



Nové ihrisko v Nozdroviciach

Str. 5

**OSA naprieč
Slovenskom 2021**

Str. 8

**Koledy a ich
história**

Str. 10

Príhovor starostu obce

Rok 2021 sa blíži do finále a na jeho konci je možné vrátiť sa napríklad aj prostredníctvom článkov v našich novinách k niektorým dôležitým udalostiam.

Mimoriadne ťažký a náročný rok pre všetkých sme sa snažili urobiť znesiteľnejším prostredníctvom rôznych aktivít, ktoré mali za cieľ pomôcť zvládnuť ho so vztyčenou hlavou obyvateľom Košece a miestnej časti Nozdrovica no aj fungujúcim organizáciám. Tradičná podpora fungovania organizácií prostredníctvom dotácií sa aj v tomto roku rozšírila o finančnú podporu obnovy národnej kultúrnej pamiatky – rímskokatolíckeho kostola. Farskému úradu obecne zastupiteľstvo na základe doručenej žiadosti poskytlo z rozpočtu obce dotáciu vo výške 20.000,- €. Rozhodli sme sa touto formou prispieť na rekonštrukciu fasády, ktorá bola na kostole v posledných mesiacoch úspešne zrealizovaná. Kostol je nádhernou dominantou našej obce a sme si vedomí zodpovednosti, ktorú ako obec máme pre zachovanie kultúrneho dedičstva ďalším generáciám. Musíme konštatovať, že štát v tomto (ako aj v iných prípadoch) pokrývkava a dotácie na takéto obnovy z jeho strany sú nedostatočné. Preto patrí naša veľká vďaka aj všetkým, ktorí prispeli napríklad prostredníctvom zbierky na tento účel. Pri pohľade na krásnu novú fasádu musí pána farára Jána Čepelu aj nás hriať pri srdci pocit dobre vykonanej práce.

Nezaháľali sme ani v investičnej oblasti, ktorej výsledky je možné vidieť priamo v teréne. V tomto roku sme z rozpočtu investovali viac ako 800 tisíc € na rôzne projekty v školstve, cestnej infraštruktúre a pod. Rozšírili sme existujúci kamerový systém. Pripravili sme aj ďalšie projektové dokumentácie pre budúce obdobie. Podali sme niekoľko žiadostí o získanie nenávratných finančných prostriedkov. Spomeniem z nich napríklad prístavbu budovy materskej školy, výstavbu amfiteátra v centre obce, rekonštrukciu Osvetovej besedy v Nozdroviach atď. Držme si palce. Dokončili sme jeden z veľkých a časovo náročných projektov „Odborných učební v ZŠ“. Nový asfaltový povrch dostala časť Školskej ulice, okolie parku a základnej školy. Rovnako sme stihli zrealizovať nový povrch na parkovisku pri materskej škole a pribudol aj chodník okolo plotu Strediska evanjelickej diakonie, ktorý vedie priamo k novej prístavbe jedálne MŠ. Najväčšia a najviditeľnejšia investícia bola do prístavby nového pavilónu/bloku základnej školy. Rozšírenie priestorov o 6 nových tried a dielne zlepšilo podmienky na výučbu a teší to žiakov, pedagógov aj rodičov.

Plánov do budúcich období máme veľmi veľa. Teraz intenzívne pracujeme na projekte prístreškov na bicykle v areáli základnej školy, kde chceme podať žiadosť o dotáciu. Zimu využijeme na prípravné práce pre obstaranie zhotoviteľa nového inkluzívneho detského ihriska, na ktoré sme získali dotačné zdroje. Bude vybudované na ulici Bytovky a doplní možnosti aktívne

tráviť voľný čas v tejto lokalite. Pripravujeme projekčne aj opravu chodníka popri hlavnej ceste od ulice Športovcov okolo obecného úradu, evanjelického kostola až po kaplnku sv. Barbory na konci obce. Hneď na jar, keď to počasie bude dovoľovať by sme sa radi pustili do výstavby spomínaného amfiteátra medzi budovou základnej školy a hlavnou cestou v priestore, ktorý sme otvorili a odstránili staré oploenie pôvodného areálu školy. V rozpočte máme vyčlenené zdroje na opravy ďalších ciest a výstavbu chodníkov. Bude sa to samozrejme týkať aj miestnej časti Nozdrovica.

Na nových asfaltových povrchoch v centre aj pri materskej škole na jar pribudne vodorovné a tiež zvislé dopravné značenie. Musíme najmä v okolí školy urobiť priestor oveľa bezpečnejší a jasne určiť miesta na parkovanie automobilov, pretože nevhodne parkujúce autá v križovatkách spôsobujú obrovské komplikácie a to najmä šoférom autobusov na pravidelných linkách SAD-ky.



Nový asfaltový povrch na ceste Školská

Aj keď sa nám darí postupne odstraňovať rôzne nedostatky, nedá sa všetko urobiť naraz. Snažíme sa nepretržite vytvárať čoraz viac možností na kvalitnejší život v našej obci. Priebežne odstraňujeme havárie na miestom rozhlase aj na verejnom osvetlení, kde vymieňame amplióny a svietidlá za nové a kvalitnejšie. Snažíme sa v rámci našich personálnych možností vykonávať údržbu obce a zabezpečovať čistotu verejných priestranstiev. Pristúpili sme aj k viacerým aktivitám súvisiacim s odstránením náletových drevín a skrášlením aj vyčistením rôznych „zarastených“ lokalít. Vykonali sme inventarizáciu drevín (stromov) na exponovaných verejných priestranstvách a v budúcom roku by sme mali realizovať aj ďalšiu výsadbu nových drevín, na čo sme získali dotáciu.

Intenzívne pripravujeme opätovné spustenie obecnej knižnice. Vznikol nový prístrešok, ktorý dočasne nahradil starú hrdzavú zastávku pri škole. V budúcnosti by mal byť príjemným priestorom na oddych pri listovaní časopisov alebo kníh. Čaká nás nevyhnutná rekonštrukcia autobusových zastávok. Revitalizácia priestoru pri železničnom nadjazde, kde sa budeme snažiť vytvoriť ohradenú oddychovú zónu pre deti a rodičov s prvkami ako náučné tabule o histórii železníc a pod. Čaká nás veľká investícia do opravy telocvične. Hľadáme tie najlepšie riešenia, ako toto kryté športovisko čo najvhodnejšie zachovať. Ďalšou víziou je pokračovanie v prístavbe základnej školy, kde by v druhej etape mala pribudnúť jedáleň s kuchyňou. Na všetko sú potrebné obrovské finančné zdroje a my musíme tieto buď získať alebo niekde nájsť. Preto pokračujeme v plnom nasadení ďalej.

Ak ste v poslednej dobe išli okolo bývalej tehelne, určite ste si všimli výrazné zmeny v tejto lokalite. Zbúrali sme staré polorozpadnuté stavby a otvoril sa nám krásny priestor na budúce využitie. Môžeme uvažovať o jeho využití aj vďaka novému Územnému plánu obce Košeca, ktorý sme dokázali po dlhých peripetiách dokončiť a od decembra 2021 tento jasne určuje záväzné využitie celého územia v jednotlivých lokalitách. Na tomto mieste sa patrí poďakovať poslancom obecného zastupiteľstva, ktorí završili viac ako 10 ročnú snahu o prijatie strategického dokumentu pre nové možnosti rozvoja územia. Tehelňa nám poskytuje pozemky vhodné na výstavbu bytových domov, rodinných domov, služieb a športovísk. Je to aktívum, ktorým sa nemôže pochváliť každá obec a konečne máme za sebou všetky potrebné kroky, aby sme tomuto priestoru vdýchlí nový život. O všetkom podstatnom rozhodne obecné zastupiteľstvo. Staré tehly zo zbúraných stavieb sme si odložili a budú



Oznamujeme občanom, že z dôvodu čerpania dovolenky bude obecný úrad a zberný dvor **zatvorený v dňoch od 23. 12. 2021 do 2. 1. 2022.**

V súrnych prípadoch volajte starostu obce na čísle: 0918 461 201

Ďakujeme za pochopenie.

nám v budúcnosti slúžiť ako stavebný materiál pri rôznych plánovaných aktivitách. Aj tu sme mysleli na životné prostredie a recyklujeme/znovu používame stavebné materiály ako je to len možné.

