

Naše Topolčianky



december, číslo: 2/2025, XXIII. ročník, vychádza bezplatne pre obyvateľov Obce Topolčianky

Vážení spoluobčania

V poslednom mesiaci kalendárneho roka 2025 sa Vám dostáva do rúk druhé tohtoročné vydanie Našich Topolčianok.

Koniec každého kalendárneho roka nám ponúka priestor na bilancovanie, vyhodnotenie jednotlivých aktivít, ktorých realizácia sa nám v danom roku podarila, ale aj naopak na objektívne priznanie, čo sa nám uskutočniť nepodarilo a do budúcnosti sa z toho poučiť.

Počas letných a jesenných mesiacov sa aj v tomto roku v našej obci uskutočnilo mnoho kultúrnych, spoločenských, športových, ale aj cirkevných podujatí, ktorých kalendár bol zverejnený v prvom vydaní Našich Topolčianok v mesiaci júl 2025.

Osobne sa veľmi teším, že dnes môžem skonštatovať, že všetky plánované akcie sa nám podarilo aj uskutočniť a že boli zo strany našich občanov, ale aj návštevníkov našej obce odmenené vysokou účasťou. Teším sa

aj na ďalšie stretnutia s Vami, milí spoluobčania, ktoré sa uskutočnia v našej obci na záver roka 2025.

Nakoľko je toto vydanie Našich Topolčianok posledné v kalendárnom roku 2025, chcem sa úprimne poďakovať pracovníkom obecného úradu na čele s jeho prednostom, poslancom obecného zastupiteľstva, členom komisii pri obecnom zastupiteľstve, členom redakčnej rady Našich Topolčianok za pomoc, podporu a dobré vzťahy v uplynulom roku. Chcel by som tiež vyjadriť poďakovanie všetkým občanom, ktorí sa pravidelne zúčastňujú brigád v priestoroch cintorína, tiež občanom, ktorí sa starajú o poriadok a čistotu Kalvárie, ale aj všetkým občanom, ktorí nám svojou aktivitou pomáhajú pri zabezpečovaní čistoty a poriadku verejného priestranstva v našej obci. Moje poďakovanie tiež patrí všetkým dobrovoľníkom a občianskym združeniam, ktorí sa pozitívnym



Z fotoarchívu Miroslava Mihálka, FoTOP Fotoklub Topolčianky

spôsobom podieľajú na zveľadení nášho parku a zviditeľnení našej obce.

December je spájaný s vianočnými sviatkami, ktoré do života každého z nás prinášajú výnimočnosť, neopísateľnú čaru a jedinečnú atmosféru. Počas týchto sviatkov sa snažíme spomaliť, vychutnať si pohodlie domova a čo najviac času tráviť s rodinou či priateľmi.

Dovoľte mi zaželať Vám aj Vaším rodinám šťastné, veselé a

požehnané vianočné sviatky prežité v kruhu svojich najbližších.

Pozdravujem tiež našich chorých spoluobčanov a želim im skoré uzdravenie a radosť z týchto výnimočných sviatkov.

Milí spoluobčania, do nového roka 2026 prajem Vám všetkým predovšetkým pevné zdravie, šťastie, lásku, veľkú mieru tolerance a ohľaduplnosti a tiež hrdoť na obec, v ktorej žijeme.

Juraj Mesko, starosta obce

Láska prichádza...

(Vianočné zamyslenie)

Pri pohľade do jasiel sa musíme pýtať: „Prečo tam leží to dieťa?“, „Kto je to dieťa?“ Ani pastieri, ani my neprichádzame k jasliam len tak. Veď narodených detí sú tisíce denne. Boh sa stáva človekom. Boh si berie ľudské telo a stáva sa jedným z nás. Zvestuje to archanjel Gabriel Panne Márii, zvestujú to anjeli pastierom i nám. To dieťa v jasliach je pravý

Boh. Preto padáme pred Ním, ležiacim v jasliach.

