítiek pre detičky i mamičky nájdete na [www.rcmacko.sk](http://www.rcmacko.sk). Toto všetko robia mamičky dobrovoľníčky vo svojom voľnom čase, zo srdiečka všetkým, ktorí sa zapoja!

*labyeme!*

Aktuálne zmeny v programe a podrobnejšie informácie nájdete na [www.rcmacko.sk](http://www.rcmacko.sk) a Facebook stránke pod profilom „RODINNÉ CENTRUM MACKO“.



▶ V JESENNOM BEHU DVOJÍC SI ZMERALO SILY 28 ŠTAFIET

# V parku sa bežala Rodinná štafeta

Po piatkovom daždi bola sobota ako zážrak, slnečné jesenné počasie športovcom v Dúbravke prišlo. Mestská časť organizovala prvý ročník behu s názvom Rodinná štafeta. Bežali v nej dvojice – rodič a dieťa.

Okolie Základnej školy Beňovského a priľahlý park Družba v prvú novembrovú sobotu medzi 9.00 a 10.00 dopoludnia zaplnili malí a veľkí bežci. V takzvanej Rodinnej štafete bežali spoločne vždy dospelý rodič a dieťa narodené v rokoch 2008 – 2018.

Prvý trisotmetrový okruh bežali dospelí, ktorí odovzdali štafetu svojim ratolestiam. Tie absolvovali rovnako druhý okruh parkom.

„Štartovalo viacero štafiat súčasne a na základe odmeraných časov a vekového koeficientu dieťaťa sme určili čistý čas dvojice, ktorý rozhodol o celkom poradí,“ priblížil Radek Šatka z referátu športu.

Spolu bežalo 21 štafiat s mužským dospelým a 7 štafiat so ženskou dospelou bežkyňou. Prvé tri najrýchlejšie štafety v kategórii získali medaily a pohár. (lum)

**MUŽSKÁ ŠTAFETA**

- ▶ 1. Peter Opavský a Matej
- ▶ 2. Matúš Hutňan a Nina
- ▶ 3. Pavol Kianička a Kristína

**ŽENSKÁ ŠTAFETA**

- ▶ 1. Alexandra Podhradská a Tomi
- ▶ 2. Monika Dekanová a Matej
- ▶ 3. Katka Zásadná a Daniel





► NADÁCIA VEOLIA SLOVENSKO PODPORÍ KOMUNITNÝ ŽIVOT

# Vítazné projekty: Macko a Hestia

**D**ruhý ročník programu Komunitné granty, ktorý je určený pre širokú verejnosť, neziskové organizácie, športové kluby či školské zariadenia, sa tešil veľkému záujmu. Pilotný ročník programu bol v roku 2021 určený len pre organizácie z mestskej časti Petržalka, no po pozitívnom ohlase verejnosti sa druhý ročník rozšíril aj do mestských častí Dúbravka a Podunajské Biskupice. Dokopy prišlo až 74 žiadostí a po dôkladnom posúdení nadačnou radou finančnú podporu získalo deväť projektov.

Predkladané projekty sa mali primárne orientovať na sféry podpory vzdelávania, životného prostredia, zlepšenia života komunity či podpory športujúcej mládeže.

Od organizácií a združení z Dúbravky bolo doručených 16 žiadostí na veľmi zaujímavé projekty a vybrať z nich tie najlepšie nebolo vôbec jednoduché. „Pri finálnom výbere sme kládli dôraz na zámer projektu, na trvalú udržateľnosť a na dosah na rozvoj komunity. Záleží nám na zvyšovaní kvality životného prostredia a taktiež na možnostiach podnetného trávenia voľného času detí, dospelých a seniorov. Preto vždy radi využijeme príležitosť podporiť aktívne organizácie, ktoré sa snažia o rovnaké ciele,“ uviedol Peter Dobrý, predseda správnej rady Nadácie Veolia Slovensko. Zároveň dodal, že skupina Veolia dáva priestor zamestnancom angažovať sa pri realizácii komunitných projektov, aby aj oni mohli byť súčasťou pozitívnych zmien v lokalitách, kde skupina pôsobí.

## VÍTAZNÝMI PROJEKTMI V DÚBRAVKE SA STALI:

### VZDELÁVANIE A ROZVOJ DETÍ V RC MACKO

Poslaním Rodinného centra Macko je podporovať komunitu rodičov, upevňovať vzťahy a pritom poskytnúť deťom možnosti na ich rozvoj. Návštevníkmi sú hlavne rodičia na materskej/rodičovskej dovolenke so svojimi ratolesťami. Celý chod a harmonogram aktivít zastrešujú mamičky dobrovoľníčky, pričom návštevníci podporujú činnosť centra symbolickým vstupným. „Vzhľadom na to, že vyzbierané peniaze z herničiek slúžia aj na platenie energií, musíme veľmi starostlivo vyberať, na aký účel použijeme zvyšok. Keďže chceme deťom poskytnúť bezpečné a podnetné prostredie na ich rozvoj, rozhodli sme sa zapojiť do grantového programu Nadácie Veolia Slovensko. Je pre nás veľká česť, že sa rozhodli náš projekt podporiť,“ uviedla Silvia Bošková,



členka RC Macko. Získané finančné prostriedky budú použité na nákup rôznych kníh na precvičovanie slov, magnetickej stavebnice na precvičovanie jemnej motoriky, koordinácie ruka-oko a podpory logického myslenia. Poslúžia tiež na zabezpečenie pomôcok do Macko Montessori ateliéru, v ktorom sú deti vedené k samostatnosti pri rôznych činnostiach. „Veľa rodičov si v momentálnej finančnej situácii nemôže dovoliť zaobstarávať hračky na podporu rozvoja svojho dieťaťa, preto ich kúpou pomôžeme rodinám v širokom okolí. Veríme, že tieto pomôcky prispesú k väčšej spokojnosti a

zároveň uľahčia deťom štart do života,“ dodala.

### KOMUNITNÝ PARK "INKLÚZIA" PRE KLIENTOV A SÍDLISKO V DÚBRAVKE

Druhý grant poputuje na revitalizáciu časti záhrady v zariadení pre seniorov HESTIA. Je to miesto, ktoré spája rodinnú, priateľskú atmosféru domova s profesionálnou starostlivosťou o obyvateľov zariadenia s ľudským prístupom personálu.

O radosť zo získania grantu sa podelila Ľubica Kočanová, generálna ma-

nažerka HESTIA n. o.: „Naše verejné poďakovanie spojené s našou úprimnou radosťou patrí Nadácii Veolia Slovensko, ktorá sa svojím komunitným grantom rozhodla podporiť projekt revitalizácie záhrady HESTIA n. o. Záhrada je aktuálne upravená, ale je zastaraná. Komunikačné povrchy v nej nie sú bezpečné, asfalt je vplyvom času poškodený, nekvalitný, stará brána a oplotenie sú prehrdzavené.“

Finančné prostriedky od Nadácie Veolia Slovensko budú použité predovšetkým na úpravu spevnených plôch s asfaltovým a Bangkokom povrchom. Vďaka realizácii rekonštrukčných prác bude možné otvoriť uzatvorený park pre širšiu okolitú verejnosť a prepojiť tak život klientov so životom sídliska. „Naším cieľom je búrať „bariéry a ploty“ ktoré sú medzi nami a sídliskom. Nechceme byť izolovaným zariadením, oddeleným od sídliska. Projektom chceme v parku otvoriť a rozvinúť spoločenský život, kde budeme spájať sídlisko a našich znevýhodnených klientov podujatiami, kultúrnymi vystúpeniami, prednáškami, spirituálnymi stretnutiami, opekaním dobrôt, ale aj spájať deti so špeciálnymi potrebami s našimi seniormi,“ priblížila pani Kočanová.

Úspešným žiadateľom gratulujeme a prajeme veľa úspechov pri realizácii projektov, ktoré, veríme, opäť o niečo skvalitnia život v Dúbravke.

**Mária Hlaváčová,**  
Veolia Energia Slovensko, a. s.





## RADY ZÁHRADKÁROM

## Hodnotíme rok a plánujeme

**T**ešíme sa na blížiacu sa vianočnú sviatky. Zhodnotíme uplynulý rok v záhradke, poseďme so susedmi, pochválime sa pestovateľskými úspechmi a hľadáme príčiny neúspechu. Viacerí z nás asi zaznamenali slabšiu úrodu ovocia, predovšetkým jablk, čerešní, sliviek či hrušiek, naopak darilo sa zelenine a drobnému ovociu, hovorí Milan Trstenský, člen komunitnej Vodárenskej záhrady o. z. Živica.

**Záhradkár v decembri:** Keď je už zem premrznutá, rozhodíme po trávniku kompost, v hrúbke okolo 0,5 cm. Predtým však vyhrabeme z trávniku ihličie, listie a suché konáriky. Prezeráme a opravujeme ploty.

**Ovocné stromy:** Stromy majú obdobie vegetačného pokoja. Dokončíme výsadbu, za vhodného počasia začíname s presvetľovaním. Väčšie rany zatierame štepárskym voskom. Ak nie sú mrazy, začneme s prípravou vrúbľov na jarné preštiepanie ovocných stromčekov.

**Drobné ovocie:** Medzi jahody dáme rašelinu alebo kompost, aby nevymrzli. Upravíme maliny, môžeme začať s rezom ríbezlí.

**Zelenina:** Paradajky a papriku v skleníku môžeme ponechať až do príchodu silnejších mrazov. Po zbere ju môžeme nechať dozrieť v teple na parapetoch, prípadne papriku a čili papričky vysušime, vyčistíme od jadierok a najemno pomelieme na kávovom mlynčeku. Kontrolujeme sklad uložených zeleniny a ovocia. Podľa potreby vyskladňujeme.

Kontrolujeme jesenné výsevy cesnaku, cibule. Zberáme čerstvý pór a mangold, keď nemrzne aj mladú cibuľku zo skorého jesenného výsevu.

Dôležitým pomocníkom permakultúrneho spôsobu pestovania a ovocia a zeleniny je spevavé vtáčstvo. Nezabudnime ho predovšetkým v týždňoch so snehovou prikrývkou pravidelne prikrmovať, občas môžeme pripraviť aj miskú s vodou. Prikrmujeme ovčím, kozľacím alebo hovädzím lojom, semenkami slnečnic a tekvicovej zeleniny.

• reflexná terapia chodidiel • masáže • poradenstvo



Zdravotné stredisko  
Saratovská 24, 841 02 Bratislava  
telefón: +421 919 077 093

peter.pikula@reflexnaterapia.sk  
www.reflexnaterapia.sk



## OBČIANSKA INZERCIA

- Vymením garáž pod bytovým domom s elektrinou v rozlohe 19,19m<sup>2</sup> na Sekurisovej ulici za podobnú na ulici Gallayova, Cabanova, Pri križi, Tranovského, Hanulova. Tel.: 0907 120 180
- Predám el. hriec ETA pečienka plus výhodne. Tel.: 0948 396 863
- Učím hru na flaute a gitare hravo a ľahko k pesničkám. Tel.: 0911 356 463
- Predám zariadenie pre perličkový kúpeľ - komplet/poduška trubica, prívod vzduchu do matrace. Cena dohodou. Tel: 0917 230 283
- Predám rozťahovací mahagónový jedálny stôl pre viac osôb v zachovalom stave a hrubší koberec s egyptským motívom. Cena dohodou. Tel: 0917 230 283
- Predám stojanovú lampu /stropovú/- výška 135 cm. Cena 80 eur. Tel: 0917 230 283
- Predám elektrickú solnú lampu - rúžovú. Cena 20 eur. Tel: 0917 230 283

## ZUBNÁ AMBULANCIA A POHOTOVOSŤ NA KRAMÁROCH

(Stromová 16)  
Ordinujeme od 15.00 – 21.00.  
Ošetríme každého bez čakania, kto nám zavolá.  
Tel.: 0905 662 407



## MESTSKÁ ČASŤ BRATISLAVA - DÚBRAVKA

## Bezplatná právna poradňa v decembri

Bezplatná právna poradňa funguje v Kultúrnom centre Fontána na Ožvoldíkovej.

V decembri bude dispozíciou v stredu **20. decembra od 13.00 – 16.00**. Pred návštevou je potrebné poradne si pripraviť všetky dokumenty. Premyslieť si ako zadefinovať svoj problém.

