

Marec 2017
VIII. ročník
13. číslo

SCHODY

časopis študentov Univerzity tretieho veku
pri Ústave celoživotného vzdelávania Žilinskej univerzity v Žiline



Snaha
Chuť
Odvaha
Dôvtip
Yes!



ŽILINSKÁ UNIVERZITA V ŽILINE
Ústav celoživotného vzdelávania
Univerzita tretieho veku

PONUKA ŠTÚDIA – 2017/2018

Univerzita tretieho veku pri Ústave celoživotného vzdelávania Žilinskej univerzity v Žiline ponúka v akademickom roku 2017/2018 záujmové štúdium v nasledovných študijných programoch a moduloch:

3-ROČNÉ ŠTUDIJNÉ PROGRAMY - (OD 45 ROKOV):

Zdravý životný štýl seniora
Človek a umenie
Osobnosti Slovenska

2-ROČNÝ ŠTUDIJNÝ PROGRAM - (OD 55 ROKOV):

Základy práce s počítačom

1-ROČNÉ ŠTUDIJNÉ MODULY - (OD 45 ROKOV):

Tretí vek
Kultúra prejavu
Tvorba pre médiá II.
Finančná gramotnosť pre život
Digitálne multimédiá
Práca s tabletom a mobilom
Pokročilá práca s PC (od 55 rokov)
Užitočné programy pre PC
Pohybovo-relaxačné cvičenie (len doplnenie skupiny)

CYKLUS PREDNÁŠOK - (OD 45 ROKOV)

Klubové prednášky

PODMIENKY PRIJATIA:

požadovaný vek, ukončené úplné stredné vzdelanie, zaplatenie poplatku za štúdium

Učebné plány študijných programov a modulov budú zverejnené na stránke www.ucv.uniza.sk od 20. marca 2017.

PRIHĽÁSIŤ SA NA ŠTÚDIUM BUDE MOŽNÉ OD 3. APRÍLA 2017 OD 8:00 HOD. NASLEDOVNE:

osobne na adrese: ulica 1. mája 32, 010 26 Žilina (oproti autobusovej stanici)
prostredníctvom predbežnej elektronickej prihlášky na stránke:
www.ucv.uniza.sk

KONTAKT: tel.: 041/513 5057, 041/513 5043, e-mail: u3a@uniza.sk

OBSAH

ÚVODNÍK	4
KEĎ SA SPOJÍ VZDELÁVANIE S UMENÍM	4
AKVAREL, ZVUKOMAĽBA	5
GENIUS LOCI SOLNENSIS	6
JAR	8
TAK TO CÍTIM JA	9
HRIECHY.....	10
NACHÁDZANIE BOHATSTVA V NÁS.....	11
VNÚTORNÝ GOMBÍK PRINÁŠA TEPLA.....	12
NAŠE ŠTUDENTKY VYSTAVOVALI	13
STARÝ ČLOVEK – FAKTY A MÝTY.....	14
CHRÁŇME DUCHOVNÚ KRÁSU!.....	16
MÚDROŠŤ VEKU – POÉZIA KAŽDODENNOSTI	18
HAIKU, PRAMIENKY TICHÁ.....	19
RUŽA.....	20
CESTA DO PRAHY ZA KULTÚROU A PRIATEĽSTVOM	20
ALOJZ ŠTRÓBL – NAJOSPEVOVANEJŠÍ UHORSKÝ SOCHÁR.....	22
ABY SME SPOZNALI MEDIÁLNY SVET.....	24
BRÁNY ROSENFELDOVHO PALÁCA SÚ OTVORENÉ	26
POLNOC	27
NÁVŠTEVA VÝSTAVY FOTOGRAFIÍ NÁŠHO LEKTORA	28
SOM SENIOR, KTO JE VIAC? ZRKADIELKO	29
ODLIEVAČI	30
UMENIE JE CELKOM ZBYTOČNÉ	32
STROM DETSTVA	33
RADÍME SI NAVZÁJOM.....	33
POKYNY PRE PRISPIEVATEĽOV	34

ÚVODNÍK



Dokázali by sme žiť bez umenia? Určite áno, lenže aký by to bol život? Šedivý, nudný, chudobný... Aspoň pre mňa.

Možno si to ani neuvedomujeme, no umenie ako odveká súčasť ľudskej civilizácie ovplyvňuje každého z nás. Je nielen prostriedkom sebakomunikácie talentom obdarených jedincov, ale aj prostriedkom komunikácie. Osloňuje našu dušu, umožňuje vidieť svet farebnejšie, ostrejšie, učí nás pozorovať okolie z rôznych uhlov, rozvíja našu vnímavosť, obrazotvornosť, citlivosť a empatiu. Umenie nás obohacuje a kultivuje. Navyše má aj liečivé účinky. Mnohokrát je to práve hudba, poézia, obraz alebo film, čo nám pomáha prekonať ťažké životné situácie.

A preto sme sa rozhodli, že jarné Schody venujeme umeniu.

Sprostredkujeme vám zážitky a dojmy našich kolegýň z návštev rôznych kultúrnych podujatí, zoznámime vás s významnými žilinskými osobnosťami – laureátmi prestížneho ocenenia Genius loci Solnensis v oblasti umenia, priblížime vám život a dielo svetoznámeho sochára Alojza Štróbla a predstavíme literáta a výtvarníka Miroslava Bartoša, ktorého verše a kresby umelecky dotvárajú marcové vydanie. Samozrejme, to je iba malá ochutnávka.

Verím, že po prečítaní časopisu zatúžite zájsť na koncert, do divadla či pozrieť si umeleckú výstavu. Alebo sa aspoň na chvíľu zastaviť a pokochať krásou architektonických skvostov nášho mesta, okolo ktorých často prechádzame bez povšimnutia.

A ešte jedno dôležité upozornenie: Múza môže kopnúť úplne nečakane!

Ľudmila Gašparíková, šéfredaktorka

KEĎ SA SPOJÍ VZDELÁVANIE S UMENÍM ...

Aby bol človek v živote spokojný, mal by žiť v harmónii. Ideálom je vyváženosť času venovaného práci a oddychu. Dnešný človek oddych často zanedbáva. Oberá sa tak o možnosť načerpať nové sily a tiež o nové impulzy,

či motiváciu do ďalších dní. Ak si však oddych dopraje a povýši ho na vnímanie kvalitného umenia – určite pookreje.

Takto mohli vnímať čas strávený na koncerte speváckeho zmiešaného zboru OMNIA jeho účastníci koncom minulého roku 2016. Koncert sa uskutočnil na pozvanie U3V UNIZA v rámci cyklu prednášok CESTY POZNÁVANIA. Výborne zostavený program koncertu priniesol piesne cudzojazyčné, slovenské, sakrálné aj ľudové... Študentov U3V ŽU, ktorí prijali pozvanie na túto výnimočnú kultúrnu akciu, programom sprevádzala dirigentka zboru - mladá sympatická Monika Bažíková. Okrem jej hovoreného slova zazneli aj vzdelávacie vstupy k jednotlivým piesňam od jej kolegov zo zboru. Tak sa U3V UNIZA a OMNII podarilo prepojiť umenie s príjemným vzdelávaním. Prítomní seniori prejavovali svoje nadšenie pre spev a hudbu aj aktívnou spoluprácou pri sprevádzaní niektorých piesní. Tieskali do rytmu, podupkávali a podujali sa vytvoriť aj zvukový doprovod spevu zboristov z OMNIE. Zaujímavé bolo sledovať „hudobníkov“ z radov seniorov, ktorí zanietene krúžili prstom po obvode skleného pohára tak, aby tento vydával originálny zvuk. Keď sa spojilo úsilie viacerých seniorov hrajúcich na svoj „nástroj“ s hlasmi spevákov, vznikla podmanivá atmosféra tajomných tónov.

Koncert bol opäť jednou z príležitostí ako sprostredkovať našim študentom U3V UNIZA, edukáciu spojenú s príjemným zážitkom. Tentoraz so zážitkom umeleckým. Veď CESTY POZNÁVANIA sú nekonečné a rozmanité. A preto U3V UNIZA v cykle prednášok na témy odborné a spoločenské ponúka tentokrát poznávanie, ktoré sa šírilo spevom a umeleckým slovom talentovaných členov speváckeho zboru OMNIA.

Jana Sňahničanová, koordinátorka U3V

AKVAREL

Skĺzava kvapka.
Mokrý papier zajasá.
Farba som ja sám.

ZVUKOMAĽBA

Jarok ticho lká,
lúky vlnkami vlní
júnový vánok.

Milan Bartoš

GENIUS LOCI SOLNENSIS

„Duch miesta žije v súlade s prístupom a činmi tých, ktorí ho riadia, stavajú, spravujú a užívajú. Kde sa zničí miesto, tam sa zničí kultúra, nasleduje sociálne i osobné znehodnotenie.“

Christopher Day



Genius loci bol pôvodne v rímskej mytológii duch, ktorý ochraňoval isté miesto a bol zobrazovaný ako had. Obsahuje v sebe jednotu "genia regionis" (ducha krajiny) a "genia populi" (ducha ľudí príp. spoločnosti). Dnes sa tento termín zvyčajne používa na označenie charakteristickej atmosféry istého miesta, obce, mesta. Jeho kvalitu však nevytvárajú len múry domov a cesty, ale hlavne oby-

vatelia a ich vzťahy. Za záchranu preto stoja nielen historické paláce a umelecké predmety, ale aj osudy, činy a spomienky ľudí, ktorí v meste žili alebo ešte žijú. História miesta tvoríme my všetci. Každou minútou sa odohrávajú príbehy, ktoré sa stávajú jej súčasťou. Duch miesta nie je nemenný. Mení sa tak, ako sa rozvíja alebo deštruuje spolu so svojimi obyvateľmi, ktorí svojimi činmi a myslením potláčajú, či naopak prispievajú k jeho zachovaniu. Výnimkou nie je ani mesto Žilina. V sedemstoročnej histórii zažilo úpadok aj renesanciu, ale svojho ducha zatiaľ nestratilo. Zničili sa mnohé historické objekty nevhodnými úpravami, zbúraním a následne necitlivými zástavbami. Ale na druhej strane sa zrekonštruovali objekty, ktoré znovu ožili svojou zabudnutou krásou. Boli a sú ľudia, ktorí svojimi skutkami zapríčinili stratenie ducha, ale našli sa aj takí, ktorí ducha oživil a zveladili.

