



Niečo o územnom pláne

Územné plánovanie ako také je pre niektorých povolanie iných záľuba, dá sa povedať, každý o tom niečo vie, lebo sa počas svojho života s tým zaoberal alebo aspoň s tým stretol. Je to súčasť dá sa povedať nášho života v intenciách zákona.

Územným plánovaním sa sústavne a komplexne rieši priestorové usporiadanie a funkčné využívanie územia, určujú sa jeho zásady, navrhuje sa vecná a časová koordinácia činností ovplyvňujúcich životné prostredie, ekologickú stabilitu, kultúrno – historické hodnoty územia, územný rozvoj a tvorbu krajiny v súlade s princípmi trvalo udržateľného rozvoja.

Územné plánovanie vytvára predpoklady pre trvalý súlad všetkých činností na území s osobitným zreteľom na starostlivosť o životné prostredie, dosiahnutie ekologickej rovnováhy a zabezpečenie trvalo udržateľného rozvoja a šetrné využívanie prírodných zdrojov. Územnoplánovacia činnosť je obstaranie, spracovanie, prerokovanie a schválenie územnoplánovacej dokumentácie a udržiavanie jej aktuálneho stavu.

Obec zabezpečuje obstarávanie územnoplánovacích podkladov a územnoplánovacej dokumentácie prostredníctvom odborne spôsobilej osoby. Odbornou spôsobilosťou sa rozumie, vzdelanie, prax a súhrn teoretických vedomostí, praktických skúseností a znalosť všeobecne záväzných právnych predpisov potrebných na obstarávanie územnoplánovacích podkladov a územnoplánovacej dokumentácie. Odbornú spôsobilosť overuje Ministerstvo životného prostredia SR skúškou. Odborná spôsobilosť sa osvedčuje vydaním preukazu o odbornej spôsobilosti a overuje sa každých desať rokov. Ministerstvo vedie register odborne spôsobilých osôb.

Obce s viac ako s 2000 obyvateľmi sú povinné mať územný plán obce. Schválený územný plán je uložený v obci, a na stavebnom úrade. Obec obstará zmenu, alebo doplnok územného plánu obce ak je to potrebné na zosúladenie s územným plánom regiónu alebo jeho zmenami a

doplňkami. Obec je povinná pravidelne, najmenej však raz za štyri roky preskúmať schválený územný plán, či nie sú potrebné jeho zmeny alebo doplnky, alebo obstaranie nového územného plánu.

Územný plán obce ustanovuje, pre ktoré časti obce treba obstarat' a schváliť územný plán zóny. Schválený plán zóny je uložený v obci a na príslušnom stavebnom úrade.

Predkladám Vám dve urbanistické štúdie (UŠ) zóny. Jedna je v časti Lužianky – Diely a druhá je v časti Lužianky – Holotka.

Prvú UŠ obytnej zóny Diely obstarala Obec Lužianky z dôvodu potreby zabezpečenia územnoplánovacej prípravy rozvoja bývania na území obce.

UŠ bola spracovaná v súlade s Územným plánom (ÚPN) obce Lužianky, ktorý bol schválený uznesením Obecného zastupiteľstva č.43/2006 zo dňa 30.05.2006 na základe odsúhlaseného zadania ÚŠ.

Riešenie územia obytnej zóny tvorí časť katastrálneho územia obce Lužianky, lokality Diely, s celkovou rozlohou cca 25,00 ha. Rozvoj územia sa predpokladá realizovať v dvoch etapách.

V I. etape – rozvoja v rámci zastavaného územia k 1.1.1990 – Medzi Teslovou ulicou a hranicou zastavaného územia bude možné realizovať 110 rodinných domov.

V II. etape- rozvoj v rámci rozšíreného zastavaného územia má kapacitu cca 72 rodinných domov.

Rozvoj územia je limitovaný okrem štruktúry vlastníckych vzťahov aj priestorom železnice (ochranné pásmo 60m.), prívodom vodovodného potrubia do Zbehov a potrebou budovania opatrení na zachytávanie a odvádzanie zrážkových vôd.

Druhú UŠ obytnej zóny Holotka

obstarala Obec Lužianky z dôvodu potreby zabezpečenia územnoplánovacej prípravy rozvoja bývania na území obce.

UŠ sa spracováva v súlade s ÚPN obce Lužianky – zmeny a doplnky č.3, ktorý bol schválený uznesením Obecného zastupiteľstva č. 68/2015 zo dňa 11.09.2015, na základe odsúhlaseného Zadania UŠ.

Riešené územie obytnej zóny tvorí časť katastrálneho územia obce, lokalita Pri Holotke, s celkovou rozlohou cca 8,00 ha.

Rozvoj územia sa predpokladá realizovať v dvoch etapách.

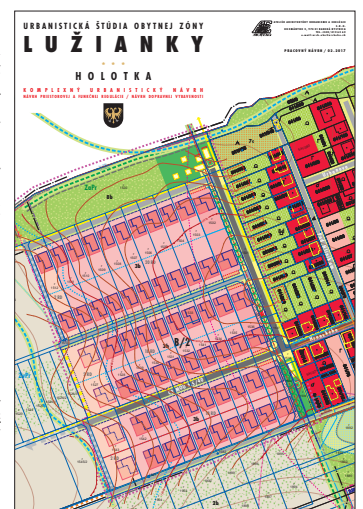
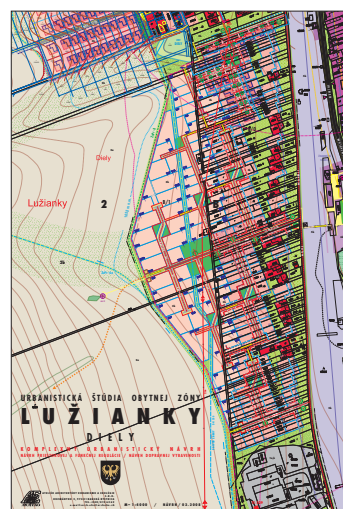
V I. etape (južná časť územia) – predĺženie ulíc Hronského a Pod Hliníkom bude možné realizovať 27-30 rodinných domov.

V II. Etape (severná časť územia) má kapacitu 29-32 rodinných domov. Na severnom okraji riešeného územia (pri hranici katastrálneho územia) sa navrhuje vytvorenie plôch ochrannej a izolačnej zelene s možnosťou vybudovania verejných priestranstiev.

Rozvoj územia je limitovaný okrem štruktúry vlastníckych vzťahov aj ochranným pásmom vodovodného potrubia, pásmom hygienickej ochrany (Poľhofarma Radar) a potrebou budovania opatrení na zachytávanie prívodových vôd.

Jedno ako aj druhé riešenie UŠ predkladám aj v grafickom prevedení.

Milan Cabánek



Oslávila svoje životné jubileum v kruhu svojich spolusestier

Priamo pod zrúcaninami majestátneho Beckovského hradu, ktorý sa vypína na 60 m vysokom brale nad obcou rovnakým menom je malé útulné námestie. S tohto námestia sa dostanete do kláštora, v ktorom sa nachádza jedna s komunit Kongregácie školských sestier

de NOTRE DAME. Už samotný názov poukazuje na jej činnosť, predovšetkým na výchovu a vyučovanie. Prijíma tiež úlohy charitatívne, sociálne a misijné, podľa potrieb cirkvi, doby a zemí. Snahou kongregácie je vidieť potreby ľudí najmä mládeže ich ťažkosti a problémy.

Komunita školských sestier de NOTRE DAME v Beckove, jej špecifické zameranie a charakter je charitatívna činnosť. Sestry v komunite zabezpečujú starostlivosť o

staršie a choré spolusestry celej provincie.

Po dohovore a súhlase s hlavnou sestrou tejto komunity sme navštívili túto rehoľnú ustanovizeň v ktorej žije a pracuje naša rehoľná sestra Bernarda, vlastným menom Hedviga Kollárová, ktorá 07.07. oslávila krásne životné jubileum 85. rokov. Oslovenie naša si dovoľím povedať, veď u nás žila a pracovala od založenia farnosti až do roku 2008, teda plných 40 rokov. U nás sa starala o mládež, viedla spevokol žiakov a mládeže na fare, vyučovala v Základnej škole náboženstvo, viedla domácnosť na fare. Formovala a vychovávala nás dnes už starších, naše deti a v niektorých prípadoch aj deti našich detí.

Každodenne rozozvučala organ v našom farskom kostole, bez nej nebola ani jedna sv. omša.

Máme jej byť za čo veru vďačný, veď bola súčasťou nášho života, bola nám druhou mamou.

Navštívili sme ju a stretli

sme ju v plnej pohode a spokojnosti. Od tej doby čo od nás, z našej fary a farnosti odišla už prešlo deväť rokov. Za tú dobu sa vôbec nezmenila je stále rovnaká, usmiata, láskavá a úctivá. Veľmi živo si spomínala na našu faru, farníkov. Tak ako my na ňu aj ona s radosťou spomína na nás a modlí sa za nás.

Pri príležitosti jej krásneho životného jubilea sme ju navštívili v mene celej našej farnosti, farníkov a spoluobčanov, želali jej všetko najlepšie, pevné zdravie, šťastie, Božie požehnanie, s priáním, nech ju Panna Mária patrónka nášho farského kostola, ktorú má tak rada, sprevádza na jej ceste duchovným životom. Ako malú pozornosť, ktorá jej bude pripomínať Lužianskú farnosť sme sestře Bernarde odovzdali malú sošku Panny Márii- nepoškrvnené počatie, kopiju v menšom, ako je u nás v kostole, nad hlavným oltárom, na ktorú sa celý ten čas, prežití u nás, pozerala každý deň spoza organu z chóru-su.