Vianočné obdobie je z dôvodu pretrvávajúcej pandémie opäť poznačené rôznymi opatreniami. V tichosti zasvietime na spoločnom adventnom venci v parku všetky štyri sviečky a netrpezlivo očakávame príchod Vianoc. Pripravili sme v centre obce krásne prekvapenie v podobe novej svetelnej výzdoby, ktorou sa môžete potešiť na prechádzkach po zotmení. Želáme všetkým pevné zdravie, šťastné a veselé Vianoce aj úspešné vykročenie do nového roku 2022. Ten bude pre našu obec dôvodom na oslavy, nakoľko už ubehlo okrúhlych 750 rokov od prvej písomnej zmienky, kedy sa Košeca a Nozdrovica v historických listinách spomínajú.

Mgr. Radomír Brtáň

starosta obce Košeca a miestnej časti Nozdrovica

Mikuláš nezabudol na deti v našej obci

Situácia ani začiatkom decembra nedopriala usporiadať akékoľvek verejné hromadné podujatie, a preto sme sa rozhodli deti potešiť sladkou dobrotou priamo návštevou Mikuláša, čerta a anjelov pred brámkami domov.

Rozžiarené tváre detí nám dali jednoznačnú odpoveď, že to bol veľmi dobrý nápad. Ďakujeme ochotným ľuďom, konkrétne Jurajovi, Otovi, Mii a Nikolke za šesťhodinovú sobotňajšiu obetavú jazdu v sedle na koníkoch. Boli ste skvelí. Mikuláš sa so strašidelnými čertami aj o deň neskôr v nedeľu pristavil na chvíľu znovu v miestnej časti Nozdrovica, kde obdaroval balíčkami poslušné deti.



Mikuláš 2021

Odpady – téma dotýkajúca sa každej peňaženky

Na poslednej strane novín nájdete nový kalendár zberov odpadov. Je najlepšie si ho odstrihnúť a vyvesiť na viditeľné miesto, aby ste mali prehľad čo, kedy, ako...

Grafy na druhej strane kalendára ukazujú opodstatnenosť zavedenia elektronickej evidencie odpadov v našej obci. Bez nej by sme len veľmi ťažko dosahovali uvedené zlepšovanie. Adresnosť pri nakladaní s odpadmi spôsobuje, že sa o túto tému čoraz viac zaujímate a hľadáme možnosti úspor. Šetríme tým najmä životné prostredie. Za to všetkým veľmi ďakujeme. Nezaspíme však na vavrínoch a naďalej pokračujeme v trende znižovania produkcie odpadov, ktoré musia skončiť na skládke. Má to obrovský význam pre celkové šetrenie nákladov, ktoré sú čoraz vyššie a vyššie. Veď posúďte sami:

V 1. štvrtroku 2021 platila Obec Košeca cenu za zneškodňovanie zmesového komunálneho odpadu (KO) a objemného odpadu na skládke odpadov Lieskovec vo výške 49,20 €/t. Táto skládka odpadov však k 31. marcu 2021 pre vyčerpanie úložnej kapacity ukončila svoju prevádzku. Zberová spoločnosť Ledrov, spol. s r. o., ktorá v obci Košeca realizovala zber, prepravu a zabezpečovala zneškodnenie zmesového KO, bola preto nútená zmeniť miesto zneškodňovania na inej skládke odpadov. Zo strany zberovej spoločnosti sa prudko zvýšili náklady a ak by Obec Košeca neakceptovala navýšenie cien, tak by Obci Košeca hrozilo ukončenie zmluvy so zberovou spoločnosťou a okamžité zvýšenie ceny za zneškodnenie o + 40 %. Vzájomné rokovania však priniesli kompromisné riešenie: cena za zneškodnenie odpadov sa zvýšila „len“ o + 8 %, ale aj ceny za zber a prepravu zberných nádob sa zvýšili o + 8 %.

Pre rok 2022 a nasledujúce však bolo potrebné vykonať nové verejné obstarávanie na novú zberovú spoločnosť pre nakladanie so zmesovým KO. Víťazom verejného obstarávania, ktoré sa zrealizovalo v novembri 2021, sa opäť stala spoločnosť Ledrov, spol. s r. o. Pri niektorých typoch zberných nádob ponúkla spoločnosť nižšie ceny za ich zber a prepravu, ale pri najdôležitejších typoch zberných nádob (110 a 120 l) sa cena za zber a prepravu zvýši o + 33 %. Mimoriadne nepriaznivá situácia však nastala pri cene za zneškodnenie odpadov na skládke odpadov, ktorá sa medziročne zvýši o hroziacich + 76 %! Obec Košeca tak v roku 2022 bude platiť za zneškodnenie 1 tony zmesového KO cenu 93,60 eur (vrátane DPH). K tejto cene sa bude platiť ešte poplatok za uloženie odpadov na skládku odpadov. V tejto chvíli ešte nie je známa jeho hodnota, nakoľko sa tento poplatok



odvíja od úrovne triedenia, ktorú obec dosiahne za celý kalendárny rok. Predpokladáme, že poplatok za uloženie odpadov by mal byť pre Obec Košeca vo výške 15 eur/t. Celkové výdavky na zneškodnenie zmesového KO na skládke odpadov budú teda predstavovať sumu asi **108,60 eur za 1 tonu**. Vývoj cien na nakladanie so zmesovým KO má rozhodujúci vplyv na výdavky obce, ktoré vstupujú do kalkulácie nákladov pre výpočet miestnych poplatkov za KO. Ak by sa tento deficit mal v plnej miere premietnuť do poplatku za KO, tak by to znamenalo zvýšenie až okolo + 8 eur na občana ročne. Dňa 14. 12. 2021 budeme spolu s poslancami OZ hľadať riešenia pri nastavení sadzby poplatku pre rok 2022. O výsledku budeme verejnosť ihneď informovať na webovom sídle obce www.koseca.sk.

Už teraz je však jasné, že budúci rok sa budeme všetci musieť opäť zlepšiť vo viacerých ukazovateľoch. Znižovanie produkcie odpadov predchádzaním ich vzniku, dôsledným triedením jednotlivých zložiek, zvýšením miery kompostovania napríklad v rozdанных kompostéroch,... To všetko máme v rukách priamo my.

Ešte nám nie sú teraz známe všetky cenové podmienky všetkých zmluvných partnerov Obce Košeca, ktoré budú platné od roku 2022. Vzhľadom na situáciu na trhu v SR je reálny predpoklad, že dôjde v mesiaci december 2021 ešte k nárastu cenových podmienok aj od ďalších partnerov, čo finančnú situáciu v odpadovom hospodárstve obce ešte ďalej zhorší, a preto je nutné hľadať a prijímať účinné opatrenia na znižovanie zneškodňovania odpadov na skládkach odpadov a maximalizovanie predchádzania vzniku odpadov, opätovného používania, triedeného zberu a zhodnocovania odpadov. Zo strany niektorých občanov sme zaznamenali požiadavku na rozšírenie prevádzkovej doby malých kompostární, nakoľko prevádzková doba len

2 dni v týždni (pondelok a streda), a to len počas 4 hodín doobeda, resp. poobede sa javí v praxi ako nedostatočná. Navrhuje sa rozšírenie prevádzkovej doby o ďalší deň, a to piatok v doobedňajších hodinách od 8:00 – 12:00 hod.

Od 1.1.2022 sa na Slovensku bude realizovať zálohovanie jednorazových nápojových obalov (PET fľaše a nápojové plechovky). Zálohované obaly budú môcť občania vrátiť naspäť do obchodov s potravinami, za čo im bude vyplácaný záloh. V praxi to bude znamenať, že pri triedenom zbere plastov na úrovni

obce čiastočne poklesne množstvo zbieraných plastov. Pri plastoch by nemal byť pokles zbieraného množstva veľmi výrazný (max. asi 1/3 plastov, ale až pri 90 % účinnosti zálohovacieho systému zberu), a preto sa zatiaľ nenavrhujú žiadne úpravy intervalu zberu vrecovaných plastov a interval zostáva na frekvencii 1x mesačne. Pri kovoch sa však očakáva veľmi výrazný pokles zbieraných nápojových plechoviek. Preto sa navrhuje predĺženie intervalu zberu triedených zložiek „KOVY a VKM“ z intervalu 1x za 2 mesiace na interval zberu 1x za 4 mesiace.



