



4-5 O živote v Taliansku počas koronakrízy 9 Ponický kras 11 Čo s kuchynským odpadom

Konečne nová cesta do Lehôtky a Huty

Rekonštrukcia cesty 2422 v úseku od Obecného úradu v Ponikách po otočku na Námestí Mateja Kosca prebehla v prvej polovici augusta. Pod financovanie a realizáciu sa podpísal správca cesty, teda Regionálna správa ciest Banská Bystrica (RSC BB). Celé by som to okomentoval povzdychom konečne. Rekonštrukciu tejto cesty, cesty na Ponickú Hutu (2417) a cesty cez kiare (2420) požadovalo vedenie obce intenzívne niekoľko rokov.

Problém spočíval – ako zvyčajne – v peniazoch. Tie sa podarilo v roku 2020 Regionálnej správe ciest Banská Bystrica – na základe neutíchajúcich požiadaviek obce – vyčleniť aj na cestu 2417 smerujúcu do Ponickej Lehôtky. A tak v prvom augustovom týždni zaparkovali pred obecným úradom stroje firmy, ktorá mala cestu realizovať. Niektoré práce boli oproti pôvodnému rozpočtu vykonané navyše. Cestu bolo potrebné na niektorých miestach frézovať kvôli správnej sklonu, aby voda netiekla do dvorov, a aby bolo možné urobiť v správnej výške vjazdy k rodinným domom. Pri frézovaní sa vyskytli ťažkosti, nakoľko realizátor diela sa obával podložia cesty, ktoré v minulosti zrejme nebolo urobené dostatočne. Obrusovanie celej vrchnej časti asfaltu by mohlo oslabiť podklad pod nový asfalt. Pre úplnosť musím do-



dať, že firma, ktorá cestu stavala, nemohla a ani nevedela urobiť pre občanov vjazdy do ich dvorov. Nebolo to predmetom zákazky a realizátor nemal ani potrebnú techniku na takéto práce.

Poldruha kilometrová cesta od OcÚ do Ponickej Lehôtky stála niečo vyše 124 300 eur. Takmer dvojkilometrová cesta z Poník do Ponickej Huty viac než 181 000 eur.

Celé dielo by som zo svojho pohľadu hodnotil známkou veľmi dobre. Regionálnej správe ciest Banská Bystrica by som dal známku výborne až za zrekonštruovanie celej cesty

2420 od Šalkovej cez kiare až po novú cestu do Ponickej Huty.

V mene starostky aj občanov a návštevníkov obce ďakujem Banskobystrickému samosprávnemu kraju, Regionálnej správe ciest Banská Bystrica a spoločnosti VIAKORP Zvolen. Zároveň vyslovujem želanie, aby si dobré zvyky zachovali a obnovili aj zvyšok cesty 2420 od Šalkovej. Vďaka patrí aj tým pracovníkov správy ciest, ktorí v ostatnom čase kosili trávu okolo ciest smerujúcich do Poník a jej častí.

Pavol Ondrejko,
prednosta OcÚ

Poprázdninová výzva

Keď v septembri nastúpim do školy, obyčajne mi príde na um slová populárnej piesne „Každý deň sa niečo krásne končí, každý deň sa niečo krásne začína...“



Končí sa sladké ničnerobenie, dva mesiace prázdnin plné zážitkov prešli do spomienok. Načerpali sme nové sily na každodenné školské povinnosti. Som presvedčená, že každý jeden človek má v našom živote svoje miesto, svoje poslanie. Úlohou nás učiteľov v živote žiakov je doviesť ich k nejakému hlbšiemu poznaniu a vyzbrojiť ich vedomosťami a zručnosťami, naučiť ich poznávať nové pravidlá a zásady, ktorými sa budú v živote riadiť.

Začiatok školského roka je dobrým dôvodom na to, aby sme spoločne začali prácu, ktorá má zmysel a bez ktorej by sme sa nemohli hýbať dopredu. 2. septembra sme otvorili dvere našej školy nedočkavému novému školskému roku, ktorý klopal na ne už od 1. septembra. Tak ako predchádzajúci školský rok, aj tento bude iný,

Pokračovanie na str. 2 ►

Obnova pamätníka

Koncom minulého roka sme požiadali Ministerstvo vnútra SR o príspevok zo štátneho rozpočtu na obnovu Pamätníka rumunských hrdinov. Ministerstvo poskytlo 10 500 eur, čo tvorí 80 percent výdavkov na celý projekt. Zvyšok uhradila obec z vlastných zdrojov.

V máji obec Poniky vyhlásila verejné obstarávanie na túto obnovu,

spočívajúcu v kompletnej rekonštrukcii pomníka. Predpokladaná hodnota zákazky bola stanovená na 14 600 eur bez DPH. Víťaznú ponuku podala spoločnosť Blaško – Latta, spol. s r. o., Zelená 40, 974 04 Banská Bystrica, ktorej ponuka bola 13 125 eur.

Nakoľko ide o národnú kultúrnu pamiatku, Krajský pamiatkový úrad Banská Bystrica projekt mierne

upravil. Nepovolil napríklad výmenu zábradlia za nové ani výmenu dlažby, súhlasil len s rekonštrukciou pôvodného zábradlia a stará dlažba musela byť odstránená a nahradená trávnikom.

Celková obnova teda spočívala v odstránení jestvujúcej dlažby, obnovení podstavca pod pylónom, demontáži oplotenia, opieskovaní, rekonštrukcii a nátere oplotenia,

umelecko-remeselnej obnove kamenných povrchov, betónového múriku okolo pamätníka, zatravnení a odvodnení.

Myslím si, že pamiatka samotná, ale aj účel, na aký je určená, si navrátenie do pôvodnej podoby zaslúžila. Celkový výsledok môžete posúdiť sami.

Pavol Ondrejko,
prednosta OcÚ

► Pokračovanie z 1. strany

pretože pre nás všetkých platia opatrenia v súvislosti s ochorením COVID-19. Dôležité bude dodržiavať princíp R-O-R (rúško-odstup-ruky). Prajem si, aby sme túto situáciu zvládali bez napätia a stresov. Prajem si, aby sme sa v škole počas celého školského roka cítili dobre – či už v laviciach alebo za katedrou.

Výnimočný bude pre tých, ktorí sa po prvýkrát posadia do školských lavíc a po prvýkrát začujú školské zvonenie. Bude pre nich rokom mnohých zmien, naučia sa písať, čítať, počítat, urobia veľký krok k svojej samostatnosti. Určite sa v škole budú cítiť dobre. Nájdú si veľa kamarátov, aj spomedzi najstarších - deviatakov, ktorí ich vypravdia na slávnostnú imatrikuláciu.

Aj žiaci ostatných ročníkov majú svoje očakávania. Očakávajú, že sa stretnú v škole so svojimi spolužiakmi, že budú mať nové predmety, nových učiteľov. Alebo, že im školský rok rýchlo ubehne, že pôjdu na výlety a exkurzie, že budú mať veľa nových zážitkov, na ktoré sa spomína celý život.

K naplneniu našich predstáv určite prispievajú aj nové projekty: *V základnej škole úspešnejší, Pomáhajúce profesie v edukácii žiakov, Projekt na rozvoj čitateľskej, prírodovednej a matematickej gramotnosti alebo Projekt rozvoja školy zameraný na lesníctvo, ochranu prírody a rozvoj regiónu.* Na realizáciu spomínaných projektov sme získali financie z operačných programov ministerstva školstva, úradu práce a metodicko-poradenského centra.

Okrem brán školy otvárame deväť ročníkov, dve oddelenia školského klubu, minimálne desať krúžkov a, samozrejme, žiakov privíta aj nová telocvičňa. Personálne obsadenie školy ostáva nezmenené.

Želám si, aby žiaci našli správnu mieru medzi učením a odpočinkom, povinnosťami a relaxom. Želám si, aby sme svojim prístupom, dobrým správaním, tvorivosťou a aktivitou urobili zo školy miesto, kde sa oplatí byť, a aby sme výsledkami reprezentovali školu aj obec.

Prajem nám všetkým úspešný školský rok, aby sme na jeho konci mohli s radosťou a hrdosťou hodnotiť to, čo sme za desať mesiacov spolu dokázali.

Mária Janovíková,
riaditeľka školy

Drobné stavby

Po rokoch bývania máme neraz pocit, že príbytok nám už nevyhovuje, že je pre rodinu primálny, bolo by treba postaviť si k domu niečo menšie – letnú kuchyňu, dielňu, garáž, prístrešok na auto či na drevo, aj altánok by sa zišiel, o bazéne nehovoríme. Túžbam sa medzi nekladú, ale na ich uskutočnenie potrebujeme nielen finančné prostriedky, ale tiež čas, energiu, trpezlivosť... Pritom však nesmieme zabúdať na pravidlá a povinnosti, ktoré sa s tým spájajú.

Takže:

Podľa stavebného zákona je drobná stavba stavbou, ktorá má doplnkovú funkciu pre hlavnú stavbu, ktorou môže byť napríklad aj stavba na bývanie.

Drobná stavba, okrem toho, že musí spĺňať funkciu doplnkovej stavby k hlavnej stavbe, musí byť prízemná a nesmie mať zastavanú plochu väčšiu ako 25 m² a výšku nad 5 metrov. Drobnou stavbou môže byť napríklad kôlna, práčovňa, letná kuchyňa, prístrešok, zariadenie na nádoby na odpadky, stavba na chov drobných zvierat, altánok, garáž, prístrešok na auto alebo na drevo. Drobnou stavbou je aj oplotenie, prípojky stavieb a pozemkov na verejné rozvodné siete a kanalizáciu všetkých stavieb a pozemkov a pripojenie drobných stavieb a pozemkov na rozvodné siete a kanalizáciu hlavnej stavby.

Podzemná stavba, napríklad žumpa, pivnica i bazén – okrem zastavanej plochy najviac 25 m² – nesmie mať väčšiu hĺbku ako 3 m.

Počítajme s tým, že:

- umiestnením stavby a jej užívaním nesmie byť zatažené okolie nad prípustnú mieru a ohrozená bezpečnosť a plynulosť prevádzky na príslušných pozemných komunikáciách,
- umiestnenie stavby musí zodpovedať urbanistickému a architektonickému charakteru prostredia a požiadavkám na zachovanie pohody bývania,
- vzájomné odstupy stavieb musia spĺňať požiadavky urbanistické, architektonické, životného prostredia, hygienické, veterinárne, ochrany povrchových a podzemných vôd, ochrany pamiatok, požiarnej bezpečnosti, civilnej ochrany, požiadavky na denné osvetlenie a preslnenie a na zachovanie pohody bývania,
- odstupy musia umožňovať údržbu stavieb a užívanie priestorov medzi stavbami na ich technické alebo iné vybavenie a na činnosť, ktorá súvisí s funkčným využívaním územia,



- stavbu možno umiestniť na hranici pozemku len ak nebude trvalo obmedzovať užívanie susedného pozemku na určený účel,
- oplotenie na hranici pozemku môže byť umiestnené tak, že jeho podzemná časť (základy) bude výhradne na pozemku stavebníka.

