

SCHODY

Marec 2019
X. ročník
17. číslo

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



Yes!

Dôvtip

Odvaha

Chuť

Snaha

SPOLUPRACUJEME...

PETER ŠIMKO – historik dopravy Považského múzea v Žiline a lektor študijného programu Dejiny Žiliny.



„So seniormi je spolupráca na hodinách dejín Žiliny vzájomná: my odovzdávame naše odborné vedomosti o histórii nášho mesta, oni nám spomienky z minulosti, zážitky a poznatky často také, ktoré oficiálne historické zdroje nezaznamenali a my sme ich nezažili.“

ONDREJ NAGAJ - bol učiteľom na Základnej škole v Hostoviciach, na Strednej všeobecnovzdelávacej škole v Tornali, na Strednej pedagogickej škole v Turčianskych Tepliciach. Pôsobil aj ako vedúci redaktor pôvodnej umeleckej tvorby vo Vydavateľstve Osveta v Martine.



Knižne debutoval básnickou zbierkou *Verše na pni* (1966). Je autorom mnohých zbierok básní, kníh a literatúry pre deti. S U3V UNIZA spolupracuje ako prispievateľ aforizmov do časopisu Schody.

UNIVERZITA TRETIEHO VEKU V ČÍSLACH – akademický rok 2018/2019:

Počet študentov v Žiline, v pobočke Čadca a Považská Bystrica	507
Počet študijných programov a modulov	21
Počet lektorov	76

Na Univerzite tretieho veku v Žiline počas jej 23 ročnej existencie študovalo viac ako **5.000 študentov** – a kráčame spolu s Vami ďalej....

OBSAH

SPOLUPRACUJEME.....	2
UNIVERZITA TRETIHO VEKU V ČÍSLACH	2
ÚVODNÍK	4
NA ŽIADOSŤ ČITATEĽOV	4
V KÚTE ZÁHRADY	7
OCHRANA PRÍRODY - VERZUS ČLOVEK	9
DETI A ENVIRONMENTÁLNA VÝCHOVA V POVAŽSKEJ BYSTRICI	11
PRÍRODA A ENVIRONMENTALISTIKA.....	14
VÁŽIME SI TO, ČO MÁME?	16
ROZTOPAŠNÉ POČASIE.....	17
PAMÄTNÝ STROM POKOJA.....	18
STROM	18
HOBLINA.....	19
QUO VADIMUS ?	20
POSTREHY ZO ŠVÉDSKA	21
RADÍME SI NAVZÁJOM	23
ODBOR PREVENČIE KRIMINALITY INFORMUJE	23
ZDRAVÝ JARNÝ POKLAD Z PRÍRODY	25
KVÍZ O SR.....	28
DOPLŇOVAČKA.....	29
POKYNY PRE PRISPIEVATEĽOV... ..	30
PONUKA ŠTÚDIA UNIVERZITY TRETIHO VEKU V ŽILINE - 2019/2020.....	31

Vybrali sa deti z mesta s rodičmi prvýkrát na túru. Keď ich predbehli, zastali pri strome s červenou značkou. „Čo tam stojíte? Poďme ďalej,“ nechápe otec. „Čakáme, kým bude zelená...“ vysvetľujú deti.

Andrea Jármayová, študentka U3V

ÚVODNÍK



„Príroda sa bez človeka zaobíde, ľudstvo však bez prírody neprežije“ (citát Miroslava Sanigu). To je fakt, ktorý by mal zobrať na vedomie každý človek. A práve tejto myšlienke sa venuje náš časopis Schody č. 17 zameraný na problematiku prírody a enviromentalistiky. Autori niektorých článkov konštatujú, že sa čoraz častejšie do popredia dostáva túžba človeka, všetko v prírode vlastniť, dokonca ju ovládať. Quo vadimus - kam sa uberáme, a čo zanecháme ďalším generáciám...? Zamyslime sa.

V ďalších príspevkoch sa dozvieme, čo všetko dokážu urobiť niektorí z nás v prospech prírody pri svojich potulkách lesom. A nielen dospelí, ale aj deti, napr. z Považskej Bystrice pri príprave ekojarmoku. Motivujúco pôsobí vzťah obyvateľov Švajčiarska a Švédska k svojmu životnému prostrediu. Máme sa čo učiť! A čo taká daň z uhlíka...? Pomohla by pri skvalitňovaní životného prostredia?

Možno vás zaujme príbeh staručkej jablone v kúte záhrady. Smutný ale poučný! Vašu dušu opäť pohladia verše našich študentov, možno i výber z knihy Aforizmov troch tisícročí alebo citáty z knihy Miroslava Sanigu, z ktorých cítiť životodarnú silu prírody. Tú silu, ktorú už po stáročia obdivovali naši predkovia. Nezabudli sme ani na vaše želanie, bližšie spoznať koordinátorky U3V, ktoré nás trpezlivo sprevádzajú naším seniorským vzdelávaním. Tým vzdelávaním, ktoré nás robí stále viac osvietenejšími a pobáda nás k pokore a úcte k životu i prírode.

V mene celej redakčnej rady vám prajem príjemné čítanie.

Viera Ďurdíková, šéfredaktorka

NA ŽIADOSŤ ČITATEĽOV

Univerzita tretieho veku v Žiline (U3V) je organizačnou súčasťou Ústavu celoživotného vzdelávania (UCV) Žilinskej univerzity v Žiline, ktorý vedie pani riaditeľka **Ing. Lucia Hrebeňárová, PhD.** (Rozhovor s ňou sme uverejnili v minulom vydaní časopisu Schody č. 16.)

V čitateľskej ankete, ktorú uskutočnili dobrovoľníci z radov študentov U3V na vybratej vzorke čitateľov časopisu Schody, sme zistili, že mnohí z vás by radi vedeli niečo viac aj o koordinátorkách U3V.

Veď práve s nimi, my študenti U3V, prichádzame najviac do priameho kontaktu. Nie div, že by sme ich radi spoznali bližšie...

Ing. Janka Sňahničanová

Absolventka: VŠDS v Žiline, Fakulty prevádzky ekonomiky dopravy a spojov
Koordinátorka U3V je od roku: 2012

Zodpovedá za študijné programy: Poznáme si Slovensko?, Tretí vek II., Kultúra prejavu II., Ako správne fotografovať?, Afrika ako ju nepoznáme, Zdravý životný štýl, Dejiny Žiliny, Pohybovo-relaxačné cvičenie.

Ďalšie činnosti na U3V: koordinátorka časopisu Schody, zostavovateľka zborníka vybraných záverečných prác študentov U3V, organizátorka dobrovoľníctva vo vzdelávaní.

Zájmy: spoločenský tanec, turistika, kresba, literatúra, dobrovoľníctvo, celoživotné vzdelávanie.

Čo pre mňa znamená práca na U3V: radosť a naplnenie ☺, úctu k seniorom, rešpekt k lektorom, vzájomnosť a dopĺňanie sa s kolegyňami, slobodu a kreativitu pri plnení samostatných úloh, podporu vedenia U3V a vďačnosť za to, že v dnešnom svete plnom plytkých vzťahov a povrchných hodnôt môžem byť súčasťou výnimočnej inštitúcie, ktorá zmysluplne podporuje múdrosť, tvorivosť a vzdelávanie.

Hodnoty: rodina, dobré medziludské vzťahy, nezištnosť, pravda, skutočná láska, pravá múdrosť, verné priateľstvo.

PhDr. Ľubica Mindeková

Absolventka: Filozofickej fakulty Univerzity Komenského v Bratislave (Katedra andragogiky)

Koordinátorom U3V je od roku: 2015

Zodpovedá za študijné programy v Žiline: Človek a umenie, Jedinečnosti Slovenska, Pamiatky UNESCO, Právo – systém hodnôt, Seniorská škola žurnalistiky.

V Čadci: Aktívny senior, Kysucké dominanty.

Ďalšie činnosti na U3V: koordinácia cyklu prednášok a diskusných fór CESTY poznávania. Lektorská činnosť vo vybraných študijných programoch a moduloch U3V (tvorba materiálov, študijných textov, príprava a realizácia výučby). Lektor akreditovaného kurzu „Profesní seniorita“ (FIOH, Helsinki) v portfóliu ÚCV UNIZA.

