

## Schválený rozpočet na rok 2021

Poslanci mestskej časti schválili nový návrh rozpočtu jednomyseľne. 2

## Veľkonočné prekvapenie Ťahanovčanom

Šikovní a tvoriví ľudia s pomocou detí pripravili prekvapenie. 4

## Všetko o očkování COVID - 19

Potrebné informácie pre obyvateľov o očkování. 7



# ŤAHANOVSKÉ noviny

Štvrtročník MČ Košice - Sídliisko Ťahanovce

Ročník XVIII

Apríl 2021

1/2021



Bude parkovací dom na Berlínskej ulici?



Harmonogram celoročného upratovania



Dobrovoľnícka činnosť





## Čistenie územia za Americkou triedou pokračuje

Po jesenno-zimnom vyčistení časti územia za Americkou triedou, kde obyvateľov prechádzajúcich pozdĺžnym chodníkom alebo venčiacich svojich psíkov v príľahlom území ohrozovali diviaky, ktoré iniciovali dobrovoľníci z radov poslancov i obyvateľov mestskej časti, pokračuje čistenie ďalšieho územia, tentoraz v réžii miestneho úradu.



**O príprave realizácie tejto odvážnej aktivity informovala prednostka miestneho úradu JUDr. Beáta Zemková:**

„Vlastník je povinný sa o svoj pozemok starať. Je to neodmysliteľne spojené s právom vlastníť. V súčasnosti to aj vlastníci úseku od čerpacej stanice smerom k diaľničneju privádzaču robia. Miestny úrad táto iniciatíva stála síce kopec mravenčej práce, ale v spolupráci s okresným úradom sa cieľ práve 19. marca 2021 dosiahol. Náš úrad postupne vyzval a oslovil skoro 300 vlastníkov a postupne sa nakumulovala suma potrebná na zaplatenie prác a samozrejme sa poskytli súhlasné stanoviská zo strany vlastníkov. Práce prebiehajú pod odborným okom zamestnancov okresného úradu a štátnej ochrany prírody. Hlavným cieľom je nielen zbaviť územie invazívnych druhov rastlín, ale najmä ochrániť život a zdravie obyvateľov pred premnoženou diviачou zverou. Práce vykonáva spoločnosť Pikolo, majúca dlhoročné skúsenosti v tejto oblasti. Bolo to náročné, ale stihlo sa to a hoci ide zo strany úradu o prácu navyše, sme nesmierne radi, že sa podarilo. Ďakujeme kolegom z úradu a starostovi za splnenie ich ozaj neľahkej úlohy a tiež aktívnym obyvateľom a poslancom, ktorí v minulom roku odštartovali túto činnosť. Podakovanie patrí samozrejme aj okresnému úradu, ktorý je v súkolí nesmierne dôležitý“.

Janka Rajňáková  
Foto: archív mestskej časti

### Prijem inzercie

V prípade záujmu o inzerovanie v Ťahanovských novinách kontaktujte nás na: 055/636 04 30, noviny@tahanovce.sk

### Ospravedlnenie

Vážení čitatelia,  
v minulom čísle sme uverejnili nesprávnu informáciu o tom, že mestská časť získala od štátu nenávratnú pôžičku v hodnote 41 064 €.

Správna informácia mala znieť: mestská časť získala bezúročnú pôžičku v celkovej výške 41 065 €.

Za chybu sa ospravedľujeme.

redakcia

## Poslanci schválili rozpočet na druhý pokus

V piatok 12. februára sa konalo mimoriadne zvolané zasadnutie miestneho zastupiteľstva, ktoré malo schváliť upravený návrh miestneho rozpočtu na rok 2021, nakoľko predchádzajúce uznesenie, o ktorom poslanci hlasovali v decembri, nebolo v súlade s rozpočtovými pravidlami. Stalo sa tak po prijatí pozmeňovacieho návrhu jedného z poslancov, na základe ktorého sa uskutočnili presuny peňazí v rámci výdavkov tak, že rozpočet sa stal schodkový.

Nový návrh rozpočtu poslanci jednomyselne schválili. Na jeho základe bude môcť mestská časť v roku 2021 realizovať naplánované zámery, medzi ktorými je napríklad rekonštrukcia fontány na Americkej triede, realizácia rampy na Pekinskej ulici, alebo dokončenie pilotného projektu uzamykateľného kontajneroviska na Varšavskej ulici, kde sa počíta s novým odolnejším spôsobom uzamykania.

Janka Rajňáková  
Foto: archív mestskej časti



## Pondelky s primátorom

Pondelkové ranné stretnutia starostov mestskej časti s primátorom mesta, na ktorých sa však nezúčastňujú všetci, dávajú prehľad o tom, v čom s mestskými časťami mesto Košice počíta, ako postupujú požiadavky starostov na súčinnosť a spoluprácu s mestom Košice, nakoľko mnoho projektov – a ide spravidla o veľké projekty, ktoré by mestské časti bez súčinnosti a koordinácie s mestom nedokázali – je viac, či menej závislých na akčnosti magistrátu.

Mestskej časti Košice-Sídlisko Ťahanovce sa týkajú zámery a projekty ako je Cyklotrasa v Ťahanovskom lese, príprava renovácií komunikácií vrátane Americkej triedy, renovácií chodníkov a schodísk, zámer vybudovania záchytného parkoviska na Americkej triede s ďalším výjazdom pre vozidlá, riešenie kauzy s družstvom ODEKO, či riešenie problémov s verejným osvetlením.

