

03
23



EDITORIÁL / 03

PÍŠAČKY JOZEFA ROZBORU:
VOŇAVÝ MAREC / 05
DARČEK / 06

LISTY MARIANA S.:
CENTRÁLNE TRHOVISKO / 10
FAŠIANGOVÁ ZÁBAVA / 14

FOTOPRÍBEH: AKO MIZOL ISTROPOLIS / 17

CESTOPISY TATIANY STANOVEJ: JORDÁNSKO / 21

VÝLETY MICHALA MAJTÁNA: 3 TIPY / 26

VÝSTAVY / 29

BEZPEČNÁ JESEŇ ŽIVOTA / 33

PROGRAM / 35

KONTAKTY / 45

foto na obálke:
pohľad na rastúci SKY PARK z KC Školská 14
feb. 2022

Keď sa povie marec, nikdy mi ako prvé nenapadne mesiac knihy. Hneď mi naskočí „marec, poberaj sa starec.“ Podľa niektorých interpretácií je starcom zima, ktorá s nástupom jari končí. Rozprávkový mesiačik Február predáva pochodeň Marcu a ten prináša jar, znovuzrodenie života. Zima sa poberá kade ľahšie.

Mne sa v mysli vynorí obraz vetchého deduška, ktorý sa poberá v ústrety neznámemu. Jemné biele vlasy sa mu na temene chvejú rovnako ako jeho telo, opierajúce sa o palicu. Je pokrivená a hrčovitá ako ruky, ktoré ju držia. Obzrie sa, pohľad do kamery, detail na sieť vrások okolo vpadnutých sivomodrých očí. Jemne sa pousmeje. Skloní hlavu, otočí sa divákovi chrbtom. Kamera sa vzdaluje a deduško mizne v širšej diaľke. Tak vyzerá starec ako filmový hrdina. Otázkou zostáva, kam sa poberá. Je načase prestať domýšľavo hádať a spýtať sa toho najpovolanejšieho.

— *Dobrý deň. Kam idete, deduško?*

— *Dobrý deň, my sa poznáme? Ja si Vás neviem zaradiť...*

— *Vy ma asi nepoznáte, ale ja Vás trochu poznám. Každý rok, v marci, Vás stretávam vo svojej fantázii.*

— *Aha. Tak sa najskôr zoznámime. Som Starec.*

Podáva mi vráskavú ruku, ktorú keď zovriem v dlani, zacítim všetky jeho kosti a pokračuje:

— *Oslovili ste ma, niečo ste sa pýtali...*

— *Chcela som vedieť, kam idete, deduško.*

— *Deduško? Volám sa Starec.*

— *Naozaj Vás mám oslovovať Starec?*

— *Áno. Som Starec.*

— *Aha.*

— *Čo sa Vám nezdá?*

— *Je to také... no...*

— *Škaredé?*

— *Hej.*

— *Prečo?*

Chvíľu premýšľam.

— *Vlastne neviem. A prečo Vám prekáža deduško?*

— *Nie som Večerníček. Deduško Večerníček. V súlade s bežnou etiketou ma oslovujte menom. Som Starec. Takže, ak nie som váš deduško (predpokladám, že nie som, ale som už starý, tak čo ja viem...) a, ak nie som Deduško Večerníček (naisto viem, že ním nie som), nevolajte ma tak. Ja Vás tiež neoslovím dievka moja alebo dievčatko. Nie ste ani moja, ani dievčatko. Tiež Vás neoslovím žena. Túto výsadu nechávam Biblii – Hľa, žena... – to je jej slovník.*

— Rozumiem. *Ludí mám oslovovať menom. Nič viac, nič menej.*

A, ak by som Vás oslovila inžinier, pán inžinier?

— *Och, to by ma dojalo! Chcete ma zamestnať?!*

Položili ste mi jednoduchú, no zásadnú otázku, ktorá ani okrajovo ne-súvisí s tým, čo som študoval. Ani s tým, aký som starý a vnúcatami obdarený. Je to otázka osobná, ba až intímna. A ja sa teším, až Vám ju budem môcť zodpovedať a nie sa tu s Vami natahovať o moje vlastné meno. Či sa Vám to páči alebo nie, som Starec, rovnako, ako by som bol Barbie alebo Igric. Mali by ste to rešpektovať. Rešpekt, to je to, čo žiadam.

— *Ďakujem za vysvetlenie, pán Starec. Alebo stačí Starec?*

— *Starec stačí, ja si nepotrpím.*

— *Môžeme sa, s patričnou dávkou rešpektu, teraz vrátiť k mojej otázke. Kam sa poberáte, Starec?*

— *Preč.*

— *Je to ďaleko?*

— *To sa uvidí.*

— *Podľa čoho?*

— *Podľa vzdialenosti, ktorú prejdem.*

— *Pôjdete tam dlho?*

— *To závisí od času, ktorý mi bude cesta trvať.*

— *Prečo idete preč?*

— *Lebo tu som skončil.*

— *Och, nie, nemyslíte to tak, že... neumierate, však?*

— *Nie, len som skončil tento rozhovor. Zbohom!*

Obzrie sa, pohľad do kamery, detail na sieť vrások okolo vpadnutých sivomodrých očí. Jemne sa pousmeje. Skloní hlavu, otočí sa mi chrbtom. Kamera sa vzdáľuje a deduško, pardon, Starec mizne v širšej diaľke.

Prajem pekný marec, pekné knihy aj pekných starcov!

VOŇAVÝ MAREC

Je tu mesiac marec, v ktorom bude pozornosť verejnosti viac sústredená na múdre knihy. A to je dobre. Knihy majú v sebe kus múdrosti, ku ktorej sa dopracujeme iba pri čítaní. Poctivým čítaním, nie len surfovaním vo virtuálnom priestore.

Ťažko je povedať, nakoľko je kniha múdra, ale kniha určite nehlúpne. Keď dvaja robia to isté, nie je to vždy to isté. Jeden číta rýchlejšie, druhý pomalšie, jeden zľava doprava a druhý naopak, jeden zhora nadol a iný opačne. Po prečítaní knihy zisťujeme, že jednému dala viac a druhému o máličko menej. Ale dala. Mať knihy znamená možnosť absolútnej voľby, čo čítame a čo nám ich dekodér (pre každého osobný) priniesol.

Mnohí povedia, že si radšej pozrú sfilmovaný dej knihy. Je to pohodlnejšie ako čítať. Sfilmované knihy však prinášajú odraz myšlienok toho, kto film vytvoril. Ktosi povedal, že by sme si mali knihu, podľa ktorej film vznikol, prečítať a porovnať, či nám priniesol rovnaký výsledok v našom poznaní.

Prvý jarný mesiac má, okrem ľudového príslovia o poberaní sa starca, aj prívlastok Mesiac knihy. Je tomu tak už od roku 1955, na počesť Mateja Hrebendu, významného širitel'a a milovníka knižnej kultúry, ktorý sa v marci narodil a v marci aj opustil tento svet. Mnohí z nás sa už nevedia dočkať, kedy sa oslava kníh začne. Tak si užívajme nerušené čítanie a nasávajme tú krásnu vôňu nových kníh, ktorej sa nevyrovnajú žiadne počítače či múdre telefóny!

„Keby nebolo kníh,
bolo by ich treba
rýchlo vymyslieť.“

DARČEK

(SPOMIENKA NA DOBU MINULÚ)

Boli časy, kedy sme nakupovali niektoré domáce spotrebiče aj v zahraničí na východ od nás. Kto neverí, nech si prečíta tento príbeh, ktorý som osobne zažil v máji roku 1982.

„Ešte mám dva poukazy na týždňový letecký zájazd do ZSSR, konkrétne do Kyjeva. Hlásate sa, nech môžem na Závodnom výbore nahlásiť konečný zoznam účastníkov. Ved' to nie je len tak, prekročiť hranice aj keď našich bratov. Je s tým kopec papierovania a preverovania všetkých zo strany Verejnej bezpečnosti,“ ukončil príhovor predseda cechového výboru ROH (Revolučného odborového hnutia) Laco. Bol to pre neho nezvyčajne dlhý monológ, pretože v našom chemickom závode pracuje ako obsluhovač hučiacich čerpadiel, ktoré nepretržite tlačia ropu od Uralu k nám na jej ďalšie spracovanie.

Každý z nás, účastníkov schôdze, sa pozeral všade, len nie na Laciho. Ten, so strachom v očiach, pozoroval ošívajúcich sa členov platiacich príspevkov do ROH, ktorých bolo v našom cechu organizovaných 100 % zo všetkých pracujúcich. Ba v čase straty preukazu aj cez stovku. Pritom tuho premýšľal, ako zdôvodní vrátenie poukazov vyšším odborárskym bosom. Bolo mi ho ľúto. Pozrel som na kolegu Gusta, ten prikývol a už sme brali dva poukazy na vyplnenie. Predseda, už očividne lepšie naladený, ukončil schôdzu s tým, že na budúcu sobotu je brigáda, na ktorej budeme čistiť detské ihrisko pri škôlke. *„Ešte chcem požiadať šťastných majiteľov poukazov, aby po príchode napísali, čo v Kyjeve zažili a ako sa družili v družobnej chemickej fabrike do závodného časopisu.“*

Informácia o zájazde vyvolala v mojej rodine, najmä u manželky, radosť i keď máličko kalenú tým, že lietadlom poletím prvýkrát. *„Výborne! Deťom kúpiš cukríky a matriošky. Mne šál z polárnej líšky, jantárové šperky, samovar, taký poschodový, aký je vidieť iba v ruských filmoch, nerezové príbory, voňavku vo fľaške v tvare Kremľa, teplé papuče z pravej kože a pár konzerv ružového kaviáru. Nech ženy v robote puknú od závidosti, keď im urobím obložené chlebíčky na moje meniny. Mojej mame malý vysávač, nech sa netrápi s tým hebedom, čo sme jej dali z našej výbavy. A mne ešte taký malý televízor, aký má suseda v kuchyni a môže pri varení pozerat' nekonečné seriály Žena za*

pultom a Nemocnica na okraji mesta. Neboj sa, napíšem ti podrobný zoznam, aby si na nič nezabudol.“

Zoznam, ktorý mi po zabalení kufrov odovzdala, bol napísaný na dve strany zo školského zošita. Okrem vecí na nákup obsahoval aj tieto príkazy :

Vodku pi iba striedmo, pri žalúdočných problémoch, nikdy nie spolu so šampanským.