Teraz k povinnostiam, ktoré si musíme splniť, ak chceme postaviť niektorú z vyššie uvedených stavieb (tlačivo na ohlásenie drobnej stavby je zverejnené na webovom sídle obce Poniky):

Výkresová časť:

- jednoduchý situačný výkres na podklade mapy katastra nehnuteľnosti s vyznačením umiestnenia drobnej stavby (pôdorysné rozmery) vrátane odstupov od hraníc susedných pozemkov a susedných stavieb vo dvoch vyhotoveniach,
- jednoduchý technický popis stavby, prípadne aj výkresy stavebného riešenia vo dvoch vyhotoveniach, z ktorých bude zrejmé zakladanie stavby, použitie stavebného materiálu vrátane spôsobu zastrešenia a spôsobu odvedenia dažďovej vody zo stavby tak, aby neodtekala voľne do terénu ani na susedný pozemok alebo smerom k nemu,
- v prípade stavby bazény je potrebné uviesť spôsob zásobovania vodou a spôsob jej vypúšťania, v prípade montáže elektrického čerpadla aj spôsob napojenia na elektroinštaláciu,
- v prípade stavby garáže vybavenej elektroinštaláciou uviesť riešenie elektrickej prípojky.

Rozhodnutia, posúdenia, stanoviská dotknutých orgánov vyžadované podľa osobitných predpisov, napríklad:

- ak pozemok, na ktorom má byť stavba umiestnená, je vedený na liste vlastníctva ako záhrada, prípadne ako orná pôda, je potrebné doložiť stanovisko okresného úradu, pozemkového a lesného odboru,
- ak má byť v stavbe umiestnený malý zdroj znečisťovania ovzdušia (kachle, kotol, krbová vložka a pod.), doložiť súhlas obce na jeho zriadenie,
- v prípade budovania prípojky stavieb a pozemkov na verejné rozvodné siete (vodovod, elektrina, splašková alebo dažďová kanali-

zácia) doložiť súhlasy a stanoviská jednotlivých správcov a vlastníkov sietí, na ktoré sa pripoja jednotlivé prípojky.

Stavba môže byť realizovaná (uviesť v tlačive žiadosti spôsob realizácie):

- dodávateľsky – stavbu vykonáva oprávnená právnická alebo fyzická osoba, ktorá musí zabezpečiť stavbyvedúceho,
- svojpomocne – stavebník zabezpečí odborné vedenie osobou s vysokoškolským vzdelaním stavebného či architektonického smeru, alebo so stredným odborným vzdelaním stavebného smeru a minimálne trojročnou praxou v odbore (ďalej len kvalifikovaná osoba). Ak sám nespĺňa uvedené požiadavky, k žiadosti je potrebné priložiť vyhlásenie kvalifikovanej osoby (stavebný dozor), že zabezpečí odborné vedenie stavby realizovanej svojpomocne (tlačivo je na internetovej stránke obce Poniky).

Pri podaní ohlásenia je potrebné uhradiť správny poplatok vo výške určenej podľa pol. č. 60a písm. e) prílohy zákona č. 145/1995 Z. z. v znení jeho neskorších predpisov o správnych poplatkoch, buď do pokladne obce, prípadne bankovým prevodom na účet obce (údaje o bankovom spojení sú takisto na internetovej stránke obce Poniky).

Od poplatku sú oslobodení držiteľia preukazu fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím alebo preukazu fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím so sprievodcom (kópiu preukazu doložiť k ohláseniu).

Ohlasovanú drobnú stavbu môže stavebník začať až po doručení písomného oznámenia stavebného úradu, že proti jej uskutočneniu nemá námietky.

Upozorňujem tiež na sankcie:

Priestupku sa dopustí a pokutou do 332 eur sa potrestá ten, kto uskutočňuje jednoduchú stavbu, drobnú stavbu, stavebné úpravy alebo udržiavacie práce, ktoré treba ohlásiť, bez takéhoto ohlásenia alebo v rozpore s ním.

Uloženíu pokuty sa vystavujú aj právnické alebo fyzické osoby oprávnené na podnikanie, ktoré uskutočňujú drobnú stavbu, stavebné úpravy alebo udržiavacie práce, ktoré treba ohlásiť, bez takéhoto ohlásenia alebo v rozpore s ním. Stavebný úrad alebo inšpekcia im uloží pokutu do výšky 13 277,60 eur.

Ludmila Ohrvalová,
Stavebný úrad Poniky

Z rokovania poslancov

Zastupiteľstvo obce

Poniky na svojom

10. zasadnutí 1. júla 2020

Konštatovalo:

Uznesením č. 118, bod 4 E

V tajných voľbách bola zvolená Jana Klimová za hlavnú kontrolórku obce Poniky.

Schválilo:

Uznesením č. 122, bod 8 A)

Kúpu vozidla Škoda Octavia combi 4x4 1,9 TDI, r. v. 2007, EČ: BB 689 GL vo výške 2 780,- eur v elektronickej aukcii, ktorej vyhlasovateľom bol štátny podnik LESY Slovenskej republiky, Nám. SNP 8, 975 66 Banská Bystrica.

Uznesením č. 125, bod 11 B)

Záverečný účet obce Poniky za rok 2019 v súlade s § 16 ods. 10 písm. a) zákona č. 583/2004 Z. z. o rozpočtových pravidlách územnej samosprávy a o zmene niektorých zákonov v znení neskorších predpisov s výrok: Celoročné hospodárenie obce Poniky za rok 2019 sa schvaľuje bez výhrad.

Zobralo na vedomie:

Uznesením č. 123, bod 9 A)

Informatívnu správu o hospodárení v OPL, spol. s r. o. Poniky k 30. 6. 2020.

Uznesením č. 124, bod 10 A)

Čerpanie rozpočtu k 15. 6. 2020.

Uznesením č. 126, bod 12 A)

Informatívnu správu o organizácii školského roku 2020/2021 v ZŠ s MŠ Štefana Žáryho Poniky.

Zastupiteľstvo obce

Poniky na svojom

11. zasadnutí 6. aug. 2020

Konštatovalo:

Uznesením č. 128, bod 2 C),

že poslankyňa volebného obvodu Poniky Ing. Alena Ježeková zložila sľub poslanca podľa § 26 zákona č. 369/1990 Zb. o obecnom zriadení v znení neskorších predpisov a že jej bolo odovzdané osvedčenie o tom, že sa stala poslankyňou obecného zastupiteľstva.

Schválilo:

Uznesením č. 131, bod 5 B)

Za členku návrhovej komisie Ing. Alenu Ježekovú.

Uznesením č. 134, bod 8 A)

Odvolať Ing. Romana Ferjenčíka z funkcie konateľa OPL, spol. s r. o. Poniky.

Uznesením č. 134, bod 8 B)

Odvolať Ing. Petra Matulu z funkcie predsedu Dozornej rady OPL, spol. s r. o. Poniky.

Uznesením č. 134, bod 8 C)

Zástupcu obce Poniky Ing. Petra Matulu na zastupovanie funkcie konateľa Obecného podniku lesov, spol. s r. o. Poniky v zmysle § 11, ods. 4, písm. l, zákona číslo 369/1990 Z. z. v znení neskorších predpisov do termínu ukončenia výberového konania na funkciu konateľa OPL, spol. s r. o. Poniky.

Uznesením č. 134, bod 8 D)

Zástupcov obce Poniky Ladislava Šteca, Ing. Alenu Ježekovú a Zuzanu Šalingovú do Dozornej rady OPL, spol. s r. o. Poniky v zmys-

le § 11, ods. 4, písm. l, zákona číslo 369/1990 Z. z. v znení neskorších predpisov s účinnosťou odo dňa konania najbližšieho zasadnutia Valného zhromaždenia OPL, spol. s r. o. Poniky.

Zobralo na vedomie:

Uznesením č. 128, bod 2 A),

že mandát poslankyne Olgy Koscovej vo volebnom obvode Poniky zanikol 1. 7. 2020 v zmysle § 25 ods. 2 písm. c) zákona č. 369/1990 Zb. o obecnom zriadení v znení neskorších predpisov, a to ústnym vzdaním sa mandátu, ktoré bolo oznámené starostke obce na 10. riadnom rokovaní obecného zastupiteľstva v Ponikách 1. 7. 2020.

Uznesením č. 131, bod 5 A)

Zánik členstva Olgy Koscovej v návrhovej komisii Obecného zastupiteľstva obce Poniky z dôvodu vzdania sa poslaneckého mandátu 1. 7. 2020.

Zrušilo menovanie:

Uznesením č. 132, bod 6 A)

Olgy Koscovej za podpredsedníčku krízového štábu obce Poniky.

Menovalo:

Uznesením č. 132, bod 6 B.1.)

Za podpredsedu krízového štábu obce Poniky Ladislava Šteca, zástupcu starostky obce.

Uznesením č. 132, bod 6 B.2.)

Za člena krízového štábu obce Poniky Ing. Stanislava Krajana, poslanca Obz.

Odvolať:

Uznesením č. 133, bod 7 A)

A.1 Olgu Koscovú z pozície predsed-

nícky komisie životného prostredia, výstavby a územného plánu, A.2 Olgu Koscovú z pozície predsedníčky komisie na ochranu verejného záujmu pri výkone funkcie starostu,

A.3 Ing. Petra Matulu z pozície predsedu komisie financií a správy majetku.

Zvolilo:

Uznesením č. 133, bod 7 B)

B.1 Za predsedu komisie životného prostredia, výstavby a územného plánu Ing. Petra Matulu, B.2 za predsedníčku Komisie financií a správy majetku Ing. Alenu Ježekovú,

B.3 za predsedu komisie na ochranu verejného záujmu pri výkone funkcie starostu Ing. Vladimíra Farkaša,

B.4 za členku komisie životného prostredia, výstavby a územného plánu Ing. Alenu Ježekovú,

B.5 za člena komisie financií a správy majetku Ing. Petra Matulu, B.6 za člena komisie životného prostredia, výstavby a územného plánu Bc. Romana Meška.

