

FOTO: LUKÁŠ PŠENČÍK

## ONDREJSKÝ JARMOK OTVORILI DIVADELNOU SCÉNKOU A ĽUDOVOU HUDBOU

Breznianske námestie a príslahlé ulice sa opäť zmenili na jarmočisko. Centrum mesta sa zaplnilo stánkami so všakovakým tovarom, remeselníckymi výrobkami, všade navôkol sa šírila vôňa chutných špecialít, vareného vína či medoviny.

Trhy v akomkoľvek období majú jedno spoločné – všeobecnú obľúbenosť. Jarmoky tak, ako kedysi, aj dnes, priťahujú návštevníkov najmä pre svoju nevšednú atmosféru a sú skôr spoločenskou udalosťou.

### Tovaru bolo od výmyslu sveta

Ondrejský jarmok v Brezne, ako jeden z posledných na Slovensku, si zapísal už 531. ročník. Brezňania, Horehronci, ako aj návštevníci z rôznych kútov Slovenska si opäť prišli na svoje, aj keď vo štvrtok po-

časie vôbec neprialo. Ulicami mesta sa šírila vôňa vareného vína, medoviny či čerstvo pečenej klobásy, sladkých trdelníkov, poplamúchov, v ponuke bola aj tohtoročná novinka trhané palacinky. Remeselníci ponúkali rôzne výrobky, či už drevené, kožené, zo skla, šperky, ale aj bábky, olejomalby, keramiku, včelie produkty, kožušiny, medovníkové srdiečka s rôznymi nápismi. Núdzba nebola ani o všakovaký spotrebný tovar od výmyslu sveta, veď do Brezna od 28. do 30. novembra za-

vítalo takmer 240 trhovníkov z rôznych kútov Slovenska, ale aj spoza hraníc, z Čiech, Poľska, z Maďarska, dokonca jeden aj z Talianska.

### Na zohriatie hrali aj spievali

Tento rok jarmok v piatok podvečer otvorili kultúrnym programom na hlavnom pódiu. Vystúpil Divadelný súbor Jána Chalupku s tematicky ladenou scénkou, k skvelej atmosfére tiež prispela ľudová hudba Kučeravý javor.

Najveselším a najrušnejším

dňom býva už tradične sobota. A tak tomu bolo aj tento rok. V mestskom parku pri kostole ponúkali zabíjačkové špeciality, o výbornú náladu sa starala ľudová hudba Náтура z Brezna, na zohriatie hrala a spievala aj mužská spevácka skupina Krnohári.

Počas troch dní si na svoje prišli aj deti s rodičmi, ktorí si mohli vyskúšať adrenalínové jazdy na kolotočoch, umiestnené na severozápadnej strane námestia.

(md)

Kto môže v MHD cestovať zadarmo?



STRANA 2

Zem z masového hrobu poputuje do Ruska



STRANA 3

Brezno má svojho Arnolda



STRANA 7



# Ak máte nárok na cestovanie v MHD zadarmo, vybavte si dopravnú kartu Obyvateľ mesta Brezno

Niektorí Brezňania môžu mestskú hromadnú dopravu využívať zadarmo. Podmienkou je trvalý pobyt v Brezne a žiadne podlžnosti voči mestu. Bezplatné cestovné je viazané na použitie dopravnej karty Obyvateľ mesta Brezno. Na jej vybavenie potrebujete aj potvrdenie, ktoré nájdete na stránke mesta Brezno, alebo ho získate na oddelení daní a poplatkov v budove mestského úradu.

Od septembra tohto roka v meste funguje ďalšia pozitívna novinka.



ILUSTRÁČNÉ FOTO: LUKÁŠ PŠENČÍK

## Kto nemusí platiť

Od platieb za cestovné sú oslobodené deti, žiaci a študenti základných a stredných škôl či vysokých škôl v dennej forme štúdia do získania vysokoškolského vzdelania druhého stupňa, najneskôr do dovŕšenia 26. roku veku, držiteľia preukazu ŤZP a ŤZP-S, sprievodca držiteľa ŤZP-S (vrátane vodiaceho psa pre slepcov), držiteľia preukazu Darca krvi (držiteľ Zlatej Jánskeho plakety, Diamantovej Jánskeho plakety a Kňazovického plakety), dôchodcovia, poberatelia invalidných dôchodkov s výnimkou čiastočne invalidných dôchodkov, preprava zvierat (pes, mačka), osoba s detským

kočíkom či invalidný vozík, batožina s väčšími rozmermi 50x80x120 cm.

Ako informoval primátor Tomáš Abel, podmienkou využívania bezplatnej prepravy MHD je trvalý pobyt v Brezne a žiadne podlžnosti voči mestu.

## Aké doklady potrebujete

Bezplatné cestovné je viazané na použitie dopravnej karty Obyvateľ mesta Brezno. Na jej vybavenie je žiadateľ povinný navštíviť dopravnú kanceláriu na Železničnej ulici 2 v Brezne, v budove železničnej stanice. Predložiť treba platný občiansky preukaz s trvalým pobytom na území mesta Brezno, fotografiu s rozmerom 3,5 x

2,5 cm, ktorá zodpovedá súčasnej podobe žiadateľa, ako aj potvrdenie na účely nadobudnutia zľavovej karty na rok 2020 s platnosťou do 31. 12. 2020. Tlačivo získate na stránke mesta [www.brezno.sk](http://www.brezno.sk) a na oddelení daní a poplatkov v budove Mestského úradu Brezno – kancelárie č. 3 a 4, kde vám potvrdia, že máte trvalý pobyt v Brezne, zaplatenú daň z nehnuteľností, poplatok za komunálny odpad či daň za psa alebo užívanie verejného priestranstva, jednoducho, či nemáte voči mestu iné neuhradené záväzky po lehote splatnosti (popríklad z nájmu majetku, bytu, predaja majetku a pod.). V prípade zľavovej karty pre deti, toto

potvrdenie musí zdokladovať zákonný zástupca dieťaťa.

## Platnosť karty je jeden rok

Po predložení potrebných dokladov žiadateľovi v dopravnej kancelárii vydajú dopravnú kartu Obyvateľ mesta Brezno a do jej čipu zapíšu nárok na bezplatnú prepravu s platnosťou na 365 dní (pri študentoch do konca septembra po ukončení príslušného školského roka).

„V prípade, že cestujúci chce využívať bezplatnú dopravu aj naďalej, musí opätovne požiadať o nový zápis nároku na bezplatnú prepravu do čipu dopravnej karty. Nárok mu bude priznaný až

po opätovnom overení trvalého pobytu a platnosti príslušného preukazu resp. potvrdenia,“ povedal primátor.

## Mesto podporuje cestovanie v MHD

Dopravnú kartu Obyvateľ mesta Brezno je možné uplatniť si na existujúce dopravné karty vydané dopravcom. „Cestujúci je povinný sa pred prepravou bezprostredne po nastúpení do vozidla dopravcu riadne zaevidovať priložením dopravnej karty k elektronickému čítaciemu zariadeniu, resp. po splnení podmienok pre uplatnenie bezplatného cestovného požiadať vodiča o zaevidovanie sa v preprave. Cestovným dokladom z danej prepravy vodič autobusu cestujúcemu vytlačí evidenčný cestovný lístok s nulovou hodnotou.

Mesto túto službu ľuďom navyše plánuje ponechať dlhodobu. „Týmto krokom chceme nielen podporiť cestovanie čo najširšej verejnosti mestskou hromadnou dopravou, aby sa čo najviac obmedzil pohyb áut na území mesta, ale aj domácnostiam ušetriť rodinný rozpočet. Dúfam, že ľudia túto novinku uvítali a boli by sme radi, keby sa záujem našich obyvateľov o cestovanie v MHD zvýšil,“ dodal za záver primátor Tomáš Abel. (md)

## Brezno má nového náčelníka. Je to expolicajt

Na mimoriadnom zastupiteľstve, ktoré zvolal primátor na 20. novembra, poslanci opäť riešili poplatky za stravu v škôlkach, novú súťaž na výstavbu bytového domu na ŠLN a menovali aj nového šéfa mestskej polície.

Približne dvojhodinové rokovanie sa už tradične zaoberalo bez rozsiahlejších diskusií.

### Mestskú políciu povedie Július Štulajter

Primátor Brezna Tomáš Abel hneď v prvom bode programu predložil prítomnej dvadsiatke poslancov návrh na vymenovanie nového náčelníka mestskej polície. Na základe výsledkov vyhláseného výberového konania, ktoré sa uskutočnilo deň pred

zastupiteľstvom, odporučil s účinnosťou od 25. novembra vymenovať do tejto funkcie Júliusa Štulajtera. „Požiadal som ho, aby nastúpil čím skôr, pretože sa nám blíži vianočné obdobie, kde máme viacero podujatí,“ zdôvodňoval tempo procesu primátor.

Július Štulajter pracoval v Policajnom zbore, čo bolo aj jednou z podmienok výberového konania, dovedna 25 rokov. Osem rokov viedol obvodné oddelenie a neskôr sa stal šéfom odboru poriadkovej polície na okresnom riaditeľstve. Podľa neho má mestská polícia všetky predpoklady na to, aby fungovala správne, rezervy však vidí v metodickú a odbornej príprave, ako aj komunikačných zručnostiach policajtov, čo plánuje zlepšiť. Ako sám uviedol, potrebuje ale určitý

čas na doplnenie stavov, takže dovedy bude mestská polícia fungovať v núdzovom režime.