Zájmy: písanie beletrie, prózy, tvorba scenárov, dabingová tvorba, literatúra, film, cestovanie, šport.

Čo pre mňa znamená práca na U3V: práca na U3V ma obohacuje profesionálne i ľudsky. Prináša mi príležitosti i výzvy rásť. Je pre mňa miestom poznávania nových vecí, nových skutočností a nových ľudí. Tím kolegov a kolegýň je pre mňa inšpiráciou v profesijnom i osobnom živote.

Hodnoty: úcta (a láska) k životu, empatia, byť harmonickým človekom, partnerom, rodičom a blízkym i v „búrkach života“.

Ing. Martina Kardošová

Absolventka: Žilinskej univerzity v Žiline (odbor ekonomika a manažment podniku)

Koordinátorom U3V je od roku: 2018, (na ÚCV pracuje od roku 2009)

Zodpovedá za študijné programy: Základy práce s počítačom – 3 skupiny, Pokročilá práca s PC, Užitočné programy pre PC, Google aplikácie, Práca s tabletom a mobilom, Základy práce s počítačom v Považskej Bystrici.

Ďalšie činnosti na U3V: marketingová podpora vzdelávacích aktivít na ÚCV (webová stránka, facebook), koordinácia jazykových skúšok Goethe-Zertifikat, spracovanie štatistických údajov.

Zájmy: spoznávanie krásnych miest na Slovensku, čítanie kníh, práca v záhradke.

Čo pre mňa znamená práca na U3V: už veľmi dávno som túžila pracovať na U3V, takže môžem povedať, že môj sen sa stal skutočnosťou. Táto práca je veľmi zaujímavá a nesmierne obohacujúca. S nadšením o nej rozprávam svojej rodine, priateľom a známym. Skvelé kolegyně s pozitívnym prístupom k životu, vždy ochotné poradiť a pomôcť významne prispievajú k tomu, že do práce chodím s radosťou.

Aj ja sa budem snažiť robiť všetko pre to, aby naša U3V naďalej čo najlepšie naplňovala svoj poslanie - uspokojovala túžbu po poznaní,

rozširovala obzory a prinášala našim študentom nielen potešenie zo vzdelávania, ale aj z nových kontaktov a priateľstiev.

Hodnoty : viera, rodina, zodpovednosť, úcta, slušnosť.

Viera Ďurdíková, šéfredaktorka

V KÚTE ZÁHRADY

V kúte záhrady stála stará jabloň. Nebola veľmi pekná, to je pravda, ale pamätala si aj krajšie časy. Jej kmeň bol vtedy rovný a bez vrások, rozvetvovala sa presne tak, ako písali knihy. Radosť pozrieť. Na jar bola vždy husto obsypaná bielo-ružovými kvetmi. Celkom jasne si pamätala na deň, keď zistila, že na jej konároch sa narodila prvé jabĺčka. Najprv ich bolo iba zopár, ale ako jabloň dospievala, jablčok bolo čoraz viac.

Áno, najlepšie to bolo v jeseni, keď na jej konároch dozreli chutné červené jabĺčka. Vtedy prichádzal starček, jabĺčka opatrne oberal a ukladal do prúteného košíčka. Niekedy prišla aj starenka a spolu so starkým spomínali, ako jabloň kedysi spolu zasadili.

Prešiel čas a raz v jeseni prišiel starček sám. Dokonca bez košíka. Sťažka si sadol pod starý strom, nehovoril nič, sedel celkom ticho, len občas vzdychol. Tohto roku zostali jabĺčka na jabloni. Nakoniec prišiel mráz a jablká boli už pre starý strom príliš ťažké. Jabloň ešte pár dní čakala na starčeka s košíkom, ale nakoniec musela jablká zhodiť do trávy. Záhrada osirela. Nič sa nezmenilo ani na jar. Jabloň márne vyzerala starčeka, očakávala, že príde a pochváli ju za krásne kvety, ktoré hojne obsypali jej konáre.

Nakoniec si zvykla na samotu, pochopila, že staré časy sa skončili, a tak si krátila čas počítaním listov a hrou s vetrom. Často prilietali včely, dokonca sa v horných konároch usídlil párik hnedastých vtáčikov. Raz v lete prebudil starú jabloň v kúte záhrady detský krik. K stromu pribehli dve deti a za nimi nenáhľivo prichádzal mladý pár.



„No pozri, koho to tu máme! Jablňoň pamätníčku.“ Povedal muž.

„To je ale škaredá opacha, toto v záhrade určite nechcem mať!“ Ohradila sa žena. Muž sa len pousmial a potľapkal starý strom po hrčavom kmeni.

Jablňoň sa preľakla. Čo s ňou teraz bude? Je už stará, to je jasné, ale kam pôjde? Prežila tu v kúte celý život. Naozaj si nemyslela, že je až taká škaredá. A ani ju nenapadlo, že je to také dôležité. Išlo predsa o niečo iné. Možno, keď ochutnajú jabĺčka, zmenia názor. Určite sa to vyrieši. V jeseni vošiel muž do kuchyne a postavil na stôl plný košík jablák. „To

sú zo starej jablone.“ Žena nakukla do košíka. „Už aj ich odnes, nevidíš, aké sú škaredé? Drobné a možno aj rapavé, ako tá tvoja stará rároha.“ „Ved' aspoň ochutnaj, aké sú chutné. Cítiš ako voňajú?“ „Keď budem chcieť poriadne jablko, kúpim si v obchode. Urob s tým poriadok. A aj s tým stromom, uznáš, že za nič nestojí, len zaberá miesto.“

O niekoľko dní prišla žena z obchodu a vyložila z tašky vrecko plné jablák. Bola so sebou veľmi spokojná. „No pozrite, aké sú len krásne, veľké, bez jedinej chyby! A tá farba! Toto sú poriadne jablká!“, ponúkala rodinku jablkami. Všetci nadšene pribehli, aby ochutnali jabĺčka. „Majú veľmi hrubú šupku a sú bez chuti.“ Povedal chlapec. „Sú akési sypké a suché, chutia ako zemiak.“ Odložilo jablko dievča. „Tuším ani nevoňajú.“ Doložil muž. Vtedy všetci zatúžili po jabĺčkach zo starej jablone, ktorá kedysi stávala v kúte záhrady...

Eva Knapcová, študentka U3V

Ilustrácia: Mária Švajlenková – Reková, dobrovoľníčka - prispievateľka

OCHRANA PRÍRODY - VERZUS ČLOVEK

Vďaka siahodlhým procesom, vývoju v prírode vznikol človek a stal sa súčasťou života na planéte ZEM. Napriek dlhým vývojovým procesom človeka a jeho myslenia, kde by sa prirodzene dalo očakávať zlepšenie, múdrosť a úcta k prírode, sa do popredia dostávala túžba vlastniť, túžba po moci a ovládaní. Niekde tam v tej spleti myslenia si človek začal nahovárať, že všetko, čo ponúka príroda, nepatrí všetkým podľa potreby ale jednotlivcom. A tak začal premieňať na zisk všetky dary a bohatstvá prírody o vznik, ktorých sa ani trochu nepričinil. Za sebou

zanechával neraz spúšť, smetiská, holoruby, zamorené a znečistené ovzdušie... Takéto sebecké konanie zaváňa akousi utkvелou predstavou, že naša ZEM je nevyčerpatel'ná, nezničitelná a človek v svojej nenásytnosti akoby nesmrteľný! Prirodzene NIČ! z toho nie je pravda, pretože čas nedokážeme zastaviť, rovnako ako sa



nemôžeme zbaviť zodpovednosti za to, čo tu po nás zostáva a za povinnosť, chrániť všetko okolo nás! Netuším, čo znamená slovo environmentalista, láme mi to jazyk a nič mi to nehovorí. Ale spomínam si, že keď som ako dieťa šla niekam so svojou mamou a dala mi zabalený cukrík, s radosťou som ho rozbalila, vložila do úst a papierik som hodila na zem. Mama sa na mňa prísne pozrela, vzala papierik zo zeme a opýtala sa či to je vďaka za to, čo som dostala. Veľmi som sa zaharbila a cukrík stratil pre mňa svoju chuť, ale viem, že odvtedy som nikdy žiadne smeti nevyhodila inam ako do koša! Ale na druhej strane mi tento príbeh príde na um zakaždým, keď vidím v kríkoch, na lesných chodníkoch, popri cestách, v mestách či po dedinách smetiská. Výsledok ľudského myslenia a konania. Často premýšľam, ako uvažuje ten, čo z lásky k svojmu minihradu, za svoju bránu vynesie nepotrebné smeti rovno do lesa alebo na kraj cesty?

