

Rozhýbaný kraj

Apríl / 2020



Východniari, ste super!

Aktuálna pandémia ukázala, ako si my, východniari, vieme pomáhať. Ďakujeme.

Zvládneme to

Hovorí sa, že keď chceš rozosmiať Boha, povedz mu o svojich plánoch. Na našich stredných školách sme plánovali maturity a v našich zariadeniach kultúrne akcie. Kto by len nedávno tušil, že od marca bude náš štát a kraj čeliť jednej z najťažších skúšok od svojho vzniku?

Začnime tým najdôležitejším. Zatiaľ zvládneme pandémiu nového koronavírusu dobre. Som rád, že sme medzi prvými na Slovensku zavreli stredné školy. Ďakujem za trpezlivosť našim žiakom aj ich rodičom. Viem, že museli zareagovať zo dňa na deň. Študentom, ktorí boli na internátoch, ďakujem, že ich uvoľnili pre potreby štátnej karantény. Župa im vráti poplatok za internát od 16. marca.

Najohrozenejšou skupinou sú naši seniori. Župa dezinfikuje domovy, kde sa pohybujú a testuje našich



To, ako sme si na východe začali pomáhať, ma dojalo.

Rastislav
Trnka

predseda KSK
predseda@vucke.sk

pracovníkov v sociálnych službách, aby nám na východe nevznikali nové ohniská nákazy.

Prosím, zaujímajte sa o starších susedov okolo, spýtajte sa ich, či nepotrebujú niečo priniesť alebo nakúpiť.

V posledných týždňoch dobrých správ nebolo veľa, ale jedna ich všetky prekričí. To, ako sme si na východe začali pomáhať, ma dojalo. Mnohí šli rúška pre svojich blízkych a susedov, iní išli darovať krv (ešte stále ju treba), naše školy začali tlačiť ochranné štíty pre zdravotníkov, naši kultúrnici vyšli z divadiel a galérií do online priestoru. Život v župe sa neskončil. Naši vodiči autobusov nás vozia ďalej, naši pracovníci vyrážajú opravovať krajské cesty a mosty.

Táto spolupatričnosť ukazuje, akí silní sme my, východniari. Pandémia síce trvá, ale presne takto ju porazíme. Prosím, vydržte!

Infektológ odporúča obmedziť stretávanie

Prednosta Kliniky infektológie a cestovnej medicíny Univerzitnej nemocnice L. Pasteura v Košiciach, Ivan Schréter, zažil pandémiu chrípky aj epidémie vírusových hepatítid A. Súčasný vírus COVID-19 považuje za jeden z najnebezpečnejších za posledné roky. Prečítajte si, aké opatrenia odporúča dodržiavať.

str. 3 - 5

Obsah

Kraj pomáha v boji s koronavírusom



Aktuálna pandémia poznačila aj chod nášho úradu. V rámci kraja sme vyčlenili 13 karanténnych zariadení, ktoré slúžia pre repatriantov, lekárov aj zdravotníkov. Na župných stredných školách šíjeme rúška a vyrábame ochranné štíty na 3D tlačiarňach. Testujeme aj zamestnancov a klientov zariadení sociálnych služieb, ktorí sú najrizikovejšou skupinou ľudí.

str. 7 - 8



Štartujeme opravy ciest

Po zimnom období sme začali aj s väčšími opravami ciest a mostov v našom kraji. Aktuálne prebieha rekonštrukcia priepustu pri Gregorovom prameni v smere na Veľký Folkmar, kde musia vodiči rátať s dopravnými obmedzeniami. Pokročili sme aj v rekonštrukcii mosta v Strážskom pri Krivoštanoch, kde sa už osádzajú nové nosníky.

str. 9

Rozhovo

s Ivanom Schréterom



“
Mantrou našej
ochrany by malo
byť čím menej sa
stretávať s inými
ľuďmi.

Prof. MUDr. Ivan Schréter, CSc, prednosta Kliniky infektológie a cestovnej medicíny Univerzítnej nemocnice L. Pasteura Košice a LF UPJŠ a hlavný odborník Ministerstva zdravotníctva SR pre infektológiu a tropickú medicínu radí, ako sa chrániť pred koronavírusom a prečo je dôležité očkovanie.

Infekčným ochoreniam sa ako lekár špecialista venujete už takmer polstoročie. Čelili ste za ten čas podobným prípadom pandémie, akou je tá, ktorú aktuálne priniesol vírus COVID-19?

Počas práce na Klinike infektológie a cestovnej medicíny v Košiciach som zažil pandémiu chrípky, ktorá bola na prelome rokov 2009 a 2010 a epidémie vírusových hepatítid A v rokoch 1979, 1980 a 1993. Počas poslednej pandémie chrípky, ktorá dostala ľudový názov mexická, zomierali relatívne mladí ľudia väčšinou na zápaly pľúc, vyvolané samotnými chrípkovými vírusmi. V tom období sme kvôli nej mali v nemocnici hospitalizovaných 158 ľudí, z ktorých 10 ochoreniu podľahlo.

Prečo boli vtedy ohrození hlavne mladí ľudia a v súčasnosti čelia najväčším hrozbám seniori?

Ťažko povedať. Vtedajší vírus bol podobný španielskej chrípke. Tá možno zanechala stopy v imunitnom systéme starších generácií, ktorá tak mohla byť voči nemu odolnejšia než mladšie generácie. Každopádne, súčasný vírus COVID-19 je jeden z najnebezpečnejších za posledné roky a aj ten sa môže postupom času meniť a ohrozenejšími sa stanú aj mladí ľudia.

Ako hodnotíte vládou prijaté preventívne opatrenia?

Považujem ich za opodstatnené. Sám som bol jedným z tých, ktorí vládu v ich prijatí podporili.

Mnoho ľudí, ktorí kritizujú preventívne opatrenia, poukazuje aj na to, že takzvaná bežná chrípka si v minulých rokoch vyžiadala ročne viac obetí, než terajší koronavírus.

To je diskutabilné. Percento smrteľných prípadov v niektorých krajinách je pri koronavírusovej infekcii významne vyššie. Ak sa prevencia neurobí zavčasu a v dostatočnom rozsahu, môžeme dopadnúť tak ako v Taliansku či Španielsku.

Na čo by mali ľudia myslieť pri ochrane pred koronavírusom?

Na oveľa vyššie riziko šírenia infekcie, ak sa nedodržiavajú preventívne opatrenia. Základom našej ochrany

by malo byť čím menej sa stretávať s inými ľuďmi. Keď vidím, že niekto kašle a kýcha, vyhýbam sa mu. Každému odporúčam nosiť masku. Riziko vtedy minimalizujeme. Na to, aby sme sa nakazili, je potrebné určité množstvo vírusu. Aj keď rúška nie sú ideálne, neprenikne cez nich veľa kvapôčiek. A potom, samozrejme, hygiena. Umývať si ruky a tvár, aby nám infekcia neprenikla do očí a úst.

