www.ruzinovskeecho.sk

ružinovské
ECHO

3
2015

mesačník mestskej časti Ružinov

Súrodenecký duel

Trnávku chráni ďalší územný plán

Za koľko vydražili túto mini garsónku?

ZMENA HRANÍC ÚZEMNÉHO PLÁNU ZÓNY OSTREDKY • KDE BUDÚ VEĽKOKAPACITNÉ KONTAJNERY? • RUŽINOV CHYSTÁ NOVÉ MATERSKÉ ŠKOLY • MÁ VAŠE DIEŤA DIÉTU? • VÝLETY A KONCERTY PRE SENIOROV • BUDE GRANTOVÝ PROGRAM?

LIGA PROTI RAKOVINE

NEPOMÁHAJÚ PRETO, ABY SA ZVIDITEĽNILI

Ďakujeme tisícom ľudí, ktorí nezištne pomáhajú.

Do verejnej finančnej zbierky môžete prispieť **od 9. 3. do 31. 3. 2015 aj zaslaním SMS s ľubovoľným textom na číslo 848** v hodnote **2 eurá** v sieti všetkých mobilných operátorov alebo na číslo účtu 2629740400/1100. Viac informácií na **www.dennarcisov.sk**
Operátori odvedú do zbierky celú sumu a samotné zaslanie SMS zákazníkovi neúčtujú.

Ružinov čaká na rozpočet na rok 2015

Na miestnom zastupiteľstve 10. marca 2015 majú ružinovskí poslanci schvaľovať rozpočet mestskej časti na rok 2015. Ružinov zatiaľ funguje v rozpočtovom provizóriu. Ružinovský poslanecký zbor, ktorý sa výrazne obmenil, nastúpil do svojich funkcií v decembri minulého roka po komunálnych voľbách. Najmä noví poslanci sa museli najprv oboznámiť s návrhom rozpočtu a dohodnúť sa na prioritách či investíciách, ktoré by chceli v Ružinove zrealizovať. Z návrhu rozpočtu zverejneného na internetovej stránke www.ruzinov.sk vyplýva, že mestská časť by mala pokračovať v obnove povrchov ciest aj chodníkov, obnove detských ihrísk, investovať by sa malo aj do rekonštrukcie Domova dôchodcov a Ružinovského domova seniorov. V pláne je vybudovanie nových parkovacích miest na Medzilaboreckej ulici.

Mestská časť Ružinov vyberá šéfov firiem

Výberové konanie na vedúce pozície niektorých spoločností mestskej časti Ružinov vyhlásila ružinovská samospráva. Zámerom je zlepšiť fungovanie týchto spoločností a aby ich neriadili politici, ale odborníci. Doterajšie fungovanie sa ukazuje ako nevyhovujúce, príkladom je stav čistoty a starostlivosti o zeleň či zimná údržba. Záujemcovia sa mohli vo februári uchádzať o funkcie predsedov predstavenstva Ružinovského podniku verejno-prospešných služieb a Cultusu Ružinov, konateľa firmy TVR a RE s.r.o. a členov predstavenstva spoločností Cultus Ružinov a Ružinovského podniku verejno-prospešných služieb. Kto vo výberovom konaní uspel, by mohlo byť známe 10. marca 2015, kedy poslanci budú o tomto bode hlasovať

V komisiách bude aj verejnosť

Vo všetkých šiestich komisiách miestneho zastupiteľstva bude mať svoje zastúpenie aj verejnosť. Záujemcovia sa mohli do 9. februára 2015 prihlásiť do výberového konania. Kritériá na takýchto členov komisií si stanovili samotné komisie. Niektorí občianski aktivisti kritizujú, že poslanci určili kritériá na členov komisií z radov občanov. Kto z nich bude v komisiách, bude jasné pravdepodobne v priebehu marca.

Ružinov má nových zástupcov starostu

Starosta Ružinova Dušan Pekár vymenoval svojich zástupcov. Zástupcami starostu mestskej časti Ružinov sú od 15. januára 2015 Martin Pener z Ružinovského občianskeho klubu (KDH) a Marián Gajdoš z poslaneckého klubu strany Sieť (bez politickej príslušnosti). Martin Pener bol poslancom ružinovského miestneho zastupiteľstva aj v predchádzajúcom volebnom období, Marián Gajdoš bol v novembrových komunálnych voľbách zvolený prvýkrát za miestneho poslanca. *(Pozn. red.: čítaj aj s.4).*

Garsónka bez kúpeľne a toalety na Záhradníckej ulici sa vydražila za 26 800 eur

Je 27. februára 2015 krátko po 8:15 ráno. V zasadačke ružinovského miestneho úradu vyše 40 záujemcov bojuje na verejnej dražbe o zdevastovanú garsónku na Záhradníckej ulici 69 v Ružinove. Vlastníkom bytu je hlavné mesto, byt je v správe mestskej časti Ružinov.

Dražobnú zábezpeku, ktorá záujemcom umožnila prihadzovať vo verejnej dražbe o 17 štvorcových metrov, zložilo 43 ľudí. Do rúk dostali terčíky s číslom, aby po minimálne 200 eurách mohli zvyšovať cenu tejto nehnuteľnosti. Uchádzajú sa o jednu podkrovnú miestnosť s rozlohou 17,85 m^2 v nevyhovujúcom technickom stave. Bez kuchyne, kúpeľne a toalety. Využiteľnú výmeru ešte zmenšujú šikmé steny pod strechou. Vyvolávaciu cenu znalec stanovil na 5 049,67 eur. Za necelú pol hodinu sa vyšplhala na konečných 26 800 eur, ktoré ponúkol muž odhadom okolo tridsiatky.

Predaj bytu formou verejnej dražby schválilo ružinovské miestne zastupiteľstvo minulý rok, samospráva na ňu získala aj súhlas vtedajšieho primátora Bratislavy. Výťažok z dražby sa rozdelí medzi rozpočet hlavného mesta a rozpočet mestskej časti Ružinov, náklady na dražbu uhradí mestská časť.

Miroslava Štrosová
Foto: archív MiÚ

STRETNUTIA POSLANCOV S OBYVATEĽMI

Radovan Bajer (volebný obvod Štrkovec)
17.3. od 16:00 do 18:00 – Jedáleň ZŠ Medzilaborecká 11 (stretnutie starostu s občanmi)

Mária Barancová (volebný obvod Prievoz)
18.3. od 16:30 do 17:30 – MiÚ BA-Ružinov, Mierová 21 (zasadačka B2)

Pavol Jusko (volebný obvod Ostredky)
12.3. od 16:00 do 16:30 - jedáleň ZŠ Ostredková 14
19.3. od 16:00 do 16:30 - Seniorské informačné centrum Zimná 1
26.3. od 16:00 do 16:30 - jedáleň ZŠ Ostredková 14
2.4. od 16:00 do 16:30 - Seniorské informačné centrum Zimná 1

Jozef Matúšek (volebný obvod Starý Ružinov)
25.3. od 16:30 do 17:30 – MiÚ BA-Ružinov, Mierová 21 (zasadačka B2)

Igor Adamec, Peter Hrapko, Petra Palenčárová (volebný obvod Pošeň)
26.3. od 16:30 do 17:30 Jedáleň ZŠ Borodáčova 2

ÚRADNÉ HODINY MIESTNY ÚRAD BA-RUŽINOV, MIEROVÁ 21, BRATISLAVA 827 05

Miestny úrad, Matrika, Evidencia pobytov

Pondelok	7:30 - 17:00
Utorok	7:30 - 15:00
Streda	7:30 - 17:00
Štvrtok	7:30 - 15:00
Piatok	7:30 - 12:00

Tel.: 02/48 284 111 (spojovateľ), **02/48 284 454** (Prvý kontakt Životné prostredie), **02/48 284 451** (Prvý kontakt Sociálna oblasť)

Stavebný úrad

Pondelok	7:30 - 17:00
Streda	7:30 - 17:00

Tel: 02/48 284 453, 02/48 284 307

Ružinovské ECHO 3/2015 • Dátum vydania 6.3.2015 • Mesačník mestskej časti Bratislava-Ružinov • Ročník XXIII. • Vydáva TVR a RE s.r.o., Mierová 21, 827 05 Bratislava 212, IČO 35 728 213 • Šéfredaktorka: Mgr. Miroslava Štrosová • Redakcia: Mierová 21, 827 05 Bratislava 212, tel. č.: 0917 524 660, email: echo@ruzinov.sk • Redakčná rada: PhDr. Jana Miklovičová, Ing. Tomáš Alscher, PaedDr. Mária Barancová, Mgr. Martina Fondrková, Ing. arch. Lucia Štasselová, Mgr. Milan Stanislav • web: www.ruzinovskeecho.sk • Náklad: 39 000 ks • Distribúcia zadarmo do schránok • Evid. č. 4093/10 • ISSN 1338-9408

Zmena hraníc Územného plánu zóny Ostredky

Na základe vyjadrení dotknutých orgánov a fyzických osôb k „oznámeniu" a následne v zmysle bodu 4 zápisnice č. 2/2015 zo zasadnutia Komisie územného plánovania, životného prostredia a dopravy Miestneho zastupiteľstva Mestskej časti Bratislava – Ružinov konaného dňa 2.2.2015 bola zmenená hranica riešeného územia pre riešenie Územného plánu zóny Ostredky v Mestskej časti Bratislava – Ružinov.

Hranica riešeného územia je vymedzená ulicami:
zo severu Trnavskou cestou, zo severovýchodu Vrakunskou cestou, z juhu Ružinovskou ulicou a zo západu Tomášikovou ulicou a ulicou Maximiliána Hella.

Týmto sa obraciame na Vás so žiadosťou o zaslanie podkladov, námetov a formulovanie svojich požiadaviek a podnetov pre spracovanie predmetného dokumentu do **18.3. 2015** písomnou formou do podateľne Miestneho úradu Mestskej časti Bratislava - Ružinov alebo poštou na adresu: Miestny úrad Bratislava - Ružinov, Referát územného plánu a regionálneho rozvoja, Mierová 21, 827 05 Bratislava 212.

Prerokovanie Návrhu zadania Územného plánu zóny Cvernovka

Mestská časť Bratislava - Ružinov ako orgán územného plánovania a obstarávateľ územnoplánovacej dokumentácie oznamuje, že začala v zmysle § 20 zákona č. 50/1976 Zb. o územnom plánovaní a stavebnom poriadku (stavebný zákon) v znení neskorších predpisov prerokovávať Návrh zadania Územného plánu zóny Cvernovka v MČ Bratislava – Ružinov.

Prerokovanie Návrhu zadania začína 18. februára 2015 a končí 31. marca 2015.

Týmto sa obraciame na dotknuté orgány štátnej správy, samosprávy, právnické a fyzické osoby so žiadosťou o zaslanie pripomienok a formulovanie svojich požiadaviek pre spracovanie predmetného dokumentu. S Návrhom zadania sa môžete oboznámiť na internetovej stránke http://www.ruzinov.sk/sk/content/view/uzemny-plan-zony-cvernovka

V priebehu prerokovania sa uskutoční **verejné stretnutie:**
- s orgánmi štátnej správy a samosprávy, s občianskou verejnosťou, občianskymi iniciatívami, fyzickými a právnickými osobami, ktorých vlastnícke alebo iné práva k pozemkom môžu byť riešením priamo dotknuté **9.3.2015 o 17:00 hod vo veľkej zasadačke Miestneho úradu mestskej časti Bratislava – Ružinov, Mierová 21, 827 05 Bratislava.**

Pripomienky a podnety je možné podať písomnou formou osobne do podateľne Miestneho úradu Mestskej časti Bratislava – Ružinov alebo poštou na adresu: Miestny úrad Ružinov, Referát územného plánu a regionálneho rozvoja, Mierová 21, 827 05 Bratislava 212. Na pripomienky podané po tomto termíne sa nebude prihliadať (pri podaní poštou je rozhodujúci dátum na poštovej pečiatke). Vyhodnocované budú len tie pripomienky, ktoré sa budú vzťahovať k predloženému územnoplánovaciemu dokumentu.

Zámerom mestskej časti je schválenie zadávacieho dokumentu pre spracovanie územného plánu na zonálnej úrovni, ktorý spodrobní platný územný plán mesta v rozsahu a obsahu zodpovedajúcom § 12, § 13 a § 23 stavebného zákona a § 13 vyhlášky MŽP SR č. 55/2001 Z.z. o územnoplánovacích podkladoch a územnoplánovacej dokumentácií. Obstaranie je zabezpečené v zmysle § 2a stavebného zákona prostredníctvom odborne spôsobilej osoby Ing. arch. Marty Závodnej reg. č. 340.

Centrálnu časť Trnávky už chráni územný plán zóny

Zachovanie existujúcej zelene, športovísk a ihrísk. To bolo hlavným cieľom Ružinova pri príprave územného plánu zóny Trnávka-stred. Ten je po siedmich rokoch už dotiahnutý do finále. Začiatkom februára ho na miestnom zastupiteľstve schválili ružinovskí poslanci.

Ružinov má už druhý podrobnejší regulatív výstavby. Prvým bol minulý rok schválený územný plán zóny Krajná- Bočná, vo februári tohto roka miestne zastupiteľstvo prijalo sedem rokov vznikajúci územný plán zóny Trnávka-stred. Ide o územie vymedzené Ribayovou a Bulharskou ulicou na severozápade, Galvaniho ulicou na severovýchode, ulicou Na križovatkách na juhovýchode, železničnou traťou Bratislava--Komárno a ulicami Na lánoch, Cablkova a Ribayova na juhu a juhozápade. Na schválenie jasných pravidiel výstavby pre centrum Trnávky bol už najvyšší čas. Platnosť stavebnej uzávery v tomto území sa totiž blížila ku koncu. *„Ak by k tomuto neprišlo, po skončení stavebnej uzávery by stred Trnávky zostal bez akéhosi regulačného nástroja. Schválením územného plánu zóny dostalo toto územie jasné pravidlá a aj ochranu,"* uviedol jeho spracovateľ architekt Peter Vaškovič. Územný plán zóny musí ale vždy rešpektovať už vydané územné rozhodnutia a stavebné povolenia, ako aj platný územný plán hlavného mesta. Zároveň mestskú reguláciu spresňuje a spodrobňuje. Poskytuje tak pre prípadných investorov jasné mantinely - kde môžu a kde nemôžu stavať.