Zastupiteľstvo obce

Poniky na svojom

12. zasadnutí 8. sept. 2020

Schválilo:

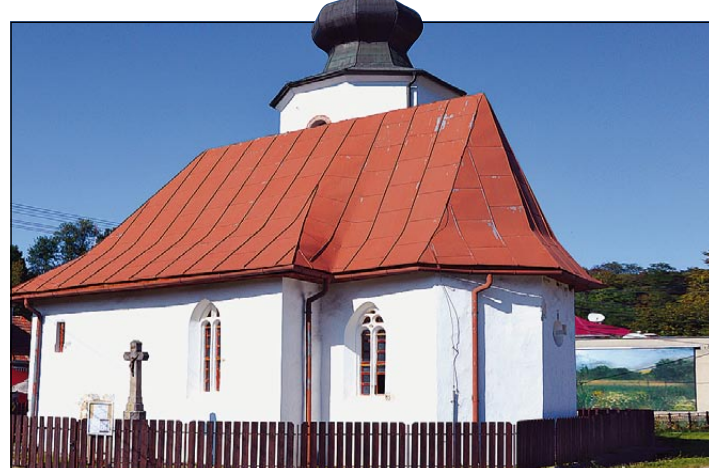
Uznesením č. 138, bod 4 A/

Menovanie Ing. Petra Matulu do funkcie konateľa Obecného podniku lesov, spol. s r. o. Poniky v zmysle § 11 ods. 4 písm. 1 zákona č. 369/1990 Z. z. v znení neskorších predpisov s účinnosťou od 8.9.2020.

Cenné fresky v Dúbravici ožívajú pod rukami reštaurátorov

Aj touto cestou chcem poďakovať všetkým Poničanom, Lehoťanom a Hutníkom, ktorí svojím hlasom pomohli získať grant z *Nadácie VÚB Poklady Slovenska* a lobovali za nás kde sa len dalo. Vôbec to nebolo jednoduché, stálo nás to veľa nervov, ale oplátilo sa. Získali sme 50 tisíc eur na zreštaurovanie fresiek v kostole sv. Žofie v Dúbravici. Priznám sa, že pri podpise darovacej zmluvy mi prebehla hlavou myšlienka, či na tých stenách niečo nájdeme, či sa pri vyúčtovaní nebudem pred komisiou nadácie červenať. Dnes už viem, že nebudem. Tím reštaurátorov od 20. júla odkrýva pôvodné fresky, našli sme tam skutočne pekne kúsky. Na severnej stene lode kostola je výjav zajaťia Ježiša (scéna s Judášom), ďalej zobrazenie Šimona ako pomáha niesť

Ježišovi kríž, a je tu ešte jedna maľba, ktorú však zatiaľ nevieme identifikovať. Pod pašiovým cyklom sa



nachádza nádherná scéna, na ktorej archanjel Gabriel zvestuje Panne Márii. Archanjel je značne poškodený,

ale Panna Mária je veľmi pekne zachovaná. Na víťaznom oblúku sú dva erby a ornamentálna výzdoba. Vo svätyni na severnej stene je nakreslený výjav ukrižovania Pána Ježiša. Na východnej stene vľavo je pravdepodobne Panna Mária z Ježiškom na rukách a vpravo je uloženie Ježiša do hrobu. Fresky majú renesančný nádych, postavy sa vyznačujú peknými, jemnými líniami a farebnosťou značne odlišnou od fresiek v ponickom kostole, asi aj preto, že sú mladšie. Ešte nás čaká odkrytie zhruba poslednej tretiny historických maľieb a jedna stena v sakristii, a potom príde na rad spevňovanie a retušovanie fresiek. Ich náročná obnova by sa v dúbravickom kostole mala skončiť koncom februára budúceho roka.

Br. Robert kapucín



Pracovala som v prvej línii

Koronavírus som brala vážne

Anna Carbone Mrázová pochádza z Poník, ako 25-ročná odišla za manželom vinárom Francescom Carbone do mestečka Casteggio neďaleko Milána, kde spoločne pracovali vo vinici a dorábali víno. Tato práca ju však nenaplnjala, a tak si po rozvoze našla miesto zdravotnej sestry – ošetrovateľky v súkromnej nemocnici v Pavii. Z prvého manželstva má dve deti – Cristinu (32) a Emilia (29). Druhý manžel Piero Ciceri sa v Ponikách dobre cítil, obľúbil si tunajšiu komunitu a najmä okolitú prírodu. Keď ho postihli vážne zdravotné problémy, vyslovil želanie, aby bol pochovaný na cintoríne v Ponikách.

Taliansko je krásna krajina, učarovala mnohým. Doslova na každom kroku je čo obdivovať. Už len samotné historické skvosty, je ich ako maku. Pridajte nezameniteľnú gastronómiu a krásnu prírodu – čižmu z troch strán lemuje moria s množstvom pláží. Lákadiel je naozaj veľa. Čo prevládalo na miske váh, keď ste sa rozhodovali pre život v Taliansku?



▲ A. Mrázová medzi lekármi a sestrami oddelenia COVID-19 v nemocnici Città di Pavia počas striedania pracovnej zmeny.

Bol to vzťah k partnerovi. V tom čase – hovoríme o roku 1986 – bolo takmer nemožné, aby si cudzinec našiel v Taliansku robotu a uplatnenie zodpovedajúce svojmu vzdelaniu a skúsenostiam. Nakoľko môj nastávajúci manžel mal svoje zamestnanie, a popritom pracoval vo viniciach, bolo jednoduchšie, aby som odišla ja. Povolenie vycestovať ma stálo veľa energie, času a nervov, slovenskí úradníci si dali naozaj záležať, byrokracia fungovala na plné obrátky.

Začiatky nebývajú ľahké, najmä ak sú spojené so životom za hranicami. Na to treba odvahy. Zrejme vám nechýbala.

Odvaha, neodvaha, ako sa hovorí, keď ťa hodia do vody, musíš plávať. Samozrejme, v roku 1986 tu širokoďaleko neboli žiadni cudzinci. Musela som sa prispôbiť tunajšiemu životu, zvykom a spôsobom. Nebolo to jednoduché, ale prijali ma veľmi

srdečne medzi seba a nikdy mi nikto nedal pocítiť, že som cudzinka.

Domácnosť a výchova detí je práca na plný úväzok, ale na sebarealizáciu to nemusí stačiť. Ktorým smerom ste sa uberali pri hľadaní práce, mohli ste si vybrať?

Vyberať sa veľmi nedalo. V tom čase som bola pre Taliansko „analfabet“, pretože moje maturitné vysvedčenie tu neplatilo, začala som sa venovať vinárstvu, ktoré sa mi napokon zapáčilo. Popritom som tľmočila, boli to roky, keď sa začínalo obchodovať s východnými krajinami. Medzitým som ukončila stredoškolské vzdelanie. V roku 2000 som sa prihlásila do kurzu pre zdravotné sestry – ošetrovateľky. Potom som pracovala v rehabilitačných centrách, a od roku 2005 robím v súkromnej nemocnici v Pavii na oddelení urológie a cievnej chirurgie.

Keď na severe Talianska koncom februára vypukla náhoda koronavi-

víru, v niektorých regiónoch v strede krajiny a na juhu tomu nevenovali pozornosť. Hovorili si, veď je to ďaleko, netýka sa nás to. Ako ste vy osobne vnímali situáciu?

Nakoľko som bola v prvej línii, veľmi ma hnevali vyjadrenia okolo náklady COVID-19, ktoré tento fakt ignorovali. Keď hovorím o prvej línii, hovorím o „mojom“ oddelení, kde sme asi za štyri hodiny museli chirurgiu preorganizovať na priestory pre pacientov nakazených vírusom s 25 lôžkami. Operačné sály sa bleskovo premenili na jednotky intenzívnej starostlivosti. Boli to veľmi ťažké momenty, prijímali sme pacientov z celého severného Talianska. Nevedeli, kde sú, kým sme im to nepovedali. Všetko bolo riadené z centrálneho regiónu Lombardia, ktorá obsadzovala lôžka podľa voľných kapacít. Pacientov sme, samozrejme, ošetrovali po zdravotnej stránke, ale potrebovali silnú psychickú podporu. Boli sami, ďaleko od rodín, bez mobilov, bez oblečenia, závisli len od našich služieb. Poznali nás iba podľa hlasu, mali sme na sebe päť vrstiev oblečenia, ochranné pomôcky zakrývali hlavu aj obuv. Trvalo nám dvadsaťpäť minút, kým sme sa obliekli podľa protokolu. Za celú službu, sedem až desaťhodinových, sme mali povolenú jednu prestávku, počas ktorej sme sa mohli napiť, ísť na toaletu a potom späť na oddelenie a nanovo sa obliekať ďalších 25 minút. Boli sme tak zamaskovaní, že sme jeden druhého nepoznali. Tak sme si písali mená na kombinézy. Nikdy nezabudnem na pohľady pacientov, videli nám



▲ Anna Mrázová.

len oči a čakali na každé naše slovo, gesto. Po čase nám niektorí podnikatelia darovali mobily, aby pacienti mohli komunikovať so svojimi rodinami. Lekári každý deň od 14.00 do 15.00 informovali príbuzných pacientov.

Kedy ste si uvedomili, že sa to týka aj vás a vašej rodiny?

Veľmi skoro, keďže pracujem v zdravotníctve. Všetci sa povrávalo, od lekárov sme počúvali, že situácia sa môže výrazne zhoršiť, samozrejme, že sme tomu nechceli veriť. V rodine boli všetci včas informovaní a stále sme medzi sebou komunikovali. Moje deti to zobrali hneď ako vážnu vec a od začiatku sa riadili pokynmi odborníkov.

Televízie na celom svete prinášali šokujúce zábery, ktoré nám navždy zostanú v pamäti. V preplnených nemocniciach pacienti ležali na chodbách, bol nedostatok prístrojov a chýbali zdravotníci. A pritom v severných oblastiach je zdravotníctvo – v porovnaní s juhom – na vysokej úrovni. Ako si vysvetliť tento paradox?

