



# ĽUBEĽSKÉ NOVINY

Číslo: 1.

APRÍL 2012

Ročník: 7.

V tomto čísle nájdete:

**NA MARGO - o veciach verejných - výsledky parlamentných volieb v Ľubeli**

**Ježiš nás vykúpil svojím krížom**

**Včelárstvo v Ľubeli**

**EnviroĽUBEĽA**

**NAŠE ZDRAVIE: Osteoporóza ako tichý "zlodej" kostí a jej prevencia**

**Udalosti nedávno minulé**

**Chríb, Sihoť, Sihôtka...**

**Zo života Školského klubu detí**



Milí spoluobčania,

V úvodníku týchto novín chcem sústrediť pozornosť na niektoré uznesenia Obecného zastupiteľstva v Ľubeli z posledných jeho zasadnutí, ktoré sa bezprostredne dotýkajú občanov obce.

Na decembrovom zasadnutí v roku 2011 bolo schválené Všeobecné záväzné nariadenie Obce Ľubela o miestnych daniach a miestnom poplatku za komunálny odpad a drobné stavebné odpady.

Daň z nehnuteľností u stavieb ako aj pozemkov zostala na úrovni predchádzajúcich rokov. Taktiež sa zachovala úľava 50% u občanov, ktorí dosiahli vek 70 rokov.

Aj keď na samosprávy zo strany štátu sú tlaky aby zvyšovali dane z nehnuteľností a takto kompenzovali výpadky na daniach z príjmov fyzických osôb, ktoré prerozdeľuje štát, vzhľadom na zhoršujúcu sa finančnú situáciu väčšiny občanov, rozhodli sme sa na výšku tejto dane nesiahnuť. Zvýšili sme daň za psov. Za jedného psa a kalendárny rok sadzba dane činí 8,70 €. Každý z chovateľov si musí zvážiť či na to má, alebo nie, či chov psa je pre neho nevyhnutnosťou. K zvýšeniu došlo u poplatkov za likvidáciu tuhého komunálneho odpadu. U fyzickej osoby na kalendárny rok sa poplatok zvýšil na 8,00 €. Dôvod prečo, je veľmi jednoduchý. Náklady na vývoz odpadu ale najmä na jeho uloženie sú omnoho vyššie ako sú príjmy od občanov.

Aj napriek zvýšeniu poplatkov predpokladáme v roku 2012 rozdiel asi 16 000,00 €, ktoré musíme doplniť z rozpočtu obce.

Mierne sa zvýšili poplatky za použitie priestorov v kultúrnom dome. Tieto neboli upravované minimálne desať posledných rokov. Pritom všetci dobre vieme koľko za posledné roky vzrástla cena energií /elektrika, uhlie, vodné, stočné a iné/.

Zdôrazňujem, nechceme týmto na občanovi zarábať. Chceme tým aspoň čiastočne eliminovať rozdiel medzi príjmom a nákladmi, ktoré sú s tým spojené.

V januári 2012 Obecné zastupiteľstvo v Ľubeli prerokovalo problém, ktorý máme viac rokov a viaže sa na zaužívaný systém v kopaní hrobov, tzv. poriadku. Problém sa stal taký veľký, že zaužívaný spôsob sme boli nútení zrušiť. Bolo našou povinnosťou, aby sme zabránili trom - štyrom jednotlivcom, na ktorých nebolo žiadne spoľahnutie, aby zneužívali daný stav. Zároveň sme ponúkli riešenie. Pohrebníctvo z Liptovského Mikuláša je ochotné tieto služby zabezpečiť. Ak si pozostalí zabezpečia inú pohrebnú službu, prípadne iných ľudí, ktorí im to dokážu zabezpečiť lepšie a lacnejšie, nič proti tomu nemáme. Systém tzv. poriadky už nebol funkčný, bol problémový a preto bol zrušený.

Na zasadnutí 29. marca 2012 bol prijatý definitívny rozpočet obce. Prijatý ako vyrovnaný v celkovej výške 635 391,00 €.

Skutočnosť jeho naplnenia po skúsenostiach z posledných rokov je diskutabilná.

