06-07/
2020

ROČNÍK 4 / ČÍSLO 06-07 / 0,70 €
WWW.RMAGAZIN.SK

Hlas, ktorý nemlčí

SK

RK MAGAZÍN

ISSN 2585-7916
9 772585 791000 06

TÉMA

Protónové centrum má stále otvorený koniec. Alebo predvídateľný?

→ Strana 11

ROZHOVOR

Ružomberský magazín má potenciál. Hlásnych trúb je v meste dosť

→ Strana 16

TVÁR ČÍSLA

RUŽOMBEROK SA NEMENÍ

Na Slovensko ho dotiahla žena, no napokon tu zostal len kvôli biznisu. Pre obchodné ambície neskôr z mesta odišiel. Asi najznámejší cudzinec v meste za posledných dvadsať rokov, Talian Andrea Ena.

→ Strana 32

Fotoklub RK 1924

s podporou **Mesta Ružomberok** & **Roba Kolára**

pripravujú súťaž

Ružomberčania fotografujú 5

Fotografická súťaž pre všetkých, ktorých spája s Ružomberkom pôvod, pobyt, práca a štúdium

Súťažné témy:

- Moje mesto Ružomberok
- Moja rodina, práca, dovolenka
- Môj najlepší záber

- slávnostné vyhlásenie výsledkov
- výstava najlepších fotografií
- finančné a vecné ceny

foto: Jaroslav Moravčík

viac info na:
www.fotoklub.sk
fb.com/FotoklubRuzomberok/

RK MAGAZÍN Robo Kolár Ružomberok RUŽOMBERSKÝ HLAS

Preberáme štafetu

SPRAVODAJSTVO — 4

Vysoká strata kultúrneho domu Andreja Hlinku. Pomôže zmena fungovania?

TÉMA — 11

Protónové centrum má stále otvorený koniec. Alebo predvídateľný?

ROZHOVOR — 16

Ružomberský magazín má stále potenciál. Hlásnych trúb je v meste dosť

REPORTÁŽ — 21

Keď radosť z úlovku dominuje nad predstavou dať rybu na pekáč

ŠPORT — 44

Zážitky zo španielskej basketbalovej ligy odniesla najskôr do karantény

RK magazín, 06-07/2020, ročník IV., mesačník, 25. 6. 2020
Adresa redakcie: Madačova 1/A, 034 01 Ružomberok
Email: redakcia@rmagazin.sk
Web: www.rmagazin.sk
Telefón: + 421 902 812 289
Šéfredaktor: Anna Zábojníková
Redaktori: Nikola Marhefková, Anna Šenkeríková, Juraj Brezáni
Dizajn, Grafika, web: Jaroslav Moravčík
Vydavateľ: R PRESS, s.r.o., Madačova 1/A, 034 01, Ružomberok IČO: 51 058 316
Inzercia: Jaroslav Moravčík, + 421 908595 591, inzercia@rmagazin.sk
Predplatné: Ružomberský magazín si môžete predplatiť na v elektronickej podobe na inzercia@rmagazin.sk
Tlač: Petit Press, a.s.
Registračné čísla: EV 5573/17, ISSN: 2585-7916
Uzávierka: 12. 06. 2020

Autorské práva ma vydavateľ. Bez písomného súhlasu vydavateľa je zakázané akékoľvek použitie časti alebo celého diela, najmä rozširovanie, rozmnožovanie, akýmkoľvek spôsobom, mechanickým alebo elektronickým, v slovenskom alebo akomkoľvek inom jazyku.

Ak by ste chceli napočítať médiá, ktoré informujú o dianí v Ružomberku a okolí, nestačili by vám prsty jednej ruky. Boli to práve uplynulé týždne, ktoré nás naučili, že nie je dôležité súperiť v rýchlosti, ale kvalite. Novinárska práca predsa vyžaduje informácie nielen prijímať, ale ich aj overovať. A to niekedy trvá.

Ružomberský magazín už dva a pol roka prináša informácie, ktoré tvoríte najmä vy. Stretávame sa s vami v uliciach mesta, debatujeme s vami pri káve, počúvame vaše zážitky, príbehy aj sťažnosti. Po troch mesiacoch dnes opäť listujete v novom čísle Ružomberského magazínu. Doslova. Zmenili sme dizajn strán, obmenili redakciu. Odišli tí, ktorí nás učili písať, pozerať na témy do hĺbky a veľa sa pýtať. Nezabúdame ani na grafika Mareka Hasáka, ktorý bol s nami pri každom zalamovaní čísla. Vo vízii, ktorú mali pri zakladaní Ružomberského magazínu novinári Imrich Gazda a Peter Kravčák, však budeme pokračovať. Stále chceme byť hlasom, ktorý nemlčí.

Aj v tomto čísle predstavujeme šikovných dolnoliptákov. Informujeme o dianí z rokovania mestského zastupiteľstva, no zabŕdame aj do nefungujúceho protónového centra. Ukážeme vám, kde sa dajú v okolí chytať ryby, no dozviete sa aj to, ako zmenila pandémia dovolenkové plány Ružomberčanov. Okrem novinového stánku nás nájdete nielen na webovej stránke, ale aj na sociálnych sieťach. Fičíme na Facebooku, no ako jediné ružomberské médium sme aktívni aj na Instagrame.

Aj vy, milí čitatelia, buďte kritickí a veľa sa pýtajte. Niekedy sú totiž tie najpodstatnejšie veci ukryté pod povrchom.

Držte nám palce.

Anna Zábojníková
Šéfredaktorka

Vysoká strata kultúrneho domu Andreja Hlinku. Pomôže zmena fungovania?

Výročná správa, ktorá analyzovala výsledky činnosti a hospodárenia Kultúrneho domu Andreja Hlinku (KDAH) za predchádzajúci rok, ukázala takmer 122-tisícovu stratu.

Text: Anna Zábojníková Foto: Jaroslav Moravčík

Jednou z tém, o ktorých rokovali poslanci mestského zastupiteľstva v stredu 27. mája, bolo aj hospodárenie KDAH. Vo výročnej správe za rok 2019 sa uvádza, že záporný hospodársky výsledok v podobe 122-tisíc eur ovplyvnili aj prevádzkové problémy. Boli to najmä havarijná situácia s odpadom v Kultúrnom dome Biely Potok, havarijná situácia s kanalizáciou v kine, v zimnom období so žľabmi či rekonštrukcia ozvučenia Veľkej dvorany. Oproti roku 2018 je výsledok horší o takmer 37-tisíc.

Vysoká strata

Akciová spoločnosť Kultúrny dom Andreja Hlinku, a. s. Ružomberok zabezpečuje kultúru v meste vo viacerých strediskách. Sídlom spoločnosti je rovnomenný Kultúrny dom Andreja Hlinku, kde je aj jeden z ekonomicky najvýnosnejších priestorov KDAH – Veľká Dvorana. Z nej získava príjmy najmä prostredníctvom prenájmu priestorov. Strediskami KDAH sú aj Informačné centrum, synagóga, Björnsonov dom, Dom UNESCO Vlkolínec, kino Kultúra, či kultúrne domy v Černovej, Bielom Potoku a Hrboltovej. Pod KDAH však patrí aj Ružomberský hlas či mestská televízia.

„Náklady z predchádzajúceho roku sme mierne znížili, akurát sme nenaplnili príjmy," vysvetľoval poslancom na zasadnutí mestského zastupiteľstva riaditeľ KDAH Ján Pavlík.

KDAH okrem produkcie kultúrnej činnosti spravuje aj spomenutý majetok mesta. Preto dostáva ročne dotáciu v približnej hodnote 460-tisíc eur.

„V roku 2019 sme len na materiálne veci minuli 78-tisíc eur a nie sú v tom zahrnuté mzdy desiatich ľudí. Keď k tomu prirátam aj tieto mzdy, tak je to približne 80-tisíc aj s odvodmi, a zrazu máme sumu 160-tisíc eur. Keď túto sumu odpočítame od dotácií, tak máme diametrálne odlišný rozpočet pre použitie na kultúru," vysvetľuje Ján Pavlík a dodáva, že nadišiel čas upraviť dotačnú politiku.

Na vyriešenie otázky, či bude KDAH fungovať v podobe akciovej spoločnosti alebo príspevkovej organizácie, si poslanci nechali vypracovať analýzu. „Mala by byť hotová do konca októbra, potom budeme vidieť, akým systémom sa bude spoločnosť uberať," spresňuje poslanec Ľubomír Kubáň (nezávislý, Za slušný Ružomberok).

„Osobne vidím ako najväčšie pozitívum fungovania KDAH ako príspevkovej organizácie v tom, že spoločnosť by mohla čerpať v oveľa väčšej miere rôzne granty a dotácie," hovorí poslanec Milan Šlávka (nezávislý, Klub primátora), ktorý je aj predsedom predstavenstva KDAH.

Skôr sa však prikláňa k existencii v podobe akciovej spoločnosti. Žiadúce by bolo len zmeniť celý dotačný vzťah s mestom. „Ideálne by napríklad bolo, aby si mesto organizáciu rôznych podujatí a akcií od spoločnosti objednávalo. Výrazne by sa tak ekonomické vzťahy spriehľadnili. Treba si uvedomiť, že kým KDAH bude správcom mestských budov, asi nie je reálne očakávať, že sa dostane do plusu," vysvetľuje Šlávka.

Dodáva, že s ich vekom stúpajú náklady na údržbu budov, zvyšujú sa aj ceny energií vrátane platov zamestnancov, ktorí sa o ne starajú.

Málo kultúry

Fungovanie kultúrneho domu na viacerých zastupiteľstvách kritizoval poslanec Ján Kuráň (nezávislý, Za slušný Ružomberok). Bolo to najmä pre kotlebovcov v dome kultúry, cenzúru v médiách a podľa jeho slov nefungujúcu až mŕtvu kultúru v meste, ktorej „zlatým grálom" je len mestský jarmok.

„Mesto sa nesnaží úpadok ani pribrzdiť, nie to ešte zastaviť. Už dva roky sa bavíme o zmene fungovania KDAH. Kultúra je len veľmi málo zisková, a preto musí byť dotovaná. Zásadným riešením sú eurofondy a ich efektívne čerpanie. Pochybujem, že analýza, ktorú idete dať vypracovať, vám povie niečo iné," povedal na májovom rokovaní Ján Kuráň a upozornil, že ak sa nič nezmení, strata bude v nasledujúcom roku ešte vyššia.

Poslanec Milan Šlávka počas májového mestského zastupiteľstva. Foto: Viktor Mydlo

„Keby sme aj mali takúto sekeru, ale mali by sme za sebou plnohodnotné kultúrne leto a mnoho iných podujatí, no nemáme tu nič," kritizoval vedenie mesta poslanec Kuráň.

„Kultúrnych akcií je v Ružomberku neúrekom. Keď si spočítate, koľko je tu podujatí, z tohto pohľadu sa zdá, že to nemá chybu, no chyba niekde bude. Tu sa treba prioritne zamerať len na niektoré akcie, možno by mali byť kráľom práve Fullove dni. Nemôžeme robiť všetko, ale vytipovať si priority, a zrejme ubrať z veľkého počtu rôznorodých akcií," zamýšľa sa primátor Igor Čombor (nezávislý).

Pandémia stopla tržby z kina aj prenájmu priestorov
V súvislosti s koronavírusom ukončil KDAH od 9. marca premietanie filmov a všetky kultúrne a spoločenské akcie. O týždeň neskôr sprísnila vláda opatrenia a spoločnosť ostala uzatvorená vrátane všetkých jej pobočiek.

Týmto rozhodnutím príde spoločnosť do konca júna o tržby z kina približne vo výške 60-tisíc eur a o tržby z prenájmov na kultúrne a spoločenské akcie, o tržby z divadelných predstavení vo výške približne 40-tisíc eur," vyčísľuje straty výročná správa. Aj keby sa priestory KDAH otvorili od začiatku júla, za tento rok by len v tržbách kina chýbalo približne 68-tisíc až 75-tisíc eur.

Kultúrny dom prijal viaceré rozhodnutia na úsporu nákladov. Zrušil jarmok, oslavy 1. mája či oslavy ukončenia 2. svetovej vojny. Spoločnosť pristúpila aj k šetreniu energií a tepla vo svojich priestoroch, zároveň bude realizovať len nevyhnutné nákupy.

„Už dva roky sa bavíme o zmene fungovania KDAH. Kultúra je len veľmi málo zisková, a preto musí byť dotovaná," mestský poslanec Ján Kuráň."

Stručne

Novým hlavným kontrolórom v Liptovskom Mikuláši sa stal bývalý poslanec a aktuálne externý právnik mesta Ružomberok Martin Alušic. Tajným hlasovaním ho spomedzi šiestich kandidátov zvolili poslanci liptovskomikulášskeho zastupiteľstva na funkčné obdobie 2020 – 2026. Po nástupe do novej funkcie bude aj naďalej pracovať pre mesto.

Na gymnáziu v Políku prebieha dlhodobo plánovaná rekonštrukcia. V prvej etape vymenia na budove všetky okná. Práce by mali byť ukončené v septembri. Druhá etapa, ktorej gymnázium zateplia, stanovený termín nemá. Závisieť bude od finančných možností Žilinského kraja.

Od prvého júla mierne stúpne cena vodného. Po novom zaplatíme za meter kubický 0,962 eur. Pre premiernú rodinu ide o zvýšenie približne 7 eur ročne.

Radnica hľadá nového kontrolóra mesta. Post sa uvoľnil potom, čo doterajší kontrolór Vladimír Trnovský prijal ponuku na pozíciu prednostu Mestského úradu Ružomberok. Nového kontrolóra vyberú poslanci na mimoriadnom zasadnutí 8. júla.

V lete by sme mali jazdiť zelenou vlnou. Národná diaľničná spolonosť rekonštruuje poslednú križovatku na Žilinskej ceste, ktorá je zaradená v systéme zelenej vlny.

Asfalt na nebezpečnom moste prerobia. Zvodidlá však nepribudnú

Zvýšenie obrubníka, spevnenie zábradlia či trvalé zníženie rýchlosti. Slovenská správa ciest bude uvažovať aj nad týmito opatreniami, ktoré by na moste medzi Likavkou a Ružomberkom zvýšili bezpečnosť.

Text: Juraj Brezáni Foto: Prezídium Hasičského a záchranného zboru

Z mostu spadli za posledný pol rok tri autá. Štvrtý vodič ostal visieť. Hrozivú bilanciu podčiarkuje fakt, že pri jednej z nehôd vyhasol život mladého muža.

Na situáciu zareagovali aj miestne samosprávy. Primátor Ružomberka Igor Čombor aj starosta Likavky Marián Javorka poslali Slovenskej správe ciest (SSC) list, v ktorom žiadali prešetrenie nebezpečného úseku a prijatie preventívnych opatrení.

SSC tvrdí, že ešte pred doručením listu dala laboratórne preveriť drsnosť povrchu vozovky. „Generálna riaditeľka dala okamžite po tragickej dopravnej nehode vykonať aj úkony k zabezpečeniu dodávateľa na osadenie chýbajúceho zábradlia," povedala hovorkyňa SSC Lucia Karelová. Chýbajúce zábradlie osadili až po dvanástich dňoch po nehode. Cestári zároveň vozovku skontrolovali. „Na predmetnom moste, kde došlo k dopravnej nehode, sa vykonala diagnostika povrchu vozovky. Povrch vozovky je vyhovujúci," potvrdila výsledok Karelová. Znamená to, že drsnosť vozovky je primeraná. Pri meraní sa však počíta aj s 5-percentnou odchýlkou.

Podľa dokumentu technických predpisov môže byť výsledok drsnosti vozovky trojaký. Asfalt na moste v Likavke po kontrole spadá pod stupeň „vozovka vyhovuje".

Úzky most

Problémom môže byť aj zábradlie, ktoré má chrániť osoby a vozidlá pred pádom z mosta. Pri staršej nehode spred 10 mesiacov sa na moste nabúrali dve osobné autá. Náraz odhodil jedno z áut do zábradlia, ktoré nápor nezvládlo a auto sa cez mostnú oporu prerazilo.

„Je tam len zábradlie, ktoré je zložené zo samotných segmentov, no nie je pevné," reaguje pre Ružomberský magazín vodič z povolania Miroslav. Trasou na ceste medzi Ružomberkom a Likavkou chodí často.

„Jednotlivá časť zábradlia je len priskrutkovaná k betónu, auto sa pri náraze nemá šancu na moste udržať. Osobne som tam nemal nikdy problém, ale jednoznačne by tam mali byť zvodidlá," myslí si dolnolipták Miroslav.

Generálny riaditeľ Výskumného ústavu dopravného Ľubomír Palčák na zábradlie upozornil ešte vo februári. „Bolo by dobré, keby správca komunikácie zvážil, či toto zariadenie, ktoré tam je, je dostatočné," povedal vtedy pre TV Markíza.

Súčasné zábradlie nedokáže rozložiť hmotnosť auta natoľko, aby vydržalo nápor zrážky. „Zábradlie je tam postavené prioritne pre chodcov, keďže časť toho mosta slúži aj na presun chodcov," vysvetlil pôvodný zámer zábradlia starosta Likavky Marián Javorka.

Slovenská správa ciest argumentuje tým, že pokiaľ by pristúpili k osadeniu bezpečných trvalých zvodidiel, znamenalo by to zúženie chodníka.

Neplnohodnotný chodník

„Chodník by už nebol pre chodcov plnohodnotný, ale slúžil by len pre správu a údržbu mostného objektu," uviedla hovorkyňa Lucia Karelová. Ružomberčania a Likavčania by peši po moste so zvodidlami prechádzať plnohodnotne nemohli. „Predmetné parametre (šírka chodníka – pozn. redakcie) musia byť v súlade s príslušnou normou," informuje hovorkyňa SSC.

