



Foto J. Majerský

Pre možné zmeny v podujatiach sledujte aktuálne informácie na visit.trencin.sk alebo volajte na 0911 041 800.

■ DIVADLO

13. – 19. 2. | Z. Mišáková: Pinocchio a jeho divadelný sen



ONLINE | Pozrite si z pohodlia svojej obývačky nový muzikál Mestského divadla Trenčín. Rozpráva o príbehu neposedného dreveného chlapca Pinocchia, ktorý sa chce stať skutočným chlapcom. Jeho cesta za pravdou je kľukatá a plná nástrah. Pinocchio zatúži po slobodnom, nezávislom divadle, kde by mohol zažívať svoje sny s priateľmi – ostatnými bábkami/hercami. Vstupenky kúpite online na www.ticketportal.sk.

■ KONCERTY

14. 2. | 18.00 | Gitarový koncert HOTEL ELIZABETH | Koncert Karola Kompassa. Info: www.kpvh.sk.

19. 2. | 20.00 | Suchý + Prištiak + Zajac

ONLINE | Dominik Suchý je známy z experimentálnych elektronických projektov Tittingur a Weltschmerzen; Tomáš Prištiak je polovicou dua Tante Elze a tiež členom kapely Weltschmerzen a Ondrej Zajac patrí medzi najvýraznejšie postavy stredo-európskej alternatívnej hudobnej scény. Počúvajte online na zije.klubluc.sk.

22. 2. | 19.00 | Lucie Bíla – To o mně tour 2020

POSÁDKOVÝ KLUB | Lucie Bíla patrí už niekoľko rokov na Slovensku k najpopulárnejším speváckym osobnostiam. Dlhé roky spolupracuje s Petrom Maláskom, s ktorým bude koncertovať aj v Trenčíne. Aktuálne informácie ohľadom konania koncertu sledujte na visit.trencin.sk.

■ VÝSTAVY

do 26. 2. | Ivo Veliký: Pablo Picasso na poštových známkach

POSÁDKOVÝ KLUB | Filatelistická výstava. Pripravuje Klub filatelistov.

do 26. 2. | Naše kroje
POSÁDKOVÝ KLUB | Výstava.

do 26. 2. | Výstava prác detí ZUŠ POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje Výtvarný odbor Súkromnej ZUŠ, Novomeského Trenčín.

do 26. 2. | Slováci v bojoch po boku víťazných Spojencov (1939 – 1945)

POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje Klub vojenskej histórie.

do 26. 2. | Československí vojaci na Blízkom východe a v severnej Afrike (1940 – 1943)

POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje Klub vojenskej histórie.

do 28. 2. | Autom okolo sveta – Pedal Planet

TREŇCIANSKY HRAD | Výstava šliapacích autíčok – dokonalých zmenšenín raritných a legendárnych retro autíčok. Zbierkovú flotilu tvorí 57 unikátnych pedálových autíčok z rôznych európskych krajín.

do 28. 2. | Roman Rembovský – V tichu

GMAB | Pre tvorbu Romana Rembovského je charakteristická túžba pochopiť zmysel ľudskej existencie, zmysel zúfalstva a osamelosti. Celé spektrum emócií maliar pozoruje cez prizmu farby a formy, svetla a tieňa.

do 14. 3. | Lucia Mlynčeková: (Vý)Stavoprojekt Trenčín

GMAB | Lucia Mlynčeková sa dlhodobo zaoberá architektúrou a urbanizmom druhej polovice 20. storočia. Tentokrát sa zameriava na projekčnú kanceláriu Stavoprojekt. Výstavu tvoria archívne materiály zachytávajúce výstavbu v Trenčíne, pričom dôležitý je zapojenie návštevníkov, ktorí môžu priniesť vlastné materiály alebo spomienky a vytvoria tak kolektívnu pamäť.

