

HORIZONT



KULTÚRNO - SPOLOČENSKÝ MESAČNÍK OBCE RUDŇANY

ROČNÍK XXXI.

ČÍSLO 8

OKTÓBER 2024

NEPREDAJNÉ

Keď sú srdcia blízko...

Novembrový čas už tradične patrí v našich srdciach spomienke na zosnulých. Všimli ste si ľudí, ktorí prichádzajú na cintorín? Väčšinou ich vidíme, ako zapalujú sviece a s jemnocitom ich kladú na hrob svojej milovanej osoby. Len nepatrný pohyb pier naznačuje modlitbu, ktorá sa v padajúcom lístí, stáby na krídlach anjelov, prediera za horizont tohto sveta. Všade vládne ticho, v diaľke počuť praskanie horiacich sviec, vietor v korunách stromov a tmu prežarujú malé jasné plamienky sviečok. Len modlitba, ticho a pokoj. Akoby sa na chvíľu zastavil čas. **Vracajú sa spomienky, nanovo sa rozhorí plamienok lásky, ktorá nás s našimi blízkymi tu na zemi spájala.**

V akom veľkom kontraste je toto ticho a pokoj s naším každodenným životom. Túžime po pokoji a nachádzame nepokoj, žízňime po láske, ale nenávisť je vtieravejšia, hľadáme ticho v kriku tohto sveta. Kde robíme chybu? Prečo tak často v našich dňoch absentuje pokoj, ticho a láska?

Odpoveď môžeme nájsť v príbehu Bruna Ferrera. Jedného dňa položil učiteľ svojim žiakom otázku: „Prečo ľudia kričia, keď sú nahnevaní?“ „Kričia preto, lebo sa nechajú obrať o pokoj,“ odvetil jeden z nich. „Prečo však kričia, aj keď s nimi súhlasíme?“ opýtal sa učiteľ znovu. „Nuž, kričia preto, aby sme ich počuli,“ znela odpoveď druhého žiaka. A majster sa pýtal ďalej: „Takže sa nedá hovoriť potichu?“ Nasledovalo množstvo ďalších rozmanitých odpovedí, ale žiadna z nich učiteľa nepresvedčila. Vtedy zvolal: „Viete, prečo kričíme na ľudí, keď sme nahnevaní? Je to preto, lebo keď sa dvaja ľudia na seba hnevajú, ich srdcia sa od seba príliš vzdialia. Ak sa chcú navzájom počuť, musia na seba kričať. Čím sú nahnevanejší, tým silnejšie musia kričať, aby sa počuli. Čo sa však stane, keď sa dvaja ľudia do seba zalúbia? Nekričia, hovoria veľmi potichu. Vzdialenosť medzi nimi je veľmi malá. Niekedy sú ich srdcia tak blízko, že ani nehovoria, iba šepkajú. A keď je láska najintenzívnejšia, nemusia ani šepkať, stačí, keď na seba pozerajú. Ich srdcia sa vedia dorozumieť. To sa deje medzi dvomi ľuďmi, ktorí sa ľúbia.“ Na záver učiteľ povedal: „Keď sa s niekým rozprávate, nedopusťte, aby sa vaše srdcia od seba vzdialili. Nehovorte slová, ktoré by ich mohli ešte viac oddialiť, pretože potom príde deň, keď bude vzdialenosť taká veľká, že už nenájdete cestu späť.“ (Bruno Ferrero).

Prečo teda tak často naším dňom absentuje pokoj, ticho a láska? Preto, lebo sa naše srdcia od seba vzdialili. Na cintoríne počuť ticho, lebo naše srdce je veľmi blízko milovaným, na ktorých spomíname. Všade, kde sú srdcia ľudí blízko, je počuť ticho, pokoj a lásku...

ThLic. Florián Volf, PhD., Farský administrátor farnosti Rudňany

POLICAJNÉ OKIENKO

- Obecná polícia počas služby zistila 10 porušení VZN č. 2/2023 o podmienkach predaja tovaru na verejných priestranstvách v obci. Za uvedené porušenia bolo obecnou políciou uložených 10 blokových pokút.

- ObP doručila 5 zásielok okresného súdu.

- Počas služby vykonala hliadka ObP 3 x asistenciu pri ochrane majetku a osôb počas hasenia požiarov v časti Rudňany 376 - Jama. Počas asistencie hliadka v jednom prípade zaznamenala útok kameňom na príslušníka DHZ Rudňany, pri ktorom došlo k zraneniu hlavy, kde bol následne hliadkou ObP prevezený člen DHZ na ošetrenie na urgentný príjem NsP v Spišskej Novej Vsi.

- Hliadky ObP v súčinnosti OSK OR PZ SNV (oddelenie služobnej kynológie) vykonávali v dňoch 18.9.2024 a 19.9.2024 kontrolu dodržiavania verejného poriadku počas vyplácania sociálnych dávok v okolí pošty, ako aj obecného úradu. Narušenie verejného poriadku väčšieho rozsahu nebolo zistené.