### Rodičom škôlkarov odpustili poplatok

Aj napriek tomu, že komisia pre školstvo odporučila neschváliť všeobecne záväzné nariadenie, ktorým sa mení a dopĺňa VZN o výške príspevku na čiastočnú úhradu nákladov v školách a školských zariadeniach, mestský parlament odsúhlasil návrh na zrušenie 5-eurového mesačného poplatku na režijné náklady za dieťa navštevujúce materskú školu s účinnosťou od 1. januára budúceho roka. Dôvodom mala byť istá kompenzácia zvýšených výdavkov rodičov škôlkarov, na ktorých sa štátna dotácia prezentovaná ako obedy zadarmo nevzťahuje.

V rámci majetkových záležitostí dalo plénum zelenú aj návrhu na schválenie spôsobu prevodu a súťažných podmienok obchodnej verejnej súťaže o najvhodnejší návrh na uzatvorenie kúpnej zmluvy na predaj stavebného pozemku pre účel výstavby bytového domu na Ulici ŠLN. Obyvatelia tejto časti Brezna síce pred časom spísali petíciu proti podobnej výstavbe, poslancový zbor však nesúhlasí so zastavením rozvoja mesta v rámci budovania potrebného bývania, preto kompromisne odsúhlasil vyčleniť pozemok na výstavbu jedného bytového domu.

### Nové tarify v MHD

Do programu MsZ sa dostal aj dodatok k zmluve o výkone vo verejnom záujme, ktorý určuje nové tarifné

podmienky maximálnej ceny cestovného lístka v mestskej hromadnej doprave. Zadarmo budú cestovať všetci držiteľia dopravnej karty Obyvateľ mesta Brezno, ktorí splnia podmienky na jej vydanie.

Na záver novembrového rokovania poslanci odobrili aj dotáciu vo výške 20 808 eur na poskytovanie služby sociálneho taxíka v Brezne na rok 2020 pre Slovenský Červený kríž.

Službu doteraz poskytovali dvaja prevádzkovatelia, no vzhľadom na to, že druhý subjekt od samosprávy požadoval stále vyššie finančné prostriedky na pokrytie nákladov, mesto sa dohodlo so zástupcami SČK, že službu budú prevádzkovať nie jedným, ale dvoma vozidlami. (eš)



# Hrst' zeme z masového hrobu Červenej armády na novom cintoríne poputuje do Ruska

Brezno ako jedno z deviatich miest na Slovensku sa stalo centrom Spomienkovej cesty Veľvyslanectva Ruskej federácie. Na novom cintoríne sa uskutočnil pietny akt spojený s odobratím hrste zeme zo spoločného hrobu sovietskych letcov, ktorá poputuje do Ruska.

Na budúci rok si pripomíname 75. výročie Víťazstva nad fašizmom.

## Symbolicky odobrali hrst' zeme

V období od 19. do 29. novembra sa na Slovensku konala memoriálna akcia Spomienková cesta, počas ktorej symbolicky odobrajú hrst' zeme z celého radu hrobov sovietskych vojakov, padlých v krajine počas oslobodenia Slovenska od fašizmu. Odobratú zem uložia do základov Hlavného chrámu Ozbrojených síl Ruskej federácie, ktorý bude postavený

vo vojensko-vlasteneckom parku Patriot Moskovskej oblasti pri príležitosti najdôležitejšieho sviatku našich spoločných dejín.

Slávnostný ceremoniál sa uskutočnil v Michalovciach, Trebišove, Košiciach, vo Svidníku, ako aj v piatok 22. novembra v Brezne. Pokračoval vo Zvolene, Žiline, Štúrove a na záver na najväčšom masovom hrobe na území Slovenska na Slavíne v Bratislave.

## Pamiatku hrdinov si uctili minútu ticha

Na pietnom akte v Brezne sa zúčastnili zástupcovia Veľvyslanectva Ruskej federácie na Slovensku, miestni vojnoví veteráni, predstavitelia štátnej správy, samosprávy, Slovenského zväzu protifašistických bojovníkov, žiaci základných škôl, ktorí pri masovom hrobe Červenej armády na novom cintoríne položili vence.

Účastníci pietneho aktu



Symbolicky odobrali hrst' zeme. FOTO: LUKÁŠ PŠENČÍK

si minútu ticha uctili i pamiatku 63 518 sovietskych hrdinov, ktorí za oslobodenie Slovenska a celej Európy zahynuli následkom „hnedého moru“.

Všetkých prítomných pozdravil a prihovril sa im vedúci ruskej delegácie K. K. Tichaze. Ako povedal, významnosť tejto akcie a účasť na nej, je pre ich krajinu veľmi veľká. „Sme vďační všetkým zainteresovaným za

spomienku na vojakov Červenej armády, ktorí padli počas oslobodzovania Slovenska, ako aj za starostlivosť o ich vojenské hroby a pamätané objekty na ich počesť.“

## Nedopustíme, aby svet znovu zažil hrôzy vojny

Primátor Brezna Tomáš Abel vo svojom prejave priblížil udalosť z 13. októbra 1944, kedy v neskorých večerných hodinách havarova-

lo na ešte nedostavanom letisku v Rohoznej – Krčičnej ruské lietadlo. „Pri pristávaní narazilo na okolitý kopec a zapáľilo sa. Padli ruskí letci boli dňa 15. októbra pochovaní na verejnom cintoríne v Brezne nad Hronom za účasti veľkého počtu ľudí. Na pohrebe sa zúčastnili aj velitelia a dôstojníci ČSA, zástupcovia úradov a spolkov.“ V takomto znení predložili oficiálny oznam obyvateľom vtedajšieho Brezna nad Hronom a horehronského regiónu noviny Horehronie z 10. septembra 1945.

„Mená na pomníkoch nám pripomínajú, že za slobodu, za nás a našu budúcnosť bojovali naši predkovia. Nesmieme zabúdať na obety, ktoré priniesli. Zachovajme ich odkaz a bráňme slobodu, ktorú nám vybojovali. Nedopustíme, aby zlo zvíťazilo a aby svet znovu zažil hrôzy vojny. Česť ich pamiatke,“ dodal na záver primátor.

(md)

## Na budovách kultúrnych pamiatok pribudnú informačné tabuľky

Brezno má bohatú históriu a môže sa pochváliť viacerými kultúrnymi pamiatkami. Nezisková organizácia Brezno pre občanov od BBSK získala dotáciu na projekt, ktorého cieľom bolo dôstojne a viditeľne ich označiť.

## Návštevníci sa o Brezne dozvedia viac

Nezisková organizácia mesta Brezno pre občanov podala ďalší z projektov a bola úspešná. Tentokrát cieľom bolo zachovanie a rozvoj kultúrneho dedičstva, propagácia mesta a regiónu, podpora rozvoja cestovného ruchu, rozvoj a ochrana kultúrnych hodnôt, vzdelávanie verejnosti a jej aktivizácia v prospech zapájania sa do celospoločenského diania. Ako povedala riaditeľka neziskovky Milada Medvedová snahou mesta je dôstojne a viditeľne označiť kultúrne pamiatky, aby nielen domáci obyvatelia, ale aj návštevníci sa dozvedeli o nich viac. „Zvýšiť tak chceme povedomie verejnosti, zapojiť ju do diania v meste a zároveň



Tabuľkami označia deväť kultúrnych pamiatok v Brezne. FOTO: MSÚ

zážitkovou formou umožniť vzdelávanie žiakov. Týmto projektom sme zabezpečili výrobu a umiestnenie informačných tabulí a kultúrne pamiatky označíme bronzovými tabuľkami.“ Podľa slov Milady Medvedovej, text na tabuliach je v slovenskom a anglickom jazyku a v budúcnosti bude obsahovať tzv. QR kód.

## Tabuľkami označia deväť kultúrnych pamiatok

Informačné tabule sa budú nachádzať na deviatich kultúrnych pamiatkach, z toho dve už nájdete na mestskej veži a soche gen. M. R. Štefánika, ďalšie pribudnú na bu-

dove Horehronského múzea na Námestí gen. M. R. Štefánika 55 (bývalej radnici), budove Horehronského múzea na Námestí gen. M. R. Štefánika 13, synagóge, Morovom (Mariánskom) stĺpe, evanjelickom a katolíckom kostole, ľudovej manglovni (budove na Rázusovej ulici 20).

Novinke v meste je naklonený aj primátor Tomáš Abel: „Teší ma, že zrealizovaním projektu sa zvýši atraktivita nielen Brezna, ale i regiónu, ako aj informovanosť domácich i zahraničných turistov. Použitie tzv. QR kódu prinesie inovatívny, modernej a flexibilný prístup.“

(md)

## Na námestí rozsvietili prvú adventnú sviečku

Nadišiel čas adventu, ktorý si až do Vianoc každú nedeľu na námestí pripomínajú aj Brezňania.

Tradične uvitý veniec z jedlovej čečiny sa nachádza okolo fontány v centre námestia. Prvú adventnú sviečku rozsvietil primátor Tomáš Abel, ktorý všetkým praje, aby obdobie adventu prežili s láskou, priateľstvom, v pokoji, harmónii, so svojimi blízkymi, najlepšie ako sa len dá. Spoločne s primátorom zavítali na podujatie dekan rímskokatolíckej farnosti Dušan Lukáč a evanjelický farár Radim Pačmár, ktorí sa nielen prihovrili, ale zároveň veniec aj požeh-

nali. Počas podujatia vystúpil miešaný spevácky zbor Juventus a postupne sa predstaví Dychový orchester Brezno, Spevácky zbor mesta Brezno, spevácka skupina z denného centra Prameň, ako aj betlehemci z Čierneho Balogu. Pre návštevníkov je v ponuke šálka čaju, ktorý podávajú zástupcovia mesta, či drobné sladké a slané pečivo od seniorov z denného centra Prameň.