Zachovanie identity mesta Žilina a jeho historického charakteru i v tomto duchu pôsobenie na občanov mesta má v svojom štatúte od roku 1991 občianske združenie Zbor Žilincov. Toto združenie od roku 1996 udeľuje prestížnu cenu Genius loci Solnensis. Cena sa udeľuje občanom mesta Žilina, ktorí sa tu narodili alebo tu bývajú vyše 30 rokov, za ich celoživotnú činnosť v prospech mesta a šírenie jeho dobrej povesti vo svete, ale aj takým, ktorí v minulosti zanechali významnú stopu v rôznych odboroch spoločenského života, kultúry, umenia, športu, vedy a techniky. Cena sa udeľuje žijúcim aj

zosnulým zaslúžilým občanom. Cenu odovzdáva predseda Zboru Žilincov zvyčajne v rámci Slávnostnej akadémie na počesť tvorcov a zaslúžilých osobností mesta Žilina. Akadémia sa uskutočňuje každoročne prvý májový týždeň, v predvečer Staromestských slávností, v priestoroch radnice mesta Žilina. Od roku 1996 bolo udelených vyše 50 týchto ocenení.

Prvými laureátmi ocenenia Genius loci Solnensis boli v roku 1996 dlhoročný predseda Zboru Žilincov, známy žilinský právnik JUDr. Ernest Žabkay, básnik, pedagóg, prekladateľ Ján Frátrik a majster knižnej väzby Ján Vrtílek.

K zachovaniu Genius loci významnou mierou prispeli architekti. Z ich radov v nasledujúcich rokoch získal ocenenie Antonín Stuchl (1998), ktorého meno sa spája predovšetkým s tvorbou územného plánu rešpektujúceho charakter krajiny a historickú identitu urbanistickej štruktúry Žiliny, Ferdinand Čapka (2005) autor architektonických návrhov budovy železničnej stanice, elektrární, Domu odborov, tržnice a ďalších objektov, ktoré sa stali neodmysliteľnou súčasťou mesta. K ďalším oceneným sa zaradili architekti Ivan Meliš (2000), Viera Mecková (2011), Viliam Šlopek (2010) a Štefan Krušínský (2010), Ladislav Rožánek (2013), Stano Toman (2014) a Oto Sedlák (2015).

V Žiline sa narodilo a pôsobilo veľa významných umelcov, ktorí vo svojich dielach aj umeleckých aktivitách ovplyvnili kultúrnu úroveň mesta a jeho obyvateľov. Mnohí z nich presiahli lokálnu hranicu a zaradili sa do kultúrneho povedomia Slovenska. Ocenenie Genius loci Solnensis získal v roku 1997 akademický maliar Fero Král' a Mojmír Vlkolaček. Ich rodné mesto im bolo neustálou tvorivou inšpiráciou. Za pedagogickú prácu a rozvoj výtvarného školstva Ľudovej umeleckej školy v Žiline a výtvarné stvárnenie originálnej terchovskej krajiny Zdeno Horecký (2008), člen skupiny Galandovcov Andrej Barčík (2012) i významný predstaviteľ slovenského konceptualizmu Rudo Sikora (2016).

Hudba a hudobný život má v Žiline svoju tradíciu, za jej rozvíjanie získal v roku 1998 ocenenie dlhoročný riaditeľ a zakladateľ Štátneho komorného orchestra v Žiline Ján Figura. Za vynikajúce pedagogické výsledky vo výchove koncertných majstrov a husľových virtuózov Bohumil Urban (2001), zbormajster a pedagóg Anton Kállay (2004), pod ktorého vedením úspešne reprezentovali Žilinu aj Slovensko spevácke zbory na domácej aj medzinárodnej scéne. Laureátom ceny sa stal aj Vojtech Jakubík za zásluhy o zriadenie Vyššej

hudobnej školy a neskôr Konzervatória v Žiline i dlhoročné vedenie spevákkeho zboru slovenských učiteľov v Žiline. V roku 2009 bolo udelené ocenenie zakladateľovi a prvému riaditeľovi Hudobnej školy v Žiline – husľovému pedagógovi Ladislavovi Árvayovi.

Za spisovateľskú, básnickú a novinársku tvorbu získali ocenenie novinár, šéfredaktor a spisovateľ Zdeno Gabriel (1999), spisovateľ a pedagóg Ján Lenčo (2006), básnik Štefan Atila Brezányi (2009), prekladateľ Štefan Kýška (2014), dramatik, prekladateľ a divadelný kritik Juraj Váh(2016), za pokračovanie v tradícii umeleckého kníhviazačstva Lída Mlichová (2015). Za herecké majstrovstvo a tvorivú činnosť v dramatickom umení boli ocenení herec, režisér a moderátor Anton Šulík (1999), bábkár, herec a pedagóg Martin Bálik (2005). Za založenie prvého literárno-dramatického odboru na ZUŠ na Slovensku Vladimír Šupka(2005) a bábkoherečka a spisovateľka Božena Lenčová (2008). Profesor Richard Marsina bol v roku 1998 ocenený za mimoriadne celoživotné výsledky vedeckého bádania a vedeckej publicistiky venovanej stredovekým dejinám Žiliny a jej regiónu.

V tomto príspevku som sa zamerala predovšetkým na tých, ktorí boli ocenení za tvorivú činnosť v oblasti kultúry. Od roku 1996, kedy boli udelené prvé Genius loci Solnensis, však získali toto prestížne ocenenie ďalšie osobnosti nášho mesta, ktoré sa významnou mierou podieľali na zachovaní ducha mesta svojimi aktivitami a tvorivými činnosťami v rôznych sférach spoločenského života, vedy, vzdelaní, športu, medicíny, práva, duchovného života. Verím, že v niektorom z budúcich čísiel nášho časopisu sa nájde priestor na ich predstavenie.

Jaroslava Hubková, študentka U3V

JAR

Jar prezliekla zem.
Šať, čo mala dosiaľ,
Premenila v opar.
Vyčarila jej hneď nový,
Namiešala z farieb ošiaľ.

Štefan Zvarík, študent U3V

Foto: autor



Kvety

TAK TO CÍTIM JA



Štefan Zvarík

Začiatkom roka 2017 predstavilo Regionálne kultúrne stredisko v Žiline verejnosti výstavu s názvom „Tak to cítim ja“. Jedným z autorov vystavovaných diel bol aj študent Univerzity tretieho veku v Žiline (U3V UNIZA) pán **Štefan Zvarík**. Jeho tvorbu v podobe fotografií a básní na vernisáži ocenil úvodným slovom pán Martin Tomaška. Tu je časť jeho príhovoru, ktorá nám bližšie predstaví osobnosť Štefana Zvaríka. Viacerí ho

poznáme ako činnorodého člena Redakčnej rady časopisu *Schody*, fotografa, literáta a aktívneho seniora.

Milý Štefan,

dostalo sa mi tej cti, aby som pri príležitosti tvojej výstavy a životného jubilea povedal pár slov o tebe a tvojej tvorbe. Rozhodol som sa charakterizovať ňa pomocou troch kľúčových slov.

Prvé kľúčové slovo je „**Nebojácny**“. Štefan sa nebojí prezentovať svoju tvorbu a aj ju pred druhými obhajovať. Už ako mladý publikuje svoju fotografiu v novinách, neskôr posielal fotografie do rôznych súťaží, salónov, kde dostáva rôzne ocenenia, usporadúva autorské výstavy, zúčastňuje sa kolektívnych výstav. Vydáva sám básnickú zbierku, čo tiež nie je bežné. Je to dobré, pretože keby Štefan tvoril iba „do šuflíka“, nik by o ňom nevedel.

Keby bol Štefan iba nebojácny a tvrdošíjne presvedčený o kvalite svojej tvorby, stal by sa z neho pravdepodobne narcis. To by nebolo dobré a našťastie to tak ani nie je. Preto druhé kľúčové slovo je „**Hľadajúci**“. Štefan síce obhajuje svoju tvorbu, no vždy má pochybnosti, či to, čo už vypustil do sveta, je to „pravé orechové“. Nikdy si nie je úplne istý a vždy vie, že sa tam dalo ešte to či tamto spraviť inak. A to je fajn, pretože tento tvorivý nepokoj ho robí pokorným.

Tretie kľúčové slovo je „**Chlapec**“. Štefan síce tento rok oslavuje narodeniny, ktorých číslo je už pomerne zaujímavé, stále však zostáva vo svojej tvorbe tým

naivným malým chlapcom. Jeho entuziazmus pre nové veci v klube fotografov je obdivuhodný a často prevyšuje aj oveľa mladšie ročníky.

Tolko ku kľúčovým slovám. Zároveň mi dovoľ, milý Štefan, povedať niečo osobné. Vždy keď diskutujeme o umení a tvorbe a ja sa dívam do tvojich modrých prenikavých očí, predstavujem si ťa ako námorníka niekde v Bretónsku (hrubé svetle, ktoré nosievaš, tento vnem ešte umocňujú), ktorý sa na rozbúrenom mori vracia do prístavu s loďou plnou ustríc. Pritom ani netuším, či vieš kormidlovať loď. Keď sa však zapozierám a začítam do tvojej tvorby, som ochotný tomu veriť. Veľa šťastia!

