



BARČIANSKY SÚČASNÍK



15. zasadnutie miestneho zastupiteľstva mestskej časti Košice – Barca sa konalo dňa 26.6. 2013 za prítomnosti všetkých poslancov. Zasadnutie otvoril a viedol p. František Krištof, starosta mestskej časti Košice – Barca. Pracovné predsedníctvo p. František Krištof, p. Imrich Bulko a JUDr. Agnesa Bogačevičová. Za zapisovateľku bola menovaná PhDr. Mária Kmecová. Za skrutátora bol navrhnutý a schválený Doc. Ing. Bily Jozef, CSc. Za overovateľov zápisnice boli navrhnutí a schválení Kunová Jarmila a Marek Rusnák. Stála návrhová komisia pracovala v zložení Dušan Pracko a MUDr. Beáta Bulková.

Starosta, František Krištof, informoval o predložennom programe rokovaní a vyzval poslancov na jeho schválenie a prípadné doplnenie. Z prítomných mal pripomienku Ing. Falat Ladislav, konkr. k bodu č. 11 – Použitie rezervného fondu, s požiadavkou stanoviska hlavnej kontrolorky. Nikto z prítomných nemal ďalšie pozmeňujúce návrhy. Program bol jednomyselne schválený.

V rámci bodu 2. Dopyty a návrhy občanov - Prítomní občania nemali v rámci tohto bodu žiadne dopyty ani návrhy, svoje vyjadrenia hodlajú podať v nasledujúcom bode č. 3.

3. Petícia a žiadosti občanov – Nová Barca:

a) Vybudovanie prepojenia s ulicou Pri pošte

b) Riešenie dopravnej situácie na Kubíkovej ulici

c) Zamedzenie využitia komunikácií ako obslužných

Materiál bol predložený v písomnej podobe, ktorý obsahoval predložené žiadosti a petíciu občanov Nová Barca, zároveň vyjadrenie starostu k uvedeným podaniam a skutkovému stavu.

Na rokovaní boli prítomní občania lokality Nová Barca. Starosta vyzval prítomných poslancov a občanov na prednesenie svojich pripomienok, návrhov a dopytov.

Na základe požiadaviek v rozprave starosta predniesol vyjadrenie uvedené v materiáli, nakoľko prítomní občania nemali predmetné informácie.

Z rokovaní MZ



a) Petícia za vybudovanie bezpečného chodníka
- Predmetný chodník je zapracovaný do územného plánu zóny na pozemku mesta Košice v rozsahu bývalého potoka, kde vedie vodovod a plyn k lokalite Nová Barca.

- V marci t.r. bol spracovaný geometrický plán, kde bol vytyčený chodník, ktorý musí mesto Košice dať zapísať vo forme zmeny klasifikácie pozemku, t.j. z vodnej plochy na ostatnú plochu.

- Následne so súhlasom mesta je potrebné dať spracovať projektovú dokumentáciu na chodník z dôvodu, že ide o stavebné práce – úprava pozemku, kde je uložená infraštruktúra (vecné bremeno vodovod, plyn) v prospech SPP, resp. VVS.

- Podľa skutkového stavu zamerania predmetnej parcely bude potrebné riešiť odhradenie a likvidáciu stromov a porastu zo strany susedného vlastníka, ktorý doteraz časť pozemku užíval.

- Po doriešení týchto majetkovo - legislatívnych a projekčných prácach, vrátane vybavenia stavebného povolenia na spevnenú plochu a vyčlenení finančných prostriedkov v rámci rozpočtu bude možné pristúpiť k predmetnej realizácii.

- Čo sa týka chodníka na ulici Osloboditeľov, resp. v ňom umiestnených stĺpoch verejného osvetlenia a rozvážača, môžeme tento problém na riešenie posunúť mestu Košice, nakoľko verejné osvetlenie vr. rozvážača patrí mestu Košice.

- Predmetná lokalita je organickou súčasťou obce jednak s prepojením ulice Osloboditeľov ako i schvá-

leným územným plánom zóny, osobitne v časti pod hospodárskym dvorom.

- „Vedenie obce vníma túto lokalitu ako súčasť priemyselnej zóny a povoľuje v tejto časti obce sústreďenie podnikateľských prevádzok ako sú autoservisy.“

- Vedenie obce nepovoľuje prevádzky, prevádzková resp. podnikateľská činnosť vyplýva z aktivít vlastníkov pozemkov, resp. podľa živnostenského zákona a povolení zo strany štátnej správy – nie samosprávy. Samospráva môže riešiť len prevádzkový čas. Dokonca pokiaľ nedôjde k zmene stavebného zákona, mestské časti sú vylúčené zo stavebných konaní, takže povoľovanie servisov a pod. nespadá pod mestskú časť. Určitú možnosť tu má mesto Košice ako špeciálny stavebný úrad, stavebný úrad alebo z hľadiska ÚHA

Za petičný výbor vystúpil prvý p. Ing. Čabra, ktorého zaujímali termíny uvedených úloh. Starosta uvádza, že





neustále sa na tejto veci pracuje, geometrický plán bol spracovaný v jeseni, v marci bol zrealizovaný. V danom smere je momentálne prvoradé vysporiadať vlastnícke vzťahy.

Ing. Smutelovič, ako člen petičného výberu uvádza, že činnosť obce je zdĺhavá, zaujíma ho, čo MČ v tomto smere urobila, prečo bolo povolené autoservisu vystavenie plynového a elektrického rozvádzača. Starosta výrazne konštatoval, že mestská časť nie je stavebným úradom, rozhodnutia dáva stavebný úrad, mestská časť je zo stavebných konaní vylúčená.

V rozprave so svojimi názormi vystúpili ďalej obyvatelia p. Ružička, Ing. Smutelovič a Ing. Čabra, Občan, p. Ružička požaduje, aby boli občania informovaní, čo mestská časť robí preto, aby sa požiadavky občanov riešili, žiada väčšiu informovanosť. Starosta reagoval na jednotlivé pripomienky v zmysle vyššie uvedených stanovísk k problematike. Zástupca starostu, poslanec, p. Bulko uviedol, že sa oslovia kompetentné orgány na preloženie verejného osvetlenia, ktoré bráni bezpečnému prechodu, vo veci stavby chodníka sa osloví Mesto Košice, na základe jednotlivých odpovedí sa bude postupovať ďalej. Starosta opakovane dodal, že problematiku sú predovšetkým vlastnícke vzťahy, ale bude sa robiť všetko preto, aby sa tieto veci urýchlili.

JUDr. Bogačevičová vyjadrila súhlas s p. starostom, zároveň navrhuje, aby sa nevysporiadané územie pokúsili prenajať cez Slovenský pozemkový fond za symbolickú cenu, nakoľko vlastnícke vzťahy ostávajú zatiaľ nedoriešené, a ak bude územie v nájme, môže sa uskutočniť výstavba bezpečného chodníka. Poslanec Ing. Antal, navrhoval dočasné úpravy, ako je pokosenie, vysypanie kameniva a pod. Následne JUDr. Bogačevičová konštatovala, že nie sú možné takéto úpravy, musia byť v tomto smere splnené základné podmienky k vlastníctvu a činnosti.

Následne bola rozprava k bodu 3a) ukončená a starosta oboznámil prítomných so svojim vyjadrením



k bodu 3b), t.j. Žiadosť o zamedzenie využitia komunikácií Kubíková, Pri vagovni, Močiarna ako obslužných komunikácií pre podnikateľské subjekty

- Ulice Močiarna i Pri vagovni sú slepé len dočasne, v zmysle územného plánu budú prejazdné v nadväznosti na schválený územný plán vrátane polyfunkčnej činnosti, resp. podnikateľskej činnosti v nadväznosti na splnenie podmienok zo strany povoľovania podnikateľskej činnosti, do ktorej mestská časť nemôže zasahovať. Mestská časť nebude ďalej zabezpečovať budovanie komunikácie z dôvodu vlastníckych vzťahov i finančných možností.

- Projekty komunikácií Močiarna i Pri vagovni boli riešené v nadväznosti na výkup pozemkov v danom čase zo strany a neochoty vlastníkov pozemkov uvoľniť, resp. odpredať pozemok na cestu, resp. chodník.

- Obe komunikácie boli realizované z finančných prostriedkov mestskej časti, vrátane sietí a transformátora v danom rozsahu a boli aj skolaudované príslušným stavebným úradom.

- Obe komunikácie majú byť prejazdné v zmysle územného plánu, riešenie zásobovania podnikateľských subjektov je vecou povoľovania činnosti, tzn. vrátane parkovania či otáčania na vlastnom pozemku.

- Komunikácia bola projektovaná aj realizovaná v nadväznosti na plánované prepojenie v zmysle územného plánu a polyfunkčnej činnosti.