**Tepujem koberce, sedačky, matrace, kvalitne, za výhodné ceny. Menšie koberce môžeme zobrať do firmy, vytepať a vysušiť. Neváhajte volať na tel: 0918 69 66 23**

## MALIARSKÉ PRÁCE

MAĽOVANIE  
STIERKOVANIE  
NATIERANIE  
BENÁTSKY ŠTUK  
RADOSLAV OSUSKÝ  
0911 128 116



## PODNIKATEĽSKÁ INZERCIA

- Vodoinštalácie, oprava, montáž. Ján Dobrý. Tel: 0904 572 977
- Glazúrovanie vaní za prijateľnú cenu so zárukou. Tel.: 0905 983 602.
- Servis a opravy PC, Kontakt: 0915 720 730, www.aatuh.sk
- Doučím matematiku – ZŠ, SŠ, VŠ – aj príprava na prijímacie pohovory. Doučím IS SAP – Moduly a programovanie. Tel.: 0905 068 551

## VÝCVIK PŠOV



WWW.CVICIMEPSOV.SK

Športový klub policajnej kynológie ponúka profesionálne vedený výcvik psov všetkých plemien podľa metodiky vhodne upravenej k veku vášho psa - od šteniat až po dospelé psy.

0917 173 665

Opravy, vítanie, montáž svetiel, nábytku, vod. batérií, zapojenie spotrebičov. servis plast.okien. Tel.: 0948 727 605

OPRAVA - VÝROBA - PREDAJ ŠPERKOV



**-15% ZLATO**

**-30% STRIEBRO**  
OCEĽ - MINERÁLY  
na nákup nad 30€

VIANOČNÉ ZĽAVY

OBCHODNÉ CENTRUM PO-PI 10-18:30  
DUBRAWA SO 10-14:00

0905 302 335 +

PLATÍ V KAMENNEJ PREDAJNI  
PO PREDLOŽENÍ KUPÓNŮ DO 31.12. 2023



RE/MAX  
Elite

VÁŠ REALITNÝ  
MAKLÉR PRE  
DÚBRAVKU



ING. TATIANA URBANCOVÁ

mobil: 0911 104 429  
www.facebook.com/tatianaurbancova  
tatiana.urbancova@re-max.sk

Ponúkam 14-ročné skúsenosti  
pri predaji nehnuteľností

*Dakujem za dôveru*



Stiahni si novú aplikáciu  
SOM správy o meste - Dúbravka  
www.spravymeste.sk



DUBRAWA REAL  
REALITNÁ KANCELÁRIA

Vladimír MATRKA, RSc.

CERTIFIKOVANÝ REALITNÝ MAKLÉR

Váš realitný maklér  
pre Dúbravku

Sprostredkujem kúpu, predaj  
alebo prenájom nehnuteľností.  
Rýchlo, hladko a transparentne.

☎ 0917 052 310

✉ matrka@dubrawareal.sk

www.dubrawareal.sk

Dubrawa Real, s. r. o.  
Klincová 35, 821 08 Bratislava

www.dubrawareal.sk







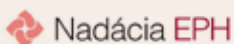
## Bezbariérová toaleta pre knižnicu

**D**ebarierizácia Miestnej knižnice na Sekurisovej pokračuje. Po vybudovaní bezbariérového vstupu a interierovej schodiskovej plošiny pripravila mestská časť projekt bezbariérovej toalety.

Projekt Vybudovanie bezbariérovej toalety Miestnej knižnice Dúbravka bol pripravený s cieľom umožniť všetkým návštevníkom, vrátane telesne znevýhodnených občanov, komfortne využívať prostredie Miestnej knižnice Dúbravka bez obmedzení a barier.

Zámerom projektu bolo neprístupnú toaletu s nefunkčnou kuchynkou na prizemí knižnice prebudovať na komfortné, normy spĺňajúce hygienické zázemie, prispôbené tak pre osoby na invalidnom vozíku, ako aj pre iných.

Projekt "Vybudovanie bezbariérovej toalety v miestnej knižnici" finančne podporila Nadácia EPH, celková výška dotácie bola 15-tisíc eur.



## Knižnica neznamená polica - živé miesto v jednej mestskej časti

**R**ekonstruktúra detského oddelenia miestnej knižnice sa realizuje vďaka integrovanému regionálnemu operačnému programu nenávratného finančného príspevku Ministerstva investícií, regionálneho rozvoja a informatizácie Slovenskej republiky v zastúpení Ministerstva kultúry Slovenskej republiky, ktorý bol poskytnutý na projekt s názvom Knižnica neznamená polica - živé miesto v jednej mestskej časti.

Cieľom projektu je zvýšenie kvality poskytovaných služieb v kultúrnej inštitúcii - v Miestnej knižnici Dúbravka a zlepšenie úrovne hygienických štandardov kultúrnej inštitúcii.

**NENÁVRATNÝ FINANČNÝ PRÍSPEVOK:** 189 491,88 EUR

**VÝŠKA FINANČNEJ PODPORY Z EÚ:** 189 491,88 EUR.



Integrovaný regionálny operačný program

Integrovaný regionálny operačný program 2014-2020  
je spolufinancovaný z Európskeho fondu regionálneho rozvoja

## SADILI, POZOROVALI RASTLINY, TVORILI HERBÁR

# Bylinková záhrada na Švantnerke

**Z**druženie rodičov pri Materskej škole Švantnerova sa zapojilo do zaujímavého projektu pre deti, ktorý vyhlásila mestská časť Bratislava-Dúbravka formou mimoriadnej dotácie v druhom polroku 2023. Hlavným cieľom projektu Bylinková záhradka je tvorba a ochrana životného prostredia a ochrana zdravia obyvateľstva.

Materská škola Švantnerova disponuje šiestimi vyvýšenými záhonmi, do ktorých si pripravuje vlastný kompost z biologického odpadu. Teraz investovala financie do ďalších záhonov.

Zámerom bolo vytvoriť z nich priestor, ktorý dokáže deti vzdelávať a zároveň ich naučí pracovným návykom i sebaistočnosti v dopestovaní bylín.

Edukačné aktivity s deťmi boli zamerané na pozorovanie pod mikroskopom, vyhľadávanie a porovnávanie bylín v knihách s realiami. Deti s radosťou priniesli knihy, ktoré majú v domácich knižniciach.



Záhradkári zo Švantnerky.

Foto: MŠ Švantnerova

Predškoláci vyrábali knihu bylín, herbár a naučili sa básničky. Okrem vzdelávacích aktivít si spoločne vytvorili bylinkové vrecúška a ochutnali čajik z čerstvých bylín.

Do projektu sa zapojili nielen deti, ale aj rodičia a zamestnanci. Záver projektu zhrnuli zamestnanci v Otvorenej hodine pre pedagógov, aby posúdili, že „bylinková“ téma je deťom blízka, zaujímavá a hlavne poučná.

Projekt bude pokračovať v ďalších ročných obdobiach (jar a leto), keď sa budú deti starať o záhony a ochutnávať bylinky v nátiarkach a čajíčkoch.

Ďakujeme mestskej časti Bratislava-Dúbravka za možnosť získať dotáciu na udržateľný rozvoj blízkeho okolia v materskej škole.

Propagácia projektu <https://www.mssvantnerova.sk/projekt-bylinkova-zahradna>

## ZAČIATOK ŠKOLSKÉHO ROKU V MŠ BULLOVA S NOVINKAMI

# Ihrisko aj bránky pre malých športovcov

**Za** prvé dva mesiace nového školského roku 2023/2024 pribudli do Materskej školy Bullova nielen nové deti, ale aj viacero novín na školskom dvore.

V rámci projektu Zelená pre malých športovcov, ktorý finančne podporila dotáciou mestská časť Bratislava-Dúbravka v roku 2023 a z dvoch percent z daní vyzbieraných OZ Bullka v roku 2023, vytvorila materská škola nové krásne ihrisko zmontované z gumených dlaždíc s rozmermi 5 m x 8 m.

Toto ihrisko si deti ihneď zamilovali a tešia sa z pohybu na bezpečnom a mäkkom povrchu. K ihrisku materská škola získala aj dve futbalové bránky v rámci podpory malých futbalistov, za čo vďačí miestnemu poslancovi a zástupcovi ŠKP Dúbravka Štefanovi Gubicovi.

V polovici októbra priložili ruku k dielu aj rodičia detí z MŠ Bullova a zamestnanci, ktorí v rámci poobednej brigády pomohli upraviť plochy okolo budovy. Po zateplení školského objektu boli dlhšie zanedbané.

Plochy pod oknami budovy materská škola skrásila rastlinkami a okrasnými kamienkami zakúpenými vďaka projektu z Programu Zelený región, dotovaného Bratislavskou voďárenskou spoločnosťou (BVS).

Ďakujeme za dotácie mestskej časti Bratislava - Dúbravka a BVS, bez ktorých by realizácia projektov nebola možná.

**OZ Bullka**



Skrášľovanie areálu materskej školy.

Foto: MŠ Bullova



Malí futbalisti s novými bránkami.

Foto: MŠ Bullova



▶ NA NETE BEZPEČNE A ETICKY. TAKÝ JE NÁZOV AJ ZÁMER PROJEKTU NA DÚBRAVSKÝCH ŠKOLÁCH

# To, čo zverejníme na nete, to ostane

Viete, čo je netiketa, a aké má pravidlá? Čo hrozí deťom v online svete? Aké sú nástrahy a prínosy, ale aj ako rozoznať hoax? Nielen na tieto otázky dáva dúbavským deťom odpoveď projekt *Na nete bezpečne a eticky*, ktorý organizuje mestská časť Bratislava-Dubravka vďaka podpore Bratislavského samosprávneho kraja, a to v rámci Bratislavskej regionálnej dotačnej schémy – výzvy na podporu mládeže pre rok 2023. Za deťmi prichádzajú lektori z interaktívnymi prednáškami zo školy programovania v Dúbravke – Logiscool.

## LUCIA MARCINÁTOVÁ

„Cieľom projektu je preškoliť 3150 žiakov všetkých štyroch základných škôl v Dúbravke v oblasti bezpečnosti a etiky na internete, znížiť online šikanu, naučiť ich rozpoznať hoaxy a dezinformácie, zvýšiť ich digitálnu gramotnosť,“ priblížila koordinátorka už rozbehnutého projektu za mestskú časť Mária Smiešková. „Na základe skúseností učiteľov, psychologov a rodičov bol vypracovaný program školení v oblasti internetovej bezpečnosti.“

Súčasne sa spolu s deťmi rozvíjajú i pedagógovia. Tému online bezpečnosti spoznáva totiž aj 150 pedagogických zamestnancov základných škôl, ktorí robia na školeniach pedagogický dozor.

Školenia spojené s interaktívnymi aktivitami absolvujú postupne žiaci 3. - 9. ročníka vo všetkých štyroch dúbavských základných školách.

### OD BEZPEČNOSTI CEZ ŠIKANU K HOAXOM

Bezpečnosť na internete pre tretí až piaty ročník. Tvorba online obsahu a jeho zdieľanie. Netiketa ako prevencia online šikany pre piatakov a starších a tiež hoaxy, dezinformácie a autorské práva. Také sú témy školení a interaktívnych hodín so žiakmi.

Stoja za nimi lektori zo školy programovania v Dúbravke – Logiscool, ktorá pôsobí na Sekurisovej ulici a okrem prednášok popularizuje aj témy programovania. Navštívili sme školiteľov a pripravili do Dúbavských novín miniseriál o projekte a najmä bezpečnosti na internete.

### NEBEZPEČNÉ SKUPINY

„Veľakrát deťom opakujeme, že to, čo sa napíše na internete, tam ostane navždy,“ hovorí Peter Kažmír, lektor z Logiscool. „Strácame nad tým kontro-

## BEZPEČNOSŤ NA INTERNETE

**Na internete:**

- používam silné heslá
- nestahujem všetko čo na mňa zabliká
- nepíšem úplne všetky informácie o sebe a o svojich blízkych

**Ako vyrobiť silné heslo:**

- malo by byť čo naaaaaajdlhšieeeee
- obsahuje malé a VEĽKÉ znaky
- má špeciálny `[]@#!&` znak
- nech si ho ľahko zapamätám

## NETIKETA NA INTERNETE

- Nerob iným to, čo nechceš, aby robili tebe
- Správaj sa tak, ako by si sa správal aj na ihrisku
- Vytvor o sebe dobrý obraz nešír hoaxy a fake news, nenadávaj a nepíš nenávisťné komentáre
- Snaž sa druhých rešpektovať a nezosmiešňovať
- Rešpektuj súkromie iných a dobre si chráň to svoje
- Skôr ako niečo uverejníš, pošleš alebo okomentuješ, POROZMÝSLAJ, aký by to mohlo mať dopad na iných, ale aj na teba.

