

Lúštite
krížovku

str. 13

Ročník: I. číslo 1/2014
Dátum vydania: 13. 2. 2014

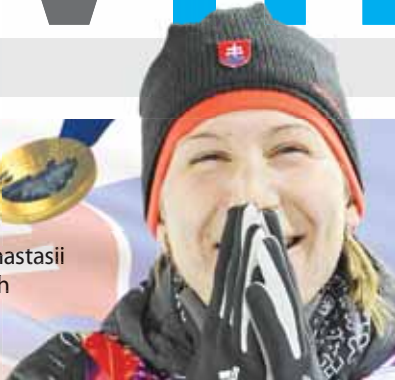
Zlaté Moravce

„Ekonomická zima“

str. 2 Pomerne teplá tohoročná zima vyhovuje predovšetkým teplotnejším ľuďom, ktorí nemajú radi sneh a mrazy. Rovnako tak vyhovuje cestárom a motoristom.

Kuzminová má zlato

str. 16 Slovenskej biatlonistke Anastasii Kuzminovej sa podarilo na Zimných olympijských hrách v ruskom Soči obhájiť zlatú medailu v šprinte žien na 7,5 kilometra.



Tukov sa netreba báť

str. 12 Na tému tuky v strave sa už napísalo všeličo, ale všeobecný záver o ich škodlivosti pre náš organizmus najnovšie neplatí.



Renesančný kaštieľ. Foto: Alexander Vojček

MODERNÉ NOVINY PRE MODERNÉ MESTO

Milí čitatelia!

Informácie vládnu svetom, aj tým slovenským. Televízia, rozhlas, noviny, internet – médiá všetkých druhov chrlia jednu správu za druhou. Nie je jednoduché sa v nich orientovať, vybrať si tie skutočne hodnotné. Správy v médiách majú krátky život. Sú ich tisíce, nemôžeme všetky počuť, vidieť, prečítať. Preto sa z nich musíme naučiť vybrať tie,

ktoré nás obohatia, potešia. Žiaľ, často nám médiá podsúvajú informácie bez hodnoty, nedozvieme sa nič o tom, čo sa deje v našom meste, v našom vlastnom regióne. Rozhodli sme sa preto aj vo Vašom okrese ponúknuť alternatívu ku všetkým spomínaným nosičom správ. Do rúk sa Vám dostávajú Naše Novinky Zlaté Moravce, prvé číslo dvojtyždenníka, ktorý je určený obyvateľom mesta. Práve vo februári

k päťdesiatim šiestim členom našej rodiny regionálnych periodík pribudlo ďalších trinásť! A medzi nimi je aj Vaše okresné mesto. Každý druhý týždeň budeme prinášať správy z diania vo Vašom okolí, z kultúrnych udalostí i zo športu, predstavíme čitateľom významné osobnosti mesta a regiónu, podnikateľské aktivity. Spektrum správ a zaujímavostí prinesie rady, nápady či užitočné informácie týkajúce

sa všetkých občanov. Samozrejme, nebude chýbať nič na pobavenie, krížovka či súťaž. Naše Novinky budú predovšetkým Vašimi novinkami, pretože Vy ste tí, pre ktorých noviny tvoríme, Vy ste tí, o kom noviny budú. Naše Novinky Zlaté Moravce do Vašich schránok bezplatne doručí Slovenská pošta.

.....
Prijemné čítanie želá redakcia

BOL POTREBNÝ AKO SOL'

KRÁTKE SPRÁVY

Oficiálna webová stránka Zlatých Moraviec bola už dlhší čas terčom kritiky verejnosti. To si uvedomovalo aj samotné vedenie, no urobiť rýchlu a razantnú nápravu sa mu podarilo až teraz. Spleť údajov a neprehľadných informácií dokázala po niekoľkých predchádzajúcich neúspešných pokusoch upratať do modernej prehľadnej formy až firma, ktorá sa na tvorbu internetových stránok špecializuje. Bolo tu treba vykonať aj viaceré náročné zásahy, na ktorých si pred tým viacerí vyhlámali zuby. Nový webový portál vyšiel mesto na 1180 eur a do užívania sa dostal 13. januára tohto roku. Stránka je prehľadná a umožňuje užívateľom jednoduchú orientáciu. Spolu s moderným dizajnom a interaktívnymi prvkami si ihneď získala svojich priaznivcov.

MEDZI MLYNSKÝMI KAMEŇMI

Spočiatku pozitívna správa o takmer stovke nových pracovných miest v Zlatých Moravciach sa postupne zmenila na vojnovú záležitosť. Investor má totiž záujem o výrobu elektrickej energie z pet fliaš dovezených z Talianska. Obyvatelia sa však preľakli, že pri tepelnom spracovaní plastov by do ovzdušia mohli uniknúť škodlivé sploďiny, a tak sa projekt tu začali vehementne brániť. Primátor Zlatých Moraviec sa tak ocitol medzi dvoma mlynskými kameňmi. Na jednej strane investor, a na strane druhej 7500 podpísaných nespokojných občanov sú silné protistrany, ktoré sa pokúsil uzmierniť aj samotný minister životného prostredia. Ten Zlatomoravčanov ubezpečil, že celú záležitosť dôkladne preskúma a posúdi vplyv fabriky na životné prostredie. Aj napriek týmto slovám obyvatelia Zlatých Moraviec nečakajú na úradné stanoviská, pokračujú v petícii a zbierajú podpisy naďalej. Zdá sa, že v tom majú jasno.

Marek Modráček

„EKONOMICKÁ ZIMA“

Pomerne teplá tohoročná zima vyhovuje predovšetkým teplomilnejším ľuďom, ktorí nemajú radi sneh a mrazy. Na druhej strane však robí vrásky na tvári najmä prevádzkovateľom vlekov a lyžiarskych stredísk. Hlavne tie nižšie položené majú už niekoľko rokov problémy so svojou existenciou.

Skutočne veľmi skromná nádielka snehu a pomerne vysoké teploty počas Vianoc nepotešili najmä deti a takisto nedodali ani tej správnej vianočnej atmosfére.

Posypali dvakrát

Pokojnému, relatívne teplému, priebehu zimy sa môžu tešiť predovšetkým motoristi či záhradkári. Komunálne služby v Zlatých Moravciach majú prakticky všetky zásoby posypových látok v sklade. Posypať sa doposiaľ vybrali len dvakrát, no aj to so zdvihnutými pluhmi. Snehu totiž nebolo. Išlo len o posyp primrznutých ciest. Takisto stav vozoviek sa aj vďaka „priaznivým“ teplotám drží a nevznikajú žiadne veľké nové výtlky ako to bolo napríklad minulý rok.

Nepodceňujte situáciu na ceste

Ostražitosti za volantom však



Ostražitosti za volantom nie je nikdy dost. Ilustračné foto: TASR/Roman Hanc

nie je nikdy dost. Dokazujú to nehody, ktoré vznikajú v dôsledku občasného primrzania vozovky. Kritické sú nočné hodiny a skoré rána. Na zamrzutej ceste nepomôže vodičovi, ktorý neprispôsobí rýchlosť jazdy stavu a povahe vozovky, ani posyp. Ten môže kontraproduktívne pôsobiť hlavne na suchej ceste, keď vodič v zákrute v domnienke, že je sucho a pomerne teplo, neráta s posypanou cestou a na drobnej súvislej vrstve kamienkov

môže dostať šmyk. Toto sú najčastejšie chyby vodičov, ktoré pramenia z podcenenia situácie na ceste, alebo nevenovania dostatočnej pozornosti. Tak či onak, mierny priebeh zimy väčšine ľudí vyhovuje. A aj vedenie mesta priznáva, že v podstate to aj prišlo vhod. Zima teda akoby vedela, že kríza sa ešte neskončila, a tak Perinbaba zrejme nechce pridávať ďalšie starosti.

Marek Modráček

ZÁPIS PRVÁČIKOV JE V PLNOM PRÚDE

Tak ako každý rok v tomto období prebieha zápis prváčikov do školy. Rodičia sú povinní prihlásiť na povinnú školskú dochádzku deti, ktoré do 1. septembra 2014 dovŕšia vek 6 rokov.

Zápisy prebiehajú na základných školách podľa určených termínov od 15. januára do 15. februára 2014. Bližšie informácie môžu rodičia získať aj na internetovej stránke príslušnej školy. Rodičia si môžu zvoliť pre svojho prváčika aj inú základnú školu mimo svojho obvodu, v ktorom majú trvalý pobyt. Musia to však nahlásiť riaditeľovi spádovej školy najneskôr do 31. marca 2014. Pri zápise treba predložiť osob-

né údaje zákonných zástupcov, preto si musia so sebou zobrať občiansky preukaz a rodný list dieťaťa. Pedagógovia formou rozhovoru a na základe výtvarného vyjadrenia skúmajú psychické, fyzické a sociálne schopnosti dieťaťa, napríklad, ako si dieťa dokáže poradiť s rozpoznávaním farieb, geometrických tvarov, orientovať sa v priestore, spočítať predmety do päť, či aké má komunikačné schopnosti. Na základe



Prváci so šlabikármí. Ilustračné foto: TASR/Pavol Ďurčo

návrhu materskej školy, alebo ak dieťa nespĺňa podmienky spôsobilosti pre nástup do školy, môže riaditeľ školy rozhodnúť o odklade nástupu o jeden školský rok. O odklad môžu požiadať aj rodičia na základe odporúčania všeobecného lekára pre deti a dorast a príslušného zariadenia výchovného poradenstva a prevencie. Všetky deti sa už teraz tešia, ako si po prvý raz zoberú do školy svoju novú školskú tašku, sadnú si do školských lavíc a spoznajú nových spolužiakov.

Michaela Dobiašová

ŽIACI ZO SKÝCOVA PROGRAMOVALI LEGO ROBOTOV

Žiaci základnej školy zo Skýcova sa ešte koncom minulého roka zapojili ako jediní zo Slovenska do medzinárodného projektu Európsky týždeň robotiky. Okrem množstva nových skúseností a poznatkov, ktoré žiaci nadobudli, sa škola môže pochváliť i ďalším certifikátom do zbierky.