K problematike v rozprave vystúpil Ing. Čabra ohľadom šírky a rýchlosti, na čo reagoval starosta v zmysle vyššie uvedeného stanoviska.

Následne prešiel k bodu c) a predniesol stanovisko k materiál, ktoré mali poslanci písomne.

c) Žiadosť o riešenie dopravnej situácie na Kubíkovej ulici

- Čo sa týka parkovania na ulici Kubíkova – platí zákon o prevádzke na komunikáciách a dopravná vyhláška, ktorej dodržiavanie rieši polícia.

- Činnosť „testovania vozidiel“ je možné rovnako riešiť v zmysle predchádzajúceho bodu.

- Otázkou testovania môže mestská časť preveriť, resp. vyzvať autoservis na stanovisko a upozorniť cestný správny orgán – mesto Košice.

K problematike sa v rozprave vyjadril Ing. Antal s požiadavkou, aby sa v uznesení uviedli konkrétne termíny riešenia prednesených skutočností.

Po ukončení rozpravy k všetkým trom častiam 3. bodu Miestne zastupiteľstvo mestskej časti Košice – Barca prijalo uznesenie a vzalo na vedomie petíciu a iadosť občanov v bode 3:

a) Vybudovanie prepojenia ulice Kubíkovej s ulicou Pri pošte,

b) Riešenie dopravnej situácie na Kubíkovej ulici,

c) Zamedzenie využitia komunikácií ako obslužných, a žiada starostu MČ Košice - Barca požiadať príslušné orgány o riešenie žiadosti občanov. Termín: Zaslania žiadostí do 5. 7. 2013., čo bolo jednomyselne prijaté

V rámci 4. bodu rokovania – kontrola uznesení v písomnej podobe neboli žiadne pozmeňujúce návrhy.

V piatom bode - Rokovania komisii MZ a informácia o ich činnosti starosta vyzval prítomných na podanie informácie o činnosti jednotlivých komisii.

Predseda stavebnej a bytovej komisie, I. Bulko uviedol, že komisia sa zišla 1x a riešené boli len bežné záležitosti. Starosta následne požiadal aby na najbližšom stretnutí komisia prešetrila stav na Močiarskej ulici týkajúci sa chodníkov. Predsedníčka sociálnej a kultúrnej komisie, I. Lendacká konštatovala, že stretnutie sa uskutočnilo 1x, navštívilo sa 10 novorodencov a prediskutovali podané jednorázové sociálne výpomoci. Predseda finančnej komisie, p. Maťaš uviedol, že komisia sa stretla 1x, požiadal aby sa hlavná kontrolórka v bode č. 11 vyjadrila schváleniu rezervného fondu a uskutočnil sa aj výjazd do terénu, konkr. vo veci podanej petície v lokalite Nová Barca. Predseda komisie na ochranu verejného záujmu, Ing. Antal uviedol, že stretnutie sa uskutočnilo 15.5.2013 na ktorom bola



uskutočnená kontrola podaných priznaní poslancov. Všetci poslanci splnili svoju povinnosť.

V 6. bode rokovania Informácia starostu o činnosti od posledného MZ Starosta podal materiál v písomnej podobe, v ktorom uvádza jednotlivé stretnutia od posledného zasadnutia MZ. Zároveň doplnil písomnú informáciu okrem iného o tom, že materiál vo veci verejného osvetlenia bol v dvoch kópiách odovzdaný agentúre SIEA, kde má byť uskutočnená kontrola. Ďalej starosta informoval prítomných o plánovanom stretnutí s vedením TU KE ohľadne spolupráce pri písaní diplomových prác ako aj o prerokovaní územnoplánovacej dokumentácie na ÚHA, o rozhodnutí o začatí stavebného konania na ul. Turnianska – protihluková stena, o plánovanej brigáde pre študentov na ihrisku, konkr. maľovanie tribún a plota, vyčistenie okolia a pod., informoval o rokovaní na MMM, o stretnutí s p. Polákom a Gašaiom z Východoslovenského múzea, o pokračovaní v práci na výtlkoch a o podakovaní vo forme diplomu od Slovenského poľovníckeho zväzu za medzinárodnú výstavu psov, zároveň požiadali o rezerváciu ďalšieho termínu na túto výstavu v r. 2014.

Po uvedených informáciách vyzval starosta poslancov k rozprave.

V rámci bodu 7. Informácia hlavného kontrolóra starosta vyzval hlavnú kontrolórku k vyjadreniu. Pani JUDr. Bogačevičová predložila správu v písomnej podobe, v ktorej uvádza svoju kontrolnú činnosť, konkr. kontrolnú činnosť v dodržiavaní a uplatňovaní ustanovení príslušného zákona č. 431/2002 Z.z. o účtovníctve v znení neskorších predpisov v procese inventarizácie majetku, záväzkov a rozdielu majetku a záväzkov ku dňu riadnej účtovnej závierky. Okrem uvedenej kontroly

vykonala aj kontrolu zmlúv o reklame, ako uviedla, očakávala v tomto smere viac finančných prostriedkov, nakoľko v mestskej časti je veľa reklamných tabúl, avšak väčšia časť je na súkromných pozemkoch, nie na majetku mestskej časti. Predložila návrh v oblasti hmotnej zodpovednosti pracovníkov v oblasti motorových vozidiel, ktorý si osvojil Ing. Falat a predložil vo forme uznesenia návrhovej komisii, čo bolo schválené uznesením všetkými poslancami. Následne poslanci schválili uznesenie, kde MZ berie na vedomie informáciu hlavného kontrolóra o činnosti za I polrok 2013 a a) žiada starostu po konzultácii s hlavnou kontrolórkou MČ Košice – Barca dopracovať hmotné zodpovednosti pre zamestnancov a prijať opatrenia v zmysle kontroly, za b) schvaľuje plán kontrolnej činnosti hlavnej kontrolórky na II polrok 2013. – jednomyselne prijaté

8. Informácia o priebehu ROEP

Informácia o priebehu ROEP bola podaná v písomnej podobe (samostatný článok)

Poslanec Ing. Falat sa zaujímal, či dôjde k zmenám vo vlastníckych vzťahoch, na čo starosta následne odpovedal, že všetko je v kompetencii katastra, ak bude potrebné urobiť úpravy tak ich urobia, o nejednoznačných veciach sa bude rokovať.

JUDr. Bogačevičová upozornila, že je potrebné sledovať priebeh ROEP, nakoľko ten zakladá vlastnícke vzťahy nad rámec občianskeho zákonníka. Vlastnícke vzťahy je potrebné sledovať, nakoľko námietky sa môžu podávať len do troch rokov. Komisia ROEP je povinná vždy v prípade potreby zasadať. Odporúča, aby si každý zvlášť prekontroloval svoje staré listiny, dedičské konania a pod., nakoľko nie je vylúčené, že ROEP založí list vlastníctva a nemusí to byť správny list so správnym pozemkom.

V bode 9. bola starostom podaná informácia o úprave organizačnej štruktúry v písomnej podobe.



V nadväznosti na vývoj rozširovania prevádzkovej činnosti v priestoroch kaštiela a pre zabezpečenie činnosti zastrešenia úradu, bola obsadená funkcia správcu budov a funkcia prednostu, ktorým bola menovaná PhDr. Mária Kmečová.

Miestne zastupiteľstvo mestskej časti Košice – Barca vzalo na vedomie informáciu o úprave organizačnej štruktúry, čo bolo jednomyselne prijaté



V rámci bodu č.10. Bola podaná informácia o zlučovaní mestských častí (samostatný článok)

Starosta podal informáciu o zlučovaní mestských častí, čo bolo predmetom rokovania posledného zasadnutia Rady starostov. Po vyše ročnom pôsobení, komisia tvorená starostami na požiadavku primátora spracovala návrh na možnosť zníženia počtu mestských častí na 14. Po prerokovaní návrhu aj z hľadiska koncepcnosti, úrovne kompetencií a nedoriešení finančných vzťahov a rozdielmi v Štatúte mesta, Rada starostov s týmto návrhom nesúhlasila a žiada mesto – primátora najprv doriešiť kompetencie a finančné vzťahy. Bližšie informácie sú v samostatnom článku.

V bode č. 11 starosta uviedol potrebu použitia rezervného fondu s tým, že po preúčtovaní 10 % prebytku hospodárenia do rezervného fondu v nadväznosti na schválený záverečný účet za rok 2012, v súvislosti s potrebou vykryť dohodu o splátkovom kalendári s Euroviou SK do 30.6.2013 za povrchovú úpravu Zemianskej ulice, žiada miestne zastupiteľstvo o schválenie časti rezervného fondu vo výške 4 000 € na tento účel v rámci investičných prostriedkov. Použitie rezervného fondu na krytie investičného záväzku prerokovala komisia finančná a správy majetku pri MZ a odporučila miestnemu zastupiteľstvu schváliť, obdobne aj hlavný kontrolór JUDr. Bogačevičová odporúčala toto riešenie na vyrovnanie časového nesúladu krytia kapitálových výdavkov, čo bolo MZ jednomyselne prijaté.

