



### 5 | Sabinov do lesa

V lesoparku Švabľovka vznikla vzdelávacia zóna poznávania prírody



### 9 | Rozprávková noc

Žiaci ZŠ Komenského pripravili Noc v školskej knižnici



### 13 | Narovinu, pán riaditeľ!

Predstavujeme riaditeľa Senior-Vital n.o. Jaroslava Suchého

## VIANOČNÉ ZAMYSLENIE

# NARODENIE JEŽIŠA KRISTA

Slavomír Palfi, gréckokatolícky farár v Sabinove

Pomerne často, ak sa deje v spoločnosti, v krajine, či vo svete niečo, čo má dopad na veľkú časť ľudstva, si kladieme otázku ako: „Kto je za tým? Čo tým chce dosiahnuť?“

Čas vianočných sviatkov je obdobie roka, na ktoré sa teší snáď každý z nás. S radosťou pripravujeme výzdobu príbytkov, zdobíme stromčeky, kupujeme darčeky, deti sa tešia, že majú prázdniny, mnohí ideme na nočné bohoslužby a celkovo tento čas prežívame akosi inak, ako iné dni v roku. Toto obdobie zasahuje väčšinu ľudstva na celom svete. Niektorí to prežívajú ako sviatky zimy, kedy sa tešia najmä na voľno z práce, zo školy, ako aj na vysvietené stromčeky, domy, záhrady, či celé ulice. Prežívajú čas so svojimi blízkymi a je to pre nich čas oddychu z bežných povinností. Pre ďalších je to obdobie, kedy okrem stromčekov a žiaroviek vyberajú aj betlehemy, tešia sa okrem vianočnej výzdoby a spoločne strávenom čase aj na bohoslužby v chráme, na spoločnú rodinnú modlitbu a radi sa započúvajú do kolied a rôznych úvah, či katechéz na tému Vianoc.

Nech už teda prežíva každý z nás Vianoce akokoľvek, zostáva nám tu zatiaľ nezodpovedaná otázka: „Kto je za tým? Kto je príčinou Vianoc a čo tým chce dosiahnuť?“ Za tým celým je samozrejme Boh sám, ktorý nás tak nesmierne miluje, že dal svojho jednorodeného syna, Ježiša Krista, ktorý zbral na seba ľudské telo, stal sa jedným z nás a to tak, že sa počal z Ducha Svätého a narodil sa z Panny Márie v jaslách v Betleheme.

Stal sa človekom, aby za nás neskôr položil svoj život a takto nám ponúkol spásu a vykúpenie z našich hriechov.

Aj keď väčšina z nás prežíva tieto sviatky radosťne, veselo a tak trochu aj oddychovo, prvé Vianoce také zďaleka neboli.



„V tých dňoch vyšiel rozkaz od cisára Augusta vykonať súpis ľudu po celom svete. Tento prvý súpis sa konal, keď Sýriu spravoval Kvirínus. A všetci šli dať sa zapísať, každý do svojho mesta. Vybral sa aj Jozef z galilejského mesta Nazaret do Judey, do Dávidovho mesta, ktoré sa volá Betlehem lebo pochádzal z Dávidovho domu a rodu, aby sa dal zapísať s Máriou, svojou manželkou, ktorá bola v po žehnanom stave. Kým tam boli, nadišiel jej čas pôrodu. I porodila svojho prvorodeného syna, zavinula ho do plienok a uložila do jasiel, lebo pre nich nebolo miesta v hostinci.“ Lk 2, 1 – 7

Mária rodila Ježiša v maštali pri zvieratách. Ale Boh sa o ňu, o Jozefa aj o Ježiša postaral a všetko dobre dopadlo. Krátko po narodení Ježiša museli Jozef s Máriou a s dieťaťom utekať do Egypta, lebo kráľ Herodes chcel Ježiša dať zabiť. Znova čosi neprijemné. Aj tam sa Boh o nich postaral. Neskôr, po smrti Herodesa, sa Jozef s Máriou a Ježišom vracajú a bývajú v Nazarete a aj tam sa Boh o nich stará. Ježiš, Mária a Jozef naplnili Boží zá-

mer, stotožnili sa s jeho vôľou a Boh sa o všetko postaral.

Ako budeme prežívať tieto sviatky, ale aj ďalšie dni nášho života, je len a len na nás. Ak budeme plniť Božiu vôľu, t.j. milovať ho nadovšetko a svojho bližného ako seba samého, on sa o ostatné postará. Vtedy, keď sa nám bude dariť, aj keď bude ťažšie. Všetko nakoniec dobre dopadne. Ak ale tieto dni prežijeme síce s emóciami, ale bez toho, o ktorom to celé je – bez Ježiša Krista, potom bude naše šťastie len v našich vlastných rukách. A kto z nás dokáže urobiť seba samého dokonale šťastným v tomto živote aj vo večnosti?

Prajem vám, aby Ježiš Kristus bol centrom aj vášho života a to nielen počas týchto sviatočných dní, ale neustále. Lebo len vtedy budeme prežívať pravé šťastie, ktoré nikdy neskončí. ■

## POPLATOK ZA KOMUNÁLNY ODPAD

Za komunálne odpady a drobné stavebné odpady sa platí obci/mestu miestny poplatok podľa zákona č. 582/2004 Z. z. o miestnych daniach a miestnom poplatku za komunálne odpady a drobné stavebné odpady v znení neskorších predpisov. Podmienky a spôsob, ako i ďalšie náležitosti vyberania poplatku stanovilo mesto Sabinov vo všeobecne záväznom nariadení č. 14/2022 o miestnych daniach a miestnom poplatku za komunálne odpady a drobné stavebné odpady. Miestny poplatok za komunálne odpady a drobné stavebné odpady sa platí za činnosti nakladania so zmesovým komunál-

Výška poplatku za komunálny odpad je pre rok 2023 schválená na úrovni 35 €/osobu – bez priznanej úľavy – **to je prepočet 2,92 € na jednu osobu za jeden kalendárny mesiac.** Mesto Sabinov predpokladá, že aj za rok 2023 bude doplácať na odvoz a likvidáciu komunálneho odpadu a biologicky rozložiteľného kuchynského odpadu sumu cca 140 000 €. To je jedna zo súm, ktorá obmedzuje rôzne investičné projekty a opravy v meste.

Obmedzovanie príjmov predchádzajúcimi vládami (daňový bonus, ktorý priamo znižuje podielovú daň), vysoká inflá-

### Poplatok za komunálny odpad v meste Sabinov – analýza:

UKAZOVATEĽ	ROKY				
	2018	2019	2020	2021	2022
Výdavky na zber a odvoz odpadu	327 537,54	343 614,16	353 472,30	437 891,60	539 113,72
Príjmy z poplatku za odpad	188 410,49	200 965,11	247 798,10	322 692,46	388 407,83
Doplatok z mestského rozpočtu	139 127,05	142 649,05	105 674,20	115 199,14	150 705,89

### Prehľad výdavkov mesta za odvoz odpadu:

	Rok 2020	Rok 2021	Rok 2022	Rok 2023 k 30.9.2023
odvoz kuchynského odpadu	0	59 988 €	63 953,66 €	66 741,20
odvoz komunálneho odpadu	115 208,70 €	132 093,12 €	208 256,63 €	210 285,49
odvoz separovaného odpadu	11 882,17 €	21 364,06 €	41 845,70 €	37 315,98
poplatok za uloženie odpadu	205 933,29 €	211 545,30 €	206 456,45 €	170 494,28

nym odpadom, činnosti nakladania s biologicky rozložiteľným komunálnym odpadom, triedený zber zložiek komunálneho odpadu, na ktoré sa nevzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, náklady spôsobené nedôsledným triedením oddelene zbieraných zložiek komunálneho odpadu, na ktoré sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov a náklady presahujúce výšku obvyklých nákladov podľa osobitného predpisu.

Za odvoz odpadu platí mesto v roku 2023 sumu 94,08 € za jednu odvezenú tonu zo zberných nádob a 135 € za jednu odvezenú tonu z polopodzemných kontajnerov. Za uloženie komunálneho odpadu na skládke platí mesto 49,06 € za každú tonu uloženého komunálneho odpadu a k tomu poplatok štátu, ktorého výška je určená podľa miery vytriedenia a v roku 2023 je to 22 € za každú uloženú tonu odpadu na skládke.

cia, ktorá je priamo premietnutá do cien za tovary a služby a ekonomická prognóza, ktorá predpokladá nižšie výnosy z hlavného príjmu mesta, a to podielovej dane z príjmu fyzických osôb sú hlavné dôvody zvyšovania dane z nehnuteľnosti, poplatku za komunálny odpad a ostatné poplatky za materské školy, školské kluby a poplatok za základnú umeleckú školu (ku ktorému pristupujú postupne mnohé samosprávy na Slovensku).

Či sa dane a poplatok zvýšia, rozhodnú 14. decembra mestskí poslanci na zasadnutí Mestského zastupiteľstva v Sabinove. Návrhy všeobecne záväzných nariadení, ktoré budú predmetom rokovania, sú zverejnené na úradnej tabuli mesta na stránke [www.sabinov.sk](http://www.sabinov.sk)

*MsÚ Sabinov*

## POPLATOK ZA ROZVOJ

**Mesto Sabinov zvažuje zavedenie poplatku za rozvoj. Možnosť vyberať tento poplatok umožňuje všetkým mestám a obciam zákon č. 447/2015 Z. z. Zákon o miestnom poplatku za rozvoj (ďalej len zákon) už od roku 2017.**

Poplatok, v prípade jeho schválenia, by uhradil každý stavebník, ktorý začne niečo stavať, resp. rozširovať podlahovú plochu na základe stavebného povolenia. Zákon určuje limit poplatku od 3 €/m<sup>2</sup> do 35 €/m<sup>2</sup> podlahovej plochy nadzemnej časti.

Od podlahovej plochy sa odpočítava 60 m<sup>2</sup>, ktoré sú od poplatku oslobodené.

Takto získané peniaze do rozpočtu môže mesto použiť len v súlade so zákonom na účel, ktorý je určený – na úhradu kapitálových výdavkov – výstavba školy, škôlky, sociálneho zariadenia, sociálneho bývania, cesty, chodníky, parkoviská, ihriská, verejné osvetlenie, zeleň. Nesmú byť použité na bežnú údržbu a opravy. Mesto Sabinov pripravilo návrh Všeobecne záväzného nariadenia o poplatku za rozvoj, ktoré bude prerokované na zasadnutí Mestského zastupiteľstva v Sabinove dňa 14.12.2023.

Návrh predmetného všeobecne záväzného nariadenia je zverejnený na úradnej tabuli na stránke mesta [www.sabinov.sk](http://www.sabinov.sk)

*MsÚ Sabinov*

### Informatívny prehľad sadzieb z okolia Sabinova

Druh stavby	Drienica	Ražňany	Šarišské Sokolovce	Jakubovany	Veľký Šariš	Prešov	Bardejov	Malý Šariš
Stavba na bývanie	15 €	10 €	15 €	8/15 €	23 €	25 €	5 €	10 €
Stavba na pôdohospodársku produkciu	5 €	20 €	10 €	35/35 €	23 €	35 €	5 €	15 €
Priemyselné stavby	5 €	35 €	10 €	35/35 €	23 €	35 €	5 €	15 €
Stavby na ostatné podnikanie a zárobkovú činnosť	15 €	20 €	10 €	35/35 €	23 €	35 €	10 €	15 €
Ostatné stavby	10 €	20 €	10 €	10/20 €	23 €	35 €	5 €	10 €

**Mesto SABINOV**  
**Mestský úrad Sabinov, Námestie slobody 57,**  
**083 01 Sabinov**

Primátor mesta Sabinov v zmysle § 4 zákona NR SR č. 596/2003 Z.z. o štátnej správe v školstve a školskej samospráve a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov a v súlade s § 5 zákona č. 552/2003 Z.z. o výkone práce vo verejnom záujme v znení neskorších predpisov

**vyhlasuje výberové konanie na obsadenie funkcie riaditeľa/riaditeľky**

**Základnej školy, 17. novembra 31 v Sabinove**

(s predpokladaným nástupom od 1. februára 2024)

**Kvalifikačné predpoklady:**

- odborná a pedagogická spôsobilosť pre príslušný druh školy v zmysle zákona č. 138/2019 Z.z. o pedagogických zamestnancoch a odborných zamestnancoch a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov (ďalej len zákon č. 138/2019 Z.z.)
- najmenej päť rokov pedagogickej praxe v zmysle § 3 ods. 5 zákona č. 596/2003 Z.z. o štátnej správe v školstve a školskej samospráve a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov

**Iné kritériá a požiadavky na uchádzača:**

- osobnostné a morálne predpoklady, bezúhonnosť v zmysle § 15a zákona č. 138/2019 Z.z.
- znalosť príslušnej legislatívy
- lekárske potvrdenie o telesnej a duševnej spôsobilosti pre výkon učiteľa a vedúceho pedagogického zamestnanca
- ovládanie štátneho jazyka podľa § 17 zákona č. 138/2019 Z.z.
- riadiace a organizačné schopnosti

**Požadované doklady a prílohy, ktoré je uchádzač povinný predložiť:**

- písomná žiadosť o zaradenie do výberového konania
- profesijný štruktúrovaný životopis
- overené kópie dokladov o dosiahnutom vzdelaní
- čestné vyhlásenie o bezúhonnosti
- čestné vyhlásenie o spôsobilosti na právne úkony v plnom rozsahu
- písomný súhlas na použitie osobných údajov pre potreby výberového konania v zmysle zákona č. 18/2018 Z.z. o ochrane osobných údajov a o doplnení niektorých zákonov
- písomne spracovaný návrh koncepcie rozvoja školy

Žiadosť o zaradenie do výberového konania spolu s požadovanými dokladmi a prílohami je potrebné doručiť **osobne alebo poštou do podateľne Mestského úradu v Sabinove, Námestie slobody 57**, v obálke označenej heslom:

**„Výberové konanie - ZŠ, 17. novembra 31 v Sabinove - neotvárať“** najneskôr do **8. januára 2024 do 12.00 h**. Rozhodujúcim je dátum zaevidovania prihlášky v podateľni Mestského úradu v Sabinove.

Vyhlasovateľ výberového konania si vyhradzuje právo nezaraďovať do výberového konania uchádzačov, ktorí nespĺňajú požadované podmienky. Uchádzači, ktorí spĺňajú všetky vyššie uvedené predpoklady, kritériá a požiadavky a predložia v stanovenom termíne spolu s prihláškou do výberového konania všetky požadované doklady a prílohy, budú na výberové konanie písomne pozvaní najneskôr 7 kalendárnych dní pred jeho konaním.