A čo by ste špeciálne odkázali starším ľuďom?

Zdržiavať sa hlavne doma. A aj keď im niekto z rodiny donesie nákup, mali by mať stále rúško na tvári.

Ako dlho sa drží na povrchu kvapôčková infekcia COVID-19?

Relatívne dlho. Sedem až desať hodín. Spôhlivé údaje nateraz nie sú známe. Na kove napríklad menej ako päť hodín. Podľa doterajších zistení, pri vyššom teple sa infekcia dlho neudrží. Odporúčam preto použité rúška vždy vydezinfikovať horúcou žehličkou.

Ako sú na tom jednotlivé kraje v súvislosti s hrozbou šírenia koronavírusu? Sú niektoré viac a iné menej ohrozené? S čím to súvisí? Je Košický kraj v niečom špecifický?



Každý kraj má svoje špecifiká. Jedným z nich je napríklad práca v zahraničí. Najviac ľudí odchádza za ňou práve z najchudobnejších oblastí krajiny. Žiaľ, k nim patria aj niektoré regióny Košického kraja. V zahraničí pracuje aj viac osôb žijúcich v prihraničných oblastiach. Epidémie či postihnutie počas pandémie hrozí najmä osobám z marginalizovaných skupín, kde je nízka hygienická úroveň a takisto aj problém s akceptovaním obmedzenia pohybu či možnosti karanténnych opatrení v domácom prostredí. Najmä v osadách Košického a Prešovského kraja je prakticky nemožné dodržať podmienky domácej izolácie. To znamená umiestniť osobu podozrivú z nákazy v samostatnej izbe, ktorá má vlastné hygienické zariadenie. Takisto v týchto lokalitách vzniká problém s domácou liečbou ľahkých prípadov. Pri prípadnom masívnom rozšírení nákazy budú preto nevyhnutné improvizované liečebné zariadenia, aby pacientom s ťažším priebehom ochorenia mohla byť poskytnutá primeraná zdravotná starostlivosť.

Kedy očakávate vrchol pandémie?

Predpokladám, že v najbližších troch týždňoch. Bude to závisieť aj od toho, či nedôjde k nekontrolovateľnému šíreniu infekcie od osôb, ktoré sa vrátili v období okolo veľkonočných sviatkov.

Mnohí odborníci tvrdia, že COVID-19 nemá rád teplé počasie, takže počas leta by mal byť na ústupe.

Bol by som rád, ak by to bola pravda, ale nie som si istý, či tomu tak aj v skutočnosti bude. Podobné infekcie ako SARS aj MERS sa vyskytovali aj v púšti. Takže uvidíme.

Každopádne, súčasný vírus COVID-19 je jeden z najnebezpečnejších za posledné roky...

Kedy, podľa vás, bude pripravená vakcína proti COVIDu 19?

Už sú viaceré vyvinuté. Na to, aby sa preukázala ich účinnosť, bude potrebný čas na testovanie. Pripravené budú už možno koncom tohto alebo začiatkom budúceho roka. Sám som zvedavý, aká bude potom ochota ľudí nechať sa zaočkovať.

Doterajšie vakcíny proti chrípke mohli byť aspoň teoreticky účinné aj proti aktuálnej vírusovej plagi?

Priamo nie. No ten, kto bol zaočkovaný, aspoň nedostane klasickú chrípku. Ak ju nezaočkovaný človek schytá, má oslabený organizmus. V prípade, že sa k tomu všetkému ešte nakazí aj koronavírusom, priebeh môže byť oveľa vážnejší.

Ako v terajších ťažkých chvíľach relaxujete?

Voľného času mám teraz veľmi málo, pretože jeho väčšinu trávim štúdiom poznatkov o priebehu pandémie a prípravou opatrení na predpokladaný nápor infikovaných pacientov. Ak si ho nájdem, relaxujem doma v záhrade alebo na chate na Ružíne.

3 otázky na župana

Ako veľmi zasiahol koronavírus do fungovania košickej župy?

Určite nikoho neprekvapím, keď poviem, že výrazne. Tak, ako jeho následky cítime všetci v pracovnom aj osobnom živote, aj my na župe musíme obetovať množstvo hodín riešeniu pandémie. Každé ráno v rámci úradu zasadá krízový štáb, denne vyhodnocujeme aktuálnu situáciu a prijaté opatrenia. To, na čom sa dohodneme, potom mnohým z nás ovplyvňuje náš ďalší denný režim. Nečakáme preto so založenými rukami na ústup pandémie, ale robíme všetko preto, aby sme jej dopad na obyvateľov nášho kraja zmiernili.

Na čo ste sa zamerali v počiatočných koronakrízách?

Na začiatku sme vstupovali všetci do neznáma. Prvoradá bola ochrana obyvateľov pred šírením koronavírusu. Nakoľko v prvých dňoch chýbali usmernenia vlády, niektoré opatrenia sme prijímali na vlastnú päsť. Napríklad naša župa je spolu s bratislavskou župou prvá na Slovensku, ktorá zatvorila stredné školy. Napriek tomu, že mnohým sa zdal tento krok prehnaný a odhovrali nás od neho, vo finále sa ukázal ako kľúčový. Spustili sme lavínu, ktorou sme zatlačili na štát a to viedlo k tomu, že sa napokon zatvorili školy na celom Slovensku. Skôr ako štát sme tiež začali chrániť pred hrozbou šírenia nákazy aj naše sociálne

a kultúrne zariadenia. Cestujúci v prímestskej doprave aj vodiči autobusov sú povinní nosiť ochranné pomôcky. Naše internáty sme pripravili pre prípad karantény repatriantov či zdravotníkov. Objednali sme tisíce ochranných pomôcok a mnoho z nich vyrábame svojpomocne. Zriadili sme call centrá s informáciami o koronavírusu. Mnohé z opatrení sa neprijímali ľahko, no som presvedčený, že práve prísne nastavené pravidlá pomohli zamedziť šíreniu vírusu medzi obyvateľmi, zvlášť v rizikových skupinách.

Aké sú priority župy v najbližších dňoch a týždňoch?

Je toho veľa. Za veľmi dôležité považujeme testovanie obyvateľov, ktoré stále nie je dostatočné. Pracujeme preto na spustení mobilných odberov a drive in testovaní. Aby sme uľahčili prístup ľudí k ochranným pomôckam, zakúpili sme rúškomaty, kde si obyvatelia budú môcť zakúpiť rúška či dezinfekčné prostriedky. Citlivo sledujeme vývoj situácie v zariadeniach sociálnych služieb, kde je najrizikovejšia skupina obyvateľov. Aj preto sme začali svojpomocne testovať zamestnancov týchto zariadení a postupne budeme testovať aj všetkých klientov. Opatrenia sa určite budú meniť aj v našom kraji, odporúčam preto sledovať facebook nášho kraja a webovú stránku, kde pravidelne informujeme o aktuálnej situácii.