Neopováž sa piť kvas z cisterien na ulici, na pohároch je veľa baktérií.

V hoteli si zamkni kufor do skrine a kľúč si zober so sebou.

Hotelové chyžné prehľadávajú ich obsah.

Ruble, ktoré som ti zadovážila od ruských montérov, nemíňaj zbytočne na rozvážanie taxíkmi.

V žiadnom prípade si nezačínaj niečo s družobnými báryšňami s ťažkými zlatými zubami a ľahkých mravov.

Podobne obišiel aj Gusto. Aj on dostal príkazy, za ktoré by sa nehanbili ani deviataci v pionierskom tábore. K tomu špeciálny pokyn, aby sa bez skladacieho bicykla pre syna ani domov nevrátil.



Let sme absolvovali bez problémov aj pričinením hojných dávok borovičky a počúvaním vtipov cez palubný rozhlas od vedúcich družobného zájazdu, ako inak, veľkých odborárskych bosov. Po odlepení lietadla od zeme sa z nich stali veselí ľudia a jedineční znalci, ktorí vedia, čo, kde a ako najlepšie v Kyjeve nakúpiť.

Na druhý deň, po vyspaní z namáhavého letu, to už išlo ako na ruskom kolese. Najskôr vyriešiť požiadavku chyžnej, za čo jej predáme spodnú bielizeň, o ktorej sme s Gustom ani nevedeli, kde nám ju manželky zabalili. Rýchle raňajky, návšteva pamätihodností, výlet loďou po Dnepri, bleskový obed a znova pochodovanie po pamätníkoch vojny. A každý večer družobné stretnutia, ktoré sa vyznačovali plnými stolmi, hoci v obchodoch sme vo výkladoch videli iba kekсы a minerálne vody. Na iné sa stálo v radoch. Na začiatok príhovory prerušované búrlivým potleskom (burnyje apladishmenty). Potom spievaním ukrajinských a slovenských pesničiek. Domácom sa páčil najmä Macejko, Macejko.... Na oplátku nás oni učili Kakalin, kakalin-ka maja... A, ako inak, nestriednym pitím vodky s percom (feferónkou) riedenou šampanským. Na družbu.

Nastal však deň pred odletom a predpísané nákupy boli iba v papierovej podobe. Zašli sme za našimi šéfmi, aby nám poradili, kde najlepšie nakúpiť. „*Ved' predsa na prvom poschodí hotela, kde bývame. Je tam špeciálny obchod Beriozka, kde dostať všetko,*“ poučili nás. Zašli sme tam. Skutočne, tam bolo všetko, čo turisti radi nakupujú a za veľmi nízke ceny! Našu radosť nám však pokazila predavačka, ktorá nás poučila, že tu sa nakupuje iba za tvrdé valuty, najlepšie doláre. Nad našimi československými korunami sa iba pousmiala ústami plnými zlatých zubov a išla sa s kolegyňou chichotať za brokátovú plentu.

S Gustom sme vyrazili na nákupy do tržnice. Tam nám našinci, tiež s nákupnými lístkami, poradili, že domáce spotrebiče sa dajú kúpiť v obchodoch na kraji mesta, kam je najlepšie cestovať taxíkom. Stalo sa. Lenže zavalitý taxikár do mňa stále domrzal, nech mu predám slnečné okuliare – zrkadlovky. Bol to darček od brata, ktorý pracoval v Taliansku. Bol som proti, hoci mi chcel dať takú sumu, že by som si kúpil aj troje v Tuzexe. Keďže som nesúhlasil, s nadávkami nás vyložil na okraji mesta, pri nekonečnom poli slnečníc.

Druhý taxík som už zastavoval bez okuliarov. Slušný taxikár nás ochotne povozil po obchodoch, kde sme kúpili určené domáce spotrebiče.

Na druhý deň nám však začali manévry v odbavovacej hale letiska. V mojom a Gustovom kufri videli bdelí colníci na monitore kontroly batožín puľamjoty (gulomety) a odšikovali nás do malej miestnosti bez okien. Po otvorení kufrov a zistení, že gulomety sú vlastne skladací bicykel a vysávač, sa manévry skončili. Proti pokute za zdržanie odletu lietadla umne zakročili naši odborárski funkcionári

darovaním odznakov a dvoch fľašiek vodky, za čo sme sa im pekne poďakovali s tým, že ich budeme na výročnej konferencii znova voliť. Ved' oni by zrejme už nič iné robiť nevedeli.

Doma bola spokojnosť! S alpakovými príbormi, samovarom – drobčekom, ale aj s „iba“ čiernym kaviárom, ktorý som vyčaral za moje spodky od dežurnej v hoteli.

Najšťastnejšia bola svokra. Tá sa už nevedela dočkať, ako bude jednou rukou vysávať svoju garsónku. Jej radosť však trvala iba do aktu spustenia vysávača do chodu. Akosi tá mašinka nechcela naskočiť a pritom ešte vyrazila poistky v celom paneláku. To, že volá telefónom svokra, som poznal podľa trhavých pohybov aparátu po nočnom stolíku.

Vypočul som si toho viac ako od sprievodcov v Kyjeve za celý týždeň. Darmo som sa dušoval, že som ho v obchode skúšal a fungoval bezchybne. Ako inak, všetko dopadlo dobre. Kolega Michal, zručný elektrikár prerobil motorček vysávača na napätie, ktoré máme na Slovensku. Najviac sa však tešili deti, ktoré mali s matrioškami v škole úspech pred spolužiakmi a učiteľkou ruského jazyka. Tá ich nahlásila na súťaž v prednese ruskej poézie a prózy Puškinov pamätník. Možno vyhrajú zájazd na východ.



CENTRÁLNE TRHOVISKO

Milí moji čitatelia,

v roku 1958 som, ako mladý maturant, prišiel do veľkého mesta Bratislava. Pochádzam z malej dediny a strednú školu som ukončil v internátnej strednej škole na dedine v južných Čechách. Chvíľu mi trvalo, kým som sa v Bratislave zorientoval a začal spoznávať život veľkomesta. Postupne som našiel rôzne zákutia i kultúrne strediská a trhoviská. Tie boli priestorom, ktorý som vo svojom voľnom čase navštevoval často. Zo všetkých najviac ma zaujalo staré centrálné trhovisko na Trnavskom mýte. Kedysi sa tam stretávali partie mladých. Sobota bola hlavný deň, do ktorého bol sústredený predaj rôzneho tovaru, hlavne ovocia a zeleniny.

Rozvoj a výstavba Bratislavy však potrebovali nové a reprezentatívne kultúrne centrum. Vedenie mesta na to určilo pozemky spomínaného centrálného trhoviska. Toto rozhodnutie spôsobilo medzi obyvateľmi mesta veľkú nespokojnosť. A prinieslo ďalší problém – kde nájsť priestor na vybudovanie nového centrálného trhoviska? Takého, ktoré by zodpovedalo požiadavkám nielen trhovníkov, ale i dennodenných návštevníkov. Tých, ktorí tam vykonávajú nákupy čerstvých produktov, spomínanej zeleniny, rôzneho ovocia, kvetov... Ako hovorili naši predkovia – od špendlíka po lokomotívu. A k jedlu si dávajú povestné langoše či makovú štrúdlu.

Na spomínanom mieste vyrástlo nové kultúrne centrum pod názvom Dom ROH. Toto zariadenie dlho slúžilo kultúrnym podujatiam a plnilo požiadavky hlavného mesta. V dnešnej dobe to už nestačí. Vedenie mesta rozhodlo, že sa vybuduje nové moderné reprezentačné centrum kultúry, ktoré hlavné mesto Slovenska potrebuje. V tejto dobe sledujeme ako obrovské bagre likvidujú budovy starého Domu odborov Istropolisu a uvidíme, čo tam v najbližšej budúcnosti vyrastie. Verím, že to bude reprezentatívne zariadenie, ktoré hlavné mesto urgentne potrebuje.

Ale vráťme sa k spomínanej problematike nového trhoviska. Po dlhšom čase sa preň našiel priestor na Miletičovej ulici. Po jeho uvoľ-

není sa vybudovali predajné stánky a pomaly sa rozbehol predaj požadovaných tovarov. Veľmi rýchlo sme si na nový priestor zvykli. Dnes tento priestor všetci Bratislavčania poznáme pod názvom Miletička.

Postupom času sa aj Miletička modernizovala, pretože už nebola dôstojným prostredím. Veď v čase dažďov zatekalo na uložený tovar na predajných pultoch. Na požadovanej úrovni nefunguje v Bratislave žiadna tržnica, preto by sa žiadalo vybudovať priestor Miletičky na úroveň reprezentujúcu hlavné mesto Slovenska. Veď ju navštevujú zahraniční turisti i návštevníci z celého Slovenska. Tu mi nedá nespomenúť reláciu *Cestou necestou* vysielanú na STV, v ktorej Slováci žijúci v zahraničí predstavujú jedlo svojich krajín. Vidíme tam tržnice s neskutočným množstvom tovaru a jedlá pripravované často v primitívnych podmienkach, no vyzerajúce veľmi chutne.

Naša Miletička je skutočne naša. Cítíme sa tam veľmi dobre. Ja tam chodím rád. Pokiaľ sa dá, trávim tam sobotu doobeda, kedy je najväčší ruch. Obídem jednotlivé stánky, sledujem predávaný tovar. Pozdravím sa pohľadom so známym predávajúcimi, prípadne prehodíme pár slov. Pamätám si, a iste i mnohí z vás, ako tam bývalo veselo v čase pravidelného účinkovania hudobnej skupiny Mariána Kochanského pod umeleckým názvom *Lojzo*. Ich repertoár bol obľúbený, preto boli ich vystúpenia vždy plné ľudí. Bavili sa, popíjali víno či kávičku a takto trávili príjemné voľné chvíle na konci pracovného týždňa.

