



OBČASNÍK SAMOSPRÁVY MESTSKEJ ČASTI KOŠICE – BARCA ROČNÍK XXXIV. ČÍSLO 2 DECEMBER 2024

Občasník samosprávy Mestskej časti Košice – Barca, Abovská 32, 040 17 Košice – Barca, IČO 00691003, mubarca@barca.sk, EV 3162/09, ISSN 1339-083X.
Erb udelený v roku 1785, prvá písomná zmienka o obci je z roku 1215, a to uvedená vo Varadínskom registri, pôvodne samostatná obec – od roku 1990 Mestská časť Košíc.

BARČIANSKY SÚČASNÍK

*Vážení čitatelia Barčianskeho súčasnika,
prajeme Vám, aby ste v čarovnej atmosfére Vianoc zabudli
na starosti úseďných dní. Čo bolelo, nech sa zhojí, čo tešilo, nech sa zdvojí.
Lásku, šťastie, žiadne hádky, pohodu a krásne sviatky.
Zdravie, radosť zo života, šťastie nech sa pri Vás stále motá!
Na Vianoce pokoj, radosťnú rodinnú pohodu a v novom roku 2025
ušetko najlepšie, dobré zdravie, šťastie nech stojí pri vás,
prajeme vám málo starostí a mnoho radosť!*
redakcia BS

Z rokovaní

Starosta mestskej časti zvolal 10. zasadnutie miestneho zastupiteľstva mestskej časti Košice – Barca, ktoré sa uskutočnilo dňa 11.09.2024 (streda) o 16,00 hod. v zasadačke na 1. poschodí, Abovská 32, s týmto programom:

1. Otvorenie
- a) Schválenie programu rokovania, b) Voľba návrhovej komisie, c) Určenie overovateľov zápisnice
2. Podnety občanov
3. Kontrola uznesení
4. Informácia starostu a predsedov komisii o činnosti
5. Správa hlavného kontrolóra o vykonaných kontrolách a o plnení opatrení z vykonaných kontrol
6. Monitorovacia správa programového rozpočtu mestskej časti za 1. polrok 2024
7. Návrh 1. úpravy programového rozpočtu mestskej časti na rok 2024
8. Úprava cenníka prenájmu priestorov kultúrneho domu
9. Nadobudnutie vlastníckeho práva k vodovodu a kanalizácii
10. Žiadosť o zmenu a doplnok územnoplánovacej dokumentácie ÚPN-Z Barca
11. Dopyty a podnety poslancov
12. Rôzne
13. Záver

Zasadnutie otvoril a viedol Ing. Gabriel Krištof, starosta mestskej časti Košice – Barca. Pracovné predsedníctvo pracovalo v zložení p. Ing. Gabriel Krištof, p. Maroš Kuruc, JUDr. Mária Želinská a PhDr. Mária Kmecová. Zapisovateľka bola určená Daniela Cvachová. Za skrutátora bol navrhnutý a schválený p. Marián Kačmár. Za overovateľov zápisnice boli určení p. Maroš Kuruc a p. Marián Kačmár.

Návrhová komisia bola navrhnutá, schválená a pracovala v zložení Ing. Dušan Pracko a p. Marek Rusnák.

Zo zasadnutia sa ospravedlnili Mgr. Jozef Kuruc, p. Monika Sedláková, p. Marek Balogh. Za overovateľov zápisnice boli určení p. Maroš Kuruc a p. Marián Kačmár. Návrhová komisia bola navrhnutá, schválená a pracovala v zložení Ing. Dušan Pracko a p. Marek Rusnák. Zo zasadnutia sa ospravedlnili Mgr. Jozef Kuruc, p. Monika Sedláková, p. Marek Balogh.

Bližšie k niektorým bodom:

• **V bode 2. Podnety občanov** vystúpil p. Štefan Varga – námietky k zmenám a doplnkom územného plánu, p. starosta navrhol písomné stanovisko, s čím p. Varga súhlasil. p. Ernest Salzer – objasnenie stavu výstavby vodu a kanalizácie na ul. Berzeviczyho. Občan z Berzeviczyho požiadal o opravu zrkadla na ul. Berzeviczyho a opätovnú úpravu prepadnutej cesty po oprave plynu na Hečkovej ulici. Miest-

ne zastupiteľstvo mestskej časti Košice – Barca **berie na vedomie** podnety občanov, schválené jednomyselne.

Poslanec p. Pracko navrhol zmenu programu rokovania, a to presunutie bodu č. 9 pred bod č. 3. Jednomyselne schválená zmena rokovania. Presunutím bodu č. 9 sa poslanci dohodli na prečíslovaní jednotlivých bodov programu.

• **K bodu 3 (pôvodný bod 9) Nadobudnutie vlastníckeho práva k vodovodu a kanalizácii**, sa vyjadril poslanec p. Pracko ako predseda finančnej komisie. Uviedol, že finančná komisia odporúča bod schváliť, ale zároveň požadovala stanovisko právničky a kontrolórky. Stanovisko právničky podané v materiáli v písomnej podobe, kontrolórka s uvedeným uznesením súhlasila. Uznesenie: Miestne zastupiteľstvo mestskej časti Košice – Barca v súlade s § 14 ods. 3 zákona č. 401/1990 Zb. o meste Košice v znení neskorších predpisov a § 10 Zásad hospodárenia a nakladania s majetkom mestskej časti Košice – Barca **schvaľuje** odplatný prevod stavby SO 301-00 Vodovod podľa Geodetického elaborátu – porealizačné zameranie vypracované spoločnosťou GEOTEAM M.Z. Geodetické a kartografické práce,.... Schválené jednomyselne. Prítomný na hlasovaní v tomto bode bol aj poslanec Marek Balogh.

• **K bodu 6. Správa hlavného kontrolóra o vykonaných kontrolách a o plnení opatrení z vykonaných kontrol** - Informá-

(pokračovanie na str. 2)



cia podaná v materiáli písomnej podobe. P. kontrolórka uviedla, že výhrady nemá, boli prijaté opatrenia uvedené v materiáli.

Miestne zastupiteľstvo mestskej časti Košice – Barca **berie na vedomie** správu hlavného kontrolóra o vykonaných kontrolách a o plnení opatrení z vykonaných kontrol. Schválené jednomyselne.

• K bodu 7. Monitorovacia správa programového rozpočtu mestskej časti za 1. polrok 2024

Materiál v písomnej podobe.

P. Pracko – finančná komisia správu podrobne prebrala a odporúča prijať monitorovaciu správu.

Miestne zastupiteľstvo mestskej časti Košice – Barca **berie na vedomie** monitorovaciu správu programového rozpočtu mestskej časti Košice – Barca k 30.6.2024. Schválené jednomyselne.

• K bodu 8. Návrh 1. úpravy programového rozpočtu mestskej časti na rok 2024

Poslanec p. Pracko – finančná komisia odporúča schváliť návrh 1. úpravy rozpočtu.

Miestne zastupiteľstvo mestskej časti Košice – Barca **schvaľuje** 1. úpravu programového rozpočtu pre rok 2024:

- ▶ zvýšenie bežných príjmov o 4.050,- €
 - ▶ zvýšenie kapitálových príjmov o 5.000,- €
 - ▶ zvýšenie bežných výdavkov o 3650,- €
 - ▶ zvýšenie kapitálových výdavkov o 5.400,- €
 - ▶ t.j. celkový rozpočet včítane finančných operácií vyrovnaný v objeme:
 - ▶ Príjmy 1.107.480,- €
 - ▶ Výdavky 1.107.480,- €.
- Schválené jednomyselne.

• **K bodu 9. Úprava cenníka prenájmu priestorov kultúrneho domu.** K bodu sa vyjadril p. Pracko ktorý uviedol, že úpravou cenníka sa zaoberala finančná komisia, je súčasťou materiálu a odporúča schváliť. Následne sa k cenníku vyjadril poslanec p. Kuruc, ktorý sa informoval o úprave cenníka k pódiu. Hlasovanie o navrhovaných zmenách – schválené jednomyselne prítomnými poslancami.

Miestne zastupiteľstvo mestskej časti Košice – Barca **schvaľuje** Dodatok č. 1 k Zásadám hospodárenia a nakladania s majetkom mestskej časti Košice – Barca, ktorým sa mení Príloha č. 2 Cenník krátkodobého a jednorazového nájmu priestorov a huteľného materiálo-technického vybavenia k jednorazovým nájmom Kultúrneho domu, Barčianska 31, Košice – Barca s účinnosťou od 15.9.2024. Schválené jednomyselne.