Červená pre stavby na ihriskách, športoviskách a v parkoch
Zámerom územného plánu zóny Trnávka-stred bolo najmä zachovanie existujúcich zelených plôch, ihrísk či športovísk. Chránená tak zostáva verejná zeleň napríklad na Bulharskej, Vietnamskej ulici či v parku na Krasinského a v ďalších lokalitách. Rovnako na účely športovania i naďalej bude slúžiť napríklad zrevitalizované ihrisko v areáli Základnej školy Vrútocká, chránené je aj športovisko na Nerudovej ulici či v areáli strednej školy na Pavlovičovej ulici. *„Práve na momentálne zdevastovanom ihrisku v areáli školy na Pavlovičovej ulici bola v minulosti snaha o výstavbu bytov. Teraz je to jasne definované ako ihrisko,"* ozrejmil dôvody ochrany ihrísk a zelene starosta Ružinova Dušan Pekár (KDH). *„Z môjho pohľadu jediné lokality tohto územia, ktoré by ešte mohli priniesť nejakú výstavbu, sa viažu na Galvaniho a Bojnickú ulicu teda tie bezprostredne nadväzujúce plochy. V súčasnosti sa tam aj realizuje výstavba bytových domov v súlade s vydanými územnými a stavebnými povoleniami,"* povedal o možnostiach výstavby v centrálnej časti Trnávky architekt Peter Vaškovič.

Súd aj priestor pre zveľadenie rodinných domov
Územný plán zóny totiž vždy musí rešpektovať aj vydané územné stavebné povolenia. Tak tomu bolo aj v prípade výstavby bytového domu Na križovatkách, proti ktorej už roky bojujú viacerí obyvatelia tejto lokality. Momentálne o platnosti vydaných povolení rozhoduje súd. Na návrh miestnej poslankyne Kataríny Šimončičovej (bez politickej príslušnosti) ružinovskí poslanci prijali uznesenie, v ktorom mestskú časť zaviazali prispôsobiť výsledku súdu aj územný plán zóny. Zároveň ale už ten schválený poskytuje určitú ochranu lokalite Na križovatkách. *„V tomto prípade môžem ubezpečiť obyvateľov Trnávky, že pri schválenom územnom pláne musí investor dodržať podmienky vyplývajúce z vydaného územného rozhodnutia, teda nebude môcť túto stavbu pred jej dokončením navýšiť. Tak sme to zaregulovali v územnom pláne zóny,"* objasnil Peter Vaškovič. Zároveň dodal, že v územnom pláne zóny je obyvateľom ponechaný priestor na zveľadenie ich nehnuteľností, teda prestavanie, dostavanie, prístavbu či nadstavbu domov alebo úpravy podkrovia.

Marianna Šebová

Martin Pener: Radšej vyváženosť ako zdôraznenie priorít

Mgr. Martin Pener (36) bol v rokoch 2010-2014 poslancom ružinovského miestneho zastupiteľstva. Ružinovčania z Prievozu si ho za svojho poslanca zvolili aj v komunálnych voľbách v novembri 2014. Začiatkom tohto roka sa Martin Pener (KDH) stal zástupcom starostu Ružinova. Na Filozofickej fakulte UK vyštudoval andragogiku a do funkcie ružinovského vicestarostu prišiel z ministerstva vnútra, kde pracoval v oblasti civilnej ochrany obyvateľstva. Je členom komisie sociálnych služieb rovnako ako uplynulé štyri roky. Medzi jeho kompetencie ako zástupcu starostu patria kultúra a šport, Odbor sociálnych vecí, Odbor regionálneho rozvoja a životného prostredia, Útvar krízového riadenia, Domov dôchodcov, Ružinovský domov seniorov, CULTUS Ružinov a Knižnica Ružinov.

Byť miestnym poslancom je o čosi iné, ako byť zástupcom starostu, ktorý šéfa mestskej časti musí zastúpiť vtedy, keď je to potrebné. Je to pre vás veľká zmena?
Práca radového poslanca je o dvojakom živote. Je to koníček popri zamestnaní. Ak sa snaží pomenej. Ak sa snaží viac, je to skôr celá stajňa koníčkov... Pozícia zástupcu starostu je ,naopak, mojím jediným a hlavným zamestnaním, ktoré vykonávam celý deň. Zatiaľ som v tejto funkcii len krátko, takže s niektorými povinnosťami a najmä súvislosťami sa stále oboznamujem, ale musel som zásadne zmeniť hospodárenie so svojím časom aj energiou. Som Ružinovčan a mám snahu vylepšiť v Ružinove, čo sa bude dať.

Kandidovali ste za Prievoz, kde vás aj ľudia podporili. Čo vnímate ako najvypuklejšie problémy Prievozu a celého Ružinova?
Prievoz, samozrejme, má svoje problémy, ale tie našťastie väčšinou neprerastú do kategórie problémov celého Ružinova či Bratislavy. Výnimkou je zúfalo rozbitá Hraničná ulica, ktorá patrí práve hlavnému mestu. Ale dúfam, že nevyrastie bytovka na parkovisku na konci Hraničnej ulice. Starosta aj obyvatelia už podnikli proti tomu viaceré kroky. Keďže inklinujem k sociálnej oblasti, intenzívne vnímam globálny problém, ktorým je starnutie populácie. V Ružinove ho pociťujeme napríklad tak, že stúpa počet žiadostí seniorov o opatrovateľskú službu. Všetci raz budeme seniormi. A ešte sa vrátim na začiatok odpovede - pokračovať musíme aj v obnove ciest a chodníkov.

AJ TOTO SOM JA
Mojou príležitostnou záľubou je varenie - s heslom čo si navarím, to si zjem. Ale keďže práve dokončujem prerod z bezdetného singla na manžela a otca, tak sa mi táto záľuba stane povinnosťou. A ak sa vám niekedy (najmä v zime) budem zdať vlasatejší, tak to súvisí s mojou láskou k starému hard rock a art rocku. A od detstva ma sprevádza aj záujem o modernú vojenskú históriu.

Ktoré investície a aktivity ružinovskej samosprávy vnímate ako tie, ktoré sa osvedčili?
Som spokojný, že sa nám podarilo zrekonštruovať Park Andreja Hlinku, z ktorého sa stala promenáda nielen na prechádzky, kočíkovanie, ale aj na kultúrne podujatia. Oceňujem investície do zrekonštruovaných sociálnych zariadení v našich základných a materských školách, čo zvyšuje ich úroveň. Nie každá časť Bratislavy sa týmto môže pochváliť. Aké prostredie a jeho úroveň si deti zafixujú, takú úroveň si so sebou ponesú do ďalšieho života.

Miestne zastupiteľstvo, v ktorom máte svoj hlas, rozhoduje o prioritách mestskej časti, o kľúčových veciach, do ktorých sa má investovať. Čo sú z vášho pohľadu priority?
Mám radšej vyváženosť ako zdôraznenie priorít. Je výborné na niečo veľké sa zamerať, ešte lepšie to aj dosiahnuť, ale nie za cenu zanedbania, priškrtenia čohosi iného. Ak si môžem trochu zasnívať, tak mám svoj sen o modernej Knižnici Ružinov, ktorá by sa významom a úrovňou povýšila medzi vyhľadávané bratislavské knižnice.

Vo firmách mestskej časti Ružinov nastal pred pár týždňami veľký pohyb, samospráva prvýkrát v histórii vyhlásila výberové konanie na konateľov a predsedov aj členov predstavenstiev niektorých spoločností. Čo očakávate od tohto kroku?
Každá zo spoločností mestskej časti je iná svojím poslaním, stavom a fungovaním. Rôzne sú preto aj očakávania. Niektoré predstavenstvá to budú mať ľahšie, pretože sa budú môcť oprieť o určitú kvalitu a dobrú tradíciu. Naopak spoločnosť, ktorá má na starosti čistotu a údržbu verejných priestranstiev je rekordérom v počte negatívnych reakcií od ľudí . Verím, že sa to budúcemu vedeniu podarí zmeniť, ale bude to veľmi, veľmi tŕnistá cesta.

Ako by ste charakterizovali sám seba, ako sa vidíte?
Pred tromi-štyrmi rokmi som ako začínajúci poslanec odpovedal na veľmi podobnú otázku. Odvtedy som o niekoľko kíl starší a aktuálne sa vidím byť zase raz vo vývoji, totiž už prvé dni na pozícii vicestarostu som pred najbližšími skonštatoval, že moje detstvo nenávratne skončilo (smiech). Od čias dospievania si hovorím - musíš byť citovo obrnený pragmatik, nacvič si kamennú tvár – a stále som nepolepšiteľný, v mnohom ostávam idealistom. (mš)

Marián Gajdoš: V Ružinove žije veľa kultúrnych ľudí

MVDr. Marián Gajdoš (55) je od januára zástupcom starostu Ružinova. Do miestneho zastupiteľstva si ho zvolili obyvatelia Trnávky. Mnohí ho poznajú z jeho veterinárnej ambulancie. V komunálnej politike je nováčikom. O hlasy Ružinovčanov sa uchádzal na kandidátke strany Sieť, nie je však členom tejto politickej strany. Starosta Ružinova Dušan Pekár ho v januári vymenoval za jedného zo svojich zástupcov. Je členom miestnej rady a pôsobí v Komisii školstva, kultúry a športu a v Grantovej komisii. Do jeho kompetencií ako zástupcu starostu patria školstvo, Odbor ekonomický, Odbor právny a správy majetku, eurofondy, Prvá ružinovská spoločnosť , Ružinovský podnik verejno - prospešných služieb, firma TVR a RE a Ružinovský športový klub.

Do komunálnej politiky ste prišli zo svojej súkromnej veterinárnej praxe. Asi je to pre vás celkom veľká zmena...
Je to zmena, ale aj vo veterine komunikujete s množstvom ľudí, takže v tomto zmena nenastala. Mám rád komunikáciu s ľuďmi.

Čo vás osobne trápi ako obyvateľa Trnávky?
V prvom rade ruina škôlky na Pavlovičovej, kde sa schádzajú bezdomovci a narkomani. To považujem naozaj za problém. Ako ďalší problém vnímam usporiadanie jednosmeriek na Trnávke, ktoré by sa, podľa mňa, dalo urobiť lepšie a logickejšie a rád by som sa tomu aj venoval. Na niektorých uliciach Trnávky ani nie sú chodníky alebo sú obsadené autami, takže chodníky nie sú použiteľné. Myšlienku jednosmeriek považujem za veľmi dobrú pri súčasnom počte parkovacích miest, ale následne malo prísť k tomu, aby bolo parkovanie vyznačené na jednej strane ulice a druhá strana by mala ostať čistá bez parkovania.

AJ TOTO SOM JA
Mám rád každú dobrú muziku okrem dychovky a rád fotografujem. Varím si vlastné pivo a rád pracujem v záhradke.

Ako poslanec a zástupca starostu máte možnosť rozhodovať o prioritách samosprávy, o tom čo zmeniť, niekam posunúť. Čo je tou vašou prioritou?
Išiel som do komunálnej politiky hlavne s tým, že som z Trnávky. Práve Trnávka ma najviac zaujíma, pretože tu žijem a poznám ju. Žijú tu moji priatelia a susedia a chcel by som tu život zlepšiť. Pokiaľ ide o celý Ružinov, to ešte objavujem, čo by som rád dostal medzi svoje priority. Veľmi sa mi páčia podujatia, ktoré robí Ružinov ako sú hody, zabíjačka či rybárske slávnosti. Mám pocit, že v Ružinove žije veľmi veľa kultúrnych ľudí, ktorých by bolo dobré zjednotiť na nejakej veľkej ploche, kde by sa robilo obrovské podujatie pre veľký počet ľudí a kde by sa v ľuďoch ozvala hrdosť, že sú Ružinovčania. Zatiaľ ale nemám predstavu o tom, kde by niečo také mohlo byť, veľmi by sa mi to však páčilo. A bol by som nesmierne rád, keby ešte viac ľudí spoznalo náš ružinovský folklórny skvost a tým je súbor Karpaty.

Aktuálne nastáva pohyb v niektorých spoločnostiach mestskej časti Ružinov. Tým pohybom je výberové konanie na vedúce pozície. Čo by mal tento krok podľa vás priniesť?
Výberové konanie by mohlo byť krokom k tomu, aby sa to naozaj zlepšilo. Mala by nastať situácia, pri ktorej nebude rozhodovať politická príslušnosť, ale výsledky daného podniku. Tým pádom by sa to celé mohlo oslobodiť od nánosov, ktoré tu sú z minulých období. Nechcem hodnotiť, čo bolo dobré alebo zlé, ale život ukázal, že treba mať cit pre hranicu, kde politika začína a kde končí.

Ľudia kritizujú najmä Ružinovský podnik verejno-prospešných služieb za nekvalitnú a neporiadnu prácu. Vnímate to ako opodstatnenú kritiku?

Ja sa teraz zoznamujem s realitou a musíme nájsť riešenie tejto reality, ktorá určite nebude radostná. Ale je to vždy aj vecou aj pohľadu. Ak má niekto záhradku a zažil minuloročné dažde, tak vie, že buriny sa kvôli dažďom nezbavil. Iste, je otázkou, či VPSka stihla alebo nestihla urobiť svojich päť predpísaných kosení a druhou vecou je kvalita, akou to vykonali. Ale určite treba brať do úvahy aj fakt, že minulý rok výdatne pršalo a to spôsobilo problémy s burinou a vysokou trávou. Treba však objektívne priznať, že s Ružinovským podnikom verejno-prospešných služieb sú problémy.