Starosta mestskej časti Miloš Ihnát sa pondelkových porád primátora pravidelne zúčastňuje.

Janka Rajňáková  
Foto: archív mestskej časti



## Ako sa vyvíja situácia na Berlínskej?

V prvý marcový týždeň sa uskutočnilo on-line rokovanie s družstvom ODEKO o riešení situácie s pozemkami a výstavbou parkovacieho domu na Berlínskej ulici, na ktorom sa zúčastnili poslanci, vedenie mestskej časti i zástupcovia mesta. Rokovanie mali možnosť sledovať aj členovia petičného výboru. Rokovalo sa o tom, ako by sa mohli vzájomné vzťahy usporiadať. V hre sú stále viaceré alternatívy.



### Situáciu zhodnotil petičný výbor proti výstavbe parkovacieho domu Berlínska.

Komunikácia družstva ODEKO sa podľa petičného výboru na rokovaní zmenila. Intenzívnejšie sa začalo zaujímať o pozemok na Pekinskej ulici, ktorý mu bol samosprávou navrhnutý. V tejto lokalite bola už predtým vypracovaná overovacia štúdia pre výstavbu parkovacieho domu. O pôvodný zámer výstavby parkovacieho domu na Berlínskej ulici už družstvo veľmi záujem neprevjavovalo. Jedným z dôvodov mohol byť prekvapivo malý záujem ľudí.

Na spomínanom on-line rokovaní ODEKO prezentovalo riešenia, ktoré by si vedelo predstaviť na pozemku na Pekinskej ulici. Jeho zástupcovia však priznali, že postaviť výlučne parkovací dom na Pekinskej ulici, ako to bolo navrhnuté v overovacej štúdii, nie je pre nich veľmi atraktívne.

Počas rokovania predstavili 3 vylepšené návrhy pôvodnej overovacej štúdie. Všetky tri počítajú aj s výstavbou bytového domu. Nachádzajú sa už výlučne iba na pozemkoch, ktoré má vo vlastníctve mesto Košice. Bytový dom by vedelo družstvo ODEKO realizovať spoločne s investorom, ktorý v tejto lokalite plánoval výstavbu parkovacieho domu. Súčasťou bytového domu by mali byť aj dve, resp. 3 poschodia určené pre parkovanie áut. Varianty počítajú s cca 300 až 360 parkovacími miestami. Časť z nich má byť určená pre majiteľov bytov, časť pre verejnosť. Háčik je v tom, že parkovacie miesto by si bolo potrebné kúpiť za komerčnú cenu. Prenájom alebo využívanie zadarmo, či za dennú sadzbu by nebolo možné. Vo všetkých prípadoch by to však znamenalo aj zánik existujúcich bezplatných parkovacích miest vybudovaných samosprávou.

Určite by bolo vhodné, aby o danom zámere boli informovaní obyvatelia bývajúci v dotknutej lokalite, ktorí by sa mali možnosť k tomuto investičnému zámeru vyjadriť.

Za lepšie riešenie sporu s družstvom ODEKO považuje petičný výbor odkúpenie ich pozemkov na Berlínskej ulici za znalcom stanovenú cenu, čím by sa ucelená časť pozemkov na našom sídlisku stala majetkom mesta. To by mohlo byť v budúcnosti predpokladom pre rekonštrukciu celého vnútrobloku, ktorá v súčasnosti bez vzťahov k pozemkom nepripadá do úvahy.

**Pre pripomenutie PV pracuje v zložení: predsedníčka PV a osoba určená na zastupovanie v styku s orgánom verejnej správy – Mgr. Eva Zummerová – poslankyňa miestneho zastupiteľstva, člen PV určený na zastupovanie v styku s orgánom verejnej správy – Mgr. Tomáš Jurkovič, členovia PV: Stanislav Kokináš a Viliam Csóka.**

### Ako situáciu hodnotí miestna samospráva.

Po spoločnom on-line rokovaní boli podľa vyjadrenia starostu Miloša Ihnáta všetci poslanci miestneho zastupiteľstva vyzvaní, aby zaslali písomne svoje vlastné návrhy na riešenie, o ktorých sa bude ďalej rokovať, prípadne, aby sa k predloženým návrhom zo strany ODEKO, či miestneho úradu (prezentované na zasadnutí miestneho zastupiteľstva) vyjadrili.

Svoje písomné vyjadrenia zaslali desiaty z trinástich. 6 poslancov sa k návrhom družstva vyjadrilo negatívne a s výstavbou bytového domu v kombinácii s parkovacím domom na Pekinskej ulici nesúhlasia. Argumentujú tým, že sídlisko Ťahanovce je už beztak preľudnené a ďalšie zahusťovanie by situáciu len zhoršilo. Ďalším argumentom proti je aj nepostačujúce dopravné napojenie. V neposlednom rade sa im zdá nefér ponúknuť družstvu ODEKO územie,

na ktoré už bola vypracovaná overovacia štúdia. Sú za hľadanie kompromisov s družstvom ODEKO pri realizácii pôvodného zámeru na Berlínskej ulici tak, aby v čo najvyššej miere vyhovelí záujmom obyvateľov dotknutej lokality. Ústretové však musí byť v tejto veci aj mesto Košice, nakoľko bez neho sa zdá byť výsledok v nedohľadne.