O projekte sa škola dozvedela prostredníctvom svojich partnerských vzťahov z Talianska, s ktorým už dlhší čas spolupracuje. Dôležité však je, že nezaváhala, a tak sa žiaci 2. stupňa základnej školy v Skýcove mohli pre nich primeranou formou dozvedieť niečo viac o princípoch činnosti robotov a tiež nahliadnuť do tajov fungovania elektrotechniky ako takej. Pri návšteve Strednej odbornej školy technickej v Zlatých Moravciach im majstri odborného výcviku počas dvoch hodín podhalili tajomstvo programovania a možnosti využívať elektrotechniku pri príprave robotických modelov. „Pre žiakov boli asi najzaujímavejšie ukážky práce s programom na tvorbu plošných spojov, CICSO počítačových sietí a ovládania solárnych

panelov,“ hovorí Mgr. Jozef Zvolenský, riaditeľ ZŠ v Skýcove.

Prezentácia robotiky

Okrem exkurzie zahŕňal Európsky týždeň robotiky aj prezentáciu robotiky na Základnej škole v Skýcove, ktorá bola prístupná pre širokú verejnosť. Na nej si okrem získania ďalších teoretických poznatkov bolo možné vyskúšať ovládanie robotických modelov vyrobených z lega, ktoré postavili a naprogramovali žiaci základnej školy. K dispozícii boli chodiace dinosaury, výťah, kresliace auto, vláčik so zmenou smeru a zvukovými signálmi či auto vyhľadávajúce čiernu čiaru.

Motoman

Poslednou zastávkou v rámci spoznávania tejto zaujímavej



Auto vyhľadávajúce čiernu čiaru.

časti elektrotechniky bola návšteva spoločnosti Secop Zlaté Moravce. Tu sa žiaci dozvedeli niečo viac o začiatkoch robotiky, jej vývoji a takisto i o jej možnosti využitia v praktickom živote. Vrcholom návštevy bola

ukážka práce robota Motoman, s ktorým sa pomocou diaľkového ovládania mohli pohrať aj samotní žiaci, ktorí neskrývali nadšenie. Projekt hodnotí pozitívne aj riaditeľ školy. „Pre mňa ako učiteľa to bola nová príleži-

tosť. Projekt ma veľmi zaujal a verím, že v budúcom roku sa do neho zapojí viac škôl a bude mať lepšiu propagáciu v médiách,“ dodal na záver Zvolenský.

.....
Marek Modráček

NEZABUDNITE DIEŤA PRIHLÁSIŤ NA ÚRADE PRÁCE

Od 1. 2. 2014 vzniká povinnosť rodičov detí, ktoré dovŕšia po tomto dátume tri roky, nahlásiť Úradu práce a sociálnych vecí a rodiny podľa miesta trvalého bydliska na príslušnom tlačive, či sa o neho staráte doma, máte zabezpečenú opatrovatelku, alebo navštevuje materskú školu. Cieľom je zistiť, kto a kde vychováva deti, a to od ich troch rokov do začiatku plnenia školskej dochádzky. Dá sa to nahlásiť aj elektronicky, pokiaľ má rodič zriadený elektronický podpis.

Pozor! Túto povinnosť ale nemajú rodičia, ktorí ešte poberajú rodičovský príspevok (pre nepriaznivý zdravotný



Ilustračné foto: TASR/Milan Kapusta

stav dieťaťa do 6 rokov), alebo sú na materskej dovolenke s ďalším dieťaťom. Po prvom oznamení máte povinnosť hlásiť dôležité zmeny mies-

ta vykonávania starostlivosti o dieťa. To znamená v prípade, že dieťa zmení škôlku, alebo ak prestane chodiť do škôlky a budete sa oň starať

doma. Zmeny treba hlásiť do ôsmich dní. Za podstatnú zmenu miesta vykonávania starostlivosti o dieťa sa nepovažuje choroba, absencia

v predškolskom zariadení, krátkodobé dovolenky alebo krátkodobé pobyty u príbuzných a podobne.

Ak zmeny nebudete hlásiť, úrad vás môže upodozrievať, že sa o dieťa nestaráte v súlade so zákonom a záujmami dieťaťa. Môže to viesť ku kontrole a dokonca i k pozastaveniu vyplácania prídavku na dieťa rodičom a k jeho následnému vyplácaniu inštitútom osobitného príjemcu. Čiže prídavky by nedostávali priamo rodičia, ale obec. Väčšina mamičiek na túto zmenu reagovala negatívne. Až čas ukáže, či to má naozaj svoje opodstatnenie a či to naozaj pomôže niektorým deťom.

.....
Michaela Dobiašová

NOVÁ VÝSTAVA V ZLATOMORAVSKOM MÚZEU

Milovníci histórie zo Zlatých Moraviec a širokého okolia sa môžu tešiť na novú výstavu v miestnom múzeu. Výstava sa zameriava na život židovských občanov, ktorí kedysi žili v Zlatých Moravciach. Nájdete tu mnohé zaujímavé exponáty, ktoré zaujmú všetky vekové kategórie. K jej slávnostnému otvoreniu došlo 24. januára a potrvá do polovice februára 2014.

Minulý rok sme si pripomínali 900. výročie od prvej písomnej zmienky Zlatých Moraviec. Pre toto jubileum bolo v Mestskom múzeu zorganizovaných postupne viacero tematických výstav. Jednou z nich je i výstava venovaná židovským občanom pochádzajúcich zo Zlatých Moraviec. Pôvodne mala byť otvorená už pred Vianocami, no časovo to nebolo možné, a tak k jej otvoreniu došlo až koncom januára.

Otvorenie výstavy sprevádzal i kultúrny program v divadelnej sále MSKŠ, kde vystúpili viacerí interpreti. Okrem toho primátor mesta Peter Lednár odovzdal viacero pamätných listov a udelil i titul Čestný občan mesta Zlaté Moravce pánovi Imrichovi Chlamtacovi. Pri tejto príležitosti došlo

i k slávnostnému odhaleniu pamätnej tabule židovským spoluobčanom na Schlesingerovom dome.

Zbierkové predmety

No a načo sa môžete tešiť? Čakajú tu na vás mnohé exponáty, vďaka ktorým budete môcť nazrieť do života židovských rodín, ktoré kedysi žili v Zlatých Moravciach. Pripravených je viacero židovských náboženských predmetov, originálne dokumenty židovských rodín, predmety súvisiace s ich podnikaním, fotografie a mnohé iné zaujímavé veci. Tieto zbierkové predmety boli zapožičané od Múzea židovskej kultúry v Bratislave a od viacerých súkromných osôb.

Dozviete sa veľa nového Pri prehliadke výstavy sa do-



Ilustračné foto: TASR/Martin Baumann

zviete, ako vyzerá židovská domácnosť a v čom sa odlišuje od iných domácností, čo znamenalo vzdelanie pre židovskú rodinu a spoznáte tajomstvá synagógových a rodinných rituálov. Okrem tohto vám budú odhalené i tragické osudy židovských rodín zo Zlatých

Moraviec počas druhej svetovej vojny. Výstava o židovských občanoch sa stretla s veľkým úspechom. Od jej otvorenia zaznamenali v múzeu vysokú návštevnosť, a to nielen z okolia, ale i zo vzdialenejších kútov Slovenska. Ak ste ju doposiaľ nenavští-

vili, tak vám ju vrelo odporúčame. Domov si zaiste odnesiete krásny kultúrny zážitok. A nezabudnite si prezrieť i stálu expozíciu múzea, ktorá je rovnako veľmi zaujímavá.

.....
Peter Klimant

VÝTVARNÉ DIELA GABRIELY MURCINOVEJ

Milovníci umenia z okresu Nitra si v týchto dňoch prídu na svoje. V Mestskom múzeu vo Vrábľoch prebieha zaujímavá umelecká výstava od miestnej výtvarníčky Gabriely Murcinovej. Ide o výber prác z jej maliarskej a textilnej tvorby. Výstava potrvá do 14. februára 2014.

Vrábeľská výtvarníčka Gabriela Murcinová, vyštudovaná ekonómka, sa do maľovania intenzívne pustila až pred dôchodkom, keď začala navštevovať Univerzitu tretieho veku. Tam sa naučila viaceré maliarske techniky, ktoré dnes využíva vo svojich výtvarných prácach. Stala sa i členkou Výtvar-

ného ateliéru Emerka z Vrábľ. Toto združenie vzniklo v januári 2011 pod vedením ďalšej miestnej výtvarníčky – Márie Nagyovej. Ich cieľom je podporovať tvorbu a prezentáciu diel od vrábľských amatérskych výtvarníkov. Gabriela Murcinová, spoločne s ďalšími autorkami z tohto združenia, pripravila viaceré výstavy svojich umeleckých prác. Vystavovali napríklad v Krajskom osvetovom stredisku v Nitre, či v priestoroch kaštieľa Arboréta Mlyňany.

Oleji i akvarely

Výstava Gabriely Murcinovej v Mestskom múzeu Vrábľ je jej prvou samostatnou výstavou. Návštevníci sa môžu tešiť na viaceré maliar-



Ukážka z tvorby Gabriely Murcinovej.

ske a textilné diela, zamerané najmä na motívy krajiny, kvetov, ale i abstraktné motívy. V krajinkárskych dielach dominuje najmä jeseň, ktorá je obľúbeným obdobím autorky. Najčastejšie ju zachytáva olejovou technikou. „Rada robím s olejom, a preto najviac prác je práve olejových. Teraz sa budem

venovať i akvarelu, pretože to ma tak fascinuje a je to najťažšie takto maľovať,“ s úsmevom prezrádza výtvarníčka svoje maliarske plány do budúcnosti. Inšpiráciu čerpá i od svojich obľúbených autorov – Alfonz Mucha, Gustav Klimt, Claude Monet a slovenský Jozef Chrena.

Dobré ohlasy

Relax, relax a relax. Presne to znamená maľovanie pre Gabrielu Murcinovú. Je jedno, či sa pozriete na jej olejové maľby či obrazy vytvorené z textilu, pocit príjemného relaxu a uvoľnenia na vás zaručene dopadne. Výstava bola otvorená 3. februára 2014 a za ten čas ju stihlo navštíviť mnoho ľudí. Pri čítaní knihy návštev narazili len na samé pozitívne ohlasy. Viacero návštevníkov dodalo, že už teraz sa tešia na jej ďalšiu výstavu. Pani Murcinová nás informovala, že na nových dielach už pracuje, a teda tento rok zaiste uvidíme ďalšiu výstavu tejto talentovanej autorky.