Milan Cabánek



Farský deň 25.6.2017

Minulý rok v júni, skoro na deň presne, 26.6. 2016, sa vo farskej záhrade konal tzv. Farský deň. A tak sme sa rozhodli, že tento rok túto akciu zopakujeme znova. Ešte sa asi nedá hovoriť o založení tradície, keď sa niečo odohrá dva roky po sebe, ale každopádne po prvom vydarenom, úspešnom Farskom dni sme na toto prvé podujatie chceli nadviazať. Minulý rok 2016 prišlo na túto akciu okolo 130 ľudí, tohto roku 2017 prišlo okolo 100 ľudí.



a špekačiek, aj keď sa vôbec nevyužili, ďalší priniesol inú kotlinu a plynový gril, na ktorom sa grilovalo mäsko, ďalší priniesol drevo na oheň, ďalší zabezpečil pípu na čapovanie hroznovky a piva, ďalší kúpil nanuky pre deti, ktoré boli odmenou pre deti a animátorov za súťaženie a za prípravu a tvorbu hier pre deti. V priebehu soboty sa spravili nákupy, kúpili sa plastové poháre, misky, taniere, lyžičky, chlieb, masť, cibuľa, zemiaky, bravčové mäso, zelenina, korenia, majorán, paprika, soľ, olej, špekačky, klobásky, mäso na gril, gril korenie, minerálka, sirup, kofola. Víno a tvrdý alkohol sa nekupoval. V sobotu v jednej rodine sa čistili kvantá cibule, v ďalších rodinách sa krájala zelenina, predpripravili sa paradajky do gulášu, aby sme sa s tým nezdržovali v nedeľu. V danú nedeľu 25.6. už na pravé popoludnie chlapi rozkladali stoly a lavice, taktiež zmontovali štyri stanové prístrešky, o ktorých vtedy nik netušil, že budú dočasnou skrýšou

Čo bolo zmyslom tohto dňa? V kostole sa nedá medzi sebou len tak voľne porozprávať. Preto zmyslom tohto dňa bolo stretnúť tých istých farníkov z kostola aj mimo kostola, utužiť spoločenstvo veriacich žijúcich v Lužiankach a podebatovať sa v príjemnej atmosfére pri guláši, deti pri zábave a pri hre. Program bol spontánny. Organizovali to mladé rodiny z Lužianok spolu s farárom farnosti Petrom Mihálikom. Niečo sme si zajedli, zabavili sme sa, porozprávali, zaspievali sme si. Bolo nám príjemne a veselo, aj keď nám počasie urobilo mierny škrt cez naše plány, lebo kvôli miernemu mrholeniu sa akcia predčasne skončila. V tom období veľkého sucha sme si hovorili, že padá zlato z neba vo forme kvapiek, aj keď to zlato "si to mohlo odpustiť" a mohlo radšej začať pršať až večer. No, ale čo už, nevadí. Pán Boh zaplať aj za ten slabý dáždik.

Vstup bol voľný. Mladé rodiny sa však na túto akciu skladali peniaze. Vo farských oznamoch v kostole som poprosil všetky šikovné gazdinky, keby napiekli niečo slané aj sladké, pagáčiky aj koláčiky, aj sa tak stalo. O ostatné jedlo a ná-

poje bolo postarané.

Do akcie boli zapojení mnohí vo viacerých úrovniach, rôznym spôsobom:

V sobotu, deň pred akciou, sa doviezli záhradné sety-stoly a lavičky - z obecného úradu, ďalší doniesol kotlík a kotlinu, ako aj ostatné "náradie" na varenie dvoch druhov gulášov, ďalší zabezpečil reproduktory a vybavil živú hudbu-hudobnú skupinu Dios z Lužianok, ďalší doniesol palice na opekanie klobás



pred poprchaním, mali byť iba ochranou proti slnku.



Postupne začali prichádzať ľudia. Každý niečo priniesol. Nikto nechcel ostať v hanbe.

Animátori robili program pre deti v školskom areáli, potom sa vrátili k rodičom a džavotali na fare. Počúvali sme a zaspievali sme si s hudobnou skupinou Dios. Vytiahla sa aj harmonika a zaspievali sme si opäť.

Na akcii sa jedlo veľa druhov koláčov, pagáčov, dva druhy guľášu, grilované mäsko, neočakávane dokonca aj držková polievka. Reálne sa navarilo, porozdávalo a zjedlo okolo 70 litrov guľášu.

Pán Boh zaplať za každého, kto akýmkoľvek spôsobom priložil ruku k

dielu a prispel k vydarenej akcii v prospech nás všetkých. Budúci rok 2018 bude Farský deň zas, a zas pozývame :) Už teraz sa môžete tešiť. Príďte znova.

Fotky z Farského dňa sa nachádzajú buď tu:

<https://www.flickr.com/photos/154082264@N02/album-72157682670717223>,

fotky sa nachádzajú aj na farskej webovej stránke: www.luzianky.nrb.sk, ako aj na sociálnej sieti Facebook na stránke Farnosť Lužianky.

S Pánom Bohom a aj dovidenia.

Peter Mihálik



O jarnej brigáde a životnom prostredí

V sobotu 8.mája sme sa za pekného počasia opäť stretli na tradičnej jarnej brigáde organizovanej Komisiou pre životné prostredie pri OZ Lužianky.

Členovia základnej organizácie Slo-

venského zväzu záhradkárov vyzbrojení dobrou náladou, lešením, plotostrihom a iným náradím sa pustili do práce na novom cintoríne. Jedna skupina na celej ploche cintorína odstránila jednu,

neustále vo väčšom množstve rastúcu, náletovú vytrvalú burinu. Vypeknili tak trávnatú plochu cintorína. Ďalšia skupina sa opäť, podobne ako v minulých rokoch venovala nemalej úlohe - ostrihaniu po obvodu cintorína. Boli

to práve záhradkári, ktorí skrotili tuje rastúce každá po svojom. Z nevhľadného radu rôzne vysokých a rôzne hustých stromov sa tak stal pekne vyzerajúci rovnomerne zahustený, cintorín krásiaci živý plot, ktorý vyzerá pekne nielen zblízka, ale pekný pohľad naň aj napríklad z vlaku. Po strihaní bolo treba vyhrabať odstrihnutý materiál zvnútra i zvonka cintorína a vyhrabali sa všetky nečistoty, o ktoré nikdy nie je núdza. Vďaka šikovnosti a nasadeniu ďalších záhradkárov sa podarilo vyhrabať aj neporiadok spod tují na starom cintoríne pri dome smútku, čo bola riadna fuška, lebo za rok z tují napadá poriadne veľká kopa uschnutých plodov. Všetkým patrí naše uznanie a pochvala, za vykonanie takejto objemu práce. Tomu sa hovorí dobrý a veľký prínos k peknému životnému prostrediu.

Členovia základnej organizácie Jednoty dôchodcov, členovia našich spe-



váckych skupín a občania našej obce odviedli veľký kus práce pri vyčistení okolia domu vo vlastníctve obce na Obežnej ulici číslo 2/493 a okolia kostola. Pokosili, vystrihali a vyhrabali okolie domu. Vďaka šikovným rukám boli aj záhony pri kostole zbavené každého stebľa buriny. Ďalší výborný príspevok k peknému životnému prostrediu v našej obci.

Dobrymi brigádnikmi sú už roky aj členovia základnej organizácie Slovenského zväzu chovateľov poštových holubov a poľovníckeho združenia BERBEČINY. Podarilo sa nám odviezť zeminu vyvozenú pohrebnými službami a kameňami od starého cintorína pred vchod na detské ihrisko na Kajsi, na vyrovnanie nerovného terénu, očistiť zástavku pri lipe a zástavku pri detskom ihrisku na Kajsi, vypíliť a odnieť staré tuje na oploštenom hrobe pri vchode na cintorín Kajsa, o ktorý sa už pozostalí pre vysoký vek nevládzu starať.

Všetci zúčastnení prispeli ku skrášleniu životného prostredia našej obce, za čo im patrí poďakovanie komisie pre životné prostredie.

Pripojili sme sa k úsiliu pracovníkov obce, ktorí spolu s nezamestnanými občanmi poberajúcimi dávky v hmotnej a aktivačné príspevky, denne pracujú na úprave verejných priestranstiev a udržiavaní čistoty.

Vďaka snahe starostu o skrášlenie životného prostredia, obec formou financovania prác na dohodu, udrzuje v posledných rokoch niekoľko kvetinových záhonov na starom cintoríne, pozdĺž Rastislavovej ulice, a pri kostole.

Je to veľká nikdy nekončiacia sa práca, ktorú treba trpezlivo opakovať a je potešujúce a radostné, že sa vieme stretnúť a spojiť svoje sily.

Za KŽP D. Horková



Nedeľa s retro „Pesničky spoza dverí“

V úvodnom slove privítala Elena Vargová vedúca hosťiteľského súboru „Lužiančanka“, všetky zúčastnené spevácke súbory ktoré prijali pozvanie na prednes starých piesní v štýle retro „Pesničky spoza dverí“. Ďalej privítala prizvaných čestných hostí, medzi ktorých patrili *Olga Csákayová*, predsedníčka KO JDS Nitra, *Mgr. Anna Oťapková*, podpredsedníčka Ústredia JDS a zároveň predsedníčka ZO JDS v Lužiankách, *Zdenku Gašparovičová*, členku kultúrno – športovej komisii KO JDS v Nitre s manželom, *Elenu Líškovú*, predsedníčku ZO JDS v Malom Záluží s manželom.

Vo svojej uvítacej reči privítala Elena Vargová aj všetkých prítomných, ktorí zaplnili našu sálu kultúrneho domu.

Ludová pieseň je košielkou nášho Slovenského folklóru. Sprevádza nás, či si to uvedomujeme alebo nie od kolísky až po hrob.. Je v nás, ako by sme ju už nasávali s materským mliekom. Každého rozohreje, rozveselí, povzbudí. Je dobré a chvályhodné, že naše ľudové pesničky



sa šíria naďalej v prednese záujmových ľudových a folklórnych skupín a súborov na jednotlivých obciach. Dnes už skoro každá obec v našom okolí má skupinku nadšencov, ktorá je nositeľom ľudových piesní. Každá takáto spevácka skupina, prezentuje svoje oblasťné piesne a tak akoby „spoza dverí“ vyťahovali a oprašovali piesne našich starých materí. A z toho aj vzniklo u nás pásmo prezentujúce piesne, ktoré sa spievali už dávno a teraz akoby sa vyťahovali spoza dverí, a prichádzali na svetlo sveta.

Zakladateľkou a prvou nositeľkou tejto peknej tradície starých piesní je naša, jedna z dvoch speváckych skupín a to je spevácky súbor „Lužiančanka“. Toto pásmo piesní do súboru zaviedla jej vedúca Anna Horková po nej pokračovala Alena Kiková a teraz vedie súbor Elena Vargová, ktorá pokračuje v založenej tradícii. Tento rok je to už 8 ročník, na ktorom sa zišli okrem usporiadacieho speváckeho súboru „Lužiančanka“ aj druhý náš spevácky súbor „Lúč“. Okrem týchto dvoch našich speváckych súborov prijali pozvanie i ďalšie spevácke súbory, ktoré boli hosťami súboru Lužiančanka. Boli to spevácke súbory známe aj menej známe pre našu divácku verejnosť. Svojimi piesňami sa prezentovali súbory: „Štefania“ zo Svätoplukova, súbor „Kepžďanka“ z Hajskeho, ako aj súbor „Nádej“ z Vyčap - Opatoviec.

Bolo čo pozerieť a počúvať, krásne piesne z rôznych regiónov. Prednes ľudových piesní, každého zúčastneného súboru bol úžasný, osobitý a veľmi zaujímavý, čo ocenila v záverečnej reči aj krajská predsedníčka JDS v Nitre pani *Olga Csákayová* slovami : „Vaše krásne piesne sú ako pohladenie na dušu, ale aj herecký výkon a prejav je úžasný“ Je to veľké a úprimné ocenenie od človeka, ktorý vie čo hovorí, nakoľko v Nitrianskom kraji a možno aj v širšom okruhu, je jediným človekom, ktorý svojím kultúrnym



prejavom je nenahraditeľný. Z jej úst sú to slová veľkého uznania.