Rozhadzuje okolo seba odpadky a má zo seba dobrý pocit, lebo sa ho to netýka? Nerozumiem tomu, prečo niekto otrávi vodný tok len preto, aby sa lacnejšie zbavil jedovatého odpadu a je mu jedno, že jedy prenikajú do spodných vôd a môžu sa touto cestou dostať aj k nemu samému? Nerozumiem speňaženým emisiám, ktoré by mali riešiť znečistený vzduch, ale zároveň rozbehneme naplno drevo štieparenský biznis a dovoľíme masívne vyrubovanie lesov...

Za ďalšie pokrytectvo pokladám boj za ochranu životného prostredia a vôd znečistených katastrofálnym množstvom plastu, ale zároveň nebránime korporáciám plast vyrábať a baliť do neho tovar a nápoje každodennej spotreby! Nahradili sme recyklovateľné sklo a papier plastom a len občas okomentujeme, ako sú ním znečistené vodné toky, moria a oceány... Tak na čom vlastne záleží..?

Nedávno som postrehla na jednom bilborde nápis: Sme tu pre Vás už 29 rokov - voľné miesto na reklamu! Často cestujem po Slovensku a neraz mi je ľúto, ako si dokážeme špaťiť našu vlastnú krajinu nespočtelným množstvom farebných a pri tom zbytočných tabúľ. Akoby nám mali vymedziť záujem o prostredie, ktorým práve prechádzame a vtlačíť do mysle najrôznejšie ponuky, za ktoré by sme mali niekomu zaplatiť. Všade tam, kde je trochu voľného miesta pre zeleň, kde je voľná fasáda hoci aj historického vzhľadu, všade tam sa vyšciera na nás reklamná tabuľa!

Pred časom som navštívila Švajčiarsko. Obyvatelia mestečka, kde sme prebývali ma s hrdosťou upozornili na túto zvláštnosť, a to, že nepotrebujú pre svoj život reklamné tabule, dokonca to nepotrebujú ani politici pre svoju kampaň. Jediné tabule, čo sú popri cestách, sú tie, ktoré prichádzajúcim oznamujú, kde ich čaká aká vyhládka, upozorňujú na krásy krajiny. Tá svojou prostou čistotou pripomína skôr záhradu s tými najlepšimi záhradníkmi, kde niet starej nepokosenej trávy, vysypaných smetí či pohodených plastových fliaš.

Táto jeseň bola neobyčajne krásna. Neraz som so svojimi vnučkami posedávala v našej záhrade a sledovala s nimi okolitú už sfarbujúcu sa zeleň prežiarenú zapadajúcim slnkom, vdychovala vôňu trávy a pečeného chlebička z neďalekej piecky. Okolité hory akoby tvorili nad nami ochrannú náruč spolu s tmavnúcou oblohou.

Tešili sme sa z pozbieraných jabĺčok a posledných malín. Bola som v duchu vďačná za pokoj a krásu, ktorá nás v tej chvíli obklopovala a za to, že si ju mohli vychutnať aj moje vnučky.

V podvečernom tichu sa všetko vôkol nás zdalo dokonalé a v poriadku. Skrátka všetko také, ako má byť. Vedela som však, že to potrvá len do rána, kým ticho znova narušia kamióny a niekde vznikne ďalšie smetisko.

Ako veľmi sa musí zmeniť myslenie človeka, aby si prestal pília pomyselnú haluz pod sebou a radšej ten narušený strom ošetril?!

Júlia Melichová, študentka U3V

Ilustrácia: Dušan Chilý, dobrovoľník – prispievateľ

Niekedy to vyzerá tak, akoby si človek neuvedomoval, že podmaňovaním prírody zotročuje samého seba.

Miroslav Saniga

DETI A ENVIRONMENTÁLNA VÝCHOVA V POVAŽSKEJ BYSTRICI

Centrum voľného času Považská Bystrica, v spolupráci s Okresným úradom PB, SZOPK v PB, SAŽP BB a PX Centrom PB aj tento rok zorganizovalo pri príležitosti **Dňa Zeme** ekologickú súťaž **EKOPYRAMÍDA** a ekologický jarmok – **EKOJARMOK** pre žiakov ZŠ. Žiaci pod vedením pedagógov mali spracovať ekologické témy podľa vlastného výberu. Výsledkom ich snaženia bol stánok školy, ktorý pojednával o ich vybranom environmentálnom probléme. Žiaci pred hodnotiacou komisiou sami predstavili svoju celoročnú prácu.

Celé podujatie bolo sprevádzané kultúrnym programom žiakov,



„premietaním filmov, tvorivými úlohy a ďalšími aktivitami jednotlivých sponzorov a spoluorganizátorov.“ Jednou z organizátorov tohto podujatia bola aj bývalá zástupkyňa riaditeľa CVČ v Považskej Bystrici, dnes už seniorka, RNDr. Marta Rehušová, ktorú sme požiadali o krátky rozhovor.

Ako vzniklo toto podujatie na ochranu životného prostredia?

Ako absolventka Prírodovedeckej fakulty UK v Bratislave som sa zaujímala o problematiku ochrany a tvorby životného prostredia. Vtedy ešte environmentálna výchova nebola v spoločnosti tak populárna, a preto som rozmýšľala, akým spôsobom by som ju mohla spopularizovať. Dlhé obdobie sme u nás skladali, hromadili, triedili vedomosti, zistenia, pozorovania jednotlivcov, celých skupín ba aj celej školy. Vtedy mi napadlo dať tomuto hnutiu – súťaži primeraný názov EKOPYRAMÍDA. Všetky tzv. kamienky = vedomosti detí sa postupne stali základným kameňom tejto ekopyramídy. Zo začiatku to boli štyri súťažné stretnutia počas školského roka a na záver veľké spoločné súťažné stretnutie. Postupne sme ekologické myslenie dostali do hláv našich detí a dnes už žneme výsledky a zbierame úrodu na tzv. ekologickom jarmoku. No a v tomto roku s radosťou konštatujeme, že sme už zorganizovali XXV. ročník **EKOPYRAMÍDY** a X. ročník **EKOJARMOKU**.

Viem, že ste už dlhé roky členkou hodnotiacej poroty. Ako sa Vám hodnotia prezentácie detí z jednotlivých škôl?

Pri hodnotení sa stretávame s rôznorodosťou riešenia ekologických úloh. Zo začiatku to bolo viac len o odpadoch, ich vzniku, spôsoboch ich triedenia, recyklácie. Dnes sú už tie problematiky viac špecifickejšie. Je veľká plejáda okruhov záujmu detí. Zaujímajú ich zdravá výživa, skleníkový efekt, náhradné zdroje energií a nielen separácia a recyklácia odpadov.

Samozrejme pri hodnotení berieme do úvahy i samotný vek žiakov. Ale musím povedať, že je čím ďalej, tým náročnejšie hodnotiť túto súťaž, kvôli jej rôznorodosti, kreativitě, nápaditosti... Je to ťažšie a ťažšie vybrať prostie tie naj, naj ... Preto sa organizátori dohodli, že okrem hlavných prvých troch cien v každej kategórii, budú udeľovať ceny aj ostatným tak, aby

každá jedna zúčastnená škola získala ocenenie. Myslím si, že tie školy a ich deti si to zaslúžia, lebo odvádzajú kus záslužnej práce.

Deti sú často veľmi kreatívne, živé, vnímavé a plné fantázie. Ako vníma hodnotiaca komisia tieto prejavy detí?