Nasledoval bod č. 12. Interpelácie poslancov a dopyty. Poslanec, Ing. Falat interpeloval úpravu schodov nadjazdu pri električke a vybudovanie zástávky na Hečkovej ulici. Starosta uviedol, že požiadavka vo veci schodov bola zaslaná na Národnú diaľničnú spoločnosť, poslanec, Ing. Antal, interpeloval situáciu na Barčianskej ulici, poslanec Kačmár interpeluje prepadanú cestu Čkalovova – Radlinského a zaujíma sa o chodník pri vchode do parku. Starosta uvádza, že prepadanou cestou sa bude zaoberať a čo sa týka chodníka do parku, je v pláne jeho riešenie, aby sa nemusel búrať múr. Poslanec Pracko sa zaujímal, či nie je možné zakúpiť basketbalové koše pre mládež a konštatuje, že č. p. mestský poslanec Sidor neuvažuje zabezpečiť na ihrisku novú trampolínu pre deti nakoľko prvá sa už zničila. Starosta odpovedá, že basketbalové koše sú v úvahe, najmä v miestnom parku, čo sa týka trampolíny, informácie k tomu nemá.

Poslankyňa MUDr. Bulková sa zaujímal, čo bude v bývalých potravinách na Hraničnej ulici. Ako odvetil starosta, zatiaľ to ešte nie je známe, nakoľko nepožiadali o prevádzkový čas.



Poslankyňa Lendacká navrhuje zverejniť na internetovej stránke celé materiály pre miestne zastupiteľstvo. Poslanec I. Bulko interpeluje veľké množstvo parkujúcich áut na križovatke Abovská – Maticná, čo znemožňuje plynulý prechod ďalších automobilov.

13. Rôzne. V rámci rôzneho starosta informoval o hlukových skúškach ktoré iniciovala Košická energetická spoločnosť. Na uvedenú informáciu reagoval poslanec Falat s tým, že bol iniciátorom tohto merania, nakoľko bol oslovený viacerými občanmi. Ďalej starosta informoval o akcii Mesta Košice – Kvety Košíc – súťaž o najkrajšie kvetinové balkóny. Na záver podal starosta informáciu o riešení situácie - podjazd pri katastri, v danej veci boli zaslané listy viacerým organizáciám, ako NDS Košice, NDS Bratislava, VVS, a.s. Košice, atď. Ďalej uviedol, že kontaktoval aj Dopravný inšpektorát a Ministerstvo dopravy vo veci pripájajúcich pruhov pri nadjazde a električke – smerom z/do Barce, kde autá idú po hlavnej ceste 80km/h a je veľmi náročné zaradiť sa do pruhu prichádzajúcim autám, predovšetkým v hlavnej špičke. V závere sa starosta František Kríštof podakoval prítomným za účasť, podnety a návrhy a ukončil tak 15. zasadnutie Miestneho zastupiteľstva Mestskej časti Košice – Barca.

PhDr. Mária Kmečová



Kosenie, kosenie



Tohto roku výdatné zrážky i tepelné podmienky poriadne podporili rast zelene. Dnes panuje názor, že všetko má byť pokosené ako v anglickom parku, resp. futbalový trávnik. V minulosti kosenie predstavovalo počas leta dve kosby, jedna v lete – kosenie na seno a druhá neskôr, tzv. Otava – druhá kosba. Barčiansky park postupne prechádza úpravami, a preto aj kosby sú opakované v závislosti od práve prebiehajúcej vegetácie. Aj tzv. lúčne kvety potrebujú ukázať svoju krásu, či rôznorodosť. Samozrejme kosenie pri pamätníku prevyšuje desaťkrát opakovaný cyklus kosby, pri komunikáciách je to tiež niekoľkokrát, v závislosti od rastu zelene a potreby zabezpečiť bezpečnosť cestnej premávky. Ďalším prvkom, práve v súčasnosti, je otázka finančných nákladov, lebo všetko niečo stojí, nehovoriac o zabezpečení kosby v podmienkach horúčav.

Takže v tomto smere privítame aj zo strany občanov pochopenie, prípadne chovateľov o možnosť nasekať si

trávu, či pohrabať seno. Určite Vám nikto v tom nebude brániť, lebo je to len pomoc pre obec.

Súčasným klimatickým podmienkam si vyžadujú, aby

záhony v parku i pri pamätníku Jána Pavla II. boli príbežne zalievané, k čomu slúži okrem iného aj požiarna vozidlo mestskej časti.

Orez konárov – kontakty s elektrickým vedením

V súvislosti s rastom zelene, prosíme občanov, ktorí zaregistrujú konáre stromov v blízkosti vedenia NN, aby svoje poznatky nahl-

ásili na miestny úrad. Ide hlavne o situácie, keď pri vetre dochádza ku výrazným výkyvom a tým k možným krátkodobým i dlhodobým skratom.

Kto ich spozná?

Opäť sa nám do rúk dostala zaujímavá fotografia zo sprievodu na Božie Telo, kde je vidieť vtedajšie oblečenie žien, dievčat. Možno by bolo zaujímavé vedieť, či sa dá niekto poznať, prípadne bližšie doložiť vtedajšie oblečenie, resp. časovo upresniť.

Zároveň sa na Vás obraciam s prosbou o poskytnutie rôznych starých fotografií, zaujímavých príbehov z Barce, spomienok starých rodičov, starých zaujímavých vecí, ktoré by sme mohli použiť do materiálov pre knihu, ktorú pripravujeme k 800. výročiu prvej písomnej zmienky o Barci, čo bude v roku 2015. Veci stačí zapožičať, po fotení, resp. naskenovaní materiály vrátime.

Skúste sa trochu „prehrabať“ v starých archívoch, či komorách, či niečo neobjavíte po babke, dedovi Možno že práve tým prispějete k poznaniu dávnej histórie tým, čo prídu po nás. Len kto dobre pozná svoju históriu, môže zažiť krásnu budúcnosť.

F.K.



Informácia o priebehu ROEP

Zverejnením registra obnovenej evidencie pozemkov sa dňom t.j. 9.5.2013 v MČ Košice – Barca začalo námietkové konanie. Vlastníci pozemkov do 30 dní od prevzatia výpisu majú právo podať voči jeho obsahu námietku.

Predmetom konania sú pozemky, ktoré nie sú vpísané na liste vlastníctva (ďalej len „LV“) v katastri.

Predmetom konania sú aj pozemky, ktoré sú vpísané v katastri na LV, ak je vlastnícke právo na LV evidované len v časti – nie k celému pozemku (nie k 1/1).

Predmetom konania sú aj pozemky, ktoré sú vpísané v katastri na LV, ak ide o pozemky bez geometrického a polohového určenia alebo bez výmery alebo došlo k zmene určeného operátu (ďalej len „UO“) alebo neboli prečíslované parcely na LV po obnove katastrálneho operátu novým mapovaním.

Predmetom konania sú aj pozemky, ktoré sú vpísané v katastri na LV, ak pozemky nie sú uvedené v majetkovej podstate LV, tzv. hluché LV, príp. polohlučné LV.

Spracovateľ Ing. Ján Lisoň, odovzdal mestskej časti výpisy pre známych vlastníkov – TYP 0, ktoré sa doručujú každému známemu vlastníkovi do vlastných rúk.

Ďalšia odovzdávaná skupina je TYP 7. V nej sú uvedení známi zomrelí vlastníci.

Vlastníci zaradení do skupiny TYP 3 – sú známi vlastníci s neznámym pobytom. V tejto skupine vlastníkov je ako vlastníka uvedené meno a priezvisko, žiadne ďalšie identifikačné údaje, ako sú dátum narodenia, rodné číslo, adresa, alebo dátum smrti vo výpise nie sú uvedené. Vlastníkov je potrebné identifikovať na základe predložených matričných dokladov. Aj pre tieto typy vlastníkov sú vytlačené výpisy. Ak sa ohlásí niekto z dedičov resp. právnych nástupcov po vlastníkoch evidovaných v týchto skupinách, mestská časť

odovzdá výpis jednému z nich.

Poslednou odovzdanou skupinou vlastníkov je TYP 1 – správa majetku štátu, kde je vlastníkom Slovenská republika.

