

12
23
01
24



12
23
01
24

EDITORIÁL / 03

PÍSAČKY JOZEFA ROZBORU:
MÔJ MACEK KAPOR / 04
VIANOČNÝ KAPRÍK / 06

CESTOPISY T. STANOVEJ: JEREVAN / 09

LISTY MARIANA S.:
10. ROČNÍK ŽUPNEJ OLYMPIÁDY / 20
1. ROČNÍK STAROMESTSKEJ OLYMPIÁDY / 23
TVORIVÉ DIELNE / 25
ZLATÉ PIESKY / 28
STRÁŽNICA A BAŤOV KANÁL / 30

LITERÁRNA PRÍLOHA: POÉZIA NA DECEMBER / 34

PROGRAM

ŠŤASTNÉ A VESELÉ STARÉ MESTO 2023 / 41
PISTORIHO PALÁC / 43
G19 / 43
ZICHYO PALÁC / 45
STAROMESTSKÁ KNIŽNICA / 46
KONTAKTY / 48

foto na obálke:
Hlavné námestie, január 2021

Milí naši pisatelia,
chcem sa vám poďakovať za ďalší spoločný rok.

Pán Jozef, Vaše texty čítam veľmi rada. Vždy sa teším na nové príbehy. Predstavujem si, že ste ich všetky zažili Vy, od brilantného detektíva cez vášnivého turistu až po presvedčeného rybára. Obzvlášť mám rada Vaše príbehy spomínajúce na minulý režim. Je to minulosť, ktorá sa dnes javí neuveriteľná a preto je dôležité na ňu nezabudnúť. Prostredníctvom drobných príbehov mladého riaditeľa alebo sťahovania obrovského počítača si spomienky uchováme ľahšie, pretože Váš svieži zmysel pre humor im dáva príjemnú ľahkosť.

Pán Marian, ďakujem za Vaše inšpiratívne odhodlanie neustále skúšať nové veci, učiť sa čeliť všetkému, čo sa Vám postaví do cesty. Je mi ctou, že ste súčasťou nášho magazínu a pevne verím, že ešte dlho budete.

Mám to šťastie, že cestopisy pani Tatiany čítam ako prvá. Je to trochu akoby som bola bádatel'ka, ktorá je po prvý raz v novej zemi. Spoznávam ju a pripravujem pre ďalších, našich čitateľov. A pravidelne si hovorím, že keď pôjdem najbližšie na dovolenku, tak práve do Dubrovnika, Petry alebo na Lanzarote. Ďakujem, že som všetky tieto čarovné miesta mohla precestovať s Vami, aj keď som vlastne nevystřčila päty z Bratislavy.

Ďakujem aj vám ostatným, že ste sa k nám pripojili a obohacujete nás svojimi zážitkami a zamysleniami.

Prajem vám krásny predvianočný čas, nech si ho spokojne užijete s tými, ktorí sú vám blízki.

Šťastné a veselé!

MÔJ MACEK KAPOR

Bol 15. september, v kalendári zapísané Jolana, Melisa a Sedembolestná Panna Mária. K tomu ešte nepracovný deň. Tak som sa vybral s udicami k rieke Nitra, skúsiť prekabátiť lenivé ryby.

Predohra

Rybárska výstroj stojí pri dverách garáže ako vojaci v očakávaní písknutia na poplach.

Čas „Č“ nastal. Ešte vybrať zmrazené násady, nahodiť rybársku výbavu na chrbát a vysadnúť na bicykel.

Paráda! Ten pocit ľahkosti a spolupatričnosti na dedine, kde sa ľudia poznajú a navzájom sa po pozdrave porozprávajú! Aj v pohostinstve *U Majky*, kde vzduch vždy vonia človečinou posilnenou sladkým chmelovým mocom. Nevieť čím to je, ale pani Majka má zrejme hodiny nastavené opačne. Jej čas ubúda a nie pribúda. „*Vitajte, ako sa máte? Kde máte prives k bicyklu a chladiace tašky na bohatý úlovok?*“ „*Počkajte, pani Majka, až sa vrátim! A chystajte panvičku na môj úlovok. Mám tušenie, že to bude *Cyprinus caprio*, po našom kapor.*“

Držiac sa hesla Trpezlivosť ryby prináša frčím k rieke, kde sa od vody odráža majestátny Zobor.

Cesta k vrcholu

Cesta s vidinou úlovku k vode, ktorá je výnimočná tým, že dlhé roky bola a stále je veselá. Akurát strmú cestičku z protipovodňového násypu bolo potrebné splanirovať, čo som nedobrovoľne zabezpečil. Výsledok a dohra tohto bola, že moja práčka odmietla čistiť taký kaliber ílovitej, lepiacej sa zeminy.

„*Dobrý deň, ryby dnes berú?*“ pýtam sa kolegov rybárov.

„*Nie, akurát jeden mešťan sa hral na *Chyt' a pust'*. Keby sme tolerovali tých, ktorí iba ryby dopichajú a pustia späť do vody! Tie potom neberú a nám, väčšinou dôchodcom, potom chýba významný článok zdravej výživy.*“

Ostávam v nemom úžase pri pohľade na ich výbavu. Staré lami-

nátové udice nebolo vidieť. Samé Made in England, Japan, Czech. Zrejme minuli peniažky, ktoré im pridali k dôchodkom pracujúci potomkovia.

Na brehu rieky šupiny, v kríkoch neporiadok a vnútornosti nemých tvárí. Vie niekto povedať, prečo ten hlupák strihá kliešťami najtvrdší lúč plutvy ryby? Aha, zabudol som. Vraj, aby si nepoškodil vnútrajšok kufra auta. Prekračujem nedopitú fľašku s alkoholom a počúvam spršku vulgárnych nadávok podguráženého rybára. V diaľke vidím smutných kolegov, ktorí sa hanbia za čierne ovce rybárskej obce.

Vyvrcholenie

Kŕmiace násady som vhodil do rieky ručne, nie prakom, ktorý by mohol vyrušiť nemé, ale vidiace tváre pod vodou. Po očku som sledoval ostatných. Kamenné tváre bez záujmu o dianie okolo. Ale až do okamihu, keď mi pípol hlásič. Jemný zásek, povoliť a už niečo kľukato pláva k brehu. Po tomto sekundu trvajúcim zoznámení sa začal nevídaný súboj. Väčšie vyhliadky na úspech mala ryba. Jej hlavný tromf bolo poznanie terénu okolo koreňov vyvrátených stromov a trsy vodnej trávy, ktoré odtrhávala zo dna a akoby naschvál ich vešala na šnúry susedov. Lovcovou výhodou boli bohaté skúsenosti a obrovská túžba rybu zdolať. Nedalo sa inak, nezostanem v hanbe pred Majkou! Pre úlovok bolo treba vstúpiť do vody. Voda mi už siahala powyše pása. Toto moje hrôzostrašné divadlo našťastie skončilo za čas, o ktorom som stratil pojem. Z vody sa vynorila štíhla do zlatova sfarbená ryba. Ešte sa pokúsila uniknúť do naplaveného kríčia, no sústredený rybár ju obratne previedol tesne okolo prekážky. Víťazstvo sa definitívne priklonilo na stranu vykúpaného lovca.

Opona

Po skončení rybačky som pochopil, prečo som musel okúsiť na tele chladnú vodu rieky: aby si ryby mysleli, že ich čas ešte neprišiel a idem sa iba vykúpať. Prerátali sa!

Teplý večer v znamení Panny na oblohe doznieval. Rybári a príseďiaci premýšľali nad tým, ktorý šupinatý jedinec bude mať to šťastie a skončí na Majkinej panvici. No predsa ten môj, macek kapor!

VIANOČNÝ KAPRÍK

Ku kvíleniu pesničiek, kolied a reklám o tom, kde, čo a ako lacno kúpiť, sa pridala moja domáca. Že je tu Lucia, dva týždne pred Vianocami a je zvedavá, či konečne donesiem z rybníka kapra. Nie vraj ako minulé sviatky, keď som tri týždne číhal pri rybníku na úlovok a domov som prichádzal rozohriaty, hoci bol december. A ešte som vraj smrdel po dyme, nie však od ohníka, ale od zálahy dymu z už spopolnených cigariet v krčme *U Slávika* (hoci som nefajčiar).

