

Kalendár

Tradicia
od roku
1901

Zima 2017/2018
Nepredajné

Milovala ich aj cisárovná Sisi

Jaroslav Komora:
Letná sezóna bola jedna
z tých najúspešnejších

str. 2 - 3

D. Stadtherrová
aj o rehabilitácii

str. 4 - 5

Herec Vladimír Kobielsky
strávil v Bardejovských Kúpeľoch
nádherný Silvester

str. 8 - 9

str. 13

Váš príbeh:
Už viem, že chcem žiť!



Oáza zdravia a oddychu...

Jaroslav Komora:

Letná sezóna bola jedna z tých najúspešnejších

„Sú nádherné! Priznám sa, pobudla som už v mnohých kúpeľoch na Slovensku, ale najviac mi učarovali Bardejovské Kúpele. Nádherné prostredie, kúzelná príroda, história. Perfektný personál, služby.“ Takýto punc dala Bardejovským Kúpeľom jedna z náhodne opýtaných klientok, keď sme chceli vedieť, čo pre ňu znamená. Oslovili sme aj ďalších a zakaždým sme dostali podobnú odpoveď. Ved' kto by už z nás išiel tam, kde sa necíti dobre?



Tieto slová chvály patria najmä generálnemu riaditeľovi Bardejovských Kúpeľov Jaroslavu Komorovi, aj keď on stále prízvukuje, že úspech závisí od každého jedného zamestnanca. No na začiatku musí byť vízia... Ako je spokojný s ich naplnením?

Aj keď Bardejovské Kúpele „žijú“ po celý rok, predsa len leto u vás je bohaté na rôzne akcie. Aká teda bola tohtoročná letná sezóna?

- Čo sa týka letnej sezóny, mám taký vnútorný pocit, že to bola jedna z tých naozaj veľmi úspešných sezón. Je to dané aj tým, že sme v priebehu dvoch rokov zvýšili kapacitu Bardejovských Kúpeľov o 178 postelí, je to úžasné, dostali sme sa na číslo 1 190. Ako manažéra tejto spoločnosti ma teší to, že sme boli kontinuálne obsadení, samozrejme, nie na sto percent, to sa nedá, ale často neboli voľné izby. Čo ma ale obzvlášť teší je to, že sme nemali problémy so sťažnosťami. Kvalita sa držala napriek tomu, že tu bolo niekedy viac než tisíc ľudí, je to

naozaj náročné na bezproblémový servis. Bolo príjemné vidieť aj v exteriéri ako sa tí ľudia tu hemžili. Samozrejme, má to aj trochu negatívne stránky, pokiaľ ide o parkovacie kapacity. Budeme musieť spolu s mestom Bardejov uvažovať o vybudovaní záchytných parkovísk, aby sme si náš skvost, Bardejovské Kúpele, nezničili. Máme jednak kúpeľných hostí, očakávame okolo 23 tisíc s priemernou dĺžkou 9 a pol dňa, no okrem nich v priebehu letnej sezóny, od mája do septembra, máme aj veľmi veľa jednodňových návštevníkov. A práve podľa štatistiky, ktorú si robíme, je ich zhruba 200 tisíc, teda priemerne 40 tisíc za jeden mesiac. Niekedy máme víkend, keď tu máme nejakú kultúrnu akciu, kedy príde 2 a pol až 3 tisíc ľudí.

Hovoríme o náraste počtu návštevníkov, čomu to prikladáte?

- Veľmi nám pomohlo, že sme v minulom roku otvorili hotel Alexander. No určite nám, z hľadiska budova-



nia génius loci, k atraktivite prispel hotel Alžbeta, kde cisárovná Alžbeta v roku 1895 strávila viac ako tri týždne. Je tam mini múzeum, vstupné foyer je zariadené tiež takým dobovým systémom. Samozrejme, v ďalšom období sa budeme musieť zamerať na exteriéry, dobudovať a zrekonštruovať ubytovacie kapacity, ktoré tu ešte máme. Niektoré sú totiž v schátralom stave.

Záujem hostí je tým najlepším ohodnotením...

- Táto sezóna bola naozaj excelentná. Dôležité je aj to, že sa u nás stráca sezónnosť, teda záujem klientov o pobyť v kúpeľoch je po celý rok, čomu som veľmi rád. Jednak kvôli tomu, že môžeme produkovať väčšiu pridanú hodnotu a aj kvôli tomu, že už máme zamestnancov, ktorých sme prijímali len na čas určitý a teraz postupne ostávajú na stály pracovný pomer. Je to výhodné pre nich a, samozrejme, aj pre štát, tak sa platia určitým spôsobom dane.

Samozrejme, že život prináša aj tie negatíva.

- Z hľadiska fungovania sme zdravotnícke zariadenie, a tu trošku negatívne vnímam to, že nie stále sa nám dá vyrokovať v súvislosti s mzdovými záležitosťami. My máme cenu práce regulovanú u zdravotníckych pracovníkov, čiže akceptujeme rozhodnutie vlády, ktorá každý rok valorizuje platy od

sanitárky až po lekára. To je, samozrejme, veľmi dobré, ale my by sme potrebovali jemne valorizovať aj výstupy cez zdravotné poisťovne, čiže cenu za tie práce. Zatiaľ to ale zvládame.

Kto tvorí klientelu vašich kúpeľov?

- Dnes máme väčšinou slovenskú klientelu, no máme klientelu z Čiech, niečo z Izraela, niečo z Poľska. Malý počet je z Ukrajiny a Ruska. Hlavný problém, ktorý v tejto súvislosti vnímam, spočíva v dopravnej dostupnosti. Ešte v roku 2014 bola pravidelná linka Krakov Moskva, lietalo lietadlo s kapacitou okolo 70 cestujúcich. Keď sa firma dostala do ekonomických problémov, skončila a dnes sa môžete dostať do Moskvy z Bratislavy, Viedne, Varšavy. Chodíme pravidelne na výstavy do Moskvy, Kyjeva, aby sme ostali v obraze, ale nejako extra sa tu neangajujeme. Sústreďujeme sa na záujem občanov Slovenska. Tu sme úspešní, veľmi nám pomohol nový hotel Alexander, ktorý funguje v pozícii ako kongres wellness, spa, je to také kondičné wellness spa. Som veľmi rád, že aj napriek tomu, že sme trošku ďalej od centrálnych oblastí Slovenska, sa nám darí v kongresovej a incentive turistiky napredovať. Zvyšuje sa objem akcií kongresového charakteru, sme schopní robiť kongresy rádovo do tristo ľudí.

V minulom rozhovore ste spomínali, že máte záujem o spoluprácu s poľským kúpeľným mestom Krynica...

- Kúpeľné mesto Krynica je kúsoček od nás, chceli sme v rámci cezhraničnej spolupráce pripraviť nejaké projekty, no, bohužiaľ, čo boli teraz výzvy, my sme neboli oprávnení žiadatelia, lebo by sme potrebovali minimálne 70 percent osôb verejného sektora. Idú do toho mestá, samosprávy, VUC-ky... Je to problém, v Krynici sú kúpele štátna firma, takže sa môžu zapojiť do projektov. My ale stále hľadáme nejaké príjmy z tejto oblasti, aby sme sa mohli etablovať aj v tomto segmente spolupráce.

Pripravujete aj nejaké novinky?

- Čo sa týka štruktúry procedúr, tam sme za posledný rok nejaké zásadné zmeny nerobili. Už druhý rok sme ale vsadili na individuálnu rehabilitáciu, myslím si, že máme jednu z najšpičkovejších na Slovensku. Ľudia sú školení na špecializovanom pracovisku v Hradci Králové v Českej republike, čo je záruka odbornosti. Je vidieť, že klientov na ochorenie pohybového aparátu máme bohato. Je veľký záujem o takéto pobyty v hoteli Alexander, tie stále nejakým spôsobom korelujeme s kalendárnym obdobím, napríklad aj jesenné či zimné pobyty ponúkame s určitými vstupmi. Kapacita hotela je 150 postelí a zrejme v krátkom horizonte budeme musieť hľadať kapacity pre ďalšie procedúry, nakoľko

počet klientov dosiahol taký rozmer, že prevádzka je už napnutá. V najbližšom období budeme musieť v tejto oblasti zvýšiť aktivity a hľadať pracoviská, aby sme mohli uspokojiť záujem. Súvisí to aj so zmenou štruktúry hostí. Dnes máme veľa klientov samoplatcov, ktorí chodia na dva až päť dní, a chcú dostať zaujímavé procedúry.

Hovoríme o samoplatcoch, je ich veľa?