Najviac si ceníme to, že vedia o svojej práci porozprávať, čo robili, ako robili a hlavne prečo to robili, aký bol cieľ ich práce. Okrem bežnej environmentálnej problematiky vedia deti do ochrany životného prostredia zakomponovať aj regionálnu výchovu, kultúrne tradície, ich ochranu a tvorbu a sú na ne patrične hrdé. Myslím, že v tom tkvie pridaná hodnota tejto súťaže.... Nie je to súťaž len pre zábavu či poučenie, ale ide tu aj o formovanie mladého človeka, aby bol aktívny vo vzťahu k prírode, ku svojmu okoliu, k celej spoločnosti a snažil sa uchovávať naše kultúrne hodnoty a historické dedičstvo.

Práca s deťmi vás určite motivuje pri vašej práci. Môžete nám priblížiť aj iné aktivity pre deti, ktorými formujete tieto malé osobnosti tak, aby pomohli našej planéte prežiť?

Pokračujeme ďalším ročníkom ekopyramídy, robíme zážitkové tvorivé dielničky s deťmi z MŠ a ZŠ, ktoré sa zaoberajú environmentálnymi problémami primerane ich veku. Napr. venujeme sa ochrane vody, pôdy, ekotopu, fauny, flóry alebo aj človeku ako súčasť životného prostredia. V mesiaci október sme deťom z MŠ prostredníctvom tvorivých dielní priblížili **Stredoeurópsky deň stromov**. Pripravujeme cyklus aktivít **Bezpečné dieťa** pre deti MŠ a **Zdravé a bezpečné dieťa** pre ZŠ. Sú to len také malé lego kocky do stavebnice našej EKOPYRAMÍDY. Ale ja verím, že to má zmysel - venovať sa už takýmto malým deťom a viesť ich k ochrane a tvorbe životného prostredia. Veď, ako sa správame k prírode my, tak nám to ona vráti. Či už v podobe hurikánov, prívalových dažďov, záplav, alebo krásneho dlhého leta, aké bolo aj tento rok.

Preto treba deťom odovzdávať vedomosti, vysvetľovať súvislosti, objasňovať uvedenú problematiku. Pretože získať alebo stratiť môžeme všetci. Je len na ľuďoch, ako šetrne sa budú správať k životnému prostrediu, ako budú vychovávať svoje deti a utvárať ich environmentálne povedomie. Ja som veľmi rada, že som mala a mám

možnosť zasahovať v tomto smere do výchovy mladej generácie. Dúfam, že to aspoň malou mierou pomôže zmierniť negatívny dopad na naše životné prostredie.

Rozhovor pripravila a viedla: Viera Ďurdíková, študentka U3V

Človek prežíva ďalej vo svojich deťoch, v stromoch, ktoré zasadil
a v slovách, ktoré vyslovil.

Neznámy autor

PRÍRODA A ENVIRONMENTALISTIKA

Dve slová, ktoré sú v dnešnej dobe tak často používané, že nám úplne zovšedneli. Už nerozmýšľame nad tým, čo to vlastne príroda a environmentalistika je. Preto najprv trochu teórie.

Príroda zahrnuje všetko, čo je okolo nás, a čo nevytvoril človek. Príroda je všetko, čo patrí k zemi. Teda aj slnko, mesiac, planéty a všetko, čo podlieha prírodným zákonom. Vážime si to? Asi nie. Každodenný pohľad na svet okolo nás ma o tom presviedča.

Environmentalistika je náuka o životnom prostredí a zahrňuje taktiež ochranu prírody. Zaoberá sa prevenciou znečisťovania životného prostredia, nápravou vzniknutých škôd spôsobených chamtivosťou ľudí, využívaním prírodných zdrojov, hospodárením s energiami, starostlivosťou o zdravie a podobne.

Často si kladiem otázku. Robím niečo, aby som sa stala aj ja ochrancom prírody?

Mám veľmi rada prírodu. Slovensko je krásna krajina. Moje rodisko a moje všetko. Rada chodím do lesa. Len tak, nadýchať sa čerstvého vzduchu, objavovať hmyz v tráve, rastlinky a kvietky, zbierať a obdivovať huby. A keď je človek ticho, vidieť i zvieratká. K tomu som viedla aj moje deti. Vždy, keď sme objavili novú studničku, najprv sme ju vyčistili, a potom sa rozprávali o všetkom možnom. No hlavne o tom, aké je to krásne byť

spolu v prírode. Spoločne sme sa smiali, objímali stromy a opisovali, čo pri tom cítime a čo počujeme.

To bolo pred 15-timi rokmi. A teraz je to už všetko inak. Studničiek v našich lesoch je žalostne málo. Naše doliny, horské bystriny, údolia stále viac pociťujú nedostatok vody. Iste, poviete si všetko sa mení. Klimatické zmeny vplývajú na prírodu a na život v celom svete.

Ale ruku na srdce. Pôvodcom týchto zmien sú ľudia. Naše lesy drancujeme i napriek veľmi prísnemu zákazu. Celé pásy sú vyrúbané. A často vidím, že sa rýchlejšie rúbu, ako sadia nové sadenice. Obnova lesa trvá niekoľko desaťročí. Na novovytvorených chodníkoch a cestách, vytvorených ťažkou technikou, častejšie stretávam mladých ľudí sedia-



cich na motorkách, vybíjajúcich si svoj adrenalin priamo spúšťaním sa pomedzi lesný porast. Ohlušujúci rachot stroja naruší tichosť prírody a ozýva sa našou dolinou do vzdialenosti niekoľkých kilometrov. A voda. Už len veľmi zriedka nájdem studničku. Aj tie, o ktorých som vedela a často tam chodievala, sú už vyschnuté alebo po nich zostala len tmavozelená

tráva, taká typická pre lesné studničky.

Prajem si, aby sme konečne niečo urobili pre prírodu. Teraz mám už viac času, ako som mala, keď som aktívne pracovala. Do lesa, či na túru, nesiem okrem batoha aj vrece na odpadky. Zbieram plastové fľaše, papiere, kovové obaly od piva. Možno som čudáčka, ale snažím sa vychovávať príkladom.

Ved' les je zdrojom čistej vody, čistého vzduchu, tepla, pozitívnej energie. Je vedecky dokázané, že pobyt v prírode obohacuje všetkých. Vďaka častému pobytu v prírode sa dobre rozvíja motorika, logické uvažovanie, predstavivosť, fantázia, rozvíjajú sa sociálne vzťahy, komunikácia, kooperácia, prebúdzajú sa zmysly, empatia, pokora. Príroda priaznivo vplýva a pôsobí relaxačne na celú rodinu.

Iste, je iná doba. Doba počítačov, doba pokroku, doba aqua parkov, hotelov s relax pobytmi, slovenské kúpele s umelo vybudovanými gréckymi a rímskymi kúpeľmi. Žiť a užiť. Teraz. Ja, ja a stále len ja. Je to správne...? Nechcete zanechať krásnu prírodu aj ďalším generáciám?

Anna Mikolková, študentka U3V

Ilustrácia: Dušan Chilý, dobrovoľník-prispievateľ

VÁŽIME SI TO, ČO MÁME?

Kvalita a úroveň nášho životného prostredia, rozhoduje o našom bytí a nebytí na tejto planéte. Prioritné postavenie v tomto smere má kvalita nášho ovzdušia a vôd. Rozhodol som sa, v tomto príspevku, zaoberať kvalitou nášho ovzdušia.

Väčšina ľudí je presvedčená, že to netreba. Ovzdušia vraj máme nadostač a samočistiace pochody v našej atmosfére dajaké tie naše prehrešky



voči nej vykompenzujú. Vedci však varujú, že zásoby nášho ovzdušia nie sú nekonečné a do roku 2050 môžeme mať vážne problémy s jeho kvalitou a nedostatkom. Ak si uvedomíme, že vzduch je dýchatelný iba do nadmorskej výšky cca 4000 metrov, svitne nám, že ho nie je až tak veľmi

veľa... Zistilo sa napríklad, že každý živý tvor na našej planéte spotrebuje za rok (pre svoj metabolizmus) asi osemnásť násobok kyslíka (O_2), ako sám váži. Nazad vylúči do atmosféry také isté množstvo oxidu uhličitého CO_2 .