Zaver patrilo poďakovaniu vedúcim súborov a spoločnou piesňou v podaní všetkých účinkujúcich bolo ukončenie programu.

Vďaka Vám organizátori, ako aj zúčastnené súbory za krásne prežité nedeľné odpoľudnie.

Milan Cabánek



Na výročnej členskej schôdzi ZO JDS bolo čo hodnotiť

Býva dobrým zvykom hodnotiť uplynulé obdobie a plánovať si nové aktivity a podujatia . A práve takéto obdobie hodnotenia sa uskutočnilo 5. marca 2017 na výročnej členskej schôdzi ZO JDS v Lužiankach.

Všetkých prítomných seniorov privítala predsedníčka ZO JDS Anna Oťapková. Zvlášť v mene všetkých seniorov privítala vzácných hostí Oľgu Csákyovú, predsedníčku KO JDS Nitra, Jozefa Bojdu, starostu obce, Jozefa Turčeka, delegáta OO JDS Nitra, Antona Chudíka, člena KP JDS Nitra, Mareka Illeša, riaditeľa úradu práce soc. vecí a rodiny, Bronislavu Pekárovú, riaditeľku odboru soc. vecí a rodiny. Odovzdala pozdrav od Milana Belicu, predsedu NSK, ktorý sa nemohol zúčastniť zo zdravotných dôvodov.

Rokovanie prišli pozdraviť aj naše spevácke skupiny Lužiančanka a Lúč, ktoré krásnymi piesňami prispeli k slávnostnej atmosfére VČS.

Pracovnú časť VČS viedla Mária Štefanková, členka výboru ZO JDS. Prítomných oboznámila s programom, ktorý bol jednomyselne schválený. Členovia schválili členov mandátovej a návrhovej komisie. Zo správy mandátovej komisie, ktorú predniesol jej predseda Dušan Spáč vyplynulo, že na VČS sa zúčastnilo 79% členov a je uznášaniaschopná.

Odovzdala slovo predsedníčke ZO JDS Anne Oťapkovej, ktorá predniesla správu o bohatej a rôznorodnej činnosti v ZO JDS a jej podiel na živote v obci. Vyslovila úprim-

né poďakovanie starostovi obce Jozefovi Bojdovi za príkladnú pomoc pri organizovaní podujatí, ako aj pri riešení vzniknutých problémov. Ubezpečila ho, že seniori budú vždy nápomocní pri zveľaďovaní a reprezentovaní obce. Ocenila konkrétnu pomoc poslancov OZ, hlavne pomoc Ing. Mariana Vrabca, s ktorým úzko spolupracujú pri organizovaní kultúrnych podujatí. Poďakovanie patrilo aj pracovníkom Obecného úradu, ktorí nikdy neodmietnu podať pomocnú ruku.

Vo svojej správe hodnotila kultúrno-spoločenskú oblasť, ako návštevu divadelných predstavení, stretnutie pri príležitosti Dňa matiek, mesiaca úcty k starším, ktoré z roka na rok majú vyššiu kvalitatívnu úroveň. Spevácke skupiny úspešne reprezentujú našu obec na rôznych kultúrnych a spoločenských podujatiach.

V ďalšej časti správy hodnotila poznávacie zájazdy, o ktoré je medzi členmi veľký záujem. Spomenula zájazd do Vysokých Tatier, do Českej republiky, konkrétne na Moravu do miest Olomouca, Brna, Ledníc, ako aj na Macochu. Nezabudnuteľným zážitkom bol týždenný pobyt pri mori v Chorvátsku. Pri hodnotení jednotlivých podujatí ocenila aj športové podujatia, súťaž v petangu, účasť na športových olympiádach seniorov, v rámci okresu a kraja, na ktorých sa naši členovia umiestňujú na popredných miestach.

Starosta obce Jozef Bojda ocenil plaketou a zápisom do pamätnej knihy obce našich členov, ktorí svojou angažovanos-

ťou a dlhoročnou prácou v produktívnom veku sa pričínili o rozvoj a zveľaďovanie obce v rôznych oblastiach.

S komisiou životného prostredia sme sa zúčastňovali brigád na úprave verejných priestranstiev areálu školy, okolia fary a kostola.

Vyslovila spokojnosť, že seniori prejavujú záujem o členstvo v JDS, hlavne vekovo mladší seniori.

V nasledujúcom období naše úsilie bude zamerané:

- na získavanie nových členov z radov mladších dôchodcov
- propagovanie zdravého životného štýlu
- organizovanie besied a prednášok so zdravotnou tematikou s prevenciou na srdcovo-cievne ochorenia
- spoluprácu s Obecným úradom, občianskymi združeniami, pri organizovaní rôznorodých podujatí v rámci obce
- organizovanie rekondično-ozdravovacích pobytov
- podieľanie sa na skrášľovaní a zveľaďovaní obce
- realizovanie podujatí v kultúrnej, vzdelávacej a športovej oblasti
- organizovanie poznávacích zájazdov

Na záver sa poďakovala členom výboru ZO JDS za aktívnu, obetavú činnosť a nezištnú organizátorskú prácu. Vyzvala členov, aby sa zapájali do podujatí a boli aktívni pri kultúrnych, spoločenských a športových akciách, aby žili zmysluplne v kruhu svojich rovesníkov.

V ďalšom bode pokladnička Zdenka Gašparovičová informovala o čerpaní rozpočtu a preložila rozpočet na rok 2017. Čerpanie a rozpočet boli schválené bez pripomienok.

Správu revíznej komisie predložila jej predsedníčka Mária Behúlová. Konštatovala, že peňažný denník je vedený prehľadne podľa hospodárskych smerníc. Zistené menšie nedostatky, ako podpisy pri dvoch dokladoch boli odstránené.

V diskusii, ako prvá vystúpila Katarína Bedešová, obecná policajtká, ktorá dala seniorom základné rady, ako sa nestáť obeťou trestného činu. Upozornila, aby nechodili po uliciach v neskorých večerných hodinách, nedávali sa do rečí s cudzími ľuďmi, nepodpisovali nič, čo si neprečítali, prípadne, čomu nerozumejú. Upozornila na využitie všetkých dostupných prvkov na zabezpečenie svojho

obydlia. Nehanbiť sa požiadať o pomoc, ak si myslíte, že ju potrebujete.

Rokovanie VČS pozdravila p. Oľga Csákayová, predsedníčka KO JDS, ktorá poďakovala za pozvanie a vysoko vyzdvihla prácu ZO JDS. Delegát OO JDS Jozef Turček pozdravil členov ZO JDS, ktorých oboznámil s obsahom listu Ú JDS.

Starosta obce p. Bojda poďakoval za veľmi dobrú spoluprácu a poprial veľa úspechov a zdravia do ďalšej tvorivej práce.

Už tradične na VČS sú ocenení jubilanti, ktorí boli odmenení kvetom. Členom, ktorí nás reprezentovali v športovej a kultúrnej oblasti boli odovzdané Ďakovné listy.

Speváckym skupinám, za vzornú reprezentáciu Nitrianskeho kraja, predsedníčka KP JDS p. Oľga Csákayová odovzdala Ďakovné listy KO JDS.

Pri príležitosti životného jubilea, všestrannej pomoci v prospech rozvoja organizácie JDS a v prospech staršej generácie, Krajské predsedníctvo udelilo ex starostovi pánovi Milanovi Cabánekovi, Pamätný list KO JDS, ktorý oslávencovi s úprimným poďakovaním, odovzdala p. Oľga Csákayová, predsedníčka KO JDS a predsedníčka ZO JDS Lužianky a 1. podpredsedníčka KO JDS Anna Oťapková.

Na záver predsedsa návrhovej komisie p. Milan Cabánek predložil návrh na uznesenie, ktorý členovia ZO JDS jednomyselne schválili.

Po vyčerpaní programu členskej schôdze predsedajúca Mária Štefanková poďakovala za aktívnu účasť a prítomných pozvala na malé občerstvenie.

*Mgr. Anna Oťapková
predsedníčka ZO JDS Lužianky*

Duchom mladí...

ZO JDS v Lužiankach zorganizovala pre svojich členov týždenný rekreačný náučný pobyt vo Vysokých Tatrách – hotel Morava. Pre účastníkov bol pripravený bohatý program. Počítalo sa so zdatnými a pokročilými turistami, ako aj so začiatkíkmi. Boli sme na Hrebienku pozrieť krásny Ľadový dom, navštívili sme termálne kúpele, v Poľsku Nowy Targ a Zakopané.

Vek, ani zdravotné problémy neboli prekážkou, aby sa nezúčastnili na turistických

túrach. Kratšie trasy si vybrali menej zdatní, pokročilí si vybrali celodenné túry. No obidve skupiny sprevádzalo krásne slnečné počasie.

Po prekrásnom prežitom dni sme sa stretávali na spoločne strávených večeroch, ktoré boli ladené v duchu zábavy. Pri živšej hudbe sme si zatancovali a omladli. V takomto duchu sa niesol večer pri harmonike, ktorý nás vrátil do mladých čias. Veľmi zaujímavé boli prednášky o Vysokých

Tatrách, o chatách, podobne ako dokumentárny film o Vysokých Tatrách od Barabáša.

Počas celého pobytu sme sa navzájom spoznávali, nadväzovali nové priateľstvá.

A čo je hlavné i naši dôchodcovia dokázali, že vek nie je prekážkou, sme stále veselé kopy, duchom mladí.

*Zita Ševčíková,
členka ZO JDS Lužianky*

Letný rez ovocných drevín

Pod hlavičkou OV SZZ Nitra sa uskutočnil zraz záhradkárov miestnych organizácií pred Agroinštitútom v Nitre. Termín bol štvrtok 22.6.2017 o 14,45 hod., kedy sme spoločne odchádzali na políčka a do sadu Fakulty záhradníctva a krajinného inžinierstva, Katedry ovocinárstva, zeleninárstva a vinohradníctva, SPÚ Nitra. Tam nás už čakal doc. Ing. Oleg Paulen, PhD., ktorý konkrétne demonštroval letný rez na jednotlivých ovocných drevinách.

Pán docent sa zastavil pri 3-ročnej jabloni tvaru štíhleho vretena. Poznamenal, že rastie na slabo rastúcom podpníku. Na jabloni v lete je vhodné odstrániť rezom konkurenčné výhony, čiže tie, ktoré



rastú buď vertikálne v korune stromu, alebo, ktoré sa metlovite rozvetvujú na konci letorastov. Rez na metlovite rozvetvujúcich letorastoch previedol tak, že ponechal iba najspodnejší, ktorý smeruje mierne šikmo až vodorovne von z koruny.

