Nitriansky samosprávny kraj

Nitriansky samosprávny kraj, Rázusova 2A, Nitra, zastúpený doc. Ing. Milanom Belicom, PhD., predsedom, v zmysle § 4 ods. 1 zákona č. 596/2003 Z. z. o štátnej správe v školstve a školskej samospráve a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov a v súlade s § 5 ods. 3 zákona č. 552/2003 Z. z. o výkone práce vo verejnom záujme v znení neskorších predpisov vyhlasuje

výberové konanie na obsadenie funkcie RIADITEĽA:
- **Gymnázium, Golianova 68, Nitra**
- **Gymnázium, Školská 26, Vráble**
- **Gymnázium Andreja Vrábla, Mierová 5, Levice**
- **Stredná priemyselná škola strojnícka a elektrotechnická, Fraňa Kráľa 20, Nitra**
- **Stredná zdravotnícka škola, Farská 23, Nitra**
- **Stredná zdravotnícka škola – Egészségügyi Középiskola, Pod kalváriou 1, Nové Zámky**
- **Stredná odborná škola veterinárna, Drážovská 14, Nitra**

Kvalifikačné predpoklady:
- vysokoškolské vzdelanie II. stupňa,
- kvalifikačné predpoklady v zmysle zákona č. 317/2009 Z. z. o pedagogických zamestnancoch a odborných zamestnancoch a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov a podľa vyhlášky MŠ SR č. 437/2009 Z. z., ktorou sa ustanovujú kvalifikačné predpoklady a osobitné kvalifikačné požiadavky pre jednotlivé kategórie pedagogických zamestnancov a odborných zamestnancov v znení neskorších predpisov,
- najmenej päť rokov pedagogickej praxe,
- I. atestácia

Iné požiadavky:
- spôsobilosť na právne úkony v plnom rozsahu
- bezúhonnosť
- zdravotná spôsobilosť (telesná spôsobilosť a duševná spôsobilosť potrebná na výkon pedagogickej činnosti alebo odbornej činnosti)
- organizačné schopnosti
- znalosť príslušnej legislatívy
- ovládanie štátneho jazyka

Platové podmienky sú určené v zmysle zákona č. 553/2003 Z. z. o odmeňovaní niektorých zamestnancov pri výkone práce vo verejnom záujme v znení neskorších predpisov v nadväznosti na zákon č. 317/2009 Z. z. o pedagogických zamestnancoch a odborných zamestnancoch a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov. Funkčný plat bude stanovený podľa dosiahnutého vzdelania, odpracovaných rokov, a to vo výške minimálne 1100.- €.

Prihlášku do výberového konania spolu s:
1. overenými dokladmi o vzdelaní,
2. profesijným životopisom,
3. potvrdením o zdravotnej spôsobilosti,
4. návrhom koncepcie rozvoja školy,
5. potvrdením o pedagogickej praxi,
6. čestným prehlásením o spôsobilosti na právne úkony v plnom rozsahu

je potrebné doručiť v obálke s označením
„Výberové konanie + názov a sídlo školy“
najneskôr do **12.04.2019 do 14.00 hod.**
na adresu: **Úrad Nitrianskeho samosprávneho kraja, oddelenie riadenia ľudských zdrojov a PAM, Rázusova 2A, 949 01 Nitra**

TP93020190

ODBORNÍK NA VÝŽIVU ODPOVEDÁ...

Je pre nás Palmový olej nebezpečný?

Ing. Miroslav Žiak

Otázka používania palmového oleja vo svete začína byť čoraz aktuálnejšia. Jeho použitie je viac ako všestranné od biopalív až po kozmetiku. Jeho najväčší rozmach zaznamenávame najmä v potravinárstve.

V Európe sa v používaní dostal na druhé miesto, hneď za najčastejší repkový olej. Vďačí tomu jeho pomerne nízka cena v porovnaní s inými olejmi. Jeho ďalšou výhodou je vysoká stálosť pri prípadnom vyprážaní, pretože vtedy neprebiehajú oxidačné procesy (ľudovo povedané – prepaľovanie oleja). Taktiež je pri izbovej teplote tuhý, čo je jeho veľkou výhodou pri pridávaní do rôznych tukových tyčiniek, nátierok, zmrzlín alebo šľahačiek. Pri tekutých olejoch je potrebné pridávať stužovače. Nesmieme opomenúť, že palmový olej je aj zdrojom vitamínov skupiny E,A,D,K a tiež aj koenzýmu Q10.