• **K bodu 10. Žiadosť o zmenu a doplnok územnoplánovacej dokumentácie ÚPN-Z Barca.** Bez rozpravy. Miestne zastupiteľstvo mestskej časti Košice – Barca **súhlasí** so zmenou a doplnkom územnoplánovacej dokumentácie ÚPN – Z Barca v lokalite „IBV PRI HOSPODÁRSKOM DVORE“ pre Blok B s umožnením realizácie aj plochej pochôdznej strechy u zástavby rodinných domov. Schválené jednomyselne.

• **V bode 11** Miestne zastupiteľstvo mestskej časti Košice – Barca **berie na vedomie** dopyty a podnety poslancov, na niektoré z nich starosta reagoval priamo, niektoré budú riešené v pracovnom poriadku.

Starosta mestskej časti zvolal 11. zasadnutie miestneho zastupiteľstva mestskej časti Košice – Barca, ktoré sa uskutočnilo dňa 11.12.2024 (streda) o 16,00 hod. v zasedačke na 1. poschodí, Abovská 32, s týmto programom:

1. Otvorenie,
- a. Schválenie programu rokovania, b) Voľba návrhovej komisie, c) Určenie overovateľov zápisnice
2. Podnety občanov
3. Kontrola uznesení
4. Informácia starostu a predsedov komisii o činnosti
5. a) Správa hlavného kontrolóra o vykonaných kontrolách a o plnení opatrení z vykonaných kontrol
- a. b) Návrh plánu kontrolnej činnosti hlavnej kontrolórky na I. polrok 2025
6. Prijatie kontokorentného úveru
7. Darovanie pozemkov – Tešedíkova ul.
8. Zámer prenájmu pivničných priestorov Zichyho kaštieľa
9. Prenájom záhrady za zdravotným strediskom
10. Plán zasadnutí MZ na rok 2025
11. Dopyty a podnety poslancov
12. Rôzne
13. Záver

Zasadnutie otvoril a viedol Ing. Gabriel Krištof, starosta mestskej časti Košice – Barca.

Pracovné predsedníctvo pracovalo v zložení p. Ing. Gabriel Krištof, p. Maroš Kuruc, JUDr. Mária Želinská a PhDr. Mária Kmecová. Zapisovateľka bola určená Daniela Cvachová.

Za skrutátora bola navrhnutá a schválená p. Monika Sedláková.

Za overovateľov zápisnice boli určení p. Maroš Kuruc a p. Marián Kačmár.

Návrhová komisia bola navrhnutá, schválená a pracovala v zložení Ing. Dušan Pracko a p. Marek Balogh.

Marián Kačmár navrhol doplnenie bodu 7a Určenie názvu ulíc a bod 7b Zmena územného plánu. Doplnený program bol schválený ako celok.

Bližšie k niektorým bodom:

4. Informácia o činnosti starostu od posledného zasadnutia MZ

Od posledného zasadnutia miestneho zastupiteľstva sa starosta zúčastnil viacerých rokovaní, o niektorých je vhodné informovať miestne zastupiteľstvo a verejnosť:

• Zúčastňoval sa na pravidelných rokovaníach mestského zastupiteľstva v Košiciach, na rade starostov, na zasadnutiach regionálneho združenia ZMOS, na zasadnutiach Rady ZŠ.....

• Dňa 17.9.2024 v dopoludňajších hodinách sa zúčastnil stretnutia s p. riaditeľkou SMZ,



Ing. Popříkovou, ohľadne zabezpečenia čistoty chodníka smerom od Barce k mostu VSS.

• Dňa 20.9.2024 v popoludňajších hodinách sa zúčastnil pracovného stretnutia na ÚHA mesta Košice, ohľadne schvaľovania zmien a doplnkov územného plánu Barca.

• Dňa 25.9.2024 v popoludňajších hodinách sa zúčastnil oficiálneho otvorenia zrekonštruovanej telocvične pri ZŠ Želiarska, Ťahanovce.

• Dňa 1.10.2024 v popoludňajších hodinách sa zúčastnil slávnostnej udalosti, pri príležitosti 100. výročia Verejnej knižnice Jána Bocatia.

• Dňa 8.10.2024 sa zúčastnil na 2.Kongrese Ministerstva investícií, regionálneho rozvoja, a informatizácie s komunálnymi lídrami v Brezne.

• Dňa 9.10.2024 v dopoludňajších hodinách sa zúčastnil stretnutia zvolaného Krajským riaditeľstvom PZ v Košiciach na základe udalostí, t.j. bombových oznámení na základných školách.

• V dňoch 14 – 16.10. 2024 sa zúčastnil Pracovného stretnutia starostov a primátorov v Podbanskom.

• Dňa 30.10.2024 v popoludňajších hodinách sa zúčastnil posedenia s klubmi dôchodcov pri príležitosti mesiaca úcty k starším.

• Dňa 11.11.2024 v popoludňajších hodinách sa zúčastnil rokovania Rady starostov.

• Dňa 15.11.2024 sa zúčastnil školenia organizovaného MIRRI „Žiadosť o NFP na verejnej časti ITMS21+“

• Dňa 27.11.2024 v dopoludňajších hodinách sa zúčastnil porady starostov v rámci zabezpečovania CO mesta Košice.

Následne predsedovia komisii informovali o svojej činnosti za uplynulé obdobie.

K bodu č. 5 Bod a) Správa hlavného kontrolóra

o vykonaných kontrolách a o plnení opatrení z vykonaných kontrol a bod b) Návrh plánu kontrolnej činnosti hlavnej kontrolórky na I. polrok 2025 uviedla hlavná kontrolóra JUD. Mária Želinská. S výsledkami kontrol, ktoré boli zamerané na výber nájomného v bytoch, viacúčelovej budovy, zdravotného strediska bola vyslovená spokojnosť, k riešeniu podnetov a sťažností boli prijaté opatrenia na úrovni starostu.

Plán kontrolnej činnosti bol doplnený o návrh poslanca Pracko vo veci oprávnenosti nákladov na investičnej činnosti. Správa a plán činnosti miestne zastupiteľstvo schválilo jednomyselne.



Košice – Barca, okres Košice IV. Parcela E- KN č. 448/500 je súčasťou parcely C-KN č. 1529/8, na ktorú nie je založený list vlastníctva a nachádza sa na Tešedíkovej ulici.

Darcovia sú podielovými spoluvlastníkmi predmetnej parcely registra „E“ č. 448/500. Mestská časť po schválení prijatia daru miestnym zastupiteľstvom pripraví darováciu zmluvu na bezodplatný prevod nehnuteľnosti - pozemku E-KN č. 448/500 od vyššie uvedených darcov na mestskú časť. Návrh na vklad darovacej zmluvy do katastra nehnuteľností podá mestská časť, ktorá zároveň uhradí príslušný správny poplatok.

Finančná komisia odporúča prijatie daru schváliť. Po rozprave bol návrh schválený jednomyseľne schválený v zmysle znenia uznesenia.

K bodu č 7a – Určenie názvu ulice. Na návrh stavebnej komisie, ktorej bola doručená žiadosť pani Bočkayovej ohľadom určenia názvu novej ulice – po Imrichovi Šimekovi, „Ulica Šimekova. Keďže je potrebné do názvoslovnej komisie predložiť viac návrhov, poslanci doplnili názov Ulica Potemrová (Michal Potemra, vedecká knižnica), Ulica sedliacka. Bol schválený návrh na odporúčanie názvu : Ulica Šimekova. Jednomyseľne schválené.

K bodu 7b Zmena územného plánu – na návrh stavebnej komisie, ktorej predložil návrh zmeny kategórie pozemku p. Fedurco, v rámci zmeny územného plánu, po stanovisku komisie MZ odsúhlasilo návrh na zmenu územného plánu. Jednomyseľne.

k bodu č. 8 ZÁMER PRENÁJMU PIVNIČNÝCH PRIESTOROV ZICHYHO KAŠTIEĽA

Mestská časť priestory v suteréne budovy miestneho úradu dlhodobo nevyužíva a ani nie sú využiteľné z hľadiska fungovania miestneho úradu. Finančná komisia odporúča MZ schváliť zámer prenájmu za nasledovných podmienok:

spôsob prenájmu: priamy prenájom alebo obchodná verejná súťaž – čo je v súlade s legislatívou, prenajímaný priestor: suterén budovy miestneho úradu – Zichyho kaštieľa so súp. č. 1 na Abovkej 32 s rozlohou 135,81 m² so samostatnou prípojkou elektriny a možnosťou samostatného kúrenia – zverejniť aj výkres priestorov na dobu: určitú 10 rokov od 1.7.2025

účel využitia: gastrosektor
min.cena prenájmu 44 eur/m² ročne
predloženie ponuky: do 31.3.2025 na miestny úradestskej časti, Abovská 32, 040 17 Košice – Barca. Ponuka musí obsahovať zámer využitia priestorov s grafickým návrhom alebo vizualizáciou a finančný odhad potrebnej investície

kontaktná osoba na dohodnutie termínu obhliadky a poskytnutie bližších informácií: Ing.