Moja rybárska česť velila, aby som dokázal opodstatnenosť vložených peňazí do výbavy a potešil rodinu čerstvým, práve z vody vytiahnutým kapríkom.

Ryby alebo hríby?

V sobotu pred deviatou, nabalený obyčajnou poživňou pre mňa a špeciálnou pre budúceho vianočného kapríka, zdravím kamarátov sediacych vo vyhriatej krčme. Jej majiteľ Slávik zriadil tento útulok pre smädných cestujúcich priamo na železničnej stanici. Službu mal Rudo, s ktorým som dral nohavice na základnej. Dnes už pán prednosta stanice, kde rýchliky iba prefrčia a kde zastavia už značne preriedené, tiež krízou postihnuté vláčiky. V civile náruživý zberateľ húb a hríbov, s ktorými je to u nás doma ako s rybami – raz hojne a tri krát nič. Od nepamäti s ním vediem vášnivé diskusie o užitočnosti našich už viac ako koníčkov. Najmä v poslednom čase dobieďza na hnutie *Chyt' a pust'*. Prečo to vraj robíme? Ťažko lapíme ryбку, vystresujeme ju fotografovaním a pustíme späť. To oni, hubári, čo nechcú, nezoberú a nechajú iným. Naša debata vždy skončila nerozhodne a dočasným poctivým zmierením v krčme, vedľa prednostovej kancelárie.

V ten zimný decembrový deň skončila naša diskusia pred mojím odchodom vlakom k rybníku stávkou: ak chytím kapra, Rudo do informačnej tabule s cestovným poriadkom napíše „*Zbieranie húb škodí zdraviu.*“ A naopak, ak neuspem ja, napíšem „*Chytanie rýb škodí zdraviu.*“

Ľadový posed

K spolovice zamrznutému rybníku prichádzam s pocitom veľkej zodpovednosti nielen pred sebou, ale aj kamarátmi s udicami: nezradím rybársku česť! Zodpovedne pripravujem návnadu podľa najnovších poznatkov a hádzem smerom k ľadu. Už iba čakať, prechádzať sa od chladu po brehu, pozeráť na hodinky, aby som stihol vlak o piatej. Ale aj žičlivo potáhať z čutory naplnenej čajom plávajúcimi na povrchu statočného rumu. Čas a moja nervozita rastú. Tu zrazu počujem pípanie. Nebodaj záber? Hoci mi srdce padá kde-si do maskáčov, cítim na vlasci odpor.

Zrejme planý poplach. Ale nie! Po dlhšom laškovaní spotený, hoci je chladno, norím podberák pod znaveného kapríka.

S hrdosťou sa obzerám okolo, čo na to kolegovia. Nevadí, že tu práve nie sú. Balím veci a s kapríkom vo vedierku s vodou utekám k vlaku.

S úsmevom otváram dvere *U Slávika* a kričím: „*Kde je ten macher, ktorý namiesto zbierania húb iba svojou mláti!*“ Chlapi neveria vlastným podguráženým očiam a tipujú kapríkove miery ako na súťaži MISS. Ešteže ich majú rozšírené a vidia všetko väčšie! Rudo tam nie je. „*Je po službe a určite doma spí, veď si dal tri zdravotné pívá so zasmažkou, aby lepšie chrápal,*“ oznamujú chlapi. Nevadí, zoberiem kapríka domov a do Vianoc ho dokrmím do poctivej veľkosti a váhy.

Kapříkova agónia

Napustil som vaňu v letnej kuchyni a kapor si začal omaciavať svoj nový rybník. S kŕmením som začal ihneď. Ponúkal som mu tie najlepšie kaprie dobroty, ale on nič. Zafal sa. Iba fľochol jedným okom na mňa a tlápol chvostom až som zostal mokrý. „*Počkaj ty koťuha!*“ pomyslel som si a zobral z klinca župan, ktorý priniesol starý otec z kúpeľov, čo potvrdzoval vyšitý nápis Smrdáky. Zabalil som do neho kaproša a začal ho kŕmiť ako hus. Priamo do huby. On však iba zavrel oči a prestal sa metať. Zľakol som sa, že nedožije do Vianoc a tak som ho znova pustil do vane. Druhý deň nič nové. Došlo mi ho ľúto. Aj svedomie ma mávalo, za čin privlastnenia si ryby bez predpísanej miery.

Tak som ho vložil do vedra s vodou a šup s ním naspäť k rybníku.

Chlapi *U Slávika* nechceli veriť, že kapra pustím do vody. Rudovi som povedal nech splní stávkou, pretože keď sa vrátim, budeme všetci čítať dôležitý oznam. Stalo sa. Napísal, čo stávka určila. Počkal

na mňa, aby som bol pri vyvesení obsahu nelichotivého pre neho a všetkých hubárov. Lenže moje rybárske rytierske srdce mi nedalo byť k porazenému krutý a oznam skončil v horiacich kachliach.

Po návrate od rybníka, v ten teplý, fajčiarmi zamorený večer sme sa s Rudom *U Slávika* zasa pomerili. Už žiadne posmešky na rybárov a hubárov. Naše slová sme spečatili dohodou, že pôjdeme spoločne k vode na ryby a keď budú rásť, tak aj do lesa na hríby.



„Keď na Luciu stojí hus na ľade,
budú Vianoce bez ryby.“

JEREVAN: ARMÉNSKY POKLAD KAUKAZU

Je december, blížia sa Vianoce, najkrajšie kresťanské sviatky. Je najvhodnejší čas napísať niečo o krajine, ktorá ako prvá na svete prijala kresťanstvo za svoje hlavné náboženstvo. Tou krajinou je Arménsko. Bolo to v roku 301 – 12 rokov pred starovekým Rímom, ktorý sa pokladá za jeho kolísku. Symbolom krajiny sú dodnes historické arménske kríže „khachkary“ (čačkari). Sú nádherné, bohato zdobené ornamentmi a kvetmi. Najstarší khachkar so známym dátumom bol vyrezaný v roku 879. Najväčšia zbierka týchto starobylých krížov je na západnom pobreží jazera Sevan, kde je starý cintorín s asi 900 khachkarmi rôznych štýlov z rôznych období. Od roku 2010 sú khachkary zapísané do Zoznamu nehmotného kultúrneho dedičstva UNESCO.

Arméni sú úprimne veriaci a majú radi legendy. Podľa jednej z nich pristála po potope sveta Noemova archa na horách Araratu. Noe zo-



Múzeum písomníctva Matenadaran

stúpil do arménskej zeme a stal sa tak prvým Arménom. Noemovi synovia sa potom rozišli do sveta a keďže všetci sme ich potomkami, všetci máme arménske korene a teda sme všetci vlastne Arménmi. Hoci dnes hora Ararat patrí Turecku, stále má miesto v srdciach Arménov a podľa miestnej povery, pohľad na jej zasnežený štít je dopriaty iba mimoriadne dobrým hosťom. Som náramne poctená, že k nim patrím aj ja.

V Arménsku sme stihli navštíviť len hlavné mesto Jerevan, ale aj ten krátky čas, ktorý sme tam strávili, stačil na to, aby nás mesto očarilo a navždy si nás získalo.

Jerevan sa nachádza na západe krajiny, len 12 km od tureckých hraníc. História mesta je dlhá a mimoriadne bohatá. Je jedným z najstarších miest na svete, presne o 29 rokov staršie ako Rím. Jeho história sa začala v roku 782 pred n. l. v pevnosti Erebuni, ktorú založil Argishti I., kráľ starovekého štátu Urartu, nazývaného tiež Ararat, alebo Kráľovstvo Van. V čase najväčšej slávy sa toto kráľovstvo rozprestieralo od Stredozemného mora až po Kaspické.

Jerevan je mesto priateľských a pohostinných ľudí. Centrum je plné kostolov, sôch a parkov. Na metropolu, kde žije vyše milión ľudí, tu vládne poriadok a čistota.

Prehliadku mesta sme začali na kopci pri múzeu písomníctva **Matenadaran** (v preklade „Úschovňa kníh“), ktoré je zároveň Vedeckým inštitútom starých arménskych rukopisov. V tomto múzeu sa nachádza najväčšia svetová zbierka vzácných rukopisov, je ich až 17 tisíc. Vybudované bolo v roku 1920 a nesie meno svätého Mesropa Maštoca, ktorý v roku 405 vytvoril arménsku abecedu. Pôvodne ju tvorilo 36 znakov, neskôr k nim boli pripojené ďalšie dva, takže dnes má 38 písmen. Je fascinujúce, že Arméni, ktorých história ťažko skúšala a stále skúša, si po stáročia uchovávajú svoj jazyk, písmo a náboženstvo. Je to akoby Slováci vedeli aj dnes prečítať knihy napísané v hlaholike.