Prečo tam leží Boží Syn? To je odpoveď, ktorú my ľudia nepochopíme. Z lásky. Nekonečnej lásky. Lebo Božia láska je nepochopiteľná pre nás ľudí. Je taká veľká a nepredstaviteľná. „Boh tak miloval svet, že dal svojho Syna, aby nezahynul nik, kto v neho verí, ale aby mal večný život.“ (Jm 3,16). Tajomstvo Vianoc sa neskôr

naplno a najkrajšie odkryje na kríži a pri prázdnom hrobe. Boh sa sám vybral zachrániť nás, svoje deti, ktoré sa od neho vzdialili. Prišiel nás vziať domov, do neba. Preto sa stáva človekom, aby nám svojou krvou na kríži otvoril nebo. Preto sú Vianoce také plné lásky, pokoja, porozumenia, pretože dýchajú Božou láskou. Ale tu nemôžeme skončiť, iba pri uvedomení si Božej lásky. Pretože aj nás Boh pozýva k láske:

Láske k Nemu – nemôžeme ostať chladnými voči Bohu, keď vieme a cítime, ako nás Boh miluje. Odpoveď na Božiu lásku je viera. Byť veriacim znamená odpovedať na Božiu lásku svojou láskou. Dnes mnohí tvrdíme, že sme veriaci, ale Boh nie je dôležitý v našom živote. Myslíme si, že byť veriacim znamená iba veriť v Boha, že existuje. Byť veriacim v skutočnosti znamená milovať Boha, mať Boha v živote na 1. mieste - modliť sa, ľutovať, ak sa hriechmi prevínime proti Nemu, žiť podľa Božej vôle, prijímať ho v Eucharistii. Ak verím, že v jasliach je Boh, nemôžem odísť od jasiel bez toho, aby som sa roz-

hodol milovať Ho. Ak verím, že v jasliach je Boh, potom verím aj tomu, čo bude o tridsať rokov hlásať a učiť, teda to, čo máme zapísané v evanjeliu.

Láske k človeku - ten, ktorý leží v jasliach, nám hovorí: „Milujte sa navzájom.“ My, ktorí sme jeho nasledovníci, čiže kresťania, mali by sme plniť tento jeho príkaz. Ak by sme ale plnili, Vianoce by boli každý deň. Vidieť to na nás? Prečo je tak málo lásky medzi nami? Neskôr nám Ježiš povie v Podobnenstve o poslednom súde, že láska k človeku je tak dôležitá, že bez nej nebudeme spasení.

V jednej anglickej kolede sa spieva, že „one child can change the world“ (jedno dieťa môže zmeniť svet). Je to práve to dieťa, ktoré leží v jasliach. Dovoľme mu, aby zmenilo svet, aby zmenilo nás. Tak ako pastierov, ktorí sa mu prišli pokloniť. Bude to vtedy, keď odídeme od jeho jasiel s túžbou milovať, Boha i človeka. Požehnané Vianoce plné Božej lásky i našej lásky prajem a vyprosujem všetkým vám!

Peter Valaský, farár



Z fotoarchívu P. Čepceka, BEST FOTO

© PAIG ČEPCEK

Šľachtické rody v Topoľčiankach

Ján Nepomuk Keglevich de Buzin (1786-1856) bol uhorský šľachtic, zemepán, štátnik, župan, filantrop, atď.

O grófovi Jánovi Nepomukovi Keglevichovi sme uverejnili článok už v roku 2015. Dnes sa k tejto mimoriadnej osobnosti vrátime, aby sme priblížili jeho ďalšie aktivity, ktorými sa významne zapísal do uhorských a miestnych dejín.

Commissio limitanea versus Moraviam

V rokoch 1827 -1830 bol gróf Ján Nepomuk predsedom rozhraničovacej komisie medzi Uhorskom a Moravou, ktorá zasadala v Trenčíne. Keďže hranica nebola bez pochybnosti vymedzená, po jej oboch stranách dochádzalo k teritoriálnym, často násilným sporom medzi susediacimi uhorskými a moravskými panstvami. V snahe predchádzať týmto konfliktom boli už v minulosti ustanovené rôzne delimitačné komisie, ale s nedostatočnými výsledkami. S cieľom definitívne vymedziť túto hranicu bola v roku 1827 zriadená komisia, na čelo ktorej bol vymenovaný práve Ján Nepomuk Keglevich. Táto nadviazala na činnosť predchádzajúcej z konca 18. stor. vedenej grófom Jozefom Szapárym. Základom pre stanovenie štátnych hraníc (okrem riečnej

hranice tvoriacu riekou Morava) boli teritória dotknutých prihraničných uhorských a moravských panstiev, vrátane mesta Skalica. Ich vonkajšie hranice, objektívne preskúmané, sa stali pevnými štátnymi hranicami oboch krajín. Celkovo bola hranica už skôr rozdelená na 5 úsekov nazvaných podľa uhorských žúp, ktoré susedili s Moravou: 1. a 2. nitriansky, (tzv. Skalický a rieka Morava) a 1., 2., a 3. trenčiansky. U všetkých 3 úsekoch, na ktorých pracovala Keglevichova komisia, získala na teritóriu uhorská (čiže slovenská) strana. Išlo o Skalický a 2. a 3. trenčiansky úsek.