Nedelné podujatia v rámci adventného obdobia majú aj humanitárny charakter. Výťažok z dobrovoľného finančného príspevku mesto tentokrát venuje 36-ročnej Mirke, ktorá od narodenia trpí zdravotným postihnutím. (md)



ILUSTRACNÉ FOTO: MSÚ



# Pacienti sa musia vzdať rodinného pohodlia a dochádzať na dialýzu trikrát týždenne

Pokračujeme hemodialyzačným oddelením, ktorého tím zdravotníckych pracovníkov ochotne vypočuje každého pacienta, pretože zaradiť sa do dialyzačnej liečby je pre neho veľká psychická a fyzická záťaž – zmena životného štýlu.

Hemodialyzačné oddelenie je špecializované pracovisko, ktoré zabezpečuje mimotelovú liečbu akútneho a chronického zlyhania obličiek a liečbu otráv.

## Z histórie hemodialyzačnej liečby v Brezne

Dialyzačná liečba nahrádza funkciu poškodených obličiek do úspešnej transplantácie, resp. ak pacient nespĺňa kritériá na transplantáciu, je to liečba trvalá. Ako povedala primárka oddelenia Zuzana Višňovská, nárast pacientov vyžadujúcich dialyzačnú liečbu v našom regióne a vyčerpané kapacity dialyzačného oddelenia v Banskej Bystrici si vynútili, aby vedenie nemocnice v Brezne v spolupráci s primárom interného oddelenia realizovalo budovanie dialyzačného centra.

„Naši pacienti museli absolvovať dialyzačnú liečbu okrem Banskej Bystrice aj v nemocniciach Lučenec, Liptovský Mikuláš a dvaja dokonca v Trenčíne. Potrebné bolo zabezpečiť personálne aj technické vybavenie dialyzačného centra. Vtedy sa začína písať história hemodialyzačnej liečby v Brezne. V priestoroch interného oddelenia zahájilo prácu dialyzačné centrum.“ Prvú dialýzu v Brezne uskutočnili na jeseň 1992. Priestory pre nízku kapacitu nevyhovovali, a tak začali budovať nové dialyzačné oddelenie s kapacitou 6 lôžok a reverznou osmózou – úpravovňa vody pre účely dialýzy, ktoré otvorili v máji 1995.

## Každý pacient má svoju osobnú sestru

V Brezne využívajú dva spôsoby liečby – hemodialýza a hemodiafiltrácia akútneho a chronického, hemodiafiltráciu vo väčšine prípadov u stabilizovaných pacientov. „Začať dialyzačnú liečbu je možné len s dobrým cievnym prístupom. Pre potreby akútnej dialýzy, pri živote ohrozujúcich



Tím hemodialyzačného oddelenia.  
FOTO: LUKÁŠ PŠENČÍK

stavoch zaisťujeme dočasnú katétru v spolupráci s OAIM, pre účely chronickej dialýzy sa inštaluje cievná spojka – fistula v spolupráci s oddelením cievnej chirurgie NFDR BB.“ Oddelenie úzko spolupracuje v rámci nemocnice s oddelením interným, OAIM, chirurgickým, LDCH a SVALZ.

Podľa slov primárky, každý pacient má svoju osobnú sestru, pri jeho zaradení do dialyzačnej liečby s ním urobí vstupný rozhovor. Oboznámi ho s diétnym a pitným režimom, s harmonogramom dialyzačnej liečby, s dôsledným užívaním liekov a tiež s najdôležitejším ošetrovateľským postupom – starostlivosťou o cievný prístup, prípadne sprostredkuje pomoc ďalších odborníkov.

## Pomáhajú aj športové aktivity

Všetci zamestnanci poskytujú kvalifikovanú lekársku a ošetrovateľskú starostlivosť na základe bohatých skúseností. „Neustále sa vzdelávajú v dôsledku vysokých nárokov, ktoré sú na nich kladené zo strany pacientov, ale aj zo strany technického vybavenia oddelenia. Sú ochotní vypočuť si každého pacienta, pretože zaradiť sa do dialyzačnej liečby je pre pacienta veľká psychická a fyzická záťaž – zmena životného štýlu. Musia sa vzdať rodinného pohodlia a dochádzať na dialyzačné stredisko 3-krát týždenne na 4 až 5 hodín dialyzačnej liečby, plus dovoz a odvoz sanitným vozidlom z miesta bydliska na dialyzačné oddelenie a späť,“ vysvetľuje Zuzana Višňovská. Ako pokračovala, pacienti majú zmenený životný rytmus, čo pre niektorých býva závažným problémom.

„Veľa záleží na rodinnom

zázemí, priateľoch a zamestnaní. Napriek veľkým pokrokom v liečbe, zostáva vedomie ťažkého ochorenia a životná závislosť na umelej obličke veľmi stresujúcim faktorom. Každému pacientovi trvá rôzne dlho, než porozumie, že dialýza sa stala súčasťou jeho života. Dobre vykonávaná, vytvára predpoklady pre ďalší aktívny život. Takisto cvičenie a športové aktivity pomáhajú v prevencii komplikácií a u starších osôb aj zachovanie sebestačnosti. Tím zdravotníckych pracovníkov hemodialyzačného oddelenia je k dispozícii nielen chronickým pacientom, ale aj dovolenkovým, či už z domova alebo zahraničia – všetkým, ktorí potrebujú našu pomoc,“ povedala primárka Višňovská.

## Využívajú 10 moderných dialyzačných prístrojov

Oddelenie, na ktorom pracuje primár, dve lekárkyně, vedúca sestra, osem sestier, tri sanitárky a dve upratovačky, postupne rozširuje svoju kapacitu. Nachádza sa v ňom 10 lôžok, z toho 8 pre chronickú dialýzu, 1 pre akútnu dialýzu a 1 pre infekčných pacientov pod vedením primárky Zuzany Višňovskej a vedúcej sestry Anny Bošelovej. Využívajú 10 moderných dialyzačných prístrojov, v prípade poruchy majú 2 v zálohe.

„Dialyzačný prístroj je zložitá zariadenie, ktoré má dve hlavné súčasti. Prvou je krvná pumpa, ktorá zaisťuje obeh krvi mimotelovým obehom z cievného prístupu pacienta do dialyzátora a späť. Druhou je modul pre prípravu dialyzátu, kde sa mieša, ohrieva a bilancuje dialyzačný roztok. Celý systém je na mnohých miestach automaticky monitorovaný, aby bola liečba bez-

pečná. K hemodialýze je potrebná aj kvalitná voda, ktorá je zabezpečovaná reverznou osmózou – „úpravovňou vody“, kde pravidelné chemické a mikrobiologické rozbory vykazujú vynikajúcu kvalitu vody pre dialýzu,“ vysvetľuje primárka Zuzana Višňovská.

## V súčasnosti pomáhajú 43 chronickým pacientom

V breznianskej nemocnici ročne vykonajú asi 6000 dialýz, vrátane chronických, akútnych alebo dovolenkových.

„V súčasnosti máme 43 chronických pacientov, ktorým robíme dve varianty mimotelovej eliminačnej liečby: hemodialýzu alebo hemodiafiltráciu – skôr pre nestabilných pacientov.“

Podľa slov primárky, oddelenie zabezpečuje akútnu dialýzu v spolupráci s OAIM a internou JIS okamžite. Chronickú hemodialýzu vykonávajú 3-krát týždenne v dvojzmennej a trojzmennej prevádzke. Dvojzmenná je v utorok, štvrtok, sobotu od 7.00 do 11.00 a poobede od 14.00 do 18.00, trojzmenná v pondelok, stredu, piatok, kedy nočnú dialýzu začínajú od 20.00 do 24.00. O pohodlie, spokojnosť a psychickú pohodu sa so sestrami stará aj nižší zdravotnícky personál (sanitárky), o čistotu a dodržiavanie hygienicko-epidemiologických opatrení a postupov upratovačky.“

## Počas liečby môžu pozerat televíziu

Neoddeliteľnou súčasťou dialyzačného oddelenia je nefrologická ambulancia, ktorá pracuje 2-krát týždenne. „Oboznamuje pacientov so všetkými možnosťami liečby poškodených a zlyhaných obličiek – konzervatívna liečba,

dialyzačná liečba a transplantácia obličky. Pripravuje pacientov a povinne dodržiava indikačné kritériá na zaradenie pacientov do chronického dialyzačného programu, očkuje proti hepatitíde, pripravuje cievný prístup.“

Ako uviedla primárka, počas dialyzačnej liečby (4 – 5 hodín) pacienti môžu čítať, pozerat televízne programy na dvoch televízoroch, alebo si donesú vlastné zariadenia, na ktorých sledujú svoje obľúbené programy. Sestry sa im plne venujú a neustále edukujú o režimových opatreniach.