Áno, situácia bola presne taká ako ju médiá prezentovali. Nemocnice boli preplnené, ľudia prichádzali hufne na urgency s príznakmi ochorenia COVID-19. Aj za normálnych okolností sú oddelenia s naliehavými prípadmi viac-menej plné, viete si teda predstaviť, aký bol nával pacientov v čase, keď náhoda kulminovala, všetci prichádzali s vysokými teplotami a dýchacími ťažkosťami. Samozrejme, každý musel byť ošetrovaný, no každá nemocnica má svoju kapacitu. Takže v tejto extrémnej situácii s vysokým počtom pacientov sa zakrátko zaplnili aj nemocničné chodby. Pokiaľ ide o dýchacie prístroje, tých máme za normálnych okolností dostatok. V hraničných situáciách sa všetko mení. Čo sa týka zdravotníkov, môžem povedať, že nechýbali, lebo pracovné zmeny fungovali inak, pracovali sme dovtedy, kým sme vládali. Personál v nemocniciach červenej zóny bol v službe nepretržite a z nemocníc neodchádzali



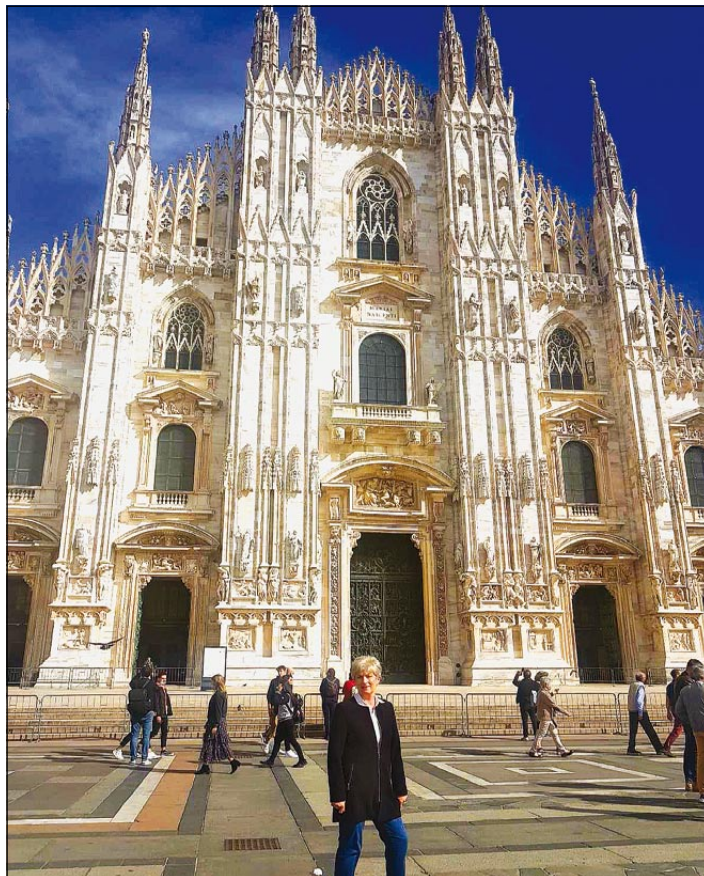
▲ Deti Cristina a Emilio.

► dzal. Takže, kto už tam bol, ťahal, kým mu sily stačili. V regióne Lombardia na tom boli najhoršie mestá Lodi, Cremona, Bergamo... Bohužiaľ, aj pri tejto pandémie boli niektoré informácie podávané spôsobom, ako čo komu vyhovovalo. A to bola podľa mňa najväčšia tragédia, média by totiž, zvlášť v takýchto prípadoch, mali ťažko skúšaným ľuďom pomáhať a nie skresľovať realitu.

Slovensko reagovalo na výskyt koronavírusu okamžite, v Taliansku situáciu dosť podcenili. Aj samotní Taliani sa vyjadrovali v tomto zmysle. Súhlasíte?

Určite. Na Slovensku okamžite prijímali opatrenia, a to vďaka vtedajšiemu premiérovi a vláde. Za to im vyslovujem vďaka, lebo tým ochránili aj moju rodinu. A verte mi, že to nehovorím len tak, viem veľmi dobre posúdiť význam takehoto rozhodnutia.

Keď som pred časom – o korone ešte nikto nechyroval – navštívila Miláno, Bergamo, Veronu, všade boli davy turistov. Aj predstavitelia hlavného mesta pripravovali opatrenia, ktorými by počet návštevníkov obmedzili. A po deviatom marci, keď sa celé Taliansko



▲ Pred milánskym Dómom.



▲ Anna s druhým manželom Pierom.

ocitlo v karanténe, bolo všetko inak. Námestia, kaviarne, historické miesta osireli, ulice zivali prázdnotou. Je to dobré alebo zlé? Zrejme záleží na uhle pohľadu.

V tomto prípade uhol pohľadu neexistuje. Bolo to veľmi zlé, deprimujúce a smutné, ako scény z vedecko-fantastického filmu.

Pre temperamentných Talianov sú prirodzené srdečné zvitania s priateľmi, objatia. Opatrenia, ktoré sa deň čo deň sprisňovali, boli v protiklade s ich mentalitou. Nesmeli sa združovať, dokonca ani s členmi rodiny. Ako beží život obyvateľov krajiny, ktorá bola v Európe najviac zasiahnutou, v súčasnosti?

Snažíme sa viesť normálny život, aj keď mnohé obmedzenia pretrvávajú. Sami seba presvedčame, že situácia sa nebude opakovať. Priznávam, že moje pocity sú rôzne, neraz protichodné a, žiaľbohu, menia sa takmer dennodenne. Je to asi preto,

nie je možné prekročiť prah našej kliniky. Často mávam pochybnosti, ja ako celoživotná optimistka sa dostávam do slepej uličky. Ale talianski odborníci teraz dúfajú, že pri opatreniach, aké vláda zaviedla, sa podarí situáciu kontrolovať aj neskôr. A my dúfame s nimi.

Povinnou výbavu – nielen u nás – boli, a zrejme ešte nejaký čas zostanú, rúška. Na ich nedostatok Slovenky zareagovali promptne, vytiahli šijacie stroje a začali ich vyrábať doma. Niektorí ich dokonca povýšili na módný doplnok. Šijú si ľudia rúška aj v meste módy Miláne?

Áno, samozrejme. Miláno – mesto módy sa za pár dní premenilo na

Miláno – mesto rúšok. Znie to neuveriteľne, ale v niektorých profesiách, napríklad v advokácii, biznise a iných odboroch sa preorientovali na výrobu rôznych ochranných pomôcok a zdravotníckych potrieb.

Keď sa pozriete späť, ako by ste zhodnotili uplynulých 34 rokov života v Taliansku?

Rozum to odmieta prijať, ale je to naozaj už toľko. Tie roky jednoznačne hodnotím pozitívne. Mám dve zdravé, dobré a úspešné deti – Cristinu a Emilia – som na nich nekonečne hrdá. Mám prácu, ktorá sa mi páči a ktorá ma naplňuje, priateľov, čo stáli pri mne v dobrom i zlom... To vôbec nie je málo, ani to nie je samozrejmé. Faktom je, že od roku 1986, keď som v Taliansku začala žiť, systém, od ktorého som odišla a ten, do ktorého som sa dostala, už neexistujú. Je len na nás ako všetky tieto zmeny akceptujeme a ako sa im prispôbime.

Ako často sa vraciate do svojej rodnej obce Poniky, z ktorej ste odišli ako dvadsaťpäťročná?

Vraciam sa pomerne často, na koľko mám medzi službami voľno a môžem bez problémov pricestovať. Z Bergama je letecká linka priamo do Bratislavy. Nechcem byť patetická, ale moje srdce ostane navždy v mojej rodnej obci. Páči sa tu aj mojim deťom, ich viazanosť na Poniky je pre mňa ako miliónársky závet. Žijú tu moji rodičia, ktorí sú mi ešte aj dnes, vo veku 87 a 89 rokov, nesmiernou oporou a prístavom, kde môžem kedykoľvek zakotviť. V obci aj so svojou rodinou žije aj moja sestra Darinka, s ktorou mám úžasný vzťah. Bez nej by sa môj život zrejme uberal iným smerom.

K tým návratom domov by som ešte rada dodala, že niet takého miesta na svete, ktoré mi dá takú emóciu ako cesta do Poník cez kiare popri nádhernej lavičke so srdiečkom a výhľadom na moje Poniky.

Rozhovor pripravila
Veronika Ďurovčíková



▲ Usadlosť uprostred viníc v mestečku Casteggio, kde sa Anna s prvým manželom Francescom venovali vinárstvu.

Začíname nový školský rok

Tento rok je plný nových situácií, obmedzení, príležitostí, zmien, negatívnych aj pozitívnych. Jedna zmena sa udiala aj v našej materskej škole. K dvom triedam pribudla tretia a náš kolektív sa rozrástol o dve nové pani učiteľky.

Zápis do materskej školy prebehol v máji, no v rámci opatrení sa realizoval elektronickou formou. Žiadosť podalo 28 rodičov. Ich záu-

jem nás potešil, no vyskytla sa otázka, kam všetky deti umiestnime. Na základe dohovoru so starostkou obce a riaditeľkou základnej školy sme sa rozhodli, že požiadame Regionálny úrad verejného zdravotníctva v Banskej Bystrici o schválenie tretej triedy. Našej požiadavke vyhovel, a tak sme sa po prázdninovej prevádzke pustili do práce. Rada by som sa poďakovala Občianskemu združeniu Ponické deti za poskyt-

nutie financií na kúpu nového nábytku do triedy, pani starostke a zamestnancom obecného úradu za ochotu a pomoc, firme Greenpon, s. r. o., Milanovi Králikovi za sponzorský dar vo forme regálov, takisto pedagogickým i nepedagogickým pracovníkom materskej školy, ktorí sa postarali o to, aby boli všetky priestory čisté, krásne vyzdobené a pripravené na otvorenie. No a veľké ďakujem patrí aj našim rodin-

ným príslušníkom, ktorí – ako sa vraví – priložili ruku k dielu a zmontovali nábytok.

Je nám ľúto, že sme nemohli kladne vybaviť všetky žiadosti, ale záujem prevyšoval naše možnosti.

So začiatkom nového školského roka sa začína nová etapa s novými vzťahmi, s novými deťmi, s novými učiteľkami, čakajú nás nové zážitky. Tešíme sa na to.

Jaroslava Berčíková



Letná škola malých bádateľov

Aj keď vonku už panuje jeseň so svojimi chladnými ránami, v myšliach mnohých pretrvávajú spomienky na leto. Vráťme sa teda ešte na chvíľu k Letnej škole malých bádateľov, ktorá sa uskutočnila počas prvého júlového týždňa a pre deti poníkkej školy podujatie pripravila pani učiteľka Milka Kružliaková. Záujem prejavilo 42 žiakov prvého a druhého stupňa. Učiteľský zbor zastupovali aj pani učiteľky Andrea Jaššáková, Zuzana Tučková a Lucia Talánová.



Prvý deň sme začali splavom Hrona, čo bolo vzhľadom na organizáciu bezpečnosti detí dosť náročné. Bez pomoci kolegov, bratov kapucínov

a Ladislava Šteca – vodáka a otecka žiaka, nemohli by sme tento pekný splav absolvovať. Užili sme si naozaj dosť zábavy.

