Heľpianske zvesti

ROČNÍK IX. ČÍSLO 1 - FEBRUÁR 2020

Slovom starostu



Vážení spoluobčania,

v čase keď v nás doznieva svetlo sviečok adventného venca a v ušiach ešte znejú salvy ohňostroja zo silvestrovskej noci dovoľte mi prihovoriť sa k Vám touto cestou.

Napriek tomu, že povinnosti, úlohy, ale aj starosti nám veľakrát pripomínajú rýchlosť doby, ktorú žijeme, prichádza čas, v ktorom sa môžeme naplno sústrediť na krásne chvíle pokoja, premýšľania, stretnutí s rodinou, blízkymi priateľmi a susedmi.

Je to čas, kedy sa na chvíľu spomalíme, začneme bilancovať uplynulé obdobie, ale aj plánovať kam sa v budúcnosti chceme dostať, alebo čo chceme v živote dosiahnuť.

Takto je to v rodinne a takto je to aj v obci v ktorej žijeme a pracujeme.

Rok 2019 je už nenávratne za nami, ale výsledky našej spoločnej práce tu zostanú a budú nám pripomínať našu snahu o posúvanie kvality života v Heľpe.

Uplynulý rok bol pre obec znovu veľmi úspešný a s Vašou podporou sa nám podarilo zrealizovať množstvo investícií z ktorých vyberiem finančne najvýznamnejšie:

- *Zateplenie obecnej budovy pošty a oprava schodiska vrátane bezbarierového prístupu, pre ľahšiu dostupnosť aj pre imobilných a starších obyvateľov obce*
- *Celková výmena kotlov a rozvodov v budove Materskej školy a tým zvýšenie tepelného komfort a kvality priestorov pre naše deti.*
- *Čiastočné dobudovanie ďalšej vetvy kanalizácie smerom od Pohorelej, cieľom dlhodobého procesu ktorí je finančne veľmi náročný je rozšírenie časti kanalizácie, ktoré nám v obci chýbajú, aby sme zlepšili životné prostredie pre nás a naše deti*
- *Celková oprava budovy obecného úradu, ktorú plánujeme ukončiť v mesiaci január 2020 a tým výrazne usporiť energie, a hlavne financie pre ďalší rozvoj obce*

Tu uvediem, že celková výška týchto investícií v roku 2019 presiahla sumu 650 tisíc EUR. Obec z tejto čiastky priamo zaplatí približne 200 tisíc eur, ktoré máme vďaka kvalitnému hospodáreniu obce a 450 tisíc eur sa nám podarilo získať zo zdrojov EU a zo štátneho rozpočtu čo ja považujem za veľký úspech pre obec.

Napriek veľkým finančným výdavkom musím skonštatovať, že obec v súčasnosti nie je viazaná žiadnym úverom a je ekonomicky pripravená zvládnuť rok 2020, ktorí avizuje spomalenie ekonomiky a naďalej pokračovať vo vysokom trende rozvoj do budúcnosti.

Plne si uvedomujem, že kvalitu života v našej obci nezabezpečujú iba investície a ich výška, ale hlavne to ako sa obec postará o svojich obyvateľov na poli vzdelávania, kultúry, športu, bezpečnosti a v oblasti sociálnej pri starostlivosti o našich starších a odkázaných obyvateľoch.

Áno aj v roku 2019 sa nám spoločne darilo riešiť problémy Heľpy v menovaných oblastiach.

Problémy ktoré prichádzajú na stôl vedenia obce pre ich vyriešenie stále beriem ako výzvu k skvalitneniu života a rast našej obce, aj keď niekedy sú zdrojom rozdielnych názorov a postojov na zasadnutiach obecného zastupiteľstva.

V roku 2020 nás čakajú nové výzvy a nové problémy, ktoré bude musieť obec zvládnuť a vyriešiť. Pevne verím, že všetky rozhodnutia vedenia obce sú prijmané zodpovedne a správne pre dosiahnutie cieľa, čím je rozvoj a zvýšenia kvality života v našej obci pre všetkých, aby sa nám nestávalo, že procesy a cestu prípravy povýšime nad dosiahnutie cieľov.