Na Miletičke je príjemné sledovať aj jednotlivé ročné obdobia. Jar, leto, jeseň a zimu. Jar je charakteristická predajom rôznych priesad, najmä paradajok a papriky. Ale aj rozmanitých korenín či nespočetné množstvo kvetín určených do záhrad aj na balkóny bytov. Leto



je obdobie, ktoré ľudia trávia na dovolenkách, v záhradách a na chatách. Na Miletičke je tovaru menej. Ale i tak mnohí z nás radi trhovisko navštevujú, pretože je to náš obľúbený priestor. Najväčší boom centrálnе trhovisko zažíva v jesennom období. V tomto čase sa predajné stoly v stánkoch prehýbajú pod ťarchou predávaného tovaru, ktorý je dodávaný hlavne od pestovateľov

z južného Slovenska. Radosť sledovať obdobie blížiacich sa Sviatkov všetkých svätých a Dušičiek! Vtedy je trhovisko plné kvetov, vencov a ozdôb, ktoré použijeme pri návšteve hrobov našich najbližších a známych. Jeseň je aj obdobím oberačiek a zberu hrozna. Na predajných pultoch je ho množstvo rôznych značiek, farieb i chutí. K tomuto obdobiu treba pripomenúť neodmysliteľný mok, burčiak. Je veľmi chutný, dobre si pri ňom s partiou zaspomíname na staré zašlé časy, na prácu i na naše rodiny. Mne veľmi dobre padne, keď mi zavolajú priatelia z Prahy, kedy bude možné navštíviť povestné bratislavské trhovisko s ochutnávkou výborného burčiaku.

V súčasnom období zabezpečuje dobrú náladu na Miletičke dvojica hudobníkov s harmonikou, saxofónom a baskrídlovkou. Sú i výbor-



ní speváci. Postáva pri nich veľa ľudí a pospevujú si známe ľudové pesničky, ktoré dnes už málokde počuť. Naša generácia ich pozná, veď sme ich spievali pri každej rodinnej a spoločenskej príležitosti. Pozorujem, že dnes toto našej mládeži chýba. Tento hudobný žáner nepoznajú. Nuž, čo sa dá robiť, taká je moderná doba.

Ďalší môj postreh sa týka húb. Keďže zažívame obdobia veľkého sucha, hubári sú nútení netrpezlivo čakať na daždivé počasie. Skúsení hubári presne vedia, kedy ísť do lesa. No ja, menej skúsený, sledujem predaj hríbov na trhovisku a podľa toho sa rozhodnem, kedy ísť na osvedčené miesta. Trhovisko býva zaplnené hríbmi, ktoré predávajú ženičky zo Záhoria už od skorého rána. Radosť sledovať veľké množstvá dubákov aj iných druhov. Keď sa už konečne vyberiem na hríby, mnohokrát sa stane, že nič nenazbieram. Vtedy ma poteší, že mám aspoň vykonanú zdravotnú vychádzku.



Ďalšia moja slabosť je sledovať v mnohých stánkoch vystavené predmety ľu-



dovej umeleckej tvorivosti. Vystavené sú druhy plátenného tovaru, čo mi pripomína obdobie mladosti, keď som sledoval moju mamu, ako v každej voľnej chvíli štrikovala alebo vyšívala obrusy, ktoré všetci súrodenci dodnes máme v našich domácnostiach. Prechádzam centrálnym trhoviskom a obdivujem výrobky vyrábané šikovnými rukami našich ľudových umelcov. Napríklad aj výrobky z borovicových šišiek.

Ich predaj sledujem aj na cintorínoch počas Sviatku všetkých svätých. Tomuto umeniu som neodolal a v dlhých jesenných dňoch sa zaoberám výrobou vianočných ozdobných šiškových gúľ, ktoré sa doma dajú použiť ako dekoratívny prvok. Počas vianočných sviatkov i počas celého roka moje výrobky zdobia byty členov rodiny a mnohých mojich známych. Dokonca si ich niektorí odniesli do svojich domácností v zahraničí. Milí dôchodcovia, odporúčam vám vykonávať podobnú činnosť, síce si vyžaduje svoj čas, ale prináša dobrý pocit z vykonanej práce.



Na Vianoce nesmie v žiadnej domácnosti chýbať pravá slovenská kapustnica. Kapusta má na centrálnom trhovisku veľké zastúpenie. Denne stoja v radoch veľké zástupy záujemcov o ňu.

Okrem všetkých horeuvedených činností a tovarov má na Miletičke veľké zastúpenie aj oblečenie, obuv a spotrebný tovar. V priebehu celého týždňa ho zabezpečuje predávajúca komunita ázijského pôvodu.

V závere by som chcel povedať, že Miletička je obľúbené miesto, kde nakupujeme dobrý a čerstvý tovar a pritom trávim v dobrej nálade stretnutia so svojimi známymi a priateľmi.

Všetkých vás pozdravujem.
Marian S.

FAŠIANGOVÁ ZÁBAVA

Milí moji čitatelia,

sadám si za môj obľúbený písací stolík a premýšľam, ako začať písať príbeh, ktorý sme prežili iba pred niekoľkými hodinami. Ale najskôr niekoľko slov zo vzdialenej a pritom stále blízkej minulosti. Naša dôchodcovská skupina Klub seniorov G19 (KS G19) sa stretla v Staromestskom centre kultúry a vzdelávania Gaštanová 19 na Katarínsku zábavu, ktorá dopadla veľmi dobre. Bola to prvá akcia po skončení obdobia kovidu. Tu si uvedomujem, ako ten čas neuveriteľne rýchlo beží. V pokoji sme prežili vianočné i novoročné sviatky a už sme v období fašiangov, ktoré prežívame aj organizovaním rôznych zábav pre naše deti a vnúčatá a, samozrejme, i pre nás dospelých.

Keďže je vedenie nášho Klubu seniorov aktívne, navrhlo, aby sme zorganizovali aj tradičnú fašiangovú zábavu. Návrh bol jednohlasne prijatý a všetci sme sa s radosťou ujali príprav. Zábava bola organizovaná Staromestským centrom kultúry a vzdelávania Gaštanová 19 a Klubom seniorov G19 v spolupráci s miestnou organizáciou Jednoty dôchodcov na Slovensku (JDS BA I, ZO 07), ktorú vedie Ing. Musilová. Do tanca hrala obľúbená skupina Fortuna zo svojim repertoárom prispôsobeným pre našu generáciu. Masky boli na tomto podujatí, samozrejme, vítané a dobre sme sa na nich pobavili.



Zahájenie vykonala speváčka skupina dôchodcov za sprievodu Františka Podolského, predsedu KS G19. Zaspievali sme už tradičnú fašiangovú hymnu, ktorá znie:

*Fašiangy, Turíce, Veľká noc ide,
kto nemá kožuha zima mu bude.
Ja nemám kožuha, len sa tak trasiem,
dajte mi slaninky, nech sa vypasiem.
Tuto nám nedali, tuto nám dajú
komára zabili slaniny majú.*



Náš spievaný úvod mal taký úspech, že rozospieval všetkých účastníkov. V tejto chvíli som mal zimomriavky po celom tele.



Po skončení vystúpenia začalo oficiálne privítanie všetkých zúčastnených a hlavne pozvaných hostí. Privítanie vykonal predseda klubu, po ktorom sa ujal slova pán Ing. Matej Vagač, starosta mestskej časti Bratislava-Staré Mesto, ktorý sa poďakoval za pozvanie na našu fašiangovú zábavu. Prehovoril som s ním niekoľko slov. Bol miľo prekvapený organizáciou tohto spoločenského podujatia i so svojou prítomnou zástupkyňou, pani Danou Kleinert, Mgr. art., ktorá sa tiež prihovarila a pozdravila všetkých prítomných. Ocenila, ako sa dokážu dôchodcovia (vekovo sme boli všetci 75+) výborne zabávať. A to pri veľkej skromnosti, celej zábave nám stačí vyprázaná šiška s džemom, slané pečivo a pohárik červeného alebo bieleho vína na pekne prestretom a vyzdobenom stole. K tomu džbán čistej vody a dobrá nálada, ktorú zabezpečila, už spomínaná, hudobná skupina Fortuna. Zábava sa uskutočnila v čase od 14. do 17. hodiny, podobný termín, ako majú pri besiedkach naše vnúčatá i pravnúčatá.



V závere zábavy bolo vyhodnotenie najlepších masiek, na ktorom sa zhodli všetci zúčastnení.

Počas celej doby bola výborná nálada, viedli sme rôzne diskusie, zaspievali sme si a mali sme aj dostatok času na tanec.

Pri odchode sa pán starosta so svojou zástupkyňou pristavili pri každom stole, aby sa rozlúčili so všetkými zúčastnenými dôchodcami.



Na záver musím konštatovať, že sme sa rozchádzali s rozosmiatymi tvármi a návrhmi na ďalšie možné podujatia, kde by sme sa v plnom zdraví mohli opäť stretnúť v podobnej zostave. Ja sa podpisujem a podporujem predložený návrh!

Pozdravujem vás všetkých
Marian S.

AKO MIZOL ISTROPOLIS









JORDÁNSKO

Jordánsko, oficiálnym názvom **Jordánske hášimovské kráľovstvo**, je krajina Blízkeho východu susediaca s Izraelom a nachádzajúca sa v severozápadnej časti arabského polostrova. Má bohatú históriu. V priebehu časov sa tu vystriedali Asýrčania, Peržania, Babylončania aj Rimania. V 7. storočí sa v Jordánsku usídlili moslimskí Arabi. V 16. storočí sa krajina stala súčasťou Osmanskej ríše a po 1. svetovej vojne sa dostala do správy Britov. V roku 1946 získalo Jordánsko nezávislosť, ale už o dva roky neskôr bojovalo v arabsko-izraelskej vojne, v ktorej získalo územia západného brehu rieky Jordán. V roku 1967 vybojoval tieto územia vo vojne Izrael. V roku 1988 sa ich jordánsky kráľ vzdal v prospech Palestíny a následne sa vzťahy s Izraelom zlepšili.

Hlavným mestom Jordánska je **Ammán**. Nachádzajú sa tu pamiatky z čias Rímskej ríše, napríklad rímske divadlo a citadela. Centrum s kráľovským palácom, mešitami a úzkymi uličkami si zachováva historický ráz, ale je to moderné mesto s modernou výstavbou v nových štvrtiach, ktoré má až 4,5 milióna obyvateľov.