- Dňa 24.9.2024 v čase o 17.00 hod. oznámil hliadke ObP p. R. H., že dňa 23.9.2024 v čase o 16.50 hod zabudol svoj mobilný telefón na sedadle v autobuse, na ktorom prišiel do obce Rudňany zo SNV. Následne zistil od šoféra autobusu, že daný mobilný telefón mali vziať maloleté deti, ktoré boli s K. H. v autobuse. Hliadka ObP preverila oznámenie, vypočula K. H., ktorá uviedla, že mobilný telefón našiel jej vnuk, mal. O. H., ktorý jej ho následne dal. Nájdenny mobilný telefón predala za 25 € inej osobe z obce. Hliadka vec preverila a zistila, že mobilný telefón sa nachádzal u tejto osoby, ktorá po poučení hliadkou ObP dobrovoľne vydala uvedený mobilný telefón, ktorý bol odovzdaný majiteľovi a ten ho za prítomnosti hliadky spoznal a odblokoval.

Mgr. S. Kalafut, Náčelník ObP Rudňany

INFORMÁTOR OcÚ

ZARIADENIE PRE SENIOROV PRIPRAVUJE SVOJE OTVORENIE



Dobrá správa pre obyvateľov našej obce!

Zariadenie pre seniorov, ktoré vzniklo rekonštrukciou bývalej školy, sa pripravuje na svoje **otvorenie už v januári 2025**. Krásne, vkusne upravené vnútorné priestory vybavené moderným zariadením a s tímom vyškoleného odborného a obslužného personálu bude poskytovať svoje služby tým, ktorí potrebujú sociálnu pomoc, pretože už sami nevládajú starostlivosť o seba. Zariadenie bude však určite veľkou pomocou aj pre mnohé naše rodiny. Najmä pre tie, ktoré už nedokážu skĺbiť starostlivosť o svojich blízkych s prácou. Vďaka nášmu zariadeniu budú môcť mať svojich rodičov stále vo svojej obci, nestrachovať sa o nich, lebo budú v bezpečí a bude o nich vždy zodpovedne postarané.

Seniori okrem opatrovateľskej a ošetrovateľskej starostlivosti, plnohodnotnej stravy a príjemného ubytovania budú mať možnosti spoločných aktivít na rozvoj sociálnych zručností a úkonov sebaobsluhy. Blízkosť a spolupatričnosť iných ľudí v zariadení je ďalšou pozitívnou stránkou, ktorá pomôže prekonať smútok zo samoty jednotlivca.

V našom zariadení si nájde kúsok vlastného domova, bezpečie a istotu celkovo 40 osôb, z toho v januári bude prijatých prvých 20 klientov. Už dnes evidujeme žiadosti o umiestnenie do nášho zariadenia, podmienkou prijatia však je, aby žiadateľ bol dôchodcom a mal rozhodnutie obce o sociálnej odkázanosti so stupňom IV – VI.

Bližšie informácie Vám radi poskytneme na t. č. **0911 077 605**.

*PhDr. Bohuslav Vaľko,
riaditeľ zariadenia*



Z NAŠICH ŠKÔL

MATERSKÁ ŠKOLA 5RP II

September v MŠ 5RP II

„Vitaj v škôlke malý drobček, spoznaj náš čarovný domček. Tu sa deti cez deň hrajú, učia, cvičia, počítajú. Keď sa zjavia slzičky, spievame si pesničky.“

V školskom roku 2024/ 2025 bude našu školu navštevovať v dvojzmennej prevádzke 58 detí a 1 dieťa so zdravotným znevýhodnením individuálnou formou. Z kapacitných dôvodov sme 24 žiadostiam o prijatie dieťaťa do MŠ nevyhoveli. Výchovno-vzdelávaciu činnosť



zabezpečuje 6 učiteliek, 2 pedagogické asistentky. Špeciálnopedagogickú podporu poskytuje sociálny pedagóg a pomocným článkom medzi rodinami a školou je rodičovský asistent.

September sme deťom spríjemnili **divadlom Babadlo** s predstavením Danko a Janka a premietaním **Astroshow** o prírode a ročných obdobiach. S pracovníčkami Zdravých regiónov sme si spolu pripomenuli **Svetový deň prvej pomoci**. Deťom poskytli rady a návody ako reagovať v situáciách ohrozujúcich život a zdravie človeka, ako ošetriť ranu, či privolať pomoc. Ako každý rok, aj teraz, sme sa zapojili do **Svetového týždňa športu „BE ACTIVE“**. Deti chceme celoročne nabádať k pohybu a zdravému životnému štýlu. Nezaбудli sme ani na **Svetový deň mlieka v školách**, kedy sme sa snažili upevňovať v deťoch kladný postoj k mlieku a k mliečnym výrobkom. Deti vystrihovaním, vyfarbovaním a naliepaním tvorili plagáty s mliečnymi potravinami, vytvárali papierové kravy, riešili zábavné úlohy a zisťovali, ako sa mlieko získava pri „dojení“ tým, že stláčali prsty rukavice s mliekom a sledovali, ako mlieko vytekalo do hrnčeka. Prajem deťom a zamestnancom škôl aby celý školský rok prežili aktívnymi, zaujímavými, edukačnými aktivitami, ktoré ich obohatia o vedomosti, zručnosti a príjemné zážitky.