Cesta Topoľčianky-Skýcov-Velké Uherce

K zásluhám grófa patrí aj vybudovanie novej, dnešnej cesty Topoľčianky – Skýcov – Veľké Uherce. Stará obchodná cesta spájajúca Požitavie s horným Ponitriím kedysi viedla inou trasou. Zo Zlatých Moraviec viedla popri Kňaziciach do Hostia. Odtiaľ išla severným smerom, ďalej lúkami pod Kruhom na Skýcov. Pokračovala cez Vrchhoru do Kolačna a odtiaľ do Veľkých Uheriec. Cennú správu o novej ceste podala v roku 1835 Österreichische National-Enzyklopädie: „Odtiaľto (pozn. z Topoľčianok) cez 1 míľu (pozn. 1 poštová míľa 7,5 km) vzdialenú dedinu Skýcov smerom k Nitrianskej župe nechal Ján

gróf Keglevich ako hlavný župan Tekovskej župy a župné stavy postavil umeleckú cestu („Kunststrasse“), ktorá skracuje cestu z Moravy o mnoho míľ a je jednou z najumeleckejších ciest, ktoré je možné vidieť v monarchii. Je široká celkovo 6 siah. Táto cesta bola postavená úplne zo súkromných príspevkov župných stavov, bez zaťaženia poddaných. Okrem významného peňažného príspevku dal gróf zadarmo všetko potrebné drevo a vápno na stavbu mostov a bariér.“

Zbierka obrazov

Gróf Ján Nepomuk zhromadil za svojho života pomerne veľkú zbierku obrazov. Jej počiatky siahajú ešte do roku 1813 v jeho viedenskom paláci. Zbierku neskôr preniesol do Topoľčianok. K najvýznamnejším spomedzi asi 70 obrazov patrili diela talianskych a holandských majstrov: Angelo Bronzino – Venuša, Amor a skupina 2 detí („perla zbierky“), Schidone – Svätá rodina, Jan Fyt – Zvíra a kus ovocia, Pieter van Laer – Kováčska dielňa, Jacob Jordaens – Útek do Egypta a iné. Diela boli neskôr rozpredané jeho synom Štefanom Keglevichom, najväčšia časť v rámci aukcie vo Viedni v roku 1878.

Cholera epidémia 1831

V roku 1831 vypukla v Uhorsku po prvýkrát cholera epidémia. V Topoľčiankach je prvá obeť zaznamenaná 4.10. V porovnaní s množstvom úmrtí v iných obciach regiónu, v Topoľčiankach na cholera zomrelo iba 6 ľudí. Tento nízky počet obetí sa pripisoval opatreniam grófa, počas ktorých sa tento „ľudomil“ a „láskavý otec“



svojich poddaných ukázal „v najkrajšom svetle“. Gróf osobne navštevoval chorých v ich obydlíach a prinášal im liek pripravovaný jeho manželkou Adelou. Nestaral sa o chorých iba v Topoľčiankach, ale navštevoval ich s liekom aj v okolitých dedinách, uzdraveným nechal dávať potraviny a nápoje. Vďaka jeho úspechom v boji proti cholere sa v Topoľčiankach zastavila aj benátska expedícia lekárov, ktorí mali v Uhorsku a Poľsku študovať proticholera postupy.

Úmrtie

Gróf Ján Nepomuk zomrel 15.10.1856 v Topoľčiankach na vodnatielku. Pochovaný bol dňa 20.10. v rodovej krypte v kostole v Topoľčiankach vedľa svojej prvej manželky Adely Zichy. Pohrebne obrady viedol banskobystrický biskup a národovec Štefan Mojzes. Kázeň v slovenčine mal farár z Veľkej Lehoty Jozef Trstený za prítomnosti 30 kňazov a mnohých hostí všetkého postavenia a rádu.

Ing. Ivan Lukáč, Historický klub OZ Park Topoľčianky

Kalendár podujatí v Topoľčiankach Pozývame Vás ...