Nové ihrisko v miestnej časti Nozdrovica

Je to už pekných pár mesiacov dozadu, kedy obec v zastúpení starostom obce spolu s obyvateľmi miestnej časti Nozdrovica listom oslovili vlastníkov pozemku vedľa bývalých potravín v Nozdroviciach. Získanie súhlasu na revitalizáciu priestoru a vybudovanie multifunkčného ihriska od väčšiny dotknutých vlastníkov bola záležitosť pár stretnutí prípravného tímu. Podarilo sa.

Úžasný projekt na zlepšenie komunitného života v miestnej časti Nozdrovica dostal zelenú. Bolo potrebné získať potrebný materiál a vykonať práce priamo na mieste starej asfaltovej plochy. Sponzorský v začiatkoch prispel starosta obce a prácou ochotní podnikatelia z našej obce. Spomenúť treba DOM-STAV-TRADING, s.r.o.. Nič by však nefungovalo bez aktívnej účasti samotných obyvateľov. Poďakovanie za aktívnu pomoc pri výstavbe patrí všetkým týmto ľuďom: Michal Čepák, Milan Čepák, Marek Mrázik, Stanislav Bajzík, Jozef Bajzík, ku ktorým sa ochotne pridali ďalší: Peter Bajzík, Dušan Koňuch, Fero Kukučka, Fero Vlasatý, Anton Chalúпка, Jaroslav Didek, Pavol Dudík, Štefan Kardoš, Robert Barnošák, Martin Srvatka, Rado Krištof, Jaroslav Zemanovič, Miroslav Machovič, Viliam Hlušek, Andrej Vyhnička, Roman Jarník, Juraj Didek, Miroslav Slimák.

Zostávala ešte jedna dôležitá vec. Ohradenie ihriska sieťou kvôli bezpečnosti. Na tento účel sa vytvorila dobrovoľná zbierka. Ďakujeme všetkým, ktorí prispeli. Výsledok stojí určite za to. Zoznam známych podporovateľov zbierky: R. Brtáň, Michal Čepák, P. Dudík, p. Petergáčová, Jaroslav Didek, Milan Čepák, A. Martiš, Š. Kardoš, I. Planeta, S. Bajzík, M. Slimák, A. Vyhnička, P. Didek, J. Dideková, I. Janke, F. Vlasatý, M. Košťalik, J. Didek, J. Solík, R. Slugeň, J. Bajzík, M. Mrázik, D. Koňuch, V. Kolembus.

Zbierku podporili aj neznámi darcovia prostredníctvom „kasičky“ na Anna bále. ĎAKUJEME. Obec na záver zabezpečila inštaláciu umelého osvetlenia, ktoré umožní využívať ihrisko aj po zotmení. Gratulujeme obyvateľom miestnej časti Nozdrovica ku krásnemu priestoru na šport, kultúrne a spoločenské aktivity.



Vzdelávanie v novej prístavbe ZŠ

Na začiatku školského roka sa vo mne miešali rôzne pocity. Pociť akejsi obavy, ktorú akiste zažíva každá matka pri nástupe svojho dieťaťa do prvého ročníka, sa miešal s pocitom spokojnosti z otvorenia dlho očakávanej prístavby našej školy. Ako rodič prváčky a zároveň aj tunajšia učiteľka viem, že naša škola potrebovala nové priestory ako soľ. Neustále rastúci počet detí nás vždy tešil, no spôsoboval nemalé problémy pri organizácii vyučovania. Prístavba poskytla novým i starším žiakom

prijemné moderné priestory na ich ďalšie vzdelávanie. Zároveň uvoľnila niektoré odborné učebne (jazykovú učebňu, špeciálnu učebňu), ktoré v posledných rokoch nemohli plniť svoju funkciu, lebo slúžili z kapacitných dôvodov ako kmeňové triedy. Verím, že novootvorená prístavba sa odrazí na kvalite vzdelávania našich detí a zlepši pracovné podmienky všetkých učiteľov.

Mgr. Andrea Rafajová, učiteľka

Revitalizácia historického miesta „krížnej cesty“

Oddychové miesto „krížna cesta“ medzi Ilavou a Košecou sa dočkalo zaslúženej obnovy. Vďaka úspešnému projektu bol priestor podporený z Participatívneho komunitného rozpočtu TSK. Cieľom projektu bola obnova oddychového miesta, podpora miestnej komunity a zvýšenie kvality života. V rámci neho sa tiež ručne vyrobili lavice a socha Panny Márie. Na drevorezbárske práce na projekte bol vybraný p. Ing. Ľubomír Fajer, zaoberajúci sa vytváraním sôch z dreva a kameňa.



Zásielkovňa alebo po novom Packeta ponúka služby aj v našej obci

Samoobslužné výdajné miesto Z-BOX nájdete v priestore vedľa parkoviska pri pamätníku SNP. Služba doručovania zásielok od rôznych internetových obchodov je tak dostupnejšia všetkým a priamo v našej obci. Doručenie a vyzdvihnutie je veľmi komfortné a pomerne jednoduché. Stačí mať v mobilnom telefóne inštalovanú príslušnú aplikáciu a zapnutý Bluetooth. Dvierka výdajne sa následne otvoria automaticky.





Projekt MŠ v Košeci

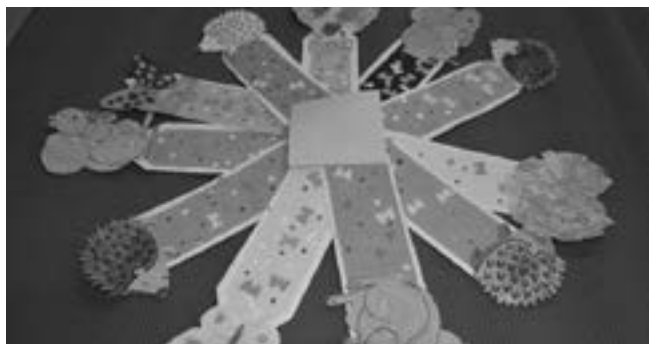
„Koľko lásky sa zmestí do krabice od topánok“

Ako sa vraví: „Radosť rozdávaním rastie“. Myslím si, že to platí aj pre lásku. Ak ju vieme rozdávať ona bude rásť, bude sa medzi nami presúvať a tešiť ľudí. V tomto roku sa Materská škola v Košeci dozvedela o celoslovenskej výzve „Koľko lásky sa zmestí do krabice od topánok“, ktorá už funguje štvrtý rok. Tieto Vianoce sa do tohto krásneho projektu zapojila aj naša MŠ.

Koľkokrát nám napadlo, že by sa mohla takáto krabica stať poslom lásky? Asi ani raz. Našli sa však ľudia, ktorí takúto myšlienku dostali.

Prišla aj k nám do materskej školy a všetci sme sa jej poriadne chopili. Deti, rodičia a priatelia našej školy vložili do krabičiek kúsok svojho láskavého srdca. Teplé, voňavé, ručne vyrobené, slané sladké, hudobné, čitateľské ale aj mnohé iné drobnosti boli uložené do krabičiek. Uložené s vedomím, že potešia seniorov, ktorí sa na tohtoročné vianočné sviatky tešia v domovoch dôchodcov. V piatok 3. decembra sme na zberné miesto v Základnej škole v Ilave odovzdali pani Horáčkovej, koordinátorke projektu v našom okrese, 56 krabičiek, krabičiek naplnených láskou, ktoré môžu byť aj jediným darčekom, ktorý tento rok starkí dostanú.

Veríme, že darčeky ich potešia a dúfame, že im prinesú radosť, vyčaria úsmievy na tvárach deduškov a babičiek, ktorí najmä v týchto časoch potrebujú našu lásku a pozornosť. Všetci čo sa zapojili do výzvy, do krabičiek zabalili aj kus svojho srdiečka a poslali obdarovaným pranie pokojných Vianoc.



