



INFORMAČNÝ MESAČNÍK SAMOSPRÁVY

Počet obyvateľov mesta klesá

str. 4

Rozhovor s Róbertom Palíkom

str. 12-13

Úspechy v športe

str.14

Na slovíčko s primátorom

Milí Kremničania,

text neprešiel jazykovou korektúrou

K tradičným mestským podujatiam tento rok pribudnú Fašiangy



Veronika Chrienová, foto: Ivan Čillík

Cechové hody kremnické, Hudba pod diamantovou klenbou, Kremnický hradný organ, Kremnická Jazzda či Strašidlá na hrade...foto všetko nebude ani v roku 2019 chýbať v repertoári kremnických

podujatí. K nim sa ako novinka tento rok pridá oslava Fašiangov a NEvel'konočné vajce, ktoré sa opäť vráti na Skalku.

Viac na strane 8

začal sa rok 2019, ktorý nám vo svojom prvom mesiaci nadelil hustú snehovú perinu. S krásou tohto obdobia sú spojené aj neprijemnosti s údržbou komunikácií. Je úsmevné porovnávať mestá s výrazne rozdielnou nadmorskou výškou alebo s mestami, kde údržba chodníkov môže byť vykonávaná technikou, s Kremnicou a jej úzkymi chodníkmi a schodiskami. Naozaj robíme, čo je v našich silách, ale je pravdou, že toto množstvo snehu sa už rovná kalamite. A preto mi dovoľte poďakovať sa všetkým vám, ktorí pomáhate s údržbou pred svojimi bytovkami, rodinnými domami a prevádzkami.

V súvislosti so snehom som počul aj pár kritických slov k zimnej úprave bežeckých tratí. Nepokladám za účelne vynaložené finančné prostriedky urobiť úpravu tratí v čase hustého sneženia a myslím si, že sa na tom zhodneme viacerí. Úprava sa pravidelne robí každý deň, ak to dovoľujú poveternostné podmienky na in-line dráhe, pätkách a na južnom a severnom okruhu prevažne z piatka do soboty. Stroje na trate vychádzajú aj v strede týždňa po hustom snežení. Nedá mi nepoďakovať sa dobrovoľníkom, ktorí po nociach vyrážajú na trate a odstraňujú popadané stromy a polámané koruny stromov. Pre tých, ktorí nemajú možnosť vyjsť za športom mimo mesta, sme upravili ľahkoatletické a futbalové ihrisko a deti mali možnosť tento rok zabehnúť si Malú Bielu stopu na upravenej trati na Štefánikovom námestí.

Z vašej strany prišli na mesto opakované podnety na riešenie bezpečnostnej situácie na ceste I/65. Osobne som bol na rokovaní na Dopravnom inšpektoráte v Žiari nad Hronom, kde som žiadal o častejšie meranie dodržiavania rýchlosti. Vzhľadom na počet hliadok a rozlohu, ktorú musia monitorovať, meranie nie sú schopní zabezpečiť v dennom režime. Rokoval som s námestníkom i s riaditeľom Slovenskej správy ciest v Banskej Bystrici, kde som predložil viaceré námety na osadenie bezpečnostných prvkov na komunikáciu. Moje rokovania zatiaľ neprinesli požadovaný výsledok, preto sa listom obraciame na prezidenta Slovenskej republiky, Ministerstvo dopravy a výstavby Slovenskej republiky, ako aj na BECEP — cesta pre život. Verím, že v dohľadnej dobe sa nájde riešenie na zvýšenie bezpečnosti nás všetkých pri prechode cez priechody pre chodcov. Tento akútny problém nášho mesta budem riešiť na všetkých úrovniach štátnej správy. Okrem týchto aktivít pracujeme na administratívnej príprave investičných akcií v meste, ktoré by sme chceli realizovať tento rok. Medzi potrebami sú určité obnovy miestnych komunikácií, budovanie parkovacích kapacít rezidenčného parkovania, rekonštrukcia tržnice a príľahlých priestranstiev, práce na Lúčanskom priechode a iné — ich výber bude závisieť od možnosti rozpočtu mesta a samozrejme od dohody. Tak ako v minulosti budeme pri výbere brať do úvahy stav a akútnosť jednotlivých zámerov.

V januári sme začali žiť aj kultúrnymi a športovými podujatiami, či to boli Majstrovstvá Slovenska v bežeckom lyžovaní, kde nám urobili radosť naši mladí bežci a bežkyne, či tento ročník Bielej stopy. Tiež sme sa roztancovali na Kremnickom plese 2019. Všetkým organizátorom ďakujem za ich prácu a čas strávený pri zabezpečení podujatí a verím, že sa na podobných podujatiach budeme tento rok stretávať často.

A. Ferencik

Alexander Ferencik
primátor mesta Kremnica

alexander.ferencik@kremnica.sk
+421 903 808 560

HOLUBY Z KREMNICI

JANUÁR
ENIAC 19'

kreslený komix na pokračovanie



ÚPRAVA BEŽECKÝCH TRATÍ



MILÍ BEŽKÁRI,

každý bežkár starší ako 15 rokov môže prispieť na úpravu bežeckých tratí kúpou jednodňového farebného náramku v hodnote 2 €, ktorý bude mať v deň bežkovania na ruke.

Prispieť na úpravu tratí je možné aj formou kúpy nálepky v hodnote 30 €, ktorá posluží ako sezónny lístok.

Predajné miesta sú zreteľne označené a zriadené:

- RELAX CENTRUM SKALKA
- DREVENIČKA PRED ŠTADIÓNOM RUDOLFA ČILLÍKA NA SKALKE
- PREDAJŇA ŠPORTOVÝCH POTRIEB CYKLO – SANTÉ V KREMNICI
- CHATA HOSTINEC
- KASSA PRI VLEKOC

Ďakujeme za každý príspevok, ktorý prispeje k úprave bežeckých tratí v Kremnických vrchoch.

Ku každému príspevku na úpravu bežeckých tratí dostanete materiál s mapkami tratí.

Žiadosti o poskytnutie dotácií v oblasti športu a telesnej kultúry si môžete podať do 28. februára 2019

Oddelenie ekonomické a podnikateľských aktivít

V zmysle Všeobecne záväzného nariadenia Mesta Kremnica č.11/2001 o poskytovaní dotácií z rozpočtu mesta Kremnica, v znení neskorších zmien a doplnkov, je možné v termíne do 28. februára 2019 predložiť žiadosti o poskytnutie dotácií z rozpočtu mesta.

Dotácie sú smerované do cieľových oblastí športu a kultúry a v rozpočte mesta pre rok 2019 je na tento účel vyčlenených viac ako 35 000 eur. Na šport poslanci vyčlenili 17 877 €. Pre kultúrne podujatia vyčlenili 17 377 €. Dotácie z rozpočtu mesta sa poskytujú právnickým a fyzickým osobám – podnikateľom, ktorí majú sídlo alebo trvalý pobyt na území mesta. Dotácie môžu byť poskytnuté oprávneným subjektom len na základe riadne vyplnenej žiadosti spolu s povinnými prílohami (charakteristika projektu, fotokópia dokladu o právnej subjektivite žiadateľa...).

Tlačivo na vyplnenie žiadosti o poskytnutie dotácií je k dispozícii na internetovej stránke mesta Kremnica www.kremnica.sk v časti „Verejnosc – Ako

vybaviť? – Dotácie“ – Dotácie – MESTO KREMNICA. Žiadosti sa doručujú doporučeným listom, pričom za dátum doručenia sa považuje dátum uvedení na odtlačku pečiatky pošty, alebo osobne v podateľni Mestského úradu Kremnica, Štefánikovo námestie 1/1, (pondelok, utorok a vo štvrtok v čase od 7:30 hod. do 15:00 hod., v stredu od 7:30 hod. do 16:00 hod. a v piatok od 7:30 hod. do 14:00 hod.). Obsah žiadosti možno meniť alebo doplniť len v lehote na predkladanie žiadosti. Informácie o podmienkach poskytovania dotácie nájdete vo VZN 11/2001., VZN 2/2005, VZN 7/2008, VZN 7/2013. Dotačná komisia upozorňuje žiadateľov, aby dôsledne vypisovali žiadosť o dotáciu, nakoľko neúplné projekty budú vrátené. Okrem februárového termínu sú v priebehu roka ešte dva termíny uzávierky prijímania žiadostí o dotácie, a to 31.mája 2019 a 31. augusta 2019. Vybavuje: Ing. Jana Bielešchová, tel. 045/228 97 13, e-mail: jana.bieleschova@kremnica.sk, kancelária č.8 na poschodí.

Sezóna na Skalke je v plnom prúde

Veronika Chrienová, foto: Ivan Čillík

Veľkým množstvom napadnutého snehu sa Skalka pri Kremnici chváli už od decembra. Sezóna pre bežkárov a lyžiarov je tak mimoriadne vydarená.

Bežecké trate na Skalke sa upravujú každú sobotu a nedeľu alebo podľa snehových podmienok. In-line dráha sa upravuje priebežne. Bežci na lyžiach tak majú aj tento rok výborné podmienky. „Môžem potvrdiť, že sezóna na Skalke je veľmi vydarená súdiac aj podľa návštevnosti Relax centra, ktoré je túto zimu otvorené už od 9.30,“ uviedla riaditeľka Kultúrneho a informačného centra Zuzana Tileschová.

Pre bežecké lyžovanie sa navyše služby rozšírili o bezplatné toalety pri budove Relax centra vo forme sanitárneho kontajnera. „V nasledujúcej sezóne pribudne priestor určený na prezliekanie s uzamykateľnými skrinkami na odloženie vecí – bude to tiež vo forme kontajnerovej stavby, avšak vo forme 3-kontajnera,“ avizuje primátor mesta Alexander Ferenčík. Toalety na Skalke sa podľa Zuzany Tileschovej odomykajú automaticky o 6 ráno a zamykajú o 21.00.



Rozšíriť vybavenosť pre bežkárov a prispieť k úprave tratí môžu aj samotní návštevníci Skalky formou dobrovoľného príspevku. Prispieť sa dá sumou 2 € na deň alebo kúpou celosezónnej nálepky v hodnote 30 €. Každý prispievateľ dostane vreckový propagačný materiál o bežeckých tratiach.

Pre lepší komfort návštevníkov Skalky, ktorí prichádzajú na vlastných autách, boli podľa primátora mesta rozšírené možnosti parkovania pri hoteli Fortuna a pri ceste k vysielacu.

Cez víkendy, sviatky a prázdniny jazdí na Skalke a späť aj mestský žltý minibus podľa aktuálneho rozpisu, ktorý je zverejnený na www.kremnica.sk.



www.kremnica.sk

Oznam pre prevádzkovateľov malých zdrojov znečisťovania ovzdušia na území mesta Kremnica

Oddelenie mestskej zelene

Mestský úrad v Kremnici upozorňuje **právnické osoby a fyzické osoby oprávnené na podnikanie**, ktoré prevádzkujú malé zdroje znečisťovania ovzdušia na území mesta Kremnica, na povinnosť v zmysle zákona č. 137/2010 Z. z. o ovzduší v znení zákona č. 318/2012 Z. z. (zákon o ovzduší) a zákona č. 401/1998 Z. z. o poplatkoch za znečisťovanie ovzdušia v znení neskorších predpisov, ako aj Všeobecne záväzného nariadenia mesta Kremnica č. 13/2012 o podrobnostiach vo veciach poplatku za znečisťovanie ovzdušia malými zdrojmi oznámiť každoročne **do 15. februára** Mestskému úradu v Kremnici za každý malý zdroj znečisťovania ovzdušia spotrebu palív a surovín, z ktorých znečisťujúce látky vznikajú a ďalšie údaje potrebné na zistenie množstva a škodlivosti znečisťujúcich látok vypustených do ovzdušia za uplynulý rok, najmä o druhu a kvalitatívnych ukazovateľoch palív a surovín, počte prevádzkových hodín malého zdroja znečisťovania ovzdušia a o druhu a účinnosti odľučovacích zariadení. Za nesplnenie tejto povinnosti obec podľa § 8 ods. 3 zákona č. 401/1998 Z. z. o poplatkoch za znečisťovanie ovzdušia v znení neskorších predpisov uloží pokutu do **663,87 €**.

Tlačivo je k dispozícii na webovej stránke mesta a na oddelení mestskej zelene — Ing. Mutňanskej na ul. Zechenterovej 347/2 (v budove Mestských lesov Kremnica s. r. o.).

Upozornenie Mestských lesov Kremnica

Mestské lesy Kremnica



Zima je pre zver najhorším obdobím. Množstvo snehu sťažuje zvieratám pohyb po lese, kde im v zimných mesiacoch chýba aj prirodzená strava. Zver so stuhnutými nohami je menej pohyblivá, a preto by sme ju v tomto období nemali zbytočne vyrušovať.

V Kremnických vrchoch však za uplynulé obdobie pribudli „pretekári“ na snežných skútroch, ktorí takúto oslabenú zver kruto naháňajú a vyrušujú aj pri krmeniach. Zver tak prichádza o energiu, chradne a často hynie alebo sa stáva ľahkou korisťou pre šelmy. Výsledkom je ubúdanie tak pestrej a nevinnnej fauny v našich horách. Túto zimu sme si všimli alebo sme boli upozornení na ešte väčší pohyb tzv. skútristov po lese. Zákon zakazuje vjazd motorových vozidiel, vrátane skútrov, do predmetnej lokality Kremnických vrchov. Napriek tomu je ich výskyt neúnosný. Ohrozené je aj bežecké lyžovanie, ktoré vynieslo Skalke prezývku mekka bežkovania. Voľné jazdenie na skútroch môže nerušené športovanie na lyžiach ľahko prekaziť.

Skútristi sa bez najmenších zábran púšťajú tam, kde má byť pokoj. Sú to miesta, kde zimujú zvieratá. Takéto správanie považujeme za vrcholne arogantné a bez najmenších pochyb netolerantné voči zvieratám a ľuďom, ktorí si okolie Kremnických vrchov vážia alebo im slúži ako domov. Činy skútristov môžu ľahko viesť k zbytočnému úhynu či zraneniam zveri. Je to zároveň rušenie športovcov a ničenie tratí, ktoré nie sú vybudované zadarmo. V najbližšom období budeme nútení situáciu riešiť v spolupráci s políciou.