V prípade, že strom je starší, 4-5 ročný a začínajú sa kostrové konáre vyholovať, je potrebné urobiť hlboký rez. Treba pamätať, že každý plod u jabloni potrebuje pre rast a vývoj 25-30 listov, to znamená, že treba tak regulovať rez a prebierku plodov. Prebierku plodov je najvhodnejšie robiť v polovici mája, keď sú plody menšie a nevznikajú veľké rany.

Aj na ďalšom strome, hruške postupoval pri reze pán docent obdobne, pretože je to jadrovina, štíhleho vretena.

Aby prebierka, rez a oberanie nebolo namáhavé u štíhleho vretena, riešia to tak, že skracujú stredník, aby nemuseli používať rebrík. Toto nám demonštroval

pán docent u čerešni, kde pomocou dvojsečných pákových nožníc skrátil stredník.

Tiež názorne ukázal Loretov rez tak, že letorast hrubý ako ceruza zrezal na čapík (pätku) veľkosti 1-2 cm. Na čapíkoch sa tvoria paličkové konáriky s kvetnými pukmi pre budúcu úrodu. Vysvetlil, že tým sa donucujú slabo vyvinuté púčiky na báze letorastov vypučať. Tento rez sa používa iba u zdravých stromov s dobrou kondíciou. U čerešien s pyramidálnou korunou sa robí rez po zbere a u semenáčov sa robí letný rez. Možno Loretov rez robiť aj na jadrovinách, ktoré rodia na krátkom dreve, napr. jablň - Ontário.

Boli sme upozornení, že všeobecne pri ošetrovaní stromov si treba všímať listové a kvetné púčiky. Listové púčiky majú strieškovitý tvar a kvetné sú oblé. Ku každému stromu, ktorý chce ovocinár rezať, mal by pristupovať individuálne. Treba zohľadňovať druh, odrodu, vzrast, vek, zdravotný stav, podpník atď.

Na spomalenie rastu sa u ovocných stromov používajú zárezy. Zárez do kmeňa stromu niekoľko cm od terénu na záveternej strane sme videli na slivke, ruskej odrody. Pretože slivka má tendenciu k zahusťovaniu, previedol pán docent rez na prevod tak, že odstránil časť konára s výhonkami rastúcimi dovnútra koruny.

Postupne sme prechádzali okolo poličok a zastavili sme sa pri drobnom ovocí. Červené a čierne ríbezle a josty nevyžadujú letný rez, treba ich rezať na jar. Stromčekové ríbezle a egreš vyžadujú letný rez. Pán docent nás vyzval, že rakytník rešetliakovitý sa zberá zrezaním celých konárikov s plodmi, ktoré sa uložia do chladu a následne sa oberajú.

U broskyň s kotlovitou korunou sa robí letný rez zameraný na odstránenie poškodených listov napadnutých chorobami. Na 1 plod treba rátať s 30-40 listami. Broskyne trpia júnovým opadom plodov vtedy, keď nemajú zabezpečenú dostatok výživných látok, ktoré prechádzajú konármi a listami. Prebierku plodov tiež treba robiť v polovici mája.

Mladé stromy marhúľ vyžadujú Šittov rez, ktorý sa robí po zbere úrody. Marhuľa rodí na jednoročnom dreve. Aby sme sa vyhli jarným mrazom preto je vhodné použiť Šittov rez tak, že letorasty zhruba 30-40 cm skrátime o 1/3 až 1/2, čo má za následok tvorbu silnejších druhotných letorastov, z ktorých sa na jar, alebo v priebehu leta vyberie najvhodnejší a ostatné sa odstraňujú. V nasledujúcom roku kvety na tomto dreve kvitnú v neskoršom termíne, čím uniknú jarným mrazom.

Pán docent upozornil, že počas leta je potrebné si všímať ovocné stromy a robiť sanítáciu, čiže rezom odstraňovať napadnuté listy, či konáre moniliózou, voškami, múčnatkou, alebo celé stromy, ktoré sú rakovinové.

Prednosti rôznych druhov letných rezov spočívajú v tom, že zlepšujú svetelný

a vzdušný režim v korune, čo ovplyvňuje kvalitu a sfarbenie plodov, pomáhajú zabudovávať vápnik do plodov, čo pozitívne vplyva na ich skladovateľnosť, tiež vplyvajú na rozdeľovanie živín a vody stromu, čím ovplyvňujú rast stromu, taktiež tvarujú koruny

a v neposlednom rade tiež prebúdzaajú spiacie kvetné púčiky, ktoré zvyšujú množstvo úrody.

Nám zostáva už len poďakovať vedeniu OV SZZ za zorganizovanie stretnutia, tiež pánovi doc. Ing. Olegovi Paulenovi, PhD za kvalitný výklad a demonštrovanie letného rezu, ako aj fundované odpovede na množstvo otázok od záhradkárov. Všetkým zúčastneným záhradkárom želáme bohatú úrodu a využitie poznatkov, ktoré sme získali na pôde SPÚ Nitra v letnom reze ovocných drevín.

Ing. Katarína ŠEBOVÁ, CSc.



Lužianski seniori žijú aktívnym životom

Lužianski seniori sa vybrali po stopách historických pamiatok Nitrianskeho kraja.

Naplánovali si výlet spojený s turistickou a návštevou Drážovského kostolíka, ako jedinečnou dominantou okolia Nitry, aby sa zoznámili s históriou tohto unikátneho historického diela z 12. storočia. S takýmto pomenovaním sa stretávame pri informáciách o kostolíku, ktorý stojí na jednom z výbežkov Tribečského pohoria, na ceste medzi Nitrou a Topolčanmi.

Turistická cestička viedla do mierneho

kopca, popri zelených kríčkoch na lúku s osamelým kostolíkom, ktorý patrí medzi najstaršie a najzaujímavejšie románske kostoly na Slovensku. Obdivovali sme nielen krásny výhľad na okolité polia, blízku Nitru, malé vzdialené dedinky a rozrastajúce sa priemyselné parky, ale so záujmom sme si vypočuli zaujímavé informácie o unikátnej historicko-architektonickej pozoruhodnosti obce a prezreli interiér kostolíka. Kto prijal pozvanie a neodradilo ho ani chladnejšie počasie, neolutoval.



Ďalšou poznávacou akciou v Nitrianskom kraji bola prehliadka Protitureckej pevnosti v Komárne. Táto pevnosť bola zapísaná do zoznamu svetového dedičstva UNESCO pod názvom „Systém opevnenia na sútoku riek Dunaja a Váhu v Komárne- Komárome.“

Z prehliadky a výkladu sprievodkyňi sme sa dozvedeli zaujímavé informácie o celej histórii tejto pevnosti, že Stará pevnosť má päť bastiónov, dve nádvorja, ktoré sú oddelené kurtinou. Po obvode pevnosti sú kazematné priestory. Okolo pevnosti bola vodná priekopa. Jedinou bránou bola Ferdinandova brána.

Nová pevnosť mala väčšiu rozlohu, ako stará a mala tvar päťuholníka. Rozmach výstavby nastal v 19. storočí vplyvom napoleonských vojen. Začali sa budovať nové krídla a postavila sa okrem iných stavieb aj veliteľská budova. Za účelom vybudovania komunikácie a železničnej trate do Bratislavy a Kolárova boli v 20. storočí

rozbúrané niektoré časti pevnosti. K devastácii Starej a Novej pevnosti prispeli veľkou mierou najmä sovietske vojská, ktoré využívali

priestory od roku 1968 do roku 1991. Dnes časti pevnosti využíva Armáda SR a podnikateľské subjekty Toto je iba malá časť informácií, toho, čo sme o Pevnosti a jej histórii videli a počuli.

Zaujímavá bola prehliadka mesta Ko-



márno. Prezreli sme si a zoznámili sa s históriou a architektúrou Nádvorja Európy, ktorá reprezentuje stavebné slohy typické takmer pre všetky európske štáty

Výlet sme ukončili návštevou mesta Komárom v Maďarsku, na druhom brehu Dunaja.

Navštívili sme Termálne kúpalisko, ktoré je zásobené kvalitnou minerálnou vodou z dvoch prameňov

s teplotou vody 32 a 40 C stupňov Celzia.

I keď unavení z horúceho dňa, z výletu sme si odniesli pekné zážitky veľa nových informácií

a čo veľmi dôležité, že sme prežili krásny slnečný deň medzi priateľmi.

Nie je nám ľahostajné ani zdravie a zdravotný štýl našich seniorov. V apríli sme zorganizovali

besedu s kardiologičkou p. MUDr. Ta-

tianou Vykoukalovou o ochoreniach srdca, ciev a rizika infarktu.

Podrobne informovala seniorov, o prevencii ako predchádzať komplikáciám. srdcovo- cievnych ochorení

Dôraz kládla a odporúčala redukciu hmotnosti, upozornila na preventívny význam abstinencie fajčenia, správneho stravovania a zvýšenia pohybovej aktivity. Upozornila aj na to, že niektoré faktory sú neovplyvniteľné, ako vek, genetické faktory, pohlavie.

Beseda bola veľmi zaujímavá, čoho dôkazom bolo, že na pani doktorku mali veľa osobných otázok, na ktoré dostali nielen vysvetlenie, ale aj odporúčania na lepšiu starostlivosť o svoje zdravie

Naši seniori už pravidelne navštevujú výstavu Gardénia AX v Nitre. Nebolo tomu inak ani tento rok.

So záujmom si prezreli expozície kaktusov, tropických a subtropických rastlín, širokého výberu letničiek, ovocných stromov a drevín. Oboznámili sa s výsadbou kvetín, ošetrovaním ovocných stromov.

Nevynechali ani predmety ľudovej tvorivosti. Na zaver sa občerstvili a navzájom si odovzdali zozbierané informácie z výstavy.

Výbor ZO JDS pre Vás pripraví ešte veľa zaujímavých podujatí. Budeme sa tešiť, ak sa do nich zapojí čo najviac seniorov.

Mgr. Anna Oťapková, predsedníčka

ZO JDS Lužianky



Za krásami do okolia Zvolena



V sobotu 17.6.2017 sme odchádzali v skorých ranných hodinách na stredné Slovensko. Úctyhodný počet záujemcov, ktorí sa viezli dvomi autobusmi, chcelo nahliadnuť do histórie a súčasnosti Víglašského zámku, obdivovať krásu rozkvitnutých ruží a tiež vidieť a nakúpiť rastliny, ktoré ponúka Záhradné centrum v Dobrej Nive.

Víglaš je obec nachádzajúca sa v okrese Detva v Banskobystrickom kraji. Od Zvolena je vzdialená 14 km východne. Víglašský zámok sa nachádza nad riečkou Slatina.