Záložka do knihy

spája školy: Očarujúci svet knižných príbehov, rozprávok a básní

Na základe prihlášky našej školy do 12. ročníka česko-slovenského projektu Záložka do knihy spája školy: Očarujúci svet knižných príbehov, rozprávok a básní nám bola pridelená partnerská Základná škola, Námestie kapitána Nálepku 12, 082 04 Drienov. Navzájom sme sa skontaktovali prostredníctvom mailových adries a dohodli si výmenu záložiek v počte 80 kusov. Naši žiaci usilovne pracovali počas celého mesiaca a vyrobili: Myšku Hryzku, Zvieratká z lesa, Hrušku zelenú, Záhady, Na lúke, Rozprávky na dobrú noc, Pán Tau. Záložky sa im vydarili, preto sme ich odoslali viac, ako bolo dohodnuté. Tešíme sa na ďalší ročník tejto výmennej akcie.

PaedDr. Miroslava Švehlová



OSA BLOG - DECEMBER 2021

OSA naprieč Slovenskom 2021

Šport pomáha a spája aj inak ...

O športe a jeho pozitívnych vplyvoch na zdravie, či už fyzické, alebo duševné toho bolo napísané mnoho. Zvlášť v tejto dobe plnej informácií o posilňovaní imunity prostredníctvom pohybu, či návodov na zdravý pohyb, či rovno zmenu životného štýlu smerom viac k pohybu sú toho jasným dôkazom.

Šport však dokáže pomôcť aj inak ako len priamemu účastníkovi aktivity. Sú totižto okolo nás aj ľudia, ktorým šport priamo nie je dopriaty, či nemajú naň pri svojich iných starostiach ani len pomyslenia.

A práve o tom bude náš dnešný príspevok...

Spojenie našej organizácie OSA AKADÉMIA a Vašej malebnej obce Košeca trvá už niekoľko rokov. Začalo to omnoho dávnejšie, keď sme ešte ako mladíci s Radom Brtňanom – Vaším starostom „naháňali šišatú“. Prešiel čas, obaja už nie sme futbalovo aktívni, no šport nám ostal zarytý hlboko v našich srdciach a myšliach. Každému dal do života hodnoty, ktoré vie dať len šport a my ich naďalej odovzdávame mladším generáciám rôznymi formami....

Po rokoch sa naše cesty opäť stretli a Radko ku nám do OSA zavítal so svojimi deťmi. No nielen tréningy v OSA pre deti, ale aj seriál podujatí OSA CHALLENGE bol ďalším pojítkom medzi OSA a Košecou a jej starostom. Dnes však nebudem písať o úspešnom a veľmi obľúbenom TRÁVATHLONE, ale o podujatí, ktoré nás spojilo opäť. Tentoraz pre vyššie ciele a vízie. V novom našom projekte (staronovom, ale o tom neskôr) nás spojila naša nová športová vášeň – cyklistika. NAPRIEČ SLOVENSKOM je totiž podujatie, ktoré organizujeme s prestávkami už od nášho vzniku v roku 2013, no v takomto formáte je to pre nás novinka. Ale pekne po poriadku.

Už samotný názov podujatia napovedá veľa a vyššie uvedená vášeň pre šport upresní. Áno... Naprieč Slovenskom na bicykli. A parametre? 4 cyklisti, 4 etapy

a 16 navštívených obcí. 650 najazdených kilometrov a 6.700 nastúpaných výškových metrov. To všetko na konci októbra, kedy už pravoverní cyklisti končia svoju sezónu a takýto „nášup“ je pre nich nepredstaviteľný... Tak prečo to robiť?

Pretože šport spája! A my sme sa rozhodli v tomto prípade spojiť nielen najzápadnejšiu obec s tou najvýchodnejšou, ale aj mestá a obce na ceste medzi nimi, partnerov a priaznivcov našej akadémie a cyklistov samozrejme tiež. Naším cieľom bolo totiž touto jazdou spojiť ľudí pre vyšší cieľ a motiváciu, ako sú súčasné starosti každého z nás, ktorí máme to šťastie, že môžeme športovať, hýbať sa a tráviť čas so svojimi blízkymi.

Spojili sme sa preto, aby sme pomohli niekomu, kto nemá toto šťastie, komu osud nedoprial čo nám, ale komu vzal niečo, kvôli čomu nemá možnosť, podmienky, ba ani len pomyslenie na pohyb. A keď som spočítal všetky dáta trasy, tak som prišiel k zaujímavým číslam. V hlavách mi hneď začali pracovať závitky, ako zapojiť a spojiť rôznych ľudí, organizácie, samosprávy, primátorov a starostov, ako aj športovcov pre dobrú vec. A tak vzišla myšlienka darovať za každých odjazdených 10 km na bicykli 1 EUR na dobú vec. Keďže trasa merala 650 km, tak to vyšlo 65 EUR na jedného účastníka, čo pri skúšobnom ročníku podujatia v súčte štyroch jazdcov bolo 260 EUR. Možno Vám to pride málo. A aj vďaka Vášmu starostovi, jeho

RADO BRTÁŇ:

“Stúpania do kopcov ma veľmi boleli. Vedel som, že keď zastavím, len ťažko by som pokračoval ďalej. Kvôli skvelej partii a jasnému cieľu podporiť Alicu som to však nevzdal.

Život mi dovolil prejsť na bicykli krásne Slovensko vymaľované slnečnou jeseňou od západu na východ. To je šťastie.

Teší ma, že okrem podpory športu a propagácie obcí a miest vďaka nám všetkým bude môcť byť vo svojom smútku trochu šťastnejšia aj Alica.”



prístupu nielen k práci, ale aj k nášmu projektu sa ku nám pripojili primátori a starostovia naprieč celou trasou podujatia. Pridali sa k nám aj cyklisti z iných miest a obcí a pomocnú ruku nám opäť podali aj naši „skalní“ partneri. Spoločne sme sa spojili naozaj pre dobrú vec. Vďaka takémuto spojeniu sme mohli venovať viac ako 2.500 EUR mladej študentke, ktorej osud a príbeh sme si tento rok vybrali pre naše podujatie. A to už je podľa nás za 4 dni naozaj celkom slušné číslo.

CIEĽ SME SPLNILI! ŠPORT OPĽ SPOJIL A POMOHOĽ! Len inak...

Tešíme sa už teraz na ďalší ročník a na oči niekoho, komu do tváre vrátime úsmev.
A na záver povieme len jedno. 17.08. – 20.08.2022 ideme opäť pomáhať športom!

Pridáte sa?

(Viac informácií o podujatí, ako aj ďalšie články, fotografie a podmienky nájdete na našom webe.)

Ďakujeme! **Adrián Gazdík**
OSA – ŠPORTOVÁ AKADEMIA

Koledy a ich história

Vianočné koledy – ich význam a pôvod

Na Slovensku sa s koledami ako piesňami stretávame najmä v predvianočnom a vianočnom období. Sú súčasťou nášho národného kultúrneho dedičstva a histórie. Ako sa formovali koledy a ako ich vnímajú vo svete?

Predpokladá sa, že samotné koledy ako oslavné piesne majú pôvod v Rímskej ríši - oslavy nového roka - calendae. Odtiaľ pochádza aj používanie tohto slova u rôznych národov a národností. U Slovanov sa koledy zväčša chápu ako ľudové piesne spievané pri príležitosti veľkých cirkevných sviatkov napríklad v období Vianoc. Bohatú tradíciu majú u Slovákov, Čechov, Ukrajincov, Rusov a Bulharov.

Keďže Vianoce sú slávené v rôznych štátoch sveta, najznámejšie vianočné koledy a piesne boli prekladané do jazykov mimo svojho originálneho pôvodu. Medzi takéto najznámejšie skladby patrí Tichá Noc - Stille Nacht, ktorá bola predložená snáď do všetkých jazykov na svete. Vznikla v roku 1818 a jej autormi sú Joseph Mohr a Franz Xaver Gruber. Veľmi známa je aj koleda Adeste Fideles, ktorej autorom textu je John Francis Wade. Z latinského textu bola tiež preložená do rôznych jazykov sveta.