- Päťdesiatpäť percent tržieb alokujeme zo zdrojov verejného zdravotného poistenia. Ten zvyšok, teda štyridsaťpäť percent tržieb tvoria príjmy od samoplatcov, ambulantnej starostlivosti, kongresov, ktoré tiež významne prispievajú k tržbám. Sú tam aj príjmy z prenájmov, core biznisu... Veľmi dobre sa nám osvedčilo fungovanie polikliniky Remedium, ktorá je 100 percentnou dcérskou spoločnosťou Bardejovských Kúpeľov. Máme osem ambulancií, kde poskytujeme štandardné zdravotnícke služby. Máme uzatvorené zmluvy so zdravotnými poisťovňami.

Zvlášť dámy veľmi oceňujú, že súčasťou služieb je aj Beauty Studio.

- Tu by sme radi trochu išli do doplnkových služieb. Rokujeme s jednou pani doktorkou, aby sme mohli rozšíriť naše služby v oblasti jednoduchej estetickej medicíny. Chceli by sme to spojiť s beauty. Kozmetičky totiž môžu robiť len kozmetické úpravy, no lekář už môže robiť malé invazívne zákroky v rámci lokálnej anestézy. Považujem to za takú malú novinku, ktorá posunie služby na vyšší level.

Turistov či hostí lákajú atrakcie...

- Chceme v takom kratšom horizonte urobiť z jednej národnej kultúrnej pamiatky šarišskú karčmu, s tým, že to máme už predschválené s pamiatkovým úradom. Myslí si, že by to veľmi pomohlo tomuto regiónu, nášmu folklóru. Teší ma, že s prispenním VÚC sa rekonštruuje Šarišská vila, ktorá patrí Šarišskému múzeu. Je to skvost, zaslúži si nový šat.



MUDr. Dagmar Stadtherrová:

MUDr. Dagmar Stadtherrová pracuje v ambulancii fyziatrie, balneológie a liečebnej rehabilitácie v Poliklinike Remedium. Výber tohto odboru nebol v jej prípade náhodný. Prečo? Nielen o tom, ale omnoho ďalšom zaujímavom, je náš rozhovor s touto sympatickou lekárkou.

Začneme klasickou otázkou, prečo ste si vybrali práve medicínu a vašu špecializáciu?

- Na klasickú otázku, klasická odpoveď. Medicínu som si vybrala preto, lebo som chcela liečiť ľudí, pomáhať, uzdravovať. Rehabilitácia má zasa blízko k športu, ktorému som sa od detstva venovala a preto bol mojou voľbou odbor zaoberajúci sa liečbou ochorení pohybového aparátu.

Ako ste sa pracovne dostali do Bardejovských Kúpeľov?

- Do Bardejovských Kúpeľov ma priviedla náhoda, keď som sa od kolegu dozvedela o voľnom mieste rehabilitačného lekára, po odchode predchádzajúcej lekárky. Bola to pre mňa možnosť rozšíriť si svoje znalosti aj o balneológiu a balneoterapiu /kúpeľníctvo/.

Kúpeľná liečba poskytuje zdravé prostredie, dostatočný relax, diétne stravovanie, liečivé procedúry a dostatok pohybu

Čo predstavuje ambulancia fyziatrie, balneológie a liečebnej rehabilitácie?

- Odpoviem skôr vo všeobecnosti, čo je úlohou rehabilitácie ako takej. Úlohou rehabilitácie je prinavrátiť človeka,

postihnutého chorobou, úrazom, vrodenu vývojovou vadou, čo možno najrýchlejšie a optimálne do plnohodnotného života. Zaoberáme sa človekom, ktorého funkcie - telesné, duševné, sociálne - sú poškodené, a to dočasne alebo natrvalo. Využívame prostriedky liečebnej rehabilitácie a to fyzikálne, balneologické a kineziterapeutické (liečebná telesná výchova, špeciálne pohybové metódy).

Rehabilitácia, ako taká, sa využíva takmer vo všetkých medicínskych odboroch.

Kto sú vaši najčastejší pacienti? Možno máme predstavu, že tu ide predovšetkým o ochorenia chrbtice...

- V ambulancii sa najčastejšie stretávam s neurologickými, ortopedickými a traumatologickými diagnózami. Z traumatológie sú to predovšetkým poúrazové stavy, a teda aj športové poranenia, z neurologických diagnóz sú to poškodenia medzistavcových platničiek chrbtice, či už v krčnom či v driekovom úseku. Patria už takmer k civilizačným ochoreniam, a s týmto poškodením k nám prichádzajú aj adolescenti vo veku 15, 16 rokov. Z ortopedickej oblasti spomeniem pacientov s opotrebovaním kĺbov, tzv. artrózou, najčastejšie bedrových a kolenných kĺbov, a aj pacientov po ich výmene - implantácii totálnej endoprotézy. Z internej oblasti spomeniem aspoň stavy po cievnych mozgových príhodách. Diagnóz, s ktorými pacienti prichádzajú, je veľmi veľa a, ako som už spomínala, sú z rôznych medicínskych odborov.

Sú choroby chrbtice daňou za spôsob života, aký dnes žijeme?

- Vzhľadom na to, že v minulosti neexistovali vyšetrovacie metódy ako napríklad počítačová tomografia alebo magnetická rezonancia, nevieme posúdiť, nakoľko mali naše babky a dedkovia, pri svojej fyzickej práci poškodenú chrbticu, no moderný životný štýl, spojený hlavne s nedostatkom pohybu, dlhodobým statickým preťažovaním (mobily, tablety, notebooky), je jedným z faktorov zodpovedných práve za ochorenia chrbtice.

Aké sú najčastejšie príčiny ochoreni vašich pacientov?

- Príčinou ochoreni chrbtice je hlavne vyššie spomínaný životný štýl, málo pohybovej aktivity, už od detského veku, statické a jednostranné preťažovanie chrbtice, alebo zase naopak - nadmerná, nevhodne vykonávaná fyzická záťaž, ale aj nesprávne vykonávanie bežných pohybov, bez znalosti tzv. školy chrbta /ako sa správne zohnúť, ako dvíhať predmety, ako správne sedieť a pod./ Ďalšou príčinou je zlá, nesprávne zložená strava a jej nadmerná konzumácia, ktorá je zodpovedná za vznik obezity a tá je zas príčinou preťažovania nielen chrbtice, ale aj váhonosných kĺbov. Ďalším faktorom, ktorý spôsobuje ťažkosti s chrbticou, je v neposlednom rade i stresový spôsob života, podieľajúci sa na zvýšení svalového napätia. Ďalšou skupinou ochoreni

sú poúrazové stavy, ako napríklad zlomeniny, vyvrtnutia kĺbov, amputácie. Starnutie a opotrebovanie chrbtice a kĺbov sa podieľa na ďalšom počte pacientov v ambulancii. U detí a mládeže nesprávny životný štýl vedie k zlému držaniu tela, plochým nohám, skoliózam.

Dá sa im prechádzať a ako?

- V mnohých smeroch sa dnešná spoločnosť, s vymoženosťami modernej doby, vracia do dôb minulých. Do veľkosti sa vracajú bicykle ako dopravné prostriedky, nielen preto, aby chránili životné prostredie, ale prispievajú k pohybu, ktorý moderným ľuďom tak veľmi chýba. Ľudia, žijúci vo veľkých mestách, si kupujú chaty a chalupy na vidieku, vracajú sa aspoň počas víkendov a sviatkov k starému spôsobu života, bez stresu, v prírode, s dostatkom pohybu. Áno, je to akási kompenzácia nezdravého životného štýlu, ktorý žijeme. Takouto pomocou môže byť práve i kúpeľná liečba, poskytujúca zdravé prostredie, dostatočný relax, diétne stravovanie, liečivé procedúry a dostatok pohybu. Myslím si, že každý človek si môže zvoliť svoj typ športu, ktorý mu vyhovuje, s prihliadnutím na svoj vek, telesnú hmotnosť a ostatné interné ochorenia.

Sú dnes liečebné metódy iné ako trebárs pred desiatimi či dvadsiatimi rokmi?

- Niektoré áno, niektoré nie. Rehabilitácia stále využíva

na liečbu prastaré metodiky napríklad akupunktúru, bankovanie, jogu a ďalšie iné, a dopĺňa ju liečbou modernými fyzikálnymi prístrojmi, ktorých rozvoj sa stále zdokonaľuje, rovnako ako aj v iných medicínskych odboch, no napríklad vývoj rôznych masážnych kresiel stále nedokáže nahradiť teplo a energiu rúk maséra a rehabilitačného pracovníka. Naše fyzikálne prostriedky majú vo všeobecnosti predovšetkým protibolestivé, protiopuchové, protizápalové a svalstvo uvoľňujúce účinky, a hlavne tie využívame pri liečbe našich pacientov.

Aké prostriedky sa využívajú v rehabilitácii?