Radi by sme týmto apelovali na širšiu verejnosť, aby odsúdila konanie týchto ľudí, ktorí si po svojom vykladajú skutočnosť, že príroda patrí všetkým.



ADVOKÁT RADÍ

Reklamácia v zmysle zákona o ochrane spotrebiteľa

V januárovom vydaní Kremnických novín naviažeme na článok z predošlého čísla, kde sme uviedli, že v zmysle zákona o ochrane spotrebiteľa sa reklamáciou rozumie uplatnenie zodpovednosti za vady výrobku alebo služby.

Zdôrazňujeme, že sa venujeme výslovne reklamácií v zmysle zákona o ochrane spotrebiteľa, ktorú uplatňuje spotrebiteľ voči predávajúcemu — podnikateľovi.

Záručná doba

Všeobecná záručná doba je 24 mesiacov.

Pri používaných veciach sa kupujúci a predávajúci môžu dohodnúť aj na kratšej záručnej dobe, nie však kratšej než 12 mesiacov.

Naopak, predávajúci sa sám napr. vo svojich obchodných podmienkach môže zaviazat' k dlhšej záručnej dobe a tým sa táto doba pre neho stáva záväznou. V dobe presahujúcej zákonnú záručnú dobu si však podmienky uplatnenia zodpovednosti za vady výrobku môže upraviť inak, napr. v menšom rozsahu akoby bol povinný v rámci povinnej záručnej doby.

Práva spotrebiteľa

Spotrebiteľ môže uplatniť reklamáciu v ktorejkoľvek prevádzkarni predávajúceho, v ktorej je prijatie reklamácie možné s ohľadom na predávané výrobky alebo poskytované služby, alebo u určenej osoby.

Ak spotrebiteľ uplatní reklamáciu, predávajúci alebo ním poverený zamestnanec, alebo určená osoba je povinná poučiť spotrebiteľa o jeho právach podľa Občianskeho zákonníka a na základe rozhodnutia spotrebiteľa, ktoré z týchto práv spotrebiteľ uplatňuje, sú povinní určiť spôsob vybavenia reklamácie.

Uvádzané práva spotrebiteľa pri vybavovaní reklamácie sa líšia podľa toho, či ide o vadu odstrániteľnú, neodstrániteľnú, alebo či reklamuje vec, ktorá bola predávaná za nižšiu cenu resp. použitú vec.

Napr. v prípade, ak ide o vadu, ktorú možno odstrániť, má kupujúci právo, aby bola bezplatne, včas a riadne odstránená. Predávajúci je povinný vadu bez zbytočného odkladu odstrániť.

Ak ide o vadu, ktorú nemožno odstrániť a ktorá bráni tomu, aby sa vec mohla riadne užívať ako vec bez vady, má kupujúci právo na výmenu veci, alebo má právo od zmluvy odstúpiť. Tie isté práva prislúchajú kupujúcemu, ak ide síce o odstrániteľnú vadu, ak však kupujúci nemôže pre opätovné vyskytnutie sa vady po oprave alebo pre väčší počet väd vec riadne užívať.

Ak vec predávaná za nižšiu cenu alebo použitá vec má vadu, za ktorú predávajúci zodpovedá, má kupujúci namiesto práva na výmenu veci právo na primeranú zľavu.

Vzhľadom na rozsiahlosť témy, povinnostiam predávajúceho pri vybavovaní reklamácie sa budeme venovať až v nasledujúcom vydaní Kremnických novín.

Ako vám vieme pomôcť?

V AK Lucie Luptákovej vám vieme poskytnúť komplexné právne poradenstvo ohľadne Vašich práv pri reklamácií konkrétneho výrobku, posúdení správnosti postupu predávajúceho pri vybavovaní reklamácie ako aj zastupovať vás pri uplatňovaní vašich práv voči predávajúcim aj v prípadnom súdnom konaní.

Spomíname na svojich blízkych



Dňa 10. januára 2019 uplynul 1 rok, čo nás navždy opustila naša drahá matka, stará matka, prastará matka

Zdena Bocková.

Spomíname - dcéra s manželom, vnúčatá - Andrej, Ján, Adelka s rodinami, pravnučka Danielka

Dňa 10.2.2019 uplynie rok, čo nás navždy opustil

Jozef Brosch.

S láskou na neho spomína najbližšia rodina.



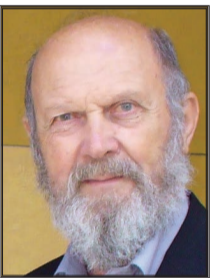
„Odišiel si náhle, niet Ťa medzi nami,
no v našich srdciach stále žiješ spomienkami.“

19. januára 2019 uplynuli tri roky od úmrtia nášho milovaného manžela, otca, dedka, brata, švagra a kamaráta

Olivera Luptáka.

Ďakujeme všetkým, ktorí na neho nezabudli a spomínajú spolu s nami.

S láskou v srdci spomína manželka, deti, vnúčatá, sestry, švagriná a rodinní priatelia.



Pod'akovania

Dňa 23. 11. 2018 nás opustil

Jozef Vencel.

Ďakuje manželka s rodinou.



Ďakujeme všetkým príbuzným, priateľom, susedom a známym, ktorí sa dňa 18. 12. 2018 prišli rozlúčiť s našim milovaným manželom, otcom, starým a prastarým otcom, priateľom

Michalom Jančom.

Ďakujeme za kvetinové dary a kondolencie. Smútiaca manželka a synovia s rodinami.

Mesto Kremnica vyhlasuje výberové konanie

na pozíciu

RIADITEĽA/KY CENTRA VOĽNÉHO ČASU V KREMNICI

1. Kvalifikačné predpoklady na výkon riaditeľa Centra voľného času v Kremnici

- odborná a pedagogická spôsobilosť ustanovená podľa zákona NR SR č. 317/2009 § 34 a vyhlášky Ministerstva školstva SR č. 437/2009 Z. z. v znení neskorších zmien a doplnkov

- 1. atestácia alebo jej náhrada
- najmenej 5 rokov pedagogickej praxe

2. Osobnostné a špeciálne predpoklady uchádzačov na výkon funkcie:

- bezúhonnosť
- organizačné a riadiace schopnosti
- práca s PC (práca s internetom, Excel, Word)
- osobnostné a morálne predpoklady
- komunikatívnosť
- záujem o uvedenú prácu

3. Zoznam dokladov, ktoré treba pripojiť k prihláške do výberového konania:

1. Písomná žiadosť o zaradenie do výberového konania
2. Overené fotokópie dokladov o vzdelaní
3. Overený doklad o absolvovaní 1. atestácie alebo jej náhrady
4. Potvrdenie o pedagogickej praxi
5. Lekárske potvrdenie o fyzickej a duševnej spôsobilosti pre výkon vedúceho pedagogického zamestnanca

4. Funkčný plat v súlade so zákonom minimálne 797 €

Súčasťou prihlášky do výberového konania je i Návrh koncepcie rozvoja Centra voľného času v Kremnici a mimoškolských aktivít detí v meste Kremnica.

Termín podania: prihlášku do výberového konania je potrebné predložiť najneskôr do 15. februára 2019 do 12,00 hod. na adresu: Mestský úrad Kremnica, Štefánikovo námestie 1/1, 967 01 Kremnica. Rozhoduje dátum pečiatky pošty, alebo deň osobného doručenia v podateľni Mestského úradu v Kremnici a požadované doklady je potrebné predložiť v zatvorenej obálke s označením: „Výberové konanie – riaditeľ Centra voľného času v Kremnici“.

Ing. Mgr. Alexander Ferenčík
primátor mesta

Priemerný vek obyvateľov mesta sa zvýšil, zatiaľ čo ich počet opäť klesá

Ľubica Négerová, Ľuba Ďurčová

Na základe údajov, ktoré spracúva úsek evidencie obyvateľov, celkový stav obyvateľov nášho mesta poklesol od 1. 1. 2018 do 31. 12. 2018 o 66 ľudí. Žien je menej o 50, mužov ubudlo 16.

Celkove je v Kremnici k 1. januáru 2019 evidovaných na trvalom pobyte **4988 občanov**, z toho 2575 žien a 2413 mužov.

Najväčší rozdiel medzi počtom žien a mužov vzrastá vo vekovej kategórii nad 60 rokov.

V roku 2018 sa narodilo len 36 detí (17 chlapcov a 19 dievčat), čo je o 11 novorodencov menej ako v predošlom roku.

Z našich spoluobčanov zomrelo v priebehu roku 64 ľudí (27 mužov a 37 žien) – t. j. o 5 ľudí viac ako o rok skôr.

Na trvalý pobyt sa prihlásilo 72 ľudí, odhlásilo sa 110 obyvateľov (5 z nich sa vysťahovali do zahraničia).

Na prechodný pobyt sa prihlásilo 28 ľudí, celkove ich evidujeme 90.

Na trvalom pobyte „Mesto Kremnica“ bez určenia ulice a čísla domu evidujeme 272 ľudí (o 4 menej ako vlani). Z nich viac ako polovica sa v našom meste dlhšiu dobu vôbec fyzicky nezdržiava.

Uzavretie manželstva bolo zaznamenané u 25 párov, z ktorých aspoň 1 zo snúbencov mal trvalý pobyt v Kremnici. Rozviedlo sa 8 manželstiev.

Priemerný vek obyvateľov je 44,6: u mužov 43,99 a u žien 45,79.

Pre porovnanie pred rokom boli ukazovatele nasledovné:



obyvatelia mali priemerný vek 44,25: u mužov 43,63 a u žien 45,43.

Najstaršia obyvateľka Kremnice sa dožila 3. januára úctyhodných 104 rokov.

Z matričných štatistických údajov uvádzame nasledovné skutočnosti.

V matričnom obvode meste Kremnica a 9 okolitých obcí bolo za rok 2018 uzatvorených a zaregistrovaných 44 sobášov, z toho 20 cirkevných a 24 civilných obradov – z nich 12 bolo uzatvorených mimo sobášnej miestnosti (7 v Kočiarni mestského úradu, 1 na Mestskom hrade, 1 v Zechenterovej záhrade, 1 na Štadióne Rudolfa Čillíka na Skalke, 1 na lúke na Zlatom strome a 1 vo vonkajších priestoroch Zlatého stromu). Na 3 sobášoch bol jeden zo snúbencov cudzinec (2 z Českej republiky, 1 z Nemecka). 9 párov bolo z iného mesta. Naopak, 5 párov z kremnického matričného obvodu sa rozhodlo pre sobáš v inom meste.

Za rok 2018 bolo zaevidovaných 18 rozvodov manželstiev, ktoré boli uzatvorené v matričnom obvode mesta.

Bolo vybavených a zaevidovaných 43 úmrtí, z toho 31 Kremničianov.

Naša Sibylka

Základná škola na Angyalovej ulici, Kremnica

Naša žiačka, naša spolužiačka, naša kamarátka, naše slniečko, naša motivácia nevzdávať sa a konať...

A tak sme aj tento rok zorganizovali 2. ročník akcie „Darček pre Sibylku“, súčasťou ktorej boli Vianočné tvorivé dielne a vianočné trhy v meste i v MsKS v Kremnici.

Do príprav sa zapojili nielen naši fantastickí žiaci, pani učiteľky a rodičia, ale znovu i ľudia zo širšej komunity. Veľmi milo nás prekvapilo množstvo dekorácií a predmetov, či koláčikov, ktoré sa do dňa „D“ v škole zhromaždilo. A ešte viac nás potešilo, koľko ľudí v meste i v MsKS ocenilo naše tvorenie kúpou ponúkaných dekorácií, finančným darom, či účasťou na tvorivých dielnach.

Milí rodičia, žiaci, priatelia našej školy a všetci ľudia s prajným a dobrým srdcom! Aj vďaka Vám sa podarilo na našich Vianočných trhoch vyzbierať sumu 2 000 €. Tento finančný dar bol odovzdaný rodine Prídavkovej na našej celoškolskej vianočnej slávnosti dňa 21.12.2018 a veríme, že pomôže Sibylke v jej ďalšej špeciálnej rehabilitácii.

**Všetkým Vám aj v mene Sibylky, ĎAKUJEME
a v novom roku 2019 Vám želáme veľa zdravia, šťastia a úspechov!**



Zdravá škola — Čo našim deťom chutí?

Ivana Šebeňová

Čo našim deťom chutí? A je to aj niečo zdravé, alebo to len výborne chutí? Robili sme v rámci projektu Zdravá škola prjeskum medzi našimi žiakmi. Otázky boli rôzne. Čo radi jedia z aktuálnej ponuky našej školskej jedálne, čo ľubia vo všeobecnosti, čo im naopak nechutí a čo by si predstavovali ako zdravé jedlo. Žiaci prvého aj druhého stupňa sa až tak nelíšia. Možno tí starší už sú vynaliezavejší. Deti by privítali na výber aj dve hlavné jedlá. Tak možno raz príde aj táto možnosť. Jedlá sme rozdelili na polievky, hlavné jedlo a šaláty a dezerty.

Z polievok jednoznačne vedie vývar s rezancami a deti by ho privítali častejšie. Objavili sa všeobecné požiadavky ako polievky bez zápražky a bez zahusťovania múkou. Vzrastá nám počet detí z celiakiou. Takže hneď za vývarom vedie v obľúbenosti zeleninová polievka. A potom deťom chutia také polievky ako paradajková, hrachová, kapustnica, cicerová, ale aj šošovicová, brokolícová a rybiaca. Ako návrh padli typy ako halásle, hokaido, krémová cesnaková a vo viacerých prípadoch guláš. A ktorá polievka im vôbec nie je po vôli? Vajčková a špenátová. Ak žiakom nejaká polievka nechutí, tak preto, že im nechutí nejaká ingrediencia. Tento prípad sú hříby. Buď niekomu chutia, alebo ich vyslovene neznáša. Možno by to vyriešili krémové mixované varianty, a to nielen pri polievkach, ale aj omáčkach k hlavnému jedlu. Sikovní tí naši žiaci!