Martin Tomaška, Fotoklub OBZOR

Foto: archív U3V



Hriechy

HRIECHY

Ticho je v chráme
Nepočuť plakať
Kajať sa
Pod krížom
Nevidieť
Kto hriechy láme

Komu je ľúto
Odložiť zlosti
Na lôžko skonu
Pre lásku nemať vrásku
Na lásku
Pamäť má krátku

Štefan Zvarík, študent U3V

Foto: autor

NACHÁDZANIE BOHATSTVA V NÁS

Zamýšľate sa nad tým, čo je obohatením nášho života? Výklad môže byť rozmanitý. Môže to byť láska. Láska prijímaná. Láska dávaná. Blízkym, priateľom. Možno je to čas. Viac času na zdieľanie s rodinou, partnerom či priateľom. Pre niekoho môže byť hodnotou príležitosť na sebavyjadrenie a poznávanie nových vecí a ľudí.

Domnievam sa, že život je bohatstvo samo. Je to poskladaná mozaika najlepších dní života. Iste, aj tých menej pekných, ale tým miesto v prvom rade nedáme... K tým farebnejším momentom patria šťastné chvíle s rodinou, úspechy detí v škole, v práci. Samozrejme, v žiare reflektorov i naše vlastné. V spomienke: v zamestnaní i tie školské. Na strednej, či vysokej škole.

Ak v nás stále blčí oheň, či aspoň plamienok, ak máme chuť učiť sa a skúšať nové veci, stúpať za poznáním a rozvíjať svoj potenciál, sme na správnej ceste k sebarealizácii. K rozvoju seba samého. S víziou rastu pre vlastný úžitok i prospech ďalších ľudí.

Snahou celoživotného učenia je utvárať a dotvárať osobnosť. Vzdelávať sa cez rozum i emóciu, zážitok, čím sa človek pretvára a prerastá sám seba. Je to proces kultivácie ľudských schopností. Slovom Jána Amosa Komenského: zušľachťovanie ľudskej múdrosti.

Prvými klubovými prednáškami v tomto akademickom roku Univerzita tretieho veku Žilinskej univerzity v Žiline, spoločnými úvahami a sebapoznávaním otvorila priestor pre zažívanie univerzálnych kompetencií: v oblasti seba-vyjadrenia, etiky v medziľudských vzťahoch, komunikácie, asertivity, spolupráce a tvorivého myslenia. Verím, že ich aktivizácia prostredníctvom edukácie má hlboký význam pre obohatenie a zachovanie kvality života človeka.

Ľubica Mindeková, koordinátorka Univerzity tretieho veku

Nikdy nie si príliš starý na to, aby si si vytýčil ďalší cieľ alebo začal snívať nový sen.

Clive Staples Lewis

VNÚTORNÝ GOMBÍK PRINÁŠA TEPLU

„Už máš pripravenú reč?“ opýtala sa ma autorka novej knihy, pretože slávnostné uvedenie sa blížilo. Keďže ma oslovila napísať pár slov v doslove, dohodli sme sa, že na uvedení budem mať príhovor ja.

„Kdeže! To je ešte len dávna budúcnosť!“ odvetil som. Čas ukázal, že niektoré veci skutočne nepotrebujú uponáhľať. Nasledujúce dni mi ponúkli výbornú inšpiráciu.

Mimo seba ma čakalo veľa ciest, teda tých duševných. To pozná azda každý z vás, keď sa sem-tam vnútorne odpútate a vyberiete sa na prechádzku po schodoch z myšlienok. Čakali ma však aj iné cesty, tie fyzickejšie. Jedna napríklad na sever k poľským hraniciam, kde som sa v oravskej Novoti zúčastnil sympatického podujatia pre seniorov a ľudí s rôznym hendikepom. A ďalšia, o deň neskôr, bola do bližších končín od Bystrice. V Ružomberku som si pozrel netradičnú výstavu – gombíkov. Práve gombíky vo mne rezonovali. Keď som sa organizátora výstavy, starého múdreho pána, pýtal na samotný nápad zozbierať takmer tri tisícky gombíkov, odpovedal jednoducho: „Gombík spája!“ Je to navonok nevšedná vec, ktorú ležiacu na zemi väčšinou prehliadneme a po ktorú sa nezohneme tak ako po peniaz. No uvedomil som si, ako sa mi minulý rok na novom zimnom kabáte odtrhol vrchný gombík a zrazu mi bola zima. Gombíkové úvahy sa tak vo mne rozbehli jedna radosť. Dni prešli a krátko pred slávnostným uvedením knihy mladej autorky sa mi vyjasnilo. Človek má predsa aj svoje vnútorné gombíky. Či už prvá služobná cesta v tomto týždni, či tá druhá gombíková, alebo slávnostné uvedenie knihy, mali spoločné dva z týchto duševných gombíkov. Gombík zdravia a gombík medziľudských vzťahov. Uvádzané knižné dielo totiž prináša tému zhubnej choroby, ktorá zasahuje hlboko do vzťahov ľudí. Človek náhle zisťuje, že keď gombíky zdravia či lásky nie sú zapnuté, je mu zima a akosi viac fučí do srdca. Gombík spája. A to nielen materiu, teda oblečenie. Máme aj vnútorné, neviditeľné gombíky, vďaka ktorým nám býva teplejšie pri srdci.

Niekedy je nimi obyčajný pozdrav a pohľad do očí, inokedy objatie, alebo nejaká úprimná pozornosť. Sem-tam sa nám rozopnú, ale nič nám nebráni opäť ich zapnúť.

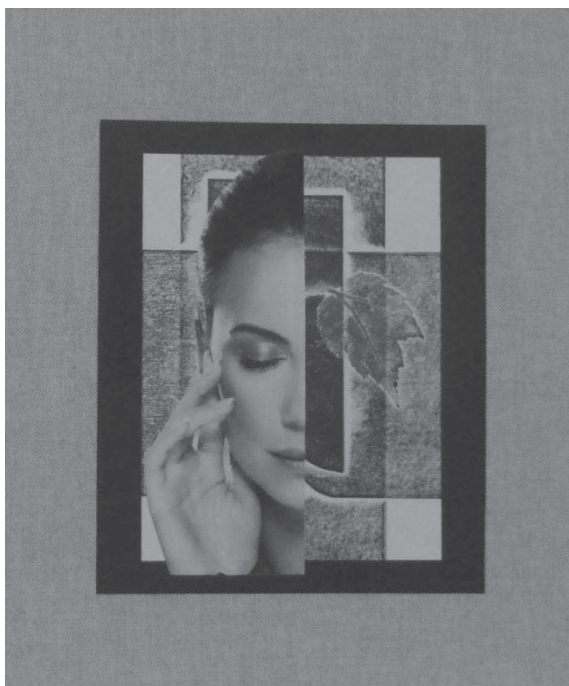
Marcel Páleš, redaktor Rádia Regina Banská Bystrica

NAŠE ŠTUDENTKY VYSTAVOVALI

Kto v októbri minulého roku zavítal do Makovického domu na výstavu prác jubilujúcich členov klubov pri Krajskom kultúrnom stredisku v Žiline, určite neolutoval. Umelecké fotografie členov Fotoklubu Obzor, krehké výtvary čipkárok z Klubu Grácia či maľby, kresby, grafiky a koláže jubilentov z Klubu neprofesionálnych výtvarníkov museli osloviť každého návštevníka. Obzvlášť potešujúce je, že svoj výtvarný talent, kreativitu a zručnosti prezentovali aj naše dve študentky - zakladajúca členka klubu **Mariana Horečná** a osem-desiatpäťročná **Marta Marlonová**, ktorej životným krédom je "radosť z tvorivej práce". Obe môžu byť pre nás príkladom, že ak nestratíme chuť do života a odvahu, práve seniorský vek dáva možnosti (predovšetkým časové) skúšať niečo nové, tvoriť a aktívne sa venovať svojim záľubám.

Ľudmila Gašparíková, študentka U3V

Foto: archív U3V



Koláže: Mariana Horečná

STARÝ ČLOVEK – FAKTY A MÝTY

Keďže patrím k seniorom, s radosťou som privítala stretnutie s mladými, ktoré zorganizovala U3V UNIZA pri príležitosti októbra - mesiaca úcty k starším. Zážitkovou formou cez interaktívne úlohy, pripravené pani lektorkou, sme sa na hodine občianskej náuky my - seniorky spolu s mladými gymnazistami pokúšali búrať medzigeneračné predsudky. Budúci maturanti - žiaci 3.A, si k nám hneď na začiatku vytvorili kamarátsky vzťah, s nadšením s nami diskutovali a snažili sa o ústretový dialóg.

Ja ako bývalá učiteľka strednej školy som si pripomenula príjemné chvíle strávené v kruhu mladých ľudí – študentov, ktorí ma sprevádzali po celý môj pedagogický život. Oni boli mojim zdrojom pozitívnej energie.

A teraz vďaka budúcim maturantom som opäť prežívala tento pocit.

Počas celého workshopu sme si veľmi dobre rozumeli. Rozprávali sme sa o ich plánoch do života, zabávali na študentských zážitkoch, uvažovali o súčasnosti. Spolupracovali sme na plnení zadaných úloh a zisťovali, čo nás spája a kde je potrebné robiť kompromisy. Na záver sme si navzájom poslali pár želaní. A tu sú želania pre mňa od mojich chlapcov z 3.A. Gymnázia sv Františka z Asissi v Žiline, ktorí tvorili moju pracovnú skupinu.

A čo na to gymnazisti ?

Emi: študentka 3.A

Vzťahy medzi mladou a staršou generáciou vnímam ako prirodzené. Väčšina z nás má starých rodičov a myslím si, že vychádzajú s nimi veľmi dobre. Problém môže nastať v dnešnej modernej dobe, kedy sme zahľadení len sami do seba a nestíhame vnímať ostatných. Na workshope, čo som absolvovala, bola príjemná atmosféra, len nás bolo príliš veľa v skupine, a zároveň príliš málo času na lepšie spoznanie a podelenie sa o zážitky i skúsenosti.