- V liečbe ochoreni pohybového aparátu liečebná rehabilitácia využíva fyzikálne prostriedky ako sú mechanoterapia (trakcia, masáže, mäkké techniky, mobilizačné a manipulačné techniky...), svetloliečbu (najčastejšie biolampa, laser a solux), elektroliečbu (množstvo prístrojov na trhu), kryoterapiu (liečba chladom), termoliečbu (parafín, parafango.), vodoliečbu, vákuovú terapiu, liečebné využitie oxidu uhličitého (plynové injekcie, suchý uhličitý kúpeľ). Ďalšou zložkou v liečebnej rehabilitácii je využitie balneologických prostriedkov, a to minerálnych vôd, prírodných plynov a peloidov, vo vhodnom klimatickom prostredí. A treťou, neoddeliteľnou, súčasťou rehabilitácie je kineziológia,

čiže využitie pohybu v liečbe pacientov pomocou špeciálnych pohybových metód. V rehabilitácii sa na liečbe pacienta podieľa nielen lekár - fyziater, ale aj rehabilitačný pracovník (fyzioterapeut), masér a zdravotná sestra. V niektorých prípadoch aj logopéd (pri poruche reči po cievnych mozgových príhodách), protetik (pri vyhotovení napríklad protéz po amputáciách končatín, vyhotovení korzetov a pod.).

Na chvíľu nahliadnime aj do vášho súkromia. Čo pre vás znamená vaša rodina?

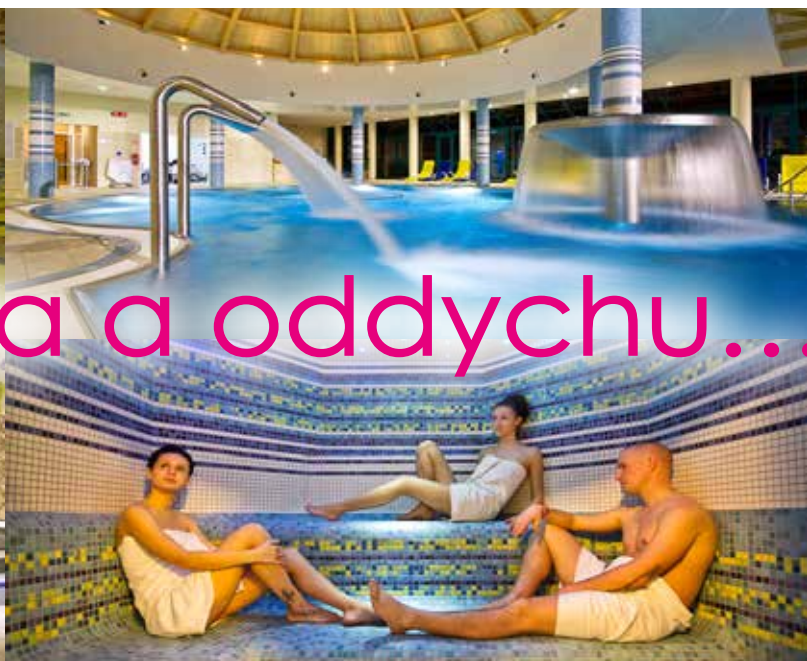
- Odpoviem jedným slovom - všetko...

Ako vy osobne „kompenzujete“ pracovné vyťaženie? Čo najradšej robíte vo voľnom čase?

- Svoje pracovné vyťaženie kompenzujem, ako vyplýva z mojich predošlých vyjadrení, práve pohybom a športom. V lete rada plávam, v zime lyžujem, korčuľujem, celoročne behám, väčšinou s mojim veľkým psom a hrávam volejbal. No pri nadmernej únave rada ležím, trebárs na pláži, čítam knihy a lúštim napríklad sudoku.

Máte svoje obľúbené miesto v Bardejovských Kúpeľoch, ktoré by ste odporučili si pozrieť?

- Keďže Bardejovské Kúpele nie sú veľké, mám ich rada ako celok. Ich pokojné prostredie, prírodu, relax, ktorý ponúkajú, v dnešnej stresujúcej a uponáhľanej civilizovanej dobe.



...oáza zdravia a oddychu...

ROK 2017

v Bardejovských Kúpeľoch: atraktívne podujatia, zaujímaví hostia

Nielen liečia, ale sú aj miestom atraktívnych podujatí. Bardejovské Kúpele sú čoraz viac veľkým lákadlom pre tých, ktorí radi trávia voľné dni v obkolesení nádhornej prírody a pri dobrej zábave. Sú naozaj jedným z najlepších miest severovýchodu Slovenska pre strávenie voľného času.

K najatraktívnejším podujatiam roku 2017 v kúpeľoch už tradične patrilo otvorenie kúpeľnej sezóny, Medzinárodné hudobné leto, Bardejovské kúpeľné dni, Alžbetínsky deň, Pivný festival a Hornošarišský Vínny festival.

Počas vrcholu letnej sezóny bývajú Bardejovské Kúpele už niekoľko rokov za sebou vypredané. Ináč to nebolo ani v tomto roku. Mnohí klienti si tradične rezervujú pobyty práve v čase konania atraktívnych podujatí kultúrneho leta, aby si vychutnali ich nezameniteľnú atmosféru. Napriek nemalým nákladom na ich konanie si kúpele udržia-

vajú tradíciu výnimočnosti práve takými podujatiami.

Slávnostné otvorenie kúpeľnej sezóny sa konalo 2. júna 2017. Malo prívlastok jubilejné, bolo už dvadsiate za sebou. Jeho súčasťou bolo už tradičné požehnanie minerálnych prameňov na kúpeľnej kolonáde za účasti zástupcov cirkví v okrese Bardejov – rímskokatolíckej, gréckokatolíckej, pravoslávnej a evanjelickej. Večerný galaprogram si vychutnali pozvaní hostia, obchodní partneri, klienti kúpeľov a aj zamestnanci.

Počas celého leta si mali návštevníci Bardejovských Kúpeľov naozaj z čoho vybrať. Svoj koncert ponúkol Thomas Puskaier, Katka Koščová, hudobná skupina Muzikanci Pozberanci, hudobno – spevácka skupina Sami sebe. V júni mohli kúpeľní hostia znova obdivovať výstavu ruží a ľalií.

Tretieho júla odštartoval 63. ročník Medzinárodného hudobného leta. Pódium pri Kúpeľnej kolonáde tak až do druhého septembra patrilo nádherným koncertom klasickej hudby

v podaní orchestra Cassovia Ensemble Košice a Prešovského salónneho orchestra. Súčasťou tohto podujatia bol aj cyklus desiatich večerných koncertov vážnej hudby v koncertnej sále hotela Astória.

Samozrejme, ani nechýbal v poradí už 14. ročník akcie Bardejovské kúpeľné dni spojené s bohatým kultúrnym programom. Súčasťou podujatia boli aj atrakcie a rôzne animačné aktivity pre deti či prezentácia a predaj tradičných remeselných a iných výrobkov.

V auguste v kúpeľnej kolonáde kralovali nádherné gladioly, ich výstava bola pastvou pre oči. Pod „štrnástkou“ sa niesol aj Alžbetínsky deň, obľúbený pamätný deň, ktorý sa realizuje na počesť návštevy cisárkovej Alžbety – Sisi, ktorá v Bardejovských Kúpeľoch strávila dva týždne.

Začiatok septembra v kúpeľoch patrilo Prehliadke dychových hudieb a Pivnému festivalu. Veľkým lákadlom pre hostí bol aj Hornošarišský vínný festival s bohatými sprievodnými akciami a kultúrnym programom.



Koniec roka, ale aj prvé mesiace toho nového, sú skvelou príležitosťou urobiť niečo navyše pre svoju pleť. Má to hneď niekoľko výhod: určite budete vyzerat' mladšie, spokojnejšie a aj sebedovome. Ruku na srdce - ktorá z nás by nechcela byť krásnou?

Nie nadarmo sa hovorí, že prvý dojem môže človek urobiť len raz. Každá z nás si mnohokrát kladie otázku, či starostlivosť, ktorú svojej pleti venuje, je správna, postačujúca, či zodpovedá podmienkam, ktorým ju vystavujeme. Túžbou žien všetkých vekových kategórií je dokonalá pleť. V Beauty studiu sa o vás dokonale postarajú. Vybrať si môžete rôzne kozmetické kúry pre ošetrovanie všetkých typov pleti. „Využívame na to jedinečnú kozmetiku. Máme pripravené ošetrenia ako masky, peeling, povrchové a hĺbkové čistenie pleti, a kúry na tvár určené na redukciu vrások, na ošetrovanie akné, na citlivú pleť, na zrelú pleť a ďalšie,“ hovorí Martina Horváthová, špecializovaná kozmetička.