- 31.12.2025 **Vatra samostatnosti**, centrum obce o 17:30 hod.
- 3.1.2026 **Novoročný šachový turnaj** v priestoroch Château Topoľčianky
- 3.1.2026 **Farský ples**, hrá Hudobná skupina Rytmik, DKS
- 6.1.2026 **Novoročný Trojkráľový koncert**, pozývajú Vás FSK Topoľnica a DH Podhrušovan, Kostol sv. Kataríny Alexandrijskej
- 17.1.2026 **Záhradkársko-vinohradnícke posedenie**, DKS
- 31.1.2026 **Rodičovský večerok**, hrá DJ Andrej Bertok, DKS
- 5.2.2026 **Fašiangové posedenie** členov OZ Seniorsklub Topoľčianky, DKS
- 6.2.2026 **Ochutnávka mladých vín** vinohradníkov Topoľčianok, DKS
- 14.2.2026 **Fašiangový sprievod obcou** s FSK Topoľnica a DH Podhrušovan
- 14.2.2026 **Fašiangová zábava**, hrá DJ Juriss, DKS
- 7.3.2026 **VČS DHZ Topoľčianky**, DKS
- 14.3.2026 **VČS ZO SZZ**, DKS
- 19.3.2026 **VČS členov OZ Seniorsklub** Topoľčianky, DKS
- 22.3.2026 **VČS, Urbársky spolok**, DKS
- 28.3.2026 **Beh oslobodenia Topoľčianok**, miestny park
- 29.3.2026 **Hodnotiaca členská schôdza MS SČK**, DKS
- 11.4.2026 **Master č. 4** - Nitriansky región v steelových šípkach
- 13.4.2026 **Starostovská kvapka krvi**, DKS
- 30.4.2026 **Stavanie MÁJA** a kultúrny program, centrum obce
- 30.4.2026 **Vernisáž XVI. ročníka Medzinárodnej fotografickej výstavy** (výstava sa koná do 7.5.), DKS

Podrobnejšie informácie o pripravovaných podujatiach nájdete priebežne na www.topolcianky.sk, informovať Vás budeme aj prostredníctvom plagátov a obecného rozhlasu

Podakovanie za spoluprácu

Dovoľujeme si touto cestou v mene redakcie a tiež našich čitateľov poďakovať za dlhoročnú spoluprácu Mons. ThDr. ICLic. Jozefovi Daškovi PhD., ktorý sa vždy ochotne podieľal na tvorbe našich novín.

Vyjadrujeme poďakovanie za neoceniteľnú spoluprácu. Príspevky, inšpiratívne myšlienky a podpora boli duchovným obohatením pre všetkých obyvateľov obce.

Jeho ochota venovať svoj čas a energiu nám všetkým ukázala, ako môže spolupráca medzi cirkvou a obcou posilňovať komunitu. Sme vďační za jeho pôsobenie u nás ako správcu farnosti. Do ďalších rokov mu prajeme veľa zdravia.

S úctou a vďačnosťou redakcia NT

Pozvánka na tradičnú vatru samostatnosti

Vážení spoluobčania, srdečne vás pozývame **V SILVESTROVSKÝ PODVEČER 31.12.2025 o 17:30 hodine** do centra obce pri DKS na tradičné stretnutie pri **VATRE SAMOSTATNOSTI**. Pri príležitosti 33. výročia vzniku Slovenskej republiky zapálime už po tridsiaty štvrtý raz symbolickú vatru samostatnosti. Spoločne si pripomenieme význam tohto dňa a navzájom si poprajeme pevné zdravie, pokoj a šťastie v novom roku 2026. Za spoluprácu pri príprave tradičného stretnutia ďakujeme členom ZO SZZ a DHZ Topoľčianky.

Dovidenia v centre obce pri DKS v Topoľčiankach.

Škola opäť ožila

Po dvoch mesiacoch letných prázdnin sa chodby Základnej školy v Topoľčiankach znova zaplnili detským smiechom a ruchom. Začal sa nový školský rok 2025/2026 a do školských lavíc zasadlo spolu 370 žiakov – z toho 149 na prvom stupni a 221 na druhom stupni. Medzi nimi bolo aj 40 prváčikov, ktorí po prvýkrát prekročili prah školy.

Škola má v súčasnosti 18 tried a 5 oddelení školského klubu detí. O žiakov sa stará 49 zamestnancov, z toho 37 pedagogických a 12 nepedagogických.

Rozlúčky aj nové tváre

V uplynulom školskom roku sa škola rozlúčila s dlhoročnými kolegynami – pani zástupkyňou Mgr. Jaroslavou Fábryovou, PaedDr. Annou Sýkorovou a p. Máriou Horváthovou, ktorým patrí veľké poďakovanie za ich vytrvalú, trpezlivú a obetavú prácu. Na materskú dovolenku odišla aj Mgr. Miroslava Kurkinová, pedagogická asistentka, ktorej škola žela veľa zdravia a radosti.