Najväčšími spotrebiteľmi O_2 a zároveň producentmi CO_2 , sme my ľudia. Je nás už vyše sedem miliárd a ľahko si vieme zrátať, koľko toho za celé ľudstvo je. Je toho oveľa viac, ako produkuje celý priemysel a automobily sveta a čo stihne rastlinstvo ako-tak vykompenzovať. Navyše rastlinstva, zásluhou človeka, rapídne ubúda.

Ako je známe CO_2 spolu s metánom (CH_4) a najviac pričiňujú o globálne otepľovanie. V blízkej budúcnosti preto treba rátať s neekonomickým

poľnohospodárstvom v obdobiach sucha a čoraz viac peňazí investovaných na zavlažovanie, či naopak, obnovy obydľí a komunikácií zničených povodňami a víchricami.

Zmena klímy je už pred dvermi a je zapríčinená činnosťou človeka (v tom sa už zhodujú všetci poprední vedci sveta), a preto mnohí vedúci ekonómovia navrhujú zaviesť tzv. „Daň z uhlíka“. Táto daň by mala motivovať priemysel a výrobcov tepla, aby postupne upúšťali od spaľovania fosílnych palív a tepelnú energiu získavali z ekologickejších zdrojov.

Vo vyspelom svete vzniklo aj hnutie, ktorého stúpenci sa riadia heslom: Zanechať po sebe na našej planéte čo najmenšiu uhlíkovú stopu. V podstate to znamená žiť skromne, neplytvať, nepoužívať potravinové produkty z hovädzieho dobytku (mlieko, mäso), pretože hovädzí dobytok produkuje pri svojom metabolizme najviac metánu a snažiť sa konzumovať čo najviac rastlinných potravín. Ideálne by bolo prejsť na vegetariánsky spôsob života.

Vážme si teda aj vzduch, ktorý dýchame a o ktorom sme presvedčení, že jeho zásoby sú nevyčerpatelné. Je to mýtus. Nie je tomu tak.

Ladislav Flamík, študent U3V

Ilustrácia: Mária Švajlenková – Reková, dobrovoľníčka - prispievateľka

ROZTOPAŠNÉ POČASIE

V posledných rokoch sa správaš nejako divne,
niekde spustíš lejak, zapríčiňš povodne,
v iných oblastiach si tých pár kvapiek ani nikto nevšimne.
A keď búrku pošleš na určité územie,
voda nestihne vsiaknuť pod rastliny do pôdy,
odtečie do riek, alebo spôsobíš materiálne škody.
Ale Ty, počasie, za to nemôžeš, že sa nevieš zmestiť do kože.
To my, nenásytní obyvatelia planéty, sme porušili kolobeh vody
veď máme na to svoje civilizačné dôvody...

Andrea Jármayová, študentka U3V

PAMÄTNÝ STROM POKOJA

Stromy sú nielen rastliny, ktoré sú nevyhnutné pre život v prírode, ale mnohé z nich si pre ich mohutný rast a krásu ľudia vybrali za svoje národné symboly alebo ako pripomenutie významnej udalosti. Takýmto



sa stala odroda duba letného (*Quercus robur* 'Jan Zamoyski'), ktorý dostal názov Strom pokoja. Bol zasadený v novembri 2018, v rámci osláv 100. výročia ukončenia 1. svetovej vojny a vzniku 1. Československej republiky.

Bude rásť na symbolickom mieste – vo Vojnovom cintoríne na

Bôriku, na mieste, kde sú pochovaní vojaci, ktorí padli v boji za mier. Ide pritom už o piaty strom, ktorý má symbolizovať útrapy vojnového konfliktu. Prvý vysadili na východnom Slovensku, ďalší na Kysuciach, ostatné rastú v ruskom Petrohrade či poľskom Jangrote. Autorom tejto myšlienky je krajinný architekt Marek Sobola, ktorého starý otec bojoval vo vojne a podobne, ako stovky ďalších, sa nikdy nevrátil domov. Stromy pokoja sú teda akýmsi živými pamätníkmi všetkých vojakov, ktorí sa už nikdy nevrátili do svojich domovov a ležia na neznámych miestach. Postupne ich vysadia aj v ďalších slovenských lokalitách či v Rakúsku. Ambíciou projektu je dostať Strom pokoja v nasledujúcich štyroch rokoch na všetky kontinenty sveta.

Jaroslava Hubková, študentka U3V

Foto: www.zilina-gallery.sk

STROM

Pod veľkým košatým stromom sedel študent U3V. Strom šelestil mohutnou korunou a nakláňal sa sem a tam. V jeho listí sa pohojdávali plody. Študent sa zadíval na strom a premýšľal. Aký život má strom? Stojí na jednom mieste a korene ho pripútavajú k zemi. Rok čo rok sa opakuje jednotvárnosť, ako je padanie listov, holá koruna. Aký zmysel má

pripútanosť, vďaka ktorej je vystavaný vetru, slnku, mrazu, dažďu, krupobitiu, bez možnosti ujsť, schovať sa. Nemá význam. Strom vo svojej nemote oponuje. Vďaka koreňom čerpám vlahu z hlbín, vďaka vetru sa opelujú moje kvety, vďaka slnku dozrievajú moje plody, vďaka mojej pripútanosti ma nájdu všetci.

Budem sa učiť z trpezlivosti a vytrvalosti stromu. Azda aj plody mojich myšlienok niekde zapustia koreňok a vyrastie z nich mocný strom. Vďaka ti strom za radu.

Vilma Mičudová, študentka U3V Čadca

HOBLINA

Príbeh vždy sa niekde začína.
V dielni nechce ostať hoblina.
Hovorí si pôjdem vonku.
Dala rada zbohom ponku.

Chcela užiť sveta dosýta,
už sa plaví loďou koryta.
Voda ženie kolo mlyna,
kolo skúsi, nech je psina.

Teraz stoná tenká hoblina.
Zúfa, hrôza práve začína.
Hoblinu si bocian ťahá,
stavia hniezdo, príde drahá.

Dole hľadá z vrchu komína,
na svet nepoznaný hoblina.
Nevie k čomu komín slúži.
Zletí, zistí od tých ruží.

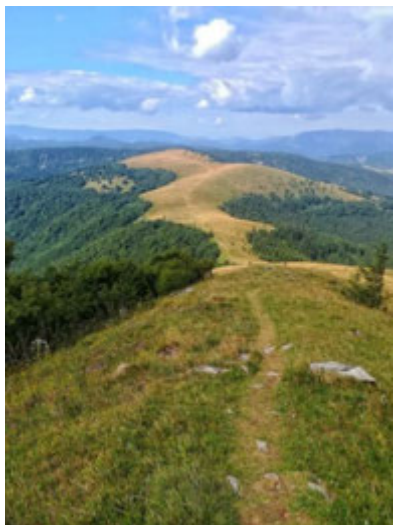
Skočí, letí celkom nízko.
Vidí komín, veľmi blízko.
V peci oheň blčí divoko.
Vôkol pokoj iba naoko.

Silu ťahu výšky komína,
neprekoná tenká hoblina.
V moci ohňa zreje premena.
Belasý výdych má krídla, má ramená.

V krásnych zmenách tenkej hobliny
lieta čaro, tvar sa mení na iný.
Sama čím sa stala, ešte neverí.
Kto ju vidí, vidí svet nádherý.

Štefan Zvarík, študent U3V

QUO VADIMUS ?



Cesta osudu

V súčasnej dobe si sám sebe kladiem veľmi mnoho otázok, na ktoré nenachádzam žiadne zmysluplné odpovede, **kam sa uberáme?** Svetlo sveta som uzrel v malebnej drevenej chalúpke na stráni, učupenej pod lesom, ako jeden z posledných v našej osade, ktorí sa ešte rodili v tom čase doma - v kruhu rodiny. Vyrastal som v lone prírody, obklopený jej krásami, a preto do určitej miery ja a snáď aj všetci ostatní, čo sme vyrastali na dedine, vnímame zmeny v prírode za posledné desaťročia vo svojom okolí akosi citlivejšie. Osireli veru naše polia, lúky, stránne a vytratil sa z nich do neznáma ten dedinský čarovný kolorit. Nebolo snáď

v minulosti štvorcového metra zeme, ktorý by nám nebol dával svoje plody. Až súmrak padne človeku do duše, keď si spomenie na tie minulé farebné časy. Žilo sa síce skromne, ale boli sme určite šťastnejší ako dnes. Všetko sme si vedeli dopestovať bez chémie, ľudia si dokázali pomáhať navzájom, i keď sa aj neraz vedeli poriadne poškriepiť pri pôde. Ten, kto mal v tom čase na dedine pôdu, ten aj na dedine niečo znamenal. Ved' aj v tom najskromnejšom obydľí sa pani koza pozerala zo svojho paláca – chlievika, na ten svet vtedajší dedinský čarovný. Spev nákovky pod údermi kladivka na kosu sa niesol ránom do diali, aby následne rezonoval v blízkom lese a prebúdzať ranné vtáctvo do polí. Šum kosy, ktorá takto dávala najavo chuť čerstvo pokosenej trávy za rosy a vôňa čerstvého sena pri jeho obracaní na pokosenej lúke, nás dokázali neraz vnútorne zasýtiť a pohladiť nám dušu.