Aké sú nevýhody?

Najväčším rizikom pri jeho nadmernej konzumácii je vznik srdcovo-cievnych ochorení, keďže obsahuje veľmi vysoký podiel nasýtených mastných kyselín(takmer 50%), ktoré negatívne ovplyvňujú hladinu cholesterolu v krvi. Pre porovnanie – taká bravčová masť ich má skoro 40% a olivový olej necelých 14%.

Nie je to však jeho negatívny vplyv na srdcovo-cievny systém, čo ho diskvalifikuje na všeobecné používanie. Najväčším problémom je jeho spôsob získavania. Kvôli výsadbe paliem sa v Indonézii vyklčujú tisíce kilometrov štvorcových dažďového pralesa, ktoré sú označované za jedny z pľúc zeme. V týchto pralesoch taktiež žijú orangutany,ale aj iné rôzne druhy živočíchov, či hmyzu. Vyklčovaním pralesa a nasadením paliem tieto zvieratá vyháňame z ich domovov, ba v horšom prípade ich priamo vraždíme na mieste.

Preto áno, palmový olej je smrť! Možno nie priamo voči ľuďom, ale pre prírodu určite. Najväčším paradoxom je, že klčujeme pralesy, aby sme vysadili palmy na získavanie palmového oleja, ktorý sa používa ako biopalivo...

Na záver jedno malé upozornenie

Treba rozlišovať palmový tuk a palmojadrový tuk, ktorý neobsahuje nasýtené mastné kyseliny a je omnoho zdravší v porovnaní s palmovým tukom. Samozrejme, na výrube pralesov to nič nemení.

Preto, ak nabudúce budete kupovať potraviny, vždy sledujte ich zloženie. Ak tam nájdete palmový tuk a máte radi prírodu, máte jeden jasný dôvod na zmenu značky.

Na vaše otázky rád odpoviem na ziak.miroslav@post.sk

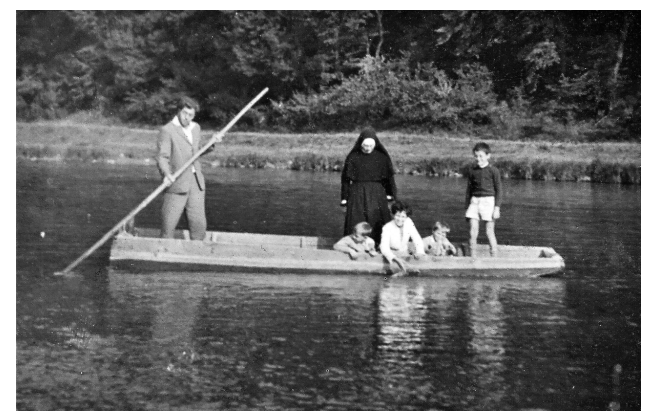
AZ REAL PD s.r.o.
Znalecké posudky + Inžiniering + zdravá strava
azrealpd@gmail.com

TP9308030

Levičan vyrobil čajku, akú používali kedysi na Hrone

Vyrobil model a aj šesť metrov dlhú drevenú loďku. Na rieke ju otestuje už o pár dní.

Pavol Petrík venoval výrobe loďky dlhé hodiny. Odskúša ju na Hrone.



LEVICE. Lov v rýb bol v dedinách okolo Hrona v minulosti významným spôsobom obživy. Dôležitou pomôckou rybárov boli loďky špeciálne zhotovené na plavbu po rieke, zvané čajky. Najdlhšie vydržalo toto tradičné plavidlo v Psiaroch pri Hronskom Beňadiku. Ešte pred niekoľkými rokmi tam miestna Základná organizácia Slovenského zväzu záhradkárov organizovala preteky v čajkovaní. Posledná čajka však doslúžila, umrel aj jej staviteľ Vladimír Beňo, a tak sa zdalo, že aj táto tradícia zanikne. Levičan Pavol Petrík, rodák zo Psiar, však prišiel s myšlienkou túto tradíciu zachovať a zhotovil čajku, na akej sa kedysi plavili po Hrone Psiarania.