Najväčšiu príjmovú položku podielové dane z fyzických osôb štát nedokázal naplniť. Z uvedenej sumy rozpočtu najvyššia čiastka rozpočtu ide na tzv. prenesené kompetencie, t. j. Základná škola vo výške 344 591,00 € ktoré sú súčasťou štátneho rozpočtu a tzv. originálne kompetencie t. j. Materská škola, klub detí a školská jedáleň, ktoré sú financované z podielových daní obce. Ďalšie najpodstatnejšie výdavky tvoria položky na výkon samosprávy funkcií obecného úradu, náklady na energie /uhlie, elektrika/, nakladanie s odpadmi.

Naším cieľom je, aby sme obec nezadlžovali. Aby sa rozvojové programy obce náročné na veľké finančné prostriedky robili cez Eurofondy, na ktoré treba počkať aké budú vyhlásené.

Sústredíme sa na finančne nenáročnejšie akcie, ako je oprava a údržba verejných priestranstiev a miestnych komunikácií, opravy a údržby verejných budov ktoré sú vo vlastníctve obce. Vzhľadom na terajší stav je dôležitá zmena elektrickej prípojky NN do domu smútku.

pokr. na str. 2 >>



Milí spoluobčania,

viem, že tieto obecné noviny budete dostávať tesne pred Veľkonočnými sviatkami. Uvedomujem si, že to o čom píšem v úvode nie je na potešenie duše. Život sa ale skladá z tých pracovných a všedných dní, ale aj z dní sviatočných, dní odpočinku a oddychu.

Z úprimného srdca Vám želim, aby dni Veľkonočných sviatkov boli dni naplnené rodinnou pohodou, láskou k svojim blízkym, ľudským porozumením, úctou a pokorou k skutočným hodnotám ľudského života.

Váš



PhDr. Milan Kubík  
starosta

## NA MARGO - O veciach verejných...

### Výsledky parlamentných volieb - 10.3.2012

Dňa 10. marca 2012 sa uskutočnili voľby do Národnej rady Slovenskej republiky. Na priebeh volieb v obci Lubeľa dohliadala 12 členná volebná komisia, ktorá na záver konštatovala nerušivý a pokojný priebeh volieb. Z celkového počtu 924 voličov zapísaných v zozname voličov v obci sa volieb zúčastnilo 605 voličov, čo predstavuje 65,48%. Z odovzdaných 605 hlasov bolo platných 591 hlasov. Víťazom volieb v obci sa stala politická strana SMER - sociálna demokracia. Poradie jednotlivých politických strán, politických hnutí alebo koalícií podľa počtu získaných platných hlasov:

Poradie	Politická strana, politické hnutie alebo koalícia	Číslo strany vo voľbách	Platné hlasy
1.	SMER – sociálna demokracia	11	372
2.	Slovenská národná strana	4	68
3.	Kresťanskodemokratické hnutie	2	38
4.	OBYČAJNÍ ĽUDIA a nezávislé osobnosti	5	37
5.	Sloboda a Solidarita	6	21
6.	Slovenská demokratická a kresťanská únia Demokratická strana	22	13
7.	Komunistická strana Slovenska	14	7
	99 % - občiansky hlas	17	7
8.	Zmena zdola, Demokratická únia Slovenska	12	6
9.	Ľudová strana Naše Slovensko	10	4
	MOST – HÍD	16	4
10.	Strana zelených	9	3
	Národ a Spravodlivosť – naša strana	13	3
11.	Robíme to pre deti - SF	20	2
	Strana občanov Slovenska	23	2
	STRANA SLOBODNÉ SLOVO- NORY MOJSEJOVEJ	25	2
12.	Zelení	1	1
	Obyčajní ľudia	21	1
	Strana demokratickej ľavice	3	0
	PRAVO A SPRAVODLIVOSŤ	7	0
	NAŠ KRAJ	8	0
	Strana Rómskej únie na Slovensku	15	0
	Ľudová strana – Hnutie za demokratické Slovensko	18	0
	STRANA + 1 HLAS	19	0
	Strana maďarskej koalície –Magyar Koalíció Pártja	24	0
	Strana živnostníkov Slovenska	26	0

-Mgr. Mária Kubíková, predsedníčka volebnej komisie-

### Aj počas tohtoročnej zimy sa v Lubeľi korčuľovalo

A to hlavne vďaka Jakubovi Húlekovi a Šimonovi Kanderovi, ku ktorým sa pridali aj Peter Kubík a Štefan Vyšňan, ale aj Miroslav Gejdoš. V minulosti sa o polievanie ľadovej plochy na ihrisku postarali otcovia detí, ktorí potom vo večerných hodinách hrali hokej. Verím, že aj v nasledujúcich rokoch, sa nájdu nielen mladí, ktorí prispievajú k športovej zimnej aktivite v Lubeľi. Samozrejme, pokiaľ o spomínané klzisko bude záujem.