Od múzea pokračujeme ku **Kaskáde – Grand Cascade**. Je to unikátny architektonický a schodiskový komplex z tufu, ktorý klesá z vrchu Kanaker na ulicu Tamanyan. Jeho výstavba začala v 1974, ale po rozpade Sovietskeho zväzu neboli prostriedky na jej dokončenie a tak sa za pomoci bohatých arménskych krajanov dokončuje dodnes. Ale aj v súčasnej podobe očarí svojou majestátnosťou a umeleckým stvárnením.

Veľká Kaskáda pozostáva z piatich terás, pospájaných 550 schodmi. Vo vnútri sa skrývajú nielen eskalátory, uľahčujúce výstup na

vrchol, ale aj Gefesčyanske centrum umenia, kde možno vidieť exponáty antického aj moderného umenia, napríklad diela Marca Chagalla či Andyho Warhola. Z vrchnej plošiny je nádherný výhľad na mesto, na sochu Matky Arménie a nás navyše obdarilo aj pohľadom na zasnežený Ararat.

Po zdolaní všetkých plošín a schodov Kaskády sa dostávame dolu do parku plného zelene s desiatkami umeleckých diel. Zaujmu najmä majestátne sochy Fernanda Botera, ktoré sú tu hneď tri – Mačka, Fajčiaca žena a Rímsky vojak. Všade je čisto, upravené stromy, kvety a lavičky vytvárajú príjemné prostredie na posedenie vo dne aj v noci.

Z parku ideme na **Námestie Slobody**, kde stojí Divadlo opery a baletu. Za Námestím Slobody sa nachádza umelá vodná nádrž, pomenovaná podľa Čajkovského baletu – Labutie jazero. Z Námestia Slobody sa dostaneme moderným bulvárom Abovyana na Námestie Republiky. Celé námestie má rozlohu asi 30 000 metrov štvorcových, je obklopené piatimi budovami z ružovkastého tufu, medzi ktorými sú aj budova vlády, budova centrálnej pošty a ministerstvo zahraničných vecí, dopravy a komunikácií a Historické múzeum Arménska s Národnou galériou. Symbolom námestia je Hodinová veža, ktorá je súčasťou vládnej budovy. V arkádach Historického múzea môžeme vidieť repliky niektorých exponátov, medzi ktorými je okrem krásnych historických artefaktov a khachkarov aj znak Arménskej zväzovej republiky z čias Sovietskeho zväzu. Arméni sú



Kaskády - pohľad zhora na mesto s Araratom v pozadí



Kaskády
(jedna z plošín)



Kaskády
(detail)

Kaskády
(vnútorný
priestor
so schodmi
a dielami)



Kaskády v noci





Park
pod Kaskádami



na svoju históriu veľmi hrdí a toto je jej súčasťou, preto niet dôvodu, aby sa k nej nehlásili. Pred budovou múzea je rozsiahly komplex fontán, ktoré prvýkrát zaspievali už v roku 1971. Po roku 2000 fontány schátrali, no vďaka finančnej podpore francúzskej diaspóry v roku 2007, pri príležitosti výročia nezávislosti Arménska, začali fontány opäť fungovať. Sú veľkým lákadlom pre domácich aj turistov, ktorí k nim prichádzajú každý večer počas celého leta. Klasická, národná, rocková aj popová hudba tvorí podklad pre tanec vody, svetla a farieb. Svetelná šou končí šansónom „Večná láska“ Francúza Charlesa Aznavoura, syna arménskych utečencov, ktorý sa ku svojim arménskym koreňom vždy hlásil. Po Charlesovi Aznavourovi, ktorý sa stal čestným občanom Arménska, je pomenované krásne polkruhové námestie s fontánou zverokruhu a sochami býka a pavúka aj s veľkou šachovnicou.

Nedaleko od Námestia Republiky sa nachádza **kostol sv. Anny so starobyľým kostolíkom Katoghike** z 12. st., ktorý ako zázrakom prežil veľké zemetrasenie v roku 1988, ktoré si vyžiadalo životy viac ako 25 000 ľudí a pri ktorom bola zničená veľká časť mesta aj mnoho historických pamiatok. Preto napriek tomu, že kresťanská



Námestie Republiky s Hodinovou vežou



Námestie Republiky a spievajúca fontána (v noci)

tradícia v Arménsku je veľmi dlhá, v Jerevane veľa starých kostolov nenájdeme. Ako kompenzáciu postavili Arméni v roku 2001 **Katedrálu svätého Gregora Iluminátora**. Vo vnútri katedrály sú relikvie spojené so svätým Gregorom Iluminátorom. Budovy chrámu majú malebný výhľad a v ich okolí sa nachádza z jednej strany krásny park s lavičkami, kvetmi, stromami a sochami a z druhej moderný skatepark.

Cez ďalší park s fontánami a so sochami starobylých arménskych pamiatok, ktorý je v podstate názornou učebnicou dejín Arménska, smerujeme k trhu **Vernissage**. Predávajú tu krásne suveníry, ručne vyrábané bábiky, obrusy, národné hudobné nástroje, tanier, obrazy, koberce, keramiku, stolové hry a výrobky z dreva, starožitnosti aj zberateľské predmety. Nechýbajú ani stánky s jedlom a nápojmi, vrátane kvasu. Nielen tu treba ochutnať vynikajúce šaláty s arménskym syrom, arménsky chorovac – kúsky grilovaného mäsa a tenučký arménsky chlieb lavaš. Na zapitie je vhodné výborné arménske víno alebo kvalitný koňak.

Je fascinujúce, aký vzťah majú Arméni ku svojim dejinám. Na každom kroku nachádzame sochy, pamätníky a pamätné tabule významných arménskych osobností, či historických udalostí. Dokonca si ich pripomínajú aj na mestských bilbordochoch. Niet divu, že Arméni

Kostol sv. Anny s kostolíkom Katoghike



svoju históriu poznajú, sú na ňu hrdí a hlásia sa ku svojmu pôvodu aj dlho po odchode z krajiny. Obdivujem a ticho závidím.

Zaujímavosťou Jerevanu je **Modrá mešita**. Postavená bola v 18. storočí a je súčasťou komplexu perzskej architektúry s minaretom a vnútorným átriom. Je jedinou mešitou nielen v Jerevane, ale v celom Arménsku. Dnes patrí k iránskemu kultúrnemu centru, návšteva je bezplatná, vyžadujú sa však zahalené ramená aj kolená.

Za tých pár dní, ktoré sme v Jerevane strávili sme nestihli vidieť všetky jeho pamätihodnosti. Spomeniem len komplex Tsitsernakaberd – pamätník na počesť jeden a pol milióna Arménov, ktorí zomreli v dôsledku tureckej genocídy, ale aj romantický Park milencov,



Katedrála sv.
Gregora
Illuminátora



Námestie
Charlesa
Aznavoura

Pevnosť Erebuni, či továreň Ararat na výrobu jedného z najstarších a najlepších koňakov na svete, v ktorej uchovávajú Sud mieru, ktorý sa vraj otvorí vtedy, keď bude mier v Karabachu. Nevieť, čo sa stane s týmto sudom. Tri dni po našom odchode z Jerevanu zahájil Azerbajdžan útok na Náhorný Karabach. Námestie Republiky, na ktorom sme strávili krásny večer pri spievajúcej fontáne sa zmenilo na miesto búrlivých protestov. Za ohlušujúceho ticha mocných muselo ujsť zo svojich domovov vyše 100 000 Arménov. Prišli o majetok a mnohí aj o svoje životy. 1.1.2024 Náhorný Karabach oficiálne prestane existovať. Aká bude budúcnosť Arménska, ktoré sa nachádza medzi Azerbajdžanom a Nachičevanskou autonómnou republikou, ktorá je súčasťou Azerbajdžanu? Chcem veriť, že šťastná a mierová. Veľmi to Arménom prajem.



Park - učebnica dejín Arménska



Trh Vernissage



Modrá mešita



Znak Župnej
olympiády
seniorov, kto-
rá sa konala
už 10. krát

10. ROČNÍK ŽUPNEJ OLYMPIÁDY

Milí moji čitatelia.