Vážení spoluobčania, Milí priatelia,

dovoľte mi úprimne poďakovať za Vašu prácu, ktorú ste v uplynulom roku odovzdali pre našu krásnu Heľpu veľmi sa teším, že v obci máme okolo seba množstvo ľudí, ktorí zrealizujú niečo pre nás bez nároku na odmenu.

Takéto konanie sa v súčasnej dobe stáva veľmi vzácne, ale je veľmi potrebné nakoľko všetkým ukazuje na ľudskú tvorivosť a snahu robiť veci lepšie a nad rámec toho čo musím.

Ďakujem naši folklórnym zložkám bez nich by Heľpa nebola Heľpou, našim Hasičom, spevokolom, aktívnym dôchodcom, aktívnej mládeži, športovému klubu, združeniu zdravotne postihnutých, urbárnej a pašienkovej spoločnosti, Heľpianskym poľovníkom, všetkým podnikateľom, červenému krížu, vedeniu a pedagógom základnej školy, materskej školy a základnej umeleckej školy, všetkým podnikateľom, ktorí vytvárajú pracovné príležitosti nielen pre obyvateľov našej obce, zamestnancom obecného úradu a farskému úradu v Heľpe nášmu dekanovi Václavovi Galovi, ale aj všetkým ktorí nosia našu Heľpu v srdci.

Záverom mi dovoľte v mene starostu obce Heľpa, ale aj v mene svojom popriať Vám a Vašim rodinám pevné zdravie, pokoj, lásku, aby sa nám podarili dosiahnuť osobné, ale aj spoločné ciele v roku 2020.

Ďakujem za Vašu pozornosť

S úctou

Peter Hyriak, starosta obce Heľpa

Práve v týchto dňoch sme si pripomenuli 75. výročie skončenia 2. sv. vojny

Občania Heľpy si naplno začali uvedomovať hrôzy vojny už pri prvých správach, že na východnom fronte padli i heľpianski chlapci. Začal vzrastať záujem o najnovšie správy z frontu.

Keďže v obci sa nenachádzalo žiadne rádio, pašienkové spoločenstvo jedno zakúpilo a občania sa po večeroch zhromažďovali na námestí, kde spoločne správy počúvali.

Hrozba vojny zosilnela, keď ponad obec prelietavali ruské lietadlá, ktoré v slovenských horách zhadzovali sovietskych parašutistov. Títo sa objavili aj v našej obci a nadväzovali spojenia s našimi občanmi.

Bezprostredne zasiahla vojnová atmosféra Heľpanov po vypuknutí SNP. 27. augusta.

Z posádky Brezno priviezli vojaci vojenskú výzbroj a výstroj. Táto sa rozdeľovala v penzióne pre miestnych dobrovoľníkov. Dobrovoľníci boli premiestňovaní do bojov pri Poprade, na Javorinách a Telgárte. Občania Heľpy kopali protitankové jamy, aby zabránili presunom tankov.

Pri novembrovom obsadení obce bolo z Heľpy odvlečených 16 občanov do Brezna, medzi nimi i manželia Jureková a Husenica, ktorí boli zastrelení v Krtičnej pri Brezne.

V noci z 30. na 31. januára v roku 1945 oslobodili našu obec ruskí a rumunskí vojaci a vytlačili fašistických okupantov na západ. Hneď po oslobodení stiahla sa z hôr do obce partizánska skupina majora ruskej armády Kvetinského v počte asi 500 mužov a zotrvali v obci najbližšie dva mesiace.

Štáb bol v dome obchodníka Imricha Melka, kde boli ubytovaní aj velitelia. Ostatní partizáni bývali u bohatších občanov. Po príchode ruskej armády bola v Heľpe zriadená milícia pre poriadkovú službu. Veliteľom bol Juraj Fiľo – Maťuga a sídlo bolo v pasienkovom dome. Milícia strážila obec 24 hodín, zbierala a zneškodňovala po okolí roztratenú muníciu. V lete bola rozpustená, nakoľko namiesto nich nastúpili četníci s novým názvom – národná bezpečnosť. Nemci na ústupe ničili všetko, vrátane elektrického vedenia, ktoré bolo počas mesiaca február opravované a od 16. marca začala prúd do siete dodávať továreň v Pohorelskej Maši. 8. mája 1945 Nemecko kapitulovalo, čím sa skončila vojna pre Európu a 2. septembra 1945 kapitulovalo na východe bojujúce Japonsko, čím došlo k definitívnemu ukončeniu 2. svetovej vojny. 8. mája 1945, keď sa zvesť o kapitulácii Nemecka rozletela do celého sveta, v Heľpe na námestí bola usporiadaná oslava. Milícia z veže kostola strieľala dávky z guľometu na všetky svetové strany na oslavu ukončenia 2. svetovej vojny a potom sa všetci občania zišli v kostole, aby sa poďakovali Pánu Bohu za ukončenie vojny.