V Jordánsku sa možno okúpať v Mŕtvom mori a vychutnať si jeho blahodarné účinky. Môžete navštíviť križiacke hrady, napríklad **Kerak** a umajovské púštne zámky. Známe sú najmä **Qasr al-Azraq**, ktorý používal slávny Lawrence z Arábie ako základňu v boji proti Osmanom a **Qusayr Amra** s nádhernými freskami, ktorých pestré zobrazenie zvierat a ľudí je v moslimskej stavbe jedinečné.

Mesto **Madaba**, južne od Ammánu, má dlhú kresťanskú históriu z rímskej a hlavne byzantskej doby. Práve z byzantského obdobia pochádza mozaika v Chráme sv. Juraja, ktorá zobrazuje mapu Svätej zeme, vrátane Jeruzalema a iných miest tej doby. Aj keď je táto mozaika hlavnou atrakciou mesta, v Madabe možno vidieť viacero krásnych mozaík, najmä z 5. až 7. storočia.

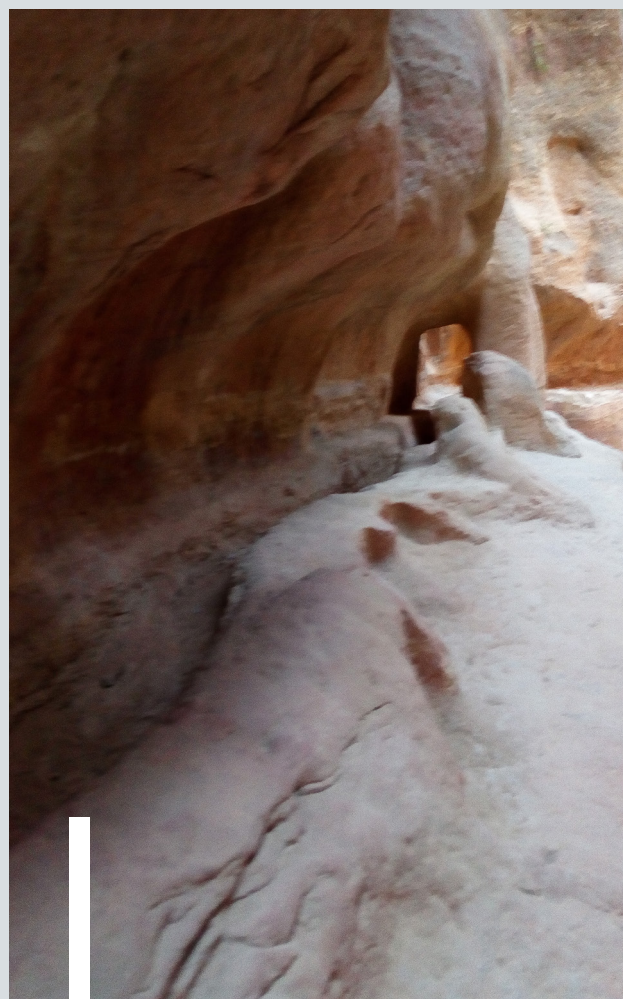
Neďaleko Madaby sa nachádza hora **Nebo**, kde mal, podľa tradície, umrieť a byť pochovaný prorok Mojžiš.

Zaujímavá antická pamiatka je v meste **Jerash**. Niekdajšie staré rímske mesto Gerasa na severe dnešného Jordánska bolo začiatkom nášho letopočtu dôležitým obchodným centrom a zachovalo sa v mimoriadne dobrom stave. Vďaka tomu sa tu aj dnes môžeme prechádzať ako za čias starých Rimanov.

Jednoznačne najznámejšou jordánskou pamiatkou je **Petra**, ktorá bola zaradená na zoznam pamiatok UNESCO aj do novodobých siedmich divov sveta. Slovo „petra“ znamená v gréčtine skala a toto je doslova skalné mesto. Vzniklo asi v 3. storočí pred Kristom, ako centrum tajupnej civilizácie Nabatejcov. Vzhľadom k polohe na križovatke obchodných ciest ovládala Petra obchod s korením, vďaka čomu sa z nej stalo bohaté mesto. Po zániku tejto obchodnej cesty a po viacerých zemetraseniach však upadla do zabudnutia a znovuobjavená bolo až začiatkom 19. storočia. Do rozľahlého areálu sa vchádza cez vyše kilometer dlhý úzky kaňon **Siq**, lemovaný strmými stenami vysokými 100 m, ktorý sa náhle rozšíri a návštevníka očarí pohľad na chrám **Al-Khazneh** (v preklade Pokladnica), nádhernú dvojpodlažnú stavbu vytesanú do skaly z ružového pieskovca. Jej priečelie je vysoké vyše 40 metrov a široké cez 30 metrov.



Kaňon Siq, cesta do Petry začína



Žlab na zachytávanie a odvádzanie dažďovej vody



Konečne pohľad, na ktorý sme čakali:
Pokladnica Al-Chaznech



Divadlo
z rímskej doby

Pokračujúc ďalej obrovským komplexom môžeme vidieť množstvo hrobiek, antické divadlo a niekdajšie mestské centrum, kde kedysi stáli veľké chrámové stavby. Okrem nádherných artefaktov zaujme aj samotný kameň, ktorý strieda farby od bielej cez béžovú, sivú, ružovú, bordovú až po tmavohnedú a čiernu. Prehliadka má vyše 7 km, plus výstup 700 schodmi ku Kláštoru, najväčšej pamiatke areálu. Chôdzu možno nahradiť jazdou na ťave, somárovi či na konskom povoze, ktoré ponúkajú miestni beduíni, spolu s množstvom suvenírov a bižutérie. Napriek únave je to úžasný zážitok a nebyť množstva turistov, človek by sa cítil ako Indiana Jones na poslednej krížovej výprave.

Nedaleko Petry je ďalšie zaujímavé miesto, **Wadí Rum**, údolie s červeným pieskom a osamelými skalami pripomínajúce mesačnú krajinu. V jeho blízkosti sa nachádza obrovská duna, na ktorú sa dá vyliezť a užiť si panoramatický výhľad. Medzi kopcami sa ukrýva kaňon **Al Khazali**, na stenách ktorého možno vidieť vzácne petroglyfy.

Po nesmierne zaujímavej, ale značne vyčerpávajúcej návšteve Petry, je ideálne odpočinúť si na pláži. Jediným prímorským letoviskom Jordánska a zároveň najväčším prístavom je **Aqaba**. Má štatút špeciálnej ekonomickej zóny, takže pobyt pri krásnom



Farebnosť kameňa
v Petre



Obrovský areál kamenného
mesta Petra



Množstvo nádherných
skalných stavieb

koralovom mori je možné spojiť s výhodnými nákupmi. Nachádza sa tu jedna z najvyšších vlajkových konštrukcií sveta s vlajkou Veľkej arabskej revolúcie, historická pevnosť, hlavná tržnica aj podmorské múzeum vojenskej techniky s potopenými loďami či tankami. Pri mori aj na uliciach treba mať na pamäti, že ide o moslimskú krajinu, ktorá síce nevyžaduje striktné zahaľovanie žien, ale treba rešpektovať miestne zvyklosti.



Promenáda v
Aqabe



Piatkové popoludnie
v Aqabe



Trhovisko
v Aqabe



Mešita
v Aqabe



Pevnosť
v Aqabe

Jordánsko je zaujímavé nielen pamiatkami, ale aj zmesou arabských a stredomorských chutí – skvelý falafel, masové gulôčky so sezamovou pastou tahini, chutný hummus, šťavnatá shawarma či beduínska hostina s ryžou, jahňacím alebo baraním mäsom a fermentovaným jogurtom. A, pre mňa najväčšie prekvapenie, víno z miestnych viníc, ktoré síce dostať len v špeciálnych obchodoch, ale je cenovo dostupné a veľmi chutné.



Úrodnú pôdu
treba využiť!

3 TIPY



HREBIENOK

Ľadový Dóm,
Hrebienok

Na Hrebienku nad Starým Smokovcom sú ľadové sochy. Vidieť ich môžete do konca apríla. Postavili ich v dvoch veľkých stanoch. Výlet na Hrebienok sa dá absolvovať aj ako jednodňový: vyrazíte z Bratislavy do Popradu ranným vlakom o 7:37, pokračujete Tatranskou železnicou do Starého Smokovca a potom pozemnou lanovkou na Hrebienok.

Príjemne naobedovať sa dá v Smokovci aj na Hrebienku.

Spiatočný, večerný vlak z Popradu má príchod do Bratislavy o 22:33 (Ex 612).

PREŠOV

Odporúčam dvojdňový výlet vlakom do Prešova. Dobré sa cestuje vlakom o 7:27 z Hlavnej stanice. Dôchodcovia cestujú zdarma, prípadne za miestenku zaplatia 1 €. Prestupuje sa v Kysaku.

V Prešove odporúčam navštíviť *Kalváriu*, z ktorej je krásny výhľad na celé mesto. Dostanete sa tam autobusom č. 15 smer Za kalváriou, ale vystúpiť treba pri zimnom štadióne.

Za prehliadku stojí *Synagóga* a jej areál a *Rákoczyho palác*. Pozor obe sú v sobotu, prekvapivo, zatvorené.

Zaujímavá je *Bosákova banka* z r. 1924. Reprezentatívna secesná budova, postavená na podnet amerického bankára Michala Bosáka, rodáka z Okruhlého. Teraz je zrekonštruovaná a nachádza sa v nej aj Krajská knižnica Pavla Országha Hviezdoslava.

Palác *Čierny orol* dnes slúži ako spoločensko-kultúrne centrum. V roku 1561 ho mesto odkúpilo od pôvodného majiteľa a prestavalo, čím sa vytvorili reprezentačné ubytovacie a stravovacie priestory pre bohatých návštevníkov mesta. Ubytovali tu napríklad M. I. Kutuzova (jedného z vojvodcov, ktorý porazil Napoleona) a generála A. V. Suvorova (veliteľa, ktorý za svoju bohatú vojenskú kariéru neutrpel ani jedinú porážku).



Kultúrno-spoločenské centrum
Čierny orol, Prešov



Priečelie budovy
Krajského súdu
v Prešove

V Prešove môžete navštíviť aj krásne chrámy, napr. chrám sv. Mikuláša. Nádherný i zvláštny je gréckokatolícky kostol *Katedrálny chrám svätého Jána Krstiteľa*, v ktorom sme počas nášho výletu mohli vidieť veľký pohyblivý betlehem. V meste nájdete aj zaujímavosti ako *fontány* a *sochy*, okrem iného aj veľkého kovového koňa vytvoreného z podkov.



