Kysucký ŽURNÁL 6.

ROČNÍK VI. *NOVEMBER-DECEMBER 2012 * Časopis pre občanov Kysuckého Nového Mesta a Dolných Kysúc

Aktuálne hovoríme s riaditeľom čadčianskej nemocnice Ing. Martinom Šenfeldom, str. 8.

MOŽNO BUDÚCA ÚSPEŠNÁ FITNESSKA, KTORÁ ZVIDITEĽNÍ DOLNÉ KYSUCE, GABRIELA STUCHLÍKOVÁ, str. 11.

POTREBUJETE ODBORNÚ POMOC A STAROSTLIVOSŤ?

Mgr. Janka JANÍČKOVÁ
DOMÁCA OŠETROVACIA SLUŽBA
Radoľa, Vadičovská cesta 377,
e-mail: jankajanickova@gmail.com
0902 169 321
sme tu pre Vás...

Kyslíkové štúdio OXYLIFE
Vajanského 865
024 01 Kysucké Nové Mesto

Mobil: 0948 060 766
E-mail: hello@oxylife.sk
Web: www.oxylife.sk
Facebook fan page:
OXYLIFE | Kyslíkové štúdio

Prevádzková doba:
Pondelok-Piatok: 9.00 – 18.00
Sobota: 9.00 - 12.00
Nedeľa: Na objednávku

„Ak nechceme pomáhať, aspoň nekazme prácu a dobré skutky iných", - hovorí Anna Kečková z Kysuckého Lieskovca, Žena roka 2011, str. 6.

KYSUCKÝ ŽURNÁL BOL NA NÁVŠTEVE V HORNOM VADIČOVE, str. 7.

MÄSO ÚDENINY

Marcel Svrček

tel.: 041 421 46 67
Komenského 1287
Kys. Nové Mesto

otváracie hodiny:
ut.-št. 7^{00} - 16^{30} hod.
piatok 7^{00} - 17^{00} hod.
sobota 6^{30} - 12^{00} hod.

ponúka:
- vždy čerstvé a kvalitné mäso rôznych druhov
- chutné mäsové výrobky – nárezy, salámy klobásy, jaternice, paštéky...

NOVINKA!
- ponuka bezlepkových potravín
- pečené prasiatka na rodinné a firemné akcie podľa vašich objednávok

VIEME VYBAVIŤ AJ VÄČŠIE OBJEDNÁVKY

Ak kupujete mäso, tak zaručenú kvalitu nájdete u Marcela Svrčka!

Reštaurácia Mýto a Kaviareň Pohoda

Námestie Slobody 184
Kysucké Nové Mesto
e-mail: mytoapohoda@gmail.com
tel.: 0905 466 900

Pozývame Vás na príjemné posedenie v útulnom prostredí a na chutné jedlo podľa Vášho gusta!

Zima je tu, ste na ňu pripravení?

SME NAJKVALITNEJŠÍ V REGIÓNE!

PIERON uhoľné sklady

Kysucké Nové Mesto, SNP 362

Tel./Fax: 041/ 421 26 55
Mob.: 0905 388 156
E-mail: pieronova@zoznam.sk

- palivá
- uhlie, koks, kaly

Akcia! 5% z ceny pri odbere nad 3 tony tovaru.

Každé lajdáctvo, intrigy a lenivosť nás v živote vždy dobehnú. Skôr, či neskôr, a je na škodu, že zabudol vôl, že teľaťom bol.

Obdobná pravda by sa dala pretransformovať aj do súčasne platného zákona o verejnom zaobstarávaní, ktorý ja hodnotím ako totálne chorý, alebo veľmi „výhodný“ pre tých, ktorí ho uviedli do života. Akými argumentami a múdrosťami podložili (ne)správnosť tohto zákona naši zákonodarcovia? Prečo je“to najlepšie“ – podľa nich, čo je najlacnejšie? Koľko zloby, problémov, ale aj nešťastia už spôsobil takto naozaj pre spoločnosť zlý zákon? Keď to zoberieme už pri bežnom zásobovaní mäsom – do našich škôl, či sociálnych zariadení. Ako sa má dodávateľ „zmestiť“ do najnižších kalkulácií, ak nesiahne po mäse, aj výrobkoch nižšej, ak nie najnižšej kvality? Čudujeme sa potom, že v našich školských jedálňach z toho uvaria nevýživné a doslova nechutné jedlá? Alebo aj v domovoch sociálnych služieb? Prečo sme našich najstarších, ale aj najmladších občanov doslova „zatriedili“ do sekonhendového stravovania? Rovnako to je pri verejných stavbách, službách, kde častokrát nedostane priestor naozaj kvalitne predložený návrh len preto, že povedzme oproti najlacnejšiemu je len o 10 percent drahší! Častokrát sa však ten o 10 percent lacnejší nedá ani zďaleka porovnať s kvalitou a modernosťou toho o niečo drahšieho projektu. Čo na tom, že potom sa ten najlacnejší a asi aj málo kvalitný – následne dopĺňa dodatkami a naddodatkami, prílohami - čím sa predražuje? Volá sa už dlho po zmene tohto „chorého“ zákona. Či to naši poslanci aj zrealizujú, je na nich. Aj tak mi často vychádza, keď sledujem náš slovenský parlament, že si pripravuje a prijíma zákony, aby to vyhovovalo skôr im, ako občanovi. Toho si všíma – myslím chudáka občana, akurát pár mesiacov pred voľbami. A ten náš slovenský volič, naivný a bojazlivý, sa znova a znova nechá oklamať, resp. „nachytať na sladké“ a potom si bije hlavu o múr, že „už nikdy viac“... Ďalšie „choré zákony“, ktoré by už naozaj mali byť zrušené, sú tie, ktoré dovoľujú starobným dôchodcom pracovať popri dôchodku naďalej na pracoviskách, z ktorých vlastne už odišli do dôchodku. Týka sa to hlavne teplých miestečiek v štátnej správe, na úradoch, samosprávach, v školstve. Mladý človek vlastne ani nemôže získať potrebnú prax, trvalé pracovné miesto, nemôže si ani založiť rodinu, zobrať úver na bývanie, lebo nemá isté miesto, keďže dôchodca, dôchodkyňa – je ochotná – vzhľadom k tomu, že poberá aj dôchodok, penziu, zobrať aj menší plat. A tak zamestnávateľ z praktických dôvodov, ale povedzme si otvorene, že aj z kamarátskych, či rodinných dôvodov dá prednosť dlhoročnej kolegyni, ktorá už je navyše „poslušná“ a nepýta na plate viac. Ale je to v poriadku? **Je to vôbec morálne? Aby v dobe, keď zúri nezamestnanosť a stovky ľudí a rodín nemá z čoho žiť, na teplých miestach v štátnej správe, ale aj v našom školstve, „parazitovali“ dôchodcovia, ktorí nie a nie odísť a uvoľniť miesto mladej generácii! Kde je tu solidárnosť starých s mladými? Ak voláme po solidárnosti mladých a bohatších s druhou stranou, tak rovnako to platí aj pre staršiu generáciu.** Ak predsa len nie je za konkrétneho odborníka náhrada –je to samozrejme v poriadku, keď zamestnávateľ siahne po starých a osvedčených pracovníkoch – na zastupovanie. Ale na zastupovanie, nie na niekoľkoročné zamestnávanie! Ak je naozaj dôchodca taký aktívny – nič mu nebráni hľadať si zamestnanie, privyrobiť si – ale napr.v súkromnej sfére, kde je to oveľa zložitejšie a namáhavejšie. Napríklad – v našej spoločnosti máme prebytok učiteľov, ktorí veľakrát nemajú kde učiť – naproti tomu –dôchodkyne celé roky učia popri svojich dôchodkoch a „nedochádza“ im, že už by aj bolo treba prepustiť miesto mladšej kolegyni. Veď nikto nebráni, aby spomínaná dôchodkyňa, ak je to pre školu výhodné – nevypomáhala inak-napríklad v družine, v kuchyni, pri doučovaní. Ak sa s takýmito vážnymi skutočnosťami neurobí poriadok, čo sa týka legislatívy, tak mladí ľudia, aj keď vyštudujú, nebudú môcť naplno rozvinúť svoje poznatky v praxi a budú nám odchádzať do zahraničia, alebo z donútenia budú pracovať v inej sfére, ktorú nevyštudovali a tak vlastne budú stále bez praxe vo svojom odbore! Aj kedysi za tvrdého socializmu po dovŕšení 60. roku pracovník odchádzal do dôchodku a prepúšťal svoje lepšie platené miesto alebo funkciu následníkom – mladším kolegom. A on, ak bolo treba, mohol naďalej pracovať, ale už nie v kancelárii, ale častokrát vo výrobe, či v obchodoch, za pultom a to – aj keď mal vysokoškolské vzdelanie. Ale bolo to správne, to bol ten kolobeh života a striedanie generácií. Je to taký problém pre našich poslancov nastaviť zákon tak, aby mladší ukázali, čo je v nich? Aby jednoducho dôchodca uvoľnil miesto mladej sile, čo však neznamená, že by sme múdrosť starých odborníkov nepotrebovali! Ale aj mladá rodina potrebuje z niečoho žiť, založiť si rodinu, vychovávať deti, platiť šeky. A ak sa v tomto smere neurobí poriadok „zhora“, tak „dole“ si stále bude niekto vegetiť, kým iný si ani nemôže dovoliť mať deti. Ozaj, ako to je na vašom pracovisku? Myslím tým v tomto prípade, štátnu správu, teda pracovné miesta, platené z daní občanov. Ako to je s vaším kolektívom? Akí odborníci u vás pracujú? Koľko máte okolo seba mladších kolegov a koľko zamestnávate dôchodcov, hoci by sa dávno našla adekvátna a mladšia náhrada? A nie je to drzosť a úder pod pás mladej nastupujúcej generácii?
A posledná otázka: Zrušia takéto abnormality naši zákonodarcovia, keď oni sami majú okrem poslaneckých platov ešte ďalšie pravidelné príjmy – a to všetko platené zo štátnych daní? A potom sa im má vyrovnať bežný človek, ktorý sa „pľahočí“ za 400-500 eur v súkromných firmách, a ešte mu toľko úradníkov závidí, že v súkromnom sektore sa lepšie zarába. Iste, ale na manažérskych postoch, nie pri stroji, či pri pokladni supermarketov! Veď choďte skúsiť, tí ktorí s tým operujete – a potom rozprávajte – alebo vyskúšajte si aj živnostenský chlebíček, aby ste videli, kto v tejto republike vegetí a kto naozaj drhne za pár šestákov, či je zima, či je teplo, a nesedí za počítačom vo vykúrených kanceláriách štátom platených organizácií. Škoda, že zabudol vôl, že teľaťom bol a že aj teľa potrebuje svoj životný priestor, aby sa naučilo žiť. (Prepáčte, ale názornejšie prirovnanie ma nenapadlo).

Mgr. Alena Jaššová - šéfredaktorka
0903/516 499
e-mail: kysuckyzurnal@gmail.com

ZŠ v Hornom Vadičove má v tomto školskom roku 200 žiakov

Novým riaditeľom ZŠ v Hornom Vadičove je Mgr.Vladimír Kmec, ktorého sme poprosili, aby nám povedal, ako je jeho škola pripravená na svoju činnosť v tomto školskom roku.