Tejto vojny sa zúčastnilo 61 štátov a bojovalo v nej 110 miliónov vojakov. Vo vojne zahynulo 30 miliónov ľudí a ďalších 11 miliónov zahynulo v koncentračných táboroch. V každej vojne sa bojuje za záujmy bohatých a na každú vojnu doplácajú chudobní a bezmocní. Každá vojna plodí len bolesť, nenávisť, násilnosti a hlad. Sme radi, že Európa už 70 rokov dokázala žiť v mieri.

/archív obecného úradu/

Obec Heľpa v spolupráci s miestnymi dobrovoľnými organizáciami
Vás srdečne pozývajú na

Fašiangy v Heľpe

22. februára na námestie obce Heľpa



10.00 – živá pozvánka ulicami

od 13.00 – Fašiangový program:

Športové súťaže pod vedením Obecného mládežníckeho parlamentu

Kultúrny program našich miestnych folklórnych zoskupení

Pochovanie basy

Ochutnávka tradičných fašiangových špecialít – pripravených miestnymi členmi dobrovoľných združení: Poľovníckym zväzom, Klubom dôchodcov, Slovenským zväzom zdravotne postihnutých, Červeným krížom, Učiteľmi zo základnej školy, Urbárnou a pašienkovou spoločnosťou, Ovčiarskym spoločenstvom, podnikateľmi a našimi šikovnými kuchárkami zo školskej jedálne.

95. výročie Dobrovoľného hasičského zboru v Heľpe



Dobrovoľný hasičský zbor v Heľpy si v sobotu 4. januára pripomenul 95. výročie svojho vzniku Hasičským dňom. Slávnosť bola umocnená svätou omšou, ktorú celebroval dekan Václav Galo. Po sv. omši bolo posvätené nové hasičské auto IVECO získané z Ministerstva vnútra SR, dekanom heľpianskej farnosti. Dvere hašičskej zbrojnice zostali otvorené pre širokú verejnosť, aby si mohla zblízka popozerať techniku, s ktorou naši hasiči pracujú. Slávnostné podujatie ukončila výročná členská schôdza DHZ.

Trocha z histórie DHZ očami jeho veliteľa Mariána Martinca.

Hasičská jednota (taký mal v tom čase názov Dobrovoľný hasičský zbor) vznikla v roku 1924, kedy bolo na začiatku 34 členov. Tá sa postupne rozrastala aj z dôvodu spojenia Dobrovoľných hasičov a Hasičov JRD – Heľpa, kde aktívne pôsobilo okolo 70 členov. Stav členskej základne sa postupom času menil, niekedy sa zväčšoval, no niekedy i zmenšoval. Družstvá dosahovali veľmi dobré výsledky na rôznych pohárových súťažiach, kde sa umiestňovali na popredných miestach. Sme veľmi radi, že sme sa dostali aj na celoslovenskú súťaž. Všetci členovia DHZ musia na sebe nepretržite pracovať, z dôvodu, že sme každoročne preverovaní na certifikát o spôsobilosti zásahovej činnosti ísť do rôznych zásahov a požiarov. Okrem tejto náročnej práce sa venujeme aj vzdelávaniu mladých – či už detí zo základnej školy ale aj stredoškolákov. Aktívne ich pripravujeme na túto neľahkú prácu. Zatiaľ iba vo voľnočasových aktivitách, kde sa zúčastňujú rôznych súťaží a môžu si takýmto spôsobom zmerať sily s ostatnými vrstovníkmi v rámci okresu, kraja. Táto činnosť im vo veľkej miere zabezpečuje získať znalosti a zručnosti v tejto práci.

Našim najväčším prianím je, aby sme sa mohli venovať prevažne preventívnej činnosti a práci s mládežou. Vieme, že súčasná doba nám prináša aj neľahké životné situácie v podobe požiarov a prírodných živlov. Naša nepretržitá práca ale zabezpečuje, že ľudia sa aj s našou pomocou budú môcť ľahšie vyrovnať aj s takýmito nepríjemnými situáciami.