Gabriel Krištof, starosta, mail: starosta@barca.sk, telefonický kontakt: +421 918 696 194 – ponuky bez predchádzajúcej obhliadky nebudú akceptované

Mestská časť si vyhradzuje právo neprijat žiadnu z predložených ponúk, resp. zrušiť súťaž.

Možnosť započítania vložených investícií (náklady za nevyhnutné stavebné úpravy resp. sanačné práce) s nájomným.

Po rozprave jednomyseľne schválené v zmysle prijatého uznesenia.

k bodu č. 9 PRENÁJOM ZÁHRADY ZA ZDRAVOTNÝM STREDISKOM

Mestskej časti Košice – Barca bola dňa 21.09.2023 doručená od žiadateľov Ing. J. L.a Mgr. L. L. (manželia), žiadosť o nájom pozemku parc. č. 887/2 vo výmere 237 m², druh pozemku záhrada, v k. ú. Barca, evidovaný na liste vlastníctva č. 936.

Pozemok parc. č. 887/2 vo výmere 237 m² je vo vlastníctveestskej časti a nachádza sa na ulici Abovská 160/89 v Barci v areáli zdravotného strediska za vnútorným parkoviskom, v bezprostrednom susedstve nehnuteľnosti vo vlastníctve žiadateľov, pričom prístup priamo zo svojich pozemkov majú aj vlastníci ďalších troch susediacich nehnuteľností.

Na pozemku parc. č. 887/2 sa nenachádza žiadna stavba, podľa územného plánuestskej časti uvedený pozemok je funkčne určený ako plocha obytnej zelene - záhrady, preto dominantné funkčné využitie tohto pozemku je i naďalej možné ako záhrada.

Mestská časť predmetný pozemok toho času nevyužíva, má bežné náklady na jeho udržiavanie a to kosenie, čistenie, a údržbu oplietnia, preto je pre mestskú časť je v súčasnosti z hľadiska využitia tohto pozemku ekonomickejšie ho prenajať. Finančná komisia odporúča prenajať predmetný pozemok spôsobom priameho prenájmu. Po rozprave bol návrh schválený v rozsahu prijatého uznesenia, jednomyseľne.

K bodu č. 10 Plán zasadnutí MZ na rok 2025

V nadväznosti na zabezpečenie priebežnej činnosti miestnej samosprávy bol schválený nasledovný plán riadnych zasadnutí miestneho zastupiteľstva:

- 26.02.2025
- 30.04.2025
- 25.06.2025
- 24.09.2025
- 17.12.2025

Darovanie pozemkov

Aj touto cestou upozorňujeme občanov, ktorí majú vo svojom vlastníctve pozemky, ktoré sú súčasťou verejného priestoru – komunikácií, chodníkov, verejnej zelene a v rámci reálneho stavu platia za pozemky príslušnú daň. Po darovaní takého pozemku obci,estskej časti, mestská časť pomôže pri prevode pozemku na mestskú časť, a doterajší vlastník ušetrí na daňoch, ktoré v súčasnosti platí pre mesto Košice. Skúste sa na to pozrieť, je to v mnohých prípadoch, keď na Vás evidovaný pozemok je využívaný na verejnosti.

k bodu č. 6

Finančná komisia odporúča schváliť prijatie municipálneho úveru – Superlinka vo výške 43.000,- eur. Miestne zastupiteľstvoestskej časti Košice - Barca podľa príslušných ustanovení zákona č. 369/1990 Zb. o obecnom zriadení v znení neskorších predpisov v súlade s § 12 Štatútuestskej časti s c h v a ľ u j e prijatie Municipálneho úveru – Superlinka (ďalej len „úver“) vo výške =43.000,00 eur poskytnutého zo strany Prima banka Slovensko, a.s., za podmienok dojednaných v príslušnej úverovej zmluve, s možnosťou opakovanej prolongácie zmluvy, ako aj s možnosťou transformácie prijatého úveru na termínovaný úver. Čerpanie úveru bude len v prípade mimoriadnej potreby, pri nedostatku financií, úroky budú platené len za vybraný úver, tento úver ku koncu roka musí byť na nule, t.j. neovplyvní úverové zaťaženie. Po stanovisku hlavného kontrolóra a rozprave kontokorentný úver bol jednomyseľne schválený.

k bodu č. 7

Mestskej časti Košice - Barca bola dňa 06.05.2024 doručená žiadosť od JUDr. Daniely Ruskovej ako jednej z podielových spoluvlastníkov a zároveň zastupujúcej ďalších štyroch spoluvlastníkov o prevod vlastníckeho práva formou darovania, a to pozemku parcely registra „E“ č. 448/500 v celkovej výmere 844 m², druh pozemku: zastavaná plocha a nádvorie, zapísanej na liste vlastníctva č. 4328 v k. ú. Barca, obec

Prechádzka v parku inšpirácia lesným kúpeľom

Inšpirovaná lesným kúpeľom v spolupráci s mestskou časťou Barca sme podali projekt s názvom: „V Barčianskom parku to žije“. A táto inšpirácia priniesla výsledok v podobe zmyslového chodníka. V parku vznikli „umelecky vytvorené“ symboly ľudských zmyslov.

Pani Mgr. Janka Jaššová, bola pozvaná, na otvorenie chodníka, aby trochu ozrejmila prepojenie krásnych umeleckých dielok v parku s príjemnou lesnou terapiou – lesným kúpeľom, alebo ako sa volá v jazyku krajiny svojho vzniku – v Japonsku – SHINRIN YOKU (čítaj širin). Z jej príhovoru vyberáme:

„O lesnom kúpeľi sa veľmi nedá rozprávať málo, ale dnes, dnes si to dovoľme skrátiť len na to najpodstatnejšie, akú úlohu ľudské zmysly v lesnom kúpeľi zohrávajú... Na začiatok však cítim potrebu odovzdať niekoľko všeobecných informácií. Táto lesná terapia prišla z Japonska, kde vznikla už v roku 1982 na podnet ich Ministerstva poľnohospodárstva, lesníctva a rybolovu. Zámerom bolo, aby pracujúci Japonci trávil viac času v lesoch, ktorých – mimochodom – majú veľa, až 68 %. Od častejšieho pobytu v lese sa očakávalo získanie viacerých zdravotných benefitov, zníženie pôsobenia rôznych stresových faktorov, harmonizácia organizmu po psychickej stránke a celkové zlepšenie zdravia. O 10 rokov neskôr, svoje skúsenosti začali Japonci potvrdzovať v rôznych vedeckých výskumoch a dnes je z lesného kúpeľa rozsiahly národný zdravotný program, ktorý je hradený poisťovňami a predpisovaný lekármi. Z Japonska sa lesný kúpeľ rozbehol do celého sveta a v rôznych štátoch je

na rôznej úrovni. Na Slovensku v plienkach, ale dobrá správa je, že akreditovaní lesní terapeuti začali pribúdať, a to vďaka manželom Staškovicom zo Zemplína, ktorí sa rozhodli posunúť lesnú terapiu na Slovensku cez akreditované kurzy a školených lesných terapeutov, bližšie k ľuďom.

Čo to teda ten lesný kúpeľ je? V metaforickom vyjadrení si predstavme les ako čarovný nápoj. Keď raz ochutnáte jeho farby, vôňu, jeho zvuky, pocítite jeho dotyky a chuť, budete si ho chcieť vychutnávať viac a viac... □ Lesný kúpeľ je nielen terapia, ktorá vám môže priniesť úľavu, ale aj nástroj, ktorý vám pomôže vytvárať si s lesom nádherný vzťah.

Je to pobyt v lese s veľmi pomalou chôdzou a rôznymi zastávkami, kedy v sebe človek utíši všetky „tlaky“ rýchleho a náročného životného štýlu. Ako tak kráča malými a pomalými krôčikmi – jeden po druhom – zbavuje sa stresujúcich myšlienok, potreby náhlenia sa, nepríjemných pocitov a „napojí“ sa priamo na PRÍRODU a jej liečivú silu. Zabudne na svoje povinnosti minulé i budúce, bude len TU a TERAZ so všetkými SVOJIMI ZMYSLAMI.