Hlavné jedlá sme rozdelili na dva druhy — slané a sladké. Sladké obedy deťom veľmi chutia. Často sa objavovali návrhy aj práve na takýto obed. A vedú jednoznačne, bezkonkurenčne v každej triede palacinky. Takmer v každom návrhu sa objavili. Ale sú tu nápady ako šúlance s makom, nie rezance. Ďalej nám chutia slivkové gule, buchty na pare, alebo pečené, dukátové buchtičky, ryžový nákyp či štrúdl'a. Ako nové návrhy padli koláče ako napríklad kokosový alebo jablkový, medovník. Ale to

by mohli byť už asi dezerty, ku ktorým žiaci navrhujú najčastejšie čokoládový puding.

Hlavné slané jedlá sú najobjemnejšia kapitola. A jednoznačne v nej vedie kura s ryžou. A vieť čo mu konkuruje? Pizza. To je podobná téma ako spomínané palacinky. Ale veď raz za čas sa dá pripraviť aj zdravší variant. Naše deti sú na toto jedlo zvyknuté. Medzi bezmäsité jedlá sa do popredia dostali špagety. Niektorým chutia s kečupom a syrom, ale niektorí by prijali aj variantu s nejakou paradajkovou omáčkou. A sú tu aj návrhy iných jedál s omáčkami a zdravšími možnosťami: rizoto s ryžou, ale aj s krúpami, pšenom, zapekané cestoviny so smotanovou, syrovou, brokolícovou alebo hribovou krémovou omáčkou. Je tu aj obľúbený vyprážený syr, alebo zdravšia verzia grilovaného enciánu. Novinka v našej jedálni bulgur alebo kuskus má buď svojich nadšencov, alebo ho deti nepoznajú a nechutí im. Medzi neobľúbené patrí jednoznačne lečo. Ako nové by prijali niektorí pirohy. A všetky tieto bezmäsité jedlá alebo prílohy k mäsitým jedlám by bolo možné pripravovať v zdravšej podobe. Je tu nápad s celozrnnou knedľou, cestovinami (s tvarohom alebo ako príloha), špenátovými haluškami, ale aj pohánkové rizoto, či sójové kúsky, ak sú vhodne upravené, vedia zasýtiť.

A čo mäso? Áno, chutí nám. Len nie prosím pečeň. To je najneobľúbenejší pokrm našich žiakov. A jednoznačne vedie kuracie mäso. Hovädzie je veľmi zdravé a predsa sa nevyskytlo v odpovediach. A to je tu dokonca kačacie mäso. Často najmä mladším deťom chutí zemiaková kaša s mäscom alebo rybou. Tmavá treska je výborná voľba našej kuchyne. Len keby jej viac bolo. A áno s kašou je tu spomenutý aj rezeň, alebo jeho variant gordon bleu. Deti by si dali aj sviečkovú. Medzi fantastickými sci-fi návrhmi sa objavili aj také ako bryndzový perkelt, langoše, haruľa, lasagne, ale aj sushi či tuniakový wrap so zeleninou. Klasika v po-

dobe „knedlo-vepřo-zelo“ tu má tiež svoje miesto, ako aj tarhoňa s duseným mäscom, čevapčiči, segedínsky guláš. Prívarky väčšinou žiakom nechutia. Spomenuli len šošovicový a hrachový. A veruže hranolky sa vyskytovali len ojedinele. Je tu veľa žiakov, ktorí sa radi najedia a aj chutne a zdravo. Dôkazom sú časté návrhy šalátov. Prvé miesto obsadil uhorkový, ale mrkvový, kapustový, cviklový alebo miešaný tu majú svoje miesto.

A na záver len pranie nech nám chutí a občas si drahí naši rodičia skúste preveriť, čo tým našim deťom chutilo, či nechutilo. Lebo podľa jednej tajnej ankety sa môže stať aj toto:

„Aký bol obed?“ „Nechutilo mi.“

„A čo, polievka bola zlá?“ „Nie, tá mi chutila.“

„A čo, druhé jedlo zlé?“ „Nie, to mi chutilo.“

„Takže ti vlastne chutil celý obed...“



Všetko dobré v novom roku

Mária Slašťanová

Po vianočných prázdninách sme sa opäť vrátili do školy. Školský rok sa blíži k svojej polovici a o chvíľu budeme bilancovať. Kalendárny rok sa práve rozbieha a želáme si všetko dobré.

Máme za sebou všedné i nevšedné školské dni. Klasické hodiny, ale aj tematické dni, netradičné aktivity v rámci školského projektu Kremnica očami detí, týždeň s americkou lektorkou anglického jazyka, stretnutia s osobnosťami a množstvo výletov. Žiaci vytvorili veľa zaujímavých prác, ktoré nás naplňujú hrdosťou. Dali sme z nich urobiť fotoknihu, nástenný kalendár, žiacku encyklopédiu Zvieratá a rastliny Kremnických vrchov, knižku Vlastná tvorba žiakov, obrazy a elektronické leporelo Kremnické povesti v anglickom jazyku. Niekoľko výťahov sme odložili na pamiatku a ostatné rozdali deťom a našim priateľom. Začiatkom školského roka sme nadviazali spoluprácu so ZŠ T. G. Masaryka v Kutnej Hore. Navrhli nám spoločný e-twinning projekt, lebo Kremnica má družbu s Kutnou Horou. Motiváciou bolo sté výročie nášho spoločného štátu. Doteraz sme uskutočnili veľa spoločných aktivít. Deti si navzájom predstavili svoju školu, mesto, štát. Na mape Českej republiky sme vyznačili miesta, ktoré naše deti s rodičmi už navštívili. Začali sme tvoriť ilustrovaný česko-slovenský a slovensko-český slovník. Prostredníctvom aplikácie Skype sa nám podarilo uskutočniť virtuálne stretnutie a spoločne sme spievali naše hymny. Bol to výnimočný zážitok! V tomto roku sa budeme venovať osobnostiam, ktoré sa zaslúžili o vznik spoločného štátu. České deti nám priblížia život a dielo Tomáša Garyka Masaryka a my im predstavíme Milana Rastislava Štefánika. V máji uplynie 100 rokov od jeho tragickej smrti. Aktivity, ktoré uskutočnime, budú venované na počesť tejto vzácnosti osobnosti našich dejín. V projekte sme našli nových priateľov a bolo by veľmi príjemné, ak by sme ich stretli aj v skutočnosti.

Tento rok sa nesie v znamení cestovania. V januári pokračujú naše výlety za zážitkami. Deti z 1. stupňa navštívia tvorivé dielničky v Kammerhofe v Banskej Štiavnici. Pomelú si žitko medzi mlynskými kameňmi a zamiesia na chlebič. Kým bude cesto kysnúť, budú plstiť vlnu. Pôjdu domov s upečeným bochníkom a plstenou taštičkou. Odmenou za polročné snaženie mladších žiakov bude divadelné predstavenie v Divadle J. G. Tajovského. Pozrú si ľudovú rozprávku Tri krásy sveta. Starší žiaci budú mať koncert v podaní formácie Amos o finančnej gramotnosti. Počas jarných prázdnin ideme na prvý výlet do Londýna. 45 účastníkov zájazdu pocestuje autobusom, zažije cestu vlakom cez Eurotunel a počas 5 dní navštíví všetky



významné pamiatky a múzea. Veríme, že pobyt v Londýne povzbudí našich žiakov k učeniu sa anglického jazyka. Tretím rokom realizujeme projekt Erasmusplus s názvom PoRPOW – radosť z čítania, radosť z písania. Jeho témou je čítanie rôznych žánrov a vlastná tvorba žiakov. Projekt prispieva k rozvoju čitateľskej gramotnosti a konverzácie v anglickom jazyku. Koncom marca sa traja žiaci ôsmeho ročníka a štyria učiteľia zúčastnia medzinárodného stretnutia v Portugalsku. Celý týždeň nás budú hostiť naši priatelia z Alfeny. Koncom mája je naplánovaná ďalšia cesta. Tri pani učiteľky pôjdu na záverečné stretnutie v rámci tohto projektu do Turecka. Spoznajú krásy prímorského mesta Kusadasi a zhodnotia prínos medzinárodného projektu pre všetky školy.

Erasmus+ je program EÚ na podporu vzdelávania, odbornej prípravy, mládeže a športu v Európe. V rámci výzvy zameranej na odbornú prípravu sme podali náš druhý projekt s názvom Chceme vedieť viac! Bol schválený a dostali sme 10 360 €. Štyri naše pani učiteľky pôjdu na školenia do zahraničia. Pani učiteľka Datelinková pôjde do českého Trutnova. Témou školenia bude využívanie informačných technológií v medzinárodných projektoch. Pani riaditeľka Slašťanová sa zúčastní kurzu a hospitácií v základnej škole v Šumperku. Pani učiteľky anglického jazyka sa zúčastnia školení v anglickom Oxforde. Pani učiteľka Zábradýová sa bude školíť k téme CLIL na vyučovaní a pani učiteľka Hřčková bude spoznávať kreatívne metódy výučby anglického jazyka.

Projekty sa stali bežnou súčasťou nášho školského života. Sú rôzneho zamerania, dĺžky, druhu a financované z rôznych zdrojov. Všetky majú za cieľ zlepšiť vzdelávacie podmienky a život školských detí. Pokračujeme v projekte s názvom Úspešní v škole, úspešní v živote, ktorý pomáha inkluzívnemu vzdelávaniu. Vďaka jeho realizácii sa o deti so špeciálnymi výchovno-vzdelávacím po-

trebami stará päť členný inkluzívny tím a zakúpili sme množstvo učebných pomôcok pre všetky deti. Skončili sme školský projekt Kremnica očami detí, pokračujeme v projekte O ako osobnosť. V minulom roku deti stretli vzácne osobnosti biatlonistu Mateja Kazára, spisovateľku Zuzanu Boďovú a profesora Ivana Hričovského. Chystáme stretnutia s ďalším ľuďmi, ktorí môžu byť skvelým vzorom a príkladom pre naše deti. Začiatkom roka je veľmi vhodným termínom pre štart nášho nového školského projektu s názvom U nás taká obyčaj. Bude venovaný spôsobu života a ľudovej slovesnosti našich predkov. Deti budú poznávať a oživovať ľudové zvyky, ktoré sú našim cenným dedičstvom. Nakreslia ilustrácie k rozprávkam a piesňam. Príslovia, porekadlá a pranostiky stvárnia malbami na sklo. S pani vychovávateľkami budú objavovať nielen čaro starobylých remesiel, ale aj tvorivosť svojich rúk.

V marci si opäť chceme sviatkov učiteľov a vzdelávania pripomenúť netradičnými aktivitami. Pozveme rodičov a príbuzných, aby sa na chvíľu stali učiteľmi. Z našich žiakov urobíme tiež učiteľov, ktorí budú učiť svojich rodičov a rodičov predškolákov športovým disciplinám, základným počítačovým zručnostiam, finančnej gramotnosti, zásadám zdravej výživy a pracovným činnostiam – všetkému, čo je pre život potrebné.

Minulý školský rok sme si požičali námet televíznej súťaže v karaoke. Tento rok to bude súťaženie vo varení s názvom Moja trieda varí lepšie ako tvoja. Pod vedením triednych učiteliek budú súťažiť tímy nielen v príprave jednoduchých jedál, ale aj v zručnostiach – krájanie cibule, šúpanie zemiakov a šľahanie vajčiek. Porotu bude tvoriť samozrejme pani vedúca kuchyne a pani kuchárky.

Zdravej strave a správne životnému štýlu sa budeme venovať aj pri ďalšom stretnutí s predškolákmi. Opäť u nás strávia niekoľko vyučovacích hodín. V novembri sme predškolákov premenili na malých permoníkov. V januári ich pozveme na zábavné aktivity venované zdraviu. Budú z nich malí kuchári. Opášu si zásterky a pripravujú zdravé a chutné papanie. V škole sa nielen učíme, ale aj vychovávame. Na ďalšom stretnutí budú témou výchovy všetkého druhu. Vyskúšajú si maľovanie, spievanie, cvičenie. Tretie stretnutie bude venované kúzlam a bádaniu. Ukážeme budúcim školákmi, že učenie je jedno veľké kúzlo. Veríme, že naša škola na detičky urobí dojem a stanú sa jej budúcimi žiacikmi. Každá škola potrebuje školákov. Veď škola je školou, keď v nej počuť veselý džavot detí, ktoré baví učenie. Nech je naša škola stále plná veselých detí a spokojných dospelých. A to je to dobré, čo si my všetci želáme.

Projekt Oveľa viac

Stredná odborná škola pre žiakov so sluchovým postihnutím internátna v Kremnici

Naša škola, Stredná odborná škola pre žiakov so sluchovým postihnutím internátna v Kremnici, úspešne zrealizovala a realizuje množstvo rôznych projektov spolufinancovaných zo zdrojov EÚ či z Nadačného fondu Telekom pri Nadácii Pontis. Tento školský rok prebehol aj projekt pod názvom Oveľa viac, ktorý bol v grantovom programe Nadácie Tesco Vy rozhodujete, my pomáhame zaradený hodnotiacou komisiou medzi tri najlepšie v regióne. V druhom kole sme sa umiestnili na treťom mieste a získali "len" tristo euro.

Cieľom projektu bolo efektívne zapojiť našich žiakov z odborov murár, stolár, technicko-informatické služby so zameraním na odevníctvo, zamestnancov a priateľov školy do aktivít na dobrovoľníckej báze, rozvinúť ich potenciál a zlepšiť a skultúrniť prostredie, v ktorom sa vzdelávajú, pracujú a prežívajú až 60% života a tým ich naučiť rešpektovať, oceniť a vážiť si spoločne nadobudnuté hodnoty, čo môžu neskôr aplikovať v domácom prostredí a tak meniť spoločnosť.

Za získané financie sa nám podarilo vymeniť časť

podlahovej krytiny za dlažbu. Aby sme naplnili naše vízie o skultúrnení spoločných priestorov, získali sme vďaka Nadácii SLOVALCO ďalšie financie, ktoré nám umožnia zrekonštruovať plánovanú časť. Taktiež sme sponzorsky získali od firmy Brik, a. s. sedačky, ktoré umocnia našu premenu.