Po prechode vstupnej brány sme vo výklenku múru zbadali figurínu rytiera s dvojkřížom na hrudi, čo je znak členov príslušníkov cirkevnej rytierskej rehole johanitov, tzv. templársky rád. Teda v stredoveku hradisko bolo kláštorným objektom, o čom nás informovala sprievodkyňa zámku. Vo vstupnej hale, kde boli podobizne a erby panovníckych rodov nás oboznámila s jeho históriou. V 14. stor. hrad osadzuje kráľovský rod Anjouvcov (Anžuovcov) francúzskeho pôvodu s kráľom Karolom Robertom, ktorý neskôr vládol aj so synom Ľudovítom I. Panovník Ľudoví I.

mal tri dcéry. Katarínu, zomrela 8 ročná. Máriu, manželku kráľa Žigmunda Luxemburského a Hedvigu, manželku Vladislava I. Jagelovského.

Po Žigmundovi Luxemburskom nastúpil na trón Matej Korvín, syn gubernátora Jána Huňadyho, ktorý je známy aj tým, že v r. 1465 založil Academiú Istropolitánu v Bratislave a trvala zhruba 33 rokov. Posledným vládcom hradu bol Vladislav I. Jagelovský.

Sprievodkyňa nás sprevádzala miestnosťami, kde boli dobové fotografie hradu, jeho zrúcaniny až do obnovy nového zámku v 21. storočí. V jednom období sa hrad nazýval aj Dračí, kde barón Pipo z Ozory bol rytierom dračieho hradu, ktorý bol namaľovaný na obraze. Vo veľkej sále sme okrem brnenia, ochranných štítov a zbraní videli aj slnečné hodiny a testovač krídiel od Leonarda da Vinciho, ktorý nemá súvis s históriou zámku, ale je zo zbierky terajšieho majiteľa. Prešli sme aj hosťovskou izbou, tiež kaplnkou, kde sa konajú bohoslužby katolíckej, evanjelickej a pravoslávnej, podľa požiadaviek prítomných hostí. Na chodbách bolo množstvo trofejí vysokej a nízkej zveri, čo svedčí o tom, že zámok

bol najčastejšie využívaný ako poľovnícky.

V súčasnom období po kúpe ruského veľkopodnikateľa, ktorý z ruín zámku

v priebehu siedmich rokov vybudoval štvorhviezdičkový Grand hotel Víglaš, je možné si zakúpiť zámocký, alebo romantický pobyt v historických izbách a využiť aj wellness centrum na zámku.

Druhou našou zástavkou bolo arborétum Borová hora. Je vzdialená od centra mesta Zvolen 3 km severne, smerom na Sliach. Vedecká pracovníčka pani Sarvašová, ktorá nás sprevádzala, v úvode nás informovala o jeho vzniku

a poslaní. Arborétum patrí k Technickej univerzite vo Zvolene. Založili ho v r. 1965. Botanická atrakcia sa rozprestiera na ploche zhruba 50 ha, je európskym unikátom, kde sa nachádzajú dreviny, ruže a v skleníku sukulentu a kaktusy. Dreviny získavali

a získavajú z lesov Slovenska. V arboréte sa rozmnožujú generatívne alebo vegetatívne a sa archivujú. V r. 1981 arborétum Borová hora bolo vyhlásené za chránený areál, v ktorom sa nachádza veľká zbierka drevín s 15 000 jedincami.. Činnosť arboréta je zameraná na záchranu





a ochranu genofondu drevín a ruží.

Pretože sme boli na návšteve v čase kvitnutia ruží, pracovníčka nás oboznámila s rozáriom, ktoré sa rozprestiera približne na ploche 1,5 ha kaskádovito pestovaných. V súčasnosti zbierka ruží obsahuje 870 odrôd od českých a slovenských šľachtiteľov. Významný český šľachtiteľ Ján Böhm a Jozef Urban. Rudolf Geschwind (1874-1910) bol slovenský šľachtiteľ, žil v Krupine, kde vytvoril hodnotné rozárium.

Pracovníci rozária spolupracovali aj s grófkou Máriou Henrietou Chotekovou z Dolnej Krupěj. Na sklonku života

Rudolf Geschwind oslovil grófkou na prevzatie súboru ruží, aby pokračovala v jeho diele, aby sa tak zachoval vzácny genofond. Grófkou túto požiadavku splnila a do Dolnej Krupěj previezla hodnotné ruže, ktoré odolávali veľmi silným mrazom až do mínus 35 °C.

Celkove sa v arboréte nachádza 3 600 kríkov ruží. Delia sa na tri hlavné skupiny: čajohybridy, floribundy a polyantky. Čajohybrid má veľkú ružu na jednej stopke. Floribunda má viacej o niečo menších ruží na jednej stopke ako čajohybrid, je vo výške 30-80 cm. Polyantka je nižšia kríčkovaná ruža s mnohými malými ružičkami na stopke. Dosahuje výšku 30-60 cm.

Pani Sarvašová nás v závere oboznámila, ako sa o ruže v arboréte starajú. Hnoja ich organicko-minerálnymi hnojivami, používajú kvapkovú závlahu, mechanicky ich odburiňujú, pred zimou ich zakrývajú, po zime robia rez

a ošetrujú ich chemickými postrekmi proti chorobám. Pripomenula, že tohtoročná tuhá zima a jarné mrazy mali nepriaznivý vplyv na životaschopnosť ruží, ktoré sú celkove slabšie a niektoré korene vymrzli.

Potom nás zaviedla k panelu, kde bola mapka, na ktorej boli farebne znázornené trasy, ktoré môže každý záujemca navštíviť a tak sa oboznámiť

s celým areálom. Neďaleko panela bola rarita arboréty, breza svalcová, ktorej veľmi tvrdé drevo sa používa na výrobu predmetov, ktoré sú namáhané, napr. na rukoväť nožov.

Vo voľnom čase sme si detailnejšie prezreli rozárium. Pre zaujímavosť uvediem aspoň: Ján Böhm, 1932, Esperanto, bledoružovej farby; 1933, Ave Maria, žiarivo biela floribunda; 1935

Genius Mendel, tmavoružová;

Jozef Urban, 1978, Ametyst, bledofialová; 1987 Roztomilá, bledoružovej farby.

Rudolf Geschwind, 1902 Eugen E. Marlitt, bledoružový čajohybrid.

Neďaleko skleníka nás upútala atypická kríková ruža, bohato zakvitnutá iba

s 5-tými jednoduchými kvetnými lupeniami, ktoré boli v strede biele a po okrajoch bledoružové, s názvom Mozart od šľachtiteľa P. Lamberta, 1936. Navštívili sme skleník, kde sa nachádza zbierka kaktusov a sukulentov, ktoré pôvodne rastú v Severnej Amerike a Mexiku.

Našou poslednou zástavkou bolo Záhradné centrum Dobrá Niva, ktoré sa nachádza 15 km južne od Zvolena smerom na Krupinu. Je otvorené od r. 1999.

Centrum sa nachádza pod holým nebom. Rastliny si sami pestujú a tiež predávajú. Návštevník si môže urobiť prehliadku a zároveň aj nákup. V ponuke majú široký sortiment rastlín: ihličnaté, listnaté a ovocné stromy; dreviny pre živé ploty; rododendrony a vresové rastliny; vždy zelené a popínavé rastliny;

trávy a vodné rastliny; sadbu drobného ovocia, jahôd, zeleniny a bylín; letničky, balkónové a sezónne rastliny; cibuľoviny, semená, trávne osivá; substráty a hnojivá; prípravky na ošetrovanie rastlín; kvetnáče, hrantíky

z keramiky a plástu a iný doplnkový tovar.

Po týchto zaujímavostiach sme sa zastavili cestou ešte na jedlo a občerstvenie a potom sme už len smerovali do Lužianok.

Na záver výbor záhradkárov predpokladá, že každého účastníka zájazdu, niečo oslovilo, či už história alebo súčasnosť zámku, alebo dreviny, či rozkvitnuté ruže v arboréte, ba dokonca pestrá paleta rastlín, z ktorých si mohol návštevník zakúpiť a tak doplniť a skrášliť svoju záhradku.

Ing. Katarína ŠEBOVÁ, CSc.



Veselo pri gulášoch

Kultúrna komisia pri Obecnom zastupiteľstve v Lužiankach usporiadala v sobotu 08.07.2017 už v poradí 7. ročník súťaže vo varení gulášu, Lužiansky kotlík.

V poslednom čase sa tento zábavný typ súťaže stáva už takou našou národnou tradíciou v okrese Nitra. Do súťaže vo

varení gulášu sa zapájajú súťažné družstvá, vytvorené a zložené s priateľov a známych, ktorý sa venujú gurmánstvu a varenie gulášu im nie je cudzie. Takto to bolo aj u nás v priestore areálu ZŠ a MŠ v Lužiankach. Do súťaže sa prihlásili rôzne spoločenské organizácie, pôsobiace v obci ako záhradkári, poľovníci, spevácke skupi-

ny i obec mala svoje zastúpenie v družstve. Nechýbali ani súťažné družstvá vytvorené s dobrých kamarátov. Celkove sa utvorilo 13 súťažných družstiev. Po samotnej registrácii sa jednotlivé družstvá po úspešnom štarte pustili do prípravy polotovarov, ktoré si každé súťažne družstvo prinieslo. Určil sa čas varenia a čas odovzdania súťažných



vzoriek hodnotiacej komisii.

Hodnotiacu komisiu tvorili profesionálni kuchári ako aj laická verejnosť s maškrtnými jazýčkami v zložení:

Cok Martin - profesionálny kuchár
Szakmar Ondrej - hlavný kuchár X gastro

Zelenayová Ľudmila – kuchárka školskej jedálne

Laickú porotu tvorili. – Kiková Alena – skúsená domáca kuchárka

Štefanka Miroslav – reprezentant Nitrianskych hokejistov

Predsedom hodnotiacej poroty bol správca našej farnosti VDP Mgr. Peter Mihálik. Čiže dá sa povedať, že porota v tomto zložení bola vysoko odborná, spravodlivá a objektívna. Výsledky tejto poroty boli nasledovné: 3. miesto získalo súťažné družstvo Jozefa Bucha (Kyblík)

2. miesto zástupcovia obce, ktorých

viedol Dominik Ševčík

1. miesto získala súťažná skupina Tomáš a Džino

Okrem kvality uvareného gulášu sa hodnotilo aj oblečenie a upravenosť súťažného družstva. V tejto súťažnej disciplíne bolo vyhodnotene družstvo s názvom „Operátori„ .

I keď záverom dňa nám trochu spáchlo, boli to kvapky šťastia nad krásne prežitým dňom, medzi dobrými ľuďmi, ktorí majú záľubu v gastronómii, konkrétne vo varení gulášu,

Vďaka Vám členovia Kultúrnej komisii za vynaloženú námahu a obetivosť, zorganizovať a urobiť pre našich občanov zo všedného dňa krásne spoločenské sobotňajšie odpoľudnie.



Za poznaním našej histórie - vlakom a loďou k hradu Devín

V sobotu 15.07.2017, ráno sa naši záhradkári spolu, niektorí aj so svojimi deťmi a vnúčatami vybrali na poznávací zájazd iným spôsobom ako tradične autobusom. Teraz to bolo vlakom a loďou pod jeden z najstarších historických hradov na území Slovenska na hrad DEVÍN.