Ružomberský magazín oslovil generálneho riaditeľa Výskumného ústavu dopravného Ľubomíra Palčáka s otázkou, či naďalej odporúča Slovenskej správe ciest osadenie zvodidiel.

„Bez ohľadu na to, ako to bude investične náročné, by mal zhotoviteľ pristúpiť k osadeniu bezpečnejších zádržných zariadení," povedal pre naše noviny Palčák.

Zdôraznil aj to, že súčasná norma nevyhovuje veľkému množstvu aj iných mostov na Slovensku, nevynímajúc most z Ružomberka do Likavky. „Je najvyšší čas, aby sme pristúpili k revízii súčasných noriem, ktoré sú pre dnešné podmienky už staré a nevyhovujúce," upozornil na zastarané normy zádržných zariadení, ktoré hovoria kde aké zábradlia, zvodidlá alebo stĺpiky majú byť osadené. Slovenská správa ciest má spomínaný most zaradený v kategórii „bezchybný".

Ľudský faktor bezpečnosti

„Aj napriek všetkým bezpečnostným zariadeniam nedokážeme zabrániť tomu, že niekto daným úsekom jazdí nedovolenou rýchlosťou," pripomína riaditeľ Ľubomír Palčák.

Zariadenie síce má zabrániť prepadu motorového vozidla z mosta, no pri prípadoch, kedy zlyhá ľudský faktor, nie je možné urobiť zázraky.

„V tomto prípade je o to nebezpečnejšie, že most v Likavke je postavený v 10-metrovej výške," povedal Palčák, ktorý doplnil, že rizikom je aj železničná trať, ktorá popod most prechádza: „Nedajbože, by auto spadlo priamo na trať a hrozil by náraz s vlakom."

Keďže sú mosty medzi Likavkou a Ružomberkom na území obce, maximálna povolená rýchlosť je na nich 50 km/h. Aktuálne však Slovenská správa ciest na tomto úseku znížila rýchlosť na 30 km/h.

Čo bude s mostom ďalej?
V utorok 9. júna sa na pôde rezortu dopravy stretli Slovenská správa ciest, generálny tajomník ministerstva dopravy, primátor Ružomberka aj starosta Likavky. „Stretnutie bolo krátke a intenzívne. Najprv sme popísali súčasný stav mostu a potom sme sa rozprávali o ďalších krokoch," prezradil starosta Likavky Marián Javorka.

Jednotlivé kroky budú vyplývať zo štúdie, ktorú SSC pripraví spoločne s Krajským dopravným inšpektorátom v Žiline. Vypracovať by ju podľa Mariána Javorku mali do jedného mesiaca.

Štúdia bude obsahovať aj možnosti zlepšenia zábradlia. „Nebude prekvalifikované na iný typ, ale bude fyzicky lepšie, z hutnejších materiálov a samozrejme lepšie zakotvené do mosta," vysvetľuje Likavčan Javorka s tým, že si myslí, že keby bolo zábradlie navzájom previazané, znášalo by dynamiku nárazu lepšie ako v súčasnosti. Ďalej budú posudzovať výšky obrubníkov. Slovenská správa ciest sa bude snažiť nájsť riešenie, aby obrubníky navýšili natoľko, že sa aj oni stanú prirodzenou prekážkou pre autá, ktorá budú mať na moste kolíziu, alebo vďaka nejakej príčine budú nasmerované mimo vozovky.

Pri nehode v Likavke zomrel mladý vodič. Foto: Prezídium Hasičského a záchranného zboru

Asfalt na moste upravia
„Hlavný krok urobia ešte predtým, ako spíšu štúdiu. Daný kritický úsek vyfrézujú a nahradia ho novým drsnejším asfaltom, ktorý bude mať bezpečnejšie vlastnosti napríklad pri brzdení," informoval starosta Likavky. Investičná výstavba a správa ciest Žilina bude pripravovať potrebné rekonštrukcie počas prebiehajúceho mesiaca. „Zvýši drsnosť povrchu vozovky buď frézovaním, alebo mikrokobercom, aj napriek tomu, že podľa predložených výsledkov je drsnosť povrchu vozovky v mieste, kde došlo k dopravnej nehode, vyhovujúca," vysvetľuje hovorkyňa Karelová.

Samosprávy sa chcú dohodnúť s políciou, aby zintenzívnili na danom úseku merania rýchlosti.

V štúdii sa bude uvažovať aj nad možným trvalým znížením rýchlosti na moste. Spomaľovače podľa Javorku na moste byť nemôžu.

„Na cestách prvej a druhej triedy sa retardéry nedávajú a aj tak sa zvyknú na zimu dávať dole, pritom tento úsek je cez zimu ešte nebezpečnejší. Zmysel to teda nemá," zhrnul Marián Javorka. Rokovalo sa aj o možnosti vytvorenia merača rýchlosti, ktorý v dostatočnej vzdialenosti pred mostom upozorní vodičov na spomalenie.

Zvodidlá nebudú, ostane len zábradlie
Správa zo štúdie nebude rozmýšľať nad osadením zvodidiel. Tie sa tam podľa noriem ani podľa Slovenskej správy ciest nezmestia. „Rozprávali sme aj o zvodidlách. Žiaľ, šírka cesty a chodníka nedovoľujú pridať bezpečnostné zvodidlá. Už teraz je súčasné zábradlie na hrane

normatívnych rozmerov, čo sa šírky týka," povedal Marián Javorka. Postačovať bude musieť kvalitnejšie prevedenie zábradlia.

Zúženie chodníka by podľa starostu zároveň mohlo komplikovať jeho zimnú údržbu, na ktorú sa využíva snežná fréza.

Na stretnutí riešili aj nedostatky v rýchlosti konania. Samosprávy vyčítali Slovenskej správe ciest, že chýbajúce zábradlie po tragickej nehode z 25. mája osadili až o 12 dní neskôr.

„Príliš dlho im trvalo osadiť zábradlie po nehode. Len to opáskovali a nechali tak," povedal starosta Likavky. Tiež naznačil, že SSC to mrzí a za nedostatok sa ospravedlnili a prisľúbili nabudúce rýchlejšie konanie. „Myslím si, že na základe tlakov a najmä listu, ktorý sme generálnej riaditeľke SSC iniciovali, sa veci pohli oveľa rýchlejšie," povedal Likavčan.

Posledné nehody

Počas vianočného obdobia minulého roka sa z mosta zrútila šoférka, ktorá v aute viezla aj dve deti. V rýchlosti prerazila zábradlie a auto sa ocitlo pod mostom na streche. Takmer 10-metrový pád vtedy prežila celá posádka.

O mesiac neskôr sa z mosta do Váhu zrútil ukrajinský vodič šoférujúci poľskú dodávku. Po nehode priznal, že na klzkej ceste dostal šmyk.

Jedna z posledných nehôd, ktorá opäť otvorila tému nebezpečného mosta, sa stala koncom mája. Vozidlo z doposiaľ nezistených príčin zišlo z mosta a po páde ostalo prevrátené na streche. Pre 34-ročného Petra bol pád z cesty osudný, zraneniam na mieste podľahol. Spolujazdkyňu záchranári previezli do vojenskej nemocnice v Ružomberku na kliniku anestéziológie a intenzívnej medicíny. Jej zdravotný stav bol podľa hovorkyne nemocnice Petry Diškovej vážny. Ženu neskôr hospitalizovali v Univerzitnej nemocnici v Martine.

Ešte v týždni tragickej dopravnej nehody sa mohlo stať ďalšie nešťastie. Vodič, ktorý stratil kontrolu nad svojim vozidlom, ostal jedným kolesom visieť z mostu. Incident sa stal presne na tom mieste, kde zábradlie po predchádzajúcej nehode chýbalo. Miesto bolo označené len výstražnými páskami a dopravnými značkami.

Záver listu, ktorý adresoval primátor Ružomberka Igor Čombor a starosta Likavky Marián Javorka Slovenskej správe ciest. Zdroj – mesto Ružomberok

Mesto Ružomberok

PRIMÁTOR MESTA

Vážená pani generálna riaditeľka, verím, že nájdete pochopenie pre znepokojenie nás všetkých, ktorým most medzi Obcou Likavka a Mestom Ružomberok slúži a zareagujete na náš podnet prešetrením a okamžitým prijatím preventívnych opatrení, ktoré ochránia ľudské životy a zabezpečia bezpečnosť a plynulosť cestnej premávky v okrese Ružomberok.

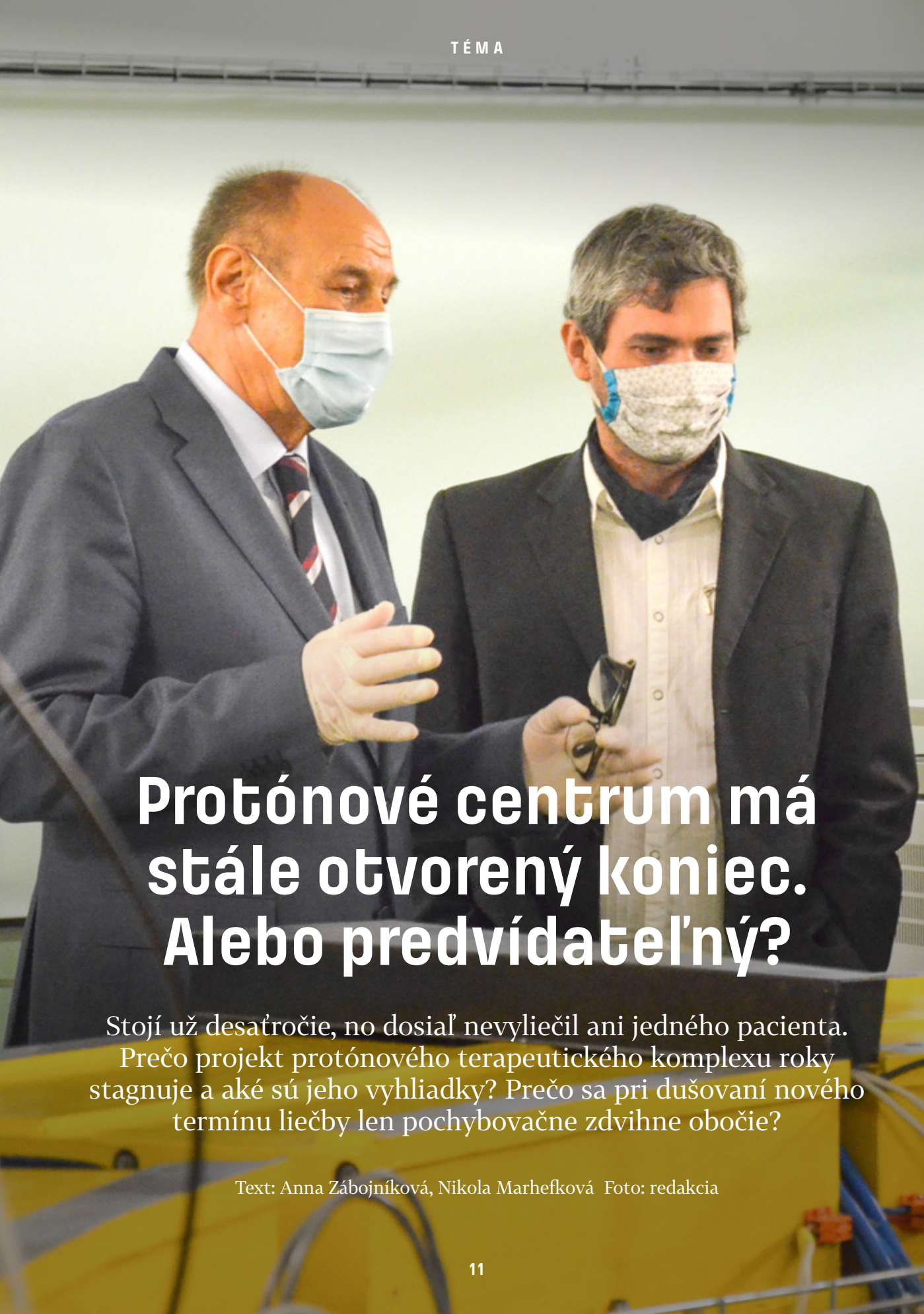
S pozdravom

PRIMÁTOR MESTO RUŽOMBEROK

OBEC LIKAVKA 3

MUDr. Igor Čombor, PhD
Primátor mesta Ružomberok

Ing. Marián Javorka
Starosta obce Likavka



Protónové centrum má stále otvorený koniec. Alebo predvídateľný?

Stojí už desaťročie, no dosiaľ nevyliečil ani jedného pacienta. Prečo projekt protónového terapeutického komplexu roky stagnuje a aké sú jeho vyhliadky? Prečo sa pri dušovaní nového termínu liečby len pochybovačne zdvihne obočie?

Text: Anna Zábojníková, Nikola Marhefková Foto: redakcia

V areáli vojenskej nemocnice je to jedna z najpohľadnejších budov. „Protónový terapeutický komplex“, vyníma sa nápis osadený na trávniku. Jeho súčasťou je vychýrený prístroj, tzv. urýchľovač, ktorý umožňuje šetrnejšiu liečbu niektorých druhov rakoviny. Dokáže presne zacieliť nádor, bez toho, aby poškodil orgány v jeho okolí.

Kým k okolitým pavilónom prúdia pacienti, toto pracovisko navštevuje iba hŕstka zamestnancov. Jediní, ktorí sa presvedčili o tom, že unikátne zariadenie naozaj existuje, boli za uplynulé roky len novinári a štátni funkcionári. Naposledy zavítal do Ružomberka v máji nový štátny tajomník ministerstva školstva Ľudovít Paulis. Pozval ho riaditeľ centra Igor Čombor, aby mu odprezentoval súčasný stav aj vízie, ako dodnes nedokončený projekt pohnúť ďalej. S témou by sa však mala bližšie oboznámiť aj verejnosť. Do centra sa už investovali milióny eur, ďalšie peniaze doň prúdia na prevádzku. A onkologickí pacienti za nákladnou liečbou stále cestujú do zahraničia.

Stretnutie riaditeľa Protónového centra Igora Čombora so štátnym tajomníkom ministerstva školstva Ľudovítom Paulisom.

Desaťročie zápletiek

Za poslednú dekádu zažil protónový komplex niekoľko vládnych garnitúr. Prísľuby o dokončení centra ostávali rovnaké, menili sa len mená jednotlivých ministrov, ktorí ich vyslovovali.

S výstavbou protónového centra začala prvá Ficova vláda v roku 2008. O dva roky neskôr sa už veľkolepo strihala páska. Zariadenie spúšťali do skúšobnej prevádzky za účasti slovenských a ruských vládnych špičiek, Od počiatkov totiž išlo o slovensko-ruský projekt. Ruský partner dodal technológiu za 15 miliónov eur, slovenská strana pre ňu postavila tri a polmiliónovú budovu.

Titulky do novín sa núkali samé. Slovensko malo byť prvou krajinou v strednej Európe, ktorá bude poskytovať protónovú terapiu špičkovým prístrojom.
V závere roka 2011 mali prísť prví pacienti. Ročne ich plánovali liečiť 400 až 500, z toho polovicu zahraničných. Ibaže nič z toho sa nekonalo.

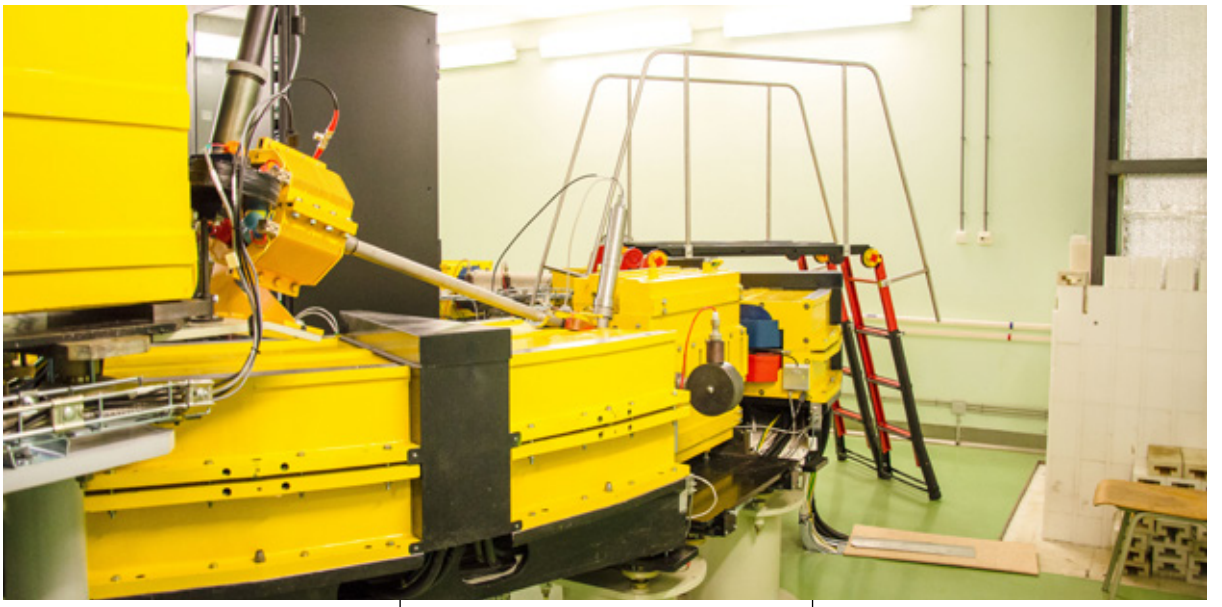
Brzdu „protónovému rýchliku“ prvýkrát zatiahla vláda Ivety Radičovej, ktorá projekt pre finančnú krízu stopla. A ruský partner už nedodal zvyšnú, medicínsku časť prístroja, bez ktorej liečba nie je možná. Robotické rameno, miesto na uloženie pacienta aj cétečko na oskenovanie pacienta v sede. Zariadenie neliečilo, navyše sa dostalo „pod zámok“. V roku 2013 ho umiestnili na prízemie budovy, na dvere zavesili ceduľku „colný sklad“, kde s ním nik nesmel manipulovať. Rusi za dovezený urýchľovač totiž nezaplatili daň. Uvoľniť ho bolo možné až po úhrade 800-tisícového colného dlhu.