Aktuálne sa plánuje spoločné stretnutie na úrovni mestskej časti, mesta, záujemcov o investíciu na Pekinskej (Kollár, Odeko Družstvo a Labaš) s cieľom nájsť kompromisné riešenie. Pre mestskú časť je samozrejme rozhodujúce, aby bol čo najmenej negatívne ovplyvnený komfort tam žijúcich obyvateľov.

Janka Rajňáková

Foto: ilustračné - Štúdia ODEKO Družstvo

## Mestský rozpočet sa prerokovával niekoľko dní

Protipandemické opatrenia predĺžili rokovanie mestského parlamentu na niekoľko dní. Aj keď to bolo rokovanie náročné a búrlivé, jeho výsledkom bol napokon schválený základný dokument mesta na rok 2021. Mestské časti si vďaka nemu prerozdedia viac ako 13,8 milióna EUR. Mestská časť Košice - Sídlisko Ťahanovce získa z podielových daní, dane za psa a poplatku za rozvoj od mesta celkom 766 701 €.

Okrem tohto balíka by mala byť v mestskej časti zrekonštruovaná druhá časť Americkej triedy v celkovej hodnote 200 tisíc eur, pokračovať sa bude aj v opravách chodníkov a schodísk. Mesto plánuje v rokoch 2021 – 2022 realizovať aj kritické prechody pre chodcov. Na sídlisku Ťahanovce sú takýmito prechodmi Európska trieda – Aténska – Berlínska, Európska trieda – k zastávke Bruselská.

Mestská časť získala dotáciu vo výške 90.000,-€ na projekty týkajúce sa najmä rozvoja a bude ich možné využiť napríklad aj na výkup pozemkov.

Ako informovalo mesto, v marci sa začalo s opravou výtlkov na komunikáciách. Jarné rekonštrukčné práce zakončí mesto na medzisídliskových komunikáciách. „Okrem opráv výtlkov sme od minulého týždňa (prvý marcový týždeň) začali aj so zberom posypového materiálu, ktorý sa na našich cestách a chodníkoch vyskytuje po zimnej údržbe. Predpokladáme, žeby sme ho mali vyzbierať až okolo 1500 ton,“ uviedol primátor Jaroslav Polaček.

Košíčania môžu aj naďalej nahlasovať rôzne poškodenia, ktoré videli na cestách v meste, prostredníctvom e-mailu na: [vytlky@kosice.sk](mailto:vytlky@kosice.sk), resp. na telefónnom čísle 16 126. Zamestnanci referátu parkovania a údržby komunikácií magistrátu mesta Košice každý podnet preveria. Ak sa ukáže ako opodstatnený, zaradia ho do plánu opráv na nasledujúce obdobie.

Janka Rajňáková

## Krízový štáb mesta zasadá on-line



Hlavnou témou je stále riešenie pandémie COVID-19 na území Košíc. Na zasadnutí 24. 3. 2021 sa konštatovalo, že situácia sa mierne zlepšuje. K uvedenému dátumu evidujeme na Slovensku 685 tisíc pozitívne testovaných, čo je cca 10 % obyvateľstva. Konkrétne v Košickom kraji je to 84 tisíc osôb. V domovoch sociálnych služieb bolo zaočkovaných 94 % klientov, z toho druhýkrát 36 %. Mesto bude naďalej prevádzkovať tri mobilné odberové miesta na testovanie. Celkom je na území mesta okolo 50 mobilných odberových miest. Zatiaľ nie je známe, ako bude pokračovať fungovanie testovacích odberových miest po 31. 3. 2021, nakoľko na dlhší čas zatiaľ nie sú zmluvne zaviazané.

Opatrenia štátu bude aj naďalej monitorovať polícia. Momentálne je košícky okres v černej zóne.

Beáta Zemková

Foto: archív mestskej časti





## Pranostiky na jarne mesiace

Pranostiky sú staré ľudové múdrosti, ktoré si ľudia dlhodobo všímali na základe pozorovania prírodných javov, úkazov, udalostí, či vlastných životných skúseností. Najčastejšie sa týkali predpovedí počasia. Medzi najznámejšie pranostiky, viažuce sa k jarným mesiacom, patrili:

### Marec



Keď Jozef kozuch odkladá, bude dobrá úroda.  
Kto nenasiaľ hrachu v marci, nebude ho variť v hrnci.  
Kolko je v marci rosy, tolko je v máji mrazu.

### Apríl



Keď v apríli hojne vietor duje, stodola sa zaplňuje.  
Aprílové sucho a májovo mokro, hospodár sýpku zasype až po okno.  
Apríl zimný, daždivý, úroda nás navštívi.

### Máj



Májové blato, pre hospodára zlato.  
Studený máj, v stodole raj.  
Teplý máj, daždivý jún.