Mgr. Valéria Hozzová

MATERSKÁ ŠKOLA 554

September - Vitajte v materskej škole

V školskom roku 2024/2025 naša materská škola otvorila svoju bránu pre 90 detí. V našej materskej škole pribudla nová trieda – ružová, ktorá rozšírila kapacitu našej materskej školy o 9 detí a jednu novú pani učiteľku. Zároveň by sme sa chceli poďakovať aj vedeniu obce Rudňany, za pomoc pri zariaďovaní novej triedy a

rozšírenie kapacity našej materskej školy, vďaka ktorej budú mať možnosť chodiť do škôlky aj tie deti, pre ktoré nie je predprimárne vzdelávanie povinné. Ako sa hovorí, vzdelanie je cesta k lepšiemu životu. Veríme, že poskytnutie možnosti chodiť do materskej školy môže pozitívne ovplyvniť budúcnosť detí z MRK komunity. Pribudlo aj nové vybavenie a kopec nových didaktických hračiek, z ktorých mali deti nesmiernu radosť. V septembri sme sa zamerali hlavne na adaptáciu detí na nové prostredie a

ďalším naším cieľom bolo motivovať rodičov k vzájomnej spolupráci. Realizovali sme rôzne aktivity zamerané na prosociálnosť a snažili sme sa budovať dôveru s deťmi, aj rodičmi. Vytvárali a následne sme upevňovali hygienické a stravovacie návyky, ktoré si deti osvojili počas prvého mesiaca v škole. Zoznámili sme sa s cestou do školy, s dôrazom na dôležitosť dodržiavania pravidiel cestnej premávky počas cesty do školy, kde sme do aktivít zapájali aj rodičov. Bodkou za prvým mesiacom



v materskej škole bolo predstavenie Divadla na predmestí s názvom Čert a Káča, v ktorom prevládali hlavne humorné scény zasadené do života detí. Divadelné predstavenie malo veľký úspech a motivovalo deti k slušnému správaniu sa v materskej škole. Takýto bol náš september a zo zatajeným dychom čakáme na dobrodružstvá, ktoré nás čakajú v októbri.

Bc. Lenka Gulašiová

ZÁKLADNÁ ŠKOLA

September skrátil slnečné dni, doprial prírode i ľuďom oddych od vysokých teplôt a stromom začal farbiť listy dozlata. Aj naša škola sa pomaly dostáva do jesenných koľají každodenných starostí a radostí so všetkými svojimi žiakmi, učiteľmi, asistentami či nepedagogickými pracovníkmi. Aj keď je za nami iba jeden školský mesiac, žiaci už zopár zaujímavých aktivít zažili. P. uč. Bodzionyová ich priniesla v podobe rozhlasových relácií venovaných svetovému Dňu srdca, Dňu prvej lásky či svetovému Dňu mieru. Žiaci 1. stupňa sa prostredníctvom didaktických hier zúčastnili Jesenného cvičenia v prírode, žiaci 2. stupňa sa zapojili do Ochrany človeka a prírody. Zvolili sme si členov žiackeho parlamentu, ktorí sa pod vedením p. uč. Hájkovej dňa 21.9.2024 podieľali aj na verejnej zbierke Biela pastelka, z ktorej je výťažok venovaný slabozrakým a nevidiacim. Deviataci opustili školské lavice a pod vedením p. uč. Oberlovej sa zúčastnili exkurzie v susednom okresnom meste Poprad na Noci výskumníkov v OC FORUM. 30.9.2024 p. uč. Bdžochová zaujímavé úlohy v modernom prevedení ESCA-PEROOMu priniesla priamo do priestorov našej školy. Na hodinách sme venovali aj zdravej výžive či nelegálnym skládkam. Veríme, že žiaci už svoje vedomosti po prázdninách poriadne oprášili a sú pripravení na všetko zaujímavé, čo im škola opäť ponúkne.

Spracovala T. Hozzová



SPOJENÁ ŠKOLA

Prvý mesiac v tomto školskom roku je už za nami a niesol sa hlavne v duchu vypisovania školskej dokumentácie, štatistických tabuliek, spoznávania nových žiakov, ako aj na opätovnú adaptáciu žiakov na školské prostredie po letných prázdninách. Žiaci sa prihlasovali do záujmových krúžkov, v ktorých sa učia zmysluplne tráviť svoj voľný čas a učiteľia si okrem mnohých iných písomností plánovali aj akcie do plánu akcií na celý školský rok. Verím, že po týchto administratívnych prácach sa budeme môcť viac sústrediť na výchovnovzdelávací proces, ktorý je pre nás prioritou.