Hovorí Mgr.Vladimír Kmec:

-Ako novovymenovanému riaditeľovi ZŠ Horný Vadičov mi pracovné povinnosti začali od júla tohto roku. Zamestnanci školy boli na zaslúženej dovolenke a mojou prvou úlohou bolo oboznámiť sa so školou, jej stavom napríklad v oblasti personálneho obsadenia, materiálno – technického vybavenia, rozpočtom školy a jeho hospodárením, úrovňou výchovy a vzdelávania... a zároveň pripraviť školu na nový školský rok. To znamenalo vypracovať úväzky pre učiteľov, pripraviť rozvrh hodín pre žiakov, zabezpečiť dostatok učebníc, vypracovať všetky potrebné smernice, plán práce školy... To všetko bolo potrebné „stihnúť" do 3. septembra, kedy do školy zavítali naši žiaci. V školskom roku 2012/2013 máme v škole 200 žiakov v desiatich triedach. Primárne vzdelanie tvorí prvý až štvrtý ročník, ktoré majú po jednej triede. Nižšie stredné vzdelanie je od piateho po deviaty ročník, pričom máme dve triedy šiesteho ročníka. Výchovno- vzdelávací proces zabezpečujú 16 pedagogickí zamestnanci. Mojou snahou je zabezpečiť vyššiu kvalifikovanosť vzdelávania jednotlivých predmetov, čo sa mi aj podarilo. Po prvý krát sa na prvom stupni vyučuje anglický jazyk kvalifikovane a po dlhých rokoch sa na druhom stupni kvalifikovane vyučujú tak potrebné predmety, akými sú fyzika a chémia. V škole máme jedno oddelenie ŠKD, ktoré navštevujú žiaci od prvého do piateho ročníka. Našimi žiakmi sú deti z obce Horný Vadičov, Dolný Vadičov, Lopušné Pažite. O čistotu školy sa starajú dve pani upratovačky, údržbu školy má na starosti pán školník. Kvalitnú a musím podotknúť, že veľmi chutnú stravu v školskej jedálni pripravujú dve pani kuchárky pod vedením vedúcej jedálne. Školu obklopuje rozľahlý areál, v blízkosti ktorého je viacúčelové a futbalové ihrisko, ktoré v prípade priaznivého počasia využívame na hodinách telesnej výchovy. Škola je kvalitne zabezpečená po materiálnej stránke, no keďže je to organizácia, v ktorej ide o prácu s ľuďmi a pre ľudí, je potrebné viesť túto školu tak, aby medziľudské vzťahy medzi nami boli založené na vzájomnej úcte, spolupráci, zodpovednosti, spolupatričnosti, dôvere a sociálnej tvorivosti. Aby kultúra školy bola postavená na základoch demokracie a humanizmu, pričom je schopná udržiavať poriadok a disciplínu. Snahou je vytvoriť produktívnu školu, ktorej tvorcami sú všetci zamestnanci školy. Ak zhodnotím prvé dva mesiace školského roka, myslím si, že s myšlienkou produktívnej školy sa moji kolegovia stotožnili. Venujú sa nielen samotnému vyučovaniu, ale ich práca sa odzrkadľuje v kvalitnej mimoškolskej činnosti akými sú akcie typu Bezpečne na bicykli, Školská športová olympiáda, výstavka húb a jesenného ovocia, aktivity v rámci medzinárodného dňa školských knižníc a medzinárodného dňa zdravej výživy, zber papiera a iných. Bolo by zdĺhavé ich všetky vymenovať, no vážim si každého učiteľa, ktorý pri svojej vyťaženosti venuje čas týmto aktivitám. V súčasnom období je potrebné, aby škola bola konkurencie schopná a progresívna, aby bola flexibilná k požiadavkám spoločnosti a schopná pripraviť absolventov našej školy na celoživotné vzdelávanie. To je jeden z dôvodov, prečo som sa rozhodol spolu s mojimi učiteľmi zrealizovať **projekt s názvom Cesta k poznaniu, spolufinancovaný Európskym sociálnym fondom v rámci operačného programu Vzdelávanie, prioritnej osi 1 Reforma systému vzdelávania a odbornej prípravy, opatrenie 1.1 Premena tradičnej školy na modernú.** Aj keď bol začiatok projektu vyhlásený v mesiaci jún, reálne sa na projekte začalo pracovať až od júla tzn. s mesačným oneskorením. Všetky riadiace a koordinačné činnosti potrebné na „naštartovanie" aktivít projektu a priamu činnosť so žiakmi sme zrealizovali počas letných mesiacov a tým sme zabezpečili, aby konkrétne aktivity boli realizované podľa časového plánu. Takisto sme zabezpečili informovanosť a publicitu projektu prostredníctvom našej webovej stránky a plenárneho rodičovského združenia. S projektom boli oboznámení aj poslanci na obecnom zastupiteľstve. Cieľom projektu je skvalitniť výstupy vzdelávania pre potreby trhu práce vo vedomostnej spoločnosti, rozvoj zručností žiakov a učiteľov školy, zlepšenie schopnosti, zručnosti a vedomosti v cudzích jazykoch a tiež širšie pochopenie školského vzdelávania v Európe, rozvíjanie a overovanie kľúčových kompetencií žiakov aplikáciou nových metód a foriem vzdelávania, zvyšovanie digitálnych zručnosti pedagógov. Hlavné aktivity projektu sa realizujú prevažne na hodinách anglického jazyka, nemeckého jazyka, informatiky, dejepisu, prírodovedných predmetov a zároveň sa prelínajú do ostatných predmetov, čiže sa využívajú medzipredmetové vzťahy. Podpornými aktivitami je riadenie projektu, publicita a informovanosť. Realizácia projektu musí byť ukončená najneskôr 31.marca 2014.

pripravila: redakcia Kysuckého Žurnálu

Škola priateľská deťom - Child Friendly School

Naša škola je aj v tomto školskom roku zapojená do celoročného programu Škola priateľská k deťom (Child Friendly School) , ktorý je v gescii UNICEF Slovensko a je súčasťou globálnych aktivít UNICEF prebiehajúcich v rozvojových, ako aj rozvinutých krajinách pod názvom Education for Development, teda Výchova pre rozvoj. Program je postavený na myšlienke Dohovoru o právach dieťaťa. Pomocou stanovených kritérií vzdeláva a vychováva k uplatňovaniu práv dieťaťa žiakov, pedagogický i nepedagogický personál škôl, ale aj rodičov, pričom podstatným prvkom je plnohodnotná spoluúčasť detí na chode školy. Cieľom programu je vytvoriť v škole také prostredie, v ktorom sa každé dieťa cíti bezpečne, dobre, sebaisto a do ktorého chodí s radosťou. Hlavným koordinátorom tohto projektu je RNDr. Zdenka Tóthová, ktorá veľmi aktívne spolupracuje nielen so zástupkyňami organizácie UNICEF, ale i s vyučujúcimi a žiakmi, pre ktorých organizuje rôzne aktivity, školské relácie, pomáha riešiť problémy žiakov. S podmienkami a úlohami programu sú oboznámení všetci zamestnanci našej školy , žiaci aj členovia Rady školy.

Aké ciele sledujeme:

- implementácia Dohovoru o právach dieťaťa (zvýšenie informovanosti detí o Dohovore a o jeho obsahu, priblíženie práv aj povinností z nich vyplývajúcich),
- výchova k tolerancii (multikulturalita, zodpovednosť),
  - doplnenie výučby v oblasti ľudských práv a práv dieťaťa (dôraz na interaktívny a neformálny prístup),
  - poskytnutie informácií deťom a mládeži o právach dieťaťa,
  - zvýšenie participácie mládeže a detí v občianskych aktivitách - povzbudenie proaktívneho prístupu žiakov k spoločnosti prostredníctvom dobrovoľných aktivít ako burza hračiek na podporu vzdelávania detí z rozvojových krajín, resp. kampaň Modrý gombík ap.

Kroky k získaniu základnej úrovne Školy priateľskej k deťom…

1. Informovanie žiakov a rodičov o programe ŠPD

Informovanie žiakov o programe sme uskutočnili prostredníctvom ich vlastných zástupcov tried v Žiackom parlamente, koordinátora programu RNDr. Zdenky Tóthovej a triednych učiteľov.

Pre docielenie pocitu bezpečia na našej škole sme umiestnili na hlavnej chodbe školy Schránku detskej istoty spolu s informáciou o Linke detskej istoty 116 111 (viac na www.unicef.sk/sk/ldi).

Do Schránky detskej istoty môžu žiaci v písomnej forme vkladať svoje problémy, postrehy a ťažkosti, s ktorými sa boja osobne zdôveriť. Schránka sa každý deň bude otvárať vedením školy , aby sa problémy žiakov mohli operatívne riešiť.

2. Žiakov aj rodičov budeme priebežne informovať o všetkých možných dostupných možnostiach kam alebo na koho sa môžu so svojimi problémami obrátiť (telefonické a internetové anonymné linky pomoci, ombudsman, lekár, učiteľ, psychológ, sociálne služby, polícia).

3. Nástenka venovaná právam detí, spolupráci s UNICEF a Linke detskej istoty

Nástenka ako jeden z informačných kanálov sme umiestnili na viditeľnom mieste vo vstupných priestoroch školy, kde je denne prístupná žiakom, učiteľom, rodičom i všetkým návštevníkom školy.

4. Práva detí v školskom vzdelávacom programe

Uplatňovať práva detí je dlhodobým strategickým cieľom našej školy. Žiaci sa o svojich právach oboznamujú v celom výchovno- vzdelávacom procese. Školský vzdelávací program je na webovej stránke našej školy.

5. Participácia detí na chode školy

Participácia detí a mladých ľudí na všetkom, čo sa v ich škole deje a čo sa ich týka, je nielen ich právo (článok 12 Dohovoru), ale je jedným zo štyroch princípov Dohovoru o právach dieťaťa, reprezentuje podstatu - samotného ducha Dohovoru. Naša škola má „otvorené" dvere riaditeľne pre každého. Žiaci môžu za vedením školy prichádzať aj s pripomienkami, námetmi, príp. sťažnosťami. Na škole aktívne pracuje žiacky parlament , ktorý sa podieľa aktívne na chode školy.

6. Zapájať sa do aktivít UNICEF Slovensko

Aj v tomto školskom roku sa tešíme na stretnutie s Junior ambasádorom UNICEF, zapojíme sa do aktivít: Školy pre Afriku a Týždeň modrého gombíka

7. Aktivita organizovaná žiakmi z ich iniciatívy

Škola v priebehu roka bude aj naďalej podporovať aktivity uskutočnené na základe iniciatívy zo strany žiakov a ich aktívny prístup ku skvalitňovaniu prostredia aj medziľudských vzťahov (programy pre starších ľudí, verejnoprospešné aktivity pre školu a obec, úprava prostredia školy a tried ap.)

Mgr. Silvia Ďurcová, riaditeľka ZŠ Rudina

Kontrola VIN čísel
– Polícia SR
v areáli STK

STK
KYSUCKÉ NOVÉ MESTO

Kysucká cesta 2912/9B, KNM

www.stkknm.sk
info@stkknm.sk
041/422 00 05

Otváracie hodiny:
Pondelok: 7:00 - 15:00
Utorok: 7:00 - 15:00
Streda: 7:00 - 17:00
Štvrtok: 7:00 - 15:00
Piatok: 7:00 - 15:00

Objednajte sa online na www.stkknm.sk.

Dajte si u nás ošetriť a skontrolovať svoje vozidlá pred zimnou sezónou!
Naše zaručené pracovné nástroje, vďaka ktorým ponúkame kvalitné služby:
dochvíľnosť, precíznosť, presnosť, ústretovosť, serióznosť, príjemné prostredie, špičkové zariadenia.

KÚPEĽŇOVÉ ŠTÚDIO
tel.: 041/400 0494
KÚPEĽNE SAMTEK
/ za Bielym domom /
Komenského 1287, Kys. Nové Mesto
KOLO kúpeľne
GRAFICKÉ NÁVRHY

BAR – HERŇA „LAS VEGAS"
Kysucké Nové Mesto
ul. 1. mája 1051
vo vynovených priestoroch
- posedenie v dennom a v nočnom bare pri alko- nealko nápojoch
~ NONSTOP ~
- aktuálna hudobná produkcia
- ruleta
- jackpot
- terminály
- výherné hracie automaty
~ NONSTOP~
„ ... zábava, relax, výhry, uvoľnenie ..."

www.zurnaly.sk KYSUCKÝ ŽURNÁL – ČASOPIS PRE KYSUČANOV

VYDÁVA: Vydavateľstvo periodickej tlače, tlačovín a kníh „HELENA", so sídlom v Šali, Dolná 5, IČO: 34644237 ► registrované Ministerstvom kulrúry SR pod č.: EV 3496/09 ► **Majiteľka a šéfredaktorka: Mgr. Alena JAŠŠOVÁ, promovaná žurnalistka, mobil: 0903 516 499** ► e-mail: **kysuckyzurnal@gmail.com** ► fotoreportérske a fotografické služby: Fotoateliér Gabriel Muška, ► Grafická úprava: **Peter Orbán - Zoxó Press** ► Tlačiareň: **ULTRAPRINT s.r.o, Bratislava** ► **INZERCIA: denne, tel.: 0903 516 499, dohodou** ► Pri opakovaní inzerátu – zľava od 10–50 % ► Farebná inzercia – informácie u šéfredaktorky. ► Redakcia si vyhradzuje právo krátenia príspevkov. ► **Názory čitateľov, dopisovateľov a opýtaných nemusia byť v súlade s názorom redakcie, nemožno ich preto spájať. Redakcia za ne nezodpovedá.** Rovnako nezodpovedá za obsah inzerátov, tento je v plnej kompetencii a zodpovednosti objednávateľa! Odporúčaná cena výtlačku predajcom: 0,30 €.