Druhá vláda Roberta Fica v spolupráci pokračovala. Projekt ale viazol na stále chýbajúcej medicínskej časti, ktorú malo dodať Rusko, no pre nedostatok financií tak nespravil. Hovorilo sa aj o pomoci súkromných investorov, no ani z tej alternatívy sfunkčnenie centra nevzišlo.

Ďalší pokus dobudovať komplex nastal v roku 2014.. Vtedajší minister školstva Peter Pellegrini vycúval z ruského partnerstva. Pôvodnú technológiu sa rozhodol vrátiť naspäť do Ruskej federácie a z eurofondov kúpiť novú, modernejšiu.

Nový urýchľovač sa ale štátu nepodarilo obstarať. Do vyhlásenej verejnej súťaže sa neprihlásil žiadny uchádzač. Oslovené boli medzinárodné firmy, medzi nimi aj spoločnosť pôvodného ruského partnera Vladimira Balakina, ZaoProtom, no o zákazku nik neprejavil záujem. Šuškalo sa, že aj pre možnú časovú tieseň. Eurozdroje totiž museli byť vyčerpané do konca roka 2015, inak by prepadli.

A keďže prístroj nemal kto dodať, projekt opäť zastavili. Starý urýchľovač bol medzitým stále v colnom sklade, pripravený na vrátanie. Rusko si ho ani po výzve nevyzdvihlo. Dôvodom boli podľa ministerstva školstva náklady, ktoré ruskej strane vzniknú pri odvoze technológie z Ružomberka.



Urýchľovač v ružomberskom protónovom centre.

Do tretice všetko dobré?
Ruský „uväznený“ stroj mohli v roku 2017 poutierať od prachu a opäť zmontovať. Slovensko obnovilo spoluprácu s niekdajšími ruskými partnermi. Centrum vedecko-technických informácií (CVTI), ktoré patrí pod rezort školstva, podpísalo zmluvu s firmou ZaoProtom o založení spoločného výskumno-vývojového pracoviska v oblasti protónovej terapie.

V zmluve sa dohodli, že po kompletnej certifikácii pracoviska na terapeutické účely založia spoločný podnik. Ruská strana bude vlastniť polovicu, na základe svojho vkladu do projektu – protónového urýchľovača. Toho, ktorý ležal v sklade. Dodať tiež má chýbajúce medicínske zariadenie. Slováci sa zaviazali zabezpečiť odborný personál, financie na certifikáciu prístroja či výdavky spojené s prevádzkou centra. Tie ročne vychádzajú 74-tisíc eur, z toho polovica ide na pracovníkov.

Na chodbách ale nestretnete desiatky bielych plášťov ani sympatickú slečnu na recepcii. Zazrieť by ste však mohli primátorovho šoféra Jozefa Špidusa. Pôsobí ako správca Protónového centra a je jedným z dokopy šiestich pracovníkov komplexu.

„V Protónovom centre momentálne pracuje jeden technicko-hospodársky pracovník na plný úväzok a jeden fyzik na polovičný úväzok. Ďalší štyria pracovníci – 2 odborní, 1 prevádzkový, 1 upratovanie – sú zamestnaní formou dohody o pracovnej činnosti,“ potvrdila počet zamestnancov Eva Vašková z komunikačného oddelenia CVTI.
K trochu ruchu v budove prispievajú členovia Slovenskej akadémie vied so svojimi projektmi.

Správca centra má zároveň pridelené služobné vozidlo. „Slúži pre potreby v súvislosti so zabezpečením prevádzky pracoviska a riešením organizačno-pracovných záležitostí, v rámci i mimo Ružomberka,“ vysvetľuje Vašková účel vozidla, ktoré parkuje v garáži na Klačne v blízkosti šoférovho bydliska. Prenajalo si ju CVTI s mestom, aby bol kedykoľvek k dispozícii primátorovi mesta. O tomto aute už mohli počuť aj Ružomberčania. Mestský poslanec Ján Kuráň na sociálnej sieti upozornil, že obe služobné autá používa primátorov šofér na súkromné účely. Dokazovať to majú vyhotovené fotografie. Špidus tvrdenia označil za klamlivé a bránil sa súdnou cestou. Kým Okresný súd v Ružomberku o prípade rozhodne, súd predbežným rozhodnutím zakázal Jánovi Kuráňovi vyhotovovať obrazové záznamy šoféra a odstrániť príspevok z Facebooku.

Harmonogram opäť nedodržali
Protónový urýchľovač, známy aj ako synchrotrón, je prístroj, ktorý vie vyrábať protónové lúče. Na samotnú liečbu však nestačí. Na ožarovanie pacienta je potrebná už spomínaná medicínska časť a zložité softvérové a hardvérové systémy.

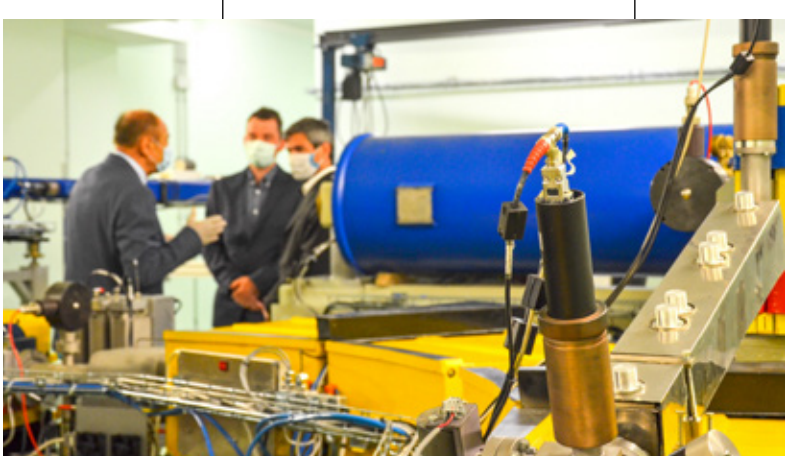
„Bez nich je zariadenie ako motor bez auta,“ prirovnal pre časopis Trend Pavol Dubinský, niekdajší hlavný odborník rezortu zdravotníctva pre radiačnú onkológiu. „Môže fungovať, ale

nikto sa neodvezie.“ Mieril tým na pacientov.

Jediní, ktorí si na prístroji v tejto podobe môžu „užiť jazdu“, sú vedeckí pracovníci. Tí ho môžu používať na vedecko-výskumné účely. Za predpokladu, ak zariadenie prejde fyzikálnou certifikáciou.

Aj aktuálny slovensko-ruský projekt počíta s tým, že urýchľovač bude najskôr slúžiť na vedu a výskum. V druhej etape, po dodávke potrebných zariadení a certifikácii, bude poskytovať aj zdravotnícku starostlivosť.

Niekto by sa mohol zamýšľať, prečo štát nekúpil už hotový prístroj na ožarovanie pacientov, vrátane všetkých potrebných povolení, takzvane „na kľúč“. Ako urobili napríklad v Prahe, kam sa chodia od roku 2012 liečiť aj slovenskí pacienti. Odpoveď je prozaická: takýto spôsob je príliš drahý a z nášho rozpočtu nebolo možné vyčleniť toľko peňazí. Len našich českých susedov stálo vybudovanie a vybavenie protónového centra približne 160 miliónov eur.



Zástancovia rusko-slovenského spolupráce hovoria, že vďaka partnerstvu nás sfunkčnenie protónového centra vyjde niekoľkonásobne lacnejšie. Náklady si krajiny podelili, Rusko dodalo drahú technológiu, ktorá má v porovnaní s prístrojmi západnej výroby menej nákladnú prevádzku.

Prístroj, ktorý skonštruoval ruský fyzik Vladimir Balakin, je skutočne menších rozmerov. Vedec totiž vynašiel spôsob, ako netočiť protónový lúč za pacientom, ale pacienta za lúčom. Používajú ho v Rusku či americkom Bostone. Podčiarknuté liečba by u nás bola pre pacientov dostupnejšia, poisťovne by stála menej v porovnaní so zahraničnou.

Faktom však je, že Rusko dodnes nedodalo medicínsku časť. A spolupráca nenapreduje podľa harmonogramu, ktorý si stanovili v zmluve z roku 2017. Stroj už mal podľa plánov takmer rok liečiť, no dosiaľ nemá ani certifikáciu na vedecké účely.

Urýchľovač síce zmontovali, ale na spustenie mu chýbali ešte dve súčiastky. Ministerstvá sa spočiatku nevedeli dohodnúť, ktoré do kúpy investuje, až vlani nákup chýbajúcich komponentov v hodnote 120-tisíc eur dotiahlo ministerstvo školstva.

Skompletizované zariadenie tak v tejto chvíli čaká už len na fyzikálnu certifikáciu, ktorá k zariadeniu „pustí“ vedeckých pracovníkov.

Kedy bude liečiť?

Prostriedky má na ňu uvoľniť ministerstvo školstva. Aj preto bol do Ružomberka pozvaný nový štátny tajomník Ľudovít Paulis, ktorý sa s projektom oboznámil.

„Zatiaľ som sa zaujímal o prvotnú informáciu. Čo už doteraz bolo urobené a aké kroky bude do budúcna potrebné urobiť, aby projekt pokračoval ďalej,“ priblížil Paulis. Po stretnutí nepadlo definitívne rozhodnutie, či ministerstvo školstva zafinancuje rádovo státisícovú technickú certifikáciu. Na to potrebuje konkrétnejšie dáta.

„Výsledkom rozhovorov bolo, že centrum pripraví konkrétnejšie informácie o rôznych scenároch fungovania vrátane nákladov, právnych aspektov, udržateľnosti a návratnosti,“ potvrdil neistú podporu protónovému centru pre Ružomberský magazín rezort školstva.

Kým o peniazoch na výskumné účely prístroja sa ešte len bude rozhodovať, riaditeľ protónového centra už prognózuje dátum liečby prvých pacientov.

„Čakáme len na fyzikálnu certifikáciu zariadenia a hneď na to bude nasledovať dovoz medicínskej časti, aby sa protónový urýchľovač aplikoval na to, na čo bol vytvorený, teda na liečbu onkologických pacientov. Je perspektíva, že pod novou vládou sa toto dielo dokončí a v horizonte 24 až 36 mesiacov by sa sem už mohli začať chodiť liečiť onkologickí pacienti,“ povedal médiám po stretnutí Čombor.

O tom, či už môžeme hovoriť o predpokladanom termíne klinickej prevádzky, sme sa pýtali aj rezortu školstva.

„Momentálne sa nevieme vyjadriť k realizovateľnosti tohto zámeru, ani k uvedenému časovému rozhodnutiu. Tak ako sme uviedli v našom stanovisku, stále očakávame podrobnejšie podklady zo strany protónového centra," uviedlo školstvo. K 8. júnu ich ešte nemalo.

Ak by napokon ministerstvo dalo peniaze na fyzikálnu certifikáciu, na to, aby prístroj mohol poskytovať aj zdravotnícku starostlivosť, bude potrebná aj certifikácia medicínska. Tá tiež niečo stojí. Štátny tajomník naznačil, že peniaze na ňu budú musieť hľadať aj iné ministerstvá.

„Úlohou rezortu školstva nie je prevádzkovať zdravotnícke zariadenia, ani rozhodovať o tom, akým spôsobom a v akom rozsahu zabezpečovať zdravotnícku starostlivosť. Takisto nie je vo finančných možnostiach rezortu dotiahnuť aj medicínsku certifikáciu protónového centra. Z uvedeného vyplýva, že významné bude stanovisko ministerstva zdravotníctva, financií a vlády. Pred ďalšími rozhovormi nám však musia byť doručené vyššie spomínané podklady a bude potrebné analyzovať predložené scenáre," rozvíja odpoveď rezort školstva.

Suma sumárum, jediné, čo v Ružomberku máme, sú zatiaľ ambície a protónový urýchľovač. Ten ešte nemôže byť použitý na vedecký výskum, nieto na liečbu pacientov. Na to bude treba ešte minimálne tri milióny eur. A ktovie koľko času.

←
Riaditeľ centra so štátnym tajomníkom počas obhliadky protónového urýchľovača.

Naložme všetkým rovnako

Stretávame sa s tým na každom kroku, hoci niekedy si to neuvedomujeme. Najmä vtedy, ak nám myseľ zatieňujú osobné sympatie alebo antipatie k určitým jednotlivcom.

To máte tak – všade sú rovní a rovnejší. Ak spraví chybu ten, kto je väčšinovou populáciou uznávaný, často sa jeho poklesok zvykne prehliadať alebo zľahčovať. Ak pochybí niekto na druhej strane pomyselnej barikády, necháme mu to „vyžrať" so všetkým, čo k tomu patrí. A ešte aj pridáme.

Svet nie je čiernobiely. Na oboch (prípadne viacerých) stranách sa nachádzajú rôzni ľudia – dobrí aj zlí, horší aj lepší, spravodliví a poctiví, aj vypočítaví a zákerní. Mnohí sú bezúhonní a mnohí majú za ušami.

Jedni si svoje poklesky priznávajú, iní majú plné ústa výhovoriek, a aj keď všetko nasvedčuje tomu, že o poctivosti ani nechyrovali, ako prví vám budú kázať o morálke.

Snažme sa na svet pozerať triezvymi očami – rozhodujme sa a kritizujme na základe objektívnych informácií a nie osobných preferencií alebo názoru, ktorý nám niekto podsunie.

Anna Šenkeríková

Ružomberský magazín má stále potenciál. Hlásnych trúb je v meste dosť

Po dva a pol ročnej práci opúšťajú redakciu Ružomberského magazínu jeho spoluzakladatelia Imrich Gazda a Peter Kravčák.

Text: Anna Zábojníková, Nikola Marhefková Foto: redakcia

Prečo ste sa rozhodli odísť z redakcie?

Nie je na to banálnejšia odpoveď, ako tá, že to priniesol život. S vydavateľom Robom Kolárom sme si vybudovali za ten čas férový vzťah, prežili pekné aj búrlivejšie obdobia a vždy si všetko dokázali do poslednej chvíle vyjasniť. Napriek tomu sme cítili, že naše pohľady na magazín sa postupom času v pre nás dôležitých veciach nestretávali. A zavádzali by sme, ak by neodznelo, že všetko urýchlili aj iné pracovné ponuky, ktoré prišli do cesty.

S akými víziami ste zakladali Ružomberský magazín? Podarilo sa ich za tie necelé tri roky fungovania naplniť?

Keď sme vznikali, v Ružomberku a okolí úplne absentovalo informačné webové pokrytie. Takmer všetky médiá ovládalo mesto alebo na ne aspoň malo citeľný vplyv – to sa viac-menej nezmenilo. Nuž a tretí dôvod bol pokúsiť sa o trochu iný typ žurnalistiky a pohľadu na veci, ako Ružomberčania poznali. My sme to odvážne nazvali, že chceme robiť kvalitnú lokálnu žurnalistiku. Či sa to podarilo, musia zhodnotiť čitatelia. Okrem toho, že sme nedokončili niekoľko občianskych tém, ktoré zostali na stole, odchádzame s čistým svedomím. Možno ešte príde čas.

Mnohí pri zrode magazínu hovorili, že bude „hlásnou trúbou" Róberta Kolára, ktorý v tom čase kandidoval za primátora.

V tomto sa určite budeme hádať a brániť, že sme tou hlásnou trúbou jednoducho neboli. Nakoniec, bola to aj naša podmienka a jedna z dohôd, ktorú sme s Robom Kolárom od začiatku mali, že to tak nebude. Aj vďaka nemu sa to podarilo naplniť! Ale, opäť, cez fakty to musia zhodnotiť čitatelia. Magazín vznikol pre nich. V meste je dosť naozajstných hlásnych trúb, takže sa to dá ľahko posúdiť.

Vydavateľ magazínu pripustil, že sa bude o post primátora opäť uchádzať. Dokáže si redakcia udržať nezávislosť?

Pre samotný magazín, Ružomberčanov a vôbec mesto by išlo o najlepšie riešenie. Bodaj by sa to redakcii podarilo. Vydavateľ však v tom hrá vždy kľúčovú úlohu a bude závisieť aj od jeho rozhodnutí.

Má podľa vás magazín uplatnenie aj napriek množstvu médií, ktoré v Ružomberku existujú? V čom spočíva jeho výhoda?

Ružomberok je výnimočný v mnohých veciach a jedna z nich je aj množstvo médií, ktoré tu sú. Výborné nápady a kvalitná práca sa dá vidieť v mestskej televízii, lenže ak sa rozprávame o tom, ktoré z našich médií sú naozaj slobodné v politickej tvorbe a redaktori ako-tak vzdorujú aj autocenzúre, tak sme pri MY Liptovských novinách a Ružomberskom magazíne. My Liptov sa ale dolnému Liptovu a Ružomberku venuje len veľmi okrajovo. Boli som súčasťou magazínu, možno sme neobjektívni, ale z pozitívnych reakcii a vysokej čítanosti chceme veriť, že napriek chybám, ktoré sme určite porobili, má magazín v meste pevnú a momentálne aj dôležitú pozíciu. Ľudia tu hľadajú informácie, ktoré nebudú skreslené či účelovo propagandistické. Výhoda je, že v redakcii zostal síce málopočetný, no mladý a talentovaný kolektív s výborným potenciálom vývoja a napredovania.