Úspešne pokračovanie charitatívnej akcie SILVESTER !

Najkrajšie sviatky v roku, Silvester a vítanie Nového roku 2020 sa pomaly, ale isto, stali minulosťou. Ako som už niekoľko krát povedal, som rád priatelia, že napriek všetkému, sa nám darí tradíciu Silvestra spojeného s charitou udržiavať.

Tento krát sme sa nechali inšpirovať výzvami na pomoc tým najmenším, tým najzraniteľnejším - detským hospitalizovaným pacientom, často s veľmi závažnými ochoreniami na detskom oddelení v Detskej fakultnej nemocnici v Banskej Bystrici.

Chcem vyjadriť všetkým veľké poďakovanie za to, ktorí prišli medzi nás a vyjadrili podporu tejto myšlienke. Kde je vôľa, je aj cesta.

Pre O.Z. Neónka sme počas Silvestrovskej noci dobrovoľným príspevkom vyzbierali sumu **1.235,- €.**



Celú vyzbieranú sumu 1235 € , rôzne darčeky a sladkosti, sme 5.1.2020 spoločne odovzdaná kompetentným a veríme, že **aj my sa takto staneme svetielkom pre všetky choré deti a ich rodiny.** Sme presvedčení, že sme prispeli na dobrú vec a príspevok je v tých správnych rukách.



V závere chceme vysloviť veľké poďakovanie všetkým, bez ktorých by tento večer nebolo možné na takej úrovni zorganizovať a už len priať si, aby aj budúci rok zostali verní a prispeli na skvelú vec.

Akciu podporili: Športový klub Heľpa – futbalový oddiel, Obecný mládežnícky parlament Heľpa, spoločnosť Majk s.r.o, Šport bar Heľpa, MMJ invest s.r.o , spoločnosť F.O.X. s.r.o. zberné suroviny a uhoľné sklady Heľpa, spoločnosť Nestlé, Róbert Klimko, Peter Mlynárik, Cyril Mihňák a jeden anonymný prispievateľ.

Všetkým Vám, ktorí ste akokoľvek pomohli, vyslovujem veľké ĎAKUJEM !

Dúfam, že tradícia zostane tradíciou a vidíme sa pri pokračovaní „Charitatívny Silvester" na štadióne v Heľpe

Želám Vám krásny a úspešný Nový rok 2020.

Milan Málik.

Komunálny odpad vs Heľpa

Milí spoluobčania, som rád, že sa opäť vraciame k diskusii o cenách za likvidáciu KO v Heľpe. Trošku ma mrzí, že táto diskusia neprebehla v druhej polovici roka 2019. Určite by následne kroky obecného úradu boli prehľadnejšie a pre občanov zrozumiteľnejšie. Návrh, ktorý predložil Obecný úrad, bol z môjho pohľadu zmesou myšlienok z jediného pracovného rokovania OZ s firmou JRK, ktoré si musel poslanec OZ ešte aj sám zabezpečiť. Po sledovaní nákladov a debate s ľuďmi, ktorí sa odpadu venujú, považujem predpokladané navýšenie za likvidáciu KO za nedostatočné. Pre začiatok tejto diskusie, ktorá určite neskončí týmto článkom, si musíme uvedomiť, že obec má na likvidáciu odpadu svoje náklady. Z odporúčaní NKU, ale aj iných inštitúcii, by v tejto položke nemala obec tvoriť deficit. A za odpad by sme jednoznačne nemali doplácať z podielových daní nás všetkých - keď odpad niekto vyprodukuje, mal by si zaň aj zaplatiť.