Víťazkou nultého ročníka ankety Žena roka Dolné Kysuce bola Nadežda Behúňová, víťazkou prvého ročníka je Anna Kečková

Okresná organizácia Únie žien Slovenska KNM a MKŠS KNM v spolupráci so základnými organizáciami ÚŽS KNM, Povina, Budatínska Lehota, Kysucký Lieskovec a Rudinka, zorganizovali 1. ročník ankety Žena roka. Počas posledných 4 mesiacov mohli všetci obyvatelia okresu nominovať ženy zo svojho okolia, ktoré sú aktívne vo verejnom živote, kultúre, rodine, športe, vzdelávaní, či sociálnej oblasti. Doručených bolo 8 nominácií:

Ľudmila Bakošová, KNM; Magda Harceková, KNM; Alžbeta Kalužníková, Budatínska Lehota; Anna Kečková, Kysucký Lieskovec; Erika Mičkyová, KNM; Mária Ochodničanová, Povina; Marta Slezáková, Kysucký Lieskovec; Agnesa Tarábková, KNM.

Vyhodnotenie ankety prebehlo za účasti stovky zvedavcov v Dome kultúry KNM, 11.10. 2012. Ťažkej úlohy sa ujala porota v zložení: predseda poroty Anna Kuniaková, predsedníčka Krajskej organizácie ÚŽS v Žiline, členmi boli Zdenka Stuchlíková, predsedníčka Okresnej organizácie ÚŽS v KNM, Elena Holienčíková, predsedníčka Základnej organizácie ÚŽS v Budatínskej Lehote, Ing. Igor Behúň, poslanec MsZ v KNM a Juraj Čierňava, riaditeľ MKŠS KNM. Porota si vypočula dôvody nominácie jednotlivých žien. Tie potom moderátor vyzval, aby prezradili svoje životné krédo a čo by priali ostatným ženám. Pani Bakošová poznamenala, že je rada, že si ženy našli svoje miesto v spoločnosti, lebo na začiatku svojej kariéry sa stretla aj s opovrhovaním. Preto všetkým ženám praje, aby stretávali len ľudí, ktorí priamo hľadia do očí a šťastie. Pani Harceková by priala všetkým najmä zdravie, lebo sama vie, čo je to mať zdravotné problémy. Preto jej životným krédom je pomáhať ľuďom podľa vlastných schopností a možností. Alžbeta Kalužníková by všetkým priala dobrú náladu, aby ľudia nepodľahli niekedy aj ťažkému osudu, ale s úsmevom pokračovali a úsmev rozdávali. Napriek tomu, že osudom pani Kečkovej je starostlivosť o iných, túto prácu si zamilovala a robí ju s ľahkosťou. Preto všetkým zaželala, aby sa mali radi a pomáhali si, nie ubližovali. Lásku k rodnému domu a krásnemu Slovensku, rodinné teplo a pokoj domova vyzdvihla pani Slezáková. Pani Tarábková všetkých vyzvala, aby sa pri ranách osudu, či v starobe nezatvárali doma, ale išli medzi ľudí rôznych organizácií, ktorí ich radi rozveselia a pomôžu. Pani Ochodničanová cez slzy dojatia vyzdvihla duševnú pomoc priateľov, rodiny a hlavne manžela, bez ktorých by nič nefungovalo.

Večer bol sprevádzaný kultúrnymi vystúpeniami, ktoré boli energické, vtipné aj dojímavé a krátili čas, kedy sa porota radila, ktorá zo žien si titul zaslúži. Pri odchode do zákulisia sa jej členovia vyjadrili, že by najradšej hneď odmenili všetky nominované. V programe vystúpili deti zo ZŠ Rudina s divadelným predstavením, FS Kysucký Lieskovec, Alena Ďuriaková s Adamom Paskudom, dievčatá z tanečného odboru ZUŠ v KNM, Kysucké žubrienky. Ženou roka 2011sa stala **Anna Kečková**. Cenu jej odovzdal Ing. Ján Hartel, primátor mesta a pomyselnú štafetu predala minuloročná víťazka 0. ročníka ankety Nadežda Behúňová: „Rok uplynul ako voda a je tu opäť voľba Ženy roka. Ja som cítila spokojnosť celý nultý rok, že som ňou bola. Preto blahoželám k získaniu tohto oficiálneho titulu 1. ročníka Ženy roka pani Anne Kečkovej – veľkej dobrovoľnej funkcionárke z Kysuckého Lieskovca k tomuto oceneniu jej práce.“ Aj ostatné nominované ženy roka si odniesli hodnotné ceny a kvety, na ktoré prispeli krajská a okresná organizácia ÚŽS. Vysoká účasť návštevníkov podujatia potvrdila perspektívu tejto myšlienky udeľovať ocenenie zaujímavým ženám a jej pokračovanie v budúcich rokoch. Veď v našom okolí a na celom svete je veľa krásnych žien – krásnych srdcom.

pripravila: Dr. Dušana Šinalová
foto: Gabo Muška

bývalá odovzdáva novej

„Ak nechceme pomáhať, aspoň nekazme prácu a dobré skutky iných“, - hovorí Anna Kečková z Kysuckého Lieskovca.

Región dolných Kysúc, presnejšie Únia žien v tomto regióne, si po nultom ročníku zorganizovala 1. ročník ankety ŽENA ROKA a z ôsmich nominácií najviac uznania a hlasov získala pani **Anna Kečková z Kysuckého Lieskovca**. Celý život pracuje s ľuďmi – a pre ľudí, radí, pomáha, stará sa o chorých. Nič jej nie je ťažké, ak to má pomôcť dobrej veci. Pre čitateľov prinášame krátky medailón o jej názoroch, životných skúsenostiach, aby ste ju mohli bližšie spoznať. Je rodáčkou z Krásna nad Kysucou, do Kysuckého Lieskovca sa v roku 1963 vydala, má dnes dve dcéry a je štvornásobnou babkou. Život sa s ňou nemaznal a na vlastnom manželskom spolunažívaní zažila zákernosť choroby, ktorá jej zobrala manžela navždy. Nemala ani 50 rokov, keď prišla o neho a takmer10 rokov sa s jeho smrťou vyrovnávala. Aj ďalšia rana osudu bola krutá, jej sestra po mozgovej príhode je bezvládna a opatruje ju opäť pani Anička.

O **Ako to viete vydržať, takéto ťažké rany od života? Nemáte sama z toho depresie, smútok, necítite únavu?**

-Určite, že ma veľmi bolestivo zasiahli všetky nešťastia okolo mňa, ale veľmi citlivo prežívam aj nešťastia, či problémy cudzích ľudí. Založili sme v obci Občianske združenie „Lieskovec“. Spolu so ženami organizujeme pre deti rôzne súťaže, aktivity, ale tiež brigádujeme v obci, čistíme a upratujeme priestory, aby sme boli užitočné.

Pani Kečková dlhé roky pracovala ako matrikárka na miestnom úrade a zažila veru všelijaké veci. Ale vždy musela tak pracovať, aby bol občan spokojný, aj keby „hromy blesky padali“. Spomína si na jednu príhodu a aj sme sa pri nej nasmiali.

-Keď som bola mladšia, ponáhľala som sa raz v sobotu – mali sme na úrade svadbu. Strašne pršalo, bol vetrisko, nuž som si nad hlavou pridržiavala dáždnik. Ako som upaľovala z kopčeka, narazila som na prekážku, dáždnik vietor odfúkol a ja som doslova zletela z bicykla do blata. Ublížila som si, aj trošku krvi z rany tieklo,ale pomoci nebolo. Svadobčania čakali. Rýchle som sa dvihla, utekala na úrad, poutierala sa, poumývala a aj keď telo bolelo, musíte zachovať profesionálnu tvár, vydržať, veď svadobčania majú „svoj deň“, oni žijú svojím okamihom, dokončuje pani Anna Kečková.

Ešte pripomeniem, že pani Kečková pôsobila a pôsobí v dobrovoľnom hasičskom zbore už 50 rokov. A vyše 20 rokov sa činila ako poslankyňa obce, jej parketa je hlavne kultúra, ZPOZ, sociálna oblasť – a opäť pomoc a podpora ľudí, ktorí to potrebujú.

-Asi som to dostala do vienka – pomáhať chorým, lebo každý človek má od Boha nejaké to poslanie na svete – pre niečo má žiť, má tu svoju cestu tak trocha načrtnutú, ale aj on sám musí vedieť, čo chce, či nechce. Samozrejme, aj ja mám niekedy pocit, že už nevládzem, ale je to opäť len a len na človeku, aby sa dvíhal, pookrial a išiel ďalej, aby nestagnoval, aby nezostal na polceste. Len on sám v konečnom dôsledku rozhodne, či bude pre iných užitočný, alebo naopak. Choroba si nevyberá, ale musíme ju brať ako súčasť života a keď máme možnosť, tak pomôžme. A ak nechceme pomáhať, aspoň nekazme dobré dielo, prácu a dobré skutky iných, dokončila pani Anna Kečková.

pýtala sa: Mgr. Alena Jaššová; foto: Gabo Muška

Obec Horný Vadičov získala v súťaži bytov s úsporným riešením, vyhlásenej v roku 2011 Ministerstvom výstavby a regionálneho rozvoja SR, 3. miesto!

Horný Vadičov je obcou v regióne dolných Kysúc, ktorá sa doslova harmonicky, ale aj vzhľadovo, veľmi úspešne rozbehla, najmä v uplynulých piatich rokoch, keď do funkcie starostu nastúpil Vladimír Káčerík (na snímke). Sympatický chlap, ktorý mal a má chuť pracovať, niečo pre obec v dobrom urobiť, skvalitniť život svojich spoluobčanov a aj sa mu to podľa výsledkov do značnej miery podarilo. Nechajme však hovoriť jeho.

O Pán starosta, v minulých rokoch sme sa častejšie stretávali na stránkach nášho časopisu, keď sme podrobnejšie rozoberali život Vašej obce – a to po každej stránke. Čitatelia a občania regiónu dolných Kysúc –mali tak možnosť dozvedieť sa viac a podrobnejšie o tom, čo sa v Hornom Vadičove plánuje, čo sa chystá, či už v oblasti investícií alebo kultúry.Veď Vaše Vadičovské kultúrne slávnosti sú známe na celom Slovensku a robia dobré meno Vašej obci, ale aj regiónu Kysúc. Skúsme teraz s odstupom dvoch rokov, pretože tu máme polčas volebného obdobia (2010-2014), ktoré je pre Vás druhé volebné, zhodnotiť, ako sa uberal rok 2011 a 2012 v Hornom Vadičove, čo sa týka investičných akcií. Určite sa zaradovali najmä rodiny a tí, ktorí sa mohli nasťahovať do novučičkých bytov a čo ďalej?

- O svojej činnosti som sa už niekoľkokrát zmieňoval. V roku 2011 sme odovzdali do užívania nájomné bytové domy 2 x 10 bytové jednotky. Pretože sa do obce prisťahovali i občania iných obcí a miest, podarilo sa nám zvýšiť i počet obyvateľov v obci. Odovzdaním bytov sme skultúrnili časť pri vstupe do obce. Javí sa nám to tak, ako by sme i touto aktivitou vdýchli našej obci dušu. Nie nadarmo sa hovorí, že obec bez duše je obec bez života. Verím, že obyvatelia bytových domov budú s bývaním spokojní a bude sa im i naďalej dariť. Musíme sa pochváliť, že v súťaži: „**Progresívne, cenovo dostupné bývanie“**, ktorú vyhlásilo Ministerstvo dopravy, výstavby a regionálneho rozvoja Slovenskej republiky v januári 2011, v ktorom boli hodnotené prihlásené súťažné návrhy bytových stavieb dokončených v roku 2011, v kategórii A – bytové domy s úsporným riešením bytov, Obec Horný Vadičov získala 3. miesto.

O Už som spomínala Vadičovské slávnosti, ako ich hodnotíte ako ich organizátori a čo pripravujete v roku 2013?