*Michal Repaský primátor*

Základná škola, Komenského 13,

Sabinov

Vás pozývajú na  
 Vianočnú akadémiu

**Kráľovské Vianoce**

19.12.2023 (utorok)

o 17:00 hod.

**Tešíme sa na Vás!**

Vstup voľný

Mestská športová hala  
 Sabinov

## Zachráňme vodu

Zdroj: Gabriel Huraj

Let's save water – projekt s naším španielskym partnerom Pacto Verde sa blíži k svojmu záveru. Projekt podporený programom Erasmus+ a vedený Gabrielom Hurajom z OZ Pre edukáciu Sabinova sa zameria na možnosti zadržania vody v krajine a jej využitia v prospech regiónu. Na vodu sa zabúda a sústreďuje sa pohľad na CO<sub>2</sub>. Otázka však je, čo je väčšou prioritou, či ochrana viditeľnej vody, alebo neustály boj s veternými mlynmi vo forme CO<sub>2</sub>, ktorý je v konečnom dôsledku základným stavebným prvkom rastlinnej riše a nositeľom kyslíka po procese fotosyntézy pre celú živočíšnu ríšu, vrátane nás. Čím viac sa stretávame s horúcim a suchým letom a nedostatkom vody, hoci ju v prípade lejakov veselo púšťame do kanálov. Pritom, ak by sme ju zadržali čo i len zo striech rodinných domov a postupne ňou zavlažovali záhrady, tak úhrn zrážok by stačil na ich závlahu a udržanie vody v pôde. Ak máte suchú pôdu, prioritne u nás s ílovitým podložením, zosuv pôdy po lejaku je hocikedy možný. Zmršťovanie pôdy často predstavuje aj vyše 10%. Urobte si niekedy pokus s hruďou úplne suchej pôdy a zalejte ju vodou a zoberte si do druhej nádoby vlhkú pôdu a uvidíte, čo sa stane.



Ochrana vody je priam nevyhnutná. Stavanie hrádzok, zadržiavanie dažďovej vody zo striech rodinných domov či verejných budov, ale aj bytoviek a jej postupné uvoľňovanie do krajiny a na polievanie sa postupne musí stať súčasťou nášho života. Čím viac stromov a rastlín, tým menej CO<sub>2</sub>, ale bez vody to nepôjde. Voda je aj základným stavebným prvkom človeka. Bez nej nevydržíme, tak akurát možno tie tri dni. Problematika je podstatne širšia, ale skutočne by sme mali aj tú Zelenú dohodu trochu nasmerovať iným smerom a začať už od seba. Každý liter zadržanej vody a vrátený do pôdy znamená kus života a zníženia samotného CO<sub>2</sub>. Michal Kravčík, doslova vizionár a kolega to tvrdí

už roky, aj pre našich partnerov zo Španielska pripravil prednášku a praktické príklady napríklad z košického sídliska KVP či s vytvorením jazierok. Aj sabinovské mestské lesy si tvoria svoje hrádzky či iné vodozádržné opatrenia, jednoducho je potrebné začať uvažovať aj nad bezodtokovým Sabinovom a zachovať dažďovú vodu pre našu pôdu a rastliny. Voda je život, ktorý stojí za to chrániť a vypúšťať len tak drahocennú tekutinu do kanála, nie je to pravé orechové. Ešte nás čaká pracovná cesta do Španielska na pozvanie našich partnerov, ktorí už majú s vodou podstatne väčšie problémy ako my.

Projekt podporila NA Erasmus+ a agentúra nenesie žiadnu zodpovednosť za obsah.

## Projekt Druhá šanca

Po dvoch rokoch sa nám podarila skvelá vec. Prepojenie Asociácie remeselníkov Karpát – Východné Slovensko pod vedením Gabriela Huraja s dvomi IT firmami a to jednou zo Sabinova, Pilot & Son s.r.o. pod vedením Juraja Andraščíka a DEX INNOVATION CENTRE z Českej republiky.

Z môjho pohľadu sa podarila úžasná vec. Projekt je zameraný na druhú šancu nielen remeselníkov, ale aj rozličných produktov, ktoré sú v ich portfóliu. Aby som bol presnejší, hlavným zámerom je naučiť našich remeselníkov a záujemcov o 3D tlač pracovať v tejto oblasti a naučiť ich základy a nielen to, ale aj zriadiť si prosperujúci obchod na známych platformách ako sú Ebay či Etsy. Krok za krokom sa budeme vzdelávať a opravovať či tvoriť práve kvôli podpore remeselníkov a ich produktov a nielen ich. Starším ročníkom sa nechce veľmi zoznamovať s touto alternatívou formálne-neformálneho vzdelávania, ale ak sa naučíme robiť modely a aj si ich vytlačiť, tak nás to posunie na úplne iný level. Na tento nápad ma priviedli hračky. Zvláštne, ale je to tak, niektorej chýbala ruka či noha, alebo hlava či nejaká súčiastka. No a hračky by sa tiež mohli predsa personalizovať a vytvoriť z nich aj umelecké dielka, tak prečo nie? No a nápad bol na svete a keďže veľmi rád propagujem Sabinov a hľadám ľudské kapacity u nás doma, tak mi napadol práve Juraj. No a prečo partner z ČR? Práve pre absenciu jazykovej bariéry. Nie každý z remeselníkov ovláda cudzí jazyk a tak najlepší učiteľ je ten, komu rozumieme. Tak vznikol projekt Druhá šanca a dostal sa až k realizácii. Týmto chcem aj osloviť budúcich záujemcov, aby sa nám nahlásili, kto by mal záujem aj na mojej e-mailovej adrese: gabrielhuraj@gmail.com. Myslím, že si spríjemníme chvíle učením a nie mučením tak, aby to učenie predstavovalo prospech pre všetkých učiacich sa. Remeselníkov a umelcov tu

## SENIOR KLUB

Prehľad plánovaných akcií Senior klubu na mesiac

### DECEMBER 2023

- 04.12.2023 – výzdoba vianočného stromčeka v klube s deťmi zo špeciálnej školy
- 05.12.2023 – návšteva vianočných trhov v Prešove
- 07.12.2023 – Poľsko – Nowy Targ
- 12.12.2023 – o 8.45 h stretnutie v Seniorvitalu – pečenie vianočných koláčikov
- 13.12.2023 – o 14.00 h v MsKS – vianočné posedenie
- 14.12.2023 – návšteva vianočných trhov v Košiciach

Klub bude otvorený v bežných otváracích hodinách.

Odporúčame informovať sa o jednotlivých aktivitách u p. Sedlákovej na tel. číslo tel. 0908 977 760.

máme dosť a stálo by to za to, aby sa prezentovali aj vo svete a naučili sa pracovať aj v oblasti 3D tlače. Možno by si Dožo Demko aj hodinky vytlačil, alebo Juraj Karniš spravil aj malé figúrky Jozefa Krónera, kto ho vie.

Projekt podporila NA Erasmus+a agentúra nenesie žiadnu zodpovednosť za obsah. ■

## SPOLOČENSKÁ KRONIKA

### október 2023

#### Narodení

Jozef Čeginik  
Vivien Gricová  
Šimon Hric  
Leo Karabinoš  
Timea Makulová  
Ema Martonová  
Natália Ondrejová  
Martin Jozef Oravec  
Samuel Smolko  
Pavol Šimon



#### Zosnulí

Katarína Cukerová  
Mária Čapistráková  
Olga Dačová  
Arpád Duda  
Vladimír Gajdoš  
Bohuslav Kret  
Anna Kuchárová  
PaedDr. Mária Maršalová  
Gabriela Mervová  
Mária Petijová  
Anna Stanková





## SPRÁVY z mestskej radnice

Zdroj: MsÚ

### BYTOVÝ DOM NA UL. MLYNSKEJ ODOVZDANÝ DO UŽÍVANIA A ZAČIATOK VÝSTAVBY ĎALŠIEHO BYTOVÉHO DOMU

U l. Mlynská bola v priebehu októbra o niečo rušnejšia ako zvyčajne. Novopostavený 24 bytový dom sa totiž postupne zaplňal svojimi nájomníkmi.

Na základe schválenia úveru zo ŠFRB a poskytnutia dotácie z ministerstva dopravy, začalo mesto Sabinov s výstavbou ďalšieho bytového domu na Ul. Mlynskej - Blok B2. Jeho umiestnenie je oproti ukončenému bytovému domu 24 b.j. - blok B1, ktorý sa v týchto dňoch odovzdáva budúcim nájomníkom. Predpokladaný termín ukončenia a kolaudácie stavby je 09/2024.

### DEŇ MATERSKÝCH ŠKÔL

Na základe iniciatívy Slovenského výboru Svetovej organizácie pre predškolskú výchovu (SV OMEP) vznikla myšlienka usporiadať Deň materských škôl na Slovensku. Tento významný deň nielen pre materské školy, ale aj pre náš štát, sa každoročne organizuje 4. novembra. Práve 4. novembra 1829 grófka Mária Terézia Brunswicková otvorila na Slovensku prvú detskú opatrovňu.

Všetky materské školy a viac ako 400 detí v našom meste sa 3.11.2023 (piatok) tiež zapojilo do týchto osláv. Celý deň realizovali zaujímavé edukačné aktivity s využitím nových didaktických pomôcok, pri ktorých deti získavajú hrovou formou nové vedomosti a zručnosti. Nezabudli sme však ani na odporúčaný pochod mestom. Avšak počasie nám neprišlo, preto pán primátor spolu s vedúcou odborom školstva navštívil každú škôlku zvlášť. Pozreli si, čo si detičky na tento deň nacvičili. Za odmenu dostali deti čokoládku. Aj touto akciou pedagogickí zamestnanci a deti predprimárneho veku dokázali, že materská škola, to nie je len hranie sa, ale aj cielavedomá a systematická výchova a vzdelávanie. Veríme, že



sme naplnili odkaz grófky Brunswickovej: „Tieto malé deti sa tak vyučujú, že ani nevedia, že sa učili a celý čas trávajú tak, že si myslia, že sa len hrali.“

### DOVOLENKA V SABINOVE?

M ožno si poviete, kto by už len prišiel na dovolenku do Sabinova? Lenže pre rozvoj cestovného ruchu majú dovolenkujúci návštevníci hlavný význam a v silných turistických destináciách tvoria najväčší podiel na prenocovaniach. Inými slovami, ak mesto chce rozvíjať cestovný ruch, musí prilákať dovolenkárov.

Má však Sabinov potenciál prilákať viac návštevníkov, ktorí sa tu rozhodnú ubytovať? Na túto otázku odpovedá „Stratégia rozvoja cestovného ruchu na území mesta Sabinov“, dokument, ktorý mestskí poslanci schválili na septembrovom zasadnutí.

V súčasnosti hlavnou skupinou ubytovaných hostí sú akcie, najmä svadby a výročia, čo tvorí približne 60 % z celkového počtu prenocovaní. Táto skupina však nemá perspektívu rastu, pretože sa odvíja od veľkosti populácie spádovej oblasti. Druhou skupinou je biznis klientela - čiže služobné cesty, vrátane ubytovaných robotníkov. No a najmenší podiel, okolo 10 % tvoria dovolenkári. Áno, existujú ľudia, ktorí si vybrali mesto Sabinov, aby tu strávili dva aj viac dní svojej dovolenky, relaxu. Práve v tejto skupine je najväčší potenciál rastu a na ňu by sa malo mesto zamerať.

Z toho mála dovolenkujúcich hostí v Sabinove, hovoríme o desiatkach, nanajvýš stovke ročne, to boli prevažne rodinní príslušníci, ktorí navštívili príbuzných alebo pátrajú po svojich predkoch. No našli sa aj klasickí dovolenkári, takmer výlučne zahraniční, ktorí na ceste poznávajú Slovensko sa rozhodli prenocovať v Sabinove. A to je segment, na ktorý sa zamerala nedávna **infocesta** s cieľom vytvoriť program krátkej trojdňovej dovolenky s prenocovaním v Sabinove. Zamerali sme sa na maďarského návštevníka, u ktorého je na jednej strane silná motivácia navštíviť miesta späté s národnou históriou, na strane druhej existuje bariéra (jazyková, kultúrna), ktorá bráni naplneniu túžby navštíviť a poznať Slovensko.

V spolupráci s turistickým sprievodcom, ktorý sprevádza maďarských turistov po historickom centre Košíc, sme pripravili pútavý itinerár: 1. deň - prehliadka Košíc a Prešova, večer príchod do Sabinova, 2. deň - prehliadka Sabinova, hrady a kaštiele v okolí, miniskanzen v Lutine, 3. deň - galéria Sziney Merse Pála v Jarovniciach, Lačnovský kaňon, Solivar a Solnohrad. Z infocesty bol vytvorený **propagačný videofilm** a statusy na sociálnych sieťach. Najbližšie mesiace budú tieto nástroje využívané na propagáciu dovolenky v regióne Šariš s ubytovaním v Sabinove. Silný ohlas zaznamenal článok



Účastníci infocesty v galérii maliara Sziney Merse Pála v zrekonštruovanom kaštieli v Jarovniciach.

z infocesty na stránke [www.felvidek.ma](http://www.felvidek.ma), krátko po zverejnení sa stal druhým najčítanejším a zaznamenali sme už prvé rezervácie dovolenky v Sabinove.

V súčasnosti mesto Sabinov hľadá incomingovú cestovnú kanceláriu, ktorá by mala záujem tento produkt v Maďarsku predávať. Taktiež je tu priestor pre turistických sprievodcov, napríklad aj formou študentských brigád počas letných prázdnin. **Infocestu podporila Oblastná organizácia cestovného ruchu OOCR Región Šariš vďaka dotácii Ministerstva dopravy SR.**



MINISTERSTVO  
DOPRAVY  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY

ŠARIŠ

PESTRÝ REGIÓN

### NOVÁ VZDELÁVACIA ZÓNA V LESOPARKU ŠVABĽOVKA

M esto Sabinov získalo vďaka Nadácii SLSP a aktívnemu prístupu poslancu MsZ Jaroslava Šoltysa finančné prostriedky na realizáciu projektu „Sabinov do lesa“.

NADÁCIA Š  
Slovenskej sporiteľne

Cieľom projektu bolo vytvorenie novej vzdelávacej zóny v prímestskom lesoparku Švabľovka. Vďaka tomu projektu sa nám podarilo zatriktívniť prostredie lesa pre obyvateľov mesta Sabinov a jeho návštevníkov. Vo vzdelávacej zóne sme



Pokračovanie na strane 6 >>

Pokračovanie zo strany 5»

osadili vežu poznania, frotážový pult a 6 smerovníkov. Z veže poznania sa návštevníci môžu dozvedieť, ako sa volajú stromy, vtáky a chrobáky, ktoré v lese žijú. Frotážový pult obsahuje informácie o faune lesa s veľkými ilustráciami. Informácie sú sprostredkované aj inovatívnou formou, a to QR kódov, kde sa po načítaní kódu spustí video.