.....
Text a foto: Peter Klimant

OBYVATEĽSTVO SLOVENSKA STARNE



Ilustračné foto: TASR

Do roku 2035 sa priemerný vek obyvateľstva vo všetkých okresoch Slovenska zvýši v priemere o sedem rokov. Najväčší prírastok priemerného veku zaznamenajú okresy v širšom zázemí Bratislavy. Vyplýva to z Prognózy vývoja obyvateľstva v okresoch SR do roku 2035.

Prognózu vypracoval Prognostický ústav Slovenskej akadémie vied v spolupráci výskumným demografickým centrom Infostatu a Prírodovedeckou fakultou Univerzity Komenského v Bratislave. Odborníci v štúdiu predpokladajú, že v roku 2035 ostane zachovaný fakt, že obyvateľstvo SR možno rozdeliť na starší západ, stred a krajný východ a mladší sever a východ. K okresom, kde bude najviac rásť priemerný vek, budú patriť najmä okresy zá-

padného Slovenska v okolí Bratislavy, kde sa priemerný vek zvýši o viac ako sedem rokov. Naopak, najnižší prírastok priemerného veku zaznamenajú hlavne v okresoch západnej časti východného Slovenska. Obyvateľstvo piatich okresov tohto regiónu (Gelnica, Levoča, Spišská Nová Ves, Sabinov a Stará Ľubovňa) zostarne v priemere o menej ako päť rokov, pričom v okrese Gelnica sa priemerný vek do roku 2035 zvýši o necelé tri roky.

Kým v prvej desiatke najstarších okresov nastane v porovnaní s rokom 2012 až šesť zmien, v rebríčku najmladších okresov sa podľa prognostikov udeje iba jediná zmena, keď okres Tvrdošín nahradí okres Trebišov. Najstarší a najmladší okres ostanú v priebehu 23 rokov nezmenené. Aj v roku 2035, podobne ako tomu bolo v roku 2012, bude najstarším okresom Slovenska okres Bratislava I s priemerným vekom obyvateľov takmer 50 rokov, najmladším ostane okres Kežmarok, ktorého obyvatelia budú mať podľa prognózy v roku 2035 priemerný vek 38 rokov.

TASR

CHODCI A REFLEXNÉ PRVKY

Dňom 1. januára 2014 nadobudla účinnosť novela zákona č. 8/2009 Z. z. o cestnej premávke a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov. Novela zákona rozširuje povinnosť chodcov na krajnici alebo okraji vozovky za zníženej viditeľnosti mať aj v obci na sebe viditeľne umiestnené reflexné prvky alebo oblečený reflexný bezpečnostný odev.

Chodcom sa odporúča umiestniť reflexné prvky na dobre viditeľnom mieste pohyblivej časti tela, na horných alebo dolných končatinách, bližšie ku vozovke – stredovej deliacej čiare. V tejto súvislosti je dobré si pripomenúť najmä nástrahy zimného, jesenného i jarného obdobia, ktoré sa týkajú práve chodcov. Práve na jeseň a v zime, keď je v prevažnej väčšine dňa znížená viditeľnosť, dopravná polícia každoročne zaznamenáva citelný nárast počtu dopravných nehôd s účasťou nemotorových účastníkov cestnej premávky, a to najmä v intravilánoch miest a obcí.

Reflexné prvky chodcov

V období so zníženou viditeľnosťou si treba uvedomiť, že vidieť a byť videný je životne dôležité nielen pre vodičov, ale najmä pre chodcov a cyklistov. Práve oni, ako účastníci cestnej premávky, sú najzraniteľnejší a pri dopravných nehodách doplácajú ujmu na zdraví a neraz i životom. Okrem primeranej

opatrnosti je preto potrebné používať taký odev, resp. jeho doplnky, ktoré sú dostatočne viditeľné aj za zníženej viditeľnosti. Najúčinnšie je používať na oblečení spomínané reflexné prvky, ktoré môžu byť aj celkom vhodným doplnkom vrchného ošatenia.

Pravidlá bezpečnosti

Rôzne nástrahy zimného (i jesenného) obdobia na cestách možno účinne eliminovať. V prvom rade sa treba na cestách správať zodpovedne, ohľaduplne a disciplinovanne. Dôležité je dodržiavať zásadu vidieť a byť videný, no a v neposlednom rade – nepreceňovať svoje schopnosti! Bez ohľaduplnosti a zodpovednosti všetkých účastníkov cestnej premávky nie je možné zaistiť poriadok a bezpečnosť na cestách. Svojím zodpovedným správaním si chodci aj sami môžu chrániť život a zdravie pred nepriaznivými následkami dopravných nehôd.

(nym)

HĽADÁME VÁS!

Máte záujem o nové výzvy? Chcete pôsobiť v mieste svojho bydliska?

REDAKTOR REGIONÁLNYCH NOVÍN

Osobnostné predpoklady a zručnosti

- sledovanie aktuálneho diania
- hľadanie tipov a námetov, navrhovanie tém
- písanie článkov a zabezpečenie fotografií k nim

novinky

Tak neváhajte a pošlite svoje CV s kontaktom na: personalne@14news.eu



DLH NA ZDRAVOTNOM POISTENÍ AJ NA SPLÁTKY

Dlh na zdravotnom poistení, ktorého nesplácanie môže skončiť vymáhaním exekútorom či tretou osobou, umožňujú zdravotné poisťovne zaplatiť v niektorých prípadoch aj postupne. Splátkový kalendár umožňujú všetky tri zdravotné poisťovne na Slovensku, každá má však vlastné podmienky.

„Dlžník má možnosť požiadať o splátkový kalendár, ak splní podmienky na uzatvorenie. Jednou z podmienok je preukázanie platobnej schopnosti uhradením časti z dlžnej sumy pred uzatvorením splátkového kalendára,“ povedala hovorkyňa Všeobecnej zdravotnej poisťovne Dana Gašparíková. Zvyšnú časť pohľadávky následne dlžník musí uhradiť

v šiestich splátkach.

Zdravotná poisťovňa Dôvera povolí splátkový kalendár, ak dlžná suma u samostatne zárobkovo činné osoby alebo nezamestnaného je viac ako 60 eur a u zamestnávateľov viac ako 200 eur. Podmienkou je tiež, aby mal poistenec uhradené preddavky za posledné tri splátne obdobia. Na dlžné poistné, ktoré je predmetom dohody,

musí byť vystavený tiež výkaz nedoplatkov. V prípade, že klient nebude uhrádzať splátky v dohodnutej výške, v stanovenom termíne a bežné preddavky v lehote splatnosti, celá dlžná suma sa stáva splatnou, tvrdí PR špecialistka Dôvery Monika Šimunová.

Union zdravotná poisťovňa povolí splátky, ak možno predpokladať, že v období dlhšom ako deväť mesiacov bude poistenec schopný svoj dlh uhradiť. Ako priblížila hovorkyňa poisťovne Judita Smatanová, poistenec zároveň musí preukázať, že v čase posudzovania žia-



Ilustračné foto: TASR

dsti o splátkový kalendár je schopný riadne plniť povinnosť platiť preddavky na poistné. Výšku a termín splát-

ky určí Union ZP po dohode s platiteľom.

.....
TASR

NAVRHNI LOGO A PRECESTUJ SVET



Ilustračné foto: TASR

Rezort diplomacie zapojí prvý raz do prípravy predsedníctva SR vo Vyšehradskej štvorke vysokoškolských študentov. Tí môžu svojou účasťou v súťaži o návrh loga a motta predviesť nielen svoj talent, ale aj získať medzinárodné uznanie a vyhrať exkluzívnu stáž alebo pobyt v zahraničí.

Súťaž, ktorá sa spustila na internetovej platforme Challengest, potrvá do nedele 9. marca. Odštartovala aj kampaň k nej na sociálnych sieťach. Na zapojenie sa do nej je potrebná registrácia na www.challengest.com, vytvorenie profilu študenta

a prijatie výzvy Ministerstva zahraničných vecí a európskych záležitostí SR pod názvom „Navrhni logo a precestuj svet.“ Víťazné logo spolu s mottom bude viditeľné na všetkých oficiálnych stretnutiach, ale aj na propagačných materiáloch sloven-

ského predsedníctva. To začína 1. júla tohto roku. Rotujúce ročné predsedníctvo prevezme od Maďarska. Vysokoškolskí študenti môžu podľa ministerstva získať zaujímavé veci-štvortýždňovú stáž s ubytovaním na ktoromkoľvek z veľvyslanectiev SR vo svete, dvojdný pobyt v Bruseli s ubytovaním na slovenskej ambasáde a ubytovanie, rovnako na veľvyslanectve, pre dve osoby na dve noci v Ríme.

.....
TASR

MZ SR: POKUTA PRE FARMAFIRMY

Ministerstvo zdravotníctva SR pokutovalo dve farmafirmy za nedostupnosť liekov. Obe dostali sankciu vo výške 10 000 eur a ministerstvo oba lieky zároveň vyradilo z kategorizačného zoznamu. Ide o Acceflofenac Accord a Spatizalex.

Prvý z liekov pacienti užívajú proti bolesti a zápalu alebo pri liečbe reumatoidnej artritídy. Druhý nedostupný liek slúži na zníženie cholesterolu. „Ministerstvo pri oboch nedostupných liekoch začalo konať na základe podnetu občanov,“ povedala jeho hovorkyňa Martina Lidinská.

Prvú pokutu vo výške 10 000 eur uložilo ministerstvo podľa jej slov vlni v novembri pre nedostupnosť lieku na liečbu vysokého krvného tlaku. Aj v tomto prípade konalo na základe podnetu pacienta.

.....
Text a foto: TASR



ZAČÍNA SA VALENTÍNSKA KVAPKA KRVI

Od pondelka 10. februára sa na celom Slovensku začala kampaň na podporu darcovstva životodarnej tekutiny Valentínska kvapka krvi. Kampaň Slovenského Červeného kríža (SČK) potrvá do 14. marca, jej heslom je „Pre niekoho si ten pravý“.