Priority poslancov KSK



Lenka Kovačevičová

nezávislá

Jednou z mojich priorit je modernizácia polikliník, ktoré sú majetkom KSK. Ak chceme, aby tu lekári ordinovali, je nevyhnutné začať s ich rekonštrukciou. V oblasti školstva sme zachránili pred zrušením OA Polárna v Košiciach, ktorá je jedinou štátnou SOŠ. Podpísali sme s ňou zmluvu o duálnom vzdelávaní, od školského roku 2019/20 ako jedna z mála samospráv vzdelávame 2 študentov z OA Polárna na miestnom úrade v MČ Košice - Nad jazerom. V každom ďalšom roku nám pribudnú ďalší 2 študenti.



Pavol Kuchta

SMER-SD

Ako lekárovi k mojim prioritám patrí riešenie problémov zdravotníckeho a sociálneho systému a dostupnosť a kvalita týchto služieb. S tým súvisí aj oblasť životného prostredia, odpadového hospodárstva a podpora projektov, ktoré prispievajú k jeho zlepšeniu. Ďalšou prioritou je aj dopravná infraštruktúra v okrese Michalovce a v kraji, vrátane nových cyklotrás. Ako poslanec chcem prispievať k uplatňovaniu kompetencií Košického kraja, k zlepšeniu všetkých oblastí života občanov okresu Michalovce i celého kraja.



Michal Kravčík

OLANO, SaS, KDH, NOVA

Jedným z problémov kraja, ktorý obmedzuje hospodársky rast, je sucho a extrémne horúce. Ako poslanec KSK som spracoval Program obnovy poškodenej krajiny Košického kraja, ako strategického dokumentu, ktorého cieľom je chrániť a obnovovať prírodné zdroje, zvlášť vodu. Pandémia prináša výzvy vysporiadať sa s ochranou zdravia ľudí a naštartovať hospodársky rast poškodenej krajiny. Program dokáže generovať nové pracovné príležitosti a zabezpečiť krajskú vodnú, potravinovú i klimatickú bezpečnosť. V tom chcem pomôcť kraju.



Renáta Lenártová

SMER-SD

Mojimi prioritami je práca v zdravotníckej a sociálnej oblasti, kde môžem využiť svoje vzdelanie a predchádzajúce skúsenosti z komunálnej politiky. Privítala by som, keby aj s ohľadom na súčasnú epidemiologickú situáciu začala pracovať Zdravotná komisia pri KSK. Aj po skončení epidémie bude nutnosť nastaviť nové procesy pri zabezpečovaní činnosti mnohých zariadení v pôsobnosti KSK. Vznikla nová situácia, s ktorou nemáme skúsenosti a bude zasahovať do celého spektra kompetencií a pôsobenia kraja.

Novinky zo Zastupiteľstva KSK

Podľa novely zákona o samospráve vyšších územných celkov môžu samosprávy rokovať prostredníctvom videokonferencie. V záujme ochrany verejného zdravia preto poslanci Zastupiteľstva Košického samosprávneho kraja rokovali 30. apríla formou videokonferencie a hlasovanie prebiehalo online. Záznam z rokovania je zverejnený na web.vucke.sk.

Najdôležitejšie témy z rokovania 30. apríla

Vzhľadom na náročnosť technického zabezpečenia a organizačného riešenia tohto zastupiteľstva malo rokovanie iba niekoľko bodov programu. Riadne zastupiteľstvo sa bude konať v máji, termín bude zverejnený na webovej stránke Košického samosprávneho kraja.

Predseda Košického samosprávneho kraja informoval poslancov o opatreniach, aké kraj prijal v súvislosti s COVID-19.

Poslanci rokovali o zaradení výdajne školskej jedálne ako súčasť Strednej odbornej školy technickej v Rožňave.

Predmetom rokovania bola zmena spoločnosti ORID, s. r. o. na Hmotné rezervy Košického samosprávneho kraja, ktoré môžu zabezpečovať ochranné pomôcky pre obyvateľov aj lekárov.

Poslanci rozhodovali aj o spolupráci na financovaní projektu cezhraničnej spolupráce pre domov sociálnych služieb DOMKO v Košiciach a projektu Most úsmevov.

*Poslanci dostávajú priestor na vyjadrenie postupne, v abecednom poradí.

Opatrenia kraja v súvislosti s koronavírusom

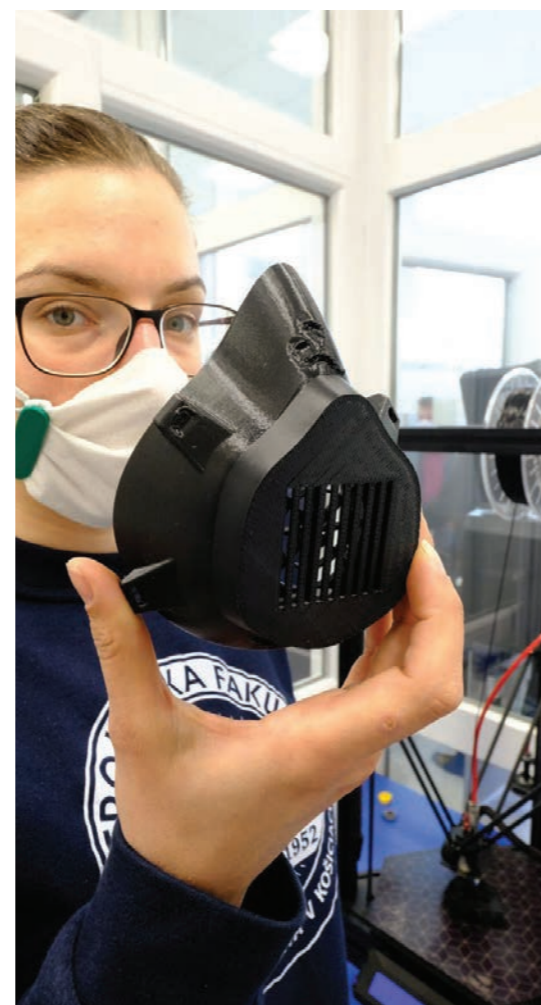
Pomáhame s výrobou ochranných štítov pre lekárov

Košický samosprávny kraj pomáha s výrobou, logistikou aj distribúciou ochranných štítov pre lekárov a zdravotníkov, ktorí stoja v prvej línii v boji s COVID-19. Ich komponenty vyrába kraj na 3D tlačiarňach desiatich župných stredných škôl. Aktuálne sú v kraji tri koordinačné centrá, v Košiciach, v Spišskej Novej Vsi a v Rožňave, v ktorých sú sústredené všetky 3D tlačiarne. Prototypy štítov vyrábajú za prísnych hygienických podmienok učiteľia škôl. Župa má aktuálne k dispozícii 17 tlačární, na ktorých vie vyrobiť viac než 80 štítov denne.