## Najčastejšie príčiny zlyhania obličiek

Oddelenie okrem dialyzačnej liečby zabezpečuje aj zaradenie pacientov na čakáciu listinu na transplantáciu obličky. „Za svoju existenciu 27 rokov sme úspešne v spolupráci s transplantáčnym centrom FDR BB odtransplantovali 32 pacientov, z toho 2-krát 2 pacientov, transplantovaných viac ako 15 rokov máme 5 pacientov. V čakacej listine na transplantáciu obličky evidujeme 4 pacientov a 7 je v príprave na zaradenie,“ uviedla Zuzana Višňovská. Ako dodala, najčastejšími príčinami zlyhania obličiek sú zápal obličiek, poškodenie obličiek cukrovkou, t. č. najčastejšia príčina, poškodenie vplyvom neliečeného vysokého tlaku, metabolický rozvrat, dehydratácia, nadmerné užívanie analgetík a nesteroidných antireumatík, drog a alkoholu, vrodené a dedičné ochorenia obličiek (napr. polycystické obličky), obličkové kamene, niektoré druhy otráv...“

A aké sú vízie oddelenia do budúcnosti? „Poskytovať čo najkvalitnejšiu liečbu pre našich pacientov a čím viac z nich zaradiť do transplantáčného programu, a tým zlepšiť kvalitu ich života. Choroba, najmä chronická, mení život postihnutého človeka, spravidla od základu. Má vplyv na zmenu denného režimu, vplýva aj na zmenu postojov k základným životným a ľudským hodnotám. Moderná technicky vyspelá medicína si vytvorila zodpovedajúci systém špecializovanej starostlivosti a komfortu pacientov a takou je aj dialyzačná liečba,“ uzavrela primárka Zuzana Višňovská. (md)



# Rodičia, záškoláctvo vášho dieťaťa neprehiadajte, ani neospravedlňujte

Neopodstatnené návštevy u detských lekárov a vydávanie ospravedlňoviek boli hlavnou témou pracovného stretnutia zástupcov mesta s riaditeľmi škôl a ďalšími dotknutými orgánmi. Pri riešení tohto problému pediatri žiadajú o spoluprácu, aby sa určili spoločné pravidlá, ktoré by všetci zainteresovaní dodržiavali.

Podľa odborníkov k záškoláctvu dochádza najčastejšie u žiakov zo sociálne znevýhodneného prostredia.

## Stretnutie iniciovala detská a dorastová lekárka

Niektoré deti sa do školy tešia, iné k nej majú negatívny postoj, nejako to pretrpia a v lavici odsedia, no sú aj také, ktorým sa na vyučovanie nechce chodiť vôbec. Často si vymýšľajú choroby, vďaka ktorým môžu zostať doma. Čo je najhoršie, mnohokrát ich v tom podporujú aj rodičia. Ide o záškoláctvo – absenciu z vyučovania bez vedomia rodičov alebo aj s ich vedomím. Táto problematika bola jednou z tém novembrového pracovného stretnutia primátora Brezna

s riaditeľmi základných škôl, za účasti pediatrov, zástupcov Úradu práce, sociálnych vecí a rodiny (ÚPSVaR), ako aj odboru starostlivosti o obyvateľa. Ako uviedla hlavná iniciátorka stretnutia všetkých zainteresovaných detská a dorastová lekárka Elena Boháčiková, v ambulanciách pediatrov neúnosne pribúdajú počty pacientov, ktorí prichádzajú len pre ospravedlňovky, čo ich neúmerne zaťažuje. Namiesto toho by mohli viac času venovať naozaj chorým deťom.

„Pri riešení tohto problému pediatri žiadajú mesto a školy o spoluprácu, aby sme určili spoločné pravidlá, ktoré by všetci zainteresovaní dodržiavali,“ povedal primátor Tomáš Abel.

## Pri 15 neospravedlňovaných hodinách sa pozastavuje vyplácanie dávok

Riaditelia škôl uvádzajú, že podľa vnútorného poriadku školy je rodič povinný im oznámiť dôvod neprítomnosti dieťaťa do 24 hodín. Podľa ich slov, záškoláctvo v základných školách sa neprejavuje v takej miere ako v špeciálnej základnej škole a keď sa vyskytne, ide väčšinou o žiakov zo sociálne znevýhodneného pro-

stredia. Ak rodič neoznámi dôvod neprítomnosti svojho dieťaťa, škola kontaktuje terénnych sociálnych pracovníkov z odboru starostlivosti o obyvateľa MsÚ, pri 15 vymeškaných hodinách riaditeľ nahlási ÚPSVaR a viac vymeškaných hodín školskému úradu. „V prípade 15 neospravedlňovaných hodín sa pozastavuje vyplácanie štátnych sociálnych dávok – prídavky na dieťa, príplatky k prídavku na dieťa, rodičovský príspevok a určuje sa osobitný príjemca, ktorým je obec,“ uviedla riaditeľka odboru sociálnych vecí a rodiny ÚPSVaR Dáša Paučíková.

## Detskí lekári nevydávajú ospravedlňovky so spätnou platnosťou

V prípade, že škola má podozrenie na záškoláctvo, oznámi tento fakt mestskému úradu. „Nahlásené rodiny navštívia terénni sociálni pracovníci za účelom zistenia aktuálnej situácie a vykonania príslušných opatrení v spolupráci so školou, pediatrom, resp. ÚPSVaR,“ konštatujú sociálni pracovníci z odboru starostlivosti o obyvateľa.

Podľa slov Jany Bočovej zo školského úradu, v prípade, že žiak má neosprave-

dlených viac ako 60 hodín v príslušnom školskom roku, obec prijíma opatrenia na elimináciu záškoláctva prostredníctvom priestupkového konania. „Pokiaľ sa situácia v dochádzke žiaka nezmení, zriaďovateľ školy podáva pri viac ako 100 neospravedlňovaných hodinách podnety na trestné stíhanie rodičov, ktorým zo spáchania trestného činu ohrozovania mravnej výchovy mládeže hrozí aj väzenie.“

Ako dodal primátor, okrem dodržiavania uvedených legislatívnych opatrení sa na pracovnom stretnutí všetci zhodli na tom, že detskí lekári nebudú vydávať ospravedlňovky so spätnou platnosťou. Lekárske potvrdenie budú vydávať len do žiackej knižky, resp. do slovníka označeného menom a školou.

„V prípade podozrenia u žiaka zo simulácie choroby, môžu byť upovedomení terénni sociálni pracovníci, resp. mestská polícia, ktorí uskutočnia kontrolu v rodine, či je dodržiavaný liečebný režim žiaka. V prípade nedodržaného liečebného režimu, ospravedlňovka zo strany školy nebude akceptovaná,“ uzavrela Jana Bočová. (md)

## MESTSKÁ POLÍCIA BREZNO ZASAHUJE

Príslušníci mestskej polície dohliadajú na verejný poriadok v uliciach mesta, v školských areáloch, parkoch, na dopravnom ihrisku, železničnej stanici aj v okolí nákupných centier, kontrolujú zákaz fajčenia a riešia dopravné priestupky či neoprávnené parkovanie. To ale zďaleka nie je všetko a my vás o tom pravidelne informujeme.

Keďže sa v blízkosti parku v Zadných Halnoch, kde v piatok 15. novembra realizovali výrub stromov, zdržiavali maloleté deti, pilčik v obave o ich bezpečnosť požiadal príslušníkov mestskej polície (MsP), aby ich z miesta prác vykázali. V ten istý deň zasahovali aj na dopravnom ihrisku v Brezne, kde mala skupina mladých ľudí svojím správaním a hlučnou hudbou rušiť nočný pokoj. Policajti postupovali rovnako, ako v prvom prípade.

V pondelok 18. novembra podvečer si hliadka MsP všimla, že na koľajniaciach v lokalite Zadné Halny leží starší muž. Keďže odmietol komunikovať, policajti mu vysvetlili, že na koľajisku sa zdržiavať nemôže, na čo odvetil, že len dofajčí a pôjde preč. Hliadke však bolo podozrivé, v akom stave sa nachádzal, preto kontaktovala zamestnancov železníc, ktorí potvrdili, že pred chvíľou im oznámil, že spácha samovraždu skokom pod vlak. Na miesto okamžite privolali záchranárov a muž napokon skončil v rukách odborníkov.

V posledných novembrových dňoch riešili predovšetkým susedské spory. Na Tisovskú cestu ich privolať muž, ktorému susedove psy usmrtili sliepky. Po vyhotovení fotodokumentácie majiteľ psov prislúbil, že škodu nahradí. Druhý incident sa odohral na Ulici Fraňa Kráľa, kde podnapitý občan obvinil svojho suseda z rušenia nočného pokoja. Toto tvrdenie sa však údajne nezakladalo na pravde a keďže nedošlo k spáchaniu žiadneho priestupku, hliadka oznamovateľovi odporučila, aby sa zdržal ďalšej konzumácie alkoholu. (eš)

# Technické služby majú nový prírastok. Využijú ho v zime aj počas leta

O breznianske cesty a chodníky sa najnovšie bude starať ďalšia posila. Dokáže zhrňat, sypat aj kropiť a vďaka svojim parametrom sa dostane takmer všade.

Nová povinnosť spojená s údržbou chodníkov prinútila samosprávy posilniť nielen oblasť ľudských zdrojov, ale aj strojové vybavenie.