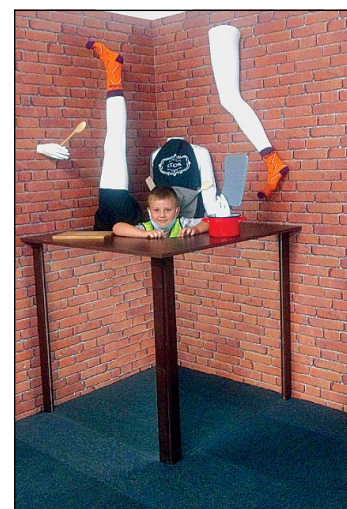


Druhý deň sme navštívili hrad Modrý Kameň, kde sme si prezreli Múzeum hračiek a bábok a navštívili sme aj Školu v múzeu, kde si starší žiaci pripravili divadielka s rôznymi druhmi bábok a menšie deti si bábkú vyrobili. Potom sme sa prešli po národnej prírodnej rezervácii Somoška. V piatok sme si trénovali taktiku a stratégiu v Laser aréne a poobede sme vyšliapali k Harmaneckej jaskyni, ktorou nás sprevádzal ďalší otecko, Ľuboš Hraško, ktorý je správcom jaskyne. V pondelok sme si užívali atmosféru v rozprávčkovej dedine Habakuky na Donovaloch. Deti si pri zdolávaní preliezačiek trochu precvičili svaly a pri zamieňaní peňazí na rozprávkovú menu trénovali zase svoju finančnú gramotnosť. Aktívne sa zapájali do interaktívnych predstavení a súťaží. Posledný deň sme strávili na Liptove. Neobišli sme

tamajšie atrakcie - Galériu Ilusia plnú optických klamov a kuriózný dom „hore nohami“. Celá atrakcia je naklonená o 12 stupňov v oboch rovinách, čo spôsobovalo, že sme veľmi ťažko udržiavali rovnováhu. Nakoniec sme si nechali návštevu kontaktné ZOO, kde deti mali príležitosť pohľadať pelikány, klokany, ťavy, lamy, operené dravce... Dlhú cestu sme si krátili riešením hlavolamov, hádaniek aj počúvaním povestí o lokalitách, ktoré sme navštívili.

Na záver s radosťou konštatujem, že deti boli úžasné, disciplinované, skrátka, bolo nám spolu super.

Emília Kružliaková



Letný biblický tábor

Tento rok je iný ako roky minulé. Prísne hygienické opatrenia zasiahli do našich životov, čo sa dotklo aj organizovania letných táborov. Mali sme síce už od vlni objednanú chatu v Kováčovej, ale majiteľ všetky naplánované akcie pre výskyt koronavírusu zrušil. Preto sme sa spoločne s hornomichinskými „farárkami“ Danielom a Marcelou Durajovcami rozhodli pripraviť nie týždenný, ale skrátený denný tábor.

Zišli sme sa v stredu 8. júla ráno na fare v Hornej Mičinej. Najprv zazneli mládežnícke nábožné piesne a modlitby. Potom sme sa vybrali za prírodnými skvostami Harmaneckej jaskyne, ktorá je síce blízko, ale niektorí v nej ešte neboli. Na záver dňa zaznelo Božie slovo, ako tomu bolo každý deň. Na druhý deň sme sa pridali už aj my, Poničania. Opäť sme sa stretli vo východiskovom bode – na mičinskej fare – aby sme sa pomodlili. Čakala nás nenáročná turistika zo Španej doliny smerom na Šachtiky a ďalej na Pánsky diel. Pri návrate sme si zasúťažili a pozreli krásy Španej doliny. Po návrate sme opäť poďakovali Hospodinovi modlitbami a Božím slovom. V piatok nás boleli nohy, tak sme sa viac

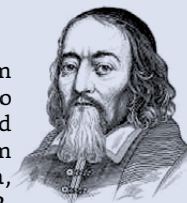
vozili autami. Začali sme oslavou Pána Boha, aby sme sa následne pozreli na krásu Božieho stvorenia z vyhliadkovej veže na Masarykovom dvore v Pstruši. Odtiaľ je to len kúsok na zrekonštruovaný Viglašský zámok, kde bola naša ďalšia zastávka. Ako kresťania sme nemohli vynechať návštevu chrámu Božieho. Výber padol na artikulárny kostol v Hronseku, odkiaľ sme zamierili späť do Hornej Mičinej, kde nás čakalo povzbudenie Božím slovom a hľadanie pokladu. Celý tábor sme zakončili spoločnou opekačkou.

Napriek tomu, že to bolo úplne iné ako inokedy, rozchádzali sme sa s dobrým pocitom a vďakou voči Pánu Bohu. Veď On nás sprevádzal, požeňoval, ochraňoval a my sme sa aspoň takto mohli stretnúť a prežiť krásne chvíle.

Peter Kevický



Súťaž Komenský a my



Začiatkom školského roka, ešte pred prerušením vyučovania, sme žiakov 2. a 5. ročníka našej základnej školy zapojili do medzinárodnej výtvarnej súťaže Komenský a my. Témou súťaže boli mosty. Žiaci rôznymi technikami výtvarne zobrazili mosty v krajine. Keďže pandémia ochromila aj vyhodnotenie súťaže, výsledky nám prišli až koncom septembra, a to hneď dva. Naši, teraz už tretiaci, Sofia Zacharová a Krištof Matula, sa spoločne umiestnili na čestnom 2. mieste vo svojej kategórii. Srdečne blahozeláme a tešíme sa z ich úspechu.

Súťaž zorganizovali Ministerstvo školstva, mládeže a telovýchovy Českej republiky, Národné pedagogické múzeum, Knihovna J. A. Komenského v Prahe, Základná škola J. A. Komenského v Brandýse nad Orlicí a Pedagogická fakulta UKF v Nitre.

Emília Kružliaková

Súťažili žiaci z celého Slovenska

Za zvýšených hygienických opatrení sa 22. augusta konal VI. ročník Banskobystrických šesťdesiatok a zároveň 2. kolo Slovenskej ligy v behu na 60 m cez prekážky.

Vďaka podpore obce Poniky (spoluorganizátor podujatia) sa nám – napriek zložitej situácii – podarilo

pripraviť vydaté športové podujatie. Do súťaže sa zapojilo 70 súťažiacich z celého Slovenska. A hoci dosiahli pekné športové výkony, bolo na nich vidieť chýbajúce tréningy. Naši ponickí zástupcovia bojovali, no napriek snahe sa nám nepodarilo umiestniť na stupňoch víťazov. Dúfame, že po ďalšom kole donesie-

me do Poník aj nejaké to ocenenie. Organizovanie športových podujatí v tomto čase je zložité a ak sa vydari, tak to má zmysel, námaha nebola zbytočná. Nám sa podarilo 70 detí dostať mimo domu, odpútať ich od všetkej tej elektroniky, ktorá je na každom kroku a pritom aj reprezentovať našu krásnu obec pred deťmi

z celého Slovenska. Pochvalu si zaslužia tréneri aj organizátori. Ich snaha dostať deti na čerstvý vzduch, na ihrisko, aby trávili menej času pri rozsvietených displejoch počítačov a smartfónov, je v čase koronavírusu zvlášť cenná.

Pavol Lomen,
veliteľ DHZO Poniky





Pietna spomienka

Slávnostné zhromaždenie pri príležitosti 76. výročia SNP sa uskutočnilo 8. augusta v Kultúrnom dome v Poníkovej Lehôtky. Zapálením sviečok sme vzdali hold našim padlým spoluobčanom a všetkým, čo zahynuli v druhej svetovej vojne. Partizánska hymna, piesne a básne sa striedali s príhovormi. Na stretnutí privítali hostí z oblastného výboru v Banskej Bystrici vedeného tajomníkom Štefanom Dubovickým a predsedníčkou ZO SZPB v Hornej Mičinej Máriu Zimovú. Ústredná rada SZPB poverila Štefana Dubovického, aby odovzdal ďakovné listy niektorým našim členom pri príležitosti 75. výročia ukončenia druhej svetovej vojny. Naša organizácia dostala ďalšie ocenenie za svoju prácu. Sme hrdí, že aj v Bratislave vedú o našej činnosti. Bolo by teraz nezodpovedné zaostať a nepracovať, práve naopak, treba vymyslieť a pripraviť nové projekty.

Mária Magnová,
predsedníčka ZO SZPB



Výlet do Banskej Bystrice a Poník

Napísali ste nám

„Celý výlet dôsledne zorganizovala Mária Boberová, predsedníčka základnej organizácie Jednoty dôchodcov Slovenska v Predajnej a patrí jej za to poďakovanie.“ Skonštatovala vo svojom liste Magdaléna Rečlová a o podujatí v druhej polovici júla napísala viac: Naším prvým cieľom bolo Múzeum SNP v Banskej Bystrici. V spoločnosti lektora sme si pozreli stálu expozíciu *Slovensko v protifašistickom hnutí odporu Európy v rokoch 1939 – 1945* a tiež výstavu 75. výročie SNP, ktorú pripravili vlni k okrúhlemu výročiu. Na záver sme položili kyticu k Pamätníku SNP, ktorý v roku 1982 vyhlásili za národnú kultúrnu pamiatku. Pamätník obklopuje rozsiahly areál, v ktorom sa nachádza skanzen ťažkej bojovej techniky používanej v Povstaní.

Našou ďalšou zastávkou boli Poníky. Cestou sme sa zastavili pri srdiečku „lavičky lásky“, odkiaľ je krásny výhľad na okolitú prírodu. V obci nás privítal prednosta Pavol Ondrejko. Pozreli sme si Ponický dom kultúrneho dedičstva, v ktorom sa nachádza bohatá zbierka krásnych ponických krojov, pracovné drevené náradie a nábytok. V objekte je aj pamätná izba ponického rodáka, básnika a spisovateľa Štefana Žáryho.

Ponický kapucín spravujú vzácny klenot sakrálny architektúry v strednej Európe, stredoveký kostol sv. Františka z Assisi. Pán farár nám porozprával o jeho bohatej histórii.



Postavili ho v roku 1310 a prestavali v 18. a 19. storočí. Obdivovali sme gotické fresky a zaujímavé architektonické prvky. Rozlúčili sme sa modlitbou, požehnaním od pána farára a spoločnou fotografiou.

Výlet sme ukončili v Kolibe Grajciar, kde sme si pochutnali na neškorom ale výdatnom obede. Spokojní, plní zážitkov z celého dňa sme sa Schniererbusom odviezli domov.