Klinický fyzik Grežďo: Keby protónový urýchľovač neležal v sklade, mohol vychovať generáciu vedcov

V súvislosti s nekonečným príbehom ružomberského protónového centra sme sa rozprávali s Jozefom Grežďom, primárom Ústavu klinickej fyzicky Onkologického ústavu sv. Alžbety a SZU v Bratislave.

Text: Nikola Marhefková, Anna Zábojníková Foto: redakcia

V rozhovore sa dozviete:
• aké sú súčasné možnosti liečby onkologických pacientov na Slovensku,
• či môže liečiť aj desať rokov stará technológia v Ružomberku,
• koľko pacientov potrebuje protónovú terapiu

Aké sú výhody protónovej terapie v porovnaní s dostupnými metódami liečby pre onkologických pacientov?

Protónová liečba má jednoznačne svoje benefity pri určitých typoch nádorov alebo špecifických klinických situáciách. Porovnávanie s bežne využívanou fotónovou liečbou je však sporné, pretože len zlomok pacientov vyžaduje ožiarenie na protónovej technológii.

Pre aké typy nádorov je teda vhodná protónová liečba?
Pre optimálne využitie protónov je vhodné mať nepohyblivý, presne lokalizovaný a malý cieľový objem. Takéto kritériá spĺňajú napr. malé ložiská v oblasti mozgu alebo tie, ktoré ležia v tesnej blízkosti chrbtice. Pri väčších pohyblivých tumoroch (napr. prostata, pľúca) sa benefit protónov stráca, naopak, štandardne používaná liečba fotónmi v týchto prípadoch poskytuje rovnaké výsledky liečby za podstatne nižšiu cenu. A vďaka prepracovaným postupom napr. online sledovanie pohybu tumoru počas ožarovania na moderných fotónových urýchľovačoch majú tieto prepracované technológie v určitých pohľadoch navrch.

Aké sú terajšie možnosti liečby pre slovenských onkologických pacientov z hľadiska rádioterapie?
Minulý rok bol úžasný, čo sa týka obnovy prístrojového vybavenia pracovísk radiačnej onkológie. Vďaka centrálnemu nákupu ministerstva zdravotníctva získa takmer každé pracovisko v SR v tomto alebo nasledujúcom roku možnosť ožarovania s urýchľovačmi novej generácie. Ide o veľmi moderné ožarovacie prístroje na svete disponujúce špičkovými možnosťami, ktoré umožňujú veľmi presné ožarovanie vysokou dávkou žiarenia.

V medicíne sa vyskytujú nádory alebo klinické situácie, kde je nevyhnutná presnosť ožiarenia menej ako jeden milimeter. Náš ústav má v súčasnosti v klinickej prevádzke dva najnovšie urýchľovače s extrémne úzkymi lamelami, ktoré dokážu pracovať s takouto presnosťou. To umožňuje ešte viac zvýšiť kvalitu najprecíznejšieho ožarovania stereotaktickej rádiochirurgie, čím sa spolu s našimi 28-ročnými skúsenosťami dostávame opäť na svetovú špičku. Na Slovensku sme jediní s takýmto extrémne precíznym zariadením.
Napriek tomu môže byť pri špecifických situáciách protónová liečba vhodnejšou alternatívou k fotónovej liečbe. Treba podotknúť, že ak hovoríme o protónoch pre pacientov, máme na mysli plne vybavené centrum, ktoré už má skúsenosti s liečbou komplikovaných pacientov. Slovenskí pacienti, ktorí takúto liečbu potrebujú, využívajú možnosti fungujúcich protónových centier v susedných krajinách.

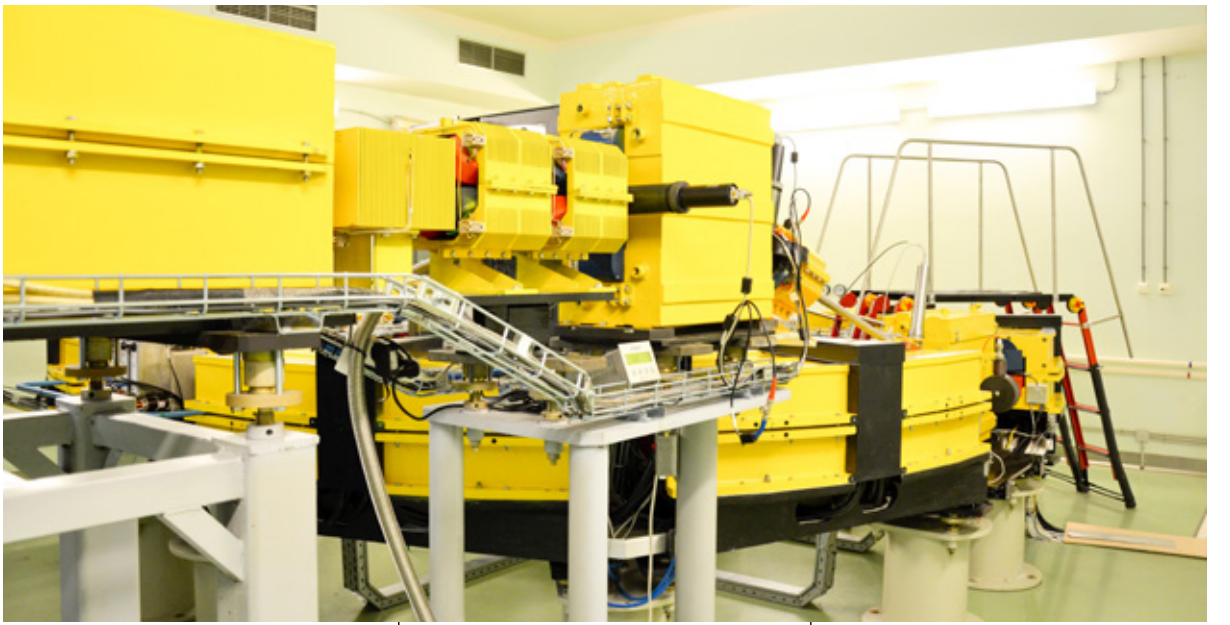
Liečba v zahraničí je však pre samoplatcov mimoriadne nákladná. V akých prípadoch preplatia liečbu zdravotné poisťovne?
Ak to stav alebo ochorenie pacienta vyžaduje, slovenský radiačný onkológ po konzultácii so zdravotnou poisťovňou vyšle pacienta na liečbu do zahraničného protónového centra. Ak pacient na Slovensku nemá vhodnú liečebnú možnosť a je liečba na takejto technológii onkologicky opodstatnená, poisťovne takúto liečbu hradia z verejného zdravotného poistenia a pacient absolvuje liečbu v zahraničí.

Čo by pomohlo zlepšiť liečbu rakoviny na Slovensku? Je to práve takýto typ zariadenia – protónový urýchľovač, ktorý v našej krajine chýba?

Len minimum pacientov s onkologickým ochorením vyžaduje liečbu protónmi, drvivá väčšina pacientov je plnohodnotne liečená na lineárnych urýchľovačoch fotónovou liečbou. Je ťažké vyjadriť sa, či je na Slovensku potrebná protónová technológia, pretože ak to ochorenie pacienta vyžaduje, tak sú pacienti bežne odosielaní na protónovú liečbu do zahraničia.
Ak by malo Slovensko disponovať protónovou technológiou, je nutné, aby maximálne vybavené pracovisko malo aj skúsený tím, ktorý takúto liečbu vie poskytnúť na vysokej svetovej úrovni. Slovensko je malá krajina v Európe a je možné, že potrebný ľudský potenciál nemáme.

Zdravotnícki ekonómovia a odborná spoločnosť by mali objektívne posúdiť, či je nutné vlastniť protónové centrum na „malom" Slovensku alebo zabezpečíme slovenským pacientom liečbu v existujúcich centrách v okolitých krajinách. A my im napríklad na oplátku môžeme pomôcť cennými výsledkami z úspešného výskumu.

Aká je úspešnosť protónovej terapie vo svete?
Táto otázka by sa mala správne položiť pre každú diagnózu zvlášť.



Protónový urýchľovač.

Ak chcem byť objektívny, musel by som jednotlivo odpovedať na celé spektrum onkologických ochorení. Ako som však spomínal, niektoré diagnózy z protónov profitujú, niektoré vôbec nie. Veľmi dôležitú rolu však zohráva protónová liečba pri opakovanom ožarovaní v rovnakej lokalite alebo u detských pacientov.

Mnohí spochybňovali urýchľovač ruskej výroby v porovnaní s technológiami zo západu. Sú výhrady na mieste?
Som klinický fyzik a nie som kompetentný hodnotiť samotnú technológiu zdroja protónov. Naša úloha je túto používanú technológiu, bez ohľadu na druh žiarenia, optimálne využiť individuálne pre každého pacienta, s cieľom čo najviac zničiť nádorové bunky s minimálnym poškodením zdravého tkaniva. Moje skúsenosti hovoria, že často nezáleží na pôvode, ale na kvalite a komplexnosti zariadenia.

Preto teda ani v najmenšom nespochybňujem kvalitu ruského urýchľovača, iba upozorňujem, že v Ružomberku nie je zatiaľ komplexné riešenie vhodné na klinickú prevádzku. Ide len o samotný urýchľovač protónov bez životne dôležitých softvérových a hardvérových zariadení, bez ktorých nie je možné ožarovať pacientov.

Zariadenie sa desať rokov nepoužívalo a ani nemodernizovalo. Riaditeľ protónového centra tvrdí, že aj napriek tomu stále patrí medzi špičkové stroje. Je to pravda?

Na princípe fotónových či protónových urýchľovačov sa už dlhé roky nič nemení. Dramaticky sa však zmenili požiadavky na bezpečnosť pacienta, presnosť ožarovania a intuitívnosť ovládania takto zložitých zariadení. Aj desaťročné auto môže byť stále kvalitné. Čo ho však líši od dnešných modelov, sú nielen bezpečnostné prvky, ale aj nevyhnutná elektronika pre optimalizáciu a kontrolu chodu.

Z môjho pohľadu je veľkým hriechom všetkých zainteresovaných, že toto zariadenie ležalo desať rokov bez využitia, pričom mohlo dlhé roky slúžiť na experimentálne účely, kedy nie je nutná žiadna klinická certifikácia. S protónmi by sa naučili pracovať mnohé tímy múdrych ľudí, ktorí by dnes mohli zúročiť svoje cenné skúsenosti. Vychovala by sa minimálne jedna generácia vedeckých pracovníkov.

Protónový komplex sa teraz snaží získať financie na fyzikálnu certifikáciu, ktorá umožní používať prístroj na výskumno-vedecké účely. V akých oblastiach by bol výskum prínosný?

Existuje veľké množstvo nezodpovedaných otázok, na ktoré by mohli experimenty s protónmi odpovedať. Nie sú to iba o otázky interakcie protónového žiarenia so živou hmotou, ale predpokladám, že tento urýchľovač by mohol slúžiť aj mnohým technologickým či biofyzikálnym pracoviskám na Slovensku, od úspešných prác študentov či doktorandov až po komplexné projekty veľkých tímov.

Rozhovor vznikol formou emailovej komunikácie.

Keď radosť z úlovku dominuje nad predstavou dať rybu na pekáč

V polovici apríla začína rybárom pstruhová sezóna. O tom, že v okolí Ružomberka je rýb dosť, nás presvedčili traja mladíci, ktorí nás zobrali chytať ryby na Váh do Bešeňovej.

Text: Anna Zábojníková Foto: autorka

Parkovisko neďaleko vodného parku sa na pár minút premieňa na miesto rýchlokurzu rybárčenia. Alex Bumbera, jeho brat Miroslav a bratranec Benjamín Benčo nám počas prezliekania do „rybárskeho“ vysvetľujú, aká je ich povinná výbava. Navliekajú si brodiace nohavice, vesty a pripravujú udice.

Dôležitým momentom je správny výber návnady, tzv. mušky, ktorú musia rybári uzlíkom uviazať na silón. Počas chytania rýb však musia mať pri sebe okrem rybárskych dokladov aj meradlo na zistenie dĺžky ulovenej ryby, uvoľňovač háčikov, podberák alebo vylovovacie kliešte.
Pred začatím lovu si ešte mladíci do dokladov zapisujú dátum a číslo rybárskeho revíru. Nasadia polarizačné okuliare a berú nás na miesto, kde lovia najčastejšie.

Chyť a pusť

Smerujeme k brehu Váhu, neďaleko mohutnej vyrovnávacej nádrže Bešeňová. Rybári nám prezrádzajú, že v okolí Ružomberka sa nachádza pomerne veľa miest, ktoré môžu lovci rýb navštíviť. Medzi najznámejšie z tečúcich vôd patrí Váh a Revúca. Zo stojatých je to napríklad Liptovská Mara, no chytať sa dá aj v Hrabove, v Liptovskom Sliačiku či v Čutkove.

Mladý rybár Benjamín Benčo počas čakania na úlovok. Foto: autorka

„Váh je rozdelený na pstruhovú a lipňovú vodu. Pstruhový úsek začína od telesa hrádze Bešeňová po Jamborov Prah nad Mondi SCP Ružomberok. Tento úsek má aj svoje osobité členenie. Od hrádze v Bešeňovej po ústie bezmenného jarku do rieky Váh, povyše rybárskej krčmy v Ivachnovej je revír chyť a pusť,“ začína nám vysvetľovať rozdelenie vôd najstarší rybár Alex Bumbera a dodáva, že od spomínaného jarku po Jamborov prah je zase možnosť si rybu aj privlastniť.

„Lipňová voda preteká od Jamborovho prahu nad Mondi SCP po sútok Oravy s Váhom. Od Jamborovho prahu po cestný most pri železničnej stanici v Ružomberku je úsek chyť a pusť. Od cestného mosta v Ružomberku v smere do Dolného Kubína až po sútok Oravy s Váhom si môže rybár úlovok aj privlastniť,“ zasvätuje nás do pravidiel rybárčenia aj brat Miroslav Bumbera.

Pstruhová sezóna začína 16. apríla a končí posledný septembrový deň. Na lipňovej vode však môžu rybári chytať pstruhy do konca roka. Rozdiel je v tom, kedy si na nich môžu pochutiť. Pstruha potočného si môžu rybári privlastniť iba do konca augusta, no pstruha dúhového až do konca roka. Zároveň si v prípade dostatočnej dĺžky môžu po ulovení ponechať od prvého júna aj lipňa tymiánového.

Zastavíme pri strmšom brehu, rybári postupne vchádzajú do vody a hľadajú vhodné miesto. Nástrahy sú vo vode, lov môže začať. Na pohyb vo vode pomáhajú rybárom polarizačné okuliare. Špeciálne sklíčka umožňujú lepší pohľad pod vodu, vďaka čomu môžu aj ľahšie zazrieť rybu.
Ako prvý mal záber Benjamín Benčo, o niekoľko chvíľ už držal v rukách lipňa tymiánového. Tentokrát chytil menšiu rybu, na techniku muškárenia však ulovil zatiaľ najväčšiu rybu, 50-centimetrového pstruha dúhového. Na stojatej vode bol jeho najvzácnejší úlovok kapor koi.

Obľúbenou technikou je muškárenie

Mladý rybár sa rybárčeniu venuje aktívne štyri roky. „Už ako malý som chodieval s mojím ujom a bratrancami na ryby. Najviac ma na lovení baví pocit, keď rybu zdolám a vytiahnem na breh. Samozrejme, sú úseky, kde si rybár nemôže privlastniť úlovok, no práve tam sa nachádzajú staré a veľké ryby, ktoré je radosť zdolávať,“ vysvetľuje 15-ročný Benjamín.

Vo Váhu sa podľa rybárov nachádza pomerne veľké množstvo druhov rýb. Vrchný úsek Bešeňovej je domovom lipňa tymiánového, pstruha dúhového aj potočného, hlavátky podunajskej, ale aj ostriežov. Nižšie po prúde rieky sa popri spomínaných druhoch rýb nachádzajú aj podustva a mrena severná či jalec hlavatý.

Rybárčenie má viacero techník. „Povolené spôsoby lovu na lipňových vodách sú muškárenie, lov na plávanú a prívlač. Vyskúšal som všetky techniky, ale najviac sa mi páči muškárenie. Spočíva v napodobení mušiek, ktorými sa živia ryby, ale aj táto technika má viacero druhov,“ vysvetľuje Alex. Keď začnú ryby zbierať mušky z vodnej hladiny, medzi rybármi sa hovorí, že „popásajú“.

Bratia Alex a Miroslav Bumbera.
Foto: autorka

„Každý rybár má svoje obľúbené návnady, ale väčšinou je to o skúšaní. Vybrať tú správnu návnadu je kľúč k úspechu, no veľa závisí aj od iných faktorov ako je počasie, ročné obdobie a podobne," hovorí o návnadách 22-ročný Alex Bumbera.

Jeho najväčším úlovkom bol 64-centimetrový pstruh potočný, ktorého chytil na rovnakom mieste. Na fotografii z Váhu v Bešeňovej dokonca videl aj metrového. „Rybári bežne chytajú pstruhy na Váhu, ktoré majú 50 až 60 centimetrov. Každý rok však chytia niekoľko, ktoré sú ešte väčšie. Je to preto lebo Váh je veľmi úživná rieka. Sú tu aj hlavátky, ktoré dosahujú viac ako meter," hovorí Alex o veľkosti rýb, ktoré žijú vo Váhu.

