

Lučivjanske novinky

udalosti zo života obce



Ročník: 2 Číslo: 2 / 2015 noviny sa vydávajú 2x ročne

Dátum vydania: 22. 12. 2015 nepredajné

VIANOČNÉ ZAMYSLENIE

Je tu čas, keď sa stretávajú rodiny, príbuzní, známi, keď si sadáme k spoločnému stolu, aby sme sa tešili z jedinečnej sily, ktorej hovoríme rodinné puto.

Vianoce a Nový rok sú obdobím, keď sa každý snaží byť s blízkymi, keď si viac uvedomujeme silu priateľstva, lásky, úcty a obetavosti. To všetko sú hodnoty, ktoré znamenajú veľa pre každého človeka. Sú symbolické pre každého, bez rozdielu viery, národnosti, či príslušnosti k niektorej z ľudských rás. Pre každého z nás je dôležité, aby sa dni naplňali spokojnosťou, ľudskou spolupatričnosťou, osobným uplatnením, dosahovaním vytýčených cieľov.

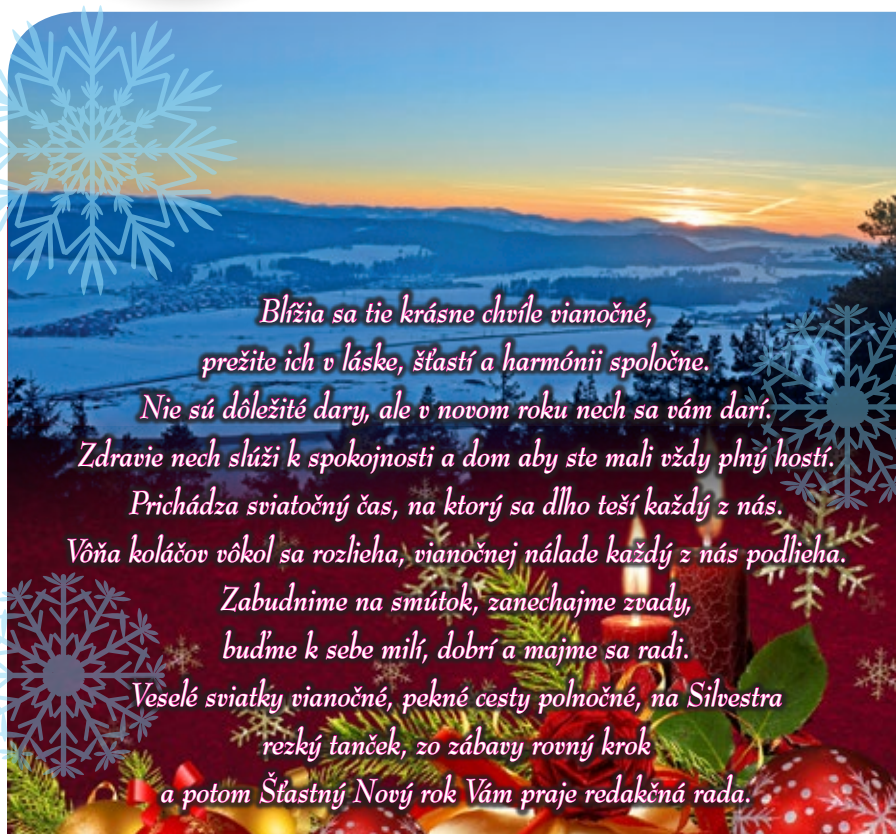
Dúfame, že onedlho naše ulice, či stráne zasype biela perinka machovo jemného snehu. Belosť symbolizujúca čistotu duše vždy priťahovala predstavivosť človeka a s ňou spoločne aj svetlo, lúče z blikajúcej sviečky - symbol blížiacich sa Vianoc, ktoré určite rozžiari a plápolavým plameňom osvieti naše srdcia, naše vnútro. Veď každý z nás s vďakou prijíma teplé ľudské slovo, pohladenie, či pohľad a svet sa stáva zrazu krajším.

Opäť nám nežne klopú na dvere vianočné sviatky - čas radosti, zázakov a priání. Pripravme sa teda na ne spoločne a vychutnajme si ich so všetkým, čo k nim patrí. V dušiach nech sa nám rozhostí krásny pocit, na stole nech zavonia kapor, či iné dobroty a Štedrý večer nech zanechá v srdciach stopu pohody a radosti.

Želám Vám do nasledujúcich krásnych vianočných dní, nech sú naplnené láskou, porozumením a spolupatričnosťou. Prajem Vám vnútornú silu, stály zmysel pre radosť z malých i veľkých vecí života. Veľa zdravia, životnej lásky a potešenia z najbližších a ľudí blízkych Vášmu srdcu. Zaželať si nádherné Vianoce a pokoj v duši.

Nech sa udrží po celý budúci rok.

Stanislav Gavalier
starosta obce



Blížia sa tie krásne chvíle vianočné,

prežité ich v láske, šťastí a harmónii spoločne.

Nie sú dôležité dary, ale v novom roku nech sa vám darí.

Zdravie nech slúži k spokojnosti a dom aby ste mali vždy plný hostí.

Prichádza sviatočný čas, na ktorý sa dlho teší každý z nás.

Vôňa koláčov vokol sa rozlieha, vianočnej nálade každý z nás podlieha.

Zabudnime na smútok, zanechajme zvady,

buďme k sebe milí, dobrí a majme sa radi.

Veselé sviatky vianočné, pekné cesty polnočné, na Silvestra

rezký tanček, zo zábavy rovný krok

a potom Šťastný Nový rok Vám praje redakčná rada.

Mikuláš zavítal aj k nám.....



V piatok 4. 12. 2015 zavítal Mikuláš s anjelom a malým čertíkom aj do Lučivnej. Deťom doniesol bohatú nádielku darčiekov a žiaci Základnej školy s materskou školou v Lučivnej mu pripravili pekný program. Škoda len, že chýbala snehová perina...

ZIMNÉ INŠPIRÁCIE

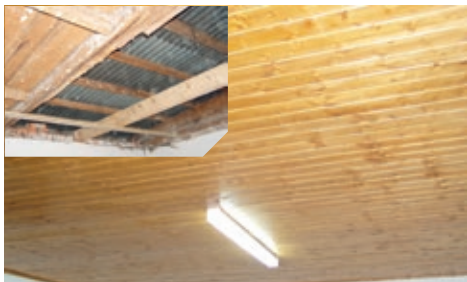
Hoci v mnohých obchodoch nám už posledné mesiace začali výzdobou a akciami prízvukovať, že sa blížia najkrajšie sviatky v roku, oficiálne nám začína vianočná atmosféra dýchať mráz na okná v čase adventu. Prvá adventná nedeľa v našej obci sa niesla pod názvom „Zimné inšpirácie“. Akciu zorganizoval OcÚ v spolupráci so ZŠ a MŠ. Obyvatelia našej obce tu mohli vidieť drevozrezbu, vianočné výšivky, výstavu modelov áut, lietadiel a bojovej techniky. Mohli sa pokochať obrazmi. Žiaci ZŠ a MŠ vyrobili malé a milé vianočné ozdoby. Šikovní obyvatelia nám ponúkali papierové vianočné ozdoby, výrobky z vlny, patchwork. V ponuke boli aj ručne vyrábané šperky. Mnohých potešil med, výrobky z medu a mnohí ochutnali výbornú domácu tortu. Táto akcia bola výnimočná aj v tom, že nebola zameraná len na predaj a výstavu výrobkov. Návštevníci sa tu mohli pozastaviť v dnešnom uponáhľanom zhone, pokochať sa nádhernými prácami, porozprávať s priateľmi a zaspomínať si.