do 14. 3. | dokument 20 20

GMAB | Výstava dokument 20 20 vychádza z konceptu, ktorý dlhodobo realizujú kurátori výstavy Veronika Marek Markovičová, Michaela Pašteková a Ján Viazanička. Na výstave sa prezentuje približne dvadsať autorov, ktorí v posledných dvadsiatich rokoch spravili kvalitný projekt v oblasti dokumentárnej fotografie.

do 14. 3. | Erika Miklóšová: Abstract landscapes

GMAB | Erika Miklóšová (1984) sa vo svojej tvorbe orientuje predovšetkým na techniku kresby a maľby. Výstavný projekt „Modulovať. Mať zmyslové zážitky a čítať prírodu“ predstavuje kombináciu dvoch autorkiných predošlých projektov, ktorými sú „Zátišie s drapériami“ a plenérová krajina maľba.



do 25. 4. | Život roľníka

TREŇCIANSKY HRAD | Výstava prezentuje pohľad na zvyky životného cyklu ako súčasť života roľníka na území stredného Považia. Narodenie, svadba a smrť patria k životným medzníkom, ktoré boli odnepamäti sprevádzané rozličnými prvkami tradičnej ľudovej kultúry. Duchovné a spoločenské potreby človeka uspokojovali ľudové zvyky, obrady, rituály, poverby a obyčaje. Výstava je doplnená textami, v ktorých je v časovej postupnosti prerozprávaný životný príbeh roľníka Jana od jeho narodenia až po jeho cestu na cintorín. Príbeh odhaľuje tajomné i prekvapivé tradície, ktoré sa v minulosti dodržiavali v dedinke neďaleko Trenčína.

■ DETI

14. 2. | 18.30 | Divadelný večerníček: Červená čiapočka

ONLINE | Šibalská červená čiapočka, hlúpy vlk a zaľubený poľovník rozohrávajú dialógy o hlade, láske a vyčútenom autiaku. Rozprávku si môžete pozrieť online na zije.klubluc.sk.

■ PREDNÁŠKY

6., 7. 2. | 17.00 | Prechádzky mestom so sprievodcom: Stavby zo začiatku 20. storočia



ONLINE | Na prelome storočí sa Trenčín rýchlo rozrastal a pribúdali nové moderné stavby, ktoré dodnes zobia naše mesto. Mohutný hotel Erzébet, Tatra resp. Elizabeth sa stal jedným zo symbolov mesta. Secesné stavby nájdeme na Štúrovom námestí a Námestí sv. Anny. Sté narodeniny neďavno oslávila aj trencianska synagóga. Ako MUDr. Brežný prispel k zlepšeniu dopravy? Ktorá farba prevažovala vo vnútornej výzdobe synagógy? Kde by ste našli sedriu? Prechádzky mestom môžete sledovať online na visit.trencin.sk. Téma je rozdelená do dvoch častí vysielaných 6. a 7. februára 2021.

24. 2. | 19.30 | Whiskyho cestovateľské kino: USA

ONLINE | Rozľahlé púste a obrovské kaňony Arizony, Grand Canyon, horúce Death Valley, najväčšie stromy na svete v Sequoia National Park, ale aj hlavné mesto gýča a nevksu Las Vegas alebo charizmatické San Francisco – o tom všetkom bude reč na ďalšom pokračovaní Whiskyho cestovateľského kina. Sledujte online na zije.klubluc.sk.

■ ŠPORT

pondelok, streda | 18.00 | Jemné cvičenie s relaxáciou pre ženy

ONLINE | Precvičenie celého tela s následnou relaxáciou. Pre ženy každého veku. Info: tancepreradost@gmail.com, 0910 196 456.

■ INÉ...

1. – 28. 2. | Zápisky z Trenčína pokračujú

ONLINE | Rozhovory s ľuďmi, ktorí svojimi aktivitami obohacujú život v Trenčíne. Vo februári pribudne rozhovor s Máriou Dutkovou, športovkyňou, cestovateľkou, a riaditeľkou festivalu HoryZonty. Zápisky z Trenčína pripravujú VOICES, nájdete ich na www.voices.sk/zapisky.