## HOAXY A DEZINFORMÁCIE

**Čo je HOAX:**

- poplašná a nepravdivá správa
- šíri sa najmä prostredníctvom sociálnych sietí
- vyzýva na jej ďalšie šírenie a zdieľanie
- jej úlohou je často vyvolať paniku

**Ako HOAX odhaliť?**

- overuj si informácie a zodpovedne ich zdieľaj
- never výzvam, aby si niečo podnikol
- čítaj celú správu, nielen nadpisy
- zamysli sa, či nejde o vtip

lu, hoci sociálne siete a Google majú svoje pravidlá, majú svoje GDPR, garancia toho, že firma bude narábať s dátami tak, akoby sme chceli, je relatívna. Snažíme sa deťom vysvetliť, že hoci správu v chate vymažú, nikdy nie je zmažaná naozaj. Internet vie o tebe všetko, čo mu o sebe napíšeš, ale aj oveľa viac. Vie, aké máš rád hry, aké webové stránky navštevuješ, a dokonca aj, kto sú tvoji kamaráti na internete. Podstatné na internete je tiež vytvorenie dobrého hesla.“

Heslo by malo obsahovať malé aj veľké znaky a zahŕňať aspoň jeden zo špeciálnych znakov, napríklad `§`, `#`, `@`, `!` a nejaké číslice. Zároveň má byť

pre jeho autora ľahko zapamätateľné a môže ním byť pokojne aj celé veta.

Národné centrum kybernetickej bezpečnosti SK-CERT a školy upozorňujú aktuálne na nebezpečnú skupinu s názvom Prídeť čo najviac ľudí na platforme WhatsApp. Skupina podľa spravodajstva prístupňuje deťom pornografický obsah, explicitné videá vrážd a samovrážd.

„Šíriteľ má z nejakého dôvodu databázu telefónnych čísel, čísla popriadáva do nejakej skupiny a začne tam šíriť násilie, pornografiu,“ približuje Peter Kažmír. „Je to taký fishing, povedia deťom, pridali sme ňa do skupiny, je to výzva, aby nás v nej bolo 10-tisíc,

chceme vytvoriť svetový rekord a podobne. Je zlé, že deti sa tomu nemôžu brániť a sú do tej skupiny pridané, nemôžu sa rozhodnúť či do nej vojdú alebo nie, no môžu odtiaľ odísť.“

Podľa odborníka je potrebné deťom vysvetliť, že nevedí, keď zo skupín odíde. „Snažíme sa deťom komunikovať, aby sa nebáli robiť ani kvázi nepopulárne činy, napríklad opustiť skupinu, povedať, že to je nesprávne, ohlásiť šikanu.“





ZIMNÝ SLNOVRAT, STROMČEK A TICHÁ NOC - VIANOČNÍ

# V Dúbravke bolo na Vianoce

**D**ominantou zimných obyčají a zvykov bol zimný slnovrat, ktorý podľa kalendára pripadá na 21. december. Od pradáva bol koniec jesene a začiatok zimy považovaný za čas, keď nadobúda prevahu zlo nad dobrom, škodliví démoni nad životodarným slnkom.

## LUBO NAVRÁTIL

Slávenie Vianoc stanovili kresťania v 4. storočí na deň zimného slnovratu, aby vytvorili protiváhu pohanským oslavám. Cirkev postupne pretransformovala pohanské tradície na kresťanské sviatky. Kresťanstvo dalo vianočným sviatkom nový zmysel.

Narodenie Krista symbolizuje nový život pre človeka, pretože vďaka jeho príchodu na svet, smrti a zmŕtvychvstaniu môže byť každý spasený a dosiahnuť večný život. Oproti pohanským orgiám a magickým úkonom vložila cirkev do slávania Vianoc celkom iné poslanstvo. Jeho hlavným zmyslom je radosť zo spásy, ktorú ľudstvu poslal Boh vo svojom synovi, čím obdaroval všetkých ľudí. Preto vznikol aj zvyk dávať si darčeky pod stromček.

## STROMČEK

História vianočného stromčeka, obľúbeného na celom svete, sa začala písať v nemeckom protestantskom prostredí. Prvá písomná zmienka o stavaní ozdobeného stromčeka pochádza z roku 1507 od kazateľa Geislera z Alsaska.

Johann Wolfgang Goethe opisuje stromček u strýka v roku 1765. V roku 1815 sa spomína prvý stromček v Gdaňsku, v roku 1817 vo Viedni, v roku



Slávnostne nasvietený kostol Ducha Svätého v decembri roku 2016.

Foto: Lubo Navrátil

1919 v Budíne, v roku 1933 v Ríme a v roku 1937 v Paríži. Pôvod vianočného stromčeka však nie je biblický ani kresťanský – siaha možno až k rímskym oslavám slnovratu-saturnáliám.

Na naše územie prenikol stromček až koncom 18. storočia z Nemecka. Najprv sa udomácnil v mestskom prostredí a až koncom 19. storočia začal prenikať na vidiek. Na východné Slovensko sa dostal dokonca až medzi vojny. Dovtedy sa v izbách vešali rôzne slamené predmety, snopy obilja a zelené vetvičky. Aj stromček býval spočiatku zavesený v kúte alebo v strede izby vrcholcom k zemi. Jednoznačnú príčinu, prečo sa práve ihličnatý stromček stal symbolom Vianoc, nepoznáme.

## POHĽADNICA K VIANOCIAM

Prvé želanie k vianočným sviatkom sa rozhodol poslať priateľom a príbuzným Nicolo Monte Mellini z talianskej Perugie. V roku 1709 napísal niekoľko básničiek a myšlienok na kartičky a rozposlal ich svojim drahým. Jeho myšlienky sa neskôr chopili dvaja tlačiarne v Miláne, ktorí začali predávať maľované pozdravy. Zvyk sa postupne rozšíril a stal sa neodmysliteľnou súčasťou vianočných sviatkov.

## STILLE NACHT, HEILIGE NACHT...

Prvenstvo medzi vianočnými piesňami patrí nielen u nás Tichej noci. Jej text pochádza z rakúskeho Lungau, kde ho v roku 1816 zložil duchovný Mariánskej fary Joseph Mohr. O dva roky neskôr pôsobil Mohr v novozaloženej fare svätého Mikuláša v Oberndorfe pri Salzburgu. Na Vianoce 24. decembra 1918 požiadal miestneho organistu Franza Xavera Grubera, aby k jeho básni skomponoval priliehavú melódiu.

Skladba pre dve spevácke sóla, chór a gitarový sprievod sa Mohrovi tak zapáčila, že ju narychlo zaradil do polnočnej omše. Premiéra piesne Stille Nacht – Tichá noc v malej kaplnke oberndorfského kostola mala podľa dobových prameňov obrovský úspech. Kaplnka dodnes nesie jej meno a text tejto vari najznámejšej vianočnej piesne preložili postupne do 200 jazykov sveta.

## STRIDŽIE DNI

Dni pred Vianocami boli označované v ľudovej tradícii ako "stridžie" dni a preto ľudia vykonávali rôzne obrady, aby zapudili všetky negatívne sily, ktoré mohli uškodiť nielen ľuďom, ale aj dobytku a budúcej úrode. Stridžie dni začínali na Katarínu a končili na Štedrý deň. Pôvodne bol za najkratší deň roka považovaný 13. december, teda Lucia. Vtedy ľudia nechávali na stole cesnak a okiadať príbytky, aby vypudili démonické sily.

U Chorvátov, ako aj u iných európskych národov, bol zimný slnovrat oslavovaný dlho dopredu rôznymi zábavami, tancami a hrami, pri ktorých sa často chodilo v maskách.

## ŠTEDRÝ VEČER

Štedrý večer – Badnjak - bol u Chorvátov v Devínskej Novej Vsi, Dúbravke a Jarovciach oslavovaný rôznymi magickými praktikami.

V Dúbravke pred večerom gazda nabral pod pazuchu sena, vstúpil s ním do kuchyne a zažal všetkým: "Vinšujem vám, vinšujem, ovie srite svetke, Ježuševo narodenje, či si od miloga boga zjodate, zdravte, sritu a po smrti dušnoga spaseňa."

Seno potom položil pod stôl. Po večernom zvonení zapálili v izbe sviečku a rodina zasadla k večeri. Spoločne sa pomodlili, gazda požehnal jedlo, nalial všetkým dospelým a starším deťom víno a predniesol prípitok.



Vyzdobený stromček pred Miestnym úradom.

Foto: Lubo Navrátil



## É ZVYKY A OBYČAJE DÚBRAVSKÝCH CHORVÁTOV

# e pod stolom seno, na ňom víno



Tradičiou sa stal už aj drevený betlehem, ktorý pre Dúbravku vyrezávalo osem slovenských rezbárov a dokončený bol v roku 2018. **Foto: Lubo Navrátil**

V Jarovciach popoludní pred Štedrým večerom gazda porozkladal v izbe na podlahe slamu, na ktorej potom rodina tri noci spávala. Táto obyčaj bola spojená s poverou, aby sliepky dobre znášali. Skôr ako gazdina prikryla stôl obrusom, nasypala naň obilie rôzneho druhu v tvare kríža. Navrch položila potom „božitnjak“, štedrovečerný pletený koláč, ozdobený figúrkami vtákov. Naprostred stola položili malý vianočný stromček "božitno drivo". Malý stromček odniesli aj na hroby. Nezabudli ani na tanier s vyklíčenou pšenicou zasiatu na deň sv. Barbory.

### CHODENIE S HVIEZDOU

Až do 70-tych rokov 20. storočia sa v Jarovciach zachovala obyčaj chodenia s hviezdou. Traja mládenci chodili po dedine a jeden z nich spieval jednu

z vianočných kolied. Luďom vinšovali zdravie, šťastie a božie požehnanie. V záhorských a zadunajských obciach chodili mládenci dopoludnia šibať svoje rovesníčky korbáčmi.

V Dúbravke a Devínskej Novej Vsi chodili chlapi od skorého rána vinšovať príbuzným a susedom. V priebehu 19. a 20. storočia chorvátske zvyky a obyčaje postupne splynuli so slovenskými a vytvorili tak špecifikum výročného zvykoslovia a obradovej ľudovej kultúry v záhorských i zadunajských obciach.

### OBDOBIE ZABÍJAČIEK

V Dúbravke sa zabíjačky konali hlavne od Kataríny do Vianoc, ale aj počas fašiangov pred Veľkou nocou. Bolo to obdobie, keď bývalo relatívne hojnejšie. V Dúbravke musela svinka



Vianočné trhy v meste i v Dúbravke sa stali neodmysliteľnou súčasťou adventného obdobia. **Foto: Lucia Marcinátová**

pripravená na zakáľačku vážiť minimálne 150 kíl a slaniny musela mať na štyri prsty, spomínajú Starodúbravčania.

Zabíjačka sa začínala skoro ráno a prvé posilnenie chlapov po zaklatí prasaťa bola krv pečená na cibulke a, ako inak, pohárik tvrdého. V Dúbravke sa prasa obárilo, na rozdiel napríklad od Žitného ostrova, kde sa štetiny opaľovali slamou. Obarená svinka sa popretahovala reťazou, aby sa odstránili štetiny, oškrabala sa špeciálnymi zvoncami a vyumývala dobiela. Potom sa buď zavesila na „rémy“, alebo sa jednoducho rozoberala na stole. Mäso sa triedilo podľa kvality a podľa ďalšieho upotrebenia.

### ZABÍJAČKOVÉ ŠPECIALITY

V polovici novembra mohli Dúbravčania vidieť tradičnú dúbavskú zabíjačku na vlastné oči. V múzeu sa od

rána pripravovali špeciality. Z menej hodnotných kúskov mäsa, vnútorností a koží robila tlačienka (švankes), cesnakový lalok, krvavnice (jelitka), jaternice, pražili sa škvarky, piekli sa rebierka a podbrušina s cesnakom a rascou, do láku sa nakladala šunka a slanina na údené a zo zvyškov ovaru sa robila zabíjačková kapustnica, ovarová polievka či zožráčka kaša.

### SYSTEM VÝSLUŽIEK

Rodiny zabíjali zväčša po dohovore s príbuznými a známymi, aby si výslužkami zabezpečili prísun čerstvého mäsa a zabíjačkových špecialít aj v čase, keď sa vlastné zásoby už minuli. Veľká výslužka pre najbližšiu rodinu a dobrých známych sa skladala spravidla z dvoch kúskov mäsa, štyroch jelítok a kanvice kapusty či ovaru, malá výslužka znamenala kus mäsa, dve jelitka a ovar.