„Pozrite sa, tam zapásol duhák!" kričí na kamarátov Miroslav a ukazuje smerom nižšie, kde sa už po chvíli presúvajú nadšení rybári.

Chytať ryby nemôže každý

Predzvesť dobrého úlovku na seba nenechala dlho čakať. Ryba zabrala, na pomoc mladšiemu bratovi šiel s podberákom skúsenejší rybár Alex. „Ak by som mal na udici veľkú rybu a ťahal by som ju nasilu, tak by sa mohla zlomiť udica alebo by sa mi pretrhol silón, čiže by som o rybu prišiel. Ale môže sa stať, že tým ako by som rybu nasilu ťahal, roztrhol by som jej ústa a rybe uškodil," vysvetľuje dôvod, prečo sa vybral pár metrov ďalej od brata, smerom k zdolávanej rybe Alex.

Ryba ešte niekoľko minút bojovala, čo vtipne okomentoval aj jej lovec. „Alex, už si pohni, bolí ma ruka!" kričal na staršieho brata Miroslav. Po chvíli sa približne 50-centimetrová ryba priblížila k rybárovi, čím mu dala príležitosť, aby ju dal do podberáka. Miroslav priznal, že takého veľkého pstruha technikou muškárenia ešte nechytil. Rovnako veľkého pstruha na záver rybačky chytil aj Alex.

Oboch súrodencov k rybám priviedol otec, ktorý je tiež rybár. „Už odmalička sme aj s ocom a bratmi chodili na ryby. Loveniu rýb sa venujem už asi desať rokov," priznáva 15-ročný Miroslav.

„Rybárčenie je pre mňa v prvom rade relax. Počas času stráveného pri vode nemyslím na povinnosti a venujem sa len tomu, čo ma baví. Taktiež je to výborný spôsob ako stráviť viac času s rodinou, keďže takmer všetci sme rybári," hovorí o svojom koníčku Alex Bumbera.

Na to, aby sa človek mohol stať rybárom, musí absolvovať školenia z legislatívy, anatómie, fyziológie rýb a základných spôsobov lovu. Potom nasledujú záverečné skúšky. Nádejný rybár si musí urobiť rybársky kurz, aby vedel zaobchádzať s rybami a aby ich vedel rozpoznať. Po absolvovaní rybárskeho kurzu sa musí stať členom rybárskeho združenia v danom meste, v ktorom chce rybárčiť. Ak chce chytať ryby v Ružomberku, musí zaplatiť členské, ročný rybársky lístok a povolenie na rybolov podľa toho, v akých revíroch chce chytať ryby.

„Ak by sa niekto rozhodol ísť na ryby a nemal by potrebné povolenia a privlastnil by si rybu, ktorú chytil, dopustil by sa trestného činu pytliactva," hovorí o princípe rybárčenia 15-ročný Benjamín Benčo.

Keď sú otec s dcérou naladení na rovnakú strunu

Rodinu Červeňovcov z Liptovských Revúc ste už mohli zazrieť na nejednom kultúrnom podujatí. Svoje heligonkárske umenie predviedli, nielen v našich končinách, ale aj v Rajeckej Lesnej, Valči, Vitanovej, Detve, Hriňovej či Dolnej Strehovej. Zahrali si tiež v Čechách.

Text: Anna Šenkeríková Foto: archív rodiny Červeňovej

Jednu akciu majú aj sami pod palcom. Vlani v októbri sa im v Kultúrnom dome v Liptovských Revúcach podarilo pripraviť Folklórnu jeseň, kam pozvali súbory z Liptovskej Osady, Liptovskej Lúžnej, Bieleho Potoka, ale i Lokce či Detvy.

„Miestnosť bola kompletne obsadená, čo je na prvý ročník slušný výkon. Tento rok je podujatie naplánované na prvú októbrovú sobotu, radi by sme sa zamerali na vojenskú tematiku – rukovanie a podobne," priblížil Radoslav Červeň, vedúci trojčlennej rodinnej kapely.

Gro ich vystúpení tvoria väčšie heligonkárske akcie, nezriedka spestria rodinné oslavy či svadby. Veľa ráz hrali a spievali od večera až do rána.

„Dáva to zabrať hlavne palcom a chrbtu, ale keď to človeka baví, bolesť ho neodradí," usmieva sa dvadsaťročná Patrícia, ktorá spolu s otcom hráva na heligónke. Mama Marta ich sprevádza na tamburíne.

Radoslav Červeň
Foto: archív rodiny Červeňovej

V súvislosti s týmto hudobným nástrojom sa Patrícii vynára jedna vtipná spomienka. „Keď sme boli hrať vo Valči, oslovili nás s rozhovorom pre jednu televíziu. Redaktorka sa mamy spýtala, aký má hudobný nástroj a ona odpovedala, že triangel. Odznelo to napokon aj v reportáži," smeje sa mladá heligonkárka.

V minulosti s nimi sporadicky vystúpila na pódium aj mladšia dcéra. „Sem-tam s nami hrávala, ale ju folklór až tak neláka, tak sme ostali traja," približuje Radoslav. Dodáva však, že heligónku napriek tomu občas chytí do rúk. „Aj ona sa učí hrať a ide jej to celkom rýchlo, akurát nemá takú trpezlivosť ako staršia dcéra."

Motivujú ich ľudia

Radoslav skúšal hrať na viacerých nástrojoch, mnohé má i doma. Heligónka sa však stala jeho srdcovkou. „Otec pochádzal zo Zázrivej, možno to mám v krvi. Heligónku mi kúpili, keď som bol malý a veľmi ma to chytilo. Som rád, že sa pre ňu nadchla aj dcéra," hovorí o počiatkoch záľuby hlava rodiny.

Hoci spoločne hrávajú posledné tri roky, na vystúpenia sa zakaždým svedomito pripravujú. „Niekedy sa nevieme dohodnúť, každý si chce povedať svoje, a tak sú dakedy nácviky naozaj o nervoch. Keď nám však prihorieva, rýchlo sa dohodneme. Najväčšie slovo má u nás ocino, takže sa prispôsobujeme najmä tomu, čo povie on. Ak však upozorníme na nejakú chybu, dá si poradiť aj od nás," prezrádza Patrícia.

Na pódiu nie sú žiadni nováčikovia, no z času na čas ich potrápi aj tréma. „Dakedy mám stres, akoby som išla hrať prvý raz, dakedy som naozaj odviazaná a užívam si to. Veľa závisí napríklad aj od publika. Ak len pozerajú a počúvajú, je to trochu stresujúce, ak sa, naopak, zabávajú, hrá sa mi lepšie. To je aj dôvod, prečo nás vystúpenia tak bavia. Keď vidíte, že to, čo robíte ľudí teší, že na vás pozitívne reagujú a volávajú vás hrávať aj naďalej, veľmi vás to povzbudzuje," rozrozpráva sa Patrícia.

Ozembuchy putovali aj za hranice

Radoslav má ešte jednu špecifickú záľubu – vyrába ozembuchy. „Dávnejšie som dostal tento nástroj do daru. Zapáčil sa mi natoľko, že som sa začal zaujímať o to, čo obnáša výroba. Spravil som prvý, druhý a záujemcovia začali pribúdať. Spod rúk mi už vyšlo asi sedemdesiat kúskov," približuje svoju ďalšiu voľnočasovú aktivitu.

Mnohí majú ozembuchy zafixované ako nástroje, pri výrobe ktorých sa dá zužitkovať celá škála odpadového materiálu, ako sú napríklad štuple od piva. Radoslav sa však touto cestou zásadne neuberá. Používa len originálne prvky – rolničky, tamburínové pliešky, okrasné nity či reťaze, zvony alebo tamburíny, ktoré sú laditeľné k všetkým nástrojom. Jeho výrobky už cestovali dokonca aj do Čiech, Maďarska a Talianska. Pri výrobe dáva dôraz hlavne na to, aby mali ozembuchy čo najlepší zvuk.Zabŕda tiež do výroby fujár, v budúcnosti by sa rád venoval kožiarstvu. Hoci si jeho aktivity vyžadujú množstvo času, veľkej podpore sa teší aj u manželky. „Vidí, že som spokojný, že ma to napĺňa a keď mám od ľudí pozitívnu spätnú väzbu, motivuje ma to k ďalšej práci," uzatvára šikovný štyridsiatnik.

Nie je medovník ako medovník

Svoje o tom vie aj Soňa Višňovská, rodáčka z Ružomberka. Každému medovníku sa snaží vdýchnuť dušu.

Text: Anna Šenkeríková Foto: archív Soni Višňovskej

Medovnikárstvo má v našich končinách dlhoročnú tradíciu. V Ružomberku bola kedysi známa najmä rodina Pribišovcov z Nemeckej, dnes Partizánskej Ľupče, ktorá mala v meste dielňu od roku 1889. Fungovala až do polovice tridsiatych rokov 20. storočia.

Spočiatku sa medovníky vyrábali pomocou drevených foriem, až v priebehu 20. storočia ich postupne nahrádzali medovníky vykrajované plechovými formami. Obľúbenými tvarmi boli srdce, koník alebo bábika. Cukrovou polevou na ne výrobcovia zvykli priliepať pestrofarebné obrázky s trblietavými ozdobami, zrkadielkami či kvetmi.

Tvorba šikovnej medovnikárky.
Foto: archív S. Višňovskej

„Ružomberskí medovnikári rozkladali svoje šiatre v deň výplat aj pred bránami miestnych tovární – pred textilkou v Rybárpoli a pred Papierňami. Trh ani jarmok bez medovnikárskeho šiatra nebol úplný. Neraz sa práve účasťou alebo neúčasťou medovnikára na trhu, či jarmoku posudzoval úspech celého podujatia. Svojimi výrobkami prinášali všade radosť a zábavu," píše v monografii Liptov v ľudovej kultúre etnologička Iveta Zuskinová.

Radšej menej, ale poriadne

S rozvojom potravinárskeho priemyslu a aj vďaka internetu, kde si môžu ľudia efektívne vymieňať skúsenosti, nadobudlo medovnikárstvo zaujímavejšie kontúry a umelecké možnosti. Vedeli ste napríklad, že na medovník môžete namaľovať dokonalý portrét alebo načrtnúť štruktúru dreva, a pritom si na ňom stále môžete pochutnať? S cukrovou polevou už zopár rokov čaruje Soňa Višňovská z Malého Čepčína pri Martine, rodáčka z Ružomberka.

Nevinné začiatky, keď piekla a zdobila len s deťmi na Vianoce, rokmi prerástli do veľkej záľuby. Dnes už si život bez medovníkov nevie predstaviť.

Hoci záujem o jej diela stále rastie, nateraz pečie len v malom, pre rodinu a známych. Čoraz intenzívnejšie však uvažuje nad tým, že by sa svojím koníčkom živila. Ak by k tomu naozaj došlo, v žiadnom prípade nechce, aby to ovplyvnilo kvalitu jej tvorby. „Originálnosť je pre mňa prvoradá," vysvetľuje.

„Niektorí medovnikári vsádzajú na kvantitu, ale ja chcem, aby bol každý medovník jedinečný a bolo na ňom badať môj rukopis. Dôležitá je pre mňa jemnosť a správne zladenie farieb či jednotlivých prvkov. Medovnikár by mal zostať sám sebou, ísť si vlastnou cestou a nekopírovať práce iných, lebo takýmto spôsobom sa nikam neposunie. Nevyhnutná je tiež trpezlivosť a pevná ruka."

Nenechať sa odradiť

Zdobenie si človek neosvojí zo dňa na deň. Pani Soňu medovníky intenzívnejšie sprevádzajú piatym rokom, so svojou prácou však začala byť spokojnejšia zhruba pred tromi. Nad prvými výtvormi sa dnes už len pousmeje.

Krásy starého remesla objavovala ako samouk, metódou pokus-omyl. Dodnes tvrdí, že je to najlepšia škola. Spočiatku čo-to vyčítala z občasne vydávaných cukrárskych časopisov, neskôr bol pre ňu hlavným zdrojom inšpirácie internet. Stále sa utvrdzovala, že celý proces tvorby medovníkov od zamiesenia cesta až po samotné zdobenie je hotová veda.

„Pri medovníkoch je dôležitý aj výber surovín, dokonca i kvalita múky má vplyv na to, ako medovníček bude vyzerať. Následne si musíte namiešať správnu hustotu polevy, vybrať vhodné vrecko na zdobenie," vymenúva zopár krokov výrobného postupu.

„Venovala som tomu neskutočné množstvo času, ale našťastie ma to pohltilo tak, že ani pri nezdaroch som to nevzdala."

Niekoľkodňová šichta

Tam, kde je dnes, sa zrejme dostala aj vďaka vychýrenej medovnikárke Márii „Mafke" Molčányiovej, ktorá jej síce neprezradila svoje grify, ale vždy ju vedela správne usmerniť.

„Ona bola tá osoba, ktorá mi verila a videla vo mne potenciál. Vždy ma podporila, za čo som jej veľmi vďačná. Minulý rok som mala to šťastie, že si ma zavolala k nej domov a odovzdala mi množstvo rád a skúseností," hovorí o opore, ktorú vždy mala v dnes už dobrej priateľke.

Techník, v ktorých sa môžete zdokonaliť, je mnoho, a stále pribúdajú nové. Pani Soňa nedá dopustiť na 2D techniku, kedy sú na medovník vylievané rôzne obrázky. Veľmi často takto tvorí napríklad rozprávkové bytosti, ktoré slúžia ako „zápichy" do detských toriet. Polevu treba nanášať postupne a jednotlivé vrstvy nechať poriadne preschnúť, následne sa medovník premaľuje. Jednému kusu tak pokojne venujete aj tri-štyri dni.

Obzvlášť hrdá je na 3D medovníky, ktoré si vyžadujú niekoľko špecifických zručností. Dôležité je zhotovenie správnej formy, musíte tiež odsledovať, ako cesto upiecť tak, aby držalo tvar. Veď všetky časti skladačky do seba musia dokonale zapasovať.

Jedným z tohto druhu výrobkov sú napríklad medovníkové kazety, respektíve dózy. Obdarovaný môže vo vnútri nájsť rôzne prania či osobné odkazy.

„Venovala som tomu neskutočné množstvo času, ale našťastie ma to pohltilo tak, že ani pri nezdaroch som to nevzdala."

Hrdosť ju napĺňa aj pri pohľade na 2D portrét, s ktorým sa potrápila na kurze pod vedením talianskej lektorky.

Doma i v zahraničí

Momentálne jej učarovalo maľovanie na medovníky. Aj v tomto prípade ju zaškolila talianska lektorka, ktorá patrí medzi svetovú špičku. V budúcnosti by rada skúsila akvarelovú techniku. Zvažuje tiež, že by sa o svoje medovnikárske zručnosti sama začala deliť formou tvorivých dielní.

Diela šikovnej ružomberskej rodáčky sú rozlezené snáď po celom svete, z tých najvzdialenejších končín je to napríklad Japonsko, Austrália, Mexiko, Anglicko či Belgicko. Do zahraničia putujú väčšinou ako darček s prvkami slovenského folklóru.

Hoci už vyše dvadsať rokov žije mimo Ružomberka, na svoje rodisko nezabúda. „Žila som tu asi 22 rokov, potom som sa vydala, presťahovali sme sa do Martina a neskôr na Malý Čepčín.

V Ružomberku mám ešte rodičov a súrodencov. Aj keď tu už dlhší čas nebývam, je mi blízky a rada sa sem vraciam," uzatvára.

Starému nábytku dáva druhú šancu

Alexandra Klačková sa renovácii nábytku venuje šesť rokov. Jej rukami prešlo množstvo stoličiek aj skríň. Zákazníci k nej neprichádzajú len z okolia, ale aj zo zahraničia.

Text: Anna Zábojníková Foto: autorka

Renovácia nábytku je dôverne známa najmä pre zdatných chalupárov, ktorí vedia premeniť staré kusy rozličného nábytku na moderný doplnok. Stačí pár šikovných rúk, zopár náradí či farieb a to, čo desiatkami rokov zovšednelo, zrazu vonia novotou.

Práci renovátorky sa už niekoľko rokov venuje aj 33-ročná Ružomberčanka Alexandra Klačková. Napriek tomu, že nemá takmer žiadny voľný čas, prácu si užíva a dokonca sa jej už o nej aj sníva.

Dušou umelkyňa

Mladá Ružomberčanka objavila svoju umeleckú všestrannosť už na umeleckej škole, kde sa venovala výtvarnému umeniu. Aj napriek tomu, že neskôr pracovala ako čašníčka, finančná poradkyňa a na čas odišla do zahraničia, k tvoreniu si napokon opäť našla cestu.

„Renovovať nábytok som začala úplnou náhodou pred niekoľkými rokmi, keď som prerábala nočný stolík. Nepáčil sa mi, tak som si povedala, že ho pretriem. Vtedy som sa venovala aj servítkovej technike, ktorú som použila aj na stolík," hovorí Alexandra o prvej premene nábytku.

Alexandra Klačková spolu s dcérou.
Foto: autorka

Keďže sa stretla s pozitívnym ohlasom, rozhodla sa zrenovovať aj iné interiérové zariadenia. Neskôr jej kolegyňa povedala, že by potrebovala prečalúniť stoličky. Nádejná renovátorka to vzala ako výzvu, kúpila spinkovačku a výsledok bol o pár dní na svete. Rozhodla sa, že v tom napokon bude pokračovať.

„Keď som s tým začínala, veľa som študovala. Pomohli mi knihy aj internet. Predtým som vôbec nevedela čalúniť, naučila som sa to podľa videa. Bola som aj za miestnym čalúnnikom, ale povedal mi, že ma učiť nebude, lebo je to remeslo, ktoré si on nepustí," vysvetľuje spôsoby zdokonaľovania sa.