Ak sa nám podarí vytvoriť spoločne niečo krásne, čo vidíme, zmeníme to podstatné, čo škola má zmeniť. Myslenie človeka, jeho pohľad na riešenie osobných potrieb a problémov. Takáto investícia nám môže poskytnúť nielen pocit zmysluplnosti z vykonanej práce, pocit spolupatričnosti, zdokonalenie životného prostredia a zvýšenie atraktívnosti vzdelávania, ale môže oveľa viac. Môže zmeniť ľudské životy.

Ukončením tohto projektu nekončíme, ale naopak, pokračujeme. Pokračujeme v prekonávaní sociálnych a ekonomických bariér a stereotypov v myslení nielen žiakov.

Blahoželáme k tretiemu miestu

SOŠ PRE ŽIAKOV SO SLUCHOVÝM POSTIHNUTÍM INTERNÁTNÁ

a výhre vo výške

300 €

na realizáciu projektu vo svojom okolí.

Ďakujeme za vašu účasť v programe
Vy rozhodujete, my pomáhame

TESCO

Beseda s ilustrátorkou

Jana Gálisová

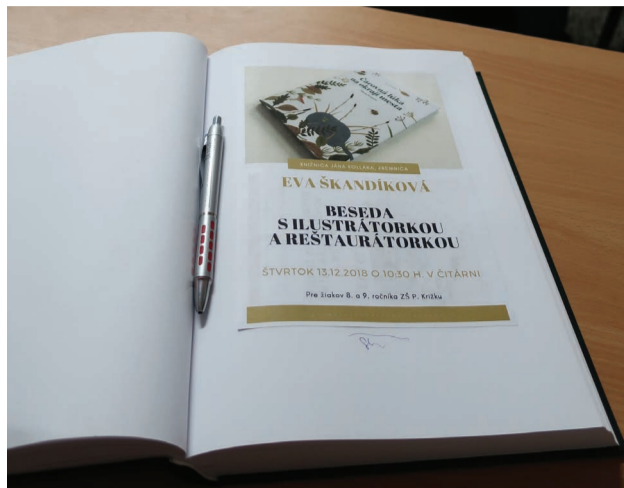
V našej knižnici sme vďaka príspevku od mesta Kremnica mohli pripraviť aj stretnutie s kremnickou ilustrátorkou a reštaurátorkou Evou Škandíkovou. Vo štvrtok 13. 12. 2018 sme zimné predpoludnie ozvláštnili žiakom 8. a 9. ročníkov kremnických základných škôl. Dvoch besied sa zúčastnilo spolu 109 žiakov a ich učiteľov.

Autorka nám najprv umožnila nahliadnuť do tajomstiev práce reštaurátora historických obrazov a fotografií. Vysvetlila základné pojmy a pravidlá reštaurátorstva, ukázala príklady a priblížila nám svoje osobné skúsenosti so záchranou umeleckého diela z dávnej minulosti.

V druhej časti sme sa dozvedeli niečo o ilustrácii kníh, kde sme si mohli prezrieť techniku koláže, ktorú autorka použila v knižkách Dorotkino mliečko a Čarovná lúka na okraji mesta. Obe knihy si môžete požičať v našej knižnici.

Besedou sme chceli starším žiakom predstaviť iné než bežné povolania, ktoré by mohli rozšíriť ich možnosti pri výbere vzdelávania na strednej

a vysokej škole. Veríme, že ich beseda zaujala a umožnila im predstaviť si dve umelecké povolania, ktorým by sa niektorí z nich v budúcnosti mohli venovať.



Milí Kremničania,
obraciame sa na Vás s prosbou
o darovanie sánok, bobov a lopárov, ktoré už nepotrebuje!

Tieto veci budú zadarmo
požičiavané našim deťom a turistom,
ktorí sa chcú športovo vyžiť
na zasneženom
kremnickom námestí.

VOPRED VŠETKÝM ĎAKUJEME.
Knižnica Jána Kollára

BBSK – Knižnica Jána Kollára, Kremnica

Vás pozýva

na výstavku v rámci projektu MINIGALÉRIA TVORBY REGIONÁLNYCH REMESLNÍKOV,

stolárky **VERONIKY KOSTRIANOVEJ,**

„Krása servítky“

Výstavka potrvá od 21.1.2019 do 28.2.2019 v priestoroch čítárne.

Výrobky sú predajné.

Knižnica na ulici v núdzovom režime

Peter Lysek, riaditeľ knižnice

Regionálna Knižnica Jána Kollára v Kremnici oznamuje svojim čitateľom a návštevníkom, že Knižnica na ulici (pri KM Labyrint) bude v zimnom období prevádzkovaná v núdzovom režime.

Príčinou je, že v noci, alebo cez víkend z políc zmiznú všetky knihy.

Tento záhadný knižný — kremnický úkaz sa opakuje pravidelne každý rok v zime, keď si niektorí spoluobčania a

„náruživí“ čitatelia urobili z dobrej myšlienky súkromnú knižnicu. Jednoducho si berú všetko, čo je na policiach, knihy nikdy nevrátia a tým ochudobňujú čitateľov, ktorí si tam vždy niečo nájdu. Môžeme len hádať, čo s knihami robia.

Zároveň žiadame dobrovoľných darcov kníh, aby ich vždy, keď sa dá, odovzdali v čítárni knižnice.

Ďakujeme za pochopenie a tešíme sa na všetkých poctivých čitateľov nášho krásneho mesta.

Po oteplení fungujeme v plnom režime.



NOVINKY V KNIŽNICI

zdroj popisov kníh: martinus.sk

LITERATÚRA PRE DOSPELÝCH

Katarína Gillerová — Dievča v zrkadle



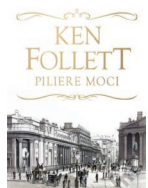
Hotely, koncertné sály, ustavičné cestovanie — tak vyzeralo detstvo Olivie, ktorej rodičia mali kapelu. Chýbali jej kamarátky a pocit rodinnej istoty. Tú neskôr nachádza ako dospelá v Jonášovej rodine. Olívia sa snaží potlačiť traumy z detstva a teší sa na spoločný život s Jonášom. Do jej plánov nečakane zasiahne príchod nového šéfa do firmy — bývalého spolužiaka, ktorého kedysi odmietla. Keď sa šéf rozhodne využiť túto príležitosť, aby sa jej pomstil, Olívia nachádza oporu v kamarátke Dorote, ktorá sa sama snaží vyrovnať so životnými sklamaniami. Nádejou pre Dorotu sa stáva sympatický osamelý muž, ktorý ju zahŕňa pozornosťou. Keď však kamarátky nájdu v pivnici jeho vily ukrytú bábiku a detské oblečenie, nádej sa mení na podozrenie...

Magdaléna Lunáková — Chcela mi vziať život



Čarodejnica? Šialená? Čo z toho je pravda? Nina Hamarová sa od detstva preflkala životom plným urážok, smútku a hanby. Otec ju nenávidel a spolužiaci šikanovali. Útočisko pred jej osobným peklom nachádzala u jedinej blízkej osoby. U matky. Za jej krutým životom stála jediná vec. Hlas, jeden jediný hlas. Neprestajne sa jej prihovárал v hlave. Ničil ju a týral. Nádej sa niekto, kto jej pomôže?

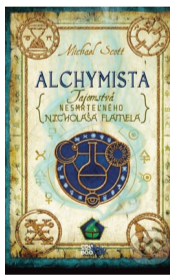
Ken Follett — Piliere moci



V polovici 19. storočia sú jednou z najvýznamnejších bankárskych rodín v Londýne Pilasterovci. Členovia rozvetvanej rodiny tvrdo presadzujú svoje osobné záujmy, chamtivosť a zhýralosť niektorých z nich nepozná hranice. Vzájomná nedôvera a nenávisť sa podpíše pod krach banky, ktorú zachraňuje najtalentovanejší, ale zároveň najzraniteľnejší Hugh Pilaster. Jeho otec totiž spáchal samovraždu, a to ohrozuje synovu skvelú budúcnosť.

LITERATÚRA PRE DETI A MLÁDEŽ

Michael Scott — Alchymista. Tajomstvá nesmrteľného Nicholasa Flamela



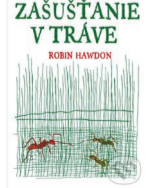
Nicholas Flamel sa narodil 28. septembra 1330 v Paríži. Záznamy tvrdia, že zomrel v roku 1418. No jeho hrobka je prázdna. Podľa legendy Nicholas Flamel žije. Ale len vďaka tomu, že celé stáročia pripravoval elixír života. Tajomstvo večného života je ukryté v knihe, ktorú opatruje: Kniha mága Abraháma, najmocnejšej knihy, aká kedy existovala. Ak sa dostane do nesprávnych rúk, je schopná zničiť celý svet. A presne o to ide doktorovi Johnovi Deemu, ktorý ju ukradne. Ludstvo netuší, čo sa deje, až kým nie je príliš neskoro. A ak je proroctvo pravdivé, Sophie a Josh Newmanovci sú jediní, ktorí dokážu zachrániť svet v podobe, v akej ho poznáme dnes. Niekedy sú legendy pravdivé. A Sophie a Josh sa čoskoro stanú súčasťou najväčšej legendy všetkých čias.

Thomas C. Brezina — Prípad pre teba a Tigri tím: Múmia za volantom



Členovia Tigrieho tímu neveria vlastným očiam. Za volantom auta sedí múmia a veľkou rýchlosťou sa rúti priamo na nejakého muža. Lukáš s Patrikom pri pátraní po nebezpečnom šoférovi narazia na strašidelný sklad, ktorý sa im takmer stane osudným. Bea musí vynaložiť všetku svoju odvahu a šikovnosť, aby kamarátov včas zachránila. Pridaj sa aj ty k Tigriemu tímu!

Robin Hawdon — Zasušenie v tráve



Rovinatá krajina sa vo vlhkom povetrí vlní pokojne a nerušene, ďaleko od vojen a všetkých strastí ľudstva. Keď sa však prizrieme bližšie, čo to šuští v tráve, odhalíme mravčiu ríšu plnú chaosu a zmätkov. Kolónia čiernych mravcov sa práve prebúdzá po dlhom zimnom spánku a čaká ju nemilé prekvapenie — červené mravce sa v arogantných šikoch valia po mravenisku a ničia všetko, čo im príde do cesty.

Výročie mesto tento rok oslávi počas Cechových hodov kremnických opäť na stredoveký spôsob

Veronika Chrienová, foto: Ivan Čillik, Akropola



V roku 2019 mesto oslávi Fašiangy. Tradičná rozlúčka so snehom sa presunie opäť na Skalku. Tentokrát pod názvom NEveľkonočné vajce.

Fašiangy po prvýkrát v MsKS

Už 1. marca sa môžeme tešiť na prvé podujatie pod hlavičkou mesta - Fašiangy. Nebude chýbať detský sprievod mestom, pouličný fašiang a celé to zavŕši veselica s Majerovcami a DJom Fabom v Mestskom kultúrnom stredisku. „Fašiangy sú snahou o začatie novej tradície v meste,“ vysvetľuje krok riaditeľka Kultúrneho a informačného centra Zuzana Tileschová.

V marci mesto pripravuje ešte jednu novinku, NEveľkonočné vajce. To sa uskutoční na Skalke 9. marca. Pôjde o tradičnú karnevalovú rozlúčku so snehom, len s neveľkonočným dátumom. „Sme radi, že sa nám Vajce podarilo vrátiť na Skalku, kde to tamojší podniaktelia s nadšením prijali a spojili sa pri pripravách. Bude to však náročné, preto prosíme všetkých, ktorí by mali záujem pomôcť s podujatím, aby sa prihlásili v Kultúrnom a informačnom centre,“ vyzýva Tileschová s tým, že ide najmä o pomoc priamo počas podujatia.

MDD opäť na Ludovike

V apríli sa v MsKS bude konať už 15. ročník detskej a mládežníckej hudobnej súťaže Kremnické laso. V máji sa už tradične môžeme tešiť na Gul'ky v Zechenterke či na Noc múzeí a galérií v réžii NBS - Múzea mincí a medailí.

Posledný májový deň mesto pripravuje MDD pre všetky deti navštevujúce kremnické škôlky a základné školy. To sa opäť po ročnej pauze uskutoční na Ludovike, kde sa na deti už teraz tešia vojaci z Prvého vojenského práporu.

Kremnická Jazzda, Kremnický hradný organ aj Hudba pod diamantovou klenbou

Leto Kremnica odštartuje hudobne. Tradične sa už v júni môžeme tešiť na začiatok festivalu Petra Michalicu a už 23. ročník Kremnického hradného organu.

Svojich fanúšikov už má aj festival Kremnická Jazzda, ktorý sa tento rok bude konať 3 posledné júnové dni.

V júni si Kremničania aj návštevníci mesta užijú aj Deň otvorených dverí v kremnickom archíve či 13. ročník súťaže v umeleckom prednese Prednášam, teda som.

Cechové hody kremnické budú skutočne o hodovaní

Kremnický jarmok a Cechové hody kremnické už poznajú svoj dátum. 19. - 20. júla sa Kremnica premení na symbol hodovania a zábavy. Podľa Zuzany Tileschovej budú môcť návštevníci ochutnať pôvodné aj súčasné jedlá, napríklad aj tradičný banický pokrm jauzňa. Počas jarmoku mesto oslávi 691. výročie. Nebude chýbať hudba a stánky, tie však tento rok budú len počas jedného dňa.

V auguste NBS - Múzeum mincí a medailí pripravu-

je podujatia Príbehy v múzeu a Strašidlá na hrade. Už 39. ročník Kremnických gagov sa uskutoční 23. - 25. augusta. Na konci mesiaca sa bude konať volejbalový turnaj Zasmecuj deťom zdravie.

Jeseň s Kremnickým jablkom a slávnosťou vína

Prvý októbrový týždeň už tradične patrí výstave ovocia a zeleniny Kremnické jablko. Archív v Kremnici v okóbri pripravuje výstavu Kremnica v dejinách 20. storočia. NBS - Múzeum mincí a medailí poteší tých najmenších podujatím Strašidielka na hrade.

Po tretíkrát bude november v Kremnici patriť vínu. Kremnická slávnosť vína sa bude konať 16. novembra v stredovekých pivniciach v centre mesta.