V poslednej dobe sa venujem písaniu o športe a o seniorských súťažiach v Bratislave. V jednom týždni boli dve olympiády seniorov a hlavná súťaž – 10. ročník Župnej olympiády seniorov o putovný pohár predsedu Bratislavského samosprávneho kraja, ktorá sa konala 23. 9. 2023 v čase od 8:00 do 15:00 pod záštitou predsedu Bratislavského samosprávneho kraja Juraja Drobu, ktorý športové podujatie otvoril a poprial súťažiacim pohodu, pokoj a dobré športové výsledky. Včas nám boli oznámené súťažné disciplíny – štafetová chôdza, hod valčekom na cieľ, hod šípkami na terč, florbalová strelba hokejkou na bránku, chôdza s loptičkou cez prekážky, hľadanie a kvíz o Bratislavskom kraji.

Vstupenkou pre družstvo bol upečený domáci koláč, ktorého úspešnosť hodnotili samotní účastníci v súťaži o najchutnejší župný koláčik. Podmienkou bola účasť súťažiacich nad 60 rokov. V ten deň mali organizátori hlavu v smútku, pretože celý deň pršalo. Všetci účastníci sme boli vo veľkej jedálni a čakali sme, kedy súťaž začne. Zariadenie, kde sa súťaž konala, nemá žiadnu telocvičňu. Po dlhej dobe čakania sa súťaž začala v nádherných priestoroch budovy.

Chodby a uvoľnené priestory v miestnostiach znamenali, že nakoniec sa všetky disciplíny uskutočnili a dopadlo to v rámci provizórnych možností dobre.

Po skončení súťaže bol obed a čakanie na vyhlásenie výsledkov. Počas čakania nám program vyplnili vystúpenia rôznych vekových kategórií mažoretiek. Bola radosť dívať sa na program od malých detičiek až po vystúpenie dospelých.

Celkovým víťazom 10. ročníka Župných športových hier 2023 sa stalo Denné centrum Rača, Kubačova 21. Hier sa zúčastnilo 18 družstiev.

S napätím sa čakalo, kto vyhrá súťaž o najchutnejší koláčik. Víťazom sa stal Domov jesene života, Hanulova 7/A, Bratislava.

10. olympiáda sa konala v zariadení sociálnych služieb Rosa, Dúbravská cesta 1, Bratislava. Tu treba poďakovať personálu, ktorý sa snažil vychádzať v ústrety požiadavkám organizátorov veľkej športovej akcie. Ešte pred obedom organizátori zabezpečili možnosť merania glykémie zdravotnými pracovníkmi a možnosť využiť masáž šije či očistenie okuliarov.

Čo dodať na záver? Iba to, že organizátori musia počítať i s plánom B, pretože počasie je nevyspytateľné a dokáže narušiť aj dobre pripravenú športovú akciu.

Nakoniec sme všetko zvládli, ďakujeme organizátorom a radi sa zúčastníme aj v budúcom roku.



Staromestský
tím



Župná
olympiáda
seniorov



Starosta
Starého Mesta
M. Vagač
otvára
1. ročník
Staromestskej
olympiády
seniorov

1. ROČNÍK STARO- MESTSKEJ OLYMPIÁDY

Milí moji čitatelia,

na záver jesenných športových aktivít sa konala 5. októbra na Železnej studničke Staromestská olympiáda. 1. ročník organizovaný mestskou časťou Bratislava-Staré Mesto. Je to inkluzívne športové podujatie pre staromestských seniorov a ľudí so zdravotným znevýhodnením. Športovej súťaže sa zúčastnil i starosta Starého Mesta pán inžinier Matej Vagač, ktorý súťaž zahájil a poprial nám dobrú náladu a hlavne dobré športové výsledky. Pri tejto súťaži sa kladie dôraz na presnosť, bystrosť, rýchlosť, zručnosť a vytrvalosť. Každá vlastnosť predstavuje v olympijských kruhoch jeden kruh.

V tomto roku som absolvoval 4 olympiády a na troch pršalo. Táto posledná sa konala za super pekného počasia, v prírode na Železnej studničke. Jej priebeh išiel podľa vopred vypracovaného plánu. Rozdiel oproti ostatným olympiádam bol v tom, že tu nesúťažili družstvá, ale každý súťažiaci sám za seba. Jednotlivé súťažné disciplíny boli rozmiestnené v okolí jazera a boli zamerané na už spomenuté vlastnosti. Súťažiaci seniori boli všetci nad 60 rokov. V závere merali zdravotníci rôzne parametre, napríklad silu v zápästí, rýchlosť, chôdze a ďalšie. Pri vyhodnotení zdôraznili, že dôchodcovia majú lepšie výsledky ako mládež meraná na podobnej súťaži. Toto konštatovanie nás veľmi potešilo.

Po skončení súťaže sme pri obede čakali na vyhodnotenie. Pre každého športovca bola pripravená účastnícka medaila aj občerstvenie. Okrem toho sa odovzdávali poháre pre víťazov, a to pre najlepšiu súťažiacu ženu i víťaza kategórie mužov. Víťazom 1. ročníka Staromestskej olympiády som sa stal ja, Marian S.

Ďalší súťažiaci dostali vstupenky na divadelné predstavenie, muzikál Jánošík, hraný v divadle Nová Scéna. Priznám sa, toto nás veľmi potešilo.

Veľkú pochvalu si zaslúži moderátorka súťaže pani Janka Langová, ktorá vytvorila perfektnú náladu už pred začatím súťaže.

Na záver konštatujem, že 1. ročník olympiády v Starom Meste dopadol veľmi dobre. Ďakujem organizátorom, že športová súťaž prebehla bez problémov a všetci sme sa zhodli, že budúceho 2. ročníka sa veľmi radi zúčastníme.



Staromestská
olympiáda





Spokojné
účastníčky

TVORIVÉ DIELNE

Milí moji čitatelia.

Leto je za nami, ostali nám pekné spomienky na to ako sme si ho užívali. Na prvých jesenných stretnutiach dôchodcov spomíname na letné chvíle s rodinou, na svojich najbližších a na prežitú leto s vnúčatami i pravnúčatami. Mnohí z nás trávili letné obdobie vo svojich domovoch, pri vode, v záhrade či na svojej obľúbenej chalupe. Letné stretnutia na chalupe sú neopísateľné! Večerné chvíle na opekačkách s rodinou, pri dobre vychladenom pivku alebo vínku, nás povzbudzujú a privádzajú na spomienky z dávnej minulosti.

Ale stačilo spomienok z letného obdobia. Presuňme sa do súčasnosti a plánovanej budúcnosti.

Naše týždňové dôchodcovské stretávky majú vždy plánovaný program, podľa ktorého sa riadime. Hneď v októbri sme mali naplánované tvorivé dielne – plody jesene a inšpirácia ku kreativite – ktoré vedie naša kolegyňa, lektorka pani Vlasta Lazová.

Prvá hodina bola zameraná na výrobu kvetinovej výzdoby do bytu. V predstihu nám oznámila, čo si máme priniesť, aké pomôcky potrebujeme k plánovanej výrobe. Pani Vlasta sama zabezpečila potrebný tovar na výrobu kvetinovej ikebany – kvetináče, hubku a rôzne kvety zo svojej záhrady. Vysvetlila nám, ako máme postupovať a začali sme. Pozoroval som dvadsať ľudí ako intenzívne a tvorivo pracujú. Výsledkom boli krásne a veľmi jednoduché kveti-

nové diela, ktoré sme si všetci s úsmevom odnášali domov. Priznám sa, každý deň sa s mojou kvetinou porozprávam. Robí mi radosť, lebo bola vyrobená vlastnými rukami.

V období Sviatkov všetkých svätých i Pamiatky zosnulých sme si mohli vyrobiť ekologické ikebany a ozdobiť nimi hroby našich blízkych.

Ďalší týždeň tvorivé dielne pokračovali, ale bol navrhnutý iný program. Výroba tekvice z papiera alebo z tenkého plátna. Vytvorené vrecúško sme naplnili jemnou umelou hmotou a vytvarovali z neho tekvicový tvar v rôznych veľkostiach. V závere sme k nemu prišivali stopky. Tento úkon si už vyžadoval zručnosť pracovať s ihlu. Výsledkom našej práce boli krásne vytvarované plody, ktoré nás všetkých veľmi potešili. Je možné vidieť ich na priložených fotografiách.