Keďže je projekt zameraný okrem vzdelávania aj na skrášľovanie prostredia, v ktorom žijeme, rozhodli sme sa spolu so žiakmi zo ZŠ na Ul. Komenského vyčistiť aj časť lesa. Začali sme od mosta smerujúceho do Ražnian a pokračovali až po novovytvorenú vzdelávaciu zónu. Vybierali sme 3 plné vrecia odpadu a šťastní otestovali našu novú vzdelávaciu zónu.

### NOVÉ CYKLOPRÍSTREŠKY PRI ZŠ KOMENSKÉHO A 17. NOVEMBRA

V stredu 25.10.2023 sme si prevzali ukončenú stavbu nových cykloprístreškov. Tešiť sa z nich môžu deti a zamestnanci zo ZŠ na Ul. Komenského a ZŠ na Ul. 17. novembra. V oboch lokalitách vzniklo miesto na bezpečné odparkovanie a uzamknutie 30 bicyklov.

Na výstavbu cykloprístreškov bola mesto Sabinov priznaná dotácia na podporu rozvoja cyklistickej dopravy a cykloturistiky od Ministerstva dopravy Slovenskej republiky vo výške 22 065,23 €.

Aktuálne počasie cyklistike veľmi nepraje, ale veríme, že spolu s prvými jarnými lúčmi bude užívateľov týchto nových cykloprístreškov pribúdať. Spolu tak môžeme rozvíjať ekologickú cyklo dopravu v našom meste.

### SVETOVÝ DEŇ DETÍ

Okrem toho, že 20. novembra oslavuje meniny Félix, narodeniny speváčka Mária Čírová, tento deň je ešte niečím výnimočný. 20. november je celosvetovým dňom detí, ktorým si pripomínáme prijatie základného ľudsko-právneho dokumentu - Dohovor o právach dieťaťa. Tento dokument ratifikovalo 195 krajín sveta, čím sa stal najširšie prijatou zmluvou o ľudských právach v histórii. Je postavený na 4 základných princípoch, ktorými sú: nediskriminácia, najlepší záujem dieťaťa,

**unicef** 

právo na život, prežitie a rozvoj, právo na rešpektovanie názorov dieťaťa.

Aj naše mesto sa pripojilo k oslave tohto dňa. Mestské kultúrne stredisko sa rozsvietilo na modro a deti z MŠ strávili tento deň pestrým programom v modrých tričkách. MŠ 9. mája sa zapojila do osláv tohto dňa pod heslom: Doprajme deťom zdravými očkami pozeráť na svet. V MŠ prebehlo neinvazívne bezdotykové meranie



zrakových parametrov pod záštitou Únie nevidiacich a slabozrakých Slovenska. Deti absolvovali bezplatné meranie zraku pomocou binokulárneho autorefraktometra Plusoptix. Tento prístroj dokáže s vysokou mierou spoľahlivosti odhaliť existujúce alebo začínajúce vývinové poruchy zraku. ■

## Z úspechov a aktivít ZŠ na Ul. 17. novembra Sabinov



Text a foto: web školy

### PODCAST - 17. NOVEMBER - DEŇ BOJA ZA SLOBODU A DEMOKRACIU

A tak sme opäť podcastovali, tentokrát na tému udalostí 17. novembra. Určite vám tento dátum zarezonoval a nečudujeme sa. Tento deň je neodmysliteľne spojený s našou Alma mater. 17. november je dňom našej školy, Deň študentov, náš deň.

O udalostiach novembrových dní nám prišiel porozprávať ich pamätník, sabinovský rodák, 76-ročný pán Juraj Vrábel. Prezradíme o ňom, že za komunizmu bol disidentom napojeným na biskupa Korca a v tom čase pašoval zakázanú náboženskú literatúru z Poľska. Dnes vykonáva funkciu regionálneho predsedu politických väzňov Zväzu protikomunistického odboja v Košiciach.



Veríme, že tieto slová p. Vrábla padnú na úrodnú pôdu a nielen študenti, ale aj ľudstvo ako také sa dokáže zo svojej histórie poučiť.

### VEĽKÁ OKTÓBROVÁ PONOŽKOVÁ VÝZVA

Dňa 2.11.2023 sa žiaci školského parlamentu zúčastnili odovzdávania ponožiek zo zbierky Veľká októbrová ponožková výzva, ktorá prebiehala na našej škole počas mesiaca október. Naši žiaci boli odovzdať vyzbierané ponožky v DSS v Sabinove. Radi by sme sa poďakovali všetkým, ktorí sa do výzvy zapojili.

### „TÝŽDEŇ BOJA PROTI STRESU“

Stres. Je starý ako ľudstvo samo a v posledných rokoch sa skloňuje azda vo všetkých pádoch.

V súčasnosti vedíme často uponáhľaný život a nemáme dostatok času sami pre seba. Je preto dobré vedieť, ako sa môžeme chrániť pred nepriaznivým vplyvom stresu, ktorý nám môže spôsobovať rad rôznych ochorení, o ktorých ani sami veľa nevieme. Hoci sa mu úplne nevyhneme a pravdepodobne bude vždy prítomný v našom živote, môžeme si pomôcť úpravou nášho životného štýlu.

Začnime sa viac hýbať a zaradíme do nášho jedálnička potraviny, ktoré sú obsahom cenných živín dôležitých pre zníženie každodenného stresu a zlepšenie našej nálady. Navyše sú bežne dostupné v našich obchodoch.

V dňoch 23.10. - 27.10.2023 v našej škole prebiehala akcia pod názvom „Týždeň boja proti stresu.“ My sme sa rozhodli zabojsť



proti stresu maľovaním, vtípom a úsmevom, crazy účesom, oblečením v obľúbenej farbe a domácim oblečením (deky, župany, tepláky, papuče). Pondelok - maľovanie jesenných listov. Utorok - vtípnejší vyhráva. Streda - v škole ako doma. Štvrtok - crazy účes. Piatok - moja obľúbená farba.

Veríme tomu, že tieto aktivity mnohým spríjemnili tento týždeň v škole. Vykročme tou správnou cestou a začnime sa usmievať. Budme k sebe milí a láskaví.

### ZA SIEDMIMI HORAMI...

Podtatranské osvetové stredisko v Poprade zrealizovalo v roku 2023 už 12. ročník celoslovenskej výtvarnej súťaže pre rómsku menšinu - Rómska paleta. Tohtoročnou témou bolo „Za siedmimi horami...“ a z našej školy sa prihlásil aj žiak Dominik Duda (8. A), ktorého obraz oslovil odbornú porotu a získal cenu za najlepšie výtvarné dielo vo svojej kategórii. Z krásnej reprezentácie školy máme radosť a víťazovi blahoželáme. Zároveň mu prajeme veľa tvorivých nápadov a invenčných kreácií. ■



## Z aktivít Súkromného Gymnázia DSA v Sabinove



### Gymnazisti DSA majú vlastné podcastové štúdio

I. Ličáková, foto: archív školy

V súčasnosti sme svedkami obrovského nárastu popularity podcastov. Tento moderný komunikačný nástroj sa dostal aj do Súkromného gymnázia DSA v Sabinove, kde otvorili vlastné podcastové štúdio. Študenti pod vedením svojej učiteľky budú vytvárať obsah zameraný na témy, ktoré sú pre nich aktuálne a zaujímavé.

Podcasty DSA s názvom „Nepoučiteľná učiteľka“ sa budú venovať životu stredoškólkov, ich záujmom a problémom, ale aj všednému dňu na škole. Do štúdia si študenti budú tiež pozývať hostí z rôznych odvetví, čím rozšíria svoje obzory a získajú cenné informácie a inšpiráciu pre svoje ďalšie vzdelávanie.

Táto inovatívna forma výučby je významná na mnohých úrovniach. Študenti si rozvíjajú zručnosti v oblasti komunikácie, kreativity, kritického myslenia a tímovej práce. Vytváranie podcastov takisto posilňuje digitálnu gramotnosť, schopnosť efektívne využívať technológie a zručnosť v obsahu a dizajne.

Okrem toho podcastové štúdio gymnázia DSA prináša aj sociálny rozmer. Študenti sa naučia lepšie počúvať a rozumieť názorom druhých, rozvíjať empatiu a utvárať konštruktívny dialóg.



Myslíme si, že je dôležité ísť s dobou a prispôbiť sa súčasným trendom a potrebám. Využívanie podcastov vo výučbe je jasným dôkazom toho, že naše Súkromné gymnázium DSA v Sabinove je na správnej ceste. Štúdium tu nie je iba o učení sa z učebníc, ale tiež o skúsenostiach, experimentovaní a objavovaní nových možností.

Všetky naše podcasty „Nepoučiteľná učiteľka“ si môžete vypočuť na online platformách, Spotify a Youtube. ■

## Zo života Spojenej školy v Sabinove



Text a foto: web školy

### ČOKOKRIMI

26. októbra sa pri príležitosti Dňa čokolády a Medzinárodného dňa školských knižníc uskutočnilo podujatie s názvom Čokokrimi v priestoroch našej školskej knižnice. Práve tieto dni nás motivovali, aby sme spojili príjemné s ešte príjemnejším.

Počas dopoludnia žiaci spolu s učiteľmi a majstrami odborného výcviku čítali úryvky zo svetoznámych detektívok súčasných autorov. Potom sa žiaci mohli sami zahrať na detektívov pri riešení logických hádaniek. Museli získať a vyhodnotiť informácie o autoroch a detektívoch z tradičnej policajnej nástenky. A najviac sa započuli pri lúštení zašifrovaného textu, ktorý v sebe ukrýval výrok Agathy Christie: „Najdôležitejší recept na dobrú detektívku je: detektív nesmie nikdy vedieť viac ako čitateľ.“ Najlepšími detektívmi sa stali triedy II.NSD, III.MEO a I. MEO.

Tieto príjemné chvíle sme si užívali pri ochutnávaní rôznych druhov čokolád alebo pri popíjaní horúcej čokolády u varenej priamo v čítarni knižnice. Čokoláda sa tisícročia konzumovala ako nápoj, ktorý sa však vôbec nepodobal na sladkú horúcu čokoládu, akú sme pili dnes. Nápoj pozostával z rozdrvených kakaových bôbov, vody a kukuričnej múky a dochucoval sa vanilkou, čili aj voňavými kvetmi. Horúca čokoláda má svoje osobité čaro nielen pre jej dokonalú chuť, ale aj vôňu. Viacerých z nás rozohriala a priniesla atmosféru viačnej pohody. V stredoveku bola horúca



čokoláda považovaná za to najlepšie afro-diziakum. Dnešní lekári charakterizujú jej výživné a liečivé účinky tak, že priaznivo pôsobí na srdce, zvyšuje cirkuláciu krvi a má antidepresívne účinky.

Ak by sme mali jednoducho zhodnotiť tento deň v knižnici, povedali by sme, že sme urobili dobre nielen pre telo, ale aj pre dušu.

### DIVADELNÉ PREDSTAVENIE PETER A LUCIA

10. novembra 2023 sme sa zúčastnili na divadelnom predstavení Peter a Lucia v Divadle Jonáša Záborského v Prešove. Na javisku sa pred nami odvíjal tragický príbeh lásky mladých ľudí, ktorá sa zrodila pod krídlami smrti v Paríži v roku 1918.

Adaptáciu svetoznámej novely Peter a Lucia od Romaina Rollanda pripravili od scenára, réžie, kostýmov až po technické zabezpečenie pedagógovia a žiaci stredných škôl Prešovského samosprávneho kraja. Úlohy hercov sa zhostili stredoškólcami, ktorí doteraz nemali žiadnu skúsenosť s divadelnými doskami. Práve preto sme dlhým potleskom ocenili ich obrovskú odvalu a podané herecké výkony.

Vysoko oceňujeme dramatické spracovanie novely, použitie dobových snímok Paríža, mladých ľudí a vojakov zachytených priamo na fronte počas vojny. Obohacujúco pôsobila aj postava samotného spisovateľa Rollanda, ktorý sa stal sprostredkovateľom úvah o vojne, ako aj

postavy Života a Smrti. Celkový umelecký zážitok zvyšovalo aj využitie francúzskych piesní a harmoniky typickej pre Francúzsko. Emotívny dojem na nás urobila záverečná scéna, v ktorej symbolicky zvíťazila smrť nad láskou mladých ľudí za zvukov piesne Je t'aime, čím sa zvýraznila zbytočnosť vojny a ľudských obetí.

Po predstavení sme si vo vestibule divadla prezreli aj výstavu najlepších plagátov k tomuto predstaveniu, ktorých autorami boli žiaci umeleckých škôl.

Podtitul predstavenia znel Mladí proti vojne! V súvislosti so 105. výročím ukončenia 1. svetovej vojny a šíriacich sa nepokojov vo svete je téma tohto predstavenia nanajvýš aktuálna a mladí tak vyslovili jednoznačne nie vojne. Ich odkaz by sme mohli vyjadriť aj citátom z diela Peter a Lucia: „Láska je celá len úsmev, celá len svetlo, celá len život.“ A smelo ho doplníme, že vojna a smrť v nej nemá miesto.

### WORKSHOP - ROZBEHNI SA!

Oblasť podnikania je dynamicky sa meniacou sférou a kto chce uspieť v podnikaní, musí vedieť využiť svoj potenciál, mať správny nápad, poriadnu dávku odvahy a v neposlednom rade platiť opäť staré známe poredadlo, že „byť v správnom čase na správnom mieste“.



Pokračovanie na strane 8 >>

Pokračovanie zo strany 7 »

Preto k nám 19.10.2023 do školy zavítala školiteľka Edita Bednárová z projektu Rozbehn sa! V našich priestoroch sa workshopu zúčastnilo 27 žiakov zo študijných aj učebných odborov podnikanie v remeslách a službách, technicko-administratívny pracovník, dopravná prevádzka a z odboru mechanik elektrotechnik.

Toto podujatie bolo určené pre mladých ľudí s nápadom na podnikanie, ale aj pre tých, ktorí nápad ešte len hľadajú. Na tomto stretnutí žiaci získali návod a inšpiráciu, ako by mohli rozbehnúť inovatívny nápad s minimálnym štartovacím kapitálom. Program biznis fóra

bol veľmi zaujímavý. Žiaci sa naučili rozbehnúť nápady na 2 prípadových štúdiách. Pracovali v 5-členných tímoch a čo bolo hlavné, naučili sa, ako posúdiť nápad, ktorý je vhodný pre začiatočníka v podnikaní. Zároveň sa oboznámili aj s tým, ako vytvoriť biznis model a odlíšiť svoj nápad od konkurencie, ako si majú spočítať náklady a nastaviť cenu tak, aby ich nápad aj uživil. Zároveň dostali návod na to, ako by mali zrealizovať zákaznícky prieskum a vylepšiť svoj nápad tipmi od zákazníkov. Žiaci dostali aj konkrétne rady a tipy ako vytvoriť predajný web a ako by mohli získať prvé objednávky.