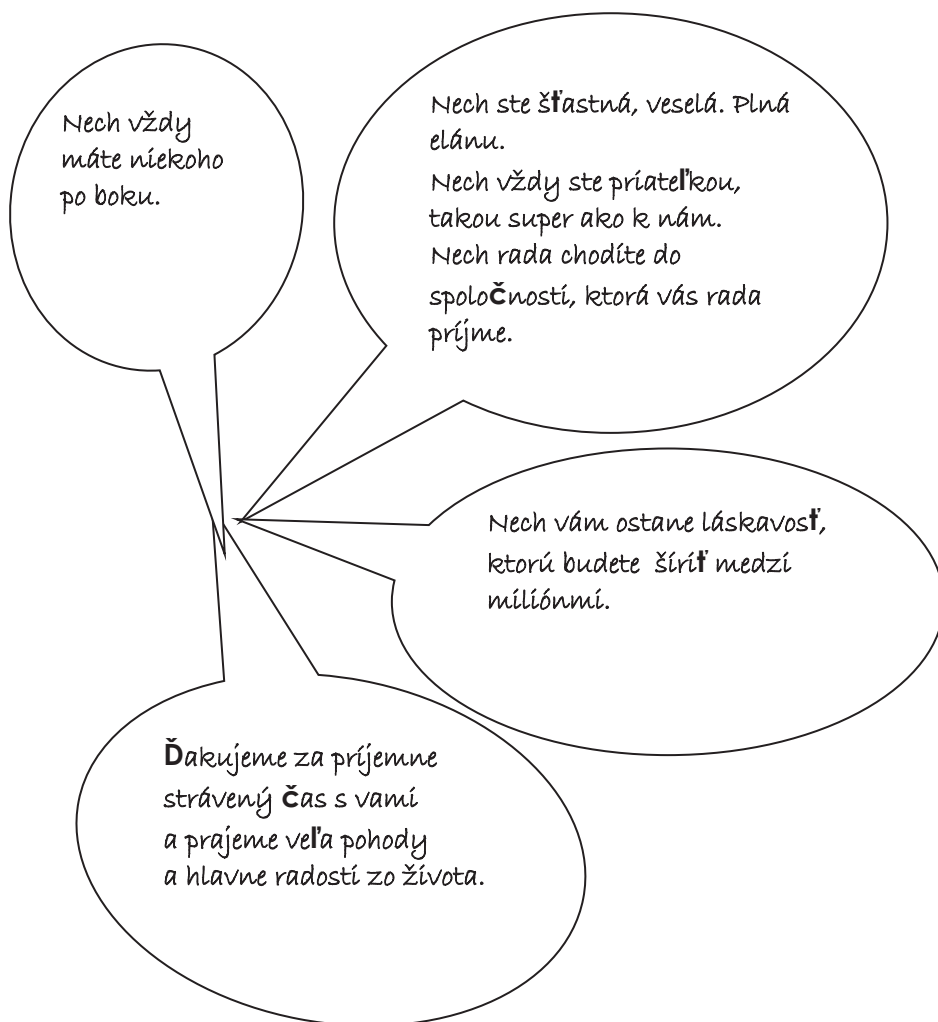
Karolína: študentka 3.A

Stretnutie so staršou generáciou bolo zaujímavé a pre nás mladých ľudí aj veľmi prínosné, pretože si myslím, že mladí ľudia často zabúdajú na starších. Sme radi, že seniori z U3V UNIZA zavítali práve k nám.

Dávid: študent 3.A

Bola to príjemne strávená hodinka spoločného času, kde sme tak trošku odbúravalí medzigeneračné steny. Pani seniorky boli na nás veľmi milé a

ústretové. Vôbec im nevadilo zapojiť sa do humoru nás, mladých. Vo veľa úsmevných situáciách sme už vôbec nepociťovali generačný rozdiel... jednoducho sme spolu „padali zo stoličiek“ a chytali sa za bruchá. Veľmi ma oslovilo, ako mali snahu ukázať nám, že chcú byť prístupné mladým, že sa chcú učiť novým veciam a taktiež aj nás učiť novým veciam.



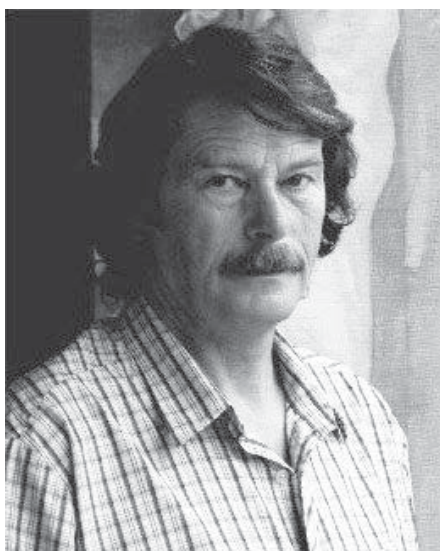
Viera Ďurdíková, študentka U3V

Dokiaľ žijeme, učme sa, ako žiť.

Seneca

CHRÁŇME DUCHOVNÚ KRÁSU!

Miroslav Bartoš (1949) – básnik, výtvarník, esejista, publicista, redaktor, pedagóg, múzejník, kurátor výstav - pochádza z Ružomberka. Po skončení drevárskej priemyslovky študoval na Filozofickej fakulte UPJŠ v Prešove, kde v roku 1974 absolvoval odbor slovenčina - výtvarná výchova. Vydal deväť básnických zbierok (napr. V letokruhu, S vami, Anna, Kto ťa pohladí, Ružový akt, Ticho rúk) a uskutočnil desiatky samostatných výstav. K obľúbeným témam jeho tvorby patria tradičné hodnoty - príroda, umenie, láska, rodina, žena...



Miroslav Bartoš

Zamýšľa sa aj nad existenciálnymi otázkami, pričom kriticky reflektuje rôzne spoločenské udalosti či problémy.

Svoje knihy si sám ilustruješ, a tak texty so subtilnými kresbami, akvarelnými či kolážami tvoria akúsi prirodzenú symbiózu. Spomenieš si ešte, kedy si v sebe objavil básnika a výtvarníka?

Od detstva som rád kreslil a maľoval, aj som sa pokúsil o veršiky. Ale bola to len hra. Na strednej škole už bola výtvarná príprava súčasťou štúdia v odbore dizajnu nábytku a interiéru. Na fakulte

som spontánne k veršom pridával kresby. Možno až vtedy, začiatkom sedemdesiatych rokov, som sa nasmeroval ku knižnej tvorbe, hoci som ešte netušil, že moje prvé zamestnanie nájdem vo Východoslovenskom vydavateľstve v Košiciach, druhé v Literárno-múzejnom oddelení MŠ v Martine. Orientácia na literatúru a umenie sa tvorila akosi samovoľne a ja som sa v oboch nachádzal.

Väčšina tvojich básní zachytáva vôňu a nepolapiteľnosť prítomného okamihu. Pri ich čítaní mám pocit, akoby vyvierali priamo z tvojej duše. Ako sa rodia? Spontánne, ľahko alebo ich precízne brúsiš ako diamant?

Proces zrodu? Nastáva chvíľa, ktorá ma pozve: napíš to, čo práve prichádza, daj pocitu, emócií, myšlienke tvar skôr, ako sa rozplynú. A ja ich píšem, ako keď maľujem akvarel.

S pokorou človeka bytostne spätého so slovenskou prírodou maľuješ slovom i obrazom krásy liptovskej a turčianskej krajiny. Môžeš prezradiť, ktorý kút či kútik je tvojmu srdcu najmilší?

Slovensko má veľa podôb, veď ony sa odjakživa odrážali vo folklóre a krojoch. Najmilšie sú mi doliny medzi Fatrami, územie zovreté oboma Tatrami. A, samozrejme, tá moja malá kolíska pod Vlkolíncom.

Nevyhýbaš sa ani spoločenským problémom a nadčasovým témam, ktoré nás nútia zamyslieť sa nad zmyslom života. Ako vnímaš dnešný rýchly globalizovaný svet orientovaný hlavne na výkon a konzum? Myslíš si, že je horší ako v časoch našej mladosti?

Záhady bytia a opakujúce sa problémy sveta ma zaujímajú od dospievania. Zavše si aj dnes pomyslím: Prečo ja musím na seba vzťahovať všetky bôle a strasti ľudstva? Nuž, musím ich reflektovať. Pozerám sa na znepokojivé spoločenské javy s obavami, bojím sa úpadku ľudskej prirodzenosti a vytrácania sa múdrosti zo života, tej múdrosti, ktorú naši predkovia prijímali prírodou ako pitie studničnej vody. Žiaľ, nevšímame si, že je zakódovaná v každom živom organizme, ktorý má svoje miesto, zmysel a právo trvať, lebo tak dokonale Stvoriteľ usporiadal svet. Vedecké a umelecké poznávanie sveta verejnou zjavne nenadchýna, nepovznáša nad banality politických a konzumných šarvátok, plnosť života je nahrádzaná gýčovou bezstarostnosťou a ľahostajnosťou k vytrácajúcim sa ľudským cnostiam. Stav ma neteší. Prítomný život môže byť oveľa krajší a hodnotnejší, lenže



Kresba: Miroslav Bartoš

civilizačné vymoženosti treba využívať správne a s mierou. Pretŕhajúce sa medzigeneračné vzťahy by sa patrilo ponaprávať a ctiť si tradičné rodinné väzby. Myslievam na budúcnosť našich detí, aj na mojich šesť vnúčat. Predstavoval som si, že globalizmus prinesie pozitívne riešenie všeludských a enviromentálnych problémov, že bude mravným imperatívom: Neničiť, nezabíjať, ale chrániť zdravie a duchovnú krásu národov.

Na pozadí načrtnutého obrazu sveta sa však aj tak teším z každého dňa, prináša veľa možností, veľa pekných pocitov a cenných myšlienok, ktoré by inak ostali nepovšimnuté.

Ľudmila Gašparíková, študentka U3V

Foto: autorka



Kresba: Miroslav Bartoš

MÚDROŠŤ VEKU – POÉZIA KAŽDODENNOSTI

Naša U3V opäť zabodovala. V novembri 2016 zrealizovala workshop s ústrednou myšlienkou: „Mladí nerozumejú, dospelí nemajú čas a seniori môžu byť mostom všetkých generácií.“ Lektor workshopu – novinár, publicista a spisovateľ **Mgr. Igor Válek** spolu s nami, účastníkmi workshopu, formou

tvorivého dialógu rozobral problém doby - malý záujem detí o knihu, ich čítanie diel slovenskej literatúry, ktoré sa pretkávajú ako zlatá niť vývinom slovenskej literatúry. Takto poeticky lektor pomenoval pálčivý problém dnešnej doby.