## Kilometre chodníkov

Zákon o prevádzke vozidiel v cestnej premávke vlnil presunul starostlivosť o chodníky na mestá a obce a to aj napriek tomu, že plošná údržba všetkých miestnych komunikácií súčasne je v tomto prípade prakticky nemožná. Kvôli chodníkovej novele muselo mesto pre Technické služby Brezno (TS) zabezpečiť nové



mechanizmy, čo nie je lacný špás. Už minulý rok to bol komunálny malotraktor za vyše 22 tisíc eur a teraz sa ich vozový park rozrástol o ďalší stroj v hodnote viac ako 70 tisíc. „Keďže od roku 2018 máme povinnosť zabezpečiť aj údržbu 90 km chodníkov, posilňujeme novou technikou, tento rok multifunkčným strojom českej výroby,“

vyjadril sa na sociálnej sieti primátor Tomáš Abel. Ide o špeciálne viacúčelové vozidlo, ktoré je ako nosič náradia využiteľné na zimnú, ale aj letnú údržbu mesta.

## Starostlivosť o chodníky aj zeleň

Počas zimných mesiacov zabezpečujú Technické služby Brezno nepretržitú zimnú

službu podľa operačného plánu. Ako priblížil riaditeľ TS Lukáš Jeremiáš, nové vozidlo túto službu výrazne zefektívni, keďže sa vďaka pohonu 4 x 4, redukovanej prevodovke a uzávierke diferenciálu dostane v rámci mestských komunikácií takmer všade. Výhodou tiež je, že jeho šírka je v porovnaní so štandardným osobným automobilom menšia.

„Momentálne bude nové auto plne využité na zimnú údržbu, nakoľko je na ňom nainštalovaný sypač posypových materiálov a predná radlica. V ostatných mesiacoch ho budeme používať na údržbu mestskej zelene, keďže vďaka kropiacej nastavbe bude môcť slúžiť aj na polievanie,“ dodal Jeremiáš. (eš)



## PROJEKTY MESTA V ROKU 2019

# Ako to vyzerá s cintorínom, „ferratou“, Kuzmányho ulicou a arborétom?

Breznianska samospráva má v roku 2019 rozpracovaných približne 50 projektov. My sa zaujíame o to, ako jednotlivé investičné akcie napredujú a ak náhodou nie, pýtame sa, prečo.

## Na starom cintoríne dokončili nový chodník

Cintoríny by mali byť dôstojnými miestami posledného odpočinku všetkých zosnulých. V Brezne sú celkovo tri s viac ako 3200 hrobovými miestami. Ich kapacitné rozšírenie pri priemernej úmrtnosti takmer 200 ľudí ročne je priam nevyhnutnosť, preto sa breznianska samospráva snaží túto situáciu vyriešiť čo najskôr. Už vlani začala s úpravou starého cintorína, keď na ňom Technické služby vybudovali nový chodník zo zámkovej dlažby, ktorý prepojil Moyzesovu a Cintorínsku ulicu, a zároveň prispôsobili terén v jeho spodnej časti na ďalšie využitie. Práce trochu komplikovala

povrchová a podpovrchová voda, ktorá natekala na predmetné územie, no v polovici novembra sa ich podarilo úspešne dokončiť. „Nedávno sme ukončili realizáciu nových hrobových miest na



Starý cintorín má nový chodník.  
FOTO: LUKÁŠ PŠENČÍK

starom cintoríne. Výstavba si vyžiadala úpravu terénu, vybudovanie gabionového oporného múru, dvoch schodísk a nakoniec aj nového chodníka, ktorý je priamo napojený na nedávno realizovaný chodník v spodnej časti cintorína,“ povedal riaditeľ Technických služieb Brezno Lukáš Jeremiáš.

## Na Horné lazy možno povedie „ferrata“

Pre zatraktívnenie regiónu z pohľadu cestovného ruchu sa mesto pustilo do ďalšej odvažnej myšlienky. K vyhladkovej veži na Horných lazoch chce vybudovať zaistenú cestu skalným bralom. Tento

koncept nezostal len v rovne úvah, breznianska samospráva si nechala vypracovať štúdiu, ktorá vytyčuje trasu a určuje aj technologický postup pri výstavbe samotného chodníka. Ten by mal začínať pri čistiarni odpadových vôd v Brezne smerom k veľkému kameňolomu, odkiaľ budú v strmom teréne osadené schody z pozinkovaného materiálu doplnené istiacim oceľovým lanom. Súčasťou projektu by mala byť aj oceľová lavica, ktorá bude slúžiť na bezpečné prekonanie terénnych nerovností. „Keďže ide o chránené územie v ochrannom pásme Národného parku Nízke Tatry, v ktorom sa vyskytujú vzácne biotopy, museli sme požiadať o vydanie výnimky ministerstvo životného prostredia. Teraz čakáme na jeho stanovisko,“ uviedol Michal Kriška z investičného odboru. Ak by sa projekt podarilo presadiť, zaistený chodník by mohli začať realizovať už v priebehu budúceho roka.

## Opravujú chodník na Kuzmányho ulici

V predposledný novembrový pondelok začali Technické služby Brezno s prácami na obnove chodníka na Kuzmányho ulici. „Po dohode s vedením súdu časť prác je vykonaná v rámci rekonštrukcie budovy a väčšia časť chodníka bude z novej dlažby realizovaná naším mestom cez Technické služby,“ uviedol na svojom facebookovom profile primátor Tomáš Abel. Podľa slov riaditeľa TS Brezno Lukáša Jeremiáša, techniciari kompletne vymenia starý asfalt za

zámkovú dlažbu, ktorá spĺňa kritériá Krajského pamiatkového úradu, vymenia podlažie a zároveň zrealizujú novú dažďovú kanalizáciu.

Práce sčasti obmedzujú cestnú premávku, preto je v tomto úseku znížená rýchlosť na 30 km/h a chodci sú prostredníctvom prenosného dopravného značenia presmerovaní na chodník na protihľanej strane cesty. Ak pôjde všetko podľa plánu, stavba by mala byť hotová už do konca roka. „Táto uli-

strovom postupne vyhynú, aktivisti z neziskovej organizácie Brezno pre občanov sa rozhodli konať. Zapojili sa do výzvy Nadácie Ekopolis, ktorá nielenže podporila ich projekt Arborétum Banisko sumou 2500 eur z grantového programu Zelené oázy, ale vlni tomuto originálnemu nápadu udelila aj ocenenie Top projekt roka 2018.

Aktivisti však nezaspali na vavrínoch a v rozvoji a zveľaďovaní areálu pokračujú aj naďalej. Okrem pravidelného



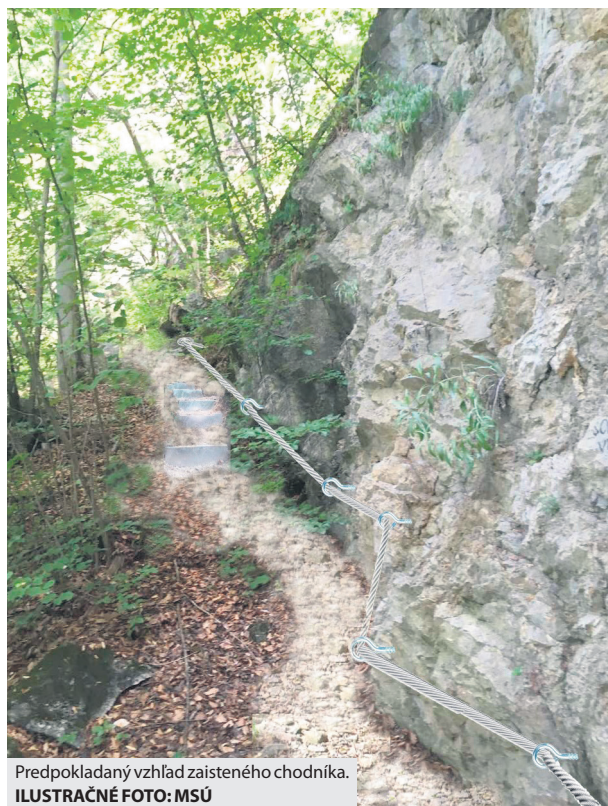
Obnova chodníka na Kuzmányho ulici.  
FOTO: LUKÁŠ PŠENČÍK

ca bude veľmi pekná s historickými budovami, keďže pripravujeme realizáciu projektovej dokumentácie aj na obnovu hotela Ďumbier,“ doplnil primátor.

## V sade zasadili ďalšie stromy

Na začiatku bolo pár ľudí plných nadšenia, lásky k prírode a odhodlania zachrániť vzácne ovocné dreviny v sade nad Breznom, ktorý bol výsledkom dlhoročného úsilia učiteľov a žiakov niekdajšej roľníckej školy. Keďže hrozilo, že pôvodné odrody týchto

čistenia a odborného ošetrovania drevín, raz dokonca aj pod patronátom významného slovenského odborníka v oblasti ovocinárstva a záhradníctva profesora Hričovského, realizujú tiež výsadbu mladých ovocných stromov. „Od začiatku projektu sa nám tu podarilo urobiť naozaj veľký kus práce a verím, že odhodlanie nadšencov vydrží aj naďalej,“ skonštatovala po poslednom sadení riaditeľka neziskovej organizácie Brezno pre občanov Milada Medvedová. (eš)



Predpokladaný vzhľad zaisteného chodníka.  
ILUSTRÁČNÉ FOTO: MSÚ



Sadenie nových ovocných stromov.  
FOTO: LUKÁŠ PŠENČÍK



# Brezno má svojho Arnolda. Domov už priviezol štyri strieborné medaily

Šesť dní v týždni trénuje a na siedmy deň odpočíva. Igor Kútik z Brezna vhuol do súťažného kolobehu len pred mesiacom a už žne prvé, dokonca medzinárodné úspechy. Podľa neho má v kulturistike hrať hlavnú rolu estetika a nie obrovské neforemné svalstvo, preto súťaží v disciplíne, ktorá pri navracaní bodybuildingu ku svojej podstate.