PhDr. PaedDr. Uršula Ambrušová, PhD., MBA

## Ak vyhnú včielky

Ak vyhnú včielky, končí aj ľudstvo. Toto je teraz téma MŠ Budapeštianskej a Viedenskej pod vedením pani riaditeľky Mgr. Ivety Strukanovej. Aj keď tu máme pandémiu, v materských školách to žije ako v úli a detičky sa okrem hrania aj vzdelávajú. A okrem toho sa už chystajú s krásnym programom pre naše budúce ihrisko Žihadielko, ktoré sme všetci spoločne pre naše ťahanovské deti vyhrali. Už sa nevieme dočkať a tešíme sa určite aj na úžasný program, ktorý pre nás MŠ Budapeštianska a Viedenská chystajú

Beáta Zemková  
Foto: MŠ Budapeštianska 1



## Velkonočné podujatia tohto roku mestská časť nechystala

Spomienka na tohtoročné veľkonočné sviatky bude asi podobná tej minuloročnej, kedy sme neprežívali zázrak Veľkej noci v kruhu širokej rodiny. Bohato prestreté stoly a výslužky pre polievačov si opäť odložíme o rok. Protipandemické opatrenia nás nútia byť stále v strehu a zbytočne neriskovať. Preto ani na úrovni mestskej časti sme nechystali podujatia, ktoré ste si obľúbili a ktorých ste sa radi zúčastňovali.



Na spríjemnenie jarnej a veľkonočnej atmosféry však pripravila mestská časť malú výstavku dekorácií, ktorá je inštalovaná vo vstupnom priestore miestneho úradu. Na prekvapení v podobe veľkonočného vajčeka s erbom mestskej časti i veľkonočného zajačika, ktoré budú zdobiť priestor pasáže Budapeštianskej ulice, sa výtvarne podieľal mladý výtvarník Matej Rimai.

Beáta Zemková  
Foto: Archív mestskej časti

## Velkonočné prekvapenie Ťahanovčanom

Zákazy, príkazy, opatrenia... frustrujúce a obmedzujúce našu túžbu vychutnať si jarne sviatky tak, ako sme boli vždy zvyknutí a ako sme sa na nich tešili. Je potrebné ich dodržiavať, aby sme ochránili seba i svojich blízkych.

Šikovní a tvoriví ľudia, ktorých na sídlisku máme, nám aj napriek všetkým týmto obmedzeniam dopriali kúsok veľkonočnej radosti a jarných farieb v podobe prekvapenia, ktoré predstavili deti z Materskej školy na Budapeštianskej ulici 1 pod vedením učiteliek a riaditeľky Mgr. Ivety Strukanovej v piatok 26. marca 2021. Zavinšovali všetkým Ťahanovčanom krásne veľkonočné sviatky pri veľkej kraslici a veľkonočnom zajačikovi, ktoré mestská časť zabezpečila vďaka dobrovoľníkom a sponzorom Stanislavovi Juračovi, Mirke Langerovej z Dobrovoľníckeho centra KSK, umelcom Matejovi Rimaiovi a pánovi Trellovi, Danielovi Čičvákovi, Správe mestskej zelene, starostovi, prednostke a zamestnancom miestneho úradu.

Janka Rajňáková  
Foto: archív mestskej časti







## Nezabúdajme na naše lesy

Lesy sú neoddeliteľnou súčasťou obrazu Slovenska. Tvoria najdokonalejšie rastlinné spoločenstvo v prírode. Lesné porasty sú živými organizmami, ktoré rastú, dospievajú a hynú. Podľa toho sa k nim treba správať. Zaslúžia si našu ochranu, a to nielen počas apríla - mesiaca lesov.

**V jari však u nás dochádza aj k najväčším škodám na lesoch, spôsobeným lesnými požiarimi pri neopatrnom zakladaní ohňa, prípadne pri vypalovaní trávy.**

**Prosíme Vás preto o zvýšenú opatrnosť pri zaobchádzaní s ohňom v lesných porastoch.**

Súťaž pre milovníkov prírody, pri ktorej môžete získať podrobnú cyklomapu mesta Košice:

**Ktoré stromy sú ihličnaté:** a) smrek, borovica, smrekovec, hrab  
b) smrek, borovica, smrekovec, jedľa  
c) smrek, borovica, brest

Odpoveď na súťažnú otázku zašlite do konca apríla na adresu: [noviny@tahanovce.sk](mailto:noviny@tahanovce.sk).

Mená výhercov budú zverejnené v budúcom vydaní Ťahanovských novín. Tešíme sa na Vaše odpovede.



## Združenie žien Slovenska Klub Košice má 20 rokov

Za záslužnú činnosť v oblasti kultúrno-spoločenskej a v oblasti práce s deťmi a so záujmovými skupinami v mestskej časti Košice – Sídliisko Ťahanovce ocenil starosta mestskej časti Cyril Betuš košický klub Združenia žien Slovenska už v roku 2008. Bolo to po siedmich rokoch činnosti na sídlisku Ťahanovce. Dnes slávi tento klub svoje dvadsiaty a výsledkov jeho práce i kreativity združených žien je nespočetne. Dvadsať rokov spolu s klubom by oslávili aj Veľkonočné či Vianočné trhy v mestskej časti i detské tvorivé dielne. Postupom času sa podpisoval pod organizáciu Dňa detí, kreatívnych stretnutí žien a prevzal organizačnú štafetu aj Ťahanovskej kvapky, ktorú na sídlisku priniesol starosta Jozef Pavelka a miestny spolok Slovenského červeného kríža. Dobrovoľnícka činnosť, charita a aktivizmus sú ďalšími črtami fungovania klubu. Za 20 rokov dobrovoľníckej práce pre mestskú časť Košice-Sídliisko Ťahanovce i mesto Košice patrí desiatkam členiek združenia a hlavnej jeho zarietenej predsedníčke Jarmile Repčíkovej srdečná vďaka všetkých obyvateľov. Do ďalších rokov prajeme združeniu veľa úspechov.