Na distribúcii ochranných pomôcok spolupracuje Košický kraj s Technickou

univerzitou v Košiciach, ktorá má 22 tlačární v prevádzke takmer nepretržite. „Dočasne sme pozastavili výskum v niektorých svojich špecializovaných laboratóriách a zriadili sme inovačné centrum pre návrh a výrobu trvalých respirátorov a iných ochranných pomôcok pre boj s koronavírusom. Denne vieme vyrobiť 200 ochranných štítov, pričom pracujeme aj na výrobe iných ochranných pomôcok,“ povedal dekan Strojníckej fakulty TUKE, Jozef Živčák. Jednotlivé komponenty skladajú väzni z Ústavu na výkon trestu odňatia slobody v Šaci. Ochranné štíty distribuuje kraj najmä zubárom, pneumológom, ambulantom lekárom a ďalším špecialistom.

Zriadili sme 11 karanténnych zariadení



Kraj reaguje aj na potrebu umiestnenia repatriantov či zdravotníkov do karanténnych zariadení. Za týmto účelom pripravil 11 stredoškolských internátov a ubytovní vo všetkých regiónoch kraja. Navrátilci sú umiestňovaní do internátu na Medickej 2 v Košiciach. Ako prví tu boli 31. marca umiestnení repatrianti, ktorí sa vrátili z Veľkej Británie. Neskôr sem prišli aj ľudia z Tirolska v Rakúsku, z Nemecka, Slovinska, Čiech či Ukrajiny. Ďalší repatrianti sú umiestňovaní aj do školy v prírode v Kysaku a do turistického ubytovne pri obchodnej akadémii v Rožňave. „Okrem prípravy a dezinfekcie internátov sme pre každého repatrianta pripravili aj hygienické balíčky a pravidelnú stravu. Ich umiestňovanie koordinujeme s okresnými úradmi, dobrovoľnými hasičmi a

Slovenským Červeným krížom. Celkovo máme v našich zariadeniach pripravených 1 200 izieb s 3 500 lôžkami,“ informoval riaditeľ Úradu Košického samosprávneho kraja Juraj Ďorko. Ďalšie zariadenia pripravila župa pre potrebu karantény zdravotníkov, lekárov či hasičov. Vyčlenené sú internáty pri hotelových akademiách v Košiciach aj v Spišskej Novej Vsi, internát pri SOŠ Grešákova 1 v Košiciach, pri Strednej športovej škole v Košiciach, turistická ubytovňa pri SOŠ obchodu a služieb v Sobraniach, ubytovňa pri SOŠ poľnohospodárstva a služieb na vidieku vo Viničkách a internát Dúha v Michalovciach.

Distribuuujeme ochranné pomôcky

Župa od polovice marca distribuuje ochranné pomôcky pre lekárov a zdravotníkov. Ku koncu apríla bolo rozdistribúovaných takmer pol milióna ochranných pomôcok od štátnych hmotných rezerv SR. Ochranné pomôcky putovali tým, ktorí sú najviac ohrození možnou nákazou, teda pľúcny lekárom, zubárom, pediatrom, všeobecným lekárom pre dospelých, Agentúram domácej ošetrovateľskej starostlivosti, lekárom a farmaceutom aj ďalším špecialistom. Nakoľko dodávky od štátu neobsahovali dostatok rúšok pre všetkých lekárov, kraj ich objednával aj svojpomocne. Z vlastného rozpočtu nakúpil 100 000 chirurgických rúšok.

Rúška pomáhajú šiť aj zamestnanci Košického kraja. Prácu z domu takto využívajú napríklad učiteľia, rúška šijú aj zamestnanci zariadení sociálnych služieb, či dobrovoľníci z Dobrovoľníckeho centra Košického kraja. Kraj pomohol aj s nákupom látky či gumičiek. Ručne ušité rúška distribuuje župa klientom zariadení sociálnych služieb či seniorom v kraji.

Chránime žiakov aj seniorov

Košický kraj ako prvý na Slovensku, spolu s Bratislavským krajom, zatvoril župné stredné školy. Podľa profe-

sora tropickej medicíny, Vladimíra Krčméryho, bolo práve toto opatrenie jedným z kľúčových pre zamedzenie šírenia koronavírusu. Vyučovanie je v kraji prerušené od 9. marca, o týždeň neskôr pristúpil k tomuto opatreniu aj štát. Nakoľko sú zatvorené aj stredoškolské internáty, kraj pozastavil výber poplatkov od žiakov, a to až do obnovenia vyučovania na školách.

Ešte prísnejšie opatrenia prijal kraj v zariadeniach sociálnych služieb, ktorých je zriaďovateľom. Aktuálne v nich platí zákaz návštev, pozastavené je prijímanie nových klientov, zrušené sú týždenné a ambulantné formy pobytu a zamestnanci musia nosiť v práci rúško. Koncom apríla začal kraj svojpomocne testovať všetkých zamestnancov krajských zariadení sociálnych služieb. V prípade, ak by bol niekto z 1 200 zamestnancov pozitívne testovaný, testovať sa budú musieť všetci klienti daného zariadenia. Kraj realizuje testovanie PCR testami, ktoré sú najpresnejšie, pretože testujú prítomnosť vírusu COVID-19 v organizme.



Opravujeme priepust pri Gregorovom prameni

Košický samosprávny kraj začal 1. apríla s rekonštrukciou cesty II/547 v smere na Veľký Folkmar a priepustu pri Gregorovom prameni. Podľa projektu z roku 2017 plánovala župa opraviť iba oporný múr. S prácami za približne 70 000 eur sa začalo koncom roka 2018. Zhotoviteľ však od zmluvy odstúpil a stav priepustu sa zhoršil natoľko, že oprava oporného múra už nebola postačujúca. Kraj preto musel vypracovať novú projektovú dokumentáciu, ktorej súčasťou bol aj geologický prieskum. Podľa neho bola nevyhnutná stabilizácia celej stavby a komplexná oprava priepustu.

„Som rád, že tento problém bývalého vedenia kraja sa nám podarilo vyriešiť a priepust, ktorý bol naozaj v zlom stave, opravujeme. V priebehu minulého roka sme museli vyriešiť dočasné opatrenia, aby



sme zabezpečili bezpečnosť cestnej premávky, aj navýšenie rozpočtu na túto stavbu, ktoré sa dvihli na viac než 343 000 eur. Ďakujem obyvateľom za rešpektovanie dočasných dopravných obmedzení a zhotoviteľovi za to, že postup prác neovplyvňujú ani obmedzenia súvisiace s aktuálnou pandemiou,“ povedal predseda Košického samosprávneho kraja, Rastislav Trnka.