-eg-



**Okresná rada Slovenskej národnej strany v Liptovskom Mikuláši ďakuje svojim sympatizantom a voličom za prejavenu dôveru v marcových parlamentných voľbách. Aj keď sme neprekročili brány parlamentu, pokračujeme ďalej v šírení a boji za národné záujmy a veríme, že návrat do Národnej rady SR bude v budúcnosti úspešný.**

Ing. Rudolf Urbanovič - okresný predseda SNS  
Ing. Erik Gemzický, PhD. - okresný podpredseda SNS



## Ježiš nás vykúpil svojím krížom

...toto posolstvo si pripomíname každoročne zvlášť na Veľký piatok. Veľký piatok je v kresťanskom kalendári piatok pred Veľkou nocou a tento deň je pripomienkou smrti Ježiša Krista na kríži. Najautentickejšie je možné pripomenúť si Ježišovo utrpenie na kríži návštevou miesta, kde Ježišov kríž stál. Na tomto mieste podstúpil potupnú smrť, aby vykúpil človeka.

Nad miestom popravy a hrobu Pána Ježiša je postavený Chrám Svätého hrobu. Asi v 6. storočí pred Kristom bol na tomto mieste za hradbami mesta Jeruzalem kameňolom. Kameň však nemal dobrú kvalitu, preto pod kameňolomom urobili cisternu. Keďže mal kameň pórovitý charakter, unikala z neho aj voda a miesto ostalo pusté. V okolí kameňolomu bolo niekoľko pustých jaskýň, ktoré obyvatelia použili na pochovávanie. Takto vznikol západný cintorín, ktorý sa nachádzal za hradbami mesta. Rimania na tomto mieste asi v 60-tych rokoch pred Kristom zriadili popravisko. Pre tvar lebky, ktorý popravisko pripomínalo, ho nazývali Golgota, v latinskom preklade Kalvária.

Keď sa mesto rozrástlo na sever a západ, už v roku 44 po Kristovi dal Herodes Antipas postaviť nový múr, čím sa tieto sväté miesta ocitli vo vnútri mesta. Cisár Hadrián v roku 135 Jeruzalem premenoval na Aelia Capitolina, na miestach kresťanskej úcty postavil chrámy, zasvätené bohu Jupiterovi, bohyni Juno a Venuši. Prvý kostol, byzantskú baziliku, postavili v rokoch 326- 335, na podnet svätej Heleny a jej syna cisára Konštantína, a to na miestach zbúraných pohanských chrámov. Pôvodne išlo o 3 stavby. Na mieste pochovania Ježiša- nad prázdny hrob- postavili kruhovú stavbu a pomenovali ju Anastasis, čo znamená Vzkriesenie. Druhou stavbou bola bazilika, nazvaná Martýrium a na mieste ukrižovania - Kalvárii, dala svätá Helena postaviť veľký zlatý kríž. Baziliku v roku 614 značne poškodili Peržania. Chrám po 15- 20



Pohľad na Baziliku Svätého hrobu (zdroj: autor)

rokoch obnovil opát Modest. V roku 1009 ho takmer zrovnal so zemou kalif el Hakim. Obnovu chrámu zorganizoval patriarcha Monomachos a dielo veľkolepo zveladili v roku 1099 križiaci. V roku 1149- na 50. výročie príchodu križiakov do Svätej Zeme- baziliku vysvätili. Miesto ukrižovania Krista aj miesto hrobu sa ocitli v jednej stavbe a pod jednou strechou. Po tom, čo križiaci museli v roku 1291 opustiť svoju poslednú opornú pevnosť Akko, ovládla celú krajinu víťazná dynastia Mamelukov. Títo síce povolili prístup kresťanom ku svätým miestam, ale správou baziliky poverili moslimskú rodinu, ktorá vlastnila kľúče od jej brány a stráž vyberala od pútnikov vysoké vstupné. Moslimská rodina vlastní kľúče od vstupnej brány dodnes.