Pedagogický zbor bol doplnený o nové posily: Mgr. Martu Gažiovú (učiteľka 1. ročníka), Mgr. Zuzanu Šprochovú (telesná výchova a dejepis) a pedagogickú asistentku Alexandru Vargovú. Zmeny nastali aj vo vedení školy – novými zástupkyňami riaditeľa sa stali Mgr. Viera Horvátová (1. stupeň) a Mgr. Michaela Šedivá (2. stupeň).

Modernizácia a projekty

Nový školský rok priniesol aj množstvo inovácií. Škola zaviedla elektronický dochádzkový systém s čipmi, elektronickú triednu knihu a novú zborovňu pre pedagogických asistentov.

Vďaka projektu DigiEDU bolo školské vybavenie obohatené o 38 tabletov, 25 notebookov a 4 dotykové obrazovky. Modernizáciou prešli aj sociálne zariadenia – pribudli automatické dávkovače mydla, papierových utierok a toaletného papiera. Škola sa zároveň zapojila do projektu „Tartanová atletická dráha“ z Fondu na podporu športu.

Aktívny začiatok školského roka

Už prvé dva mesiace priniesli množstvo zaujímavých aktivít. Žiaci zažili „Tanečný prestávkový maratón“, zapojili sa do celosvetovej modlitby za pokoj a mier „Milión detí sa modlí ruženec“ a aktívne pomáhali pri zbere papiera. Škola privítala misionárov, zúčastnila sa okresných kôl v cezpoľnom behu, stolnom tenise a šachu a zorganizovala Deň behu.

Zaujímavým projektom bol aj „Apple pie“, do ktorého sa zapojili siedmci – piekli jablkové koláče, prezentovali recepty v angličtine a s radosťou sa podelili o svoje výtvary.

Pri príležitosti Medzinárodného dňa knižníc sa uskutočnila tvorivá aktivita „Veľkí čítajú malým a malí kreslia veľkým“, ktorá prepojila žiakov naprieč ročníkmi a podporila radosť z čítania aj tvorivosti. Školský rok 2025/2026 je pre našu základnú školu už druhým rokom postupného zavádzania nového školského kurikula.

Základná škola v Topoľčiankach tak vstúpila do nového školského roka plná energie, nových výziev a s odhodlaním poskytovať deťom kvalitné vzdelanie v modernom a priateľskom prostredí.

Mgr. Viera Horvátová,
zástupkyňa riaditeľa ZŠ



Nabliadli sme do matriky

máj - november 2025

Narodili sa:

Šimon Géci, rodičia Mgr. art. Lenka Géciová a Jozef Géci, Kopaničky
Štefan Richard Kukučka, rodičia Mgr. Erika Kukučková a Ing. Štefan Kukučka, Mlynská ul.

Damián Fazekaš, rodičia Jana Šurďová a Ľuboš Fazekaš, SNP

Albert Jurík, rodičia Mgr. Miroslava Kurkinová a Ing. Jozef Jurík, Partizánska ul.
Gratulujeme k narodeniu dieťaťa.

Sobáš uzatvorili:

Erik Ďatko a **Dominika Richterová**, 28.6.2025 Topoľčianky

Stanislav Baláž a **Ing. Martina Laktišová**, 25.7.2025 Topoľčianky

Marek Vavrečan a **Ing. Marianna Valkovičová**, 23.8.2025 Topoľčianky

Lukáš Krčmár a **Monika Uhnáková**, 6.9.2025 Topoľčianky

Mgr. Frederik Boldiš a **Ing. Nikoleta Senciová**, 20.9.2025 Topoľčianky

Jaroslav Mesko a **Diana Benková**, 25.10.2025 Hostie

Ľuboš Turčan a **Katarína Ručkayová**, 15.11.2025 Topoľčianky

oprava údajov z čísla 1/2025

Milan Šabo a **Annamária Čepcová**, 18.12.2024 Topoľčianky

Gratulujeme novomanželom.