Aj prostredníctvom tohto projektu mohli žiaci nahliadnuť do zákulisia rozbiehania nápadov svojich rovesníkov a mohli zistiť, že podnikať sa dá aj popri škole s minimálnym štartovacím kapitálom. Okrem informácií o podnikaní získali žiaci aj sladkú odmenu v podobe čokolády či horalky.

Partnerom projektu bol aj Úrad Prešovského samosprávneho kraja. Zakladateľom podnikateľskej prípravky Rozbehn sa! je Juraj Kováč, autor vzdelávacích modulov, ktoré pomáhajú študentom rozbehnúť ich biznis.

Už teraz sa tešíme na ďalšie podujatia, ktoré budú pokračovaním tohto Biznis fóra. ■



## CYKLOTURISTIKA ŽIAKOV ZŠ KOMENSKÉHO

Beáta Harvanová, foto: archív školy

Cvičenie v prírode ako súčasť Štátneho vzdelávacieho programu je na škole pravidelnou výchovno-vzdelávacou aktivitou. Každoročne ju absolvujú žiaci ôsmeho ročníka. Cieľom je získať vedomosti a zručnosti súvisiace s orientáciou a pobytom v prírode, bezpečnej jazdy na bicykli, zvládnuť fyzickú záťaž primeranú veku. Eurovelo 11 nám dáva možnosti realizovať cyklistické aktivity. V tomto roku



do blízkeho lesoparku Švabľovka. Hodina slovenčiny bola tentokrát iná. Na Edukačnej ceste fauny a flóry. „Vo vonkajšom prostredí všetko pôsobí úplne inak a je aj efektívnejšie,“ potvrdili samotní žiaci. V reportáži ukázali, že učenie v prírodnom prostredí na čerstvom vzduchu so sebou prináša množstvo výhod. Dozvedeli sa informácie o keltskom pôvode názvu rieky Torysa, históriu osídlenia v blízkosti rieky, kde pramení rieka Torysa, jej dĺžku, prítoku



sme na bicykloch absolvovali trasu zo Sabinova na Sigord a späť. Po turistických chodníkoch pohoria Slanské vrchy sme prešli 25 km. Žiaci si mali možnosť vyskúšať člnkovanie na vodnej nádrži Sigord. Cyklopotulky po Prešove nás zaviedli aj do múzea na Solivare. Prehliadka areálu s lektorským výkladom umožnila žiakom získať nové vedomosti o histórii a ťažbe soli v našom regióne.

## OUTDOOROVÉ VZDELÁVANIE NA EDUKAČNEJ CESTE FAUNY A FLÓRY V LESOPARKU ŠVABĽOVKA V REPORTÁŽI RTVS

Ludmila Martančíková, foto: archív školy

V novembri žiaci 6. B triedy ZŠ Komenského spolu s p. učiteľkou Martančíkovou zažili aktívne učenie sa vonku v prírodnom prostredí. Ich cesta viedla

ky, výškové rozdiely, jej päť zaujímavostí, o ktorých ani netušili... V rámci slohu vnímali a opisovali vôňu a zvuky lesa, metaforicky opisovali oblohu i okolité Čergovské pohorie so zmiešanými lesmi s prevahou listnatých stromov. V jesennom období bolo skutočne farbisté. Pani učiteľka im prečítala aj žiacku povesť o tajomnej dievčine v Toryse. Na vzduchu im mozog pracoval oveľa lepšie. Učivo si zapamätali jednoduchšie. Boli v tesnom kontakte s prírodou, ktorá už sama o sebe pôsobí na ľudí upokojujúco. V komunikácii s reportérkou RTVS si zlepšili komunikačné schopnosti. Z veže poznania sa priamo dozvedeli, ako sa volajú stromy, vtáky a chrobáky, ktoré v Sabinove žijú. Zaujal ich frotážový pult s krásnymi ilustráciami o faune lesa. Informácie si mohli načítať inovatívne – prostredníctvom QR kódov, kde sa im po načítaní spustilo zvukové vi-

deo. Deti potrebujú nejaký čas na to, aby spracovali získané informácie, nielen ich stále zahltovať ďalšími. Práve outdoorová edukácia je tým správnym prostriedkom, ktorý dokáže zvýšiť kapacitu detí na prijímanie nových informácií, buduje školskú komunitu. Stávajú sa zodpovednejšími k životnému prostrediu, sú si vedomé svojej stopy na životnom prostredí a stávajú sa aj celkovo zodpovednejšími. Táto forma vyučovania im bezpochyby ponúka intenzívnejšie a trvalé zážitky.

## HURÁ DO TERÉNU!

Zuzana Hanudelová, foto: archív školy

V októbri sa žiaci ZŠ Komenského učili aj vonku. Piataci a šiestaci mali terénne pozorovania z biológie a geografie. V teréne sa orientovali pomocou mapy a buzoly, spoznávali lesné spoločenstvá, učili sa rozoznávať stromy, byliny aj huby. Pozorovali očami aj srdcom. Sem-tam aj ochutnali, ovoňali, pohladkali, pozorovali. Kôru, kameň, kvet aj vodu. Pracovali v skupinách pod vedením ôsmakov a deviatakov. Oni im boli nápomocní pri obja-



vovaní, riešení úloh a záverečnom písomnom spracovaní výsledkov pozorovania. Ľudia zvyknú chápať takýto typ školskej akcia ako „výlet“. Áno, na terénne pozorovania sa žiaci tešia. Praktické vyučovanie deti baví a pri práci ich neruší zvonenie. Okrem vedomostí získavajú aj tzv. mäkké zručnosti. V skupinách pri riešení úloh sú nútení komunikovať, riešiť problémy, vecne a zrozumiteľne argumentovať. Poznanie miestopisu a prírody okolia Sabinova sa stáva samozrejmosťou. A s poznaním sa buduje aj láska k miestu, v ktorom ži-

Pokračovanie na strane 9 »



Pokračovanie zo strany 8 »

jeme. Preto sú terénne pozorovania v ZŠ Komenského dôležitou a zároveň obľúbenou formou vyučovania.

## NOC V ŠKOLSKEJ KNIŽNICI S NÁZVOM ROZPRÁVKOVO

Alexandra Pigová, foto: archív školy

Žiaci Základnej školy Komenského prežili 27. októbra 2023 nezabudnuteľnú Noc v školskej knižnici na tému Rozprávokovo. Aká bola ich cesta v tajomnom svete rozprávok? Cesta sa začala v temnej chodbe pred vestibulom školy. Mladší žiaci pod vedením svojich garantiok videli len svetlo, no nevedeli, odkiaľ vychádza. Vy-dali sa za ním. V dialke zhládli obrovský hrad, pred ktorým stáli jeho obyvatelia. Podľa pokynov kráľa a kráľovnej putova-



li ďalej až do Perníkovej chalúčky. Och, aká tá ježibaba bola strašidelná! Po ceste stretávali aj živé sochy. Na ďalšej zastávke postretli Šeherezádu. Od nej pokračovali do sveta alchymie a putovali do zámku, v ktorom prebývala Šípková Ruženka. Na chvíľu sa zastavili pred Alchýmiou. Tu sa z ničoho nič spoza stien vynorili dve biele

panie. Akoby nestačila jedna! Od Šípkovej Ruženky po schodoch odišli do komnaty, kde ich čakala Popoluška. Zostupovali po schodoch dole. Po otvorení prvých dverí sa im zastavilo srdce. Stál tam duch! S bi-júcim srdcom skúsili pootvoriť druhé dve-re. Pociťovali závan zimy. Ocitli sa v Ľadovom kráľovstve. Ich cesta pokračovala na príze-mie. Tam už na piatakov a šiestakov čakali strážcovia podsvetia. Ich úlohou bolo vy-sloviť heslo, aby ich pustili ďalej do pod-svetia. V podsvetí sa im podarilo získať od kľúčiarke kľúč, ktorý ich dostal ku zlatému pokladu. Museli prekonať dve prekážky – prejsť cez most a veľké pavučiny. Koneč-ne uvideli poklad! S úsmevom na tvári sa pobrali do kreatívneho centra, kde už na nich čakali knihy a úžasné aktivity.

Bola to určite náročná práca, veľký stres, ale aj zážitok a skúsenosť. Stále si spome-nieme, akú radosť sme mali, keď sa nám niečo podarilo. Určite je to neopakova-telný zážitok pre nás všetkých, aj keď to nebolo jednoduché. Sme veľmi vďační učiteľskému zboru a najmä p. uč. Ľudmile Molčanovej za krásny zážitok. Bola to akcia, na ktorú budeme ešte dlho spomínať.

## VÝNIMOČNÉ „ONLINE“ STRETNUTIE S LUCIE DECOSSE

Jana Franková, foto: archív školy

Dňa 19. októbra 2023 sa francúzštinári, žiaci 8. ročníka ZŠ Komenského, zapojili do online besedy s Lucie DECOSSE, bývalou reprezentantkou Francúzska v džude. Toto jedinečné stretnutie pripravil pre žiakov na Slovensku Francúzsky inštitút v Bratislave pri príležitosti propagácie Olympijských hier v Paríži v roku 2024. Po úvodnej prezentácii o olympijských hrách



nasledovalo online stretnutie s Lucie Decosse prostredníctvom programu ZOOM. Francúzska i svetová jednotka v rôznych kategóriách zaujímavým spôsobom žiakom odprezentovala svoje najvýznamnejšie momenty spojené s týmto športom, napr. víťazstvá na svetových šampionátoch v roku 2010, 2011, zisk titulu Majsterky Európy, ako aj zisk najcennejšej olympijskej medaily v Londýne z roku 2012. Priblížila žiakom aj viaceré momenty zo svojho súkromného života o tom, ako začala s týmto netradičným športom pre ženu, o najlepších tréneroch džuda i o súčasnej popularite džuda vo Francúzsku. Momentálne Lucie pôsobí ako trénerka a športová novinárka a vydala svoj živo-topis.

Žiaci francúzskeho jazyka si takto autentickým spôsobom mohli precvičiť francúzsky jazyk so zameraním na tému šport, inklúzia, olympijské hodnoty, či miesto ženy v spoločnosti.

„Lucie Decosse je trojnásobná majsterka sveta v džude. S týmto športom začala v šiestich rokoch. Páčilo sa mi, že sa stala veľkou inšpiráciou pre ďalšie generácie,“ zhodnotila Zuzana Kyjovská, žiačka 8. B triedy. ■

## ÚSPECHY TANEČNÉHO ODBORU ZUŠ V SABINOVE

kolektív ZUŠ, foto: archív ZUŠ

Tanečné úspechy sú v tomto školskom roku pre našu ZUŠ-ku mimoriadne vydarené. Ešte v júni absolvovali naši tanečníci celoslovenskú súťaž s názvom Srdcom - Pohybom v Humennom, kde získali zo siedmich tanečných choreografií šesť zlatých a jednu striebornú medailu. Zároveň sa stali celkovými laureátmi súťaže. To ich motivovalo k ďalšej, ešte precíznejšej príprave na Medzinárodný súťažný festival choreografického umenia SILESIAN DANCE FESTIVAL 2023, Jelenia Hora v Poľsku, ktorý sa konal v dňoch



25.10 - 28.10.2023. Pod odborným vedením tanečných pedagógov Iryny a Miroslava Morochovičovcov, ktorí postavili skvelé tanečné choreografie, si žiaci pri-niesli ďalšie výhry v podobe 10-tich prvých miest. Žiakov za ich vynikajúce výkony a

úspechy čakala zaslúžená odmena v podobe relaxu v Aquaparku a exkurzia výroby produktov zo skla v Plechowiciach. Veľké poďakovanie patrí našim úspešným tanečníkom a ich pedagógom. Atmosféru ľudových choreografií dotvárali aj nové ľudové kroje z dielne p. Kataríny Vysockej, ktoré boli zakúpené vďaka dotácii poslancov PSK za okres Sabinov „Projekt je podporený z rozpočtu PSK“, za čo vyjadrujeme veľké poďakovanie poslancom PSK Michalovi Repaskému, Vladimírovi Jánošíkovi, Marekovi Hrabčákovi. a Petrovi Kandráčovi. ■



PREŠOVSKÝ  
SAMOSPRÁVNÝ  
KRAJ

VÝZVA  
POSLANCOV  
PSK  
2023

# KULTÚRA na DECEMBER 2023



## 14.XII. SABINOV MÁ TALENT

**18.00** Súťažná prehliadka talentov určená pre žiakov ZŠ, SŠ a pre dospelých. Kinosála MsKS, vstup voľný, verejné podujatie.

## 15.XII. ŠIALENÉ NOŽNÍČKY

**18.00** Výnimočný divácky hit svetových javísk! Skvelá kriminálna komédia v podaní hercov z Bratislavského Hudobného Divadla. Zábava aj napätie, vtip a neočakávané situácie. Účinkujú: Marcel Ochránek, Marek Majeský, Karin Olasová, Dominika Žiaranová, Dušan Szabo a ďalší. Kinosála MsKS, vstupné 15 eur, predpredaj MsKS 2. poschodie č. d. 21, v čase od 8.00 h do 16.00 h, verejné podujatie.

## CVIČENIA V MsKS

### Cvičenie pri hudbe s Dankou:

pondelok a štvrtok od 18.00 do 19.00 h

**Pilates s Evkou:** utorok a štvrtok od 18.00 do 19.00 h

**Zumba s Katkou:** pondelok a streda od 18.00 do 19.00 h

**Ženské hodiny tanca pre začiatočníčky**

**a mierne pokročilé:** piatok od 19.00 do 20.15 h



## Knižnica B. NOSÁKA NEZABUDOVA

### 7.XII. ROZSVIEŤ SA, STROMČEK VIANOČNÝ

**10.00** Zdobíme vianočný stromček a spievame koledy s deťmi MŠ Komenského.

### 8.XII. ČAROVNÉ VIANOCE

**10.00** Čítanie čarovných vianočných príbehov pre MŠ 17. novembra - 1. skupina.

### 11.XII. ČAROVNÉ VIANOCE

**10.00** Čítanie čarovných vianočných príbehov pre MŠ 17. novembra - 2. skupina.

### 12.XII. S BAMBUĽKAMI ZA KNIHAMI

**10.00** Pravidelné knižničné stretnutie s mamičkami a detičkami. Téma: Bambuľky sa tešia na Vianoce.

### 13.XII. OD KATARÍNY DO ŠTEDRÉHO DŇA

**11.00** Rozprávanie o predvianočných zvykoch našich predkov pre žiakov 8. ročníka ZŠ Komenského.

## Kultúrne centrum Na korze

### 7.-15.XII. VIANOČNÁ POŠTA

Listy, želania, pozdravy a obrázky, na ktoré už Ježiško netrpezlivo čaká, môžu deti hodiť do schránky v Kultúrnom a informačnom centre Na korze, Námestie slobody 62, Sabinov.