Ako by ste charakterizovali sám seba? Čo sú vaše typické vlastnosti?
Myslím si, že som veľkorysý, snažím sa nebyť trochár a z tohto hľadiska sa snažím pristupovať k ľuďom. A moje najväčšie negatívum je, že som ťažký fajčiar.

(mš)

Výstavba na Enviroportále

Na internetovej stránke www.enviroportal.sk nájdete prehľad zamýšľaných stavebných zámerov investorov v rámci procesu posudzovania ich vplyvov na životné prostredie (EIA). Je to jeden zo zdrojov informácií o výstavbe, ktorú investori plánujú.

Bývanie Trnávka
Bývanie Trnávka je zámerom spoločnosti Rosalin. Zamýšľa realizovať obytný súbor na okraji Trnávky na pozemkoch, ktoré ohraničuje centrum Aircraft, Ivánska cesta, diaľničné odpočívadlo OMV a pozemky areálu letiska. Navrhuje tu vybudovať 11-12 budov s vyše 1 200 bytmi. K tomu vyše 1 600 parkovacích miest, oddychové plochy a občianska vybavenosť.

Polyfunkčný objekt LIDL
Firma LIDL Slovenská republika chce dobudovať svoj areál na Ružinovskej ulici. Na voľnom pozemku vedľa nedávnej dostavby administratívnej budovy navrhuje polyfunkčný objekt so jedálňou a fitnes centrum pre zamestnancov a vyše 50 parkovacích miest. Objekt má mať tri nadzemné a jedno podzemné podlažie.

Zber starých vozidiel na Galvaniho 12
Na Galvaniho 12 plánuje firma Promauto. vybudovať prevádzku na zber starých vozidiel kategórie M1 a N1 a L2. Z juhovýchodu je územie ohraničené Ivánskou cestou, na juhozápade ho ohraničuje línia rovnobežná s Galvaniho, zo severozápadnej strany je Bočná ulica a zo severovýchodu je hranica rovnobežná s líniou juhozápadnej hranice. Areál s jednopodlažnou budovou má slúžiť na zber autovrakov, odkiaľ pôjdu do areálu autorizovaného spracovateľa starých vozidiel.

Rozšírenie Bioenergetického komplexu vo Vlčom hrdle
Ide o zámer vo Vlčom hrdle, asi 500 m južne od objektu nového prístavu vo Vlčom hrdle, 500 m západne od areálu spoločnosti Slovnaft, cca 1 300 m od areálu spaľovne odpadov a v susedstve pozemkov, na ktorých sa nachádza bývalé skleníkové hospodárstvo. Severovýchodne do dotknutých pozemkov preteká prívodný kanál chladiacej vody Slovnaftu. Účelom navrhovaného zámeru firmy Energo commerce je rozšírenie bioenergetického komplexu o spracovanie biomasy suchou fermentáciou, úpravu bioplynu na biometán a výrobu elektriny prostredníctvom dvoch kogeneračných jednotiek spaľujúcich generátorový plyn z jednotiek na splyňovanie biomasy, dvoch kogeneračných jednotiek na spracovanie pyrolýzneho oleja.

Chcete mať pravidelný prísun informácií o Ružinove? Sledujte aj Aktuality na internetovej stránke www.ruzinov.sk.

**Západoslovenská distribučná, a.s.
ako poverený správca elektrických sietí na distribúciu elektrickej energie v súlade so Zákonom č. 251/2012 Z. z. § 11 odst. 1 o energetike a o zmene niektorých zákonov v znení neskorších predpisov**

V Y Z Ý V A

všetkých vlastníkov, nájomcov alebo správcov (ďalej len vlastníkov) nehnuteľností, na ktorých sa nachádzajú nadzemné i podzemné elektrické vedenia v správe ZSDIS, a.s. na odstránenie a okliesnenie stromov a iných porastov, ktoré ohrozujú bezpečnosť alebo spoľahlivosť prevádzky vedení distribučnej sústavy a to v rozsahu podľa § 43 Zák. č. 251/2012 Z. z. v platnom znení.

Orezy drevín v ochrannom pásme elektrických sietí a prevádzok je možné realizovať celoročne do Ø5cm. Nad Ø 5cm v období od 1.4. do 30.9. príslušného roku.

Výruby drevín v ochrannom pásme z dôvodu bezpečnej prevádzky elektrických sietí je možné vykonávať v termíne od 1.10. do 31.3. príslušného roku.

Pred vykonaním výrubu je potrebné túto skutočnosť oznámiť orgánu ochrany prírody – okresnému úradu – odbor starostlivosti o životné prostredie. Orgán ochrany prírody je povinný do 15 pracovných dní od doručenia oznámenia vydať stanovisko, že výrub sa môže uskutočniť alebo rozhodnúť o jeho obmedzení alebo zákaze.

V období hniezdenia chránených druhov živočíchov sa výrub a orez drevín nevykonáva.

Povinnosťou je udržiavať stromy a kríky v ochrannom pásme vedení a pod vedením maximálne do výšky 3 m od zeme. Zároveň je potrebné udržiavať bezlesie v šírke 4 m po oboch stranách elektrického vedenia.

Využitie drevnej hmoty po oreze alebo jej likvidácia je v plnej kompetencii a zodpovednosti vlastníka nehnuteľnosti.

O nevyhnutné vypnutie vedenia z bezpečnostných dôvodov pre prípad výrubu a orezu porastov je nutné požiadať v lehote min. 25 dní pred plánovanou realizáciou prác na ZSDIS, a.s. u príslušného špecialistu správy sietí podľa obce.

Remeslo má zlaté dno

STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA DOPRAVNÁ

Sklenárova 9, 821 09 Bratislava

Ponuka pre školský rok 2015/2016

- **štvorročné štúdium v študijnom odbore, vhodné i pre dievčatá**
  3760 M prevádzka a ekonomika dopravy
  - ukončené maturitnou skúškou
- **trojročné štúdium v učebnom odbore**
  2487 H autoopravár s odbornými zameraniami
  (01 mechanik, 02 elektrikár, 03 karosár, 04 lakovník)

Škola má dlhoročnú tradíciu s veľmi dobrými výsledkami v teoretickej, praktickej a športovej príprave mladých ľudí.

www.sosd-ba.sk, skola@sosd-ba.sk, tel.: 02/53 41 52 50

inzercia

Ružinovský grantový program bude aj v roku 2015

Grantová výzva mestskej časti Ružinov na rok 2015 je v príprave. Vyhlásená bude po schválení rozpočtu mestskej časti. O ňom majú poslanci hlasovať na marcovom miestnom zastupiteľstve. Grantová výzva bude s najväčšou pravdepodobnosťou zverejnená po aprílovom miestnom zastupiteľstve. Záujemcovia ju nájdu na internetovej stránke mestskej časti Ružinov www.ruzinov.sk. Grantový program umožňuje rôznym organizáciám či občianskym združeniam realizovať v Ružinove svoje nápady, na ktoré môžu získať z rozpočtu samosprávy sumu až do 5 000 eur.

V Ružinove je najviac zelených budov

Z 32 slovenských kancelárskych budov s certifikátom udržateľnosti je až 27 objektov v Ružinove. Vyplýva to z aktuálnych výsledkov Slovenskej rady pre Zelené budovy, ktoré zverejnila vo februári pri príležitosti štvrtého výročia svojej existencie. Mestská časť Ružinov tak získala titul Najzelenšia mestská časť Bratislavy. Na Slovensku sú využívané dva systémy certifikátov LEED a BREEAM. Majú ich napríklad budovy Centrálu, Eurovey, Forum Business Centra, City Business Centra a ďalšie. Pri certifikácii zelených budov sa hodnotia také kritériá ako prísun zdravého čerstvého vzduchu bez škodlivých látok, správne osvetlenie, tepelný komfort, šetrenie energie a iných zdrojov, trvácnosť použitých materiálov a podobne.

Cestovateľský maratón Cestou necestou aj v DK Ružinov

Dom kultúry Ružinov bude od 13. do 15. marca miestom stretnutia priaznivcov cestovania. Tri dni tu môžu návštevníci stráviť na festivale Cestou necestou. Na programe budú mnohé cestovateľské prezentácie a inšpirácie. Z bohatého ružinovského programu vyberáme napríklad Mongolsko (13.3. o 20:50, Norbert Sommer), Kirgizsko Martina Saba (13.3. o 20:00), Japonsko (14.3. o 13:00, T. Srok, P. Brndiar), výber z najlepších filmov expedičnej kamery (15.3. o 13:00). Celkovo v DK Ružinov zažijete okolo 30 prezentácií. Festival Cestou necestou bude od 9. do 15. marca aj na ďalších miestach v Bratislave, pričom predstaví okolo 50 dobrodruhov.

ABC Elektroinštalácie ponúka kompletné elektroinštalačné práce, opravy elektroinštalácie, výroba rozvádzačov, revízne správy a návrhy elektroinštalácie zadarmo.

Tel: 0944 447 969, 0917 080 992

inzercia

inzercia

ZBAVTE SA ZADARMO OBJEMNÉHO ODPADU DO VEĽKOKAPACITNÝCH KONTAJNEROV

JARNÉ UPRATOVANIE 2015

14.3.2015 – sobota - od 9.00 do 17.00 h

OSTREDKY	Parkovisko pozdĺž Vrakunskej cesty, zástavka autobusov č. 39
ŠTRKOVEC	Komárnická – roh Herlianska – parkovisko
TRNÁVKA	Banšelova ul. – parkovisko pri Autobazáre

21.3.2015 – sobota - od 9.00 do 17.00 h

PRIEVOZ	Parkovisko Staré záhrady oproti cintorínu Vlčie hrdlo – sídlisko
POŠEŇ	Parkovisko pred nákupným centrom Kocka
TRÁVNIKY	Parkovisko Rezedová výjazd na Ďatelinovú

28.3.2015 – sobota od 9.00 do 17.00 h

STARÝ RUŽINOV	Ulica Priekopy pri garážach
RUŽOVÁ DOLINA	Parkovisko pred ZŠ Ružová dolina 29
NIVY	Súťažná ulica pri SD Nivy

ZBER STARÝCH SPOTREBIČOV

21. marca 2015 bezplatne odvezieme obyvateľom Ružinova nepotrebné elektrospotrebiče na ekologickú recykláciu

AKO NA TO?

Najneskôr do 18. marca 2015 kontaktujte Miestny úrad MČ Bratislava – Ružinov:
- **počas úradných hodín MÚ na tel. čísle: *02/48 28 44 54***
- **nonstop e-mailom: *zber@ruzinov.sk***

Nahláste nasledovné údaje:
- **druh a počet spotrebičov, ktoré potrebujete odviezť**
- **meno, priezvisko, telefonický kontakt a presnú adresu, z ktorej potrebujete spotrebiče odviezť**

V deň zberu do 8:00 hod. ráno vyložte elektroodpad do vchodu bytového domu resp. za bránu rodinného domu. Ďakujeme, že nám v priebehu dňa umožníte vstup do týchto priestorov.

Nevykladajte spotrebiče na ulicu alebo k ceste. V prípade, že elektroodpad vyložíte von, zoberú ho nelegálni zberači. Tí ho neodborne rozoberú, nepredajné komponenty odhodia a vytvoria čierne skládky vo vašom okolí.
Aby sme v priebehu dňa stihli odviezť spotrebiče zo všetkých nahlásených adries, elektroodpad nevynášame z bytov, pivníc či povál.
Ak sa nám nepodarí od Vás prevziať nahlásený odpad do 15:00, kontaktujte v priebehu polhodiny linku zberu: 0911 250 211.

Nepotrebné veľké (chladničky, práčky, TV) aj malé spotrebiče (fény, holiace strojčeky atď.) patria do zberu. Len odtiaľ môžu putovať na ekologickú recykláciu, ktorá výrazne prispieva k ochrane životného prostredia.

Mestská časť Bratislava – Ružinov informuje, že osobné údaje občanov spracováva ako sprostredkovateľ v mene kolektívnej organizácie ENVIDOM – Združenie výrobcov elektrospotrebičov pre recykláciu, a to len za účelom vykonania mobilného zberu elektroodpadu.

Zostali vám staré farby či rozpúšťadlá? Môžete sa ich zbaviť tak, ako sa patrí

Ste fyzická osoba - nepodnikateľ a neviete, kam so starými farbami, olejmi či inými škodlivinami? Môžete ich bezplatne odovzdať počas zberu domového odpadu s obsahom škodlivín. Takéto látky totiž nepatria do kontajnera či do odpadu v domácnosti.

Sobota 25.4. 2015 od 8:00 do 10:00
Pri ZŠ Ružová dolina 29

Na mieste bude pristavené vozidlo, pri ktorom budú pracovníci spoločnosti ARGUSS, s.r.o. preberať len od občanov – fyzických osôb nepodnikateľov tieto komunálne odpady:

Staré náterové hmoty
Odpadové rozpúšťadlá
Pesticídy
Oleje a tuky
Batérie a akumulátory
Žiarivky a iný odpad obsahujúci ortuť
Vyradené zariadenia obsahujúce chlórfluorované uhľovodíky (chladničky, mrazničky a pod.)

Vyradené elektrické a elektronické zariadenia - elektrospotrebiče (počítače, televízory, monitory, žehličky, práčky, mixéry a pod.)

V prípade odpadov ako sú rozpúšťadlá, oleje, pesticídy, farby, lepidlá a pod., tieto musia byť uzavreté v pevných obaloch, z ktorých sa neuvoľňuje odpad. ARGUSS, s.r.o. odoberie takýto odpad len v donesených uzavretých obaloch max. do 5 kg od 1 osoby.

Bezplatne odovzdať domový odpad s obsahom škodlivín je možné aj v stredisku Odvoz a likvidácia odpadu a.s., Stará Ivanská cesta 2 v Bratislave v pondelok až sobotu od 8:00 – 18:00 h (okrem sviatkov).