V piatok -20.9.2024 sa žiaci našej školy podieľali na veľkom upratovaní okolia školy ale i blízkeho okolia v rámci projektu „Upracme Slovensko“ pod názvom: „Za krajšie Rudňany“. Využili sme pekné počasie a pritom skrášlili našu obec. Akciu zorganizovala kordinátorka drogovej prevencie Mgr. L. Kamencová.



Príjemné jesenné počasie sme využili na stretnutie s lesným pedagógom **Matejom Pisarčíkom** zo Správy NP Slovenský raj. Spoločný čas sme trávili na prechádzkach po lese a besedou pre žiakov z prvého stupňa dňa 27.9.2024.

Všetky aktivity boli zamerané na tematiku lesa a lesných obyvateľov. Pozorovanie prírody, hľadanie konkrétnych prírodnín a zvierat v lese, zmyslové

úlohy, tvorba prírodného náramku na ruku a veľa ďalších umožnili žiakom samostatné skúmanie prírody s využitím vlastnej skúsenosti. Žiaci sa oboznámili s faunou a flórou s cieľom získať nové poznatky, vytvárať a posilňovať pozitívny vzťah k prírode s potrebou jej ochrany. Akciu zorganizovala p.uč.-Mgr.M. Bakošová s asistentkou K.Bakošovou.

Spracovala : Ing. M.Malecová



28.OKTÓBER - VÝZNAMNÝ DEŇ V ŽIVOTE SLOVÁKOV

Vznik prvej Československej republiky znamenal pre Slovákov radikálnu zmenu. Z národa, ktorý v Rakúsko-Uhorsku nemal právo na existenciu, sa stal jeden zo štáttvorných národov. Preto by sme na tento deň nemali zabúdať a pripomínať si ho aj po 106 rokoch od vzniku ČSR.

Po roku 1993 sme si ho pripomínali ako pamätný deň, ale v novembri 2020 poslanci Národnej rady SR schválili dve novely zákona, na základe čoho sa 28. október zmenil na štátny sviatok - Deň vzniku samostatného československého štátu.

Slováci mali sformulovaný národný politický program už od polovice 19. storočia. Program, ktorý vypracoval Ľudovít Štúr, vychádzal z faktu, že Slováci sú samostatný a svojbytný národ, a požadoval slovenskú samosprávu v rámci Uhorska. Nemal však šancu na realizáciu najmä po neúspešnom povstaní Slovákov voči Maďarom v rokoch 1848 – 1849 a po rakúsko-uhorskom vyrovnaní v roku 1867. Až vypuknutie prvej svetovej vojny v lete 1914 prinieslo oživenie slovenskej otázky. Keď priebeh vojny naznačoval, že Nemecko a Rakúsko-Uhorsko vojnu prehrajú, začali sa vytvárať rôzne úvahy o možnostiach postavenia Slovákov v Európe. Ako najvýhodnejšie sa ukázalo riešenie vytvoriť československý štát. Postavila sa zaň slovenská komunita v USA, ktorá 22. októbra 1915 spolu s českými predstaviteľmi podpísala Clevelandskú dohodu.

Na čele zahraničného československého odboja stál Tomáš Garrigue Masaryk. Vo februári 1916 vznikla v Paríži Československá národná rada (ČSNR), na sformovaní ktorej sa výrazne podieľal

aj Slovák Milan Rastislav Štefánik. Diplomackému úsiliu Masaryka, Štefánika a Edvarda Beneša výrazne dopomáhali úspechy československých légii, ktoré boli ozbrojenými zložkami budúceho československého štátu a podliehali ČSNR. Do konca prvej svetovej vojny pôsobilo v Rusku, Taliansku, Srbsku a vo Francúzsku okolo 100.000 legionárov. V máji 1917 českí politici na zasadnutí ríšskeho parlamentu predniesli vyhlásenie, v ktorom žiadali spojenie českých krajín so Slovenskom. Vyhlásenie podporil aj slovenský politik Vavro Šrobár, ktorý 1. mája 1918 v Liptovskom Mikuláši vsunul do rezolúcie aj požiadavku práva na sebaurčenie národov.

Predstavitelia Slovenskej ligy v Amerike, Českého národného združenia a predseda Československej národnej rady Masaryk podpísali 30. mája 1918 Pittsburskú dohodu a 14. októbra 1918 vznikla v Paríži dočasná československá vláda.

Vzniku ČSR predchádzalo stretnutie predstaviteľov zahraničného a domáceho odboja v Ženeve. Na

tomto stretnutí bola 28. októbra 1918 utvorená dočasná československá vláda. V ten istý deň prijalo Rakúsko-Uhorsko podmienky definitívnej kapitulácie a československý Národný výbor v Prahe vydal zákon o vzniku ČSR. Podpísali ho Vavro Šrobár, Anton Švehla, Alojs Rašín, František Soukup a Juraj Stříbrný. Týmto aktom oficiálne vznikla Československá republika.

V Turčianskom sv. Martine sa 30. októbra 1918 konalo verejné zhromaždenie, na ktorom bola prijatá deklarácia, v ktorej sa Slováci jasne prihlásili k spoločnému štátu s Čechmi.