Na zákalde návrhu zástupcu starostu Miroslava Janitora je združenie nominované na Cenu mestskej časti 2021.

redakcia

Foto: archív mestskej časti



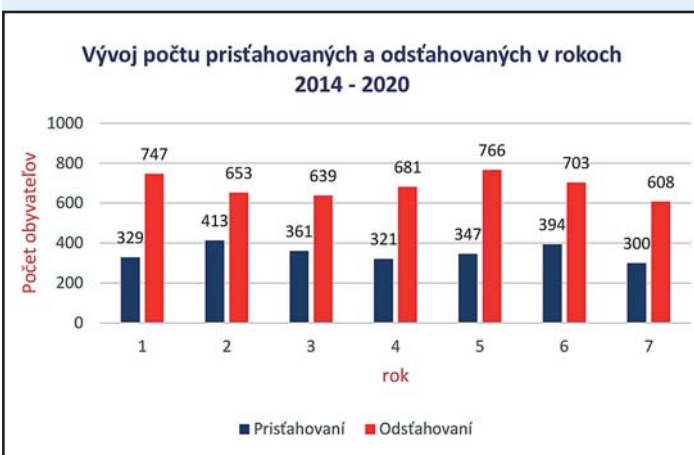
## Počet obyvateľov stále klesá

Každoročne začiatkom roka zverejňujeme štatistiku z registra obyvateľov mestskej časti, ktorá udáva, ako sa vyvíjajú demografické ukazovatele.

Už niekoľko rokov s výnimkou roku 2018, celkový počet obyvateľov klesá. Najvyšší počet obyvateľov mala mestská časť v roku 2007. Vtedy nás bolo 23 265. Odvtedy počet osciloval okolo 22 000. V roku 2017 počet obyvateľov klesol pod 22 tisíc. Tento trend stále pokračuje (graf č. 1).



Dokazuje ho aj vývoj pomeru medzi prisťahovaným a odsťahovaným počtom obyvateľov, ktorý znázorňuje graf č. 2.



Janka Rajňáková  
Foto: archív mestskej časti



## Záleží nám na Vašom zdraví, záleží nám na čistote a poriadku

Mestská časť pravidelne zabezpečuje čistenie a dezinfekciu verejných priestorov. Jej snahou i snahou Správy mestskej zelene, Kositu, ako aj mnohých aktívnych občanov a dobrovoľníkov je, aby obyvateľstvo žilo v čistom a bezpečnom prostredí. Napriek tomu sa v mestskej časti každodenne hromadí odpad, ohorky z cigariet, v pasáži priamo na múry dovolia niektorí psičkári svojim psíkom vykonávať potrebu, niektorí okopávajú fasády a múriky či ničia a špinia lavičky. Úcta k verejným veciam sa neustále znižuje.

Sú to však naše spoločné miesta, na ktorých sa chceme cítiť príjemne. Na ich stave by preto malo záležať každému z nás.

Beáta Zemková

Foto: archív mestskej časti



## Quo vadis občan...

Stav prístreškov zastávok MHD roky vzbudzoval u cestujúcich nepriemerné pocity počas čakania na autobus. Situácia bola naozaj bezútešná. Miesta, ktoré denne využívajú stovky ľudí, nevyzerali ani esteticky a neboli ani funkčné. Obviňovať z tohto neprijateľného stavu predchádzajúce samosprávy by však nebolo fér. Pred niekoľkými rokmi dostali zastávky nový šat, dokonca boli vyzdobené šikovnými mladými výtvarníkmi. Radosť cestujúcich dlho nevydržala. Vandalizmus sa pod ich vzhľad podpísal veľmi rýchlo. Prispel k tomu aj fakt, že novinové stánky, ktoré boli ich súčasťou, postupne zanikali. Po výmene samosprávnej garnitúry bola prístreškom opäť venovaná pozornosť tak, aby boli čistým a estetickým priestorom pre zhromaždenie obyvateľov, čakajúcich na autobus. Tvorivosť vandalov ani tentoraz nenechala na seba dlho čakať. Bolo len otázkou hodín, či dní, aby sa na čerstvo natretých stenách objavili rukopisy novodobých Tizianov, Raffaelov, či Michelangelov.

Môžeme mať vlastný názor na všetko a na každého, nemusí sa nám celkom páčiť spôsob, či výsledok práce kompetentných. Pri snahe na seba upozorniť by sme však mali brať ohľad na všetkých 22 tisíc ľudí, ktorí žijú na tomto prehustenom sídlisku a každý škrabanec, či čarbanica im bolestivo zasahuje do života.

Ak chceme mať čisto, chceme mať zeleň, chceme mať zabezpečené parkovanie, chceme, aby naše deti chodili bezpečne do školy a chceme, aby všetko fungovalo, musíme sa aj sami pozrieť do zrkadla a spýtať sa, čím sme k spokojnosti svojej i svojich susedov prispeli. Čarovná veta „Veď platím dane“, neobstojí. Zčať treba vždy od seba.