- Čo sa týka nášho tradičného a jedného z najväčších kultúrnych podujatí – Vadičovských folklórnych slávností v roku 2012, sme ich vďaka zanietenia niektorých našich občanov žijúcich pre zachovanie tradícií a folklóru v obci zorganizovali predpokladám, že ku spokojnosti všetkých nás a všetkých návštevníkov. Hlavný program slávností sa z dôvodu vytvorenia vhodných podmienok uskutočnil tradične pod Ľadonhorou v priestoroch amfiteátra. Pretože súčasťou slávností je i Hodová nedeľa, táto sa uskutočnila v centre obce na novovybudovanom Rínku sv. Mikuláša. Program nedele bol vyhradený na prezentáciu talentov obce v oblasti ľudovej hudby. Keďže bola možnosť vystúpiť všetkým nadaným a zanieteným pre ľudovú hudbu rodákov a občanov obce a Vadičovskej doliny, nestačili sme sa čudovať, koľko nadaných občanov, počnúc najmenšími až po tých najstarších, v obci žije. Súčasťou hodov bolo i vysvätenie sochy sv. Mikuláša, ktorá bola venovaná ako vďaka za ochranu pri realizácii tejto i keď malej, ale veľmi dôležitej akcie, ktorou aj naša obec získala nový priestor, ktorý sa stane srdcom pre všetkých, ktorým je obec tak blízka, pretože prirodzenou túžbou človeka je stretnúť sa s priateľom, na mieste, kde má na to vytvorené príjemné podmienky. Na mieste pod slnkom, či hviezdami, a to i vo všedný deň. V každej dedine je preto potrebné vytvoriť príjemné miesto s duchom dediny, pretože budúcnosť dedín bude stále viac závislá aj od úrovne vytvoreného prostredia, ktoré bude meradlom spokojnosti obyvateľov. Čo sa týka slávností v roku 2013, podrobnejšie informácie je ešte ťažko teraz vysloviť. Uvidíme, čo prinesie situácia, ale verím, že sa nám ich podarí zorganizovať ku spokojnosti všetkých obdivovateľov folklóru.

O Je koniec roka a v obciach sa schvaľujú rozpočty na ďalšie fungovanie. Aká je situáica v Hornom Vadičove? Aké sú priority finačného rozpočtu, čo sa bude dotovať, čo sa plánuje začať, kam skrátka potečú „peniažky?“

- Vieme, že základným finančným nástrojom obce podľa ktorého obec hospodári, je rozpočet obce, ktorý je schvaľovaný obecným zastupiteľstvom na jeden rozpočtový rok. Našim cieľom je stabilizovať príjmy rozpočtu tak, aby sme dosiahli z výnosu dane fyzických osôb čo najviac finančných prostriedkov a vybrali stanovené miestne dane a poplatky za komunálny odpad i nedoplatky za predchádzajúce roky. Pretože tak ako je povinnosťou obce plniť si povinnosti voči svojim obyvateľom, je povinnosťou obyvateľov plniť si povinnosti voči obci, myslím tým dobrou platobnou disciplínou. Príjmy do rozpočtu obce sa snažíme zvýšiť i opakovaným zapojením sa do rôznych výziev z fondov EÚ, prípadne ministerstiev, VÚC alebo rôznych grantových výziev, ktoré však vyžadujú nemalé finančné náklady na ich prípravu a podanie. I keď finančných prostriedkov je momentálne menej, budem sa snažiť urobiť všetko preto, aby to naši spoluobčania nepocítili, ale aby sme spoločne vytvárali vhodné podmienky pre náš život v obci.

O Živnostníci, malí podnikatelia, drobnochovatelia, farmári – ako sa im darí vo Vašej obci? Máte vytvorené pre nich podmienky, alebo skôr to ponechávate na individuálne rozhodnutia občanov, či sa rozhodnú ísť touto cestou?

-V obci pôsobí niekoľko podnikateľských subjektov. Vo väčšine prípadov ide o malých a drobných podnikateľov a živnostníkov, ktorí sa orientujú predovšetkým na poskytovanie služieb občanom v obci. Funkciu zásobovania obce základným spotrebným tovarom plnia malometrážne predajne potravín Spotrebného družstvo Jednota so svojimi prevádzkami a tiež i predajne súkromných podnikateľov.

Výrobná základňa je v obci Horný Vadičov oproti porovnateľným sídlam veľmi malá. V súčasnosti tu nie je žiadna prevádzka priemyselného charakteru. Poľnohospodárstvo vzhľadom na náročné prírodné podmienky sa špecializuje len na živočíšnu a rastlinnú výrobu zameranú na pestovanie a zber krmovín pre chov dobytka. Myslím si, že Obec Horný Vadičov je pri vytváraní podmienok na podnikanie nápomocná, snažíme sa uvoľnené a nevyužité priestory prenajať záujemcom o podnikanie a tak sa nám podarilo zabezpečiť aspoň niektoré služby pre občanov: kvetinárstvo, kaderníctvo, kozmetiku, masérske služby, služby v poskytovaní stravovania pri rôznych akciách v obci.

otázky: redakcia Kysuckého Žurnálu
foto: archív obce

Kysucká nemocnica s poliklinikou Čadc
pre takmer 140 tisíc obyvateľov, ročne

Po otázkach ekonomického rastu a nezamestnanosti, občanov najviac trápia nahromadené problémy, súvisiace aj so zdravotníctvom. Veď od prosperity štátu závisí aj stav a úroveň poskytovaných zdravotníckych služieb, zdravotný stav obyvateľstva, ale aj možnosti liečby, prinavracania zdravia, či preventívnej starostlivosti. O aktuálny rozhovor na túto tému sme poprosili riaditeľa čadčianskej nemocnice s poliklinikou, ktorá nesie názov Kysucká nemocnica s poliklinikou Čadca, a ktorá spadá pod zriaďovateľa – Žilinský samosprávny kraj - Ing. Martina Šenfelda.

o Pán riaditeľ, v našom Kysuckom Žurnále po prvýkrát hovoríme so šéfom okresného zdravotníckeho zariadenia t.j. čadčianskej nemocnice. Poprosím vás preto, aby ste nám, pre čitateľov v regióne dolných Kysúc, v stručnosti predstavili, čo všetko patrí pod čadčiansku nemocnicu. Čo vlastne vaša okresná nemocnica zastrešuje?

-K ysucká nemocnica s poliklinikou Čadca je všeobecnou nemocnicou so spádovou oblasťou cca. 136 000 obyvateľov, jej zriaďovateľom je Žilinský samosprávny kraj. V súčasnosti máme 436 lôžok a 12 lôžkových oddelení – interné I (56 lôžok), interné II (24 lôžok), gynekologicko-pôrodnícke oddelenie (50 lôžok), novorodenecké (25 lôžok), chirurgické (60 lôžok), oddelenie úrazovej chirurgie (40 lôžok), oddelenie akútnej a intenzívnej medicíny (6 lôžok), neurologické oddelenie 40 lôžok, detské (25 lôžok) oddelenie dlhodobo chorých (60 lôžok), paliatívne oddelenie (25 lôžok) a dom ošetrovateľskej starostlivosti (25 lôžok). Okrem toho máme rádiologické oddelenie s CT, fyziatricko-rehabilitačné oddelenie, oddelenie klinickej biochémie, oddelenie hematológie a trasfúziologie, oddelenie klinickej mikrobiológie, oddelenie centrálnej sterilizácie a 23 špecializovaných ambulancií (infektologická, gastroeterologická, otorinolaryngologická, hematologická, klinickej onkológie, 2 amulancie fyzitrickej a liečebnej rehabilitácie, detská endokrinologická, detská koziliárna, geriatrická, kardiologická, chirurgická, interná, príjmová interná, neurologická, úrazovej chirurgie, onkochirurgická, proktochirurgická, cievnej chirurgie, klinickej logopédie, anestézie a intenzívnej medicíny, perinatologická, RLP a RZP.

o Koľko zvyknete (podľa štatistiky) ročne ošetriť pacientov? Máte to aj týmto spôsobom nejak zdokumentované?

- V našej nemocnici hospitalizujeme ročne cca. 16 500 pacientov, ročne máme okolo 1

260 pôrodov, ambulantne vyšetríme cca 79 250 pacientov a urobíme cca. 1 574 100 SVaLZ vyšetrení (CT, RTG, rehabilitačné, biochemické a mikrobiologické).

o Ktoré oddelenia Vašej nemocnice prešli v posledných obdobiach nejakými zmenami -či už personálnymi, alebo technickými, alebo boli zrušené, alebo spojené s viacerými, atď...?

- V r. 2011 nám poisťovne zrušili doliečovacie oddelenie, kde sme prišli o 25 lôžok. Veľký tlak bol aj na zrušenie onkologického oddelenia, kde sme napokon kompromisným riešením zachránili tieto onkologické lôžka, museli sme ich však spojiť s paliatívnym oddelením, takže všetkých onkologických pacientov liečime, tak ako pred zlúčením, žiaľ za nižšiu cenu, pretože hospitalizácia na paliatívnom oddelení je menej platená, ako tomu bolo na pôvodnom onkologickom oddelení. V tomto roku sme nerušili ani nezlučovali žiadne oddelenia.

o Koľko zamestnancov, lekárov, sestier a ďalšieho odborného personálu pracuje v čadčianskej nemocnici a keďže stále rezonuje v našej spoločnosti nespokojnosť lekárov a sestier so mzdovým ohodnotením, ako je to u vás? Chystáte sa prípadne v budúcnosti podporiť – ako nemocnica – ich požiadavky účasťou v štrajkoch aj ďalších zamestnancov zdravotníctva?

- V našom zdravotníckom zariadení v súčasnosti pracuje 777 zamestnancov. Najväčší podiel tvoria zdravotné sestry, ktorých je 261, ďalej máme 86 lekárov, 77 sanitárov,59 zdravotníckych asistentov, 38 laborantov, 32 pôrodných asistentiek... zvyšok tvoria iní pomocní zamestnanci v zdravotníctve, THP, pracovníci údržby a ostatní prevádzkoví pracovníci.

Naša nemocnica v tomto roku 2 x zvyšovala mzdy lekárom, čím sme splnili svoje záväzky deklarované v memorandu. Tak isto sme 2x v tomto roku zvyšovali platy sestrám, ktorým sme rozdelili všetky prostriedky, ktoré sme získali od poisťovni, z rozpustenej štátnej rezervy MZ. Aj napriek tomu, že v súčasnosti Ústavný súd pozastavil účinnosť zákona o mzdových nárokoch sestier a pôrodných asistentiek, vyplácame finančné prostriedky v zmysle rozdelenej štátnej rezervy. Čo sa týka platov sestier, musím ale podotknúť, že sme od poisťovní, tak ako ostatné nemocnice, nedostali dostatok finančných prostriedkov na navýšenie miezd sestrám a pôrodným asistentkám, preto sme im platy zvýšili cca. o 60% oprávneného nároku, podľa už spomínaného v súčasnosti pozastaveného zákona. Zároveň chcem podotknúť, že v našej nemocnici nedochádzalo k rozdeľovaniu úväzkov sestier, tak ako v niektorých zdravotníckych zariadeniach. Minulý rok spustil štrajk vládou nariadený a zle pripravený transformačný proces na akciové spoločnosti. Vďaka tomuto štrajku došlo k jeho zastaveniu. Verím, že tento rok sa podobné štrajky už nebudú opakovať.

o Ako by ste hodnotili starostlivosť Žilinskej župy o vás, ako zriaďovateľa, a teda o svoju nemocnicu?

- Vzhľadom na celkové podfinancovanie nemocníc v našej krajine, keď zdravotné poisťovne pokrývajú zhruba 80% oprávnených nákladov na zdravotnú starostlivosť, nemocnice nášho typu musia získavať nemalé % finančných prostriedkov mimo tohto rozpočtu. Tieto finančné prostriedky získavame hlavne z prenájmov priestorov, ponukou našich prevádzkových služieb tretím stranám, tak isto aj podnikáme – máme svoju verejnú lekáreň a bufety. Na to, aby sme mohli aspoň z časti obnovovať prístrojovú techniku, nám výrazným spôsobom pomáha náš zriaďovateľ – Žilinský samosprávny kraj,

a je nemocnicou so spádovou oblasťou e hospitalizuje skoro 17 tisíc pacientov

ktorý pomáha financovať hlavne nákup novej prístrojovej techniky, ako aj investície do rekonštrukčných prác. Spoluprácu so Žilinským samosprávnym krajom hodnotím ako veľmi dobrú...

o Máte za posledné obdobie nejaké vážnejšie problémy, čo sa týka prevádzky nemocnice?