December bude patriť Mikulášovi a Vianočným trhom

Mikuláš v meste privíta všetky deti v piatok 6. decembra. Už štvrtý rok sa pred Vianocami všetci Kremničania a návštevníci mesta budú môcť zohriať pri punči, medovine či varenom víne na Vianočných trhoch v medzibráni od 18. do 20. decembra.



Úspešné kvízy v Akropole pokračujú aj tento rok. Aj vy si môžete preveriť svoje vedomosti.

Veronika Chrienová, foto: Akropola



Kvízy v KC Akropola v Kremnici sa konajú od apríla 2018. Tento mesiac si tímy preverovali vedomosti už po 17-ty raz.

Kvízy v bare k nám prišli z Anglicka

Vedomostné kvízy v bare alebo inom pohostinstvom zariadení sa k nám dostali z Veľkej Británie. Tam pod názvom "pub quiz" vznikli v 70-tych rokoch minulého storočia, aby do pohostinstiev nalákali ľudí aj počas menej rušných večerov. Popularita kvízov narástla tak, že sa dnes množstvo pravidelných kvízov vo Veľkej Británii počíta na tisíce.

Vo väčších slovenských mestách si návštevníci pohostinstiev na podobné podujatia už zvykli. V Kremnici s novinkou prišiel Zdeno Gális z KC Akropola minulý rok na jar. „Vedel som o takýchto a podobných eventoch, že sa konajú vo väčších mestách, no nebol som si celkom istý, či by sa to

v Kremnici ujalo. Avšak začiatkom roka prišiel na jedno z premietaní vo filmovom klube chalan zo Sliacha, dali sme sa do reči, že on také kvízy robí vo Zvolene. Povedali sme si, že to skúsime aj v Kremnici,“ vysvetľuje začiatky Gális.

Stačí všeobecný rozhľad a dobrá partia

Na kvíz v Akropole sa môže prihlásiť 2 - 6 člený tím približne týždeň pred začiatkom podujatia. Súťažiaci sa nemusia báť, že by im téma kvízu nesadla, keďže v Kremnici prebieha väčšinou len tzv. všeobecný kvíz. „Ide o kvíz bežného spoločenského rozhľadu. V tíme sa vedľa hráči doplniť. Samotné otázky aj s prezentáciou pripravuje kvízmašter Jakub Murín, ktorý má za sebou už viac ako 200 pokračovaní tohto podujatia vo Zvolene,“ vysvetľuje Gális. Občas však kvíz predsa len nosnú tému nesie. „V novembri sme robili v spolupráci s OZ Valava špeciálnu kremnickú edíciu s otázkami týkajúcimi sa výhradne Kremnice, vrátane hudobného kola. Určite nejaké špeciálne edície pripravíme aj tento rok. V lete napríklad open-air summer edition, po slovensky pod holým nebom,“ hovorí Zdeno Gális.

Niektoré tímy sa hry zúčastňujú pravidelne

V Akropole máva jedna hra štyri kolá: obrázkové, písomné, hudobné a výber z možností. Kvízmašter to celé moderuje a po každom kole vyhodnocuje výsledky, prípadne rieši sporné odpovede. Na záver sa vyhlásia výsledky. Tímy môžu zbierať aj body do celkového poradia, ktoré sa vyhodnocuje po piatich opakovaniach. „Vždy máme pripravené menšie ceny pre prvé tri tímy a aj cenu



útechy pre tím, ktorému sa nedarilo,“ hovorí Gális. Kvíz v Akropole majú od začiatku vysokú účasť. Podľa Gális bola zatiaľ najväčšia v decembri. Hra si našla už aj svojich verných fanúšikov. „Niektoré tímy sa zúčastnili len raz - dvakrát, ale sú aj také, ktoré chodia už od začiatku úplne pravidelne. Vo viackolových hodnoteniach boli zatiaľ najúspešnejšie tímy Elba a Chmelíkovci,“ uzatvára Zdeno Gális.

Najbližší kvíz v Akropole sa bude konať v piatok 8. februára.



1. Uvedte celé meno tohto človeka.

O ťažbe nerastných surovín v Kremnici a jej okolí nakrútili dokumentárny film

TS

Režisérské duo Zuzana Piussi a Vít Janeček sledovali tému ťažby v Kremnici a okolí sedem rokov.

V dokumentárnom filme "Obliehanie mesta" vystupujú občania angažovaní proti ťažbe v blízkosti historického centra Kremnice a príľahlých obcí, miestni politici, predstavitelia ťažobných firiem a environmentalisti. Oficiálna premiéra filmu prebehne v marci v Prahe na filmovom festivale Jeden svet. **Špeciálne premietanie pre Kremničanov a obyvateľov okolitých obcí sa uskutoční v kine Akropola 15. a 16. februára o 19.00 hod.** Po projekcii bude nasledovať diskusia s tvorcami.

ROZHOVOR S REŽISÉRKOU ZUZANOU PIUSSI

Kedy a ako ste sa dostali k téme ťažby zlata v Kremnici? Čo vás podnietilo, aby ste tému spracovali do filmu?

Stretla som sa s Barborou Glockovou a Lubošom Kůrthym, rozprávali mi o Kremnici, poslancoch, ťažbároch a opisovali, ako ľudia z ťažobnej firmy ticho podplácajú obyvateľov a poslancov mesta. Zrazu sa stane, že poslanec hlasuje inak, alebo chlap v krčme presviedča iných o potrebe ťažby. Kremnicu a okolie som začala s kamerou navštevovať najprv sama, neskôr so svojim mužom Vítom Janečkom, s ktorým sme film robili spoločne.

Ako dlho nakrúcanie prebiehalo? Sprevádzali nakrúcanie nejaké komplikácie? Podarilo sa vám dostať pred kameru všetkých respondentov, ktorých ste oslovili?

Film sme točili sedem rokov. Zachytili sme príbeh, ktorý stále nie je ukončený. Firma Ortac odišla, ale chystá sa nový zákon o surovinovej politike, ktorý neobsahuje zákaz kyanidového luhovania. Ale Kremnica a okolie nie je obliehaná iba zahraničnými spoločnosťami. Bentonit tu ťažia Slováci. Sú to firmy spojené s vládnu garnitúrou a pomáhajú im aj katolícka cirkev, ktorá vlastní lesy a prenajíma ich na ťažbu bentonitu. Nebolo by v tom nič zlé, keby sa veľké jamy rekultivovali. Cesty sú zničené, mizne mokrad, a tak aj chránenej mäsožravkej rastlinke hrozí vyhynutie. Biskupský úradník, ktorý rokuje s ťažbárskou firmou, nám o tom odmietol na

kameru niečo povedať. Môže pápež písať o potrebe chrániť prírodu, keď biskupský úrad rozhoduje proti prírode.

Čo film, podľa vás, vypovedá o Slovensku?

Vo filme vidíme skorumpovaného poslanca, ktorého miestni ľudia usvedčujú z korupcie. Tiež je zachytená firma Ortac, ktorá dávala občanom malé dary, aby s nimi súznili. Tento boj, keď sa človek rozhoduje medzi vlastným prospechom a všeobecným blahom, sa odohráva všade, najmä vo veľkej politike, ale v parlamente sa to nedá zachytiť takto zvnútra. Lahšie sa to podarí v Krem-

nici, v Lúčkach, alebo v Bartošovej Lehôtke. Ale tá podstata, ako sa človek zachová pri rozhodovaní medzi vlastným prospechom či verejným záujmom, je vždy rovnaká.

Hrozba ťažby v Kremnici definitívne zažehnaná nie je. Budete tému sledovať aj ďalej?

Film sme dokončili, už doňho nebudeme strihať, ale plánujeme urobiť diskusie po premietaní filmu, hlavne kvôli pripravovanému zákonu. Bojím sa, že sa podarí ticho schváliť zákon a Kremnica a iné mestá sa zmenia - za pár drobných pre štát a veľké zisky pre súkromné spoločnosti - na dobývacie priestory.

O FILME

„Vy máte bohatstvo v zemi, ktoré má hodnotu nula. My sme určitá moc, ktorá má silu sem pritiahnúť kapitál.“ Stretnutie stredoveku s 21. storočím.

Na Kremnickom zlate vyrástlo viacero európskych stredovekých miest, samotná Kremnica bola bohatým mestom a bola niekoľkokrát obliehaná, ale nikdy dobytá. Nové metódy ukázali, že zlato je možné ťažiť v lokalite aj dnes. V krajine je už len rozptýlené na zlatý prach a dostať ho von je možné len za zdruvujúcich podmienok pre život mesta a jeho obyvateľov. Niekoľko z nich sa vzoprelo, pridali sa ďalší a ďalší a začal zdanlivo prehrať boj s nadnárodnou korporáciou, majúcou za chrbtom možno aj podporu dozorujúcich úradov. Hlavní protagonisti sa rozhodli urobiť ďalší krok a vystúpili z aktivistickej roviny do vysokej politiky. Voľby však napriek mimoriadne vysokým preferenciám novo sformovanej strany dopadli fiaskom a rozčarovaním.

Namiesto pozastavenej ťažby zlata sa začína na susediacich lokalitách masívne ťažiť bentonit, začínajú sa vynárať nové otázky... Vo filme vystupujú občania angažovaní proti ťažbe v blízkosti historického centra mesta a príľahlých obcí, miestni politici, predstavitelia ťažobných firiem a environmentalisti.

(ČR / SR, 2019), 69 min. Film vznikol s podporou Audiovizuálneho fondu.



Futbalový klub TJ Inter Horná Ves organizuje

10 ročník

FRAŠIANG CUP

FUTSALOVÝ TURNAJ - VÍKEND ŠAMPIONOV

8.2.2019 turnaj žiakov
9.-10.2.2019 Štartovné 90 € / tím

POZOR ZMENÁ!
Hrá sa v mestskej telocvični Kremnica

myziar.sme.sk

isitreknica.com

NBS — Múzeum mincí a medailí v Kremnici všetkých srdečne pozývame na výstavu

CESTA KREMNICKEJ ČIPKY

Výstava potrvá do 28. 2. 2019

a je prístupná

v galérii NBS - Múzea mincí a medailí, Štefánikovo nám. 33/40 v Kremnici,

v pondelok až piatok

od 8.00 do 16.00 h.

Záujemcovia môžu absolvovať prehliadku výstavy aj s komentárom autorky knihy Kremnické čipkárske školy 1888 - 1953 (požiadavky prosíme vopred nahlásiť na č. tel.: 045/678 0328).



NBS — Múzeum mincí a medailí v Kremnici vydalo dve nové publikácie

NBS - MMM

MATEJ BEL — DEJINY MESTA KREMNICICE

Významný slovenský polyhistor Matej Bel uverejnil vo svojich Historických a geografických vedomostiach o novom Uhorsku z roku 1742 aj pomerne dlhú stať o Kremnici. NBS - Múzeum mincí a medailí sa rozhodlo vydať latinský originál i preklad tejto state do slovenčiny.

Čitatelia majú unikátnu možnosť prvýkrát sa zoznámiť s týmto zaujímavým textom, ktorý prináša najdôležitejšie údaje z dejín a života mesta Kremnice v 18. storočí, zvlášť z oblasti baníctva a mincovníctva, ale aj z každodenného života (napr. veselé obyčaje a pod.).

V knihe je aj úvodná štúdia o živote, diele a vzťahu Mateja Bela ku Kremnici a rozsiahly poznámkový aparát dopĺňajúci a vysvetľujúci Matejom Belom uvádzané informácie. Vďaka poznámkam je kniha aj akýmisi dejinami Kremnice v 18. storočí. Publikáciu pripravili Jozef Kordoš z Trnavskej univerzity a Daniel Haas Kianička z NBS - Múzea mincí a medailí v Kremnici.

Zostavovateľ, úvodná štúdia, historická terminológia v preklade, historiografické poznámky a komentáre k prekladu: Mgr. Daniel Haas Kianička, PhD.

Edícia latinského textu, jeho prekladu do slovenského jazyka a edičná poznámka: Mgr. Jozef Kordoš, PhD.

Recenzenti: doc. Mgr. Erika Juríková, PhD., doc. Mgr. Imrich Nagy, PhD.

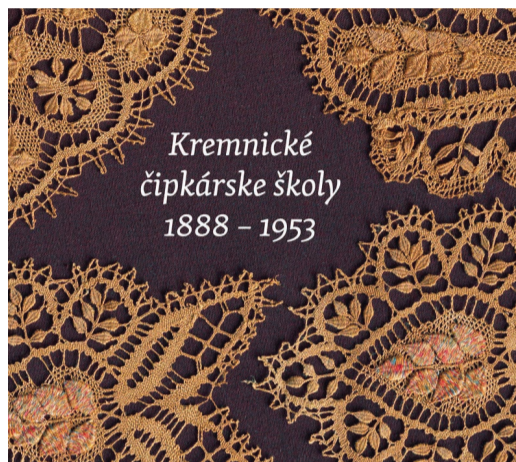
Vydala: Národná banka Slovenska — Múzeum mincí a medailí Kremnica, 2018

Počet strán: 224

Predajná cena knihy: 13 €

DEJINY MESTA
KREMNICICE
HISTORIA URBS
CREMNITZIENSIS

MATEJ BEL
MATTHIAS BELIUS



Obidve knihy je možné zakúpiť v každej expozícii NBS — Múzea mincí a medailí v Kremnici.

Viac informácií o každej knižke nájdete na www.muzeumkremnica.sk.

KREMNICKE ČIPKÁRSKE ŠKOLY 1888 — 1953

Čipkárske školy v Kremnických Baniach, Kunešove, Lúčkach, Krahuliach, Kremnici a v Starých Horách vo svetle archívnych výskumov

Dňa 13. decembra 2018 sa v NBS — Múzeu mincí a medailí v Kremnici uskutočnila vernisáž výstavy „Cesta kremnickej čipky“. V deň vernisáže sa konala i prezentácia knihy Kremnické čipkárske školy 1888 — 1953, ktorú autorka knihy a zároveň odborná pracovníčka Múzea mincí a medailí a spoluautorka scenára výstavy Lucia Krchnáková napísala na základe vlastného výskumu dobových dokumentov v slovenských archívoch. V knihe nájdete aj informáciu o najstaršom kúsku paličkovanej čipky, ktorá pochádza pravdepodobne z druhej polovice 17. storočia a bola objavená na leme odevu človeka pochovaného v jednej z hrobiek Kostola sv. Kataríny v Kremnici.