Po stopách bojových udalostí

ZO SZPB v Poníkách, tak ako každý rok, pripravila pre svojich členov a sympatizantov poznávací výlet na južné Slovensko do Filakova a okolia. Novohrad sme nemali zmapovaný, o bojoch v druhej svetovej vojne sme veľa nevedeli. Sprievodca Marián Mesiarik nám priblížil kultúrne dedičstvo mesta, ale hlavne nás previedol po stopách padlých vojakov, partizánov a civilných obyvateľov, vo filakovskom parku sme položili kyticu k pomníku sovietskych vojakov. Ďalšie naše kroky smerovali do protiletectvého krytu. Tu si človek uvedomí, čo všetko museli prežívať ľudia v podzemí počas nekonečného čakania, čo priniesie nasledujúci deň, a či to vôbec prežijú. Dnes nájdete v kryte dobové materiály a dokonca aj zvukové záznamy preletov



letadiel. Aj na tomto mieste sme si uctili pamiatku tých, ktorí boli odvečení do koncentračných táborov. Naša tretia kytica patrila v ten deň partizánom pochovaným v Šiatorskej Bukovinke. Je tam pomník, ale v úbohom stave, aj oplatenie sa rozpadáva, no na opravu niet financií. Boli sme smutní z toho, že pomník je zrkadlom nášho nezáujmu. Starosta obce Peter Badinka sa síce snaží okolo pomníka udržiavať aký-taký poriadok, ale na dôkladnú obnovu, žiaľ, nemá finančné prostriedky. Ako chceme viesť k úcte mladých ľudí, keď si nevážime obete tých, ktorí položili za nás životy. Miesta, ktoré sme prešli, ostanú navždy v našom srdci a budeme sa snažiť ďalej šíriť odkaz rokov minulých.

Mária Magnová, predsedníčka ZO SZPB

Za hranicami ponického chotára

Takmer v každom článku o cestovnom ruchu na Slovensku sa konštatuje, že máme nepreberné množstvo prírodných krás – unikátne podzemné priestory, minerálne pramene, dokonca aj pralesy... Ponuka prírodných zvláštností je vskutku bohatá, a tak sme si v redakcii povedali, že vari nebude od veci, ak pôjdeme aj za hranice ponického chotára. V našom novom seriáli *Potulky po strednom Slovensku* vám priblížime mnohé pozoruhodné miesta. Ale aby sme učinili zádosť lokálpatriotizmu, začneme doma – v Ponikách.

Ponický kras

V okolí našej obce sa nachádza niekoľko krasových území, z ktorých je najvýznamnejšia oblasť Drienku. Pre tvorbu krasu sú nevyhnutné dve podmienky. Prvou je rozpustnosť horniny vo vode – Drienok je tvorený mohutnými vrstvami čistých vápencov. Druhou podmienkou je porušenie horninového masívu puklinami a zlomami, po ktorých sa do podzemia dostáva dažďová voda. Tá vápence postupne rozpúšťa, pukliny rozširuje a vytvára jaskynné chodby. K popraskaniu vápencov došlo pri alpínskom vrásnení pred 70 miliónmi rokov, keď sa vo forme Príkrovu Drienku presunuli približne o sto kilometrov severnejšie od miesta svojho vzniku v strednotriasovom mori pred 240 miliónmi rokov. Keďže obidve podmienky sú v tomto krasovom území do vysokej miery naplnené, v priebehu miliónov rokov sa tu sformoval rozsiahly jaskynný systém vo viacerých poschodiach. Niektoré chodby boli viackrát zanesené sedimentmi a následne prepláchnuté vodou. O vysokou stupňu skrasovatenia svedčí aj fakt, že pri geologickom prieskume tu objavili okolo 100 kaverien s rozmermi od 0,5 do 15 metrov. V 80 % prieskumných vrtov bola navrátna minimálne jedna kaveria. Niektoré podzemné dutiny majú značné rozmery, ale najväčší problém je v tom, že sú zväčša vyplnené hlinou alebo kvapľovou výzdobou. Z tohto jaskynného systému je zdokumentovaná len nepatrná časť. Sú to hlavne Ponická jaskyňa, Starý Drienok, Jaskyňa pri šachte, Medená jaskyňa a ďalších 22 otvorov do podzemia vo forme chodieb a priepasti dlhých maximálne 20 m. Všetky sa nachádzajú v ponorovej, alebo výverovej časti masívu Drienok. Kvapľová výplň, pokiaľ nie je zničená, je tiež veľmi pestrá. Od masívnych kvapľových nátekov cez rôzne stalaktity, stalagmity, brká, záclony, jaskynné perly až po kryštály kalcitu či aragonitu. Najväčšou a najznámejšou jaskyňou je 1 km dlhá Ponická jaskyňa. Je to riečna ponorná

Potulky po strednom Slovensku



▲ Feďova jaskyňa

jaskyňa s aktívnym vodným tokom a predstavuje najnižšie položené poschodie jaskynného systému – 33 m pod úrovňou doliny Predbane. V roku 1999 tu našli zuby mamuta srstnatého. Významná je aj jaskyňa Starý Drienok. Je to podzemný labyrint chodieb v severozápadnej časti Drienku, v ktorom sa nachádza ruda s obsahom olova, zinku a medi, ktorú ťažili v stredoveku, preto je podzemný priestor výrazne poznačený banskou činnosťou. Medená jaskyňa je spodným vchodom pre prúdenie vzduchu do rozsiahleho Starého Drienku, a preto je podchladená – priemerná ročná teplota je 3 °C. Medzi menšie patria Feďova jaskyňa s nálezmi stredovekých baníckych nástrojov a Jaskyňa lovcov medvedov, v ktorej objavili zvyšky osídlenia z mladšej doby kamennej – nástroje z pazúrika (tvrdého štiepneho kameňa) a kosti zvierat.

Všetky tieto jaskyne vytvorila voda, ktorá sa do podzemia dostáva vo forme zrážok cez početné pukliny, pôsobí svojou korozívnou činnosťou

a v podzemí sa z nej vyzrážajú rôzne kvapľové útvary, alebo preniká do podzemia cez početné ponory ako riečna voda. Najvýraznejšia ponorová zóna je v doline Predbane. Nachádza sa tu päť aktívnych ponorov, ktoré v obdobiach nedostatku vlhky vysychajú. Najvýraznejší je ponor Ponickéj jaskyne. Východne od nej je nevýrazný priesakový ponor, ktorý vodu pri vyšších stavoch hladiny prepúšťa do ponoru v Ponickom závrte, ktorý je tiež priesakový, lebo je upchatý odpadom. Medzi týmito dvomi ponormi sa občas prepadnú sedimenty, ktoré sem nahrnuli pri rekultivácii v 70. rokoch, vytvárajú sa tak nové ponory, ktoré sa časom samé zavalia hlinou, alebo ich nezodpovední občania zasypú odpadom. Niekoľko ponorov je aj v areáli roľníckeho družstva, v minulosti hádzali do nich odpad. Tým sme zanechali nelichotivú vizitku budúcej generácii. Možno sa našim potomkom podarí niekedy preniknúť do jaskýň, do ktorých ponory ústia. V doline Predbane a na priláh-



▲ Netopieria studnička v Starom Drienku

lých svahoch Drienku sa nachádza aj množstvo starých ponorov, ktoré zanikli zmenou hydrologických pomerov alebo činnosťou človeka – neuváženej rekultivácie, nahromadený odpad alebo hnoj.

Voda sa po svojej ceste podzemím objaví po určitom čase vo vyvieracích alebo krasových prameňoch. Najväčšou vyvieracťou Ponického krasu je Oravecká vyvieracia – Veľké žriedlo – na južnom úpätí Drienku. Jej výdatnosť kolíše od 13 do 200 litrov za sekundu. Voda v žriedle reaguje veľmi citlivo na búrky a topenie snehu, pričom sa zakaluje. Od ponorov, ktoré s ňou súvisia, je vzdialená 1700 metrov s prevýšením 58 metrov. Táto vyvieracia končí po desiatich metroch sífom, ktorý dodnes nebol prekonaný. Oravecká vyvieracia sa nachádza vo výverovom amfiteátri, v ktorom sa zbiera množstvo tektonických zlomov a sú tu štyri staré upchaté vývery v rôznej výške. V najväčšom z nich prebieha speleologický prieskum, jaskyniari tu našli kosti jaskynných medvedov, ktoré vyhnuli koncom poslednej doby ľadovej. V doline vzdialenej 500 m západne od Oraveckej vyvieracky leží krasový prameň Malé žriedlo s výdatnosťou 2 až 20 litrov za sekundu, ktorý sa nikde nezakaluje.

Krasové javy sa v hojnom počte vyskytujú nielen v podzemí, ale aj na povrchu. Patria medzi ne škrapy, škrapové polia a rôzne krasové jamy ako sú závrty a úvaly.

Všetky tieto poznatky o Ponickom krase sa mi podarilo zhromaždiť za dvadsať rokov speleologického prieskumu v okolí mojich rodných Poník, no keby sa tejto činnosti venovalo viac ľudí, mohli sme preskúmať viac. Väčšiu pozornosť by si zaslužila aj ochrana Ponického krasu. Napriek tomu, že ide o jedinečné územie, stále je ohrozované ľudskou činnosťou. Najväčším nebezpečenstvom je ťažba nerastných surovín. Uprostred Drienku je preskúmané a pripravené k ťažbe 79 miliónov ton vysoko percentného vápence. K zrušeniu chráneného ložiskového územia môže prispieť aj objavenie a zdokumentovanie jaskyne, ktorá sa pod ním nachádza. Nanešťastie, doteraz sa robilo všetko pre to, aby k tomu nedošlo. Napríklad upchávanie a zasýpanie možných vchodov do podzemia odpadom, hnojom, čerpanie hnojovice na vrchol Drienku, ako aj niektoré snahy zamerané proti vyhláseniu ochranného pásma v okolí Ponickéj jaskyne.

Verím, že ponické podzemie nás ešte prekvapí svojimi tajomstvami a podarí sa nám ich uchovať aj pre budúce generácie.

Luboš Hraško



Odchyt túlavých zvierat

S občianskym združením Klub priateľov zvierat Krupina uzavrela obec Poniky zmluvu o odchýte túlavých zvierat.



Znamená to, že na verejných priestranstvách v katastrálnom území obce bude táto služba fungovať nonstop, teda 24 hodín denne a 7 dní v týždni.

Zmluva nadobudla účinnosť 25. augusta tohto roku.

Letné kino v Ponikách

Myšlienka letného kina padla na pracovnom stretnutí poslancov obecného zastupiteľstva. Okamžite sa stretla s pozitívnou reakciou. Dlhú dobu nerozmýšľali, keď to bol dobrý nápad, tak sme si povedali, že ho treba čo najskôr uviesť do života.

Letné kino malo svoju premiéru v júli v športovom areáli na Hore-doliní. Najskôr si ho v piatok 24. júla užili deti rôznych vekových kategórií aj so svojimi rodičmi a starými rodičmi, spoločne si pozreli animovanú rozprávku *Spievaj*. Napriek daždivému počasiu sa deti vyšantili na tanečnom parkete a spontánnu detskú radosť neprekazili ani dažďové kvapky.