Spoločne sme rozoberali negatívny vplyv internetu na čitateľské skúsenosti mládeže. Vďaka nemu sa vytrácajú z rúk detí knihy. Zároveň sme však usúdili, že aj internet môže pomôcť čitateľskej skúsenosti našich detí, ak ho správne využijeme. Elektronické knižnice ťažko dostupných kníh (hlavne povinnej literatúry), verejné ankety v elektronickej podobe týkajúce sa aj popularity autorov slovenskej literatúry, prvé informácie o vychádzajúcich dielach ... To všetko ponúka práve dnes internet. Len treba vedieť, kde to hľadať.

S nadšením sme rozprávali, s akou radosťou sme čítavali knihy svojim deťom a dnes čítame svojim vnúčatám. Spolu s vnúčatami ešte dnes rozoberáme rozprávky, povesti, podporujeme ich predstavivosť, rozvíjame fantáziu, učíme ich rozoznávať dobro a zlo.

Dnešné médiá sú plné negatívnych faktov z každodenného života, ktorými zaťažujú našu myseľ. Vďaka nim sa vytráca poézia každodennosti. Jednoducho to je biznis. Ale dnešný život nie je len o biznise, veď dobré veci sa stále dejú, dobrí ľudia stále žijú, len ich treba vnímať.

A práve to bol aj výstup z nášho workshopu. Dobrou knihou zapôsobí, ovplyvní toho na koho máme dosah. Nevnučovať každému za každú cenu knihu. „Netreba sa smiať všetkému, kričať, ale treba upozorniť na veci, ktoré sú síce tiché, ale sú dobré“, týmito slovami ukončil naše príjemné stretnutie Igor Válek.

Viera Ďurdíková, študentka U3V

Mladí potrebujú radosť a lásku, dospelí prácu a priateľstvo, starí mier a pokoj.

Konfucius

HAIKU

Sedemnášť slabík.
Pridlhé na ozvenu,
dosť na vyznanie.

PRAMIENKY TICHÁ

Počúvaj ticho
a rozoznie sa tvoja
najkrajšia pieseň.

Miroslav Bartoš



RUŽA

Dlhá stonka
Ruže púčik
Lístky túlia k sebe ramená
Ako v klenbách katedrál
Krása je chránená

Štefan Zvarík, študent U3V

Foto autor

CESTA DO PRAHY ZA KULTÚROU A PRIATEĽSTVOM

Možno si ešte niekto pamätá projekt GAIN z rokov 2012 – 2014 (Opäť spojení dobrovoľníctvom), počas ktorého Univerzitu tretieho veku v Žiline navštívili študentky Univerzity tretieho veku Filozofickej fakulty Univerzity Karlovej z Prahy. Pre ochranu osobných údajov si každá vybrala meno po kvetinkách (Slniečnica, Pampeliška, Fialka, Chrupa, Aloe Vera). Účastníci projektu z našej U3V boli v Prahe v dvoch skupinách a zvolili si mená Kamilka, Medovka (2013), Bleduľa, Nezábudka, Orchidea a Technik (2014). Každý účastník plnil svoju aktivitu pridelenú v tíme. Pobytu boli náročné, ale úspešné. Odmenou za všetku námahu mi zostalo milé priateľstvo s pražskými „kvetinkami“, aj keď sme do začiatku projektu o sebe nevedeli. Projekt sa skončil, priateľstvo zostalo. Posúdte sami.

Náhoda chcela, že sme 1. 9. 2014 cestou z I. československých športových hier seniorov v Moste s partiou seniorov prechádzali Prahou a pražské kvetinky Pampeliška s Aloe vera nás prišli pozdraviť aj s občerstvením. Stačila im jedna e-mailová informácia o odchode vlaku do Žiliny.

Ak máte možnosť spojiť kultúrne podujatie so stretnutím s priateľkami „kvetinkami“ z U3V FFKU, ktoré sa vám venujú vo svojom voľnom čase a sprevádzajú vás po Prahe – tomu hovorím ŠŤASTIE.

Do Prahy sme prišli v nedeľu napoludnie a tri pražské „kvetinky“ našu 10 - člennú skupinu seniorov z Denného centra aj o. z. JAS z Bytčice čakali pri vlaku. Prešli sme peši na ubytovanie a spoločne si prezreli Prahu. Neodradil nás ani mierne dážď. Neskoršie nás poctili svojou prítomnosťou ďalšie dve „kvetinky“ a spolu s nami zhliadli divadelné predstavenie, na ktoré sme špeciálne prišli. Po skončení predstavenia nás znova odprevadili na ubytovanie.

Aj napriek skutočnosti, že pražské „kvetinky“ našich členov predtým nepoznali, komunikácia bola obojstranne priateľská.



V Národnom divadle

A prečo sme vlastne išli do Prahy na divadlo? Naša generácia si veľmi dobre pamätá Janu Štěpánkovú a jej excelentné herecké výkony.

Možno viete, možno nie, že herečka Jana Štěpánková sa narodila v Prímestskej časti Žiliny v Bytčici, ktorá v tom čase bola samostatná obec. V Bytčickom kaštieli bola Detská nemocnica, v ktorej pôsobil jej starý otec MUDr. Hálek, a tak sa Bytčica stala jej rodiskom.

Nedávno navštívila so Zlatou Adamovskou - Štěpánkovou aj Mestské divadlo v Žiline s hrou Na úteku. Nemali sme možnosť (kvôli inej akcii) vidieť túto hru v Žiline, tak sme sa rozhodli navštíviť divadlo v Prahe. Oplatilo sa prísť do Prahy a pozrieť si herecké výkony spomínanej dvojice.

Po skončení predstavenia sme spoločne s Janou Štěpánkovou pobudli v divadelnej kaviarni. O dobrú náladu nebola núdza. Je to veľmi kultivovaná,



Po skončení hry Na úteku

milá dáma, ktorá nemá žiadne maniere veľkej hviezdy. Pred tromi rokmi bola uvedená do Siene slávy v Českej republike. Odovzdali sme pozdravy od vedenia mesta Žilina a umeleckú prácu našich bytčických medovníkárov, ktorí vytvorili kazetu v podobe Bytčického kaštieľa. Keď idete za dobrou kultúrou a priateľmi, je každá vzdialenosť blízko.

Mária Žideková, študentka U3V

Foto: autorka

ALOJZ ŠTRÓBL – NAJOSPEVOVANEJŠÍ UHORSKÝ SOCHÁR

Pri svojich návštevách Budapešti som sa často stretávala s dielami Alojza Štróbla, ktorého Maďari považujú za svojho najväčšieho sochára. Nikdy mi nenapadlo, že by tento svetoznámy umelec mohol mať niečo spoločné so Slovenskom. Až raz som v rozhlase počula, že kronikár Kráľovej Lehoty František Bizub na základe zozbieraných materiálov vydal knihu Alojz Štróbl, tvorca sôch zvierat a poľovník. Veľmi ma potešilo, že tento sochár sa narodil na Slovensku a aj keď nebol Slovák, mal rád Liptov, Slovákov, rád sa obliekal do ľudového odevu a bol milovníkom slovenských kolied. Keďže u nás je Štróbl takmer neznámy, rozhodla som o ňom napísať.

Alojz Ján Viliam Štróbl sa narodil 21. júna 1856 na samote Frischfeuer, nachádzajúcej sa medzi Liptovským Hrádkom a Kráľovou Lehotou. Základnú školu začal navštevovať v Kráľovej Lehotě a pokračoval v Liptovskom Hrádku. Po absolvovaní gymnázia v Levoči, kde si osvojil slovenčinu, nemčinu a maďarčinu, sa rok učil remeslu v modelárni Třineckých železiární. Následne študoval na Viedenskej umelecko-priemyselnej škole a v rokoch 1876-1880 na Viedenskej akadémii výtvarných umení. Po skončení štúdií prišiel do Budapešti, kde mu cisár František Jozef I. (Štróbl ho dokonca portrétoval) dal zriaďiť priestraný ateliér. Obrovská potencia a ľahkosť modelovania mu

zabezpečili umelecké aj materiálne úspechy. Veľmi rýchlo si získal dobré meno a výrazne ovplyvnil sochárstvo na prelome 19. a 20. storočia. Ako profesor vychovával najvýznamnejších umelcov nasledujúcej generácie.

Štróblova tvorba je rozsiahla. Dnes je zaznamenaných vyše 600 maliarskych a sochárskych diel. Najviac sa ich nachádza v Maďarsku, hlavne v Budapešti. Jeho diela nájdeme aj v Rumunsku, Nemecku, Anglicku a v súkromných zbierkach v Belgicku, Kanade a USA. Na Slovensku sa jeho sochy nachádzajú v Kráľovej Lehote, Liptovskom Mikuláši, Bratislave, Topoľčiankach, Liptovskom Hrádku, Krásnej Hôrke, Betliari, Košiciach, Prešove, Hybiach a Rimavskej Sobote.

Najznámejšia socha *Naša matka* z roku 1896, pôvodne navrhnutá ako pomník na hrob matky, je evidovaná v parížskom Louvri ako výtvor patriaci medzi najdokonalejšie sochy sveta. Fotografiu s jej podobou dlhé roky predávali v USA najmä ku Dňu matiek. Jej bronzový odliatok sa nachádza pred Galériou P. M. Bohúňa v Liptovskom Mikuláši a originál z mramoru v Maďarskej národnej galérii v Budapešti. Pieskovcový variant sochy je umiestnený na trávniku powyše Štróblovej vily v Kráľovej Lehote.

Hoci Alojz Štróbl získal Budapešti významné postavenie, ocenenie a slávu, jeho rodný kraj ostal pre neho navždy miestom, kde čerpal sily a inšpiráciu.