Mestská časť prisľúbila v tomto roku znehodnotenéné priestory znovu vymalovať. Každá takáto aktivita ide však na úkor iných potrebných aktivít.

Janka Rajňáková

Foto: archív mestskej časti



## Organizovať si čas sa deti v škole neučia

Na dištančné vzdelávanie nebol pripravený takmer žiaden žiak. Mnohé deti si napríklad nikdy nepripravovali režim dňa, ktorý je práve počas online hodín taký potrebný.

„Deti sa chcú – nechcú stať manažérmi svojho vlastného času,“ hovorí psychológ a kouč, Patrik Pauko. „Nemôžete im však nastaviť hranice, ani im prikázať, koľko sa majú toho za deň naučiť. Práve v tejto dobe potrebujeme učiť deti samostatnosti. Keď namiesto nich spravíme plán, stratia voľnosť a slobodu. Ak budú mať v detstve všetko nalinkované, celý život budú očakávať, že ich niekto bude kontrolovať a viesť.“



### 10 tipov pre dieťa, ako si spraviť denný plán

- 1. Urob si plán do konca školského roka.** Zapiš si do diára všetky dôležité dátumy vrátane odovzdania prác, skúšok, písomiek.
- 2. V nedeľu si sprav plán na týždeň dopredu.** Na každý deň si zaznač rozvrh online hodín a krúžkov, ktoré v ten deň máš. Každý deň si vytvor časový blok, ktorý venuješ samostatnému učeniu. Vytvor si aj čas na oddych a flexibilný blok.
- 3. Večer si sprav plán na nasledujúci deň.** Spíš si zoznam všetkých vecí, ktoré potrebuješ v nasledujúci deň urobiť. Povinnosti presunieš z hlavy na papier, bude sa ti lepšie spať.
- 4. Zisti, kedy sa ti učí najlepšie ...** a nepremrhaj tento čas.
- 5. Zrušiť či nezrušiť svoj plán?** Často sa ti môže stať, že ti niečo alebo niekto bude chcieť tvoj plán narušiť. Dobrý film v telke, stream na Instagrame, alebo súrodenec, ktorý ti navrhne, aby ste spoločne niečo podnikli. Čas, ktorý si mal vymedzený na nejakú povinnosť, nezruš úplne, ale radšej presuň v rámci rozvrhu.
- 6. Rátaj s tým, že všetko trochu dlhšie potrvá.** Ku každému odhadu pridaj trochu času navyše, aby si nemal zbytočný stres.
- 7. Minimalizuj rušivé momenty.** Ak nemáš doma úplné ticho, vyskúšaj špeciálne protihlukové slúchadlá. V prvom rade sa však zbav všetkých rušičov. Vypni si notifikácie, aj telefón, zapni si ho opäť počas prestávok.
- 8. Skús online plánovače.** Klasický papierový diár alebo online plánovač? Ak si technickejší typ, môžeš vyskúšať plánovacie programy v anglickom jazyku *Trello*, *Smartsheet* alebo mobilné aplikácie *Todoist* či *Evernote*.
- 9. Odmeň sa.** Za splnenie väčšiny úloh dňa si dopraj odmenu v podobe niečoho, pri čom si vieš naozaj oddýchnuť.
- 10. Porad sa.** Plánovanie neovláda ani mnoho dospelých. Pomôcť s plánovaním ti môže rodič, starší súrodenec alebo učiteľ.

Zdroj: [www.dobrenoviny.sk](http://www.dobrenoviny.sk)

## 28. marca sme si pripomenuli Deň učiteľov

„Komukoľvek môžeš pomôcť, pomôž rád. Veď dávno sa hovorí, že slúžiť a pomáhať sú vlastnosti vznešených ľudí.“

Jan Amos Komenský

Na Slovensku Deň učiteľov, ktorý sa slávi 28. marca, je spomienka na narodenie Jana Amosa Komenského, ktorý sa svojim dielom, názormi a pedagogickou činnosťou zaradil medzi najvýznamnejšie osobnosti svetovej pedagogiky. V mnohom predstihol svoju dobu - presadzoval povinnú školskú dochádzku pre každé dieťa bez ohľadu na jeho intelekt alebo sociálne pomery, vypracoval systém pedagogiky ako vedy a mnohé jeho vyjadrenia, ako „opakovanie je matkou múdrosti“ či „škola hrou“, zľudoveli.

Deň učiteľov je príležitosťou vyjadriť poďakovanie a morálne ocenenie všetkým pedagógom za ich prácu.

-wik-



## COVID – 19 – Všetko o očkovaní

### Prečo je očkovanie najúčinnějšía cesta ako sa zbaviť COVIDU-19?

Vedecké kapacity i historické fakty jasne dokazujú, že akýkoľvek vírus vieme najefektívnejšie poraziť bezpečnou a účinnou vakcínou. Očkovanie proti ochoreniu COVID –19 predstavuje nielen ochranu jednotlivca, ktorý je zaočkovaný, ale aj kolektívnu ochranu komunity a celej spoločnosti. Keď je človek zaočkovaný, je menej pravdepodobné, že by mohol preniesť infekčnú chorobu na iné osoby. To znamená, že očkovanie môže pomôcť chrániť tých, ktorí sami nemôžu byť očkovaní.