Neskôr už knihy nepotrebovala, zákazníci začali pribúdať. Väčšina z nich k usmievavej Ružomberčanke prichádzala s tým, že stolár im nechcel vyhovieť a namiesto renovácie navrhol, že podľa originálu urobí rovnakú kópiu.

„Niektorí zákazníci mi dajú slobodnú ruku, vtedy viem, že sa môžem vyblázniť. Sú však aj takí, ktorí prídu s konkrétnou požiadavkou. Dnes je to už iné. Poznám svojich zákazníkov, pretože sa ku mne vracajú. Viem, aké majú interiéry príbytkov, takže o to je to pre mňa jednoduchšie. Dokonca na Slovensku ani nepoznám ľudí, ktorí robia to isté, čo ja," zamýšľa sa Ružomberčanka.

Zároveň však spomenie aj svoju Achillovu pätu: „Som asi jediný čalúnnik, ktorý nevie šiť. Je to základ. Kým som ešte renovovala sama, tak mi šila mamina." Nábytok najskôr renovovala doma. Maľovať sa naučila za pochodu vďaka jednej predajni s farbami. Zamestnanci jej vysvetlili rozdiel medzi lazúrou a farbou, dokonca sa stali jej radcami. Milovníčka starého nábytku im predostrela, ako by mal vyzerať výsledný efekt, a podľa ich rád nábytok natierala.

Pred rokom a pol si však povedala, že by sa rada zdokonalila v čalúnení. Nábytok si vyžadoval viac techniky, šitia a rozmýšľania ako pracovať so strihom. „Zamestnala som sa vo firme, kde hľadali čalúnnika. Keď som prišla, tak som zistila, že čalúniť vlastne viem. Zostala som, pretože sme boli dobrý kolektív. Neskôr ma povýšili na vedúcu výroby," hovorí o svojej práci šikovná tvorkyňa. Dnes už vo firme nepracuje, nábytok však renovuje aj naďalej.

Stoličky, skrine, ale aj spomienkové predmety

Medzi najčastejšie zákazky patria gauče, stoličky či skrine. Renovátorka však mala za úlohu zrenovovať aj starý kolovrátok. „Raz mi jedna pani priniesla niečo okrúhle, tak som sa jej spýtala, čo to je. Ona povedala, že jej to mám len natrieť na bielo, že si z toho spraví stolík. Neskôr prezradila, že to bolo drevené chodítko, na ktorom sa učila chodiť a dodnes to má ako spomienku," hovorí o typoch zákaziek renovátorka.

Najťažšie je podľa Alexandry brúsenie, najkrajšie, keď odovzdá hotový produkt. „Viackrát sa mi stalo, že ľudia odchádzajú, ja zatváram bránu a oni sa zdesení otočia, že nezaplatili. Taká som nadšená z toho, akí sú šťastní, že aj zabudnem, že mali zaplatiť," spomína na úsmevné zážitky Ružomberčanka.

Renovácia nábytku má svoj postup. V prípade stoličiek sa najskôr povyťahujú spinky. Napriek tomu, že sú na ich vyberanie nástroje, pomáhajú najmä prsty.

„Keby už niekto konečne vymyslel lepšiu techniku, najviac to zdržuje!“ smeje sa. Potom vypárajú látku, podľa nej nakreslia strih na nový materiál, zošijú ho a dajú naspať na stoličku. Stolička sa ešte môže vybrúsiť a nanovo natrieť. Čas renovácie je individuálny, no priemerne je nový kus nábytku hotový do týždňa.

Zákazníkov rozdeľuje na spomienkových a tých, ktorí sa prispôsobujú aktuálnemu trendu. „Sú takí, ktorí ku mne prídu s kreslom, na ktorom sedel ešte ich dedo a chcú ho zrenovovať. Potom sú aj takí, ktorí v Poľsku nakúpia lacný nábytok a chcú ho natrieť na bielo, alebo prispôsobiť do vintage štýlu.“ Všíma si, že zákazníci vnímajú aj ekológiu a zbytočne nevyhadzujú veci aj napriek tomu, že by podobný kus nábytku mohli kúpiť lacnejšie.

Zákazníci prichádzajú so starým nábytkom nielen z Ružomberka či okolia, ale zo susedných krajín.

Často zažíva situácie, keď k nej prídu manželia. Žena donesie starú vitrínu, ktorú by chlap najradšej porúbal, a tak vedľa nej stojí ofučaný. „Len mu nehovorte, koľko to bude stáť,“ šepká jej zákazníčka. Keď sa obaja vrátia po výsledný produkt, tak je napokon šťastnejší muž, pretože neveril, že niečo veľmi staré dokážu šikovné ruky premeniť na nové.

Fičí aj na sociálnych sieťach

Starý nábytok leží často zapadnutý prachom na povalách, no ten najstarší môžeme vidieť pri návštevách hradov či zámkov. Do rúk renovátorky sa však zrejme nedostane. „Keby ma oslovili, tak renováciu viem urobiť, ale ide o to, že tieto veci už majú historickú hodnotu, a ja nie som vyučený reštaurátor. Kedysi som chcela ísť na reštaurátorskú školu, ale zoberú 12 ľudí za celý rok, takže by som sa tam ani nedostala. Ak by mi ale doniesli historický nábytok, viem ho urobiť, ale stratí na historickej hodnote,“ vysvetľuje rozdiely medzi renovátorom a reštaurátorom.

Dôležitou súčasťou práce pozitívne naladenej renovátorky sú aj sociálne siete, ktoré posúvajú jej tvorbu medzi ľudí. V začiatkoch bola aktívna na vlastnej webovej stránke, no pred dvomi rokmi ju zrušila. Dnes zdieľa svoje výtvory na rôznych sociálnych platformách a aj vďaka nim ju objavujú neznámi ľudia. Pred štyrmi rokmi bola dokonca súčasťou televíznej relácie, kde ukazovala, ako ľudia dokážu zrenovovať nábytok aj doma.

Alexandra Klačková sa síce narodila v Ružomberku, no býva v Likavke. V práci renovátorky by chcela pokračovať aj v budúcnosti. Najdôležitejšie je získať vlastné priestory a mať viac ľudí, ktorí by jej pri práci pomáhali. Súčasťou plánov je predovšetkým dizajnové štúdio zamerané na návrhy vintage a vidiecky štýl. S voľným časom sa príliš nekamaráti, sympatickú červenovlásku totiž okrem nábytku zamestnáva na plný úväzok aj štvorročná dcérka.

Sezóna začína renovátorke na jar a trvá až do septembra.

„V jarných mesiacoch ľudia otvárajú chalupy, každý potrebuje niečo nové. V septembri potom príde uhorková sezóna, deti idú do školy, chalúpky sa zamykajú. Práca sa nakopí opäť v novembri, pretože ľudia zháňajú vianočné darčeky,“ vysvetľuje Alexandra.

Prácu však neberie ako povinnosť. Práve naopak. Najviac ju baví nábytok v dezolátnom stave. Práve vtedy môže najviac využiť svoju zručnosť a kreativitu.

Je to škoda, ale Ružomberok sa za tie roky nezmenil

Na Slovensko ho dotiahla žena, no napokon tu zostal len kvôli biznisu. Pre obchodné ambície napokon z mesta zase aj odišiel. Asi najznámejší cudzinec v Ružomberku za posledných dvadsať rokov, Talian Andrea Ena.

Text: Peter Kravčák Foto: archív Taliana Andrea Enu

V roku 2002 bolo Slovensko tak trochu zaostalou krajinou Európy. Zúfalo sa snažilo splniť kritéria na vstup do Európskej únie a NATO. O eure sme počuli, len keď rodina tiahla do Viedne na vianočné trhy. Na internet ľudia chodili do verejných kaviarní. Aj to len tak narýchlo, lebo za dvadsať korún sa okrem emailov a pár stránok z čistej zvedavosti viac pozrieť nedalo.

Za biznisom do Ružomberka

Do týchto rozvojových podmienok prišiel so svojou, vtedy ružomberskou „priateľkou“, aj 22-ročný rodák zo Sardínie Andrea.

„Chcel som skúsiť niečo nové. Prišli sme spolu, pôvodne na týždeň, ale napokon som v meste zostal kvôli biznisu. Paradoxne ona, Slovenka, sa zase vrátila do Talianska,“ spomína na liptovské začiatky Andrea Ena.

Nápad otvoriť v meste reštauráciu dostal až tu. „Bolo tu niekoľko pizzerií, ale kvalita nič moc. Povedal som si, že to skúsim a idem do toho. Reštauráciu sme otvorili v októbri 2003. Boli časy, keď bolo v meste asi desať pizzerií, no prežili len tie silnejšie alebo kvalitnejšie. My sme jedna z nich,“ vraví úspešný podnikateľ.

Do kuchárskeho remesla sa pustil so skúsenosťami pomocného kuchára, ktoré nazbieral v známom dovolenkovom stredisku Lago di Garda. „Nie, nie som kuchár,“ smeje sa pri otázke, či mal na čom stavať.

„Rozhodol som sa postaviť podnik na prístupe k ľuďom, kvalitných surovinách a profesionalite. Nastavili sme latku vyššie, aj cenu, ale vyšlo to,“ púšťa kúsok zo svojho podnikateľského úspechu. Dodáva, už chronicky známe, ale aj v jeho prípade osvedčené, že veľmi dôležité je pracovať s láskou, radosťou a nadšením pre to, čo robíte.

V Taliansku majú takúto vášeň okrem jedla určite aj pre futbal. Aspoň taký je obraz Talianov v našich očiach. A Andrea Ena tejto myšlienke iné okuliare nedáva.

„Hrával som za MFK Ružomberok B, ale potom som si pri rozbiehaní podniku musel dať pauzu. Vrátil som sa a hral neskôr za Ludrovú, kde sme aj postúpili do vyššej súťaže a potom v Likavke. Bolo to skvelé a zábavné obdobie,“ hovorí o časoch na oblastných futbalových trávnikoch. Možno práve kvôli účasti na nedeľných futbalových zápasoch je jeho miestna reštaurácia odjakživa v posledný deň týždňa zatvorená.

Mesto sa nezmenilo. Je to škoda

V Ružomberku sa Andreovi darilo. Kto mal návštevu alebo chcel vziať v meste niekoho do dobrej reštaurácie, mal dlhé roky na výber možno tri či štyri podniky. U Taliana je jedným z nich. „Myslím si, že v Ružomberku sú stále maximálne štyri podniky na úrovni, kde môžete bez hanby zobrať návštevu. Jedným z nich sme určite aj my,“ hovorí s patričným sebavedomým.

Pod reštauráciou si časom otvoril aj malý obchodík s talianskymi potravinami. Čo vozil do reštaurácie, dával aj do predajne. Dokonca zásoboval talianskymi surovinami aj iné prevádzky na Slovensku. Úspech rástol až prerástol Ružomberok. Našli ho televízie a Andrea trávil čoraz viac času v Bratislave pri nakrúcaní rôznych kulinárskych relácií. „Chodievam pravidelne variť do televízie, ale necítim sa byť súčasťou šoubiznisu,“ usmieva sa tmavý štyridsiatnik. „Samozrejme, je to príjemné, keď vás ľudia spoznávajú, zastavujú a chcú sa fotiť. Poteší to,“ neskrýva popularitu Andrea. Ešte viac jej pribudlo pred dvomi rokmi, keď sa presťahoval do hlavného mesta. Otvoril tu svoj druhý podnik, ktorý sám riadi. To je jeho filozofia.

„Určite je lepšie, keď je majiteľ v podniku. Zákazník má lepší pocit, že tam sám majiteľ pracuje a stará sa o firmu. O ružomberskú reštauráciu sa nebojím. Je tam brat Alex a spoločník Peter Mešťan. Kvalita je stále tá istá, ako keby som tam bol,“ ubezpečuje a opäť sa optimisticky usmieva.

Andrea Ena
Foto: archív Taliana Andrea Enu

Na Liptov stále príležitostne zablúdi, nielen na kontrolu. „Keď prídem, idem do kuchyne. Nebavilo by ma prísť, skontrolovať, porozprávať sa a odísť. Rád fyzicky pracujem," tvrdí muž, ktorý si zvykol aj na slovenskú kuchyňu. Halušky, rebierka, pirohy nie sú problém. Aj preto mnohé domáce suroviny zakomponoval do talianskej kuchyne na Slovensku. Len kyslú kapustu a kyslé polievky stále v obľube nemá.

Často je v Taliansku, teraz aj v Bratislave, z ružomberskej bubliny dávno vyliezol. „Je to škoda, ale Ružomberok sa za tých osemnásť rokov takmer nezmenil. Práve som nad tým rozmýšľal, keď som naposledy prišiel. Napríklad, len z pohľadu nášho podniku, v centre nie sú žiadni ľudia. Ak aj prídu, tak len kvôli reštauráciám. Nemá ich ani čo pritiahnuť. Aspoň v lete by mali byť obchody otvorené aspoň do siedmej večer," konštatuje len jednu z notoricky známych bolestí nášho mesta.

Pečie aj varí

Oproti tomu v Bratislave našiel celkom iné zázemie. Investoval stovky tisíc eur do reštaurácie, kde sa zväčša bez rezervácie ani nedostanete. Má vyššie ceny, pretože v Bratislave si to môže dovoliť. Tvrdí však, že kvalita je rovnaká. „Máme tam väčšiu konkurenciu, ale snažím sa ju nevnímať, a rovnako ako v Ružomberku robiť všetko najlepšie, ako viem. Venovať čas najmä sebe a svojmu zdokonaľovaniu."

Rozdiel v porovnaní s Ružomberkom ale našiel: „Ľudia si v Bratislave viac dovolia. Častejšie idú do reštaurácie a minú viacej peňazí. Chápem, že je to spôsobené zárobkami. Bratislavu ťahá aj väčší počet turistov a cudzincov. Len Talianov tu naokolo žije približne štyritisíc."

Ak ide o prácu v kuchyni, nebojí sa ničoho. „Ak nemá kto robiť pizzu, zaskočím tam, ak chýba cukrár, robím koláče. Práce sa nebojím," vysvetľuje momentálne už aj úspešný výrobca vlastných zákuskov, ktoré začal v reštaurácii ponúkať. Pri ich výrobe často experimentuje. Skúsil to aj s jazykom a dnes nemá problém dohovoriť sa. S písaním to ideálne nie je, ale to mu k úspechu na Slovensku vôbec nebolo treba. „Jazyk som sa naučil sám. Žiadna škola, žiadne kurzy. Len tak, pri komunikácii s ľuďmi. To je najlepšia škola. Keď človek chce, všetko dokáže."

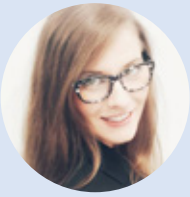
Slovenčine podľahol, no politikom nie. „Skúšali to, ale o politiku nemám záujem," rezolútne odmieta „panské huncútstva".

Slováci sú vraj tradiční konzumenti. Najlepšie ide pizza, cestoviny a rizoto. „Za tie roky sa stravovanie zmenilo. Jedlo si už viete oveľa viac užiť a vychutnať," končí rozhovor pochvalou asi najznámejší ružomberský cudzinec a bratislavský Talian Andrea Ena.

Andrea Ena
Foto: archív Taliana Andrea Enu

Kde budú dovolenkovať Ružomberčania?

Dovolenka pri mori toto leto nehrozí. Spýtali sme sa, kde budú tráviť letné dni traja dolnoliptáci a či ich plány prekazila pandémia.



Niekoľko týždňov tohto leta sme plánovali stráviť v domčeku v malej andalúzskej dedine, dýchať morský vzduch a vychutnávať si španielsku kuchyňu. Popri tom trochu pracovať, veľa tvoriť a užívať si spoločný čas. Človek mienil, covid zmenil – a tak zostávame doma, na Slovensku. Máme tak príležitosť zrealizovať aspoň časť z mikrovýletov po okolí, ktoré máme v zozname „musíme navštíviť“. A nejaký čas prežijeme v „divočine“ – v kolíske ikony pop-artu Andyho Warhola. Namierené máme do Polonín. Najväčší slovenský prales, takmer žiadny svetelný smog, nebeské telesá pozorovateľné voľným okom, hvezdáreň, drevené kostolíky, nenáročná turistika a veľa iných zaujímavostí, ktoré ponúka táto križovatka slovanských kultúr, a zároveň čarovný kút s najvýchodnejším bodom Slovenska, vrch Kremenec, kde svitá o 30 minút skôr ako v hlavnom meste.

Marianna Stančoková
manažérka OZ RosArt / režisérka Ružomberského divadla RosaThea
Foto: archív režisérky

Dovolenku sme už štvrtý rok po sebe plánovali v Chorvátsku, ale momentálna situácia nám zmenila plány. Hoci sme si dovolenku zaplatili v cestovnej agentúre už v zime, určite využijeme preloženie dovolenky až na budúci rok. Toto leto budeme tráviť na Slovensku. Keďže žijeme v regióne, ktorý ponúka veľmi veľa krásnych miest, budeme sa prevažne sústrediť na lokality na Liptove. Prípadne navštívime aj na iné zaujímavé miesta na Slovensku, napríklad Kvačiansku dolinu, skanzeny, Tatry či Liptovskú Maru. Miesta dopredu neplánujeme, pri ich výbere improvizujeme. Rodinné výlety a dovolenky nevyberáme podľa toho, či sú pre mňa ako fotografa atraktívne, ideme na miesta, ktoré sa nám páčia. Samozrejme, že trošku aj fotím, ale väčšinou to absolvujem sám v skorých ranných hodinách, kým všetci spia. Na fotenie mám viac času a môžem si ho viac vychutnať.