Dočasné Národné zhromaždenie 14. novembra 1918 zvolilo Masaryka za prezidenta republiky, zároveň vznikla československá vláda, ktorej predsedom sa stal Karel Kramář.

Existenciu ČSR aj jej hraníc potvrdili mierové zmluvy: Versaillská s Nemeckom (1919), Saintgermainská s Rakúskom (1919) a Trianonská s Maďarskom (1920).

Zdroj : internet: TERAZ.SK – spravodajský portál Tlačovej agentúry SR



ROZHOVOR s Dankou Kováčovou...

Ahoj Danko, viem, že sa venuješ parkúru s koníkmi súťažne, a tak by som bola rada, keby si nám o tvojich začiatkoch až po súčasnosť niečo povedala.

Jazdím už od 8 rokov a budem mať 29, čiže jazdím 21 rokov. Kone sa mi páčili už od mala, takže každá príležitosť byť pri nich, bola pre mňa úžasná chvíľka. Najprv som sa chodila voziť do Lieskovian k staršiemu pánovi, neskôr som prešla k Zdenovi Kuchárovi do jazdeckého klubu Slávia Spišská Nová Ves a tam sa začala aj moja súťažná kariéra.

Ako vyzerá tvoj typický deň s koňmi, ako sa pripravuješ na súťaže a ako tie súťaže prebiehajú?

Keďže od začiatku súťažím len na vlastných koňoch, tak sa tomu musím venovať každodenne. Momentálne mám 3 kone. Prvú kobyľu som dostala od rodičov, keď som mala 11, neskôr som si našetrila a koníky si kúpila sama. Aktuálne mám hnedú 4-ročnú kobyľu Gráciu, ktorá je momentálne žrebná, ale už ju tiež zacvičujem, strakatého 7-ročného

valacha Hardyho, na ktorom jedinom jazdím súťažne a hnedého 2-ročného valacha Carsona. Kone si vyžadujú maximálnu starostlivosť, nie len voziť sa na nich, pripravovať sa na súťaže pomocou nášho výcvikového plánu, ktorý vyžaduje minimálne 4-krát týždenne jazdiť a medzitým robiť prácu zo zeme (špeciálne cvičenia), ale je to aj o tom, že každý deň im musím vyhádzať hnoj, nakrmiť a očistiť ich, guľať veľké balíky sena, slamy, nosiť veľké 25 kg ťažké mechy granúl, ale aj tak som im za to vďačná, pretože mi to pomáha na udržiavanie a zlepšovanie mojej kondície. Môj deň sa začína ráno o 4:30, idem sa postarať o kone, potom idem do práce, z práce zas ku koňom, potom sa venujem svojmu 7-ročnému psíkovi Adisovi, ktorý je z útulku a pred 4 rokmi som sa s ním začala venovať súťažne canicrossu, čo je beh so psom lesmi a kopcami s preskokmi cez skaly, cez spadnuté stromy a rôzne iné prekážky, za čo najkratší a najrýchlejší čas. Vo večerných hodinách chodím ešte sama cvičiť.

Keďže milujem nielen kone, ale aj môjho útulkového psieho šampióna, ktorý je ako moje dieťa a aj dieťa celej mojej rodinky, ktoré spí so mnou aj v posteli, preto navštevujem a podporujem aj útulky a odporúčam ľuďom, ktorí chcú psíka, aby útulky navštívili a psíka si odtiaľ vzali. A čo sa týka súťaží koní, skáčeme parkúr, ktorý pozostáva z 9 prekážok, ktoré musíme prejsť za čo najkratší a najrýchlejší čas bez trestných bodov, teda bez zhodenia prekážky, alebo ešte máme optimálny čas, do ktorého to tiež musíme stihnúť prejsť a tiež bez zhodenia prekážky, teda moje kone sa trénujú najmä na šport a kondíciu po fyzickej stránke.

Kto ťa podporuje od začiatku a čo ťa motivuje prekonávať aj pády a úrazy?

Mojou veľmi veľkou podporou je moja rodina a moje kamarátky, ktoré sa o moje koníky, v čase mojej neprítomnosti, starajú a pomáhajú mi, i keď nik z nich, ani z mojej rodiny nejazdí na koňoch. Moja motivácia je hlavne porozumieť viac a viac koňom, keďže sme dvaja ako tím, a hlavne si navzájom dôverovať a veriť, že spolu dokážeme viac. Pri pádoch a úrazoch, ktorých som mala strašne veľa, ako napríklad zlomená ruka, noha, členok, otras mozgu, veľa modrín od kopancov, si viac uvedomím, že ma to všetko posúva ďalej vpred, robí ma silnejšou, a keď si sadnem na koňa, tak si poviem, že ja to dokážem, budem bojovať, nedám sa odradiť nikým a ničím. Takže som taký samostatný typ človeka, ktorý sa vie sám motivovať, dodávať si stále to povzbudenie, proste človek, ktorý si chce dokázať stále



viac a viac, prekonávať samú seba, lebo stále to môže byť lepšie a stále je čo vylepšovať, lebo nik nie je perfektný a dokonalý.