Opustili nás:

Mária Obertová, Žitavanská, zomrela 31.5.2025, **Ing. Július Homola**, Žitavanská, zomrel 14.6.2025, **Ján Rakyta**, Mlynská, zomrel 21.6.2025, **Jozef Uhnák**, Hlavná, zomrel 13.7.2025, **Anna Kazíková**, SNP, zomrela 14.7.2025, **Karol Berczy**, Mlynská, zomrel 25.7.2025, **Viliam Drienovský**, Hlavná, zomrel 31.7.2025, **Mária Janovičová**, Lipová, zomrela 14.8.2025, **Rozália Červená**, Partizánska, zomrela 9.9.2025, **Paulína Siklienková**, Cintorínska, zomrela 23.9.2025, **Vojtech Grzyb**, Hrádza, zomrel 24.9.2025, **Cyrl Čepc**, Lipová, zomrel 28.9.2025, **Ján Kazík**, Záhradnícka, zomrel 29.9.2025, **Michal Harmady**, Litoměřická, zomrel 19.10.2025, **Anna Hasprová**, Lipová, zomrela 21.10.2025, **Štefan Orolín**, Mlynská, zomrel 6.11.2025

Vyjadrujeme úprimnú sústrasť.

Nech tieto Vianoce prinesú
do vašej rodiny veľa radosti,
tepla, porozumenia a láskavých slov.
A nech vás nový rok obdarí zdravím a pokojom.
Požehnané Vianoce a šťastný nový rok

Vám želajú členovia redakcie Našich Topoľčianok

MISIE

Vo Farnosti Topoľčianky sa konali od 18.10. do 26.10. 2025 farské misie. Poďakovanie patrí nielen terajšiemu dôstojnému pánovi farárovi Mgr. Petrovi Valaskému, ale aj predošlému dôstojnému pánovi farárovi Mons. ThDr. ICLic. Jozefovi Daškovi, PhD., ktorý misionárov do našej farnosti pozval. Počas niekoľkých dní sme mali možnosť počas homílií počúvať slová plné povzbudení, ponaučení a láskavého napomenutia od pátra Ivana a pátra Jozefa z rehole Redemptoristov. V pondelok 20. 10. 2025 sa stretli aj s deťmi v našej základnej škole spolu im pomocou púťavých príbehov, svedectiev, piesní a scenôv približovali bezpodmienečnú Božiu lásku k nám, ľuďom. Z celého srdca im ďakujeme a vyprosujeme veľa zdravia, Božieho požehnaní a ochranu Škapuliarskej Panny Márie. **Mgr. Jana Šútorová, učiteľka a katechétk**



Dotácia z verejných zdrojov Fondu na podporu umenia v roku 2025

V rámci výzvy č.8/2025 Program 5.1.4. Akvizícia knižníc sme za Obec Topoľčianky podali Žiadosť „Akvizícia knižničného fondu Obecnej knižnice Topoľčianky“. Boli sme úspešní a Fond na podporu umenia nás podporil finančnou čiastkou 1 800 €. Obec spolufinancovala tento projekt vo výške 276,17 € a zároveň minimálne 20% z dotácie bolo vyčlenených na nákup 22 kusov kníh vydaných s podporou FPU. Celková suma vo výške 2 076,17 € bola použitá na nákup 150 knižných titulov z každej oblasti literatúry pre všetky vekové kategórie čitateľov - deti predškolského veku, deti školského veku, študentov, dospelých i seniorov. Cieľom je oboznámiť čitateľov s domácou i zahraničnou literárnou tvorbou. Všetky knihy sú označené logom fondu s textom „Z verejných zdrojov podporil Fond na podporu umenia“ a boli vystavené v popredí na regáloch, aby ihneď zaujali čitateľov. Zakúpili sme nasledovné tituly: beletria - 49 ks, náučná literatúra pre dospelých - 17 ks, literatúra pre deti - 54 ks, náučná literatúra pre deti - 30 ks.

Vyjadrujeme poďakovanie Fondu na podporu umenia za podporu projektu a poskytnutie dotácie z verejných zdrojov.

Beh pre ňu nie je len šport

Beh pre ňu nie je len šport, ale aj spôsob života. Svojou vytrvalosťou, disciplínou a odhodlaním dokazuje, že aj v menšej obci môžu vyrásť veľké športové osobnosti. K behu ju priviedla aj rodinná tradícia – jej otec bol výborný bežec, reprezentant a pre mnohých vzor poctivého športovca. Dnes v jeho šľapajách pokračuje dcéra, ktorá sa venuje vytrvalostným disciplinám, polmaratónom aj maratónom. Porozprávali sme sa s ňou o jej začiatkoch, tréningu, motivácii i cieľoch do budúcnosti.