Tomáš Mlynárik
učiteľ
Foto: Jaroslav Moravčík

Konkrétne plány na letnú dovolenku sme s manželom nemali. Snáď “len” užiť si leto naplno. Radi trávime čas v prírode, na chate alebo len tak s priateľmi. Aj tento rok sa zariadime podľa počasia a podľa toho, na čo budeme mať aktuálne chuť a náladu. Minulý rok sme strávili nádherný týždeň v Banskej Štiavnici. Každá dovolenka má svoje čaro, keď ju trávite s tým, kto je pre vás dôležitý. Pandémia-nepandémia, všetkým prajem krásne leto.

Jana Nehajová
Výživová poradkyňa
Foto: Jaroslav Moravčík

Aj v Ružomberku môžete po otvorení dvier vstúpiť do Narnie

Namiesto leva natrafíte na široký výber tovaru.

Reč je o obchode Ružacolor – farby, laky a drogéria, kde už 25 rokov pracuje Ružomberčan Ferdinand Uhrina. Hovorí, že svojich zákazníkov už pozná, dokonca sa z mnohých stali dobrí priatelia.

Na ulici Podhora sa nachádza mnoho dvier, ktoré Ružomberčanom ponúkajú rozličný tovar. Takmer na samom konci ulice stojí aj obchod Ružacolor – farby, laky a drogéria. Z vonku síce vyzerá nenápadne a jednoducho, no keď otvoríte dvere, ocitnete sa na mieste, kde zoženiete všetko. „Dnes je tovar rozšírenejší ako pred rokmi, no kúpite tu aj to, čo kedysi. Musíme myslieť aj na značky, ktoré si pamätajú staršie ročníky. Starší pán sa nebude holiť modernou penou na holenie, keď je roky zvyknutý používať niečo iné," naznačuje majiteľ Ferdinand Uhrina a dodáva, že mnoho ľudí je prekvapených, že v obchode nájdu produkty, ktoré si pamätajú ešte z detstva. „Môže to byť ich obľúbený krém, parfém alebo aj farba na vlasy. Tovar stále existuje, akurát mohol po rokoch zmenil obal."

V obchode si však prídu na svoje nielen muži, ale aj ženy. V regáloch sa vyníma drogéria, kozmetika, prach na pranie, potreby na zaváranie či maľovanie, záhradkársky tovar, lepidlá, sviečky či kahance, ale aj potreby do domácnosti.

Ružomberčan je za pultom obchodu už štvrťstoročie. Hovorí, že za ten čas už pozná zákazníkov, dokonca presne vie, čo v obchode hľadajú.

„Niektorí zákazníci chodia kupovať stále to isté. Stačí, že otvoria dvere, usmejú sa a ja už viem, čo mám ísť hľadať. Viacerí mi v obchode vyrozprávali svoje životné príbehy, mnohí z nich sa mi dokonca prihovárajú aj v uliciach mesta. Stali sa z nás kamaráti a ja to už aj to tak beriem, že je to rodinný obchod," hovorí o dolnoliptákoch Ferdinand Uhrina. Aj napriek tomu, že zákazník v obchode nájde všetko, čo potrebuje, skúsený obchodník vie vyhovieť každému. „Často za mnou chodia ľudia s prosbou, či by som nemohol objednať tovar, ktorý zháňajú. Ak sa dá, nemám s tým problém," vysvetľuje Ružomberčan.

Obchod však nie je len priestorom predaja tovaru, ale aj miestom, kde si ľudia nechajú poradiť. „Ak napríklad zháňajú farbu na drevo, musím im najskôr vysvetliť, že existuje mnoho druhov až potom sa rozhodnú, ktorú farbu si zakúpia. Neraz tu bola aj kozmetička, ktorá ženám ponúkala poradenstvo. Priniesla aj vzorky a tak si ženy mohli obľúbené produkty vyskúšať na sebe priamo v obchode," hovorí Ferdinand Uhrina o službách, ktoré ponúka zákazníkom. Počas pandémie bol obchod zatvorený. Keď sa však opatrenia uvoľnili a kľučky si začali opäť podávať nedočkaví zákazníci, zháňali najmä dezinfekciu, farby a štetce. „Ľudia boli doma, potrebovali využiť čas. Veľa z nich sa ma pýtalo, ako sme zvládli dočasné zatvorenie. Nevieme síce, čo nás ešte čaká, no budeme sa snažiť, aby obchod fungoval tak, ako aj doteraz," uzatvára majiteľ obchodu Ružacolor Ferdinand Uhrina.

(ne)obyčajné príbehy dvoch žien z rodu Makovickovcov

Na konci minulého roka vyšla kniha (ne)obyčajné príbehy žien, v ktorej osem slovenských historikov priblížilo osem ženských osudov. Dostali sa do nej aj dve Ružomberčanky, dve sestry zo známej rodiny Makovickovcov. Obe majú zaujímavý, no tak trochu rozdielny príbeh. Staršia Ružena ostala v rodisku a vydala sa za významného podnikateľa Jozefa Houdeka. Mladšia Bohdana si zobrala za muža známeho národovca Jozefa Škultétyho a takmer celý život prežila v Martine.

Nasledujúci text je ukážkou z dvoch kapitol spomínanej knihy, vychádza so súhlasom autorov – Alice Kurhajcovej a Rastislava Moldu – bez poznámkového aparátu.
Text : Rastislav Molda Foto: (ne)obyčajné príbehy žien

Detstvo a dievčenské roky v rodinách Makovickovcov a Houdekovcov

Bohdana Škultétyová pochádzala zo známej ružomberskej podnikateľskej a národne uvedomelej rodiny Makovických. Bola druhorodenou dcérou obchodníka a podnikateľa Daniela Božetecha Makovického (1828 – 1881) a jeho manželky Amálie (1832 – 1867), rodenej Švehlovej z Turčianskeho Sv. Martina. Pred jej narodením sa manželom ponúkol za krstného otca vtedajší liptovský župan Ján Francisci, s čím obaja súhlasili.

Dievčatko prišlo na svet 23. januára 1865 v Ružomberku a pri krste sa k jej menu pridalo aj meno krstného otca. Celým menom Bohdana Amália Janina Makovická mala v tom čase už o deväť rokov staršiu sestru Ruženu Annu, sedemročného brata Daniela Pravoslava, trojročného brata Jána Branislava a o poldruha roka po nej prišla na svet jej mladšia sestra Amália Božena.

Manželom Makovickým sa za ich dvanásťročného súžitia v ruttkayovskom dome narodilo osem detí, z nich však tri zomreli ešte v dojčenskom veku (menovite Ján Drahotín, Marta Judita a Pavol Miloš). Po matkinej smrti, ktorá v roku 1867 podľahla tuberkulóze, si dvojročnú Bohdanu načas vzala k sebe matkina sestra Zuzana Švehlová, vydatá do Necpál za učiteľa Samuela Milca, a mladšiu Amáliu jej druhá sestra, teta Karolína, vydatá za Jána Kunaja do Martina.

Po čase sa však Bohdana vrátila späť do Ružomberka, kde ju vychovávala staršia sestra Ružena. Amália zostala bývať u bezdetných Kunajovcov, ktorí si ju až ako dvadsaťročnú adoptovali; stalo sa to pred jej sobášom roku 1886 s ružomberským lekárom Jozefom M. Burjanom.

Tri roky po manželkinej smrti sa Daniel B. Makovický znovu oženil, tentoraz s Máriou Kenyeiovou z oravského Geceľa, s ktorou mal päť potomkov. Bohdana tak mala ešte päť nevlastných súrodencov (z nich sa však dospelého veku dožili len dvaja – Mária Anna a Pavol Daniel). Aj Bohdanin otec ochorel na tuberkulózu, a kým sa mu zdravotný stav nezhoršoval (do roku 1878), zostával pracovať v rodinnej obchodnej firme – Bratia Makovickí – spolu so svojím spoločníkom, starším bratom Petrom Makovickým. Podnikavého brata Petra podporoval aj pri zakladaní Ružomberského účastinárskeho úverového spolku, od šesťdesiatych rokov sa aktívne zapájal do slovenského národného života a angažoval sa aj v cirkevnej oblasti.

Keď Bohdana ako šestnásťročná stratila aj otca, jej poručníkom (ako aj neplnoletým súrodencom z oboch manželstiev) sa stal Danielov najstarší brat, učiteľ a farár, Ján Drahotín Makovický. Po jeho smrti roku 1884 sa tejto roly ujal Jozef (Josef) Houdek, manžel Ruženy Makovickej, ktorý spolu so ženou, s tromi vlastnými deťmi a aj manželkinými súrodencami zostali bývať v ruttkayovskej kúrii. Rodina Houdekovcov sa v ďalších rokoch rozrástla ešte o šesť vlastných prírastkov. Bohdana bola súčasťou tejto veľkej rodiny, čo pociťovala nielen v čase, keď si vyberala budúceho ženícha, ale aj po vydaji, keď aj s dcérou či s manželom navštevovala domácnosť sestry „Ruže“.

Na počiatočnú emancipačnú vlnu, ktorá aj v slovenských rodinách, zvlášť v stredných meštianskych vrstvách, pomaly menila zabehané fungovanie rodiny a rozdelenie mužských a ženských úloh, nabiehali pozvoľna aj dievčatá v rodine Makovických – aspoň čo sa týka ich vzdelávania. Umožnila to v tom čase aj uhorská školská legislatíva, ktorá od konca šesťdesiatych rokov rozširovala počty a druhy štátnych škôl aj pre dievčatá (súkromné vzdelávacie ústavy, neskôr aj dievčenské meštianky). Keďže však zriaďovateľom týchto škôl bol štát, ktorého vládne vrstvy využívali školstvo na napĺňanie maďarskej štátnej idey, aj dievčatá zo slovenských národoveckých rodín mohli byť ľahko vystavené praxi odnárodňovania. S maďarizačnými praktikami sa mohla stretávať aj Bohdana, a to v čase, keď navštevovala katolícku školu v Ružomberku. Svoju Bohdanku, ako ju otec oslovoval, poslal tak radšej do Liptovského Svätého Mikuláša k učiteľovi Rehorovi Uramovi Podtatranskému. Súkromne ju vzdelával aj strýc Ján Drahotín Makovický. Jej poslednou zastávkou bol súkromný

←

Ružena (vpravo) a Bohdana (uprostred) Makovické so súrodencami Amáliou a Jánom Branislavom. Zdroj – (ne)obyčajné príbehy žien

dievčenský vzdelávací ústav v Spišských Vlachoch, kde si osvojila nemčinu. Širšie možnosti v oblasti dievčenského vzdelávania, zvyšovania kvalifikácie žien a vôbec vzdelávania sa v slovenskej reči na domácej pôde priniesli až poprevratové roky, mohla ich využiť až Bohdanina mladšia dcéra Ľudmila.

Štedrosť na národnom poli

Domácnosť Ruženy Anny Houdekovej bola miestom, kde sa pravidelne schádzali slovenskí národovci. Nebolo to nič neobvyklé, podobne to fungovalo aj v iných podobných národoveckých rodinách. V takejto domácnosti prirodzene nemohli chýbať slovenské časopisy a knihy. Tie sa pravidelne predplácali a aj „hlavná hrdinka" je vedená ako predplatiteľka viacerých časopisov, napríklad periodika Dom a škola, ktoré práve v Ružomberku vydával Karol Salva.

Avšak okrem časopisov si pani Houdeková predplácala – dnes možno povedať – slovenskú klasiku. Keď v roku 1879 vydával Svetozár Hurban Vajanský svoj literárny debut, lyrickú zbierku Tatry a more, Ružena Anna patrila medzi jej 833 predplatiteľov, jedenásti z nich boli z Ružomberka. Záujem o Vajanského dielo predčilo aj očakávania Kníhtlačiarsko-účastinárskeho spolku, ktorý všetko podriadil tomu, aby uspokojil nedočkavých predplatiteľov básnickej zbierky. Jeho dielom však knižnica u Houdekovcov nekončila, našli by sme v nej viacero dobových kníh a časopisov slovenskej, českej, ruskej, nemeckej, ale aj maďarskej proveniencie.

Čo je zaujímavé, okrem slovenských kníh, bola domácnosť Houdekovcov ozdobená aj portrétmi slovenských národovcov, ako o tom zanechal svedectvo Anton Štefánek: „Na mě aspoň dojemně působila zástěna u kamen, na níž jsou připevněny prosté obrázky Jana Kollára, Šafářika, Hviezdoslava, Vajanského [...] I socha Hlinkova, modelovaná Fr. Uprkou zdobila kdysi její salon..."

Vráťme sa ešte ku knihám v rodinnom sídle. Bohatá knižnica, plná slovenských kníh, bola na jednej strane symbolom sociálneho statusu, na strane druhej ju možno pokladať aj za symbol národnej podpory. Pretože tí, ktorí neboli literárne činní, kupovali slovenské knihy. Pre slovenské národné hnutie bolo príznačné sústredenie sa na literárnu produkciu a vydávanie časopisov a mať plnú knižnicu slovenských kníh znamenalo podporovať národné hnutie. Netreba zabúdať, že rodina Ruženy Anny Houdekovej, finančne dobre zabezpečená, mala dostatok času na čítanie novín, časopisov i dobovej literatúry.

Rodinná fotografia Houdekovcov, Makovickovcov a Burianovcov na ľade v roku 1912 pred administratívnou budovou papierne.
Zdroj – (ne)obyčajné príbehy žien

Foto: Jaroslav Moravčík

Najviac vyťažení boli pracovníci v prvej línii.
Foto: Jaroslav Moravčík

Mesto sa pred koronavírusom bránilo aj dezinfikovaním verejných priestranstiev.
Foto: Jaroslav Moravčík

V rizikovej skupine neboli len starší, ale aj ľudia bez domova.
Foto: Jaroslav Moravčík

Na ihriskách utíchol detský džavot.
Foto: Jaroslav Moravčík

Zážitky zo španielskej basketbalovej ligy odniesla najskôr do karantény

Ružomberčanka Mária Felixová hrala v čase vypuknutia pandémie v španielskom basketbalovom tíme Zamora. Sezónu však musela predčasne ukončiť. Namiesto rodiny ju čakala karanténa na Smrekovici.

Text: Anna Zábojníková Foto: autorka

Kým v druhej polovici marca už na Slovensku platili prísne bezpečnostné opatrenia vrátane zatvorenia letísk či škôl, situácia v juhozápadnej Európe bola iná. Španielsky basketbalový klub Zamora trénoval na posledné zápasy v sezóne. Nasledujúcu hru pod košom mali basketbalistky odohrať na Tenerife, najväčšom ostrove Kanárskych ostrovov.

Zrušená liga a zdĺhavý návrat domov

„Po rannom tréningu nám povedali, že síce pôjdeme, ale zápasy budú bez divákov. Po večernom tréningu nám už kapitánka oznámila, že najbližšie dva zápasy preložili," hovorí o prvotnom znepokojení Ružomberčanka Mária Felixová.

Slovenskú, poľskú aj českú basketbalovú ligu ukončili, zatiaľ čo v Taliansku, Francúzsku a Španielsku len odložili zápasy. Štáty postupne zatvárali hranice, „cezpoľné" hráčky sa pripravovali na odchod.

„Odleteli nám spoluhráčky z Ameriky, Kanaďanka a aj Španielky išli domov. Zostala som ja, Holanďanka a Dánka. Let som mala naplánovaný až na 6. apríla, musela som si nájsť skorší. Lenže ako?" začína nás uvádzať do dilemy sympatická blondínka.

Viedeň už neprijímala Španielov a Maďari uprednostňovali krajanov. V tom čase zaznamenalo Španielsko množstvo pozitívnych prípadov, okolité krajiny preto neprijímali žiadne lety. Ružomberčanka sa dozvedela, že Slovensko začína s repatriačnými letmi. Napísala na ambasádu, konzulát a zaregistrovala sa aj na ministerstve zahraničných vecí. „Nemohla som robiť nič, len čakať. Medzitým som riešila batožinu, pretože som mala so sebou tri kufre. Odpísali, že z Madride nás na Slovensko vezmú tri autobusy, no musíme si vytlačiť certifikát, oficiálne povolenie, ktoré ukážeme policajtom," hovorí o prvej pozitívnej správe čoskoro takmer 30-ročná Mária Felixová.

Obávala sa, že vlaky budú preplnené natoľko, že vôbec nepôjdu. Napokon si kúpila lístok. Cesta zo Zamory do Madridu trvala hodinu a pol. Do odchodu autobusu však ostávala ešte hodina.

„Musela som sa niekde zašiť, pretože v krajine platil zákaz vychádzania. Nemohla som ísť len tak na ulicu, zvyšný čas som sa teda prechádzala po stanici plnej policajtov. K autobusom ma napokon odviezol taxík," približuje čakanie rodáčka z Ružomberka. Na repatriantov čakali tri autobusy, pretože kvôli španielskym opatreniam mohla byť plná len tretina autobusu. Situácia sa zmenila vo Francúzsku, kde všetkých 65 ľudí umiestnili do jedného autobusu.

V karanténe na Smrekovici

„Povedali nám, že cesta bude trvať 40 hodín. Nikto, vrátane šoférov, nevedel, do akého karanténneho zariadenia ideme. Všetci sme si mysleli, že to bude Gabčíkovo. Keď sme však prechádzali cez Donovaly, asi jediná z celého autobusu som tušila, že naša cesta bude smerovať na Smrekovicu, pretože som túto trasu odmalička poznala," vysvetľuje basketbalistka.