Zaujal ma ten canicross, povieš nám o tom viac?

Canicross, je to vlastne trailový beh lesmi, kopcami, horami, nie po asfalte, aby sa psík nezranil. Je to tiež veľká drina na kondíciu a fyzickú stránku u mňa i môjho psíka, i keď nie až taká pracná a veľká ako tie kone. Ale aj so psíkom strávim tiež dosť veľa času behaním 4-5-krát týždenne a každodenne minimálne hodinovým výcvikom môjho psíka, či už v lese, alebo na ihrisku, aby potom zvládol určenú dlhú a náročnú trasu zabehnúť za čo najkratší a najrýchlejší čas, a tak vyhrať pretek. Podobne ako so psom, s ktorým mám už aj ocenenia, chodím behať a prekonávať sa v dĺžke a čase súťažne aj ja sama a môj osobný rekord je 10 km za 46 minút. Najprv som chodila na túry sama, no keď som sa rozhodla pre canicross, tak som začala chodiť na dlhé a veľké túry aj s mojím psíkom, a tak som ho spočiatku aj zároveň trénovala, no dnes už trávime všetok čas, čo som doma spolu, inak sa starajú o neho moji rodičia, ale tréning má výlučne vždy len so mnou. Obom mojím záľubám venujem svoj čas dennodenne, keďže sú to živé stvorenia a treba sa o ne postarať,

aby sa dobre cítili, dobre spolupracovali, boli v dobrej kondícii a mohli vyhrávať. Kone a psík sú pre mňa ako moje deti a za nič na svete by som ich nevymenila.

Kde chodíš na súťaže, či už s koníkmi alebo so psíkom a aké miesta ste už obsadili?

Súťaže máme väčšinou po Slovensku, ale hlavne po východnom Slovensku, ako napríklad s koníkmi Prešov, Košice (2. miesto), Spišská Nová Ves, Spišský Štiavnik (2. a 5. miesto), Bardejov (3. miesto), Tatry (1. a 3. miesto) a so psíkom Košice (3. miesto), Bratislava, pod Tatrami, Bachledová dolina. Ja sama som bola tiež behať v Bachledovej doline a v Slovenskom raji. Boli sme už na toľkých akciách, posledný celý rok sme mali nabitý tak, že som už aj veľa miest, pretekov a umiestnení pozabúdala, ale nezúfam, pretože baví ma to a je to pre mňa všetkým, teda je to môj život.

Na záver mi dovoľ sa tá opýtať aj otázku ohľadom zdravia, či sa venuješ aj hipoterapii a canisterapii, poprípade či to plánuješ do budúcnosti praktizovať?

Canisterapiu nepoznám, ale hipoterapiu podporujem, ale oficiálne ju nerobím. Iba ak prídu a poprosia ma ľudia a deti s nejakým zdravotným postihnutím, rada im pomáham vozením na koníkoch a hladkaním koníkov. Som veľmi rada, že im môžem



aspoň takto pomáhať, robiť dobré skutky a radosť, a keď vidím to ich veľké nadšenie, keď sú pri koníkoch, v ich prítomnosti, tak to aj mňa robí ešte šťastnejšou, pribojnejšou a zahrieva ma to pri srdiečku. Tá spokojnosť, radosť a dobrý pocit pri srdiečku na oboch stranách je pre mňa to najlepšie v živote.

Ďakujem Ti Danka za rozhovor, budeme Ti držať palce, drž sa a vyhrávaj.

Natália Straňáková



ZO ŽIVOTA NAŠICH SENIOROV

Dňa 14.9.2024 sa 41 členov ZO SZZP zúčastnilo výletu do Banskej Štiavnice. Celým mestom nás sprevádzala sprievodkyňa, vďaka ktorej sme sa dozvedeli informácie o historickej časti mesta. Ukázala nám jeho pekné zákutia. Dvojhodinové informácie boli pre všetkých veľmi zaujímavé. Potom nasledoval výstup na Kalváriu, ktorého sa zúčastnili len tí, ktorí mali záujem. Po dobrom obede sme sa plní zážitkov vracali domov.



Dňa 18.9.2024 sa 15 členov ZO SZZP zúčastnilo divadla v Spišskej Novej Vsi s názvom EDITH. Bol to kabaret s piesňami legendárnej šansonierky, ktorý vás zavedie do útroby zranenej ženskej duše túžiacej po láske. Edith celý svet pozná ako úspešnú speváčku. Za jej hudbou sa však skrýva príbeh plný utrpenia, bolesti, ale aj lásky. Ďakujeme za krásny kultúrny zážitok.

Dňa 19. septembra 2024 sa 31 členov ZO SZZP zúčastnilo večerného kúpania vo Vrbove. Termálna voda vo Vrbove má blahodárne účinky na pohybové a nervové ústrojenstvo, dýchací a srdcovocievny systém. Teplota vody v bazénoch je od 26 do 38 stupňov celzia, čo v čase, keď sme tam boli, vyhovovalo všetkým. Z termálneho kúpaliska sme odchádzali ako znovuzrodení, spokojní a plní zážitkov.