Čo tak vyskúšať niektoré kúry? Určite, lepšie ste sa nemohli ani rozhodnúť. Samozrejme, že sme sa do Beauty studia vybrali aj my. „Najprv by som odporučala diagnostiku vašej pleti a na základe toho by sme spolu vybrali tú najlepšiu procedúru,“ vysvetľuje nám Martina Horváthová. Nuž čo, chvíľa pravdy prichádza. „Začali by sme s ESTHEDERM - ošetrovanie INTENSIVE BALANCE. Odporúčam sa pre ciele riešenie

niektorej z dysfunkcií pleti ako sú dehydratácia, citlivosť alebo nadmerný mazotok. Intenzívne naštartuje dlhodobé prevýchovné procesy pleti, ktoré podporíte doma tréningom pleti podľa odporúčania kozmetičky. Ošetrovanie pozostáva z niekoľko fáz. Čistenie pleti hĺbkovo a ultra-jemne vyčistí pleť a pripraví ju na ďalšiu starostlivosť. Celulárny koncentrát účinkuje v srdci buniek, reprogramuje a reštartuje jej životný cyklus. Používajú sa špeciálne intenzívne hydratačné - desenzibilizačné - čistiacie masky podľa potreby pleti. Pleť sa intenzívne a hĺbkovo stabilizuje a rieši jej nerovnováhu. Súčasne získava svoj komfort a je intenzívne naštartovaná k tomu, aby začala fungovať správne a stala sa normálnou,“ vysvetľuje Martina Horváthová.

Súčasne predstavuje aj ďalšiu zaujímavú možnosť ošetrovania pleti. „Mnohé dámy si veľmi chvália Intenzívne ošetrovanie, ktoré stimuluje pleť. Pôsobí proti vráskam, únave pokožky, nerovnomernému zafarbeniu a povrchovým nedokonalostiam pokožky. Odstránia sa odumreté bunky, dodá sa kyslík. Výsledkom je vypnutá pleť. Takisto sa podporia sa prirodzené procesy v pokožke. Najprv sa pleť hĺbkovo a ultra jemne vyčistí, aby sa pripravila na ďalšiu starostlivosť. Potom sa aplikuje gélový peeling, ktorý jemne a šetrne odstraňuje mŕtve bunky z hornej rohovej

vrstvy. Oxy-terapia zvyšuje prirodzenú oxidáciu kožného tkaniva. Dokonalý výsledok intenzívnych produktov s kyselinou hyaluronovou, spirulinou alebo aha peel sú tou povestnou čerešničkou na torte. Vrásky sa vyhladia, farba pleti sa zjednotí, dostáva novú energiu, je pružnejšia a pevnejšia,“ dodáva Martina Horváthová.

Návšteva kozmetičky by mala byť súčasne aj príjemným relaxom. „ESTHEDERM - ošetrovanie OS-MOCLEAN je určené pre všetky typy pleti. Je ultra jemné a pritom hĺbkové čistenie pleti, ktoré si dokonale užijete. Ošetrovanie kombinuje viacero techník a produktov Institut Esthederm na odličenie a vyčistenie pleti, ako aj na hĺbkové vyčistenie pórov a jemné odstránenie povrchových nedokonalostí pleti. Pleť bude do hĺbky vyčistená,“ ponúka ďalšiu skrášľovaciu kúru Martina Horváthová.

Stres, nezdravý spôsob života sa podpisuje aj na našej pleti. Zabudnite na vrásky, pigmentové škvrny, mdlú a udusenú pleť spôsobenú smogom a fajčením. Ako? Návod ponúka Martina Horváthová: „Toto ošetrovanie odstráni z vašej pleti odumreté bunky, dodá jej kyslík, reštartuje ju a spevňuje. Vrásky a pigmentové škvrny sú minimalizované a póry sa zmenšujú. Unikátna dermo-estetická technika kombinuje pleťový peeling s kozmetickým efektom „Oxyterapie“ a produktami z radu Intensive Vitamin

A alebo Intensive Vitamin C. Oxy-terapia zvyšuje prirodzenú oxidáciu kožného tkaniva. Produkty Intensif Vitamin A pôsobia proti vráskam, nerovnostiam pleti a Intensif Vitamin C pôsobí na bielenie pleti. Vrásky a ryhy budú vyhladené. Pigmentové škvrny minimalizované. Póry budú zmenšené.“

Po štyridsiatke postupne prichádzajú hormonálne zmeny, ktoré poznačia aj pleť. „ESTHEDERM - ošetrovanie CYCLO je inovatívna a vysoko efektívna starostlivosť o tvár odovzdávajúca na hormonálne zmeny, ktoré sa prejavujú po 45 roku veku s okamžite viditeľnými výsledkami pre pevnejšiu, plnšiu, pružnejšiu pleť a vyhladenie vrások. Vďaka špeciálnej masáži zo salóna zároveň odídete relaxovaná a detoxikovaná. K celkovej obnove a omladeniu zrelej pleti dochádza vďaka kombinácii: hĺbkového čistenia, ultra-jemného peelingu pleti, masáži a produktom z radu Cyclo System. Pleť bude úplne obnovená, pevnejšia, plnšia, pružnejšia vrásky budú vyhladené,“ radí Martina Horváthová.

Našli ste si aj vy procedúru, ktorá podľa vás najlepšie vyhovuje stavu vašej pleti? Odporúčame vám, neváhajte ani minútu a určite zájdite do Beauty studia. Nájdete tam ten najlepší balzam nielen na vašu pleť, ale určite aj na dušu. Buďte krásne a spokojné so sebou samými...

BUĎME
krásne a spokojné
SO SEBOU...

VLADIMÍR KOBIELSKÝ:

Šarmantný herec, východniar Vladimír Kobielský je všetkým známy najmä z nekonečného seriálu Panelák, ale aj z Búrlivého vína. O tom, čo ho baví, ako rád relaxuje, ale hlavne o tom, či ma rád leňošenie v kúpeľoch, nám prezradil v nasledujúcom rozhovore.

„Silvester v Bardejovských Kúpeľoch bol super. Veľmi príjemné prostredie a úžasný personál“

Kde sme vás práve zastihli?

■ U vás na východe, kde sme hrali divadelné predstavenie Na koho to slovo padne, ktoré hrávam už dvadsať rokov s partičkou mojich spolužiakov a to s Lukášom Latinákom, Jurajom Kemkom, Mariánom Miezgom a Robom Jakabom. Je to komédia, boli sme s ňou v Poprade, Prešove a aj v Košiciach.

Vieme, že natáčate. Na čom konkrétnom práve pracujete?

■ Natáčam nový seriál Oteckovia. Je to denný komediálny seriál o životoch štyroch rôznych oteckov a ich rodinách. Ja som jedným z nich, mám dve manželky, s jednou mám dve deti a ešte mám úplne novú manželku, s malým dieťaťom. Takže behám medzi mlynskými kameňmi, lebo hrám postavu s charakterom, kto-

rý chce každému vyhovieť a nedarí sa mu.

Aj v reálnom živote sa vám stáva, že chce vyhovieť viacerým ľuďom a nejde to?

■ Niekedy si asi človek musí povedať, že sa to proste nedá, proste človek musí byť trochu egoista. Samozrejme, že sa snažím ľuďom vyhovieť, keď sa to dá, veď aj vám sa teraz snažím vyhovieť, keď sa s vami rozprávam (smiech).

Pred rokmi ste podnikali, mali ste obchod so zmiešaným tovarom. Prečo ste biznis zavesili na kliniec? No podnikáte aj ďalej, ale v inej sfére. Stíhate, dá sa to?

■ Viete, ja vôbec nepodnikám, to sú len také reči. Ja som kedysi podnikal, všetko som predal a nechal to spoločníkovi. Potom som sa prihlásil na

Vysokú školu múzických umení a odvety sa venujem herectvu a živím sa mojou profesiou.

Vraj nemáte rád popularitu, no odkedy ste v Paneláku, ste populárny stále viac. Ako sa s tým vyrovnávate?

■ Televízny efekt je taký, že vás ľudia stretávajú na ulici, chcú sa odfotiť, alebo chcú autogram. Tá po-

pularita s týmto ide ruka v ruke. Samozrejme, niekedy mám pocit, že som ľudoplachý a rád by som bol niekde sám, ale taký je ten náš život hercov.

Narodili ste sa vo Vranove nad Topľou. Rád chodievate na východ?

■ Môj otec istý čas pracoval v Čiernej nad Tisou, tak sme bývali aj tam. Na



Sympatický herec si zahral aj v nekonečnom Paneláku.



východ chodievam rád, aj nedávno som bol navštíviť svojich rodičov. Vždy, keď je príležitosť, tak k nim zabehnem. A mám tam aj priateľa z detstva, to sú také ozajstné kamarátstva a ja si ich veľmi cením.

Zahrali ste si aj vo videofilme s názvom Zlatá podkova, zlaté pero, zlatý vlas. Ako si na to spomínate dnes?

■ Bol to životopis rozprávkara Pavla Dobšinského a hral som jednu z jeho životných etáp. Okrem toho som si zahral v mnohých povestiach.