Naša obec ale len za posledné tri roky v rozpočte uvádza za rok 2016 príjem 20.570,-€ a výdaje 51.230,- €, doplatok obce 30.660,- €. Rok 2017 príjem 17.753,-€ a výdaje 41.225,- €, doplatok obce 23.472,- €. Rok 2018 príjem 19.556,-€ a výdaje 46.871,- €, doplatok obce 27.315,- €. Doplatok len za tieto 3 roky je 81.447,-€

Heľpa ako obec ma zavedený systém zberu KO na lístok. Systém je považovaný ako motivačný k triedeniu KO a mal by zaviesť výhodu pre tých, čo triedia. Keď som sa na to pozeral ako vy - ako občan, sedelo mi to ako puzzle. Horší pohľad sa mi už naskytol ako poslancovi. Tvorba odpadu nie je pre obec tak jednoduchá, ako to vyzerá z pohľadu občana. Odpad likvidujeme z KO, likvidujem odpad PO, likvidujeme triedený odpad, odpad z cintorína, odpad z verejných priestranstiev, odpad OU, jeho prevádzok, atď. Výsledkom likvidácie je suma, ktorú musí obec zaplatiť. Áno, všimli ste si to slovo -triedený odpad? Aj ten obec niečo stojí, hoci zákon nám hovorí, že má byť zadarmo, ale ako som už v jednom mojom článku o obedoch zadarmo písal, zadarmo to jednoducho nie je. A čo teraz? Tvorba ceny odpadu je fakt hotová alchýmia. Ako to spraviť, aby bol systém spravodlivý, ako odmeniť tých, čo poctivo trieda, to chceme vedieť aj my, poslanci! Podkladov je málo a ľudia, ktorí by zmeny mali pripravovať, veria starému systému. Starosta síce najskôr podporí 2 lístky za 6€, potom alibisticky pri hlasovaní bez písomne pripraveného návrhu chce znížiť na 1 lístok a navýšiť cenu o 1€. Na druhej strane v rozpočte chce ďalší pracovný úväzok pre zberný dvor, čo náklady na likvidáciu odpadu ešte viac zvýši. Nehnevajte sa na mňa, ale takto sa tento problém nevyrieši. Náklady rastú a my len zatvárame oči. Ja to ale robiť nebudem. Takto raz príde k tomu, že odpad tu bude stáť 30 € na občana a všetci budeme nahnevaní.

Jozef Kukuľa, poslanec OZ



FS Heľpan, Chlopi z Heľpy, DFS Heľpančok

Koncom roka 2019 sa nácviky programov a aj samotné programy venovali najkrajším sviatkom roka – Vianociam. Predvianočné a vianočné zvykoslovie sa pretavilo do programových blokov, ktoré boli úspešne prezentované vo vianočnej televíznej relácii Kapura. Už po druhý krát toto pásmo dostalo priestor aj v Zrkadlovom háji v Bratislave-Petržalke. V preplnenej sále naši folkloristi navodili atmosféru pokoja, lásky a stíšenia sa pred narodením Ježiša Krista. Diváci odchádzali z predstavenia s očami plných sĺz a pohladenou dušou. Uznanlivé slová hlavného organizátora len potvrdili to, že naše vianočné zvykoslovia patria medzi najkrajšie na Slovensku, vieme ich podať divákovi s láskou a pokorou. Je nesmierne dôležité ich zachovávať a hlavne odovzdávať našim najmladším.

Ďalšie kroky viedli našich spevákov na krásny vianočný program do kostola v Žiline. Vianočný program pod taktovkou Miška Fiľu obohatili krásne spevy našich chlapov a žien.

V neposlednom rade program konaný v starej fare – Od Lucii do Viliji zažil tiež svoje osobité čaro. Okrem našich súboristov a klubu dôchodcov, vystúpil súbor Čierťaž z Nemeckej a dievčenská spevácka skupina z Miklušoviec.



ZIMA V MATERSKEJ ŠKOLE

Tohtoročná zima je skúpa na sneh, ale určite nie na zážitky, ktoré zažívajú deti v materskej škole. Čarovný advent nám spestril pán Paľko Kemko s manželkou tvorivou dielňou, kde si deti vytvárali zo včelieho vosku sviečky a rôzne vianočné ozdoby. Deti získali aj veľa nových poznatkov o včelárstve a o dôležitosti včielok pre našu planétu. Na vianočnej besiedke sa rodičom a starým rodičom deti predstavili s vianočným príbehom. Nový rok sme začali starostlivosťou o zvieratká a vtáčiky v zime. Naša kamarátka teta ochranárka nás previedla zimným lesom, pričom deti identifikovali všetky zvuky známych zvierat. Deti sa dozvedeli ako zimu trávia zvieratká a ako aj my najmenší im môžeme v tomto období pomáhať. Jedna z ďalších tém, ktorej sa venujeme v mesiaci január je vesmír. Túto tému sme mali obohatenú o hudobno-vzdelávací program so skvelým hudobníkom. Deťom prostredníctvom pesničiek, hádaniek, hudobných zvukov, aktivitami, priblížil vesmír a našu planétu Zem. A čo nás čaká najbližšie ? Je fašiangové obdobie a my sa pripravujeme na náš detský karneval.