V návrhu registra sa evidujú:

817 – známych vlastníkov s trvalým pobytom

226 – známych vlastníkov bez trvalého pobytu

5 – správcov

Návrh registra ďalej tvorí grafická časť zobrazená na jednotlivých mapových listoch. Je to súťaž parciel

registra CKN, EKN a bonitných jednotiek, ktorá slúži k nahliadnutiu a identifikácii pre ľudí, ktorí majú záujem vidieť kde leží konkrétna parcela ktorú dostali vo výpise ROEP.

Dňa 5.6.2013 od 12.00 hod - do 17.00 hod na MČ Košice – Barca boli k dispozícii spracovateľ ROEP – Ing. Lisoň s kolegyňou, ktorí poskytli podrobnejšie informácie jednotlivým žiadateľom. Ďalšie stretnutie so spracovateľom ROEP sa uskutočnilo dňa 26.6.2013 od 12.00 hod. – do 17.00 hod.

Následne boli námietky a predložené zmeny posunuté spracovateľovi a Katastru, po ich prehodnotení bude tieto riešiť Komisia ROEP.

J.T.

Rekonštrukcia interiéru farského kostola

Začiatkom júla sa začalo s rekonštrukciou interiéru farského kostola sv. Petra a Pavla. Ide o ďalšiu etapu úpravy kostola za účelom efektívnejšieho využitia jeho priestorov

a podmienok. Počas technických prác sa nedelňe bohoslužby uskutočnili v priestoroch kultúrneho domu na Barčianskej ulici, a to 14. a 21. júla.



Spomienka na odpustovú slávnosť

Odpustová slávnosť v Barci tohto roku pripadla na sobotu, kedy bol sviatok sv. Petra a Pavla. Množstvo ľudí v kostole i mimo neho, tradičné stánky so sladkosťami a slávnostné bohoslužby v kostole.



Informácia o zlučovaní mestských častí

Na predposlednom rokovaní Rady starostov bol prerokovaný záver komisie tvorenej starostami, ktorá po vyše ročnom pôsobení na požiadavku primátora spracovala návrh na možnosť zníženia počtu mestských častí na 14 (Barca spolu so Šebastovcami). Po prerokovaní návrhu aj z hľadiska koncepcionality, úrovne kompetencií a nedoriešenia finančných vzťahov a rozdielmi v Štatúte mesta, Rada starostov s týmto návrhom nesúhlasila a žiadala mesto – primátora najprv doriešiť kompetencie a finančné vzťahy.

Po obdržaní uznesení z Rady starostov primátor v máji listom vyzval všetkých starostov o zaslanie svojho pohľadu na otázku zlučovania mestských častí, podnety, námety. Môj názor bol upraviť počet mestských častí zlúčením, ktoré je možné napr. Barca Šebastovce s tým, aby boli zachované historické mestské časti, ostatné mestské časti vr. veľkých zlúčiť do jednej centrálnej pri možnosti zachovaní vysunutých pracovísk v jednotlivých sídliskách, prípadne využiť referendum pri voľbách do VUC na zistenie názoru obyvateľov Košíc na počet mestských častí, resp. štruktúru mesta.

Na rokovaní MZ dňa 17.6.2013 pán primátor Raši zaradil do programu bod „Zlučovanie mestských častí“. Spracovaný materiál k tomu nebol. V tomto bode rozviedol súčasný nákladný a neúnosný stav v rámci samosprávy Košíc,

a to aj v dôsledku krytia finančných dopadov zo starých prípadov (Strelingstav).

V prvej etape zmeny zákona č. 401/90 Z.z. sa podarilo znížiť počet mestských poslancov na 41 a poslancov na úrovni mestských častí (veľkých na 13) a malých na 7 až 5, čo je platné už pre budúce volebné obdobie od roku 2014 a prinesie úsporu nákladov jak na úrovni mesta, tak i mestských častí, resp. usporené prostriedky sa môžu využiť na potrebnejšie účely.

Keďže sa Rada starostov nedohodla na znížení počtu mestských častí, pán primátor chce vyvinúť tlak na starostov a rokovať s nimi tak, aby sa dosiahol počet mestských častí na polovicu, prípadne na 10. Jeho zámerom je v únosnej miere zachovať historicky pôvodné väčšie obce, ktoré boli pričlenené ku Košiciam, ostatné mestské časti by mohli tvoriť celok,

ktorý aj tak je zväčša riadený v životných funkciách mestskými podnikmi. V tomto smere by chcel pripraviť návrh na rokovania v decembri t.r. s tým, že následne by bolo v tomto smere prijaté VZN s možnosťou ďalšieho legislatívneho postupu (vyhlásenie referenda v nesúhlasných mestských častiach, prípadne zmena zákona o meste Košice, kde by sa priamo mohli upraviť počty mestských častí, prípadne zrušiť inštitút referenda).

V nadväznosti na uvedené bude situácia asi taká, že nasledovné volebné obdobie bude asi v súčasnom počte mestských častí, lebo rok pred komunálnymi voľbami, ktoré budú v novembri 2014, nie je možné meniť podmienky. Z tohto dôvodu spracovaný nový návrh zlúčenia mestských častí by asi platil až od volebného obdobia 2018 -2022.

Spolupráca so školami

Mestská časť Košice – Barca z hľadiska spolupráce kooperuje s rôznymi strednými školami i vysokými školami, a to vo forme odbornej praxe študentov na miestnom úrade, či z hľadiska zadávania alebo spracovania zaujímavých tém. Osobitne s Fakultou verejnej správy trvá spolupráca a v súčasnosti sa pripravuje spolupráca aj Technickou univerzitou, kde starosta s vedením škôl a univerzít upresní možnosti ďalšej spolupráce, ako informoval aj na poslednom miestnom zastupiteľstve. Možno budú zaujímavé štúdie v rámci ročníkových, či diplomových prác napr. z hľadiska úprav Barčianskeho parku, využitia pivníc v parku, či kaštieli, rekonštrukcia kultúrneho domu, rekonštrukcia, resp. nové zdravotné stredisko, stredisko opatrovateľskej služby a pod. Možno niektoré zo štúdií časom doznajú reálne spracovanie v rámci konkrétneho projektu. Zároveň to bude motivácia pre študentov a skúška ich zručnosti a vedomostí, na druhej strane to bude aj motivácia pre samosprávu na skvalitňovanie života v našej mestskej časti.


EURÓPSKA ÚNIA
EURÓPSKY FOND REGIONÁLNEHO ROZVOJA
INVESTÍCIA DO VAŠEJ BUDÚCNOSTI




MINISTERSTVO
HOSPODÁRSTVA
SLOVENSKEJ REPUBLIKY


OPERAČNÝ PROGRAM
KONKURENCIESCHOPNOSŤ
A HOSPODÁRSKY RAST

Rozhodnutím Ministerstva hospodárstva SR
o schválení žiadosti o nenávratný finančný príspevok
pre Mestskú časť Košice – Barca,
kód žiadosti ITMS : NFP 25120220831
prijatej dňa 28. 6. 2010

pre Opatrenie 2.2

Budovanie a modernizácia osvetlenia pre mestá a obce
a poskytovanie poradenstva v oblasti energetiky,
bolo pre mestskú časť schválená žiadosť s výškou NFP 217 171,14 €,
s celkovými oprávnenými výdavkami projektu vo výške 228 601,20 €. **Mestská časť Košice – Barca sa tak zaradila medzi 201 obcí a miest, ktorým bol projekt schválený.**

Žiadosť o NFP 10.08.2010 bola zaregistrovaná. Po vydaní rozhodnutia podľa §14 zákona č. 528/2008 Z. z. o pomoci a podpore poskytovanej z fondov Európskeho spoločenstva zo dňa 5. 12. 2012 došlo k uzavretiu tejto Zmluvy o poskytnutí NFP.

Verejné obstarávanie na základe Mandátnej zmluvy na predmet zákazky „Rekonštrukcia verejného osvetlenia v MČ Košice – Barca“ vyhlásenej vo Vestníku verejného obstarávania č. 36/2013 dňa 20. 2. 2013 pod zn. 2812-WYP.

Dňa 25.6.2013 bol odovzdaný ku kontrole pre Slovenskú inovačnú a energetickú agentúru kompletný materiál na odsúhlasenie priebehu verejného obstarávania z predmetnej akcie.

Pozor na červeného kohúta!

Hrozia požiare z tepla, preto Okresné riaditeľstvo Hasičského a záchranného zboru v Košiciach vyhlásila až do odvolania dňa čas zvýšeného nebezpečenstva vzniku požiaru. Týka sa okresov Košice a Košice okolie a platí do odvolania. V čase zvýšeného nebezpečenstva



vzniku požiaru je zakázané zakladať ohne na miestach, kde hrozí nebezpečenstvo jeho šírenia, používať otvorený oheň, fajčiť v prírode a spaľovať zvyšky porastov či stromov pri upratovaní pozemkov. Vlastníci a správcovia pozemkov sú povinní dohliadať, aby na ich pozemkoch nedochádzalo k vypaľovaniu porastov, bylín, kríkov a stromov či k zakladaniu ohňa. Dokonca nesmú spaľovať ani v prípade, ak im už bol od hasičov vydaný súhlas

Zároveň je potrebné zvýšenú pozornosť venovať aj podozrivým osobám, nakoľko pred pár týždňami bola asi úmyselne zapálená chata – chalupa v časti medzi cintorínom a hospodárskym dvorom.