Dnes si na väčšej časti našich bývalých hospodársky využívaných poliach dávajú stretnutia už len členovia vysokej a čiernej zvery. Z časti ešte síce družstevníci niečo pokosia kvôli finančnej dotácii, ale kosy a hrable sme už nenávratne vymenili za nákupne košíky v obchodných reťazcoch.

Nestávalo sa nám v minulosti, aby v našej horskej oblasti chýbala niekomu taká vzácna kvapalina, akou sa začína stávať voda. Studne strácajú na svojej vitalite, nakoľko sa im narušila vo veľkej miere dodávka dažďových kvapiek od zástupcov lesa. Odlesnili sme si obrovskú plochu lesných porastov zo zisťujúcich dôvodov a posledné skupinky roztrúsených stromov veľmi trpia následkom vyčisťovania prírodných živlov. Po pár rokoch ale snád' svitne na lepšie lesné časy, dofaží sa posledná drevná hmota a nastane dlhá éra zlatého lesného kludu. Príroda si vždy v minulosti dokázala poradiť s rôznymi nástrahami a s negatívnymi prejavmi, ktoré sme jej uštedrili my - ľudia. Každý jeden z nás môže vo svojom blízkom či vzdialenejšom okolí svojou cieľavedomou environmentálnou činnosťou prispieť k ozdravnému procesu v prospech prírody. Je iba na nás - na ľuďoch, aké životné prostredie zanecháme ďalšej generácii, ktorá príde po nás, až sa vydáme na cestu, z ktorej už niet návratu!

Miroslav Novák, študent U3V

Foto: František Vanek, študent U3V

Príroda sa bez človeka zaobíde, ľudstvo však bez prírody neprežije.

Miroslav Saniga

POSTREHY ZO ŠVÉDSKA

Tento september sme boli u môjho najstaršieho syna na návšteve v Štokholme, v ďalekom Švédsku. Iste severská krajina. Mnohí povedia, tam je iné sociálne zázemie. V mojich predstavách bol sever krajinou ľudí, ktorí sú úzko spätí s prírodou. A potvrdilo sa.

Najprv sme boli v hlavnom meste, ktoré je postavené na dvadsiatich ostrovoch. Tie sú spojené množstvom mostov a vzájomne prepojené metrom, lodnou a železničnou dopravou. Väčšina ľudí športuje. Od malých až po tých najstarších. Ráno som stretala ľudí na bicykloch, ktorí sa nimi prepravovali k najbližšiemu metru či železničnej stanici. Množstvo stromov, zelene, parkov, vodných plôch, detských ihrísk. Akosi sa mi nechcelo veriť, že som vo veľkomeste. Moderné budovy, priemyslové

parky, bytovky, domy, boli postavené tak, akoby tam stáli od nepamäti. Spojené v symbióze s prírodou. Architektúra ničím nerušila vzťah ľudí k prírode. A ku vzťahu k prírode vychovávajú aj deti. Detské ihriská sú uzatvorené drevenými plotmi. Okolo sú postavené malé kôlničky - drevené domčeky s typickými červenými strechami. V nich sa rodičia spoločne s deťmi môžu hrať na šikovných majstrov. Narábať s náradím, pracovať s drevom, s kovmi, textilným materiálom, vlnou alebo papierom. Vedľa sú miestnosti na prípravu čaju, kávy alebo kútik na detskú hygienu. V kúte ihriska skleník, kde sa deti hrajú - učia sadiť kvietky, zeleninu, starať sa o záhony a zároveň si vážiť prácu iných. Úžasné. A to vo veľkomeste. Dozvedela som sa tiež, že ľudia nekupujú zbytočnosti a veci, ktoré nepotrebujú, ale ešte funkčné ponúkajú na trhoch. Predávajú väčšinou seniori, ktorí z toho majú zážitok a ostatní ľudia ošoh.

Presúvali sme sa metrom. Všade, bolo veľmi čisto. Na zemi som nikde nevidela papier, plastovú fľašu či nejaký iný odpad. Triedenie odpadu je bežnou záležitosťou. Sú ďaleko pred nami. Plastové fľaše, hliníkové obaly sú zálohované. Na sídliskách neexistujú kontajnery na odpad. Každý panelák má na triedený odpad osobitné miestnosti. Tam sa všetok odpad triedi a zároveň aj recykluje. Bioodpad sa každý deň vyváža do kompostárne. Na sídlisku tým, že nie sú kontajnery vonku, nevidieť poletujúce papiere a iný odpad na chodníkoch, v kríkoch a okolo stromov. U nás sa to ešte mnohí len učia. Pri vode, kde kotvili lode i lodky, bolo tak čisto, že som tomu nemohla uveriť. Sever nemá problém s vodou.



Štokholm - skanzen

Ale vážia si ju. Priamo v centre mesta na Gamla stane je pomník. Zvláštny a nenápadný. Ten hrdo hlása aké % znečistenej vody sa vracia späť do obehu. A je to viacej ako 90 %.

V skanzene, ktorý je v centre Štokholmu, sme názorne videli spojenie starého severu s novým. V malých domčekoch, v ktorých sa predávajú typické švédske

koláče a podáva jedlo, obsluhujú seniори v typických severských krojoch. Práve oni vedia veľmi pôsobivo vyrozprávať svoju históriu severského života. Hrdo a pútavo, s obrovským elánom svoje životné skúsenosti odovzdávajú mladším. Z každého domčeka dýcha kus histórie, ktorá je prevtelená do ľudí pracujúcich v nich. Videla som tam 6 a viac členné mladé rodiny, ktoré takýmto spôsobom učia svoje deti byť hrdými na svoju vlasť a na svoju históriu. A čo ma prekvapilo, všetci ovládajú okrem svojho rodného jazyka aj angličtinu. Od malých detí po seniorov. V obchode, na stanici, v metre, na ulici. Jedným slovom úžasné a máme sa čo učiť. Nielen brať, ale hlavne dávať všetkým okolo seba, a tým žiť v spojení s prírodou.

Anna Mikolková, študentka U3V

Foto: Ľudmila Petráková, študentka U3V

RADÍME SI NAVZÁJOM

ODBOR PREVENČIE KRIMINALITY INFORMUJE

Milí naši čitatelia, s veľkou úctou a láskou sa vám opäť prihovárame prostredníctvom príspevku vo vašom časopise. Sme z odboru prevencie kriminality kancelárie ministerky vnútra SR a týmto spôsobom vás chceme osloviť a ubezpečiť, že dbáme o vašu bezpečnosť a snažíme sa robiť malé veci s veľkou láskou. Oznamujeme vám, že Ministerstvo vnútra SR na celom území Slovenskej republiky realizuje Národný projekt.

„Zlepšenie prístupu obetí trestných činov k službám a vytvorenie kontaktných bodov pre obeť“ je Národný projekt, ktorý vznikol za účelom upozorniť občanov na praktiky a nástrahy všedného dňa, ktoré im môžu znepříjemniť život v oblasti ochrany a zabezpečenia majetku či ujmy na zdraví.