Deti vedia, kam patria smeti. Dospelí, pridáte sa?

Obľúbené trojdňové podujatie OLOart koncom februára prilákalo rekordný počet detí. Hneď prvý deň ho navštívilo 450 žiakov bratislavských škôl. Medzi nimi nechýbali Ružinovčania. Naučiť sa mohli viac o odpade a v tvorivých dielňach starým veciam vdychovali nový život.

„Chceme dať každému možnosť zúčastniť sa takéhoto podujatia. Prihlasovanie bolo veľmi rýchle. Prvý termín bol vybookovaný do pol hodiny, čiže len takáto krátka doba stačila na to, aby sa plne obsadilo všetkých 450 miest,“ prezradila záujem Karin Zvalová zo spoločnosti OLO, ktorá je organizátorom podujatia. Lákadlom už tradične boli, okrem pestrého programu, aj známe osobnosti. Myšlienku OLOmpiády – „Neseparuj sa - separuj!“ podporuje herec Lukáš Latinák, moderátorka Adela Banášová, spisovateľ Daniel Hevier, speváčka Misha a mnoho iných. Práve Misha je najnovším členom olompijského výboru. *„Separovanie treba mať ako prioritu. Ja napríklad veľmi veľa vecí znova používam. Som kreatívny človek. Napríklad z plastových fliaš tvorím hračky. Na všetko sa dá vymyslieť nejaká druhá šanca, doma sa snažíme vymyslieť, čo s tým ďalej,“* priblížila speváčka. V rámci špeciálneho workshopu spolu s deťmi vyrábala draka z tetrapakových obalov. Spisovateľ Daniel Hevier predviedol deťom, ako môže z pokazených hračiek vzniknúť obraz.

Na OLOmpiáde nechýbali ani deti zo ZŠ Ostredková či ZŠ Ružová dolina, zapojili sa aj škôlkari. *„Ja triedim odpad. Chodievam s mamou vynášať smeti a pomáham jej, čo kam patrí,“* pochválila sa Viktorka Drobná, prváčka zo ZŠ Ružova dolina. *„Na tejto akcii sa mi páči, že budeme vyrábať veci z plastu. Ešte som to nikdy nerobil. Rád by som si vyrobil stojan,“* priznal sa ďalší ružinovský školák Janko Tešovič. *„Páči sa mi, že sa tu učíme triediť odpad, lebo chodia sem také detičky, ktoré nevedia triediť odpad a hodia odpad hocikde na ulici a potom je Bratislava škaredá,“* uzavrela prváčka zo ZŠ Ružová dolina Vaneska Adamcová. Dospelí, pridáte sa?

Veronika Vasilková
Foto: OLO

Ružinovské školy zapísali takmer 800 prvákov

Budúci ružinovskí prváci vo februári absolvovali zápis do prvých ročníkov základných škôl. Najväčší záujem je o ZŠ Drieňová.

670 zapísaných budúcich prvákov eviduje deväť základných škôl v zriaďovateľskej pôsobnosti mestskej časti Ružinov, ďalších 102 prvákov zapísali na cirkevnej Spojenej škole sv. Vincenta de Paul. Najviac detí rodičia prihlásili na Základnú školu Drieňová, viac ako stovku zapísaných prvákov majú aj na základných školách Ostredková, Nevädzová a Mierová. Počet detí, ktorí nastúpia v septembri do prvých tried je zatiaľ orientačný, keďže časť detí bude mať napríklad odklad povinnej školskej dochádzky.

Kde chce Ružinov pridať miesta v škôlkach?

Mestská časť Ružinov chce vytvoriť ďalšie nové triedy pre škôlkarov. Približne 40 detí bude môcť nastúpiť v budúcom školskom roku do nových tried v budove školskej jedálne na Vietnamskej ulici.

Prvé poschodie objektu jedálne na Vietnamskej Základná škola Vrútocká nevyužíva. *„Priestor zrekonštruujeme, pričom tu môžu vzniknúť dve škôlkarske triedy. Tie budú patriť pod materskú školu Piesočná, ktorá sídli rovnako na Trnávke o pár metrov ďalej,“* vysvetľuje starosta Ružinova Dušan Pekár (KDH).

Ružinov má aj ďalší zámer, ako zvýšiť počet miest v predškolských zariadeniach. *„Vybudovať chceme novú modulovú škôlku na Ružomberskej ulici v Prievoze. Jej výhodou je rýchlejšia a lacnejšia realizácia ako v prípade klasickej stavby,“* objasňuje Ľubica Petrisková z útvaru pre styk s verejnosťou na ružinovskom miestnom úrade, ktorá má na starosti vypracovanie projektu, ktorým mestská časť žiada o dotáciu zo štátneho rozpočtu. Na Ružomberskej by mohli vzniknúť triedy pre ďalších približne 60 detí. Oba zámery vo februári tohto roka odsúhlasili na miestnom zastupiteľstve ružinovskí poslanci.

Na obidve škôlky Ružinov žiada dotáciu z ministerstva školstva, ktoré vyhlásilo výzvu na zvyšovanie kapacít škôlok. V prípade jej nezískania dokáže samospráva Ružinova v tomto roku zafinancovať aspoň rekonštrukciu budovy na Vietnamskej, aby tu vznikli elokované triedy materskej školy Piesočná.

Ružinovská samospráva rozširovala kapacity materských škôl už viackrát – od roku 2012 pribudlo približne 180 nových miest, čo však ešte nestačí. V tomto školskom roku nebolo možné stále prijať okolo 200 detí z Ružinova starších ako tri roky. Prihlášky na školský rok 2015/2016 sa do materských škôl odovzdávajú do 13. marca 2015.

Miroslava Štrosová

Škôlky na Západnej a Exnárovej budú samostatné

Ružinov bude mať dve nové samostatné škôlky. Rozhodli o tom na februárovom zastupiteľstve ružinovskí poslanci. Odsúhlasili osamostatnenie materských škôl Západná a Exnárova ako samostatných právnych subjektov. Doteraz fungovali ako elokované pracoviská iných materských škôl.

O vytvorenie samostatného právneho subjektu Materskej školy Exnárova 6, teda jej odčlenenie od MŠ Bancíkovej požiadali mestskú časť Ružinov samotní rodičia škôlkarov z Občianskeho združenia PÚPAVA, ktoré pôsobí pri škôlke na Exnárovej ulici. Po záchrane škôlky, ktorá sa definitívne podarila minulý rok, čaká Exnárovu ďalšia životná etapa. Pôsobiť bude ako samostatná materská škola so svojím rozpočtom, svojím riaditeľom, svojimi aktivitami, plánmi, sama za seba sa bude uchádzať napríklad o rôzne granty a zapájať sa do rôznych projektov. *„Po tých rokoch neistoty a bojovania za našu škôlku sme veľmi radi, že nám ružinovskí poslanci odčlenenie odsúhlasili. Momentálne máme už šesť tried a navštevuje nás 129 detí,“* uviedla vedúca Materskej školy Exnárova 6 Jana Matejová. Škôlka tak patrí medzi najväčšie v Ružinove. Ďalšou škôlkou, ktorá po schválení zaradenia do siete predškolských zariadení ministerstvom školstva bude už samostatným právnym subjektom, je materská škola na Západnej ulici . V tomto prípade išlo o požiadavku riaditeľky z Materskej školy Piesočná na Trnávke, pod ktorú ako elokované pracovisko spadala aj Západná na Ostredkoch. Práve vzdialenosť, teda časovo náročnejší presun medzi jednotlivými pracoviskami, ktorý obmedzoval intenzívnu spoluprácu so zamestnancami a rodičmi, bol dôvodom žiadosti o odčlenenie. Z právnej subjektivity vyplývajú škôlkam viaceré výhody, ale pribudne aj zodpovednosť. Okrem samostatného hospodárenia budú napríklad o prijímaní detí rozhodovať riaditeľky MŠ Západná a MŠ Exnárova. Výhodou pre rodičov bude aj zjednodušenie kontaktu s riaditeľkou škôlky, ktorú nájdu na tej istej adrese, kam chodia ich deti. Naposledy sa takto osamostatnila v roku 2010 materská škola na Šťastnej ulici v Prievoze. Po skončení celého administratívneho procesu osamostatnenia škôlok na Exnárovej a Západnej ulici bude mať mestská časť Ružinov 11 právnych subjektov materských škôl namiesto súčasných deväť.

Marianna Šebová
Foto: archív redakcie

Potrebuje vaše dieťa špeciálnu diétu? ZŠ Borodáčova môže byť riešením

Školská jedáleň pri ZŠ Borodáčova 2 ponúka diétne stravovanie pre stravníkov s diabetes (cukrovkou), celiakiou, šetriacou diétou a inými zdravotnými a črevnými ochoreniami.

Stravovať sa tu môžu aj deti, ktoré nie sú žiakmi ZŠ Borodáčova.
Tel: 02/43 63 09 04, 43 63 08 96,
www.borodacova.sk

Máte doma budúceho škôlkara? Do 13. marca sa podávajú žiadosti o prijatie

Ešte do 13.3. 2015 sa do ružinovských materských škôl podávajú žiadosti o prijatie dieťaťa.

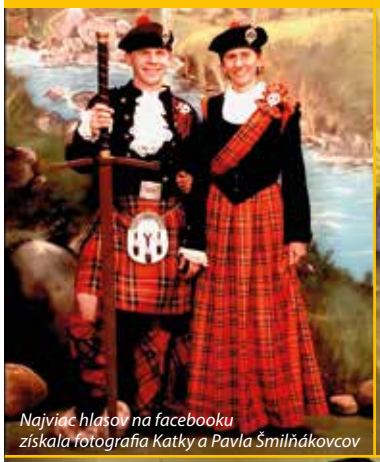
Prednostne sa prijímajú:
- deti, ktoré k 1. septembru 2015 dovŕšia 5 rokov,
- deti s odloženou povinnou školskou dochádzkou a deti s dodatočne odloženou povinnou školskou dochádzkou
- deti, ktoré k 1. septembru 2015 dovŕšia 3 roky,
- deti, ktorých súrodenec už navštevuje danú materskú školu
- deti, ktoré spĺňajú základné hygienické požiadavky a samoobslužné činnosti (nemajú plienky, fľašu, cumlík, samostatne sa najedia lyžicou, napijú z pohára, použijú WC, oblečú si základné časti odevu)

Priebeh zápisu:
- zápisu sa zúčastní rodič (zákonný zástupca) spolu s dieťaťom
- zákonný zástupca predloží na zápise vyplnenú žiadosť o prijatie dieťaťa do materskej školy spolu s lekárskym potvrdením (potvrdenie od všeobecného lekára pre deti a dorast o spôsobilosti dieťaťa navštevovať materskú školu a o absolvovaní povinného očkovania)
- platný občiansky preukaz zákonného zástupcu (k nahliadnutiu)
- rodný list dieťaťa (fotokópia)

Zoznam materských škôl v Ružinove:
MŠ Bancíkovej 2 (Elokované triedy Exnárova 6)
MŠ Miletičova 37 (Elokované triedy Gemerská 4)
MŠ Medzilaborecká (Elokované triedy Haburská 4)
MŠ Piesočná 2 (Elokované triedy Rádiová 52, Západná 2)
MŠ Prešovská 28 (Elokované triedy Palkovičova 11/A)
MŠ Pivonková 9 (Elokované triedy Astrová 5, Nevädzová 12, Šalviová 5)
MŠ Stálicová 2 (Elokované triedy Haburská 6)
MŠ Velehradská 24 (Elokované triedy Budovateľská 10, Tekovská 7,9)

Manželský týždeň v Ružinove

Swingový tanečný večer pre manželské páry z Ružinova, súťaž o najoriginálnejšiu fotografiu ružinovského manželského páru, darček pre novomanželov, ktorí sa zosobášili od 9. do 15. februára 2015. Najväčším bonbónikom bola súťaž o najdlhšie spolu žijúci pár z Ružinova, ktorá u seniorov zaznamenala veľký ohlas. Už teraz prezradíme, že hneď niekoľko párov spolu žije viac ako 60 rokov a my vám ich v Ružinovskom echu nabudúce predstavíme. Súťaž mestská časť Ružinov vyhodnotí v druhej polovici marca. Všetkými týmito aktivitami sa Ružinov prvýkrát zapojil do Národného týždňa manželstva, ktorý sa oslavuje na celom svete. Ako to v ten týždeň vyzeralo?



Najviac hlasov na facebooku získala fotografia Katky a Pavla Šmilňákovcov

Adriana a Matej Poriezovci sa „prelajkovali" na 2. miesto

Divoký západ Zuzky a Romana Žltniakovcov na tretej priečke súťaže o Najoriginálnejšiu foto manželov z Ružinova

Víťazi súťaže o Najoriginálnejšiu foto manželského páru z Ružinova si od starostu Dušana Pekára prevzali ceny – piknikový kôš, domáci gril a ručne vyrobený fotoalbum

Paper Moon Trio so svojím swingovým repertoárom

14. februára 2015 bolo v Ružinove 7 sobášov. Všetci novomanželia dostali od mestskej časti Ružinov podkovy pre šťastie aj s menami

Vystúpenie B-Swingu na swingovom tanečnom večeri v Hoteli Nivy

Rýchlokurz swingu s B-Swingom

Zľavový kupón ružinovské ECHO

10%

NA SPOLOČENSKÉ AKCIE A UBYTOVANIE

Platnost kuponu: 31.12.2015

Hotel Tereza, Hradská 20,
821 07 Bratislava (Vrakuňa)
Tel:02/45 245 460, 0948/997 888
email:hotel-tereza@hotel-tereza.sk
www: hotel-tereza.sk

Podmienky použitia zľavových kupónov: Zľavový kupón sa dá použiť len v predajni a len v termínoch uvedených na príslušnom zľavovom kupóne. Zľavový kupón je možné použiť iba pri jednom nákupe. Zľavový kupón sa nedá kombinovať s inými zľavami, akciami a vernostnými klubmi a nemožno ho vymeniť za hotovosť alebo vyplatenie zľavy z ceny. Zľavy sa nekumulujú. Obrázok použitý na zľavovom kupóne je len ilustračný. TVR a RE, s.r.o. nenesie žiadnu zodpovednosť za neumožnenie uplatnenia zľavového kupónu.

inzercia

SKÚŠOBNÁ LEKCIA ZADARMO!