Počas programov shinrin yoku sa sústreďene, v prítomnej chvíli prevádzajú rôzne dychové relaxačné cvičenia, nenáročná jóga, meditácie – resp. jednoduché sprítomnenia, aromaterapia, fytooterapia, prípadne jednoduché umelecké tvorenie a rôzne iné relaxačné techniky. Všetky použité aktivity sú zamerané na to, aby účastníci vnímali svoje okolie, teda LES, prírodu, ale aj SEBA - všetkými zmyslami a učia sa to vnímať každým zmyslom zvlášť.

Tieto vaše nádherne stvárnené zmysly sú teda symbolom toho, ako treba vnímať prírodu, a v tomto vašom, konkrétnom prípade nie len les, ale aj tento nádherný park. Všetko, čo sa tu nachádza si človek môže užiť nielen tak obyčajne, že si tu posedí, alebo sa poprechádza. Všetko, čo sa tu nachádza môže VIDIEŤ, POČUŤ, CÍTIŤ, DOTÝKAŤ SA TOHO, ba dokonca to aj OCHUTNAŤ.

Lesný kúpeľ sa nemusí robiť len v lese, máte na niečo podobné nádherné prostredie. Prajem vám, aby ste si ho užívali všetkými zmyslami. Mgr. Janka Jaššová, akreditovaný lesný terapeut“.

Projekt „V Barčianskom parku to žije – náučný chodník“ sa uskutočnil vďaka podpore Nadačného fondu Baumit pri Nadácii Centra pre filantropiu.

V parku sú vytvorené stanoviská, pozývame Vás poznávať park zmyslami.

Návrhy a umelecké spracovanie, maľba a mozaika - akad. maliarka Darina Kopková. Vytvorenie stanovísk - p. Róbert Tóth, vytvorenie tabule p. Ján Gašpar. Tvorivé dielne: p. Karin Mikulášová a p. Jana Ficzeriová

Tešíme sa na stretnutie s Vami v krásnom parku. A ja pripájam fotodokumentáciu z dnešnej prechádzky.

Karinka M



Olympiáda

Dňa 6.8.2024 sa uskutočnil tradičný, už 7. ročník športovej olympiády seniorov MČ Košice – Barca. Súťažilo sa v športoch:

- hod kriketovou loptičkou na cieľ
- hod šípkami na terč
- kop loptou do brány
- hod krúžkom na cieľ
- štafetový beh 3 x 10 m.

Podujatie sa uskutočnilo z iniciatívy sociálno-športovej komisie pod vedením p. M. Sedlákovej a pod záštitou p. starostu Ing. G. Krištofa. Záujem o túto akciu bol ako zvyčajne veľký, o čom svedčí účasť vyše 50 členov z obidvoch seniorských klubov v Barci, z ktorých väčšina sa do športových súťaží aj zapojila a zahanbiť sa nedali ani tí najstarší. Výherci boli dekorovaní medailami a diplomom i vecnými cenami.

Podujatie sa uskutočnilo v areáli miestneho parku pri jazierku v príjemnej atmosfére. Počasie bolo ideálne a k dobrej nálade prispela i kapela

Kentucky Jack. Pri malom občerstvení trvalo do popoludňajších hodín.

Ďakujeme všetkým, čo sa pričínili o pekné podujatie pre seniorov i účastníkom z radov barčianskych seniorov a najlepším športovcom gratulujeme.

Výsledky:

- hod kriketovou optičkou:
 1. Antalová, 2. Komanová, 3. Glušková
 - hod krúžkom na cieľ:
 1. Babjaková, 2. Basárová, 3. Slivková
 - hod šípkami na terč:
 1. Mitrová, 2. Gregová, 3. Kiššová
 - kop do brány:
 1. Bobalová, 2. Glušková, 3. Slivková
 - štafeta 3 x 10 m:
 1. Kraľovanská, Milkovičová, Komanová
 2. Kiššová, Mitrová, Timková
 3. Garčar, Slivková, Babjaková
- M. Daruová – preds. Samosprávy Senior klubu



Október – Mesiac úcty k starším

Tradičné októbrové stretnutie členov Senior klubu a Klubu kresťanských dôchodcov v Barci sa konalo 30. 10. 2024

Pani Helena Antalova privítala všetkých prítomných nasledovala modlitba a príhovor p. starostu Ing. Gabriela Krištofa, v ktorom vyjadril

úctu a poďakovanie za celoživotný prínos pre spoločnosť a svoje rodiny. Pri malom občerstvení nasledovali družné vzájomné rozhovory, atmosféru spríjemňovala kapela Kentucky Jack a bolo príjemne veselo. Ďakujeme p. starostovi za toto pekné podujatie aj všetkým ostatným, ktorí

sa pričínili o jeho zdarný priebeh a samotným členom za hojnú účasť

M. Daruová – preds. samosprávy Senior klubu

H. Antalová – preds. Samosprávy Klubu kresťanských dôchodcov



Dňa 10. novembra, v nedeľu o 15,00 hod. bolo stretnutie aktérov a záujemcov o Projekt „V Barčianskom parku to žije – náučný chodník“, ktorý sa uskutočnil vďaka podpore Nadačného

Otvorenie projektu v parku

fondy Baumit pri Nadácii Centra pre filantropiu.

Spoločne sme ho prešli. V parku sú vytvorené stanoviská, pozývame aj Vás poznávať park zmyslami.

- OKO – ZRAK Čo vidím?
- UCHO – SLUCH – Čo počujem?
- NOS – ČUCH – Čo cítim?
- ÚSTA – CHUŤ – Čo je tu na ochutnanie?
- RUKA – HMAT – Čoho sa môžeme dotknúť?

Spolu s prednášajúcimi sme si prešli vytvorenú trasu a pozreli sme sa na Barčiansky park zmyslami. Pre deti boli pripravené tvorivé materiály, ochutnávka medu od miestneho včelára a ďalšie inšpirácie a aktivity.

Prítomných privítala pani Karin Mikulášová a starosta Ing. Gabriel Krištof, v prehliadke s prís-

pevkami okrem pani Mikulášovej vystúpili bývalý starosta František Krištof, ktorý oboznámil s históriou a súčasným stavom parku, ornitológ pán RNDr. Peter Krišovský, z Východoslovenského múzea, prírodovedného oddelenia porozprával zaujímavosti o žijúcich vtákoch v parku, Mgr. Janka Jaššová, akreditovaný lesný terapeut v krátkosti informovala o zaujímavých cvikoch a relaxačných možnostiach v parku, Ing. Zbojanová Renáta pohovorila o včielkach a s manželom ponúkali medik v rámci občerstvenia. Prechádzka bola ukončená v prízemí kaštieľa v rámci prehliadky kresieb a tvorivej dielne, kde sa podával pani prednostkou PhDr. Máriou Kmecovou aj teplý čaj, ktorý dobre padol po chladnom pobyte v parku.

Prvá verejná knižnica v Košiciach oslavuje 100. výročie

Výstava je pre záujemcov prístupná od 3. októbra do 15. januára 2025 v centrálnej knižnici VKJB na Hviezdoslavovej 5. Atraktívnou výstavou mapujúcou míľniky Verejnej knižnice Jána Bocatia v Košiciach, kultúrnej organizácie Košického samosprávneho kraja, si knižnica pripomína sté výročie svojej existencie. Súčasťou výstavy s názvom Storočie príbehov pokračuje, je historické vybavenie knižnice, bohatý archívny dokumentačný a fotografický materiál. Obsahovo, priestorovo a výtvarne je poňatá tak, aby zaujala odbornú i laickú verejnosť a oslovila aj mladších návštevníkov. Výstava je pre záujemcov prístupná od 3. októbra do 15. januára 2025 v centrálnej knižnici VKJB na Hviezdoslavovej 5. Pri príležitosti 100. narodenín knižnica vydala aj jubilejnú publikáciu, ktorá nesie tak ako aj výstava, autorský rukopis dizajnéry Barbory Kopnickej.

„Knižnica patrí medzi najväčšie a najstaršie knižnice na Slovensku. Už sto rokov je stálicou na kultúrnej mape Košického kraja. Organizuje sa tu množstvo zaujímavých podujatí. Teší ma, že hoci je knižnica už storočná pani, stále kráča s dobou a má svojich verných návštevníkov,“ hovorí predseda Košického samosprávneho kraja Rastislav Trnka.