5. – 23. 2. | 18.30 | Blížšie k vám

ONLINE | 10-dielna relácia postupne predstaví rôzne divadelné profície a tím Mestského divadla Trenčín. Dozviete sa, koľko ľudí je potrebných na vznik inscenácie, čo všetko sa ukrýva za jedným predstavením alebo kto je to dramaturg. Sledujte premiery nových častí každý nepárny deň o 18.30 na YouTube kanáli Mestského divadla Trenčín.

10. 2. | 19.30 | Samčo Brat Dážďoviek + Rado Stoklasa

ONLINE | Multizáranový večer o fototémach s fotografom Radom Stoklasom, ktorého fotky sa objavujú v periodikách ako New York Times, Reuters či Guardian. Večer doplní stálica slovenskej experimentálnej hudby Samuel Szabó. Sledujte online na zije.klubluc.sk.

12. 2. | 19.00 | Národný týždeň manželstva

ONLINE | Centrum pre rodinu pripravilo vysielanie, v ktorom si spolu s Lámačskými chválami môžete obnoviť manželský súhlas. Info: www.facebook.com/cprtrencin.

KONTAKTY

CENTRUM PRE RODINU	Farská 52, 0910 686 078, www.cprtrencin.sk
GMAB GALÉRIA M. A. BAZOVSKÉHO	Palackého 27, 032/743 68 58, www.gmab.sk
KLUB LÚČ	Mierové námestie 19, 0903 027 910, www.klubluc.sk
MESTSKÉ DIVADLO TREŇCÍN	Bezručova 1196, 0905 770 265, www.mtdn.sk
TREŇCIANSKY HRAD	Matúšova 75/19, 032/743 56 57, www.muzeumtn.sk

■ NEPREHLIADNITE

Dotácie v oblasti kultúry

Dotačné kolo na aktivity v oblasti kultúry a záujmovej činnosti z grantového programu mesta je vyhlásené. Žiadosť o podporu je potrebné podať do 28. februára 2021 do 23.59 hod.

Aj tento rok sa žiadosti podávajú výhradne elektronicke. Môžete tak urobiť vyplnením a odoslaním jednoduchého tlačiva, ktoré nájdete na webstránke trecin.egrant.sk

■ AKO TO UROBIŤ?

Prvým krokom je registrácia s uvedením vašej e-mailovej adresy. Na ňu vám príde správa s odkazom, na ktorý treba kliknúť, a tak si aktivovať váš účet. Potom sa už na stránke trecin.egrant.sk môžete prihlásiť a vyplniť žiadosť o dotáciu.

Elektronicky môžete požiadať o dotáciu na projekt na kultúrne podujatie aj na záujmovú umeleckú činnosť. V roku 2021 sa žiadatelia registrujú do systému len raz, prostredníctvom svojho e-mailu, na ktorý je možné podať žiadosť vo viacerých programoch.

■ KTO MÔŽE ŽIADAŤ?

Mesto môže poskytnúť dotáciu právnickým osobám, ktorých zriaďovateľom nie je mesto a fyzickým osobám – podnikateľom, ktorí majú sídlo alebo trvalý pobyt na území mesta, pôsobia alebo vykonávajú činnosť na území mesta, poskytujú



služby obyvateľom mesta. Podmienkou pre poskytnutie dotácie je, že ku dňu podania žiadosti o poskytnutie dotácie nemá žiadateľ voči mestu alebo voči právnickým osobám založeným alebo zriadeným mestom záväzky po lehote splatnosti.

■ ŽIADOSŤ I HODNOTENIE LEN ELEKTRONICKY

Dotácie môžu byť poskytnuté oprávneným subjektom len na základe riadne vyplnenej žiadosti, ktorú treba vyplniť a odoslať výlučne elektronicke na webstránke trecin.egrant.sk. Prostredníctvom tohto portálu bude prebiehať aj hodnotenie žiadostí členmi jednotlivých komisií.