Súčasťou predvianočného očakávania je aj odovzdávanie betlehemského svetla, ktoré do Dúbravky už tradične prinášajú skauti 11. zboru Biele delfíny. **Foto: Lucia Marcinátová**



K zimnému obdobiu neodmysliteľne patrili aj zabíjačky. V Dúbravke sa už dve desaťročia koná Dúbavský klobásový festival. **Foto: Lubo Navrátil**



► KRAJ ORGANIZOVAL ŠPORTOVÝ DEŇ STREDOŠKOLÁKOV AJ SENIOROV

# Dúbravka bola prvá v kvíze o kraji

**Na** Mladej Garde mladí, v zariadení sociálnych služieb ROSA senior. Bratislavský kraj pripravil športový deň stredoškôľakov aj štvorčlenných seniorských družstiev.

Bratislavský samosprávny kraj v spolupráci so športovými zväzmi a klubmi tento rok privítal športovú mládež nie len z Bratislavského kraja. Župný športový deň BSK pre stredoškôľakov sa konal 21. septembra v Športovom areáli Mladá Garda na Račianskej.

„Cieľom tohto podujatia je podporiť mladých ľudí, aby sa viac hýbali, športovali, aby sa stretávali žiaci z rôznych škôl a nadviazovali vzájomné kontakty a porovnali si svoje športové zdatnosť,“ ozrejmil predseda BSK Jura Droba.

Svoj už tradičný športový deň mali aj seniori z Bratislavského samosprávneho kraja. V zábavných športových disciplínach sa stretli štvorčlenné družstvá seniorov už na tradičnom mieste v Zariadení sociálnych služieb ROSA na Dúbravskej ceste. Podujatie sa konalo pod záštitou predsedu Bratislavského samosprávneho kraja, Juraja Drobu.

Počas septembrovej daždivéj soboty sa štvorčlenné družstvá seniorov stretli v zábavných športových disciplínach vrátane štafetovej chôdze, hodu valčekom na cieľ, hodu šípkami na terč, florbalovej streľby hokejkou na bránku, hlavolamu, chôdze s loptičkou cez prekážky a kvíze o Bratislavskom kraji. Išlo už



o X. ročník Župných športových hier seniorov, podujatie sa zúčastnilo 18 družstiev, dokopy 72 súťažiacich. Absolútnym víťazom sa stalo Denné

centrum z Kubačovej ulice v Rači.

Vstupenkou na podujatie bol vlastnoručne upečený domáci koláč. Koláče potom súťažili v kategórii

„Najchutnejší župný koláčik“. O program sa postarala hudobná skupina a mažoretky z dúbravského súboru ALBA Bratislava. (bsk)

## ŽUPNÁ OLYMPIÁDA SENIOROV – VÝSLEDKY

### ► A) „Hod loptou na kôš“

1. miesto - Denné centrum, mestská časť Bratislava - Rača, Kubačova 21, Bratislava
2. miesto - Základná organizácia JDS Malacky
2. miesto - mestská časť Bratislava - Dúbravka
3. miesto - nebolo

### ► B) „Hod šípkami na terč“

1. miesto - Ružinovský domov seniorov
2. miesto - Jednota dôchodcov Slovenska Budmerice
3. miesto - JDS Lamač

### ► C) „Strelba florbalovou hokejkou a bránu“

1. miesto - Domov pri kríži, Pri kríži 26, Bratislava
2. miesto - Denné centrum, mestská časť Bratislava - Rača, Kubačova 21, Bratislava
3. miesto - Jednota dôchodcov Slovenska Budmerice

### ► D) „Chôdza s loptičkou na lyžičke“

1. miesto - Denné centrum, mestská časť Bratislava - Rača, Kubačova 21, Bratislava
2. miesto - JDS Lamač

3. miesto - mestská časť Bratislava - Dúbravka

### ► E) „Hlavolam“

1. miesto - Základná organizácia JDS Malacky
2. miesto - Zariadenie sociálnych služieb Pezinok
3. miesto - Jednota dôchodcov Slovenska Budmerice

### ► F) „Kvíz o Bratislavskom kraji“

1. miesto - mestská časť Bratislava - Dúbravka
2. miesto - SENIOR klub, Lackova 4, Bratislava

2. miesto - Základná organizácia JDS Malacky
2. miesto - Okresná organizácia JDS Malacky
3. miesto - nebolo

### ► G) „Najchutnejší župný koláčik“

- Domov jesene života, Hanulova 7/a, Bratislava

► Absolútnym víťazom X. ročníka Župných športových hier 2023 sa stalo Denné centrum - Rača, Kubačova 21.





### V DÚBRAVKE VZNIKLO CENTRUM ODBORNÉHO VZDELÁVANIA A PRÍPRAVY PRE POTRAVINÁRSTVO

## Kraj obnovil školu na Harmincovej

**B**ratislavský samosprávny kraj pokračuje v modernizácii školstva. Rekonštruje nielen budovy a interiéry škôl, ale zavádza aj nové atraktívne odbory a buduje Centrá odborného vzdelávania a prípravy (COVP). Práve tie podporujú odborné vzdelávanie a lepšie prepájajú praktické vyučovanie s reálnym pracovným prostredím. Jedným z takýchto projektov je aj pracovisko Strednej odbornej školy (SOŠ) gastronómie a hotelových služieb na Harmincovej v Bratislave, ktoré bude slúžiť pre oblasť potravinárstva.

„Posledných tridsať rokov bolo stredné odborné školstvo podceňované. A pritom vidíme, že nám stále viac chýbajú remeselníci ako napríklad elektrikári, vodári, mechanici, murári, ale aj kuchári, čašníci, či pracovníci v cestovnom ruchu. Naším cieľom je zatriktívňovať odborné školstvo a tiež zvyšovať uplatniteľnosť absolventov škôl v praxi. Preto je dôležité mať kvalitné školy a v nich moderné vybavenie. A to sa nám aj darí plniť. Aj vďaka tomu záujem o naše odborné školy stúpa. Len za minulý rok bol nárast prihlášok o 20 %,“ uviedol predseda BSK Juraj Droba na slávnostnom otvorení zmodernizovaného Centra odborného vzdelávania a prípravy na Harmincovej v Dúbravke.

### DVE PREVÁDZKY

Komplexnou rekonštrukciou prešli v Dúbravke štyri podlažia budovy. V celom objekte sa vymenili rozvody kanalizácie a vody, ústredného kúrenia a elektroinštalácie. Súčasťou bola aj inštalácia sociálnych zariadení (WC, sprchy, WC pre imobilných).

Stavebnými prácami sa vybudovali dve prevádzky v novom koncepte pekár/cukrár a mäsovýroba, ktoré majú svoje oddelené výrobné priestory so

zázemím, skladmi a pod. Celý objekt je zateplený, vrátane kompletnej výmeny okien, čím sa znížila energetická náročnosť objektu.

Vznikol tak priestor pre odborné pracoviská z viacerých objektov SOŠ gastronómie a hotelových služieb so sídlom na Farského ulici, ktoré sú koncentrované na jednom mieste.

### PROJEKT Z PROGRAMU IROP

„Moderné priestory, ako aj vybavenie, prispievajú k rozvoju pedagógov a približia vzdelávanie podmienkam podobným v podnikateľskom prostredí. Rovnako sa zlepši kvalita odborného vzdelávania, zvýši sa počet žiakov na praktickom vyučovaní a vytvoria sa priestory pre celoživotné vzdelávanie. Zároveň sa podporí sa inklúzia vďaka bezbariérovému prístupu a zvýši sa energetická efektívnosť,“ doplnila štátna tajomníčka Ministerstva investícií, regionálneho rozvoja a informatizácie (MIRRI SR) Barbora Lukáčová.

Projekt bol financovaný z Integrovaného regionálneho operačného programu (IROP) 2014 – 2020. Výška nenávratného finančného príspevku je 3,2 milióna eur.

Foto: BSK

### NOMINÁCIE NA OCENENIA BRATISLAVSKÉHO KRAJA ZA ROK 2023 SÚ SPUSTENÉ

## Nominujte osobnosť BSK na ocenenie

**B**ratislavský samosprávny kraj (BSK) každoročne oceňuje výnimočné osobnosti kraja. Ide o ľudí, ktorí svojou prácou výrazne prispeli k spoločenskému, kultúrnemu a ekonomickému rozvoju. Preto nepremeškajte príležitosť navrhnúť tých naj.

„Na všetky doteraz ocenené osobnosti som nesmierne hrdý. Sú to výnimoční ľudia z oblasti kultúry, športu, vzdelávania, vedy, zdravotníctva či sociálnej starostlivosti. Svojou prácou alebo talentom robia naše životy lepšími a skvele reprezentujú kraj doma i v zahraničí. Sú pre nás obrovskou motiváciou,“ priblížil predseda BSK Juraj Droba.

Ocenenia BSK udeľuje v kategóriách: Výročná cena Samuela Zocha, Pamätný list Samuela Zocha, Čestné občianstvo BSK, Cena verejnosti a Ďakovný list predsedu BSK. Udeľený bude aj titul Historická osobnosť regiónu, ktorú navrhuje predseda BSK.

Ocenenia BSK môžu byť udelené osobám s trvalým pobytom na území BSK alebo právnickým osobám so sídlom na území BSK. Návrhy

### NOMINÁCIE NA OCENENIA

- ▶ Nominácie je možné poslať do 31. decembra 2023.
- ▶ Prihlasovací formulár a bližšie informácie nájdete tu: <https://bratislavskyykraj.sk/ocenenia>

na udeľenie ocenenia môžu podávať obyvatelia Bratislavského kraja či už samostatne alebo prostredníctvom občianskych združení a organizácií pôsobiacich na území kraja. Doručený návrh musí obsahovať charakteristiku navrhovanej osoby, odôvodnenie predloženého návrhu a písomný súhlas navrhovanej osoby s nomináciou. V prípade návrhu na ocenenie in memoriam je potrebný súhlas žijúcej blízkej osoby.



Oceňovanie býva každoročne slávnostnou udalosťou s programom. Foto: BSK





SUDOKU

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

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



VEĽKOKAPACITNÉ KONTAJNERY DECEMBER

Veľkokapacitné kontajnerov sú určené výlučne pre obyvateľov fyzické osoby MČ Bratislava-Dúbravka, kontajnerov nie sú určené pre podnikateľov, aby sa zbavovali odpadu v rámci svojich podnikateľských aktivít (pri prerábkach bytov a pod.). V prípade že takúto činnosť zistíme, budeme žiadať od tohto podnikateľa buď úhradu nákladov alebo odstránenie odpadu z príslušného kontajnera.

Do kontajnerov sa nemôže ukladať stavebný odpad ako betón, tehly, murivo, dlaždice, obkladáčky, odstránené izolačné materiály. Výnimkou sú keramické umývadlá, WC misy, ktoré je možné uložiť do kontajnerov.

Kontajnerov na veľkorozmerný komunálny odpad taktiež nie sú určené na zber odpadu ako pneumatiky, elektroodpad, batérie a akumulátory, nebezpečný odpad (farby, oleje a pod.).

**7. decembra**  
Žatevná, pri hasičskej zbrojnici

**21. decembra**  
Ožvoldíkova 8, pred bytovým domom

**14. decembra**  
Drobného 25, pri bytovom dome v zákrute

**28. decembra**  
Bilíkova 3, oproti bytovému domu

**21. decembra**  
Červeňáková 2, parkovisko

**28. decembra**  
Nemčíkova 1, parkovisko

**7. decembra**  
L. Zúbka 15, parkovisko

**14. decembra**  
Bezekova / Hanulova na rohu ulíc

Zbierka pre psí útulok

Mestská časť Bratislava-Dúbravka a miestni poslanci pokračujú v zbierke pre psí útulok. Tento rok zmenili miesto zberu. Veci môžu obyvatelia, podnikatelia či školy nosiť na vrátnicu Domu kultúry Dúbravka do **15. decembra**.

Zbierka prijíma len veci, ktoré blízky útulok Slobody zvierat na Poliankach potrebuje.

Ide o staré textilie – koberce, deky, uteráky, posteľnú bielizeň, obojky, vódzky, piškóty, krmivá, konzervy, granule. Útulok neprijíma matrace, vankúše, paplóny, preto ich prosíme nenosiť. Privítajú obojky, vódzky, piškóty, aj otvorené balenia krmív, ktoré domácim miláčikom nechutia, a to pre všetky vekové kategórie, ideálne s vyšším obsahom mäsa.

Zbierka pre útulok patrí už k tradičným dúbravským predvianočným aktivitám. Prvý ročník mestská časť organizovala v roku 2015. Podobne ako v predchádzajúcich rokoch, darčeky pre štvornohých chlpáčov, ktorí žijú v blízkosti Slobody zvierat na Poliankach, odnesie do útulku krátko pred Vianocami starosta Martin Zaťovič spolu s miestnymi poslancami.