- 15ročná - tradícia plávania batoliat a detí
- bazén výhradne určený len pre deti a ich rodičov s výhľadom do záhrady
- garancia vysokej kvality a nezávadnosti vody
- ústretový, milý a profesionálny personál
- detská sauna
- obchod s plaveckými pomôckami /www.plavecke-pomocky.sk/
- rodinné plávanie iba pre Vašu rodinu, osviežujúce narodeninové oslavy

ZĽAVA 29% NA KURZ PLÁVANIA
PRE ZAČIATOČNÍKOV VO VEKU OD 4 MESIACOV - 4 ROKOV

water baby club

Stredisko plávania
WATER BABY CLUB
Banšelova4
Bratislava - Trnávka
+421/ 911 860 688
bratislava@alva.sk

* zľavový kupón je možné uplatniť do 31.8.2015, zľavu nie je možné kombinovať s inými zľavami

inzercia

Gymnázium Ladislava Novomeského

V roku 1970 vyšiel v architektonickom časopise článok o budove strednej všeobecne vzdelávacej školy na Tomášikovej ulici v Bratislave, ktorá v súčasnosti nesie názov Gymnázium Ladislava Novomeského. Pod titulkom Naša najlepšia? tu autor vyzdvihuje výnimočné vybavenie školy, zároveň sa však prihovára za to, aby sme v budúcnosti aj takéto pozoruhodné príklady dôsledne vyhodnocovali a poučili sa z nich.

Fasáda školy s hlavným vstupom od Tomášikovej ulice v roku 1970. Zdroj: Projekt, č. 4, 1970

Jedinečné riešenie

Projekt školy vznikal v 60. rokoch, v nadväznosti na výstavbu sídliska Pošeň. V tom období sa projektovalo a budovalo množstvo školských budov. Ich rozsiahla výstavba sa riešila jednak vývojom typových, ľahko opakovateľných projektov, zároveň sa ale hľadali aj prínosné experimentálne návrhy. Program 18 triednej strednej školy si vyžadoval atypické riešenie a zároveň so školou budovali aj Ústav ďalšieho vzdelávania učiteľov (v súčasnosti tu sídli Národný ústav celoživotného vzdelávania), pre ktorý bola postavená samostatná budova vľavo od hlavného vstupu do školy. Projekt vypracoval architekt Jozef Slíž z bratislavského Stavoprojektu v roku 1964. Vyučovanie v novej budove sa začalo v septembri 1968, pričom niektoré časti ešte dokončovali.

Vývoj projektu

Pre školu bol určený pozemok na okraji sídliska Pošeň. Od západu ho ohraničovala Tomášikova ulica, na južnej strane viedlo koryto Mlynského ramena, tzv. Smradľavka. V tom čase sa na pozemku nachádzali rodinné domy, niektoré z nich bolo potrebné zbúrať. Architekt rozvrhol prevádzku do štyroch celkov: vlastná škola s učebňami, telocvičňa s bazénom, spoločenská časť a spojovacia časť. Hlavný vstup je orientovaný zo západu od Tomášikovej, priamo naň nadväzuje spojovacia časť (so súčasným recepčným pultom), ktorá tvorí hlavnú os budovy. Smerom napravo je blok učební. Na prízemí sa nachádza priestranné respírium a centrálne šatne. Samotné učebne sú na prízemí a na ďalších dvoch poschodiach, s oknami orientovanými na východ, do školského areálu so zeleňou. Oproti hlavnému vstupu je na spojovaciu časť napojená aula. Zaujímavé je, že v alternatívnom projekte z roku 1964 bola prednášková sála súčasťou samostatného spoločenského bloku, do ktorého patrila aj jedáleň s kuchyňou a na druhom poschodí mali byť priestory pre mimoškolskú činnosť – teda klubovňa, herňa, študovňa, lekár a zubný lekár. Tento blok sa nachádzal naľavo od hlavného vstupu, no pravdepodobne v priebehu tvorby vykonávacích projektov sa od zámeru upustilo a vlastná aula bola presunutá na východný koniec hlavnej osi budovy.

Priestranné respírium

Prínosné vybavenie

Aula je mimoriadnym a dá sa povedať, že v našich pomeroch nadštandardným vybavením školy, ktoré ponúka priestor pre rozvoj rozmanitých výchovno-vzdelávacích a spoločenských aktivít. Súčasťou školy je aj telocvičňa a bazén. Dimenzované sú priestorovo úsporne, šatňové a hygienické príslušenstvo je minimálne. Možnou príčinou je aj to, že realizácia plavárne bola definitívne do výstavby zaradená núdzovo „v hodine 12-tej“, ako sa uvádza v spomínanej recenzii. No autor zdôrazňuje, že „zariadenie ako celok je však v každom prípade veľkým prínosom“.

Bazén je stále funkčný

Prostredie podnecujúce tvorivosť

Rozľahlý areál školy poskytuje podmienky pre rôzne pohybové aktivity a dnes už vzrastlá zeleň vytvára prírodnú ochranu pred okolitým ruchom. Budova školy je navrhnutá a prevedená racionálne a vzhľadom na dobu svojho vzniku úsporne prakticky, no zároveň s jedinečným vybavením. Dôležité je, že súčasné i minulé vedenie školy toto vybavenie a priestorové možnosti školy zveľaďuje a využíva pre tvorbu učebných programov v prospech komplexného, harmonického duševného a telesného rozvoja študentov.

Katarína Andrášiová
Autorka pracuje na Ústave stavebníctva a architektúry SAV

Článok vznikol v rámci projektu č. 2/0036/14, podporeného Vedeckou grantovou agentúrou VEGA

Centrum pomoci Ligy proti rakovine/marec 2015
Brestová 6, Bratislava-Ružinov, t.č.: +421 2/52 92 17 35

LIGA PROTI RAKOVINE

Kreatívne kurzy	
Quilling - snežienky	2.3.2015 o 17:00
Patchwork – veľkonočný zajačik	11.3.2015 o 10:00
Papierové pletenie – veľkonočné dekorácie	16.3.2015 o 16:30, 24.3.2015 o16:30
Drôtikované kraslice	3.3.2015 o 17:00
Jarné stromy - technika anilinky	18.3.2015 o 10:00
Quilling – veľkonočné vajíčka	19.3.2015 o 9:30
Kvety - kombinovaná technika	25.3.2015 o 10:00
Iris folding	26.3.2015 o 09:30
Paličkovanie	každú stredu o 13:30

Iné	
Podporná skupina pre pacientov	5.3.2015 o 15:30, 26.3.2015 o 15:30
Liečivé cvičenie pre dušu i telo	9.3.2015 o 11:00
Spevácky zbor	každú stredu o 18:00

Rehabilitácia a Linka pomoci	
Rehabilitácia	každý utorok, štvrtok a piatok
Linka pomoci	každý pracovný deň od 09:00 - 13:00, 14:00 - 16:00

Kurzy sú určené pre ľudí s onkologickým ochorením. Detailný program nájdete na **www.lpr.sk**. Na všetky kurzy je potrebné prihlásiť sa na **recepcia@lpr.sk**. Zmenaprogramu vyhradená.

Súrodenecký duel: Norika a Miro Kapasní

Súrodencov Eleonóru Vančíkovú Kapasnú (52) a Miroslava Kapasného (55) spája od detstva láska k folklóru a už vyše 15 rokov folklórny súbor Karpaty, ktorí pôsobí v Ružinove. Miro je umelecký vedúci súboru a Norika vedúca jeho speváckej skupiny. Vyrastali vo Važci, kde ich otec viedol folklórnu skupinu. Folklór tak majú v krvi. Obaja prešli cez važeckú folklórnu skupinu, folklórny súbor Tatrín v Liptovskom Hrádku, stretli sa v Lúčnici, Techniku. Miro zakladal detský folklórny súbor Kremienok, predchodcu Kremienku, ktorý pôsobí v Ružinove. Spoločne so sestrou Ružinovu dali folklórny súbor Karpaty, ktorý založili v roku 1998. Z Noriky, ako ju všetci volajú, srší silná energia, Miro má skôr črty pokojnejšieho introverta. Prinášame vám ich súrodenecký folklórny duel.

Kto z vás je dlhšie folklorista?
Norika: Hmmm....asi ja, keďže vystupujem od svojich dvoch rokov.
Miro: Áno, Norika je dlhšie folkloristka, hoci je mladšia. Ja som začal až na základnej škole. Noriku náš otec „nútil" spievať naozaj od úplného detstva.
Norika: Miro mal výhodu, on mohol hrať vonku futbal a ja som musela spievať. Nie vždy sa mi chcelo, ale rada som sa učila nové pesničky a od detstva som chodila na množstvo speváckych súťaží.

Norika, vy ste speváčka, Miro, vy v prvom rade tanečník a choreograf, ale pre istotu – kto z vás lepšie spieva?
Norika: Náhodou, toto je ťažká otázka. Síce asi by sa zdalo, že som to ja ako speváčka, ale musím povedať, že Miro spieva fakt dobre.
Miro: V rozhlase mi na jednej nahrávke povedali, že také dobré a vysoké C im tam ešte nikto nezaspieval.
Norika: Podľa mňa je Miro najvyššie spievajúci chlap na Slovensku, ktorý spieva normálnym hlasom bez fistule.

Bojím sa teraz spýtať, kto je lepší tanečník ....
Miro: To je tiež ťažká otázka.
Norika: Môžeš mi to opätovať...ideš (smiech). Náhodou, keď sme boli pred 15 rokmi na zájazde, tak tam černosi neverili, že som beloch, že mám v sebe belošskú krv ☺.
Miro: Tak ja to teraz celé poopravím (smiech).. ..Norika je jasne lepšia speváčka ako ja a je aj výborná tanečníčka.
Norika: Ale ty si lepší tanečník.
Miro: Lezieme si jednoducho do kapusty obidvaja.

Miro, ako by ste jedným slovom charakterizovali vašu sestru?
Norika: Ja by som vedela (smiech).
Miro: Akože úžasná? Ale to nevystihuje všetko. Skôr ju viac vystihuje slovo zásadová, pretože aj v práci trvá na istých zásadách.

Aký je váš brat, Norika?
Norika: Precízny, cieľavedomý a čestný. Tvrdohlavý kozorožec a milujúci brat. Snažíme sa vzájomne si pomáhať, aj keď občas to medzi nami iskrí, pretože máme podobné vlastnosti, hlavne pokiaľ ide o precíznosť.

Ako sa zmenil váš súrodenecký vzťah vplyvom času, dozrievania, skúseností?
Miro: Myslím, si že sa veľmi nezmenil, akurát mal iné vonkajšie prejavy. Keď sme boli deti, tak nás chalanov Norika naháňala, chcela sa baviť radšej s nami ako s dievčatami.
Norika: Máme aj staršiu sestru Soňu, ktorá chcela byť lekárka a aj sa jej to splnilo. Ona bola vždy väčšia intelektuálka, hrala sa s bábikami, bavila sa s kamarátkami a mňa nezaujímalo, o čom sa rozprávajú. Viac ma bavilo behať po lese, strieľať z luku, behať so sekerkou a tak ma mamička dávala Mirkovi na starosti. Keďže som bola najmladšia, tak či chcel alebo nechcel, musel ma vziať so sebou.
Miro: Od strednej školy sa formovali naše spoločné folklórne záujmy. Aj keď sme sa počas vysokej školy rozdelili, potom sme sa zasa stretli v Lúčnici a potom v ďalších súboroch.

V dospelosti, keď má človek svoj vlastný život, sa súrodenci už zvyčajne stretávajú menej, váš prípad to však nie je. Ako často sa vidíte?
Norika: Našťastie nie každý deň (smiech).
Miro: Minimálne dvakrát do týždňa na tréningoch Karpát. Niekedy si až lezieme na nervy (smiech).

Váš najsilnejší folklórny zážitok?
Norika: Keď som mala 17 rokov, bola celoštátna súťaž ľudových spevákov a hudieb. Bolo to na Myjave a išla som si tam len tak zaspievať. Neprikladala som tomu nejakú váhu, lebo už som predtým vyhrala rôzne kolá speváckych súťaží. Ale vyhrala som a to vyhlasovanie výsledkov bolo neskutočné. Ľudia reagovali veľmi spontánne, cítila som sa ako Caruso v La Scale. Hoci som predtým vystupovala aj vo veľkých amfiteátroch, toto bol neskutočne veľký zážitok, lebo diváci si veľmi ctili hudobný prejav a moju energiu, pretože ja neviem pri speve len tak stáť. A keď som vychádzala, cítila som sa ako na Oscaroch, pretože ľudia mi podávali ruky a gratulovali mi aj na ulici. Bol to naozaj silný zážitok.
Miro: Keď som začínal s folklórom, tak najväčší zážitok pre mňa bolo vidieť naozajstný autentický folklór. Keď už som bol sám interpret, tak každé vystúpenie bolo pre mňa zážitkom. Či už v Lúčnici, v Techniku, v Karpatoch. Obrovským zážitkom je pre mňa potlesk, napríklad úplne prvé vystúpenie Karpát. Keď sme sa s Karpatmi dostali do Prahy ako nový súbor, to bolo tiež nezabudnuteľné. Keď sme vystupovali na svetovej folkloriáde v Južnej Kórei, bolo úžasné vidieť toľko súborov na jednom mieste.
Norika: Ešte mi utkvelo v pamäti, ako som, spievala v Číne na obrovskom námestí, na ktorého koniec ste ani nedovideli. To bol fascinujúci zážitok – naučila som sa spievať po čínsky a presvedčila som organizátorov, že na záver celého festivalu zaspievam v čínštine. Moja pieseň zaznela, ľudia stíchli a začali jemne tlieskať a spievať so mnou. Aj teraz mi behá mráz po chrbte, keď si na to spomeniem.