Kampaň štartuje odbermi krvi nielen na klasických odberových miestach, ale aj na mobilných odberoch krvi v školách,

vo firmách a organizáciách na viacerých miestach Slovenska. V Bratislave v priestoroch Obchodnej akadémie Imricha Karvaša na Hrobákovej ulici. Informácie, kde všade môžu záujemcovia krv darovať, sú na www.redcross.sk. „Heslo tohtoročnej kampane sa neprihovára len zaľúbencom. Chce všetkým pripomenúť, že každé rozhodnutie človeka darovať krv zachraňuje niekomu život, a práve tá jeho môže byť tou pravou v rozhodujúcom mo-

mente pre odkázaného,“ informovala Silvia Kostelná zo SČK. Celoslovenská kampaň je podľa jej slov zameraná na oslovanie darcov krvi hlavne z radov mladých ľudí, no oslovuje aj pravidelných darcov krvi. Táto náborová kampaň je druhou najväčšou, ktorú organizuje SČK v spolupráci s Národnou transfúznou službou SR a hematologickotransfúziologickými oddeleniami nemocníc.



TASR Ilustračné foto: TASR

PILOTNÝ PROJEKT ŠTUDENTSKÉ VOĽBY

Inštitút pre verejné otázky (IVO) spustil pilotný projekt Študentské voľby 2014.

V rámci projektu študenti stredných škôl v SR zrealizujú v marci pilotné modelové voľby prezidenta SR. V máji to budú Študentské voľby do Európskeho parlamentu a v novembri Študentské komunálne voľby. „Cieľom projektu je bližšie zoznámiť študentov stredných škôl v Slovenskej republike so základnými demokratickými princípmi fungovania spoločnosti a zvýšiť informovanosť a povedomie o fungovaní volebných systémov v Slovenskej republike v cieľovej skupine 15 až 18-roč-

ných študentov stredných škôl,“ uviedol programový koordinátor Ján Bartoš. Ako dodal, ambíciou projektu je vtaiahnuť túto skupinu intenzívnejšie do verejného priestoru a zvýšiť jej občiansku angažovanosť prostredníctvom realizovania modelových volieb. IVO tiež v rámci projektu poskytne učiteľom dotknutých predmetov na stredných školách doplnkové nástroje na zvýšenie efektivity výučby týchto predmetov.

TASR



Ilustračné foto: TASR

V. MASÁR: TASR MUSÍ PLNIŤ ZÁKONNÉ ÚLOHY

Druhú päťročnicu verejnoprávnej TASR začína agentúra v pozícii, keď má stabilizované vzťahy so štátom, plní si úlohy dané zákonom, je komerčne úspešná a zároveň drží krok s dobou aj v oblasti využívania najmodernejších technológií.

Jej úlohou bude tieto pozitívne trendy udržať. Uviedol to predseda Správnej rady TASR Vladimír Masár potom, ako v budove Národnej rady prevzali štyria novozvolení členovia rady menovacie dekréty z rúk podpredsedníčky parlamentu Jany Laššákovéj.

Národná rada 30. januára zvolila štyroch členov

Správnej rady TASR, v oblasti ekonomie opäť uspel súčasný predseda rady, bývalý guvernér Národnej banky Slovenska, Vladimír Masár, Ján Sand bol zvolený za oblasť žurnalistiky. Ako odborník na informačné technológie bol úspešný Peter Alakša a ako expert na právo bol zvolený Boris Chovanec. Všetci štyria boli členmi rady aj prvých päť rokov po vstupe nového zákona o TASR do účinnosti v roku 2009. Piateho člena rady budú voliť samotní zamestnanci TASR. Parlament volí kandidátov podľa špecifikácií, ktoré určuje zákon - jeden musí byť odborníkom v ekonomickej oblasti, ďalší v žurnalistike, tretí člen Správnej rady TASR

musí byť právnik a štvrtý expert v oblasti informačných technológií. Funkčné obdobie člena Správnej rady TASR je päťročné, medzi právomoci rady patrí napríklad voľba generálneho riaditeľa Tlačovej agentúry. Potreba voľby Správnej rady TASR vyplýva zo zákona o Tlačovej agentúre Slovenskej republiky, ktorý parlament schválil v septembri 2008. Podľa zákona, ktorý nadobudol účinnosť 1. januára 2009, sa Tlačová agentúra SR pretransformovala z príspevkovej organizácie na verejnoprávnu inštitúciu. Funkčné obdobie novozvolených členov Správnej rady TASR začne plynúť 27. februára 2014.

TASR

PROTESTY A UPOZORNENIA SA BUDÚ ZVEREJŇOVAŤ

Protesty a upozorňovania prokurátorov voči porušovaniu zákonov orgánmi verejnej správy budú zverejňované na webe.

Informoval o tom prvý námestník generálneho prokurátora René Vanek, ktorý o tejto novinke rozhodol. „Každý prokurátor, ktorý podáva protest proti rozhodnutiu nejakého orgánu verejnej správy, musí preukázať, že sa skutočne tej veci ve-

noval, a že ten protest je vyargumentovaný,“ zdôvodnil Vanek. Zverejňovanie protestov a upozornení k tomu má podľa neho pomôcť. Podľa zákona o prokuratúre môžu prokurátori podať protest proti všeobecne záväznému právnomu predpisu, ktorý

vydal orgán verejnej správy, ak ním bol porušený zákon alebo iný všeobecne záväzný právny predpis. Ak orgán verejnej správy svojim konaním, alebo nečinnosťou porušuje zákon, alebo všeobecne záväzný predpis, prokurátor je oprávnený vydať upozornenie.

TASR



MICHAL HORSKÝ

PARLAMENTARIZMUS

Korene európskeho parlamentarizmu siahajú až do čias Francúzskej revolúcie.

Pravicová časť francúzskeho parlamentu – royalisti, držali líniu politickej tradície Francúzska ako kráľovstva. Proti nim stáli girondisti – republikáni, zástupcovia strednej vrstvy, ktorá sa predierala k hospodárskej politike v Európe. Naľavo stáli jakobíni (história ich poznala ako deti revolúcie), ktorí požierali sami seba a žiadali radikálne zmeny vo Francúzsku. A časť francúzskeho parlamentu tvorilo aj tzv. bahno. Boli to poslanci, ktorí sa nechceli zapojiť do žiadneho z profilovaných prúdov.

V našich realitách môžeme za „bahno“ považovať tých štúpcov politických tradícií francúzskeho parlamentu, ktorí nepatria ani k ľavici, ani k pravici, ani ku strediu. Majú svoje osobitné pravidlá, subjektívne ciele, pre ktoré vstúpili do politiky a presadzujú tam svoj politický vplyv. Práve takíto poslanci veľmi často hádžu „blatom“ po iných parlamentných zoskupeniach, po lídroch ostatných politických strán. Keďže sami stoja po krk v bahne a nemajú čo stratiť, hádžu blato na svojich súperov. Dobré vedia, že keby sa tí od bahna chceli čistiť, len by sa ním zamazali. Niečo podobné mi napadlo, keď poslanci niektorých klubov zvolávajú počas prezidentskej volebnej kampane mimoriadne zasadnutie nášho parlamentu. Nie preto, aby po rokoch otvárali kauzu predaja emisných kvót, ale preto, aby hodili blato a čakali, kto sa od neho bude čistiť. A kto sa zamaže.

MILIÓNY PRE VYSOKÉ ŠKOLY

Ministerstvo školstva má k dispozícii 15 miliónov eur pre vysoké školy, ktoré majú prísť podľa schváleného rozpočtu na tento rok o vyše 21 miliónov eur.

„Robíme všetko preto, aby sme v rámci vnútorného prerozdelenia tento deficit vykryli. Momentálne na to už máme 15 miliónov eur,“ uviedol minister školstva Dušan Čaplovič. Rezort má podľa neho k dispozícii aj vyše 10 miliónov na zvýšenie plátov vysokoškolských zamestnancov.

Prezident Slovenskej rektorskej konferencie Libor Vožár hovorí, že od ministerstva školstva aj financií má informáciu, že spomínaných 15 miliónov eur sa dá získať presunmi výdavkov v rezorte školstva. „Bol som požiadať štátneho tajomníka minis-



Minister školstva Dušan Čaplovič.

terstva financií, aby sa pokúsil nájsť šesť miliónov eur alebo aspoň nejakú sumu z toho v rámci ministerstva financií. Prerušili sme rokovanie, ktoré bude pokračovať,“ povedal Vožár pre TASR. Dodal, že takú-

to sumu školy nedokážu ušetriť na prevádzke.

Vysoké školy stále nemajú rozpis dotácií na tento rok a sú v rozpočtovom provizóriu. Mesačne tak dostávajú menej ako dvanástinu minuloročné-

ho rozpočtu. Hovorca ministra školstva Michal Kaliňák povedal, že organizáciám, ktoré zastupujú vysoké školy, má prísť rozpis v týchto dňoch.

Text a foto: TASR

POSLANCI BUDÚ ROKOVAŤ TAJNE

Poslanci Národnej rady SR sa v utorok (11. 2.) zatvorili pred verejnosťou. V rámci pokračujúcej 29. schôdze ich totiž čakala správa o plnení úloh Vojenského spravodajstva, ktorá sa prerokúvala vo vyhradenom režime.

Predseda Osobitného kontrolného výboru na kontrolu činnosti Vojenského spravodajstva Martin Fedor (SDKÚ-DS) pre TASR povedal, že každá správa o činnosti VS sa orien-

tuje na plnenie základných úloh a vysporiada sa s tým, čo boli najdôležitejšie aktivity služby. „Keďže rok 2013 priniesol podozrenia z nehospodárneho nakladania s majet-

kom vo vtedajšej Vojenskej spravodajskej službe, dúfam a verím, že pripravovaný nový zákon o spravodajských službách bude reflektovať škandály a zavedú sa tam aj prvky externej kontroly. Budem presadzovať, aby sa externá kontrola týkala aj ich financovania,“ avizoval.

Text a foto: TASR



Poslanec Martin Fedor.