V nezmenenom stave zostala bazilika až do požiaru v roku 1808, keď bola značne poškodená. V rokoch 1927 a 1937 ju postihlo zemetrasenie, ale vďaka mohutnej stavbe nedošlo k vážnym škodám. Opráv sa ujala grécko- ortodoxná pospolitosť a z tohto dôvodu nadobudli reštauračné práce charakter východnej architektúry. Vznikajúce spory, ktorej cirkvi bude bazilika patriť, ukončil dekrét tureckej vlády Status Quo, podľa ktorého chrám prináleží týmto cirkvám: rímskokatolíckej, grécko-ortodoxnej, arménsko-ortodoxnej, sýrsko-ortodoxnej, egyptsko-kopskej a etiópskej.

Práve v tomto chráme- na vrchole Kalvárie- pod oltárom a sklom má návštevník možnosť na vlastné oči vidieť kameň, kde stál Kristov kríž. Pod oltárom je otvor, cez ktorý sa možno dotknúť kameňa, kde bola päta kríža.

Pod Kalváriou oproti vchodu do baziliky je mramorová doska, na ktorej pripravili Ježišovo telo do hrobu. Stále je natretá voňavými olejmi a často zasypaná lupienkami kvetov. Asi 50 m od dosky sa nachádza kaplnka s hrobom, kde uložili Ježišove mŕtve telo. Je rozdelená na 2 časti. Prvá časť sa nazýva Kaplnka anjela a uprostred nej stojí mramorový stĺp, v ktorom je uložená časť kameňa, ktorým bol zakrytý hrob. Z tejto kaplnky sa vchádza vchodom vysokým len 1,33 m do druhej Kaplnky Božieho hrobu, kde sa pod mramorovou doskou nachádza bývalá jaskyňa autentického hrobu Ježiša Krista.



Návštevníci sa dotýkajú kameňa, kde bola päta Kristovho kríža (zdroj: autor)

Keď návštevník zostúpi do suterénu baziliky, ocitne sa v arménskej kaplnke, odkiaľ môže zostúpiť ešte nižšie, do bývalej- už spomenutej cisterny, kde vidieť, ako kedysi sekali kameň na stavby Jeruzalema. Keď sa Kalvária stala v časoch Rimánov popraviskom, použité priečne ramená krížov hádzali do cisterny. Sem odhodili aj patibulum z Ježišovho kríža. Svätá Helena vraj ponúkla veľké množstvo zlata tomu, kto nájde túto vzácnu relikviu kríža. Preto bola neskôr kaplnka zasvätená sv. Helene a Povýšeniu Sv. kríža.

Miesto, kde sa nachádzal Kristov hrob- čakajúci návštevníci (zdroj: autor)



(Spracovala PhDr. Bc. Mariana Magerčiaková, PhD. s využitím brožúry Sprievodca Svätou Zemou, internetu a vlastných cestovateľských zážitkov)

**Sviatky jari sú tu zas, oslávte ten krásny čas...**

**Príjemné prežitie veľkonočných sviatkov, veľa zdravia a pohody praje**

**Redakčná rada L'ubel'ských novín!**

## Včelárstvo v Ľubeli

Jar a včely patria k sebe. So včelami sa úzko spája krásny „koníček“ - včelárstvo, ktoré má aj v Ľubeli svoju dlhoročnú tradíciu. V tejto súvislosti prinášame rozhovor so včelárom Igorom Švecom.

*Kedy si sa začal venovať včelárstvu?*

Už môj otec choval včely. Ako dieťa som sa len okolo neho motal. V roku 1983 som sa začal venovať včelárstvu intenzívne. Vlastne som pokračoval v tom, čo otec začal.

*Ako to vyzerá so včelárstvom na Slovensku?*

Takto, porovnáam dva roky. V roku 1991 bolo na Slovensku 31 346 členov a 370 116 včelstiev. V roku 2012 je na Slovensku 13 569 členov a 210 451 včelstiev.