Kritériá poskytovania dotácií pre jednotlivé oblasti podrobne upravuje VZN o dotáciách a nájdete ich v jeho prílohe č. 1.

DOTÁCIE NA ŠPORT

Mesto Trenčín vyhlasuje aj dotačné kolo na rok 2021 na podporu činnosti športových klubov a oddielov a podporu aktivít v oblasti športu a telesnej kultúry. Uzávierka podávania žiadostí je 29. februára 2021. Dotácie môžu byť poskytnuté oprávneným subjektom len na základe elektronickej žiadosti, ktorú žiadateľ vyplní a odošle na predpísanom elektronickej formulári nachádzajúcom sa v systéme e-grant. Žiadosti predkladané

do grantového programu pre oblasť športu nesmú byť zároveň podané v iných grantových programoch mesta Trenčín v tom istom roku. V dotačnom kole budú podporené iba projekty, ktorých termín realizácie bude do konca roka 2021. Všetky informácie o podmienkach poskytovania dotácií nájdete na webstránke mesta www.trecin.sk Samospráva – Transparentný Trenčín – Dotácie – Dotácie na šport.

Nazrite do trenčianskych pamiatok, aj keď sú zatvorené



Hoci hrad, galéria, múzeum a ďalšie pamiatky zostávajú aj v týchto dňoch zatvorené, aj teraz môžete obdivovať ich krásu. Na webstránke Kultúrno-informačného centra Trenčín nájdete 103 virtuálnych prehliadok, 8 z nich je leteckých.

Vďaka týmto prehliadkam si môžete pozrieť aj miesta, ktoré bežne nie sú dostupné pre verejnosť – napríklad **Židovský cintorín** na Partizánskej ulici alebo **kryptu pod Piaristickým kostolom sv. Františka Xaverského**. Nahliadnuť môžete aj do **pamätnej izby Jozefa Braneckého**, v ktorej sú zachované jeho osobné veci a určite vás očarí nádherná **štuková výzdoba v refektári Piaristického gymnázia** pochádzajúca od talianskych majstrov.

Ďalšie zábery vás zavedú k zrekonštruovanému južnému opevneniu Trenčianskeho hradu, do **hladomorne** či **k základom predrománskej rotundy**. Obzrieť si môžete aj

expozície Trenčianskeho múzea či **interiér Mestskej veže**. Prostredníctvom leteckých virtuálnych prehliadok uvidíte **Trenčín z vtáčej perspektívy**. Medzi najkrajšie zábery rozhodne patria tie z výšky nad Mestskou vežou a nad Matúšovou vežou na Trenčianskom hrade. Zaujímavý je aj záber nad starobylým kláštorom na Skalke.

Virtuálne prehliadky nájdete na stránke visit.trecin.sk/virtualna-prehliadka. Keď príroda na jar ožije, pribudnú aj prehliadky átria pod Mestskou vežou, Čerešňového sadu a nového futbalového štadiónu. Veríme, že virtuálne prehliadky budú pre vás inšpiráciou navštíviť, po uvoľnení súčasných opatrení, jednotlivé pamiatky aj osobne.

(ÚKIS)



NÁRODNÝ TÝŽDEŇ MANŽELSTVA

Vo februári prichádza opäť kampaň Národný týždeň manželstva (NTM), ktorá je inšpiráciou na reštart manželstva, snaží sa zviditeľniť jeho krásu a význam.

Chce poukázať na to, že sa oplatí byť spolu a spolu bojovať proti svojim slabostiam. Nielen počas jedného týždňa chce namiesto pandémie koronavírusu pandémie tolerancie, lásky a obnovy manželského záväzku.

Tohtoročnou témou NTM je "Bezpečne v manželstve". Dnes, kedy je bezpečnejšie udržiavať si od druhých fyzický odstup, je o to dôležitejšie nepodceňovať blízkosť v manželstve. Blízkosť – fyzická aj duševná – nás chráni pred smrteľným vírusom nespokojnosti, osamelosti či

neistoty. Dáva nám bezpečie. Aby sme si mohli byť blízki, musíme medzi sebou zbúrať múry predsudkov, kritiky, vlastných predstáv o druhom.