KDH O ŠTIPENDIÁCH

Študenti zahraničných vysokých škôl pôsobiach v SR, ale aj mimo nášho územia a majúci trvalý pobyt na Slovensku, by mali mať možnosť získať sociálne štipendium.



Počíta s tým návrh novely vysokoškolského zákona, ktorý predstavili poslanci KDH. Regovali tak na situáciu študentov, ktorí pochádzajú zo sociálne slabších rodín a z rozličných

dôvodov sa rozhodnú pre vysokoškolské štúdium na zahraničných vysokých školách. „Študenti, ktorí si vyberú študijný program, ktorý nie je možné študovať na slovenských univerzitách alebo vysokých školách, sa dostávajú do nevýhodného postavenia voči študentom študujúcim v SR, ktorí sú poberteľmi sociálneho štipendia,“ argumentujú.

Text a foto: TASR

BAŠKOV PLAT NA CHARITU

Predseda Trenčianskeho samosprávneho kraja Jaroslav Baška venuje až do konca volebného obdobia svoj plat poslanca Národnej rady SR na charitatívne účely. Informoval o tom na dnešnom brífingu v Trenčíne.

„S účinnosťou od februára tohto roku som sa rozhodol poslanecký plat (3 079 eur) z NR SR venovať na charitatívne účely pre ľudí tu, v Trenčianskom kraji, či už sú to sociálne slabšie rodiny, resp. zdravotne postihnutí. Rozhodol som sa preto, lebo tí ľudia to naozaj potrebujú,“ priblížil Baška s tým, že je na ostatných po-

slancoch TSK, ktorí sú zároveň poslancami NR SR, či budú jeho príklad nasledovať. „Podobnú charitu som robil aj v minulosti, finančne som podporoval Centrum sociálnych služieb v Trenčíne či deti postihnuté autizmom v Považskej Bystrici,“ doplnil predseda TSK.

TASR

P. PAŠKA A G. S. POLTAVČENKO BY CHCELI JEDNODUCHŠIE VÍZOVÉ PRAVIDLÁ

Vízové pravidlá medzi Slovenskom a Ruskom by bolo dobré zjednodušiť. Zhodli sa na tom predseda Národnej rady SR Pavol Paška a petrohradský gubernátor Georgij S. Poltavčenko počas oficiálnej návštevy slovenskej delegácie v Petrohrade.

Zjednodušenie vízovej povinnosti závisí podľa Pašku aj od podpísania strategického partnerstva EÚ a Ruska. „My ako členská krajina Schengenu musíme rešpektovať pravidlá. Ruská strana už dnes pre zjednodušenie umožňuje ľuďom z EÚ navštíviť bez víz Ruskú federáciu na 72 hodín,“ uviedol Paška s tým, že zjednodušeniu vízovej povinnosti musí predchádzať dohovor v rámci schengenského priestoru. Podľa neho by bolo dobré nájsť taký mechanizmus schengenského vízového systému, ktorý by nekomplikoval rozvoj ekonomických

vzťahov či turizmu.

Podľa Pašku Slovensko má záujem o ruských investorov, preto treba bariéry ich podnikania odstraňovať. „Stačí sa pozrieť na naše hory, ako nám klesá počet návštevníkov z Ruska alebo z krajín bývalého Sovietskeho zväzu. A často je ten dôvod drahý a komplikovaný vízový režim. A takisto je to potom aj v obchode a vzájomnej ekonomickej spolupráci,“ povedal Paška.

Paškova delegácia pricestovala na oficiálnu návštevu Ruska v stredu večer 5. februára. Počas návštevy absolvoval Paška sé-



Letecký pohľad na palác Petrodvorec v Petrohrade.

riu rokovani vrátane stretnutia s predsedom Štátnej dумы Federálneho zhromaždenia Ruskej federácie (FZ RF) Sergejom J. Naryškinom. Na Piskariev-

skom cintoríne si kladením vencov pripomenul 70. výročie oslobodenia Leningradu od fašistickej blokády. Počas blokády zomreli stovky tisíc

ľudí, väčšina z nich je pochovaných na tomto cintoríne.

Text a foto: TASR

ČESKÝ PREMIÉR NA NÁVŠTEVE SR

Novovymenovaný český premiér Bohuslav Sobotka pricestoval na pozvanie svojho slovenského partnera Roberta Fica na návštevu SR. Týmto sa pokračuje v tradícii prvých slovensko-českých návštev po zvolení najvyšších ústavných činiteľov.

B. Sobotku čakali bilaterálne rozhovory s R. Ficom, stretol sa s ministrom financií Petrom Kažimírom a s predsedom parlamentu Pavlom Paškom. Vyplynulo to z návrhu na prijatie delegácie vlády ČR, ktoré ministerstvo zahraničných vecí odoslalo na schválenie slovenskému kabinetu.

Diskusia sa týkala bilaterálnych vzťahov a východísk pre najbližšie obdobie, skúseností SR s výberom daní, spolupráce v rámci Vyšehradskej skupiny a tiež aktuálnych európskych záležitostí.

Okrem toho bolo na programe prerokovanie prípravy a obsahu plánovaného spoločného zasadnutia vlád SR a ČR.

Obaja premiéri taktiež verejne vystúpili v rámci zasadnutia Národného konventu o Európskej únii na tému „Spoločne

10 rokov v EÚ – akú Európu chceme?“ Podujatie bolo naplánované do Rektorskej siene Univerzity Komenského na Šafárikovom námestí v Bratislave.

Text a foto: TASR



Český premiér Bohuslav Sobotka.

BEZPEČNÝ NÁVRAT DOMOV

Bezpečný návrat domov je názov propagačného projektu Úradu verejného zdravotníctva (ÚVZ) SR orientovaného na mládež.

„Je zameraný na prevenciu rizík v dopravnom správaní adolescentov. Pri tejto vekovej skupine často dochádza k úrazom a úmrtiam pri návrate zo zábavných podujatí v skorých ranných hodinách cez víkendové dni,“ uviedla Viktória Jakubková z ÚVZ SR. Projektom sa snažia vytvoriť informačnú kampaň, ktorá by cieľovej skupine pripomínala riziká dopravných úrazov v čase, v ktorom sú mladí ľudia nesústreďení, neraz rozšatení, majú sklony predvídať sa, často aj



pod vplyvom alkoholu alebo iných návykových látok. Úrazy vznikli najmä pri jazde motorovým vozidlom, či už u mladých vodičov alebo ich spolujazdcov vracajúcich sa zo zábavných podujatí a aj pri riskantnom prechádzaní cez vozovku cez vyznačený priechod alebo mimo neho.

V rámci projektu je pripravovaný plagát s výzvou na vyššiu opatrnosť v správaní, ktorý by mal byť distribuovaný predovšetkým do stredných škôl na Slovensku. Tvárou projektu na plagáte sa stala speváčka Celeste Buckingham.

Text a foto: TASR

NÁSILIE V BOSNE A HERCEGOVINE

Podpredseda vlády a minister zahraničných vecí a európskych záležitostí SR Miroslav Lajčák dňa 7. februára v reakcii na vývoj udalostí vo viacerých mestách Bosny a Hercegoviny, keď pri demonštráciách došlo k zraneniam

viacerých osôb, vyjadril svoje vážne znepokojenie: „Násilím sa nahromadené problémy nevyriešia. Vyzývam preto na vyvarovanie sa útokov a riešenie nahromadených problémov konštruktívnym dialógom všetkých zainteresovaných,“ povedal M. Lajčák a dodal, že vôľu po zmene, ktorú občania krajiny v týchto dňoch vyjadrili, treba využiť na naštartovanie modernizačných procesov.

TASR



Najlepšie miesto na relax je v slovenských horách.

MICHAL BUBÁN: RODINA JE NAJDÔLEŽITEJŠIA

Usilovnosťou sa vo svojom mladom veku prepracoval na vrcholovú pozíciu v nadnárodnej spoločnosti. Zamestnávateľ mu platí komfortný hotel v Moskve. Viac si však vychutná chalupu na Spiši bez tečúcej vody a krásnu slovenskú prírodu. Miluje svoju rodinu a považuje ju za základ, ktorý mu dodáva v živote silu. Rozprávali sme sa s Michalom Bubánom (33) o jeho pestrom a aktívnom živote.

► Prečo je rodina pre vás také dôležitá?

Puto k rodine sa u nás dedí alebo skôr odovzdáva z generácie na generáciu. Od malička som vyrastal v prostredí, kde rodina z otcovej aj z matkovej strany držala veľmi silno spolu. Toto puto sa následne prenieslo aj na mňa so sestrou – hoci nás delia tisíce kilometrov, sme neustále v kontakte a navštevujeme sa tak často ako sa len dá. Vedomie, že za mnou stojí rodina čokoľvek by sa stalo, mi dodáva silu napredovať. Rodina je to najcennejšie, oveľa cennejšie ako úspech, kariéra alebo peniaze.

► Ovládajte vynikajúco viacero jazykov. Kedy ste sa ich stihli naučiť?

Rodičia nás vždy viedli k jazykom. Ešte pred revolúciou som chodil na základnú jazykovú nemeckú školu. Strednú školu som absolvoval na nemeckom bilingválnom gymnáziu a maturoval som z nemčiny aj angličtiny. Na vysokej škole sme si už v prvom ročníku museli zvoliť ďalší jazyk a ja som si vybral španielčinu. Od druhého ročníka som

si potom pribral ako voliteľný predmet ruštinu.

► Vyštudovali ste odbor medzinárodný podnikový manažment vo Viedni. Kde ste zbierali prvé pracovné skúsenosti?

Začal som pracovať už pri škole. Aby som si zarobil na internát a na školu, pracoval som aj ako predavač suvenírov v hoteli alebo doučoval rakúske deti matematiku. V treťom ročníku sa mi podarilo prejsť trojkolovým vý-

berom do známej a prestížnej firmy zaoberajúcej sa auditom a finančným a daňovým poradenstvom. Následne som pracoval v novovzniknutej konzultantskej spoločnosti. To bol jediný rok, kedy som pracoval na Slovensku a dochádzal do školy do Viedne. V ďalšom roku sa mi podarilo získať trvalé povolenie na prácu v Rakúsku a začal som pracovať vo Viedni ako audítor v medzinárodnej spoločnosti, pričom som neskôr prestúpil do od-

delenia poskytujúceho poradenstvo pri transakciách. Zameriaval som sa pritom najmä na klientov z oblasti nehnuteľností.