### Môžu po očkovaní nastať komplikácie?

Tak ako u všetkých doteraz dostupných vakcín, nemožno vo veľmi zriedkavých prípadoch vylúčiť reakciu z precitlivenosti (okamžitá alergická reakcia až šok) alebo iné komplikácie. Ak sa po očkovaní vyskytnú príznaky, ktoré prevyšujú vyššie uvedené dočasné, lokálne a všeobecné reakcie, kontaktujte lekára.

### Sú dostupné vakcíny proti COVID-19 bezpečné?

Vakcíny proti Covid-19, ktoré sú dostupné na Slovensku, sú bezpečné, pretože prešli viacfázovým klinickým testovaním na veľkom počte dobrovoľníkov, ktoré následne preskúmala a schválila Európska lieková agentúra (a mnohé ďalšie liekové agentúry z ďalších krajín). V súčasnosti sú to vakcíny od farmaceutických spoločností Pfizer-BioNTech, Moderna, AstraZeneca, Johnson&Johnson.

Výsledky klinického skúšania sa potvrdzujú v praxi pri očkovaní miliónov ľudí po celom svete. Vedľajšie účinky mimo tých, ktoré sú na príbalovom letáku, sú extrémne zriedkavé a benefity očkovania rádoovo prevyšujú riziká.

Všetky vedľajšie účinky z príbalového letáku sú krátkodobé.

### Čo ak pred očkovaním absolvujem test s pozitívnym výsledkom?

Negatívny test nie je podmienkou, no ak pred očkovaním dobrovoľne absolvujete antigénový alebo PCR test s pozitívnym výsledkom, vakcína proti COVID-19 vám bude môcť byť podaná najskôr o 90 dní.

### Čo ak som COVID-19 prekonala a neviem o tom?

Je možné, že ste prekonali bezpríznakovú formu ochorenia COVID-19. Napriek tomu, že vy ste toto ochorenie nezaregistrovali, vaše telo si vytvorilo protilátky. Ak test na protilátky potvrdí, že ste ochorenie COVID-19 už prekonali, nasledujúcich 90 dní by vaše telo malo mať protilátky na tento vírus. Po uplynutí tohto obdobia sa môžete na očkovanie zaregistrovať prostredníctvom formulára na stránke [www.korona.gov.sk](http://www.korona.gov.sk)

### Čo mám robiť, ak sa pred podaním vakcíny necítim dobre?

Ak sa necítite dobre, je lepšie počkať, kým sa vám zdravotný stav zlepší a preobjednať sa. Všeobecne platí, že očkovať sa nemáme vtedy, keď máme horúčku alebo iné prejavy prebiehajúcej akútnej infekcie, a vtedy je potrebné očkovanie odložiť. Mali by ste sa ale pokúsiť dostať očkovaciu látku, čo najskôr po odznení týchto prejavov. Tiež by ste sa nemali zúčastniť očkovania, ak ste v domácej izolácii alebo karanténe. V prípade pochybností sa poraďte s vaším lekárom.

### Kde sa mám hlásiť, že sa chcem dať zaočkovať proti COVIDU-19?

Pred očkovaním sa vždy musíte najprv zaregistrovať na:

[www.korona.gov.sk](http://www.korona.gov.sk)

S registráciou Vám poradia a pomôžu Vaši blízki, alebo Váš ambulatný lekár. V prípade obáv z dôvodu Vášho zdravotného stavu sa o druhu vakcíny poraďte so svojim lekárom.

### Iné lieky a očkovanie

Je nutná zvýšená opatrnosť pri vakcinácii u ľudí užívajúcich lieky na riedenie krvi, so zníženým počtom krvných doštičiek alebo s poruchou zrážania krvi. Ak užívate lieky ako sú kortikosteroidy, ktoré ovplyvňujú váš imunitný systém, pred očkovaním sa obráťte na svojho lekára, lekárnika alebo zdravotnú sestru.

Ak teraz užívate alebo ste v poslednom čase užívali, či práve budete užívať ďalšie lieky alebo ste nedávno dostali nejakú inú očkovaciu látku povedzte to svojmu lekárovi alebo lekárnikovi.

### Informácie k novému prihlasovaniu sa na očkovanie a k elektronickej „Čakárni“

**Od 17. marca 2021 je spustený nový registračný formulár na očkovanie. Aktuálne je prístupná registrácia do Čakárne. Neskôr bude otvorená priama registrácia na očkovanie.**

### Vakcíny:

- pre obyvateľov nad 60 rokov je určené očkovanie vakcínou od spoločností Pfizer a Moderna,
- pre obyvateľov od 55 do 60 rokov je určené očkovanie vakcínou od spoločnosti AstraZeneca.

**Ak potrebujete s registráciou na očkovanie pomôcť, zavolajte na miestny úrad na pevnú linku 055/636 04 30 alebo na mobilné číslo 0911 777 042.**

Zdroj: [www.korona.gov.sk](http://www.korona.gov.sk)

Foto: Národný portál zdravia

## Znova priložíme ruku k dielu

Od roku 2019 sa v mestskej časti rozbehla naplno dobrovoľnícka činnosť. Počas minulých dvoch rokov sa do nej zapojilo okrem organizovaných skupín a združení aj mnoho obyvateľov, čo je potešujúce. Nezaháľali ani samotní úradníci.



