

Kubín



Poznáme najlepšieho športovca a športový kolektív za rok 2023

Ocenenia sa dočkali reprezentanti rôznych športových odvetví, ktorým sa v uplynulom roku podaril výnimočný výkon alebo svojim odkazom motivujú k športu už niekoľko generácií.

P. Konečný búral stereotypy o ženách
Filmový kritik v or. knižnici prednášal o schopnosti
kinematografie prebúdzat v ľuďoch empatiu.



Na Kubinskej holi zapálili paralympijský oheň
Župnú paralympiádu podporili Adam Žampa
aj Henrieta Farkašová.



Seniori z CSS Brezovec zverili svoje účesy do rúk budúcich kaderničok



Súkromná stredná odborná škola v Dolnom Kubíne oslovila Centrum sociálnych služieb (CSS) Brezovec a ponúkla svoje služby klientom centra. Seniori sa raz do mesiaca vyberú priamo do školy, kde sa zveria do rúk budúcim kaderničkam. Študentky sa im tak postarajú o ich účesy.

foto: redakcia

„Rozhodli sme sa pomôcť našim starším spoluobčanom a nadviazali sme tak spoluprácu s CSS Brezovec, že každý mesiac alebo podľa ich potreby, im pomôžeme sa skrášliť a upraviť vlasy. Je to samozrejme bezplatné,“ povedal Miroslav Borák, zástupca riaditeľa Súkromnej strednej odbornej školy. „Bolo to pre nás veľkým prekvapením a aj samotní klienti s radosťou privítali, že tu môžu prísť, že spoznajú nových ľudí, porozprávajú sa a zároveň majú aj nový účes,“ uviedol Miroslav Šimo z Centra sociálnych služieb Brezovec. „Určite by sme chceli v tejto aktivite pokračovať, lebo vidíme, ako sú aj klienti centra z tejto novinky nadšení a so študentkami si zároveň vymieňajú medzigeneračné skúsenosti a vedú zaujímavé rozhovory,“ dodal Miroslav Borák.

derníckom trhu, ale aj mnohé ďalšie. „V rámci školy ponúkame hlavne kadernícke služby. Plánujeme zaviesť aj možnosť strihania malých detí, čo v Dolnom Kubíne chýba a ponúkame i kozmetické služby nielen pre ženy, ale aj pre mužov,“ uzavrel Miroslav Borák.

redakcia

Naši dobrí rodáci – spoznajte históriu so ZŠ P. Škrabáka

So žiakmi a pedagógmi ZŠ Petra Škrabáka môžete bližšie spoznať naše mesto. Vymysleli hru, vďaka ktorej sa dozviete mnoho zaujímavostí z histórie Dolného Kubína.

Pátračka, ako ju sami volajú, vás prevedie miestami, ktoré nepoznáte, ale i takými, ktorými denne prechádzate a nevedomujete si ich význam. „Štartujeme trochu netradične. Keďže pán Škrabák bol spojený s históriou mesta, tak začíname pátracou hrou v Dolnom Kubíne a o Dolnom Kubíne. Táto pátračka sa vola Quest. Je to medzinárodný koncept, ktorý sme preniesli na naše kubínske námestie až po historický cintorín,“ povedala Mária Studeníková, riaditeľka ZŠ P.Škrabáka.

Ideálna trasa, ako spoznať pamätné miesta

Pátracia hra je vhodná aj pre rodiny s deťmi a seniorov. Stačí vám na ňu len 45 minút a brožúrka, v ktorej nájdete plán trasy, ako zvládnuť hru až do cieľa. „Má svoje zákonitosti, ktoré musia byť dodržané. V prvom rade je veršovaná a prevádza turistu alebo záujemcu centrom nášho mesta. Začína v Parku dejateľov, následne okolo kostola, gymnázia a uzavrie sa na mieste, kde naše kroky väčšinou končia, na historickom cintoríne. Je samoobslužná, to znamená, že stačí brožúrka, ceruzka a každý, kto vie čítať, si to mesto prejde a všetci sa o ňom dozvie. Malou odmenou je čítať o Dolnom Kubí-