(lum)



TIPY Z DÚBRAVSKEJ KNIŽNICE

Neľahké časy: Boj, dráma aj humor

Jeseň nemusí byť len sivá, depresívna. S novými knihami sú aj dlhé tmavé večery „svetlejšie“. Vďaka grantom a dotáciám pribudli v Miestnej knižnici na Sekurisovej viaceré novinky, ktoré po evidencii nájdete na poličkách. Aktuálne sme vybrali tri nové knižky z oddelenia pre dospelých.



**WILLEM FREDERIK HERMANS**  
Slzy akácií

Neistota, podvody, nedorozumenia. Komu veriť? Možno vôbec svojej rodine, blízkym? Aj to prežíva citlivý študent Arthur, ktorý sa snaží pochopiť, čo sa okolo neho deje v knihe významného holandského povojnového spisovateľa. Román nezobrazuje vojnové hrôzy priamo, je skôr o ťažkej, skľučujúcej atmosfére a sondovaní do jednotlivých duší.



**JOHN STEINBECK**  
V neistej bitke

Držiteľ Nobelovej ceny za literatúru John Steinbeck rozpráva vo svojom ranom románe príbeh zbieračov jabĺk, ktorí sa snažia vydoberať si štrajkom lepšie pracovné podmienky. Zaoberá sa životom chudobných v Kalifornii a ich bojom so sociálnou nespravodlivosťou. Barack Obama knihu zaradil medzi desať najlepších románov všetkých čias.



**DANIEL KATZ**  
Keď pradedo lyžoval do Fínska

Pestré rozprávanie plné neuveriteľných príbehov. Taký je debutový román fínskeho židovského spisovateľa. V knihe opisuje osudy troch generácií svojej rodiny. Spoznávame dedka Benna, ktorý v druhej svetovej vojne takmer prišiel o prst - no nie v boji, ale v protibombovom kryte, keď sa rabinovi pošmykol nôž pri obriezke Benneho syna.

Lucia Marcinátová

**Kontakt:** Miestna knižnica Dúbravka  
Sekurisova 12 | 841 02 Bratislava  
kniznica@dubravka.sk | kultura@dubravka.sk

V prípade, že chcete knihy podarovať, napíšte email, my sa na tituly pozrieme, bohužiaľ, máme obmedzené skladovacie kapacity a nemôžeme poskytnúť domov všetkým knižkám. Ďakujeme.



POMÔCKY: OMO TO, TIVA, ATIL, KOVÁRIK	ORECHOVITÝ PLOD TROPICKÉHO STROMU	RIEKA JAPONSKU	RIEKA V KENI	BOJOVÝ POKRIK	TVRDÝ TALJANSKÝ SYR	SÍDLO V MEXIKU		GENERÁLNA PROKURATÚRA (SKR.)	MENO CAPONEHO	TAJNÍČKA	CUDZIE MUŽSKÉ MENO (OSKAR)
POHANA							MENO GABRIELA				
EMIRÁT, PO NEMECKY							BÁL DYM				
SLOVENSKÝ VOJENSKÝ LETEC							DRŽITEĽ INVEŠTIČNÉHO KUPÓNŮ	ŽARNOVICA (EČV) VYLEPŠIŤ			
ČISTIACI PROSTRIEDOK				NEVESTA POPOL, PO ČESKY							
ČASTICA			EČV PARTIZÁNSKEHO TALJANSKY MALIAR			ODRODA SKAPOLITU KYPRI ZEM					
POMÔCKY: PISANELLO, OLSEN, PAAL, LIKIMI	SLOV. OBCH. A PRIEMYSELNÁ KOMORA	POSTOJ, PO ESPERANT. LATINSKÉ MUŽ. MENO					KOZUB ZÁKAZNÍČKA				DCÉRA KRÁĽA MINOSA
LYŽIARSKÉ STREDISKO							MENO ANNY AKCIA, PO ČESKY				
NÓRSKY SKLADATEĽ						LAVÓR, PO ČESKY ALKOHOL					
DĹŽKOVÁ MIERA V INDOUZII					MESTO V KONZSKEJ DEM. REP. KLEPEC						
MAĎARSKÝ REVOLUCIONÁR				BYŤ V RÚRE ÚDER, PO NEMECKY							
POMÔCKY: DEHAENE, BILISHT, DIPYR	BELGICKÝ POLITIK BERLÍNSKY FILH. ORCH.							KÓD ČADU HOLANDSKÝ VÝROBCA AUTOMOBIL.			
MESTO V ALBÁNSKU							MENO DANIELA LEKÁRSKA FAKULTA				
ŽUBRIENKA						MENO KLAUDIE					
ĽUDSKÁ BYTOSŤ						OPICA, PO NEMECKY					

## Magické imelo, nezávislá baza

**P**okračujeme v našom seriáli *Stromy*, ako ich nepoznáme, symbolika u Slovanov a Keltov. Staré národy veľmi dobre poznali všetky druhy stromov a ich liečivé i užitočné vlastnosti. Tie mohli byť využité v domácnosti alebo na výrobu rôznych pracovných nástrojov a okrasných predmetov. Každý strom aj keď mali svoje obdobie roka, čím vznikol určitý stromový horoskop.

### LUCIA PALŠOVÁ

December je u nás tradične spätý so sviatkom Vianoc, no u Keltov a Slovanov bol hlavným sviatkom 21. december – zimný slnovrat. Bol považovaný za najkratší deň v roku a spätý s vonnými bylinami a živoucou stromov, ktorou ľudia vykurovali svoje príbytky.

Používalo sa aj imelo. Je to nadzemná parazitická rastlina rastúca vysoko vo vetvách stromov. Považovalo sa za posvätnú rastlinu, keďže nie je ker a ani strom, nemá korene a rastie vysoko nad zemou. Pre nás predstavuje vianočnú dekoráciu. V horoskope mu je prisudzovaný jediný deň - **23. december**, kľúčové vlastnosti: horlivosť, zodpovednosť, vytrvalosť, oddanosť.

Ľudia v tomto znamení prekonávajú nezdary a prekážky. Sú motivovaní ťažkosťami a túžbou uspieť a absolútne odmietajú vzdať sa čohokoľvek, čo považujú za dôležité. Človek narodený v tento deň je dobrý stratég a je dobrým vodcom, schopným získať uznanie druhých.

Baza čierna – **23. november** až **22. december** – kľúčové vlastnosti: nezávislosť podnikavosť, hlbavosť, priamočiarosť. Baza je krovitý strom a rastie predovšetkým na vlhkých miestach, ktoré sú bohaté na živiny. Kvety a plody bazy čiernej sa využívali mnohými spôsobmi – ako potravinu, no takisto ako liečivo. V starej Dúbravke sa tiež využívala ako liečivo a z kvetov a plodov sa robilo víno, sirupy, likéry, marmelády a čaje. Baza má pevné a pomerne tvrdé drevo. Je ideálne na výrobu pišťaliek, koncoviek a fujár, v minulosti ju majstri rezbári využívali práve na tento účel.

Jedinci narodení v znamení bazy sú optimisti, chcú rozširovať svoje obzory i skúsenosti. Neustále sa rozhládajú po nových výzvach a dobrodružstvách. Nepokojný temperament, ktorý im je vlastný, ich ženie vpred a ťažko ich donúti robiť niečo nasilu. Sú ochotní riskovať a majú tendenciu nasledovať svoju osobnú hviezdu bez ohľadu na fakt, kam ich dovedie.

**CESTY A OSVETLENIE** Záhradným cestám a dvoru treba venovať zvlášť veľkú pozornosť, aby boli trvalo v..... (tajníčka) a bezpečné. Treba sa venovať ich úprave, najmä pokiaľ ide o odstraňovanie klzkého machu, strihanie bujného porastu na okrajoch, spevňovanie okraja ciest a zavedenie osvetlenia pre zlepšenie viditeľnosti za šera a za tmy.



#### Páči sa vám táto krížovka?

Spolu s mnohými ďalšími ju nájdete v publikácii **Krížovky pre celú rodinu**, ktorú vydalo **Ottovo nakladateľství**.

**LeRa \* LADY COLORS \* OTTO KOLLMANN BAND \* KLNKA \* TK DANUBE \* DJ LUKY \* TOMBOLA**

• PRÍPITOK • SLÁVNOSTNÉ MENU • II. VEČERA

# Dúbravský

## FAŠIANGOVÝ PLES

POD ZÁŠTITOU STAROSTU MARTINA ZAŤOVIČA

moderuje: Lenka LeRa Rakárová

VSTUPNÉ  
80 EUR

# 3. FEBRUÁR 2024

## 19:00 DK DÚBRAVKA

ORGANIZÁTORI:

PARTNERI:





Hlavné mesto prišlo v súvislosti s vianočnými trhmi s novinkami. Predĺžilo ich až do Silvestra a vytvorilo akúsi prívetivú zónu na Primaciálnom námestí. Ako po iné roky nechýba ani kultúrny program. Pozreli sme, aké trhy náuka Bratislava.

HANA VIKÁROVÁ

Trhy na Hlavnom námestí sa začali 23. novembra a trvajú až do konca roka 2023. Pauzu budú mať tri sviatočné dni – od 24. do 26. decembra.

Na vianočných trhoch predáva tento rok viac ako 70 predajcov. Novinkou sú ovocné vína, pivo a rozlievaná medovina či stánky s vegetariánskym aj vegánskym jedlom. Okrem vianočných ozdôb a rôznych malých a milých zbytočností, sa dajú podporiť aj neziskové organizácie, ktorým sa tiež ušlo miesto v stánku. Súčasťou tento rok je napríklad aj stánok ZOO, Divadla Pavla Országha Hviezdoslava či Slovenského národného divadla.

Oddychová zóna je na Primaciálnom námestí. Na tomto mieste vyrástol aj vianočný les v spolupráci s Bauhaus a ÚLUV. Ide o 34 stromčekov, čo je viac ako roky predtým. Každý stromček originálne a tvorivo ozdobi nejaká bratislavská umelecká alebo základná škola. Do tejto akcie sa pravidelne zapája aj Základná umelecká škola Eugena

NOVINKY A TERMÍNY VIANOČNÝCH TRHOV V MESTE AJ DÚBRAVKE

# Trhy predĺžili do Silvestra



Bratislavské trhy na Hlavnom námestí.



Foto: Lucia Benediková

Suchoňa z Dúbravky. Stromčeky ešte pre štedrým večerom poputujú ďalej a nájdu si miesto pri ľuďoch, pre ktorých je kúpa vianočného stromčeka finančne náročná.

Mesto sa aj tento rok snaží, aby boli Vianočné trhy čisté a ekologické. Riad je kompostovateľný, poháre vratné a odpad sa bude triediť. K dispozícii sú tri triediace stanice, dve na hlavnom trhu a jednu v oddychovej zóne na Primaciálnom námestí. Pre fajčiarov sú rozmiestnené popelníky, ktoré

sa neskôr recyklujú. Odpad z cigariet sa tak zamieša do asfaltovej hmoty. Ide o spoluprácu so spoločnosťou Spak-Eko.

Vianočný stromček pochádza z Karlovej Vsi od darcu zo súkromnej zbierky, má 34 rokov, 12 metrov a obvod kmeňa 119 centimetrov. Cesta tohto stromiska neskončí na vianočných trhoch, po sviatkoch jeho konáre spapajú naši nemí spoluobčania zo zoologickej záhrady v Bratislave. Na Hviezdoslavovom námestí budú ako

každý rok trhy Starého Mesta, budú ale vizuálne jednotné.

A komu by sa nechcelo chodiť až do mesta, aj v Dúbravke nás bude čakať vianočná atmosféra. Už 3. decembra sa rozsvietia vianočné svetielka pred Domom kultúry Dúbravka. Druhý decembrový víkend sú pripravené Vianočné trhy s programom a nebude chýbať ani Mikuláš, pred Dom kultúry Dúbravka príde presne 6. decembra o 17:00. Tak poslúchajte a umyte si topánky.

OBLÁTKY,  
DARČEK SVOKRE,  
MÁM VŠETKO?

DUBRAWA

OBCHODNÉ CENTRUM DÚBRAVKA

NA SKOK  
OD DOMU





DÚBRAVKA VARÍ S VOJTOM ARTZOM

# Vianoce so šéfkuchárom

**P**ovestný vaječný koňak Vojta Artza či netradičná štedro-večerná ryba. Prezident Slovenského zväzu kuchárov a cukrárov, Dúbravčan VOJTO ARTZ, sa podelil o niekoľko vianočných receptov. Dobrú chuť k výnimočnému štedrovečernému stolu.