Tu musím pochváliť lektorku pani Vlastu Lazovú, ktorá venuje veľa svojho voľného času na prípravu a zabezpečenie spomínaných akcií.

Inžinierka Vlasta Lazová je dlhoročnou členkou KS G19, aj ZO 07 JDS Bratislava I. Jej pracovité ruky a dobré nápady nám neraz pomohli vyzdobiť výtvarnými aranžmánmi miestnosti, kde mávame schôdze. Členovia ZO 07 radi chodia na výtvarné dielne, kde pod jej vedením vytvárajú drobné umelecké predmety a darčeky. Pani Vlasta má veľmi rada prírodu, jej záhrada hýri farbami a vždy na



Tvorba
ikebany

jar predpestuje krásne kvetinové priesady. Nimi si potom členovia ZO skrášľujú svoje záhradky, balkóny a záhony pred domami. A tak spoločne kultivujeme naše okolie a naše mesto.

Za túto činnosť jej vedenie Jednoty dôchodcov Slovenska k tohoročnému Mesiacu úcty k starším udelila vyznamenanie 2. stupňa. Všetci jej k tomuto vyznamenaniu gratulujeme a tešíme sa na ďalšiu spoluprácu.



Z tvorivých dielní





Leto
na Zlatých
pieskoch

ZLATÉ PIESKY

Milí moji čitatelia.

Ani sme sa nenazdali a máme tu koniec novembra. S hrôzou zisťujem, ako nám ten čas neuveriteľne rýchlo letí. Často mám v ruke svoj mobil a z dlhej chvíle, ako to robí dnešná mládež, prezerám fotografie. Veď ich tam mám niekoľko stoviek! Sú to fotografie rôzneho žánru: dovolenka, rodinné oslavy, cestovanie, príroda, kultúrne pamiatky. Ale vždy sa zastavím pri fotografiách, ktoré som fotil na Zlatých pieskoch v Bratislave. Zlaté piesky, to je moja srdcovka! Za socializmu sme tu trávili dovolenky s rodinami, keď sme nemohli chodiť (mnohí i z kádrových dôvodov) do zahraničia, ako je to v dnešnej dobe bežné.

Často sa stretávam so známymi a spomíname na spoločne prežité chvíle. Naše deti boli spolu od škôlky až po základnú školu a dnes už majú svoje rodiny, žijú si vlastným životom. Čas veľmi rýchlo pokročil a aj my sme v dôchodkovom veku.

Keďže som vo veku 84 rokov zostal sám, posledné roky zvyknem horúce letá tráviť na chalupe alebo na Zlatých pieskoch, pri vode so s mojimi vnúčatami a hlavne malými pravnúčatami. Rád sledujem ako vo vode vystrájajú a už dokonca aj plávajú. Majú veľkú radosť, keď sme na vodných bicykloch a ich špecialitou sú tobogány, na ktorých by vydržali celý. Ich rodičia využívajú hlavne padleboard (surf bez plachiet, s veslom), ktorý je pre deti ešte náročn.

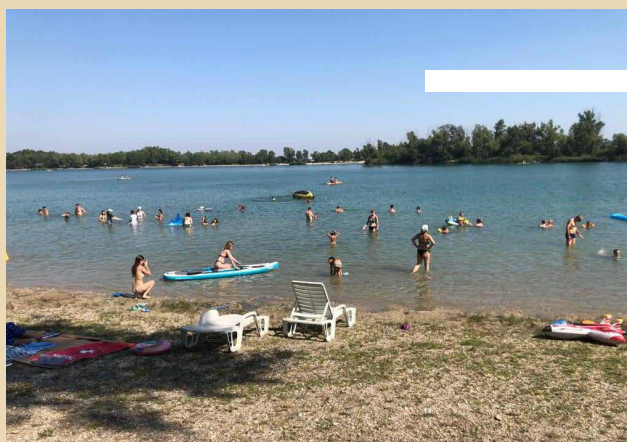
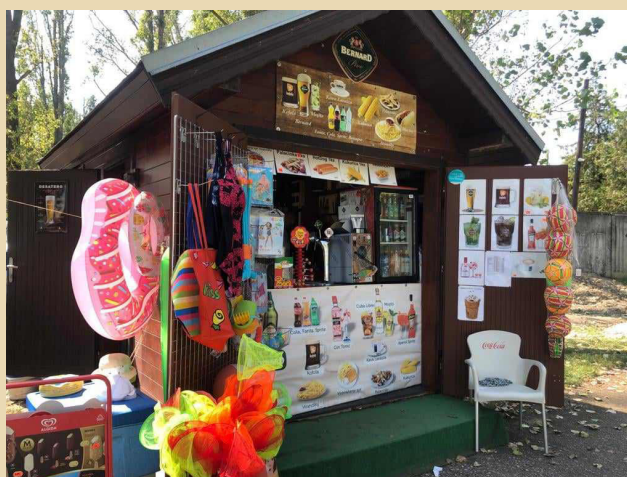
V areáli Zlatých pieskov je dostatok bufetov s rôznymi druhmi jedál a kávy, s neodmysliteľnými nanukmi. Pozornosť si zaslúžia stránky s langošmi, mnohokrát aj s dlhými radami. Ale vôbec nám to nevadí, lebo ich všetci zbožňujeme. Deti si ich nakupujú aj samé.

Sledoval som, ako sa vymieňajú návštevníci Zlatých pieskov. Prvý turnus sú návštevníci od rána do plus-mínus šestnástej hodiny. Druhý turnus tvoria ľudia, ktorí prichádzajú z práce. Mimoriadne vyťažené sú víkendy, kedy Zlaté piesky, ako sa hovorí, praskajú

vo švíkoch. Parkoviská sú absolútne vyťažené. Striedajú sa tu turisti zo zahraničia, hlavne skupiny mladých Nemcov, ktorým mimoriadne chutí naše slovenské pivo. V priebehu dňa sa tu vystrieda veľa mladých mamičiek s deťmi.

Na záver odporúčam našej staršej generácii, aby sme sa neopúšťali a pokiaľ možno, našli si čas pre seba. Mám výborné skúsenosti s používaním športových trekingových palíc, ktoré mi zaručujú istotu pri chôdzi. A keď sa dá, rád trávim letné chvíle pri vode s dobrou knihou alebo obľúbenou kávou, so známymi s rodinou.

Pozdravujem vás všetkých
Marian



Leto
na Zlatých
pieskoch



Plavba loďou
po Baťovom
kanály

STRÁŽNICA A BAŤOV KANÁL

Milí moji čitatelia.

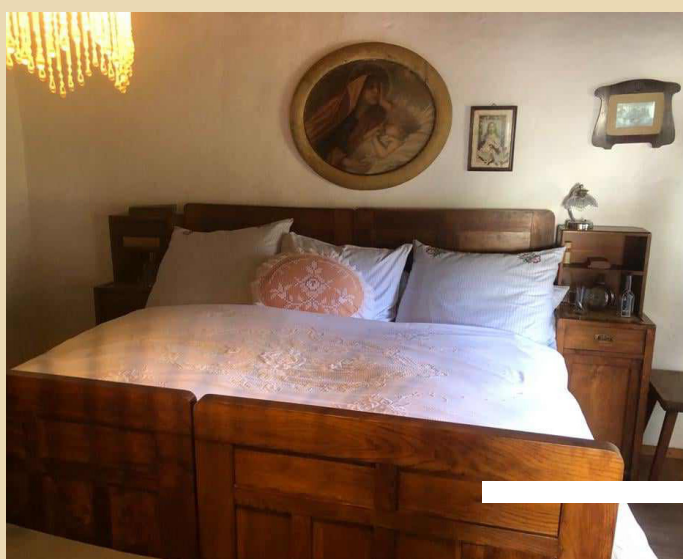
Pred tromi týždňami som sa stretol s mojimi známymi, pozdravili sme sa a vymenili si pár bežných informácií. Hlavná otázka bola: odkiaľ ideš? Odpovedal som, že zo stretnutia dôchodcov. Po krátkej debате sa priznali, že tiež absolvujú podobné stretnutie. Navrhli mi, či nechcem ísť s nimi na organizovaný zájazd 11. októbra do Strážnice a na Baťov kanál. Neváhal som a ponuku okamžite prijal.