Aj keď nám už často splyva význam slov koleda a vianočná pieseň, vianočné koledy sa viažu k sviatku narodenia Ježiša Krista, kým vianočné piesne sú koncipované širšie a viažu sa k vianočnému obdobiu, ako napr. Rolničky, Rolničky či Jingle Bells. Koledy tak tvoria jednu zo súčastí vianočných piesní.

Prečo voláme salónky salónkami?

V čokoláde máčané fondánové alebo ovocné salónky, ktoré majú okrem lesklého staniolu biele papierové sukničky a zdobíme nimi stromčeky na Vianoce, **pochádzajú z Maďarska**. Už na prelome 19. storočia uhorské kuchárky mali takmer 20 receptov na výrobu salóniek. Postupne sa objavili nové chute, takže okrem klasických fondánových salóniek nájdeme aj salónky s orechovou, mandľovou, rumovou, jahodovou alebo kokosovou príchuťou. A keďže v minulosti si tieto cukríky mohli kúpiť len bohaté rodiny a zdobili si nimi vianočné stromčeky v salónoch, dostali ľudové pomenovanie salónky.



RECEPT

Fondánové salónky

Príprava fondánových salóniek je jednoduchá, ponúkame vám osvedčený recept.

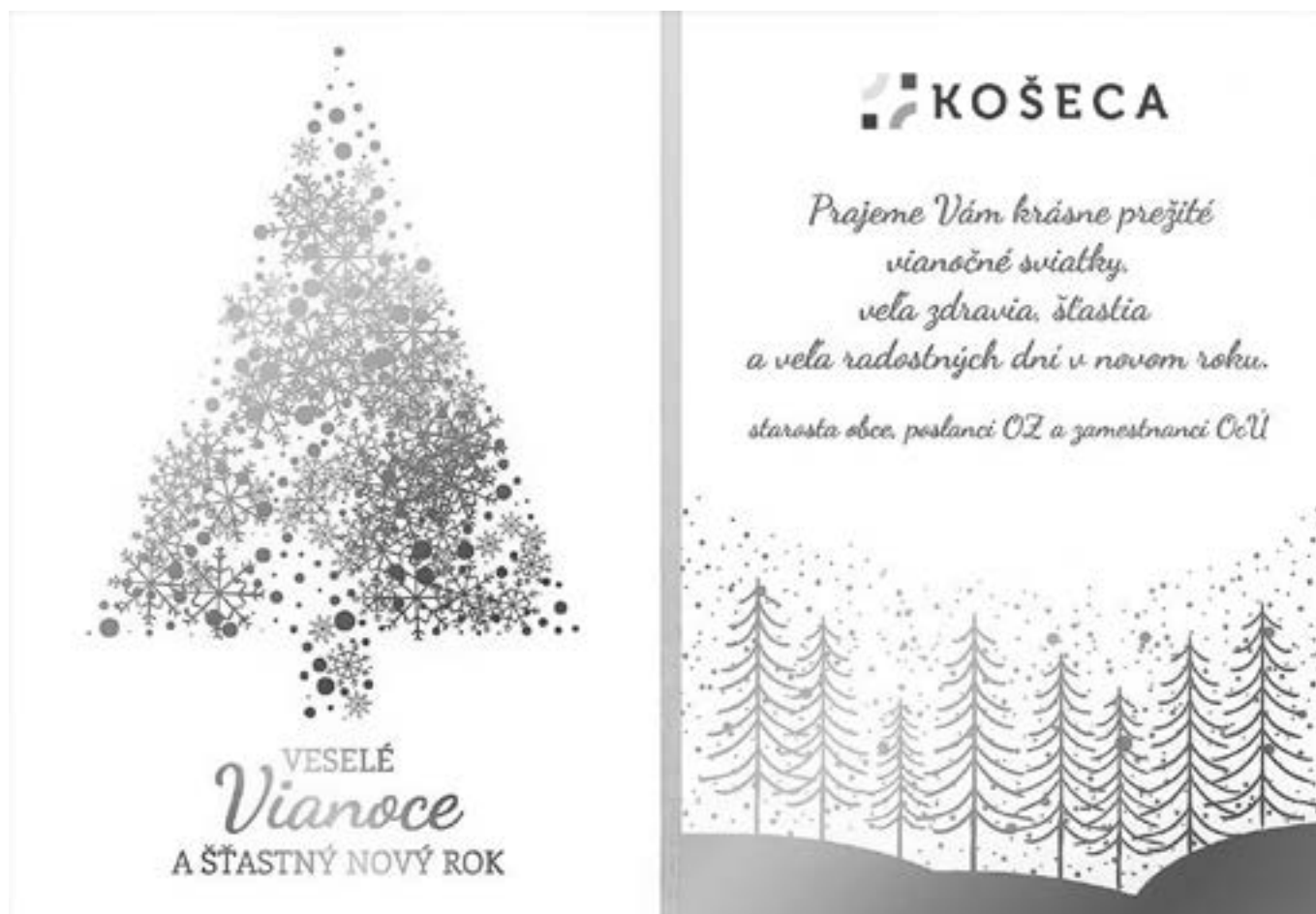
Suroviny:

- 500 g kryštálového cukru
- 0,7 dl vody
- 10 g masla

Ak chceme ochutený fondán, pripravíme si rôzne príchuť napríklad kakao, kandizované ovocie, kokos.

Postup:

Cukor zalejeme studenou vodou a varíme. Keď zmes začne hustnúť nalejeme ju do misky, pridáme maslo a rýchlo miešame. Keď hmota začne tuhnúť a dá sa formovať, rozdelíme ju na niekoľko častí. Do každej môžeme vpracovať inú príchuť (ovocie, kokos) a vyformujeme z nej malé tehličky. Po zaschnutí ich môžeme namáčať do čokoládovej polevy a zabaliť do farebných papierikov.



Jesenná výstava ovocia a zeleniny

Aj napriek ťažkej situácii sa nám tento rok podarilo v dňoch 18. – 20. septembra 2021 usporiadať výstavbu ovocia a zeleniny. V minulých rokoch bola táto výstava poriadaná v telocvični Základnej školy Košeca. Ľudia si sťažovali, že je to od ruky. Tento rok sme to usporiadali v malej zasadačke Obecného úradu. No aj napriek tomu si veľa ľudí nenašlo čas na to, aby sa aspoň prišli pozrieť na to, čo sa podarilo dopestovať iným. Zároveň tam boli i práce našich detí. Ale v dnešnej dobe nenavštívili výstavu ani ich rodičia, čo mňa osobne mrzí. Zároveň chcem poďakovať všetkým našim vystavovateľom, ktorí si dali ten čas a pripravili nám krásne plody zo záhrad. Chcela by som poďakovať aj nášmu starostovi p. Brtáňovi, ktorý nám pomohol pri odmeňovaní našich výhercov, či už pri výstave ovocia a zeleniny alebo pri vyhodnotení „jablčko roka“. Pevne dúfam, že ak to situácia na rok dovolí, príde nás podporiť trochu viac občanov, ale aj našich vlastných členov.

Magdaléna Belková - predseda záhradkárov



Jesenná výstava ovocia a zeleniny

Činnosť Klubu dôchodcov

Činnosť Klubu dôchodcov bola aj v roku 2021 ovplyvnená pandemiou COVID 19. No aj napriek tomu sme v krátkej dobe máj – september uskutočnili viaceré podujatia, ktoré sme si naplánovali v tomto roku. Len pre ilustráciu navštívili sme kúpaliská v Dunajskej Strede a Veľkom Mederi. V mesiaci jún a september sme pripravili dve stretnutia na Športovom areáli, ktorých sa zúčastnilo takmer 100% členov klubu. Ale najviac členov zaujali poznávací zájazd do Rajeckej Lesnej, rázovitej obce Čičmany a reštaurácie Svätý Hubert v Košeckom Podhradí. V mesiaci september sme na stretnutí na ŠA pripravili burzu predmetov, ktorá mala veľký úspech. Toto nás utvrdilo v tom, že takúto akciu budeme aj naďalej robiť ak o túto bude zo strany členov záujem. V mesiaci október sme na požiadanie správcu cintorína zabezpečili účasť členov na upratovaní miestneho cintorína, najmä hrabanie napadaného lístia. Túto sme zabezpečili v spolupráci s členmi záhradkárov.