V r. 1891 kúpil v Kráľovej Lehote svoj rodný dom s pozemkami a dal si ho prestavať na vidiecke sídlo s ateliérom, kde trávil letá. V roku 1913 ho panovník povýšil do šľachtického stavu a udelili mu predikát Liptovskohrádocký. Po vzniku Československa ho označili za maďaróna, hoci mal trvalý pobyt na Liptove. Zomrel v roku 1926 v Budapešti, kde je aj pochovaný. Jeho manželka sa potom natrvalo usadila v Kráľovej Lehote a z vily urobila rodinný penzión, ktorý jej slúžil až do druhej svetovej vojny. Keď vdove sily ubudli, vilu predala.

Žiaľ, po 2. svetovej vojne sa u nás pomaly na Alojza Štróbľa zabúdalo. Mnohé jeho diela boli zničené a vila s ateliérom umelca na brehu Váhu pri Kráľovej Lehote ostala opustená a zanedbaná.

Marta Huťková, študentka U3V

Umenie je zrkadlom a kronikou každej doby.

Shakespeare

ABY SME SPOZNALI MEDIÁLNY SVET

U3V UNIZA sa už dlhodobo snaží vzdelávať seniorov v oblasti mediálnej gramotnosti. Pre udržanie tohto trendu bol zaradený do ponuky vzdelávania aj v akademickom roku 2016/2017 nový jednoročný program: **Tvorba pre médiá**. Prostredníctvom odborníkov z oblasti mediálnej gramotnosti tak prináša seniorom pomôcku, ako sa orientovať vo svete médií, ako pre médiá tvoriť, a tým aktívne ovplyvňovať ich fungovanie.

Potrebu vzdelávania v tejto gramotnosti si U3V UNIZA overila aj počas česko-slovenskej konferencie EPALE na tému **Mediálna gramotnosť vo vzdelávaní dospelých** v októbri 2016 v Prahe. Na konferencii odznali mnohé výzvy pre vzdelávacie inštitúcie, aby svojou ponukou podporovali a zvyšovali mediálnu gramotnosť účastníkov vzdelávania. V prípade U3V UNIZA sú to práve seniori. Gramotným človekom bol kedysi ten, kto vedel čítať a písať. Tieto dve základné komunikačné zručnosti človeku nielen zaručili bezproblémovú orientáciu v živote, ale, a nie je to tak (relatívne) dávno, zaistovali používateľovi celkom výnimočný status. Avšak, možno nanešťastie, najmä vďaka rýchlemu rozvoju spoločnosti takmer všetkými možnými i nemožnými smermi, sa pod slovným spojením gramotný človek začína chápať čosi iné.

Problém je, že ako sa vyvíja realita okolo nás, tak sa vyvíja aj obsah gramotnosti, teda to, čo si pod termínom predstavíme. Veľmi často sa v textoch EÚ a následne aj v našich vzdelávacích končinách nachádza tzv. funkčná gramotnosť. Napríklad, od človeka sa vyžaduje nielen schopnosť zvládnutia techniky čítania a písania, ale aj schopnosť porozumieť textu (prehovoru), hodnotiť ho, analyzovať, spájať s ostatnými kognitívnymi operáciami, vedomosťami, podnetmi a podobne.

Aby sme vedeli, o akej konkrétnej gramotnosti rozprávame, začali sa s gramotnosťou používať prívlastky. Preto sa často stretávame s finančnou, čitateľskou alebo mediálnou gramotnosťou. Keďže ide o pojmy relatívne nové, znamená to, že aj pomenúvajú niečo, čo tu predtým nebolo alebo bolo, no my sme si to úspešne nevšimli alebo všimnúť nechceli.

Generácia narodených po roku 2000 sa nazýva aj „generácia Z“ a čo sa týka jej typických čŕt, ide jednoznačne o technicky najbystrejšiu generáciu všetkých čias. Zatiaľ. Bohužiaľ alebo našťastie má táto generácia práve nás a my máme práve ju preto, aby sme im predstavili hodnoty, postoje a naše

verzie gramotnosti také, aké boli potrebné pre poriadne fungovanie spoločnosti a na ktoré môžu nadviazať alebo ich poprieť. Súčasne, aby sme aj s pomocou mladších my nadobudli také zručnosti, ktoré by nám zaručili bezproblémové fungovanie vo svete, ktorý ešte len príde a aby sme si ho aj my zaslúžene užili.

Či chceme alebo nie, sú to často médiá, ktoré v lepšej miere ovplyvňujú, v tej horšej riadia naše životy. Prekuknúť média, zistiť ich zámer, rozpoznať či je ich obsah pravdivý alebo nie, či je ich výstup morálny alebo už patrí do etickej stoky, nie je nič jednoduché. Priznať si, že sme často v informačnom víre a v hodnotovom chaose nie je hanba. Potupa je vedieť to a nič s tým nerobiť.

V nadväznosti na vzťah staršej a mladšej generácie je logické, že jedna sa učí od druhej. Háčik je, že jedna holobradá si myslí, že sa od tej druhej antikvárnej nemá čomu naučiť a tá druhá nevie, čo by sa od usmrkaných naučiť mohla a mala. Aké sú teda možnosti? Ani my sme sa všetko nenaučili od starých rodičov, rodičov a kamarátov, ale ešte pred chodením do práce sme chodili do školy. Škola má vychovávať a vzdelávať, neskôr iba to druhé a ešte neskôr... Ako sa jej to darí, a prečo, je na dlhšie, prinajmenšom na niekoľko zasadnutí niekoľkých rád EÚ, nášho parlamentu, kompetentných ľudí, rodičov, študentov, učiteľov.

A tak nás život naučil a stále učí najlepšie. S vlastnou aktivitou spolu s rovesníkmi, odborníkmi a s podporou inštitúcií, ktoré to myslia vážne nielen preto, že za to dostávajú peniaze, ale to vedia a ich to aj baví, môžeme s tou našou mediálnou gramotnosťou trochu pohnúť. Prečo? Mediálna gramotnosť na jednej strane posilňuje kritické myslenie a schopnosti kreatívneho riešenia problémov, na druhej strane získavané zručnosti a vedomosti sú v rýchlo sa rozvíjajúcej informačnej spoločnosti predpokladom začlenenia jednotlivcov do procesov inovácií. Zjednodušene povedané, táto gramotnosť nám je na osoh, aby sme boli a zostali aktívnou zložkou spoločnosti.

Sme svedkami moci a nemoci médií, sme obeťami manipulácie? Slúžia médiá všeobecnému blahu alebo sú riadené oligarchami, sú mediálne produkty objektívne, pravdivé alebo plné lži? Nadobudnutá mediálna gramotnosť nám má pomôcť nielen aktívne pôsobiť v mediálnom svete, ale ju aj využiť pre seba, svoju rodinu, blízkych a spoločnosť, v ktorej žijeme. Výsledky pokusu o zvýšenie mediálnej gramotnosti našich detí pod názvom mediálna výchova vidíme nielen okolo seba v deťoch, ktoré trpia mnohými net závislosťami, pre

ktoré sa pomenovanie iba chystá, ale aj štatisticky, vo výsledkoch prieskumov. Podľa nich naši nositelia rána nerozumejú textu, nevedia nájsť požadovanú informáciu, nevedia rozlíšiť, či je informácia pravdivá alebo nie. Je to len na skok od nevedomosti rozlíšiť dobro od zla, pekné od škaredého, správne od nesprávneho.

Albert Kulla, lektor U3V, Tvorba pre médiá

BRÁNY ROSENFELDOVHO PALÁCA SÚ OTVORENÉ

Začiatkom septembra sa otvorili nielen brány škôl, ale aj brány Rosenfeldovho paláca. Mnohým návštevníkom sa počas prehliadky vynárali veselé spomienky, kedy ako deti v tomto objekte rozvíjali svoje talenty v rôznych krúžkoch.

Keď som sa prisťahovala do Žiliny, stavbou, ktorá ma veľmi zaujala, bol práve Rosenfeldov palác. Ako študentka U3V som sa rozhodla dozvedieť o tejto nádhernej stavbe čo najviac.

Manželia Ignác a Júlia Rosenfeldovci si v roku 1907 dali postaviť secesnú budovu banky s obytnými priestormi podľa projektu architekta Mikuláša Rautera. Táto budova predstavuje slohovo čistú stavbu z obdobia secesie s významnými architektonickými a umeleckými hodnotami, ktorá sa zachovala takmer v pôvodnom stave s mnohými umelecko-remeselnými detailmi. Od svojho založenia v Rosenfeldovom paláci pulzoval život: sídlo Žilinskej obchodnej banky, Pioniersky dom, v roku 1990 premenovaný na Dom pionierov a mládeže a naposledy Centrum voľného času Spektrum.

V roku 2004 bol Rosenfeldov palác vyhlásený za kultúrnu pamiatku a v roku 2009 ho Ministerstvo kultúry vyhlásilo za národnú kultúrnu pamiatku. V rokoch 2011 až 2014 bol pre verejnosť uzavretý pre nevyhovujúci technický stav. V roku 2015 začala jeho rekonštrukcia za pomoci prostriedkov z eurofondov. Vďaka funkcii, ktorú objekt získal, ako aj nedostatku finančných zdrojov sa zachoval v takmer pôvodnom stave.

Zo zachovaných umelecko-remeselných prvkov spomeniem aspoň niektoré: terazzové dlažby, podlahy, schodiskové stupne, kamenárske prvky



Schody v Rosenfeldovom paláci

v schodiskovej hale, kovové zábradlie zadného schodiska, vitrážové sklá okenných výplní, štukatérska výzdoba interiérov a lustre.

Táto zachránená kultúrna pamiatka bude slúžiť ako reprezentatívne centrum ponúkajúce kultúrno-spoločenské akcie, umelecké expozície, hudobné produkcie, koncerty a osvetovú činnosť. Využitie bude aj pre kultúrno poznávací turizmus, k dispozícii sú prehliadky budovy a jej histórie.