Kniha je doplnená bohatým faktografickým materiálom zo zbierok múzea i od súkromných majiteľov, nájdete v nej viac ako 90 ilustrácií a fotografií.

Autorka textov: Mgr. Lucia Krchnáková, PhD.

Spolupracovala: Eleonóra Vašková

Recenzenti: PhDr. Juraj Zajonc, CSc., Ústav etnológie a sociálnej antropológie Slovenskej akadémie vied, Bratislava, Mgr. Zuzana Denková, PhD., Slovenské banské múzeum Banská Štiavnica

Vydala: Národná banka Slovenska — Múzeum mincí a medailí Kremnica, 2018

Počet strán: 148

Predajná cena knihy: 9 €

*Oz Pes a mačka v ohrození,
mesto Kremnica a
ZUS J. L. Bellu v Kremnici*

15. FEBRUÁR 2019 (PIATOK) MESTSKÉ KULTÚRNE STREDISKO
V KREMNICI 17:00

BENEFIČNÝ GALA VEČER VII.

≡ SPOJENÝ S MÓDNOU PREHLIADKOU ≡
≡ SPOLOČENSKÝCH ŠIAT ≡



PROGRAM

ŽIACI ZUŠ J. L. BELLU
- Z ODBOROV
TANEČNÉHO,
LITERÁRNO-
DRAMATICKÉHO
A HUDBNÉHO

SVOJÍM VYSTÚPENÍM
PRÍDU SVOJU
SOLIDARITU
KAMARÁTOM
BEZ DOMOVA PREJAVIŤ
PSÍ TERAPEUTI
Z NYRA DOGS

BUDE AJ TOMBOLA :)

„človek ani zvierka nemôžu žiť bez pohľadnía“

VSTUPNÉ DOBROVOLNÉ

VÝŤAŽOK Z PODUJATIA BUDE VENOVANÝ NA
PODPORU OPUSTENÝCH A TÝRANÝCH ZVIERAT



FAŠIANGY

1. marec 2019

13.00 fašiangový sprievod a veselie na pešej zóne
sprievod detských masiek
občerstvenie
živá hudba



19.00 fašiangová veselica v MsKS
LH Majerovci
DJ Fabo



pechovávanie basy
tombola
fašiangový bufet

**vstupné: 8 € (predpredaj v KIC)
v cene občerstvenie**



Február v KC Akropola

Filmy, koncerty, divadlo...pod jednou strechou

Filmy



Mama Brasil



STREDA 6.2. o 19.00

Najobyčajnejší príbeh o rodičoch a deťoch od brazílskeho režiséra Gustava Pizzia, v hlavnej úlohe s okúzľujúcou Karim Teles, dojíma, zabáva, zahrieva a sľubuje, že život má veľa farieb a nových začiatkov.

Brazília, 2017, far., 98 min

McQUEEN



STREDA 13.2. o 19.00

Obyčajný chlapec z robotníckej rodiny sa vďaka svojmu talentu vypracoval do čela módnych značiek Givenchy alebo Gucci. Film je spojením rozhovorov jeho príbuzných, kamarátov či spolupracovníkov a neuveriteľného množstva archívnych záberov. Veľká Británia, 2018, far., 111 min

Mesiac Jupitera



STREDA 20.2. o 19.00

Aryan je sýrsky utečenec, ktorý sa snaží prejsť cez maďarské hranice. Sú však nájdení a pri strete je Aryan postrelený. Mladý chlapec sa ocitá v šoku, v utečeneckom tábore, avšak s jednou záhadnou novou schopnosťou. Dokáže levitovať. Maďarsko, Nem., 2017, far., 123 min

Striedavá starostlivosť



SOBOTA 27.2. o 19.00

Snímka ukazuje, že domáce násilie nie je jednoduché, že to nie je niečo, čo príde a odíde. Musíte byť stále v strehu. Človek, ktorý vás ohrozuje, vás nechce nechať len tak odísť. Ak s ním máte syna, stáva sa jeho najväčšou zbraňou. Francúzsko, 2017, far., 93 min

Koncert

9. február, 20.00

CHRIS ELLYS +
RÓBERT FAPŠO

CHRIS ELLYS je sólo umelec radiaci sa do mladej vlny hudobnej scény na Slovensku, na ktorej pôsobí od roku 2016. Žánrovo tento projekt inklinuje vplyvom indiepop-folku s nádychom rocku. Získal ocenenie "Top Fan Band 2016" na hudobných cenách Tootoot a ako "Objav roka 2016" bol nominovaný na domácich Radio_Head Awards. Svoje debutové EP "Lonely Tree" vydal v závere roka 2016 a prezentoval ho na európskom turné po 8 krajinách. Vystúpil na festivaloch GRAPE, Łódź Songwriters Festival (PL), Record Store Day (NL), Bunda Rokas (LT) a mnohých ďalších.

Róbert Fapšo je folkový spevák z Považskej Bystrice, ktorého hudba kolíše niekde na pomedzí folku a jarného slnka, presvitajú v nej motívy ročných období, prírody a lásky. To, čo hrá, je odraz toho, čo mu dávajú cesty, stretnutia s novými ľuďmi a svet okolo, ktorý vydychuje inšpiráciu, a tak vytvára námety na písanie pesničiek. V máji 2018 mu vyšiel debutový album Jarné piesne, v súčasnosti pracuje na druhom štúdiovom albume Hudba je Láska, ktorý by mal vyjsť na jar 2019.



Divadlo

24. február, 18.00

BLUES JEDNÉHO OTCA



Monodráma Blues jedného otca je inšpirovaná knihou Petra Šabacha Putovanie morského koňa. Jej hlavnou témou je život muža na "materskej dovolenke". Text Petra Palika je v mnohom autentickou výpoveďou autora a nesie v sebe stopy dokumentárneho divadla. Autorkou hudby je dvojnásobná mamička Andrea Kružliaková.

Vstupné: 3€

Podujatie z verejných zdrojov podporil Fond na podporu umenia.

Kvízy

8. február, 20.00

KVÍZ VOL. 18

22. február, 20.00

KVÍZ VOL. 19

Úspešná séria pokračuje aj v roku 2019!

- nemusíš vedieť všetko, stačí vytvoriť pestrý 2-6 členný tím, kde sa budete navzájom dopĺňať
- čaká nás skvelá zábava v spoločnosti priateľov
- samozrejme neminie nás ani načerpanie nových vedomostí
- v každom kole sa hrá o samostatné ceny + cena útechy
- pre víťazný tím po piatich kolách je pripravené prekvapenie

Večerom vás bude sprevádzať už tradične kvízmaister Jakub Murín.

Štartovné – 1,5 € / osoba

Prihlasovanie tímov a rezervácie stolov: 0908 038 415

Pripravujeme

2. marec, 19.30

SLÁVIA (RUS)



Originálny koncert alternatívnej ruskej kapely, ktorá vo svojej tvorbe spája tradičný ruský folklór a moderné hudobné nástroje. Svoje aranžmány nazývajú experimentálnym folkom.

Začiatkom marca zavítajú aj do Kremnice.

Už teraz sa tešíme.

vstupné: len! 4€

Podujatie z verejných zdrojov podporil Fond na podporu umenia.

Róbert Palík: „Podnikanie v Kremnici hodnotím pozitívne“

Veronika Chrienová, foto: archív Róberta Palíka



Róbert Palík je mladý Kremničan, ktorý stojí za projektmi ako Kremnický mestský ples, Mini Food Fest a najnovšie aj za novou kaviarňou v centre mesta. Navyše je ocenený barista a barman. My sme o jeho projektoch a plánoch chceli vedieť viac.

V Kremnici si začal aktívne pôsobiť pred 3 rokmi, kedy vzniklo podujatie Mestský ples. Čo ťa inšpirovalo k organizovaniu kremnického plesu?

Áno, zhruba pred tromi rokmi sme sa rozhodli skúsiť šťastie a usporiadať v našom meste nejaký event. Nápad na mestský ples bol veľmi spontánny a v podstate veľmi rýchly. Vždy ma bavili akcie alebo podujatia takzvané „na úrovni“. Pekné, spoločenské, zábavné a kvalitné. Rád na podobné eventy chodím, a tak mi napadlo, že čo tak skúsiť u nás



doma spraviť niečo na tento štýl. No a ples je ideálna udalosť na spojenie týchto vlastností.

Ako prebiehali prípravy prvého ročníka? Spomínaš si ešte na nejaké zážitky z príprav?

Ako hovorím, bolo to celé celkom narýchlo, ale veľká vďaka patrí tímu Pineapple army. Celý ples sme zvládli podľa mňa veľmi dobre a všetko išlo tak troška samo. Myslím, že keď sa chce, veci sa hýbu rýchlo. Prvý ročník bol špecifický, rád spomínam na to, ako sme to celé skladali a realizovali. Bol to predsa len náš prvý event a ten vždy bude vyčnievať nad ostatné.

Kam sa odvtedy ples posunul?

Máme v podstate stále len 3 roky, ale na čo som hrdý je, že ples sa každým rokom posúva vpred, stále máme čo zlepšovať, na čom pracovať a stále je priestor ples posunúť na vyššiu úroveň. Tak by to pri eventoch s tradíciou malo byť.

Druhý ročník plesu ste vypredali naozaj veľmi rýchlo. Aké boli ohlasy od ľudí/účastníkov?

Druhý ročník bol taká exportná záležitosť, sami sme boli prekvapení, ako rýchlo sa vypredal a aký bol záujem. Už to nás zaväzovalo k tomu urobiť ho čo najlepšie a myslím, že sa nám to aj podarilo. Ohlasy boli veľmi pozitívne, za čo sme vďační a veľmi nás to teší.

Sám si barista, pôsobíš v gastronómii. Táto oblasť je aj veľkou súčasťou plesu. Čo všetko už mohli ľudia na plesoch ochutnať?

Áno, gastronomická časť plesu je pre nás najdôležitejšia a nosná. Dávame si záležať, aby či už jedlo, drinky alebo káva boli na najlepšej možnej úrovni. Preto spolupracujeme s kvalitnými produktmi a hlavne profesionálmi v danej oblasti. Medzi top spolupráce, ktoré v rámci plesu máme je určite partnerstvo s Bazzara espresso SK, čo je náš pravidelný hlavný partner. Tak isto aj spolupráce s uznávanými šéfkuchármi sú pre nás veľmi dôležité, čo má za dôsledok naozaj kvalitnú večeru na našom plesoch každý rok.

pokračovanie na strane 13



pokračovanie zo strany 12



Po organizácii plesu si sa rozhodol v Kremnici usporiadať Mini Food Fest. Ten sa tu konal zatiaľ 2x. Čo je myšlienkou tohto podujatia?

Mini food fest je samostatný event, ktorý má niesť myšlienku dobrého jedla v štýle street food, no hlavne je to o spájaní ľudí o sharovaní, komunikácii a o komunite ľudí, ktorí majú radi dobré veci kdekoli a kedykoľvek.

Plánuješ Mini Food Fest zopakovať aj tento rok? Na aké novinky sa môžeme tešiť?

Tretí ročník Mini food festu je momentálne v štádiu riešenia, komunikujeme, pracujeme a snažíme sa vymyslieť, ako ho urobiť lepší, kam ho posunúť, atď. Takže čo vieme povedať je, že ak všetko vyjde ako plánujeme, tak bude aj tretí ročník. No nesľubujeme zatiaľ nič, čo sa týka food festu.

Máš ešte nejaký plán/sen, čo sa týka podujatí v Kremnici, ktorý by si si rád splnil?

Áno mám, samozrejme. Ples aj mini food festival fungujú veľmi dobre. Minulý rok sme k tomu pridali degustačnú večeru na Kremnickom hrade, čo malo veľmi veľký ohlas a samotná akcia bola naozaj skvelá. Takže výzva by bola možno niečo také zopakovať alebo vymyslieť niečo úplne nové. Uvidíme...

Minulý rok si v Kremnici otvoril kaviareň Incité. Je to tvoj samostatný biznis v oblasti gastronómie.

Ako sa v tejto pozícii cítiš?

Skvele, Incité je môj splnený sen, som veľmi rád a naozaj ďakujem ľuďom okolo Incité, že tvoríme niečo tak skvelé a dobré v našom meste.

Ako hodnotíš podnikanie v malom meste?

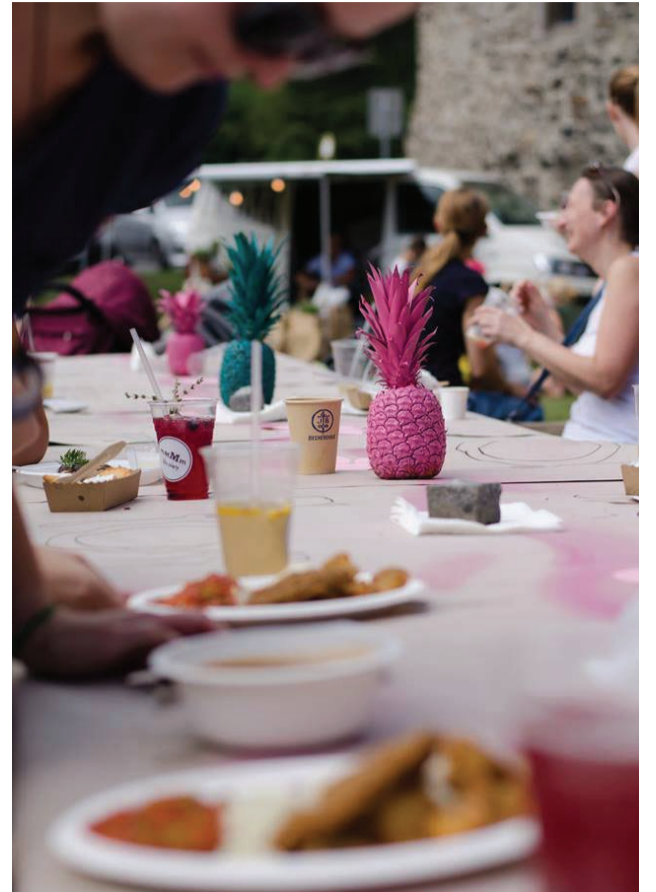
Dobre, hodnotím to pozitívne, je tu veľký priestor na realizáciu, na kreativitu, na čokoľvek, čo si človek vymyslí a ide si za tým. Zatiaľ som veľmi spokojný.