Zeolit v jazierku

Za účelom skvalitnenia vody v jazierku Barčianskeho parku, zabezpečili sme cca 2 tony zeolitu, ktorý bol osadený do okolia fontány a do napájacieho kanála, resp. do prečerpávačky a napájadla jazierka. Postupne by sa mala situácia vody v jazierku zlepšovať, aj keď kŕmenie kačíc chlebom a inými potravinami na kvalite vody nepridáva.

Vlastnosti zeolitu:

- Stará sa o čistú vodu a podporuje dlhodobé prírodné čistenie vody.
- Absorbuje čpavok, ktorý vylučujú ryby.
- Absorbuje fosfor.
- Absorbuje dusíkaté zlúčeniny.
- Neutralizuje kyslú vodu v jazierkach.
- Pohlčuje amoniakálny dusík, ťažké kovy, niektoré organické látky.
- Pohlčuje zápach z vody.

Následne budeme vhodné priestory jazierka doplniť zeolitom, aby postupne jazierko mohlo byť priehľadnejšie pri stálom prívode čerstvej

vody, no prítomnosť a rozmnožovanie karasov, či kaprov – robia svoje, hlavne v oblasti dna a bahna, v ktorom tieto ryby lebečia.

Stavebné konanie na protihlukovú stenu

Už niekoľko rokov ubehlo od petičnej akcie za protihlukovú stenu vo vzťahu k obyvateľom na Turnianskej ulici. Po rôznych rokovaniach starostu a písomných požiadavkách, v minulom roku bola spracovaná a odsúhlasená projektová dokumentácia. Z hľadiska realizácie bolo potrebné doriešiť

problém hlavného prívodu vody (1m) a jeho ochranného pásma, čo bolo vykonané v súčinnosti aj s VVS, a.s. V súčasnosti prebieha stavebné konanie, ktoré vyhlásil príslušný stavebný úrad. Dúfajme, že s realizáciou sa začne možno už v tomto roku, najneskôr však na budúci rok.

Distribučná mení stĺpy NN

V poslednom období sme nútení strieť vypnutia elektrického prúdu, a to hlavne z dôvodu postupnej výmeny poškodených, resp. prestárlych stĺpov NN rozvodov, a to v rôznych častiach obce. V súčinnosti s realizátorom, pokiaľ máme informácie, zverejňujeme ich na web – stránke, resp. v rámci oznamov v miestnom rozhlase.



Niečo o obyvateľoch nášho parku

Holub hrivnák alebo hrivnák obyčajný (*Columba palumbus*) je holub z čelade holubovitých.

Je to najväčší európsky holub. Vyskytuje sa v Európe a na Slovensku v blízkosti Bratislavy, v parkoch Trebišova a predmestiach Košíc. Dosahuje dĺžku 41 – 45 cm, hmotnosť 275 – 700 g.

Na hlave, šiji a na hrdle je tmavomodrý, na prsiach červenkastosivý a inde svetlomordý až sivý. Starým holubom sa okolo krku tvorí golier. Samec aj samica sú sfarbení rovnako.

Hniezdi 3 – 4 razy do roka, vytvára veľmi neďbalé hniezdo zo suchých konárov. Ako potravu obľubuje semená ihličnatých stromov, ale živí sa aj semenami burín, obilnín, žaluďmi, bukvicami a podobne. Vo viacerých oblastiach ho poľnohospodári považujú za škodcu.

Je to sťahovavý vták, na Slovensko prilieťa v prvej polovici marca a začína hniezdiť v polovici apríla, odlieta v septembri a v októbri. Málokedy ho vidno, lebo vyhľadáva hlavne vysoké ihličnaté stromy. Upozorňuje na seba pomerne silným trepaním krídel.

Najtypickejší je preň zvuk „ku-ku-ku“ a „gru-úhu“ opakované 3 – 4 razy. Samička sa ozýva slabším „grugrugru“ opakované 2 – 4 razy.

V starších publikáciách sa uvádza, že je plachý a divoký žijúci v prírode ďaleko od miest, no v posledných rokoch ho často stretáme aj v parkoch centier miest na juhu, západe a juhovýchode Slovenska a v posledných rokoch aj v našom Barčianskom parku, a to či už pri napájadle pri jazierku alebo pri zbere semien ihličnatých stromov v blízkosti kaštiela.

Ďakovný list

V dňoch 11. a 12. mája prebiehala v Barčianskom parku medzinárodná výstava psov, ktorú okrem vystavovateľov navštívilo aj množstvo návštevníkov, Barčania mali vstup voľný. Otvorenie po slávnostných fanfárahach vykonal pán primátor Raši. V súvislosti s úspešným uskutočnením májovej medzinárodnej výstavy psov predseda RO Slovenského poľovníckeho zväzu v Košiciach MUDr. Lubomír Mynďiuk odovzdal starostovi Františkovi Krištofovi ďakovný list pre Mestskú časť Košice – Barca za spoluprácu, prípravu a zabezpečenie predmetného podujatia a vyjadril názor, že by bol rád, aby tieto výstavy boli pravidelnými akciami na vysokej úrovni.



Veverica stromová (*Sciurus vulgaris*)

V minulosti veľmi hojný a jeden z našich najpopulárnejších hlodavcov. Vyskytuje sa vo všetkých typoch lesných porastov a na väčších plochách stromovej zelene, cintoríny, parky, medzi ktoré patrí aj Barčiansky park.

Hlavnou zložkou jej potravy sú semená rastlín (najmä ihličnanov), lesné plody a huby. Príležitostne konzumuje aj hmyz, vtáčie vajcia a mláďatá.

Rozmnožuje sa dvakrát do roka, vo februári – marci a v máji – júni. Po 35 – 40 dňoch rodí samica 3 – 5 mláďat, ktoré sa osamostatňujú v 8. týždni. Pri ohrození prenáša mláďatá do iného hniezda. Pohlavne dospelávajú v prvom roku života a dožívajú sa 5 – 6 rokov.

Veľkosť revíru jedinca je 10 – 50 ha, takže často ich môžeme stretnúť pri prechode cez komunikácie (Abovská, Gavlovičova, Osloboditeľov, žiaľ často sú obeťou zrážky s automobilmi. Často ich môžeme stretnúť aj v záhradách, kde máme ihličnany väčšieho veku. Medziročne ich rozmnožovanie, resp. počet mladých mení, vrchol nasleduje po úrode smrekového semena. Milovníci prírody jej zazlievajú, že okrem semien stromov a plodov, húb a hmyzu požíra príležitostne vajčká a mláďatá vtákov. V jeseni zožerie len malú časť orechov a žaluďov, ktoré nazbiera. Väčšinu z nich poschováva do dutín stromov alebo zahrabe do pôdy. Dobrá pamäť a čuch jej pomôže väčšiu časť z nich v zime znovu nájsť. Schopnosť lúskat' orechy je vrodená a cvičením sa zlepšuje.

Veverica je známa tým, že nazbierané huby suší na stromoch. Často nachádzame aj popadané vretená smrekových šišíek.

V zime a začiatkom leta odhrýza výhonky stromov a ohlodáva ešte nezrelé šišky.

Patrí medzi denné živočíchy, ktoré sú najaktívnejšie v ranných hodinách a potom v podvečerných hodinách. Keď ju vidieť v pohybe, venuje sa zháňaniu potravy a hodovaniu. Je aktívna cez deň, nepriaznivé podmienky v zime jej aktivitu znižujú, avšak zimu neprespávajú, aj v mraze musia hľadať potravu. Vďaka výbornému čuchu nájdu zásoby potravy. Robí si zásoby na zimu v dutinách stromov či v zemi. Je výborne prispôbená životu na stromoch, dobre šplhá a skáče až 4 m ďaleko. Chvost používa ako kormidlo, keď skáče z konára na konár a zo stromu na strom. Obýva dutiny stromov, staré hniezda vtákov, alebo si z konárov robí hniezdo s priemerom 20 – 40 cm, niekedy aj s dvoma otvormi. Keď sa ukladá na zimný spánok v hniezde, chvost uloží pod telo.