Počasie nám prialo, nebolo ani moc teplo ani zima. Bolo pod mrakom, čiže deň ako stvorený na výlet. Spolu sme začali nastupovať v Lužiankach v ranných hodinách do osobného vlaku, v stanici Zbehy sme prestúpili na zrýchlený vlak do Bratislavy. Tu sme mali do nástupu a odchodu lode 2 hodiny. Niektorí sa do osobného prístavu previezli električkou, iný zase prešli sa pešo a prezreli si mesto. Čas odchodu lode bol o 10 hod. Do lode smerujúcej k Devínu nás nastúpilo spolu 52 účastníkov zájazdu. O dobrú pohodu a zábavu nebola núdza, či už vo vlaku alebo na lodi, na ktorej sme sa plavili proti prúdu 1 hodinu a 30 minút. Na Devíne mala naša loď prestávku 2 hodiny. Počas tejto doby sme si prezreli pamätník „železnej opony“, podhradie – obec Devín, v ktorej práve prebiehali oslavy ríbežľového vína, sprevádzané rôznym zábavným programom a predajnými trhmi.

No hlavným naším cieľom bolo poznanie Devínskeho hradu, ktorý patrí spolu s Bratislavským a Nitrianskym k najstarším, historicky doloženým hradným objektom na Slovensku. Devínsky hrad sa vypína na masívnom brale, ktorý z južnej strany okrem Dunaja je chránený

močiarňami zo západu riekou Moravou a zo severu masívom Devínskej Kobyly. Široký tok Dunaja udával smer dôležitej kontinentálnej obchodnej cesty medzi západom a východom. takzvanej Podunajskej cesty, ktorá tu pretínala známu jantárovú cestu, vedúcu od Stredomoria k Baltu. Je teda prirodzené, že výhodná poloha priamo predurčovala toto miesto na stred dvoch európskych kultúr – východnej a západnej. Tieto danosti spolu s vhodnými prírodnými podmienkami na život človeka – vodné toky bohaté na ryby, dostatok lovnej zveri v okolitých lesoch – podmienovali trvale osídlenie tohto územia od 5. tisícročia pred Kr. až do 19. storočia. Množstvo a kvalita archeologických nálezov dokladá, že sa v rámci osídlenia hradnej skaly vyskytlo päť najsilnejších období.

Helštatské 7-6 stor. pred Kr.
 Keltské (zač.3 storočia pred Kr.)
 Rimské 1-4 storočie
 Velkomoravské obdobie - 9 storočie

Podľa objavených nálezov bolo skon-

štatované, že doteraz najstaršie osídlenie Devín sa datuje do obdobia mladšej doby kamennej asi 5000-4000 rokov pred Kr.

Pritomnosť rímskeho etnika sa na Devíne skončila okolo roku 400. Keď Rimania opustili hranicu na strednom Dunaji, a tieto miesta obsadzovali rôzne skupiny kmeňov, popri nich začali na naše územie prenikať aj Slovania – sťahovanie národov. V 5 storočí

možno hovoriť už o trvalom osídlení tohto územia Slovanmi.

V polovici 6 storočia zasiahla do vývoja slovanskej spoločnosti na strednom Dunaji závažná skutočnosť. Toto územie obsadili namadské kmene Avarov a utvorili tu ríšu, ktorá sa stala dôležitým mocenským činiteľom. Začiatkom 7 storočia sa Slovania proti Avarom vzbúrili a v roku 623 vytvorili prvý Slovanský útvar – Samovu ríšu.

Toto obdobie Samovej ríše, charakterizované vzostupom materiálnej a duchovnej kultúry, bolo predpokladom pre vznik prvého samostatného štátneho útvaru na území Slovenska – Veľkej Moravy – kde Devín sa stal súčasťou Nitrianskeho kniežatstva.

Z hľadiska Slovenských národných dejín ranne stredovekého obdobia bolo obdobie 9 storočia a vláda Veľkomoravského kniežaťa Rastislava najvýznamnejšie. Veľká Morava dosiahla svoj vrchol a najväčší územný rozsah za panovania Rastislavovho synovca Svätopluka. Jeho smrťou na-





stal úpadok ríše, ktorému veľkou mierou prispeli rozbroje medzi jeho synmi Mojmíra II, a Svätopluka II,

Po zániku Veľkej Moravy význam hradiska upadol. Nič sa tam nezmenilo ani vznikom Uhorského kráľovstva., kedy sa stal Devín pohraničnou pevnosťou. Toľko sme sa dozvedeli o histórii tohto hradného útvaru , ktorého história je úzko spätá zo susednou Nitrou.

Verím že „ DEVÍN „ bol krásne prežitý čas na obnovenie si myšlienok, načerpanie nových poznatkov, dobrých priateľských vzťahov a oddychu pre všetkých zúčastnených. Veselá a dobrá nálada vládla na ceste späť. I keď cesta loďou po prúde bola časovo kratšia, trvala len 30 minút , ale stihli sme si pozrieť z lode most Lafranconi, parlament, Bratislavský hrad. Prešli sme popod nový most SNP a zakotvili v

prístave.

S prístavu na železničnú stanicu sme išli individuálne, ale vlakom, rýchlikom a osobným nám cesta rýchlo ubehla. I keď trochu ustatý ale šťastný z vydareného výletu ale hlavne z prežitého dňa v úžasne dobrej spoločnosti sme sa vrátili šťastne do svojich domovov.

Milan Cabánek

Čo ponúka matka Zem

Tohto roku koncom septembra sa konal jednak 35. ročník miestnej záhradkárskej výstavy ako aj 1.ročník regionálnej výstavy ovocia, zeleniny a kvetín. V rámci regiónu Nitry vystavovalo vzorky úrody ešte 18 záhradkárskych organizácií. Hostiteľskou záhradkárskou organizáciou bola ZO SZZ Lužianky. Regionálna výstava sa uskutočnila pod záštitou OV SZZ Nitra (Okresný výbor Slovenského zväzu záhradkárov). Už sám názov „ Čo ponúka matka Zem “ s podtitulom „ Regionálna výstava ovocia, zeleniny a kvetín napovedá, že záhradkári z okolia Nitry majú záujem vystavovať vzorky svojej úrody v Kultúrnom dome Lužianky.

Je známe, že žiadna akcia nemôže byť uskutočnená bez sponzorských prostriedkov. Hlavným finančným podporovateľom bol Nitriansky samosprávny kraj. Na ostatných sponzorských daroch sa podieľali nielen terajší poslanci, ale aj kandidáti za poslancov do vyššieho územného celku, primátor krajského mesta Nitry, starostovia obcí, ktorých členovia záhradkárskych organizácií boli účastníkmi tejto výstavy.

Dovoz, inštalácia, evidencia a kreatívne aranžmán exponátov od záhradkárov sa uskutočnila už deň pred výstavou.

Hodnotiaca komisia v zložení : Ing. Katarína Kettmanová – tajomníčka OV SZZ, Ing. Erika Mňahovčáková – riaditeľka Botanickej záhrady SPU Nitra, Ing. Marián Komžík – KOHAPLANT Levice, vyhodnotili exponáty.

V nedeľu 24.9.2017 o 8,00 hod. odslúžil vdp. Mgr. Peter Mihálik sv. omšu za záhradkárov, na ktorej sa aktívne spolupodielali prítomní členovia výboru , ako aj manželský pár v kroji z Veľkého Zálužia. Celebrant v príhovore nadviazal na Evanjelium , kde vyzdvihol prínos svedomitej práce nielen vo vinohrade ale aj v záhradách, čím pestovatelia slúžia Bohu aj blížnym.

Vystavené exponáty v kultúrnom dome si bolo možné prezrieť už od rána. O 15,00 hod predseda ZO SZZ Lužianky p. Milan Cabánek oficiálne zahájil regionálnu výstavu a postupne vyzval čelných predstaviteľov k príhovorom. Za Nitriansky samosprávny kraj sa prihovoril p. Ing. Juraj Horváth, ktorý zároveň odovzdal hostiteľskej základnej organizácii SZZ pamätný list predsedu Nitrianskeho samosprávneho kraja Milana Belicu.

Ďalší sa ujal slova p. Juraj Korček a potom nasledoval predseda OV SZZ p. Peter Farkaš. Prof. Ing. Ivan Hričovský,

DrSc., vyzdvihol veľký prínos ovocia a zeleniny pre zdravie a so smútkom v hlase skonštatoval, že Slováci konzumujú malé množstvo ovocia a zeleniny.

Posvätenie vystavených vzoriek uskutočnil vdp. Peter Mihálik za asistencie vdp. kaplána Mgr. Ondreja Kellnera.

Na regionálnej výstave sa zúčastnili nasledovné organizácie :

- ZO SZZ Báb**
- SPÚ Nitra - Botanická záhrada**
- ZO SZZ Hájske**
- ZO SZZ Ivanka pri Nitre**
- ZO SZZ Janíkovce**
- ZO SZZ Járók**
- ZO SZZ Lehota**
- ZO SZZ Lužianky**
- ZO SZZ Mojmírovce**
- ZO SZZ Nitra - Krškany**
- ZO SZZ Nitra - Mlynárce**
- ZO SZZ Rišňovce**
- ZO SZZ Rumanová**
- Záhradkárska osada Selenec**
- ZO SZZ Tobola, Nitra- Horné Krškany**
- ZO SZZ Veľké Zálužie**
- ZO SZZ Výčapy – Opatovce**
- Klub kaktusárov Nitra - Mlynárce**
- Klub skalničkárov Nitra**



Zo ZO SZZ Lužianky donieslo 31 pestovateľov vzorky na výstavu, z ktorých na ovocí sa podstielalo 20 pestovateľov, zeleninu 18, kvety 2, a iné produkty 10. Čo sa týka exponátov: ovocie 77 vzoriek, zelenina 102, kvety 3 a iné produkty 19, čo celkom činilo 201 exponátov.

Hostovské organizácie mali 381 exponátov. Teda všetkých 19 záhradkárskych organizácií vystavilo spolu 584 exponátov. Niektoré organizácie mali aj kolekcie, v ktorých bolo značné množ-

stvo druhov ovocia, zeleniny, kvetov. Konkrétne 9 organizácií malo 19 kolekcií.

Slávnostné odovzdanie diplomov a vecných cien sa uskutočnilo o 16,00 hod.

Všetkým oceneným zaspievali spevácke skupiny Lužiančanka a Lúč, ako aj hudobná skupina DIOS.

V pondelok si prezreli regionálnu výstavu žiaci materských a základných škôl. Od 13,00 – 17,00 hod si prevzali ex-

ponáty jednotlivé organizácie. Členovia výboru upratali sálu KD Lužianky.