V čase otvorenia Rosenfeldovho paláca sa zúčastnila prehliadky priateľka z USA, rodáčka zo Žiliny. Návšteva paláca po mnohých rokoch bola pre ňu nečakaným, silným zážitkom. Návrat do čias mladosti bol umocnený vznešeným novým šatom celého objektu.

Magda Mažgútová, študentka U3V

Foto: autorka

POLNOC

A spánok nikde... Ako každý deň. Čo s tým? Mozog pracuje naplno, dokonca intenzívnejšie ako počas dňa. Východisko z núdze? Svetlo, aktivita...



Prvá, ktorá pripadá do úvahy: papier, pero... písať! Aký to bude literárny útvar? Ťažko vopred povedať. Asi, voľná tvorba.

Úvaha? Na akú tému? Volím všeobecnú, vychádzajúcu z môjho podvedomia, relaxačnú, hodiacu sa na túto nočnú hodinu. Hodinu, keď dni si odovzdávajú štafetu bez šampanského, bez ohňostrojev, pokusov o humor a veselosť. Na to je nárok len jedenkrát do roka. Tých ostatných 364

odovzdávaní štafety je bez pompéznosti, slávy, vtipu, prejedania sa, bez prípitkov a predsavzatí. Náhradou je ticho, pokoj, tma, samota. Iba tik-tik alebo tik-tak. Hodiny ako jediný spoločník.

Písmenká, riadky pribúdajú a môj spánok stále neprichádza. Možno sa pozabudol a sám drieme niekde inde. Stáva sa pre mňa úzkoprofilovým. Prečo nie ? Ved' už všeličo bolo nedostatkovým tovarom. Raz to bol toaletný papier a dnes aj strecha nad hlavou či zdravý sedliacky rozum. Aprupo, kde by sa dal kúpiť tento tovar? Teraz mám na mysli ten... spánok. Nečudujte sa, ved' dnes je tovar všetko. Aj zdravie, vzdelanie, láska, voľný čas... Tak hor sa už len nakupovať!

Keď obraciam list papiera, novú čistú stránku, ponúkajú sa mi ďalšie témy k písaniu. Písanie je fajn činnosť, najmä tá klasická – pero, papier. Aj tak sa dá v dnešnej vyspelej a technikou ovládanej dobe, bez počítača. Hm... Počítač je dobrá vymoženosť. Pre niektorých dokonca nevyhnutná súčasť života. Ale trúfam si tvrdiť, že predsa len tie kstrbaté písmenká rukopisu majú čosi do seba.

Spánok však stále neprichádza. Nie je so mnou, nie je ani za mojimi dverami. Necítim ho prichádzať. Za dverami je však iste Nový rok, ten áno, už klope... To sú mi veci. Asi je niekde chyba. Asi sa niečo pokazilo. Kam s tým ísť? Do opravy? Ale táto porucha je už dávno po záručnej dobe, teda nevzniká nárok na bezplatnú výmenu alebo opravu. Ani neviem, kde sa treba ísť sťažovať. A možno už iba trpezlivo čakať a čakať... Viečka sú pomaly ťažšie a ťažšie, pravá ruka oťažieva, ľavá ruka... hm. Nie! Je to iba predstava. Škoda. A zajtra...

Mariana Horečná, študentka U3V

Foto: archív Anna Varényiová

NÁVŠTEVA VÝSTAVY FOTOGRAFIÍ NÁŠHO LEKTORA

S veľkým rešpektom po opätovnej výzve som sa odhodlala napísať svoj prvý skromný príspevok do časopisu Schody.

Chcela by som sa v ňom s čitateľmi podeliť o dojmy z výstavy fotografií **Ing. Miroslava Pfliegla, CSc.**, ktorý bol v zimnom semestri naším lektorom a pozval nás na svoju výstavu inštalovanú v priestoroch žilinskej radnice. K tomu,

28

aby som niečo napísala, ma povzbudil aj Einsteinov citát z posledného čísla nášho časopisu: „Svet okolo nás je plný nádherných prírodných javov, nad ktorými žasne rozum a srdce pookreje, ak ich dokážeme vidieť.“

V pondelok 10. októbra 2016 nás privítalo smutné, upršané počasie, ale po ceste na radnicu začalo svietiť slnko a ostalo svietiť v našej duši aj pri spiatočnej ceste. Fotografie, ktoré sme v priestoroch radnice videli, boli nádherné, s citom a vkusom vyvážené. Každá fotografia mala zvláštne čaro. Všetci sme ožili, chodili od jednej k druhej a nevedeli sme sa od nich odpútať. Každý z nás by sa rád stal majiteľom takej nádhery, aby si ju mohol vychutnať v teple domova, potešiv zrak po celodennom strese. Uvedomili sme si, že tie nádherné prírodné javy zachytené fotoaparátom pána Pfliegla často nevidíme a slepo okolo nich chodíme.

Ďakujem v mene svojich spolužiakov programu Človek a umenie autorovi Ing. Miroslavovi Pflieglovi za estetický zážitok a koordinátorke PhDr. Ľ. Mindekovej za organizačnú prácu.

Mária Renkerová, študentka U3V

Foto: autorka

SOM SENIOR, KTO JE VIAC? ZRKADIELKO

Milí kolegovia, v priebehu posledných dní som sa zúčastnila niekoľkých spoločných stretnutí. Naposledy workshopu s názvom Múdroseť veku s lektorom pánom Igorom Válekom. Zostali vo mne mnohé dojmy a o jeden by som sa rada podelila.

Múdroseť veku ešte neznamená automatickú múdrosť. Vek je číslo a za ním sú roky, skúsenosti, prežitky, radosti a sklamanie... Áno, to všetko prináša náš vek. Zrelosť a nadhľad sme získali (aj mnoho iných vecí) a mnohé zas odišlo. Úplne prirodzený kolobeh. Niektoré veci sa už nenaučíme, na každý kopec sa nám asi vyliezť nepodarí. Necháme to už mladším, mladým. Ale čo s nimi, keď mladí len čumia do počítačov, nič ich nezaujíma, žijú konzumne, nevedia sa porozprávať, nedá sa s nimi komunikovať, nečítajú, všetko chcú využiť len vo svoj prospech. Nič lichotivé.

„Ja som im to povedala... ja som vysvetlila... ja nechápem... my sme boli iní... ja... ja... ja“. Mladých, juniorov, sa budem vždy zastávať. Možno som

nenapraviteľný optimista, ale verím im. Možno píšem preto, aby som vás trochu nakazila optimizmom. Pozrime sa na nich aj inak, nájdime spoločné prieniky, naučme sa od nich to, čo vedia lepšie, hoci aj komunikáciu s počítačom. Všimli sme si niekedy aj ich kladné stránky? Akí sú kreatívni, šikovní, ovládajú cudzie jazyky a nové technológie.

Áno, dnešná doba už nikdy nebude taká, aká bola predtým. To, podľa nás dobré, už nikdy nebude väčšinové. Ale ani my – seniori – nemáme patent na rozum. Starý predsa ešte neznamená múdry. Ale múdry senior, to je krásna kombinácia.

Juniori, to sú predsa naše deti a naši vnuci. Aj my sme sa podieľali a stále podieľame na tom, akí sú a akí budú. Obzriem sa späť. Čítali sme im dosť často? Chodili sme s nimi na výlety? Venovali sme im svoj čas? Čo sme urobili my pre nich?

Nie všetko, čo sa dnes deje, je výsledkom takzvanej modernej doby, nie za všetko môže technický pokrok. Za všetkým je človek. My predsa môžeme ovplyvniť tú druhú polovicu, netechnickú. Láska, človečenstvo, spolupatričnosť, čas, starostlivosť, tieto hodnoty predsa nevymizli. Môžeme ich odovzdať ďalej.

Aj my sme boli juniormi, vidíme sa v nich. Možno sme niekedy sklamaní, lebo nie sú takí, ako sme boli my. Niekedy sú takí cudzí, moderní, nevšímaví, nepochopiteľní, sú iní. To neznamená horší.

Staráme. Ale starnime tak, aby sa s nami chceli rozprávať, aby mali dôvod nás počúvať. Nebojme sa ich sveta, možno je zaujímavejší, ako si myslíme. To môžeme urobiť, nielen pre mladých, ale aj pre seba.

Pozerám do zrkadielka. Niekde tam v kúte drieme stále mladá iskra, treba ju zobudiť. Každý vo svojom zrkadielku. Je tam.

Eva Knapcová, študentka U3V

ODLIEVAČI

Skončila som školu a začala som pracovať v umeleckej dielni, kde odlievali sochy. Všetko tam bolo zvláštne, cítila som sa ako Alica v krajine zázrakov. Nemala som však predstavu, ktorú z tých ťažkých prác by som mohla robiť. Pridelili ma k mladému odlievačovi Mišovi ako pomocníčku. Ani on si nevedel predstaviť, čo mi dá robiť. Vyzerala som detsky, nedôveroval mi. Veľmi ma k

robote nepúšťal, bál sa, že niečo pokazím. Dával mi iba prípravné práce. Cez to všetko som sa veľmi snažila.

Stalo sa, že sme dostali objednávku odliat niekoľko sôch Jana Amosa Komenského, ktoré mali byť umiestnené vo vestibuloch veľkých škôl. Socha bola v nadživotnej veľkosti. Nie príliš, ale učiteľ národov mal hlavu určite väčšiu ako ja a bradu až na prsiach. Vyzeral dôstojne.

Odlievač Mišo mi dal rozrobiť sadru. To som vedela urobiť, už na škole sme odlievali malé sadrové sošky. Táto však bola veľká, takže sadry som musela rozrobiť veľa. Sadra rýchlo tuhne a my sme ju potrebovali tekutú, aby vyplnila každú dutinu, napríklad priestor vyčnievajúceho nosa. S rozrobením sadry vo veľkej gumovej nádobe som nemala problém. Problém prišiel, keď sa sadra mala nalíať do formy. Viete si predstaviť, aká veľká musela byť forma? Odlievali sme to pre istotu na zemi. Nie na dlážke, ale na naozajstnej zemi, lebo sme formu vyniesli pred dielňu pri Váhu a položili na zem.