## Vianočná kačacia polievka s domácimi rezancami

POČET PORCIÍ: 5

OBTIAŽNOSŤ: \*\*

ČAS PRÍPRAVY: 180 - 200 MINÚT

**ČO POTREBUJEME:**

51 skelet z kačice  
200 g hydínových drobkov  
kúsok masla  
3 mrkvy  
1 - 2 petržlen  
kúsok zeleru  
2 stonky stonkového zeleru  
1 cibuľa  
bobkový list, nové korenie celé, čierne celé korenie  
soľ, muškátový kvet  
1 - 2 strúčiky cesnaku  
kúsok póru  
250 ml smotany na šľahanie  
petržlenová vňať  
200 - 240 g polohrubej múky  
2 vajcia

**Postup prípravy:**

1. Z múky a vajec si vypracujeme tuhšie pružné cesto. Necháme pod utierkou aspoň 20 minút odpočívať. Cesto rozvalkáme a nakrájame na hrubšie rezance a necháme na utierke obschnúť.
2. Rozpálime dobre hrniec a na lyžici oleja opečieme zo všetkých strán skelet z kačice a nakrájanú koreňovú zeleninu (½ mrkvy odložíme).
3. Priložíme rozkrojenú cibuľu a korenie, po chvíľke zalejeme studenou vodou a osolíme. Necháme zovrieť a pridáme stonkový zeler.
4. Stiahneme var, pozberáme penu a necháme variť tiahnutím aspoň 2 hodiny.
5. Po 2 hodinách pridáme umyté hydínové droby. A ešte varíme tiahnutím do zmäknutia drobkov.
6. Vývar scedíme, skelet oberieme a droby nakrájame. Všetko vrátime do vývaru.
7. Na panvici rozohrejeme maslo a na miernom ohni restujeme na rezancečky nakrájanú mrkvu (koreňovú zeleninu), neskôr pridáme na rezancečky nakrájaný pór a nadrobno nakrájaný cesnak. Osolíme, okoreníme a odstavíme.
8. Do vývaru vložíme variť na 2 minúty rezance, potom prilejeme smotanu, ochutíme muškátovým orieškom a pridáme aj restovanú zeleninu.
9. Necháme krátko prejsť varom a prípadne dochutíme.
10. Nakoniec primiešame nasekanú petržlenovú vňať.



## Ryba v citrónovej strúhanke z rúry

POČET PORCIÍ: 4/5

OBTIAŽNOSŤ: \*

ČAS PRÍPRAVY: 45 MINÚT

**ČO POTREBUJEME:**

750 g obľúbenej čerstvej ryby (tresky, kapra a pod.)  
soľ  
100 g hladkej múky  
3 vajcia  
40 - 50 ml piva  
300 - 400 g bieleho toastového chleba (alebo panko strúhanka)  
1 bio-citrón  
120 g masla (najlepšie prepusteného/ghee)

Slovenský zemiakový šalát

**Postup prípravy:**

1. Citrón najemno nastrúhame.
2. Z toastového chleba odkrojíme okraje, v mixéri rozmixujeme na strúhanku a zmiešame s citrónovou kôrou.
3. Rybu nakrájame na porcie, osušíme, osolíme a obalíme v múke, rozšľahaných vajčičkách s pivom a obalíme v ochutenej strúhanke.
4. Zbytočne netlačíme a prebytočnú strúhanku oklepeme. Trojbal tak ostane nadýchaný. Pozor, rybu v strúhanke obalujeme tesne pred prípravou, aby nezvlhla strúhanka!
5. Porcie položíme na papier na pečenie. Rúru necháme rozohriať na 200°C a najskôr vložíme rozpálený samotný plech.
6. Rybu potrieme rozpusteným maslom a preložíme s papierom na rozpálený plech.
7. Pečieme 6 - 10 minút podľa veľkosti porcií. Akonáhle povrch zozlatne, rybu otočíme a opäť potrieme maslom a dopečieme.
8. Podávame so zemiakovým šalátom.

## Domáci vaječný koňak podľa Vojta

POČET PORCIÍ: 1 FLAŠA

OBTIAŽNOSŤ: \*

ČAS PRÍPRAVY: 50 MINÚT

+ CHLADENIE

**ČO POTREBUJEME:**

500 ml nesladeného kondenzovaného mlieka  
300 - 350 g krupicového cukru  
alebo 500 ml Salko (vtedy už cukor nepridáme)  
½ vanilkového struku  
5 žltkov (cca 75 až 100 g)  
75 ml tmavého rumu  
75 ml brandy  
alkohol pridávajte podľa vlastnej chuti

**Postup prípravy:**

1. V kastróliku spolu krátko povaríme kondenzované mlieko + cukor alebo Salko a vanilkový struk (semenka aj lusk).
2. Necháme čiastočne vychladnúť a vyberieme struk.
3. Pripravíme si vodnú kúpeľ - kastról s troškou vody a misu tak, aby sa misa nedotýkala vody.
4. Do misy dáme žltka, pridáme mliečnu zmes a šľaháme nad parou do zhutnutia. Ak máme Termomix, tak použijeme ten (teplotu nastavíme na 75°C až 85°C).
5. Akonáhle je zmes dostatočne hustá, odstavíme a necháme vychladnúť.
6. Do vychladnutej zmesi vmiešame oba druhy alkoholu a nalejeme do fľaš, kde pridáme i vanilkový struk. Uchováme v chlade.

VIAC INŠPIRÁCIÍ A RECEPTOV NÁJDETE NA:

vojtoartz - cookingshow, cookingshow by vojto artz,

 vojtoartz - cookingshow, [www.cookingshow.sk](http://www.cookingshow.sk)





1. - 21.

**KRÚŽKY PODĽA ROZVRHU**

Pravidelné krúžky v školskom roku 2023/2024.

Info: [dkdubravka.sk](http://dkdubravka.sk)

krúžková hod. / 5 €

3. NEDEĽA 10:45

**AKO SA MILÁČIK TEŠIL NA VIANOCE**

Detské nedeľné divadielko.

Účinkuje divadlo Jaja.

Predaj vstupeniek v pokladni DKD a na [dkdubravka.sk](http://dkdubravka.sk).

vstupné 3 €

3. NEDEĽA 16:00

**PRIVÍTANIE ADVENTU V DÚBRAVKE**

Začiatok adventného obdobia v Dúbravke a rozsvietenie vianočnej výzdoby so ZUŠ E. Suchoňa, požehnanie adventného venca a zapálenie prvej sviece pred DKD.

Vstup voľný

4. PONDELOK 9:00 - 16:00

**STOLNÝ TENIS SENIOROV**

Organizovaná činnosť pre seniorov prihlásených z JDS.

Pravidelne pondelky a štvrtky 9:00 - 16:00.

organizované podujatie

4. PONDELOK 18:00

**KLNKA – DAR SENIOROM**

Celovečerný program DSF KLNKA venovaný Dúbravským seniorom. Vstup len na pozvánku.

organizované podujatie

5. UTOROK 14:30

**VIANOČNÉ TVORIVÉ DIELNE PRE ZŠ**

Deti z dúbravských základných škôl sa naučia vyrobiť si vlastné vianočné dekorácie.

organizované podujatie

5. UTOROK 16:00

**PETER HLEDÍK**

ZAKLADATEĽ ART FILMU V TRENČIANSKÝCH TEPLIČIACH A JEHO CELOŽIVOTNÁ UMELECKÁ MISIA

Herec, režisér, scenárista a v roku 1993 zakladateľ medzinárodného filmového festivalu Art Film v Trenčianskych Tepličiach nám porozpráva o dejinách a myšlienke vzniku Filmového festivalu.

Vstup voľný

6. - 20.

**PLYŠOVÝ MEDVEĎ VČERA A DNES**

Výstava súkromnej zbierky nielen plyšových medveďov Kataríny Čiernej v galérii Villa Rustica. Vernisáž 6.12.2023 o 15:00.

Vstup voľný

6. STREDA 17:00

**MIKULÁŠ V DÚBRAVKE**

Dúbravské deti sa môžu tešiť nazábavný program a príchod Mikuláša.

Vstup voľný

6., 7. a 8. STREDA až PIATOK 18:00

**KLNKA CELOVEČERNÝ PROGRAM**

Srdčne Vás pozývame na celovečerný program DSF KLNKA. Predaj vstupeniek v pokladni DKD a na [dkdubravka.sk](http://dkdubravka.sk).

vstupné 11 €

8. - 9. PIATOK a SOBOTA 10:00

**VIANOČNÉ TRHY V DÚBRAVKE**

Vianočné stánky s dobrotami, umeleckými výrobkami a bohatý kultúrny program pred DKD.

Vstup voľný

10. NEDEĽA 10:45

**NESIEM VÁM NOVINU**

Detské nedeľné divadielko.

Účinkuje teatro Neline.

Predaj vstupeniek v pokladni DKD a na [dkdubravka.sk](http://dkdubravka.sk).

vstupné 3 €

11. PONDELOK 15:00

**VÍTANIE DETÍ DO ŽIVOTA**

Občianska slávnosť pre deti do jedného roku života s trvalým pobytom v mestskej časti Bratislava - Dúbravka.

organizované podujatie

11. PONDELOK 17:00

**ROZPRÁVKOVÉ VIANOCE V DÚBRAVKE**

Sprievodný program: od 15:00 vianočné tvorivé dielne, maľovanie na tvár, krúžky v Dúbravke a Hudobná rozprávka.

Vstup voľný

12. UTOROK 17:00

**SMEJKO A TANCULIENKA ZABER A MAKAJ!**

Neuveríte, chrobáčikovia! Smejko, Tanculienka aj Huncúlik sa v novom predstavení Zaber a makaj! rozhodnú urobiť niečo pre svoje zdravie. Predaj vstupeniek len na [ticketportal.sk](http://ticketportal.sk).

vstupné 14 €

v deň konania 16 €

13. STREDA 15:30

**AKO NEMINÚŤ V OBCHODE CELÝ DÔCHODOK**

Prednáška profesorky Doc. PhDr. Blandíny Šramovej, Phd. na tému manipulatívnych techník obchodníkov a ako im nenaletieť.

Vstup voľný

16. SOBOTA 10:00

**KLOBÁSOVÝ FESTIVAL**

Tradičná súťaž vo výrobe klobás spojená s ochutnávkami v sprievode príjemnej hudby kapely OuKeY.

Vstup voľný

16. SOBOTA 10:30

**DÚBRAVSKÝ ĽADOVÝ MEDVEĎ 3**

Prezentácia od 09:30. Štartujú zmiešané kategórie muží a ženy rok narodenia 1924 – 2005.

Vstup voľný

16. SOBOTA 19:00

**VIANOČNÁ SYMFÓNIA FILMOVÝCH TÓNOV**

Nechajte svoje srdce zahriať melódiami z vášho obľúbeného filmu, na najkrajšom vianočnom koncerte filmovej hudby roka! Účinkuje orchester DOMINANTA. Predaj vstupeniek len na [predpredaj.sk](http://predpredaj.sk).

vstupné 14 €

17. NEDEĽA 10:45

**LEGENDA O MIKULÁŠOVI**

Detské nedeľné divadielko.

Účinkuje ŠIBE divadlo.

Predaj vstupeniek v pokladni DKD a na [dkdubravka.sk](http://dkdubravka.sk).

vstupné 3 €

19. UTOROK 17:30 a 20:00

**VIANOČNÝ KONCERT FRAGILE**

FRAGILE je slovenská vokálna skupina zložená z výrazných speváckych osobností.

Predaj vstupeniek v sieti [ticketportal](http://ticketportal), pokladni DKD a na [dkdubravka.sk](http://dkdubravka.sk).

vstupné 21 € / 24 €

DomKulturyDubravka www.dkdubravka.sk  
DubravkaBratislava www.dubravka.sk

PREDAJ VSTUPENIEK ONLINE A V POKLADNI DOMU KULTÚRY DÚBRAVKA V UTOROK, VO ŠTVRTOK A V PIATOK 16:00 - 19:00 A 1 HODINU PRED PODUJATÍM. POKLADŇA TEL.Č.: 0917 482 595. ZMENA PROGRAMU VYHRADENÁ.