A keď sa pominú, fašiangy šialené, o čom sa dievčatá zhovárať budeme ? O čom žeby sme sa, o tej Veľkej noci, či nás prídu kúpať Heľpianski parobci.

Kolektív MŠ





V Penzióne MAJK sa zišli opäť dobrovoľní darcovia krvi

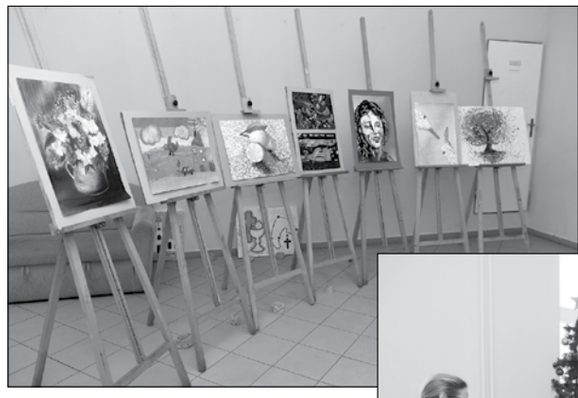
Dňa 17.1.2020 sa v Penzióne MAJK stretli opäť dobrovoľní darcovia krvi. Hovorí sa, že púšťanie žilou vie nielen ozdraviť, ale i omladiť, no v konečnom dôsledku hlavne zachrániť. Chcem sa úprimne poďakovať všetkým 31 darcom, ktorí prišli dňa 17.1.2020, na bezplatne darovanie krvi. Moje úprimné poďakovanie patrí predovšetkým pánovi Jánovi Kukuľovi, zamestnancom penziónu ***MAJK*** *a to nielen za príjemne prostredie, občerstvenie (makovník, kakaovník a buchty boli naozaj skvelé), ale predovšetkým za nesmiernu ochotu! Poďakovanie tiež patrí Národnej transfúznej službe SR v Banskej Bystrici a jej pracovníkom za zrealizovaný mobilný výjazd. Verím, že tradíciu zachovávame a v OKTÓBRI sa opäť stretneme*

Milan Málik



Zo života ZUŠ

Rozbehnutý školský rok 2019/2020 v Základnej umeleckej škole po úspešnej realizácii projektu Komunita III v októbri pokračoval koncertami pre seniorov v Heľpe a v Bacúchu. Pre mladších spolužiakov žiaci ZUŠ



pripravili výchovný koncert, ktorý odznel v materskej škole. Verejnosť mala možnosť vypočuť si dych berúci program Zboru slovenských učiteľov, ktorého súčasťou sa na vystúpení v heľpianskom kostole stali aj žiaci Detského speváckeho zboru Felix, keď spolu zaspievali skladbu „Hospody pomiluj". Mesiac december už tradične patril mikulášskym koncertom organizovaným pre žiakov základnej školy. Tesne pred odchodom žiakov na zimné prázdniny v ZUŠ odzneli prekrásne skladby, ktoré umocnili pokoj adventného obdobia a radostné očakávanie najkrajších sviatkov v roku – Vianoc. Presne s touto tematikou sa naši výtvarníci zapojili do súťaže o najkrajšiu vianočnú pohľadnicu, rovnako sa svojimi prácami zapojili do súťaže „Petrohrad očami detí", ktorú organizovalo mesto Lučenec a mnoho ďalších. Veľký úspech výtvarníci dosiahli v súťaži „Moja dedina ako ju vidím ja", kde z vyše 300 súťažných prác a celkovo 16 ocenených prác naši žiaci obsadili dve prvé miesta, dve druhé a dve tretie miesta. V novom kalendárnom roku budeme pokračovať v našej tvorivej činnosti a radi privítame našich priaznivcov na verejných koncertoch, výstavách a podujatiach, ktoré budeme organizovať.