- V súčasnosti nás najviac trápi stav tepelného hospodárstva, ktoré bolo roky zanedbávané a momentálne je v havarijnom stave. Preto sme tento rok vyhlásili tzv. EPC projekt na jeho kompletnú rekonštrukciu. Metóda EPC – je postupné financovanie rekonštrukcie z dosiahnutých úspor, kde dodávateľ musí garantovať určité percento úspor a práve z týchto prostriedkov sa postupne financuje celá rekonštrukcia. Dôležité je, že nedochádza k finančnej záťaži pre našu nemocnicu, pretože za dodávku energií platíme podstatne menej a do splátky za rekonštrukciu idú len úspory (dokonca časť úspor nám zostáva...). V súčasnosti sme tento projekt vyhodnotili a sme tesne pred podpisom zmluvy.

o Blíži sa koniec roka, je to čas na určitú bilanciu celoročnej práce. Ako by ste mohli rok 2012 hodnotiť, čo sa týka zabezpečovania zdravotníckej starostlivosti o obyvateľstvo regiónu? Ozaj, aké územie spadá pod čadčiansku nemocnicu, pretože ju nenavštevujú iba obyvatelia čadčianskeho okresu? Také sú naše zistené informácie.

- Do konca roka nám zostáva prakticky mesiac, preto je ešte predčasné robiť hodnotenie celého roka. Za posledné obdobie sme urobili množstvo úsporných opatrení, zároveň sme výraznejšie zapracovali aj na príjmovej stránke. Ako veľmi pozitívne hodnotím otvorenie našej verejnej lekárne, z ktorej zisk investujeme do nákupu novej prístrojovej techniky. Tak isto pozitívnym krokom bolo aj prevádzkovanie našich bufetov, ktoré nám tiež pomáhajú dofinancovať chýbajúce finančné prostriedky. Ako som už spomínal pozitívna bola aj spolupráca so Žilinským samosprávnym krajom, ktorý nám okrem príspevkov na nákup prístrojovej techniky pomohol pri rekonštrukčných prácach sociálnych zariadení, kde robíme hĺbkovú rekonštrukciu 26 toaliet, pričom vytvoríme 5 nových wc pre imobilných pacientov, rekonštrukciou prejde aj 5 kúpeľní na oddeleniach.
Čo sa týka prístrojovej techniky, v tomto roku pokračujeme v postupnej digitalizácii rádiologického oddelenia, kde po investícii do nového CT prístroja v r. 2011 sme kúpili nový digitálny RTG prístroj, ktorý výrazným spôsobom posunul diagnostiku našej nemocnice a naše rádiologické pracovisko patrí k najmodernejším v regióne. Podarilo sa nám zakúpiť ďalšiu prístrojovú techniku pre naše oddelenia (anesteziologický prístroj, kardiotokograf, artroskopickú zostavu so shaverom, videogastroskop, EMG prístroj, koagulačný prístroj, ultrasonografický prístroj...)
Veľmi pozitívne môžeme hodnotiť aj spoluprácu s našim občianskym združením... Čo sa týka ekonomických ukazovateľov musíme počkať na koniec roka... Náš cieľ bol zastaviť zadlžovanie nášho zdravotníckeho zariadenia...
Spádová oblasť našej nemocnice je 136 000 obyvateľov. Okrem okresov Čadca a Kysucké Nové Mesto, máme pacientov aj z iných okresov (Žilina, Bytča, Považská Bystrica a pod.)

o A keďže je koniec roka spájaný s väčším hodovaním, pritom prejedaním sa a oslavami Silvestrovskej noci, súvisia s tým aj zdravotné ťažkosti, úrazy, stavy silných podnapitostí, atď. Ako je na tento fakt pripravená Vaša nemocnica (sanitky, rýchla pomoc, úrazovka, pohotovosť - prosím rozpísať konkrétnejšie, ak sa dá aj tel. kontakty, resp. ďalšie služby, ktoré budú počas Vianoc a Silvestra fungovať, kde a ako)?

- Na koniec roka sme pripravení, tak ako po iné sviatočné dni – či už je to záchranná zdravotná služba (t. č. 155, prípadne 112), ale aj odborné príjmové ambulancie (chirurgická, úrazovej chirurgie, interná, gynekologická a neurologická), ako aj lôžkové oddelenia. V týchto sviatočných dňoch majú pacienti problémy hlavne so zažívacím traktom v dôsledku prejedania sa, nadmernej konzumácie alkoholu a vysokým krvným tlakom. Tak isto častejšie prichádzajú aj s úrazmi po pyrotechnike.

o Vaše slovo pre verejnosť na záver, pán riaditeľ, aj ako občana, a Vaše želanie na prahu nového roka 2013?

- Ak máte byť v roku 2012 chorí, nech ste chorí chorobným optimizmom.
Ak máte byť slabí, nech ste slabí odoprieť deťom splniť ich túžby.
Ak máte byť unavení, nech ste unavení z dobre vykonanej práce.
Ak máte byť nenásytní, nech ste nenásytní láskou, ktorú budete rozdávať.
Ak máte niečo stratiť, nech je to zlá nálada.
Ak máte niečo zabudnúť, nech sú to starosti.
Ak máte niečo zničiť, nech sú to spomienky, ktoré Vás trápia.
Ak máte zostarnúť, nech je to s pocitom šťastia, že svoj život žijete naplno.

Pán riaditeľ, fantázia, naozaj sa mi Vaše záverečné slová páčia a verím, že aj našim čitateľom, Kysučanom. Želám aj ja Vám za celú redakciu, samozrejme aj Vašim kolegom v nemocnici, pohodový budúci rok, spokojnosť a radosť z každého prežitého dňa. A hlavne pevné zdravie!

pýtala sa: Mgr. Alena Jaššová
foto: Gabriel Muška

Lekárnik Vám radí, ako správne užívať lieky

Čo sú prírodné a čo umelé produkty?

V poslednej dobe akoby sa ako „huby po daždi" rozmohli rôzni díleri a „podnikajúci agenti" so zaručenými extraktami na chudnutie, na omladzovanie, resp.udržiavanie si dobrej kondície a predlžovanie stredného veku."Vďaka" týmto výrobkom sa nám vraj stratia vrásky, celulitída, spevní sa koža, upravia sa naše hormonálne procesy, atď. Pretekajú sa v tom, že „ich produkty" sú zaručené, overené, podporované známymi osobnosťami a že sú prírodné. Tvrdia, že výživové doplnky dnes dostupné v lekárňach vo forme tabliet, sú synteticky vyrábané a že to má negatívny dopad na organizmus. Ich produkty sú na prírodnej báze. Mne to však nejde do hlavy, keď ani oni nepredávajú bylinky, ale už chemicky spracovaný produkt. Teda aj ich produkt musel byť farmaceuticky spracovaný. Kde je teda pravda? Chcela by som počuť Váš názor na tento, podľa mňa, novodobý nekontrolovateľný biznis, a čo je príroda v ponímaní liečiv a čo Vy – ako odborník lekárnik, doporučujete

Téma voľno predajného sortimentu, hlavne takého, ktorý je často prezentovaný ako prírodný, je ako to aj vy cítite veľmi zložitá. Pokúsim sa Vám postupne odpovedať. Na trhu sa skutočne vytvoril akýsi trend podnikajúcich malých, či veľkých firiem, obchodujúcich s produktami, ktoré samy nazývajú prírodné a veľmi účinne. Tento biznis je ťažko regulovateľný a to hlavne z hľadiska kvality prípravkov, keďže zákon tento druh podnikania schvaľuje a neustanovuje im žiadne kontroly na obsah účinných látok v danom produkte. Už tu je prvý dosť vážny problém. Je veľmi zložité sa vyznať v spleti rôznych produktov, ktoré útočia na spotrebiteľa z každej strany a často ani my, odborníci, nemáme tú možnosť preveriť obsah látok v produkte a ujistiť sa o ponúkanej kvalite výrobku, a tak sme odkázaní buď na vlastné skúsenosti s daným preparátom alebo sa spoliehame na kvalitu výrobcu, pretože bohužiaľ, často drahšie prípravky majú deklarované množstvo účinnej látky v prípravku ako je uvedené na obale. Často okrem ceny rozhoduje aj reklama v médiách , a tak sa veľmi ľahko stane, že pacient si chce kúpiť preparát, ktorý má reklamu a nie ten, ktorý i keď nie je propagovaný, ale má skutočný účinok. Je to veľmi frekventované u rôznych gélov či mastí určených pri problémoch ako sú kŕčové žily, či bolesť svalov, kde vyhráva reklama nad skutočným kvalitným prípravkom, ktorý je menej známy a často aj s vyššou cenou – to je len jeden z príkladov, samozrejme je to možné aplikovať aj na iné prípravky.

Ďalším problémom je, že ako som už spomínal, nie je žiaden zákon, ktorý by nariaďoval výrobcom dokladať certifikáty, ktoré zaručujú obsah látok v prípravku, čo otvára cestu práve rôznym firmám, ktoré sa snažia pretlačiť svoje produkty, pričom vám budú tvrdiť, že sú účinné, neškodné a keďže máme teraz trend bio, tak sú aj prírodné. Tieto všetky super vlastnosti majú ich prípravky a majú aj „super cenu", za ktorú sa oplatí predsa kúpiť takýto úžasný produkt. ALE, má to ten háčik, že často ani v mediálne známych značkách či menej známych, či už sú propagované známymi osobnosťami alebo nie, nemusia takéto prípravky obsahovať to, čo je uvedené na krabičke, alebo obsahujú toho omnoho menej.

Z hľadiska otázky prírodných preparátov je dôležité povedať, že ak chcete skutočne prírodný preparát, tak musíte siahnuť nie po tabletkách, ale po prírodnom zdroji látok. Spojenie ako „prírodná tableta" je trošku scifi, pretože skutočne, ak chcete dať prírodnú látku do hociakej formy (tablety, dražé, sirupy,..) musíte najskôr látku izolovať, čo si vyžaduje zložitejšie technologické postupy, a ak je jej zdroj vzácny, tak skutočne neostáva nič iné, len ju chemicky syntetizovať a následne ju previesť do podoby, vhodnej pre užívateľa. Príprava či už tabletiek, alebo sirupov je založená na tom, že keď už máte svoju účinnú látku, musíte k nej pridať ďalšie látky aby vám z toho vznikla forma. Látky , ktoré sa používajú sú sčasti prírodné, ale často sú už syntetické, pretože zabezpečujú lepšie vlastnosti tej formy, napr. tablety. Pre lepšie prirovnanie si to môžete predstaviť ako pečenie, i keď chcete pripraviť super účinný koláč, na to aby ste ho urobili, musíte vždy použiť ingrediencie, ktoré vám zabezpečia tvar a veľkosť toho koláča. Tak je to aj s tabletami, či dražé alebo aj so sirupmi. Rád by som to uzatvoril tým, že i keď je trend ponúkať voľnopredajné produkty, ktoré sú založené len na prírodnej báze, treba si však uvedomiť, že vytvoriť taký produkt je veľmi zložité, ale nie nemožné. Často sa to patrične prejaví aj na cene výrobku, ale ani to vám ešte nezaručuje, že si kupujete skutočne niečo, čo vám má pomôcť. Preto, ak smiem poradiť, je skutočne dobré, ak ste sa už rozhodli kúpiť takýto produkt ,poradiť sa o ňom v lekárni.

Lekáreň Sv. Lukáša
Belanského 297
02401
Kysucké Nové Mesto

Telefón: 041/421 45 98
Otváracie hodiny:
Pondelok – Piatok
od 7.30 do 16.30
Sobota, Nedeľa - zatvorené

Rodičia by mali svojim deťom čítať rozprávky – jednu vám ponúkame...