Aké aktivity sa v mestskej časti chystajú v tomto roku, prezradila prednostka miestneho úradu Beáta Zemková:

„Dobrovoľnícka činnosť pre nás aj v týchto náročných časoch zostáva nesmierne dôležitá. Po nedávnom stretnutí s predstaviteľmi Dobrovoľníckeho centra Košického samosprávneho kraja pod vedením Mirky Langerovej Vám môžeme zatiaľ prezradiť, že sa pripravujú a plánujú aj na tento rok skvelé dobrovoľnícke aktivity. Najzaujímavejšie budú snád dažďové záhrady, ktoré sú navyše podporené aj z rozpočtu mestskej časti, ďalšie úpravy nadchodu nad Americkou triedou vrátane obnovy nostalgického nápisu, úprava zastávok MHD, zopakujeme si Deň pre sídlisko - tentoraz to bude čistenie lokality za Americkou triedou aj s odstránením panelov, budovanie predzáhradiek (skalky), aktivity s marginalizovanými skupinami... atď. Prívitame aj návrhy, či nápady zo strany obyvateľov. A samozrejme všetko bude závisieť od pandemickej situácie, čo veríme, že sa s príchodom teplejšieho počasia zlepší.“

Janka Rajňáková

Foto: archív mestskej časti





## HARMONOGRAM CELOROČNÉHO UPRATOVANIA NA ROK 2021

Mestská časť Košice-Sídliisko Ťahanovce

Termín	Miesto pristavenia veľkokapacitného kontajnera	Termín	Miesto pristavenia veľkokapacitného kontajnera
2.3. - 9.3.	Budapeštianska 2, Budapeštianska 32, Budapeštianska 46, Sofijská 5, Sofijská 18, Sofijská 26 – 27 (roh parkoviska nad garážami), Americká trieda 15 (pri budove Miestneho úradu – garáže)	27.7. - 3.8.	Americká trieda 1,3 (parkovisko), Budapeštianska 18 (parkovisko), Európska trieda 5 (parkovisko vo dvorovej časti), Sofijská 9-10, Sofijská 29, Juhoslovanská 1, Budapeštianska 7
6.4. - 13.4.	Varšavská 6, Varšavská 19, Varšavská 25-26, Belehradská 2, Belehradská 12, Juhoslovanská 5-7, Juhoslovanská 2 (pred budovou CVČ, pred vstupom na mestskú políciu)	24.8. - 31.8.	Varšavská 1, Varšavská 10 (parkovisko z tvárnic), Varšavská 29, Belehradská 6, Belehradská 17, Juhoslovanská 7, Varšavská 20 (chodník a zeleň)
4.5. - 11.5.	Čínska 1, Čínska 21, Pekinská 1, Pekinská 14, Hanojská 3, Havanská 13, Havanská 5 (chodník zo zámkovej dlažby)	21.9. - 28.9.	Čínska 8, Čínska 11, Pekinská 11, Hanojská 5, Havanská 9-10, Havanská 21-22, Pekinská 18 (nad garážami pod oporným múrom)
1.6. - 8.6.	Berlínska 2, Berlínska 24 – 25, Bukurešťská 1 (parkovisko pri budove garáží), Bukurešťská 9, Bukurešťská 19, Bukurešťská 31, Berlínska 12-13 (parkovisko)	19.10. - 26.10.	Berlínska 17, Berlínska 24-25, Berlínska 30 (chodník), Európska trieda 11 (pri zastávke MHD), Maďarská 5 (parkovisko z tvárnic), Bukurešťská 22-23, Bukurešťská 8 (trávník)
29.6 - 6.7.	Bruselská 4-5, Aténska 4, Aténska 13 (parkovisko pri opornom múre), Helsinská 24 (v oblúku komunikácie), Viedenská 1 (v oblúku komunikácie), Helsinská 4 (pri opornom múre)	16.11. - 23.11.	Bruselská 15-16, Aténska 22, Viedenská 12, Viedenská 25, Helsinská 5, Helsinská 10-12, Aténska 9 (parkovisko)



**FRESH Plus**  
NAJNIŽŠIE CENY

od 12.4. do 30.4.2021

**Akcia pre Vás len v predajni OC Arcadia**



**Maslo tradičné 82%**  
250g Fresh basic Gemer

**-14%**  
**1.19** €  
4,76 €/kg



**Káva instantná Velvet**  
200g Jacobs

**-40%**  
**3.59** €  
17,95 €/kg



**Pivo Krušovice**  
kráľovská 10% 0,5l svetlé plech

**-32%**  
**0.45** €  
0,90 €/l

## ŤAHANOVSKÉ noviny

Vydáva: Mestská časť Košice-Sídliisko Ťahanovce na základe registrácie EV 3486/09, ISSN: 1338-9203 Náklad: 7500 ks. Tlač: Rotaprint, s.r.o.  
Sídlo vydavateľa a adresa redakcie: MÚ MČ Košice-Sídliisko Ťahanovce, Americká trieda 15, 040 13 Košice, IČO: 00691071 Kontakt: +421 55 636 04 30, noviny@tahanovce.sk Redakčná rada: JUDr. Beáta Zemková - predseda, Mgr. Ing. Miloš Ihnát, Ing. Janka Rajňáková, Miroslav Janitor, Mgr. Mária Horváthová, PhDr. PaedDr. Uršula Ambrušová, PhD., MBA. Grafická úprava: Ing. Zvonimír Záviš. **NEPREDAJNÉ!**