► Dnes ste vo významnej pozícii v nadnárodnej spoločnosti pôsobiacej v realitách. Nie je jednoduché dostať sa na taký post v takej veľkej spoločnosti.

V júli 2007 som nastúpil do developerského oddelenia vo firme Immofinanz, pričom som sa mal venovať

hlavne Slovensku a Českej republike. Nakoniec som ale skončil v Bulharsku, kde som tri roky pracoval na obrovskom office projekte. Neskôr som dostal na starosť riadenie projektu výstavby nákupného centra v rumunskej Konstanci. Po dvoch rokoch sa centrum úspešne a načas otvorilo, pričom na jeho realizácii sa v mojom tíme podieľali ľudia z celej Európy. Projekt dokonca získal cenu za Najlepší projekt roka 2011 spomedzi nákupných centier v Rumunsku.

Po ukončení práce v Rumunsku som mal našetrenú toľko dovolenky, že som si zobral viacmesačné voľno na oddych a načerpanie nových síl. Hneď po návrate som sa však dostal k projektu v Moskve, kde riadim výstavbu nákupného centra.

► Ako vyzerá váš pracovný život?

V pondelok väčšinou idem do Viedne, kde je sídlo našej spoločnosti a nočným letom sa potom presúvam do Moskvy. Do piatka som plne vyťažený, venujem sa práci priemerne 12 – 14 hodín



So starostom mesta Konstanca a CEO Immofinanz pri otvorení nákupného strediska.

denne. V piatok sa posledným letom vraciam na víkend domov na Slovensko, ale aj cez víkend musím často aspoň jeden deň pracovať. Po ukončení predošlého projektu v Rumunsku som si myslel, že nič ťažšieho ma už nečaká, no mylil som sa. Aktuálny projekt v Rusku je ešte náročnejší. Vo firme som takpovediac „troubleshooter“, to je ten, kto dostáva tie najnáročnejšie projekty.

▼ Ako vnímate Moskvu?

Moskva je obrovská metropola a Rusi sú hrdý a silný národ. Je to energické a fascinujúce mesto, v ktorom je poriadok, minimálna nezamestnanosť a zároveň koncentrácia bohatstva, moci a vplyvných ľudí. Moskva je bohaté a drahé mesto, v ktorom v dnešnej dobe vidíte viac áut značky Porsche ako Lada. Moskovčania radi utrácajú peniaze a je tam veľmi veľa milionárov. Potrpia si na to, aby bolo vidieť, že sú majetní, čo majú oblečené, v čom sa vozia. Samozrejme, nákupné centrá z tohto životného štýlu profitujú, je to pre ne veľká obchodná príležitosť. Pre cudzincov je ťažké sa v Moskve presadiť, beriem to ako výzvu.

▼ Na čo si neviete v Moskve zvyknúť?

Na šero a zimu. Nemám rád zimné obdobie v Moskve.

Ráno do deviatej je ešte tma. Potom je často len také šero a od pol štvrtej popoludní je znova tma. Veľmi často je tam v zime nízka oblačnosť a slnko vidno len výnimočne. Pre mňa je to o to náročnejšie, že sa musím každý týždeň vyrovnat' s časovým posunom, ktorý je v zimnom období až tri hodiny. Zato leto v Moskve vie byť veľmi pekné, sú tam krásne dlhé a často slnečné dni, takže sa to kompenzuje.

▼ Pri tomto pracovnom nasadení stíhate aj súkromný život?

Minulý rok som sa stihol oženiť, no nebyť manželky, nezvládol by som to. Som jej vďačný, že všetko zorganizovala a že stále stojí za mnou a je mi oporou. Momentálne som taký víkendový manžel. Žiaľ, na Slovensku to nie je nič výnimočné, keďže veľa slovenských mužov chodí za prácou mimo svojho bydliska, aby užívali rodinu. Snažím sa aspoň cez víkend venovať rodine a kamarátom, ale žiaľ, nevychádza mi na to toľko času, koľko by som chcel. Keď sa dá, idem si zašportovať. Veľmi ma vie nabiť energiou čas strávený v slovenských horách, kam v lete s manželkou často chodíme na výlety. Keď sa dá, chodíme tiež navštevovať naše sestry, ktoré žijú v zahraničí.



Michal Bubán pri preberaní CIJ award za najlepší projekt roka v Rumunsku.

▼ Takže máte takpovediac „európsku“ rodinu?

Dá sa to tak povedať. Moja sestra Katarína žije vo Švajčiarsku, rodičia sú na Slovensku a ja cez týždeň v Rusku alebo v Rakúsku. Manželkina sestra zasa žije dlhodobo v Londýne. Žiaľ, všetci spolu sa vídame počas roka len veľmi málo, väčšinou len na Vianoce alebo na Veľkú noc. Okrem toho máme ale pekný rodinný zvyk – raz za rok spoločne na víkend navštíviť nejaké

európske mesto. Naposledy to bola Praha.

▼ Nechýba Vám Slovensko?

Slovensko mám veľmi rád a je to môj domov. Ja mám to šťastie, že aspoň cez víkendy môžem byť tu, doma na Slovensku. No zdá sa mi, že medzičasom je na Slovensku už každá druhá rodina „európska“. Mnohí, najmä mladí ľudia, odchádzajú zo Slovenska za štúdiom alebo za prácou do zahraničia. Je skvelé, že vďaka

Európskej únii máme možnosť žiť a pracovať v zahraničí, naučiť sa cudzie jazyky a získať nové poznatky a skúsenosti. No zároveň je smutné, že len malá časť z týchto mladých, šikovných ľudí sa vracia naspäť na Slovensko, pretože tu nemajú také uplatnenie a kvalitu života, ako inde v Európe. Myslím si, že je potrebné začať meniť spoločnosť, či skôr spôsob fungovania štátu, aby sa Slovensko konečne vyrovnalo modernej Európe.

.....
(mi)



Michal Bubán s manželkou a so strýkom na jednej z početných rodinných osláv a stretnutí.

TUKOV SA NETREBA BÁŤ, NIEKTORÉ SÚ ZDRAVÉ

Poznáte to? Do nového roka vstupujete s novými predsavzatiami, že prestanete fajčiť, že začnete zdravšie žiť a že schudnete. V januári takmer všetky fitká praskajú vo švíkoch a naše chladničky, naopak, zívajú prázdnotou. Pár týždňov všetko ide podľa plánu, ale potom to na niečo stroskotá.

Zväčša preto, lebo v honbe za super figúrou z nášho jedálnička vylúčime všetky tuky a čo si budeme nahovárať, náš organizmus jednoducho utrápime hladom. Ak ale dodržiavame striktnú diétu a zo svojej stravy nadobro vylúčime tuky, riskujeme ohlúpnutie, lebo nám klesne IQ.

Bez tukov niet nálady

Na tému tuky v strave sa už napísalo všeličo, ale všeobecný záver o ich škodlivosti pre náš organizmus najnovšie už neplatí. Podľa odborníkov na zdravú výživu úplné vylúčenie tukov z jedálnička je veľkou chybou. Dôležitejšie je, vedieť si ustrážiť ich množstvo a tiež správne tuky vyberať. Tuky by mali tvoriť 25 až 30 percent celkového denného energetického príjmu. Na pozore sa treba mať



Úplné vylúčenie tukov z jedálnička je veľkou chybou. Foto: archív autora

pred skrytými tukmi v mliečnych, obilninových a mäsových výrobkoch a samozrejme pred sladkosťami, ktoré sa na príjme podieľajú až 65 percentami. Nadmerná konzumácia zlých tukov zvyšuje hladinu cholesterolu v krvi a tým aj riziko vzniku srdcovo-cievnych ochorení.

Dobré tuky majú opačný efekt – chránia srdce, podporujú cel-

kové zdravie, starajú sa o dobrú náladu, pomáhajú proti únave a s nimi dokážeme schudnúť. Napríklad vlašský orech obsahuje masné kyseliny, ktoré sú zdrojom výživy a energie pre činnosť mozgu. Priamo vplyvajú na výkonnosť mozgových činností a teda aj IQ. Možno aj preto vlašský orech nápadne pripomína mozog. Do kategórie „dobrých tukov“ patri

aj olivový či sezamový olej, avokádo, olivy či tučné ryby.

Strážcovia cholesterolu

Udržať zlé tuky a cholesterol na uzde môže pomôcť moderná technika. Napríklad smartfóny so špeciálnymi čítačkami už v priebehu minúty dokážu diagnostikovať hladinu cholesterolu v krvi. Ak vám z nejakého dôvodu „nevoní“ inteligentná aplikácia, zapamätajte si jednoduchú, ale veľmi dôležitú radu – riadte sa tretinovým pravidlom. Ide o to, že jednu tretinu by sa na tvorbe energie mali podieľať živočíšne tuky, ako je masť, mäso, slanina, maslo, mlieko a mliečne výrobky. Druhú tretinu by sme mali prenechať mononenasýteným masťným kyselinám, ktorých hlavnou hrdinkou je kyselina olejová z radu

n-9. Nachádza sa v rastlinných olejoch a kvalitných rastlinných margarínoch.

Tretia tretina by mala pozostávať z polynenasýtených n-6 a n-3 masťných kyselín, ktoré sú pre zdravie mimoriadne významné. Nájde ich nielen v rastlinných olejoch, ale aj v tuku morských rýb a živočíchov. Majú schopnosť znižovať hladinu „zlého“ LDL cholesterolu v krvi a naopak zvyšujú hladinu „dobrého“ HDL cholesterolu. Dôležitým doplnkom zdravých tukov sú semenka a oriešky, ktoré dokážu mierne znížiť hladinu cholesterolu. Ak sa týmto pravidlom budeme riadiť celý rok, nemusíme si dávať žiadne novoročné predsavzatia a vyhneme sa zbytočnej frustrácii z ich nedodržania.