Katedrálny chrám
sv. Jána Krstiteľa



Gredkokatolícky
Evanjeliár

Cestu späť môžete absolvovať vlakom z Prešova do Kysaku o 16:42, kde prestúpíte na vlak do Bratislavy, s príchodom 22:33 na Hlavnú stanicu.



Busta K. Duchoňa
v areály parku
Esterházyho pkaštieľa

GALANTA

Oplatí zájsť si aj do Galanty, kde si môžete pozrieť Esterházyho neogotický kaštieľ. Časť z neho je už opravená a nachádza sa tu napríklad pamätná izba Karola Duchoňa. Revitalizovaný je i priľahlý park. V kaštieli sa nachádza obrovská vínná pivnica s výbornou reštauráciou. Neďaleko Esterházyho kaštieľa nájdete aj druhý, tentokrát renesančný. Nachádza sa v ňom múzeum, v ktorom zistíte ako bývali meštania na konci 19. storočia.

Michal Majtán,
Klub individuálnych členov

Vo februári sme v Staromestskom centre kultúry Školská 14 otvorili sériu výstav **BEZ CITLIVOSTI, SME BEZOHĽADNÍ, BEZ VNÍMAVOSTI ĽAHOSTAJNÍ**. Prinášame rozhovor s dramaturgičkou výstavnej série Betkou Marendiakovou.

marec 2023
HEAD LESS

apríl/máj 2023
ANDREA ROŠKOVÁ

máj/jún 2023
MATUŠ ZAJAC
PETER BÖHM

Séria výstav venovaných citlivosti a vnímavosti. Subjektívne výpovede rôznych ľudí vyjadrené rôznymi technikami, rovnakých v presvedčení, že bez citlivosti sme bezohľadní a bez vnímavosti ľahostajní. Citlivo nás nechajú nazrieť na miesta, ktoré väčšinou vôbec nevnímame alebo si naše vnímanie uľahčujeme predsudkami.

**BEZ CITLIVOSTI
SME BEZOHĽADNÍ.
BEZ VNÍMAVOSTI
ĽAHOSTAJNÍ.**

Prečo citlivosť?

Nebud' taká citlivka, príliš si to berieš, sú vety, ktoré počúvam často. Akoby byť citlivý bolo na smiech. Byť necitlivý je zase nepatričné.

Existuje zlatá stredná cesta pre citlivosť?

Nie, som presvedčená, že je správne byť citlivý. Vďaka citlivosti očí na svetlo som schopná vidieť. Vďaka citlivosti prstov môžem pohladkať dcéru po tvári a cítiť jej hladkú pokožku. A keď ich zaborím do kožušiny nášho psa, cítim teplú, mäkkú srst'. Všetko, čo zažívame je definované našou citlivosťou.

Citlivosť je aj technický termín. Vo fotografii určuje, koľko dokáže film (teraz čip) zachytiť. Citlivý film pracuje aj pri menšom množstve svetla, ale pri väčšom množstve svetla bude záber preexponovaný, teda priveľmi osvetlený. Možno až tak, že na ňom nebude nič vidieť. Ak by som sa inšpirovala touto fyzikálnou analógiou, je jednoznačné, že citlivosť je dobrá. Ide o to, kedy byť ako citlivý – v tme viac a vo svetle menej. Existujú situácie, ktoré znesú aj nižšiu citlivosť.

Ale sú aj tie temné, v ktorých sa bez vyššej citlivosti nezaobídeme.

A prečo vnímavosť?

To, či niekoho alebo niečo vnímame, je veľmi úzko spojené s našou reakciou. Čiže vnímať znamená nielen prijímať podnet, ale naň aj reagovať. A citlivosť pritom definuje, ako hlboko alebo naopak plytko nás ten podnet zasiahne.

Sú dnešní ľudia necitliví?

To úplne nie. Zdajú sa mi úzko zameraní. Akoby vnímali predovšetkým to, čo sa týka ich a čo ich zaujíma. Príkladom je reakcia: *Keby všetci boli ako ty*. S týmto sa často stretávajú ľudia z menších a s rôznymi prejavmi odlišnosti. Myslím, že najviac Rómovia. Voči konkrétnemu Rómovi, ktorého poznáme, dokážeme prejavíť viac citlivosti a vnímavosti než k anonymným neznámym. A vtedy ho oddelíme z tej komunity, vetou „*Keby boli všetci ako ty*“ uznáme jeho hodnotu a zároveň spochybíme hodnotu ostatných členov etnika. Keď už niekoho poznáme osobne, jeho vlastnosti prevážia nad pôvodom, orientáciou alebo diagnózou. To je super. Ale nestačí to.

Táto séria výstav má divákov priviesť k citlivejšiemu pohľadu na svet. Ako môžu výstavy scitlivieť diváka? Dokážu to vôbec?

Výstavy scitlivujú diváka tým, že mu ponúkajú skúsenosti a iný pohľad na svet okolo.

Túto výstavnú sériu sme začali amatérskou fotografiou. Autorka, Alica Uchytlová, zachytila stavy úzkosti, ktoré prežila, pretože trpí úzkostnou poruchou. A vďaka ceste, ktorou si s ňou prešla, dokáže teraz o duševných ochoreniach otvorene a citlivo hovoriť. Pre divákov, ktorí vnímajú Alicinu úzkosť cez jej fotografie, to môže byť informácia o utrpení, ktoré ochorenie prináša, aj o nádeji a ceste k zotaveniu.

Ak diváci patria medzi ľudí, ktorí trpia duševným ochorením, môže to byť pre nich obohacujúce stretnutie v zmysle, že nie sú sami a nemusia sa schovávať. Nemyslím tým, že začnú húfne vystupovať v médiách a na sociálnych sieťach s veľkými odhaleniami. Skôr tak, že im to môže zjemniť pocit stigmy, ktorý duševné ochorenie prináša. Môže ich to inšpirovať a opatrne priblížiť k zdieľaniu svojich skúseností s blízkymi.

A ostatným to môže poodhaliť fakt, že úzkosť (a s ňou aj ostatné duševné ochorenia) je choroba ako každá a iná. Prináša bolesť, ťažkosti a komplikuje život. Ale nemusí byť prekážkou k tomu, aby človek

žil naplnený život. S duševnými ochoreniami sa dá pracovať, mať rodinu, plnohodnotne fungovať.

Výstavy nemajú diváka osloviť len umeleckým spôsobom, majú prinášať informácie.

Je vizuálne umenie v tomto zmysle pre divákov zrozumiteľné?

Verím, že áno. Kedysi som si myslela, že existujú dva typy diel – vyvolávajúce pocit spokojnosti a vyvolávajúce otázky. Teraz si skôr myslím, že sú to dva typy divákov. Takí, ktorí sa s dielom identifikujú. Osloví ich tým, že je pre nich niečim známym, čo zapadne do ich života aj vkusu. A potom tí, ktorým to nezapadne. Vtedy dielo vyvolá otázky a tlak na hľadanie odpovedí. Obe skúsenosti sú skvelé.

Existujú diváci, ktorých výstava neosloví?

Nie. Divák, ktorému to nič nedá, nie je divák, lebo sa nedíva poriadne.

Pozrime sa poriadne na sériu BEZ CITLIVOSTI SME BEZOHĽADNÍ, BEZ VNÍMAVOSTI ĽAHOSTAJNÍ. Čo vidíme?

V prvom rade veľmi odlišných autorov, z rôznych prostredí a s rozmanitými výtvarnými konceptami. Spája ich to, že majú skúsenosť so stigmatizáciou. Zobrazujú niečo, pred čím sme dlho zatvárali oči, ako duševné ochorenia alebo mentálne znevýhodnenie. Zároveň to robia veľmi citlivým spôsobom práve preto, že sami majú tú osobnú skúsenosť.

A pre vnímavých divákov je vo výstavách ukryté aj niečo viac. Autori akoby hovorili: *„Aha, ja to vidím takto... Ja si v sebe nesiem toto... Možno sa to dá aj inak. Skúsme to.“*

V istom zmysle majú tieto výstavy rehabilitovať citlivosť a povzbudiť ľudí, aby sa nebáli ju prejaviť. Ako?

Jednou z výstav bude projekt Matúša Zajaca a Petra Böhma. Ich fotografie vznikali počas dlhšieho obdobia a zachytávajú obyvateľov Domovov sociálnych služieb. Takže po duševných ochoreniach otvárame tému mentálneho znevýhodnenia. Obe sú niečo, čo si človek nevyberie. Nie je to voľba. A obe sú v bežnom jazyku používané pejoratívne, ako nadávka. Na niekoho, kto je jednoducho zlý alebo hlúpy sa zvykne povedať, že je psychopat alebo retardovaný. Je zaujímavé, že jazyk, ktorý používame je takýto krutý a bezohľadný. V tomto prípade voči ľuďom so skúsenosťou s duševným ochore-



4 autorky, 4 študentky, 4 silné osobnosti, ktoré sa otvorene vyjadrujú k rôznym aspektom psychických problémov a každá z nich využíva iné médium.

4. 3.–6. 4. 2023 HEAD LESS

J. Gavurová
I AM THE ABYSSMYSELF

V. Arvayová
DISCONNECTED

S. Ščepánová
NOT MY DIAGNOSIS

K. Kusá:
SKINS I LIVE IN

ním a ľuďom s mentálnym znevýhodnením. Máme veľký priestor na kultivovanie toho, ako hovoríme. Môžeme to urobiť tak, že si dovoľíme byť citlivejší. Keď nabudúce budem chcieť povedať *retardovaný*, spomeniem si na ľudí, ktorých som videla na tejto výstave a toto slovo nepoužijem.

Ako sa citlivosť a vnímavosť môžu prejaviť v bežnom živote?

V tom, ako sa budem o veciach a ľuďoch vyjadrovať. V tom, že budem vnímať ľudí aj ich potreby. A to nielen konkrétnych ľudí, ktorých poznám po mene ale aj tých, ktorý sú tou anonymnou masou.