Veronika, pochádzaš zo športovej rodiny, tvoj otec bol výborný bežec a reprezentant. Ako ťa jeho príklad ovplyvnil pri rozhodnutí venovať sa atletike? Je pravda, že odmalička sme o tomto športe doma počúvali, určite tam nejaké smerovanie k behu bolo. Myslím si však, že keby mi aj miesto behu učaroval iný šport a venovala by som sa napríklad cyklistike, tak by to bolo v poriadku. Pamätáš si na svoje úplné začiatky v behu? Kedy si si uvedomila, že práve vytrvalostné trate sú pre teba tie pravé? S behaním som začínala na základnej škole. Zúčastňovala som sa súťaží v atletike, cezpoľnom behu, orientačnom behu. Už vtedy ma viac bavilo krúžiť stále dookola na okruhu ako odbehnúť 60 m naplno a dosť. Neskôr, keď už som trochu aj trénovala, videla som seba samú viac ako vytrvalkyňu než šprintérku.

Vytrvalostný beh si vyžaduje nielen fyzickú, ale aj mentálnu silu. Ako trénuješ svoju psychiku, keď prídu ťažké chvíle počas behu? Svoju psychiku trénujem v bežnom živote a to sa potom odráža aj v behu. Tak ako v bežnom živote nie sú len pekné a dobré dni, tak aj v športe sú občas náročnejšie chvíle. Vtedy je dobré uviesť si, že to ťažké a zlé nebude trvať večne a o to krajšie bude, keď bude opäť dobre.

Ako vyzerá tvoj typický tréningový týždeň? Koľko času venuješ behu, regenerácii a iným aktivitám? Za jeden tréningový týždeň mám 12 bežeckých tréningov (väčšinu dní trénujem dvojfázovo), 1-2 silové tréningy, plus chodím do práce na bicykli. Čo sa týka regenerácie, snažím sa dodržiavať pravidelný strečing, valčujem sa, využívam lymfodrenážne nohavice a dostatočne jem a spím. **Máš nejaké rituály alebo zvyky pred pretekmi, ktoré ti pomáhajú sústrediť sa?** Nič špeciálne, vždy si len nachystám veci na preteky od tenisiek cez oblečenie a výživu, aby som to mala pokope.

Ktoré preteky alebo výkon považuješ zatiaľ za svoj najväčší úspech a prečo práve ten? Momentálne mnou najviac rezonuje posledný polmaratón v Košiciach, kde som získala aj titul majsterky Slovenska a zabehla si osobný rekord. Boli to jedny krásne preteky od štartu až po cieľ, užila som si každú minútu behu, atmosféru popri trati a aj tú v cieľi. Na tieto preteky som sa veľmi tešila a ten dobrý pocit z nich je vo mne ešte aj teraz.

Čo pre teba osobne znamená beh – je to súťaž, relax, spôsob života alebo niečo iné? Je to pre mňa malý útek z bežného života, niečo, čo je v daný moment len moje.

Ako vnímaš podporu rodiny, priateľov či komunity z našej obce? Pomáha ti to v motivácii pokračovať? Je milé, keď vás druhý bežec pozdraví mávnutím alebo sa na pretekoch pristaví a prehodí pár slov. Nedávno sa mi stalo, že pri rozcvičke na tréningu sa pristavil pri mne jeden pán na bicykli, v podstate pre mňa cudzí človek a povedal, že je na mňa hrdý za moje úspechy. Pozitívne ma to naladilo a uviedlo ma, že to moje pobežovanie má asi aj nejaký zmysel. Podporu rodiny vnímam hlavne v pomoci, keď treba postrážiť malého počas mojich tréningov alebo pretekov. Nie je to samozrejmosť, tiež majú svoje životy a mohli by miesto toho robiť niečo iné, a preto som im za to veľmi vďačná.



Miestna bežecká komunita ťa vraj pozorne sleduje a drží ti palce. Cítiš podporu fanúšikov z obce, aj keď sú často len „na diaľku“? Áno, cítim to a vnímam to. Pravidelne sa mi stáva hlavne po pretekoch, že idem po dedine a vždy sa nájde niekto, kto mi pogratuluje k nejakým pretekom alebo sa spýta, ako sa mi behá, skrátka prehodí pár slov.

Financovanie športu nie je jednoduché. Kto ťa v súčasnosti podporuje alebo sponzoruje pri príprave a účasti na pretekoch? Je to atletický zväz, obec, rodina? Tento rok som vďačná značke PUMA. Vďaka nej mám oblečenie a tenisisky na preteky, teda o starosť menej. Takisto mám podporu od diagnostického centra GoCreatePerformance. Od atletického zväzu som tento rok dostala menšiu finančnú podporu na refundáciu výdavkov spojených s prípravou a pretekmi. Nie je to veľa, ale cením si to, predsa len nie som profesionálny športovec a beh nie je moja práca, ale len hobby.