.....
(yz)



Vlašský orech je zdrojom výživy a energie pre mozog. Ilustračné foto: TASR/Štefan Puškáš

Košík „dobrých tukov“

Oleje:	olivový, repkový, slnečnicový, arašidový, sezamový, kukuričný, sójový
Orechy:	mandle, arašidy, makadamské, lieskové, pekanové, kešu, vlašské
Semenka:	slnečnice, sezamu, tekvicové, ľanové
Ryby:	tuniak, losos, makrela
Iné:	avokádo, olivy, arašidové maslo

	Zdochlna, po nemecky	Kopnutie	Prvý muž		Zbav slobody, podmaň	Citoslovce upozomenia	Sine obliho		Biblický vrch	Popravca	Inak	2	49 v Ríme
Slovo úcty v Ázii				Opäť				Nejako					
1				Úlomok rozbitej veci									
Pražský športový klub								Poranil					
								Jemná sieťovaná tkanina					
	Pochod (zastar.)	Meridian (skr.)				Mliečny výrobok				Pohyb kyvadla			
		Zväzok raždla				Dokonči kopanle				Hrdlo			
Molybdén				Opak pretlaku									
				4									
Pero na ozdobné písmo				Česká odbor. rada				Citoslovce veselosti					
				Nástenný gobelín				Dedina (nár.)					
Hospodárska plodina						Kujný nerast			Zlodej (hovor.)				
						Zbavuj ostria			Zalamoval o rukami				
Bežal špurtom										Orgány sluchu			
										3			
	Domáce meno Tomáša	Súhm všetkých zubov						Klamstvo					
		Indián						Samica capa					
Tatranský národný park													
Dielo, výtvor (kniž.)						Rozprávkový koč							
						Ochranný násyp							
Prehra v šachu						Automobil (hovor.)							
						Váfal							
Počúvala (hovor.)													
	Padanie (odb.)	Väčšie miestnosti											
		Pichá											
Natiahol obuv						Starorímsky domáci bôžik							
						Papagáj							
Porozbĕjala													
Alpeky polo-drahokam													
Daruje?				?		Staroegyptský boh Sínka							

Križovku dodala redakcia časopisu RELAX.

Nápoved: AAS, ADULÁR, ARRAS, ATO, KOLIMAHA, LAKA.

DEŇ SVÄTÉHO VALENTÍNA

Každoročne slávia 14. februára zamilovaní ľudia deň sv. Valentína. Najpopulárnejším príbehom o vzniku tohto sviatku je legenda o kňazovi Valentínovi. Vtedajší panovník Ríma, cisár Claudius II., zakazoval svojim vojakom sobášit' sa. Bál sa toho, že muži zostanú doma pri svojich manželkách a v jeho vojsku nebude mať kto bojovať. Kňaz Valentín sa však vzoprel tomuto nariadeniu a vojakov a ich milé tajne oddával. Úrady však čoskoro jeho činnosť odhalili. Aj napriek tomu, že ho mučili, svojej viery sa odmietol vzdať. Bol popravený s'átím práve 14. februára, na základe čoho sa tento deň aj slávi. Podľa menej rozšíreného príbehu je Deň sv. Valentína odvodený od sviatku Lupercalia, ktorý slávil v starovekom Ríme. V predvečer tohto dňa sa do „urny lásky“ vkladali lístky s menami mladých dievčat vhodných na vydaj. Mládeneci si tieto lístky postupne ŕahali a s tou, ktorej meno tam bolo napísané, sa mali podľa tradície do roka zosobášit'.



- Povedal si svojej žene, že k vám prídem v nedeľu na obed?

HĽADÁME VÁS!

OBCHODNÝ ZÁSTUPCA

Budujeme tím ľudí, ktorí sa neboja a vedia obchodovať, majú záujem sa svojimi schopnosťami vypracovať a kariérne postúpiť.

Dsobnostné predpoklady a zručnosti

- prax v aktívnom obchode podmienkou
- výhodou sú vedomosti a skúsenosti s predajom inzercie
- profesionálne vystupovanie, komunikatívny
- ochota a schopnosť učiť sa nové veci
- primerané sebavedomie a odolnosť voči stresu
- vysoké pracovné nasadenie, zodpovedný prístup k práci
- tímový hráč

n a s e
novinky

Tak neváhajte a pošlite svoje CV s kontaktom na: personalne@14news.eu



HOKEJBALOVÁ UDALOSŤ ROKA: HRANICA 24 HODÍN NEBOLA POKORENÁ

V sobotu 8. februára sa v obci Červený Hrádok, ležiacej neďaleko Zlatých Moraviec, uskutočnilo jedinečné športové podujatie, ktoré na Slovensku doposiaľ nemalo obdobu. Konal sa tu pokus o odohranie 24 hodín dlhého hokejbalového zápasu dvoch tímov.

Na Slovensku sa podobne dlhé zápasy odohrali vo futbale, plážovom volejbale či futsale, no doposiaľ nik nezorganizoval takto dlhý zápas práve v hokejbale. O zorganizovanie tohto zaujímavého podujatia sa postarali hráči z Vrábelskej hokejbalovej ligy. „Inšpiroval ma kolega organizátor, ktorý sa zúčastnil ako rozhodca na 24 hodinách futbalu a povedal si, že by to bolo dobré spraviť aj pre Vrábelskú hokejbalovú ligu, ale aj hráčov zo širšieho okolia,“ odpovedal Tomáš Níz, hlavný organizátor podujatia, na otázku, čo ich inšpirovalo k usporiadaniu tohto podujatia.

Amatéri i poloprofesionáli

Proti sebe stáli dva tímy poskladané z viacerých amatérskych či poloprofesionálnych hráčov. Najviac hráčov bolo prihlásených z Vrábelskej hokejbalovej ligy, z tímov ako sú Patrioti, Midus, Amsterdam a Nota team. Okrem nich tu boli i hráči z klubu Novozámokčí vlci a mnohí jednotlivci zo Zlatých Moraviec, Nitry či dokonca Senice. Najmladší



hráč mal len 18 rokov a najstarší 40 rokov.

Hrali po päť hodín

Všetci hráči boli rozdelení do dvoch tímov – East a West. Každý tím bol zložený z 5 skupín, ktoré sa striedali v hraní, pričom jedna skupina hrala celú hodinu. Potom ju vystriedala ďalšia, až sa vystriedali všetky skupiny. Každá skupina mala odohrať dokopy 5 hodín, pričom na posledné 4 hodiny zápasu bolo plánované, že v každom tíme sa jedna

skupina rozdelí medzi ostatné skupiny tímu, aby to časovo vyšlo na 24 hodín. Pôvodné plány sa ale napokon nepodarilo dodržať. Hráči vydržali hrať miesto plánovaných 24 hodín, len 16 hodín a 45 minút. Hra sa začala v sobotu o 9. hodine ráno a bola ukončená v nedeľu skoro ráno o 1. hodine a 45 minúte. Hokejbal je fyzicky náročný šport, a tak sa nemôžeme čudovať, že nebola pokorená hranica 24 hodín. Napriek tomu takmer 17 hodín nepretržitej hry hodno-

tíme ako krásny výkon.

Športovanie i hodovanie

Samozrejme, aby hráči vládali a mali dostatok síl, bolo pre nich pripravené bohaté občerstvenie. Čakal na nich guláš, kapustnica, párky, čaj a dokonca i varené víno. Počas nočných hodín boli pre hráčov na striedačke pripravené i lôžka, kde si mohli trochu pospať. Nechýbal ani sprievodný program v podobe premietania filmov a mini súťa-

že, pri ktorých si mohli diváci zastrieľať do voľných bránok. Počas celého zápasu panovala skvelá nálada medzi hráčmi i divákmi. Z víťazstva sa nakoniec radoval tím West, no pri tomto podujatí vôbec nešlo o víťazstvo, ale o skvelú zábavu, ktorú si vo veľkom užili všetci zúčastnení. Ostáva nám dúfať, že sa z tejto skvelej športovej akcie stane tradícia a dočkáme sa viacerých ročníkov.

Text a foto: Peter Klimant



Corgoňliga nepatrí do najlepšej 50 svetových líg. Foto: TASR

CORGOŇ LIGA NA 65. MIESTE

Najkvalitnejšou futbalovou ligou sveta v minulom roku bola podľa Medzinárodnej federácie futbalových historikov a štatistikov (IFFHS) už štvrtýkrát v rade španielska Primera Division. Na druhé miesto poskočila z piatej priečky anglická Premier League.

Slovenská Corgoň liga je v rebríčku k 30. januáru 2014 na 65. pozícii. To znamená prepád o desať miest oproti poslednému zverejneniu. IFFHS zve-

rejšuje ranking líg už od roku 1991. V prvej desiatke sa objavila aj kolumbijská najvyššia súťaž na deviatom mieste, ktorá si polepšila až o 12 priečok.

Rebríček líg podľa IFFHS k 30. januáru 2014:

- (1.) Španielsko 1155 bodov
- (5.) Anglicko 1128
- (3.) Nemecko 1056
- (4.) Taliansko 927
- (2.) Brazília 896
- (6.) Argentína 868
- (7.) Francúzsko 796
- (19.) Rusko 739,5
- (21.) Kolumbia 724,5
- (14.) Rumunsko 722,5
- (55.) Slovensko 310,5

LUKÁŠ MIHÁLIK:

BYŤ FUTBALISTOM JE VEĽKÁ DRINA

Lukáš Mihálik, ktorý oblieka dres klubu FC ViOn Zlaté Moravce, nám prezradil niečo o plánoch, ktoré má tento ambiciózný klub, niečo o výstavbe štadióna a porozprával nám aj zákulisné informácie z „kuchyne“ zlatomoraveckého klubu.

▼ Kde si začínal s futbalom a ako si sa k nemu dostal?

S futbalom som začínal ako 6-ročný v Spartaku Vráble, kde ma priniesol na prvý tréning môj starý otec, ktorý ma k futbalu aj dotlačil. Veľmi pekne mu za to ďakujem, lebo futbal je krásny šport.

▼ Na akom poste hrávaš?

Môj post je útočník, ale lepšie sa mi hrá ako podhrotový útočník, kde sa častejšie vidím s loptou.

▼ Aké má váš klub ambície a aké sú pre zmenu tvoje ciele?

Náš klub má určite ambície ísť od zápasu k zápasu za víťazstvom, skončiť čo najlepšie a konečne mať podarenú jarnú časť sezóny. V duchu

svojmu mužstvu.