### 7.-14.XII. VIANOČNÝ BAZÁR

Predajná výstava remeselných výrobkov so zimnou a vianočnou tematikou. Koncertná sála KC Na korze, Námestie slobody 100, Sabinov.

### 14.XII. KORZO KLUB

**15.00** Výroba dekorácií na vianočný svietnik - tvorivá dielňa pre verejnosť. Na TD je potrebné sa prihlásiť do 11.12.2023 na t. č. 0911949678.

Koncertná sála KC Na korze, Námestie slobody 100, Sabinov.

### 11.-15.XII. ČAS VIANOČNÝ

**9.00** Výroba vianočných ozdôb a dekorácií - tvorivé dielne pre žiakov ZŠ a SŠ. Vstupné na osobu/podľa techniky a požadovaného materiálu. Na TD je potrebné sa vopred prihlásiť na tel. č. 0911 949 678.

Koncertná sála KC Na korze, Námestie slobody 100, Sabinov.



MESTSKÁ KNIŽNICA B. NOSÁKA NEZABUDOVA V SABINOVE

**POZÝVA NA BESEDU SO**

SPISOVATEĽOM

**Paulom Mišenkom** A VÝTVARNÍČKOU  
A ILUSTRÁTKOU

**Andreou Spišakovou**

AUTORMI KNÍH: PRÍBEHY DÁVNÝCH VIANOC,  
POTULKY PREMENAMI ČASU

**11.1.2024**  
**o 16.00 h**

V PRIESTOROCH  
KNIŽNICE

VEREJNÉ PODUJATIE  
VSTUP VOĽNÝ

Základná umelecká škola Sabinov  
a Symfónia, o.z.  
Vás pozývajú na Vianočný koncert  
žiakov a pedagógov ZUS Sabinov

**V RADOSTNOM OČAKÁVANÍ**

15. decembra 2023  
o 16.30 h.  
rímsko-katolícky kostol mučeníckej smrti sv. Jána Krstiteľ'a  
vstupné: dobrovoľné



# DECEMBER 2023

9.	SOBOTA 15:00	Dounia a princezná z Aleppa	2D	CAN/FR	SD	82	MP	5 €	Animovaný
9.	SOBOTA 17:00	Perinbaba a dva svety	2D	SR/ČR	OV	106	7+	6 €	Rodinné fantasy
9.	SOBOTA 19:15	Šťastné a krvavé	2D	NOR/FI	ČT	95	15+	6 €	Horor/komédia
10.	NEDEĽA 15:00	Čarovná Lienka a Čierny Kocúr vo filme	2D	USA/FR	SD	105	7+	6 €	Animované akčné dobrodružstvo
10.	NEDEĽA 17:00	Perinbaba a dva svety	2D	SR/ČR	OV	106	7+	6 €	Rodinné fantasy
10.	NEDEĽA 19:15	Perinbaba a dva svety	2D	SR/ČR	OV	106	7+	6 €	Rodinné fantasy
16.	SOBOTA 16:00	Teddyho Vianoce	2D	NOR	SD	79	MP	6 €	Rodinný
16.	SOBOTA 18:00	Perinbaba a dva svety	2D	SR/ČR	OV	106	7+	6 €	Rodinné fantasy
17.	NEDEĽA 14:00	Máša a medved: Dvojitá zábava	2D	RUS	SD	76	MP	6 €	Animovaný, komédia
17.	NEDEĽA 15:30	Wonka	2D	USA	SD	117	7+	6 €	Rodinný, dobrodružný
17.	NEDEĽA 18:00	Perinbaba a dva svety + beseda	2D	SR/ČR	OV	106	7+	6 €	Rodinné fantasy
20.	STREDA 19:00	Emilia	2D	SR	OV	98	12+	5 €	Dokument
21.	ŠTVRTOK 18:00	Aquaman a stratené kráľovstvo	2D	USA	SD	115	12+	6 €	Dobrodružný, akčný
22.	PIATOK 18:00	Aquaman a stratené kráľovstvo	2D	USA	ST	115	12+	6 €	Dobrodružný, akčný
26.	UTOROK 17:30	Perinbaba a dva svety	2D	SR/ČR	OV	106	7+	6 €	Rodinné fantasy
27.	STREDA 16:00	Vtáci sťahovací	2D	USA	SD	92	MP	6 €	Animovaný, komédia
27.	STREDA 18:00	Aquaman a stratené kráľovstvo	2D	USA	SD	115	12+	6 €	Dobrodružný, akčný
28.	ŠTVRTOK 16:00	Tonko, Slávka a kúzelné svetlo	2D	ČR/SR/HUN	SD	82	MP	6 €	Animovaný
28.	ŠTVRTOK 18:00	Perinbaba a dva svety	2D	SR/ČR	OV	106	7+	6 €	Rodinné fantasy
2.	UTOROK 16:30	Prianie	2D	USA	SD	86	7+	6 €	Animovaná dobrodružná komédia
2.	UTOROK 18:30	Perinbaba a dva svety	2D	SR/ČR	OV	106	7+	6 €	Rodinné fantasy
3.	STREDA 17:00	Máša a medved: Dvojitá zábava	2D	RUS	SD	76	MP	6 €	Animovaný, komédia
3.	STREDA 18:30	Aquaman a stratené kráľovstvo	2D	USA	SD	115	12+	6 €	Dobrodružný, akčný
4.	ŠTVRTOK 17:00	Vtáci sťahovací	2D	USA	SD	92	MP	6 €	Animovaný, komédia
4.	ŠTVRTOK 19:00	Aspoň jeden gól	2D	USA	ST	103	15+	6 €	Komédia, športový
7.	NEDEĽA 15:00	Wonka	2D	USA	SD	117	7+	6 €	Rodinný, dobrodružný
7.	NEDEĽA 17:15	Lieta v tom	2D	ČR	OV	95	12+	6 €	Komédia
7.	NEDEĽA 19:00	Ferrari	2D	USA	ST	130	15+	6 €	Dráma

Vysvetlivky:  
SD - slovenský dabing, ST - slovenské titulky,  
OV - originálna verzia, ČD - český dabing, ČT - české titulky,  
DK - detské kino, FK - filmový klub.

## Dounia a princezná z Aleppa



### 3D OKULIARE

Pri 3D predstaveniach nie sú okuliare v cene lístka. Plastové okuliare si môžete zakúpiť v pokladni kina za 1 € pred predstavením. Okuliare Vám následne ostávajú a môžete ich využívať pri ďalších 3D predstaveniach v Kine Torysa.

Aktuálne informácie a program:  
[www.kinotorysa.sabinov.sk](http://www.kinotorysa.sabinov.sk)

### ZMENA PROGRAMU VYHRADENÁ!

Modernizáciu a digitalizáciu  
v tomto kine finančne podporil:



### ZĽAVY

Pri vybraných filmoch so vstupným 5 € a 6 € platí zľava 1 € pre deti do 12 rokov, študentov, dôchodcov nad 62 rokov a ZŤP.



# SPOMÍNAME



*„Čas plynie a spomienky ostávajú.“*

Dňa 20.12. 2023 uplynie 30 rokov, čo nás navždy opustil náš otec, svokor, dedko a pradedko

**ANTON ACHYMOVIČ.**

A zároveň 6.1.2024 uplynie 20 rokov, čo nás navždy opustila naša mamka, svokra, babka a prababka

**HELENA ACHYMOVIČOVÁ.**

Tí, ktorí ste ich poznali, venujte im spolu s nami modlitbu a tichú spomienku.

S láskou a úctou spomínajú deti s rodinami.



*„Márne ťa naše oči hľadajú,  
márne po tvári slzy stekajú,  
aj keď si odišla a niet ťa medzi nami,  
v našich srdciach sestrička si stále medzi nami.“*

Dňa 22.12.2023 uplynie 5 rokov od chvíle, čo nás opustila naša milovaná mamička, babka a prababka

**MAGDALÉNA  
ŠAJERMANOVÁ  
SOPČÁKOVÁ.**

S láskou spomínajú dcéry a synovia s rodinami. Tí, ktorí ste ju poznali, venujte jej tichú spomienku.



*„S tichou spomienkou k tvojmu hrobu kvety nosíme a pri plamienku sviečky spomíname.“*

Dňa 14.12.2023 uplynie 8 rokov, čo nás navždy opustila naša sestra

**MAGDALÉNA  
OROSOVÁ.**

S láskou spomínajú súrodenci Iveta, Renáta, Ladislav, Ján a Slavomír s rodinami.

Tí, ktorí ste ju poznali, venujte jej tichú spomienku.



Dňa 4. decembra uplynulo 15 rokov, ako odišiel na večný odpočinok

**JOZEF ONDIRKO.**

Tí, ktorí ste ho poznali, venujte mu spolu s nami tichú modlitbu a spomienku.

S láskou spomínajú jeho synovia Ľubomír a Stanislav s rodinami a manželka Ľudmila.



Dňa 1.12. uplynulo 30 rokov, čo nás navždy opustila naša drahá mamka a babka

**MÁRIA MRVOVÁ.**

Tí, čo ste ju poznali, venujte jej modlitbu a tichú spomienku.

S láskou a úctou spomínajú dcéry Viera a Ľubica s rodinami.



*„Čas plynie a spomienky ostávajú.“*

Dňa 8.12. 2023 uplynie 5 rokov, čo nás navždy opustila naša milovaná mamka, svokra, babka a prababka

**MARGITA GREŠKOVÁ.**

Tí, čo ste ju poznali, venujte jej spolu s nami modlitbu a tichú spomienku.

S láskou a úctou spomína syn Róbert s rodinou



*„Čas plynie a spomienky ostávajú.“*

Dňa 19.12.2023 uplynie už 6 rokov, čo nás navždy opustil vo veku 69 rokov môj manžel, otec a dedko,

**LADISLAV BAJTOŠ.**

Tí, ktorí ste ho poznali, venujte mu tichú spomienku a modlitbu.

S úctou a láskou spomína celá rodina.



*„Ale hľadajte najskôr kráľovstvo Božie a jeho spravodlivosť a všetko ostatné vám bude pridané.“* Ev. Matúš. 6,33

Dňa 5.10. nás po dlhej a ťažkej chorobe navždy opustila moja manželka, naša mamka a babka

**MÁRIA MARŠALOVÁ.**

Tí, čo ste ju poznali, venujte jej modlitbu a tichú spomienku.

S láskou a úctou spomínajú manžel Dušan, syn Dušan s celou rodinou a dcérka Miška.



*„Dala si nám život, dala si nám lásku, dala si nám srdce, čo prestalo biť v tých našich mamka naša drahá budeš stále žiť.“*

Dňa 20.12.2023 uplynú 2 roky, čo nás navždy opustila naša mamka, babka, prababka

**VERONIKA  
MIŠČIKOVÁ.**

S láskou a úctou spomínajú deti, vnúčatá a pravnúčatá.

*„Všetko, čo človek v živote robí, dokonca aj láska, sa odohráva v rýchliku, ktorý sa rúti k smrti.“* Jean Cocteau

## Pán riaditeľ, mohli by ste sa nám v krátkosti predstaviť a prezradiť nám, ako ste sa dostali ku kormidlu zariadenia pre seniorov?

Narodil som sa v Prahe ako prvorozený syn rodičov robotníkov, ktorých práca donútila odšahovať sa z ich rodného mesta Humenné. Do tohto mesta sme sa vrátili, keď som mal 6 rokov a prežil som v ňom krásnych 45 rokov spolu s mojou manželkou a 2 dcérami. V roku 2012 sme sa kvôli pracovným povinnostiam presťahovali do Prešova.

Vyštudoval som Pedagogickú fakultu UPJŠ v Prešove a následne som pôsobil 13 rokov ako učiteľ na základných školách, z toho posledných 5 rokov vo funkcii riaditeľa. V roku 1995 som dokončil štúdium City University so zameraním na marketing, čo mi pomohlo vyhrať konkurz a zamestnať sa ako manažér a neskôr obchodný riaditeľ Jednoty SD. Počas môjho pracovného života som pôsobil vo viacerých funkciách, 2 roky ako riaditeľ KARIVA Slovakia, 4 roky ako viceprimátor mesta Humenné, kde som mal na starosti okrem kultúry a športu aj sociálnu oblasť, 11 rokov som bol členom mestskej rady mesta Humenné, 2 volebné obdobia ako poslanec VÚC a zároveň člen sociálnej komisie a 2 roky na pozícii riaditeľa vranovskej nemocnice. Bol som najdlhšie slúžiacim krajským riaditeľom Všeobecnej zdravotnej poisťovne v Prešove a na tejto pozícii som pôsobil 12 rokov. Aj pre tieto moje manažérske skúsenosti a blízky vzťah k seniorom a sociálnym službám ma štatutári oslovili stať sa riaditeľom krásneho zariadenia pre seniorov, akým je Seniorvital, n. o.

Inšpiráciou pre mňa bola a stále je aj moja manželka, ktorá pôsobila 18 rokov ako riaditeľka v zariadeniach sociálnych služieb. Milujem svoju rodinu a s mojou manželkou Ankou sa tešíme 2 nádherným vnúčkatkám.

Mojím koníčkom bol šport, najmä hokej. Spolu s partiou nadšencov sa mi podarilo naštartovať humenský hokej, v ktorom som 7 rokov pôsobil na pozícii prezidenta HKM Humenné. Momentálne je mojím najväčším hobby záhrada a jej realizácia nie len doma, ale aj v samotnom Seniorvital. Neveríte? Príďte nás navštíviť...

## Ako zabezpečujete, aby bolo prostredie v našom zariadení pre seniorov bezpečné a príjemné?

Komplex zariadenia je z hľadiska dispozície riešený na dva pavilóny. Pavilón „A“ a pavilón „B“. Oba sú trojpodlažné. Obytnú časť objektu tvoria rovnaké moduly, ktoré pozostávajú z izby, chodby a sociálneho zariadenia. V objekte je 62 dvoj lôžkových izieb – modulov. Našou filozofiou je byť ľudsky i odborne pri tých, ktorých roky života sa naplňajú a sily žiaľ ubúdajú. Každý deň svoj um vkladáme do práce, ktorá sa pre nás stala poslaním. Najväčším bohatstvom našej organizácie sú zamestnanci. Organizačnú štruktúru zariadenia tvorí 72 zamestnancov, ktorí sa vzorne starajú o našich prijímateľov sociálnej služby a sú rozdelení do štyroch úsekov.