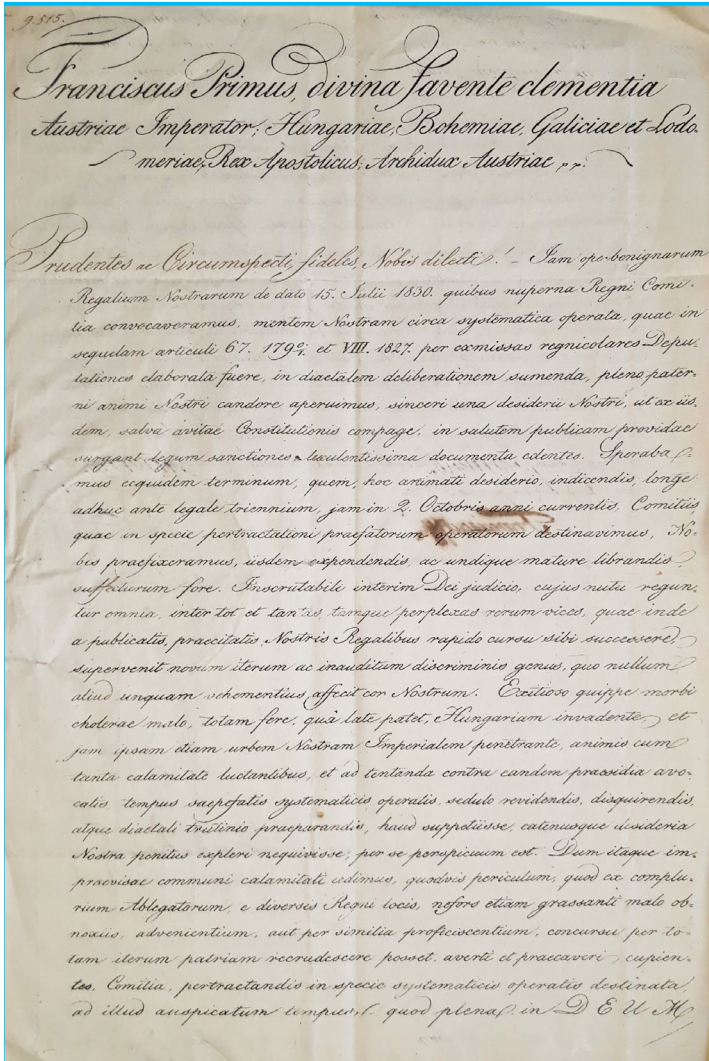
Niekoľko inšpirácií, ako prežiť dobrodružstvo v manželstve, ponúka Centrum pre rodinu Trenčín. Sledujte www.cpr-trecin.sk alebo FB. Národný týždeň manželstva je vyhlásený na obdobie od 8. do 14. februára 2021.

ZDROJ: CPR TRENČÍN



Epidémia zúrila aj pred 190 rokmi

Nákazlivé choroby a epidémie boli v minulosti oveľa bežnejšou súčasťou ľudského života, ako je tomu dnes. Ako na ne ľudia reagujú, sa však počas storočí príliš nezmenilo. Od strachu cez hľadanie vinníkov či dokonca popieranie skutočnosti. Ako na tom bol Trenčín? Prečítajte si najnovší príspevok Archívneho okienka, ktoré pripravuje Štátny archív v Trenčíne.



Asi najznámejšia epidémia 19. storočia, ktorá zasiahla naše územie, bola cholera v rokoch 1830-32. Prehnaná sa celou Európou a vyžiadala si státisíce životov. Je s ňou spojené aj takzvané „cholerové povstanie“ vo východoslovenských stolicích, ktoré sa však Trenčína priamo nedotklo.

■ KDE SA VZALA?