▶ UŽ TRADIČNÁ STRAŠIDELNÁ OKTÓBROVÁ PÁRTY A LAMPIÓNOVÝ SPRIEVOD

# Čarodejnice, netopiere aj pani jeseň

**P**osledný októbrový štvrtok sa v Dúbravke konal sprievod plný lampiónov, svetielok a strašidiel. Akcie sa zúčastnili nielen deti, ale aj dospelí, a sem tam aj nejaký psík. Väčšina účastníkov bola v kostýmoch, a to nie iba deti. Spomedzi dospelých najviac udrhel do očí kostým jednej mamičky, ktorá prišla za pani Jeseň. Medzi detskými maskami by cenu za najroztomilejší kostým vyhral maličký chlapček oblečený ako tekvička. Okrem toho sa tu stretlo mnoho čarodejníc, mačiek, upírov aj netopierov.

**HANA VIKÁROVÁ**

Od 16-tej popoludní čakali na malé strašidlá v Dome kultúry Dúbravka tvorivé dielne. Kto mal náhodou pochybnosti, či je jeho maska dostatočne strašidelná, alebo nebudaj prišiel bez masky, mohol využiť maľovanie na



Pred domom kultúry ste mohli stretnúť aj rôzne krásne strašidlá.

tvár. Pri ďalšom stánku frčala overená klasika v podobe omaľovánok či plastelíny.

Vedľa deti vyrábali malé obrázky z lekárskeho paličiek. Z paličiek spravili rámik a do vnútra obrázku maľovali.

V susednom stánku sa umelecky realizovali najmä rodičia. Išlo o vyrezávanie tekvic, čo nie je veľmi bezpečná aktivita pre deti. O kúsok ďalej žiarili

tiež tekvice, ale látkové. Tie boli o čosi dostupnejšie aj pre malých kreatívov. Deti tu vyrábali tekvičky z látky a hádam pochopili, že tieto sa zapalovať nemajú. V ďalšom stánku mali tiež odvážny nápad, a to učiť malé strašidlá košíkárstvu.

Od 17-tej hodiny čakal na účastníkov zábavný program na pódiu pred domom kultúry. Počasie tento rok neprialo a väčšina programu prebehla



Foto: RL

v daždi. Komornejšia atmosféra však umožnila deťom vyskúšať si triky na pódiu spolu s kúzelníkom.

Po programe sa našťastie počasie na chvíľu umúdrilo, čo prilákalo viac ľudí a mohli sa zúčastniť lampiónového sprievodu, ktorý sa končil v amfiteátri na Valachovej. Organizátori pravdivo poznamenali, že nikto po ceste nestretol žiadne strašidlo a tak nič nebránilo tomu ukončiť podujatie svetelnou šou.

▶ TRADIČNÉ STRETNUTIE PRI PAMÄTNÍKU 1. SVETOVEJ VOJNY

## Hold vzdali aj medzi kvapkami



Stretnutie pri pamätníku na Jadranskej.

Foto: RL

**K**eď si členovia Denného centra 1 naplánovali spomienkové stretnutie k ukončeniu 1. svetovej vojny, predpokladali, že to bude tak, ako každý rok – príjemné, pokojné slnečné a stabilné počasie s náznakom babieho leta. To nám tento rok v piatok 27. októbra vôbec nevyšlo. Silný lejak nás spre-vádzal už od skorého rána.

Aj napriek nepriaznivému počasiu sme sa stretli trinásti členovia Denného centra 1, priniesli sme kytice a zapálili kahance. Starosta Dúbravky Martin

Zafovič si položením venca, uctil pamiatku 40tich Dúbravčanov, ktorí padli v tom nezmyselnom mocnárskom zápase počas rokov 1914 až 1918.

Význam tohto stretnutia podčiarkli v príhovore členovia samosprávy denného centra. Stretnutie ozvláštnil aj Peter Juračič. Prečítal prítomným časť listu, ktorý napísal jeho pradedko Matúš Mikletič z východného frontu svojej manželke Karolíne. Prababka vtedy sama vychovávala šesť detí. Matúš sa vyznáva z lásky k manželke, ctí si svoju matku a verí v Boha i Ježiša Krista. Ďakuje manželke za poslaný balík, za fajku, zápalky a tabak. A keďže sa tam nedá nič kúpiť, tak má „našpo-

rovaných“ 20 korún, ale cíti sa osamelo – „sám jak zajíc v poli“.... exkurz do osobnej histórie ukončil lejak, ktorý aj napriek eurobalu rozpil poznámky a preklad listu Matúša Mikletiča.

Dejiskom stretnutia je už tradične priestranstvo okolo Pomníka padlým v prvej svetovej vojne na Jadranskej ulici. Pomník nechal postaviť v roku 1936 Spolok vyslúžilých vojakov generála Milana Rastislava Štefánika. Na jeho vrchole je anjel, ktorý drží zraneného vojaka a pomáha mu prekonať utrpenie. Na žulovej doske sú mená štyridsiatich Dúbravčanov, ktorí padli v 1. svetovej vojne. Autorom súsošia je známy bratislavský sochár Alojz Rigele. **DC1**

## Výstava šalátov podporila zdravú výživu

**O**blúbená a už tradičná výstava šalátov a nátierok v rámci propagácie zdravej výživy, ktorú organizuje Denné centrum 3, pokračovala aj tento rok.

Počas októbra predviedli seniorky a seniori svoje kulinárske umenie. V priestore denného centra boli cítiť vône všakovakých dobrôt - rôzne šalátiky a nátierky zo zeleniny, mäsa, prípadne aj rýb. Bolo ťažké určiť ten najlepší výrobok, pretože všetky chutili výborne.

Gestorm tejto akcie bol člen Denného centra 3, Ing. Jožko Slávik, už po 16-ty krát. Hoci v januári 2024 oslávila svoje 95-te narodeniny, sme mu vďační za jeho aktivitu a fundovaný výklad k racionálnej výžive.



Tradičná výstava šalátov v Dennom centre 3. Foto: BŽ





**AUTO**  
*Swap*  
todas®

TEN POCIT,  
KEĎ PRÍDEŠ NA  
STAROM  
A ODCHÁDZAŠ  
NA NOVOM

Príd' si po nové auto  
s výhodným **bonusom**

[www.autoswap.sk](http://www.autoswap.sk)

**todas**®



► DENISA BARÁNKOVÁ FIGURUJE NA ČELE HALOVEJ SVETOVEJ SÉRIE

# Pred sviatkami ešte stihne Taiwan

**L**ukostrelkyne Denisy Baránkovej je v ostatnom období plno, lebo zaslúžene. V rozpätí troch týždňov pridať hneď dva pódiové výsledky vrátane jedného víťazstva k svojim predchádzajúcim trom medailám z významných medzinárodných podujatí.

**MIKI KOČAN ML.**

„Pevne verím, že sa mi v tejto sezóne ešte podarí vystrieľať nejaké hodnotné umiestnenie,“ pozerá sa dopredu členka dúbavského Lukostreleckého klubu Bratislava.

Baránkova so 400 bodmi figuruje na čele priebežného poradia zimnej halovej Svetovej série v disciplíne olympijský luk po dvoch z piatich súťaží. Pred druhou Češkou Mariou Horáčkovou má náskok 150 bodov. Najprv 27. – 29. októbra triumfovala vo švajčiarskom Lausanne a potom 17. – 19. novembra skončila na druhej priečke v luxemburskom Strassene.

Na Lausanne Excellence Challenge v sídelnom meste olympizmu obsadila v kvalifikácii tretiu pozíciu zásluhou výkonu 573 bodov. Vo vyraďovacej fáze mala na úvod Luxemburčanku Lisu Scholerovú 6:0, domácu Lauru Amatovú tesne 6:4, Britku Sarah Russellovú 6:2 a napokon Ho-



Denisa Baránkova na pretekoch Indoor World Series v Luxembursku.

Foto: World Archery

landanku Lauru van der Winkelovú vo veľkej tajbrevkovej dráme 6:5.

V Strassene na GT Open sa museľa Baránkova v kvalifikácii uspokojí s piatym postom pri nástrele 577 bodov. V play-off zdolala Francúzku Florence Bartoliniovú 6:2, hosťiteľku Carmen Beaudeuxovú 6:0, ďalšiu zástupkyňu krajiny galského kohúta Audrey Machinetovú 6:4 a Dánku Randi Degnovú 6:2. Vo finále však nestačila na spomenutú Horáčkovú – 1:7 (sety 30:30, 28:29, 28:29 a 27:30).

„Trošku ma mrzí, že som v tom súboji o zlato nezabojovala o čosi viac. Beriem to však s nadhľadom. Myslím si, že aj druhé miesto po prvej priečke z Lausanne je veľkým úspechom,“ hovorí účastníčka olympijských hier 2021 v Tokiu.

Češke sa vydaril revanš za semifinále septembrových ME v terénnej lukostrelbe v talianskej Cesane San Sicario, na ktorých Slovenka obhájila striebro z predvlnajšieho chorvátskeho Poreču. Baránkova má v zbierke aj bronz v olympijskom luku z ME

2021 v terčovom odvetví v tureckej Antalyi, čo bol prvý cenný kov pre slovenskú lukostreľbu celkovo.

Indoor World Series 2023/2024 bude pokračovať 8. – 10. decembra na Taiwane a v budúcom kalendárnom roku 19. – 21. januára vo francúzskom Nimes. Tretieho februára ju zavŕšia finálové preteky v USA. „Na všetky tri súťaže plánujem cestovať. Dúfam, že sa mi podarí aj to záverečné Las Vegas,“ konštatuje 22-ročná zverenkyňa Vladimíra Hurbana mladšieho Denisa Baránkova.

## 🎯 VÝSLEDKOVÝ SERVIS 🎯 VÝSLEDKOVÝ SERVIS 🎯 VÝSLEDKOVÝ SERVIS 🎯 VÝSLEDKOVÝ SERVIS 🎯

### ⚽ FUTBAL

● **III. liga, starší dorast (U19), BFZ, 11. kolo:** FC Ružinov Bratislava – FK Dúbravka 1:3, **12. kolo:** **Priebežné poradie:** 1. PŠC Pezinok 30, ... 9. FK Dúbravka 12. **III. liga, mladší dorast (U17), BFZ, A-skupina, 11. kolo:** FK Dúbravka – FK Rača Bratislava 1:12, **12. kolo:** OFK Dunajská Lužná – FK Dúbravka 7:1, **13. kolo:** FK Dúbravka – ŠK Šenkvice 0:8, **14. kolo:** FK Vajnory – FK Dúbravka 4:3. **Priebežné poradie:** 1. NŠK 1922 Bratislava 39, ... 13. FK Dúbravka 4.

● **III. liga, mladší dorast (U17), BFZ, B-skupina, 11. kolo:** FC Ružinov Bratislava – FK Dúbravka B 1:4, **12. kolo:** FK Dúbravka B – MFK Záhorská Bystrica 3:1, **13. kolo:** MŠK Iskra Petržalka – FK Dúbravka B 0:4. **Priebežné poradie:** 1. FK Dúbravka B 31.

● **II. liga, starší žiaci (U15), BFZ, 11. kolo:** ŠK Vrakúňa Bratislava – FKP Bratislava 0:0, FK Dúbravka – NŠK 1922 Bratislava 2:2, **12. kolo:** PŠC Pezinok – FK Dúbravka 1:2, FKP Bratislava – TJ Jarovce Bratislava 0:1. **Priebežné poradie:** 1. Senec FA 37, ... 3. FK Dúbravka 32, 11. FKP Bratislava 8.

● **II. liga, mladší žiaci (U13), BFZ, 11. kolo:** ŠK Vrakúňa Bratislava – FKP Bratislava 4:2, FK Dúbravka – NŠK 1922 Bratislava 6:0, **12. kolo:** PŠC Pezinok – FK Dúbravka 2:4, FKP Bratislava –

TJ Jarovce Bratislava 0:5. **Priebežné poradie:** 1. FK Dúbravka 36, ... 13. FKP Bratislava 3.

● **III. liga, starší žiaci (U15), ObIFZ Bratislava-mesto, skupina Bratislava, 10. kolo:** FK Dúbravka B – ŠK Nová Dedinka 1:2, **11. kolo:** FK Slovan Ivanka pri Dunaji – FK Dúbravka B 6:1, **12. kolo:** FK Dúbravka B – MFK Záhorská Bystrica 1:0. **Priebežné poradie:** 1. SDM Domino B 33, ... 10. FK Dúbravka B 12.

● **Mladší žiaci (U13), ObIFZ Bratislava-mesto, A-skupina, 11. kolo:** FK Slovan Ivanka pri Dunaji – FK Dúbravka B 2:1, **12. kolo:** FK Dúbravka B – MFK Záhorská Bystrica 0:3. **Priebežné poradie:** 1. Senec FA B 36, ... 13. FK Dúbravka B 3.