Práce v obci



náter strechy na budove kultúrneho domu



oprava stropu v šatni kultúrneho domu



nový chodník v dolnej časti obce



nové schody do budovy kultúrneho domu



rekonštrukcia chodníkov na miestnom cintoríne

ZO ZASADNUTÍ OBEČNÉHO ZASTUPITEĽSTVA V LUČIVNEJ

18. 9. 2015

- na zasadnutie OZ bola prizvaná autorka knihy „ Monografia obce Lučivná“ PhDr. Zuzana Kollárová, ktorá informovala o postupe prác na knihe a plánovanom vydaní v budúcom roku,
- zmeny územného plánu na základe žiadosti Kúpeľov Lučivná,
- žiadosť Základnej školy o súhlas pre nižší počet žiakov v triedach,
- vyhlásenie voľby kontrolóra obce na nové funkčné obdobie,
- prerokovanie konsolidovanej výročnej správy za rok 2014 a správu auditora,

6. 11. 2015

- riešilo OZ sťažnosť obyvateľov na hlučnosť prevádzky Hotel Lučivná počas konania vikendových svadiieb a akcií, za prítomnosti sťažovateľov,
- prípravované preteky štvorkoliek,

11. 12. 2015

- prenájom priestorov v budove Hasičského domu pre účely prípravy podujatia štvorkoliek,
- opätovné prerokovanie sťažnosti na hluk v prevádzke hotela Lučivná,
- rozpočet obce Lučivná na rok 2016-2018.
- VZN o miestnych daniach a poplatku za komunálne odpady

18. 12. 2015

- voľba kontrolóra obce - funkciu kontrolóra obce bude od 1. 1. 2016 vykonávať Bc. Gabriela Skokanová

ROK 2015 - prehľad činností a aktivít

INVESTÍCIE	OPRAVY ÚDRŽBY	ADMINISTRATÍVA	KUL.ŠPORT.AKTIVITY	OSTATNÉ PRÁCE - projekty zamestnanosti Úradu práce
Chodníky na cintoríne-ozvučenie osvetlenie Chodník v dolnej časti obce Nová rozhlasová ústredňa Podané žiadosti o finančné prostriedky - projekty r. 2015 - úspešné Kniha 5000,- eur Kul dom údržby 6900,- eur Neúspešné: Rozšírenie kamerového systému Náučný chodník Multifunkčné ihrisko Podané projekty pre r. 2016 Náučný chodník Miestne komunikácie Revitalizácia obce Rozšírenie kamerového systému Lesopark Szakmáry	Budova OcÚ Sklad na poschodí – maľovanie, výmena podlahy Knižnica – maľovanie Schodište- nové linoleum, maľovanie, zábradlie pred OcÚ, maľovanie zasadačky OcÚ Dom smútku Maľovanie interiéru, okien, dverí Oprava dlažby na chodníku Kultúrny dom - brúsenie a náter strechy, oprava stropu v šatni, maľovanie celeho interiéru KD Hasičsky dom - maľovanie, náter schodov, výmena odkvapových žlabov Budova školy – čiastočná výmena žlabov a snehových zábran.	zavedenie nákupov cez elektronické trhovisko Obecné noviny 2 vydania Plán hospodárskeho a sociálneho rozvoja - prieskumy územia, príprava územia Kniha - príprava podkladov zber materiálu Nová internetová stránka obce Realizácia projektov zamestnanosti cez ÚP Riešenie opravy komunikácie v Lopušnej doline	Lyžiarske preteky Jarné inšpirácie škola Výstup Kozí Kameň Súťaž „ Prúdníčka“ „O pohár starostu obce Lučivná“ Podujatie pre dôchodcov „Mesiac úcty k starším“ Kladenie vencov k pamätníku Finančná podpora pri športových podujatiach – zabezpečenie cien	orez stromov nad chodníkom nová dlažba-schody vstup do KD oprava mostov, zábradlie plechy, asfaltovanie, nátery, kosenie ver.priestranstiev Kosenie ihriska, príř. plôch, údržba zelene na ver. priestranstvách, čistenie potoka pri Háji, čistenie brehov koryta potoka Mlynica, vyrovnanie hracej plochy na ihrisku pieskom, predĺženie verejného osvetlenia pri ošiparni obnova písma na pamätníku SNP protipovodňové opatrenia

V LUČIVNEJ OŽÍVAJÚ ĽUDOVÉ TRADÍCIE

Po rokoch sme opäť zhliadli lučivjanský kroj. Sme radi, že sa zachovalo kus tradície a môžeme vidieť dievčatá v krojoch pri slávnostných príležitostiach.



Popis kroja:

- ✦ venček na hlave - parta
- ✦ stuhy na chrbáte - stužky od party
- ✦ stužky na pleciah v tvare ružičky - sluky
- ✦ ružová šatka s čipkou okolo krku zapnutá brošňou
- ✦ pláténá blúzka - oplecko (nakrochmaľené - naškrobené)
- ✦ čierny zamatový lajblík
- ✦ spodná skladaná kídla prekrytá kvetovanou zásterou s čipkou
- ✦ čizmy

Katarína Skokanová



V novom roku 2016 budú mať obyvatelia Lučivnej prvú monografiu obce

rozhovor so zostavovateľkou monografie obce Lučivná – historičkou a archívárkou PhDr. Zuzanou Kollárovou, PhD., pracovníčkou Štátneho archívu v Prešove, pracovisko Archív Poprad, ktorá sa autorsky a zostavovateľsky podieľala na viac ako 30 obecných monografiách obcí z okresov Poprad a Kežmarok)

1/ Vysvetlite našim čitateľom, čo je to monografia obce a aký má význam.

Obec Lučivná bola už v pravke osídlená človekom, o čom svedčia náhodné archeologické nálezy. Historici predpokladajú, že spomenuté územie bolo obývané človekom už pred 13. storočím. Prvá písomná zmienka o obci pochádza z roku 1321. Monografia obce je publikácia, v ktorej sa čitateľ môže zoznámiť so životom obce vo všetkých oblastiach – s prírodou, archeológiou, históriou, etnografiou, jazykovedou, významnými osobnosťami, či prípadne aj so zvláštnosťami tej ktorej obce a pod. Obec je jeden obrovský živý organizmus, ktorý by sme mohli prirovnať k veľkej a dobrej rodine. Čo myslíte – je dôležité, aby vnuk vedel, že školu do ktorej chodí, postavil jeho dedo? Alebo je dôležité, aby deti vedeli odkiaľ pochádzajú, aby sa naučili, že to čo majú, nespadlo z neba, ale to vytvorili predchádzajúce generácie? Že polia, ktoré v súčasnosti rozorávajú traktory museli vytvoriť klčováním stromov a zbieraním kamenia ich prapredkovia? A takto by sme sa mohli pýtať na mnoho ďalších súvislostí. K nám do archívu chodí mnoho exkurzií. Často sa stretávam s podobnou otázkou – načo nám je archív, načo nám je história. Odpoviem deťom proti otázkou – Viete si predstaviť, že vás zrazilo auto a vy zabudnete, kto boli vaši rodičia, starí rodičia... a vôbec si nespomínate na to, kde bývate, odkiaľ pochádzate. Viete si to vôbec predstaviť? Po tejto otázke zvyčajne deti spozornejú a zamýšľajú sa nad všetkým, čo im hovorím... Okrem samotného poznania majú monografie význam nielen pre školskú mládež, ale aj pre staršie generácie, ktoré si prostredníctvom textov a obrázkov zaspomínajú na dobré i zlé chvíle, ktoré prežili a ktoré ich posunuli dopredu... V neposlednom rade však majú monografie aj praktický význam. Po kvalitnom spracovaní slúžia pre potreby cestovného ruchu, propagácie obce, majetkové vysporiadania a pod. Na základe našich kníh boli dokonca natočené filmy o obciach, slúžili aj ako podklad pre scenáre divadiel, boli obnovené pamiatky, nanovo oprášené zásluhy rodákov a významných osobností na ktorých činy sa už zabudlo. Treba podotknúť, že sa kniha o Lučivnej začala písať po dlhších rozhovoroch a podnetoch starostu obce Stanislava Gavaliera. Význam obecných monografií podčiarkuje najmä po nežnej revolúcii aj veľký záujem obyvateľov obcí a miest. V niektorých obciach vyšli už následne knižky.

2. V akom rozsahu sa kniha pripravuje a čo všetko v nej budeme môcť nájsť?

Kniha bude mať okolo 300 – 400 strán,

keďže podľa edičného návrhu majú autori odovzdať 400 normostrán a okolo 800 čiernobielych a farebných fotografií. Obsah som už naznačila v predošlej otázke.