Miro, keď vám niekto povie ako tanečníkovi „zatancujte nám niečo", čo by to bolo?
Norika: Prvé mu napadne „dajte pokoj" alebo „to nemyslíte vážne" (smiech).
Miro: Tanca mám dosť na tréningoch, takže inak sa mu dosť vyhýbam (smiech). Ale najradšej mám goralskú tanečnú oblasť.
Norika: Musím potvrdiť, to mu aj spevácky ide výborne, tam sa prejaví jeho vysoký hlas.

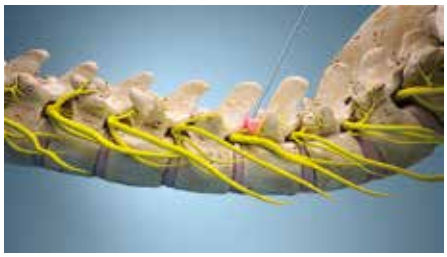
A vás, Norika, keď niekto požiada, aby ste niečo zaspievali, čo vám prvé napadne?
Miro: To môžem aj ja odpovedať – Norika je najznámejšia piesňami z Liptova, z Važca.
Norika: Dobre povedal. Najtypickejší je pre mňa určite Važec, ale aj pijácke z východu, piesne zo Záhoria mi idú. Mám rada ale všetky žánre, nielen folklór. Uplynulých desať rokov sa venujem aj šansónu, jazzu a muzikálovým veciam. Zatiaľ som ale nepozerala časy konkurzov do muzikálov, ale čím ďalej, tým viac, ma to láka.
Miro: Tak to mi zasa pribudne výčitka, že kvôli mne si nešla do toho a toho muzikálut, toto ma určite čaká (smiech).
Norika: Ja som od malička chcel byť speváčka, chcela som ísť na konzervatórium a nič iné som nepripúšťala. Ale zlom nastal vo ôsmej triede, kedy mohli od nás z triedy len dvoch vybrať na gymnázium a mňa vybrali. Ja som nechcela ísť, ale rodičia ma aj tak napokon dali na gymnázium. Potom sa mi zdalo, že som už stará na konzervatórium a preto niekedy rozmýšľam, že ktovie aké by to bolo, keby som na konzervatórium vtedy išla.
Miro: Možno by si bola operná speváčka.
Norika: Možno operná, možno muzikálová, možno by som bola herečka, kto vie. ...

Miroslava Štrosová
Foto: archív M.K.

Proti bolesti chrbta intervenčnou liečbou

Ak patríte k tým, ktorých zmáha nepríjemná bolesť chrbta, nezúfajte. Počuli ste už o intervenčnej liečbe bolesti? Jedná sa o miniinvazívne zákroky, ktoré vás bolesti chrbta za okamih zbavia. Takáto liečba predstavuje ideálne riešenie pre tých, ktorí ešte nepotrebujú zložitú operáciu v nemocnici, alebo sa jej boja, alebo im nepomáhajú ani fyzioterapeutické cvičenia či iné konzervatívne metódy.

Intervenčnej liečbe bolesti chrbta sa v poslednej dobe venuje čím ďalej, tým väčšia pozornosť. Prečo? Pomáha totiž trvalo vyriešiť komplikované a chronické bolesti, ktoré dlhodobo znepríjemňujú život, ba často sú i príčinou psychickej nepohody. Zbaviť sa bolesti je pritom také jednoduché. Miniinvazívne zákroky trvajú len pár minút. Navyše umožňujú pacientovi hneď po ich vykonaní odísť domov, pretože sa robia ambulantne a v lokálnej anestézii. Rekonvalescenčná doba je v porovnaní so štandardnými operáciami zlomková a úspešnosť obrovská. Intervenčným zákrokom predchádzajú intervenčné diagnostiky. Tie majú za úlohu presne odhaliť zdroj bolesti, aby ho následne mohli lekári efektívne odstrániť.



Lekári v prvom rade testujú najrôznejšie nervy v okolí chrbtice a kĺbov, ktoré môžu spôsobovať bolesť. Pacientovi zavedú analgetikum k nervu, ktorý pravdepodobne vysiela bolestivé signály do mozgu. Ak bolesť utíchne, znamená to, že príčina bolesti bola odhalená. Takéto blokády nervov sú, žiaľ, len dočasným riešením utíšenia bolesti. Slovenským pacientom sa doposiaľ bežne stávalo, že sa im na nejaký čas uľavilo, no potom museli zákrok podstúpiť znovu. V horšom prípade bolesť neustúpila vôbec, ani po podaní analgetika. Príčinou býva práve jeho nepresné podanie. Nový rozmer liečby bolesti priniesla až sieť kliník špecializovaných na intervenčnú diagnostiku, ktorá tieto zákroky vykonáva pod kontrolou RTG alebo ultrazvuku. *„Všetky výkony uskutočňujeme podľa svetových štandardov intervenčnej liečby bolesti pod kontrolou RTG alebo ultrazvuku, takže presne vidíme, či sme na správnom mieste. Ak pacient pocíti úľavu od bolesti, vieme, že práve daný nerv alebo kĺb je problémový. Potom môžeme zdroj ťažkostí odstrániť ďalšími metódami, ktoré prinesú definitívnu úľavu od bolesti. Napríklad dokážeme nervy spôsobujúce bolesť cielene*

odstrániť pomocou tepla prostredníctvom intervenčnej ihly,“ hovorí MUDr. Martin Griger, vedúci lekár novootvoreného pracoviska siete EuroPainClinics v Bratislave, ktoré sa u nás ako jediné špecializuje priamo na intervenčnú diagnostiku a intervenčnú liečbu bolesti.

V prípade podozrenia, že bolesť vychádza z medzistavcovej platničky, vykonajú lekári diagnostiku, ktorá sa nazýva provokačná diskografia. *„Pri diagnostike zavedieme do platničky pod kontrolou RTG pomocou ihly pod tlakom kontrastnú látku. Ak pacient zacíti bolesť podobnú tej, ktorá ho bežne trápi, máme istotu, že sme našli zdroj bolesti. Narušenú platničku potom môžeme opraviť napríklad unikátnou metódou* ***Disc-FX****, kedy laicky povedané poškodenú časť platničky odstránime a malé nervy spôsobujúce bolesť zlikvidujeme pomocou tepla. Celý zákrok sa vykonáva ambulantne, pri vedomí a nástroje sa zavádzajú použitím silnejšej ihly. Pacient odchádza zhruba po hodine domov,“* dodáva MUDr. Griger.

Unikátnou diagnosticko-terapeutickou metódou je aj **epiduroskopia**, pri ktorej lekári zavedú do kanála chrbtice pacientovi malú kamerku. Môžu sa tak nielen presne pozrieť na zdroj bolesti, ale zároveň sú schopní podať lieky priamo do miesta postihnutia, alebo odstrániť laserom nervy vysielajúce bolesť. *„Vďaka epiduroskopii máme možnosť počas jedného zákroku pacienta vyšetriť, a zároveň ho aj zbaviť bolesti. Pacient sa tak nemusí objednávať na ďalší zákrok, liečba je šetrnejšia a rýchlejšia. V západných krajinách je táto metóda už rozšírená. Na Slovensku a v Čechách ju vykonáva len sieť kliník EuroPainClinics,“* vysvetľuje MUDr. Griger.

Okrem zmieňovaných základných výkonov, metódy Disc-FX a epiduroskopie existujú i ďalšie intervenčné zákroky, ktoré môžu bolesti chrbta natrvalo odstrániť. Tieto mini zákroky môžu ľuďom pomôcť aj v tom, že už nebudú musieť užívať toľko liekov proti bolesti. Podľa NCZI (Národné centrum zdravotníckych informácií) sa iba za prvý kvartál minulého roka predalo skoro 372 000 ks Ibuprofenu, takmer 354 000 ks Paralenu a takmer 183 000 ks Acylpyrínu.

MUDr. Martin Griger, lekár - špecialista na liečbu bolesti
Je odborníkom v intervenčnej liečbe bolesti vykonávanej pod röntgenologickou a ultrazvukovou kontrolou. Bohaté skúsenosti v intervenčnej algeziológii, z ktorej má absolvovanú špecializačnú skúšku, nadobudol počas dlhodobého pôsobenia v írskych nemocniciach. Je certifikovaný anestéziológ, intenzivista a špecialista na liečbu bolesti nielen na Slovensku ale i v Českej republike a Írsku. Momentálne je vedúcim lekárom na klinike EuroPainClinics v Bratislave, kde zastáva prestížnu funkciu v odbore liečby bolesti.

O sieti kliník EuroPainClinics® (EPC):
Sieť nezávislých zdravotníckych zariadení EPC sa špecializuje na intervenčnú diagnostiku bolesti a liečbu bolesti. Ponúka riešenia pacientom, ktorých trápia bolesti chrbta, ale aj jedincom trpiacim inými typmi bolestí. Tím odborníkov so skúsenosťami zo zahraničia poskytuje pacientom moderné diagnostické a terapeutické výkony, ktoré prinášajú úľavu od bolesti hlavy a chrbta, viscerálnej bolesti či neuropatickej bolesti. Kliniky sú prístrojovo najlepšie vybavenými zariadeniami intervenčnej liečby bolesti na Slovensku a v Českej republike. Pracoviská EPC sa u nás nachádzajú v Bratislave, Bardejove a Košiciach. Ich cieľom je pacientom uľaviť od bolesti, znížiť užívanie liekov a umožniť im návrat do aktívneho života.

EuroPainClinics clever healthcare

www.europainclinics.com

Nové pracovisko EuroPainClinics v Bratislave:

Vila Magma EPC, 1. poschodie, Rusovská cesta 19, 851 01 Bratislava
Vedúci lekár: MUDr. Martin Griger, Consultant in Pain Medicine (špecialista na liečbu bolesti)
Pacienti sa môžu objednať:
- **telefonicky na 0948 404 593**
- **e-mailom na: recepce@europainclinics.com**

Ďalšie pracoviská EuroPainClinics na Slovensku:

R-Clinic EPC, Jiráskova 16, 085 01 **Bardejov**
Vedúci lekár: MUDr. Robert Rapčan, FIPP, Consultant in Pain Medicine (špecialista na liečbu bolesti)

Poliklinika Terasa, Toryská 1, 04011 **Košice**
Vedúci lekár: MUDr. Robert Rapčan, FIPP, Consultant in Pain Medicine (špecialista na liečbu bolesti)

Zľavový kupón

Zbavte sa bolesti chrbta

EuroPainClinics clever healthcare

Zľava 20 EUR
na použitie RTG prístroja

Platí do 30.4.2015 v priestoroch kliniky EuroPainClinics v Bratislave (Vila Magma, Rusovská cesta 19)
Kontakt: 0948 404 593

inzercia

Rybári na suchu

Každú sobotu sa telocvičňa Základnej školy Kulíškova zmení na pomyselný rybník. Techniku nahadzovania tu trénujú športoví rybári.

Je deväť hodín v sobotu ráno a v telocvični základnej školy Kulíškova to žije. Svoj pravidelný zimný tréning tu majú mladí športoví rybári. Nahadzujú ako tí klasickí, ale s rozdielom, že ich cieľom nie je úlovok, ale trafiť so záťažou do stredu plachty či terča. *„Pri tomto športe je dôležité najmä zachovanie pokoja, aj keď sa človeku nedarí. Treba vždy dodržať techniku hádzania a mať mušku. Na tréningu sa učíme všetky spôsoby nahadzovania, ktoré sa môžu objaviť na súťaži napríklad zospodu, z vrchu či zo strán,“* objasnil princípy techník nahadzovania asistent trénera Jozef Gaál.

Z rodinnej tradície majster Slovenska

Za každý zásah terča rybári získajú päť bodov, pokusov majú dvadsať. Bodovanie plachty je podobné ako pri streľbe z pušky, teda stred je za desať a každý zásah o kúsok ďalej má vždy o dva body menej. Takto to približne vyzerá aj na súťaži v technike nahadzovania udice. *„Môj dedo je rybár, otec tiež a aj mamina, takže lásku k udici mám v génoch. Tento šport je náročnejší ako klasické rybárčenie. Tu musíte nahadzovať na terč a aj ho trafiť, aby ste získali čo najviac bodov, pričom pri klasickom rybolove je to jedno,“* porovnala oba druhy rybolovu Vanesa Staršicová. Výhodou správnej techniky nahadzovania, ktorú sa deti učia počas tréningov, je aj ich použiteľnosť v klasickom rybolove. Vedia sa tak napríklad lepšie vyhnúť prekážkam, ako napríklad konáre, bez toho, aby sa im vlasec do nich zamotal. No často je postup presne opačný - skôr ako niekto začne s tréningom rybolovnej techniky, „namotá sa“ na klasickú rybačku. *„Mňa už od malička dedo brával so sebou na ryby. Keď som mal približne osem rokov, po prvýkrát som videl takýto tréning, neodolal som a vyskúšal som si to. No a teraz sa venujem technike nahadzovania už desať rokov,“* opísal svoju vášeň k nahadzovaniu na suchu Erik Benko, ktorý vlani v hode so záťažou na plachtu získal bronz na majstrovstvách sveta a je aj majstrom Slovenskej republiky.