V rámci rekonštrukcie bude odbúraná nosná konštrukcia priepustu a časť spodnej stavby. Nad nimi bude zhotovený železobetónový rám, ktorý spevní celú konštrukciu. Rekonštrukciou prejde aj príľahlá cesta. Aktuálne je doprava vedená v jednom jazdnom pruhu a riadi ju svetelná signalizácia. Rýchlosť jazdy je znížená na 30 kilometrov za hodinu. Práce by mali byť ukončené do konca júla.

V Strážskom pokračujeme vo výstavbe mosta, osádzame nové nosníky

Bez zdržania pokračujú aj práce na výstavbe nového mosta v Strážskom v časti Krivoštiny. Po tom, čo zhotoviteľ odstránil posledné nosníky z pôvodnej konštrukcie mosta, začal s výrobou nových. Osádzať ich začal koncom apríla. Aktuálne prechádzajú osobné autá, malé autobusy aj peší po dočasnom mostnom provizóriu, ktoré umožňuje prejazd vozidiel do 7,5 tony. Prejazd je možný v jednom jazdnom pruhu, dopravu reguluje svetelná signalizácia. K obmedzeniu dopravy medzi Strážskym a jeho časťou Krivoštiny došlo v októbri 2019, kedy sa časť chodníka zrútila do rieky. Vzhľadom na zlý stav mosta musel kraj zbúrať všetky jeho nosníky. Od februára tohto roka je nad Laborcom mostné provizórium. Rekonštrukcia si z krajskej kasy vyžiada 2 400 000 eur.

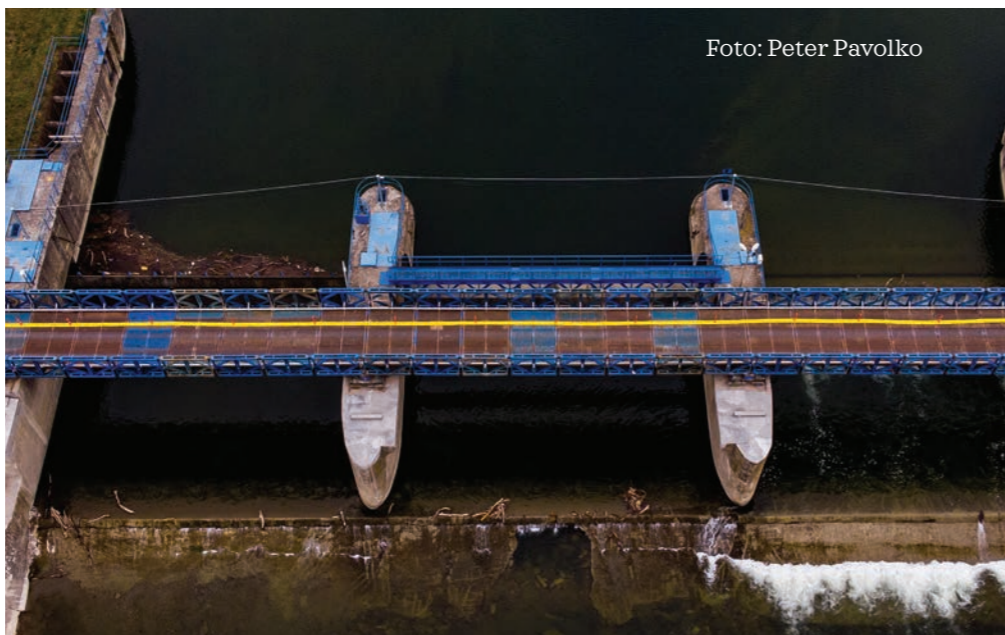


Foto: Peter Pavolko

Autobusy v Košickom kraji jazdia v mimoriadnom režime



Pandémia dočasne ochromila vyučovanie na školách, fungovanie podnikov aj dopravu.

Pandémia dočasne ochromila vyučovanie na školách, fungovanie podnikov, aj dopravu. V košickej župe platí v prímestskej autobusovej doprave od prvého apríla mimoriadny cestovný poriadok. Autobusoví dopravcovia dočasne obmedzili rozsah dopravných služieb o tretinu, čím denne zrušili prevádzku 123 autobusov. Mimoriadny cestovný poriadok platí na celom východnom Slovensku, vrátane Prešovského samosprávneho kraja, zavedený bol v spolupráci s IDS Východ s r. o.

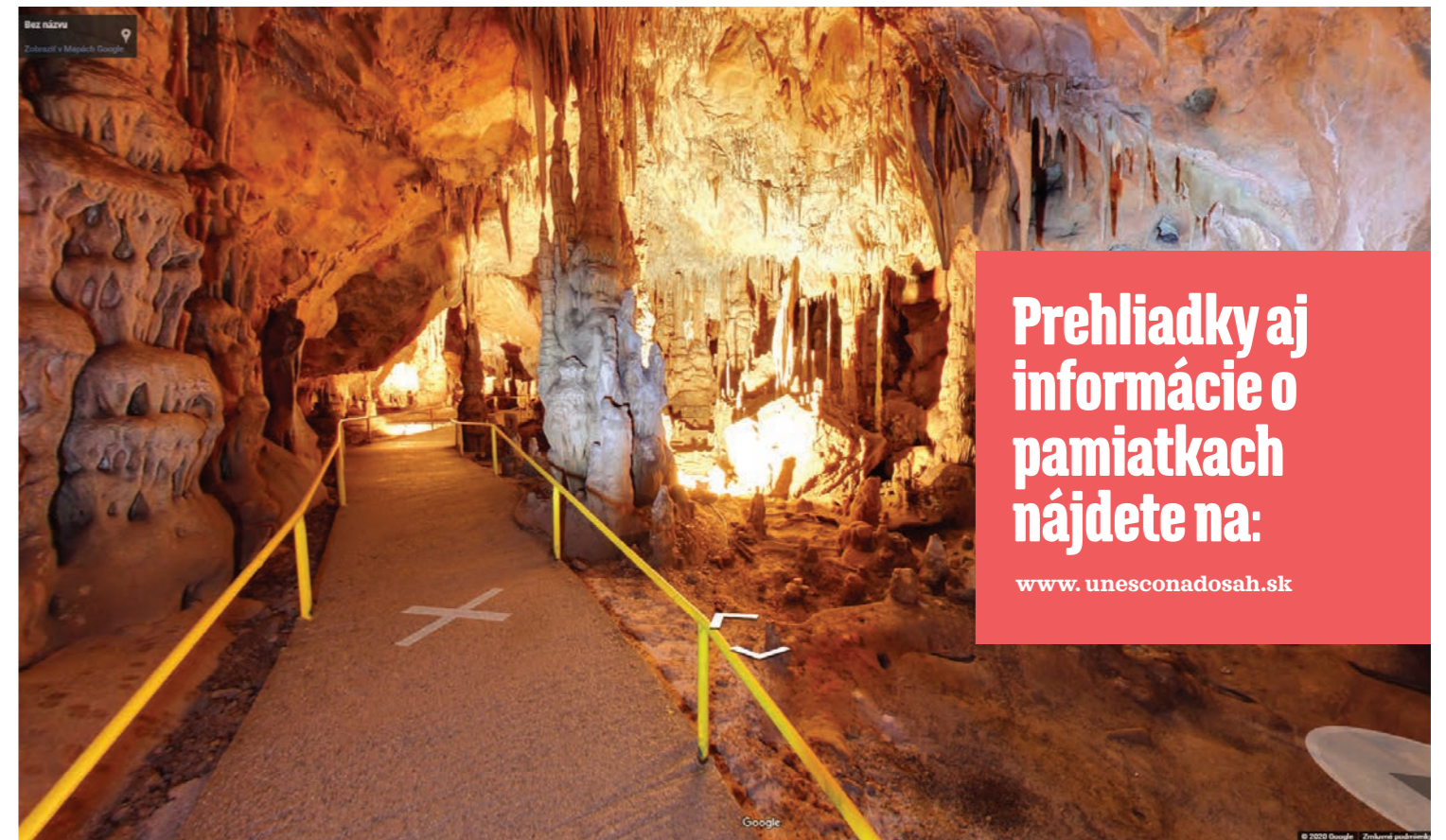
„V prímestskej autobusovej doprave v Košickom kraji došlo k poklesu cestujúcich o zhruba 75 percent. Pre porovnanie, kým 9. marca sme prepravili 76 847 cestujúcich, 17. marca to bolo už len 19 247.