Keby prišla ponuka, aby ste si zahrali v rozprávke, potešilo by vás to?

■ No, tak asi si by to nebola ponuka na rolu princa, to už je nenávratne za mnou. Ja som však rád, lebo som si ich zahral naozaj požehnané. Keby takáto ponuka prišla, určite by som do nej šiel. Pre mňa je tento žáner, určený pre detského diváka, veľmi zaujímavý a prajný. Priznám sa, s chuťou by som sa do takejto ponuky vrhol. V konečnom dôsledku, nové rozprávky, ktoré sa natočia, vždy majú na Vianoce obrovskú sledovanosť. Divák akoby bažil a túžil po

pôvodných rozprávkach. Škoda, že sa ich točí tak málo.

Zatancovali ste si v tanečnej súťaži, tanec vás očividne baví. Aké športy sú ešte tie vaše?

■ Žiadne. Ja som kaviarský typ (smiech). Milujem kaviarne, sedieť na kávičke a rozprávať sa o športe, aké je to ťažké. No pre súťaž som musel spevniť telo a tak som chodil do posilňovne a aj som chcel schudnúť. To boli také motivácie, pre ktoré som ponuku do Let's Dance aj prijal. Vyšlo mi to a aby som z toho úplne nevypadol, tak som skončil prasklinou na ľavej nohe,

tak sa musím šetriť. Ale potom sa budem venovať znovu cvičeniu v posilňovni.

Blížia sa Vianoce. Ako ich budú prežívať vaše deti Klára (9) a Kristián (12)?

■ Pre mňa sú Vianoce obdobím, keď sa to všetko zastaví, keď všetok zhon a pracovné nasadenie opadne a som medzi najbližšími a môžeme si užívať tie krásne spoločné chvíle pokoja a lásky. Budeme doma, pri stromčeku a potom, v januári, idem na lyžovačku s mojimi rodičmi na východe Slovenska.

Hrali ste v Paneláku, bývate v rodinnom dome. Viete si predstaviť, že aj s deťmi by ste naozaj bývali v paneláku?

■ Priznám sa, vyhovuje mi život v rodinnom dome, celé detstvo som bol panelákový typ, tak som túžil mať kúsok zeme okolo seba. A aby moje deti vedeli, že ovocie nie je len z hypermarketu, ale že sa to dá dopestovať v záhrade.

Na dovolenke pri mori ste rybáčili. Chytíte kapra pre rodinu na Vianoce?

■ Nie, kdeže by som sa ja vybral niekde s udicou, kapra kúpim. Keď boli

deti malé, kapry plávali vo vani, ale dnes už ryby kupujeme.

Dnes je „in“ navštevovať wellness pobyty, nechať sa rozmaznávať masážami, jednoducho užívať si relax. Ako je to vo vašom prípade?

■ Priznám sa, nie som z tých, ktorý by miloval, keď sa ma dotýka cudzí človek, takže masáže neobľubujem. Ale kúpele majú pre mňa svoje čaro, minulý rok som Silvestra strávil v Bardejovských Kúpeľoch, kde je naozaj veľmi príjemné prostredie a úžasný personál. Bol som tam s celou mojou rodinkou, dopriali sme si silvestrovský pobyt. Absolvoval som aj niektoré procedúry, namočili ma do nejakej liečivej vody, nechali ma vyhrievať sa, bolo to úžasné! Tie perličkové kúpele, tak toto mám rád. A vlastne, celé prostredie Bardejovských Kúpeľov je skutočne ozdravujúce, nik sa nikde neponáhla, všetci sa usmievajú. Bol som tam aj nedávno, lebo sme tam hrali predstavenie. A v čase, keď som tancoval v Let's Dance, dokonca mi pani riaditeľka umožnila trénovať v sále a my sme trénovali na televízny prenos priamo v kúpeľoch.

Foto: www



„V čase, keď som tancoval v Let's Dance, dokonca mi pani riaditeľka umožnila trénovať v sále a my sme trénovali na televízny prenos priamo v Bardejovských Kúpeľoch,“ prezrádza sympatický herec.

Cisár Alexander, cisárovná Sissi či Lávka priateľstva

Určite nám dáte za pravdu, že každé ročné obdobie má svoje čaro. Aj keď sú prechádzky v lete vyhľadávanejšie, tie zimné odkrývajú iný uhol pohľadu. Tentoraz nás za krásami Bardejovských Kúpeľov a okolia bude spravádzať generálny riaditeľ Jaroslav Komora.

ČO
MUSÍTE VIDIEŤ
V BARDEJOVSKÝCH
KÚPEĽOCH

pozrite si tu historickú koncertnú sálu, sal, ktorá je naozaj prekrásna. Slúži pre produkciu koncertných diel, pojme 80 poslucháčov.

takisto inštalovaný v skanzene. V priebehu niekoľkých mesiacov sa v kúpeľoch dokončí pravoslávny chrám, s prekrásnymi kupolami.

Fascinujúca príroda

Víkendy v kúpeľoch sú najlepším časom na prechádzky do okolia. Je naozaj z čoho vyberať. Sú tu príjemné prechádzky aj pre ľudí, ktorí nie sú až tak fyzicky zdatní, je veľmi vyhľadávaná kyslíková dráha, ktorá má zhruba 800 metrov. V okolí sú pre mladých tri single trasy. Je to túra z horného kúpaliska na Čerešňu. Pre tých ozaj zdatných je vhodná túra na Sedlickú Maguru, ktorá má 899 metrov nadmorskú výšku. Na konci dvojhodinovej prechádzky vás čaká nádherný výhľad na Ondavskú vrchovinu. V okolí Bardejova nájdete aj zaujímavé cyklotrasy.

Samotné kúpele majú po dĺžke, smerom zdola nahor, približne 1700 metrov. Potrebujete pol dňa na to, aby ste počas tejto prechádzky spoznali tie najzaujímavejšie miesta. Začneme na pravej strane pri vstupe do hotela Alexander. Je to pôvodný hotel Minerál, ktorý je premenovaný na počesť cára Alexandra I. Ruský cár Alexander I. navštívil Bardejovské Kúpele v roku 1821. Zastavil sa tu cestou z mierového kongresu po napoleonských vojnách, ktorý sa konal v Ľubľane. Ochutnal vodu z Lekárskeho prameňa a zachoval sa aj pohár, z ktorého pil. Cár sa zúčastnil aj na skvelom bankete a údajne sa na ňom tak dobre cítil, že spontánne zvolal: „Tu žiť a zomrieť“.

Na hlavnej ulici prejdete popri dvoch budovách. Jedna je pizzeria a druhá je najstaršia budova, je to Tai dvor, ktorý je z roku 1777. Je to prvý hostinec, ktorý tu postavili arménski kupci.

Ide sa ďalej ku kúpeľnému parku smerom k soche cisárovnej Alžbety. Po pravej strane by ste určite mali aspoň očami prebehnúť prekrásnu scenériu hotela Astória. Hotel Astória je historickou dominantou Bardejovských Kúpeľov a nachádza sa v ich centre priamo oproti kúpeľnej kolonáde. Hotel bol postavený v roku 1898 a pri výzdobe fasády a výtvarnej výzdobe interiéru bola použitá neorenesančná a neobaroková ornamentika. Pokiaľ máte chuť,

A pred nami je prekrásna bronzová socha cisárovnej Alžbety, ktorá tu v roku 1895 strávil tri týždne. V roku 1903 jej obdivovateľa spravili verejnú zbierku a maďarský sochár Gyula Donáth odlial túto prekrásnu sochu, ktorá mala zložitú obdobie, no „prežila“ dodnes.

Cisárovná Sisi má v Bardejovských Kúpeľoch aj „svoje“ minimúzeum. Nájdete ho v hoteli Alžbeta, ktorý je v prekrásnej scenérii. Jeho interiéry sú také malé múzeum, kde nájdete repliky vecí cisárovnej Alžbety - hrebeň, prsteň, pohár, z ktorého pila vodu. Je tam aj cvičiace náradie. N prvom poschodí hotela je identický apartmán cisárovnej, ktorý si môžete prenajať.

Kúpele majú naozaj fascinujúcu prírodnú scenériu. Posunieme sa vyššie, ideme prekrásnym údolím k potôčiku, kde je Lávka priateľstva. Je to jedna z najdlhších lávok na Slovensku. Celkom hore na konci prichádzame do najstaršieho skanzenu ľudovej architektúry, Múzea ľudovej architektúry, ktorý bol budovaný v rokoch 1960 - 1965. Je to jeden z najkrajších skanzenov, je už taký starý, že je už zrastený s prírodou. Na tomto mieste je asi najviac sakrálnych stavieb, rímskokatolícky kostol z roku 1809, gréckokatolícky kostol, ktorý bol prenesený z Mikulášovej, a ten trám, ktorý spája z roku 1777. Je tu aj prekrásny naturalistický chrám pravoslávny,

Samozrejme, návšteva mesta Bardejov je „povinná“. Je to naozaj jedno z najkrajších miest nielen na Slovensku, ale aj na svete. Sú tu nádherné pamiatky ako neorenesančná radnica, gotický chrám sv. Egídia ktorý má jednu úžasnú vlastnosť. Na svete je 400 kridlových oltárov, na Slovensku sto, ale v tomto kostole je 11, čo nikde na svete to nie je. V Bardejove je aj ikonostas - zbierka starých ikon, maľovaných svätých na dreve, ktoré sú uložené v Šarišskom múzeu.