## Integrujete inovácie či moderné prístupy do poskytovaných služieb pre zlepšenie života našich seniorov?

Jedným z najmodernejších a súčasných prístupov v starostlivosti o seniorov je holistický, teda celostný prístup, ktorý vníma človeka vo všetkých jeho rozmeroch, teda

Ďalším riaditeľom, ktorý sa predstaví v našej pravidelnej rubrike Spravodajcu predstavuje srdce a dušu komunity, kde staroba neznamená len každodenné rutiny, ale predovšetkým lásku, ohľaduplnosť a dôraz na kvalitu života každého rezidenta. Je neustále angažovaný v zlepšovaní poskytovaných služieb, sleduje moderné trendy v starostlivosti o seniorov a pracuje na tom, aby každý rezident cítil, že jeho individuálne potreby sú plne rešpektované. V tomto úvode sa s obdivom obraciam k vedeniu zariadenia, SeniorVital n.o. Takže Narovinu, pán riaditeľ, **Jaroslav Suchý**.

—jVáh—, foto: archív SeniorVital n.o.

v bio-psycho-sociálno- spirituálnej dimenzii. Tomuto je prispôbené poskytovanie našej sociálnej služby a takýto náhľad umožňuje do starostlivosti o seniora integrovať a naplniť všetky jeho potreby od tých základných až po tie najvyššie.

## Venujete sa otázkam prevencie chorôb a ochrane zdravia seniorov v SeniorVital n. o?

Čo sa týka prevencie chorôb a ochrany zdravia seniorov naši klienti absolvujú pravidelné 2-ročné preventívne prehliadky u všeobecného lekára, ktoré nám umožňujú



včasný záchyt nových ochorení. Zároveň realizujeme očkovanie proti pneumokokom, tetanu a každoročne proti chrípke. Rovnako sme našim klientom zabezpečili v období nárastu chrípkových ochorení prísun vitamínov v tabletovej forme a samozrejme nezabúdame aj na čerstvú formu v podobe ovocia, na desiatu alebo olovant. Zariadenie pravidelne navštevuje všeobecný lekár, psychiater, neurológ, algeziológ a rehabilitačný lekár, ktorí poskytujú vysoko odbornú zdravotnú starostlivosť, čo nám pomáha udržiavať klientov v uspokojivej zdravotnej kondícii. Aktívne spolupracujeme aj s internistom a ortopédom. V zariadení sa poskytuje aj fyzioterapia, ktorá sa zameriava na pohyblivosť klientov. Terapie smeruje k udržaniu, podpore alebo obnove funkčnosti ľudského organizmu ako celku. Cieľom je prinavrátiť stratené schopnosti spôsobené

chorobou, úrazom alebo spomalenie progresie. V rámci rehabilitačnej liečby aplikujeme fyzikálnu terapiu (elektroliečba, USG, magnetoterapia, laser), manuálnu terapiu (lymfodrenáž, mäkké techniky, klasická masáž) a termoterapiu (pozitívnu a negatívnu). Oblúbená je oxygenoterapia, ktorá pomáha aj pri zmiernení progresie Alzheimerovej demencie.

## Podporujete aktívny a zmysluplný život pre našich seniorov prostredníctvom rôznych programov a aktivít?

Aktívny a zmysluplný život je každému klientovi ponúknutý ako možnosť voľby. Sociálne pracovníčky zabezpečujú aktivity a je na každom klientovi, ktoré z nich a kedy si vyberie. V ponuke sú najmä tieto druhy skupinovej aktivizácie: kognitívne tréningy a kognitívne rehabilitácie, sociálne terapie s prvkami liečebných metód ako sú ergoterapia, muzikoterapia, arteterapia, biblioterapia, psychomotorická terapia, relaxačné terapie, reminescenčné terapie. Klienti tiež majú možnosť naplňovať spirituálne potreby, k čomu slúži najmä kaplnka zariadenia. S veľkých programov na ročnej báze sú to najmä slávnostné akademie pri príležitosti Medzinárodného dňa žien, Dňa matiek, Mesiaca úcty k starším, Juniáles, Fašiangová a Katarínska zábava, športový deň, výlety do bližšieho i vzdialenejšieho okolia, Deň otvorených dverí, Mikuláš, vianočný punč a realizácia projektov Vianočný zázrak a kradbičky plné lásky. Mnoho z týchto projektov realizujeme v spolupráci s miestnou komunitou, čo nás samozrejme teší. Pre klientov, ktorí preferujú individuálny spôsob aktivizácie, je im táto zabezpečená taktiež.

## Aké sú Vaše plány a stratégie do budúcnosti s cieľom neustále zlepšovať kvalitu života v zariadení pre seniorov?

Zariadenie Seniorvital n. o. poskytuje sociálnu službu v zariadení pre seniorov s celkovou kapacitou 124 miest. Našou strategickou víziou je vybudovať moderné nadštandardné zariadenie s dobrou materiálno – technickou základňou a vysoko kvalifikovaným personálom, ktoré ponúkne vysokú kvalitu života prijímateľom sociálnych služieb v zariadení pre seniorov. Kladieme preto veľký dôraz na systém personálnej politiky zameranej na odmeňovanie a vzdelávanie zamestnancov, na zlepšenie materiálno technického vybavenia, najmä zvyšovaním bezbariérovosti a znižovaním energetickej náročnosti a na zlepšenie poskytovanej sociálnej služby budovaním spolupráce s rodinou.

## Čo by ste odkázali našim čitateľom v závere tohto rozhovoru?

Staroba, jeseň života, či akokoľvek to nazveme, prichádza ticho, nepozorovane, ale prichádza určite. Starneme všetci. V práci s cieľovou skupinou, ktorou sú v našom zariadení práve seniori sa dennodenne presvedčame, že táto fáza ľudského života je pre človeka naozaj náročná. Na záver mi preto dovoľte v mojom mene aj v mene celého kolektívu zapriať všetkým Sabinovčanom krásne vianočné sviatky a hlavne pevné zdravie, lebo nemecký filozof Arthur Schopenhauer povedal: „Zdravie nie je všetko, ale bez zdravia je všetko ničím.“

Ďakujem za rozhovor. ■



## Mestské Správy z Kultúry v Sabinove

### „ĎAHALI DETI KNIHOVNÍČKU“ ALEBO OKTÓBROVÉ BAMBUKY

M. Mervová, foto: archív MsKS

Posledný utorok mesiaca v knižnici už tradične patrí najmenším. Na októbrových „bambulkách“ deti poriadne priložili ruky k dielu. Pýtate sa k akému? No zo všetkých síl ťahali obrovskú repu, na ktorú sa premenila jedna z kni-



hovničkou. Keďže október je časom zberania úrody, a tiež je to mesiac úcty k starším, povedali sme si, že to spojíme a pripravili sme si známy príbeh o dedkovi, ktorý ťahal repu. Deti sa po prečítaní rozprávky premenili na dedka, babku či myš, preniesli sa do rozprávky a zdramatizovali ju. Po aplauze, ktorý prišiel po ich hereckom výkone, si zasadli k stolu a vykúzlili z papiera, nálepiek a listov pozdravy pre svojich milovaných starých rodičov. Z tajomného košíka potom vyťahovali ovocie a správne ho podľa farieb a druhov zatriedili. Na konci programu detúrence prenášali „repu“ do skladu, ktorý strážil pán Mrkvíčka.

### BABIČKINA BYLINKÁREŇ

M. Mervová, foto: Diamond Art

„Pozrite sa hlboko do prírody a potom všetkému lepšie porozumiete.“ Tento



výrok je pripisovaný významnej historickej osobnosti - Albertovi Einsteinovi. My sme sa v utorok 14. novembra do prírody hlboko pozreli, a to prostredníctvom besedy Babičkina bylinkáreň s fotografom, cestovateľom, vydavateľom a bylinkárom Dionýzom Dugasom. Je síce rodený Prešovčan, no ako sám povedal, cíti sa ako Sabinovčan. V knižnici bol hosťom naposledy pred 11 rokmi na stretnutí s názvom S fotoaparátom a paletou zákutiami Sabinova.

Besede, ako už naznačuje jej názov, dominovali bylinky. Tie dominujú aj v jeho knižnej tvorbe. Okrem nich má v repertoári aj cestopisné diela ako Svätá Zem či Vysoké Tatry. Celkový počet jeho kníh presiahol tridsiatku. Po úvodnom predstavení pán Dugas načrtnol svoju cestu k bylinkám. Vo veľkej miere ho ovplyvnila jeho mama Aurélia, ktorá mala sama pozitívnu skúsenosť s lekárom - bylinkárom. Po nej sa rozhodla viac venovať rastlinám a ich účinkom. Svojho syna natoľko inšpirovala, že sa vďaka nej začal zaujímať o fotografovanie liečivých stromov i rastlín. Na besede zaznelo veľa o zdraví a zdravom životnom štýle. „Musel som žiť do 70-tyky, aby som pochopil správny prístup k životu,“ skonštatoval náš hosť. Zdravie je podľa jeho názoru „komplex viacerých zložiek - zdravá strava, bylinky a pohyb.“ Z publika zaznelo mnoho otázok, resp. prosieb o radu, čo sa liečenia pomocou darov prírody týka. Nedalo nám neopýtať sa na najobľúbenejší bylinkový čaj pána Dugasa. Pohotovo odpovedal, že nemá svojho favorita, no nepohrdne čajom z mäty či medovky alebo ľubovníka.

„Bylinky boli v minulosti lieky,“ zaznelo z ukážky reportáže, ktorou sme spestrili našu besedu. Pán Dugas v nej porozprával o náučnom bylinkovom chodníku v obci Lenartov, ktorého bol spoluautorom. V dnešnej dobe je podľa neho najväčšou chybou, „že bylinky sú oddelené od lekárskej vedy.“ Náš hosť i publikum im však fandí, keďže so sebou priniesli vzorky svojich vysušených rastlínok, z ktorých sme si počas besedy pripravili čaj a následne na ňom pochutili. Pánovi Dugasovi ďakujeme, že po čase medzi nás znova zavítal a podelil sa s nami o svoje skúsenosti z „bylinkárskeho fachu“.

### ČÍTAME SO ZVIERATKAMI

Ak by sme sa opýtali, kto/čo je najlepší priateľ človeka, dostali by sme asi množstvo odpovedí. Medzi tie najčastejšie by určite patrili odpovede typu pes či kniha. A práve tieto dve odpovede sme v na-



šej knižnici zlúčili do jednej skvelej akcie. 8. a 9.11.2023 sme v spolupráci s Animal Centrum - Spoločný svet o.z. a Zvieratá a ľudia navzájom o.z. zorganizovali interaktívne zážitkové čítanie s terapeutickými zvieratkami. Do knižnice sme na toto podujatie pozvali žiakov z lavíc druhých ročníkov základných škôl. Tí neskrývali ani radosť, ani nadšenie, keď medzi nás zavítala pani Šándorová spolu s jej štvornohými pomocníkmi - zajačikmi Ňufkou a Princeznou Bellou i sedemmesačnou fenkou Cherry, ktorá je z plemena austrálskeho ovčiaka. Po úvodnom zítaní a predstavení dostali slovo aj deti, ktoré mali možnosť stručne porozprávať o svojich domácich miláčikoch a o tom, aké zvieratká by chceli

mať doma. Potom sme prešli už k samotnému čítaniu. Ako bolo v úvode stretnutia načrtnuté, zvieratká sú najlepší poslucháči, pretože nikoho nehodnotia na základe toho, ako číta. A práve tento typ „čítania zvieratkám“ dodáva odvalu a podporuje čitateľské seba-vedomie trošku hanblivejším čitateľom. Deti sa teda osmelili a čítali z kníh Pes menom Mačka a Magdaléna a zvieratká v útulku. Priebežne dostali kontrolné otázky, či svojich kamarátov pri čítaní počúvajú. Každá správna odpoveď bola odmenená - dieťa mohlo dať fenke Cherry maškrtu. Po dočítaní konkrétnej knihy sme si ju spoločne zrekapitulovali. Niektoré deti za odmenu dostali možnosť ponosiť si jedného zo zajačikov v špeciálnom nosiči. Avšak skúšanie nepodstúpili iba deti. Cherry dostala od detí úlohu tiež. Do dreveného hlavolamu poskrývali zopár maškrty, ktoré musela na základe svojho inštinktu a najmä dobrého čuchu nájsť a následne si

na nich aj pochutila. V závere stretnutia prebehlo spoločné fotenie i posledné pohľadkanie nových štvornohých kamarátov. My sa tešíme, že sa v našej knižnici mohlo uskutočniť takéto netradičné čítanie. Touto cestou sa chceme poďakovať pani Šándorovej a jej chlpatým pomocníkom, s ktorými, veríme, sa opäť znova stretneme.

### DOBRODRUŽNÝ DOKUMENT LA MIA ALTA VIA PRILÁKAL ŽIAKOV ZÁKLADNEJ ŠKOLY DO KINOSÁLY MSKS

J. Rákošová

Cestopisný dokument o štyroch kamarátoch, ktorý zachytáva ich sedemdnovú

cestu talianskymi Dolomitmi si prišli pozrieť žiaci ôsmeho a deviateho ročníka zo základnej školy v Pečovskej Novej Vsi. Na takmer päťdesiatku žiakov okrem pútavého dokumentu čakali i jeho hlavný protagonist - Jakub Piga a Barbora Berková. Jakub Piga je zároveň tvorcom a režisérom filmu. Divákovi ponúkol ešte pred samotným premietaním krátku prednášku o celi ich cesty, talianskych Dolomitoch. Predstavil geografické a geologické fakty, žiakov zaujal prípravnou video prezentáciou. Po nej už nasledovalo premietať viac ako hodinového filmu. Divák môže spolu so štvoricou kamarátov s vášňou pre turistiku prežiť celú sedemdnňovú púť. Objavovať dychberúce výhľady, nespútanú prírodu, krásne hory. Okrem toho spoznať silu skutočného priateľstva a odvahu prekonávať prekážky a strasti na náročnej ceste. Dokument je však i plný zábavy a humoru. Po premietaní sa mohli mladí diváci zapojiť do kvízu. Kto pozorne sledoval film a dokázal odpovedať na otázky, ten si z rúk režiséra Jakuba Pigu odniesol i vecné ceny.