3. Kto sa podieľa na publikácii?

Zostavovateľkou monografie budem ja a ja budem autorkou kapitoly o hospodárstve, kúpeľoch a čiastočne o osobnostiach, okrem mňa sa na publikácii budú podieľať – PhDr. Božena Malovcová (Heraldické symboly, Politické, administratívne pomery od roku 1526 do súčasnosti, Cirkevné dejiny – evanjelická cirkev), Ing. Anton Potaš (Prírodné pomery), PhDr. Marián Soják, PhD. (Praveké osídlenie), Mgr. Ján Endrődi (Lučivná v stredoveku), Ing. Martina Šlampová (Školstvo), Ján Bachleda (Kultúra, šport a osobnosti, cirkevný život katolíckej cirkvi a v iných cirkvách), PhDr. Zdena Krišková, PhD. (Etnografia) a Prof. Doc. Júlia Dudášová, CSc. (Jazyk obyvateľov Lučivnej). Okrem toho bude kniha obsahovať resume v anglickom a nemeckom jazyku, zoznam použitých prameňov a literatúry.

4. Mapovanie dejín obce vychádza nielen z údajov v Štátnom archíve v Prešove, pracovisko Archív Poprad, ktoré by mali byť objektívne, ale aj z pamätí samotných obyvateľov. Ako sa dá vyhodnotiť osobná výpoveď dejín, aby nebola príliš subjektívna?

Vyššie uvedený autorský kolektív je už dostatočne skúsený na to, aby správne vyhodnotil všetky informácie. Okrem archívnych dokumentov, ktoré sú uložené v našom archíve, autori skúmajú minulosť obce aj v iných dostupných archívoch, napr. v Spišskom archíve v Levoči, v cirkevnom archíve Spišskej Kapituly, ale aj v Maďarskom národnom archíve v Budapešti, či v Slovenskom národnom archíve v Bratislave, ale aj iných. Autori pracujú s latinskými, nemeckými, maďarskými a slovenskými textami. Je samozrejmé, že študujeme dokumenty aj v organizáciách – na obecnom úrade, v kúpeľoch, poľnohospodárskom družstve, v škole, na farských úradoch a pod. Informácie dopĺňa aj archeologický výskum. Autori sa nevyhýbajú, ba skôr vítajú informácie od obyvateľov obce. Mimoriadne je to dôležité pri kapitolách, ktoré sa venujú etnografii (národopisu) a jazykovede. Keďže chceme zachytiť do knižky aj súčasnosť, tak pri nej to bez informácií od ľudí jednoducho nejde.

5. Kedy bude kniha v definitívnej podobe dostupná pre verejnosť?

Monografia obce by mala byť ukončená v druhej polovici budúceho roku.

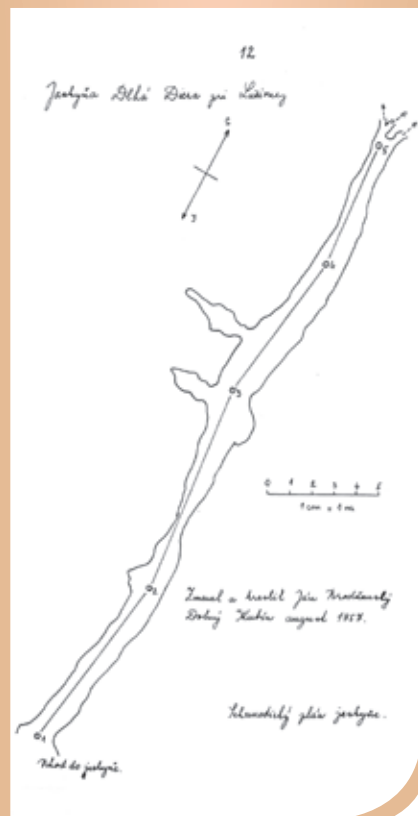
**Ďakujeme za rozhovor (r.r.)
kontakt: z.kollarova@stonline.sk**

ZAÚJIMAVOSTI

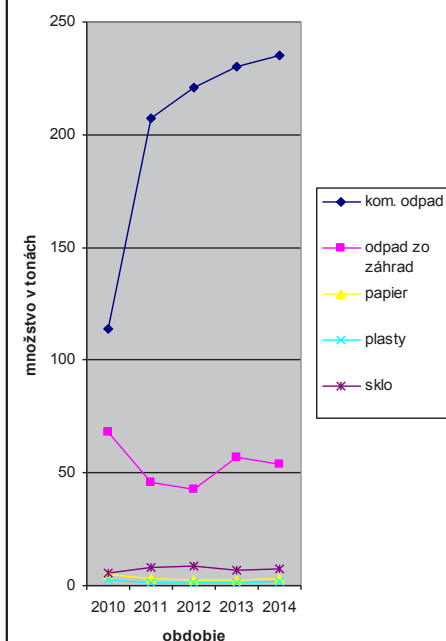
JASKYŇA DLHÁ DIERA

Jaskyňa sa nachodí v km 12 200, v malom brale medzi prvou a druhou skalou v záreze v relatívnej výške asi 15m od úrovne cesty asi 25 m vo svahu. Vchod do jaskyne je 150 cm široký a 80 cm vysoký. Vanie z neho slabý prievan. Jaskyňa je dlhá 32 metrov a preto ju nazývajú aj „Jaskyňa dlhá diera pri Lučivnej“. Tiahne sa v celkom severnom smere a jej šírky sú od 80 cm do 2 metrov pri výške 2 metrov. Nachodí sa na nej počínajúca sintrová výzdoba. Za polovicou v bode č. 3 ako to ukazuje priložený plán Dlhej diery, nachodia sa vľavo dve dutiny. Koniec jaskyne tvoria komíny, ktorými vanie vietor a v dobe dažďov vteká nimi do jaskyne aj voda prinášajúca so sebou žlté hliny rozpustného vápenca. Podlahu po celej jaskyni tvorí hlina zmiešaná so štrkom v ktorom bol nájdený aj asi 3 kg ťažký žulový okruhliak. Pri takomto zbežnom a povrchovom výskume pravda ani tu nebolo možno nájsť predpokladané stopy po predhistorickom človeku. Nad touto jaskyňou na samej plošine brala nachádza sa veľký závrť, ktorý môže tvoriť samostatný jaskynný systém. Jaskyňa vznikla na praskline a vody stekajúce cez ňu mohli vyhlodať jaskyňu samotnú.

Zdroj: **Kronika obce Lučivná**



Separácia v rokoch 2010-2014



Od 1.1.2016 vstupuje do platnosti nový zákon o odpadoch č. 79/2015 Z.z. ktorý by mal priniesť do odpadového hospodárstva Slovenska zásadnú zmenu smerom k recyklačnej spoločnosti.

V roku 2020 musí Slovensko recyklovať 50 % komunálneho odpadu. Aby splnilo tento spoločný cieľ EÚ, potrebuje systémovú zmenu v odpadovom hospodárstve, inak hrozí plate-

Odpady naše každodenné.....

nie pokút. Patríme medzi najhoršie krajiny EÚ, dnes skládkujeme viac ako 70 % odpadu, čo je hanba na úrovni Európy, nevyužitý potenciál pracovných miest a zdrojov, ktoré musíme dovážať na úrovni Slovenska. Nový zákon o odpadoch bol preto nevyhnutný.

Až 77% komunálneho odpadu Slovensko v súčasnosti ukladá na skládky. Miera recyklácie je len okolo 13 % a na tejto úrovni už stagnuje niekoľko rokov. Ak nepríde rýchla zmena vážne hrozí, že Slovensko nesplní povinnosť recyklácie 50 % komunálneho odpadu v r. 2020. A teda hrozí platenie pokút. Treba si uvedomiť, že na dosiahnutie cieľa máme už len 6 rokov. Čím neskôr začneme prijímať účinné opatrenia, tým bude musieť byť nábeh ráznejší a preto ťažšie realizovateľný. Slovensko patrí z hľadiska recyklácie odpadu ku krajinám na chvoste Európskej únie. Menej recykluje už len Malta a Rumunsko.

Potrebnú systémovú zmenu by mal priniesť nový zákon o odpadoch. Túto povinnosť, ako je tomu vo väčšine štátov Európy, presunie zákon cez rozšírenú zodpovednosť na priemysel. Obec je motivovaná triediť odpad, pretože čím viac vytriedi, tým im menej ostane zmesového odpadu, pri ktorom je potrebné platiť jeho zber, odvoz a uloženie na skládku.