Tradičný postup výroby

„V zime mám menej práce vo firme, takže mám viac času zaoberať sa koníčkami," dôvodí svoj počin. Ako strojný inžinier si najskôr nakreslil precízny projekt čajky. Problém však bol s doskami. Smrekové dosky dlhé šesť metrov a široké aspoň 20 centimetrov mu nakoniec zhotovili v gátri v Novej Bani.

Dosky nechal vysušiť u kamaráta v Tlmačoch a tam ich aj ohobľoval. Dosky na čajku by mali byť bez uzlov, také sa však dnes už nedajú zohnať. Preto musel uzly do polovice hrúbky dosky vyfrézovať a do diery vlepiť špunty.

Kostru čajky tvoria rebrá, nazývané bôgone. Tie boli kedysi robené z dvoch kusov ohobľovaných samorastov. Levičan ich zhotovil z hranolov spojených železnými plechmi.

Zvládol aj ohýbanie dosiek a ich pripevňovanie na bôgone.

Pripravená na testovanie

„Užitočné rady mi poskytol Psiaran Ján Valo, ktorý sám postavil tri čajky," konštatoval staviteľ. Dnes je už šesť metrov dlhá čajka aerodynamického tvaru hotová na dvore rodičovského domu. Vidno, že dosky perfektne pasujú. Na jar, keď prejdú jarné vody, ju chce Petrík slávnostne spustiť na vodu.

Súčasne so stavbou tejto čajky postavil Petrík aj jej model z tenkých líšt, ktoré si sám pripravil. Daroval ho vnukovi.

Niečo z histórie

Čajku ovládal muž stojaci vzadu dlho palicou, zvanou čakla (z maďarského csaklya), ktorou sa zapieral o dno rieky. Vpredu stál druhý muž s čerencom alebo so sieťou na pleci. Čerenec sa používal najmä na stojatých vodách v mŕtvych ramenách zvaných struhy alebo stružky a v mútnej vode. Siete zase v prúdiacej vode, najmä na perejách, ktoré nazývali tužinky. Sieť sa hádzala z pleca a dobre hodiť sieť, aby spadla na vodu v tvare elipsy, bolo skutočné majstrovstvo.

Najmä v časoch hospodárskej krízy bol rybolov zdrojom obživy. Psiarania lovili ryby v úseku od Brehov po malokozmálovskú Pipíšku. Čajku bolo treba najskôr vytlačiť proti prúdu, pričom chlapi išli po brehu, jeden držal reťaz a druhý sa vzpieral do čajky čaklou. Často sa lovilo v noci.

Na rybačku aj prevezenie

Hron kedysi oplýval rybami a na konci rybolovu bývali čajky doslova preplnené rybami. Tie potom ženy chodili predávať na trh do Levíc. S rybami išli vlakom, mali ich v chrbtových košoch – krošniach. Naspäť sa vrátili pešo. Aby ušetrili.

Ryby boli vtedy zdravé. Veď voda z Hrona sa dala, mimo období po veľkých dažďoch, piť. Gazdiné ju používali na varenie, lebo bola mäkká.

Povolenie loviť ryby si bolo potrebné zakúpiť od rybárskeho spolku v Novej Bani. V čase krízy však peňazí nebolo, preto sa často lovilo aj načierno. To prinášalo dobrodružné zážitky so žandármi.

Okrem rybolovu slúžili čajky aj na prevážanie cez Hron. Využívali ich najmä Rybníčania, keď sa potrebovali dostať do Hronského Beňadika. Stačilo zahvízdať. Na psiarskom brehu kotvilo niekoľko lodiek a vždy sa niekto našiel, kto urobil prievozníka.

Zachovajú sa čajky?