Na druhý deň, v sobotu, sme pre dospelých pripravili hudobný film so známymi piesňami skupiny

Abba, pri ktorých si dobre naladení diváci aj zanôtili. Nasledovala diskoteka pre dospelých v štýle *Video oldies party*.

Nápad s letným kinom sa ujal, a tak sme sa rozhodli zorganizovať ho ešte raz a zároveň sa rozlúčiť s letom. Posledný augustový víkend mohli Poničania zažiť uvoľnenú atmosféru letného kina znovu. Piatkové kino bolo určené deťom, pozreli si animovaný film *Maznáčikovia 2*. Avšak ešte pred začiatkom premietania sa mohli povoziť na koníkoch, ktoré na nich netrpezlivo čakali spolu s inštruktorkami. Animovaný film bol tentoraz o domácich miláčikoch a ich živote v domácnosti s dospelými.

Na piatkovú detskú disko párty prijali pozvanie aj známe postavičky *Medveď* a *Máša*, ktoré to na tanečnom parkete spolu s detvákmi



poriadne roztočili. Pre tých skôr narodených sme vybrali českú klasiku. Určite potešila všetkých, ktorí si potrebovali oddýchnuť. Patrí sa poďakovať všetkým sponzorom, keď podporili novú myšlienku a prispeli k jej realizácii. Veríme, že o rok sa uvidíme v hojnejšom počte a, samozrejme, bez koronavírusu.

Katarína Piarová

Minulosť v súčasnosti

V Očovej sa 19. septembra konalo veľmi milé podujatie s príznačným názvom *Sila Polany - oslava ženy, ženského kroja, krásy, prepojenie minulosti s prítomnosťou*.

Bola to scénická prehliadka ženských krojov z oblasti Podpolania, spojená s prehliadkou módy Jaroslavy Wuril Kocanovej, návrhárky inšpirujúcej sa folklórnymi motívami.

Dievčatá a ženy sa predstavili v pracovnom, smútočnom, sviatočnom aj svadobnom kroji. Krásne modelky zase predvedli šaty z tvorby módnej návrhárky Kocanovej.

Súčasťou bohatého programu bola diskusia o hodnote kroja a láske k nemu s Tamarou Šimončíkovou Heribanovou, milovníčkou folklóru

a zberateľkou krásnych tradičných odevov. Podieľa sa na osвете v tejto sfére a svojimi aktivitami podporuje záchratu krojov ako hmotného národného dedičstva.

O hudobný program sa postarali chlapci z Temperament Cimbal Orchestra a Sima Martausová.

Našu obec reprezentovala Tereška Balleková. Predstavila sa v pracovnom, sviatočnom aj svadobnom kroji. Vydarené podujatie sa konalo, samozrejme, za prísnych hygienických opatrení.

Podujatie ukázalo, ako možno prepojiť minulosť s prítomnosťou, ľudové umenie s moderným. Bolo príjemné vidieť, že ľudia milujú folklór a že tradičné prejavy kultúry patria do ich života.

Martina Balleková



▲ Foto: Martin Holík

Nevhodné parkovanie

Na základe množiacich sa problémov pri odvoze odpadu a zimnej údržbe ciest žiadame vodičov o dodržiavanie základných pravidiel pri parkovaní vyplývajúcich z platných právnych predpisov, aby miestne komunikácie, cesty III. triedy a verejné priestranstvá boli pri odvoze odpadu a pri zimnej údržbe prejazdné. Takisto vás žiadame o parkovanie na vlastných pozemkoch, dvoroch alebo v garážach.

Pripomeňme si niekoľko základných ustanovení pre státie resp. parkovanie v zmysle Zákona č. 8/2009 Z. z. o cestnej premávke a o zmene a doplnení niektorých zákonov.

§ 23 - Zastavenie a státie

(1) Vodič smie zastaviť a stáť len vpravo v smere jazdy v jednom rade, rovnobežne s cestou a čo najbližšie k jej okraju a na jednosmernej ceste vpravo i vľavo. Ak nie je ohrozená bezpečnosť a plynulosť cestnej premávky, vodič smie v obci zastaviť a stáť kolmo, prípadne šikmo k okraju cesty alebo zastaviť v druhom rade. Pri státi musí zostať voľný aspoň jeden jazdný pruh široký najmenej 3 m pre každý smer jazdy. Pri zastavení musí zostať voľný aspoň jeden jazdný pruh široký najmenej 3 m v oboch smeroch.

(2) Pri zastavení a státi je vodič povinný prednostne použiť parkovisko tak, aby neobmedzoval ostatných účastníkov cestnej premávky. Ďalej

je vodič povinný čo najlepšie využiť parkovacie miesto a nesmie znemožniť ostatným vodičom vyjdenie z parkovacieho miesta. Rovnako nesmie zastaviť a stáť na mieste, kde by znemožnil vjazd a výjazd vozidiel. Ak sú na parkovisku vyznačené parkovacie miesta, vodič smie stáť len na nich.

§ 25 písm. s) Vodič nesmie zastaviť a stáť na cestnej a verejnej zeleni, na ostrovočkách a deliacich pásoch, ak to nie je dovolené dopravnou značkou.

Pre úplnosť uvádzame, že ani jedna miestna komunikácia v obci Poniky a jej častiach nemá šírku 6 m a viac, a preto v celej obci nie je možné parkovať na miestnych komunikáciách ani na verejnej zeleni.



V prípade porušenia niektorých z vyššie uvedených povinností sa vodič dopúšťa správneho deliktu, za čo mu môže byť uložená pokuta. Obec Poniky v súčinnosti s políciou bude v prípade potreby kontrolovať správne parkovanie.

Pavol Ondrejko, prednosta Ocú

Ako ďalej s kuchynským odpadom

Novela Zákona č. 79/2015 Z. z. o odpadoch a o zmene a doplnení niektorých (ďalej len zákona o odpadoch) priniesla zrušenie a sprísnenie niektorých výnimiek z povinnosti zaviesť triedený zber komunálneho odpadu pre biologicky rozložiteľný kuchynský odpad.

Zákon o odpadoch teda stanovuje obci povinnosť triediť biologicky rozložiteľný kuchynský odpad (ďalej len BRKO). Avšak ustanovenie § 81 ods. 21 zákona o odpadoch vymedzuje štyri výnimky, prostredníctvom ktorých sa obec môže tejto povinnosti vyhnúť.

Prvá výnimka je zabezpečenie energetického zhodnotenia takýchto odpadov v zariadení na zhodnocovanie odpadov. Pri druhej výnimke treba preukázať, že najmenej polovica našich obyvateľov kompostuje vlastný odpad. Túto výnimku obec využíva doteraz. Podľa ďalších dvoch výnimiek musí obec dokázať, že zber neumožňujú technické problémy, najmä v historických centrách miest a v riedko osídlených oblastiach, a zároveň musí dokázať, že zber kuchynského odpadu je ekonomicky neúnosný.

Novelou zákona o odpadoch dôjde k postupnému zrušeniu vyššie uvedených výnimiek, konkrétne v dvoch stupňoch.

Prvý stupeň novely (od roku 2021) sprísni výnimky pri preukázaní, že obyvatelia obce kompostujú všetok vlastný bioodpad (§ 81 ods. 21 písm. b zákona o odpadoch), a to zo súčasných 50 % obyvateľov na 100 % domácností konkrétnej časti obce. Splnenie tejto výnimky sa teda bude posudzovať samostatne pre jednotlivé časti obce. Túto výnimku by obec Poniky chcela využiť zavedením kompostérov, ktoré dodá zdarma do každej domácnosti. Druhou najvýraznejšou zmenou v tom-



to stupni bude zrušenie výnimky tzv. finančnej neúnosnosti (§ 81 ods. 21 písm. d).

Druhý stupeň novely (od roku 2023) zruší výnimky uvedené v § 81 ods. 21 písm. a) a písm. c) zákona o odpadoch. Od prvého januára 2023 už nebude možné kuchynský odpad ani energeticky zhodnocovať, ani nebude možné zbaviť sa tejto povinnosti preukázaním, že zber nie je možný vzhľadom na technické problémy.

Od roku 2023 zostane obciam zachovaná len jediná výnimka, a to preukázanie, že sto percent domácností konkrétnej časti obce kompostuje vlastný odpad.

Ako sme už vyššie uviedli, obec Poniky chce zaviesť stopercentné kompostovanie. Prostredníctvom obecného podniku lesov sme zabezpečili výrobu kompostérov. Do každej domácnosti ich dodáme bezplatne a so zástupcom každej domácnosti uzavrieme dohodu o domácom kompostovaní.

Výhody tohto spôsobu sú predovšetkým ekonomické, ale aj ekologické. Prvá výhoda je, že sa zníži

množstvo takéhoto odpadu v kontajneroch na zmesový komunálny odpad (v kukanádobách), a tým sa znížia aj poplatky obce za odvoz a jeho uloženie na skládke. Analýzou komunálneho odpadu v minulom roku obec zistila, že v kukanádobách je až 37,12 % biologicky rozložiteľného odpadu. To znamená, že kompostovaním by sme mohli ušetriť až 37,12 % nákladov na vývoz zmesového komunálneho odpadu, čo by v konečnom dôsledku umožnilo znížiť poplatok pre občanov. Druhá výhoda spočíva v tom, že obec nebude musieť financovať odvoz takéhoto odpadu, a tiež nebude musieť zabezpečovať nádoby pre domácnosti na takýto druh odpadu.

Ak by občania odmietli stopercentné kompostovanie, hrozí nám radikálne zvýšenie ročného poplatku za odpad. K súčasným 19,73 eurám, ktoré aj tak nepokrývajú všetky náklady, museli by sme pripočítat sumu na zakúpenie nádoby, odvoz BRKO a jeho uskladnenie. Podľa nášho odhadu to znamená pripočítať 10 eur na osobu k súčnému poplatku.

Cena za osobu a rok by bola teda pri všetkej skromnosti 29,73 eur.

V krátkom čase doručíme do každej domácnosti dohodu o kompostovaní a tiež samotné kompostéry. Predmetom dohody sú podmienky domáceho využitia biologicky rozložiteľného odpadu (tráva, listie, konáre) vrátane kuchynského odpadu, pravidiel jeho kompostovania a tiež podmienky, za akých bude obec vykonávať kontrolu kompostovania.

Hlavným zmyslom tohto všetkého je, pravdaže, samotné kompostovanie biologicky rozložiteľného odpadu, ale tiež znižovanie zmesového komunálneho odpadu, znižovanie poplatku za odpad, a čo je najdôležitejšie, šetrenie životného prostredia. Mnohí si už, našťastie, uvedomili, že je najvyšší čas začať myslieť ekologicky aj pri takých prozaických veciach ako je odpad z domácnosti.