Mojou úlohou bolo držať formu. Učúpila som sa a objala Komenského - pekne dolu hlavou. Mišo privolal peciara, pána Zelienu, ktorý nám vždy pomohol, keď sme potrebovali jeho silu a obratnosť. Spolu s Mišom nadvihli nádobu so sadrou, stenali, vzdychali, naklonili a liali. Liali pomaličky, aby nezaťažili prirýchlo formu ťažkým objemom. Zrazu niečo nebolo v poriadku. Forma nevydržala tlak v mieste, kde bola spojená a na malom kúsku z nej sadra crčala tenkým potôčkom mne rovno do lona. Je tam toho, trochu sadry vytečie, pomyslela som si. Netrápilo ma to, veď som jej rozrobila dosť. Ale ako sa forma plnila, začínala byť hrozne ťažká. Držala som ju celým svojím chatrným telom a mala som pocit, že ju roztrhne. Potôčik sa zväčšoval.

"Tečie," upozornila som Miša.

"Pán vedúci, poďte nám pomôcť!" zavolať Mišo. Vedúci pribehol aj so ženou. Všetci traja sme sa fučiac márne snažili stlačiť dva kusy formy k sebe.

Blížila sa katastrofa. Komenský sa zachvel, vydal čudný zvuk... a forma sa rozletela na dva kusy. Chcela som odskočiť, ale ešte viac som ju objala. Pomedzi poly pláštfa vyliezla nová úpletová sukňa a ja som nejakým podprahovým, pradávny gestom chytila sukňu do oboch rúk a zachytávala do nej tečúcu sadru, aby nevyšla nazmar.

"Moja sukňa, moja sukňa!" plakala som, ale stále som sukňu odhodlane podkladala. Ostatok sadry bol všade okolo mňa. Na čerstvom vzduchu rovno tuhla. Tvar, ktorý vznikol, nebol Komenský. Nie, sadra si neudržala v pamäti

pevnú formu a vytvárala abstraktné nové tvary, niekoľko voľných zoskupení. Iba ten v mojej sukni dostal pevný tvar, tuho spojený s úpletom. Neuveríte, ako sa vie úplet natiahnuť!

Nakoniec sa z Komenského odlialo dosť kusov, ale mňa k tomu už nepustili, hoci som tú katastrofu nezavinila. Trošku som to pociťovala ako krivdu. Mišo povedal, že kým nenarastiem a nepriberiem, budem mať funkciu udržiavača fajky. Jasné, fajčil fajku, umelci to robia. Popravde, iba si ju zapálil, a to vám poviem, zapáliť fajku je veľké umenie. Vtedy si z nej potiahol, ale potom sa jej celý deň ani nedotkol, lebo mal ruky od sadry. Moja nová pracovná úloha bola teda držať fajku a sem-tam si z nej potiahnuť, aby nevyhasla.

Eva Gallová, študentka U3V

UMENIE JE CELKOM ZBYTOČNÉ ...

Minulý rok v lete som sa s kolegami z U3V zúčastnila prehliadky Žiliny. Niektorí by si mohli povedať, že informácie o Žiline sú predsa aj na internete, ale stáť na tvári miesta, to je proste iný zážitok. V rámci podujatia sme navštívili aj Novú synagógu na Hurbanovej ulici. Stavba je dielom nemeckého architekta Petra Behresena. Budova neologickej synagógy stojí na mieste pôvodnej synagógy z roku 1881. Výstavba prebiehala v rokoch 1928 až 1931. Od roku 1963 je národnou kultúrnou pamiatkou a v ankete v roku 2000 ju architekti zaradili medzi päť najdôležitejších občianskych stavieb 20. storočia na Slovensku. Aktuálne sa hovorí o nominácii do Zoznamu svetového kultúrneho dedičstva UNESCO. Budova slúžila po vojne najskôr ako divadelná a koncertná sála, potom ako aula Vysokej školy dopravy a spojov, napokon až do roku 2010 ako kina. V súčasnosti prebieha rekonštrukcia. Hoci stavebné práce na synagóge ešte neskončili, už teraz sa v nej uskutočňujú koncerty, výstavy a zaujímavé kultúrne podujatia.

Rada by som dala do pozornosti tento skvost, ktorý v Žiline máme. Radí sa k vrcholným architektonickým dielam medzivojnovnej architektúry s celoeurópskym významom. Hneď pri vstupe vás osloví myšlienka:

**Umenie je celkom zbytočné,
a preto pre naše potreby úplne zásadné.**

Eva Knapcová, študentka U3V

STROM DETSTVA

V mysli ešte zájdem na liptovské medze,
vrastajú rezance polí späť do pohyblivej hory.
Velím odvyknutým nohám: Vedže

stúpajme po dedovej zemi, kým pamäť dohorí!
Koníkom ju orávali a powyše stáli dva obry,
hen ďalej trnky, hruštičky, hlohy, čerešne
videli sa mi prevelké a večné.

Nosil som otcovi plánky a díval sa, ako ich reže,
vsádza do nich štepy i rozpráva mi,
že môj starý otec priniesol vraj taký stromček (z Piavy).

Jeho pravnuk Matúš ho počul odo mňa
a jedného dňa do záhrady zasadil prútik i vraví razom:
Potrebuje slnko, na pôdu je skromný. Mišpuľa?
Zaváram hruštičky, dozrievajú novembrovým mrazom.

Miroslav Bartoš

RADÍME SI NAVZÁJOM

Nechtík lekársky – *Calendula officinalis* pôsobí protizápalovo a bakteriostaticky, má schopnosť liečiť rany a pôsobiť proti opuchom. V ľudovom liečiteľstve sa masť alebo olej z nechtíka používa na ošetrenie drobných tržných rán, pomliaždenín, popálenín, omrzlín a pomaly sa hojajúcich rán. Ukludňuje ekzémy a zápal kože. Nechtík je rastlina nenáročná na



Nechtík lekársky

pestovanie. Vysieva sa na jar v apríli až v máji. Patrí medzi jednoročné rastliny, ale ak sa vysemení, vyrastú na jar ďalšie rastliny. Na jednom mieste ho

nechávame najviac 2 – 3 roky. Čím viac sa kvety odštipujú, tým viac podporíme ich rast.

Nechťíkový olej si vyrobíme tak, že čerstvé okvetné lístky alebo celé kvety zalejeme kvalitným za studena lisovaným olejom (olivovým, slnečnicovým...) a tri týždne ich necháme odstáť v uzavretej nádobe na teplom a slnečnom mieste. Občas pretrepeme. Dôležité je, aby kvety boli ponorené v oleji, inak by mohli začať plesnivieť. Potom ich scedíme a uložíme do chladu.

Nechťíkovú masť si ja vyrábam z kokosového oleja s malým množstvom včelieho vosku (dostať kúpiť v obchode so včelími produktami). Kokosový olej má dlhšiu životnosť ako bravčová masť.

Postup: Olej rozohrejeme a k nemu pridáme toľko nadrobno nakrájaných kvetov a listov nechtíka, koľko roztopený olej prijme (napr. na 500 g sú to 4 hrste). Stiahneme z ohňa, prikryjeme a necháme jeden deň odstáť. Na druhý deň rozpustíme masu a precedíme cez plátno. Vo vodnom kúpeli si necháme roztopiť včelí vosk, do ktorého prelejeme precedenú masu nechtíka. Môžeme ešte pridať pár kvapiek napr. levandulového oleja. Prelejeme do malých nádobiek a uložíme do chladu.

Ľubica Bizoňová, študentka U3V

Foto: autorka

POKYNY PRE PRISPIEVATEĽOV

1. Text príspevku treba poslať v elektronickej podobe, spracovaný v programe Word, bez automatických úprav na e-mail: u3a@uniza.sk. Ak prispievateľ zašle svoj príspevok napísaný rukou Redakčná rada zabezpečí jeho prepis do elektronickej podoby.
2. Pri písaní je vhodné použiť "kontrolu pravopisu". Dátumy píšeme s medzerou (17. 11. 2014). Pri letopočtoch sa desaťročia píšu slovom a arabskou číslicou (päťdesiate roky 20. storočia). Medzi slovami, za interpunkciou a skratkami sa robí jedna medzera.
3. Rozsah príspevku by mal byť maximálne 2 strany formát A4 (jedna strana formátu A4 obsahuje 1800 znakov).
4. Sprievodné obrázky a fotografie treba zaslať zvlášť v samostatnom súbore, **(uviesť zdroj)**.
5. Za obsah a pôvodnosť príspevku zodpovedá autor.
6. Redakcia sa nemusí vždy stotožniť s názormi autora.

Šéfredaktorka:

PhDr. Ľudmila Gašparíková

Redakčná rada:

PhDr. Slavka Pitoňáková, PhD.

PaedDr. Silvia Antolová, PhD.

Mgr. Albert Kulla, PhD.

Štefan Zvarík

Mgr. Viera Ďurdíková

Ľudmila Petráková

Jaroslava Hubková

Mgr. Ľubica Bizoňová

Koordinátorka:

Ing. Janka Sňahničanová

Jazyková úprava:

Mgr. Viera Ďurdíková

Grafická úprava:

Ľudmila Petráková

Mgr. Ľubica Bizoňová

Prvá strana obálky: PhDr. Ľudmila Gašparíková – Terchovské srdce

Zadná strana obálky: Jaroslava Hubková – Zlatý dážd'

Vydavateľ: Žilinská univerzita v Žiline, Ústav celoživotného vzdelávania,
Univerzitná 8215/1, 010 26 Žilina

IČO vydavateľa: 00 397 563

Periodicita vydávania: 2 x ročne

Adresa redakcie: Ulica 1. mája 32, 010 26 Žilina

Telefón: 041/513 5043, 5057

Fax: 041/513 5042

E-mail: u3a@uniza.sk

Tlač: EDIS – vydavateľské centrum Žilinskej univerzity, Hospodársky blok,
Univerzitná č. 8215/1, 010 26 Žilina

ISSN 1338-2942

EV 4187/10



ISSN 1338-2942
EV 4187/10