Majstri koncentrácie

Podľa asistenta trénera Jozefa Gaála naučiť sa správnu techniku nahadzovania trvá minimálne rok tak, aby z desiatich pokusov až deväť bolo zásahov terča alebo plachty. *„Ja preferujem skôr hod so záťažou na terč, no musím to ešte doladiť. Pri tomto športe naozaj platí, že tréning robí majstra. Nahadzovanie si vyžaduje najmä koncentráciu, cvik a aj určitú silu v rukách,“* objasňuje základy víťazstva športový rybár Ján Gaál. *„Keď nahadzujeme tu v hale, je to ľahšie, pretože tu počasie nezohráva žiadnu rolu. No väčšina súťaží je v teréne a tam už treba dopredu rátať aj s vetrom,“* vysvetlil Erik Benko.

Marianna Šebová
Foto: autorka

Cestuješ a píšeš?

Sadá ti prach na zápisky z cestovania?
Píšeš scenáre zo svojich ciest a potuliek?
Založil si blog alebo si vydal svoju tvorbu?

Neváhaj a ozvi sa do 19.4. 2015 na email ***adriana.adamovska@kniznica-ruzinov.sk*** *a predstav publiku svoje literárne dojmy či fantázie z cestovania.*

Cestujem a píšem
3. júna 2015 o 16:00 v DK Ružinov

Organizátor: Knižnica Ružinov

Nohy v teple

Prvé tohtoročné výletné kroky ružinovských seniorov smerovali do tepla. To našli na termálnom kúpalisku Flexum v neďalekom maďarskom Mosonmagyaróvári. Za päť eur sa na jednodenný zájazd dostalo sto seniorov. Výlet si spestrili návštevou čokoládovne v rakúskom Kittsee. Ak vám vyhovujú aktívnejšie zájazdy, do 13. marca 2015 sa seniori môžu prihlásiť na výlet do veľkonočnej Viedne, ktorého súčasťou bude aj návšteva múzea Sisi, čo je novinkou v ponuke pre seniorov z Ružinova.

Nové reštaurácie pre seniorov

Do ponuky reštaurácií, v ktorých môžu ružinovskí seniori využívať spoločné stravovanie s príspevkom od mestskej časti Ružinov, pribudli dve reštaurácie – Hostinec u Justína na Záhradníckej ulici a Naša hospoda na Galvaniho ulici. Aktuálne je v Ružinove 17 zmluvných jedální, ktoré poskytujú stravovanie pre seniorov. Zverejnené sú na internetovej stránke **www.ruzinov.sk** aj s cenou obeda.

Mestská časť Bratislava - Ružinov
organizuje

ZÁJAZD PRE SENIOROV

VEĽKONOČNÁ VIEDEŇ

30. marec 2015

Program
- návšteva Čokoládovne v rakúskom meste Kittsee
- návšteva veľkonočných trhov v areáli zámku Schönbrunn spojená s výkladom
- prehliadka Sisi múzea v zámku Habsburgovcov a historickej časti mesta Viedeň
- nákupy v Hainburgu
- príchod do SR vo večerných hodinách

Odchod: 8:00 hod. z parkoviska Miestneho úradu, Mierová 21

Poplatok:
- Účastník zájazdu v autobuse hradí 5 EUR
- Pri dôchodku nad 525,20 EUR možnosť ísť ako samoplatca

Prihlasovanie:
Do 13.3.2015 na Miestnom úrade MČ Bratislava - Ružinov, Mierová 21

Podmienky účasti:
- nepracujúci senior s trvalým pobytom v Ružinove
- potvrdenie o výške dôchodku do 525,20 EUR/osoba
- platný OP iba vo forme identifikačnej karty alebo platný cestovný pas
- európsky preukaz zdravotného poistenia

V prípade vyššieho záujmu ako je plánovaný počet účastníkov zájazdu, prebehne losovanie prihlásených seniorov spĺňajúcich podmienky účasti

Ďalšie informácie: Referát sociálnych služieb MiÚ Bratislava - Ružinov na tel. č.: 02/ 48 284 285

Výrok: Horatius	SKLADISKO	KORALOVÉ OSTROVY	ÚDER NOHOU	STARO-GRÉCKY BAJKÁR		OKÚZLIL	EČV ŠALE	ARITHM. LOGIC UNIT (SKR.)	SAKE VELES OPOLE ARUBA	POĽSKÉ MESTO	DEŇ V TÝŽDNI	ZVÄZOK RAŽDIA	VYCHOVÁ-VATEĽKA	OSTRÝ PRÍZVUK
KVÔLI (ANGL.)					BODAVÝ HMYZ / ÚTOK				POSTAVA					
1. ČASŤ TAJNIČKY									VODNÝ TOK / ZNAČKA RÁDIA					
DRINA (EXPR.)							4. ČASŤ TAJNIČKY / PASCE							
ZNAČKA HLINÍKA			OKRASNÁ ZÁHRADA / RÍMSKYCH 1549					STÚPENEC ALOPATIE / PRIKRÝVKA NA STÔL						
KAD				KILOGRAM / NÁDOBA PRI STUDNI					KÓD ETIÓPIE / HRIADEĽ			2. ČASŤ TAJNIČKY	ORANIE	MADRIDSKÝ ŠPORTOVÝ KLUB
	OPOJ ALKO-HOLOM	PRED-LOŽKA / SEVERSKÝ KOPYTNÍK			PRETOŽE / RÍMSKY POZDRAV					RÍMSKY BOH LÁSKY / SKR. TABU-LÁTORA				
LISTNATÝ STROM						ČASŤ RUKY / RÍMSKYCH 49					PLOŠNÉ MIERY / KARTÁR-SKY VÝRAZ			
3. ČASŤ TAJNIČKY									OSTROVNÝ ŠTÁT					
INVESTIČNÁ BANKA (SKR.)			SLOVAN-SKÝ BOH STÁD						UTEKAL					

Súťažte o knihu **Pán Mercedes od Stephena Kinga** ktorú jednému z úspešných riešiteľov krížovky venuje vydavateľstvo IKAR. Pošlite správne znenie tajničky do 18.3. 2015 emailom na adresu echo@ruzinov.sk alebo poštou na adresu Ružinovské ECHO, Mierová 21, 827 05 Bratislava. Uveďte svoje meno, adresu a telefonický kontakt. Jeden z vás sa stane majiteľom tejto novej knižnej publikácie. Výhercu zverejníme v RE 4/2015. Správne znenie tajničky z RE 12/2014: Negramotní musia diktovať. Knihu Syn od autora Jo Nesbø vyhráva Štefan Fábik zo Starých záhrad. Blahoželáme.

Kuštárovci rozospievali seniorské publikum

Slovenské a české evergreeny kapely Kuštárovci ovládli koncom februára veľkú sálu Domu kultúry Ružinov. Táto populárna skupina sem prilákala okolo 400 seniorov. Kuštárovci vystúpili aj so speváčkou Luciou Turiničovou . Diváci si vypýtali niekoľko prídavkov.

Kuštárovci - zatiaľ najúspešnejší koncert pre ružinovských seniorov

Počítačové objavy

Počítačový kurz pre úplných začiatočníkov v seniorskom veku otvorila začiatkom marca Knižnica Ružinov na Miletičovej ulici. Je to ich prvý kontakt s počítačom. *„Moja kamarátka má notebook a vie s ním pracovať a čo som ja horšia?,“* prezradila svoju motiváciu prihlásiť sa na kurz Anna, jedna z jeho účastníčok. Seniori v knižnici získavajú bezplatnú možnosť oboznámiť sa prácou na počítači. Podľa záujmu tu otvoria aj kurz pre pokročilejších seniorských používateľov informačných technológií. Kto sa na tieto kurzy nedostane, bude mať možnosť navštevovať počítačové kurzy, ktoré mestská časť Ružinov pripravuje na jún tohto roka s firmou Lenovo.

Marianna Šebová
Foto: autorka

Základná organizácia Jednoty dôchodcov na Slovensku Bratislava 2 - Zimná 1

pozýva na hodnotiacu členskú schôdzu ZO JDS Zimná 1

23. marca 2015 o 14:30 h

v malej sále Domu kultúry Ružinov

Program:
1. Otvorenie
2. Správa o činnosti ZO JDS Zimná 1 za tri roky
3. Správa o hospodárení za rok 2014, návrh rozpočtu na rok 2015, stanovisko RK
4. Návrh plánu činnosti na rok 2015
5. Diskusia
6. Voľba členov výboru ZO, RK a delegátov na snem
7. Návrh na uznesenie
8. Príhovor jubilantom a ocenenie
9. Záver

Tešíme sa na Vašu účasť. Nezabudnite si priniesť členský preukaz.

Základná organizácia Jednoty dôchodcov na Slovensku Bratislava 2- Štrkovec

pozýva na výročnú hodnotiacu schôdzu

26. marca 2015 o 14:30 h

v Dome kultúry Ružinov, 1. poschodie sála č. 271

Program:
1. Otvorenie schôdze
2. Kultúrny program ZUŠ sv. Cecílie
3. Správa o činnosti ZO JDS Štrkovec
4. Kooptovanie do výboru členku Mgr. Jarmilu Karasovú
5. Správa o hospodárení za rok 2014 a rozpočet na rok 2015
6. Správa revíznej komisie za rok 2014
7. Uznesenie
8. Diskusia
9. Záver

Tešíme sa na vašu účasť. Nezabudnite si priniesť členský preukaz.

Už to nepotrebujete?

Našli ste doma pri jarnom upratovaní materiál na ručné práce, ktorý už nevyužijete? Napríklad vlnu, bavlnky, látky, nite ...? Prineste ho na Miestny úrad Bratislava – Ružinov, Mierová 21, na útvar pre styk s verejnosťou. Vyzbieraný materiál rozdelíme do ružinovských denných centier pre seniorov, kde ho ruky tvorivých senioriek s radosťou využijú na krúžkoch šikovných rúk.

Akadémia tretieho veku, 6. ročník

Mám 65 +a žijem zdravo

Dom kultúry Ružinov, Ružinovská 28, prízemie

Vstup voľný

18.3. 2015 o 14:30-16:00
PORUCHY SPÁNKU U STARÝCH ĽUDÍ – prednáša MUDr. Tatiana Leitmann, internistka a geriatrička, ŠNOP Záhradnícka 42

15.4. 2015 o 14:30-16:00 ZÁKLADNÉ POSTUPY PRVEJ POMOCI PRI ZÁCHRANE ŽIVOTA – prednáša MUDr. František Špaček , chirurg, UNsP Milosrdní bratia, Nám. SNP 10, Bratislava

13.5. 2015 o 14:30-16:00 AJ STRAVOU SA DÁ CHRÁNIŤ SRDCE – prednáša MUDr. Alžbeta Béderová, CSc., vedúca Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Bratislave

Organizátori:
OO Jednoty dôchodcov Slovenska Bratislava 2, Zimná 2
Regionálny úrad verejného zdravotníctva v Bratislave
Dom kultúry Ružinov
Záštitu nad Akadémiou tretieho veku prevzal starosta MČ Bratislava-Ružinov Dušan Pekár

inzercia

DOM KULTÚRY RUŽINOV

Ružinovská 28, tel.: 02/43 33 05 23

6. 3. o 17.00 **RUŽINOVSKÁ TANČIAREŇ**
zábavno-tanečné stretnutie staršej a strednej generácie

7. 3. o 20.00 **PLES UNIVERZITY TRETIEHO VEKU**

7. 3. o 8.00 - 18.00 **TURNAJ DANUBIA V RIEŠENÍ SUDOKU, KRÍŽOVIEK A HÁDANIEK**

8. 3. o 10.30 **NEDEĽNÉ ROZPRÁVKOVÉ DOPOLUDNIE**
ŠKRIATOK PIATOK, hrá Divadlo BUM-BÁC

10. 3. o 14.00 **KNIŽNÁ REVUE:ŠPORT V LITERATÚRE, LITERATÚRA V ŠPORTE**
Hostia: Pavol Gáborík, autor knihy - Marián Gáborík, Otec teraz to už môžeš vydať a Andrej Miklánek, spoluautor knihy. Moderuje: Dárius Richter, sprievodné slovo Dado Nagy

11. 3. o 10.00 **KNIŽNÁ REVUE: POĎME SA DETI SPOLU HRAŤ A ČÍTAŤ**
S Annou Okapcovou Tyralovou a deťmi z MŠ

11. 3. o 14.00 **KNIŽNÁ REVUE: POĎME SA DETI SPOLU HRAŤ A ČÍTAŤ**
S Annou Okapcovou Tyralovou a deťmi zo ZŠ

11. 3. o 10.00 **STRETNUTIE S JUBILANTMI**
Podujatie pre seniorských jubilantov z Ružinova. Vstup na pozvánky.