Hlavným predpokladom pre uvedenie nového zákona do života je myslenie ľudí k prvotnej separácii. Problémom sú aj čierne skládky. Bude zvyšovaný poplatok za sklád-kovanie komunálneho odpadu, kde prav-

depodobne pri momentálnych množstvách odvezeného odpadu na skládku navýši sa aj rozpočet obce.

Jednou z problematických oblastí je separovanie odpadu aj v našej obci. Z roka na rok stúpa množstvo komunálneho odpadu, ktoré je potrebné odviezť na skládku a uhradiť všetky náklady s tým súvisiace. Často krát dochádza aj k znehodnocovaniu už vyseparovanej zložky (napr. skla, plastov) komunálnym odpadom. V takom prípade je celý obsah kontajnera opäť odvezený na skládku komunálneho odpadu a nie spracovateľovi druhotných surovín.

Organizácia zodpovednosti výrobcov bude oprávnená vykonávať kontrolu zloženia oddelene zbieranej zložky komunálneho odpadu a ak zistí, že daný triedený zber obsahuje viac ako 50% iných odpadov, ktoré v danom odpade nemajú byť, tak za nakladanie s takto vyzbieranou zložkou zodpovedá obec a náklady za tento zber musí opäť uhradiť obec. Z toho vyplýva, že obec získa – resp. ušetrí financie iba tak, že separát bude čistý a budú sa zvyšovať jeho množstvá.

	kom. Odpad	odpad zo záhrad	papier	plasty	sklo
2010	114	68	5,24	2,24	5,38
2011	207	46	3,13	1,5	7,8
2012	221	43	2,26	1,22	8,59
2013	230	57	2,75	1,03	6,86
2014	235	54	3,39	6,86	7,2

Zásady správneho domáceho kompostovania

Kompostovanie je prirodzený a riadený proces, ktorým premieňame bioodpad a inú organickú hmotu na kvalitné hnojivo pre našu záhradku – kompost. Domáce kompostovanie má tú výhodu, že vieme, čo si do kompostu dáme a výsledný kompost ostáva priamo využiteľný pre naše potreby. Môžeme takto vrátiť záhradné živiny, ktoré sme z nej formou úrody odobrali.

Odpady vhodné na kompostovanie:

- bioodpad z kuchyne – rastlinné zvyšky z čistenia ovocia a usadeniny, čajové vrecúška, usadeniny z kávy, šupky z južného ovocia – pomaranče, banány, citróny, papierové vreckovky, škrapiny z vajec, z orechov kôstky a pod.,
- bioodpad z domácnosti – kvety, zemina z kvetináčov, vlasy, nechty, drevený popol,
- bioodpad zo záhrady – pokosená tráva, zvyšky zeleniny, ovocia, pozberové zvyšky a časti rastlín, vypletá burina, lístie, konáre (treba posekať, alebo zoštíepkovať) a pod.

bioodpad z hospodárskych zvierat – hnoj, hnojovica, močovka z chovu dobytka, zajačov, koní, hydiny a pod.,

kompostovacie prísady – vápno, mletý vápenec, rohovinová múčka – ich použitie pri správnom kompostovaní nie je nutné.

Odpady podmienenčne vhodné na kompostovanie:

Ide o špecifickú skupinu odpadov, ktoré po určitej úprave môže byť kompostované časti

rastlín napadnuté chorobami a parazitmi – je potrebné kompostovať pri vyšších teplotách (okolo 50 stupňov + dostatok dusíka)

- buriny s vyzretými semenami – potrebné dať do čierneho plastového vreca, navlhčiť, zviazať a nechať na slnku 14 dní zapariť, keď obsah pení, môžeme kompostovať
- chemicky ošetrené rastliny – neodporúča sa kompostovať tesne po ošetrení rastlín potreba dlhšej rozložiteľnosti,

Odpady nevhodné na kompostovanie Do kompostu nepatria:

Nerozložiteľné odpady – sklo, kovy, plasty, textil, papier, nápojové kartóny, farby, lieky, oleje, batérie, chemické prostriedky a pod., chemicky ošetrené drevo, výkaly mäsožravých zvierat – pes, mačka, výkaly chorých zvierat, ľudské výkaly, mäso, kosti, mliečne produkty, varené stravy – zapáchajú a lákajú rôzne hlodavce.

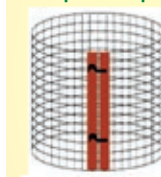


BEZ KOMENTÁRA

Typy kompostérov



kompostér z paliet



pletivový kompostér



uzavretý plastový kompostér

PREČO NESPALOVAŤ ODPADY V ZÁHRADE

Bioodpad ak nie je dostatočne vysušený, nedokonale horí či skôr tlie a dymí. Teplota horenia je nízka a vzniká množstvo jedovatých látok, často karcinogénnych ako dechty a iné škodlivé uhľovodíky aj silno toxický oxid uhoľnatý.

Ak do takto dymiacej kopy na podporu horenia pridáme ešte aj plasty, či gumu, vzniká široké spektrum nebezpečných látok ako monoméry plastov, plyný chlór, fosgén, kyselina chlorovodíková, dioxíny, fenoly, sadze, decht, oxid uhoľnatý kyanidy a iné. Tieto látky sadajú na našu i okolitú záhradku a takto si zamožujeme prostredie, kde žijeme. Navyše domáce spaľovanie odpadu je zakázané. Zakazuje to zákon o odpadoch, zákon o ochrane pred požiarmi a občiansky zákonník



NAŠI RODÁCI - OSOBNOSTI

Narodil som sa roku 1935 v Lučivnej ako jediný chlapec, ktorý mal päť sestier. Detstvo som prežil tak, ako všetky deti v tomto období. Veľa sme spievali, hrali sme sa detské hry na skrívačky na pigu, hrali sme divadlá, robili sme si lopty z volskej srsti a podobne.

V našom dvore bolo osem detí spolu so susedmi a na širokom otvorenom dvore do desiateho roku môjho života sme sa spoločne hrávali. O rokoch prežitých v ľudovej škole v Lučivnej nebudem písať, to podrobne už opísal Jožko Grexa. Dodal by som len toľko, že som chodil do školy so strachom a bál som sa trstenice učiteľa Tomesa. Mój život sa zmenil až v meštianskej škole vo Svite, kde si ma obľúbila učiteľka Šlivinská pre môj krásny spev. Tu som už hrával na mandolíne v tamburážskom súbore. Veľa som vystupoval a najväčšiu starosť mala moja mama zohnať mi ľudový kroj na moju útlú postavu. Pamätám sa, že ho zohnala v Batizovciach. Ako 13 a 14 ročný som navštevoval LÚŠ vo Svite, lebo otec mi kúpil husle. Po skončení meštianky som študoval na Pedagogickej škole v Kežmarku, kde jedným z dôležitých predmetov bola aj hra na husle a teraz sa mi to práve zišlo. Tridsať žiakov bolo začínajúcich a ja som mal pred nimi dvojročný náskok. Býval som 4 roky na internáte a v Lučivnej som trávil len prázdniny, Veľkú noc a Vianoce, kde som najviac času prežil s Jozefom Badiarom (Plencnerom), Jánom Bednárom a Jánom Badiarom, s ktorým som spolu hrával na gitare. Spievali sme ľudové piesne ale i najnovšie šlágre. V tomto období som aj maloval. Kúpil som si maliarsky stojan, olejové farby a pri moste pred Pavelenkom som maloval katolícky kostol s potokom a v pozadí s Ondravou. V tom čase v dedine chlapci také maniere nemali. Ľudia keď ma takto vídali ešte aj s husľami ako idem do Svitu si začali hovoriť: „Aha, už ide Nemcov Čech“. Po ukončení školy v Kežmarku som nastúpil učiť do Hýb, kde sa ma ujala uvádzajúca učiteľka Ružena Jariabeková sestra herca Ondreja a tak som hral divadlá. Tam som sa spoznal s hercami Ivanom Rajniakom a Todošom Piovarčim. Nebol som tam dlho iba niečo vyše jedného roka a narukoval som na vojenskú základnú školu do Stříbra. S Janom Jančíkom zo Štrby sme rozmýšľali ako ľahšie prežiť vojenskú službu a už po troch mesiacoch sme išli na opusták, on pre kontrabas a ja pre husle. V Stříbre bola pedagogická škola a tak sme uzavreli družbu a založili tanečný folklórny súbor samozrejme s tým, že budeme chodiť do Štrby pre kroje, čo sa nám aj podarilo štyrikrát. Po ukončení základnej vojenskej služby som nastúpil učiť do Važca. Učil tam vynikajúci klavirista Dušan Dobřík. Keďže v tomto období boli veľmi malé platy iba 970 korún mesačne, tak sme uvažovali o tom, že založíme dve triedy LŠU. Po súhlase odboru