V blízkom okolí je obec Marhaň, kde bol kaštieľ Desseffyovcov. Bola to stará uhorská osvietenecká rodina. Gróf Desseffy svojimi listami manželke do Sedmohradska písal, ako sa tu darí, žije.

Bardejovské Kúpele a Bardejov majú veľmi výhodnú polohu, pokiaľ chcete navštíviť Poľsko. Bardejov v spolupráci s Poľskom robia trasu Nový Sancz - Krynica, je to zaujímavé prostredie.

Dúšok vody - dúšok zdravia

Z občerstvujúceho nápoja ELIXÍR

Bardejovské Kúpele majú jedinečné liečivé pramene, niektoré majú vznešené meno ako Alžbeta, iné sú zasa spojené s menom „vodcov“ ako Napoleon či siláka Herkulesa.

Kvašna voda

Prvá správa o bardejovských kyselkách je zachovaná v listine uhorského kráľa Bela IV. z roku 1247. Ďalšia písomná správa o nich pochádza až z roku 1550. Niekoľko storočí sa kyselky, ktoré miestni obyvatelia nazývali „kvašne vody“, využívali pre svoju príjemne kyslú a mierne dráždivú chuť iba ako občerstvujúci nápoj. Miesto ich výskytu sa však postupne stávalo obľúbeným cieľom vychádzok bardejovských mešťanov a existujú doklady, že okolo roku 1675 sa minerálna voda vyvážala a predávala napríklad v Košiciach. Koncom 17. storočia mesto dokonca postavilo pri minerálnych prameňoch hostinec. Stále však chýbali zmienky o ich využití na prípravu kúpeľov.

Až za vlády Márie Terézie, kedy vzrástol záujem o využitie domácich prírodných liečivých zdrojov, vznikali nové kúpele aj pri studených minerálnych prameňoch, čo podnietilo bardejovský magistrát k vybudovaniu prvých drevených kúpeľných objektov. V osemdesiatych rokoch 18. storočia arménski kupci dali pri prameňoch postaviť murovaný ubytovací hostinec a kúpeľnú budovu. Kúpele pri

minerálnych prameňoch v Bardejove uvádza už v roku 1777 prof. Johann von Crantz a v roku 1787 vo svojom uhorskom lexikóne J. M. Korabinský.

Rituál pre zdravie

Bardejovské Kúpele využívali a dodnes využívajú túto mineralizovanú vodu na pitné kúry. Jednotlivé pramene sa líšia obsahom minerálií a kyslíčnika uhličitého. Najviac mineralizovaný je prameň Herkules, najmenej Anna a Klára. Medzi nimi je skupina prameňov so strednou mineralizáciou – Lekársky prameň, Alžbeta, Kolonádny prameň, Hlavný prameň a prameň Napoleon.

Pitné kúry patria k hlavným liečebným procedúram v Bardejovských Kúpeľoch. Prírodné vody, ktoré tu vyvierajú, sú klasifikované ako hydrouhličitanové, chloridosodné, železnaté, studené, hypotonické so zvýšeným obsahom kyseliny boritej. Celková mineralizácia jednotlivých prameňov je od 1600 mg/l (prameň Klára) do 9400 mg/l (prameň Herkules) s obsahom oxidu uhličitého od 2200 do 3800 mg/l. Teplota vody dosahuje 7 – 10 stupňov Celzia.

Pre pitné kúry sa časť minerálnej vody musí zohrievať. Preto v Kúpeľnej kolonáde tečie minerálna voda v dvoch paralelných vývodoch – v jednom je pôvodná studená a v druhom zohriata. Do pohára sa potom mieša tak, aby bola vlažná a príjemná pri pomalom pití. Na pitné kúry sa využívajú liečivé pramene a to Hlavný, Lekársky, Klára, Alžbeta, Kolonádny, Na-

poleón, Herkules a Anna. Voda sa pije trikrát denne, zvyčajne pred jedlom. Množstvo a dobu určuje ošetrojúci lekár. Na základe chemických analýz minerálnych vôd z jednotlivých prameňov, vedeckého zdôvodnenia a dlhoročných praktických skúsenosti sa tunajšie liečivé vody využívajú podľa druhu a charakteru choroby na liečbu vnútornú (pitná kúra, inhalácia, výplachy horných dýchacích ciest) a liečbu vonkajšiu (vaňové kúpele, obklady). Množstvo minerálnych prameňov je v každom prameni iné a preto predpis užívania minerálnej vody patrí do kompetencie kúpeľných lekárov v závislosti od chorôb a zdravotného stavu pacientov a ostatných klientov. Bez akéhokoľvek zveličenia sa dá hovoriť o tom, že účinky minerálnych vôd Bardejovských Kúpeľov sú minimálne porovnateľné s tými karlovarskými, ba niektoré aj lepšie.

Tri zlaté pravidlá PITNEJ KÚRY:

- 1 Pre zachovanie kvality vody, ju odporúčame piť z kúpeľného porcelánu alebo skla.
- 2 Pitnú kúru absolvujte v duševnej pohode, pomalými dúškami.
- 3 Súčasťou pitnej kúry je i telesný pohyb, odporúčame preto užívať vodu pri pomalejšom chôdzi.

KRÁLOVNÁ, CÁROVNÁ & PARTIZÁNKA

Raz ju označili za ideál árijskej Slovenky, inokedy za manželku peštianskeho zubára či za ruskú cárovnú, takto sa vraj podarilo zachovať v bardejovských kúpeľoch pomník Sisi, tvrdí Dietmar Grieser vo svojej knihe Strýko z Bratislavy, ktorá v roku 2010 vyšla aj po slovensky. Pomník „bez úhony prekonal všetky politické búrky 20. storočia – capriccio samo osebe“, píše sa na záložke.

Nemecký autor žijúci vo Viedni sa vydal „po rakúskych stopách na Slovensku“ a objavil väzby aj tam, kde na pohľad nijakých niet. Sacherova torta, Beethovenova Sonáta mesačného svitu, Franz Lehár, posledná láska princa Rudolfa Mary Vetserová, zakladateľ teórie stresu Ján Selye, ani nehovoriac o Andym Warholovi či Paulovi Newmanovi, tí všetci nás tak či onak spájajú s našim juhozápadným susedom.

Aj o pobyte Sisi v Bardejovských kúpeľoch sa dozvieme kadečo dosiaľ netušené: že mlieko, ktoré jej podávali na raňajky, cisárovnaj tak chutilo, že prikázala ihneď prepraviť príslušnú kravu do svojho sídla Schöbrunnu, aj kuriozity o pomníku, ktorý sa jej verní poddaní rozhodli postaviť v kúpeľoch.

Stál dvanásťtisíc korún, majetnejší prispeli sumami od stovky hore, ostatní skôr haliermi. Sediaca Sisi v bronz na mramorovom podstavci v nadživotnej veľkosti –sochár Gyula Donáth na nej pracoval dva roky. Dielo odhalili na piate výročie jej smrti, prišiel minister školstva A. Berzeviczy, pozdravné reči vyšli v pamätnom spise. Panovníčkina návšteva dopomohla navyše kúpeľom k rozmachu, kto mohol, podrobil sa tu kúre podľa príkladu Jej Veličenstva.

Pomníky Sisi sa síce v niekdajšej monarchii nájdu na tucty, bardejovský si však podľa rakúskeho autora zaslúži osobitnú

pozornosť vzhľadom na svoje ďalšie osudy. V júni 1920 sa rozhodli úradníci novej republiky pomník odstrániť, a to vzhľadom na „nevôľu obyvateľstva“, našťastie nie rozťúčať tak ako sochu Márie Terézie v Prešporke. Kúpeľná správa sa však vzoprela, pomník ostal, akurát označenie „kráľovná“ a „cisárovná“ odstránili. Anonymný miestny nadšenec – historik vyrukoval údajne s trúfalým tvrdením: vôbec nejde o cisárovnú Alžbetu, ale manželku židovského bankára z Budapešti, ktorá sa tu zbavila žľčových kameňov.