Knižnica nesie názov po Jánovi Bocatovi, ktorý bol známy básnik, pedagóg, historik a diplomat. Tešil sa mimoriadnej obľube Košičanov, ktorí si ho začiatkom 17. storočia zvolili za richtára.

„Korene knižnice siahajú do 17. storočia, do obdobia vzniku Košickej univerzity. Po presťahovaní univerzity do Budína bola zriadená Kráľovská právnická akadémia v Košiciach, ktorá od univerzity prevzala knihy a dokumenty. Po zrušení právnickej akadémie mal byť jej fond prevezený do Bratislavy, čo narazilo na odpor Košičanov. Začal sa boj o zachovanie knižnice v metropole východu. Úsilie vtedajších predstaviteľov mesta a Košickej župy bolo úspešné. V roku 1924 vznikla prvá verejná knižnica v Košiciach. Pred sto rokmi sa „narodila“ a začala písať svoju históriu Verejná knižnica Jána Bocatia,“ uviedla jej riaditeľka Soňa Jakešová.

Výstava je koncipovaná do podoby tematických kníh s kapitolami zameranými na miesta, fond, zamestnancov, čitateľov a inovácie Verejnej knižnice Jána Bocatia. Predstavuje míľniky, ktoré tento stánok kultúry formovali do dnešnej podoby. Návštevníci sa môžu prechádzať pomedzi stránky kníh a listovať v histórii knižnice.

Knižnica Jána Bocatia má dnes vo fonde viac ako 210 tisíc kníh a dokumentov, ročne pripraví takmer 800 podujatí, má bezmála 12 tisíc registrovaných čitateľov a jej priemerná ročná návštevnosť predstavuje okolo 230 tisíc ľudí. Služby ponúka v desiatich pracoviskách, popri centrálnej knižnici na Hviezdoslavovej 5, špecializovanom hudobnom a regionálnom oddelení na Hlavnej 48, Prezidentskej knižnici aj v pobočkách v mestských častiach Košíc, na sídliskách Nad jazerom, Furčí, KVP, Terase, v **Barci** a Šaci.



Knižnica záujemcom ponúka knihy, noviny, časopisy, hudobniny a hudobné nosiče. Najžiadanejšia je beletria, no verejnosť i bádatelia oceňujú aj kvalitný fond regionálneho oddelenia, ktorý knižnica doplnila o nové tituly. Ponúka vzácne dokumenty týkajúce sa dejín a realít Košíc, kraja, i celoslovenského významu. Najstaršou knihou regionálneho oddelenia je inkunábula - prvotlač, Super Sapientiam Salomonis (Ponad múdrosť Šalamúna) z 15. storočia. Najťažšou knihou je 9 kilogramový unikátny album podpisov európskych panovníkov, šľachticov, spisovateľov, vojvodcov a politikov od stredoveku po rok 1878. Nachádzajú sa v ňom originálne podpisy panovníkov Márie Terézie, Ferdinanda I. a uhorských politikov. K unikátom patrí rukopisná kronika Košického storočia o dejinách mesta, ktorá bola napísaná okolo roku 1834, pričom ide o jediný známy exemplár. V zbierke starých tlačí je bohatá kolekcia knižných kalendárov z 18. až 20. storočia. Typograficky bohato zdobené kalendáre sú cenným zdrojom informácií o spoločenskom, hospodárskom a kultúrnom živote regiónu. Knižničný fond regionálneho oddelenia disponuje najkompletnejšou zbierkou adresárov mesta Košice a historickej Abovsko-Turnianskej župy z konca 19. až do polovice 20. storočia. Významné miesto v knižničnom fonde regionálneho oddelenia majú regionálne periodiká.

V roku 1967 bolo v knižnici zriadené hudobné oddelenie s cieľne budovaným fondom gramofónových platní a hudobnín. Ako jedna z mála knižníc na Slovensku si knižnica Jána Bocatia dodnes zachovala hudobné oddelenie. Prispôsobila jeho činnosť súčasným potrebám návštevníkov, ktorým ponúka notový materiál, dokumenty týkajúce sa tvorcov, autentické nahrávky folklórneho prejavu, v hudobnom salóniku na Hlavnej 48 v Košiciach pripravuje koncerty. Verejná knižnica Jána Bocatia sa teší rastúcemu záujmu čitateľov a návštevníkov podujatí. „Je to dôkazom, že aj dnes máme čo ponúknuť, vnímame potreby spoločnosti a dokážeme na nich reagovať,“ povedala Soňa Jakešová. Dodala, že knižnica pripravuje vzdelávacie cykly a zameriava sa aj na ľudí v produktívnom a poproduktívnom veku. Ponúka e-univerzitu 3.veku, tréningy pamäte, prednášky zamerané na informačné technológie, prácu s informáciami, zdravý životný štýl. „Cielene

sa venujeme neformálnemu vzdelávaniu dospelých. Ponukou reagujeme na demografický vývoj. Záujem starších ľudí o vzdelávanie je oveľa vyšší, ako sú možnosti tradičných vzdelávacích inštitúcií. Podľa zákona o knižniciach je našim poslaním poskytovanie knižnično-informačných služieb a celoživotného vzdelávania,“ doplnila riaditeľka.

Pestrú ponuku podujatí oceňujú čitatelia a návštevníci, viaceré inovatívne aktivity zaujali aj odbornú verejnosť. Knižnica Jána Bocatia bola ako doposiaľ jediná knižnica na Slovensku ocenená výročnou cenou Asociácie inštitúcií vzdelávania dospelých (AIVD) za cezhraničný projekt Knižnice pre vzdelávanie 50plus. Knižnica aktívne propaguje literárne umenie. Zastrešuje klub autorov KOLIK, pripravuje besedy s autormi s multižánrovým presahom, od roku 2017 vydáva e-magazín Knihy na dosah. Magazín spolupracuje so známymi spisovateľmi a ilustrátormi, prináša diela renomovaných i začínajúcich autorov. V súčasnosti patrí medzi najčítanejšie magazíny o literatúre na Slovensku. Ako mimoriadny počín knižnice bol ocenený výročnou Cenou Slovenskej asociácie knižníc.

Autor/zdroj: Archív KSK

Zverejnil: Mgr. Andrea Štefanová

Na oslavách storočnice sa zúčastnil aj starosta Ing. Gabriel Krištof, ktorý sa tam stretol s prezidentom Rudolfom Šusterom, s ktorým si mal čo povedať, nakoľko o.i. pán prezident bol v Barci viackrát, aj pri odhalení pamätníka Jána Pavla II.



Tvorivá medová dielňa v Barčianskom parku



OZ Tvorivá dielňa, Med - Medotéka spoločne s našou mestskou časťou pripravili 26.7.2024 Tvorivú medovú dielňu v Barčianskom parku. Bol to príjemný letný podvečer v príjemnom prostredí Barčianskeho parku s rozprávaním o včielkach a včelích produktoch, tvorením medových sviečok a výtvarných aktivít pre deti i dospelých. Za prednášku ďakujeme veľmi pekne p. Ing. Renáte Zbojanovej (Med - Medotéka) a spoluorganizáciu p. Karin Mikulášovej (OZ Tvorivá dielňa).



Nový školský rok začal

Úvodný program otvorenia školského roka na ZŠ Abovskej v Barci sprevádzali tóny východniarskych ľudových piesní. Ku žiakom sa po dvoch mesiacoch prihovoral aj riaditeľ spolu so starostom Gabrielom Krištofom. Takisto nesmela chýbať slovenská hymna, po ktorej sa deti presunuli do tried. Ako prví vyrazili deviatici, ktorí odpovedali prváčikom do nového prostredia. Žiaci prvého stupňa sa tešili najmä na kamarátov, avšak učenie im až tak nechýbalo.



Návšteva polície – psovoda v materskej škole

Návšteva policajného psovoda môže byť pre deti veľmi zaujímavá a poučná. Presvedčili sa o tom aj naše deti z materskej školy Hečková 13. Dňa 25.09.2024 v dopoludňajších hodinách navštívili našu materskú školu príslušník policajného zboru aj so svojimi špeciálne vycvičenými psami.

V rámci prednášky deťom pán policajt predviedol, ako sú psy prospešné a nenahraditeľné pri výkone ich povolania. So zatajeným dychom deti sledovali rôzne povely, ktoré psy poznajú. Najväčšiu radosť mali z toho, že si

mohli zasúťažiť v behu spolu so špeciálnym psom. Dokonca si ho niektorí odvážlivci aj pohladkali. Úsmev na tvári im vyčarilo aj to, že si mohli sadnúť do ozajstného policajného auta. Táto návšteva bola skvelým prínosom, ako deťom priblížiť prácu polície a zároveň im ukázať aké dôležité sú psy pre bezpečnosť a ochranu majetku a ľudí.