Nad knihou som premýšľal pri nejednej návšteve zoo, ktoré som absolvoval som svojimi deťmi Barborkou a Markom. Vymýšľali sme si básničky na rôzne zvieratká, až sa mi v hlave nakopilo toľko nápadov, že som si sadol k papieru a ono to išlo. Potom som oslovil svoju obľúbenú ilustrátorku Anku Pospíšilovú, s ktorou som robil svoju staršiu knihu Rozprávky víly Púpavky, a už sa rodila knižka. Je určená najmä deťom v predškolskom veku a z prvého stupňa základných škôl, ktorým stačia veselé veršovačky o zvieratkách. Tie staršie už siahajú po encyklopédiách, a preto som sa zameral najmä na tie najmenšie deti. Prirodzene k ich čitateľom patria aj rodičia, ktorí by mali pravidelne svojim deťom čítať. Ak to budú aj moje knihy, tak budem o to radšej, lebo pre spisovateľa je najväčšou odmenou, ak sú jeho knihy vypredané, v knižniciach vypožičané a ak sú od čítania obchytkané. ZOOlogické MYŠlienky sú poskladané z desiatok zvieratiek, ktoré zažívajú veselé i každodenné radosti a starosti a deťom sa ukážu často v úplne inom svetle, ako ich poznajú. Kniha sa dá kúpiť prostredníctvom rôznych internetových kníhkupectiev ako martinus.sk, pantarhei.sk, najlacnejšieknihy.sk a podobne.

pripravil: Mgr. Peter Kubica, Žilina

MOŽNO BUDÚCA ÚSPEŠNÁ FITNESSKA, KTORÁ ZVIDITEĽNÍ DOLNÉ KYSUCE, GABRIELA STUCHLÍKOVÁ

Odmalička miluje šport a zúčastňovala sa ho aj súťažne. „Najviac ma baví fitnesscvičenie" – hovorí Gabika – „nahovoril ma na to môj priateľ Juraj Kekety, ktorý už má s týmto športom slušné skúsenosti a mnohým dopomohol k pekným postavám". **Súťaže v kľaku na lavičke, ktorá sa konala v auguste v Kysuckom Novom Meste, a o ktorej písal aj náš Kysucký Žurnál, sa zúčastnila aj ona. V ženskej kategórii vlastne súťažila JEDINÁ! A vytlačila činku 85-krát!**

O Boli ste prekvapená?

-Áno a tešilo ma zároveň, že ma publikum povzbudzovalo a fandili mi. Vytvorili skutočne úžasnú atmosféru. Ale aj bez ohľadu na tento fakt, mňa cvičenie veľmi baví. Zvlášť, keď vidím na sebe pozitívne premeny.Už som začala pôsobiť aj ako fitnesstrénerka.

O A kde trénujete?

Trénujem seba, aj záujemcov o cvičenie v RS fitclube. A snažím sa dotiahnúť k cvičeniu hlavne ženy, aby saodhodlali, aby získali disciplinovaným cvičením a stravovaním pekné postavy a tým nadobudnú sebavedomie, budú odvážnejšie, príťažlivejšie. Len sa netreba ľutovať, hádzať ľahostajne osud za seba a vlastne sa len odovzdať osudu. Každý môžeme niečo pozitívne urobiť so svojím životom. A športom získame nielen krajšie postavy, ale aj kondičku, zlepšíme si zdravie, budeme cieľavedomejšie, disciplinovanejšie a mnohým sa tým zmení život iným smerom – k pozitívnemu vnímaniu každodennej reality.

O Aké máte Vy osobné plány?

Chcela by som v tomto športe uspieť aj súťažne..Je však veľmi náročný na financie. Aj sponzorov nájsť nie je ľahké v dnešnej dobe. Preto, ak sa nájde nejaká firma, ktorá by ma finančne dotovala, bola by som nesmierne vďačná, pretože naozaj chcem v tejto oblasti niečo dokázať a byť hrdá nielen na seba, ale aj dôstojne reprezentovať náš dolnokysucký región.

pripravila: Mgr.Alena Jaššová

ÚČTOVNÍCTVO & DANE MIDARO
Ing. Daniela Hrivíková, Vajanského 865, 024 01, Kysucké Nové Mesto

Vedenie a spracovanie účtovníctva a miezd
Účtovné a daňové poradenstvo

Daňové priznania
Odborne, expresne a spoľahlivo!
Akciové ceny!

Pozor:
Od januára 2013 výrazné zmeny v daniach a odvodoch!
Je pre Vás výhodnejšia s.r.o. alebo živnosť?
Príďte sa poradiť s odborníkom. Vieme založiť spoločnosť na kľúč.
U nás ušetríte na správnom poplatku až 50%!!!

Aktuálne semináre:

Povinnosti platiteľov DPH v poslednom zdaňovacom období roku 2012, vybrané problémy z praxe a prehľad zmien
Termín 17.1.2013

Daň z príjmu fyzických osôb pre rok 2012 a zmeny od roku 2013
Termín : 29.1.2013

Daň z príjmu právnických osôb pre rok 2012 a zmeny od roku 2013
Termín : 30.1.2013

Sociálne a zdravotné poistenie v r. 2013, zmeny platné od 1.1.2012
Termín 4.2.2013

Cena jedného seminára je 37 €/ osoba

Miesto konania Dom kultúry KNM (oproti parku)

tel.: 041 421 26 09 mob.: 0907 817 558
e-mail.: midaro@midaro.sk web.: www.midaro.sk

V poslednom období sa v Kysuckom Novom Meste veľmi „rozšantili“ vandali, ktorí poškodzujú kryty, pätice a poistkové spodky stĺpov verejného osvetlenia

Jesenné obdobie v našej organizácii pozostáva z viacerých činností. Najviac pozornosti venujeme jesennému upratovaniu, ktoré spočíva hlavne v zbere lístia. Po uliciach mesta už od polovice septembra obyvatelia mohli vidieť dva zametacie automobily a pracovníkov s ručnými fukármi, ktorí pomáhajú pri zvyšovaní kvality a efektívnosti práce. V jesennom období prebieha aj úprava drevín. Rozhodnutia, na ktorých drevinách a akým spôsobom sa bude realizovať výrub, alebo orez, má v kompetencii vydávať Mestský úrad, referát životného prostredia. Tu chcem podotknúť, že naša organizácia je len výkonným orgánom, pomocou technického vybavenia a pracovnej sily zabezpečujeme už len samotný úkon a likvidáciu odpadu z drevín, ktorý sa realizuje na podnet referátu životného prostredia. Prečo apelujem na túto informáciu? Z dôvodu, že sa neustále stretávame s telefonickými, alebo osobnými podnetmi a prosbami občanov, ktorí našu organizáciu žiadajú, aby sme im pomohli, keď chcú orezať, alebo vyrúbať nejakú- tú drevinu pri svojich panelákoch. Keďže naša organizácia nemá v kompetencii prijímať žiadosti a vydávať rozhodnutia v tejto veci, chcela by som aj formou tohto článku obyvateľov mesta poprosiť, aby rešpektovali tento postup a obracali sa so svojimi žiadosťami na Mestský úrad, referát životného prostredia. Okrem spomínaného zberu lístia každodenne udržiavame čistotu na verejných priestranstvách, hlavne okolo kontajnerov. V dňoch očisty mesta od 26.10 do 30.10.2012, ktoré vyhlásilo Mesto Kysucké Nové Mesto v spolupráci s firmou T-T, a.s. Žilina určených na likvidáciu komunálneho odpadu, naša organizácia vykonávala tzv. dočisťovacie práce okolo veľkoobjemových kontajnerov, ktoré boli umiestňované po jednotlivých stanovištiach v meste, nakoľko na niektorých miestach boli obyvatelia nedisciplinovaní a ukladali odpad aj po tom, ako bol kontajner firmou T+T, a.s. Žilina odvezený. Keďže množstvo komunálneho odpadu v kontajneroch bolo na jednotlivých stanovištiach rôzne, naša organizácia zabezpečovala, že na miestach, kde kapacita kontajnera bola nedostačujúca, premiestňovala nadbytočný odpad do kontajnerov, ktoré neboli naplno využité. Jesenný čas je aj čas dušičkový. V tomto období naša organizácia venovala zvýšenú pozornosť čistote a poriadku na cintorínoch, priebežne podľa potreby likvidovala zvýšený odpad v okolí kontajnerov. Bola zabezpečená služba na cintorínoch vo sviatok všetkých svätých a v deň pamiatky zosnulých od 8,00 hod. do 17,00 hod., ktorá udržovala čistotu a poriadok v areáli. Ďalej v týchto dňoch a hodinách sme zabezpečovali hranie pietnych melódií na cintorínoch, ktoré sú vybudované ozvučením. Hudba tak prispela k spríjemneniu atmosféry pre návštevníkov. Uskutočnili sme aj opravy na niektorých cintorínoch, na mestskom cintoríne v Dúbi doslúžila dlhoročná pumpa, ktorú bolo treba vymeniť, cintorín v mestskej časti Oškerda sa môže pochváliť novými schodmi a chodníkom zo zámkovej dlažby. Tieto práce zrealizovali naši zamestnanci zo stavebnej skupiny, ktorých náplňou práce sú rôzne menšie opravy na verejných priestranstvách, kde je treba niečo vykopať, zabetónovať, osadiť dopravné značky, lavičky, koše, opraviť zámkovú dlažbu, pozvárať zvodidlá pri mestských komunikáciách, upraviť terén a pod. Ďalšou dôležitou činnosťou našej organizácie je aj oprava verejného osvetlenia. V poslednom období sa veľmi rozmohol vandalizmus ohľadom poškodzovania krytov, pätíc a poistkových spodkov stĺpov verejného osvetlenia. Naši zamestnanci – elektrikári musia oprave venovať čoraz viac času a to nehovorím o zvýšených finančných prostriedkoch. K vandalizmu najviac dochádza vo víkendových nočných hodinách, kedy sa mladí spoluobčania vracajú zo zábavných podnikov posilnení alkoholom a takto si dokazujú svoju „majstrovskú šikovnosť“. Keďže sa pomaly blížia Vianoce, tento čas je aj obdobím prípravy vianočných ozdôb, ktorá spočíva v oprave nefunkčných dielcov. Tento rok mesto Kysucké Nové Mesto zakúpilo ďalšie vianočné ozdoby, ktoré budeme umiestňovať na nové stĺpy verejného osvetlenia na novovytvorenú pešiu zónu na Kamencoch oproti Bille. Vianočná výzdoba sa spúšťa na Mikuláša a mesto potom žiari až do sviatku Troch kráľov. S Vianočnými

sviatkami sa nezadržateľne blíži koniec roka a pri tejto príležitosti sa chcem poďakovať všetkým svojim zamestnancom, uchádzačom o zamestnanie, ktorí vykonávajú menšie obecné služby a aktivačnú činnosť v našej organizácii za ich každodennú prácu, taktiež vedeniu mesta, mestskej polícii, pracovníkom mestského úradu, s ktorými navzájom spolupracujeme v rámci plnenia úloh, ktoré vyplývajú z činnosti našej organizácie, alebo aktivít mesta. Prajem všetkým veľa pracovných, osobných úspechov, dobré medziľudské vzťahy medzi nami, nakoľko so vzájomným pochopením, trpezlivosťou, je hneď aj lepšia chuť a radosť do práce. Veľa zdravia, lásky, spokojnosti a Božieho požehnania prajem aj ostatným spoluobčanom a poslancom mestského zastupiteľstva, ktorí svojimi pripomienkami a nápadmi, ktoré adresujú našej organizácii, podporujú zveľaďovanie nášho mestečka.

pripravila : Mgr. Dáša Jakubcová, riaditeľka ÚDRŽBA MESTA KNM

Anna Kubiatková v každodennej práci dokazuje, že klient je pre ňu dôležitý a váži si ho

Keď má niekto svoju prácu rád, váži si aj ľudí, pre ktorých a s ktorými pracuje. Ako pani Anna Kubiatková. V každom zamestnaní, či povolaní, sa nájdu ľudia, ktorí sa v ňom buď našli a vykonávajú ho s láskou, alebo ho odvádzajú len – aby boli zamestnaní. Stále sú dnes ľudia, ktorí si nevážia, že majú zaujímavé zamestnanie, že skrátka majú zdroj príjmov a tak môžu reálne, aj s rodinami fungovať. Moje riadky chcem venovať práve človeku, dáme, ktorá je príkladom vo svojom zamestnaní. Slušná, ústretová,vie skutočne milo jednať s ľuďmi, a keby ste sa niekoľkokrát opýtali na tú istú vec, neodbila by vás netaktnou poznámkou, alebo hnevlivým pohľadom z očí. Je trpezlivá a rozvážna, odpovedá na všetko, čo klienta zaujíma. Keď takíto ľudia pracujú vo firme, či v spoločnosti, určite to je pre ňu prímosom, pretože klientelu priťahuje, a nie odrádza. Hovorím o pani Anne KUBIATKOVEJ, ktorá pôsobí vo Všeobecnej úverovej banke – pobočka Kysucké Nové Mesto – a ktorá je presne takým človekom, ako sme opísali. Slušná, príjemná, s decentným vystupovaním. Aj vďaka jej prístupu a správaniu sme sa rozhodli využiť ponúkané služby tejto banky. Aj keď sa dnes veľa skloňuje slovko konkurencia, v praxi mnohých bánk to až tak nefičí, čo som sa na vlastnej koži presvedčila. Nie všade si svojho klienta banka dostatočne ctí a rešpektuje. Pani Kubiatková však rozhodne ukazuje v každodennej práci, že klient je pre ňu naozaj dôležitý a váži si ho. Je pracovníčkou, na ktorú môže jej zamestnávateľ byťprávom hrdý, lebo mu robí zodpovednou prácou dobré meno. Touto cestou ďakujeme za jej profesionálny, ale najmä ľudský prístup.