Získala si tento rok titul majsterky Slovenska na 5 km, 10 km a v polmaratone a v krose. Si mama, ako sa ti dari skĺbiť rodinu s tréningami? Je to náročné po všetkých stránkach. Ráno vstanem, vychystám a odprevidám malého do škôlky. Potom si odtrénujem prvú fázu. Porobím niečo doma, poupratujem a tak, odtrénujem druhú fázu, idem do práce, večer, keď sa vrátim domov, dokončím si pracovné veci, niečo málo sa pohráme so synom a potom už len večerná rutina a ide sa spať. A takto fungujem každú deň.

Sleduješ aj mladšie deti v našom okolí, ako športujú. Vedieš k športovaniu aj svojho syna? Vedieť ho tak nenápadne, ale určite ho k ničomu nenutím. Pravidelne chodíme ráno do škôlky pešo, teda malý na odrážadle. Vníma ma, že veľa behám, cvičím a podobne. Veľa vecí po mne opakuje, čo vidí u mňa, to chce aj on. Stalo sa, že ráno mi zahlásil, že chce cvičiť, tak sme si dali spoločný strečing a išlo sa do škôlky. Mne ako mame to robí radosť, keď sa chce hýbať sám od seba.

Bola si u nás v škole na Deň behu, ako sa ti bežalo s našimi žiakmi? Bola to jedna super zábavná hodinka so žiakmi a pre mňa spestrenie dňa.

Áké sú tvoje tajné športové sny alebo ciele do budúcnosti? Chystáš sa na nejaké konkrétne preteky či výzvu? Budúci rok by som sa rada čo najviac priblížila k slovenským rekordom 10 km, polmaratón, maratón. Momentálne prebieha krosová sezóna a zároveň mi začína maratónska príprava. Ak budem zdravá, na jar pobežím maratón niekde v zahraničí.

Správna strava je pri vytrvalostnom behu kľúčová. Aká je tvoja strava, výživové doplnky a regenerácia ako vrcholového športovca? Snažím sa jesť nutrične plnohodnotne. Nemám žiadnu špeciálnu diétu, jem dostatočne tak, aby som mala dostatok energie na tréningu. Z výživových doplnkov využívam hlavne energetické gély a iontové nápoje počas tréningu. A pokiaľ tréningu sú to hlavne bežné vitamíny Cčko, magnézium, Dčko a kĺbová výživa.

Bola si tento rok na majstrovstvách Európy v atletike v slovinskom Maribore, ako si na tieto preteky spomínaš? Vzhľadom k tomu, že nie som dráhová bežkyňa, bolo pre mňa prekvapením, že som sa tam dostala a mala možnosť bežať aj niečo mimo moju komfortnú zónu. 5000 m na dráhe bola pre mňa dobrá skúška a zároveň zrkadlo, aby som zistila, kde sú moje rezervy.

Áký odkaz by si poslala, resp. dala ľuďom, ktorí by radi začali behať, ale stále váhajú urobiť prvý bežecký krok? Som zástancou toho, že každý pohyb sa počíta, či už je to chôdza, nordic walking, beh, bicyklovanie. Pobyt v prírode má skvelé účinky nielen po fyzickej stránke, ale aj po psychickej. Každý by si mal nájsť to, čo ho baví a potom je to už len o radosť z pohybu a uvedomenie si toho, aké šťastie mám, že sa môžem hýbať.

Za rozhovor ďakujeme Veronike Páleníkovej Zrastáčkovej.

Rozhovor pripravil Jozef Barát

Polmaratón vo Valencii



26. októbra 2025 naša rodáčka Jarmila Barátová úspešne odbehla svoj prvý polmaratón v španielskej Valencii. Trasa viedla popri pobreží a cez historické uličky mesta, čo robilo beh ešte výnimočnejším. Každý kilometer bol pre ňu výzvou, no jej odhodlanie a vytrvalosť ju hnali vpred. Atmosféra medzi bežcami a nadšenie divákov jej dodávali energiu v každom kroku. S úsmevom a hrdosťou prekonala samu seba a dobehla do cieľa. Jej výkon je dôkazom disciplíny, odvahy a vášne pre beh. Tento úspech je inšpiráciou pre všetkých bežcov, že sny sa dajú dosiahnuť. K úspechu jej veľmi pomohli super partáči, členovia tímu a skvelí priatelia, ktorí ju podporovali počas pobytu vo Valencii ale aj prípravy. **Redakcia NT**