Hron býval zdrojom obživy, ale bol aj hrozbou – pre povodne. Počas jednej z najväčších povodní v lete 1931 sa konala svadba. Svadobčania sa prevážali po dedine na čajke. Psiaranov prezývali korytári, lebo sa vraj počas povodní člnkovalo po dedine na obáracích korytách. V skutočnosti sa počas povodní vozili na čajkách. Zato deti rady brázdili vody Hrona na korytách. V zime zase počas prudkého odmäku hrozili ľadochody, ktoré nazývali zátkami. Ľady sa totiž v prudkých meandroch nakopili, zatarasili prietok vody a až keď vzdutá voda ľady zdvihla, pohli sa ľady ďalej – po najbližší meander.

Dnes je už v Hrone rýb omnoho menej ako kedysi. Môžu zato viaceré ekologické katastrofy v 60. rokoch 20. storočia, potom regulácie rieky a výstavba malých vodných elektrární. Tradičný lov do čerencov a sietí nie je povolený. Aspoň čajky by však bolo dobre na Hrone zachovať.

ŠTEFAN RÁCHELA

K športovaniu vedú škôlkarov, žiakov aj gymnazistov

Do projektu All Star School sa zapojila aj Katolícka spojená škola sv. Vincenta v Leviciach. Rozprávali sme sa s Máriou Farkašovou, riaditeľka školy.

Prečo ste sa rozhodli zapojiť do projektu All Star School? Čo bola najväčšia motivácia?

– Nakoľko naša škola má v školskom vzdelávacom programe zaradené rôzne športové aktivity, ktoré sú súčasťou nielen vyučovacích hodín telesnej a športovej výchovy, ale vhodným spôsobom vypĺňajú aj mimoškolskú činnosť žiakov, uvedený projekt umožnil prezentovať širšej verejnosti naše aktivity a aj mimoriadne výsledky, ktoré škola v športe dosahuje.

Akým športom sa vo vašej škole venujete?

– V rámci centra voľného času, ktoré je súčasťou spojenej školy žiakom na základnej škole ponúkame tenis, golf, gymnastiku, horolezecký a volejbalový krúžok, futbal, florbal, stolný tenis, moderný a folklórny tanec. Súčasťou telesnej a športovej výchovy na základnej škole je korčuliarsky kurz, základný a zdokonaľovací plavecký a lyžiarsky kurz. V organizačnej zložke Gymnázium sv. Vincenta de Paul ponúkame lyžiarsky kurz a kurz ochrany života a zdravia, v rámci ktorého majú študenti možnosť výcviku športového lezenia, jazdy na koni, športovej streľby, vodného lyžovania, splavovania a turistiky.

Aký majú deti vo vašej škole vzťah k pohybu?

– Už v našej materskej škole je pohyb prirodzenou súčasťou predprimárneho vzdelávania. Denne využívajú priestory malej a veľkej telocvične, pohybového štúdia, lezeckej steny, multifunkčného ihriska na všestranné pohybové aktivity.

Čo je podľa vás kľúčové pre to, aby sa pohyb stal každodennou súčasťou života detí?

– Každodenný pohyb je prirodzenou súčasťou vývinu dieťaťa, je len na rodinnom prostredí a škole, do akej miery sa mu budú venovať. Šport nie je len o víťazoch a tých najlepších, je o disciplíne, spolupatričnosti a vzájomnom rešpekte.

AKO SÚŤAŽIŤ?

Hlasovanie v súťaži prebieha vo všetkých regionálnych týždenníkoch MY do 30. apríla. Okrem cien pre víťazné školy sú pripravené skvelé ceny aj pre hlasujúcich čitateľov, ako napríklad futbalový kemp, hracia konzola alebo štýlový mobilný telefón. Do žrebovania o tieto ceny budú zaradení všetci hlasujúci, ktorí počas súťaže poslali niektorej z vybraných škôl správne vyplnený hlasovací kupón alebo hlasovali prostredníctvom ročného predplatného. Za jeden hlasovací kupón získa škola 5 online hlasov a za jedno ročné predplatné až 250 online hlasov. Tieto hlasy sa každý týždeň pripočítavajú k získaným hlasom z hlasovania na internete. Online hlasovanie prebieha na stránke www.mozebyt.sk/all-star-school/videa-hlasovanie/

(RED)