Skúste aj vy pri svojom rozhodovaní myslieť ekologicky.

Pavol Ondrejko, prednosta Ocú

Oznamy obecného úradu do mobilu

V druhom tohtoročnom čísle Ponického spravodajcu sme písali o zámeroch zaviesť v obci novú službu – poslať dôležité informácie /napríklad o zbere odpadu, odstavke vody, elektriny a pod./ formou SMS do vašich mobilných telefónov. Zároveň ste mali možnosť – v prípade záujmu – oznámiť nám svoje telefónne číslo.

Doteraz sme zaregistrovali 74 mobilných čísel. Vo štvrtok 3. septembra sme na tieto čísla prvýkrát poslali oznam o vývoze komunálneho odpadu. Z technických dôvodov však SMS bola doručená len ráno v deň vývozu, čo nemalo požadovaný efekt. Technické veci sme však už vyriešili, a tak v budúcnosti budete dostávať informácie v dostatočnom predstihu.

Ak ste sa ešte nerozhodli, no máte o túto službu záujem, napíšte svoje telefónne číslo a odovzdajte na zberných miestach, ktoré ešte stále nájdete v COOP Jednote a v potravinách Škamlová v Ponikách a tiež v predajni Dišková - Sedliaková v Ponikej Hute. Súhlas so zasielaním správ môžete poslať aj na email poniky@poniky.sk.

Pavol Ondrejko, prednosta Ocú

Sem napíšte vaše telefónne číslo:

Bylinková záhrada

Každá činnosť má svoje príčiny a aj pri začiatkoch bylinkovej záhrady boli dve myšlienky. Túžba rozšíriť priestor pre mátu, ktorú som ešte minulého roku presadil na nové miesto k plotu, aby sa mohla rozvíjať. Druhou myšlienkou, ktorá dodnes postupne naberala kontúry, bolo vytvoriť krásne prostredie, lebo krásna forma je a mení človeka.

Náš zakladateľ sv. František prežíval harmóniu so všetkými stvoreniami a určitým spôsobom bol navrátený do stavu pôvodnej nevinnosti. Priestor záhrady ponúka okúsiť aspoň trochu bylinkové vône a nabáda človeka, aby sa aj nad jeho životom vznášala vôňa. Každá by-

linka hovorí o úžasnej knihe, ktorú napísal Boh a jej písmená tvoria množstvo stvorení prítomných vo svete. Preto aj v záhrade môže nájsť rôzne druhy bylín: levanduľu, rozmarín, oregano, medovku citrónovú aj obyčajnú, šalviu, saturejku, majoránku, ligurček, palinu dračiu, bazalku, kapucínku či jahodu, kustu čínsku, ale aj rôzne druhy máty, napríklad mátu moroccan s extra silnou mentolovou arómou.

Väčšia časť záhrady je ovocím epidémie koronavírusu, ktorá mala aj uzdravujúci účinok a pomohla vzniknúť dobrej myšlienke. Našlo sa aj niekoľko darčov, ktorí mi priniesli rôzne rastliny, za čo im pekne ďakujem.



Mojou túžbou je, aby každý, kto príde do tejto záhrady, kochal sa pohľadom na bylinky a potom pozdvihol zrak k Bohu a vzdal mu vďaku. Ponorenie sa do vône bylinkovej záhrady má zároveň aj terapeutický účinok, čo môže – pri dnešnom stresovom štýle života – podporiť obranyschopnosť organizmu.

brat Karol

Otužovaním k lepšej imunite

Leto pomaly a nenápadne vystriedala celkom pekná jeseň, čakajú nás chladnejšie dni, možno aj sneh a mráz. Zmena ročného obdobia ide ruka v ruku aj s inými témami. Napríklad s otužovaním, ktoré si väčšina ľudí spája práve so zimným obdobím, no v skutočnosti je to záležitosť celoročná. A nejaké to namočenie sa do ľadovej vody, či plávanie pri mínusových teplotách, je už iba vrchol ľadovca. Akurát, že v letných mesiacoch zotrvanie vo vode, aj keď studenej, nevzbudzuje zvláštnu pozornosť.

O benefitoch otužovania sa píše a hovorí často, myslím si, že to netreba hlbšie rozoberať. Sám sa seba môžem s istotou povedať, že toľko zdôrazňovaná odolnosť voči bežným vírusovým ochoreniam ozaj funguje. Z určitého uhla pohľadu je to najjednoduchší spôsob, ako si upevniť zdravie. Samozrejme, je veľa ľudí, čo si to nemyslia, niektorých totiž už len pomyslenie na studenú vodu desí, možno, keby to skúsili, zmenili by názor.

Spočiatku som mal obavy

Ideálny čas, kedy začať s touto – telu i duchu – prospešnou aktivitou, je leto. Vtedy totiž aj krátky kontakt so studenou vodou môže byť aj pre najväčšieho teplomila osviežujúci, a navyše, nie je to pre nezvyknuté telo veľký šok. Každé sprchovanie je vhodné zakončiť studenou vodou.



Súčasťou domáceho otužovania by mali byť ranné čisto studené sprchy a postupne, podľa chuti, prepracovať sa do štádia, keď ste schopní ponoriť celé telo do ľadovej vody. Aby malo otužovanie zmysel, musíte dbať na pravidelnosť. Avšak, netreba to robiť násilu. Ak sa na studenú vodu necítite, skúste pohyb na chladnejšom vzduchu v striedamejšom oblečení.

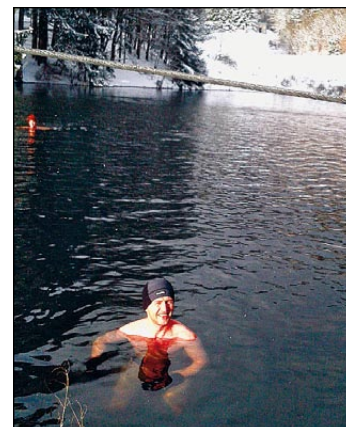
Ak sa už odhodláte v zime do vody, buďte uvážliví a skúšajte to s partiou, nikdy nie sami. V Banskej Bystrici aj vo Zvolene sú kluby otužilcov, radi vám poradia a pomôžu pri prvých vážnejších krokoch. Sám som mal pred časom z toho obavy, ale na mieste mi všetko pekne vysvetlili, a keď sa zrazu dvadsať ľudí ponára do vody, nepripadá vám čudné, že tam s nimi vpochoduje s úsmevom na tvári.

Samozrejme, nie každý chce ísť rovno plávať, buď nemá času navyš, alebo preferuje súkromnejšiu

atmosféru. V takom prípade máme určité možnosti aj na domácej pôde. Nádrž pod ihriskom je ľahko dostupná, navyše, vďaka malej hĺbke aj bezpečná, je to tečúca voda, takže len tak ľahko nezamrzne.

Ak by mal niekto záujem o tento typ aktivity, neváhajte ma osloviť, budem len rád, keď nás bude viac.

Andrej Brzuľa,
ľadový medveď



Športový klub OPL Poniky

Po predčasne ukončenej sezóne 2019/2020 sme začali s prípravou na novú sezónu. Podarilo sa nám dohodnúť s našim rodákom a vtedajším kapitánom štvrtoligovej Šalkovej Lukášom Palovičom, ktorý sa stal zároveň aj hrajúcim trénerom. Ďalším veľmi dôležitým prestupom bol takisto Poničan Adam Kapusta. Po dlhodobých zraneniach sa do zostavy vrátili ďalší naši dôležití hráči. Prípravné zápasy pred sezónou, až na jedno zaháňanie s Hrochovou, ukázali, že táto sezóna môže byť úspešná. Dokázali sme vyhrať turnaj v Dúbravici, poraziť Tajov, ale aj zdolať štvrtoligový Medzibrod a remizovať s ďalším účastníkom štvrtej ligy Šalkovou. Nová sezóna sa začala výhrou 4:0 v Beňuši. Na prvom domácom zápase s Nemeckou sa však zranila naša dlhoročná brankárska opora Peter Zátroch. Jeho zranenie zrejme potrvá dlhšie a do jesennej časti už nezasiahne. Po prehre v Slovenskej Ľupči, kde musel ísť do brány Dušan Kohút a v druhom polčase Pavol Styk, nasledovala kontumácia s Jasením (hostia nepricestovali). Brankársky post sme nakoniec obsadili Petrom Ursínom. S oklieštenou zostavou sme tesne prehrali v Strelníkoch, nasledovala výhra v Luča-



tíne s hetrikom Adama Kapustu a vysoká domáca výhra na výborne pripravenom ihrisku s Valaskou, kde sa zaskvel najmä stvörgólový Ján Kubašiak. Po odohratí ôsmich kôl nám patrí priebežne štvrté miesto za šesť výhier a dve prehry so skóre 26 : 9.

Veríme, že si fanúšikovia nájdu cestu na domáce zápasy, ktoré budeme hrať v sobotňajšom termíne, a že s nami vycestujú autobusom a podporia našich chlapcov aj na vonkajších zápasoch.

Najbližšie zápasy:

4.10.2020 o 14.30 hod.

ŠK HELPA – ŠK OPL PONIKY

10.10.2020 (sobota) o 15.00 hod.

ŠK OPL PONIKY – TJ TATRAN ČIERNY BALOG

18.10.2020 o 14.00 hod.

TJ PARTIZÁN OSRBLIE – ŠK OPL PONIKY

24.10.2020 (sobota) o 14.30 hod.

ŠK OPL PONIKY – TJ ŠK HRONEC

Starší žiaci U15

Naši starší žiaci majú pred sebou 21 zápasov vo svojej vekovej kategórii. Hrací deň je nedeľa so začiatkom o 10.30 hod. Zatiaľ sme odohrali päť zápasov s bilanciou tri prehry, jednu remízu a jednu výhru. Priebežne nám patrí štvrtá priečka.

Prípravka U11

Naše najmladšie družstvo pokračuje vo vynikajúcich výsledkoch z minulej nedokončenej sezóny. Po odchode trénera Brozmana sa kormidlo ujali Ivan Pinka a Ján Šimo. Súťaž sa hrá turnajovým systémom, päť turnajov na jeseň a päť na jar. Chlapci jasne dominujú svojej skupine a po ôsmich odohraných zápasoch im patrí prvé miesto za osem výhier s impozantným skóre 41:1.

Marek Matuška

Upozornenie:

Plánované futbalové zápasy sa odohrajú podľa vývoja epidemiologickej situácie. Fanúšikov budeme včas informovať na stránke www.poniky.sk a v miestnom rozhlas.