12. 3. o 17.00 **RUŽINOVSKÁ TANČIAREŇ**
zábavno-tanečné stretnutie staršej a strednej generácie

13. - 15. 3. o 13.00 – 22.00 h CESTOU - NECESTOU - cestovateľský festival

16. 3. o 19.00 **Marc Camoletti: KTO ZHASOL SVETLO ?**
Hriešna komédia. Účinkujú: Z. Tlučková, M. Kráľovičová, K. Svarinská, J. Koleník, B. Deák, Réžia: Peter MIKULÍK

18. 3. o 13.00 **DIALÓGY** - protidrogové fórum pre žiakov ZŠ

18. 3. o 14.30 **AKADÉMIA TRETIEHO VEKU**
Prednáša: MUDr. Tatiana LEITMANN – geriater, internista

19. 3. o 17.00 **RUŽINOVSKÁ TANČIAREŇ**
zábavno-tanečné stretnutie staršej a strednej generácie

20. 3. - 22. 3. **MEDZINÁRODNÁ VÝSTAVA MAČIEK**

22. 3. o 10.30 **NEDEĽNÉ ROZPRÁVKOVÉ DOPOLUDNIE**
CHLAPČEK SYNČEK, hrá Divadlo JAJA

23. 3. o 19.00 h **ŠTYRIA NA KANAPE** Marc Camoletti: zaručene neverná komédia v réžii E. Kudláča. Osoby a obsadenie: P. Polnišová , E. Horváth, H. Mičkovicová R. Stanke, Ľ. Kostelný

24. 3. o 14.30 **OPERETNÉ MELÓDIE** Koncert pre seniorov z Ružinova, vstup voľný

25. 3. o 18.00 **KONCERT ZUŠ EXNÁROVA KU DŇU UČITEĽOV**

27. 3. o 17.00 **RUŽINOVSKÁ TANČIAREŇ**
zábavno-tanečné stretnutie staršej a strednej generácie

28. 3. o 9.00 – 18.00 **BRATISLAVSKÉ MINERALOGICKÉ DNI**
medzinárodná výstava minerálov, drahých kameňov a fosílií

29. 3. o 10.30 **NEDEĽNÉ ROZPRÁVKOVÉ DOPOLUDNIE**
O SUCHEJ VODE, hrá Divadlo DUNAJKA

PRAVIDELNÉ AKTIVITY

Kalanetika a kondičné cvičenia pre ženy – Po 17:30 – 18:30, Str 17:30 – 18:30, **Pohybová výchova pre deti –** Ut 17:00 – 17:45, Štv 17:00 – 17:45, **Klavír pre deti a dospelých, Zobcová flauta pre deti a dospelých, FS Karpaty –** Po 18:30 – 21:30, Ut 18:00 – 21:30, Str 18:30 – 21:30, Štv 18:00 – 21:30

SPOLOČENSKÝ DOM TRÁVNIKY

Nevädzová 4, Bratislava + 421 2 436 30 594

AVALON – akadémia írskeho tanca, **Elastic – HIP-HOP, Street dance** Po 14:30 – 19:30, Ut 14:30 – 19:30, Str 14:30 – 19:30, Štv 14:30 – 19:30,**Sunflowerstudio – cvičenie Flowin a Joga** Po 17:00 – 21:00, Str 17:00 – 21:00, **Babyfit - cvičenie mamičiek s deťmi** Str 9:00 – 13:30, Štv 9:00 – 13:30, **ZUŠ Prokofievova** – výtvarný a audiovizuálny odbor, **Kurzy kreslenia a výtvarnej výchovy -** Po 13:30 – 18:00, Ut 13:30 – 18:00, Str 13:30 – 18:00, Štv 13:30 – 18:00, Pia 13:30 – 18:00, **Hudobná škola Svetielko Ľudmila Šramová –** hudobné kurzy, klavír, flauta, gitara a spev Po – Pi 15:30 – 20:00, **Angličtina – mierne pokročilí** - Ut 8:00 – 11:00, Štv 8:00 – 11:00, **Arabčina** - Po – Pia 19:30 – 21:15, **Taliančina -** Ut 8:00 – 9:30, Štv 8:00 – 9:30, **Ruština -** Ut 17:00 – 19:00, Štv 17:00 – 19:00

Materské centrum Hojdana

Haburská 2, 02/ 43 63 45 07

11.3. o 10:30 Pekná streda v Hojdane – autorské čítanie rozprávky O snehuliakovi s horúcim srdcom s dialógmi a pesničkami z CD

13.3. o 10:00 – 12:00 hod. Podporná skupina nosenia detí s Karolínou. Téma: porovnanie šatiek. Info: Karolína 0944/353 911 alebo dojcensky.kruh@gmail.com

18.3. o 10:30 Pekná streda v Hojdane: Klaun Pepele - divadielko pre najmenších a ich rodičov . Vstupenky si treba zakúpiť vopred na recepcii Hojdany.

20.3. o 10:30 Múdry piatok v Hojdane: Montessori princípy

25.3. o 10:00 – 12:00 hod. Podporná skupina dojčenia s Karolínou. Info: Karolína 0944/353 911 alebo dojcensky.kruh@gmail.com

27.3. o 10:00 Múdry piatok v Hojdane. Čo možno neviete o očkovaní a imunite – prvý diel prednášky s Ing. Mariánom Fillom, hlavným prekladateľom, komentátorom a správcom stránky www.slobodaVockovani.sk.

28.3. o 10:00-12:30 Veľkonočné radosti - sobotné veľkonočné dielničky pre deti a ich pomocníkov rodičov. Počet prihlásených je limitovaný, vstup iba na vopred zakúpené vstupenky.

31.3. o 9:30-12:00 Veľkonočné dizajnérium - je potrebné sa vopred nahlásiť na recepcii Hojdany alebo na hojdana@stonline.sk

11.4. Jarná burza v Hojdane - burza detského ošatenia, hračiek a športových potrieb v záhrade Hojdany, začiatok o 10.00 hod.

Viac informácií na recepcii MC Hojdana a na **www.hojdana .sk.**

Kostol sv. Vincenta de Paul Tomášikova 8

15.3. o 17.00 Karol Wojtyla: Lúče otcovstva. Celoslovenská premiéra divadelnej hry. Hrá Teatro Colorato Bratislava. Vstup 6 €. Predpredaj vstupeniek v Predajni sv. Vincenta, Tomášikova 8

SPOLOČENSKÝ DOM NIVY

Súťažná 18, tel.: 02/559 60 861

8. 3., 15. 3., 22. 3., 29. 3. o 9.30 ČAS PRE BOŽIE SLOVO

8. 3. 19.00 **KONCERT ORCHESTRA BRATISLAVA HOT SERENADERS**

10. 3. o 18.00 **AKO SPRÁVNE PRIPRAVIŤ A VYCHUTNAŤ ČAJ**
Prednáška pre verejnosť spojená s ochutnávkou čaju. Vstup voľný.

14. 3. o 14.30 **JARNÉ POSEDENIE NA NIVÁCH**
Zábavný program pre seniorské kluby. Organizované podujatie.

24. 3. o 18.00 **TRADIČNÁ ČÍNSKA MEDICÍNA – FYTOTERAPIA**
Prednáška pre verejnosť. Vstup voľný.

25. 3. o 14.15 **FILMOVÉ PREMIETANIE PRE ŠKOLY**

PRAVIDELNÉ AKTIVITY

Joga – Po 17:00 – 20:00, Str 18:30 – 20:00, **DFS Prvosienka** – Ut 16:00 – 19:00, Str 16:00 – 18:00, Štv 16:00 – 19:00, **Portugalčina** – Po 17:30 – 20:00, Ut 18:30 – 20:00, Str 17:30 – 20:00, Štv 18:30 – 20:00, **Španielčina** – Po 7:00 – 8:00, 17:00 – 18:30, Ut 19:00 – 20:30, Str 7:00 – 8:00, 17:00 – 18:30, Štv 8:00 – 9:00, 17:25 – 18:55

SD PRIEVOZ

Kaštieľska 30, 02/43 63 02 30

16. 3. o 14.00 – 16.00 **SPOZNÁVAJ SVET -** vedomostná súťaž pre seniorov

18. 3. o 17.00 - 18.00 **V KRAJINE ROZPRÁVOK -** Dramatizované a ilustrované čítanie rozprávok pre deti

PRAVIDELNÉ AKTIVITY

Pilates – Po 8:00 - 9:30, 9:30 - 11:00, 17:00 - 18:00, 18:30 – 19:30, Štv 8:00 - 9:30, 9:30 - 11:00, 17:00 - 18:00, 18:30 – 19:30, **Joga** – Ut 16:00 – 17:30, 17:45 - 19:15, Str 9:00 - 10:30, 17:15 - 18:45,19:00 – 20:30, **Zdravotné cvičenie pre seniorov –** Štv 14:30 – 16:30, **Cvičenie na chrbticu** – Po 19:30 – 20:30, Ut 18:30 – 19:30, Str 18:00 – 20:30, **Orientálne tance –** Ut 18:00 – 21:00, **Výtvarné dielne TOP ART pre deti a dospelých –** Po 15:00 – 18:00, Ut 16:00 – 18:00, Str14:30 – 18:00, Štv 15:00 – 18:00, **Výtvarné dielne ECO LINE pre deti –** Štv 17:00 – 18:00, **Šachový krúžok -** Ut 16:00 – 20:00, **DFS Trávniček –** Po 15:30 – 19:30, Štv 15:30 – 19:30, **FS Lipa -** Po 17:30 – 18:30, **Denné centrum pre seniorov –** Po, Ut, Str 13:30 – 17:00, **Chránená dielňa Donna Rosi - krajčírske služby** – Po-Pia 8:00 – 14:00

KINO Nostalgia NIVY — SD Nivy, Súťažná 18

6.3. o 18:00 ASTERIX: SÍDLO BOHOV. 3D / DETSKÉ PREDSTAVENIE. Alexandre Astier a Louis Clichy, Fr., 2014, 85 min., 3D, slov. dabing, MP, 4.50/5.50 €

6.3. o 19:30 DIVOČINA. Jean-Marc Vallée, USA, 2014, 115 min., 2D, angl. ver., tit., MN, 3.50/4.00 €

7.3. o 17:30 CHAPPIE. Neill Blomkamp, USA/Mexiko, 2015, 114 min., 2D, angl. ver., tit., MP, 3.50/4.00 €

7.3. o 19:30 ROZHÝB TO! Hella Joof, Dán./Nem., 2001, 97 min., 2D, dán. ver., tit., MN, 3.50/4.00 €

11.3. o 19:30 HOLUB SEDEL NA KONÁRI A PREMÝŠĽAL O ŽIVOTE. Roy Andersson, Švéd./Nór./Nem./Fr., 2014, 99 min., blu-ray, švéd.-angl. ver., tit., MN, 3.50/4.00 €

12.3. o 19:30 BIG EYES. Tim Burton, USA, 2014, 106 min., 2D, angl.-fr.-tal. ver., tit., MP, 3.50/4.00 €

13.3. o 18:00 DVA DNI, JEDNA NOC. Jean-Pierre Dardenne a Luc Dardenne, Fr./Belg./Tal., 2014, 95 min., 2D, fr.-arab. ver., tit., MP, 3.50/4.00 €

13.3.o 19:45 TEÓRIA VŠETKÉHO. James Marsh, Brit., 2014, 123 min., 2D, angl.-fr. ver., tit., MP, 3.50/4.00 €

14.3. o 18:00 TAKMER DOKONALÝ. Hella Joof, Dán., 2012, 100 min., 2D, dán. ver., tit., MN, 3.50/4.00 €

14.3. o 20:00 STOROČNÝ STARČEK, KTORÝ VYLIEZOL Z OKNA A ZMIZOL. Felix Herngren, Švéd., 2013, 114 min., dvd, švéd.-nem.-angl.-špan.-fr.-rus. ver., tit., MP, 3.00/3.50 €

18.3. o 19:30 KRÁĽOVSKÁ AFÉRA. Nikolaj Arcel, Dán./Švéd./ČR, 2012, 130 min., 2D, dán.-angl.-nem.-fr. ver., tit., MN, 3.50/4.00 €

19.3. o 19:30 NICK CAVE: 20 000 DNÍ NA ZEMI. Iain Forsyth a Jane Pollard, Brit., 2014, 95 min., 2D, angl. ver., tit., MN, 3.50/4.00 €

20.3. o 18:00 REZISTENCIA. Robert Schwentke, USA, 2015, 120 min., 2D, angl. ver., tit., MP, 3.50/4.00 €

21.3. o 17:00 CHLAPČENSTVO. Richard Linklater, USA, 2014, 163 min., 2D, angl.-špan. ver., tit., MN, 3.50/4.00 €

21.3. o 20:00 GRANDHOTEL BUDAPEŠŤ. Wes Anderson, USA/Nem., 2014, 100 min., 2D, angl. ver., tit., MP, 3.50/4.00 €

25.3. o 19:30 LEVIATAN. Andrej Zvjagincev, Rus., 2014, 140 min., blu-ray, rus. ver., tit., MN, 3.50/4.00 €

26.3. o 19:30 HON. Thomas Vinterberg, Dán., 2012, 111 min., 2D, dán.-angl. ver., tit., MN, 3.50/4.00 €

27.3. o 18:00 ASTERIX: SÍDLO BOHOV. 3D / DETSKÉ PREDSTAVENIE . Alexandre Astier a Louis Clichy, Fr., 2014, 85 min., 2D, slov. dabing, MP, 3.50/4.00 €

27.3. o 19:30 ČO SME KOMU UROBILI? Philippe de Chauveron, Fr., 2014, 97 min., 2D, fr. ver., tit., MP, 3.50/4.00 €

28.3. o 19:45 ZELENÍ MÄSIARI. Anders Thomas Jensen, Dán., 2003, 100 min., dvd, dán. ver., tit., MN, 3.00/3.50 €

elledanse Miletičova 17/B

6.3. o 20:00 MAMA MA MÁ _ _ _ _/ elledanse
Činoherné autorské predstavenie. Päť osobných výpovedí o mieste našich matiek v dnešnom svete, v našom živote.

13.3. o 20:00 Vydláždený život / elledanse
Päť tanečníkov hovorí o spôsobe fyzického života, aký vedieme na začiatku 21. storočia.

22.3. o 20:00 Choreographic Factory a Improjam / elledanse
Večer súčasného tanca. Priestor pre tvorbu a sebarealizáciu mladých začínajúcich choreografov a tanečníkov.

27.3. o 20:00 POLARITY / Andrea Bučko
Koncert osobných skladieb z nového albumu. Spontánne zachytáva intímne nálady, pády i vzostupy určitého obdobia autorky. Mnoho podôb jedného citu v jedinečnom podaní.

28.3. o 20:00 Quadrans / elledanse
Tanečné predstavenie. Nekonečný vzťah muža a ženy v ironicko – sarkastickej podobe. Uvádzame tretiu časť.

29.3. o 17:00 Dancing Puzzle Kids / elledanse
Komponovaný tanečný program, kde malí tanečníci prezentujú vybrané choreografie. Deti do 15 rokov vstup voľný.

Súťažte s elledanse!

Súťažte o 2x2 vstupenky na predstavenie **Quadrans (28.3. o 20:00)**. Pošlite do 20.3. 2015 email na adresu echo@ruzinov.sk s heslom "Súťaž elledanse", uveďte svoje meno, adresu, telefonický kontakt.