

Komisia mládeže a športu pri MsZ v Šali

Z Á P I S N I C A

**zo zasadnutia Komisie mládeže a športu pri MsZ v Šali
zo dňa 16. 09. 2026**

Zápisnica obsahuje: Prezenčnú listinu

Pozvánku

Zápisnica zo zasadnutia Komisie mládeže a športu pri MsZ v Šali

č. 03/2026

Dátum: 16. 09. 2026

Miesto: veľká zasadačka, Mestský úrad Šaľa

Prítomní: Peter Szalay, Ing. Slavomír Kališ, Ladislav Jaroš, Jana Majdlenová, Ing. Tomáš Mészáros, Ing. Tomáš Benkovič, Ing. Karol Molnár, Ing. Marián Miškovič, Ľuboš Káras

Neprítomní: Jozef Holota, Mgr. Róbert Čibrik

Prizvaná: PhDr. Radka Aľakšová

Program:

1. Otvorenie
2. Kontrola plnenia uznesení
3. Informácia o Programe švajčiarsko-slovenskej spolupráce a forme zapojenia mesta so zameraním na podporu zdravia, športu a pohybových aktivít
4. Rôzne
5. Záver

Priebeh zasadnutia:

K bodu 1. Otvorenie

Predseda komisie Peter Szalay privítal prítomných členov na zasadnutí. Prezentovalo sa 9 členov, na základe čoho skonštatoval, že komisia je uznášaniaschopná. Dňa 08. 09. 2026 tajomníčka komisie elektronicky poslala členom program rokovania, s ktorým prítomní súhlasili.

Uznesenie 01/03/2026

Hlasovanie: Za: 9
Proti: 0
Zdržal sa: 0

Komisia mládeže a športu pri MsZ v Šali

- A. prerokovala
program 3. zasadnutia v roku 2026
- B. schválila
program 3. zasadnutia v roku 2026

K bodu 2. Kontrola plnenia uznesení

Peter Szalay informoval o plnení úloh uznesení zo zasadnutia komisie zo dňa 06. 05. 2026 a skonštatoval, že sú splnené.

K bodu 3: Informácia o Programe švajčiarsko-slovenskej spolupráce a forme zapojenia mesta so zameraním na podporu zdravia, športu a pohybových aktivít

PhDr. Radka Al'akšová, koordinátor prevencie a podpory zdravia, bola prizvaná na komisiu, aby členov informovala o projekte Šaľa – zdravé mesto“. Je zameraný na podporu zdravého životného štýlu, prevenciu obezity a neprenosných chorôb prostredníctvom zlepšenia stravovania, zvýšenia pohybových aktivít a rozvoja infraštruktúry. Dodala, že mesto Šaľa úspešne participovalo vo výzve v rámci Švajčiarsko-slovenského programu, ktorého hlavnými skupinami sú žiaci, rodičia, učitelia, seniori, zamestnanci so sedavým povoláním i široká verejnosť, pričom sa zapoja samospráva, odborníci, športové kluby a komunity. Tento projekt zahŕňa vytvorenie pozície koordinátora prevencie, vypracovanie profilu zdravia mesta, partnerstvá v sieti Zdravé mestá. V rámci projektu budú predstavené všetky športoviská v meste, ale zároveň bude vybudovaná nová, verejne dostupná bežecká dráha s doskočiskom v areáli ZŠ I. Štúra v Šali a pribudne tiež modulárna pumptracková dráha, ktorá bude umiestnená do lesoparku, aby bola k dispozícii bez obmedzení pre všetkých.

Radka Al'akšová uviedla, že hlavným poslaním aktivít je zníženie miery výskytu neprenosných chorôb a vytvorenie podmienok pre dlhodobé udržiavanie fyzického aj duševného zdravia všetkých generácií, motivácia a vzdelávanie detí, dospelých aj seniorov, aby do svojich dní úspešne zakomponovali nové, zdravé návyky a natrvalo tak zlepšili svoj životný štýl. Pre deti a mládež to budú predovšetkým Športové štvrťky, ktoré budú organizované v spolupráci so športovými klubmi v Šali a pod vedením skúsených trénerov si záujemcovia budú môcť bezplatne vyskúšať rôzne športové disciplíny v rámci organizovaných otvorených tréningov. Ďalej to bude Žiacka päťstovka, v rámci ktorej žiaci základných škôl spoločne odkráčajú 500 km, pričom ich musí zdolať každá škola. Všetci zapojení žiaci absolvujú mini kurz nordic walkingu, aby sa naučili správnu techniku držania tela a prácu s paličkami.

Radka Al'akšová už momentálne praktizuje cvičenia pre administratívnych pracovníkov, ide o krátke, ale vysoko efektívne kompenzačné cvičenia priamo na pracoviskách mestských inštitúcií a firiem. Jednoduché cviky sú zamerané na uvoľnenie krčnej, hrudnej a driekovej chrbtice a predchádzanie bolestiam zo sedavého zamestnania.

Pre aktívnych dôchodcov sú realizované špecializované lekcie nordic walkingu, odborné prednášky o výžive po 65. roku života a špecializované cvičenia na prepájanie mozgových hemisfér pre udržiavanie bystrej pamäte.

Taktiež aktivity zahŕňujú prednášky zamerané na emočné zjednanie a nadváhu ako komplexné ochorenie.

Pre základné školy budú realizované workshopy – zdravá desiata. Pôjde o praktické a zážitkové vzdelávanie priamo v triedach, kde si žiaci sami, pod dohľadom odborníka na výživu, budú môcť pripraviť chutné, farebné a nutrične vyvážené desiata.

Radka Al'akšová informovala komisiu o dvoch blížiacich sa podujatiach – 25. septembra 2026 sa uskutoční Festival zdravého životného štýlu na pešej zóne v Šali a 29. septembra 2026, Svetový deň srdca, sa bude konať celodenná akcia v lesoparku, ktorá bude zahŕňať prednášky o vplyve energetických nápojov na zdravie, nordic walking popoludnie so seniormi a slávnostné vyhodnotenie výsledkov kampane Do práce na bicykli 2026.

Uznesenie 02/03/2026

Komisia mládeže a športu pri MsZ v Šali berie na vedomie informácie o Programe švajčiarsko-slovenskej spolupráce a forme zapojenia mesta so zameraním na podporu zdravia, športu a pohybových aktivít

K bodu 4: Rôzne

Členovia komisie nemali žiadne pripomienky a návrhy.

K bodu 5: Záver

Predseda Peter Szalay ukončil zasadnutie komisie mládeže a športu a poďakoval sa všetkým prítomným za ich účasť.

Zapísala: Ing. Martina Čižmáriková
 tajomníčka KMaŠ

Peter Szalay
predseda KMaŠ

Dátum: 22. 09. 2026