Koordinátor prevencie kriminality by mal aj v Žilinskom samosprávnom kraji prispieť k zlepšeniu preventívnej činnosti, ale predovšetkým k zníženiu rôznych spoločensko-patologických javov a eliminácii príležitostí na páchanie trestných činov. Cieľom projektu je predovšetkým uľahčiť situáciu obetiam trestných činov a pomôcť im nájsť vhodné riešenie. Práve preto zriadilo Ministerstvo vnútra SR kanceláriu koordinátora aj

v Žiline, rovnako ako aj vo všetkých krajských mestách na Slovensku.

Pomoc koordinátora a jeho asistentov môže vyhľadať každý, kto sa stal obeťou trestného činu, ale aj každá potenciálna obeť. Úlohou pracovníkov kancelárie kontaktného bodu je pomôcť všetkým, ktorí to potrebujú, a to nielen prostredníctvom poradenstva. Priblížia im možné právne kroky alebo odporúčia psychologickú, právnu, či inú odbornú pomoc. Pracovníci pomôžu obetiam alebo potenciálnym obetiam nájsť vhodný spôsob riešenia problému a pomôžu im zvládnuť všetky potrebné kroky pre zlepšenie ich situácie.

Kancelária kontaktného bodu poskytuje:

- konzultácie a poradenstvo,
- informačno-osvetové aktivity v oblasti prevencie,
- preventívne besedy, diskusie pre zraniteľné cieľové skupiny.

Pomoc koordinátora nájdete už koncom roka 2018 v kancelárii kontaktného bodu v budove Okresného úradu v Žiline, Janka Kráľa 4. Neskôr by sa kancelária mala presunúť do Klientskeho centra na Vlčincoch.

Prevencia znamená predchádzanie niečomu, ale nie vždy sa to dá zvládnuť. Pretože v našej spoločnosti sa nachádzajú aj takí ľudia, ktorí nevedia konať dobro, pojem nezištnosť je pre nich cudzie slovo, a tak človek, ktorý je tvor citlivý so srdiečkom na pravom mieste, sa často stáva obeťou. Z toho dôvodu a nielen preto, ministerstvo vnútra spracovalo takúto pomoc pre obeť. **My v Kontaktnom bode Žilina tiež v rámci spomínaného projektu poskytujeme a realizujeme preventívne aktivity - besedy pre najviac zraniteľné skupiny – seniorov, na ktorých oslovujeme účastníkov s radami a odporúčaniami, ako dbať o svoju bezpečnosť.** Počas týchto aktivít sme sa stretli s mnohými príbehmi so smutným koncom, ale aj tými veselými, na ktorých sme sa s chuťou zasmiali a zobrali si z nich poučenie.

Na jednom takom stretnutí sme sa pobavili na príbehu tetý Betky.

Jedného dňa u nej doma pri dverách zazvonila skupinka predajcov so zaručene najlepšimi paplónmi. Tieto paplóny sú protialergické, z najlepších prírodných materiálov, úžasne sa pod nimi spí a dokonca liečia všetky

choroby. Teta Betka, ktorá je známa svojimi vtipnými pripomienkami, nám povedala, že aj keď je jej muž už niekoľko rokov pochovaný, neprišlo jej na um nič lepšie... Vchodové dvere sa jej nedali zavrieť, lebo dotieraví predajcovia sa jej do nich natlačili a z celej sily zakričala na svojho už nebohého manžela: „Klement, pod' rýchlo dole z tej povaly, sú tu nejakí predajcovia, ktorí predávajú zázračné paplóny, vraj sú zaručene dobré. Majú aj väčšie veľkosti pre poriadnych chlapov ako ty a okrem toho ponúkajú zľavu pre esenbákov. Pod' rýchlo, už aj!“ Keď toto počuli predajcovia, rýchlo sa na päte otočili a utkali preč z dvora, že už ich volajú a ešte sa niekedy zastavia.

Život ponúka mnoho nástrah, ale aj veľa príležitostí ako riešiť nepriaznivé situácie, preto vám prajeme najmä veľa láskavých ľudí okolo seba.

A ešte niečo veselé na záver:

Zlodej sa vlámал do domu deväťdesiatročného starčeka a zrukol na neho:

- Peňaženku!
- Uf! To mi odľahlo! Myslel som, že budeš chcieť peniaze...

**Katarína Kvašňovská, Odbor prevencie kriminality
Kancelárie ministra vnútra, Kontaktný bod Žilina**

ZDRAVÝ JARNÝ POKLAD Z PRÍRODY

„Všetky vrchy, pohoria, všetky lúky a lesy sú prirodzené lekárne.“

Paracelsus

Hneď po zime, len čo sa počasie umúdra a studené dni vystriedajú dni teplejšie, príroda sfa „čarodejnica“ rozprestiera rok čo rok koberec plný darov. Jedným z prvých je voľne rastúci medvedí cesnak, nazývaný tiež zázrak jari, v ktorom drieme mohutná liečivá sila. Sezóna jeho zberu je v závislosti od nadmorskej výšky výskytu a nástupu jari. V lužných lesoch, okolo Dunaja, začína sezóna zberu už koncom marca. Na severe Slovenska sa objavuje až koncom apríla. Najvhodnejšie je začať so zberom hneď, ako vykukne zo zeme, pretože mladé lístky sú najchutnejšie. A čo je na tom medvedom cesnaku najzaujímavejšie? Určite to, že je považovaný za všeliek - života budič. Zvláštnosťou je jeho celkom krátke

vegetačné obdobie zberu. Trvá iba dva mesiace. V máji medvedí cesnak začína kvitnúť a jeho zber sa tým končí. Listy pomaly zosychajú. V lete rastlinku medvedieho cesnaku ťažko nájdete. Je vyschnutá, „spí“ a zvyšok roka čaká na ďalší rok.

Hoci v obchodoch sa už v marci objavujú viazaničky čerstvého medvedieho cesnaku z Maďarska a v záhradke mi dokonca koncom apríla vyrastie v dvoch trsoch, neviem sa dočkať na jeho zber v prírode. Každú jar sa teším na vlastnoručne nazbieraný, voľne rastúci, voňavý zelený zázrak. Preto býva zvykom, že spolu s partiou, sťaba babky bylinkárky, si to zvyčajne rok čo rok nasmerujeme do lokality, kde sa ten zelený „zázrak“ objavuje na Slovensku ako prvý.

Asi sa čudujete, že až tak ďaleko za medvedím cesnakom? Verte či neverte, trojhodinová cesta vlakom nám vždy ubehne veľmi rýchlo a po pár minútovej jazde mestskou bratislavskou dopravou dorazíme priamo na miesto zberu. Tam nás čaká obraz prírody ako z rozprávky. Koruny stromov pripomínajú riedke sito, cez ktoré veselo prenikajú jarné lúče slnka. Sem tam na konárkoch už vykúkajú púčiky nových listov. Vôňu z opadaných listov prekrýva prenikavá a nezameniteľná vôňa cesnaku. Spod zoschnutých opadaných listov vytrčajú zelené lístočky. A čuduj sa svete v lešiku je naservírovaný medvedí cesnak sťaba rozprestretý hustý zelený koberec. Ešte malá skúška, pomrvenie listu medzi prstami a privoňanie... Veru hej, je to medvedí cesnak a nie konvalinka. Zber sa môže začať. Hoci zvyčajne odchádzame odtiaľ s plnými taškami, zostáva toho ešte veľa aj pre druhých. Vôňa cesnaku nás sprevádza až do Žiliny.

Cestou domov sa nám už zbiehajú slinky na maslový chlebík či hrianku s medvedím cesnakom. Široké spektrum jeho využitia láka aj experimentovať. Okrem bežnej konzumácie medvedieho cesnaku na chlebe či v šalátoch a v polievkach, je ideálny na výrobu obľúbeného pesto s olivovým olejom a soľou alebo na prípravu tinktúry, ktorá sa užíva po kvapkách. Niektorí nadšenci si ho dokonca zamrazujú. Mrazený domáci polotovár či domáce pesto je potom po poruke kedykoľvek počas roka. Dochutíme ním slané pečivo, nátierky, polievky, mäso i cestoviny... A tak skoro na jar pre niektoré z nás začína už zaváracia sezóna bez sterilizácie.



Pred zberom voľne rastúceho medvedieho cesnaku však je nutné si uvedomiť ešte jednu zásadnú vec. Nemôže sa zbierať všade. V chránených územiach s tretím až piatym stupňom ochrany je jeho zber zakázaný. Previnilcom hrozia sankcie. Chránené územia s tretím až piatym stupňom ochra-

ny sú najmä národné parky a prírodné rezervácie, ktoré bývajú primerane označené.