Repatriantom povedali, že v pondelok v noci by už mali byť na Slovensku. Aj napriek prázdnym cestám sa na Podsuchej ocitli až nasledujúce ráno. Autobus zastavil pri Bodege v spoločnosti troch policajných áut.

„Bolo pri nás asi 20 vojakov, desať policajtov a desať hasičov. Povedali nám, že musíme pol hodinu počkať, kým prídu vojenské tatrovky a odvezú nás na Smrekovicu," opisuje nezvyčajný zážitok po návrate zo Španielska Mária Felixová.

Tatrovky prišli, no vojaci nemali dobré reťaze. „Päť hodín sme sa z autobusu pozerali, ako všetci pobehujú hore dole s reťazami a nevedia ich nasadiť na kolesá. Napokon musela prísť ďalšia tatrovka z Martina. Doniesli reťaze a nasadili ich v priebehu desiatich minút na všetky autá. Bolo to naozaj smiešne, keby prišla televízia, tak majú dobrú reportáž," spomína si na dnes už úsmevné momenty Ružomberčanka.

Po hodinách čakania sa napokon dostali na Smrekovicu. Mária bola na izbe s ďalšími tromi dievčatami. Stravovali sa trikrát denne, na piaty deň od príchodu mali prísť testy.

„Nemali sme balkón a nemohli sme ani vyjsť na chodbu. Stravu nám nosili tak, že zaklopali, my sme museli počkať 30 sekúnd a z prahu dverí si vziať jedlo v plastových nádobách. Testovanie bolo nepríjemné. Z hrdla sa to ešte dalo vydržať, ale keď nám strkali paličku do nosa, myslela som si, že ju mám niekde v mozgu," hovorí o testovaní na koronavírus basketbalistka.

Po dvoch dňoch prišiel mail s negatívnym výsledkom pre celú izbu. Dievčatá mohli ísť domov.

„Bola to obrovská radosť. Vyhrala som Majstrovstvá sveta, no toto bola omnoho väčšia eufória," porovnáva športovkyňa a dodáva, že neskôr sa dozvedela, že z celého autobusu boli napokon šiesti spolucestujúci pozitívni.

Basketbalistka má za sebou niekoľko cenných úspechov Foto: redakcia

Basketbalové začiatky
Talentovaná basketbalistka prezrádza, že sa k športu dostala náhodou. Keď mala desať rokov, spolu s rodičmi sa presťahovala z Políka na Plavisko. Zmena bývania však vyžadovala aj prestup do inej školy. „Akurát som šla do piatej triedy, rodičia sa boli pozrieť, aké triedy otvárajú.
V zozname uvideli, že na Základnej škole Zarevúca otvárajú aj športovú triedu a budú robiť nábor," hovorí o prvom športovom impulze Mária Felixová.

Na prijímacích skúškach skončila na poslednom postupovom mieste. „Vtedy vedľa mňa sedela Veronika Černáková, ktorá sa neskôr tiež stala basketbalistkou, tak som sa jej spýtala, čo budeme vlastne robiť my. Ona mi vtedy povedala, neboj sa, my budeme hrať basketbal," spomína si na úsmevné chvíle po úspešných prijímacích skúškach Mária Felixová.

Dievčatá začali hrať za školu a počas nasledujúcich rokov boli niekoľkokrát majsterkami Slovenska. Mladé basketbalistky zároveň hrávali aj za Basketbalový klub MBK Ružomberok. „Najviac ma motivovali rodičia. Raz som mala v extralige väčšiu krízu za trénera Kurillu. Už som mala v ruke dresy, že mu idem povedať, nech sa páči, odchádzam. Keď som však stála pred jeho dverami, povedala som si, že to ešte dobojujem za rodičov," hovorí o zlomových momentoch Mária Felixová.
V tom istom roku, keď si Mária potykala s hrou pod košom, odišla z ružomberského klubu na hosťovanie do Banskej Bystrice. Po pol sezóne sa ešte vrátila do Ružomberka, no ďalšie štyri roky už hrávala za Piešťany. „Vtedy začínali Piešťanské Čajky, takže som bola pri ich založení. Po Piešťanoch som si povedala, že už mám dosť slovenskej extraligy, prestúpila som do Prahy, kde som hrávala za BLK Slávia Praha," vymenúva klubové prestupy sympatická blondínka.

S Ružomberkom vyhrala v slovenskej extralige tri striebra a jeden bronz. S piešťanským novým tímom skončila prvú sezónu na piatom mieste. Ďalší rok sa Piešťany umiestnili na tretej priečke a nasledujúce dva roky na druhej. „Nemám slovenské zlato, to mi ešte chýba do zbierky," komentuje s úsmevom Mária Felixová.

V Čechách si neskôr mladú Ružomberčanku všimli agenti z Nemecka, ktorí jej vybavili zmluvu vo Švédsku. „To, že budem bývať sto kilometrov od polárneho kruhu, som si všimla, až keď som podpisovala zmluvu. Bola to extrémna sezóna, kde bolo počas celého obdobia mínus 20 až mínus 30 stupňov. Zároveň som vo švédskom meste Lulea zažila najprofesionálnejší klub," spomína si na svoje basketbalové pôsobenie v severskej krajine Mária Felixová.

Posledným zahraničným klubom bola španielska Zamora. Sezónu však predčasne ukončila pandémia koronavírusu a Ružomberčanka sa musela vrátiť domov. Priznáva, že sezóna v Španielsku mohla byť posledná. Na basketbal však nechce zanevrieť aj preto uvažuje nad trénovaním mladých športovcov.

Aktuálny harmonogram postupu prác na protónovom centre

Ružomberčania sa prirodzene zaujímajú a pýtajú si informácie čo je s protónovým terapeutickým centrom v Ružomberku, o ktorom za dlhé roky počuli veľa rozporuplných informácií.

Vystriedalo sa viacero premiérov, vlád a ešte viacej ministrov, ktorí toto centrum navštívili, sľubovali mu podporu – čo nedodržali. Najhoršia situácia vznikla, keď sa tento moderný synchrotrón rozobral na súčiastky, uložil do krabíc a z budovy sa zriadil colný sklad a prístroj sa mal znovu odviezť mimo hranice Európskej Únie. Preto všetkých potešil vývoj v minulom roku, keď posledná ministerka školstva podporila pokračovanie tohto projektu a dokúpili sa potrebné komponenty cca za 100 000€. Koncom roku 2019 14 pracovníkov firmy ZAOproton previedlo rozsiahle práce na dokončení urýchľovača a uviedli zariadenie do stavu, keď môže produkovať modulovateľný protónový zväzok.

Treba brať do úvahy, že naši občania dnes už vedia, že sa jedná o modernú účinnú rádioterapeutickú metódu, ktorá má veľkú budúcnosť pri liečbe zhubných nádorov. Je im známe, že slovenskí pacienti musia na toto finančne náročné liečenie zatiaľ chodiť do zahraničia. Preto môžem skonštatovať, že terajšie napredovanie je zbrzdené iba koronakrízou. Ináč by sme mali už za sebou etapu s certifikáciou tohto pracoviska na vedu a výskum. Teraz musíme čakať, kedy ruská strana v priebehu troch až štyroch týždňov znovu nastúpi s tým, že sa skončí fyzikálna certifikácia a zariadenie bude môcť byť v prevádzke na vedecké a výskumné účely. Koronakrízové zbrzdenie by sa tak mohlo skončiť v priebehu dvoch mesiacov. Nič nebráni, aby biologická certifikácia zariadenia prebiehala v priebehu 8 mesiacov, kde sa predpokladajú náklady približne 800 000€ hlavne na dokúpenie dozimetrického vybavenia a špeciálneho fantómu. Klinické skúšky, ktoré budú nasledovať zaberú 18 mesiacov a mali by skončiť povolením na prevádzku na liečenie pacientov. Tieto náklady si budú vyžadovať ďalších 1.5 milióna €. Finančná náročnosť ružomberského projektu je pre SR veľmi výhodná, lebo je viac ako desaťnásobne lacnejšia, ako kupovať takéto hotové zariadenie od konkurenčných firiem. Treba zdôrazniť, že riešenie protónovej terapie modulovateľným zväzkom na princípe pohybu pacienta proti protónovému lúču je modernejšie, účinnejšie, racionálnejšie na prevádzku i obsluhu a dnes o ňom pochybovať je bezpredmetné, keďže sa takýto postup ujíma aj v USA, Izraeli a v ďalších štátoch.

MUDr. Igor Čombor, PhD.
Riaditeľ

Tam, kde vymknete starosti a zavďačíte sa telu aj psychike

Sme v priestrannej miestnosti budovy v centre mesta, s výsostným výhľadom na Hotel Kultúra. Pozornosť však nebudeme venovať scenérii spoza obloka, ale sebe.

Lektorka jógovej terapie Anina Štalmachová vo svojich priestoroch

Všetko, čo sme cez deň prežili aj čo nás ešte čaká, máme nechať za dverami. „Vymkneme“ starosti a hodinu a pol strávime sami so sebou, na svojej jogovej podložke s lektorkou Aninou Štalmachovou.

„Ľudia poväčšine žijú v zhone, zvyknutí na rôzne hodnotenia a posudzovanie. Sme tlačení na podanie výkonu. Joga je presným opakom,“ načrtáva certifikovaná inštruktorka jógovej terapie, čo môžeme očakávať počas jej pravidelných utorkových a štvrtkových kurzov.

Klienti si predovšetkým vydýchnu. Zistia, že na tomto mieste nič nemusia. V preklade: nikto od nich neočakáva výkon. Ak pri cvikoch nebudú vládať, je to v poriadku, nesilia ich. Tiež sa nemusia zamestnávať porovnávaniami, či si počíňajú lepšie než ich spolucvičiaci.

„Nik sa nepozerá po tých druhých. Ani na to nemá čas. Má dosť čo robiť sám so sebou,“ úsmevne poznamenáva Anina. Tá sa pred modernými smermi jogy, po ktorých môžeme žmýkať úbory od potu, prikláňa skôr k tradičnému štýlu, akou je napr. hathajoga, tradičná joga a jogová terapia. Neznamená to však, že sa nezapotia. Svojich „zverencov“ učí sebapozorovaniu i správnemu dýchaniu. Mnohí sa učia a dovoľujú si uvoľniť sa. „Grom jogy je naučiť sa správne dýchať a praktikovať pozície – ásany – v súlade so svojím dychom,“ vysvetľuje lektorka, ktorá stojí za kurzami Yoga Anina.

Dychovými cvičeniami aj začína lekciu. Skrz ne a hovorené slovo sa klienti stíšia, pohrúžia sa sami do seba. Dychových techník je pritom mnoho a ich osvojenie vieme zúročiť v bežnom živote. Aj na takej túre. Kondička je stále potrebná, no výstup si vieme zjednodušiť a až tak sa pri ňom nezadýchať. Odpoveďou je napr. dýchanie do brucha. Pôsobí utišujúco a vedome sa ním tiež vieme upokojiť vo chvíľach, keď nami lomcuje stres.

Po úvode postupne prichádza na rad zohrievanie a následne konkrétne jogové ,“cvičenia „– tzv. ásany. Každá pôsobí na určitú oblasť či orgán. Ocenia ich aj tí, ktorých sedavé zamestnanie a čas strávený za počítačom predurčuje na boľavé kríže, krčnú chrbticu či stuhnuté trapézy.

Inštruktorka každú pozíciu vysvetľuje, koho treba, citlivo usmerní. Záujemcovia o lekcie, ktorí s jogou nemali skúsenosť, sa spočiatku obávali, že nie sú dostatočne ohybní. „Každá pozícia sa dá prispôsobiť konkretnému jednotlivcovi. Podľa jeho schopností a možností,“ ubezpečuje Anina, ktorej kurzy sú vhodné aj pre úplných začiatočníkov.

Navyše, na hodinách nejde len o fyzickú aktivitu či dosahovanie priam gymnastických polôh. Cvičenie je len jedna malá časť z celku.
„V balíku“ je tiež meditácia, koncentrácia či už spomínané dýchanie, tzv. pránajáma. Na ňom lektorka ilustruje hlbší rozmer cvičení. „Môžeme uvažovať, kto alebo čo mi bráni plne sa nadýchnuť? Práca, nejaká životná situácia?“

Filozofiou kurzu je, aby bolo zdravé telo aj myseľ. „Ak sa venujeme výlučne fyzickému telu, môže chradnúť duševná stránka a naopak,“ hovorí Anina o potrebnej rovnováhe. Tú sa usiluje vniesť aj do života klientov. „Snažíme sa, aby každý našiel svoj „stred“, nekontrolovateľne nekmital ručičkou zľava-doprava a príliš sa nevychyľoval. U nás sa ľudia spomalia, zharmonizujú. Ak aj príde ťažká situácia, vychýlenie nie je až také výrazné.

„Ľudia poväčšine žijú v zhone, zvyknutí na rôzne hodnotenia a posudzovanie. Sme tlačení na podanie výkonu. Joga je presným opakom,“

Joga je jedným z nástrojov, skrz ktorý môžeme dosiahnuť balans,“ približuje Anina. V závere hodiny prichádza jedna z najobľúbenejších a zároveň veľmi dôležitých častí – záverečná relaxácia. „Pôsobí na hlbšej úrovni, odchádza prebytočné napätie z tela a ukladá sa v ňom to nové nadobudnuté,“ približuje inštruktorka, ktorá pandémiou pozastavené kurzy opäť obnovuje začiatkom júla.

Záujemcovia sa dozvedia viac na čísle 0904 550 833 a emailovej adrese yoga.anina@gmail.com.

Milí Ružomberčania,

Bolo málo období, ktoré by v mojom živote prinášali tak rôznorodé zmeny.

Všetci sme museli čeliť niečomu, čo sa naposledy stalo vari pred 100 rokmi. Boli sme ohrození vírusom, neviditeľným nepriateľom, ktorý je práve o to horší, o čo menej je hmatateľný. Nevedeli sme, či naše opatrenia budú dostatočné a naša obrana efektívna. Či naši blízki budú v poriadku. Ale videli sme, že táto kríza prebudila v ľuďoch nielen disciplínu, ale aj solidaritu. Ukázali sme, že vieme zmobilizovať kapacity a to množstvo ľudí, ktorí nezištne pomáhali napríklad dôchodcom pri nákupoch bolo dojímavé. Dnes veríme, že naša obrana efektívna bola a život sa vracia do normálu. Pomaly. Ešte dlho bude naša krajina, my všetci, čeliť ekonomickým následkom. Pokles výkonu našej ekonomiky bude väčší a dlhší, než sme sa obávali. Ale je tam predsa len rozdiel. Už je to na nás. Na našich nápadoch, na našej práci.

Moja srdcovka, Ružomberský magazín, mení redakciu. Odchádza Peter Kravčák a Imrich Gazda. Urobili kus dobrej roboty. Naše noviny ukázali, že vzťah majiteľa novín a redakcie môže byť aj férový. Ukázali, že síce v malom meste, v malých novinách, dokážeme vyznávať veľké pravidlá.

Spoločne s redakciou sme dokázali udržať nezávislosť redakcie napriek tomu, že som kandidoval na primátora. Mnohí mi vraveli, že načo mám noviny, keď viac píšu o iných kandidátoch ako o mne. Bolo to súčasťou mojej ponuky pre Ružomberok. Ukázať, že aj politika sa dá robiť slušne. Že dodržiavam pravidlá tam, kde som jediným vlastníkom, a tak budem dodržiavať pravidlá aj tam, kde je vlastníkov 28 tisíc – na mestskom úrade. Mnohokrát ma Imrich a Peter museli učiť, čo to je novinárčina a ako vybalansovať medzi vydavateľom a nezávislou redakciou. Strážili svoju nezávislosť celý čas. A ja im za to a za celé noviny ďakujem.

Pri tejto zmene sme sa rozhodli dokončiť s redakciou redizajn novín. Zmení sa vzhľad. Ale čo ostane nezmenené, je obsah. Stále budeme písať o Ružomberku, o našich problémoch. Nech dravá ambicióznosť redakcie naplní náš pôvodný zámer – písať o tom, o čom ostatní mlčia. Snáď vďaka tomu aspoň trošíčku viac Ružomberok rozkvitne.

Za toto úsilie novovymenovanej šéfredaktorke Aničke Zábojníkovej ako aj celej redakcii vopred ďakujem.

Robo Kolár

Inštitút RK je občianske združenie, ktorého cieľom je rozvoj mesta Ružomberok a liptovského regiónu. Hlavným cieľom je pomoc rozvoju mesta Ružomberok a vykonávať činnosti zamerané na vytvorenie koncepcie a vízie rozvoja mesta a regiónu, čomu sú podriadené aj ďalšie ciele združenia.

FULL LOVE DNI 2020

Inštitút RK je iniciátorom a spoluorganizátorom viacdňového mestského festivalu – Fullove dni, ktorého poslaním je pripomínať Fullov príbeh, zviditeľňovať to najlepšie z domácej scény, meniť tvár mesta a skvalitňovať život v ňom tak, aby sa Ružomberok zapísal na kultúrno-spoločenskú mapu Slovenska i Európy. Minuloročný nultý ročník sa uskutočnil 18.-20.9. 2019 v Ružomberku a tešiť sa môžete aj tento rok!

Prípravy na Fullove dni 2020 v prostredí Galérie Ľudovíta Fullu v Ružomberku

Inštitút RK je občianske združenie, ktorého cieľom je rozvoj mesta Ružomberok a liptovského regiónu. Účasť Ružomberského magazínu na vianočných trhoch bola realizovaná s podporou Inštitútu RK. Výťažok z príspevkov za nástenný kalendár na rok 2020 pomohol trom konkrétnym rodinám, ktoré to najviac potrebovali. Ďakujeme Vám.