školy sme popoludní učili žiakov on klavír, ja husle. Mali sme po 20 žiakov. V spolupráci s osvetovou besedou nacvičili sme veľkú estrádu plnú tancov, hudby, spevov aj operetných melódii za doprovodu klavíra, ktoré som spieval s Hankou Halkovou, mojou manželkou, s ktorou sme v júni 1959 uzavreli manželstvo. Keďže sme sa chceli osamostatniť, šiel som na odbor školstva a ponúkli mi miesto riaditeľa školy v Jamníku. Mal som 24 rokov a bez straníckej knižky dodnes sa tomu čudujem. Boli sme tam šťastní. Manželka dostala dobré miesto ako vedúca dôstojníckej jedálne na Mokradi. Len desať minút cesty z Jamníka.

Stravovalo sa tam vyše tristo dôstojníkov a stravu sme tam mali aj my. K riaditeľskému bytu patrila aj veľká záhrada, kde sa urodilo 6 až 7 metrických centov ovocia. Zdedil som tam aj 5 úľov včiel a tak som musel začať včeláriť, čo je veľká veda. Cez prázdniny som šiel na školenie do Pustých Ulián. Byt sme mali dvojizbový bez kúpeľne a vody iba s pumpou na dvore. Izby vysoké tri metre, nábytok kuchynka a spálňa a tak som začal znova maľovať, aby som zaplnil obrazmi prázdne steny. V Jamníku sme s manželkou založili folklórny tanečný súbor a cimbalovú hudbu, s ktorým sme tri roky vystupovali po okolitých obciach Liptova. Tu som sa aj po prvýkrát prezentoval výstavou obrazov, črptákov a iných rezbárskych prác. Túto výstavu navštívilo vyše 300 divákov z okolitých obcí i Liptovského Hrádku. Keby tam bola veľká plne organizovaná škola boli by sme zostali dlhšie. Pre nedostatok žiakov v roku 1964 sme sa presťahovali do Svitu a na Podskalke sme si odkúpili v štvorbytovke 3 izbový byt. Svit to je zvláštna a najplodnejšia kapitola môjho života. Na toto obdobie by sa dala napísať kniha. Vymenujem preto stručne tie najdôležitejšie. Ing. František Pristáč zistil, že do Svitu nastúpil nový učiteľ hudobnej výchovy a vie hrať na husliach a tak som sa stal členom cimbalovej hudby v súbore Jánošík. Za trinásť rokov to bolo okolo 300 vystúpení. Za socializmu sme prešli Anglicko, Francúzsko, Rakúsko, Nemecko, ZSSR, Poľsko a Československo. Okrem tejto činnosti tri roky som učil na LŠU vo Svite externe husle a hudobnú teóriu. Spieval som v učiteľskom zbere v Poprade. Spolu s kamarátom Jančíkom z vojenskej základnej služby založili sme folklórny súbor „Vagonár“ v Poprade, kde som aj viedol ženský zbor najmä ľudových piesní. V tom čase mesto Svit súťažilo v televíznej súťaži „Sami seba“ so Starým Smokovcom a mňa mesto Svit vybralo ako zvláštneho občana mesta a túto súťaž som aj vyhral. Vo Svite okrem toho že som učil, bol som aj skupinovým vedúcim

pionierov a cez prázdniny som musel zabezpečiť a organizovať pionierske tábory. Šťastie bolo, že v tom čase som mal rozostavanú chatu pod Barancom v Západných Tatrách. Tam som uskutočnil desať putovných táborov vždy po 10 až 15 detí spolu s mojou manželkou. Z Lučivnej si pamätám iba Jara Djurbu a Beliczovú Martu, ktorí tam boli. Najviac detí chodilo z Batizoviec a zo Svitu. V roku 1976 sme začali stavať dvoj bytovku v Liptovskom Mikuláši spolu s Vladimírom Vlhom, riaditeľom strojárne vo Svite a roku 1979 sme sa aj presťahovali. Boli to krušné začiatky. Pokiaľ v okrese Poprad som mal zelenú a verbovali

ma inšpektori za riaditeľa LŠU v Poprade aj s trojizbovým bytom, ponuku som neprijal aj keď manželka mala dobrú prácu v Poprade. Keby táto ponuka prišla o 2 roky skôr, boli by sme možno aj zostali. V Liptovskom Mikuláši sme museli začať úplne od začiatku. Nebolo tu voľné žiadne miesto na školách a do dedín sa mi nechcelo dochádzať a tak som nakoniec prijal jedinú ponuku učiť 18 hodín telocviku a 6 hodín hudobnej výchovy. Po piatich rokoch odchádzam do ODPM za vedúceho školy

pionierskych pracovníkov, kde som pracoval do roku 1990, kedy pionierom odzvonili. Šiel som učiť na osobitnú školu a v roku 1995 som odišiel do dôchodku. Počas 35 rokov v Liptovskom Mikuláši som prezentoval svoju tvorbu na okresných, štyroch krajských a dvoch celoslovenských výstavách. Pri mojej 70-tke bola u nás televízia z Banskej Bystrice, neskôr z rozhlasu Regina, Ďalej redaktori novín i Katolícka univerzita z Ružomberka, ktorá vydala aj knihu o amatérskych rezbároch a ďalších kultúrnych pracovníkoch Liptova. Počas môjho života som vyrobil vyše 400 prác. Mnohé som daroval a predal, ale aj tak zostalo vyše 200 v mojej galérii a záhrade. Najviac si cením rezbársku prácu „Večera Pánova“. Na ktorej som pracoval 240 hodín a 48 fujár, ktoré som vyrobil v poslednom období. Po osemdesiatke mi už tak neslúži zrak a ani ruky nie sú také aké boli, píšem básne – spomienky na detstvo z Lučivnej a mladost.

S manželkou som prežil bohatý a pestrý kultúrny život, rekreačných pobytov, termálnych kúpalísk, milovali sme prírodu, turistiku. Každý rok sme prešli okolo 200 km po dolinách, chatách Tatier i hrebeňových túrach najmä v Západných Tatrách, kde sme naberali zdravie, silu a inšpirácie pre ďalší život aj prácu. Na prežitý život spomínam, viem, že som ho prežil ako oblúkovka a nie ako rovná čiara a keď odídem zanechám za sebou stopu, že som tu bol a tvoril.

Jozef Nemec



Jozef Nemec s manželkou

Zaujímavá oáza zdravia

Ohradený objekt s nápadnou pozorovacou vežičkou – to sú po celej republike, aj v zahraničí známe kúpele Lučivná. Ich výstavba úzko súvisí s výstavbou železnice. Keď táto v roku 1872 pokročila až po malebné tatranské úbočia a medzi dedinkami Mengusovce a Lučivná pretínala pozemky veľkostatkára Donátha Várady Szakmáryho. Ten ako dobrý podnikateľ rýchlo pochopil ďalekosiahly význam tohto diela a bezprostredne pri železnici postavil dvojposchodový drevený hotel Neptun s 24 izbami. 26 hektárov okolo hotela sa upravilo cestičkami a chodníkmi na park. Ihličnaté lesy a pomerne značná nadmorská výška (815 m) klimaticky blahodarne pôsobil na návštevníkov trpiacich pľúcny neduhmi. Voda na kúpanie sa čerpala z potôčika Rakovec, ktorý preteká ústavom a napájal aj umelé jazierko.