**Cvičíte od 15 rokov. Čo bola vtedy vaša hlavná motivácia? Akčný hrdina, dievčatá, forma sebarealizácie...**

- Pamätám si to presne. Asi ako 14-ročný som videl prvýkrát film Terminátor s Arnoldom Schwarzeneggerom a upútala ma jeho postava do takej miery, že som si povedal, že aj ja chcem také svaly. Arnold ovplyvnil nielen mňa, ale celé generácie kulturistov. A robí to dodnes.

**Dnes máte 33 a pred odbornou porotou ste sa prvýkrát postavili až koncom októbra tohto roka. Prečo?**

- Od momentu, ako som začal cvičiť, som vždy túžil a želel si postaviť sa na pódium. Možnosti a podmienky som však v mladom veku na to nemal, takže to šlo do úzadia. Po návrate z Anglicka v roku 2015 som sa spolu s kamarátom rozhodol, že otvoríme fitko, takže som získal ideálne podmienky, aby som si pódiový sen splnil. Problém bol – kde nájdem trénera? V čase rozhodovania som sa spojil s Ľubom Tóthom, ktorý koncom 90. rokov bol top súťažný kulturista a cez neho som sa dostal k jeho bývalému trénerovi Igorovi Kopčekovi. Trvalo nám nejaký čas, kým sme ho presvedčili, aby mi venoval svoj čas, ale napokon sa to podarilo. A súťažiť som začal až v momente, kedy som od Igora dostal súhlas – áno, teraz môžeš začať s prípravou na súťažné vystúpenie.

**V čom spočíva vaša príprava? Je to len o disciplíne a sebazaprení, alebo aj o financiách?**

- Príprava je často aj o brutálnom tvrdom tréningu, ktorý v mojom prípade prichádzal so stále vyššou a vyššou intenzitou. Napokon som trénoval šesť dní v týždni a iba jeden



Igor Kútik v najlepšej forme.  
FOTO: ARCHÍV I. K.

deň som odpočíval. Samozrejme, na všetko som si musel postupne zvykať. Tréningy od Kopčeka sú extrémne intenzívne - bežný človek nemá ani poňatia, čo je to tak tvrdo trénovať v posilňovni. Ďalej je tu strava – ona je kľúčom k forme, ktorú na pódium oceňujú rozhodcovia. Musíte byť dôsledne a bez chýb. Napokon sa dostanete do fázy, kedy máte málo energie zo stravy a napriek tomu musíte zvládať ťažké tréningy. Bez sebazaprenia to nedokázate. A financie? Ak chcete byť jedlo z kvalitných zdrojov, musíte na to niečo obetovať. Sú teda potrebné, ale v príprave na súťaž nie rozhodujúce. Je to ako s koníčkom – niekto investuje do leteckých modelov, niekto do cestovania, ja som v tomto roku vynaložil financie na jedlo, potrebné k môjmu súťaženiu.

**Kulturistika sa často spája s užívaním anabolických steroidov. Ako vnímate tento jej neslávnny rozmer?**

- Šport všeobecne je spojený s dopingom – ak by to tak nebolo, dopingové testy by sa nerobili. Je to problém nielen kulturistiky a bodybuildingu všeobecne. Pravdou ale je, že aktuálne atléti majú na výber z viacerých bodybuilding nominácií. Ak trénujete dostatočne dlho a darí sa vám, súťažiť môžete v kulturistike. Ak nemáte dostatok svalovej hmoty, je tu klasická kulturistika, classic physique, me-

n's physique. Sú to nominácie, ktoré športové federácie „otvorili“ práve preto, aby sa bodybuilding zbavil nálepky dopingového športu. Súťažiť v bodybuildingu nomináciách sa skutočne dá aj bez dopingu – tak ako bez dopingu sa dá súťažiť v atletike, v plávaní, v cyklistike. Ak však niekto siahne po doping, tak ako v plávaní, cyklistike alebo vo vzpieraní, aj v kulturistike musí počítať, že ak bude táto nedovolená pomoc odhalená, príde trest. Určite sú aj prípady, kedy sa nikdy nič neodhalí. Ale tvrdiť všeobecne kvôli dopingovým hriechom, že ten alebo tamten šport sa bez dopingu nedá robiť, je nezmysel. Kulturistika má však smolu, že pri nej vplyv doping je ľahšie viditeľný.

**Vy konkrétne súťažíte v čoraz viac populárnejšej kategórii classic physique. V čom sa líši od dobre známej kulturistiky?**

- Úplne na začiatku bola len kulturistika, ktorá sa v anglicky hovoriacich krajinách označila ako bodybuilding. V posledných 15 - 20 rokoch sa však kulturistika uberala smerom, ktorý uprednostňoval masívnosť, mohutnosť pred estetickým vzhľadom postavy. Aj preto vznikla snaha vrátiť bodybuilding ku koreňom – výsledkom tejto snahy je classic physique. A myslím si, že práve toto je budúcnosť mužského bodybuildingu.

**Prečo?**

- Je to kategória, kde musíte v deň súťaženia dosiahnuť stanovený limit určený ako pomer medzi výškou a hmotnosťou, pridať k tomu okrem zodpovedajúcej pripravenosti aj proporčnosť, prezentáciu a dokonalé pózovanie v štýle bodybuildingu hviezd zo 60. - 70. rokov. Okrem toho, pre mnohých fanúšikov obrovskí, 120 - 130 kg vážiaci bodybuilderi, často s vypuklým bruchom a s minimálnou schopnosťou hýbať sa, prestávajú byť vzormi. Aj preto záujem o classic physique rastie geometricky. Navyše, v classic physique sú okrem hmotnosti, proporčnosti atď. aj ďalšie podmienky, ktoré keď nesplníte, tak súťaženie stráca zmysel. Je to napríklad póza vákuum, kde vťahnete brušné svaly pod hrudný kôš a držíte. Práve tu vynikne pomer pásu k pleciam či stehnám. Toto väčšina ťažkých kulturistov nedokáže ani zďaleka. Classic physique je odkazom na éru Arnolda Schwarzeneggera, kde hrala hlavnú rolu estetika a nie neforemné obrovské svalstvo.

**V priebehu jedného mesiaca ste zaznamenali skvelú bilanciu – na troch domácich súťažiach ste zhodne získali 2. miesto, na jednej aj trofej pre najlepšie pripraveného pretekára súťaže. Čakali ste to?**

- Nie, vôbec nie. Ja som chcel ísť pôvodne iba na jednu súťaž, zasúťažiť si. Myslel som si, že pohorím a bude koniec. Lenže na prvej súťaži AMIX Patriot Fitness Weekend som prehral iba o pár bodov s aktuálnym majstrom sveta v klasickej kulturistike a tak som hľadal ďalšie možnosti na súťaženie. Tak som o týždeň neskôr súťažil na Tatranskom pohári, kde classic physique kategóriu neotvorili, takže som musel ísť do kategórie kulturistika do 80 kg. Opäť som si myslel, že budem na chvoste a opäť mi ušlo víťazstvo o pár bodov. Tretiu súťaž som absolvoval opäť o týždeň neskôr a na Dynamic Cup Dolný Kubín som síce skončil druhý, ocenili ma však cenou pre najlepšie pripraveného pretekára súťaže. S týmito výsledkami som požiadal Slovenskú asociáciu

fitness, kulturistiky a silového trojboja, aby mi schválila štart na medzinárodnej súťaži Diamond cup v Prahe.

**A podarilo sa. Tu vám ale vstupenka do sveta profesionálov ušla len o vlásoček. S akými pocitmi ste odchádzali?**

- Táto súťaž už bola úrovňou úplne inde, ako súťaže domáce. V Prahe napokon súťažilo viac ako 160 pretekárov z 30 krajín, v mojej kategórii ich bolo 13. Cieľom bolo prepracovať sa do 6-členného finále, aj to som považoval za mimoriadne odvážny cieľ. Konkurencia v Prahe bola veľmi silná, moji súper boli väčšinou skúsení súťažiaci, viackrát ocenení z medzinárodných súťaží, ja som bol stále iba začiatok. Skončil som napokon strieborný, pred neutrálnym rozhodcovským zborom, tzn. bez toho, aby v tomto zbere bol rozhodca zo Slovenska, takže pocity po súťaži boli vynikajúce.

**Zdá sa, že sa vám zapáčilo striebro... Blýska sa aj na zlaté časy?**

- Snáď áno. Viem o svojich chybách, Igor Kopček mi ich neustále pripomína a preto viem, na čom musím zapracovať, čo vylepšiť. Otázkou je, či mi bude aj naďalej pomáhať s prípravou – ak áno, trúfal by som si aj na zlato.

**Na čo sa pripravujete aktuálne?**

- Aktuálne som nabehol na tzv. odpočinkový tréningový režim, ktorý potrvá do konca decembra. Potom ma čaká veľmi krátke predprípravné medziobdobie a 10. februára by som začal s prípravou na súťaž – láka ma májová súťaž Fitness Mania 4 v Čechách, aj septembrový Arnold Classic Europe, kde je príležitosť stretnúť sa s Arnoldom.