## HERSTORY

I. Glazunová, foto: Diamond Art

V stredu 1. novembra 2023 vyrástli pred sochou Sabíny štyri veľkopošné stojany, na ktorých sa odvíjajú životné príbehy pätnástich žien. Návštevník sa tu mohol začítať do spomienok žien, ktoré spája ich silná vôľa, ktorá im pomohla presadiť sa, uspieť, alebo dokonca prežiť. Ich príbehy sú inšpiratívnym príkladom, ako sa aj v ťažkej dobe a situácii dá vzoprieť, byť silnými a cieľavedomými. Autorom grafiky "Woman power" je Matúš Matátko, ktorý sa venuje veľkopošnej grafike, ilustrácii, soche a malbe. Projekt vzniku a putovania výstavy, ktorú zostavilo a pripravilo občianske združenie Post Bellum SK, nezisková organizácia, ktorá od roku 2001 vyhladáva a nahráva spomienky pamätníkov kľúčových momentov 20. storočia, je realizovaný s finančnou podporou Ministerstva spravodlivosti SR v rámci dotačného programu na presadzovanie,



podporu a ochranu ľudských práv a slobôd a na predchádzanie všetkým formám diskriminácie, rasizmu, xenofóbie, antisemitizmu a ostatným prejavom intolerancie. Exteriérovú výstavu, vďaka ktorej ste spoznali príbehy dām ako pani Dalma Špitzerová, Magda Vášáryová, Klára Chlamtáčová či Ľubica Lacinová a mnohých ďalších nezlomných ženských osobností, ste si mohli pozrieť do 15. novembra 2023.

## PREDZIMIE V KULTÚRNYM CENTRE NA KORZE

I. Glazunová, foto: archív MsKS

Malebné obrázky pani Marty Malíkovej -Vranovskej robili krásnu kulisu podujatiam, ktoré sa konali v mesiaci november v kultúrnom centre. Nesmelé hudobné tóny zazneli na koncerte žiakov a pedagógov ZUŠ a malí aj väčší budúci hudobníci sa predstavili milovníkom hudby v utorok 21.11. podvečer. Ale keďže nielen hudba povznáša ducha, venovali sme sa pri príprave na Vianoce aj tvorivej činnos-



ti. Najskôr sa stretli kreatívne ženy na Korzo klube, kde si vyrobili jeden zo symbolov Vianoc, anjelika, technikou macramé. A tento mesiac ukončili šikovné deti zo Spojenej školy na Ul. SNP č.15, ktoré si na tvorivej dielni vyrobili krásne dekorácie na výzdobu svojich tried.



## V MESTKOM KULTÚRNYM STREDISKU V SABINOVE VZNIKÁ MLÁDEŽNÍCKA DIVADELNÁ SCÉNA

J. Rákošová, foto: archív MsKS

Vedenie mestského kultúrneho strediska prišlo s myšlienkou poskytnúť priestor mladým talentovaným ľuďom, ktorí majú vášň pre divadlo a herecké umenie. 16. októbra usporiadalo na javisku kinosály casting, v ktorom sa mohli predviesť žiaci od 12 rokov, ale i študenti stredných škôl. Tí mali za úlohu pripraviť si krátky text, pieseň, či tanec a ukázať tak svoj talent. Casting viedla, a úlohu vedúcej súboru bude zohrávať skúsená

herečka, pôsobiaca v Divadle Jonáša Záborského, pani Slavomíra Fulínová. O záujem zo strany mladých núdza nebola. Ich budúca mentorka si napokon spomedzi nich vybrala sedem nádejných budúcich hercov, ktorým sa bude venovať na pravidelných skúškach pod strechou

kultúrneho strediska. A my sa už teraz tešíme na prvú premiéru v podaní mladej generácie ochotníkov.

## NATIERAČ SA PREDSTAVIL DIVÁKOM AJ V RASLAVICIACH

J. Rákošová

Divadelný festival Na skok, ktorý sa konal od 16. do 19. novembra v Raslaviciach ponúkol bohatý program. Diváci mali počas štyroch dní možnosť vidieť dovedna desať predstavení a ďalších sedem sprievodných podujatí. Z toho dve súťaže v scénickom čítaní, dve rozprávky, štyri komédie, dve drámy, jednu veselohru, jednu monodramu, jeden koncert a jedno scénické pásmo. Na pódiu kultúrneho domu sa predstavili aj protagonisti zo sabinovskej ochotníckej scény, ktorí divákovi ponúkli predstavenie Natierač. Ľudmila Molčanová ako pani Blašková, Miroslava Čapistráková ako Megy Hornová a Martin Štelbacký ako Walter Parky odohrali takmer 90 minútovú komédiu, ktorej autorom je britský dramatik Donald Churchill. Sabinovských hercov na festivale sprevádzal režisér Miloslav Cimbala, spolu s pani Júliou Cehelskou, ktorá sledovala text. Komédiu si pozreli desiatky divákov, ktorí hercov za ich výkony odmenili búrlivým potleskom. ■

# Turistické okienko

Jesenné počasie je na turistiku ako stvorené. Keď je slnečné počasie, tak to je nádhera. To mi dajú za pravdu mnohí turisti. Druhá strana jesene je dážď, vlhko, chlad, mráz, zubaté slnko a krátke dni, keď sa stmieva veľmi skoro. Všetky tieto atribúty sme zažili na túrach v posledných dňoch. Aj sneh sa už sporadicky objavuje vo vyšších polohách a na hrebeňoch hôr. To je nepochybný znak toho, že sa blíži zima a pre nás, turistov, nastáva čas bežkovania. Len aby bol dostatok snehu a aby sme vedeli využiť ponúkané možnosti v okolitých pohoriach. Tak držme palce Perinbabe, aby aj náš tradičný už 29. Silvestrovský prechod cez Kamennú lúku mal tiež bielu stopu.

M. Grešák, foto: archív klubu

17.11. – 18.11.2023

## PRECHOD SLOVENSKÝM KRASOM (ČASŤ DRUHÁ)

Štátny sviatok predznamenal predĺžený víkend, a tak by bola škoda nevyužiť ponúkanú možnosť. Voľba padla na pokračovanie prechodu Slovenským krasom. Počasie v prvý deň bolo presne také, aké turisti veľmi v láske nemajú, ale poznáme formalku o počasí a vybavenosti turistu. Drobný a vytrvalý dážď nás sprevádzal skoro celý prvý deň prechodu. Od dedinky Hrušov stúpame lesom po zelenej turistickej značke, prekračujeme hranicu s Maďarskom a cieľom a prvou zastávkou je hradná zrúcanina Szadvár. No je čo obdivovať. Z dolného hradu na horný hrad vedie úžasné drevené schodisko s počtom 372 schodov. Na celom hrade prebieha renovácia a archeologický prieskum. Upravený areál ponúka skvelý výlet aj pre rodiny s deťmi. Výhľady pre hmlu neboli možné a tak sme pokračovali ďalej červenou trasou E4 cez zaujímavú krasovú krajinu posiatu nespočetným množstvom jaskýň, závtov, ale aj obrovských lúk a pasienkov. Z náučných chodníkov nás zaujala informácia o osídlení

oblasti goralmi z Poľska, ktorí tu boli presídlení za vlády kráľa Bélu IV. Čas sa neúprosne krátil a postup nám sťažovala všade prítomná voda. Voda sa valila cez lúky v celých potokoch a chodníky boli podmáčané ako ešte nikdy a nikde. Ešte za denného svetla sme dorazili do obce Aggtelek – Baradla, kde sme sa ubytovali v miestnom kempingu. Druhý deň ráno a všetko

je iné. Ranná námraza, zamrznuté mláky, slnko a obloha bez oblakov. Putujeme cestou na slovenskú stranu a celá dnešná trasa pokračovala iba po Slovensku. V obci Kečovo si v miestnych potravinách vymodlíme čerstvú kávu, podakujeme a už šliapeme po červenej značke na Silickú Brezovú. Lesy striedajú horské lúky a planiny. Prechádzame okolo Silickej ľadnice do obce Silica. Tu pre nás končí červená značka a pokračujeme žltou až do dnešného cieľa pri obci Hrušov. Túto časť chodníka sprevádza aj Cyklomagistrála Slovenský kras. Počas posledného úseku nás čakalo ešte zopár stúpaní, z ktorých boli krásne výhľady na okolité krasové hrebene a rôzne miesta, ktoré by určite stáli za návštevu, ale to možno až inokedy. Slovenský kras a Aggteleki Nemzeti Park po-



núka úžasnú krajinu a stredne náročnú turistiku, kde je čo obdivovať a pritom návštevnosť je ozaj minimálna, takže ideálne miesto pre samotú a relax bez zástupov turistov. Trasa: Hrušov – Starý les (št. hranica) – hrad Szadvár – Vidomáj –

Szelce-volgyi letéro – Jósfaivo – Aggtelek-Baradla – Kečovo – Vyvieračková dolina – Silická Brezová – Bukový vršok – Silica – Farárova jama – Drieňovec – Silická Jablonica – Hrušov. Dĺžka trasy: 56 km. Stúpanie: 1208 m. Klesanie: 1066 m. ■

## Pozývame na podujatia v mesiaci december

26.12.	Kapušíansky hrad	KST Jantár Kapušany	pešia turistika	Štefanský výstup na Kapušíansky hrad
31.12.	Šarišský hrad	KST RPO Prešov	pešia turistika	Silvester na Šarišskom hrade
31.12.	Chrasť	KST Chotarna Hermanovce	pešia turistika, bežky	Silvestrovský výstup na Chrasť

Otužovanie na Kupku pod Šancom – počas týždňa 9.00 – 16.00 h. Je potrebné sa nahlásiť strážnej službe zimného štadióna. Bližšie informácie a kontakty k turistickým akciám nájdete na stránke [www.kstpo.sk](http://www.kstpo.sk) a [www.kstsb.sk](http://www.kstsb.sk).



## Bowling 2023 – športové aktivity členov JDS Sabinov

A. Tekel', foto: archív JDS

Dňa 12.10.2023 sa uskutočnili majstrovstvá ZO JDS Sabinov v bowlingu jednotlivcov. Vlastne to boli nominované preteky na majstrovstvá okresu v bowlingu družstiev i jednotlivcov (muži-ženy). Účastníci sa rozdelili do 4 družstiev a súťažilo sa dvojkoľovo. V kategórii mužov zvíťazil M. Puškáš pred A. Tekelom a M. Wilkom, u žien zvíťazila A. Puškášová pred K. Roháľovou a V. Grešovou. Aj výkony ostatných účastníkov (a účastníčok) boli výborné a konečné poradie v oboch kategóriách bolo tesné. Pri spoločnom posedení a vyhodnotení súťaže sme určili zloženie 2 družstiev pre účasť na okresnom kole, zároveň sme ocenili podmienky a atmosféru, v ktorej sa akcia konala. K zdaru a príjemnej atmosfére prispeli všetci účastníci akcie vrátane personálu GÓL centra, kde sa akcia konala.

24.10.2023 sa v Dubovici konalo Okresné kolo v bowlingu miešaných družstiev a jednotlivcov. OK sa zúčastnili všetky ZO JDS okresu Sabinov – celkovo 12 5-členných družstiev. Nálada bola výborná, bojové nasadenie vysoké a hoci sa všetci veľmi snažili, víťazstvo si odniesli Sabinovčania. V súťa-

ži družstiev sme obsadili prvé dve miesta – „A-čko“ v zostave V. Grešová, A. Puškášová, D. Gergelčíková, M. Puškáš, A. Tekel' – 1. miesto a 2. miesto „B“ v zostave M. Antolová, M. Hrabčáková, K. Roháľová, M. Andrus, M. Wilk. V kategórii mužov zvíťazil M. Puškáš, u žien zvíťazila V. Grešová, 2. miesto A. Puškášová a 3. miesto K. Roháľová.

Za úspech celej akcie patrí vďaka všetkým účastníkom a osobitne organizátorom - ZO JDS v Lipanoch.

15.11.2023 sa konalo v Prešove Krajské kolo v bowlingu družstiev i jednotlivcov. V súťaži štartovali 6-členné družstvá (3 muži + 3 ženy). Naše družstvo v zložení J. Križalkovič, M. Puškáš, M. Wilk, M. Antolová, V. Grešová, A. Puškášová bojovalo príkladne a iba malý kústik „športového šťastička“ nás odsunul z vytúženého umiestnenia na konečné 5. miesto. Malou náplastou je 3. miesto A. Puškášovej v kat. žien a 5. miesto M. Puškáša v kat. mužov. Hralo sa v hale s 8 dráhami, čo kládlo na súťažiacich veľké nároky – svetlo, priestor, hluk, pohyb. Napriek tomu dosiahnuté výkony boli na vyššej úrovni ako v minulom roku. Po organizačnej stránke to bolo vynikajúce podujatie a všetci sa už tešíme na budúce stretnutia. ■



## Z činnosti Šachového klubu Sabinov

M. Verbovský, foto: J. Pavlík, J. Magda

Každú jeseň sa šachisti celého Slovenska musia preorientovať z hrania individuálnych turnajov na ligové súťaže, v ktorých súperia 5 či 8-členné tímy. Jeseň 2023 v našom klube patrila začiatkom práve tímových súťaží, no aj opätovnému štartu tréningov našej mládeže, u ktorej sledujeme prvé malé úspechy.

Náš „top tím“ minulého roku vypadol z 2. ligy, a preto sa naše snaženie túto sezónu upriamuje na 3. ligu (tvoria ju družstvá z Prešovského kraja), v ktorej patríme medzi lepšie celky a robíme všetko preto, aby sme skončili v prvej polovici spomedzi 11 mužstiev, ideálne na postupových priečkach. V októbri a novembri sme odohrali 3 zápasy s bilanciou 1 výhra a 2 prehry. Porazili sme Modru nad Cirochou, no neuspeli sme vo Vranove nad Topľou ani doma s Dasonom Prešov. Všetci títo naši súperia patria medzi tímy s vysokými ambíciami v súťaži. V zostávajúcej časti súťaže nastúpime proti vyrovnaným a slabším súperom, čo sľubuje body do tabuľky, v ktorej s 3 bodmi nám zatiaľ patrí 8. miesto.

V 4. lige (súťaž 5-členných tímov) máme 2 mužstvá. Jeden



1. Zápas 4. ligy medzi TJ Sokol Ľubotice a ŠK Sabinov - junióri (v rade vpravo). Prvý z nich - F. Magda.

tvoria prevažne seniory, ktorí vyhrali oba zápasy a patria medzi tímy so stopercentnou úspešnosťou. Ďalší tvoria väčšou junióri, ktorí naberajú cenné skúsenosti a poctivou analýzou partií a tréningom sa postupne zlepšujú. Po 2 prehrách im momentálne patrí posledné, 12. miesto v tabuľke. Na dlhej ceste zdokonaľovania im môže byť inšpiráciou aj náš odchovanec Dávid Eliáš, ktorý už v 15 rokoch dosiahol titul FM (fidemajster) a tiež si už zahral najvyššiu šachovú súťaž na Slovensku - extraligu. Aktuálne mu v národnom rebríčku patrí 39. miesto podľa bodov FIDE ratingu.