Epidémiu priniesli zrejme z Perzie ruskí vojaci, ktorí v roku 1830 potlačali povstanie v Poľsku. Na naše územie sa dostala

začiatkom leta 1831 a rýchlo postupovala krajinou. Choroba bola veľmi zákerná. Nakenení zomierali často pár hodín po prepuknutí prvých príznakov. Prejavovala sa hnačkami, zvracaním a svalovými kŕčmi. Prenášala sa znečistenou vodou a nedostatočne tepelne upravenými potravinami, najmä rybami. Obetami boli predovšetkým deti, starí ľudia, slabí a chorí. Cholera sa veľmi rýchlo šírila najmä pre zlé hygienické návyky, ktoré sa u nás aj v 19. storočí stále príliš nelíšili od stredoveku.

■ ZAKÁZALI OMŠE, ZATVORILI ŠKOLY

Opatrenia proti šíreniu boli podobné, ako poznáme dnes. Išlo o zamedzovanie pohybu osôb na úrovni jednotlivých územných celkov – obcí, okresov a žúp. Boli zakazované hromadné podujatia, ako trhy a jarmoky, ale aj bohoslužby a púte. Školy, obchody či pohostinstvá boli zatvárané, na niektorých miestach sa budovali cholerové nemocnice. Kráľ František I. odložil pre cholery, ktorá postihla celú krajinu a blížila sa až k Viedni, snem zvolaný na 2. októbra 1831. Dokazuje to jeho listina zo 16. septembra 1831 (na fotografii z archívu). Snem odložil na obdobie, keď pominie cholera. V rámci preventívnych opatrení vrchnosť sypala chlórové vápno do studní a ľuďom podávala bizmutový prášok. Ľudia boli v snahe predísť ochoreniu aj vtedy veľmi vynaliezaví, ako zbraň proti šíreniu mal pomáhať napríklad cesnak a samozrejme alkohol, obohatený borievkovými bobuľami. Lekári sa ešte stále spoliehali na púšťanie žilou a prikladanie pijavíc, odporúčalo sa potenie v posteli či naparovanie.

■ ĽUDIA SA BÚRILI

Obmedzenia mnohým bránili vydať sa za sezónnymi prácami, čo pre ľud z neúrodných oblastí znamenalo stratu možnosti zabezpečenia obživy. To aj v súvislosti s neúrodou v roku 1830 znamenalo pre mnoho sedliakov upadnutie do ešte väčšej biedy. Nevzdelanosť bežného ľudu a často nedostatočné vysvetlenie opatrení však mali za následok sedliacke vzbury, ktoré v slovenských a rusínskych župách na severovýchode Uhorska vyústili do mohutného povstania. Hnev davu sa obracal na šľachticov a úradníkov, ale aj lekárov, kňazov a židov. Vzniklo totiž presvedčenie, že ide o cieľnú likvidáciu poddaných. Aj tradičná autorita – cirkev, bola obviňovaná z účasti na sprisahani. V niektorých obciach napríklad verili, že kňazi chcú ľud hubiť



otrávenými eucharistiami. Cholera postupovala ďalej smerom na západ a nevyhla sa ani Trenčínu, kde jej podľa dobových záznamov podľahlo 83 ľudí.

Epidémiu sa v Uhorsku podarilo dostať pod kontrolu do konca roku 1831, podľahlo vyše dvestotisíc ľudí. Roľnícke povstanie vo východoslovenských župách bolo vojensky potlačené, pričom padlo vyše sto rozsudkov smrti nad povstalcami.

■ POMOHLA HYGIENA

Cholera v Trenčíne opäť zúrila v roku 1866, keď ju sem priniesli vojaci bojujúci v prusko-rakúskej vojne. Ďalšia vlna v roku 1873 už mesto priamo nezasiahla, avšak v Trenčianskej župe epidémii podľahlo vyše dvetisíc ľudí. Osvojenie si hygienických pravidiel a zavedenie kanalizácie pomohlo hrozbu cholery a ďalších epidémií v nasledujúcich desaťročiach účinne zastaviť.