Roku 1916 odkúpil kúpele od svojich súrodencov Adorián Várady Szakmáry a dva roky sa snažil kúpele pozdvihnúť. Vojnové roky mu rozvoj znemožnili, ba v roku 1918 boli vyplienené a inventár odvečený. Budovy ostali opustené, park pustol a zdalo sa, že kúpele zaniknú.



kúpele Lučivná dnes

Nestalo sa tak. V roku 1921 Zemská úradovňa v Bratislave zakúpila ústav s úmyslom zriadiť tu rekreačné stredisko pre deti okresných nemocenských poisťovní na Slovensku a Podkarpatskej Rusi. Rekonštrukcia budov, doplnenie inventáru, úprava chodníkov, vybudovanie vodovodu (vodojemu) trvala 6 rokov. Obnovený ústav bol dňa 28. februára 1926 odovzdaný verejnosti ako ozdravovňa pre tuberkulózne matky a deti. Boli odstránené niektoré drevené budovy, pristavali sa ležárne, zorganizoval a upravil sa liečebný režim. V ústave začala celoročná prevádzka. Počet odliečených pacientov v roku 1926 bol 594 a zvyšoval sa až 960 v roku 1936. Železničná zastávka bola v bezprostrednej blízkosti ústavu a počas letnej sezóny zastavovali tu na požiadanie aj rýchliky.

Od 1. januára 1948 slúžila ako liečebňa pre detskú tuberkulózu s kapacitou 285 postelí. Táto etapa spadá do obdobia pôsobenia Dr. Petra Pártoša, ktorý zaviedol modernú chirurgickú liečbu pľúcnej a kostnej tuberkulózy.

Koncom roku 1950 bol vedením ústavu poverený Dr. Radomír Votruba, od roku 1952 Dr. Rudolf Šimek. V roku 1953 prešiel ústav do štátnej zdravotnej správy a stal sa plnoprávnym členom



veľkej rodiny liečebných ústavov v tatranskej oblasti. Roky 1948-64 boli érou detskej tbc. No zmeny v chorobnosti spôsobili, že roku 1964 detská liečebňa tbc v Lučivnej bola uvoľnená zo sústavy tatranských liečební tbc a priradená ku kúpeľnej organizácii správy Československých štátnych kúpeľov v Novom Smokovci. Zriadili sa tu prírodné liečebné kúpele pre liečenie chorôb dýchacích ciest pre školopovinnú mládež. Riaditeľkou ústavu sa stáva MUDr. Elvíra Lapšanská. Počet lôžok sa stále zvyšuje a v tomto období tu pracuje väčší počet lekárov a zdravotného personálu. Od roku 1964 sa tu odliečilo viac ako 47 000 pacientov. V tomto období sa tu vynárajú nové problémy a to medicínske, pedagogické, hospodárske i organizačné.

Čo predpokladajú výhľadové plány Lučivnej? Rozšíriť lôžkovú kapacitu ústavu a poskytnúť zdravie chorým, trpiacim deťom, čo najlepšie a čo v najväčšom množstve. Verme, že sa im želanie splní!

Zdroj: archív Kúpele Lučivná,
autor neb. Gustáv Baran

PREDSTAVUJEME MLADÉ TALENTY



K mladým talentom v našej obci určite patrí aj Ema VAŠČÁKOVÁ. Má dvanásť rokov, navštevuje 6. ročník Základnej školy a aj 4. ročník Základnej umeleckej školy v Štrbe, odbor hudobný a tanečný. Je „primáškou“ ľudovej hudby folklórneho súboru Štrbianček a zároveň v súbore aj tancuje. Reprezentuje na domácich aj zahraničných vystúpeniach v Čechách a Bulharsku

Súťaž výzva

Redakcia novín vyhlasuje súťaž o najkrajšiu vianočnú výzdobu okien, balkónov, prípadne záhrad.

Fotografie Vašej výzdoby môžete poslať e-mailom na adresu obecného úradu.

Komisia si prezrie obec vo vianočnom šate. Tvorca najkrajšej výzdoby bude odmenený vecnou cenou.

(r.r.)

SÚŤAŽ SÚŤAŽ SÚŤAŽ SÚŤAŽ SÚŤAŽ SÚŤAŽ

SÚŤAŽ SÚŤAŽ SÚŤAŽ SÚŤAŽ SÚŤAŽ SÚŤAŽ

Vlk dravý (Canis lupus)

V jesennom období sa priamo v obci naskytli udalosti, svedkami ktorých boli vystrašení občania - lov vlkov na jelenice. Prvý prípad sa odohral 14.10.2015 v koryte potoka, kde vlk zahryznutý v bruchu jelenice ju hnalsmerom z Kapustnice po potoku až ku katolíckemu kostolu. Druhý prípad bol o týždeň neskôr, kedy sa jelenica snažila ukryť pred vlkami pri budovách a chatách na vlekú, no neušla smrti. Opäťovne o týždeň neskôr sa strhnutá jelenica objavila nadránom pred domom Knutových a penziónom Zlatá Antilopa.

Požiadali sme preto pána **Ing. Michala Rumanovského, člena Poľovníckeho združenia Bor**, aby nám objasnil, alebo priblížil tieto udalosti.

Na úvod logická otázka, prečo začali vlci loviť priamo v dedine, majú sa občania báť? Útočí vlk na človeka?

Od dávna o vlkovi poznáme báje a rozprávky (napr. O Červenej čiapočke...), ktoré vlka vykrešľujú oko krvilačného netvora. Opak je pravdou. Vlk je veľmi plachý a človeka sa bojí, veď dôkazom toho bola aj skutočnosť, že zo strachu pred človekom vlci ochotne opustili svoju ťažko lovenú zver a v dedine neostali. Vlk je doktorom hôr, čo je poranené a choré, to zožerie a choroby sa nešíria. Zaujímavosťou je, že vlk nedostane besnotu ani mor ošpaných.

V blízkosti dediny je potrava atraktívna pre vysokú zver. Pred aj za obcou sú porasty ďateliny a ozimín, no a práve preto sa tu zdržiava vo väčšom počte vysoká (jelenia) zver. Vlk loví korisť ťažšiu ako 15 kíl. Je natoľko inteligentný, že nebude mŕňať svoju energiu na malé zviera z ktorého sa nenasýti. Preto základným článkom jeho jedálneho lístka je jelenina. Jelenica je telesne väčšia, vyššia aj rýchlejšia ako vlk, preto pri love sa snažia vlci hnať obeť k nejakej prekážke (potok, zráz, úžľabi-



na, budovy, domy...) aby ju tam mohli obklúčiť a strhnúť. Občania sa nemusia obávať o svoje zdravie, alebo o svoje chovy domácich zvierat vo dvoroch, sú to len momentálne danosti, resp. náhody, že v oševnom pláne roľníckeho družstva boli oziminy zaradené v honoch blízko dediny. Je to úplne prirodzený jav, len bežný občan by takéto udalosti vôbec nespozoroval, keby boli oziminy na vzdialenejších poliach.

Je poľovníkom známe o akú veľkú svorku išlo? Podarilo sa v našom katastri vlkov zahliadnuť, príp. stopovať?

Vlci sa zdržiavajú v našom revíri celoročne. Presný počet nie je známy. Vlk za potravou prejde denne aj 70 kilometrov. Je možné, že to boli vlci z TANAP-u, prípadne až z Kráľovej Holi. Pravdepodobne išlo o početnejšiu svorku, nakoľko potrebovali potravu často, raz do týždňa im vystačila jelenica o váhe cca 100-

130 kíl. Ku každému prípadu sme boli ako zástupcovia združenia privolaní. Zakaždým sme strhnuté zviera vlkom vrátili späť do lesa, aby neboli nútení loviť opäť.

Aký názor má Vaše združenie na odstrel vlka?

V prvom rade, vlk je celoročne chránený druh, ale napriek tomu, Slovenská poľovnícka komora v spolupráci s leso-ochranárskymi združeniami nám každoročne dáva v dobe od 1.11. do 15.1. presné kvóty (každému kraju zvlášť) na odstrel vlka. Odstrelu však predchádzajú veľmi prísne kritériá, preto počet strelených kusov nie je veľký. Treba ešte dodať, že práve náš revír sa nachádza v území najvyššej ochrany, kde 30km vzdušnou čiarou od Tatier sa nesmú loviť kvôli snahe vrátiť vlka späť do Poľska, kde vlkov nemajú. Takže oficiálne je u nás lov vlkov takmer nemožný.

Ďakujeme za rozhovor. (r.r.)