Bc.Miriam Kantorová
Riaditeľka MŠ



A máme zimu pred sebou

Prvý sneh máme za sebou, ako to bude ďalej, uvidíme, čo nám táto zima prinesie.

Už pár rokov sa hovorí o tzv. chodníkovej novele, či píše o tom, že obec má „čistiť aj chodníky“, čo sa mediálne dokonale rozoberá, veľakrát bez poznania skutkovej podstaty, reálneho prístupu či rovnako platných zákonov.

Mestská časť má doplnené technické vybavenie ďalším menším traktorom, ktorý by mal prispieť ku komfortnejšiemu čisteniu hlavne chodníkov, čím by aj zimná údržba mohla byť o niečo ľahšia.

Tu si však treba znovu povedať, čo zahŕňa zimná údržba, lebo je potrebné si to opäť zopakovať:

- v prvom rade je to zabezpečenie zjazdnosti na hlavných komunikáciách a komunikáciách so sklonom, potom postupne zjazdnosť ostatných cestných komunikácií, parkovísk, chodníkov a iných verejných priestranstiev a predovšetkým je to odhrňanie snehu pri určitej hrúbke snehovej pokrývky a posyp. Iné je to pri kalamite 20 – 50 cm snehu a iné pri jednocentimetrovej snehovej pokrývke poprašku. V tomto smere má mestská časť prijatý plán zimnej údržby, ktorý zabezpečuje postupnú činnosť od strojovej až po ručnú, v závislosti od hrúbky snehu.

- Už roky dozadu pre úzke chodníky na úzkych uliciach vyzývame občanov prostredníctvom Barčianskeho súčasníka, aby ich nečistili, len pred vchodom, prípadne pred výjazdom z pozemku – napr. ulice Horovova, Kostrova, Poničanova, Radlinského, Matičná...., nakoľko pri strojnom odhrňaní týchto ulíc dochádza k ich opätovnému zasypaniu.

- V osobitných prípadoch na úzkych uliciach robí problém aj parkovanie na chodníkoch, (ktoré mimochodom je zákonom zakázané), či komunikáciách – Svetlá, Bronzová, Čkalovová, Strieborná.... resp. neupravujú sa nespevnené chodníky, prípadne kde nie sú chodníky dostatočne široké.

- Pripomíname, že v zimných podmienkach je vodič povinný prispôbiť jazdu stavu a povahe vozovky – nechovať sa pri jazde ako v lete, resp. použiť vhodné prostriedky na zabezpečenie zjazdnosti napr. snehové reťaze.... a v rámci možnosti parkovať na svojom pozemku – vo vlastnom dvore, nakoľko parkovanie na chodníkoch je zakázané.

- Vyčistenie chodníka pri väčšej hrúbke snehu neznamená vyhádzať sneh na cestu, ktorú vyčistil pluh pri zabezpečovaní zjazdnosti, ale ako boli opakované upozornenia v Barčianskom súčasníku, v prípade úzkych komunikácií (a tých je v Barci dost) sneh radšej neupratovať a nechať priestor na komunikácii pre vozidlá i peších, pri-

tom je nutné vypratať priestor pred vjazdom do dvora, vjazdom na nehnuteľnosť alebo prechod pre peších na chodníku. Zároveň všade kde je možné, sneh z chodníka odpratať do záhradky, resp. záhrady, a to samozrejme aj pri vjazdoch do dvorov, ktoré potom slúžia ako vyhýbacie priestory.

- Veríme, že normálny prístup vlastníkov k údržbe vytvorí potrebnú zjazdnosť. Veď aj historicky od rímskeho práva, či tereziánskeho zvykového práva bola samozrejmosťou starať sa o príslušné verejné priestory k vlastným pozemkom.

- Aj zákon o obecnom zriadení zákon 369/1990 Zb. o obecnom zriadení v paragrafe 3 odsek 3 hovorí:

(3) Obyvateľ obce sa podieľa na rozvoji a zveľadovaní obce a poskytuje pomoc orgánom obce. V súvislosti s tým je povinný

a) ochraňovať majetok obce a podieľať sa na nákladoch obce, vykonávať menšie obecné služby organizované obcou, ktoré sú určené na zlepšenie života, životného prostredia, ekonomických podmienok a sociálnych podmienok obyvateľov obce a sú vykonávané v záujme obce,

b) podieľať sa na ochrane a na zveľadovaní životného prostredia v obci,

c) napomáhať udržiavať poriadok v obci,

d) poskytovať osobnú pomoc a vecnú pomoc pri záchranných prácach a odstraňovaní následkov mimoriadnej udalosti v obci.

Súčasná finančná situácia všeobecne je zložitá, nedostatok financií zo strany štátu sa už prejavuje na úrovni samospráv, a to aj na úrovni mesta Košice. Pripravené VZN o navýšení niektorých daní, poplatkov,... neboli mestským zastupiteľstvom zatiaľ prijaté, čo vyústi do problémov pri zostavovaní budúročného rozpočtu ale asi aj v obmedzení, dopravy, intervalov vývozu odpadov, zimná a letná údržbaUvidíme, ako to dopadne.

Podakovanie podnikateľským subjektom

Ďakujem Vám všetkým podnikateľským subjektom a organizáciám za prejavenu priazeň, dôveru a spoluprácu v uplynulom náročnom roku 2024.

V novom roku 2025 Vám prajem pevné zdravie, úspechy vo Vašej činnosti, pohodu v rodine a spokojnosť vo Vašej práci v rámci Vašej spoločnosti a organizácii

za mestskú časť Košice - Barca
Ing. Gabriel Krištof – starosta



Predvianočná atmosféra

K predvianočnej nálade v našej mestskej časti okrem adventného venca v exteriéri pri kostole a vianočného osvetlenia na stĺpoch verejného osvetlenia určite prispeje aj výzdoba a pripravený priestor pri miestnom úrade, a to na prežitie predvianočnej atmosféry, ku ktorej nebude chýbať kapustnica, či rôzne predvianočné dobroty a iné. Veríme, že tí, ktorí prídu, resp. prišli, neboli sklamaní.

Zaujímavá návšteva



Hipoterapia je využitie koňa pri liečbe. Je jednou z metód animoterapie. Prvá zmienka o liečbe pomocou koní pochádza od Hippokrata, ktorý odporúchal jazdu na uvoľnenie stuhnúťého svalstva. Galenos ju odporúčal pre cvičenie tela a zmyslov. Pôsobí priaznivo na celý ľudský organizmus. Zvyšuje schopnosť sústrediť sa, ovplyvňuje rovnováhu, zlepšuje fyzickú kondíciu a povzbudzuje duševnú činnosť.

Dňa 01.10.2024 zavítali medzi nás obyvatelia Western City Klatovianka. Bolo že to radosti, keď deti konečne videli koníka a oslíka. Ošetrovatelia ich osedlali a vysvetlili, ako sa máme k nim správať. Upozornili na to, z ktorej strany máme k nim pristupovať a čo nemáme robiť, aby sme ich nevyľakali. Deti si mohli vyskúšať vysadnúť do sedla a povozit' sa na nich po školskom dvore.

Panie učiteľky zase povzbudzovali, menej odvážne deti. Bol to pre deti neskutočný zážitok..

Bc.Miriám Kantorová
Riaditeľka MŠ Hečkova 13

V dňoch 19. – 20. októbra sa uskutočnil XIV. Ročník Regionálnej výstavy zvierat Východoslovenského regiónu, ktorej súčasťou bol aj 26. ročník Memoriálu Imricha Molčana pre expozíciu Košického kotrmeliaka modrého sedlatého a klubová výstava Košických kotrmeliakov. Tohto roku organizácia Slovenského zväzu chovateľov Košice oslavuje 100 rokov od jej založenia.

Toto krásne podujatie by sa nemohlo uskutočniť bez obetavej práce našich chovateľov, výstavného výboru, sponzorov a vystavovateľov z okolitých organizácií a okolitých krajín, a to Poľsko a Maďarsko.

Tento ročník bola expozícia králikov v počte 213 kusov, exotov 105 kusov, holubov 498 kusov a 246 kusov hydiny. Riaditeľom tohtoročnej vý-

Výstava zvierat



stavy bol Pavel Lacko, zástupca František Vasiľ.

Blížšie už pár fotografií, na ktorých okrem exponátov je garant expozície králikov Pavol



Sedlák z Barce, ako aj garant expozície holubov Martin Lacko, ako aj pripravené poháre pre ocenených chovateľov.