Alebo v tom, že pred tým, než si vytvorím a začnem šíriť svoj názor, si zistím viac. To sa dá aj tak, že sa budeme o veciach otvorene rozprávať.

O čom bude marcová výstava?

V marci uvedieme výstavu HEAD LESS. Diela štyroch autoriek, ktoré spája ich otvorené vyjadrovanie sa k rôznym aspektom psychických problémov. Každá z nich využíva iné médium, vďaka čomu budú diváci vidieť rozmanité diela, od sochárskeho objektu cez fotografiu až po báseň. Tematicky sa stále venujeme citlivosti a vnímaniu. Napríklad dielo Kláry Kusej: *Skins I live in* vychádza z prirovnania psychologičky prof. Marshe Linehan: „*Ľudia s hraničnou poruchou osobnosti sú ako s popáleninami tretieho stupňa pokrývajúcimi deväťdesiat percent povrchu tela. Keďže im chýba emočná pokožka, stačí najmenší pohyb alebo dotyk, aby cítili mučivú bolesť.*“

Všetky štyri autorky ukazujú niečo zo svojho vnímania a prežívania. Robia to otvorene, veľmi citlivo a ich autentické výpovede sú základom silných umeleckých diel.

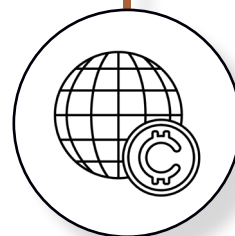
NENALEŽTE ONLINE PODVOVNÍ- KOM

Podvodníci neustále testujú dôverčivosť ľudí. Najlepšia ochrana je prevencia. Skupina prevencie Okresného riaditeľstva PZ v Bratislave I dáva do pozornosti niekoľko rád a odporúčaní, ako sa nestáť obeťou online podvodu.

Investície do kryptomien

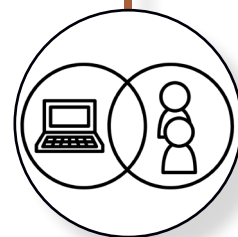
Kryptomena je stále populárna, no zároveň aj kontroverzná forma platidla. Túžba rozprávkovo zbohatnúť s minimálnym vkladom je veľkým lákadlom. Podvodníci to dobre vedia a pod vidinou vysokého zisku skúšajú oklamať dôverčivých ľudí. Využívajú pritom skvelý marketing a ohromujúcu prezentáciu celého procesu investovania. Dobre si preverte spoločnosť, jej recenzie a rovnako tak typ kryptomeny, do ktorej by ste radi zainvestovali.

Zbystrite pozornosť, ak prezentujúci popri opise investičných možností, od vás požaduje citlivé údaje o vašej platobnej karte alebo prihlasovacie údaje k internetbankingu. Zámienkou môže byť uhradenie vstupného kapitálu alebo nastavenie prevedenia nadobudnutých peňazí na váš účet. Prípadne pôjde o nainštalovanie aplikácie do vášho mobilu či počítača, prostredníctvom ktorej bude môcť podvodník efektívne zrealizovať všetky potrebné úkony vo vašom zariadení.



Predaj a nákup z druhej ruky

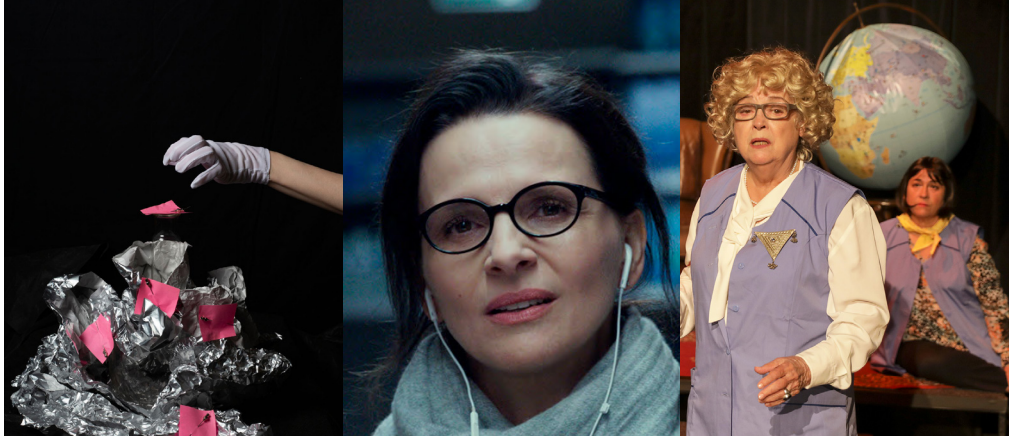
Pomerne populárnym sa za posledné obdobie stalo inzerovanie cez internet. A s ním sa rozmohli aj falošní kupujúci. Predstierajú záujem o tovar s cieľom získať peniaze predávajúceho. V prípade internetového predaja je dôležité preveriť si, či sa jedná o korektného kupujúceho. Komunikácia častokrát prebieha cez čtovacie aplikácie ako napr. WhatsApp. Všímajte si, či vety záujemcu majú logický slovosled a neobsahujú prílišné gramatické chyby. Podvodník často proaktívne navrhuje využiť namiesto bežného bankového prevodu služby kuriéra na rýchle a bezproblémové dodanie tovaru. Zašle odkaz na falošnú stránku, ktorá môže obsahovať aj vierohodne vyzerajúce logá. Na stránke je následne potrebné vyplniť číslo platobnej karty, platnosť a bezpečnostný kód. Číslo karty pri predaji cez internet nezadáajte. Spozornite, keď kupujúci od vás nevyžaduje číslo účtu v tvare IBAN, kde by vám mal poslať peniaze za tovar.



Falošné e-shopy

Nakupovanie cez internet je rýchle a pohodlné, no aj tu si treba dať pozor. Nakupujte u overených predajcov, ktorých poznáte, prípadne ste už cez nich v minulosti nakupovali. Ak sa jedná o neznámeho predajcu, najprv si ho preverte. Skúste si pozrieť recenzie, jeho kontaktné údaje, sídlo firmy a či má vypracované obchodné podmienky. Môže sa totiž jednať o falošnú stránku podvodníkov, ktorí od vás vypýtajú peniaze za tovar, ktorý k vám nikdy nedorazí. Platbu pri nákupe realizujte bezpečným spôsobom. Ak zvolíte platbu kartou, skontrolujte si zabezpečenie stránky, na ktorú vás predajca presmeroval. V prípade, že v tomto smere nie ste skúsení a máte obavy, môžete si radšej zvoliť platbu na dobierku.





KULTÚRA V STAROM MESTE

HUDBA

● 1. 3., 18:30

AVE GURGEN

Spomienkový koncert na Gurgena Ovsepiana, účinkujú: Ovsepianovci
Hudobný salón Zichyho paláca, Ventúrska 9

● 4. 3., 17:00

5RYTMOV

Pohyb pre deti, rodičov a starých rodičov s lektorkou M. Trizuljakovou.
Registrácia: 5rytmovregister@gmail.com. Pistoriho palác, Štefánikova 25

● 15. 3., 18:00

(NE)ZNÁMA HUDBA 2023

M. MOYZES, A. MOYZES: SLÁČIKOVÉ KVARTETÁ II.

Cyklus komorných koncertov, 14. ročník.
Účinkuje: Moyzesovo kvarteto, Mucha Quartet
Hudobný salón Zichyho paláca, Ventúrska 9

● 21. 3., 13:00

PREŠPORSKÝ PAGANINI 2022

Koncert laureátov súťaže.
Slovenský inštitút Viedeň

● 22. 3., 18:00

WALTER FISCHBACHER BEATLES TRIO

Vstupné: 5€ (3€ seniori, ZŤP)
Hudobný salón Zichyho paláca, Ventúrska 9

● 29. 3., 18:00

KONZERVATÓRIUM V PALÁCI

Koncertné vystúpenie pedagógov a študentov Konzervatória Bratislava.
Vstup zdarma.
Pistoriho palác, Štefánikova 25

● 3. 3., 19:00

S. LEBEAU: ZVUK PRASKAJÚCICH KOSTÍ

Príbeh trinásťročnej Elikie, odvážneho a húževnatého dievčaťa, ktoré berie nevinného osemročného Josepha na trnistrý útek cez džungľu k vytúženej slobode. Ich príbeh vynesie na svetlo Angelina, zdravotná sestra, ktorá sa o nich starala v detskej polnej nemocnici

Réžia: Z. Hurová

Účinkujú: V. Hagungová, E. Šupčík, S. Féderová

Vstupenky: goout.com

TICHO a spol., Školská 14, tichoaspol.sk, 0944 351 537

● 5. a 6. 3., 19:00

SVETLONOS, Odivo a I. Martinka

Tam, kde je tieň, musí byť aj svetlo. Čím urputnejšie hľadám svetlo v temnote, tým jasnejšie cítim, že to temno som ja sám. Kde sa končí svetlo a začína temnota? Kde končí strach a začína fascinácia?

Réžia: M. Danadová, M. Kováčová, I. Martinka

Účinkujú: M. Danadová, I. Martinka, M. Bódyová, L. Kubičina

Vstupenky: goout.com

TICHO a spol., Školská 14, tichoaspol.sk, 0944 351 537

● 7. 3., 19:30

VÁŽENÍ SUSEDIA, ZAMYKAJTE VCHOD

Hrajú: L. Vráblicová, R. Ondrejovičová, V. Horján

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 8. 3., 19:00

ČAKANIE, Stopy snov

Čo sa stane s našou túžbou, keď ju nemôžeme uskutočniť v reálnom svete? Aká je izolovaná láska? Aké je izolované šťastie? Akou deformáciou prechádza náš vnútorný svet keď sa s tým svetom vonku nedokáže stretnúť? Čakáme. Na odpovede. Na vyslobodenie. Na impulz. Alebo ani nevieme na čo vlastne.

Réžia: M. Benčík

Účinkujú: E. Andruška, T. Blažeková, M. Buzalka, B. Dragúňová, J. Frištacký, M. Jariabková, L. Kováčová, A. Lehotská, D. Pomichalová

Vstupenky: goout.com

TICHO a spol., Školská 14, tichoaspol.sk, 0944 351 537

● 8. 3., 19:30

HORÚCE LETO 68 (AKO SME UTEKALI)

Hrajú: Z. Kronerová, G. Dzuríková, M. Maťová

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 10. 3., 10. 3., 13. 3., 29. 3., 19:00

VŠETKY ÚŽASNÉ VECI

Uvažovali ste niekedy nad tým, koľko je na svete úžasných vecí, pre ktoré stojí za to žiť? Pre ktoré sa oplatí to nevzdať?