RODINA ČESTVENOVA, KNM

Poistky už nebudeme rozdeľovať podľa pohlavia

V minulých týždňoch sa začalo veľa hovoriť o poistkách žien a mužov, o rozdieloch,ako aj o tom, že už sa poistenie nebude rozdeľovať podľa pohlavia,lebo je to svojím spôsobom znevýhodnenie ženského osadenstva oproti mužom. Chcela by som sa opýtať na podrobnejšie vysvetlenie, o čo vlastne ide, prečo sa pristúpilo k novému ponímaniu situácie, čo to bude aktuálne znamenať pri založení nových poistiek, aké výhody z toho plynú pre ženy, predpokladám, že platby budú aj vyššie. Na druhej strane, aké garancie bude zabezpečovať poisťovňa pri nových podmienkach. Samozrejme, že tie posledné, konkrétne otázky ma zaujímajú v súvislosti s Vašou poisťovňou.Ako ona poníma a realizuje tieto nové skutočnosti.
Ďakujem, Peter H., Kysucké Nové Mesto.

Úprava cien vyplýva z nariadenia Európskeho súdneho dvora, ktorý zrušil výnimku zohľadňovať špecifiká pohlaví ako určujúci rizikový faktor pri výške poistného. Ide o tzv. zrušenie diskriminácie pohlaví. To znamená, že od 21. 12. 2012 musia byť ceny nových poistení rovnaké pre obidve pohlavia. Doteraz to bolo tak, že ženy mali poistky lacnejšie ako muži. Prečo? Štatistiky ukazujú, že je rozdiel v predpokladanej dĺžke života. Kým napr. očakávaná dĺžka života u mužov je niečo vyše 72 rokov, u žien je to takmer 80 rokov. Ženy v porovnaní s mužmi žijú dlhšie, lebo sú spravidla zodpovednejšie a neriskujú. Častejšie chodia na preventívne lekárske prehliadky, a tak ochorenia ktoré ich postihnú sú zistené v rannom štádiu a sú pomerne dobre liečiteľné. Menej vykonávajú rizikové povolania, športy a sú opatrnejšie aj pri šoférovaní. Iba málokedy si uvedomujeme, že náš, alebo život našich blízkych závisí na mnohých a mimoriadne krehkých okolnostiach. Chvíľka nepozornosti, náhoda, zákerná choroba ... Všeobecne tomu hovoríme – osud. Osud, ktorý nás obyčajne zastihne nepripravených, bezradných a niekedy aj neschopných vyrovnať sa s následkami. Životné poistenie s osudom bojovať nedokáže. Je tu však na to, aby podalo pomocnú ruku vo chvíľach bezradnosti, aby zmiernilo straty – aspoň čiastočne a dočasne.

A napokon – životné poistenie v KOMUNÁLNEJ poisťovni je i spôsob, ako spojiť príjemné s užitočným. Spolu s poistením si vytvárať aj úspory. Lebo nemať životnú poistku - je hazard. Práve pre tieto dôvody má každá žena dnes jedinečnú príležitosť do 20. 12. 2012 uzatvoriť si výhodné životné poistenie spolu s pripoisteniami ešte s pôvodnými podmienkami – a hlavne cenami. Ak sa tak rozhodne po tomto termíne, zaplatí za rovnaké riziko pri totožnej poistnej sume vyššie poistné ako v súčasnosti.
KOMUNÁLNA poisťovňa, a.s. Vienna Insurance Group vo svojej širokej ponuke poskytuje zabezpečenie občanov podľa ich individuálnych potrieb a požiadaviek. Zaistením znásobuje poisťovňa bezpečnosť a finančnú istotu klientov. Renomované európske zaisťovne s vysokým ratingom, ako sú: SCOR Paris, MÜNICH Re, SWISS Re, PARTNER Re, Transatlantic Re a Hannover Re sú našimi dlhodobými partnermi. Na záver si dovolím pozvať každého, kto má záujem o viac informácií - navštívte nás Radi poradíme a zodpovieme na všetky Vaše otázky.

Komunálna poisťovňa, a.s.
Vienna Insurance Group
Litovelská 871
024 01 Kysucké Nové Mesto

Otváracie hodiny: pondelok, streda, štvrtok, piatok od 8.00 hod – do 15.00 hod

Daniela Pinčiarová
mobil: 0905 345 800
pevná linka: 421 39 93
pinciarova@kpas.sk
pinciarova@mail.t-com.sk
slavikovai@kpas.sk

www.kpas.sk

Sexuálnu aktivitu treba „správne dávkovať“

Vo Vašich radách často čítam, čo aj ja potrebujem vysvetliť, len sa to hanbím vysloviť. A poviem otvorene, že som kvôli tomu už viackrát menila gynekológa, lebo nevedela som sa pri ňom otvorene porozprávať o svojich problémoch. Som hanblivejšia, a tak mám radšej takýto neosobný kontakt –vo forme mediálnej poradne. Chcela by som sa Vás opýtať –ako to je s potrebou sexuálneho života u ženy. Či má na ňu negatívny vplyv jeho absencia, alebo nie? Myslím tým – pohlavný život, lebo dnes veľmi dobre vieme, že môžeme využívať rôzne sexuálne pomôcky a k vyvrcholeniu sa dá prísť aj inak, ako pohlavným stykom. Ale práve preto ma zaujíma, čo a ako má v tejto súvislosti vplyv na zdravie ženy. Skrátka, či ten tzv. mužský hormón nechýba pre riadenie ženského organizmu. A ak áno, čo robiť pre svoje zdravie, ak nemám stabilného partnera, aké hormóny, resp. výživové doplnky treba zadovážiť pre organizmus?

Kvalita života ako muža, tak aj ženy, je významne ovplyvňovaná aj naplňovaním sexuálnych potrieb. Každý človek je individualita, je nositeľom dedičnosti svojich predkov - okrem iných znakov aj v možnostiach sa chovania a vzťahu k sexu. Vývoj organizmu, ako aj vývoj endokrinných žliaz s tvorbou jednotlivých hormónov počas života muža a ženy, okrem genetickej predispozície, je formovaný - ako vnútorným prostredím človeka /zdravie, choroby.../, tak významne a v značnej miere formujúc - vonkajším prostredím /rodina, práca, strava, vzdelanie, stres, návykové látky, športovanie.../. Vo všeobecnosti pohľad na mieru a veľkosť sexuálnej aktivity vo vzťahu ku zdraviu - je na váhach vyrovnaný. Nie je len odrazom veľkosti hormónov v organizme, ale predovšetkým odrazom kvalitnej stability a zdravia človeka. Sexuálna aktivita, chcenie, prežívanie a hlavne spokojnosť z dosiahnutia vyvrcholenia pri sexe, je odrazom dobrého zdravia ako u muža, tak u ženy .Udržanie dobrej kvality prežívania sexuálnej aktivity je zveľaďovanie aj zdravého spôsobu života nezávisle od veku po dosiahnutí dospelosti. Individuálne je samozrejme fakt, že vzťah ku sexu – okrem samotného dobrého zdravia, je významne formovaný prostredím, kde a ako človek žije, návykmi z minulosti a je formovaný otvorenosťou vzťahov a ich skúsenosťami ako dosť podstatný „edukačný“ prínos k pohľadu chcenia sexu. Sexuálna aktivita a jej naplňovanie - ako nevyhnutnej potreby pre zdravý vývoj organizmu – má významné miesto nielen v dosiahnutí naplnenia reprodukčnej /rozmnožovacej/ činnosti človeka , ale aj v dosahovaní vlastnej fyzickej a psychickej pohody. Každý človek je individualita aj v tomto smere chcenia. Sexuálne aktivity, pohlavný styk, prípadne iné formy sexuálneho uspokojovania v pozitívnom zmysle nesmú byť odrazom „kompenzácie“ iných nedostatkov v živote človeka, ale musia byť odrazom vrcholu zdravého jedinca a jeho zdravého spôsobu života. V takomto smere nenaplňovanie sexuálnej aktivity, jej absencia, vedú samozrejme predovšetkým ku psychickej nepohode. Treba myslieť aj na existenciu „premrštenej túžby“ po sexuálnej aktivite - čo už hraničí s onemocnením a k potrebe konzultácií v sexuologickej poradni. Takže v závere našej čitateľke je doporučenie –samozrejme, čo najzdravšieho spôsobu života, športovanie, dobré a kvalitné stravovacie návyky, neuvažovať o potrebe hormonálnych prípravkov za účelom ani zvýšenia ani znižovania sexuálneho chcenia. Ale jednoznačne treba pripomenúť, že neistý a nevyrovnaný stav – ak trvá a vedie ku osobnej neistote - treba diskrétne prehodnotiť so špecialistom. A posledné možné priblíženie k porovnaniu – aj pravidelné športovanie vedie ku fyzickému a psychickému blahu človeka, jeho nedostatok - horší daný stav a v podobnom merítku ľudskú pohodu, vyrovnáva aj „správne dávkovaná“ sexuálna aktivita u niekoho fyziologicky viac, u niekoho menej.

GYN-PRAKTIK, s.r.o.;
MUDr. Pavol Hartel
Bajzova 8401/48A; Žilina;
Tel.: 041/500 7800
Objednajte sa na:
Odbornú poradňu, konzultáciu, vyšetrenie na špičkových prístrojoch, stanovenie diagnózy, liečbu...

§ § § Právna poradňa § § § Právna poradňa § § § Právna poradňa § § § Právna poradňa § § §

Syn nastúpil na vysokú školu, môžem žiadať zvýšenie výživného?

Som celé roky rozvedená a bývalý manžel mi na dieťa platil od samého začiatku 2000 Sk – a platil tak do maturity. Je pravdou, že som stále na neho určitým spôsobom nahnevaná za príkoria, ktoré mi celý život spôsoboval a tak aj z hrdosti som od neho viac nepožadovala. Neskôr, keď bol syn starší, nechcel, aby som otca o niečo žiadala. Medzitým však bývalý manžel ochorel a neviem, či nemá aj invalidný dôchodok, resp. čiastočný invalidný dôchodok. Iste však uznáte, že som toho mala dosť, aby som to tie roky vedela zvládnuť, pretože môj zárobok sa pohybuje maximálne okolo 400 EUR. V súčasnosti však syn nastúpil na VŠ a napriek tomu, že protestuje, chcem požiadať o zvýšenie alimentov aspoň na 170 – 200 EUR, lebo aj mne sa medzičasom zhoršil zdravotný stav a poberám čiastočný invalidný dôchodok. Ako mám postupovať, a čo keď manžel odmietne na súde, že nemá peniaze? Resp. sa nejako bude vyhovárať, či už z dôvodu invalidity, alebo skrátka preto, že celé roky na to nebol naučený, lebo vždy som vyhovela totiž jeho podmienkam. Myslím, že aj súd môže vidieť, že z mojej strany som nikdy nezneužívala situáciu a teda mi vyhovie teraz? Ďakujem.