V apríli počet cestujúcich klesol ešte viac. V rámci mimoriadneho cestovného poriadku sme sa snažili zabezpečiť dopravnú obsluhu najmä pre pracujúcich ľudí. Dočasne pozastavené sú preto hlavne spoje, ktoré nejazdia v časoch, kedy sa ľudia presúvajú do alebo z práce,“ povedal konateľ spoločnosti IDS Východ, Radovan Hužvík. Zmeny platia pre zmluvných dopravcov Košického kraja, spoločnosti ARRIVA Michalovce a. s., eurobus a. s. aj dopravcov Prešovského kraja, SAD Prešov, a. s., SAD Poprad, a. s., SAD Humenné, a. s. a BUS KARPATY spol. s r. o. Autobusy sú pravidelne čistené polymérovou dezinfekciou a cestujúci môžu nastúpiť, len ak majú zakryté ústa aj nos. Pri vstupe sa odporúča dodržiavať vzájomný od-

stup dvoch metrov. Ochranné rúška sú povinní nosiť aj vodiči autobusov.

„Každý týždeň vyhodnocujeme vyťaženosť všetkých spojov, žiadosti cestujúcich i zástupcov obcí, preto je možné, že mimoriadny cestovný poriadok ešte budeme upravovať. Pri každej zmene je však našou prioritou bezpečnosť cestujúcich, ochrana verejného zdravia a zabezpečenie minimálnej dopravnej obsluhy v každom regióne v kraji,“ dodal Hužvík.

Všetky informácie o tom, či váš spoj premáva, si môžete pozrieť na webových stránkach dopravcov, v online cestovnom poriadku www.cp.sk či na autobusových zastávkach.



Keď kultúra prichádza do vašich obývačiek

Jar so sebou každoročne do nášho kraja prináša množstvo kultúrnych akcií. Župné múzeá, galérie, divadlá či osvetové strediská plánovali aj túto sezónu pre svojich návštevníkov množstvo aktivít. Ich brány však zamkol koronavírus. Aj keď sú kultúrne zariadenia Košického samosprávneho kraja od polovice marca zatvorené, do ich priestorov môžete nahliadnuť aj z pohodlia vášho domova.

Putovanie za kultúrou na Spiši odporúčame začať virtuálnou prehliadkou v Múzeu Spiša. Ako naši predkovia kedysi bývali, vám zase ukáže Národopisné múzeum v Smižanoch. Online zážitok ponúka aj neďaleký letohrádok v Markušovciach a jeho zbierka hudobných nástrojov.

Cesta za spoznávaním sa zďaleka nekončí, navštíviť môžete aj virtuálnu

prehliadku Expozície prírody Slovenského krasu a príslušných oblastí, ktorú umožňuje Banícke múzeum v Rožňave.

Zapojiť sa môžete aj do kreatívnych aktivít a nemusíte pritom nikam chodiť. Napríklad, Východoslovenská galéria v Košiciach pripravila tvorivé úlohy a návody Doma s VSG. Zaujímavé online aktivity si pre mladších i starších pripravila Hvezdáreň v Michalovciach, Verejná knižnica Jána Bocatia v Košiciach, Galéria umelcov Spiša či Bábkové divadlo Košice. Všetky informácie sú zverejnené na ich webových stránkach a sociálnych sieťach, ako aj na stránke kraja.

Domácu izoláciu si môžete spestriť aj výletom za UNESCO pamiatkami v Košickom kraji. Z obývačky tak

priamo spoznáte svetové kultúrne a prírodné dedičstvo. K nahliadnutiu je Spišská Kapitula, Spišský hrad aj s Podhradím či vzácny kostol v neďalekej Žehre. Za sakrálnou pamiatkou sa zase môžete vydať do obce Ruská Bystrá v okrese Sobrance.

Ak máte radi dobrodružstvo, neváhajte sa virtuálne vydať do Vihorlatského pralesa či do jaskýň - Dobšinskej ľadovej, Ochtinskej aragonitovej, Gombaseckej, Krásnohorskej či Jasovskej jaskyne.

Teraz síce nemôžeme navštíviť krajské kultúrne zariadenia osobne, no ich krásy máme na dosah priamo z domu. Využime tieto dni aj na spoznávanie toho, na čo za bežných okolností nemáme čas a „poprechádzajme“ sa po našom kraji s otvorenými očami. Máme sa na čo pozerieť.

Východniari, ste super!

Prídu vám dni v domácej karanténe príliš dlhé? Neviete, čo s toľkým časom? Nechajte sa inšpirovať dobrovoľníkmi, ktorí sa rozhodli využiť pandémiu na dobré skutky.

Pomyselný klobúk snímame pred dobrovoľníkmi zo Slovenského Červeného kríža a Dobrovoľného hasičského zboru v Ruskove. Vďaka ich nezištnej pomoci môže Košický samosprávny kraj zabezpečovať starostlivosť o repatriantov. Mnohí Slováci sa v čase zrušených letov a uzavretých hraníc vrátili zo zahraničia domov len vďaka tomu, že sme ich ubytovali v našich karanténnych zariadeniach. Dobrovoľníci navrátilcov registrujú pri príchode a zabezpečujú aj ďalší chod v zariadeniach počas karantény. Ubytovaným pred dvere izieb distribuujú hygienické balíčky či stravu.