Október – mesiac úcty k starším



27.10. 2015 sa stretli naši starší spoluobčania pri príležitosti „Mesiaca úcty k starším“ - po prvýkrát v hoteli Končistá. Prijemné posedenie spríjemnili svojim programom deti Základnej školy s materskou školou v Lučivnej a Cimblová ľudová hudba z Popradu

OPEKAČKA S DEŤMI

Na záver školského roka sme sa spolu s deťmi poďakovali Pánu Bohu za uplynulý školský rok a po svätej omši si na farskom dvore pripravili ohnisko, na ktorom si deti opiekli špekačky. Deti si so sebou priniesli len dobrú náladu. Boli pripravené malé súťaže ako aj ceny pre výhercov. Mamky priniesli koláčik či inú sladkosť. A tak sme až do 20. hod. trávili krásny letný večer. Farský dvor sa naplnil od tých najmenších až po tých najväčších. Takto sme sa rozlúčili so starým školským rokom a hurá na prázdniny. Samozrejme prázdniny rýchlo ubehli a deťom na dvere začal klopať nový školský rok. A ako by to bolo bez rozlúčky s prázdninami. Preto ešte pred nástupom do školy sme deťom pripravili rozlúčkovú opekačku. Vyšlo nám krásne popoludnie. Spolu sme sa hrali, trochu vystrájali a dokonca sme si zahrali rozprávku o márnotratrej princeznej. Súťažiacim sme odovzdali malé ceny a spoločnou záverečnou modlitbou sme sa rozlúčili. Ďakujem rodičom ako aj deťom za veľmi krásny zážitok. A teším sa na ďalšiu spoločnú akciu.

Mgr. Alexander Liška, rím. kat. farár



LETO A JESEŇ V CIRKEVNOM ZBORE



Z Božej milosti sme počas leta strávili krásne spoločné chvíle. Deti, ale aj my dospelí sme mali silné zážitky z návštevy jaskyne Slobody v Demänovskej doline a z výletu na Chopok, kde sme sa vyviezli tromi druhmi lanoviek.

Veľmi krásnym a duchovne naplňujúcim bol zájazd do artikulárneho dreveného kostola v Hronseku a prehliadka Kremnice.

Trochu športovým výletom bola prechádzka náučným chodníkom okolo Štrbského Plesa. Počas prázdnin

sme sa stretávali pri tvorivých dielňach (ktoré máme pomenované Tabita), vyrábali sme mnoho krásnych a užitočných predmetov a šperkov. Tešila nás účasť mladých dievčat a žien aj z Lučivnej.

Ješeň sme zavŕšili detskou besiedkou na tému poďakovanie za úrody zeme. Detičky pozorne počúvali biblický príbeh a spoločne sme rozmýšľali nad tým, za čo všetko máme Bohu ďakovať.

Mgr. Tibor Molnár, zborový farár

HASIČI DOSTALI NOVÝ VOZÍK

V piatok 20. novembra 2015 si pod Spíšským hradom prevzali naši hasiči a ďalších 70 miest a obcí z východného Slovenska nové vybavenie v podobe protipovodňových vozíkov. Technika určená pre dobrovoľných hasičov im tak bude pomáhať v boji proti ničivým povodňam.



je 63 miliónov eur a vďaka nemu Slovensko získava aj ďalšie špeciálne kusy

kusov nenahraditeľnej protipovodňovej techniky, ktoré výrazne uľahčia prácu hasičov a znížia celkový rozsah škôd," upozornil Saloň.

Výbava vozíka zahŕňa kalové čerpadlo, generátor elektrickej energie, osvetľovacie vybavenie, povodňové bariéry, elektrické kalové čerpadlo s vybavením, plávajúce čerpadlo a ďalšie náradie potrebné pre promptný zásah zložiek.

(r.r.)

Štátny tajomník ministerstva vnútra SR Marián Saloň odovzdal kľúče od novej techniky starostovi obce a zástupcom našich hasičov. Vďaka projektu „Aktívne protipovodňové opatrenia“ ministerstvo vnútra distribuuje celkovo 621 vozíkov do najohrozenejších lokalít na celom Slovensku.

Projekt je financovaný z Kohézneho fondu prostredníctvom operačného programu Životné prostredie. Jeho celková hodnota

techniky určené na boj proti rozsiahlejším povodňam.

„Výhoda každého vozíka spočíva v jeho relatívne malom rozmere, ktorý mu dovoľuje rýchly presun z miesta uskladnenia na miesto prírodnej katastrofy. Jeho prenos môže zabezpečiť každé bežné osobné vozidlo a šofér so štandardným vodičským oprávnením. Napriek tomu sa do vnútra tohto špeciálneho prívesu zmestilo viacero





ZDRAVOTNÉ OKIENKO CHODIŤ ALEBO BEHAŤ PRE ZDRAVIE?

Aj v našej obci a jej okolí čoraz častejšie vidíme chodiť, prechádzať sa s paličkami alebo behať čoraz väčší počet ľudí. A mnohým pozorovateľom napadne: „To by som mohol skúsiť aj ja, ale... Je zdravšie behať alebo chodiť?“

Podľa Svetovej zdravotníckej organizácie by mal človek denne prejsť aspoň 10 000 krokov, čo je vzdialenosť asi sedem kilometrov. Pri súčasnom rýchlom a elektronickom spôsobe života málokto z nás takúto trasu denne absolvuje. A pritom je pohyb základným prejavom všetkých živých organizmov! Zvýšenie pohybu má dosah doslova na celé telo. Zlepšuje sa odolnosť voči infekciám, nálada a zvládanie stresu, pohyb čriev, výkonnosť kardiovaskulárneho systému, sexuálne funkcie.

Tí, ktorí sa rozhodnú niečo so svojim zdravím robiť by mali zvážiť, či je pre nich vhodnejšia chôdza alebo beh. Najskôr musíme poznať rozdiel medzi týmito dvomi aktivitami.

Chôdza je pohyb nášho tela, pri ktorej nie je žiadna letová fáza, to znamená, že vždy je na zemi aspoň jedna dolná končatina. Naopak pri stredne rýchlom behu pôsobí na nohu pri každom došľape dvoj- až trojnásobok vlastnej hmotnosti. Ani ťažisko tela nemá taký rozptyl pri chodení, takže kĺby sa zatažujú oveľa menej ako pri behaní.

Pozitívne účinky chôdze, pokiaľ to nie je prechádzka do cukrárne ☺, súvisia s preventiou:

- osteoporózy (tzv. rednutie kostí)
- vysokého krvného tlaku
- ischemickej choroby srdca
- aterosklerózy (tzv. kôrnatenie žíl a tepien)
- oseoartritídy a artrózy
- metabolických porúch
- nadváha a obezita

Ak k intenzite chôdze pridáme aj kopcovité terény posilníme svaly nôh a zadku, aj srdcový sval. Pozor však na chôdzu dole kopcom, pretože výrazne zatažuje kolenné kĺby (operácie meniskov, poúrazové stavy kolien, artrózy kolenných kĺbov)!

V súčasnej dobe sa do popredia dostáva chôdza s paličkami, Nordic walking (severská chôdza), pri ktorej sa špeciálnou technikou s paličkami odľahčí až 30% z váhy človeka a viaceré slovenské kúpele (Piešťany, Rajec, Teplice, Brusno, Nový Smokovec, Bardejovské

kúpele, Vyšné Ružbachy) ju zaraďujú medzi svoje liečebné procedúry.

Beh je jedna z najprirodzenejších foriem cvičenia, pri ktorom dochádza k znižovaniu hmotnosti, spomaleniu procesu starnutia, prevencia osteoporózy, zlepšenie spánku, imunity, zníženiu tlaku a „zlého“ LDL cholesterolu, zníženiu napätia, stresu, depresie, agresivity, úzkosti a zvýšeniu sebaúcty. Má však veľa kontraindikácií:

- srdcové vady, akútny infarkt myokardu, poruchy srdcového rytmu
- ťažká nadváha a obezita
- akútne tráviace poruchy
- akútny zápal žíl, pečene, embólia
- horúčkovitý, infekčný ochorenia
- ťažšie artrózy a astmy
- poškodenia stavcov a medzistavcových platničiek
- nervové ochorenia
- nádory

Nech sa už rozhodnete behať alebo intenzívne chodiť, zvážte svoj zdravotný stav, vek, kvalitu obuvi a oblečenia v súvislosti s počasím, použitie palíc alebo záťaž v podobe diskov, čínok, prípadne sa poraďte s odborníkom. Vždy majte na pamäti, aby ste boli dobre viditeľní (reflexné prvky a pásky, čelové baterky, blikajúce svetielka) a aby ste dobre počuli zvuky z okolia (slúchadlá v ušiach rozhodne nepatria na cestu)! Prajem Vám, aby ste z telesnej aktivity na čerstvom vzduchu mali vždy radosť a cítili pozitívne účinky ☺ (r.r.)