Dňa 26.septembra 2024 sa šesť členov ZO SZZP zúčastnilo Športových hier v Poráčskej doline. Organizovala ich predsedníčka GITUS Jezerackova. Súťažilo sa v 3 disciplínach a to kop do bránky, hod čížmou na diaľku a petang. Po ukončení hier sme mali obed a zákusok. Potom nasledovalo vyhodnotenie a losovanie tomboly. Tri členky našej ZO SZZP sa potešili z vylosovanej tomboly. Ďakujeme za krásne podujatie všetkým zúčastneným členom zo všetkých základných organizácií.

Alena Drefkova



OKIENKO ZDRAVIA: 21. OKTÓBER

SVETOVÝ DEŇ JABLKA A SVETOVÝ DEŇ SRDCA

„Jabko denne zjedz, udržíš od seba lekára preč!“

Zdravotné prínosy a účinky jablka na srdce i celé telo:

- zvýšenie pocitu plného žalúdka a sýtosti, a tým zníženie hmotnosti,
- zbavovanie nadbytočného cholesterolu zo žíl a tepien a znižovanie hladiny "zlého" LDL cholesterolu
- znižovanie hladiny cukru v krvi,
- dobro pre srdce vďaka znižovaniu krvného tlaku, pravdepodobnosti vzniku aterosklerózy, rizika cievnej mozgovej príhody a iných kardiovaskulárnych ochorení,
- zlepšenie zdravia zubov čistením zubov antibakteriálnymi vlastnosťami, stimulovanie vylučovania slín (alkalických zložiek), ktoré znižujú schopnosť baktérií množiť sa a rásť v ústach, avšak neznižuje to počet zubných kazov,
- zlepšenie a posilnenie zdravia čriev a iných ochorení žalúdka,
- prírodné probiotikum, živiace priateľské, dobré baktérie, žijúce v hrubom čreve, maximalizuje vstrebávanie živín a elimináciu škodlivých baktérií a toxínov,
- zlepšenie hustoty a pevnosti kostí - antioxidantné a protizápalové látky v jablku
- ochrana mozgu, zlepšenie mozgových a svalových funkcií, znižovanie a predchádzanie vzniku Alzheimerovej choroby.
- antioxidant s protizápalovými, protivírusovými, protirakovinovými, antidepresívnymi účinkami.

Zaujímavosti:

- existuje viac ako 8000 druhov jablák.
- jablkový strom má svoj pôvod v Strednej Ázii, prvýkrát urodí po 4-5 rokoch od zasadenia a žije až 100 rokov.
- jablká vo vode plávajú, pretože obsahujú 25% vzduchu.
- najdrahší druh jablka vo svete je Sekai Ichi s cenou 21\$ za kus, lebo názov znamená v japončine „svetová jednotka“.
- najväčšie jablko v histórii vážilo 1,849 kg a vypestoval ho Chisato Iwasaki na jeho farme v Japonsku v roku 2005.

„Konzumácia jablka = zdravé srdce i telo = zdravší a lepší život!“

Natália Straňáková

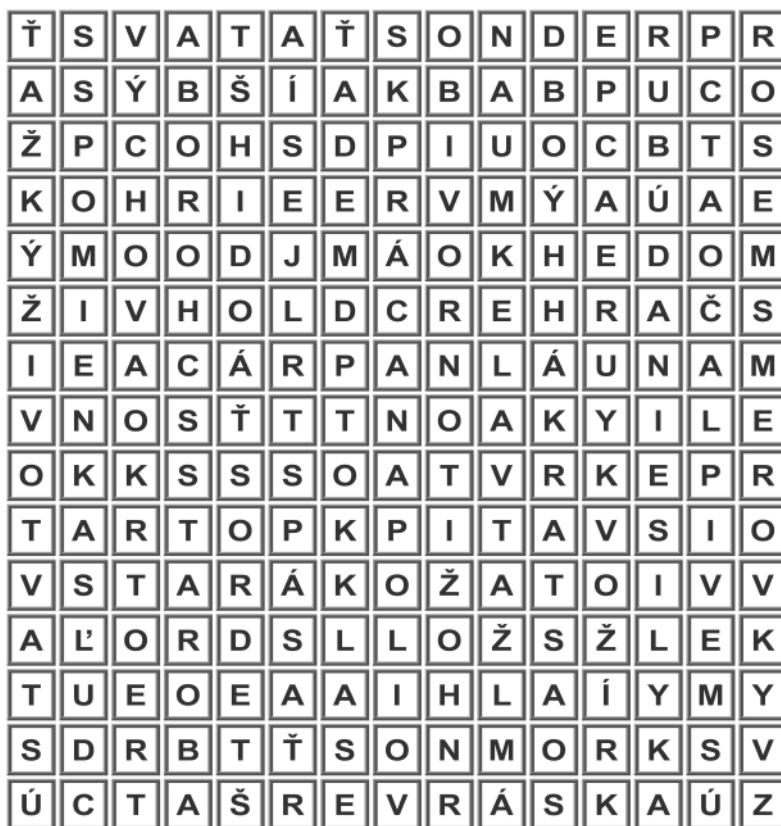


Vyriešte osemsmerovku, tajničku nám pošlite na mail:

maja.malecova@gmail.com, na messenger, alebo na mail obce: obec@rudnany.sk

Každý mesiac vylosujeme jedného výhercu, ktorého odmeníme vecnou cenou. Za zaslanie správne vylúštenej tajničky z minulého čísla odmeníme výhercu **Matiasa Bdžocha**.

Blahoželáme! Správne znenie tajničky č.7: **Svetový deň vďačnosti**



Použité slová:

babka, choroba, dedko, krížovky, láska, manuálna práca, neha, osemsmerovky, pomoc, prednosť, práca na poli, skromnosť, spomienka, stárka, stárky, staroba, stará koža, ubúdanie sily, vráska, výchova, úcta, úsmev i plač, štedrosť, ťažký život, zvyk, dom, verš, ústav, pot, rodák, hák, hra, rada, úder, aura, nos, klas, žatva, roľa, spása, ihla, žito, lož, hold.

Vyriešte prešmyčku. Napíšte nám, čo Vám vyšlo:

ĎVAAK ÁMV IIOESNR.

KALEIDOSKOP

Máte aj vy ten pocit, že čas doslova letí s vetrom o preteky? Včera sme radovali z nového roka a už si ani nespomenieme, že deti mali nejaké letné prázdniny a máme tu jeseň. Počasie je, ani neviem akoby som to nazvala – no, jesenné. Ráno hmlisto, cez deň tak isto a v noci tma. Presne takéto sú tieto októbrové dni v mesiaci, v ktorom si pripomíname úctu k starším. Bacon raz povedal: „Na kúrenie je najlepšie staré drevo, na pitie staré víno, na dôverné rozhovory starí priatelia a na čítanie starí autori.“ A presne tak to je, lebo s mladým iskríčkovým drevom veľa tepla nebude, z mladého vína jedine tak bolí hlava a peňaženka, mladým ľuďom a ich slovníku už ani ja nerozumiem, a klasika je klasika. A preto nezabudnime, že človek je nádherný nielen vtedy, keď má pružný krok. Človek je nádherný vtedy, keď ho ľudia majú radi. Tak sa majme radi, bez



ohľadu na vek ...

A prostredníctvom týchto fotografií si zacestujme v čase a zaspomínajme si na časy síce dávno minulé, no bezstarostne krásne.

Mgr. K. Duřová

KAM ZA KULTÚROU

Ešte väčšiu jesennú pohodu si môžete doprať aj vďaka niekoľkým tipom na zaujímavé kultúrne akcie, ktoré vám opäť prináša redakcia Horizontu:

- 18. 10. 2024 o 18:00 vystúpia v Obradnej sieni Radnice v SNV Matej Tkáč a Jan Smolík v Československom súznení.
- 20. 10. 2024 o 18:00 v Mestskom divadle v Levoči na šansónovom koncerte vystúpi Lucia Bujnová, Pavol Bodnár a Kristína Koneval.
- Klub dôchodcov Lipa vás pozýva 24. 10. 2024 o 16:00 do Koncertnej siene Reduty na vystúpenie Gizky Oňovej a iných seniorských skupín.
- 27. 10. 2024 si o 17:00 môžete v Malom kostole vypočuť koncert barokovej hudby Madrigali Amorosí.
- 30. 10. 2024 o 17:00 vás v Kine Mier v SNV privíta Michal Recký so svojou prednáškou o Titanicu s názvom Pýcha na dne oceánu.
- 31. 10. 2024 sa o 17:00 môžete pokochať večerným výhľadom z kostolnej veže v SNV.

A NEZABUDNITE:

27. 10. 2024 NÁS ČAKÁ ZMENA ČASU,
PRECHÁDZAME NA ZIMNÝ ČAS:

HODINY SI NASTAVÍME O HODINU
SPÄŤ Z 3:00 NA 2:00

Podľa internetu spracovala Mgr. T. Hozzová

SPOLOČENSKÁ RUBRIKA

Stav obyv. k 30.9.2024	spolu	muži	ženy
V obci celkom	5061	2526	2535

ČESKOSLOVENSKÉ SÚZNENIE

Matej Tkáč

Improvizácia violoncello / SR

Jan Smolík

Autorské piesne / ČR



18. október, 18:00

Obradná sieň Radnice, Spišská Nová Ves

MADRIGALI AMOROSI

Srdečne pozývame na koncert barokovej hudby!



27.10.2024 nedeľa / 17:00 hod.

Malý kostol / Kostol Nepoškvrneného Počatia Panny Márie
Spišská Nová Ves



Zdroj: www.spiskanovaves.eu