Ďalšie zaujímavé informácie z histórie mesta Trenčín, vzácne historické dokumenty a artefakty, ktoré sa nachádzajú v trencianskom archíve, nájdete v Archívnom okienku na www.trencin.sk.



Suchý február je tu, pridáte sa?

Pravidlá sú jednoduché. Celý február ani kvapku alkoholu. A váš zisk? Čistá hlava, osobná hrdosť, lepší spánok, viac energie, kilá dole a vďačná peňaženka.

Preventívna osvetová kampaň Suchý február pomáha širokej verejnosti preveriť si svoj vzťah k alkoholu a zmeniť zabehnuté návyky.

■ PREČO O TOM HOVORIŤ?

Na Slovensku žije 400 tisíc ľudí závislých od alkoholu. Každý rok pribudne 6 tisíc ďalších. Na osobu staršiu ako 15 rokov pripadá na Slovensku 11,5 litra čistého alkoholu za rok, s vynechaním úplných abstinentov je to až 16,61 čistého alkoholu na osobu za rok. V údajoch ale nie je započítaná spotreba nelegálne vyrobeného alkoholu.

■ RIZIKO ÚMRTIA

V súčasnosti sa venuje pozornosť aj spotrebe alkoholu počas jedného posedenia tzv. nárazového pitia. Je to nestriedne pitie definované ako 5 a viac pohárikov na jedno posedenie. Takýto spôsob pitia sa považuje za vysoko rizikový, vyskytuje sa

najmä u mladých.

Na Slovensku takto pije až 63 % mladých ľudí pijúcich alkohol vo veku 15-19 rokov, celkovo 52,3 % ľudí pijúcich alkohol. Priemerný vek prvého kontaktu detí s alkoholom je 10 rokov.

Alkohol sa na Slovensku podieľa až na 8,3% všetkej chorobnosti a úmrtnosti. Úmrtia spôsobené alebo ovplyvnené pitím alkoholu sú na 2. mieste, hneď po ischemickej chorobe srdca.

■ ALKOHOL A PANDÉMIA

Protipandemické opatrenia majú na spotrebu alkoholu významný vplyv. Podľa dostupných štúdií sa zdá, že u umiernených konzumentov má karanténa na spotrebu alkoholu skôr pozitívny dopad – v zmysle zníženia spotreby.

U ľudí, ktorí sa pohybujú v kategórii rizikového a problémového pitia, má pandémia úplne opačný dopad. „Môže ísť o dopad sociálnej izolácie, úbytok vonkajších podnetov a možnosti seberealizácie, alebo aj

ťažšie dostupnej pomoci o duševné zdravie či celková úzkosť z pandémie,” vysvetľuje organizátor kampane v Čechách Petr Freimann.

Horšiu štartovaciu pozíciu majú tí, ktorí pijú viac doma a menej v baroch a pohostinstvách. To často platí aj pre ženy.

■ AKO SA ZAPOJIŤ?

Registrácia do kampane je na webstránke www.suchyfebruar.sk. Registrovaný účastník dostane knihu, ktorá ho prevedie mesiacom na suchu a má jediný cieľ – spoznať odpoveď na otázku či ovládame my alkohol, alebo alkohol ovláda nás.

Kampaň na sociálnych sieťach spája hashtag #insuchoveritas a registrovaní účastníci sa môžu okrem Suchej knihy tešiť aj na uzavretú česko-slovenskú skupinu na facebooku, kde môžu zdieľať svoje zážitky, podporovať sa a inšpirovať



sa. Knihu dopĺňa interaktívny obsah i súťaž o najlepší nealko drink.

Slovenský tím organizátorov je združený okolo Kláry Dzúrikovej z Psychiatrickej kliniky v Trenčíne a členov občianskeho združenia Psychiatrická klinika v Trenčíne.

Kampaň podporuje Centrum pre liečbu drogovej závislosti v Bratislave a Liga za duševné zdravie.

(RED)

Trenčianske karate v superfinále Neváhaj a toč!