**Máte malého syna. Pôjde vo vašich šlapajách?**

- Môj Jakubko už nasáva to, čo jeho otec robí. Snaží sa ma napodobňovať, rozpráva o svaloch. Zatiaľ vie to podstatné – tzn. že svaly rastú z mäsa a zo sladkosti bruchu :) Uvidíme. Chcel by som, aby vyskúšal najprv kolektívne športy, na činky má ešte čas. (eš)



Mesto Brezno a dobrovoľníci Vás pozývajú na



## PRÍCHOD SVÄTÉHO MIKULÁŠA

Kedy? *Nedeľu 8. decembra 2019*  
Kam? *na multifunkčné ihrisko sídlisko Mazorníkovo*

*Od 14:00 na Vás čaká hudba a DJ  
detská zumba  
občerstvenie pre deti aj pre dospelých*

*15:00 privítame Svätého Mikuláša  
16:00 spoločne rozsvietime vianočný stromček*

*Pre všetky šikovné detičky má Mikuláš pripravený sladký balíček...*

**Všetci ste srdečne vítaní...**



MESTO BREZNO VÁS POZÝVA NA

## VEČER MUZIKÁLOVÝCH MELÓDIÍ

ZAZNEJÚ PIESNE ZO ZNÁMYCH MUZIKÁLOV  
CARMEN, EVITA, MADAME DE POMPADOUR, JESUS CHRIST SUPERSTAR

AKADÉMIA UMENÍ BREZNO → SYNAGÓGA BREZNO

SYNAGÓGA BREZNO DŇA 11.12.2019 o 18:00

VSTUPNÉ: 2 €



BREZNO WWW.BREZNO.SK Služby Kultúra Šport  
Technické služby Brezno

Habitát for Humanity Europe, Middle East and Africa BREZNO Služby Kultúra Šport Technické služby Brezno

MESTO BREZNO POZÝVA NA VÝSTAVU



## VŠETKO SA ZAČÍNA DOMA: ŽENY A ICH BOJ O DOMOV

ZIVOTNÉ CESTY ŽIEN  
PO CELOM SVETE SA ZAČINAJÚ DOMA.  
AJ KEĎ NIEKDE SÚ ŤAŽŠIE AKO INDE,  
VŠETKY SPÁJA NEZLOMNÁ TŮŽBA PO DOMOVE

PONDELOK: 10:00 - 12:00 15:00 - 17:00  
STREDA: 10:00 - 12:00  
PIATOK: 10:00 - 12:00 15:00 - 17:00

SYNAGÓGA BREZNO

VÝSTAVA JE OTVORENÁ OD 4. 12. 2019 - 10. 1. 2020  
foto: Charlie Bibby

MESTO BREZNO POZÝVA NA

27.12.2019 17.00 H.  
MESTSKÝ DOM KULTÚRY



## PAČI PAČO a kamaráti

NAJKRAJŠIE SVIATKY V ROKU SA NÁM POMALIČKY BLÍŽIA,  
ČO TAK DAROVAŤ VAŠIM DETIČKÁM ZÁŽITOK Z KONCERTU...

VSTUPNÉ: 6,50 € BEZ NÁROKU NA ZĽAVU  
PREDPREDAJ V TIC BREZNO ALEBO 1 HODINU PRED KONCERTOM.  
INFO: 0911 982 270

BREZNO Služby Kultúra Šport  
Technické služby Brezno



# ADVENT 2019

PROGRAM

ADVENTNÉ NEDELE • OD 16.00 HOD. • NÁMESTIE



1.12.2019

MIEŠANÝ SPEVÁCKY  
ZBOR JUVENTUS



8.12.2019

DYCHOVÝ ORCHESTER  
MESTA BREZNO



15.12.2019

SPEVÁCKY ZBOR  
MESTA BREZNO



22.12.2019

SPEVÁČKA SKUPINA  
DC PRAMEŇ, BETLEHEMCI,  
BETLEHEMSKÉ SVETLO

Primátorský čaj spojený s charitatívnou zbierkou,  
vianočné pečivo od seniorov z DC Prameň

BREZNO

Služby Kultúra Šport  
Technické služby Brezno

MESTO BREZNO VÁS  
POZÝVA NA



**Mikulášske  
radosti**

MIA DEŤOM  
(INTERAKTÍVNY  
KONCERT PRE DETI)

**NÁMESTIE  
6.12.2019  
OD 16.00HOD**

MIKULÁŠSKY PUNČ S  
MESTSKÝM MLÁDEŽNÍCKYM  
PARLAMENTOM

STRETNIUTIE DEŤÍ  
S MIKULÁŠOM

ROZSVIETENIE VIANOČNÉHO  
STROMČEKA

BREZNO Služby Kultúra Šport  
Technické služby Brezno

MESTO BREZNO VÁS POZÝVA NA  
**VIANOČNÉ  
TRHY**



**16.12. - 20.12.2019**

SPRIEVODNÝ PROGRAM:

16.12.2019 - 17.00 OTVORENIE VIANOČNÝCH TRHOV  
EMA MURIŇÁKOVÁ, ANETA PITOŇÁKOVÁ, MARTIN VETRÁK

19.12.2019 - OD 16.00  
DETSKÝ DYCHOVÝ ORCHESTER ZUŠ BREZNO SPEVÁČKA SKUPINA DC PRAMEŇ

20.12.2019 - OD 16.00  
DETSKÝ SPEVÁCKY ZBOR ÚSMEV PRI ZUŠ BREZNO, VESELÍ CHLAPCI Z HOREHRONIA  
PRIMÁTORSKÁ KAPUSTNICA, PRIMÁTORSKY PUNČ

BREZNO Služby Kultúra Šport  
Technické služby Brezno

**Vianoce v  
Brezne  
2019**

**ONDREJSKÝ JARMOK** Námestie / Mestský park

29.11.2019 12:00 - OTVORENIE ONDREJSKÉHO JARMOKU  
DÍVADELNÝ SÚBOR J. CHALUPKU, ZUŠ BREZNO, KUČERAVÝ JAVOR

30.11.2019 10:00 - SALAŠ ZBOJSKÁ - ZABÍJAČKOVÉ SPECIÁLITY,  
KRNOHÁRI, LH NÁTURA

**ADVENTNÉ NEDELE** od 16:00 / Námestie

1.12.2019 MIEŠANÝ SPEVÁCKY ZBOR JUVENTUS

8.12.2019 DYCHOVÝ ORCHESTER MESTA BREZNO

15.12.2019 SPEVÁCKY ZBOR MESTA BREZNO

22.12.2019 SPEVÁČKA SKUPINA DC PRAMEŇ  
BETLEHEMCI, BETLEHEMSKÉ SVETLO

**MIKULÁŠSKE RADOSTI** od 16:00 / Námestie

6.12.2019 MIA DEŤOM  
(INTERAKTÍVNY KONCERT PRE DETI)  
STRETNIUTIE DEŤÍ S MIKULÁŠOM  
ROZSVIETENIE VIANOČNÉHO STROMČEKA

**VIANOČNÉ TRHY** od 09:00 / Námestie

17:00 - OTVORENIE VIANOČNÝCH TRHOV  
EMA MURIŇÁKOVÁ, ANETA PITOŇÁKOVÁ, MARTIN VETRÁK

18:00 - DETSKÝ DYCHOVÝ ORCHESTER ZUŠ BREZNO

19.12.2019 SPEVÁČKA SKUPINA DC PRAMEŇ

20.12.2019 16:00 - DETSKÝ SPEVÁCKY ZBOR ÚSMEV PRI ZUŠ BREZNO  
VESELÍ CHLAPCI Z HOREHRONIA

**SILVESTER 2019** 22.30 - 01.00 / Námestie

31.12.2019 SKUPINA ZBM  
PRIHOVOR PRIMÁTORA MESTA BREZNO -  
OHŇOSTROJ

BREZNO Služby Kultúra Šport  
Technické služby Brezno



Autor: PK	vrchná časť	<b>T3</b>		opojila	časť krosien	zelenina	Ministerstvo hospodárstva	plošná miera	logická hra	usekol		neznámil úradom	<b>T1</b>	Stanislav (dom.)
Veľký Choč			obtrhajú, oriafu								rozum (grécky, filozof.)			
rýp			<b>T7</b> Amer. Assoc. of Veterinary Anatomists								kód Estónska lepido			
český hudobník, skladateľ (Ladislav)							mlčanlivo, potichu	chata druh nábytku						
pracovalo s pluhom							Nová scéna majetky nevesty		január (čes.) ohryzol, poožúval					
máva							prejav nesúhlasu znaky tónov				hvbýský zbojník chytť, lap			
	citoslovce posmechu zadivenie sa			<b>T6</b> český spisovateľ							Lasert Jet zomrie			New York Auto Recovery
pribytok včiel			metropola Havaja potrestám (hov.)									Európska norma stane sa zlatým		
dupoce							omotalo	lomozenia slovenská obec						
modly							Okresný výbor Integrated Services Digital Network				zavzqala prenášaj			
prijíma návštevu							mužské meno				obyvateľ Ilýrie			
Pomôcky: OMNIS, HOLAN, NÚS	mužské meno	<b>T2</b>									voda (franc.) korok (čes.)			zasejú
slovko rozpakov (oné)							odraz svetla kartársky výraz					Telefónne číslo organizácie meno Miloša		
Min. vnútra Slov. republiky							časť dňa 3000 v Ríme				všetko po latinsky Daňové identif. číslo			
počítam (hov.)							young lady (skr.)	existuješ			odierate ECV Levoče			
ide (nár.)				<b>T4</b>									citoslovce radosti	
skratka súhvezdia Chameleón							mlieko (det.)							Ludová únia

Správne riešenie krížovky zašlite na adresu Brezňan – mestské noviny, Námestie gen. M. R. Štefánika 1, 977 01 Brezno alebo vhodte do schránky vo vestibule mestského úradu do piatka 13. decembra. Výherca získa darčkové predmety od mesta Brezno. Z riešiteľov minulej krížovky sme vyžrebovali **Janku Kováčiková z Brezna**. Blahoželáme! Výhru si vyzdvihnite v redakcii.