-LR-



Náš Denný stacionár

„Starobe sa nevysmievaj, lebo k nej smeruješ" povedal vo svojom múdrom výroku grécky dramatik Menander.

V zmysle tohto kréda prebieha aj starostlivosť o našich seniorov v dennom stacionári, ktorý má za sebou pod pôsobnosťou obce úspešný prvý rok fungovania .

V dennom stacionári pracuje s 18 klientmi stabilný kvalifikovaný personál, ktorý s úctou a láskou pristupuje ku každému jednému z nich.

V priestoroch stacionára sa denne zabezpečuje opatrovateľská starostlivosť, rozvoj pracovných zručností, sociálna rehabilitácia, sociálne poradenstvo, stravovanie a rozličná záujmová činnosť. Aktivity v dennom stacionári poskytujú seniorom adekvátnu mentálnu stimuláciu, fyzickú aktivitu a príležitosti na zbližovanie s rovesníkmi i spoločenský život, čím sa výrazne zvyšuje kvalita ich života.

Pracovníčky stacionára organizujú svojím klientom denný program tak, aby im zabezpečili všetky emocionálne potreby, rozvíjali kognitívne funkcie a udržiavali ich v dobrej psychickej aj telesnej kondícii.

Spoločne sa zúčastňujeme na záujmovej činnosti zameranej na tréning pamäti, slovnej zásoby, tvorivosti, posilňovanie jemnej a hrubej motoriky. Spolupracujeme s rodinnými príslušníkmi, ktorým poskytujeme najmä sociálne poradenstvo. Pozorne si všímame aj ich fyzické zmeny resp. zmeny zdravotného stavu a na tieto podnety reagujeme.

V našom dennom stacionári organizujeme rôzne stretnutia s inými zložkami, ktoré našim klientom obohacujú spoločne strávený čas. Každý deň je pre našich klientov niečím nový.

Do nášho mesačného programu začleňujeme aj ďalšie aktivity čím sa naši klienti učia posilňovať svoje kognitívne schopnosti pri rôznych slovných hrách, ktoré sú zamerané na pamäť, tvorivosť, slovnú zásobu (napr. Inkognito, Hádaj čo mám v košíku, na tabuli flipchart – dopĺňanie sudoku, meno, mesto, zviera, vec, dopĺňanie slov, tvorenie príbehu.), písomné cvičenia zamerané na krátkodobú a dlhodobú pamäť, tvorivosť.

Ďalšou činnosťou dôležitou pre našich klientov sú pohybové cvičenia, ktoré pomáhajú udržiavať ich zdravotný stav, či už ide o akupresúru- cviky zamerané na prsty, cvičenia s gumenými krúžkami, gumenými pásmi alebo kardio cvičenia. Nasledujúce činnosti, ktoré naši klienti obľubujú sú predovšetkým rôzne tvorivé práce napr. práca s papierom – lepenie, skladanie, strihanie, patchwork, decoupage, maľovanie antistresových obrázkov, fraktálne kresby, rôzne práce súvisiace s danou tematikou (Veľká noc, Deň matiek, Deň žien, Valentín, Sviatok všetkých svätých, Vianoce). V obľube sú aj ručné práce – háčkovanie, pletenie, vyšívanie, ktorými sa môžu naši klienti pochváliť. Okrem týchto činnosti si naši seniori veľmi radi zahrajú aj športové hry – kolky, hra s loptou.

Klienti si tiež pozrú nejaký vybraný film, počúvajú, spievajú ľudové a náboženské piesne, zahrajú na ústnej harmonike, spoločne si aj zatancujú, zaspievajú pri rôznych spoločenských akciách.

V minulom roku sme privítali a potešili sme sa vystúpeniam detí z materskej školy, základnej školy, umeleckej školy, ale aj spevokolu Zväzu invalidov. V rámci mesiaca úcty k starším si naši klienti otestovali svoje vedomosti v základnej škole, kde sa vrátili do svojich školských čias. Obohatením pre našich klientov boli aj každomesačné stretnutia s miestnym pánom dekanom, ale aj rôzne prechádzky a besedy s pozvanými hosťami či trávenie letných dní v záhrade denného stacionára.