Pandemická situácia v našej krajine sa podpísala pod nezvyčajný priebeh športových a súťažných podujatí. Mnohé z nich sa z dôvodu opatrení nemohli uskutočniť a boli zrušené. Nebolo tomu inak ani v karate. Súťažná sezóna bola na dlhšiu dobu prerušená, až kým neprišla na jeseň radostná správa zo Slovenského zväzu karate pod názvom Neváhaj a toč. Spustenie video súťaží dodalo silu, motiváciu a radosť mnohým zverencom a trénerom do ďalšieho napredovania.

Karatisti z ŠK Real Team Trenčín neváhali a zapojili sa do tejto online súťaže, ktorá pozostávala z dvoch eliminačných kôl. Po nich nasledovalo superfinále, do ktorého sa prebojovala šestica najlepších pretekárov v každej kategórii. Už eliminačné kolá potvrdili zodpovednú prípravu a naši pretekári sa umiestnili na bodovaných postupových priečkach, čím si

zabezpečili účasť v superfinálovom kole a medailové úspechy. Prvé miesto: Pavol Csefalvay (kumite 12 – 13 r. – 45 kg), 2. miesto Viktória Kadlecájová (kata 12 – 13 r.), 3. miesto: Michelle Grznárová (kata 12-13 r.), Adriána Slováková (kata 16 – 17 r.), Lenka Melicháreková (kumite 12 – 13 r. – 45 kg), Lenka Horáčková (kumite 14 – 15 r. – 47 kg), Marika Hrnčáriková (kumite 14 – 15 r. + 54 kg) a Lukáš Kostelný (kumite 12 – 13 r. +50 kg). 5. miesta: Laura Pavlíková, Nina Kňazovčíková, Vladimír Juríček, Eva Klimáčková, Terézia Podolanová, Peter Csefalvay, Tomáš Pánis. Všetkým finalistom gratulujeme k dosiahnutým úspechom, no predovšetkým k prekonaniu samých seba v týchto ťažkých časoch. Pretože nie je dôležité vyhrať, ale zotrvať a napredovať ďalej.

(L. B.)

Centrum pre rodinu pozýva na Karneval v obývačke

Napriek všetkým platným opatreniam, testovaniam a lockdownom už od Troch kráľov nám v plnom prúde beží fašiangový čas. Na rozdiel od minulých rokov tie tohtoročné fašiangy sú absolútne odlišné. Jednoduché mimo akúkoľvek zvyklosť či tradíciu si tento rok na žiadnom plese, zábave či karnevale spoločne nezatancujeme. Ale nie je to až také beznádejné, ako sa môže zdať. V trenčianskom Centre pre rodinu sme sa rozhodli presunúť zábavu z veľkých sál do našich príbytkov. Máme nápad – čo tak Karneval v obývačke? Radi by sme, aby súčasný čas vonkajších obmedzení a tlak rôznych zákazov, posilnil našu vnútornú slobodu spoločne stráveným časom pri príprave i realizácii malého rodinného karnevalu.

Pozývame vás, aby ste si v čase do popolcovej stredy (17. 2.) zrealizovali rodinnú zábavu tak, ako sa patrí. S karnevalovou atmosférou, s fašiangovým menu, v ktorom by nemali chýbať tradičné fánky či šišky. Určite nezabudnite na fašiangové masky pre všetkých členov



rodiny, ktoré si môžete vyrobiť aj sami. Kto by potreboval pomocť s inšpiráciou, nech sa páči, nájdete v návode na webe CPR.

No a nezabudnite sa podeliť s nami o spoločné foto či video, ktoré zachytia vašu atmosféru. Príspevok uverejnite pod náš status na FB. Zo všetkých doručených príspevkov vylosujeme 5 rodín, ktoré odmeníme poukážkou na horúcu čokoládu v klubovni Káčko v čase, keď to bude znova možné. Prajeme vám veľa slobody a dobrej zábavy!

TEXT A FOTO: CPR