Záslužnú prácu robia v týchto týždňoch aj zamestnankyne župných stredných škôl, ktoré sa popri vyučovaní z domu rozhodli šiť textilné rúška. Vďaka ich iniciatíve môže kraj zabezpečiť stovky rúšok najrizikovejšej skupine obyvateľov v zariadeniach sociálnych služieb. A to nie je všetko. Zamestnanci župných škôl sa ochotne zapájajú aj do projektu Pomôž nemocnici, v rámci ktorého na školských 3D tlačiarňach vyrábajú ochranné štíty pre zdravotníkov v prvej línii.

Za šijacie stroje si nezištne sadajú i klienti zariadení sociálnych služieb či dobrovoľníčky, ktoré zastrešuje Dobrovoľnícke centrum Košického kraja. Ide o študentov psychológie, sociálnej práce, ale aj opatrovatelky, ktoré za iných okolností pracujú za hranicami Slovenska. Krajskí dobrovoľníci sa rozhodli pomáhať najmä opusteným seniorom, pretože v Košickom kraji žije najviac ľudí nad 65 rokov z celého Slovenska. Pomoc si stačí dohodnúť na čísle 0905 601 861 alebo cez e-mail na dckk@dckk.sk. Na linke dôvery sa porozprávajú s osamelými, ochotne pomôžu napríklad aj s venčením psíka či prinesením knihy na čítanie.

Podakovanie patrí aj zamestnancom Úradu Košického samosprávneho kraja, ktorí neváhali pracovať ani cez víkend a dobrovoľne balili ochranné pomôcky pre ambulantných lekárov v župe.

Ďakujeme!



Psychologička radí: Ako zvládnuť obdobie karantény a nezbláznit' sa?

Obmedzenie pohybu, zatvorenie škôl, takzvaný home office u ľudí, ktorí na to neboli zvyknutí, je testom psychiky a medziľudských vzťahov. Tí, ktorí denne cestovali do práce, zrazu musia podať dostatočný pracovný výkon z domu. Súčasne sa musia zapájať do domácej výučby detí, zabezpečovať chod domácnosti, vydržať zvýšenú

koncentráciu so svojimi pubertálnymi ratolestami. Kľúčom k tomu, ako to zvládnuť, je nezabudnúť na seba a pustiť z hlavy dokonalosť. Cieľom nie je ukážková domáca idylka, ale zabezpečenie normálneho fungovania. Súčasné obdobie zvýšených obáv o zdravie je súčasne príležitosťou a výzvou naučiť sa niečo nové.

13 rád, ako sa nezbláznit' a psychicky zvládnuť koronavírus

1) Uprednostňujte oficiálne kanály ako zdroje informácií. Vyhnite sa nespoľahlivým informáciám, emočne nabitým a falošným správam z alternatívnych zdrojov.

2) Nevystavujte sa celý deň množstvu správ na internete, v rádiu a televízii. Vyberte si dva momenty počas dňa, kedy a cez aký kanál chcete dostávať aktuálne správy. Nepodľahnite strachu a panike.

3) Dodržiavajte najlepšie hygienické postupy, navrhnuté inštitúciami a zdravotníckym systémom.

4) Ak ste doma, zaveďte si denný režim. Ten by mal zahŕňať činnosť, prácu, oddych, relax, dostatočný spánok. Vstávajte v rovnakom čase, raňajkujte ako zvyčajne, oblečte sa a nachystajte sa na prácu.

5) Buďte pozitívne naladení a snažte sa urobiť dobrý skutok, niekomu pomôcť, niekoho potešiť. Dá sa to aj na diaľku.

6) Cvičte doma pomocou aplikácií alebo live vysielania rôznych trénerov. Prechádzajte sa v prírode, objavujte nové, málo navštevované trasy. Buďte aktívni, aktivita uvoľňuje napätie a zlepšuje spánok.

7) Buďte kreatívni. Skúste niečo nové, napríklad ušit' si rúško.

8) Využite čas a skúste online vzdelávanie. Napríklad v jazykoch alebo v inej oblasti, ktorá je pre vás užitočná alebo vás baví.

9) Oddychujte, čerpajte sily, venujte sa koníčkum. Hobby pomôže nájsť rovnováhu a relax. Skúste urobiť niečo, čo ste vždy chceli skúsiť a nikdy na to nebol čas.

10) Jedzte pravidelne vyváženú stravu, neprejedajte sa. Pozor na alkohol, vo väčšom množstve oslabuje imunitu.

11) Doma odložte mobil, rozprávajte sa spolu a skúste robiť niečo nové. Zahrajte sa, prezrite si album s fotografiami či rozprávajte spomienky a príhody z minulosti.

12) So širšou rodinou a priateľmi udržiavajte kontakty elektronicky, napríklad telefonicky alebo prostredníctvom videohovoru. Sociálne kontakty významne pomáhajú znižovať hladinu stresu a jeho negatívne dosahy na človeka.

13) čo by ste doplnili do tohto bodu vy? Ak máte nejaké vlastné osvedčené pravidlo, ktoré vám pomáha, držte sa ho.



PhDr. Miroslava Heráková
klinická psychologička

Situácia je náročná pre všetkých, preto:

Nezabúdajte na seniorov. Sú najcitlivejšou skupinou, už teraz môžu byť osamelí a vylúčení pre svoje choroby a bolesti. Nie každý využíva technológiu a sociálne siete. Informujte ich o novinkách, rozprávajte sa s nimi o ich obavách, pomôžte im so zabezpečením základných potrieb. Pred osobným kontaktom uprednostnite telefón alebo rozhovor cez dvere.

Venujte sa deťom. Situáciu vysvetľujte primerane ich veku. Príliš vystrašený, úzkostný rodič či uplakaná mamička negatívne ovplyvňujú pocity dieťaťa. Situácia je náročná i pre tínedžerov, ktorí prahnú po kontakte s rovesníkmi.

Buďte pozorní. Partnerovi i dospievajúcim prejavujte omnoho viac ohľaduplnosti, berme veci s nadhľadom. Tlmte svoje reakcie, hnev a negatívne emócie. Dobré je vyčleniť si čas spolu a čas osamote.

Nezabúdajte, že karanténa netrvá večne. Až sa to všetko skončí a my sa vrátíme k normálnemu životu, budeme sa môcť hrdo a s úsmevom pozrieť na naše správanie, reakcie a zážitky. Na to, ako sme to zvládli, ako sme prežili tento pandemický stav. Myslime na to!