Práve aktivita a činnosť i vo vysokom veku znižuje rôzne negatívne následky starnutia. Naopak fyzická nečinnosť i spomalenie mozgových funkcii pôsobí na seniorov priamo negatívne, a vedie k väčšej nesebestačnosti a závislosti na starostlivosti iných. U každého klienta je preto nevyhnutné voliť individuálny prístup. U aktivít v našom dennom stacionári je veľmi dôležitá spoločenská funkcia, ide o kontakt s druhými ľuďmi, a to rovesníkmi, a práve tým sú seniori vytrhnutí z osamelosti a izolácie.

V prebiehajúcom roku pripravujeme tiež množstvo zaujímavých aktivít, pretože podpora všetkých spomenutých činností je hlavným cieľom nášho zariadenia a preto ste medzi nami všetci srdečne vítaní.

Kolektív DS

Silvestrovský výstup na Veľkú Vápenicu

V posledný deň roka sa uskutočnil 34. ročník výstupu na Veľkú Vápenicu. Nádherné počasie umocňovalo silu dosiahnuť tento krásny končiar v Nízkych Tatrách v zimnom období. 80 účastníkov sa mohlo kochať krásami prírody a načerpať množstvo sily do nového roku 2020.
Organizátori podujatia ďakujú všetkým účastníkom výstupu a tešia sa na ďalší – jubilejný ročník.





Dňa 25. januára 2020 sa členovia našej ZO SZPB spolu s rodinnými príslušníkmi zúčastnili výletu na Hrebienok do Ľadového domu. V krásnom prostredí sme si prezreli umelecké diela vyrobené z ľadu, následne sme sa vybrali na túru k Zamkovského chate, a na spiatočnej ceste sme obdivovali pri Rainerovej útulni zo snehu urobený Betlehem a aj vysokohorský nosič.

/M.Latináková/



HEĽPIANSKÉ MAJSTROVSTVÁ V STOLNOM TENISE

V sobotu 4.1.2020 sa v telocvični v Heľpe uskutočnil už 2.ročník turnaja v stolnom tenise o pohár štyroch pánov.
16 hráčov rozdelených v štyroch skupinách a následne vo vyraďovacom systéme predviedlo množstvo vynikajúcich zápasov a bolo sa naozaj na čo pozerať.
Vo finále turnaja sa stretli Ján Felej a Michal Košťál, ktorí predviedli pred krásnou diváckou kulisou výborný výkon a boj o každú loptičku. Víťazne z tohto zápasu odchádzal Ján Felej.
O 3. miesto sa stretli Pavol Oravkin st. a Pavel Siman, z víťazstva sa radoval Pavol Oravkin st.
Výsledky: muži: 1. Ján Felej, 2. Michal Košťál, 3. Pavol Oravkin st.
ženy: 1. Štefánia Ďuricová, žiaci do 15 rokov: 1. Alex Kutliak.
Poďakovanie patrí organizátorom a všetkým zúčastneným.



SPOD VYSOKEJ SIETE



Volejbalové mužstvo Heľpy sa opäť koncom roku 2019 zúčastnilo už v poradí na deviatom ročníku Vianočného turnaja v Polomke. Ako vždy, mužstvu sa v Polomke darilo a vo vyrovnaných zápasoch, v takmer nezmenenej zostave, sme napokon skončili na krásnom treťom mieste. Týmto sme vlastne skompletizovali zbierku ocenení. Potvrdili sme, že sme TOP TEAM nielen na palubovke.

Vyhrali vlastne všetci tí, ktorí si prišli zahrať v priateľskej atmosfére, či na stretnutie s priateľmi.
Opäť spokojní a pripravený na 10. ročník. Ďakujeme všetkým mužstvám z Polomky a Závadky nad Hronom!

Milan Málik

HEĽPIANSKE ZVESTI, Obecný úrad, Farská 588/2, 976 68 Heľpa, IČO - 00313424. Redakčná rada: Mgr. art. Andrea Kirschová, Mgr. Andrea Oravkinová, Mgr. Jozef Pupiš, Bc. Milan Jankov, Mgr. Mária Kemková. Grafická úprava: Ivor Páleník - I.P.PRESS Brezno. Redakčná rada nezodpovedá za gramatickú správnosť a štylizáciu textov. Kontakt: 048/6186150, helpa@helpa.sk. Vychádza štvrťročne. Obecné noviny Heľpianske zvesti boli zaregistrované na MK SR pod registračným číslom EV 4295/11., ISSN 1339-1917 .