Súkromná stredná odborná škola plánuje aj ďalšie novinky. Dolnokubínčanom chce ponúknuť chýbajúcu službu na ka-



Kubín



Škôlka na Brezovci je energeticky úsporná,
má vlastnú elektráreň

Zlepšením prešli tepelno-technické vlastnosti budov, vykurovanie, osvetlenie i vetranie a boli nainštalované fotovoltaické panely. Prebytok energie bude od MŠ odkupovať dodávateľ späť do siete.

Rozsvietili vianočné stromčeky
Podujatia pred MsÚ, v parku M. Kukučina a na
Medzihradnom sprevádzal kultúrny program.



Parahokejisti u nás zápasili s Južnou Kóreou
Reprezentácia z Južnej Kórey bola u nás 12 dní a s našim
tímom odohrala 4 priateľské zápasy pred majstrovstvami.

Nová pohľadnica i úspešná zbierka

Aj tento rok bolo rozsvietenie stromčeka spojené s predstavením novej dolnokubínskej vianočnej pohľadnice. Tohtoročná je venovaná kolonádovému mostu. Večer mal aj dobročinný charakter. Už niekoľko mesiacov prebieha v meste zbierka na zakúpenie modernej elektrickej rikše. „Teším sa, že sme spoločne s poslancami odsúhlasili vyčleniť 3 000 eur z rozpočtu na zakúpenie takejto rikše. Jej cieľom je umožniť ľuďom, seniorom, ktorí sú odkázaní na lôžko alebo majú obmedzený pohyb, aby mohli navštíviť mesto,“ doplnil primátor. Počas kultúrneho programu obyvatelia vyzbierali na rikšu ďalších, takmer 1 700 eur. „Zbierku organizujeme celý rok 2023 a teraz v decembri bude končiť aj zbierka v rámci občianskeho združenia Vidíme srdcom. Mali by sme mať dostatok peňazí, aby sme mohli rikšu našim seniorom objednať,“ teší sa riaditeľka Centra sociálnych služieb Brezovec Soňa Miháliková.

Kubín



V Strednej odbornej škole obchodu a služieb ukončili prvú výraznú rekonštrukciu od roku 1965

V budove školy vymenili okná, zateplili ju a dokončili aj novú strechu. Úplnej modernizácie sa dočkali aj ich priestory kaderníctva na ulici Radlinského.



V meste vzniká nový kamerový systém 51 digitálnych kamier s vysokým rozlíšením bude efektívnejšie dohliadať na bezpečnosť v obyvateľov.

Peter Kokoška štátnym trénerom kulturistov Za našim úspešným kulturistom a trénerom prichádzajú amatérski aj profesionálni športovci z celého Slovenska.



foto: redakcia

Ocenenie Knižnícky počin roka získala Oravská knižnica A. Habovštiaka

Porotu najviac zaujal projekt Ruka v ruke, ktorý v Oravskej knižnici Antona Habovštiaka beží už viac ako desať mesiacov. Ocenenie za knižnícky počin roka 2022 SAKAČIK putuje do Dolného Kubína. Súťaž vyhlasuje Slovenská asociácia knižnic a tento rok sa do nej prihlásilo päť projektov.

„Tento projekt sme vymysleli s pani riaditeľkou Centra sociálnych služieb na Brezovci a s pani riaditeľkou ZŠ Martina Kukučina a materskými škôlkami v Dolnom Kubíne. Je založený na tom, že vybraná skupina seniorov z centra sociálnych služieb, ktorí už majú nejaké hendikepy a bežne sa nedostanú do diania, alebo nemajú kultúrne využitie, prídu raz za mesiac k nám. Ide o skupinku približne 15 seniorov,“ približuje riaditeľ knižnice Roman Večerek.