Monodráma v podaní skvelého Mira Nogu je pútavým rozprávaním o živote muža, ktorý vyrástol v tieni opakovaných pokusov svojej mamy o samovraždu. Hovorí nám svoj vlastný príbeh, príbeh milujúceho syna, ktorý sa rozhodol vytvoriť zoznam všetkého úžasného, čo na tomto svete je, aby svojej mame dokázal, že každý deň môže objaviť niečo nové, prečo stojí za to žiť. Podarí sa mu ju presvedčiť? A podarí sa mu o tom presvedčiť samého seba?

Réžia: R. Horňák, účinkuje: M. Noga

Vstupenky: goout.com

TICHO a spol., Školská 14, tichoaspol.sk, 0944 351 537

● 11. 3., 19:30

MUŽI SA MINULI (DÁŠA, RÚT & SISA)

Hrajú: A. Vargová, V. Horján, M. Meľo, M. Hronský

Réžia: S. Ferancová

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 13. 3., 19:30

HEREČKY (MILUJ BLÍŽNEHO SVOJHO)

Hrajú: Z. Kronerová, D. Abrahámová, G. Dzuríková, V. Horján

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 14. 3., 19:30

BÁRBI HĽADÁ KENA

Hrajú: G. Dzuríková, V. Horján

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 15. 3., 19:30

RIADITEĽKY ZEMEGULE

Hrajú: B. Turzonovová, D. Abrahámová, M. Horváthová

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 16. 3., 19:30

V TOMTO MESTE ZDOCHOL PES (MILENCI A MILENKY)

Hrajú: L. Schrameková, E. Sakalová, V. Horján, P. Ondrejčka, M. Rovňák

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 18. 3., 19:30

**SOCÍK SLADKÝ SOCÍK (ALKOHOLICKÝ SPRIEVODCA
SOCIALISTICKOU BRATISLAVOU)**

Hrajú: D. Abrahámová, V. Horján, M. Meľo, V. Plevčík, A. Vargová,

R. Dang Vanová, Z. Džadoň

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 20. 3., 19:00

AMADEUS 22

Autorská inscenácia na motívy hry od P. Shaffera.

Genialita a priemernosť. Nenávidia sa, opovrhujú sebou, no potrebujú sa k bazálnemu prežitiu. Priemernosť a konformita vládnu tomuto svetu a chcú zahubiť všetko výnimočné, čo na ne poukazuje. Všetko, čo žiari. No čo ak výnimočnosť zneužíva priemernosť na to, aby vynikla? Trojica študentov sa rozhodne veľkolepo vrátiť na javisko starého herca v jeho životnej role. Zinscenujú Amadea a on bude Salieri. Veľkolepý comeback zašlej slávy. Čo iné by mohlo byť výstižnejšie? Nesmrteľný príbeh života W. A. Mozarta v ich podaní však naberá úplne odlišné kontúry.

Účinkujú: M. Noga, J. Horváth, S. Lasoková, M. Klinčúch

Réžia: R. Horňák

Vstupenky: goo.gl.com

TICHO a spol., Školská 14, tichoaspol.sk, 0944 351 537

● 20. 3., 19:30

EVA ROBÍ Z DOMU (ESCAPE ROOM)

Hrajú: E. Sakalová, V. Horján, A. Jančina, N. Fašánková

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 21. 3. , 19:30

VÁŽENÍ SUSEDIA, ZAMYKAJTE VCHOD

Hrajú: L. Vráblicová, R. Ondrejkošová, V. Horján

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 22. 3., 19:30

NÍZKOTUČNÝ ŽIVOT (NEJEM, NEŽIJEM, NEMILUJEM)

Hrajú: P. Polnišová/Evelyn, Z. Šebová, D. Abrahámová, A. Vargová, V. Horján

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 25. 3., 19:30

ADRENALÍN (PÄŤ RÁD NA DOBRÝ ROZCHOD)

Hrá: V. Horján

Spolupráca na texte a réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 26.3. , 19:30

RIADITEĽKY ZEMEGULE

Hrajú: B. Turzonovová, D. Abrahámová, M. Horváthová

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 28. 3., 19:30

HUPS! (BUDÚCNOSŤ UŽ NIE JE ČO BÝVALA)

Hrajú: Z. Kronerová, V. Horján, D. Hartl, V. Klimáček

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 29. 3., 19:30

BÁRBI HĽADÁ KENA

Hrajú: G. Dzuríková, V. Horján

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 30. 3., 19:30

YOUTUBERI (Ó, BOŽSKÝ INTERNET)

Hrajú: D. Hartl/V. Plevčík, M. Meľo, V. Horján, M. Horváthová

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

● 31. 3., 19:30

VÁŽENÍ SUSEDIA, ZAMYKAJTE VCHOD

Hrajú: L. Vráblicová, R. Ondrejovičová, V. Horján

Réžia: V. Klimáček

Vstupenky: ticketportal.sk, zvyšné lístky hodinu pred predstavením

Divadlo GUnaGU, Františkánske nám. 7, gunagu.sk

VÝSTAVY

● 1.–31. 3. 2023

KALAMITA V BRATISLAVE

Plotová výstava pohľadníc z januára 1987. Exteriérová výstava, KC Gaštanová 19

● 3. 2.–14. 3. 2023

VÝSTAVA ALF 2012–2023

Kurátori: L. L. Lukačovičová, L. Stacho

Pistoriho palác, Štefánikova 25

Otvorená: ut–ne 14:00–19:00

● 9. 2.–12. 3. 2023

ROZPAD–CESTA–PAMÄŤ

Autori: T. Bede, B. Brindák, S. Novická Troch autorov ich spája rovnaký ateliér

Ateliér voľného sochárstva pod vedením Štefana Papča.

Kurátorka: N. Bukovská

Staromestská galéria ZICHY, Ventúrska 9, vchod z ulice

Otvorené: ut–ne 15:00–19:00

● 9. 2.–24. 3. 2023

SÚTOK – SPÁJANIE DIMENZIÍ

Autori: O. Bachorík – sochy, Ján Kelemen – obrazy

Výstava predstaví výber z tvorby oboch autorov.

Oto Bachorík – sochár, reštaurátor a pedagóg. Narodil sa 26. marca 1959 v Bratislave. V rokoch 1978–1984 študoval na Vysokéj škole výtvarných umení v Bratislave u prof. L. Snopeka a doc. J. Poruboviča. Žije v Bratislave. Venuje sa komornej a monumentálnej sochárskej tvorbe, kresbe a v poslednom období i maľbe.

Ján Kelemen – grafik, maliar a keramikár. Narodil sa 7. júla 1957 v Šuranoch. Absolvoval Vysokú školu výtvarných umení v Bratislave v ateliéri prof. Albína Brunovského. V roku 1996 založil spolu s výtvarníkmi Jánom Hlavatým a Alexejom Krašeničom neformálne umelecké združenie A1. Venuje sa maľbe, kresbe, grafike, sochárstvu, inštaláciám, performancii a multimediálnym projektom.

Galéria Z, Ventúrska 9, 1. posch.

Otvorené: ut–pi 13:00–18:00

● 13. 2.–25. 5.

HUGO KOLLÁR – TALENT ROKA SLOVAK PRESS PHOTO 2022

Výstava mladého talentovaného študenta.

Galéria Nadácie Slovak Press Photo, Ventúrska 9, 2. posch.

Otvorené: ut–st 13:00–17:00, št 13:00–18:00;

každá prvá a posledná so mesiaca 13:00–18:00

● 16. 2.–31. 3. 2023

ČESKO–SLOVENSKÉ OKAMIHY

Česká tlačová kancelária pripravila pri príležitosti 30. výročia rozdelenia Československa výstavu fotografií. 130 snímok zachytáva dôležité aj menej známe momenty zo spoločnej histórie, dvojitého rozpadu československého štátu aj vzájomné vzťahy Čechov a Slovákov v posledných 30 rokoch.

Exteriérová výstava, **Hviezdoslavovo námestie**

Výstavu realizujeme v spolupráci s Českým centrom v Bratislave.

● 3. 3.–14. 4. 2023

L. FEKETE: DIMENZIE

Kurátorka: D. Lovišková

Významná bratislavská výtvarníčka Lea Fekete patrí k najosobitejším zjavom a tvorcom slovenského odevného priemyslu.

Vernisáž: 2. 3. o 17:00

Komentovaná prehliadka: 23. 3. o 17:00

Finisáž s komentovanou prehliadkou: 14. 4. o 17:00

Pistoriho palác, Štefánikova 25

Otvorená: ut–ne 14:00–19:00

● 4. 3.–6. 4. 2023

HEAD, LESS

4 autorky, 4 študentky, 4 silné osobnosti, ktoré sa otvorene vyjadrujú k rôznym aspektom psychických problémov. Každá z nich využíva iné médium, no práve to ich spája.

J. Gavurová: I am the abyss myself

V. Arvayová: Disconnected

S. Ščepánová: Not my diagnosis

K. Kusá: Skins I live in

Vernisáž: 4. 3. o 18:00

KC Školská 14

Otvorené: po–pi 15:30–19:00

● 6. 3.–11. 4. 2023

G. SZÚCS: MOTION/POHYB

Malba

Vernisáž: 9. 3. o 18:00

Zichyho palác, Ventúrska 9, 2. poschodie

Otvorené: po–pi 9:00–18:00

● 8. 3.– 31. 3. 2023

A. VAVRINOVÁ, A. HORNICKÁ: PODOBY ŽENY

Malba

Galéria F7, Františkánske nám. 7

Otvorené: ut–so 15:00–19:00

V spolupráci s o.z. arte.via

● 16. 3.–16. 4. 2023

P. ILČÍK: LOADING

Objekt loading reflektuje aktuálnu situáciu v spoločnosti.

Vernisáž: 16. 3. o 18:00

Staromestská galéria ZICHY, Ventúrska 9, vchod z ulice

Otvorené: ut–ne 15:00–19:00

● 23. 3.–21. 4. 2023

J. VÁMOS, M. FÍZIK: DEŠTRUKCIA POVRCHU

Hovorí sa, že pravda vychádza na povrch, rozhodli sme sa preto rozkopáť realitu.