Dĺžka 20 – 25 cm, chvost 15 – 20 cm, hmotnosť 300 – 400 g. Chrbát je hrdzavý, sivo-hrdzavý alebo hnedočerný, brucho biele, hranica oboch farieb výrazná. V zime má na ušiach štetôčky predĺžených chlupov oveľa výraznejšie. Na Slovensku sa vyskytujú tri farebné varianty; okrem tmavej a hrdzavej existuje tretí, trojfarebný variant - typický najmä pre horské karpatské populácie - ktorý má na hranici medzi tmavou a bielou farbou úzky oranžovo hrdzavý prechodový pásik. Presnejšie geografické ani ekologické rozšírenie tejto varianty nie je doteraz preskúmané. Mladé jedince majú menej huňatý chvost a chýbajú im výrazné štetôčky na ušiach najmä počas prvej zimy. V našom parku máme dve farebné varianty, tmavá a hrdzavá veverička. Hlavne pri ranných prechádzkach parkom ich môžete registrovať.

Z mailovej pošty – „Zázračný nápoj“

Tento zázračný nápoj existoval už pred mnohými rokmi, kedysi ho prírodní liečitelia v Číne odporúčali chorým. Istý pán Seto dokázal, že nápoj funguje tým, že sa sám vyliečil zo svojej choroby, z rakoviny pľúc. Pán Seto tvrdí, že nápoj mu odporúčal jeden slávny čínsky herbológ. Pil ho tri mesiace a jeho zdravie sa obdivuhodne zlepšilo, preto sa rozhodol tento zázrak zdravej výživy zverejniť.

Je to výživa dosažiteľná pre každého a s minimálnymi výdavkami, preto chce pán Seto upútať pozornosť tých, čo trpia nejakým druhom rakoviny, alebo hocakou inou chorobou, upozorniť ich na tento zázračný nápoj (ktorý chráni organizmus pred rakovinou a inými chorobami), aby sa uzdravili. Podľa neho tento zázračný nápoj „brzdí rozvoj rakovinových buniek tým, že posilňuje obranyschopnosť organizmu (imunitu)“.

Z čoho sa nápoj vyrába?

Recept je veľmi jednoduchý, potrebujete len: 1 cviklu, 2 mrkvy, 1 jablko.

Postup: Všetko treba poriadne umyť, očistiť, nakrájať na malé kúsky a zmixovať s trochou minerálky.

Komu sa žiada, môže pridať aj trochu citrónu, aby mal

nápoj obcerstvujúcejšiu chuť. Nápoj treba vypiť hneď po príprave, neskladovať!

Kedy piť tento nápoj?

Hneď ráno a na prázdny žalúdok! O hodinu by ste sa mali naraňajkovať. Ak chcete, aby sa výsledky dostavili rýchlo, pite nápoj dvakrát denne: Jeden pohár ráno a druhý pred 17.00 h.

Je dôležité, aby ste nápoj vypili hneď po jeho príprave, nikdy to nebudete ľutovať!

Tento zázračný nápoj účinkuje pri nasledujúcich ochoreniach:

1. zabraňuje vzniku rakovinových buniek, už vzniknutým zabraňuje sa ďalej rozvíjať,
2. chráni pred chorobami:
 - pečene
 - pankreasu
 - obličiek
 - tiež pred vredmi.
3. a) Posilňuje pľúca,
b) chráni pred infarktom srdca a vysokým krvným tlakom.
4. Posilňuje imunitný systém.

5. Je dobrý na:

- a) oči (zrak),
 - b) odstránenie červených alebo unavených očí, alebo pocit sucha v očiach.
6. a) Zlepšuje fyzickú kondíciu,
b) odstraňuje bolesti svalov.
 7. Odstráni z tela škodlivé látky:
 - a) pomáha sa vyprázdniť, (zabraňuje zápche),
 - b) pokožka bude zdravá a žiarivá, pomáha aj pri akné.
 9. Tlmí menštruačné bolesti.
 10. Odstráni sennú nádchu.

Tento nápoj nemá žiadne vedľajšie účinky a má vysokú výživnú hodnotu. Je tiež veľmi účinný, ak potrebujete schudnúť. Ak dodržíte správny postup, už asi po dvoch týždňoch si uvedomíte, že váš imunitný systém sa (vďaka jablkám) zlepšil.

“To, o čo sa nepodelíš, zmizne. To, o čo sa podeliš, sa zviacnasobí. Preto sa nepodeliť o poznatky, dobré rady, veselosť a výbuchy šťastia? Kto sa podelí, získa dobrú odozvu!”

Úpravy na štadióne

Posledná výrazná úprava na Barčianskom štadióne, rozšírenie tribún, šatní, klubovne ... sa uskutočnilo v roku 2006. Zub času sa podpísal hlavne na železných konštrukciách tribún, oplotení, ktoré bolo potrebné očistiť, opraviť a natrieť, rovnako aj vymeniť časť dosák na sedenie. V tomto smere mestská časť využila aj pomoc brigádnikov – študentov počas mesiaca júla. Dúfame, že nový šat a úpravy vydržia minimálne ďalších 7 rokov a športový areál bude mať patričnú úroveň pre začínajúcu futbalovú sezónu i športové využitie ďalších priestorov.

Pod'akovanie

Veľmi pekne ďakujeme za výsadbu krásnych kvetov pred Zichyho úradom pánovi Tokarčíkovi z Kapustnej ulice a za darovanie rovnako krásnych interiérových kvetov v črepníkoch pani Tóthovej z Horovovej ulice.



Prvý svadobný obrad v Zichyho kaštieli

Dňa 1.6.2013 sa v Zichyho kaštieli konal prvý svadobný civilný obrad. Snúbencov oddával poslanec Mestskej časti Košice – Juh Mgr. Viliam Knap za účasti matrikárky Mgr. Dariny Havrilovej. Pred samotným obradom využili snúbenci priestory kaštiela na svadobné fotografovanie, následne si ako prvý v tomto kaštieli spečatili svoje manželstvo.

Ak by ste aj Vy mali záujem o svadobné fotografovanie alebo svadobný obrad v Zichyho kaštieli bližšie informácie získate na miestnom úrade v Barci.



Metabolický syndróm

V poslednom období počet osôb s obezitou neustále narastá. A tak aj metabolický syndróm nadobúda proporcie až epidemicky sa vyskytujúceho neinfekčného ochorenia dnešnej doby.

■ Príčiny obezity

Jednou z hlavných príčin narastajúceho sa výskytu obezity je nezdravý životný štýl (sedavý spôsob života, prejedanie sa, väčšie porcie jedál a ľudia sú menej aktívni, fajčenie, stres a pod.). To všetko môže spustiť predčasný proces kôrnatenia ciev v mozgu, srdci, obličkách a končatinách.

Aj keď výskyt metabolického syndrómu rastie s vekom, nie je raritou ani v mladších vekových skupinách a dokonca už aj u detí.

Tu treba zdôrazniť význam prevencie, včasného vyhľadávania osôb s metabolickým syndrómom (MS), ktoré majú bezpochyby vysoké riziko vzniku srdcovo – cievnych ochorení (SCO) a komplikácií s tým spojených.

■ Metabolický syndróm a zdravotné riziká

Jeho prvým následkom je zvýšený výskyt SCO (úmrtnosť je predovšetkým na srdcový infarkt alebo mozgovú porážku) a druhým je ochorenie na cukrovku 2. typu. Podľa dostupných údajov 85 až 90 % diabetikov má metabolický syndróm. Osoba s diagnostikovaným MS má asi dvakrát vyššie riziko SCO a približne päťnásobné riziko vývoja cukrovky oproti osobám, ktoré ho nemajú. To, že sú rizikové faktory tvoriace metabolický syndróm naozaj závažné, dobre charakterizuje aj ich spoločný názov smrtiace kvarteto (Deadly Quartet). Sem patrí nahromadenie tuku okolo pásu (obezita typu jablko), porucha metabolizmu tukov, cukrov (následkom poruchy účinku hormónu inzulínu) a vysoký krvný tlak.

■ Podkožný verus viscerálny tuk

Z hľadiska zdravotných rizík je dôležité nielen to, koľko tuku je v tele, ale aj jeho rozloženie. Ak je tuk uložený najmä na bruchu a hrudníku, ide o takzvaný mužský alebo centrálny typ obezity, kedy tvar tela pripomína jablko.

Druhým typom, kedy je tuk uložený najmä na bokoch a stehnách a telo pripomína tvar hrušky, je to ženský typ obezity. Jednoznačne rizikovejší je mužský typ obezity s tukom uloženým centrálny aj medzi brušnými orgánmi, ktorý signalizuje výrazne zvýšené riziko najmä (vysokého krvného tlaku, srdcovo – cievnych ochorení, cievnych mozgových príhod, arytmií, cukrovky, dny, zvýšeného cholesterolu). Ďalšie ochorenia, ktoré idú ruka v ruku s MS a obezitou, sú ochorenia pohybového systému (nadmerné zaťažovanie nosných kĺbov, ochorenia chrbtice), pauzy v dýchaní počas spánku, stukovatenie pečene (steatóza), vyšší výskyt žľúčkových kameňov a zápalov žlčníka, gynekologické problémy, komplikácie počas gravidity a pri pôrode, ale aj zvýšený výskyt úrazov a horšie sa hojajúcich rán. Obezita sa podpisuje aj pod psychické problémy, znížené sebavedomie, spoločenské uplatnenie a častejšie depresie.