O šesť rokov neskôr radnica jednako nariadila Sisi odstrániť, premiestnili ju do mestského múzea. R. 1939, v zmenených pomeroch, dostala, opäť podľa tohto autora, novú identitu: bratislavský historik, takisto nemenovaný, ju označil za „ideál slovenskej ženy z árijskej krvi“.

Akurát komunisti vraj rozhodli, že sochu vrátia na pôvodne miesto, ibaže „s ohľadom na sovietskych mocipánov pod novým menom ako Katarína II.“. Na toto údajne Rusi nenaleteli, nepomohlo tvrdenie, že cisárovná sa za svojho života vyznačila ako strážny anjel pracujúcich, ani to, že pomník predstavuje v skutočnosti židovskú partizánku menom Sarah Rothensteinová, ktorá padla v povstaní.

História pomníka Sisi v Bardejovských kúpeľoch je však, ako to býva, priveľmi pekná na to, aby bola aj pravdivá. S pravdou má vskutku spoločné asi toľko ako Liptauer, údajne liptovský syr vo viedenských viechach, s bryndzou. Napriek tomu sa húževnato drží pri živote, odkedy ju vypustil do sveta Ota Filip, český spisovateľ v Mníchove (kam ho, ukázalo sa neskôr, vyslala eštébé). I náš autor naletel.

V skutočnosti prišlo umiestnenie pomníka na pretras r. 1957, keď sa múzeum obrátilo na KNV v Prešove a MNV v Bardejove. Proti preneseniu do kúpeľov sa však postavili

ÚDAJNÁ
HISTÓRIA POMNÍKA SISI
V KNIHE RAKÚSKEHO
AUTORA



ešte i múzejníci a pamiatkari: socha podľa nich „zobrazuje predstaviteľku najreakčnejšej európskej dynastie“.

Na nádvorí vlastivedného múzea pobudla teda bronzová Sisi rovných štyridsať rokov, kým sa v júni 1965 z iniciatívy Šarišského múzea „na všeobecnú spokojnosť“ definitívne vrátila na pôvodné miesto. Kniha ponúka vysvetlenie: dobové výskumy vraj dokázali, že Alžbeta sa postavila proti reakčnému dvoru a za pobytu na Slovensku vyhľadávala blízkosť ľudu, ba zasádzovala sa za jeho oslobodenie.

Tabuľu síce odstránili, zato pozorné oko prečítalo stopy po písmenách: Erzsébet. Novú tabuľu, aj v kostrbatej nemčine, na podstavec umiestnili r. 2003, sto rokov od odhalenia pomníka. Anonymný pisateľ, tvrdí autor, pomohol svojrázne: „ak sa vraj riaditeľstvo kúpeľov nepostará o opravu, vyhodí sochu do vzduchu“.

Zaujemca o históriu, končí D. Grieser svoje rozprávanie, môže teda v Bardejovských kúpeľoch vychutnať priam dojímavú historiku o tom, koľko trikov aj užitočných klamstiev bolo treba vynaložiť, aby sa pomník zachoval. Zrejme pritom ani veľmi neprekáža, že skutočnosť sa s pravdou iba nevelmi zhoduje.

Ludovít Petraško



UŽ VIEM, ŽE CHCEM ŽIŤ!



Už si ani neviem predstaviť október bez Bardejvských Kúpeľov. So železnou pravidelnosťou desať rokov si moje telo aj duša pýta poriadny oddych. Milujem procedúry, prechádzky po okolí a ľudí. Veľmi rada ich pozorujem. Postupne ich spoznávam, mnohí sa tu stretávajú pravidelne. Z neznámych sa stávajú moji blízki priatelia.

Pred dvomi rokmi som si všimla asi päťdesiatročného muža s chlapcom. Prvý rok som ich len pozorovala, sedeli hneď vedľa mňa pri stole. Stretávala som ich aj na prechádzkach či kolonáde. O rok neskôr, keď sme sa v kúpeľoch znova stretli, s úsmevom sme si pozdravili. Pripadal mi ako dobrý známy, ktorého rada vidím. Uvedomila som si ale, že o ňom neviem vôbec nič. Zhodou náhod sme tentoraz už sedeli spolu pri stole. Pri večeri sme si vymenili zdvorilostné vety, ako sa nám v kúpeľoch páči. Po týždni sme sa cítili ako priatelia.

Je len málo mužov, s ktorými sa púšťam do dôverných debát. Pri Jurajovi, tak sa volal, som strácala akýkoľvek ostych. Rozprávali sme sa o mojom partnerovi, deťoch, práci. Bolo to veľmi spontánne, nič som nemusela prikrášľovať... Zrazu som cítila, že ho zaujíma môj názor, to, ako vnímam svet. Priznám sa, trochu to mnou otriaslo. Uvedomila som si, že veta, ktorú s obľubou používala priateľka - umrela v štyridsiatke, pochovali ju v sedemdesiatke - bola vlastne o mne. Nežijem, všetko robím ako robot. Nie,

nezaľúbila som sa, ako si to v tej chvíli väčšina z vás myslí. Strela som len dušu mne blízku...

Juraj mal zaujímavý osud. Po skončení vysokej školy odišiel do Ameriky hľadať nové možnosti. Oženil sa po tridsiatke a narodil sa mu pekný a zdravý chlapec. Manželka mu po čase zomrela a všetka opatera o syna prešla na jeho plecia. Chlapec sa veľmi naviazal na otca, čo bolo vidieť aj počas pobytu v kúpeľoch. Chodil s ním všade. Mali veľmi pekný vzťah, postavený na priateľstve, úcte a rešpekte. Obdivovala som ho s akou trpezlivosťou synovi vysvetľuje čokoľvek, na čo sa ho opýtal. Nedokázala som pochopiť, ako to všetko zvláda - byť úspešný v práci a naplno sa venovať synovi. Samozrejme, lákalo ma opýtať sa, prečo sa znova neoženil, alebo či je v jeho živote nejaká žena. Raz som sa ho zo žartu opýtala, či si do kúpeľov chodí hľadať partnerku. Zasmial sa: „**Nie, aj keď sa mi zakaždým do cesty pritrafí nejaká žena. Do kúpeľov chodievam kvôli atmosfére. Tu sa naplno môžem venovať synovi, nikto ma nepozná,**

telefón mám vypnutý. Navyše, aj keď žijem v zahraničí, Slovensko milujem a zvlášť tieto kúpele. Chcem, aby syn vedel, kde má jeho otec svoje korene. Aj keď hovorí po slovensky, predsa je len iné, keď tu ju všade počuje.“ Obdivovala som jeho rozvážnosť, silu, akou to hovorí.

Dva týždne ubehli veľmi rýchlo. Juraj so synom sa lúčili, čakala ich cesta za veľkú mláku. Posledný večer mi povedal: „**Odkáž svojmu manželovi, že si úžasná žena, podobnú som mal aj ja. Stačila však jedna jediná správa a môj život sa obrátil naruby. Manželke diagnostikovali rakovinu pankreasu, do pol roka sme ju stratili. Veľmi nám chýba, miloval som ju natoľko, že ju doteraz nenahradila žiadna iná žena. Každý nový vzťah stroskotal. Uvedomil som si, že osudová žena je len jedna, vstúpila do môjho života ako blesk z jasného neba a stále je pri mne. Aj keď teraz len v tých najkrajších spomienkach. Nikdy som o tom nikomu nepovedal, no cítim, že láska je v tvojom srdci. V manželstve prídu aj tie horšie dni, no vzájomná úcta a rešpekt to prekonajú ...“**

Prekvapilo ma, že mi jeho slová akoby otvorili moju trinástu komnatu. Povedala som mu len päť slov: „**Už viem, že chcem žiť...**“ Vedela som o čom hovorím, ja som neumrela...



Šošovicové karbonátky s bulgurom

4 porcie

- 300 g šošovica
- 1 hrnček bulguru
- 50 g cibuľa
- 2 strúčiky cesnak
- mletá červená paprika
- soľ, korenie
- štipka zázvoru
- strúhanka (alebo ovsené vločky)
- 2-3 ks vajce



Postup:

Prebratú šošovicu namočíme na niekoľko hodín do vody. Potom ju uvaríme. Približne dva hrnčeky osolenej vody privedieme do varu, odstavíme z ohňa a pridáme hrnček bulguru. Necháme 20 minút napučať.

Zmes okoreníme, osolíme, pridáme vajčka, cesnak a cibuľu, strúhanku (ovsené vločky) a dobre premiešame. Tvarujeme karbonátky, ktoré poukladáme na plech a pečieme cca 10 minút pri 180 stupňoch.

Podávame s čerstvou zeleninou, zemiakmi, prípadne tekvicovým pyré.