Pohľad na veľké množstvo ovocia, zeleniny, kvetín, tvorivé aranžmán, rastlinné dekorácie, špecifické produkty, lepeno- sypané obrazy naplnili prítomných radostou, nadšením a emotivitou, čo prejavovali návštevníci spokojnosťou a úsmevom na tvári, ako aj poďakováním hostovskej organizácii.

Ing. Katarína ŠEBOVÁ, CSc.

Hodnotenie a prevzatie vecnej ceny v „ kategória jablko „				
miesto	č. vzorky	odroda	pestovateľ	organizácia
1.	177	RUBINOLA	Štefan Minarovič	ZO SZZ Tobola, NR
2.	77	SPARTAN	Michal Čerenka	ZO SZZ Ivanka pri NR
3.	242	PINOVA	Jozef Androvič	ZO SZZ Rišňovce

Hodnotenie a prevzatie vecnej ceny v „ kategória hruška „				
miesto	č. vzorky	odroda	pestovateľ	organizácia
1.	136	KRIVICA	Ľudovít Vaš	ZO SZZ Mojmírovce
2.	187	LUKASOVA	MUDr. Ján Korch	ZO SZZ Lužianky
3.	64	WILIAMSOVA	Ladislav Gašparovič	ZO SZZ Lužianky

Hodnotenie a prevzatie vecnej ceny v „ kategória ovocia „				
miesto	č. vzorky	odroda	pestovateľ	organizácia
1.	61	ANDRÉ (hrozno)	Ladislav Gašparovič	ZO SZZ Lužianky
2.	164	VINOHRADNÍCKA (broskyňa)	Karol Molnár	ZO SZZ Výčapy-Opatovce
3.	111	TRAMÍN (hrozno)	Roman Komarňanský	ZO SZZ Veľké Zálužie

Hodnotenie a prevzatie vecnej ceny v „ kategória zelenina „				
miesto	č. vzorky	odroda	pestovateľ	organizácia
1.	178	SAMURAJ (paprika)	Jozef Poláčik	ZO SZZ Lužianky
2.	295	AGRESOR (kapusta)	Jozef Andrevič	ZO SZZ Rišňovce
3.	186	HOKAIDO (tekvice)	Milan Schmidt	ZO SZZ Tobola, NR, Hor. Krškany

Hodnotenie a prevzatie vecnej ceny v „ kategória najkrajšia kolekcia zeleniny „	
pestovateľ	organizácia
Botanická záhrada	SPÚ Nitra

Hodnotenie a prevzatie vecnej ceny v „ NAJKRAJŠIA EXPOZÍCIA VÝSTAVY OVOCIA, ZELENINY, KVETÍN A INÝCH RASTLINNÝCH VÝROBKOV „	
organizácia	
ZO SZZ LUŽIANKY	

Hodnotenie a prevzatie vecnej ceny v „ kategória EXPOZÍCIA VÝSTAVY OVOCIA, ZELENINY A KVETÍN „	
miesto	organizácia
1.	BOTANICKÁ ZÁHRADA SPÚ NITRA
2.	ZO SZZ BÁB
3.	ZO SZZ LEHOTA
4.	ZO SZZ RIŠŇOVCE



Hodnotenie a prevzatie vecnej ceny v „kategória najkrajšia kolekcia ovocia „			
č. vzorky	ovocie	pestovateľ	organizácia
119	HROZNO	Miroslav Kyžňanský	ZO SZZ Veľké Zálužie

Hodnotenie a prevzatie vecnej ceny v „kategória kvetín „				
miesto	č. vzorky	odroda	pestovateľ	organizácia
1.	3	KVETÍN	Elena Vargová	ZO SZZ Lužianky
2.	382	KAKTUSOV	František Halama	Klub kaktusárov, NR- Mlynárce
3.	346	SKALNÍČIEK	Ing. Alžbeta Gromová, CSc	Klub skalničkárov, NR

Hodnotenie a prevzatie vecnej ceny v „kategória iné rastl. výrobky „:			
miesto	výrobok	zhotovovateľ	organizácia
1.	LEPENO-SYPANÉ OBRAZY	Ing. Katarína Šebová, CSc	ZO SZZ Lužianky
2.	KOLEKCIA MEDU	Ing. František Horník	ZO SZZ Rumanová
3.	LEPENO-SYPANÉ OBRAZY	Anna Verešová	ZO SZZ Lužianky



Krst nového CD hudobnej skupiny DIOS

Slnčné nedeľné popoludnie, dňa 21. mája, bolo dňom, kedy sme po dlhých 20-tich rokoch, v kultúrnom dome v Lužiankach, chceli uviesť do života naše v poradí 4. CD s

viť našim spoluobčanom piesne, ktoré sme nahrali v nahrávacom štúdiu EXPONENT v Šulekove, v septembri 2016, prezentovať a pokrstiť naše nové CD - ĽUDOVKY 2, ktoré

Keďže sme podobnú akciu zatiaľ neorganizovali, báli sme sa, či vôbec obsadíme aspoň polovicu sedadiel v kultúrnom dome. Na naše prekvapenie bol o koncert



názvom ĽUDOVKY 2, ktoré sme nahrali po 17-tich rokoch. Aby sme v tom neboli sami, tak sme si pozvali aj hudobné skupiny PROFIL, TREND, PODZOBORSKÍ HELIGONKARI a SES-TRI BACMAŇÁKOVÉ.

Cieľom nášho koncertu bolo predsta-

sme nahrali po 16 rokoch. v novom zložení. Kapelníkom, manažérom a klávesistom hudobnej skupiny DIOS je Vladimír Klzo, spevákom a basgitaristom - Marián Krajčo, no a našou novou speváčkou sa stala rodáčka zo susednej obce, Mária Dovičovičová.

hudobných skupín dostatočne veľký záujem, o čom svedčí aj fakt, že vstupenky si zakúpili aj občania z Nitry a susedných obcí, čo nás veľmi potešilo.

Na úvod sme sa predstavili so zmesou ľudových piesní. Pri poslednej piesni, čar-

dáši Tancuj, tancuj, vykrúcaj, sa na parkete objavili aj prví tanečníci. Ako druhé v poradí vystúpili Sestry Bacmaňákové, ktoré svojím temperamentným vystúpením postavili divákov zo stoličiek a strhli na seba pozornosť ľudí, ktorí ich doteraz nepoznali. Ďalší v poradí boli členovia skupiny TREND. Zahráli a zaspievali piesne od Trenčína, piesne známe z relácie Repete a vrcholom ich vystúpenia bola ľubozvučná chorvátska pieseň.

Po nich nasledovali PODZOBORSKÍ HELIGONKÁRI, ktorí nám predstavili starodávne piesne našich starých rodičov.

A na rade bola skupina PROFIL, ktorá pôsobí na slovenskej hudobnej scéne už neuveriteľných 43 rokov. Páni nesklamali a predviedli nám profesionálne vystúpenie. Diváci s nimi spievali a roztancovali sa aj sestry - heligonkárky. „Červená sedmička“ rozburácala divákov a nálada v sále gradovala.

Na pódium sa opäť postavili sestry Bacmaňákové, ktoré odohrali druhú časť svojho programu a potom nastal čas krstu nášho CD. Za krstných rodičov sme si vybrali Evku a Lenku Bacmaňákové a Tomáša Kmeťa, ktorý sa zaslúžil o kvalitný výsledný

produkt nášho snaženia. Po krste sme odohrali ešte pár piesní a na záver koncertu sme pozvali na pódium všetky naše hosťujúce kapely a spoločne sme zaspievali pieseň Slovenské mamičky, pri ktorej celá sála stála a tleskala.

Veľká vďaka patrí všetkým, ktorí nás podporili a pomohli nám túto akciu zorganizovať.

No a keď sa podarí, tak o rok sa možno opäť stretneme.

V. Klzo

Hasičská súťaž v Lužiankach

Dňa 24. 06. 2017 sa uskutočnila v obci Lužianky hasičská súťaž „Branný pretek mladých hasičov pohár starostu obce Lužianky“.



Išlo už o 3. ročník tejto súťaže. Zúčastnili sa jej DHZ Ivanka pri Nitre, Horná Kráľová, Branč, Sľažany, Šurany, Veľké Zálužie, Jasová, a domáci DHZ Lužianky. Podujatie sa konalo v krásnom prostredí základnej školy a za horúceho slnečného počasia. Každé družstvo tvorilo 4 členovia, ktorí boli rozdelení do kategórie chlapci, dievčatá a to do 12 rokov a nad 12 rokov.

Súťaž pozostávala z dráhy o celkovej dĺžke 500 m, na ktorej bili jednotlivé stanovišťa, ktoré museli súťažiaci splniť. Na

prvom stanovišti

Stanovisko č.1) Skladalo sa z 2x džberka, 2x stojan z pohármí.



Stanovisko č.2) Skladalo sa: zo 4 samostatných dráh ktoré sa absolvujú súčasne.

Stanovisko č 3) Skladalo sa z 4x lano na uzly. Stojan na viazanie uzlov.

Stanovisko č 4) Skladalo sa z 2x prekážka(podlez-preskoč-podlez) 1x vratký mostík.

Stanovisko č 5) Skladalo sa z 4x hadica C.

Stanovisko č 6) Skladalo sa z obrázkov : Hasičského auta, Policajného auta,

Sanitky

Stanovisko č 7) Skladalo sa z náradia 4x lopta, 2x lavička (30cmx30cmx2m), 2x kužeľ.

V kategórii mladší žiaci prvé miesto obsadilo domáce družstvo z DHZ Lužianky. V kategórii mladšie dievčatá si cenu za prvé miesto odniesli dievčatá z DHZ Ivanka pri Nitre. V kategórii staršie dievčatá zvíťazili dievčatá z DHZ Jasová. V kategórii starší chlapci zvíťazili chlapci z DHZ Sľažany, ktorí sa stali aj celkovým víťazom s najlepším dosiahnutým časom.

Na záver tohto krásneho a vydareného podujatia odovzdali predseda

DHZ Lužianky Martin Cocher a preventívár PO obce, v zastúpení starostu, obce Ing. Ivan Matúška všetkým zúčastneným družstvám pamätne diplomy a víťazom aj pamätne poháre a medaily.

Ing. Ivan Matúška,
preventívár obce Lužianky

Okienko do kuchyne

Rajčiny

Červené plody sú najbohatším zdrojom výnimočne silného antioxidantu lykopén, ktorý môže pomôcť chrániť proti rakovine.

Spor o to, či je paradajka zelenina či ovocie, je stále nevyriešený. Botanici majú jasno - rajčiny botanicky spĺňajú parametre ovocia, ale chuťovo a kulinársky sa radia medzi zeleninu. Na niečom sa ale oba tábory zhodnú: rajčiny ponúkajú veľa zdravotných výhod.