Jednodňový zájazd organizačne zabezpečovala pani Anna Zatkáliková cez cestovnú kanceláriu, s ktorou má dobré skúsenosti a je finančne je dostupná pre dôchodcov. Zájazdu sa zúčastnilo 45 členov, všetci nad 70 rokov.

Stretli sme sa na dohodnutom mieste, pri bývalom dome ROH – Istropolise. Odchod bol stanovený na 8:00. Organizátorka vyzbierala príslušný počet českých korún, z ktorých spoločne platila vstupné v navštívených múzeách. Všetci prihlásení nastúpili do autobusu a vyrazili sme na cestu. Za necelé dve hodiny sme vystúpili v Strážnici, kde sme si prezreli múzeum – skanzen juhovýchodnej Moravy s odborným výkladom sprievodcu.

Skanzen Vesnice Jihovýchodní Moravy sa rozprestiera na ploche 16 hektárov pôdy, v krásnom a kludnom prostredí. Je to obrovská plocha, ktorá sa nedá za jeden deň celá prezrieť. Pani sprievodkyňa nás previedla dvojhodinovou prehliadkou a vysvetľovala nám históriu dediny juhovýchodnej Moravy. Mali sme možnosť nahliadnuť do jednotlivých domčekov a vidieť, ako sa v tom období žilo a býva-

lo. Vybavenie príbytkov pripomínalo našej generácii mladost'. Ved' mnohí sme v podobných podmienkach vyrastali. Okrem ubytovania sme prechádzali priestormi, kde boli ukážky ľudových remesiel, poľnohospodárstva, vinohradníctva, stavebníctva, kováčstva, ukážky chovu zvierat a mnohé ďalšie.



Skanzen
Vesnice jihovýchodní Moravy

Po skončení prehliadky sme sa presunuli do Uherského Ostrohu, kde sme absolvovali spoločný obed. Ešte pred odchodom sme stihli vypiť výbornú kávu v kaviarni, ktorá sa špecializuje na kávy svetových značiek.

Ďalej naša cesta pokračovala do obce Vnorovy, kde sa nachádza nástupište na loď, ktorá vozí turistov po Baťovom kanáli. Tu nás čakala loď s kapacitou 50 miest, kde nás privítala pani majiteľka, ktorá nám robila i sprievodkyňu počas plavby. Oboznámila nás s históriou Baťovho kanála, jeho významom a prínosom v danej dobe. Počas plavby nás upozorňovala na otvory vybudované na brehoch kanála, ktoré sa využívajú počas vysokej hladiny vody na zavlážovanie. Na záver sme sa plavili plavebnou komorou, kde nám vysvetlila aj princíp napúšťania a vypúšťania vody, vjazd a výjazd z komory. Na tomto princípe pracujú aj plavebné komory na veľkých riekach, napríklad komory v Gabčíkove na Dunaji.

Baťov kanál je vnútrozemská vodná cesta, ktorá vedie z Otrokovic do Skalice. Bol postavený v rokoch 1934 až 38 a jeho dĺžka plavebnej trasy je 51,8 km. Na celej trase sa nachádza 13 plavebných komôr o šírke 5,3 m a dĺžke 38 m. Celé preplavenie Baťovho kanála trvá 10 hodín. Čas sa môže meniť podľa veľkosti a rýchlosti plavidla. Naša cesta plavidlom trvala 1,5 hodiny, pretože viac času nám už nezostávalo.

Na záver konštatujem, že zájazd splnil naše očakávania. Všetci sme boli spokojní s celodenným výletom. Ďakujeme organizátorke pani Anne Zatkálíkovej, sprievodcom a pánovi vodičovi za perfektne odvedenú prácu a tešíme sa čo najskôr na podobný zájazd.



Výletníci



Čo sme zažili počas plavby





POÉZIA NA DECEMBER

Predstavujeme vám výber z tvorby stále dobrých seniorov, žiakov poetky Mily Haugovej, ktorí sa stretli na Kurze tvorivého písania v kultúrnom centre Š14, v Starom Meste. V nasledujúcich vydaniach magazínu vám prinesieme aj ostatné básne, verím, že s rovnako pôsobivými ilustráciami, ktoré špeciálne pre túto príležitosť pripravuje Andrea Rošková.

V máji a júni 2023 sme sa pod vedením poetky a prekladateľky Mily Haugovej stretávali na Kurze tvorivého písania špeciálne pre seniorov. Jeho cieľom bolo inšpirovať účastníkov k vlastnej tvorbe, ale aj odstrániť obavy ukázať dielka verejnosti. Najprv medzi sebou, potom rodine a dnes už aj verejnosti v internetovom mesačníku Zrazu, ktorý vydáva mestská časť Bratislava-Staré Mesto. Ďakujeme.

Vznikali eseje, úvahy, malá próza, ale najmä poézia.

Predkladáme vám autorský poetický výber, každý z účastníkov si sám vybral časť vlastnej tvorby, ktorú chce prezentovať.

Kurz organizoval klub aktívnych seniorov Stále dobrí, nezisková organizácia, ktorá dlhodobo rozvíja koncept zlepšovania kvality života seniorov, buduje a podporuje aktívnu seniorskú komunitu. Ďakujeme.

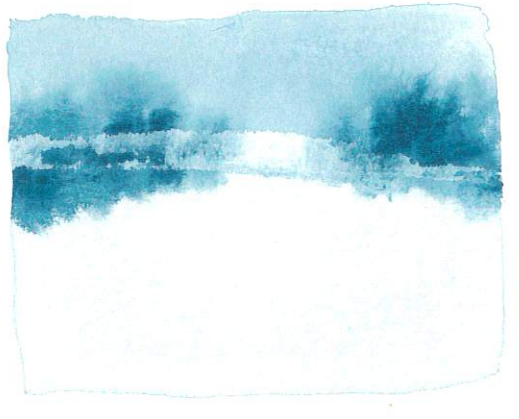
Viac informácií nájdete na www.staledobri.sk

Lektorka, pani Mila Haugová, je slovenská poetka, esejistka, prekladateľka, držiteľka viacerých významných ocenení. Dňa 1.1.2023 jej prezidentka SR udelila Pribinovov kríž II. triedy, za mimoriadne zásluhy o kultúrny rozvoj SR, najmä v oblasti literatúry. V Bratislave má báseň uloženú v časovej schránke v Michalskej veži.

Ďakujeme, že si na nás pani Haugová našla čas a aj za všetko, čo sme sa naučili.

Ernest Huska (1957)

strojár, technik, potom 30r. v kultúre, v kine, v knižnici, v múzeu.
Momentálne na dôchodku.



Štvorveršie na november

Prší, sneží, zima, vietor
Krátku sukňu som dni nevidel
Nepôjdeme skoro do hôr
Nemám rad mesiac november

Anna Šoltésová

vyštudovaná matematicka, bývalá správkyňa počítačových systémov, s láskou k umeniu, hudbe, literatúre a výtvarnému umeniu, tvoreniu niečoho pekného a na dôchodku stará mama so záhradou plnou kvetov...

Póly:



Jeseň

odchádzaš s dušičkami
na zimný pól mlčania
pohnú sa dvere noci
počujem bzučať bicykel

zatváram teplo izby
zhasínam okná domu
delím medzi bolestivé ticho
nedotknutú večeru

si a nie si tu
zatvorený v sebe
odvrátený v čase severu
zimnej polovice seba

Jar

vraciaš sa so Zeleným štvrtkom
otáčaš koleso bicykla
do polohy neutrál
prichádzaš naladený na rast

prichádzaš rezať vinič, ruže
nastavený na siatie a sadenie
trhať kvety, stavať záhony
hladný po slnku

chrániš si kožu faktorom 50
hľadáš úrodu strateného času
nájdeného dobra
letnej polovice seba

Lupene

farby sa zjavujú
ranené kvapkajú na zem
obete mája

mám plné oči
dvíham ich a ďakujem
tiché zmierenie

ruže (a) zvončeky
v symbióze zvonenia
necítia trne

keď ich ochrániš
nemusia sa vetra báť
jemné lupene

Jarmila Smreková

manažérka, prekladateľka, tlmočníčka. Aktívna seniorka s potrebou uplatniť svoju tvorivú silu. Vyjadruje tvorivo svoje pocity s nádejou, že prispeje ku krajšiemu a lepšiemu svetu.