Stretnutie generácií

Za seniori prídu zároveň tá istá skupina detí buď zo základnej školy alebo materskej a spoločne sa venujú rôznym aktivitám. Často kreslia či maľujú, no v pláne je práca s hlinou, fotografovanie aj spoločné výlety. „Projekt je zaujímavý v tom, že tam vznikajú väzby. Je to sociálny experiment. Možno aj tým sme zaujali, že z centra sociálnych služieb chodí k nám aj psychológ alebo nejaký art terapeut, liečebný pedagóg. Snažíme sa tiež, aby vznikali vzťahy medzi seniori a deťmi. To znamená, že deti už spoznávajú seniorov po mene a naopak. Seniori majú aj vďaka mladým pocit, že sú potrební,“ vysvetľuje Večerek. Takéto stretnutia organizuje knižnica raz mesačne. Práve v pravidelnosti vidí zmysel projektu Ruka v ruke, ktorý by

mohol pokračovať aj vydaním štúdie či fotografickej knihy, kde zdokumentujú priebeh procesu. „Nemáme určený koniec. Môže to trvať rok, dva, tri aj štyri roky. Uvidíme, možno sa časom vymenia generácie. Boli by sme radi, aby tento projekt prevzali možno aj iné knižnice, iné inštitúcie a na podobnom princípe urobili podujatia,“ dodáva riaditeľ knižnice.

Elektrické rikše

Hovori aj o druhej fáze projektu, ktorá by v prípade získania financií mohla pokračovať aj zakúpením elektrickej rikše, aby spoločne vozili seniorov po Dolnom Kubíne. „Vymysleli by sme akési literárne cestovné mapy a vždy by sme išli na nejaké miesto, zobrali seniorov, ktorí by sa tam bežne nedostali. Budú nám s tým pomáhať dobrovoľníci z neformálneho mládežníckeho parlamentu,“ uzatvára Večerek. Za výhru získala knižnica 700 eur, ktoré môže použiť na aktivity. Dostala tiež knižné police v hodnote 500 eur.

Police zaplnilo 300 nových príbehov

Oravská knižnica Antona Habovštiaka v Dolnom Kubíne v zriaďovateľskej pôsobnosti Žilinského samosprávneho kraja hľadá knihám nový domov.

Po pilotnej spolupráci s Ústavmi na výkon trestu odňatia slobody v Ružomberku, Sučanoch a v Ziline, prejavili záujem o spoluprácu na projekte „Daruj knihy nový domov“. Na ceste, i autobusové a železničné stanice po celej Orave, ale tiež Aquarelax Dolný Kubín, Transfúzna stanica Dolný Kubín, veterinárna ambulancia, domovy sociálnych služieb a iné. Na spomínaných miestach boli vytvorené a umiestnené knižničky, ktoré zamestnanci knižnice už takmer tri roky neustále sledujú a pravidelne dopĺňajú. Už čoskoro sa mobilná knižnička objaví aj v klientskom centre katastra Dolný Kubín.

redakcia

Videopohľad na časť z aktivít, ktoré v knižnici spájajú seniorov s najmladšou generáciou.



kde počas prestávok najviac času trávia zamestnanci spoločnosti, boli umiestnené tri knižničky s viac ako 300 knihami. „Projekt Daruj knihy nový domov posúva vyradené knihy, rôzne duplikáty či multiplikáty z knižničného fondu, ktoré sú však stále zaujímavé a žiadané. Tým sa uvoľní v knižniciach miesto pre nové knihy, ktoré neustále pribúdajú. Teší ma, že sme mohli aj takýmto spôsobom spríjemniť chvíle zamestnancom a knihy tak nájsť nový domov,“ povedal riaditeľ knižnice Roman Večerek.