Kto sú tvoji zákazníci?

Každý, kto má rád dobrú kávu, drink, koláč, pivo, servis, atď. Snažíme sa to robiť pre všetkých, vždy si podnik nájde postupne svoju klientelu, ale určite nerozdelujeme hostí.

Incité ste založili s kamarátom a s rodinou. Ako vyzerá takáto spolupráca? Ako viete skĺbiť spoločné predstavy?

Sú to pre mňa kľúčoví ľudia v živote, ale aj v práci. S Matejom máme rovnakú filozofiu a víziu už veľmi dlho. Naša spolupráca je jednoduchá a účelná, každý vie, čo je jeho práca a snažíme sa v nej doplniť. Rodina nám veľmi pomáha, každá rada alebo pomoc je nenahraditeľná. Tu by som však veľmi rád vyzdvihol moju sestru Beátu, ktorá má veľký vplyv na chod podniku. Stará sa nám o našu komunikáciu cez sociálne médiá a vytvára grafiku a dizajn celej kaviarne.



Kde vidíš v oblasti podnikania v Kremnici, ako jeden z podnikateľov pôsobiacich prakticky aj v cestovnom ruchu, priestor na zlepšenie?

Vždy sa dá všetko zlepšovať, čo sa týka cestovného ruchu v Kremnici. Zostal som milo prekvapený, ako to funguje. Samozrejme, nie je to také masívne ako v iných mestách, no myslím, že k nášmu mestu ideálne. Verím, že sa čoskoro podarí priniesť späť slávu kúpalisku Katarína, to by mohol byť silný hráč nášho cestovného ruchu.

Späť k tvojej baristickej kariére. Čo ťa viedlo práve k práci v oblasti kávy?

Káva je jedna z najväčších komodít, s ktorou sa obchoduje na trhu. Je to produkt, ktorý poznajú takmer všade na svete a navyše je to stále živá surovina. Keď sa človek ponorí do sveta kávy zistí, že o nej v podstate nič nevie, iba ju pozná. A tom bol možno ten moment, kedy som si povedal, že toto chcem vedieť a naučiť sa to robiť správne.

Okrem kávy sa venuješ aj drinkom, čo ťa viac baví alebo v čom je to iné?

Svet cocktailu alebo drinkov je ďalšia samostatná kapitola. Dajú sa samozrejme tieto svety spájať, čo je úžasné, a to je na tom to pekné. Všetko zo všetkým v gastronómii súvisí. Ale cocktaily a barmansтво je v samotnej podstate rovnaké ako baristika, ide v prvom rade o hosťa a o pohostinnosť. Ale tak ako káva má veľkú históriu aj drink, alkohol alebo iné časti barového sveta. Majú bohaté základy a tie sú vždy fascinujúce.

Ako barista si povyhrával súťaže, venuješ sa ešte aj prípravám na nejaké ďalšie? Súťažíš aj ako barman?

Pár úspechov v rámci Slovenska alebo Česka mám za sebou, na čo som veľmi hrdý a vďačný. To však z bramana/baristu nerobí profesionála, je to iba taká čerešňa na torte za dobrú prácu, za kvalitný prístup a množstvo času a úsilia stráveného za barom reálneho podniku. Momentálne som súťaženie odložil na vedľajšiu koľaj, venujem sa iným činnostiam gastronómie.

Aké sú tvoje plány na tento rok?

Človek neustále plánuje, aj my v Incité alebo Pineapple Army Production máme plány, no radšej hovoríme o tom, čo sme spravili, než o tom, čo chceme urobiť. Takže plány si vždy nechávam pre seba. Radšej ako o nich hovoriť ich realizujem.



Desať medailí pre MKL Kremnica na domácom šampionáte na Skalke

Josef Mecele, foto:Ivan Čillik

Prvá časť tohtoročných Majstrovstiev Slovenska v behu na lyžiach žiactva, dorastu, juniorov, dospelých a veteránov sa uskutočnila na našej Skalke 12. a 13. januára pod usporiadateľskou taktovkou Mestského klubu lyžiarov (MKL) Kremnica. Preteky boli zároveň súčasťou Slovenského pohára.

Domáci bežci a bežkyne z MKL získali dovedna desať medailí, z toho päť najcennejších. Po dva majstrovské tituly pribudli do zbierky staršieho dorastenca Denisa Tilescha a mladšej dorastenky Laury Roglovej (vekom však ešte len staršej žiačky), zo zlata sa tešila aj staršia dorastenka Timea Mazúrová, dve strieborné sa leskli na hrudi staršieho dorastenca Matúša Oravca, na striebornej pozícii dobehli aj veteránka Martina Gabčíková a starší žiak Adam Mazúr, bronz odovzdali staršej dorastenke Monike Bielikovej. Členka MKL Kremnica Ildikó Papp zvíťazila v nedeľu v behu žien a juniorek na 10 km, avšak ako maďarskej štátnej občianke jej nebol udelený slovenský majstrovský titul. V hmlistom počasí sa bojovalo o 120 medailí. Bežali aj dvaja účastníci minuloročných ZOH v Pjongčangu Peter Mlynár a Andrej Segeč, obaja sa stali majstrami SR. Medzi ženami chýbali dve najlepšie Slovenky Alena Procházková (Slávia Ekonomom UMB Banská Bystrica) a Barbora Klementová (KL Nováky). Na čele organizačného výboru šampionátu stál Ľuboš Gabčík, riaditeľom pretekov bol Miloš Bireš.

Z výsledkov, umiestnenia pretekárov MKL Kremnica:

Sobota, šprint klasicky:

Ml. žiačky, roč. nar. 2008, 300 m — 9. Kiara Hodrušská, 11. Vivien Rajčanová

Ml. žiaci, roč. 2007, 300 m — 13. Kristián Cigánek

Ml. žiaci, roč. 2008, 300 m — 10. Adam Faltýnek

St. žiaci, roč. 2006, 500 m — 2. Adam Mazúr

Ml. dorastenky, 1,3 km — 1. Laura Roglová (vekom len st. žiačka), 9. Viktória Tatárová

Ml. dorastenci, 1,3 km — 7. Erik Gordulič

St. dorastenky, 1,3 km — 1. Timea Mazúrová, 5. Monika Bieliková

St. dorastenci, 1,3 km — 1. Denis Tilesch, 2. Matúš Oravec

Ženy a juniorky, 1,3 km — 1. Lenka Bruňová, 2. Kristína Trošoková (obe KBL Jasná Liptovský Mikuláš)
Muži a juniori, 1,3 km — 1. Andrej Segeč, 2. Ján Korístek, 3. Ján Mikuš (všetci Ski Team Jase Látky), 4. Kristián Klouda (ŠKP Banská Bystrica, odchovanec MKL Kremnica, najlepší junior), 7. Martin Čillik (MKL Kremnica)

Nedeľa, dištančné preteky klasicky s intervalovým štartom, veteráni s hromadným štartom:

Ml. žiačky, roč. 2008, 1,3 km — 7. Kiara Hodrušská, 10. Vivien Rajčanová

Ml. žiaci, roč. 2007, 1,3 km — 14. Kristián Cigánek

Ml. žiaci, roč. 2008, 1,3 km — 11. Adam Faltýnek

St. žiaci, roč. 2006, 3 km — 4. Adam Mazúr

St. dorastenky, 8 km — 3. Monika Bieliková, 4. Timea Mazúrová

Ml. dorastenky, 5 km — 1. Laura Roglová (vekom len st. žiačka), 9. Viktória Tatárová

St. dorastenci, 10 km — 1. Denis Tilesch, 2. Matúš Oravec

Ženy a juniorky, 10 km — 1. Ildikó Papp (MKL Kremnica, Maďarsko), 2. Lenka Bruňová, 3. Kristína Trošoková (obe KBL Jasná Liptovský Mikuláš)

Muži a juniori, 15 km — 1. Peter Mlynár (ŠKP Vysoké Tatry), 2. Ján Korístek, 3. Ján Mikuš (obaja Ski Team Jase Látky)

Veteráni 60-69-roční, 5 km — 5. Ľuboš Gabčík, 6. Zoltán Papp (MKL Kremnica, Maďarsko)

Veteránky 40-49-ročné, 5 km — 1. Martina Bialeková (ŠKP Banská Bystrica, Kremničanka, odchovankyňa Kremnice), 2. Martina Gabčíková



Šachový turnaj Kremnická veža 2019

Norbert Boldiš

Dňa 5.1.2019. sa v MsKS v Kremnici uskutočnil pri príležitosti 26. výročia vzniku Slovenskej republiky šachový turnaj Kremnická Veža.

Začiatok turnaja bol o 9. hod. Na úvod si prítomní uctili chvíľou ticha pamiatku nedávno zosnulého člena oddielu a prezidenta Viliama Puskajlera.

Po úvodných rečiach p. primátora mesta Kremnica p. Ferencíka, p. Boldiša a p. Kramla sa začal tuhý

boj o víťazstvo. Celkovo sa zúčastnilo 52 hráčov z celého Slovenska.

Hralo sa švajčiarskym systémom 2 x 15 minút na 9 kôl.

Víťazi turnaja:

I. miesto - Papanetz Peter — ŠK Čebovce

II. miesto - Kraml Maroš — ŠK Postoj. SK Kremnica
III. miesto - Puskar Ján — ŠK Veža CVC Banská Bystrica

Katégória do 1900 ELO

Hindický František — ŠK

Garde CVC Detva

Katégória do 1750 ELO

Huska Ján — MK Sloven-

ský orol Prievidza

Katégória do 1550 ELO

Mojžiš Peter — MK Sloven-

ský orol Prievidza

Katégória ženy:

I. miesto - Hrivnáková

Anna — individuálny člen

II. miesto - Paverová Zu-

zana - TSC — MŠK Martin

III. miesto - Ondrušová

Miroslava — Topoľčians-

ky šachový klub

Katégória najmladší

účastníci:

Paverová Barbora - TSC

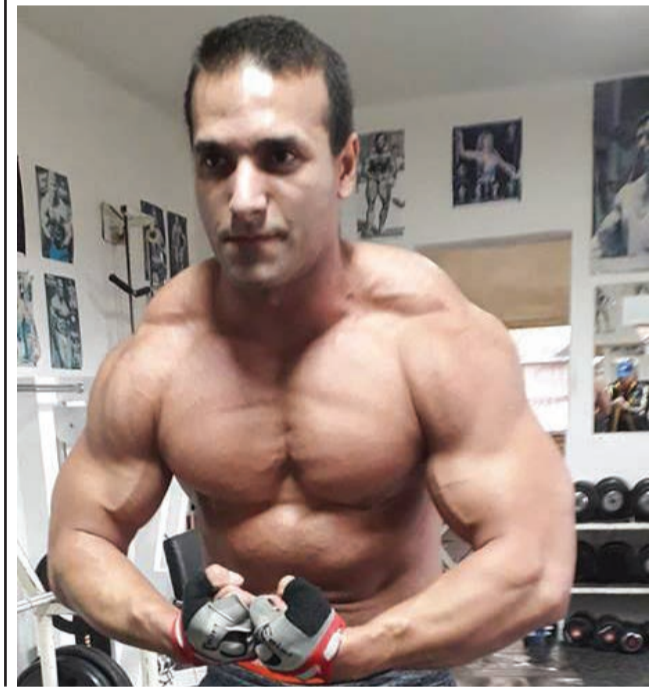
Prestup zo SAFKST do NABBA/VFF Slovakia

Ján Ďurian

Kulturistický oddiel TJ KO Kremnica bol súčasťou Slovenskej kulturistickej asociácie od 10. apríla 1990. Posledné označenie asociácie, kde sme pôsobili 28 rokov je SAFKST - Slovenská asociácia fitness, kulturistiky a silového trojboja. Postupne sa po Olympia Weekend-e v roku 2017 začala rozpadávať zjednotená celosvetová federáciu IFBB, ktorú založili bratia Joe a Ben Weiderovci. Vznikli dve nové federácie, a to IFBB International pod vedením Rafaela Santoja zo Španielska a organizácia NPC-IFBB, ktorú vedie Jim Manion z USA. Obidve federácie pôsobia celosvetovo a súťaže sa konajú v amatérskych a aj profesionálnych organizáciách. SAFKST patrí pod federáciu IFBB International.

Konflikty a hádky neobišli ani našu domácu scénu - SAFKST. Bývalý dlhoročný prezident Michal Čapla bol vylúčený z radov asociácie a v novom výkonnom výbore sa viackrát vymenili reprezentační tréneri, komisie a viceprezident pre kulturistiku a fitness. Pri tomto stave asociácie sme sa rozhodli prestúpiť do inej federácie a neboli sme jediný oddiel, ktorý takto uvažoval. Voľba padla pre NABBA/WFF Slovakia, ktorá je zástupcom najstaršej a najväčšej kulturistickej federácie Nabba International a preslávenej federácie WFF International. Už v roku 1950 sa konala jej prvá súťaž NABBA Mr. Universa a od roku 1966 v nej súťažil aj Arnold Schwarzenegger.

Na jarné súťaže sa v roku 2019 pripravuje aj náš úspešný pretekár Michal Lacko s perspektívou ešte lepšieho umiestnenia ako bolo 6. miesto na majstrovstvách Slovenska 2018.



— MŠK Martin

Ballo Filip — ŠK - Podpolanie

Zeman Samuel — ŠK Postoj. SK Kremnica

Katégória najstarší účastníci :

Lakosil Miroslav st.

Harman Ján - ŠK Postoj. SK Kremnica

Pastorok Miroslav — ŠK Dúbravan

Katégória Junior boli ocenení všetci účastníci nezávisle od poradia.

Víťazom organizátori srdečne blahoželajú.

Záver turnaja bol 14:30.hod.

Víťazi turnaja zľava do prava Peter Papanetz - ŠK Čebovce, Maroš Kraml — ŠK Postoj Sk.Kremnica, Ján Puškár - ŠK Veža CVC Banská Bystrica.