Na brigádu prišlo celkom 29 členov z oboch organizácií, čo bola veľmi pekná účasť, najmä preto, že takmer väčšina mala nad 70 rokov. Na tejto akcii nás svojou účasťou prišiel pozdraviť aj starosta obce Mgr. Radomír Brtáň, ktorý sa aj aktívne zapojil do hrabania. Taktiež nás prišiel pozdraviť správca farnosti Mgr. Ján Čepela, ktorý doniesol aj so starostom malé občerstvenie.

Rudolf Litvík - Predseda KD

Zo života Únie žien

Základná organizácia Únie žien Slovenska Košeca sa aj v tomto neľahkom období ovplyvnenom pandemiou snaží pokračovať vo svojej činnosti. Za dodržania platných opatrení sa členky výboru stretávali, aby mohli pripraviť nasledovné akcie. V mesiaci jún sa v športovom areáli konalo tradičné Stretnutie troch generácií. Prijemné posedenie za pekného letného počasia bolo príležitosťou porozprávať sa a pochutiť si na dobrom guláši. 26. 6. 2021 sa členky vybrali zregenerovať sily v termálnom kúpalisku do Dunajskej Stredy. S príchodom nového školského roka nezabudli členky ani na našich prváčikov a 2. 9. 2021 pri slávnostnom otvorení školského roka ich navštívili a obdarovali darčekom, z ktorých mali deti radosť. Po letnom období sa 24. až 26. 9. 2021 členky vybrali za

krásami Slovenska do Kežmarských Žľabov a 3. 10. 2021 zasa svoje kroky namierili na hrad Červený Kameň. Pre naše jublantky v rámci mesiaca úcty k starším sa pripravovalo posedenie, ktoré sa však vzhľadom na zhoršujúcu situáciu nemohlo konať, a preto naše členky individuálne navštívili jublantky a obdarovali ich malým darčekom. Spoločným kladením venca a zapálením sviečok na cintoríne sme si na sviatok všetkých zosnulých spomenuli na všetky bývalé členky únie, ktoré už nie sú medzi nami. V mene výboru ZO ÚŽS v Košeci prajeme všetkým ľuďom pokojné a radostné prežitie vianočných sviatkov v kruhu svojich najbližších a v novom roku 2022 veľa zdravia, lásky, úspechov a vzájomného porozumenia.

Výbor ZO ÚŽS



Oktober – mesiac úcty k starším

V tomto roku opäť nebolo možné kvôli prísnyh pandemickým opatreniam usporiadať kultúrne podujatie, na ktorom by sme sa stretli s našimi staršími obyvateľmi. Rozhodli sme sa preto každému obyvateľovi našej obce vo veku nad 70 rokov doručiť malú drobnosť.

Pocta padlým hrdinom v Slovenskom národnom povstaní

V spolupráci obce Košeca a Slovenským zväzom protifašistických bojovníkov sa pri pamätníku v centre našej obce uskutočnilo slávnostné kladenie vencov. Program pietneho aktu venovaný padlým hrdinom v SNP doplnil príhovor starostu obce Radomír Brtáň a hudobný sprievod tradične zabezpečila dychová hudba Košeckanka.

Hodové slávnosti

V dňoch 14. a 15. augusta 2021 sa v našej obci uskutočnili hodové slávnosti. Šport, tanec, spev a zábava nás sprevádzali počas týchto letných augustových dní. Pripomeňme si atmosféru tejto vydarenej športovo – spoločenskej akcie.





Turisti na Čachtickom hrade...

Pekné slnečné počasie využili žiaci Turistického krúžku a počas soboty 16. 10. 2021 absolvovali turisticko-poznávací výlet na Čachtický hrad. Autobus ich priviezol do obce Čachtice. Odtiaľ išli pešo až na hrad. Tu im pani lektorka- Alica porozprávala veľa zaujímavostí. Čachtický hrad smutne preslávila Alžbeta Báthoryová, ktorá bola veľmi bohatá ale aj krutá. Za svoju krutosť bola uväznená

na hrade a mohla sa stretávať len so svojou rodinou, kazateľmi a so ženou, ktorá jej nosila jedlo. V závere prehliadky žiaci krátko pobesedovali so spisovateľom pánom Štiavnickým, ktorý o Čachtickom hrade napísal niekoľko kníh.

Vedúce turistického krúžku



Júnový výlet, klasicky formou autobusového zájazdu do jednej z najkrajších rokĺn Slovenského raja, ktorá je nielen jeho najmenšou, ale aj jedinou prístupnou rokľinou z jeho južnej strany - Zejmarskej rokľiny.



Letná návšteva magických liptovských dolín, umiestnených v Chočských vrchoch, ktoré sme preskúmali v rámci, v poradí 2. autobusového zájazdu. V pozadí jeden z posledných tradičných horských vodných mlynov-Oblazov.



Momentka z exkurzie kaštieľa v Topolčiankach (Národnej kultúrnej pamiatky), umiestneného v centre pôvabného anglického parku, ktorého súčasťou je nielen preslávený národný žrebčín založený v roku 1921, ale aj múzeum nábytku, kobercov, keramiky a dobových zbraní.



Obrázok z tradičného, rokmi prevereného projektu - Týždňa spoločnej turistiky, ktorý sa tento rok uskutočnil v Národnom parku Slovenský raj, naši členovia sa na fotografii nachádzajú na kartuziánskom moste - jedinom kamennom moste cez rieku Hornád.



Snímka zo zaistenej cesty (via ferrata) Horskej služby Martinské hole - po technickej stránke najnáročnejšieho turistického podujatia tohto roka, ktorá je umiestnená v nádhernom prostredí ľúčanskej časti pohoria Malá Fatra.



Záverečný obrázok z „hodovej“ verejno-prospešnej pracovnej brigády, ktorej hlavným účelom v rámci úzkej spolupráce s obecným úradom bolo vybudovanie školskej besiedky určenej najmä pre žiakov ZŠ v Košeci.

Účastníci 14. ročníka športovo-charitatívnej akcie PARASPORT24 tour navštívili aj Košecu

Parasport24 tour je úžasné cyklistické podujatie, ktoré spája množstvo športovcov s hendikepom a veľa známych osobností.

K cyklistickému pelotónu sa každoročne pripája množstvo známych osobností z rôznych oblastí verejného života – speváci, hudobníci, herci či moderátori. Hendikepovaným a sociálne slabým pomáhajú športovkyňa Danko Barteková, Bibiana Ondrejková, Zuzana Vačková, Juraj Bača, moderátor Patrik Herman, či speváci Martin Harich a Jakub Petránik. Výnimočný cyklistický pelotón s názvom PARASPORT24 tour putuje Slovenskom už 14 rokov. Na čele s autorom myšlienky pomocou Miroslavom Buľovským tento ročník bicyklovali naprieč Trenčianskym krajom. Dňa 1. 9. 2021 sa na svojej ceste zastavili aj v našej obci a za spolupráce starostu Radomíra Brtáňa retro-bicyklom potešili miestnu cyklistickú fanúšičku a odrazadlom boli obdarené deti v materskej škole.



Parasport24 v Košeci

Okienko zo života detí v Materskej škole



Návšteva sv. Martina na bielom koni

Dňa 11. 11. 2021 deti z materskej školy v Košeci navštívili svätý Martin na bielom koni. Práve v tento deň všetky deti zvedavo vyzerali hneď z rána z okna, či snáď z oblohy nepoletuje jemné biele páperie. Keď deti videli spoza oblakov vykúkať len zubaté slniečko, úsmev im z tváričiek zmizol. Deti sa vybrali na prechádzku a zrazu nečakane spoza rohu materskej školy zaerdžal krásny biely kôň, na ktorom sedel sv. Martin. Jaj to bolo radosti, detská radosť nemala konca.



Tlačenie kapusty

Hryzkal zajko kapustičku chrum, chrum, chrum...

S touto veselou pesničkou sa deti v našej MŠ s chuťou do kapustičky naozaj zahryzli. V rámci spoznávania ľudových tradícií sa oboznámili s jedinečnou tradíciou, ktorá už pomaly u našich rodín mizne. Klasické tlačenie kapusty v rodinách nahradila kvasená kapusta, kúpená v obchode. Aby naši malí škôlkari tento zvyk spoznali, museli si ho spoločnými silami vyskúšať. Deti spolu s tetou Gondovou kapustu strúhali a pomáhali pridávať dôležité ingrediencie, ktoré urobia z kapusty chutnú kvasenú lahôdku. Teraz už len čakať na výsledok našej usilovnej práce. Ďakujeme tete Gondovej za skvelý zážitok a ukážku našich tradičných zvyklostí.