OZNÁMENIE

Obecný úrad v Lučivnej odporúča občanom, aby akékoľvek závary a poruchy na verejných zariadeniach (obecný rozhlas, verejné osvetlenie a pod.) nahlasovali písomne prostredníctvom obecnej schránky v budove Obecného úradu.

Makové guľôčky proti anémii a stresu

Pokojne by sme ich mohli nazvať i „zdravou minerálnou bombou“, lebo obsahujú všetky dôležité látky na podporu výbornej krvotvorby. Vylepšíte si nimi nielen hladinu železa, ale i hladinu vápnika, ktorú len málokto z nás má v poriadku.

Potrebuje:

- 250 g maku
- 100 g lieskových (vlašských) orechov
- 100 g hrozienok
- 2 - 3 PL medu
- asi 60 - 100 g kokosovej múčky na obalovanie

Postup:

Oriešky nahrubo nakrájame, zmiešame s umytými hrozienkami a na 24 hodín namočíme do vody. Vody nedávame veľa, len toľko aby nasiakli orechy a hrozienka. Na druhý deň pridáme zomletý mak, med a vypracujeme cesto. Zo zmesi tvarujeme malé guľôčky, ktoré obalujeme v kokosovej múčke.

ROZLÚČILI SME SA

Priezvisko	Meno
Tichá	Magdaléna
Barnášová	Júlia
Hudáč	Jozef
Gažiová	Mária
Čonková	Anna
Kurdelová	Mária
Doláková	Janka
Nahalka	Jozef
Koky	Koloman

PRIVÍTALI SME

Priezvisko	Meno
Kečka	Kristián
Kabová	Bianka
Stavný	Radoslav
Kokyová	Nela
Barnáš	Jakub
Krivčíková	Stanislava
Kotlár	Alan
Horváthová	Hanka

JUBILANTI

Hrubešová Veronika	75
Šuligová Júlia	75
Melekyová Anna	80
Baranová Magdaléna	85
Kapitánova Zuzana	85
Cierbus Ján	90
Kysel Pavol	90
Šallingová Mária	90
Kabová Anna	95

SOBÁŠE

Ing. Bezáková Petra
+ Denton Stephen James
Koky Ján + Lacková Barbora
Kokyová Denisa + Gaži Lukáš
JUDr. Kopaničáková Michaela
+ Ing. Takáč Štefan
Gažiová Dana + Štedrý Branislav
Miškovský Peter + Kurčíková Carin



Dňa 06.02.2016 v sobotu sa uskutoční 8. ročník vytrvalostných pretekov štvorkoliek „QUADTROPHY LUČIVNÁ 2016“.

Ide o súťaž dvoj až trojčlenných tímov, ale aj o súťaž jednotlivcov v týchto kategóriách

Kategória: 2x4 šport, 4x4 do 500cm³ 4x4 do 700cm³ 4x4 nad 700cm³

Pretek bude odštartovaný o 12.00 hod. na 3 až 4 hodiny, teda maratón.

Usporiadatelia pozývajú všetkých priaznivcov tohto športu, aby prišli pretekárov na náročnej trati povzbudiť a zažiť nevšedný športový zážitok.



KOLKOVÝ TURNAJ ŽIEN A DETÍ



Aj tento rok sa uskutočnil tradičný predvianočný kolkový turnaj žien s účasťou detí a mládeže. Na pripravených dráhach súťažilo 11 žien a 11 detí. Najmladšou kategóriou boli deti predškolského veku a ceny si odniesla Emka Kaprálová a Sárka Sisáková. V kategórii mladších žiakov zvíťazila Kristínka Papcunová pred Jurkom Vaščákom, Tónkom

Sisákom a Rastom Šuligom. Kategória starších žiakov mala poradie nasledovné: 1. Matej Šuliga, 2. Roman Božoň a 3. Lili Slušná. V kategórii žien jasne vyhrala Mária Šuligová, druhé miesto patrilo Alenke Šuligovej a tretie Jarke Mendošovej. K dobrej atmosfére prispelo aj množstvo cien, čím organizátori turnaja chcú poďakovať za poháre a medaily Obecnému úradu v Lučivnej, za vecné dary Tomášovi Kuklišovi, Milke Miškovskej, Márii Pisárovej, Auto Porsche Bratislava, Múzeu moderného umenia Danubiana Bratislava a prevádzkovateľovi kolkárne.

Verím, že si turnaj uchová tradíciu aj do nasledujúcich rokov a zopakuje sa výborná atmosféra, ktorou sme si sprevádzali predvianočné obdobie. (rr)

Futbalový klub ŠK Lučivná

Futbalový klub ŠK Lučivná založil v auguste 2015 mládežnícke družstvo do podtatranskej ligy prípraviek hráčov do 10 rokov. Chlapci začali cez prázdniny trénovať a pripravovať sa na súťaž, ktorá sa hraje turnajovým spôsobom. Obec reprezentujú: Juraj Vaščák, Tonko Sisák, Patrik Ignačák, Alex Knut, Luka McVechter a Jakub Silný, ktorí nás posilnili z Mengusoviec. Chlapci odohrali 5 turnajov. V našej skupine máme za súperov kluby Batizovce, Stráže, Jánovce, FK Poprad. Chlapci si ako nováčik v lige prípraviek počínajú veľmi dobre. Rýchlo sa zohrali a striedajú aj veľa gólov. Poďakovanie patrí dvom mládežníckym trénerom a hlavne rodičom a starým rodičom, ktorí ich ochotne vozia na turnaje a pomáhajú trénerom počas zápasov.

ŠK Lučivná



Dátum, hodina	Miesto	Kto, čo	Kde
18.12.-20.12.2015	Poprad	Vianoce maľované pieskom, výstava koncerty „Otvor svoje srdce“	Kostoly mesta Poprad
20.12. 2015 17.00.hod.	Štrba	Vianočná slávnosť	Pred budovou OclÚ
25.12-31.12.2015	Poprad	Vianoce na ľade	Zimný štadión
26.12.2015 18.00 hod.	Poprad	Koncert Natascha Wright	Kostol Sv. Egídia
26.12.2015 10.00 hod.	Lučivná	Kolkársky turnaj mužov	Kolkáreň Lučivná
27.12.2015	Š. Pleso	Tatranské Vianoce	
Do 29.12.2015 11.00 – 15.00 hod.	Tatr. Lomnica	Zvon z konopí, výstava liatych a kovaných zvonov	Galéria ÚĽUVu
31.12.2015 11.00 hod.	Š. Pleso	Rozlúčka so starým rokom Krst snehovej vločky	
3.1.2016 11.00 hod.	Poprad	Opereta hrnciansky bál Štátna opera, balet BB	Aréna Poprad Vstupné 1 euro
30.1.2016	Matejovce	Ples optimistov	Dom kultúry
6.2.2016 12.00 hod.	Lučivná	Preteky štvorkoliek	Lučivná
Do 30.3.2016 Denne 9.00-16.30	Hrebienok	Tatranský ľadový Dom Muzikálové vystúpenie hercov Divadla Nová scéna	Hrebienok

Vydáva: Obec Lučivná, Redakčná rada: Ing. Monika Kičáková, p. Zuzana Majerníčková, Mgr. Henrieta Papcunová,
Foto: archív obce Lučivná a Ing. Janka Kičáková, Obecný úrad Lučivná, Hlavná 208/33, 059 31 Lučivná,
tel.: 0527754133, e-mail: obec@lucivna.sk, IČO 00326356, Reg. MK SR EV 5087/14, **nepredajné**

OZNAM

Ak chcete dostávať informácie z Obecného úradu v Lučivnej e-mailom, zaregistrujte sa na stránke obce Lučivná **www.lucivna.sk**