Projekt s názvom „Na ceste“ je projekt Oravskej knižnice A. Habovštiaka, ktorý však v sebe spája niekoľko čiastkových projektov už viac ako tri roky. Veríme, že má pred sebou ešte dlhú cestu. Spoločným znakom sú knihy. Také, ktoré už nemajú v knižnici dost miesta a stali sa akoby nadbytočnými. Ale zďaleka nie zbytočnými.

text a foto: Mária Babík Ferencová, Oravská knižnica A. Habovštiaka



Kubín



Nadšenci obnovili značenie na dolnooravských cyklotrasách

Desiatka dobrovoľníkov z Cykloklubu Dolný Kubín aj vďaka nadácii Ekopolis zrealizovala prácu na obnove cyklistického značenia a revitalizácii dvoch cykloprístreškov.



Otvorili K Park na Brezovci

Sportovo-oddychový areál obsahuje streetbalový kôš, workoutové ihrisko, pingpongový stôl a lezeckú stenu.

R. Stanček bude pôsobiť v D. Kubíne nadateľ

Predsedajúci zborový ev. a. v. farár patrí k významným osobnostiam, ktoré prispeli k rozvoju mesta.

Deti a seniori idú ruka v ruke

Oravská knižnica Antona Habovštiaka v Dolnom Kubíne sa zapojila do projektu s názvom Ruka v ruke. Spoločnými stretnutiami a aktivitami chcú dosiahnuť dlhodobé a pravidelné medzigeneračné prepojenie detí a seniorov.

Okrem Centra sociálnych služieb Brezovec spolupracujú s deťmi zo základných a materských škôl v Dolnom Kubíne. „Ide o medzigeneračnú spoluprácu medzi seniormi, ktorí sú odkázaní na ústavnú starostlivosť a škôlkarmi či prvým stupňom základných škôl. Nie je to jednorazová aktivita. Deti a seniori sa pravidelne stretávajú celý rok, aby medzi nimi vzniklo puto. Deti sú hravé, povzbudzujú ich k životu. Seniori sú zas trpezliví, vysvetľujú, spoločne tvoria príbehy, čítajú, inšpirujú sa,“ povedal riaditeľ Oravskej knižnice A. Habovštiaka Roman Večerek.

Navzájom sa dopĺňajú
Aktivity zamerali na rozvoj pracovných,

tvorivých aktivít a kognitívnych schopností. Nechýbalo čítanie, maľovanie, foteenie, či prechádzky. To všetko pod vedením odborných sociálnych pracovníkov, knihovníkov, pedagógov a art terapeutov. „Cieľom je dostať seniorov vonku, socializovať ich, integrovať do spoločnosti cez vonkajšie aktivity. Seniori sa obohacujú aktivitou detí, ktorí sú plní energie a úsmevu. Deti zase dostávajú od nich spätnú väzbu, komunikáciou, ktorá je plná myšlienok a vecami, ktoré ich učia,“ vyjadrila sa Soňa Miháliková, riaditeľka Centra sociálnych služieb Brezovec. „Aktivity sú zamerané aj na terapie, či už je to terapia hudbou, bibliotéková terapia, terapia pamäti. Chceme, aby napredovali deti aj seniori cez rôzne hry v rámci piesní, tancovania, divadelných scénok. Viem si predstaviť realizovať projekt aj v záhrade,“ doplnila.

Stretávajú sa už od minulého roka
„Medzi škôlkarmi sa nachádzajú aj deti, ktoré nemajú starých rodičov. Bola som veľmi prekvapená z jedného dievčatka, ako komunikovalo s pánom, s ktorým maľovalo a uvítalo danú aktivitu. Veľmi

si rozumeli. Myslím, že to bolo spontánne, nič násilu,“ skonštatovala učiteľka Eva Batunová z Materskej školy Obrancov mieru. „Sami sme zvedaví, kam to celé za rok dospeje, aké vzťahy a priateľstvá vzniknú. Zatiaľ môžem povedať, že sú veľmi pozitívne ohlasy, či už je to od pani učiteľiek, alebo od vychovávateľov z Centra sociálnych služieb. Takže experiment si určite našiel v knižnici živnú pôdu,“ uzavrel Roman Večerek.