▼ Futbal a zranenia patrí, žiaľ, k sebe, dokážu poriadne uškodiť a zastaviť aj slubne vyvíjajúcu sa kariéru nejdneho hráča. Stretli ťa nejaké zranenia? Ako si sa s nimi vyrovnal?

Zranenie sa mi stalo nedávno v zápase práve proti môjmu materskému klubu Spartaku Vráble. Natiadol som si predný stehenný sval na ľavej nohe. Bol som z toho nešťastný, lebo som sa strašne tešil na tento zápas. Možno práve preto sa to stalo, keďže som bol príliš premotivovaný a dohrával som všetky súboje naplno, čo sa mi vypomstilo. Ale už sa to lepší, masér ma dal do poriadku a pomaly začínam trénovať. Dúfam, že to bude držať všetko, ako má a budem môcť opäť na ihrisku zaberat' naplno.

▼ Ako by si charakterizoval FC ViOn Zlaté Moravce?

Myslím, že ViOn je na vysokej úrovni. Máme výborné podmienky, na tréningovanie aj na regeneráciu. Náš tréner je Branislav Mráz a asistentom



Lukáš Mihálik

▼ Čo si myslíš o Zlatých Moravciach a akí sú v tomto meste fanúšikovia?

Nestážujem sa na toto mesto. Je tu pohoda, získal som tu veľa priateľstiev, chodil som sem dokonca aj na strednú školu, takže nič zlé povedať nemôžem. Fanúšikov si veľmi vážim. Ľudia sa prídu pozrieť na futbal, aspoň tí najvernejší určite. Návštevnosť by mohla byť síce vyššia, ale verím, že hrou ich presvedčíme a oveľa viac ľudí si nájde čas na to, aby nás hnali za víťazstvami.

▼ Aký ste kolektív, prebieha medzi vami aj rivalita?

Sme úžasný kolektív, v kabíne sa cítim naozaj ako doma. Možno to mnohých prekvapí, ale v našom klube vládne spravodlivosť. O všetkom

diskutujeme s trénermi, a preto je zdravá rivalita namieste. Každý, kto má výkony, si zaslúži miesto v základnej zostave a podľa toho aj prístupujeme k tréningom. Keďže základom úspechu klubu sú dobré vzťahy, náš klub sa ich snaží udržiavať a my takisto.

▼ Každý hráč má svoj futbalový vzor, niekoho, kto ho motivuje a na koho sa snaží svojou hrou podobať. Prezradíš nám ten svoj?

Odmalička to bol Ronaldinho, ale ako odišiel z Európy do Brazílie, tak tam ho už veľmi nesledujem. Teraz sa mi páči Avaro Negredo ako útočník, ktorý mi svojim herným vnímaním sedí najviac.

▼ Chodievate na zahranič-

né sústreďenia alebo na medzinárodné zápasy? Ak áno, kde všade si už s futbalom bol?

Na medzinárodné zápasy sa chodí pravidelne s A-mužstvom. Pred dvomi rokmi sme boli v Rakúsku hrať proti tak silnému súperovi Red Bull Salzburg, ktorý proti nám nasadil kvalitné mužstvo a nielen dorastencov, ako by to čakali ostatní. Minulý rok sme taktiež navštívili Rakúsko, ale súper sa zmenil, tentoraz sme zastihli na sústreďení mužstvo Rubin Kazaň. No a aktuálne tento rok sme boli v Maďarsku hrať proti MTK Budapešť. Sú to zaujímavé možnosti hrať s mužstvami, ktoré niečo znamenajú vo futbalovej Európe a každý zápas je pre nás cenný, či už z pohľadu skúseností, alebo aj hodnotných spomienok.

▼ Koho pokladáš za najväčšiu osobnosť, ktorú si vďaka futbalu spoznal?

Najzaujímavejší človek, ktorého som spoznal, je určite Ľubomír Moravčík. Je to skvelý futbalista a bola to pre mňa obrovská česť spoznať takého veľikána našej futbalovej histórie.

▼ V čom je život futbalistu iný od životov ostatných ľudí?

Byť futbalistom je veľká drina, na ktorú treba vynaložiť „kopec“ fyzických aj psychických síl. Trénujeme niekedy dvakrát za deň, čiže dvojfázovo, teraz v zimnej príprave je to samozrejmosť. Špeciálne stravovanie ani nemám, stravujeme sa spoločne medzi tréningami v hoteli. Myslím, že po každom tréningu sa cítim lepší a lepší, dávajú mi veľa a som silnejší aj kondične.

Matej Brath, foto: archív Im



si všetci prajeme tú vysnívanú futbalovú Európu, snád' sa nám to podarí. Ja mám ambície jednoduché, zdokonaľovať sa a byť čo najviac minút na ihrisku, kde môžem pomáhať

je Martin Ondrejka. Majú kvalitné tréningy, z ktorých si berieme naozaj veľa športových skúseností. Hlavne v tejto fáze zimnej prípravy, ktorú osobne pokladám za najnáročnejšiu.

naše
novinky

Spravodajský dvojtyždenník distribuovaný zdarma do domácností a friem v meste

• Vydavateľ: 14 news, s. r. o. • Sídlo spoločnosti: Konventná 9, 811 03 Bratislava – Staré mesto, Slovenská republika • IČO: 46 903 411
• Inzercia: obchod@14news.eu • Registračné číslo MK SR: EV 4462/11

Naše Zlaté Moravce, náklad 5 800 ks

14news
člen skupiny 14 group

info@14news.eu
www.14news.eu

SLOVENSKO MÁ ZLATO, ĎAKUJEME, NASTĀ!

Pred odchodom slovenskej výpravy do Soči sa množstvo Slovákov pozeralo pesimisticky na možnosť, že Slovensko získa na olympijských hrách cenný kov. Zabudli však na jedno, že Anastasia Kuzminová je veľká bojovníčka, ktorá vie správne načasovať formu. Dokázala to pred štyrmi rokmi vo Vancouveri a na olympiáde v Soči to úspešnou obhajobou zlata potvrdila.

Srdcia Slovákov v nedeľu poobede pookriali. Víťaznou eufóriou ich naplnila slovenská reprezentantka Anastasia Kuzminová, ktorá dosiahla fantastický úspech. Na ZOH v Soči v šprinte biatlonistiek na 7,5 km obhájila zlato z Vancouveru a otvorila medailový účet v Soči celej slovenskej výprave. Slovenský biatlon sa v histórii ZOH radoval už zo štvrtej medaily a tri z nich, dve zlaté a jedna strieborná patria práve Kuzminovej.

Čistá strelba

Anastasia Kuzminová v úvode šetrila bežecké sily a pred streľbou ležmo sa zamerala vo vysokej nadmorskej výške na optimálnu tepovú frekvenciu. V ležke nezaváhala a vytvorila si optimálnu pozíciu na medailový útok. Na medzičase bola tretia. V stojke bola takisto neomylná, na medzičase už prvá s náskokom viac ako dvadsať sekúnd. Kuzminová sa neodvratne rozbehla na zostávajúcích 2,5 km v ústrety zlatej

medaily. Na medzičasoch pri nej mene vždy zasvietila jednotka a vydržala v pozícii líderky až do cieľa. V cieľi bolo zrejme, že vydala zo seba všetky sily, pohla len rukou nad hlavu v znamení, že to bolo hrozne namáhavé, ale aj veľmi krásne. Olympijský šprint sa vydaril Kuzminovej dokonale a len potvrdila, že ak čisto zastreľá, tak si na ňu málokto môže trúfat.

Dúfala, že sa jej nesníva

NastĀ Kuzminová sa po skončení pretekov, v ktorých si udržala zlatú pozíciu, od šťastia vznášala. „Mal by ma niekto uštipnúť, aby som vedela, že je to realita. Dúfam, že nesnívam len nejaký sen, nechce sa mi veriť, že som opäť zlatá. V cieľi som netrpezlivo čakala, čo bude ďalej a či ma niekto z medailového stupňa nevytlačí. Ani som sa neprezliekla a až keď som si bola istá, tak som radosť ukazovala aj navonok.“ Obhajkyňa prvenstva nechcela svoje zlaté olympijské úspechy



Kuzminová sa teší na pódiu zo zisku zlatej medaily. Foto: TASR/Michal Svítok

porovnávať. „Mám neopísateľné pocity, tu na tejto olympiáde aj špeciálne. Ale s Vancouverom to nechcem porovnávať. Tam to bolo nečakané, ale tu sme na tom systematicky pracovali, aby som včas mala tú najsprávnejšiu formu a to je výsledok štvorročnej roboty. Verili sme, že pri tejto drine sa to musí podať.“

Sen sa stal realitou

Juraj Sanitra, strelecký tréner Kuzminovej, mal zaujímavý a napokon aj splnený sen. „Mne sa aj snívalo o tých desiatich vybielených terčíkoch a keď som sa ráno zobudil, mal som ich neustále pred očami. O zlate som bol presvedčený vtedy, keď NastĀ trafila ten povestný desia-

ty terč. V tréningu pôsobila veľmi dobre, počas nástreľu už nadobudla istotu a perfektne sa skoncentrovala.“ Zostáva veriť, že to nebol posledný Sanitrov podobný sen v Soči, ani posledný úspech Slovákov na tejto olympiáde.

(bb), TASR

PRIHLÁS SA A POMÔŽ NÁM S KAMPAŇOU

HLADÁME ĽUDÍ DO VOLEBNÝCH KOMISIÍ K VOLBÁM NA EUROPOSLANCA, KTORÉ SA USKUTOČNIA
24. MÁJA 2014, KDE PREDSTAVÍME 13 KANDIDÁTOV.

DELEGÁT VO VOLEBNEJ KOMISIÍ

Informácie, ktoré od vás potrebujeme:

- meno a priezvisko
- adresa
- dátum narodenia
- telefón
- e-mail

V prípade záujmu zastupovať stranu TIP vo volebných komisiách, kontaktujte nás:

www.strana-tip.sk/okrskar

Delegátom vo volebnej komisii sa stanete zložením sľubu tomu, kto zvolá zasadnutie volebnej komisie. Do volebnej komisie sa môžete hlásiť do 23. 2. 2014.

tel.: 0908 057 597