V rámci Majstrovstiev okresu Sabinov žiakov ZŠ sa Magdovcom Lucii a Filipovi podarilo umiestniť medzi top 3 hráčmi medzi žiakmi/žiačkami a tak sa obaja kvalifikovali na Majstrovstvá kraja, kde zabojujú o miestenky na celoslovenské kolo. ■

Možnosť zakúpiť občerstvenie





## Aktivity FBC Predator Sabinov

J. Motešícký, foto: archív klubu

### Predprípravka

Po ťažkých Covidových rokoch sa darí ďalším úspechom nášho klubu, a to je vytvorenie nielen všetkých súťažných kategórií (mladšia prípravka, staršia prípravka, mladší žiaci, starší žiaci, dorastenci, juniorská extraliga a žiačky/juniorky), ale aj kategóriu najmenších. Tréningy pre 4-6 ročné deti sú vždy v utorky a štvrtky od 16:45 v športovej hale v Sabinove.

### Mladšia prípravka

Mladšia prípravka sa 11.11.2023 predstavila na turnaji v Lipanoch. Predátori odohrali vynikajúce zápasy, naberali skúsenosti a hra nám ukázala, kde musíme popracovať. Pri prípravkách sa neudávajú výsledky zápasov ani štatistiky, no môžeme povedať, že naši zverenci predviedli ohromné výkony. Ďakujem našim, ale aj rodičom z Lipian za skvelú atmosféru.



### Staršia prípravka

Staršia prípravka 12.11.2023 v Sabinove odohrala svoj 2. turnaj sezóny. Chlapcom ďakujeme za skvelý výkon a prajeme im aj naďalej veľa úspechov. Veľká vďaka patrí divákovi za skvelú atmosféru a povzbudzovanie.



### Mladší žiaci

Naši mladší žiaci sa 21.10.2023 predstavili na svojom prvom turnaji novej sezóny. V Michalovciach sme podľahli domácim 10:4 a Humennému sme taktiež podľahli 6:5.

Vyjadrenie trénera: „Zo zápasov som nebol nadšený. Chalani robili veľa chýb čo sa týka hernej činnosti. Výsledkom toho boli chyby v obrane a neefektívny prechod do útoku. Chalani si musia vstúpiť do svedomia a poučiť sa z chýb, ktoré urobili



a nabudúce ich neopakovať. Verím, že táto facka nás prebrala a do ďalšej časti sezóny ukážeme v čom sme skutočne silní!”

Mladší žiaci s prvými bodmi v tejto sezóne! Naši mladší žiaci odohrali 11.11.2023 svoje zápasy na turnaji v Levoči. V prvom zápase sa nám podarilo zvíťaziť proti domácej Levoči 12:3. Druhý zápas skončil remízou 6:6 proti Lipanom.

Vyjadrenie trénera: „Chcem chlapcov pochváliť za kvalitne odohrané oba zápasy. Som rád, že konečne začali plniť moje pokyny a dúfam, že to tak bude aj naďalej. Ďakujem chalanom a súperom za super zápasy. Makáme ďalej!”

### Starší žiaci

Starší žiaci 8.10.2023 s prvou výhrou v sezóne!

- FBC Predator Sabinov 12:2 Falcons Stará Ľubovňa

Naši starší žiaci sa predstavili v treťom zápase sezóny proti družstvu Falcons Stará Ľubovňa. Od prvej minúty držali zápasové opraty pevne vo svojich rukách a súperovi dávali minimum priestoru na ihrisku. Presadili sa všetky formácie a až na 2 gólové závähanie, odohrali chalani perfektný zápas.

Starší žiaci 5.11.2023 s ďalšou výhrou v sezóne!

- Florbalová Akadémia Košice 6:8 FBC Predator Sabinov



Odohrali sme ďalší ťažký zápas na súperovej palubovke. 3 body sme síce získali, ale určite to nebol z našej strany dobrý výkon, ukázalo sa, na čom musíme pracovať na tréningoch. Je pred nami ešte veľa práce. Defenzíva nefungovala tak ako mala, trápili sme sa aj v zakončení. Súperovi ďakujeme za zápas. Najbližší zápas odohráme 19.11.2023 od 14:00 na domácej palubovke proti Michalovciam.

### Dorastenci

Dorastenci si podelili body s FK Florko Košice 4.11.2023.

- FK Florko Košice 5:5 FBC Predator Sabinov
- Naši dorastenci začali druhú časť súťaže na pôde zatiaľ neporazeného Florka.

Veľkú časť zápasu sme viedli, avšak súper hrýzol a v poslednej 3- minútovke sa mu podarilo vyrovnáť.

Vyjadrenie trénera: „Skvelý zápas z oboch strán, musím uznať kvalitu súpera, ktorý predviedzal skvelú ofenzívnu hru. Rovnako ale musím vyzdvihnúť našu defenzívu, ktorá dnes pracovala zodpovedne a súperovi nedovoľovala zakončovať. Mrzia opäť drobné závähanie, ktoré nás stáli 3 body, v konečnom zúčtovaní sa ale každý bod počíta. Ďakujeme súperovi za zápas, ideme ďalej!”

Dorastenci si v domácom prostredí dňa 11.11.2023 poradili s Levočou.



V sobotu hostili predátori súpera z neďalekej Levoče. Zápas dostával jasné kontúry hneď v prvej tretine a aj keď hostia hrozili z protiútokov boli to práve Predátori, ktorí diktovali tempo hry. „Omladený” káder Sabinovčanov doplnený o 3 starších žiakov držal celý zápas pevne v rukách a dotiahol ho do zdarného konca.

Vyjadrenie trénera: „Od začiatku zápasu sme ku všetkým situáciám pristupovali zodpovedne a s rešpektom. Snažili sme sa celý čas hrať svoju hru. Do hry sme zapojili aj trojicu starších žiakov, ktorí dostali priestor v prvých formáciách - T. Pavlík svoju premiéru dokonca okorenil aj dvoma gólmi. Som rád, že mužstvo po celý čas plnilo taktické pokyny a nesnažili sa hrať na seba. Pochvala ide taktiež smerom do brány, kde nás podržal skvelo chytajúci gólmán M. Mácha. Súperovi ďakujeme za zápas a prajem veľa šťastia pri ďalších zápasoch.”

- FBC Predator Sabinov 13:0 Fbk Quic-kBall Levoča

Najbližšie sa dorastenci predstavia opäť na domácej palubovke - už tento piatok 17.11.2023 od 13:30 proti tímu Falcons Stará Ľubovňa.

### Juniori

Juniori s ďalšou prehrou!

5.11.2023 sme odohrali ďalší zápas v domácom Sabinove proti nováčikovi a našej dvojčičke z Rabče v juniorskej extralige. Zápas sa nezačal podľa našich predstáv, a tak sme dohľadali manko 3 gólov. V momente, kedy sa zápas lámal a znížili sme na stav 3:2, súper využil náš chybný krok a dostali sme nešťastný gól. Zvyšok zápasu sme sa snažili výsledok dobehnúť, čo sa nám už ale nepodarilo.

Po 8. zápasoch tak máme 0 bodov a nachádzame sa na poslednom mieste v tabuľke. Chalani ale makajú ďalej a nevzdávajú sa! Veríme, že do konca sezóny to zlomíme a dostaneme sa v tabuľke vyššie. Divákovi ďakujeme za podporu!

- FBC Predator Sabinov 3:5 FBK Raptors ■

## Slovenský pohár mladších dorastencov, kadetov, juniorov a U21- 1. kolo

Z. Dujavová, foto: archív klubu

Dňa 21.10.2023 sa konala súťaž 1. kolo Slovenského pohára dorastencov, dorastencov, juniorov a U21 na Myjave.

Náš klub reprezentovali štyri pretekárky. Michaela Dujavová, Tatiana Korinková, Nina Fabiánová a Denisa Blizmanová.

Tréner Jozef Semaník tak veril svojim dievčatám, že ich ostaršil, aby mohli túto súťaž absolvovať v kategórii mladšie dorastenky 12 - 13 ročné. Keďže dievčatá majú len 11 rokov. A ony ho nesklamali.

Na súťaž išli s obavami a rešpektom voči starším a skúsenejším pretekárkam. No zároveň s odhodlaním bojovať do posledného dychu tak, aby boli na seba hrdé nielen ony, ale aj tréner.

Na prvý zápas nastúpila Nina Fabiánová v kategórii mladšie dorastenky 12-13-ročné do 42 kg pokročilé, kde v prvom kole vyhrala 4:0, v druhom kole 5:2, no žiaľ v semifinále silnejšej súperke podľahla. Ale keďže sa Nina dostala do repasáže, zabojovala z plných síl a vyhrala 3:0 a tým získala krásne 3. miesto.



Medzitým nastúpila na tatami v kategórii mladšie dorastenky 12-13-ročné do 47 kg pokročilé Tāňa Korinková, ktorá napriek urputnému boju, na ktorý sme všetci hrdí, podľahla skúsenejšej prete-



kárke. Do repasáže sa jej žiaľ dostať nepodarilo.

V kategórii mladšie dorastenky 12-13-ročné do 42 kg pokročilé nastúpila aj Michaela Dujavová. Tá mala prvé kolo voľné, v druhom kole zdolala súperku 5:2, v treťom kole 5:4 a tým sa dostala až do finále, kde, žiaľ, podľahla taktiež staršej a skúsenejšej pretekárke. Ale domov odchádzala šťastná a spokojná s nádherným 2. miestom.

Denisa Blizmanová štartovala v kategórii dorastenky 14 - 15 ročné do 47 kg. V prvom kole žiaľ Denisa prehrala a napriek tomu, že šla do repasáže o 3. miesto, zápas skončil 0:0 a na vlajky vyhrala pretekárka z Košíc. Všetky naše dievčatá odchádzali domov s pocitom, že dali zo seba maximum a dokázali nielen sebe, ale aj trénerovi a všetkým, že keď človek niečo chce, a ide si za svojím snom, tak je možné všetko. Sme na nich právom hrdí.

Veľká vďaka patrí dievčatám, trénerovi, že v nich tak veril a mestu Sabinov za jeho osobnú a aj finančnú podporu. Držíme dievčatám palce aj v ďalších súťažiach, ktoré ich ešte len čakajú. ■

## Mariášový turnaj

P. Vrábek, foto: archív turnaju

V piatok, 17. novembra 2023 v Bistre u Bažanta v Sabinove sa uskutočnil tradičný mariášový turnaj - 2. ročník Memoriálu Vincenta Kolarčíka, ktorého sa zúčastnilo 9 hráčov. Hrало sa na tri jeden a polhodinové kolá, do finále postúpili štyria hráči. Na štvrtom mieste sa umiestnil Martin Váhovský z Drienice, tretie miesto obsadil Jozef Cerva z Ostrovian. Na druhom mieste sa umiestnil Peter Mišenko z Rožkovian. Víťazom 2. ročníka Memoriálu Vincenta Kolarčíka a držiteľom putovného pohára za rok 2023 sa stal Milan Lukáč z Drienice. Gratulujeme víťazovi a ďakujeme všetkým zúčastneným aj fanúšikom za príjemnú atmosféru, ktorá vyvrcholila vyhlásením výsledkov turnaja a odovzdaním malých vecných darov, ktoré poskytli firmy EPOŠ SB, s.r.o. a SABTRADE s.r.o. Sabinov. Naše poďakovanie patrí aj MsKS v Sabinove za pomoc pri propagácii turnaja, majiteľovi a kolektívu Bistra u Bažanta za chutnú stravu a príjemnú obsluhu. Menovaným, aj všetkým tým, ktorí sa akoukoľvek formou podieľali na úspešnom priebehu turnaja organizátori aj touto cestou ďakujú. ■



PARTNER

## NAJLACNEJŠIE POISTENIE VOZIDIEL, DOMOV A BYTOV



UNIGA

Kooperativa  
VIENNA INSURANCE GROUP

Generali

Allianz

union  
Poistovňa

CSOB

KOMUNÁLNA  
POISTOVŇA

wustenrot

genertel.sk



POISTENIE  
PODNIKATEĽOV



CESTOVNÉ  
POISTENIE



ŽIVOTNÉ  
POISTENIE



DŮCHODKOVÉ  
SPORENIE



INVESTÍCIE  
A SPORENIE



HYPOTÉKY  
A ÚVERY

🏠 Námestie slobody 81, 083 01 Sabinov 📞 0914 271 473

MS SK

park na námestí  
*verejné podujatie*

# Vianočné TRHY

18.-20. december 2023

občerstvenie, predajné stánky

## Vianočné KOLEDOVANIE

Vianočné koledy a vlniče v podaní

16.00 h 18. december  
DETI ZO SABINOVSKÝCH MŠ, ZŠ, ZUŠ A KRÚŽKOV

16.00 h 19. december  
DFS SABINIK, FS SABINOVČAN, CH, SPEVÁCKY

Špeciálny hosť **Vianočný koncert**

### Rabada VERONIKA

19.12. 17.00 h

[f ZIVOTVSABINOVE](#) [www.SABINOV.SK](#)

DAŠOHCART DESIGN

MS SK

Ja tam budem.  
**A ty?**

# Maskeľáča

VSTUP LEN V MASKÁCH

## 9.2.2024

ESTRÁDNA SÁLA MsKS, o 19.00 h

**DJ SNOWMAN** | Vyhodnotenie najlepšej masky

Vstupné: **25 €**

v cene vstupenky: prípitok, večera, káva

Predpredaj vstupeniek v MsKS, 2. poschodie, č.d. 21 v čase od 8.00 h do 16.00 h. Registrácia masiek pri vstupe na podujatie.

Verejné podujatie.

KINO TORZYSA

# Pripravujeme PREMIETANIE PRE NAJMEŇŠÍCH V DOOBEDŇAJŠÍCH HODINÁCH

[f ZIVOTVSABINOVE](#) [f KINOTORYSA](#)

KINO TORZYSA

KINO TORZYSA

KINO TORZYSA

[f ZIVOTVSABINOVE](#) [www.KINOTORYSA.SK](#)

# PERINBABA A DVA SVETY

17.12.2023 o 18.00h

ZAČINA FILM PO FILME, BESEDA

KINOSÁLA MSKS  
BESEDA S JEDNÝM Z PRATAGONISTOV  
GABRIELOM HURAJOM

VEREJNÉ PODUJATIE / VSTUP VOJENÝ