text a foto: redakcia



Ľudia modernej spoločnosti a ich virtuálny svet (názor)

Vidíme ich na každom kroku, na ulici, v parku či na zastávke na sídlisku. Trávia veľa času spolu v malých či veľkých skupinách – partiách. Niektorí sa iba rozprávajú, hlasno sa smejú, ale aj fajčia a nadávajú. Sú medzi nimi chlapci, ale čoraz častejšie prevládajú aj dievčatá. Áno, je to „Naša mládež - budúca generácia“, ktorá vyrastá v spleti moderného sveta, moderných technológií.

Často sme svedkami scén, ako z filmov 20. storočia, v americkom Bronxe či gete na kraji štvrti, kde vládnu drogy a násilie. Diváme sa na naše deti otvorenými očami a vidíme znučenú mládež, ktorá so slúchadlami v ušiach alebo s mobilom v rukách trávi voľný čas, len tak bezcieľne a otrávene. Malým spštením je fajčenie a požívanie alkoholických nápojov tak, aby ich nevideli policajti. Niektorí nemajú problém ani s tým. Kto im dokáže pomôcť a potrebujú vôbec pomoc?!

Odpoveď hľadáme v nás samých a hlavne v nich samých. Naša mládež je iná ako sme boli my. Spoločnosť, správanie a konanie, prístupy a hlavne modernizácia sveta im dáva široké možnosti. Realizácia smerom k dobru, k budovaniu zásad a cieľov pre svoju rodinu a výchovu vlastných detí sa nenosí. Ich svet je pre nás starších nepochopiteľný. Svet akejsi zvrtej morálky, kde im partia a sociálne siete balamutia rozum. Už deti v základných školách majú celkom iné predstavy o živote, ako sme mali my v ich veku. A to nehovoriac o staršej mládeži. Prevažuje mnohokrát násilné a nekolektívne konanie, správanie sa voči vlastným rodičom a spolužiakom hraničí s nepochopením a agresiou. Chýba úcta a pokora vo vzťahu ku všetkým autoritám. Nahromadený stres, frustrácia, či dokonca nenávisť voči svetu končí skratovým, aj protiprávnym konaním. Kde sa podeli vládnuť a priateľstvo?

Rodina vo svojej podstate akosi stráca na význame. Aj na Slovensku končí každé druhé manželstvo rozvodom. Manželstvá kedysi fungovali „až do smrti“. Dnes to je otázka 3 až 5 rokov,

keď už dochádza podľa odborníkov ku rozpadu vážneho vzťahu. Význačnou komunikácia a veľakrát aj neriešenie zásadných problémov rodiny ju rozdeľuje a ničí. V takomto prostredí vyrastajú deti, ktoré si nesú tieto vzory po celý život. Postupný, negatívny vplyv kamarátov spolu so závislosťou na sociálnych sieťach im nahrádza rodinnú atmosféru a rodičovskú lásku.

Naše deti potrebujú lásku, pochopenie a často aj trpezlivosť. Nevyhnutná komunikácia na tému život, láska a porozumenie medzi ľuďmi ich naučia mať úplne iné hodnoty života. Problémy, ktoré prichádzajú vekom sa dajú vyriešiť aj v pokojnej atmosfére. Bez hádok, sporov a emócií spoločným dialógom práve tých starších a skúsenejších, ktorými sú ich rodičia a starí rodičia. Len treba chcieť a hľadať správnu cestu. Netreba vidieť našu mládež iba z jedného uhla pohľadu. Nezakazujme, nemoralizujme, ale skôr majme vec pod kontrolou. Vzájomná komunikácia a hľadanie kompromisov môže viesť k obojstrannému pochopeniu a tolerancii.

Igor Čerňan