Kurátor: D. Pauček

Vernisáž: 23. 3. o 18:00

Komentovaná prehliadka: 30. 3. o 18:00

Pistoriho palác, Štefánikova 25

Otvorené: ut–na 14:00–19:00

SENIORI

● 1. 3., 13:30

INFOSERVIS SENIORA, vstup len pre členov ZZPO III.

KC Gaštanová 19

● 27. 3., 15:30

ČO DOKÁŽE MOZOG

Tréning pamäti pre každého: ako si zapamätať až 30 položiek nákupu.

Lektorka: Mgr. A. Palkovič, vstupné 2€. Pistoriho palác, Štefánikova 25

● Každý utorok, 11:00

SENIORSKÉ MATINÉ

Téma na február: Všetko najlepšie, Juliette Binoche!

7. 3. SILS MARIA Dráma, 2014, FR, 119 min.

Očarujúca a stále atraktívna štyridsiatnička Maria je na vrchole svojej hereckej kariéry, ktorú pred dvadsiatimi rokmi odštartovala stvárnením nezapadnuteľnej postavy Sigrid v oceňovanom divadelnom predstavení. Práve prijala ponuku zahrať si v súčasnom remaku tejto hry, ale tentoraz sa má zhostiť úlohy staršej Heleny, ktorú Sigrid doženie až k samovražde. Maria

sa s pomocou asistentky vžíva do novej postavy Heleny, tentoraz sa nachádza na druhej strane zrkadla, tvárou v tvár očarujúcej dievčine, ktorá je v podstate znepokojujúcim odrazom jej samotnej.

Réžia: O. Assayas

Hrajú: J. Binoche, K. Stewart, Ch. Moretz a ďalší.

14. 3. PRAVDA Rodinná dráma, 2019, FR, USA, 103 min.

Búrľivé stretnutie medzi scenáristkou Lumir a jej slávnou matkou a herečkou Fabienne. Pred zrakom ohromených členov rodiny sa odhaľujú utajené pravdy, nepriznaná nevraživosť, nemožné lásky a nikto nevie, ako si matka s dcérou opäť k sebe nájdu cestu.

Réžia: H. Koreeda

Hrajú: J. Binoche, C. Deneuve, E. Hawke a ďalší.

21. 3. KTO SI MYSLÍŠ, ŽE SOM Romantická dráma, 2019, FR, 98 min.

Aby mohla 50-ročná Claire špehovať svojho milenca Luda, vytvorí si falošný profil na sociálnych sieťach a stane sa Clarou, nádhernou 24-ročnou ženou. Príbeh o tom, ako ľahko sa môžeme zamotať do vlastnej siete lží, ktorú si nastrojíme v ére sociálnych sietí.

Réžia: S. Nebbou

Hrajú: J. Binoche, F. Civil a ďalší.

28. 3. ŽIVOT TEJ DRUHEJ Dráma, 2012, FR, 94 min

Marie sa zobudí a s hrôzou zistí, že si nedokáže spomenúť na posledných pätnásť rokov svojho života. Prekvapená sa dozvedá, že bola vydatá za Paula a ich manželstvo je v krachu, že je matkou citlivého malého chlapca a má riadiť mocnú nadnárodnú spoločnosť. Stále však netuší, ako sa to všetko mohlo stať a ako k tomu všetkému došlo.

Réžia: S. Testud

Hrajú: J. Binoche, M. Kassovitz, A. Atika a ďalší.

Vstupné: 4,50€ (seniori 3,50€), kino.filmeurope.sk

Kino Film Europe, Pistoriho palác, Štefánikova 25

● Každý utorok, 16:00

**ZÁBAVNÉ PC WORKSHOPY s vlastným notebookom
ČO NÁM PONÚKA YOUTUBE**

Lektorka: J. Pechrová

Vstupné: 6€ /1 stretnutie (3 seniori)

KC Gaštanová 19

● Každý pondelok a štvrtok, 12:30–16:30

KLUB SENIOROV

KC Gaštanová 19

● Každý štvrtok, 13:30–17:00

JEDNOTA DÔCHODCOV

13:30 cvičenie, 15:00 úradná hodina, 16:00 bridžový klub

KC Gaštanová 19

● Každý štvrtok

9:30–10:30 **NEMECKÝ JAZYK** s E. Smolíkovou

10:45–11:45 **ANGLICKÝ JAZYK** s K. Bánskou

Prihlasovanie a bližšie informácie: aksenba@aksen.sk

KC Gaštanová 19

- 1. 3., 15:00–18:00 a 4. 3., 10:00–13:00

MOZGOVÁ „GYMNASTIKA“

Interaktívny seminár & workshop.

Teoretické základy všetkých aspektov spracovania informácií mozgom, doplnené o praktické cvičenia: koncentrácia, verbálna a logická časť inteligencie, pamäť, kreativita, technika rýchleho čítania a veľa ďalších zaujímavostí i ukážok.

Lektorka: RNDr. M. Lundblad

Cena: 15€ (za jeden termín)

Registrácia: eva.kostalova@staremesto.sk

KC Gaštanová 19

- 16. 3., 17:00

ZELEŇ V MESTE III.

KVETINOVÝ BOX VO VEĽKONOČNOM ŠTÝLE

Spolu s Flower Therapy si vytvoríme farebný kvetinový box vo Veľkonočnom štýle. Jarné kvietky si doplníme o tematické ozdoby ako hniezdo a vajíčka.

Vstupné 20€, registrácia vopred na: daria.chriastelova@staremesto.sk

V cene je všetok materiál potrebný k výrobe boxov.

Pistoriho palác, Štefánikova 25

- 23. 3., 17:00

35.VÝROČIE SVIEČKOVEJ MANIFESTÁCIE

Projekcie dokumentárnych filmov ÚPN: Sviečková manifestácia alebo Bratislavský Veľký piatok a zostrihy svedectiev Post Bellum, spojené s diskusiou historikov a účastníkov Sviečkovej manifestácie. Moderátori P. Jašek/J. Endrůdi z Ústavu pamäti národa.

Vstup voľný.

Pistoriho palác, Štefánikova 25

- 26. 3., 14:00

NEZNÁME ZNÁME MIESTA: STO ROKOV RONDOKUBIZMU

Nenávidený, odmietaný, zatracovaný a predsa jedinečný československý sloh, ktorý sa v architektúre nevyskytuje nikde inde na svete. Neprajníci ho posmešne nazývali aj rondokubizmus. Prišiel k nám z českého prostredia a zanechal nezmazateľnú stopu aj v Bratislave. Chceli by ste sa dozvedieť viac? Neváhajte a prídte na prehliadku tohto unikátneho slohu pred sivú budovu Lekárskej fakulty UK na Sasinkovej 1.

Lektorka: E. Čubrůková

Registrácia: eva.kostalova@staremesto.sk

● GITARA pre dospelých aj pre deti

Individuálne hodiny základov hry na gitaru, lektor: I. Denko

Cena: 5,50€ / vyuč. hodina

KC Gaštanová 19

- Každý pondelok, 17:00

PILATES FIT pre začiatočníkov, pokročilých a mierne pokročilých

Prihlasovanie: 0905 506 079

Lektorka: Z. Kondé

KC Gaštanová 19

● Každý pondelok, 18:15

BODYBALANCE & TONING BALLS

Lektorka: M. Bakošová

Prihlasovanie: 0905 731 621, riabakosova@gmail.com

KC Gaštanová 19

● Každý pondelok, 19:30

YIN JOGA S ĽUBICOU

Prihlasovanie: lubica.husarova@reformcapital.com

Lektorka: Ľ. Husárová, certifikovaná učiteľka Yin jogy RYS 50

KC Gaštanová 19

● Každý utorok, 10:00

TRADIČNÁ HATHA JOGA

Lektorka: Sasha

KC Gaštanová 19

● Každý utorok, 17:00

ČCHI-KUNG pre začiatočníkov a mierne pokročilých

Cena: 4€ / 1 cvičenie, lektor: L. Horniak

KC Gaštanová 19

● Každú stredu, 17:00

JOGA FLOW

Prihlasovanie: lubica.husarova@reformcapital.com

Lektorka: Ľ. Husárová, certifikovaná učiteľka Yin jogy RYS 50

KC Gaštanová 19

● Každú stredu, 18:15

KONDIČNÉ CVIČENIE PRE ŽENY

Cena: 4€ / 1 cvičenie, lektorka: D. Krošlákova

KC Gaštanová 19

● Každý štvrtok, 10:00

RELAX JOGA pre zlepšenie kondície seniorov

Cena: 4€ / 1 cvičenie (seniori 2€), lektorka: V. Diešková.

KC Gaštanová 19

● Každý štvrtok, 17:00

TAI CHI CHUAN

Cena: 4€ / 1 cvičenie, lektor: L. Horniak

KC Gaštanová 19

magazin@staremesto.sk

Alžbeta Marendiaková, Dana Sládeková

+421 (2) 52 49 68 68

alebo 0911 665 273

Staromestské centrum kultúry a vzdelávania

Školská 14

811 07 Bratislava

program: staromestskekluby.wixsite.com/kulturavstarommeste

STAROMESTSKÉ
CENTRÁ KULTÚRY
A VZDELÁVANIA

Zichyho palác

Ventúrska 9

811 01 Bratislava

informácie: +421 (2) 54 43 16 81

Martina Mišíková, 0903 650 701

martina.misikova@staremesto.sk

Pistoriho palác

Štefánikova 25

811 05 Bratislava

Informácie: +421 (2) 52 49 18 28

Dária Chriateľová

daria.chriastelova@staremesto.sk

Galéria F7

Františkánske námestie 7

811 01 Bratislava

Borivoj Medelský, +421 (2) 54 43 33 35

alebo 0911 238 710

borivoj.medelsky@staremesto.sk

Gaštanová 19

811 04 Bratislava

Eva Košťálová, +421 (2) 54 77 73 66

eva.kostalova@staremesto.sk

FOTOGRAFIE

canva.com, A. Marendiaková, Marian S.,
J. Ďuriga, K. Kusá, Kino Film Europe,
Divadlo GUnaGU