Pohánkovo - zeleninové rizoto so zeleninou a hubami

4 porcie

- 150 g pohánky
- 150 g ryže
- 1 väčšia cibuľa
- sušené hříby (alebo 250 g šampiňónov)
- 2 strúčiky cesnaku,
- 250 g čerstvej alebo mrazenej zeleniny (hrášok, mrkva, kukurica, paprika)
- sójová omáčka, soľ, korenie
- syr na posypanie



Postup:

Pohánku prepláchneme studenou vodou, zalejeme vodou (vývarom), pomaly privedieme do varu a za občasného miešania varíme 3 - 4 minúty. Odstavíme z ohňa, prikryjeme. Je dobre si pohánku pripraviť aj niekoľko hodín dopredu, pretože potrebuje viac času aby nabobtnala. Na oleji spení-

me nakrájanú cibuľku, pridáme vopred namočené huby, alebo nakrájane šampiňóny, okoreníme, podlejeme troškou vývaru a mierne podusíme. Pridáme zeleninu, cesnak a spoločne varíme až kým nie sú zelenina a hříby mäkké. Potom pridáme trochu sójovej omáčky, soľ, korenie, primiešame pohánku a ryžu. Všetko spolu na miernom ohni prehejeme. Podávame posypané strúhaným syrom.



Kuchár - Mgr. Pavol Homza
Hotel Ozón



Čo nám doprajú hviezdy v roku 2018



BARAN

Výrazné zlepšenie. Roky 2016 a 2017 mohli byť pre mnohých Baranov veľmi náročné, možno i kritické. Rokom 2018 nastáva postupné zlepšovanie vo všetkých oblastiach života. Druhá polovica roku 2018 je pre Baranov priaznivejšia.

LEV

Pre Leva bol rok 2017 veľmi úspešný. Čo v tomto roku začali, i malo by mať dlhé trvanie. Rok 2018 Levom prináša ďalšie náhle výzvy, presadenie sa v pracovnej oblasti, prekonávanie prekážok a kúsok šťastia navyše predovšetkým v druhej polovici roka. Výborný rok.

STRELEC

Všetkým Strelcom sa s rokom 2018 výrazne uľaví. Prekážky sa rozplynú a život naberie priaznivejšiu smer. Pri dobrej starostlivosti o vyrovnanú psychiku by Strelcom v roku 2018 v živote nemalo nič zásadného chybať. Druhá polovica roku bude priaznivejšia.

BÝK

Rok 2018 bude pre Býkov vcelku priaznivý. Nehrozia žiadne veľké dramatické zmeny, môže len dôjsť k napätiu medzi pracovnou a súkromnou oblasťou života.

PANNA

Rok 2017 priniesol Pannám duševné zmätky, nejasnosti v tom, kam vlastne smerujú, čo chceli. Ale tento proces bol i bude veľmi ozdravný a v roku 2018 pokračuje. Navyše všetkým Pannám bude priat šťastie, a to predovšetkým v prvej polovici roka. Šťastie by nemali nechať preklznúť pomedzi prsty a príležitosti vo všetkých oblastiach života patrične využiť.

KOZOROŽEC

Kozorožci pokračujú na ceste veľkej premeny svojej osobnosti, ktorá začala už pred niekoľkými rokmi a pokračovať bude i v roku 2018. Pokiaľ budú disciplinovaní, čo im je vlastné, dosiahnu obrovské výsledky. Kozorožci síce na šťastie neveria, ale bude im i tento rok priat, predovšetkým však v jeho prvej polovici.

VÁHY

Rok 2017 bol pre Váhy pomerne úspešným rokom. A i tým Váham, ktorým sa zdanlivo nedarilo, sa darilo. Mnoho vecí od nich osud šťastne odvrátil. V roku 2018 môžu nastať problémy. Do života vstúpia prekážky a náhle zvraty, ktoré ale nemusia viesť vždy len k horšiemu.

VODNÁR

Vodnári môžu počítať s priaznivými zmenami a rozvojom vlastnej osobnosti i v roku 2018. Nemali by sa ale spoliehať na šťastie a na pocit, že im všetko prejde. Len trpezlivosť a práca ruže prináša.

BLÍŽENCI

Pre Blížencov pokračujú priaznivé zmeny osobnosti v zmysle osamostatňovania sa. Proces slobody vlastného ja bude u Blížencov v roku 2018 vrcholíť. V tomto roku by sa ale mali zamerať na starostlivosť o psychické zdravie. Psychika je preťažená a duševná hygiena je vyslovene na mieste.

ŠKORPIÓN

Škorpióni si v roku 2018 poriadne oddýchnu. Do života im po dlhej dobe vstúpi hrejivé šťastie, pokoj a pohoda, po ktorej už naozaj túžia. Na lásku a plnenie snov sú už zvyknutí z minulých rokov a táto milostivá priazeň osudu ich bude sprevádzať i v roku 2018.

RAK

Rak neprežíva ľahké obdobie už od roku 2016. Postupný proces transformácie osobnosti pokračuje, ale v roku 2018 sa všetkým Rakom výrazne uľaví. Do ich života vstúpia šťastné náhody a priazeň osudu.

RYBY

Pre Ryby je rok 2018 veľmi pozitívny. Mali by ho využiť k uskutočneniu svojich cieľov a k pokroku osobnosti, pokiaľ priazeň osudu trvá. Opatrné by mali byť len na psychickú stránku svojej osobnosti, nemali by sa preťažovať a vystavovať stresom.

KANOPA, AMATOLY, LUJ, KEN	Spracúvali na priadzu	1	Krídlo (anaton.)	Výklenok v stene na sochu	Osobné zámeno	AUTOR KRÍŽOVKY: D. VOJNÍK	Vidiny	Točňa	Obyvateľ Írska	Omšová kniha	LATRIA, ORA, YR, TRIAS, LPL	Občerstvujúci nápoj	Otec (hovorovo)	Predložka	Poškod' tlačením	2	Verdiho opera	
Nedobre						Zotrvať v spánku					Staroegyptská nádoba							
Patriaci Rele						Obyvatelia Nórska Eg. strážca sultána					Zaopatri Úkryt							
Iným spôsobom					Umyval (zriedkavo) Načo (bášnícky)				Priehľadná látka 3				Lad, po česky Časový úsek					
Tón nižší o poltón ako A			Domáce meno Anny Norman			Egyptský posvätný čierna býk	Nerovnáže hovori (expres.) Tento						Obväzová potreba Súlad (knížne)					
Veľké množstvo ľudí				Trhaviny								Zeleninové jedlo Trhajú (knížne)					Unav (knížne)	
Angolská rieka			Ostrie noža Značka objektívu							Popruh (hovorovo) Ale čo (zastarale)					Skratka ženijnej zálohy Počínanie			
Domáce meno Štefana					Linajka Strmé riečne údolie						Skratka vzletovej dráhy Kráčalo			Japonská pretekúta Druhohorný útvar				
TOKA, ODZGOŇ, SION, AJAN	Zábavný podnik Český technik						Šitím oprav Patriaca Tonovi						Dámsky klobúk Skr. ekvivalentu					
Morská makrelovitá ryba						Zhotovoval tkaninu Požívajme alkohol						Patriaci Ernovi Francovka (hovorovo)						
Nevychovanec (hovorovo)						Cibuľovitá zelenina Francúzsky maliar				Skadial' Bohoslužba							Dvojčlenná stupňujúca spojka	
Rímske číslo 51			Nominále (hovorovo) Zvislý sústruh											Domáce meno Ivany Vlnená látka				
České citoslovcie mečania				Nakrútila Nerúčaj											Svajčiarske mesto 2x znížený tón E			
Ruské mesto					Nepostaví sa Kosil obilniny										Skratka súhvezdia Eridanus Lepilo sa			
Pripraví rezaním						Leteckou poštou Súhlas										Kód Etiópie Rozmnožíte		
AIR MAIL, SIA, SIMČA, OVOID	Opatrená zubmi Banský chodník						Čínska dynastia Ujez (hovorovo)						České dievčenské mesto Plavidlová					
Lyzol, po česky						Číslica 0 Ročné obdobie							Pritok Dunajca Dvojimocný alkohol					
Anglická plošná plošná miera					Hračka s kotúčom Kedy, po česky												Programovací jazyk na zoznamy	
Zavýjal				Egyptský pojem duše Časť hrncov			Rotačné teleso Úbočie							Obživoľ Anglická skratka roka				
Citoslovcie achkania			Úderom zasiahnú Sotením odsúň				Jedovaté rastliny Oznámenie									Pulz		
LOCHY, EŠL, ORION, MISÁL	Pivnice (hovorovo) Obrob oraním					Číslica 0 Nižšia akademická hodnosť										Popolové moridlo		
Klesá na zem					Potuj! Niekedý					Starorímsky pozdrav							Výbežok pevniny do mora	
Starorímska bohynia úrody				Tykajúci sa ráka Skratka violy						Keď Nepriepustná hornina								
Obyvateľ Očovej							Od únav široko roztvára ústa											
Ohybné kovové pásy							Olepením pokry											