Pečenie medovníkov v Materskej škole

Keďže sa blížila Vianoce, tak ako naše mamičky, aj my sme sa pustili do pečenia medovníkov. Porozprávali sme sa o prichádzajúcich vianočných sviatkoch i o pečení medovníkov. Mohli sme sa teda pustiť do práce. Cesto sme si vyvaľkali a deti už s radosťou vykrajovali medovníkové figúrky. Aj tety kuchárky nám pomohli a do zlata nám upiekli medovníky. Všetky deti vyrábali medovníky s veľkou láskou a vložili do nich kus svojho srdiečka.



Mikuláš v Materskej škole

Aj tento rok všetky deti z našej materskej školy s napätím očakávali, či ich navštívi Mikuláš. Tíško sedeli vo svojich triedach a načúvali, kedy sa ozve zvuk zvončeka. No a keď zvonček zaznel, do triedy vstúpil Mikuláš, pozdravil sa s deťmi a hľadal svojho strateného pomocníka čerta. Ten vzápätí dobehol aj s veľkým vrecom na neposlušné deti. Ale u nás také deti zrejme nemáme, lebo žiadne sa nechcelo priznať. Čertovi teda zostalo vreco prázdne. Všetky dobré deti Mikulášovi zaspievali, zarecitovali a s radosťou prijali balíčky plné dobrôt. Aj keď niektorí drobci vyronili aj slzičku, nakoniec boli všetci spokojní a Mikulášovi pekne poďakovali.



Zariadenie Pre Seniorov M. Kataríny Labouré Bošany

www.zpsbosany.sk

Zariadenie poskytuje a zabezpečuje:

- pomoc pri odkázanosti na pomoc inej fyzickej osoby
- sociálne poradenstvo
- sociálnu rehabilitáciu
- ubytovanie
- stravovanie
- upratovanie, pranie, žehlenie a údržba bielizne a šatstva
- záujmovú činnosť
- ošetrovateľskú starostlivosť

Hlavným cieľom zariadenia je:

- zabezpečiť kvalitný a plnohodnotný život v seniorskom veku,
- poskytnúť klientom odbornú a profesionálnu starostlivosť,
- vysoko individuálny prístup ku klientom zariadenia,
- rozvoja a samostatnosť klienta,
- integrácia klienta do spoločenského života,
- podpora schopností klientov vytvorením denného štruktúrovaného programu.

Zariadenie pre seniorov sa usiluje o vytváranie príjemného domáceho prostredia a podporuje aktívny, dôstojný a čo najviac samostatný život klientov.

Na Vaše otázky Vám radi
a ochotne zodpovedajú:

riadiťka zariadenia: **Mgr. Iveta Duchoňová**
Tel. kontakt: 0911 171 525
Email: iveta.duchonova@zpsbosany.sk

vedúca sociálno - zdravotného úseku: **PhDr. Andrea Režová**
Tel. kontakt: 0911 191 525
Email: andrea.rezova@zpsbosany.sk

**Novootvorené
od 18. 2. 2021**



Zariadenie pre seniorov sa nachádza v okrese Partizánske, v obci Bošany. Budova je umiestnená v tichej časti Bošian, v rámci oploteného areálu.

Súčasťou areálu je veľká trávnatá plocha so záhradkou, parkom s množstvom ovocných stromov a ozdobných kríkov, altánkom a lavičkami, ktoré ponúkajú príjemné posedenie v kruhu rodiny a priateľov.

V zariadení je spoločenská miestnosť, ktorá sa využíva na voľnočasové aktivity a vykonávanie bohoslužby.



FYZIO INSPIRE REHABILITÁCIA

OC IDEA, 1. poschodie (oproti BILLE), ILAVA, 0949 244 368



Rázová vlna

- tenisový a golfový lakeť
- bolesti v oblasti ramenného kĺbu
- svalové spazmy chrbtice
- bolesti v triaslovej oblasti
- úponové bolesti väzov kolena
- šikokanské a bežecké koleno
- bolesti a tlak v predkolení, bolesť zápästia
- zápal Achilovej šľachy, ostrohy na päťkách
- plantárna fasciitída, karpálny tunel

Fyzioterapia

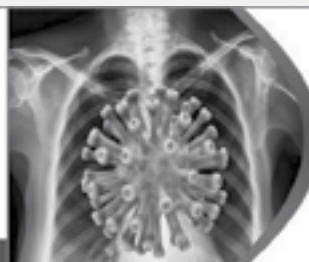
- vojtašova reflexná terapia
- elektroléčba, ultrazvuk
- pohybová terapia detí a dospelých
- SM-systém
- vysokovýkonný laser (MLS): má silné protizápalové a protipuchové účinky, zlepšuje metabolizmus buniek, prekrvenie, relaxuje svaly...



Estetická rázová vlna

- ideálne riešenie ako sa zbaviť nežiadúcej celulitídy, strií a jaziev
- ošetrenie akustickou rázovou vlnou je založené na zvukových vlnách s vysokou energiou

www.fyzioinspire.sk | fyzioinspire | fyzioinspire



Postcovidová rehabilitácia

MLS terapia je základným stavebným kameňom komplexnej post-COVIDovej rehabilitácie. Prekonali ste Covid a trpíte niektorými z nižšie uvedených prejavov?
veľkou slabosť a vyčerpanie, únava
ťažkosti s dýchaním, premenlivé bolesti kĺbov a svalov
dlhotrvajúci kašeľ, chronický únavový syndróm
bolesti brucha, zvracanie, bolesti hlavy a migrény
MLS laser preukázateľne znižuje zápal a má regeneračné účinky, čo sa dá potvrdiť aj diagnostikou na RTG. Prvé poznatky ukazujú, že je veľmi dôležité aplikovať MLS terapiu čo najskôr, ihneď po objavení symptómov, alebo bezprostredne po prekonaní koronavírusového ochorenia.

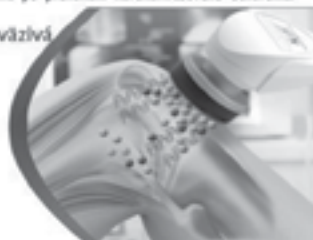
TriJALUX-unikátna terapia pre kĺby a väzivá

- okamžitá úľava od bolesti, nštartovanie regenerácie kĺbu
- proti zápalový účinok, rýchla regenerácia svalových zranení

Pri akých problémoch vám TriJALUX pomôže:
chronická aj akútna bolesť kĺbov
artritída a chronická artróza, akútne svalové zranenia

Bolia vás kĺby a boľte sa ihý? UŽ nemusíte...

TriJALUX kĺbovú výplň aplikujeme patentovaným prístrojom TECAR LAB N-FL



OXYGENOTERAPIA

Pravidelné vdychovanie kyslíka spomaľuje starnutie organizmu, pomáha pri únave a bolestiach hlavy, posiluje imunitu, zlepšuje dýchanie pacientov s astmou a alergiami, zvyšuje fyzickú kondíciu až o 25 percent, zlepšuje stavby zrakosti a depresie, koncentráciu, pamäť a má priaznivé účinky na srdcovo - cievny systém.
Ak zvýšite obsah kyslíka vo vdychovanom vzduchu zvyšujeme kvalitu svojho života, zvyšujete fyzickú i mozgovú aktivitu, spomaľuje starnutie čiže si predĺžujete život.