Haiku



Zvedavec.
Sýkorka pozrie
do okna.

Poštoľka
na parapete.
Tíško spí.

Javor, list.
Jeseň, hvizd vetra.
Musí prísť!



Storočný platan.
List na tri moje dlane.
Do vetra pustil.

Zem zasypaná.
Dážď listov padá v tíš.
Melanchólia.

Je čas oddychu.
Zem si žiada byť, žiť, spať.
Nečinné ticho.

Vločka k vločke,
tanec známy, iskrivý.
Radosť detí. Šmyk!

Kryštál na dlani.
Každá iná, jedinečná.
Zdržia sa krátko.

Slnko zažiari,
medzi vločkami požiar.
Voda. Blato. Ach!

Na slame stajne
dieťaťko v jasličkách.
Bezmocne mocné.

Si Emanuel.
Sama cesta ku spáse,
duša, raduj sa!

Sviet', svetlo sveta,
darca i dar života.
Spas. Sama Láska...

Túžba

Byť v objatí anjela
v krajine svetla
bez tieňa



ŠŤASTNÉ A VESELÉ STARÉ MESTO!

ŠŤASTNÉ A VESELÉ
STARÉ MESTO 2023

1. 12. 2023–31. 1. 2024 | G19 | Gaštanová 19

ZIMNÉ RADOVÁNKY

Plotová výstava fotografií v exteriéri SCKaV Gaštanová 19

Vstup voľný.

3. 12. • 14:00

ADVENT A VIANOCE V PREŠPORKU

Komentovaná prechádzka.

Advent aj Vianoce odjakživa patrili k významným sviatkom bratislavských kresťanských rodín. Dnes sa nám často spájajú s veľkým upratovaním, nákupným zhonom a preplnenými nákupnými centrami. Skúsme na chvíľu spomaliť a porovnať prešporské Vianoce 19. storočia v šľachtických aj bežných rodinách s tými dnešnými. Počas vychádzky si porozprávame históriu vianočného stromčeka, betlehemu, pohľadníc a vinšov, vianočných zvykov a predstavíme aj dobré jedlá a koláče, ktoré od decembra vypekali slúžky v prešporských rodinách.

Sprevádza: I. Desdevises

Stretnutie: pred Prezidentským palácom

Registrácia: eva.kostalova@staremesto.sk

Vstupné: 2 €

6. 12. • 14:00 | G19 | Gaštanová 19

VIANOCE, VIANOCE PRICHÁDZAJÚ...

Tvorivé dielne pre deti, príprava netradičných vianočných predmetov

Registrácia: eva.kostalova@staremesto.sk

7. 12. • 17:00 | Pistoriho palác | Štefánikova 25

ZELEŇ V MESTE

Adventné vence

Naučíme Vás vytvoriť si ručne viazaný z prírodných materiálov, zo živých rastlín, ktoré Vám postupne uschnú a tak zostanú večné. Zdobit' budeme kvetmi, šípkami, sušeným ovocím či škoricou.

Vstupné: 20€

Registrácia: daria.chriastelova@staremesto.sk

8. 12. • 18:00 | Pred Divadlom P. O. Hviezdoslava

ERØ

Erik Žigmund alias ERØ je spevák, gitarista a songwriter, ktorý vo svojej tvorbe spája prvky viacerých žánrov ale predovšetkým soul, jazz, r'n'b alebo folk.

Vstup voľný.

9. 12. | Pistoriho palác | Štefánikova 25

MIKULÁŠ V PISTORIHO PALÁCI

• 10:30 Sirénčatá

Koncert Detského speváckeho zboru Starého Mesta

• 11:00–14:00 Bazár

Bazár šiat a handmade výrobkov

(registrácia predajcov na tereza.langerova@staremesto.sk)

• 11:00–12:00 Vianočné origami

Skladanie origami a iných papierových ozdôb na stromček, workshop pre deti od 3 rokov

• 15:30 Vianočná rozprávka

Detské divadelné predstavenie

Účinkuje: nevaDivadlo

Vstup voľný počas celého dňa, o občerstvenie je postarané.

13. 12. • 14:00 | G19 | Gaštanová 19

STAROMESTSKÉ HRAVÉ POPOLUDNIA

SNEHULIAČKOVCI

Divadelné predstavenie pre deti

Účinkuje: divadlo Žihadlo

Vstupné: 3€ (2€ skupina nad 10 ľudí, rezervácia: eva.kostalova@staremesto.sk)

16. 12. • 11:00 | Kozia ulica

TIMEA

Hoci sa TIMEA objavila na scéne len koncom roka 2020, stihla sa už predstaviť na festivaloch ako Pohoda, FLAAM, Atmosféra, Metronome Warm up a ďalších popredných slovenských a českých hudobných festivaloch a v kluboch. Pripravte sa na chytľavé prelínanie neo-soulu s indie popom, groove a jedinečný storytelling.

Vstup voľný.

18. 12. • 16:00 | SM galéria Zichy | Ventúrska 9

VIANOČNÉ ORIGAMI A INÉ PAPIEROVÉ OZDOBY

NA VIANOČNÝ STROMČEK

Workshop pre menšie aj väčšie deti

Nedele • 10:30

BÁBKOVÉ PREDSTAVENIA DIVADLA OMNIBUS

3. 12.

• 10:30 Kocúr Murko a vianočný stromček (od 3 rokov)

• 12:00 Новогодние приключения василисы премудрой (от 3 лет)

Vianoce sa blížia, ale staručký deduško spolu s babičkou sú smutní: nemajú doma vianočný stromček.

16. 12.

• 10:30 Pampúšik a vianočné ozdoby (od 2 rokov)

• 12:00 Колобок и ёлочные игрушки (от 1 года)

Hrejivé adventné predstavenie s veselými piesňami a koledami.

Informácie a vstupenky: omnibusdivadlo@gmail.com

10. 10.–20. 12.

ELIŠKA PODZIMKOVÁ: MALÝ PRINC

Interaktívna výstava

Vstupné: tootoot.fm

Otvorené: ut–pia 15:00–20:00, so–ne 10:00–18:00

Info: vystavamalyprinc.sk

5. 12. 2023–14. 1. 2024

PO PRASLICI / IN FEMALE TAIL

Výstava štvorice maliarok z Akadémie umení v Baňskej Bystrici sa obracia k rodine ako nositeľovi zvykov a návykov. Či chceme alebo nechceme, všetci si z rodiny odnášame viac ako len farbu očí alebo tvar nosa. Formuje našu identitu i svetonázor. Autorky predstavujú rôznorodé prenášanie vzorov v našich rodinných bunkách i vyrovnávanie sa s nimi najmä zo ženskej pozície. Dotýkajú sa osobnej i kolektívnej pamäte, prijímania i opúšťania zdedeného, sú kritické i oslavujúce.

5. 12. • 18:00

CYKLUS PREDNÁŠOK S BA ROŽKAMI V PISTORIHO PALÁCI

Remeselníci a cechy v novovekom Prešporku

Vstupné: 2€, pre členov OZ Bratislavské rožky bezplatné

6. 12. • 18:00

KONZERVATÓRIUM V PALÁCI

Koncertné vystúpenie pedagógov a študentov Konzervatória Bratislava.

Vstup zdarma.

Pistoriho palác, Štefánikova 25

11. 12. • 15:30

MOZGOVÝ JOGGING

Prednáška spojená s tréningom pamäti v Pistoriho paláci

Lektorka: A. Palkovič

Vstupné: 2€

6. 12. • 13:30

INFOSERVIS SENIORA

vstup len pre členov ZZPO III.

Pondelky • 12:30–16:30

KLUB SENIOROV

Štvrtky • 13:00–17:00

JEDNOTA DÔCHODCOV

• 13:30 Čvičenie

• 15:00 Úradná hodina

• 16:00 Bridžový klub

Pondelky • 10:00–12:00

HODINY TANCA PRE SENIOROV - Country tance

Info: aksenba@aksen.sk

Pondelky • 17:00 a štvrtky • 15:45

PILATES FIT

Ide o jeden z najúčinnejších cvičebných programov zameraný na rovnomerné vyváženie povrchových a hlbokých svalov ľudského tela, udržanie telesnej kondície. Cvičenie je obohatené o prvky rehabilitačné, strečing, prvky, jógy, a posilňovanie celku i jednotlivých svalových partií.