Šachový turnaj Kremnická veža podporili.

Alexander Ferencík, primátor mesta, mesto Kremnica, Ing. Jozef Haurík — Medovníkárstvo, Okresná knižnica, p. Novodomcová — Turček, Jaroslav Wollner, firma Boldiš a spol. s.r.o., kvetinárstvo p. Strieška, kvetinárstvo manželja Rapčíkovci, Súkroďev p. Drozd, Hotel Centrál p. Truban, Cyklo-Santé Šport p.Béres, Suveníry Fokoš — p.Sekaj, Trafika p. Sobeková, Informačné centrum mesta Kremnice



Nezabudnite ani tento rok na preventívne prehliadky

Zdroj: ÚVZSR

STRUČNÝ PREHĽAD VYBRANÝCH PREVENTÍVNYCH VYŠETRENÍ

Preventívna starostlivosť o deti a dorast:

vykonáva všeobecný lekár pre deti a dorast

- dieťa do 1 roku — 9 preventívnych prehliadok (najmenej 3 prehliadky do 3 mesiacov)
- 18-mesačné dieťa — 1 preventívna prehliadka
- deti od 3 - do 18 rokov — jedna preventívna prehliadka raz za dva roky
- komplexné pediatrické vyšetrenie zahŕňajúce poradenstvo rodičom
- sleduje sa komplexný psychomotorický vývin dieťaťa, povinné očkovania, krvný tlak, vyšetrenie moču
- sledovanie rizikových faktorov napríklad srdcovocievnych chorôb:
- meranie hladiny cholesterolu v krvi (v 11. roku), cholesterolu aj triacylglycerolov (v 17. roku)

Preventívna starostlivosť o dospelých:

vykonáva všeobecný lekár pre dospelých

- 1 preventívna prehliadka raz za 2 roky, darovania krvi raz za rok
- prehľad o zdravotnom stave a možných rizikách
- komplexné vyšetrenie, kontrola stavu očkovania, vyšetrenie pulzu a tlaku krvi, kontrola hmotnosti
- laboratorné vyšetrenia moču a krvi (sedimentácia krvi, krvný obraz, cukor, vyšetrenie funkcie obličiek a pečeneový test)
- dôraz na odhalenie rizík civilizačných chorôb
- poistenci nad 40 rokov vyšetrenie cholesterolu a triacylglycerolov a EKG záznam činnosti srdca
- poistenci nad 50 rokov a poistenci s pozitívnou rodinnou anamnézou karcinómu hrubého čreva a konečníka raz za 2 roky - test na okultné krvácanie (pri pozitívnom výsledku - vyšetrenie kolonoskopia)

Preventívna gynekologická prehliadka

- ženy od 18 rokov alebo prvého tehotenstva majú nárok na 1 preventívnu prehliadku za rok
- v materstve - preventívna starostlivosť každý mesiac počas tehotenstva a raz 6 týždňov po pôrode
- komplexné gynekologické vyšetrenie zamerané na včasnú diagnostiku organických a funkčných porúch ženských pohlavných orgánov
- Súčasťou je aj: skrining rakoviny krčka maternice — ženy vo veku 23 — 64 rokov
- skrining rakoviny prsníka - ženy vo veku 40 — 69 rokov
- ultrasonografia prsníkov — raz za dva roky

Preventívna prehliadka u zubného lekára

- poistenec do 18 rokov — 2-krát do roka
- poistenec nad 18 rokov — raz ročne
- tehotné ženy dvakrát za to isté tehotenstvo — na začiatku 1. a 3. trimestra
- podrobná prehliadka chrupu, parodontu, mäkkých tkanív ústnej dutiny, kontrola medzičelústnych vzťahov a vzájomného postavenia zubov, kontrola zubných náhrad, dentálnej hygieny a hygienických návykov, prehmatanie uzlín
- u detí aj remineralizácia zubnej skloviny

Urologická preventívna prehliadka

- muži nad 50 rokov — raz za 3 roky
- alebo muži od 40-teho roku, ak sa v ich prvostupňovom príbuzenstve vyskytol karcinóm prostaty — raz za 3 roky alebo častejšie

- vyšetrenie prostaty cez konečník, vyšetrenie semenníkov, ultrazvukové vyšetrenie močových ciest a obličiek, odber krvi na vyšetrenie prevencie karcinómu prostaty

Preventívna gastroenterologická prehliadka

- poistenci nad 50 rokov — raz za 10 rokov
- poistenci s pozitívnou rodinnou anamnézou karcinómu hrubého čreva a konečníka aj skôr ako vo veku 50, raz za 2 roky - test na okultné krvácanie
- pri negatívnej prvej prehliadke sa robí v 5-ročných intervaloch
- pri pozitívnom výsledku nasleduje vyšetrenie kolonoskopia

AKO PREDÍŠŤ CHRÍPKU Odporúčanie pre verejnosť

ČO TREBA ROBIŤ...

- UMÝVAJTE SI RUKY, ZVLÁŠŤ PO KAŠLI ALEBO KÝCHANÍ
- UDRŽUJTE VZDIALENOSŤ OD OSOBY CHOREJ NA CHRÍPKU
- VYHÝBAJTE SA PREPLNENÝM MIESTAM
- JEDZTE DOSTATOK VÝŽIVNEJ STRAVY, VRÁTANE OVOCIA A ZELENINY A PITE VEĽA TEKUTÍN
- DOPRAJTE SI DOSTATOK SPÁNKU A ODPOČINKU

ČO NEROBTE...

- OBMEDZTE PODÁVANIE RÚK
- NEUŽÍVAJTE LIEKY BEZ KONZULTÁCIE S LEKÁROM
- NEKAŠLITE NA VEREJNOSTI

AK STE UŽ CHORÍ...

- AK MÁTE CHRÍPKU, ZOSTAŤTE DOMA A OBMEDZTE KONTAKT S OSTATNÝMI, ABY NEDOŠLO K ICH NÁKAZE
- PRI KAŠLANÍ A/ALEBO KÝCHANÍ SI PRIKRÝVAJTE ÚSTA A NOS PAPIEROVOU VRECKOVKOU, PO POUŽITÍ VRECKOVKU VYHOĎTE DO ODPADKOVÉHO KOŠA
- ODDYCHUJTE A PITE VEĽA TEKUTÍN
- KONTAKTUJTE SVOJHO LEKÁRA

www.uvzs.sk
www.euro.who.int/influenza

Svetový deň boja proti rakovine

RÚVZ so sídlom v Žiari nad Hronom, Oddelenie podpory zdravia a výchovy k zdraviu

Príčinou 80-90 % prípadov rakoviny sú riziká životného prostredia, 5-10 % pracovné a životné prostredie a 1-5 % dedičnosť. Zásadami prevencie sa vieme vyhnúť 90% z nich:

- Nefajčíte, je to najrizikovejší faktor. Ak fajčíte, prestaňte. Ak neviete prestať, nefajčíte v prítomnosti nefajčiarov.
- Neprejedajte sa. Obezita je tretím najväčším rizikom pre vznik rakoviny.
- Nejedzte často vyprážené a masné jedlá, sú príčinou rakoviny hrubého čreva.
- Jedzte denne viac rôznych druhov zeleniny a ovocia aspoň v piatich dávkach. Obmedzte príjem potravín, ktoré obsahujú živočíšne tuky.
- Nepite často a pravidelne alkohol - vedie to k rakovine hrdla, pažeráka, pľúc, žalúdka, jazyka.
- Neopaľujte sa dlho a uprostred dňa — rakovina kože. Pravidelne si kontrolujte znamienka.

- Dodržujte všetky zdravotné a bezpečnostné predpisy pri styku s látkami, ktoré môžu spôsobiť rakovinu. Dodržujte smernice národných kontrolných orgánov pre radiačnú ochranu.
- Dbajte o dobrú imunitu (kvalitný spánok, pohyb v prírode, otužujte sa, športujte) — jej zníženie je rizikové pre spustenie rakoviny.
- Kompenzujte stresy aktívnou relaxáciou.

Národný onkologický skrining štartuje v januári 2019!

Slovensko spustilo pozývaci onkologický skrining rakoviny hrubého čreva, prsníka a krčka maternice.

Prečo je skrining taký dôležitý? Cieľom je podchytiť čo najskôr onkologické ochorenie u pacienta, a tým pádom zvýšiť úspešnosť jeho liečby a šancu na uzdravenie. Onkologický skrining je jeden z ná-

strojov na znižovanie mortality = úmrtí na rakovinu. Rakovina konečníka, hrubého čreva, prsníka, či krčka maternice sa neprejaví varovnými príznakmi, keď vzniká, nebolí. Dôslednosť a zodpovednosť v prístupe k prevencii týchto zhubných ochorení je preto veľmi dôležitá. Pred ochorením na rakovinu krčka maternice je najlepšou prevenciou očkovanie. Skrining dokáže odhaliť onkologické ochorenia v počiatočných (bezbolestných) štádiách a tak zachrániť mnohé životy.

V januári a februári 2019 budú všetky 3 zdravotné poisťovne posilať listy a preventívne testy vybraným poistencom. Spoločne pozývajú 20 000 ľudí do národného SKRININGU RAKOVINY hrubého čreva. Môžete byť medzi nimi? Áno, ak máte viac ako 50 rokov. NEZAHODTE SVOJE ZDRAVIE A UROBTE SI TEST.

INZERCIA

Veta: „Nedokážem sa naučiť cudzí jazyk!“ je blud

V jazykovej škole ZARAZ, ktorá patrí so svojimi 23 pobočkami medzi najväčšie na Slovensku, sú na túto vetu zvyknutí.

„Vždy, keď k nám zavíta niekto s tvrdením, že sa nedokáže naučiť cudzí jazyk, musím sa pousmiať“, vysvetľuje manažérka jazykovej školy ZARAZ v Žiari nad Hronom Bronislava Zígová.

Odpovedá otázkou: „A ako ste sa naučili materinský jazyk?“ Takmer vždy príde rovnaká odpoveď: „Neviem, to som sa neučil, to viem od malička.“

„Príďte sa teda pozrieť na našu ukážkovú hodinu ZADARMO a uvidíte ako angličtinu a nemčinu vyučujeme my. Nič za to nedáte a po skúsenosti na vlastnej koži uveríte, že so správnym prístupom sa cudzí jazyk dokáže naučiť naozaj každý.“

Študenti jazykovej školy ZARAZ sú známi tým, že po prvom kurze si minimálne 80% z nich zakúpi aj

ďalší kurz a potom ďalší. Nie však preto, že stále nič nevedia, ale preto, že konečne našli metódu výučby, pri ktorej na sebe vidia reálne pokroky.

Už na prvej vyučovacej hodine rozprávajú cudzím jazykom, nemajú domáce úlohy a jazyk sa učia priamo na hodinách so školeným lektorom. Ten ich nenápadne učí riadenou konverzáciou, jednoducho a prirodzene. Veľmi podobne tomu ako sa učili svoj materinský jazyk, len rýchlejšie.

Kurzy prebiehajú počas celého dňa a sú vhodné pre všetky jazykové úrovne, od úplných začiatčikov až po pokročilých, a tiež ako príprava na maturitu.

Tak neváhajte a pridte si vyskúšať ukážkovú hodinu ZADARMO aj vy!

Bližšie informácie vám radi poskytneme na 0917 109 899 alebo na bronislavazigova@zaraz.sk.

Uč sa rýchlo, uč sa v ZARAZ!



www.zaraz.sk ŽIAR NAD HRONOM

Ukážkové hodiny ZADARMO!
6. februára a 11. februára o 18.00 hod
tel. číslo: 0917 109 899

INZERCIA

Oddelenie distribúcie reklamných novín hľadá

Distribútora pre oblasť Kremnica

pre pravidelné doručovanie reklamných novín

do poštových schránok

- Ste študent nad 16 r., dôchodca, invalidný dôchodca, rodič na rodičovskej dovolenke alebo zamestnaný?

Zašlite nám svoju adresu s telefónnym číslom a ak budete vybrať, budeme Vás kontaktovať.

Nejde o hlavný pracovný pomer!

Mesto je rozdelené na viacero častí.

Odmena: od 30€ brutto + motivačné príplatky / 4 roznosy

lajos.horvath@kaufland.sk
02/ 49 590 436

Kaufland Slovenská republika v.o.s.
Odd. distribúcie
Trnavská cesta 41/A
831 04 Bratislava 3



Dobry týždeň.

INZERCIA

PROFESIONÁLNE RÝCHLO A KVALITNE

PROFITEP

+421 905 582 851

+421 902 243 749

KOBERCE
BEHÚNE

SEDAČKY
KRESLÁ

POSTELE
MATRACE

INTERIÉR ÁUT
AUTOPOŤAHY

INZERCIA

VINOTÉKA

pre Vás na novej adrese:
Štefánikovo námestie 34



Otváracie

9:00 - 18:00 zima

9:00 - 19:00 leto

Ponúkame:

fľašové vína,
sudové vína,
5 druhov hroznového vína,
5 druhov ovocného vína,
sirupy bez
chemických prísad,
výťažky z čili papričiek

Tešíme sa na Vás!

RIADKOVÁ INZERCIA

Spoločnosť Cromwell Moderná pošta zaoberajúca sa distribúciou letákov do schránok obyvateľstva hľadá vo Vašom meste Kremnica spoľahlivých doručovateľov. Práca je vhodná pre študentov, dôchodcov, ženy na materskej, popri zamestnaní... Ponúkame úkolovú motivačnú mzdu so zachovaním minimálneho mzdového nároku základnej zložky mzdy v súlade s legislatívou.

Profesionálne tepovanie posteľných matracov, stoličiek, sedacích súprav, kobercov a interiéru áut. Likvidácia roztočov. 0917 921 356

Ponúkame opravy a predaj šijacích strojov. Tel: 0907 129 671

KREMNICA
na historických pohľadniciach
on historical postcards

KALENDÁR 2019

**TERAZ V AKCII
LEN ZA 6€**

**V
Kultúrnom a
informačnom
centre mesta**

2019



© Design-Atelier s.r.o., www.reklamapress.sk, mobil: 0910 974 038, reprodukcie pohľadníc zo súkromnej zbierky.