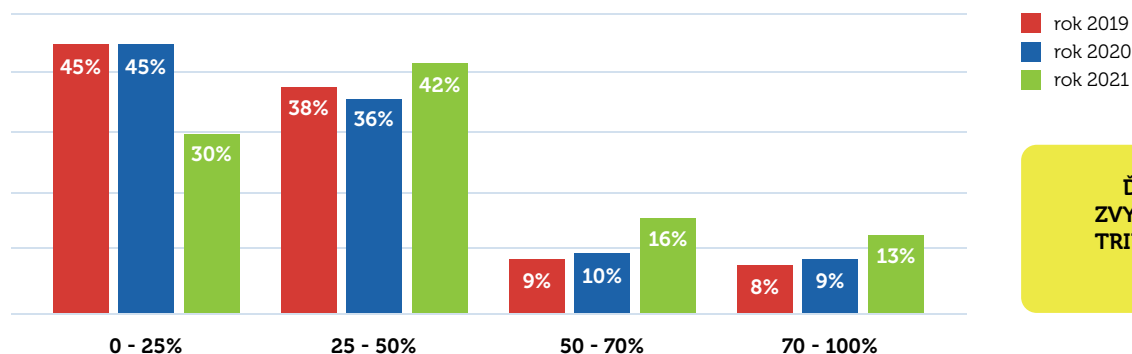
MLS TERAPIA

Zbavte sa problémov pomocou špičkových liečebných metód s rýchlou rekonvalescenciou.
Čo lieči terapia laserom?
bolestivé svaly chrbtice, zápalový nervový
akútne a chronické ochorenia medzistavcových platničiek
zápalové a degeneratívne ochorenia pohybového aparátu
svalové spazmy, bolesti hlavy z krčnej chrbtice,
syndróm karpálneho tunela, akútne a chronické jazy
artrózy drobných kĺbov rúk a nôh, poúrazové stavy,
pooperačné stavy/artrózy a endoprotetické záclanky
otvorené operácie kĺbov, zápal a kontúzie šlach



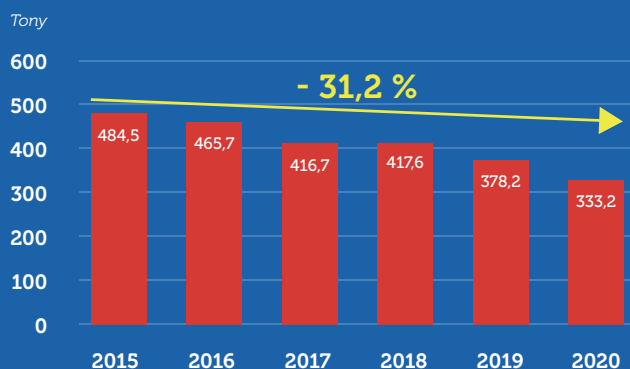
Podiel domácností v jednotlivých kategóriách miery triedenia

KATEGÓRIE MIERY TRIEDENIA



Ďakujeme, že
ZVYŠUJETE MIERU
TRIEDENIA svojich
odpadkov

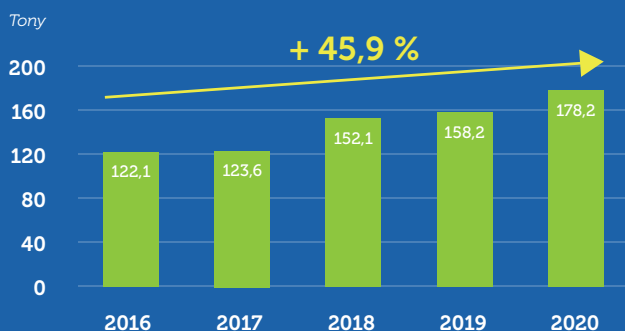
Zníženie množstva zmesového KO



Ďakujeme, že ZNIŽUJETE ZMESOVÝ KOMUNÁLNY ODPAD

Množstvo triedených odpadov

len PA+PL+SKLO+KOVobaly+VKM



Ďakujeme, že ZVYŠUJETE TRIEDENIE ODPADOV

Pár chýb pri triedení odpadov

Popis odpadu	Nepatrí sem	Patrí sem
Penový polystyrén (biely) Polystyrénové tácky (rôzne farby)	ZMESOVÝ komunálny odpad	Plasty
Nafukovacie a plastové (PVC) bazény Molitan	Plasty	Objemný odpad (väčšie kusy) alebo ZMESOVÝ komunálny odpad (menšie kusy)
"Trblietavé" obaly od slaností a sladkostí	Kovy	Plasty
Keramika a porcelán	Sklo	Zberný dvor alebo ZMESOVÝ komunálny odpad
PVC podlahové krytiny (linoleum)	Plasty	Drobný stavebný odpad (zberný dvor)
Soklové izolačné dosky (styrodur) - rôzne farby	Plasty	Drobný stavebný odpad (zberný dvor)
Vytlačacie obaly od liekov	Kovy Plasty	ZMESOVÝ komunálny odpad

KALENDÁR TRIEDENÉHO ZBERU 2022

JANUÁR	FEBRUÁR	MAREC	APRÍL	MÁJ	JÚN
	L2 2. 2.	L2 2. 3.			L1 1. 6.
4. 1.	8. 2.	8. 3.	5. 4.	3. 5.	7. 6.
L2 5. 1.	L1 9. 2.	L1 9. 3.	L1 6. 4.	L1 4. 5.	L2 8. 6.
11. 1.	15. 2.	15. 3.	12. 4.	10. 5.	14. 6.
L1 12. 1.	L2 16. 2.	L2 16. 3.	L2 13. 4.	L2 11. 5.	L1 15. 6.
18. 1.	22. 2.	22. 3.		17. 5.	21. 6.
L2 19. 1.	L1 23. 2.	L1 23. 3.		L1 18. 5.	L2 22. 6.
L1 26. 1.		L2 30. 3.	L1 20. 4.	L2 25. 5.	L1 29. 6.
			L2 27. 4.		

LOKALITA 1 (L1)

- Bytovky
- Dolný majer
- Hlavná ulica
- Krúžok
- Nad brehom
- Továrenská ulica
- Úzka ulica
- V slatinách
- Za Barborkou
- Železničná ulica
- Želiarska ulica

LOKALITA 2 (L2)

- Báľentova ulica
- Pekárska ulica
- Pod Hôrkou
- Pri tehelni
- Prúdy
- Rudnianska ulica
- Sadová ulica
- Školská ulica
- Ulica športovcov
- Zliechovská ulica

NOZDROVICE:

- Horniacka ulica
- Mojtnárska ulica
- Na vyhni
- Za parkom

MALÁ KOMPOSTÁREŇ

Marec - November

Pondelok: 8:00 - 12:00

Streda: 13:00 - 17:00

Piatok: 8:00 - 12:00

Sobota: 8:00 - 12:00 *

*posledná sobota v mesiaci

ZBERNÝ DVOR

Ulica športovcov 41/45
018 64 Košeca

tel.: 0948 40 38 38

Pondelok: 7:00 - 13:00

Streda: 14:00 - 18:00

marec - október

13:00 - 17:00

november - február

Piatok: 7:00 - 13:00

Sobota: 8:00 - 12:00 *

* posledná sobota v mesiaci

JÚL	AUGUST	SEPTEMBER	OKTÓBER	NOVEMBER	DECEMBER
	2. 8.				
L2 6. 7.	L2 3. 8.	L1 7. 9.	L1 5. 10.	L1 2. 11.	
7. 7.	9. 8.	13. 9.	11. 10.	8. 11.	6. 12.
	L1 10. 8.	L2 14. 9.	L2 12. 10.	L2 9. 11.	L2 7. 12.
12. 7.	16. 8.	20. 9.	18. 10.	15. 11.	13. 12.
L1 13. 7.	L2 17. 8.	L1 21. 9.	L1 19. 10.	L1 16. 11.	L1 14. 12.
		27. 9.	25. 10.	22. 11.	
L2 20. 7.	L1 24. 8.	L2 28. 9.	L2 26. 10.	L2 23. 11.	L2 21. 12.
L1 27. 7.	L2 31. 8.			L1 30. 11.	L1 28. 12.

PAPIER

PLASTY

SKLO

JEDLÝ OLEJ

KOVY

VKM

ZMESOVÝ KO



Hlavná ulica 36/100, 018 64 Košeca

0948 40 38 38 (odpady)

042 4468 023 (poplatky za odpad)

0918 461 201 (starosta obce)

www.koseca.sk

Partner obce pre financovanie triedeného zberu obalov a neobalov:



www.naturpack.sk

Partner obce pre systém elektronickej evidencie odpadov ELWIS:



www.menejodpadu.sk