Milí obyvatelia Barce!

Dovoľte mi, aby som sa vám pripomenula s Verejnou knižnicou Jána Bocatia, ktorá má pobočku v Barci v Zichyho kaštieli na Abovskej ul. č. 32. Rada privítam nových čitateľov vo vynovených priestoroch, kde sa budete určite príjemne cítiť.

Knižnica má predplatné časopisy, ktoré si môžete čítať aj priamo v knižnici v pohodlných kreslách. Knižnica je pravidelne zásobovaná knižnými novinkami. Ak sa stanete členmi knižnice, môžete sa zúčastniť aj zaujímavých podujatí v rámci celej Verejnej knižni-

ce Jána Bocatia v centrálnej požičovni alebo na iných pobočkách. O jednotlivých podujatiach sa dozviete na našej stránke vkjb.sk alebo e-mailom od nás.

Členské pre dospelého čitateľa na 12 mesiacov je 5 eur a pre dieťa od 7 do 14 rokov je 1,50 eura. Deti do 6 rokov majú zápisné do knižnice zdarma. Otváracie hodiny pre verejnosť sú v pondelok, streda a vo štvrtok od 9:00 hod. do 17:00 hod., obedňajšia prestávka je od 13:00 hod. do 13:30 hod.

Teším sa na Vás, dúfam, že sa stretneme a že strávite v knižnici príjemné chvíle. Prajem vám ešte pekný zvyšok tohto roka.

knihovníčka M. Takáčová

Otvorenie kancelárie KDH

Dňa 15.11.2024 o 17 hod bola oficiálne otvorená nová krajská kancelária KDH na Hlavnej 40 v Košiciach /Vítězov dvor/. Na jej otvorení sa okrem domácich funkcionárov Lucie Gurbáľovej predsedníčky KR KDH Košice a Petra Kasterka predsedu MKV KDH Košice zúčastnili aj predsedovia okresov z košického kraja. Hlavný príhovor mal predseda Milan Majerský, ktorý poprial aby nová kancelária slúžila nie iba na „schôdzo- vanie,“ ale aj na prezentáciu voči verejnosti a na prijímanie správnych rozhodnutí. Prítomných pozdravili aj europoslankyňa Miriam Lexmann, generálny manažér Marek Michalčík. Taktiež poslanci NR SR Martin Šmilhák a Andrea Turčanová. Nakoľko košický kraj nezískal poslanca vo voľbách Martin Šmilhák si zobral patronát nad kanceláriou a prisľúbil pravidelné návštevy pre riešenie rôznych podnetov, návrhov či prob-

lémov z kraja. Na otvorenie prijali pozvanie aj zástupcovia ďalších strán s ktorými KDH spolupracuje v rámci mesta Košice. Kancelária od tohto dňa oficiálne slúži všetkým členom KDH a teda ak budete mať cestu okolo budem rád ak sa zastavíte.



Opäť nový kalendár Barce

Súčasne s týmto kalendárom sa Vám dostáva do rúk aj kalendár „Barca 2025“. Miestna samospráva Barce Vám opäť ponúka kalendár, ktorý sa priamo viaže k súčasnosti, resp. zobrazuje fotografie našej mestskej časti Košice - Barca. Tento rok je zameraný na rôzne významné dominanty, či zaujímavé objekty i kaštiele, a to z pohľadu fotografa hlavne Františka Krištofa.

Ide v poradí už o 21. vydanie kalendára s tematikou Barce, ktorá má za cieľ priniesť do povedomia heraldické symboly Barce i predstaviť bližšie Mestskú časť Barca, každým rokom z iného pohľadu.

Veríme, že Vás kalendár aj tento rok zaujme a poslúži k dobrej orientácii v čase.

Domáci čistič šperkov

Päť jednoduchých ingrediencií:

- 1 polievková lyžica soli
- 1 lyžica sódy bikarbóny
- 1 čajová lyžička čistiaceho prostriedku na riad
- 1 šálka horúcej vody
- alobal

Celý proces je postavený na vedeckom princípe: soľ, sóda bikarbóna a hliníková fólia vyvolajú chemickú reakciu nazývanú „iónový prenos“. Práve tento prenos prirodzene čistí kovy. Takže na čistenie šperkov vôbec nepotrebujete tvrdé chemikálie!

Ako postupovať

Misku, v ktorej budete čistiť šperky, vysteľte alobalom. Pridajte do nej soľ, sódu bikarbónu a saponát na riad. Potom do misky vložte šperky. Pridajte teplú vodu a sledujte, ako šumí. Všetko spolu nechajte odstáť 10 minút. Vyberte šperky z misky a zoberte si starú zubnú kefku. Ňou šperky vydrhnite – dôsledne každý jeden záhyb. Nakoniec šperky opláchnite čistou teplou vodou a osušte papierovou vreckovkou.

Tento recept je bezpečný na čistenie zlata, striebra, mincového striebra a tiež na čistenie šperkov s diamantmi a drahokamami. Je teda šetrný a bezpečný pre všetky druhy kovov a šperkov.



Stráženie vlasov: (klasický, moderný, fade, buzz cut, mullet a pod.)
Úprava brady: tvarovanie, holenie, úprava brady a fúzov.
Špeciálne služby: farbenie vlasov, náčrtovanie vlasov a pedikúra.

Cenník

Platný od 1.10.2024

DETI	
Detský strih <small>(zahradenie a vyčistenie a umytie)</small>	€ 10
PÁNI	
Pánsky strih <small>(zahradenie vlasov a vyčistenie a umytie bez masla a balzamu)</small>	€ 12
Pánsky strih + úprava brady <small>(v závislosti na druhu služby a lokalite)</small>	€ 17
Pánsky strih komplet <small>(zahradenie vlasov a vyčistenie a umytie)</small>	€ 20
Špeciálny strih Fade, Buzz Cut, Mullet + 1x1 špeciálne služby <small>(v závislosti na druhu služby a lokalite)</small>	€ 15
Úprava brady <small>(zahradenie a umytie)</small>	€ 8
Mýtie hlavy <small>(zahradenie a umytie)</small>	€ 3
Farbenie vlasov <small>(zahradenie a umytie)</small>	od € 30



KOŠICE - BARCA

☎️ 051 902 591 433
✉️ lb.barber.studio@gmail.com
📍 lb.barber.studio
📍 Alenčáka 83, Košice - Barca



Prešov - Pivník

☎️ 051 902 591 433
📍 lb.barber.studio
📍 Pivník



lb Barber studio
Alenčáka 83, Košice - Barca
☎️ 051 902 591 433

Objatie a my

Ľudia majú naliehavú potrebu dávať a prijímať náklonnosť. S ostatnými sa objímame, keď sme šťastní, smutní, keď sa chceme cítiť v bezpečí. Ani si pri tejto činnosti neuvedomujeme, čo všetko robíme pre svoje zdravie, píše sa na steptohealth.com. Objatia znižujú srdcovú frekvenciu aj krvný tlak, zlepšujú aj psychickú pohodu. Uvoľňujú sa pri nich totiž hormóny dobrej nálady, ako je dopamín, serotonín a oxytocín. Aké sú ich ďalšie výhody?

Výhody objatí

1. Zvyšujú sebedomie

Fyzický kontakt dáva ľuďom väčšiu istotu a dodáva sebedomie. Objatie nás núti umožniť inej osobe vstúpiť do nášho osobného priestoru. Týmto priamym kontaktom telo na telo symbolicky otvárame svoju dôveru druhému človeku. Dalo by sa povedať, že objatia nás poľudšťujú. Keď niekoho objímame, dávame tým jasný odkaz náklonnosti, uznania a empatie. Toto jednoduché gesto nám zdvihne náladu a dodá silu.

2. Učia nás inému spôsobu komunikácie

Reč tela je skutočným odrazom nášho emocionálneho stavu. Fyzický pohyb je tiež formou komunikácie, aj keď nie verbálnej. V objatí je správa, ktorú obe strany intuitívne

prijímajú a rozumejú jej. Objímame sa, keď sme dojatí, chceme toho druhého utešiť, povedať mu: milujem ťa. Objatia sú rečou tela a v konečnom dôsledku zlepšujú komunikáciu medzi ľuďmi.

3. Znižujú stres a úzkosť

Len málo vecí dokáže upokojiť úzkosť alebo paniku človeka ako objatie. V emocionálnej kríze je nesmierne upokojujúce. Fyzický kontakt tiež znižuje stres a šíri pokoj. Jednou z výhod objatí je teda lepšie emocionálne zdravie. Pomáha nám v ťažkých časoch, keď sme zavalení prácou alebo fyzicky nevládzeme. Nikto nie je tak silný a nezlomný, aby z času na čas nepotreboval objatie.