■ Ako zistíte, či máte orgány obalené tukom ?

Prezradi vám to obvod pásu. Merať ho môžete pomocou bežného krajčírskeho metra, v polovici medzi spodným okrajom rebra a horným okrajom panvovej kosti. Rizikové hodnoty obvodu pásu sa líšia podľa pohlavia. U žien je vysoké riziko v prípade 88 a viac centimetrov, u mužov riziková hodnota sa počíta od 102 cm. a vyššie.

■ Pre splnenie diagnózy metabolický syndróm sa vyžaduje prítomnosť troch z piatich kritérií :

- zvýšený obvod pásu muži viac ako 102 cm a ženy viac ako 88 cm
- zvýšená hladina triglyceridov (druh tukov v krvi) viac ako 1,7 mmol/l
- znížená hladina HDL cholesterolu (dobrý cholesterol), muži menej ako 1,03 mmol/l, ženy menej ako 1,3 mmol/l alebo liečba liekmi, ktoré znižujú hladinu tukov v krvi
- zvýšený tlak krvi viac ako 130/85 mmHg alebo užívanie liekov na tlak
- zvýšený cukor v krvi nalačno viac ako 5,6 mmol/l alebo liečba cukrovky



■ Liečba MS a obezity

V prvom rade sú to režimové opatrenia: zvýšenie fyzickej aktivity a zníženie hmotnosti. Dôležité je schudnúť najmä v páse. Odporúča sa postupná redukcia hmotnosti v rozmedzí 5 až 15 % z pôvodnej váhy. Vhodné je venovať sa 30 minút denne ľahšej aktivite (chôdza, plávanie, bicyklovanie), v kombinácii so zdravou životosprávu. Nahradit' v strave rafinované sacharidy (biely chlieb, zemiaky, cestoviny) strukovinami, celozrnnými výrobkami, olivovým olejom a orechmi. Ješ' ryby aspoň raz za týždeň. Vyhýbať sa plnotučným výrobkom, znížiť spotrebu červeného mäsa a kuchynskej soli. Znížiť hlavne veľkosť porcií, ješ' tri až päť krát za deň. Dodržiavať pitný režim, zvýšiť príjem zeleniny a ovocia (viac ako päť porcií za deň). Nefajčiť! Znížiť príjem alkoholu!

V prípade zlyhania režimových opatrení nastupuje medikamentózna liečba. Na trhu máme dnes rôzne liečivá, ktoré dokážu účinne ovplyvniť hladinu tukov, cukru a účinne upraviť hodnoty krvného tlaku na odporúčané hodnoty. Pri najťažších formách obezity je možné tiež pristúpiť aj k operačnému riešeniu, kde sa osvedčuje najmä bandáž žalúdka. S každým zhodeným kilogramom tuku si človek zlepšuje a predlžuje život.

Spracovala: Monika Sedláková



Predaj nových nákladných vozidiel AVIA

- ☑ nové motory CUMMINS ISBe5, EURO5
- ☑ celkové hmotnosti vozidiel od 5.990 do 11.990 kg
- ☑ rázvor podvozku od 2.590 do 5.600 mm
- ☑ vstrekačiaci systém COMMON RAIL BOSCH
- ☑ rôzne nadstavby: valník, sklápač, nosič kontajnérov, skriňa, prepravník osôb, sklápacia nadstavba, 7-miestna kabína, cisterna...

e-mail: predaj@montrur.sk Manažér predaja: 0903 731 131

Predajňa náhradných dielov a pneumatík

Predajňa: +421 55 678 49 16

- ☑ filtre FLEETGUARD, oleje, guferá, ložiská, tesnenia...
- ☑ náhradné diely (originálne aj náhrady) na nákladné vozidlá a mechanizmy AVIA, TATRA, LIAZ, PV3S, ZETOR, Š 706, KAROSA, IVECO, DAEWOO-AVIA, UN, UNC, UDS, DH, JCB...
- ☑ po oprave-na výmenu: štartér, alternátory, chladiče, kompresory, vstrekačie čerpadlá, autosedačky...
- ☑ pneumatiky CONTINENTAL, MATADOR, BARUM, VOLTIRE, KAMA, BELSHINA, MITAS, STARMAX, TAIFA, LEO, MICHELIN, pre úžitkové, nákladné vozidlá, mechanizmy a poľnohospodárske stroje



e-mail: sluzby@montrur.sk Manažér predajne: 0903 709 064

Servis a pneuservis nákladných vozidiel - mechanizmov

- ☑ mechanické, kiampiarske – lakovnícke, električárske a zámočnicke práce
- ☑ autorizovaný servis nákladných vozidiel AVIA
- ☑ autorizovaný servis motorov Cummins
- ☑ bežné stredné a generálne opravy podvozku a nadstavieb všetkých skupín a podskupín
- ☑ prípravy vozidiel a prevedenie cez EK, STK
- ☑ preventívne prehliadky
- ☑ rýchloservis: výmeny olejov a filtrov

Príjmací technik: 0903 908 097

e-mail: servis@montrur.sk Manažér servisu: 0917 966 305

Dopravná mechanizačná služba

- ☑ sklápače T815 S1, S3 + viek
- ☑ ťahače s nívonom a podvalníkom
- ☑ žeriavy PV3S - ČKD 080, T815 - AD20
- ☑ rýpadlo – nakladače JCB 3CX, 4CX, UDS 114
- ☑ šmykom riadené nakladače LOCUST
- ☑ nosiče kontajnérov a valníkov AVIA



e-mail: dam@montrur.sk Manažér dopravy: 0917 966 311

MONTRÚR s.r.o. Košice, Medená 12, 040 17 Košice - Barca, www.montrur.sk
tel.: +421 55 678 57 29, +421 903 731 108, fax: +421 55 678 75 72, e-mail: montrur@montrur.sk

Na zamyslenie:

• Volný čas, je najdôležitejšia časť nášho života

D. Diderot

• Len okamih rozhoduje o osude a živote človeka.

J. W. Goethe

• Premárnené hodiny už nedohoníš. Čo je stratené – je stratené.

• Len ak bude mať človek blízko k iným ľuďom, priblíži sa sám k sebe.

J. R. Becher

• Seba samého každý najmenej pozná.

• Tí, ktorí sľubujú na zemi raj, vždy vytvárajú peкло.

E. M. Remarque

Volby do VÚC

Rozhodnutím predsedu Národnej rady Slovenskej republiky pána Pavla Pašku boli vyhlásené voľby do zastupiteľstiev samosprávnych krajov a predsedov samosprávnych krajov. Deň volieb je stanovený na 9. novembra 2013, t.j. v sobotu.

Rozprávka

• Prvý deň

Boh stvoril kravu a povedal:

“Musíš ísť na pole a po celý deň budeš vo veľkej horúčave pracovať, mať mladé a dávať mlieko človeku. Dám ti na to 60 rokov života.”

Krava odpovedala:

“Taký tvrdý život je veľmi dlhý. Nechaj ma žiť len 20 rokov, zostávajúcich 40 ti vrátim.”

A Boh súhlasil.

• Druhý deň

Boh stvoril psa a povedal:

Budeš celý deň sedieť pri dverách domu tvojho pána a štekať na každého, kto pôjde okolo. Dám ti na to 20 rokov života.”

Pes odpovedal:

“Štekať na každého dvadsať rokov je veľmi ťažký údel. Daj mi len 10 rokov a tých zostávajúcich 10 ti vrátim.”

A Boh súhlasil.

• Tretí deň

Boh stvoril opicu a povedal:

“Bav človeka, rob hlúpe veci a donúť ľudí smiať sa. Máš na to 20 rokov života.”

Opica bola proti:

“Dvadsať rokov mám zo seba robiť blázna? Ani náhodou. Pes ti vrátil 10 rokov, ja ti ich vrátim tiež.”

A Boh súhlasil.

• Štvrtý deň

Boh stvoril človeka a povedal:

Spi, jedz, zabávaj sa, miluj sa a užívaj si života. Nerob nič, len sa bav. Dám ti na to

20 rokov života.” Človek vykrikol:

“Čože, len 20 rokov? Nie, nie, to nejde. Pozri sa, Bože, urobíme to takto. Krava ti vrátila 40 rokov, pes 10 a opica tiež 10 rokov. S mojimi 20 je to spolu 80 rokov. Súhlasíš?”