„Rajčiny obsahujú vyššie dávky lykopénu, rovnako ako iné druhy zeleniny s červeným sfarbením. Lykopén je účinný antioxidant, ktorý pomáha likvidovať voľné radikály. Najväčší úžitok máme z rajčín tepelne upravených. Udržujú zdravé kosti. Jedna šálka rajčín obsahuje takmer 18% dennej odporúčanej dávky vitamínu K, ktorý prispieva k zdraviu kostí. Vitamín K je rozpustný v tukoch a je nevyhnutný k procesu mineralizácie kostí.

Pôsobia proti zrazeninám. V tele je vitamín K uchovávaný len v malom množstve a jeho zásoba sa bez pravidelného denného príjmu rýchlo vyčerpáva. Nedostatok vitamínu K, ktorý sa zvyčajne prejaví modrinami, krvácaním z nosa a ďasien či krvou v moči a stolici. Ak paradajky nepatria medzi vašu obľúbenú zeleninu, ďalšími dobrými zdrojmi vitamínu K sú špenát, kapusta, brokolica, sója, mangold alebo petržlen.

Znižujú krvný tlak. Rajčiny sú dobrým zdrojom draslíka, ktorý pomáha znižovať krvný tlak, udržiava správnu funkciu nervového a svalového systému a hrá zásadnú úlohu v správnej činnosti

11,4 percenta odporúčanej dennej dávky draslíka, preto je obohatenie jedálneho koša o rajčiny jednoduchým spôsobom, ako bojovať s vysokým krvným tlakom bez nutnosti liekov. Medzi ďalšie potraviny bohaté na draslík patria banány, citrusy, losos,



tuniak, špenát, zemiaky, jogurt a hydina.

Znižujú hladinu cholesterolu. Rastlinný pigment lykopén, ktorý dodáva rajčínám ich červenú farbu, patrí do skupiny karotenoidov, ktoré sú známe svojimi antioxidantnými vlastnosťami. Podľa odborníkov lykopén tiež pomáha znižovať zlý LDL cholesterol a naopak zvyšovať ten dobrý HDL cholesterol, hoci vedci doteraz nepoznajú presný mechanizmus tohto javu.

Udržujú zdravé oči. rajčiny sú bohaté na vitamíny a minerály, ktoré

1 lyžica oleja, 200 g mletého mäsa, 1 vajce, 1 lyžica strúhanky, 2 lyžice smotany, soľ, petržlenová vňať, maslo

Postup: Paradajky umyjeme a odrežeme z nich vrch. Vydlabeme vnútro a odložíme ho bokom. Cibuľu pokrájame na drobno a zmiešame s paradajkovým vnútrom. Na panvici opražíme na rozpálenom oleji mleté mäso. Asi po 10 minútach pridáme paradajkovú zmes a spoločne pražíme ešte asi 5 minút. Do zmesi pridáme bylinky, strúhanku a vajce a plníme ňou paradajky, ktoré uložíme do vymastenej zapekacej misy. Zvyšok, ktorý nám zostane rozmiestnime pomedzi plnenej paradajky. Na každú paradajku dáme kúsok masla a celé dáme zapieť do rúry pri teplote zhruba 180°C asi na 30 minút.

Paradajková polievka trochu inak

Suroviny: cesnak, zeleninový bujón olivový olej, maslo, 500g. lúpaných paradajok bez šupky /buď čerstvé, alebo kúpené), 500g paradajkovej drte, cukor, bazalka, soľ, parmezán, alebo tvrdý syr

Postup: Na olivovom oleji, zmiešanom s trochou masielka (pre dobrú chuť), krátko opražíme prelisovaný cesnak.



srdca. Nedostatok draslíka sa prejavuje bolesťami hlavy, ospalosťou, kŕčmi vo svaloch alebo nepravidelným srdcovým rytmom. Jedna šálka rajčín obsahuje až

jedálneho koša.

Plnené zapekané paradajky

Suroviny: 4 paradajky, 1 červená cibuľa,

prospevajú očnému zdraviu. Ak si chcete udržať zrak v kondícii a znížiť riziko očných chorôb, ako sú katarakty (šedý zákal) a makulárnej degenerácie, zaradte rajčiny do svojho

Potom zalejeme trochou vody, v ktorej necháme rozpustiť bujón. Pridáme paradajkovú drť a lúpané paradajky a krátko povaríme. Dochutíme cukrom, bazalkou, ak treba soľou. Podávame s nastrúhaným parmezánom alebo iným tvrdým syrom.

Zapekané morčacie prsia

Suroviny: 6 kusov morčacích rezňov (alebo kuracích prs), 1 šálka kyslej smotany (alebo pol šálky majonézy, pol šálky smotany), 1/2 šálky strúhaného parmezánu, 6 plátkov syra, trocha oleja, soľ, korenie, 3 strúčiky cesnaku

Postup: Morčacie rezne, alebo celé kuracie prsia rozložíme na dno vymaslenej zapekacej misy. Prekryjeme ich plátkami syra. V miske vymiešame 1 šálku kyslej smotany, (alebo bieleho jogurtu alebo 1/2 šálky majonézy a 1/2 šálky smotany), so soľou, korením, prepasírovaným cesnakom a 2/3 strúhaného parmezánu. Hmotu rozotrieme na plátky syra a navrch ešte posypeme zvyšným syrom. Pečieme pri teplote cca 225°C cca hodinu, alebo podľa skúsenosti s vašou rúrou.

Podávame so zemiakmi, v rôznej podobe, alebo šalátom, prípadne krátko podusenou zeleninou.

Kurča na smotane s dusenou zeleninou

Suroviny: 500 gramov kuracích stehien (pŕs), 180 mililitrov šľahačkovej smotany, olej, soľ, korenie, 500g mrazenej zeleniny (alebo čerstvá, cukina, brokolica, paprika, cibuľa ..)

Postup: Kuracie mäso opláchneme, osolíme, okoreníme. Pekáč vymastíme

olejom, rozložíme naň mäso a zalejeme smotanou. Pečieme pri teplote cca 230°C cca 60 minút.

Zeleninu uvaríme nad parou, (alebo krátko podusiť na masle?) môžeme ju zľahka osoliť a okoreniť. Ak máme čerstvú zeleninu, očistíme a nakrájame ju podľa potreby, zvyšok podobne ako pri mrazenej zelenine.

Zelenina získa skvelú chuť ak ju polejeme smotanou, ktorá zostane po upečení mäsa.

Jubilanti 2. a 3. štvrťroku 2017

92 rokov oslávila Mária Krajčová

91 rokov oslávil Aladár Majba, Alžbeta Janíková,

90 rokov oslávili: Monika Čurgaliová, Emília Broďaniová a Ján Smatana, Irena Králiková,

85 rokov oslávila: Žofia Paulíková, Mária Kollárová, Mária Bratská

80 rokov oslávili: Veronika Kiková, Jaroslav Štefanka, Anna Ďuranová, Ing. Jon Filip, Anna Poláčiková,

75 rokov oslávila: Františka Cibulová, Eva Urbaniková, Jozefína Lauková, Mária Ševčíková, Ing. Ivan Karas, Štefan Lauko

70 rokov oslávila: Zita Babulicová, Stanislav Šantavý, Elena Sokolová, František Žákovič, Eva Szoradová, Ing. Jarmila Bialeková, Mária Musterová, Mária Štefanková, Mária Lendelová, Emília Beláková, Oľga Spáčová, Edita Bašová, Helena Lauková, Mária Červenková

65 rokov oslávili: Jaroslav Bojda, Ing.

Juraj Štefanka, Emil Javor, Mária Bartošová, Slavomír Šatura, Barbora Stojková, Anna Šipošová, Mgr. Zita Ševčíková, Marián Podhradský, Jozef Čentěš, Anna Rybanská, Anna Králiková, Katarína Sokolova, Ivan Balko, Anton Školník, Margita Baráthová, Ľudmila Kubincová, Anna Stanová, Anna Štefanková, Jozef Hubert, Ing. Stanislav Beňo, Terézia Vencelová, František Kubinec, Margita Hunková, Anna Bernáthová,

60 rokov oslávili: Irena Chudiaková, Viera Verešová, Juraj Ábel, Helena Lakatošová, Dušan Lacuška, Magdaléna Vavrincová, Marta Mikulová, Dušan Vindiš, Mária Vöröšová, Božena Miklová, Jozef Varečka, Peter Mezey, Helena Slováková, Ladislav Mikula, Zlatica Šelmeciová, Katarína Slováková, Veronika Štefanková, Ing. Tibor Koubek, Anna Šranková

55 rokov oslávili. Milan Rigo, Eva Bu-

chová, Ľubica Kišová, Alena Solčanová, Ivan Bíro, Gabriela Remenárová, Daniel Paco, Roman Vilhem, František Klačman, Ing. Ivan Fúskalng. Eva Homolová, Peter Slovák, Miloš Ivančík, Peter Fuska, Zdenka Bódiová, Roman Solčan, Jozef Ábel, Mária Kikušová, Igor Upohlav, Štefan Segeč

50 rokov oslávili: Ing. Pavol Galko, Mária Fábryová, Zlatica Vöröšová, Jozef Jančík, Peter Skaličan, Ing. Stanislav Šantavý, Soňa Kiková, Ing. Angelika Košovanová, Ing. Ivan Ferencz, Ivan Minár, Peter Mikulášik, Beata Balázsová, Tatiana Orglerová, Gejza Szabó, Maroš Kiko, Miroslav Lauko, Mária Bajáková, Anna Hatalová, Mária Valábiková, Ivete Mezeyová, Ing. Richard Učeň, Beata Behúlová, Ľuboš Javor, Dagmar Hlaváčová

Humor

Sedia dvaja deduškovia na lavičke v parku. Jeden sa pýta druhého:

- Ako sa máš?

- Ale, cítim sa ako bábätko. Vlasy nemám, zuby nemám a mám pocit, že som sa práve posral.

Babka ochorie a tak ku nej zavolajú lekára. Keď odíde, babka pootvorí jedno oko a pýta sa:

- Kto to bol?

- Lekár babka, lekár.

- Aha. Hneď sa mi zdalo, že na farára si moc dovoľuje.

Bavia sa dvaja priatelia.

- Čo urobíš, ak nachytáš iného muža v posteli so svojou ženou?

- Zmlátim mu psa a zlomím mu bielu palicu.

Aký je rozdiel medzi Angličanom, Francúzom, Židom a Slovákom?

- Angličan má ženu a milenkú. *Ľúbi ženu.*

- Francúz má ženu a milenkú. *Ľúbi milenkú.*

- Žid má ženu a milenkú. *Ľúbi matku.*

- Slováč má ženu a milenkú. *Ľúbi si vy-piť.*

Zrnká múdrosti

„Od učenia ešte nikto nezomrel, ale načo riskovať.“

„Nie je dôležité, čo si dokázal v škole, ale to, čo dokážeš v živote.“

„Zo školy by mal vychádzať mladý človek ako harmonická osobnosť, nie ako špecialista.“

Albert Einstein

„Prvým krokom na ceste k šťastiu je učenie sa.“

Dalajláma