4. Zlepšujú zdravie srdca

Súčasťou fyzického prejavu lásky sú aj objatia. Rovnako ako bozkávanie, aj objímanie milovanej osoby má na telo pozitívne účinky. Dochádza najmä k zvýšeniu hladiny oxytocínu. Je to silný neurotransmitter, ktorý poskytuje pocit potešenia a znižuje fyzické a duševné nepohodlie. Okrem toho podporuje aj kardiovaskulárny systém a srdce. Objatia sú teda najprijímnejším a najprirodzenejším spôsobom prevencie a zlepšenia srdcových chorôb.

5. Znižujú strach

Objatia nás dokážu utešiť. Znižuje tiež strach zo smrti blízkeho a aj vlastnej. Jednoduché držanie človeka alebo zvierata dokonca aj stromu nám pomáha čeliť tomu s väčším pokojom. Uľahčuje to aj prijatie nevyhnutného momentu, keď sa život skončí.

6. Zvyšujú hladinu serotonínu

Serotonín je chemikália, ktorú naše telo vylučuje, pôsobí ako neurotransmitter. Keď objímame svojich blízkych, zvyšujeme si jeho hladinu a pociťujeme šťastie a lásku. Človek trpiaci depresiou či osoba pod vplyvom veľkého stresu trpí jeho nedostatkom. Preto je jednou z výhod objatí ich schopnosť vyvážiť serotonín, ktorý je tiež zodpovedný za reguláciu sexuálnej túžby.

Cyklochodník sa rysuje

Už v roku 2022 bola spracovaná projektová dokumentácia na cyklochodník Barca – Šebastovce a išlo sa riešiť stavebné povolenie. Tu však vyskočil problém, keď úsek od križky na Čapaši po Šebastovce v správe Slovenského pozemkového fondu, ktorý mala prevziať mestská časť, odrazu to nebolo možné, len vo forme odkúpenia od SPF. Riešením bolo, odovzdať celú akciu pre mesto Košice, ktoré tento pozemok môže dostať ako obec bezodplatne. Starostovia Barce a Šebastoviec sa zišli s pánom primátorom a námestníčkou v teréne a dohodli sa, že následne celú agendu cyklochodníka prevezme mesto Košice s prepojením na mestskú cyklosieť. V tomto smere sa pracuje a už v súčasnosti môžeme vidieť špeciálne značky o cyklochodníku na niektorých uliciach.

Ostáva nám len držať palce, aby realizácia cyklochodníka bola čím skôr realitou.

Pod'akovania

Aj touto cestou ďakujeme spoločnosti AVE – Pohrebníctvo, s.r.o., Holubyho 8, Košice, v zastúpení pán Ľubomír Kičín, a to za darovanie ikebany do obradnej siene na cintoríne v Košiciach – Barci, ktoré prispeli ku skrásleniu prostredia poslednej rozlúčky. Viac napovie foto:



Ďalšie osobitné pod'akovanie patrí spoločnosti ROAL GARDEN s.r.o., Barčianska 137, v zastúpení p. Ing. Mária Fritzová, za poskytnuté dary vo forme doplnenia výsady zelene a kvetín do Barčianskeho parku.

Osobitné pod'akovanie od starostu a miestneho úradu patrí p. Pavlovi Baloghovi za poskytnutie vianočného stromčeka na miestny úrad mestskej časti Košice – Barca.

Starosta a zamestnanci miestneho úradu



JABLKÁ sú často podceňované

Na svete existuje viac ako sedemtisíc odrôd jablák. Pulty sú plné typického jesenného ovocia. Odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR upozorňujú, že jablká sú bohatým zdrojom vitamínu C a vlákniny. Napriek tomu sú často podceňované. V skutočnosti je však ich hodnota neoceniteľná. Ako hovorí známe príslovie: „**Jedno jablko denne a lekár je zbytočný.**“

Zaujímavé je, že na svete existuje viac ako sedemtisíc odrôd jablák, ktorých pôvod siaha až do Strednej Ázie, kde ich ľudia pestujú už viac než 4 000 rokov. Jedno stredne veľké jablko je nielen chutné, ale aj výživné - obsahuje približne 95 kalórií, 0 gramov tuku, 1 gram bielkovín, 25 gramov sacharidov, 19 gramov prirodzene sa vyskytujúceho cukru a 3 gramy vlákniny. „Jablká obsahujú nielen vitamíny, ako je vitamín C, ale aj dôležité minerálne látky, ako napríklad draslík,“ vysvetľuje Natália Šranková z Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Bratislave. „Celkový výskum ukazuje výhody pri zvládaní srdcových chorôb a cukrovky 2. typu,“ píše Julie Corliss, výkonná redaktorka Harvard Heart Letter. Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) odporúča zaradiť ovocie a zeleninu do denného jedálnička, pretože môžu pomôcť v prevencii rôznych neprenosných ochorení vrátane kardiovaskulárnych chorôb a niektorých druhov rakoviny.

Epikatechín - Je prírodná zlúčenina, ktorá sa nachádza v potravinách, ako sú jablká, čaj a horká čokoláda. Je známy svojimi antioxidantnými a protizápalovými vlastnosťami, ktoré môžu zlepšiť kardiovaskulárne zdravie a posilniť imunitný systém. Pravidelná konzumácia epikatechínu môže prispieť k dlhšiemu a zdravšiemu životu.

Štyri účinky jablák na naše telo:

1. Zaženie hlad

Rozpustná vláknina absorbuje vodu a vytvára gél, ktorý spomaľuje vstrebávanie živín.

Tento proces pomáha udržiavať stabilnú hladinu cukru v krvi, čo zabraňuje náhlym pocitom hladu.

Vysoký obsah vody navyše prispieva k pocitu plnosti.

2. Predlžuje život

Britskí vedci z Inštitútu pre výskum potravín v Norwichi objavili, že jablká môžu prispieť k predĺženiu života. Oddelili a vyčlenili polyfenoly, najmä epikatechín, ktorý:

- zlepšuje krvný obeh,
- posilňuje imunitný systém,
- omladzuje srdce.

Najvyššie koncentrácie epikatechínu sa nachádzajú v divo rastúcich jablkách.

Pravidelná konzumácia má priaznivý vplyv na zdravie srdca, čo vedie k dlhšiemu

3. Znižuje krvný tlak

Vedci sa zhodujú, že antioxidanty v šupkách jablák podporujú lepší prietok krvi.

- Draslík: Jablká obsahujú draslík, ktorý pomáha vyvažovať sodík v tele a uvoľňuje krvné cievy, čím znižuje krvný tlak.

- Vlákna: Vysoký obsah vlákniny, najmä pektínu, zlepšuje zdravie srdca a môže znížiť „zlý“ LDL cholesterol, čo prispieva k regulácii krvného tlaku.

- Antioxidanty: Obsahujú flavonoidy a polyfenoly, ktoré majú protizápalové účinky a zlepšujú zdravie ciev, čím prispievajú k nižšiemu krvnému tlaku.

- Kontrola hmotnosti: Nízky obsah kalórií a vysoký obsah vlákniny pomáhajú udržiavať zdravú hmotnosť, čo je dôležité pre prevenciu hypertenzie.

4. Podporuje zdravie pleti

- Jablká vďaka veľkému množstvu vody pokožku hydratujú a udržiavajú ju napnutú.

- Pomáhajú redukovať jemné vrásky.
- Bojujú proti nečistotám a detoxikujú organizmus.

- Majú protizápalové vlastnosti.
- Môžu sa využiť aj ako maska na tvár.



Florbal – nová sezóna 2024/2025



V septembri sa začala nová sezóna 2024/2025 pre Florbalový klub FBC Barca, a to v kategórii Liga mladších žiakov Východ a Liga staršej prípravky Východ. Sezóna je náročná a veľa dáva zabráť, ale florbal je krásny šport. Chlapci bojovali v každom zápase a dávajú do zápasov nie len vydretú techniku a taktiku, ale taktiež bojovné srdiečko. Zápas od zápasu sa zlepšujú. Taktiež z tribún nás povzbudzujú naši verní fanúšikovia (rodičia a ďalší príbuzní) čo chlapcom dodáva veľa energie. Chceme pokračovať v nastolenom trende, pracovať na sebe a zlepšovať sa, keďže hráme dve kategórie, a to staršia prípravka a mladší žiaci.

“Raz - dva - tri - káčery ...”