# TRIEDENIE ODPADU

VHADZOVAŤ

NEVRATNÉ OBALY  
ZO SKLA OD NÁPOJOV  
BEZ UZÁVEROV  
SKLENENÉ NÁDOBY  
SKLENENÉ POHÁRE  
OD ZAVÁRANÍN

VHADZOVAŤ

NOVINY  
ČASOPISY  
KRABICE  
KARTÓNY  
PAPIEROVÉ SÁČKY  
KNIHY  
LETÁKY  
PAPIEROVÉ OBALY  
KANCELÁRSKY PAPIER

VHADZOVAŤ

PET FLAŠE  
PLASTOVÉ OBALY  
MIKROTÉNOVÉ SÁČKY  
KOVOVÉ OBALY  
KONZERVY  
NÁPOJOVÉ PLECHOVKY  
KOVOVÉ SÚČIASTKY  
HLINÍKOVÉ PREDMETY  
VIACVRSTVOVÉ OBALY  
OD MLIEKA



NEVHADZOVAŤ

PORCELÁN  
KERAMIKU  
ŽIAROVKY  
ŽIARIVKY  
ZRKADLÁ  
DRÔTOVANÉ SKLO  
TV A PC OBRAZOVKY  
AUTOSKLO

NEVHADZOVAŤ

MOKRÝ PAPIER  
VIACVRSTVOVÉ OBALY  
KOPÍROVACÍ PAPIER  
MASTNÝ PAPIER  
POUŽITÉ PAPIEROVÉ  
VRECKOVKY, HYGIENICKÉ  
POTREBY  
DETSKÉ PLIENKY  
SILNO ZNEČISTENÝ PAPIER  
KOMUN. ZMESOVÝ ODPAD

NEVHADZOVAŤ

BIOLOGICKÝ ODPAD  
BATÉRIE  
ŽIAROVKY  
ŽIARIVKY  
ELEKTRO ODPAD  
OBALY OBSAHUJÚCE  
ZVYŠKY  
NEBEZPEČNÝCH LÁTOK



# Diváci v Aréne videli skvelé hokejové predstavenie

## 2. HOKEJOVÁ LIGA

**HK BREZNO - MŠK ŽIAR NAD HRONOM 5:6pp (3:2, 2:1, 0:2, 0:1)**

Góly BR: KOŠTIAL Martin (FAŠKO Andrej), KOŠTIAL Martin (FAŠKO Andrej), KOŠTIAL Martin, PINKA Lukáš (ZNAK Radovan, LUNTER Peter), ZEMANČÍK Matúš

Skvelý hokejový večer predviedli v predposlednú novembrovú sobotu obe družstvá pred najvyššou diváckou návštevou za posledné sezóny. Úvod vyšiel lepšie hosťom a do troch minút viedli 0:2. Oddychový čas priniesol zlepšený prejav a do konca prvej tretiny Brežňania strelil tri góly. Domáce mužstvo pracovalo na hrane možnosti a diváci sledovali parádne hokejové predstavenie. Záver však patril hosťom, v ktorom rozhodla herná výpelosť hokejových legiend. „Sme hrdí na predvedenú hru našich rytierov. Diváci boli našim ďalším hráčom, s nimi

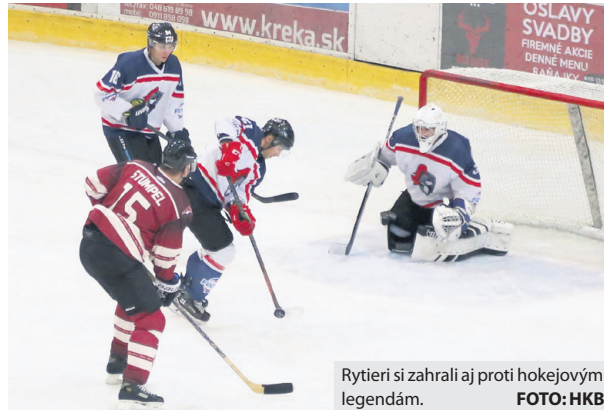
vyhrávame aj znášame prehry. V riadnom hracom čase sme naďalej doma neporazení. Veľká vďaka za finančnú aj materiálnu podporu pre psíky v Tuláčiku,“ uviedol Peter Šulej z HK Brezno.

## K-CLASSIC 1. LIGA DORAST

**MHC 46 BARDEJOV - HK BREZNO 4:5pp (1:1, 1:2, 2:1, 0:1)**

Góly BR: BÁLINT Marek (ŠVEC Dominik, MURÍN Sebastián), BÁLINT Marek (MURÍN Sebastián, NOVYSEDLÁK Samuel), BOSMAN Andreas (KOVÁČIK Richard), ŠVEC Dominik, BÁLINT Marek

Brežňania sa už skoro ráno o piatej vydali na cestu do Bardejova. Pravdepodobne tento fakt poznačil ich výkon v prvej tretine, v ktorej dostali až päť menších trestov. Všetky oslabenia ubránili a aj skoro odpovedali na inkasovaný gól a tak do druhej tretiny išli s nerozhodným skóre 1:1.



Rytieri si zahrali aj proti hokejovým legendám. FOTO: HKB

Domáci ale na začiatku tretiny využili presilovku a išli do vedenia. Hostia naďalej pokračovali vo svojej nátlakovej hre, z ktorej však nevyťažili nič. Hralo sa prakticky na jednu bránu. Brežňania ale nepolavili a odmenou im bolo otočenie skóre po druhej tretine vo svoj prospech. Slabšia koncentrácia, nedisciplinovanosť a domáci v presilovke vyrovnali. Hostia však stále chceli strhnúť víťazstvo na

svoju stranu, no slabá koncovka bola proti. A to sa skoro stalo hosťom aj osudným, keď v závere z ojedinelého útoku hráči Bardejova skórovali a šli do vedenia 4:3. Brežňania sa nevzdali a ešte v poslednej minúte Švec krásnou strelou vyrovnal. Zápas išiel do predĺženia, v ktorom strelecky disponovaný kapitán Bálint dal svoj tretí gól a tím aj rozhodol o víťazstve hostí. Po tomto zápase sú Brežňania

opäť bližšie k bojom o Extraligu dorastu.

**MŠHKM PRIEVIDZA - HK BREZNO 1:5 (1:3, 0:2, 0:0)**

Góly BR: VALLO Timotej (RENDEK Šimon), TURŇA Oliver (BOSMAN Andreas, ŠARINA Tomáš), ŠVEC Dominik (MURÍN Sebastián, BÁLINT Marek), DEBNÁR Michal (PETRISKO Oliver, RENDEK Šimon), RENDEK Šimon (DÖRDÍK Jakub, DEBNÁR Michal)

## 1. LIGA STARŠÍCH ŽIAKOV 8. ROČNÍK

**HC 07 WPC DETVA - HK BREZNO 2:7 (0:3, 2:2, 0:2)**

Góly BR: PILIAR Samuel (BÁLINT Alex), KVIETOK Jakub (PILIAR Samuel, BELKOVÁ Tezera), KVIETOK Jakub (BÁLINT Alex, PILIAR Samuel), ĎURIŠ Patrik, HRUŠKA Kristián (BÁLINT Alex), PILIAR Samuel (BÁLINT Alex (13), KVIETOK Jakub), KVIETOK Jakub (BÁLINT Alex)

(hkb)

**Vianočný HALOVÝ FUTBALOVÝ TURNAJ**  
HRACÍ SYSTÉM: 4+1 • 1 X 15 MINÚT

**21.12.2019** | MESTSKÁ ŠPORTOVÁ HALA (PRI FLAVÁRNI)

PRÍHLASOVANIE: DO 7.12.2019 NA RECEPCII ZIMNÉHO ŠTADIÓNA ALEBO NA EMAILOVEJ ADRESE: MIROSLAV.BARAN@TSBREZNO.SK

**POZOR : MAXIMÁLNY POČET TÍMOV JE 16 !**  
ZAČIATOK TURNAJA : 8.00 H.  
ŠTARTOVNÉ : 5 € / OS., UHRADIŤ DO 7.12.2019 NA RECEPCII ZIMNÉHO ŠTADIÓNA.

Stužby Kultúra Šport  
Technické služby Brezno

BREZNO

Urpiner

POHÁR PRIMÁTORA MESTA BREZNO

**Slovenský pohár**

Rybnus  
Dobrá škola tančenia  
Fábri Dance School

vstupné: 10 €  
deti, dôchodcovia  
a ZŤP: 5 €  
deti do 6 rokov: 0€

**7. 12. 2019**  
Slovenský pohár  
dospelí / juniori  
GALAPROGRAM 18:30

**8. 12. 2019**  
bodovacie súťaže  
deti 1 E/D, deti 2 E/D,  
juniori 1 D/C, juniori 2 B,  
dospelí D/C/B

SZTŠ

Brezno

ŠPORTOVÁ HALA MAZORNÍK

FÄnn parfumerie  
Lety ZERRENPAČ  
HOTEL & RESTAURANT  
Carlson ZERRENPAČ  
HOTEL & RESTAURANT  
Golián  
olejari.sk  
BREZNO