Virtuálne potulky v kraji

Aj napriek tomu, že krajské kultúrne inštitúcie sú až do odvolania zavtorené, naši spôsob, ako sa priblížiť návštevníkom. Mnohé z nich spustili virtuálne prehliadky a pripravili online aktivity. Pozrite sa, kam si môžete vyraziť aj z pohodlia domova počas mája.

Virtuálna prehliadka Domu tradičnej kultúry Gemera

To, ako žili naši predkovia, čo jedli

a ako sa obliekali, virtuálne predstaví prehliadka Domu tradičnej kultúry Gemera, ktorú pripravilo Gemerské osvetové stredisko. Poprechádzať sa môžete napríklad po tkáčskej, hrnčiarскеj, kulinárskej a aj audiovizuálnej dielni. Steny lemujú umelecké diela, a samozrejme, vitríny sú plné rôznych predmetov každo-dennej potreby našich predkov.

Virtuálna prehliadka podzemnej vinohradníckej expozície kaštiela v Trebišove

Táto jedinečná expozícia bola otvorená ešte v roku 1990 a návštevníci sa dozvedia o dejinách aj súčasnosti tokajského vinohradníctva aj vinárstva na Slovensku. V Múzeu a kultúrnom centre južného Zemplína môžete vidieť niekoľko druhov lisov, ale aj vzácne zbierky tokajských vín.

Virtuálna prehliadka po Záhrade umenia

Jedinečné sochárske diela zo spišského travertínu, ale aj dreva či kovu, ktoré vytvorili sochári zo Slovenska, ale aj zahraničia. Taká je ponuka exteriéru Galérie umelcov Spiša v Spišskej Novej Vsi. Väčšina diel pochádza z Medzinárodných sochárskych sympózií a ide o najzaujímavejšie, ktoré v kraji máme.

Virtuálna prehliadka Zázitkového centra SENTINEL

Práca v bani má svoje špecifiká a vyžaduje si množstvo špeciálneho náradia. Bez čoho sa kedysi baníci v našom kraji nezaobíšli a čo patrilo k ich povinnej výbave, sa dozvieme pri prehliadke Zázitkového centra SENTINEL, ktoré pripravilo Banické múzeum v Rožňave.

Viac informácií nájdete na webových stránkach a sociálnych sieťach kultúrnych organizácií.

Sút'áž s tajničkou

Milí čitatelia, správnu odpoveď z tajničky nám pošlite e-mailom na tlacove@vucke.sk do **31. 5. 2020**. Vyhrať môžete smart hodinky. Účastníci prihlásením sa do súťaže a splnením podmienok dávajú KSK svoj súhlas so spracovaním osobných údajov, ktorými sú poskytnuté identifikačné údaje účastníka súťaže (meno, priezvisko, e-mail, adresa trvalého pobytu, telefónne číslo). Tieto osobné údaje budú spracované výlučne na účely realizácie súťaže a odovzdania výhry. Výhercovia z predchádzajúceho čísla: **Lucia Bulejková, Vladimír Čizmár.**

POMÔCKY: EBL, IKO, O, OKO, WEAR	CHOROBNÁ ZÁVISLOSŤ NA PRÁCI	MESTO V JAPONSKU	ČESKÝ BÁBKOVÝ SERIÁL (PAT A MAT)	PORADENIE	POMÔCKY: ED, CONEY, ONEACRE, SNOA	UTAH TRAVEL (SKR.)	TVOJU OSOBU	ALEBO PO SPANIELSKY	ČIASTKOVÝ TYP	TAJNE	ŽENSKÉ MENO 29.4.	DVOIHLÁSKA	POMÔCKY: ANSELMA, COBHAM, THYRSOS	TAJNIČKA 2	ZASOBA, ZÁLOHA	ZNAČKA KVALITY	KONZUMUJE	MENO SPEVÁKA PRESELYHO	SPANIELSKÉ SÍDLO	
OBLEKÁŤ PO ANGLICKY					ZADUSILI VO VODE								KÚSOK CHLEBA							
TAJNIČKA 1					VNIMAL ZRAKOM			JEDEN ANER PO ANGLICKY					JAZZOVÝ BUBENÍK					DOMÁCE MENO ELENY		
ROZRIEĐUJE						MALÁ BÚDA												RÍMSKA ČÍSLICA 6		
DRASLÍK (ZN.)	TADETO					HLAVNÁ MYŠLIENKA						OSADA V PŮSTI						KRÁLIK PO ANGLICKY		
ZÁPIS MALEJ ŠACHOVEJ ROŠÁDY	URČIL ADRESU			ŠVÉDSKE SÍDLO			CITOSLOVCE TUKANIA	YOUNG GENTLEMAN (SKR.)			PALICA BOHA DIONYZA								POMÔCKY: AVVT, GALA, IKTER, LOH, ROOS	
HORSKÁ DIVÍZIA (SKR.)		ODLEŤ		UKRAJNSKÝ NEALKO NAPOJ				ČNELA (ZRIED.)			EDITOR (SKR.)									
		ACTIVE DUTY LIST (SKR.)						MALÝ CHLAPEC (PEJOR.)						VON PO ČESKY					SKOLIL	ZLUČOVACIA SPOJKA
OPĚJÁTKUJ (HOVOR.)					AUSTRÁLIA (MPZ)				KRÁČAM				PILOT F1 (JEAN, *1964)							
					ÍŠT PO TALIANSKY				MODRÉ				SLOVENSKE OKRESNE MESTO							
SOTVA						KOŠŤ PO ČESKY					TONA (ZN.)		BEL (ZN.)							
						PRIEMER (ZN.)							ETIÓPIA (KÓD)		MYKNUTIE				TAJNIČKA 4	
EURÓPSKY OSTRÓV							PRIEKOPNÍK (KNIŽ.)								ÁR (ZN.)			LETECKÉ KRÍDLO (SKR.)		
															ANGLICKÉ SÍDLO			DÁNSKO (MPZ)		
ZÁKLADNÁ ORGANIZÁCIA (SKR.)			REFERENČNÉ DÁTA (SKR.) CHORVÁTSKY OSTRÓV		POMÔCKY: ANDERE, UAKABU, UZVAR	LIDOVÉ NOVINY (SKR.)		FLUÓR (ZN.)		IKTERUS						DARČEK				
1006 RÍMSKYMI ČÍSLICAMI				SAMOHĽÁSKA		VORÁNY KVIETOK														
				AKČNÝ VÝBOR (SKR.)		MODERNÝ (HOVOR.)							ZOVRELA							
TROPICKÁ OPIKA							FRANCÚZSKA OBEC					SEVERSKÝ TANEČ						PÁTNASTE PÍSMENO LATINSKEJ ABECEDY	PREDLOŽKA (SO)	
							ŠVÉDSKO (MPZ)												NEMECKO (MPZ)	
TAJNIČKA 3												ZDOLA								