Na záver spomeniem niektoré lokality zberu medvedieho cesnaku. Už koncom marca vyrastá v listnatých lesoch v okolí Bratislavy pri Draždiaku, Ovsišti, v západných Bielych Karpatoch, od mosta Lafranconi po Wolfsthal Ovsíš popri Dunaji na rakúskej strane, na Devínskej Kobyle, Kopáči, Železnej studničke, v Horskom parku, v Rusovciach alebo aj v Čunove. Na severe Slovenska ho môžete nájsť až koncom apríla v javorovo – bukových lesoch v Gaderskej doline vo Veľkej Fatre za Blatnicou, v Rajeckej doline na svahoch vrchu Hnilecká Kýčera. Objavuje sa aj v javorovo – bukových lesoch v Rajeckej doline blízko Usypanej skaly. Nájsť sa dá aj na Kľaku, pri obci Fačkov. Možno skúsíte zájsť do Dolnej Krupej pri Trnave alebo do obce Tužina neďaleko Nitrianskeho Pravna - pri miestnom potoku kúsok nad dedinou.

A že nestihnute jeho zber v túto skorú jar? Nevadí. Jedno by ste ešte mohli stihnúť do začiatku leta – prejsť sa po blízkom či vzdialenejšom okolí, popásať sa pohľadom po záplave bielych drobných kvietkov, a tak objavovať svoje vlastné lokality jeho zberu pre budúcu skorú jar.

Anna Frličková, študentka U3V

Foto: Anna Frličková, študentka U3V

10. Ako sa volá najväčšia vodná nádrž na pitnú vodu na Slovensku?

a) Ružín

b) Vodné dielo Gabčíkovo

c) Starina

VYHODNOTENIE:

č. otázky	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
správna odpoveď	c	a	c	b	b	c	a	b	b	c

počet správnych odpovedí	10-8	7-5	4-2	2 a menej
výsledok	znalec	mierne znalý	málo znalý	neznalý

Zostavila: Dominika Majcherová, lektorka U3V**DOPLŇOVAČKA**

	1	2	3	4	5	6
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						

ŠTÁT NA SEVEROZÁPADNOM POBREŽÍ USA

STARÁ RUSKÁ DĹŽKOVÁ MIERA /1,06 KM/

ÚRADNÉ POVOLENIE, VNÚTENIE ZÁKONA

VÝZNAMNÝ TALIAŇSKY ARCHITEKT 16. STORČIA

DIALÝZA - 2. PÁD MNOŽNÉHO ČÍSLA

OVEJE, OFÚKA

STANICA - NEMECKY

RIEKA V JUŽNEJ ČASTI STREDOSLOVNSKÉHO KRAJA

CHEMICKÝ PRVOK ZNAČKY ER

LUPIČ, ZBOJNÍK - PEJORICKY

MESTO V TRÁCII

ŠPZ - ŽILINA, LEVOČA, TVRDOŠÍ - V PORADÍ ODZADU

NIE LAHKÝ

Pomôcky: ABDÉRÁ, OKTROJ. SERLIO
Tajnička je v stĺpcoch 6, 3, 1.

Zuzana Hoffmannová, študentka U3V

Šéfredaktorka: Mgr. Viera Ďurdíková

Redakčná rada: (zostavená z dobrovoľníkov, pracovníkov UNIZA a študentov U3V UNIZA)

PhDr. Slavka Pitoňáková, PhD.

PaedDr. Silvia Antolová, PhD.

Mgr. Albert Kulla, PhD.

Ľudmila Petráková

PhDr. Jaroslava Hubková

Štefan Zvarík

Koordinátorka:

Ing. Janka Šňahničanová

Jazyková úprava:

Mgr. Viera Ďurdíková

Grafická úprava:

Ľudmila Petráková

Ilustrácie: Mária Švajlenková – Reková, Ing. Dušan Chilý

Prvá strana obálky- foto: Anna Maljarová, študentka U3V - Skanzen, Vychylovka

Zadná strana obálky - foto: Vladimír Halaj, lektor U3V - Maky

Vydavateľ: Žilinská univerzita v Žiline, Ústav celoživotného vzdelávania, Univerzitná č. 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

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

POKYNY PRE PRISPIEVATEĽOV

1. Text príspevku treba poslať v elektronickej podobe, spracovaný v programe Word na e-mail: u3a@uniza.sk.
2. **Termíny uzávierok sú každoročne 31. január a 31. máj.**
3. Ak prispievateľ zašle svoj príspevok napísaný rukou, redakčná rada zabezpečí jeho prepis do elektronickej podoby.
4. Prispievateľ nemusí byť študent U3V UNIZA.
5. Pri písaní je vhodné použiť „kontrolu pravopisu“.
6. Dátumy píšeme s medzerou. V letopočtoch sa desaťročia píšu slovom a storočia arabskou číslicou.
7. Medzi slovami, za interpunkciou a skratkami sa robí jedna medzera.
8. Rozsah príspevku by nemal presiahnuť 2 strany formátu A4 (jedna strana formátu A4 obsahuje 1800 znakov).
9. Sprievodné obrázky a fotografie treba zaslať zvlášť v samostatnom súbore, nie ako súčasť textu (uviesť zdroj).
10. Za obsah a pôvodnosť príspevku zodpovedá autor.
11. Redakcia sa nemusí vždy stotožniť s názormi autora.
12. Príspevky náboženského a politického zamerania neuverejňujeme.
13. **Téma budúceho vydania časopisu bude: Humor, ktorý spája.**
Výherkyňou z minulého čísla časopisu Schody č. 16 za správne vyplnenú doplňovačku sa stala pani Eva Bašistová – študentka U3V. Cenu si výherkyňa prevzala z rúk autorky doplňovačky pani Zuzany Hoffmannovej dňa 6.12. 2018.

Novú vyplnenú doplňovačku z časopisu Schody č. 17 je potrebné priniesť do kancelárie U3V do 31.5. 2019. Bude zaradená do zlosovania o cenu U3V.

PONUKA ŠTÚDIA UNIVERZITY TRETIEHO VEKU V ŽILINE - 2019/2020

Univerzita tretieho veku pri Ústave celoživotného vzdelávania Žilinskej univerzity v Žiline v akademickom roku 2019/2020 ponúka štúdium pre záujemcov vo veku:

OD 45 ROKOV

3-ROČNÉ ŠTUDIJNÉ PROGRAMY

- Dejiny Žiliny
- Osobnosti Slovenska

1-ROČNÉ ŠTUDIJNÉ MODULY

- Doprava a cestovanie
- Kulturológia
- Obrázky Slovenska
- Seniorská škola žurnalistika
- Ako správne fotografovať - začiatčníci
- Fotografia pre pokročilých
- Záhrada pre krásu a úžitok
- Slovo písané i hovorené...
- Kysucké dominanty (v pobočke v Čadci)
- Pohybovo-relaxačné cvičenie (v Žiline)

OD 55 ROKOV

2-ROČNÝ ŠTUDIJNÝ PROGRAM

- Základy práce s počítačom (v pobočke v Pov. Bystrici)

1-ROČNÉ POČÍTAČOVÉ MODULY

- Základy práce s počítačom (v Žiline)
- Praktické programy pre PC
- Internet ako pomocník i spoločník
- Práca s tabletom/ mobilom
- Google aplikácie
- Pokročilá práca s PC (v Žiline)
- Pokročilá práca s PC (v pobočke v Pov. Bystrici)

OD 60 ROKOV

3-ROČNÉ ŠTUDIJNÉ PROGRAMY

- Ja a moje starnutie

1-ROČNÝ ŠTUDIJNÝ MODUL

- Právo – psychologické minimum (v pobočke v Čadci)

PRIHLÁŠKY: OD 1. APRÍLA 2019 OD 8:00 HOD.

- **ELEKTRONICKY** - www.ucv.uniza.sk
- **OSOBNĚ** – kancelária Univerzity tretieho veku na ul. 1. mája č. 32 v Žiline

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



ISSN 1338-2942
EV 4187/10