Odpoveď:

V prvom rade Vás musím upozorniť na to, že keďže je Váš syn plnoletý, návrh na zvýšenie výživného proti otcovi (odporcovi) musí podať výlučne on a tým sa stane i účastníkom konania na strane navrhovateľa. Podľa zákona o rodine, plnenie vyživovacej spoločnosti rodičov k deťom, je ich zákonná povinnosť, ktorá trvá do času, kým deti nie sú schopné samé sa živiť. Dohody a súdne rozhodnutia o výživnom je možné zmeniť, len ak sa zmenia pomery, a to výlučne cestou súdu. Konanie o zvýšení výživného je povahou konaním sporovým. Zahajuje sa na návrh, v ktorom musia byť uvedené podstatné a rozhodujúce skutočnosti a uviesť, označiť, alebo predložiť dôkazy. To je veľmi dôležité, lebo účastníci konania nesú zodpovednosť za zistenie skutkového stavu, pričom dôkazná povinnosť je na navrhovateľovi. V danom prípade bude teda treba, aby navrhovateľ v konaní preukázal, že nie je schopný sa sám živiť a preto sú rodičia povinní naďalej si plniť voči nemu svoju vyživovaciu povinnosť. Zároveň treba i preukázať, že v prípade navrhovateľa nastala taká zmena pomerov, ktorá odôvodňuje zvýšenie výživného v požadovanej sume. Inými slovami, bude úlohou navrhovateľa dokázať, že suma, na ktorú žiada posledne stanovené výživné zvýšiť nie je účelová, či premrštená, ale odráža náklady na jeho skutočne odôvodnené potreby a samozrejme sa berie do úvahy i životná úroveň otca. Skutočnosť, že odporca (otec) so zvýšením výživného súhlasiť nebude, nie je pre konanie sama o sebe rozhodujúca. V konaní sa budú skúmať majetkové a zárobkové pomery a možnosti rodičov, rovnako i dospelého dieťaťa a jeho odôvodnené potreby. Keďže strany nesú zodpovednosť za zistenie skutkového stavu a zároveň dôkazná povinnosť je na navrhovateľovi, ktorý čo tvrdí, musí i preukázať, bude teda hlavná povinnosť dokazovať spočívať na navrhovateľovi. Preto doporučujeme riadne označiť dôkazy už priamo v návrhu (napr. potvrdenie o štúdiu na vysokej škole, doklad o výške príjmu matky, mesačné výdavky navrhovateľa a pod.), alebo navrhnúť ich vykonanie (výsluch účastníkov, alebo svedkov) prípadne, môžete navrhovať a označovať dôkazy i priamo na pojednávaní (čím sa však zvyčajne konanie predlžuje). Pokiaľ neviete dôkaz zabezpečiť, treba ho navrhnúť a požiadať súd o jeho zabezpečenie (napríklad údaje týkajúce sa zamestnania odporcu, jeho majetkových, či zárobkových pomeroch a pod.).

Advokátska kancelária, ul. Republiky 21, Žilina
tel./fax: 041 564 3548
mobil: 0908 929 559, 0907 252 238
e-mail: veronikaj@stonline.sk
jakubikova.veronika@gmail.com

...okienko zverolekárky... ...okienko zverolekárky...

Akvaristika a chov akváriových rybičiek v bytoch

Pani doktorka, deti by veľmi chceli doma zvieratko, ale sú ešte malé a pravdu povediac, nemáme s manželom radi neporiadok po byte, ktorý by iste vznikol, keď v ňom pobehujú zvieratá. Rozhodli sme sa preto „zabiť dve muchy jednou ranou" a kúpiť si akvárium s rybičkami. Chcel by som sa Vás – ako odborníčky – opýtať, aké starosti to obnáša? Čo musím vedieť, ako sa o rybičky starať, aby neochoreli, čo im dávať žrať, keď ideme na dlhšie zdomu, čo treba zabezpečiť, atď... Tiež by ma zaujímalo, aké rybičky kupovať, aby sa znášali,čo sa do akvária hodí a čo nie. Kam ho umiestniť, aké by malo byť veľké, atď.? Ďakujem za odpoveď.

Akvaristika a chov akváriových rýb príp. iných exotických vodných živočíchov v zajatí je oproti chovu psa v byte, menej náročná, ale zaujímavá záľuba. Rovnako pre deti dokáže spĺňať potrebu domáceho zvieratka. Samozrejme akvaristov v praxi je oproti „ psíčkarom„ oveľa menej. Aj napriek cenovej dostupnosti a priestorovej nenáročnosti nie je akvaristika taká populárna.

Chov akvariových rýb v domácich podmienkach môže na prvý pohľad vyzerať jednoducho... Ak uvažujeme nad zriadením akvária a uspešným chovom rýb, musíme brať do úvahy niekoľko podmienok. Umiestenie akvária v byte alebo dome, poloha akvária (vzhľadom na dvere, okno- priveľa svetla) výber vhodnej miestosti (tichšia izba lepšia, oproti viac frekventovanej miestnosti), umiestenie príp. na osobitnom stole, v akvaristickej zostave, blízkosť vykurovacie telesa - prehrievanie nádrže...

Rybkám a biotopu v nádrži škodí najmä príliš hlučná miestosť, nadmerný pohyb ľudí, otrasy v miestosti, nadmerné prirodzené svetlo, veľké výkyvy teplôt, prašnosť prostredia, časté vymieňanie vody alebo naopak nedostatočná filtrácia, a nakoniec aj nadmerné kŕmenie. Samozrejme akvárium v byte zaberá oveľa menej priestoru a času ako iné domáce zvieratá, práve preto by sme mali dôkladnejšie zvážiť jeho výber, umiestenie a vybavenie. Ak sa nám podarí zriadiť akvárium s vyváženým biotopom, starostlivosť oň je potom minimálna. Ohrievač s termostatom, kvalitný filter, vhodný substrát na dno, zdroj umelého svetla je samozrejmosťou. Nie všetky dekorácie, ktoré sa nám páčia, sú vhodné do bežnej sladkovodnej nádrže (mušle, pieskovce, vápencové kamene...)

Rybičky vyberáme samozrejme za odbornej pomoci predajcu v akvaristike. Poradí nám aj pri výbere vybavenia, osadenstva a znášanlivosti rýb, potrebnej teplote vody, osvetlení pre danú populáciu atď. Nie všetky pestré nami zvolené rybičky sú naozaj vhodné do spoločenskej nádrže. Niektoré sú dravé, iné zas obývajú rôzne vrstvy vodného stĺpca alebo sú výlučne nočnými živočíchmi. Niektoré je zasa potrebné chovať vo viacpočetnom kŕdli, pretože osamote hynú. Výber krmiva závisí od počtu a charakteru spoločenstva (bylinožravce, mäsožravce), čo zabezpečíme kúpou vhodného sušeného, mrazeného, alebo aj živého krmiva. Samozrejme nie je vhodné nádrž prerybňovať, chovať len jednotlivcov z rôznych druhov, nedodržiavať karanténu pri kúpe nových rýb. Pekným a vhodným doplnkom spoločenstva v akváriu je aj chov mäkkýšov ako prirodzených „ čističov„ dna.

Akvaristika a chov akváriových rýb je široká problematika, nie je to len chov zdravého rybieho potomstva, ale aj pochopenie rovnováhy, kvality a stability biotopu... osvetlenie, teplota, minerálne zloženie substrátu, rastinné a mikrobiálne zloženie nádrže - to všetko má vplyv aj na chorobnosť a prežívanie rýb. Najčastejšie rybičky trpia parazitárnymi, plesňovými, bakteriálnymi chorobami, vplyv má na to chladná resp. prehriata voda, nedostatočná filtrácia, nadmerný počet rýb atď. Každý akvarista vie, že dosiahnutie vyváženosti v akváriu, je najväčším úspechom.

Avšak problémov spojeným s akváriom je mnoho, často je potrebné ich už riešiť idividuálne.

Veterinárna ambulancia MVDr. Jana Tunegová
1. mája 113; Kysucké Nové Mesto
Telefón: 0911137798
Ordinačné hodiny: Pondelok – Piatok
9.00 – 12.00, 13.00 – 17.00

Nakupujte a využívajte služby u predajcov a odborníkov s dlhoročnou skúsenosťou, dobrým menom a rozumnými cenami.

OBUV JANEL

zimná kolekcia !

e-shop: www.obuvjanel.sk
e-mail: obchod@obuvjanel.sk
Tel.: 0907/414 066

Belanského 6
(pri papierníctve ARVEN)
Kysucké Nové Mesto

STAVEBNINY PEGA

ul. 1. mája 263, **Kysucké Nové Mesto**

- stavebný materiál
- kúpeľňové štúdio
- obklady
- dlažby
- montáž

tel./fax:
041/ 421 4082, 0907 332 336 , 0905 575 993
e-mail: galvanek1@stonline.sk

Slovnaft Radoľa
Otvorené: ***denne 5:00h – 23:00h***

Ponúkame kvalitné motorové palivá:
TEMPO PLUS 95, TEMPO PLUS Diesel
automobilové oleje a mazivá
MADIT a MOL Dynamic / aj v 10 l balení/
Ďalej ponúkame široký sortiment autokozmetiky.
Staňte sa členom Klubu BONUS : www.bonusklub.sk

4 WOMAN

- POŽIČOVŇA SPOLOČENSKÝCH ŠIAT
- PREDAJ ŠIAT
- DOPLNKY

www.4woman.sk

Ul. 1.mája 248 , Kysucké Nové Mesto 0948 495 121

Detský a bytový textil

Po.- Pi.: 8.00-12.00, 12.30-17.00 hod.
Sobota: 8.00-12.00 hod.
Telefón: 041/ 4213644

Oľga Bardyová
Belanského 208
Kysucké Nové Mesto

- ponúkame dojčenský tovar až do 2 rokov
- pripravíme Vám detskú výbavičku od narodenia za veľmi prijateľnú cenu

Podporujeme predaj SLOVENSKÝCH VÝROBKOV

...kúpte u nás darček pre Vaše dieťa...

KYSUCKÁ AUTOŠKOLA

Drahoslava Luprichová
Neslušská cesta 1293, Kysucké Nové Mesto
tel.: 0905 532 973

- vykonáva výcviky vodičov,
- kondičné jazdy,
- školenia vodičov z povolania,
- doškoľovacie kurzy vodičov

Kvalitná príprava, dostatok výcvikových a učebných hodín, spoľahlivé vozidlá, kvalifikovaní učitelia, príjemná atmosféra, dobrá cena. Toto všetko Vám ponúkame!

Sme na trhu už 14 rokov, ponúkame skúsenosti a spoľahlivosť!

BeSteRe

Predajňa s textilom,
Belanského 542,
Kysucké Nové Mesto
www.koselekravaty.sk

myAVON

...u nás nájdete darček pre celú rodinu...

Jana Ďuranová, AVON – zónová manažérka pre Kysuce a Oravu,
Námestie Slobody 2295 (bývalá predajňa Drobček),
Kysucké Nové Mesto
tel.č.: 0904 329 779, e-mail: duranovaavon@centrum.sk

universal maklérsky dom a.s.

Viera Marčišová
ČSA 2809
(v areáli Hotela Kriváň)
024 01
Kysucké Nové Mesto

Kontakt:
0907 800 730,
0910 549 044
e-mail:
marcisova@universalsk.sk
www.universalsk.sk

SPROSTREDKOVANIE POISTENIA

FOTOSLUŽBA A FOTOATELIÉR - GABRIEL MUŠKA

Nám. Slobody 168
Kysucké Nové Mesto
Tel.: 041 421 2681

- fotodarčeky
- fotografovanie spoločenských akcií
- fotografovanie detských akcií, **sväté prijímanie**
- fotografovanie akcií dôchodcov
- fotografovanie akcií organizácií
- rámovanie obrázkov

Digitálne foto formát 10 x 15 cm už za hodinu!

Vyrobíme Vám elegantnú knižnú publikáciu z rôznych udalostí z Vášho života ...

Ďakujeme, že využívate naše služby!

Požičovňa svadobných a spoločenských šiat „Venček“,

(budova Coop Jednoty, s.d., poschodie)
Nám. slobody
Kysucké Nové Mesto

ponúka záujemcom výpredaj svadobných šiat od 60 €, spoločenských od 29 € a topánky od 10 €.

Pri výbere svadobných šiat a svadobných obrúčok účtujeme zľavu z ceny 20 €!

Stužkové zábavy sú už v plnom prúde a čo chvíľa je tu plesová sezóna! Sme pripravení vyhovieť vašim požiadavkám, ponúkame aktuálne a trendové modely, treba si prísť len vybrať!

V predajni NIKATEXT nájdete: bižutériu, doplnky k oblečeniu, kabelky, bielizeň, korzety, samodržiace pančuchy, pánske obleky po č. 60 a dámske konfekčné veľkosti od č. 36 po č. 56 (blúzky, sukne, nohavice).

Otváracia doba: pondelok - piatok od 8,30 -17,00, sobota od 8,00-12,00
tel. 041/4216417, 0907/613939

ROFIS GASTRO s.r.o.
Pivovarská 174,
Kysucké Nové Mesto
tel.: 0917 645 479,
041/433 2732
e-mail:
starypivovar@ubociana.sk
www.ubociana.sk

Pozývame gurmánov na KAČACIE HODY a vynikajúce vína známej a labužníkmi vysoko uznávanej zn. MATYŠÁK.

OKNÁ
s najlepšou tepelnou izoláciou

KYSUCKÉ NOVÉ MESTO
Belanského 213
tel.: 041/421 43 69
mobil: 0911 251 130
e-mail: kysuckenm@slovaktual.sk

ČADCA
Kukučínova 2
tel.: 041/432 78 55
mobil: 0902 950 706
e-mail: cadca@slovaktual.sk

okná a dvere

Slovaktual®