Lektorka: Z. Kondé

Prihlasovanie: 0905 506 079

Pondelky • 18:15

BODYBALANCE & TONING BALLS

Jemné spevňovanie svalov celého tela malými pilates loptičkami a zameranie na chrbticu a stred tela, jednoduché pohybové zostavy (každý mesiac nové), relaxácia a strečing.

Lektorka: M. Bakošová

Prihlasovanie: 0905 731 621, riabakosova@gmail.com

Pondelky • 19:30

YIN JOGA S ĽUBICOU

Meditatívna joga pre uvoľnenie tela a mysle. Niekoľkominútové asány prečisťujú meridiány - energetické dráhy v tele a ovplyvňujú čakry (energetické centrá). Jej cvičenie je v spojení s poznatkami Čínskej medicíny.

Lektorka: Ľ. Husárová

Prihlasovanie: lubica.husarova@reformcapital.com

Utorky • 10:00

TRADIČNÁ HATHA JOGA

Lektorka: Sasha

Utorky • 16:00

ZÁBAVNÉ PC WORKSHOPY

Vytvárame archív fotografií

Kurz vás naučí základy práce na notebooku – internet, USB kľúč, práca s obrázkami a fotografiami, vytváranie prezentácií, fotokníh... Každý mesiac bude venovaný inej problematike, takže je možné prihlasovať sa priebežne podľa záujmu o jednotlivé témy. Na kurz potrebujete vlastný notebook.

Lektorka: J. Pechrová; vVstupné: 6€ (seniori 3€)

Utorky • 17:00

ČCHI-KUNG

Tradičné cvičenie pre zdravie a pohodu. Čchi-kung pomáha ľuďom s tráviacimi a žalúdočnými ťažkosťami, vysokým krvným tlakom, tým, čo sú nervózni, bolí ich chrbát alebo trpia migrénami.

Lektor: L. Horniak; vstupné: 5€ (10 vstupov = 40€)

Utorky • 18:40

AHAMKÁRA – JOGA pre pokročilých

Lektorka: A. Kozáková

Stredy • 17:00

JÓGA FLOW

Cvičenie pre budovanie sily, flexibility a rovnováhy. Jóga je cesta spoznávania tela, dychu a mysle, je to spojenie všetkých týchto troch prvkov.

Lektorka: L. Husárová

Prihlasovanie: lubica.husarova@reformcapital.com

Stredy • 18:15

KONDIČNÉ CVIČENIE PRE ŽENY

Lektorka: D. Krošláková

Vstupné: 5€

Štvrtky • 10:00

RELAX JOGA pre zlepšenie kondície seniorov

Holistický a komplexný systém vychádzajúci z autenticity tradičného dedičstva jogy s prispôsobením na potreby moderného človeka.

Lektorka: V. Diešková

Vstupné: 6€ (3€ seniori)

Štvrtky • 17:00

TAI CHI CHUAN

Lektor: L. Horniak

Vstupné: 5€ (10 vstupov = 40€)

Štvrtky • 18:30

ADVANCE JOGA

Lektorka: Sasha

Štvrtky

JAZYKY PRE SENIOROV

• 9:30–10:30 Nemecký jazyk s E. Smolíkovou

• 10:45–11:45 Anglický jazyk s K. Bánskou

Informácie a prihlasovanie: aksenba@aksen.sk

14. 11.–14. 12.

KRISTÍNA KANDRIKOVÁ:

SLNKO CHCELO MESIACOM BYŤ

Kurátor: Jan Gerych

ĽUBOMÍRA CHYLOVÁ SEKERÁŠOVÁ:

DIABLOVA VEŽA

Dvojvýstava

Staromestská galéria Zichy

Otvorené: ut–ne 15:00–19:00

19. 12. • 18:00

(NE)ZNÁMA HUDBA 2023

Miska Hauser – portrét skladateľa.

Koncert spojený s prezentáciou knihy Miska Hauser:

Z cestovateľského denníka rakúskeho virtuóza.

Účinkujú: J. Tomka (husle), M. Klátik (klavír)

27. 11.–22. 12. | Karadžičova 1

ŠŤASTNÉ A VESELÉ II.

Výstava vianočných pozdravov Ľubice Pribylovej.

4.–23. 12. | Staromestská knižnica

KNIŽNICA POD STROMČEK

Venujte svojej rodine alebo blízkym 365 dní radosti z čítania. Darčekový čitateľský preukaz si môžete objednať aj elektronicky na marketing@starlib.sk

4. 12. • 10:00–12:00 | Panenská 1

BEZPEČNÉ VYHĽADÁVANIE NA INTERNETE

Prednáška V. Šnídla pre seniorov zameraná na kritické myslenie, odhaľovanie nepravd, overovanie informácií a techniky vyhľadávania v digitálnom priestore.

Projekt a jeho výsledok podporil SK-NIC.

4. 12. • 17:00 | Blumentálska 10/a

MEDOVNÍKÁRSTVO A PERNÍKÁRSTVO V UHORSKU

Sladké cesty vianočného pečiva s etnologičkou K. Nádaskou.

5.–7. 12. | všetky pobočky

MIKULÁŠSKE ODPÚŠŤANIE POKÚT DEŤOM

6. 12. • 17:00 | Panenská 1

BACHTALI KARAČOŇA! ŠŤASTNÉ VIANOCE!

O rómskych vianočných piesňach s etnomuzikologičkou J. Belišovou.

9. 12. • 10:00–15:00 | Panenská 1

DOBRY TRH

Predvianočná knižná burza.

13. 12. • 10:00 | Panenská 1

RÝCHLOKURZ MODERNÝCH MÉDIÍ PRE ZAČIA- TOČNÍKOV

Interaktívny workshop s P. Lackom pre seniorov, ktorý hravou formou ponúkne prehľad základných pojmov z rýchlo sa meniaceho sveta informácií.

V spolupráci s Demagog.sk a MEMO 98

13. 12. • 16:30–18:30 | Panenská 1

PORADENSTVO PRI ROZVODE

Ak sa potrebujete zorientovať v postupe pri rozvode a máte maloleté deti, mediátorka a právnička vám radi poradia.

Registrácia: mediatorka@zusanaburanska.sk



Zoznámte sa s Babičkou zo susedstva

Ste mladá rodina, bývate v Bratislave a chceli by ste svoj život obohatiť o pravidelnú návštevu miestnej babyčky?

Máte nad 50 rokov, bývate v Bratislave a radi by ste dobrovoľne venovali pár hodín do týždňa rodine s deťmi vo svojom okolí?

PRIHLÁSTE SA DO PROGRAMU A ZÍSKATE

Pravidelný kontakt detí s babyčkou
Dobrovoľná susedská výpomoc s aktivitami pre deti

INFORMAČNÉ STRETNUTIE 15. 12.
10. 00, AKTIVITKA, HERLIANSKA 45

Aktivitka, o.z.,
Herlianska 45,
Bratislava



0903 437 462
zavolajte pre
viac informácií



www.babickazosusedstva.sk
vyplňte prihlasovací formulár
na webstránke programu

magazin@staremesto.sk

Betka Marendiaková a Danka Sládeková

02/52 49 68 68 alebo 0911 665 273

program: staromestskekluby.wixsite.com/kulturavstarommeste

magazín: staremesto.sk/sk/content/magazin-zrazu-nielen-pre-seniorov

STAROMESTSKÉ CENTRÁ KULTÚRY A VZDELÁVANIA

Pistoriho palác

Štefánikova 25, 811 05 Bratislava

Tereza Lngerová

02/52 49 18 28

tereza.lngerova@staremesto.sk

Zichyho palác

Ventúrska 9, 811 01 Bratislava

Lenka Katonová

02/59 20 16 03

lenka.katonova@staremesto.sk

F7

Františkánske námestie 7, 811 01 Bratislava

Lenka Katonová

02/59 20 16 03

lenka.katonova@staremesto.sk

G19

Gaštanová 19, 811 04 Bratislava

Ibolya Pöcz

02/54 77 73 66

ibolya.pocz@staremesto.sk

Š14

Školská 14, 811 07 Bratislava

Dana Sládeková

02/52 49 68 68

dana.sladekova@staremesto.sk

ZA FOTOGRAFIE
ĎAKUJEME

J. Rozborovi, A. Marendiakovej, J. Ďurigovi,
M. Spišiakovi, T. Stanovej
a portálu canva.com