### 🏒 HOKEJ

● **I. liga juniorov (U20), skupina Západ, 15. kolo:** HOBA – HK Ružinov '99 Bratislava 5:4 sn, **16. kolo:** HOBA – HK Ružinov '99 Bratislava 2:4, **17. kolo:** HK Lokomotiva Nové Zámky – HOBA 4:0, **18. kolo:** HK Lokomotiva Nové Zámky – HOBA 2:5, **19. kolo:** HOBA – HK Dukla Trenčín 3:5, **20. kolo:** HOBA – HK Dukla Trenčín 4:2. **Priebežné poradie:** 1. HC Slovan Bratislava 53, ... 4. HOBA Bratislava 37.

● **Kaufland extraliga dorastu (U18), 15. kolo:** HC Košice – HOBA 4:2, **16. kolo:** HK Dukla Michalovce – HOBA 4:5,

**17. kolo:** HKM Gladiators Trnava – HOBA 3:1, **18. kolo:** MMHK Nitra – HOBA 7:2, **29. kolo:** HC Slovan Bratislava – HOBA 9:0, **30. kolo:** HOBA – HC Slovan Bratislava 3:9. **Priebežné poradie:** 1. HC Slovan Bratislava 55, ... 14. HOBA Bratislava 17.

● **Starší žiaci AA (9. ŠHT, U15), región Západ, základná časť, 5. kolo:** HK Nové Mesto nad Váhom – HOBA 0:5 kontumačne, **8. kolo:** HOBA – MMHK Nitra 4:2, **10. kolo:** HOBA – HC Topoľčany 6:0, **11. kolo:** HK Iskra Partizánske – HOBA 3:4. **Konečné poradie:** 1. HK Dukla Trenčín 20, ... 4. HOBA 16 – postúpila do nadstavbovej časti o Pohár Jozefa Gubalu.

**Pohár Jozefa Gubalu, 1. kolo:** Slovan Bratislava-mládež – HOBA 10:1, **2. kolo:** HK Levice – HOBA 2:3, **3. kolo:** HOBA – HK Dukla Trenčín 1:3. **Priebežné poradie:** 1. Slovan Bratislava-mládež 6, ... 4. HOBA 2

● **Starší žiaci A (8. ŠHT, U14), región Západ, 5. kolo:** HOBA – HK Nové Mesto nad Váhom 9:2, **10. kolo:** HC Topoľčany – HOBA 2:5, **11. kolo:** HOBA – HK Iskra Partizánske 13:2, **12. kolo:** HK Levice – HOBA 3:9, **13. kolo:** HOBA – HC Lamač 4:7, **14. kolo:** HKM Gladiators Trnava – HOBA 2:7. **Priebežné poradie:** 1. MMHK Nitra 22, ... 8. HOBA 13.

● **Mladší žiaci AA (7. ŠHT, U13), región Západ, 8. kolo:** HOBA – MMHK Nitra 2:4, **10. kolo:** HOBA – HC Topoľčany 6:0, **11. kolo:** HK Iskra Partizánske – HOBA 2:4.

**Nadstavbová skupina Jozefa Gubalu, 1. kolo:** Slovan Bratislava-mládež – HOBA 6:0, **2. kolo:** HOBA – HK Dukla Trenčín 2:4.

● **Mladší žiaci A (6. ŠHT, U12), región Západ, 10. kolo:** HC Topoľčany – HOBA 3:3, **11. kolo:** HOBA – HK Iskra Partizánske 6:0, **12. kolo:** HK Levice – HOBA 0:6, **13. kolo:** HOBA – HC Lamač 4:2, **14. kolo:** HKM Gladiators Trnava – HOBA 5:1.

### 🏐 VOLEJBAL

● **I. liga junioriek, 5. kolo:** ŠŠK Bilíkova – Slávia UK Dráčik Bratislava 3:0 a 3:0, **6. kolo:** Volley project UKF Nitra – ŠŠK Bilíkova 0:3 a 0:3, **7. kolo:** – voľný žreb, **8. kolo:** ŠŠK Bilíkova – ŠVK Pezinok 3:0 a 3:1. **Priebežné poradie:** 1. ŠŠK Bilíkova 40.

● **Kadetky, oblasť Bratislava, A-skupina, 4. kolo:** ŠŠK Bilíkova „A“ – ŠVK Pezinok 3:0, ŠŠK Bilíkova „B“ – Slávia UK Dráčik „C“ 0:3, **5. kolo:** ŠVK Pezinok – ŠŠK Bilíkova „B“ 3:0, VK TAMI Bratislava – ŠŠK Bilíkova „A“ 0:3. **Priebežné poradie:** 1. ŠŠK Bilíkova „A“ 12, ... 4. ŠŠK Bilíkova „B“ 2.

● **Kadetky, oblasť Bratislava, B-skupina, 4. kolo:** Slávia UK Dráčik „A“ – ŠŠK Bilíkova „C“ 3:0, **5. kolo:** ŠŠK Bilíkova „C“ – VK Studienka 1:3. **Priebežné poradie:** 1. Slávia UK Dráčik „A“ 12, ... 4. ŠŠK Bilíkova „C“ 5. (jm)





► PO NÁROČNOM OBDOBÍ SA SIMONA TICHÁ CHCE ZNOVA VRÁTIŤ DO SKOKANSKÉHO SEKTORA

# V Dúbravke našla výškarský raj

**Z**rarenie, maturita, začiatok štúdia na vysokej škole, zmena trénera. Mladá dúbravská atlétka Simona Tichá má za sebou náročné obdobie. Počas tohtoročnej sezóny nemohla ukázať, čo v nej skutočne je. Napriek tomu sa nevzdáva a v zdolávaní výškarskej latky má smelé ciele a sny. Verí, že plniť si ich bude pod trénerským vedením svojej mamy Kataríny a v novom klube Hraj na tie nohy (HNTN) sídliacom v Dúbravke.

## JURAJ MARCINÁT

Atletiku má Simona v génoch. Zdedila ich od starého otca Petra Horniaka, ktorý skákal do výšky v tréningovej skupine chýrneho Jaromíra Šimoneka spolu s ďalšou legendou tejto disciplíny Viliamom Lendelom – obaja stáli pri úspechoch Márie Mračnovej-Faithovej, dvojnásobnej olympioničky a slovenskej rekordérky. Jeho dcéra Katarína sa našla v horizontálnych skokoch, má v zbierke dva tituly majsterky SR v trojskoku (a k tomu dva halové) a jeden v diaľke.

Bol to starý otec, ktorý 13-ročnú Simonu po roku všeobecnej atletickej prípravy v bratislavskom klube Kryha vzal k Viliamovi Lendelovi, mimochodom, ďalšiemu Dúbravčanovi, do Slávie STU, aby zistil, či z nej môže byť raz výškarka.

„Príprava s pánom Lendelom ma naučila, že keď sa chcem venovať atletike naplno, musím jej obetovať veľa času a odhodlanie, musím žiť športom. Na štadióne sme spolu trávili veľmi veľa času, vídala som ho niekedy aj častejšie ako svoju rodinu. Mali sme malú tréningovú skupinu a práve tento individuálny prístup mi veľmi vyhovoval. Posunulo ma to ďalej,“ vraví dnes Simona.

### VÝKONY SÚ VIAC AKO TITULY

Vo farbách bratislavských „technikov“, kde prvé štyri roky trénovala s Viliamom Lendelom a následné dva pod vedením Vladimíra Bezdička a Hajnalky Tóthovej, získala majstrovské tituly v kategórii starších žiačok, dorasteniek (v hale), junioriek aj žien do 23 rokov. Najviac si však cení svoje vystúpenie na Skokanskej tour 2019 v Bratislave: „Bola sa tam pozrieť pani Mračnová a za jej prítomnosti som si skočila nový osobný rekord 170 cm.



Výškarka Simona Tichá vo svojom živle.

Foto: Archív ST

Celkovo si myslím, že výkon a posúvanie osobného maxima sú pre atléta dôležitejšie ako nejaký titul. Aspoň u mňa to tak je.“ Osobák o rok nato zopakovala v Hustopečiach, vonku ho vyrovнала až vlni na atletickej lige v Košiciach.

Už v minulej sezóne však jej sľubne rozbehnutú kariéru pribrzdzilo zranenie kolena. Aj preto sa jej nepodarilo kvalifikovať na tohtoročné ME do 23 rokov v Espoo. V roku 2023 absolvovala iba päť súťažných štartov a jej sezónnym maximom je 165 cm z 2. kola atletickej ligy v Banskej Bystrici. Pri liečbe menisku zvolila neinvazívny postup. „Začiatkom tohto roku som absolvovala vyšetrenie a odvtedy sa to našťastie zlepšovalo. Do prípravy sme zapojili prácu s fyzioterapeutom, koleno posilňujem, aby som predišla ďalšiemu zraneniu. Podriadila som tomu aj svoj súťažný program, zúčastnila som sa iba na niekoľkých pretekoch.“

### DOSKOČISKO NA SKOK

Od leta prevzala jej prípravu mama, sezónu uzavreli predčasne už 2. júla. „Mama je v dobrom slova zmysle veľmi pyšná, že je teraz moja trénerka,“ prezradila Simona. A na spadnutie je aj ďalšia zmena – prestup zo Slávie STU do klubu Hraj na tie nohy (do uzávierky čísla v štádiu riešenia, pozn. red.). Čo rozhodlo pre tento krok? „HNTN nám vytvorilo podmienky, aké azda žiadny klub v Bratislave nemá. Na Sokolíkovej máme vynika-

júce doskočisko, môžeme ho využívať podľa našich potrieb. Navyše ho máme z domu na skok, za päť minút sme na štadióne, takže ušetríme veľa času,“ prezradila Katarína Tichá.

Času teraz Simona nemá nazvyš, je prváčka na Fakulte sociálnych a ekonomických vied UK, študuje odbor psychológia. V budúcnosti by sa chcela venovať športovej psychológii. „Všimla som si, že športových psychologičiek je veľmi málo, väčšinou ide o mentálnych trénerov, takže obsadenie žien v tejto oblasti je slabé,“ vraví. Napriek zaneprázdnenosti pomáha s prípravou malých adeptov atletiky v HNTN. „Asi som to zdedila po mame, ktorá vyštudovala trénerstvo atletiky na FTVŠ.“

Obdivovateľka ukrajinskej výškarky Jaroslavy Mahučichovej či mladej Srbky Angeliny Topičovej si nevie vynachváliť výškarský sektor v areáli ZŠ Sokolíkova. „Je to pre mňa taký malý výškarský raj, doskočisko mám iba pre seba, pretože som jediná výškarka v Dúbravke.“ Na behanie využíva aj zanedbaný ovál na Beňovského či lesný terén na Železnej studničke, a už sa nevie dočkať novej atletickej dráhy na Adlerovej. Nástup chladného počasia aj ju zaženie do jedinej atletickej haly na Slovensku – do Elánu.

### POTEŠÍ KAŽDÝ CENTIMETER NAD 170

Ak všetko pôjde dobre, do súťažného kolotoča by sa mala vrátiť už v

halovej sezóne. „Asi jediný môj cieľ v budúcej sezóne je skočiť si osobák,“ tvrdí. Mama trénerka takisto krotí očakávanie: „Každý športovec a aj každý tréner snívajú o tých najväčších métach, čiže o olympiáde. Ale budme realisti, olympijské hry sú vzdialené od našich možností a schopností. V nasledujúcom období nám vôbec nepôjde o majstrovské tituly, cieľom je prekonať osobný rekord. Má ho skočený dlho a už by sa patrilo ho posunúť vyššie. Budeme sa tešiť z každého centimetra nad 170.“

Slovenská ženská výška neprežíva dobré obdobie, mužskej vial novú krv do žíl objav roka Robert Ruffini mladší bronzom na juniorských majstrovstvách Európy. Aj jeho trápilo zranenie, ale v Jeruzaleme si vylepšil osobák na 215 cm. „Roba poznám už od Medzinárodných detských hier 2018 v Jeruzaleme, kde rovnako ako ja vo svojej kategórii získal striebro. Chodili sme aj na rovnakú školu na Tilgnerovej, takže viem, ako sa vyrovnával so zranením. Zvládol to obdivuhodne,“ tvrdí Dúbravčanka, ktorú potešilo aj víťazstvo Viktórie Forster v ankete Atlét roka 2023: „Podľa mňa je Viki úžasná v tom, aká je skromná a ako ide za svojimi snami.“

Simona Tichá oslávila v novembri dvadsiate narodeniny. „Keď sfukujem sviečky, vždy si želim aj niečo do športovej kariéry,“ naznačila oslávenkyňa. Redakcia Dúbravských novín jej praje, aby sa jej splnili všetky osobné aj atletické sny.