A Boh súhlasil.

Od tej doby človek prvých dvadsať rokov spí, je, zabáva sa, miluje sa, užíva si života a o nič sa nestará. Ďalších štyridsať rokov drie ako vôl, aby uživil svoju rodinu. Potom desať rokov zo seba robí šaša pre pobavenie svojich vnúčat. A posledných desať rokov je to starý hundoš, ktorý šteká po všetkých ľuďoch naokolo.



Čo teraz v záhradke

■ V druhej polovici augusta vysejeme valeriánku poľnú a špenát. Aby sa mohli rastlinky vyvíjať, sejeme riedko do riadkov. Riedko vysiaty špenát môžeme už koncom septembra zbierať prvý krát. Cez zimu sa nechá na záhone a ďalší zber urobíme na nasledujúcu jar.

■ V čase sucha pravidelne zavlažujeme zeleninové a kvetinové záhony.

• Po dosiahnutí konzumnej zrelosti zberáme letné šaláty. Pravidelne zberáme plodovú zeleninu.

■ V skleníkoch vysádzame šalát a endíviu z priesad vypestovaných na výsevnom záhone. Skleník vetráme. Z pareniska po vyrastení rastlín odstránime okná a

■ Pokračujeme v preštiepaní čerešní vrúbľovaním za kôru. V auguste sa preštiepanie lepšie vydarí ako na jar. Strom sa zreže a rany sa zatru štepárskym voskom alebo balzomom. Vrúbľe by sa mali rezať krátko pred vrúbľovaním, mali by sa zbaviť listov až na kúsok stopky. Keď to nie je možné, zabalia sa vrúbľe do vlhkej utierky a uložia sa do chladničky alebo na chladné miesto. Vrúbľe upevníme lykom alebo páskou a rany zatrieme štepárskym voskom.

■ Na višniach odrežeme všetky odrodené konáre okrem letorastov, ktoré vyrástli na báze odrodených konárov.

■ Pokračujeme v reze zákrpkov jabloní, v očkovaní podpníkov jabloní, hrušiek, broskyní, v snímaní letorastov viniča. Mladý vinič prihnójíme.

■ Začínáme s kopaním jám na jesennú výsadbu ovocných a okrasných drevín, ako aj viničových sadeníc.

■ Vysievame letničky ako sú sedmokráska, prvosienky a ďalšie, ktoré budú kvitnúť na jar a začiatkom leta. Množíme levanduľu, šalviu a skalkové kríky. Nakupujeme cibuľoviny, ktoré kvitnú na jar.

■ V oblasti so skorými mrazmi kvety na rajčiakoch nad piatym súkvetím odstránime. Vegetačný vrchol a listy necháme, aby ostali rastlinám zelené časti.

■ Pri preštiepaní broskyní sa používa očkovanie. Do vyzretých mladých výhonkov pôvodného kultivaru naočkujeme púčik žiadaného kultivaru. Očkovať by sa malo hneď po vyzretí púčika.

■ Pri černiciach bočné výhonky vyrastajúce z pazúch listov skrátíme za prvým až druhým listom, tým zabezpečíme prehľadnosť rastlín. Nové výhonky zo zeme priviažeme. Zberáme plody sfarbené na intenzívne čierno.

■ V tomto týždni začíname rezať ihličnany živé ploty z tuje a smreka. Ak striháme živé ploty teraz alebo potom v septembri, mladé výhonky nie sú zdrevnatené, strihanie je jednoduchšie. Nanovo vyženú v máji budúceho roku. Strihať ich možno aj nasledujúcu jar. Striháme vždy len zelené časti a dodržiavame kuželovitý tvar.

■ Od polovice mesiaca, keď už skončili horúčavy, začneme s vysádzaním alebo presádzaním ihličnanov. Koreňové baly zavlažíme, rastliny vykopeme (neporušíme korene) a na hrubej fólii ich presunieme na nové miesto. Jamu, ktorú máme pripravenú vopred, vyplníme namiesto rašeliny kôrovým humusom a polozotletým kompostom. Rastlinu výdatne zalejeme a dobre zakotvime v zemi (šikmý kôl, napínacie drôty).

■ Pri ružiach odstraňujeme odkvitnuté časti a striekame ich proti čiernej škvrnitosti a hrdze

Liečivý dar paradajok

Túto zeleninu nazývajú vďaka bohatému zdroju priaznivých látok tiež darom z božej záhrady. Poznáme niekoľko druhov – žltú, zelenú, cherry, fialovú, červenú. Každý z nich má takmer identické zloženie vitamínov a minerálov, no najbohatším zdrojom, je klasická červená kríčkova.

Obsahuje A, B, E a C vitamín, ktorý je tu zastúpený v takom množstve, že vám stačí zjesť jeden väčší kus, aby ste pokryli jeho odporúčanú dennú dávku. Skladá sa aj z kálie, ktoré je vynikajúce ako prevencia srdcovo-cievnych chorôb. Ich pravidelná konzumácia zabraňuje aj infarktu. Dámy teraz zvýšte pozornosť! Paradajky spomaľujú starnutie. Napomáhajú obnove buniek a majú priaznivé účinky na pleť.

Pomáhajú tráviť

Zrelé plody sú bohaté na vlákninu-výživa mozgových buniek. Ak vás trápi pocit nafúknutého brucha alebo ak máte problém so stolicou, odporúča sa zjesť dve paradajky denne. Ich konzumácia pôsobí dobre aj na poruchy trávenia ako sú ľudovo povedané, „zablokované črevá“ a veľké množstvo kyseliny žalúdočnej. Obsahujú ľahko stráviteľné cukry a organické kyseliny dobré na našu imunitu. Možno ste nevedeli, že sú tiež výbornou prevenciou pred tvorbou žalúdočných vredov. Nielen preto by paradajky nikdy nemali chýbať na našich tanieroch. Vždy však majte na pamäti, že by ste mali uprednostniť bio produkty, ktoré neboli postre-

kované umelými hnojivami. Ideálne by bolo, keby ste si ich vypestovali samé doma. Tým, že úplne dozrejú na slnku, totiž zvyšujú svoju liečivú hodnotu a určite to pos-trehnete aj na ich chuti.

Tiamín v liečivách

O výnimočnej sile paradajok vedia veľmi dobre aj lekári. V medicíne ich teda využívame na protizápalové liečby. V laboratóriu sa z nich odoberie alkaloid tiamín, ktorý sa potom pridáva do liekov. Tie sa používajú aj na zlepšenie imunity a majú taktiež protiplesňové účinky. Vedci taktiež dokázali, že paradajky prispievajú k úspešnej liečbe rakoviny. Majú v sebe totiž niekoľko antioxidantných zložiek, ktoré nás nielen chránia pred týmto ochorením, ale v začiatočnom štádiu nám pomôžu bojovať s ním. V tomto prípade by ste denne mali zjesť toľko paradajok, koľko vládnete. Nezabudnite ich však kombinovať aj s ostatnou zeleninou a ovocím.

Záračný lypokén

Nachádza sa v šupke a tejto zelenine dodáva červenú farbu. Má antioxidantné účinky, ktoré ničia voľné radikály. Volajú ho aj vnútornou strážou nášho organizmu. Práve táto zložka je najúčinnjšia v prevencii pred rakovinou žalúdka, kože, pľúc, prostaty a prsníka. I preto sa začal pridávať do rôznych vitamínových preparátov. Lepší je však v prírodnej forme, takže ak máte zvyk pred varením paradajku ošúpať, nerobte to. Lypokén totiž

zosilnie svoje účinky až po uvarení.

Výborné sú teda doma vyrobené kečupy a leča, do ktorých sme nepridávali žiadne umelé konzervanty.

Výborná aj na chudnutie

Ak dodržiavate diétu, hlavným mottom je čo najnižší príjem kalórie. Vedzte teda, že paradajky sú pre ňu ako stvorené. Kilo obsahuje totiž len 190 kalórií a zanedbateľné množstvo cukrov. Dobre zasycujú a v mozgu vytvárajú skoro pocit straty hladu. Minerály z nich zefektívnia použitie uhľovodíkov a tak zabraňujú ukladaniu tukov. Posledným plus je výborná odvodňovacia schopnosť. Podakovať sa za ňu môžeme draslíku. Veľmi dobre sa to dá využiť aj pri ochorení, pri ktorom sa ukladá voda pri srdci.

Surová, aj varená

Rovnako ako aj iné ovocie a zeleninu, aj paradajky je najlepšie konzumovať v surovom stave. Podávajte ich s olivovým olejom, bazalkou a morskou soľou, ktoré zvyšujú ich liečivú silu. Nezabúdajte však na to, že lypokén dostanete z nich pri varení. Takže ich prípravu si zvolte pol na pol.