*Dost veľký pokles členov aj včelstiev. A ako to bolo a je v Ľubeli?*

Tiež zaznamenávame pokles. V roku 1991 bolo 11 členov a 61 včelstiev. K tomuto roku je to 6 členov a 31 včelstiev. Keď to porovnáme v rámci Slovenska aj v Ľubeli, je pokles členov o polovicu. Starší včelári ubúdajú a mladší, alebo noví neprichádzajú.

*V čom vidíš význam zachovania tejto záľuby, záľuby, ktorá v minulosti prechádzala z otca na syna alebo na dcéru?*

Musíme si uvedomiť, že včelárstvo je neoddeliteľnou časťou národného hospodárstva. Význam včelárstva je najmä v opelovacej činnosti poľnohospodárskych plodín, ovocných stromov a lesných kultúr. Na Slovensku sa vďaka opelovacej činnosti včiel vytvára ročne hodnota vyššia ako 13 miliónov EUR. V poľnohospodárstve je opelovacia činnosť včiel od 50% do 80%. No a netreba zabudnúť, že veľkým prínosom chovu včiel je produkcia medu, vosku, včelej materskej kašičky, peľu, propolisu a jedu.

*Ako je to so Slovenským zväzom včelárstva. Pracuje tento zväz aktívne a ako pomáha včelárom?*

Na Slovensku je 146 základných organizácií Slovenského zväzu včelárstva. Okres Liptovský Mikuláš má 179 včelárov a 1955 včelstiev. Ak by mal niekto záujem, môže si bližšie informácie vyhľadať na internetovej stránke [www.vcelari.sk](http://www.vcelari.sk), na ktorej sa nachádza centrálna evidencia.

*Ako si odovzdávate skúsenosti?*

Samozrejme, v každej dedine je jeden včelár, tzv.

obvodový dôverník, ktorý sa stará o chod medzi ZO SZV a členmi v dedine. Dôverník sa stará o liečivá, dotácie, zvoláva výročné schôdze, zúčastňuje sa na tzv. „včelárskych nedelách“, ktoré sa organizujú v Liptovskom Mikuláši, a práve tu si vymieňajú včelári skúsenosti. A netreba zabudnúť ešte na jednu dôležitú informáciu. Každý obvod má určeného zdravotníka. Je to pomocník veterinárnej služby. Tento kontroluje, ako sa vykonáva liečenie včiel.

*Ako je to s parazitmi, ktorí vedú skomplikovať včelárom život?*

V roku 1978 sa zistila na Slovensku najčastejšia choroba včiel, a to varroatoza - klieštikovosť. Je to parazit hnedej farby o dĺžke 1 až 1,7 mm a šírku má 1,5 až 1,9 mm. Tento sa na včelu prisaje a vyciciava hemolymfu z mäkkých častí bruška. Samozrejme, že sú už na to liečivá, ako Avartin, Varidol, Gabon. Najnebezpečnejšia nákaza včiel je mor včelieho plodu. Táto nákaza prežije až 40 rokov v štrbinách. Pre človeka tento mor nie je nákazlivý. Napadnuté včelstvá treba len spáliť. O more sa vedie presná evidencia.

*Hovorí sa: „Si pracovitý ako včela.“ Čo všetko sa skrýva za prácou s týmto tvorom?*

Dost. Napríklad jedna včela vyletí za deň 40-krát a navštívi 4000 kvetov. Na jeden kilogram medu treba 180 000 medových vačkov. Jeden kilogram vosku si vyžaduje 5 miliónov šupiniek a jedna včela vylúči naraz 8 šupiniek. V zime je v úli 20 000 včiel, v lete ich je 60 až 80 000. Život jednej včely je 14 - 21 dní v lete a v zime 8 mesiacov, kráľovná žije 3 - 5 rokov.

*Uštipnutie včelou nie každý znáša bez následkov...*

Najjednoduchší recept je vypiť čiernu kávu alebo niečo na zvýšenie tlaku. Uštipnutím sa krvný tlak u človeka zníži. Samozrejme, žihadlo treba vytiahnuť ostrým predmetom a miesto vpichu je potrebné potrieť napríklad alpou, octom, liehom, medom, cesnakom, byľou púpavy. Ak je niekto alergický na uštipnutie, treba vyhľadať lekára.

-rozhovor pripravila Mgr. J. Mlynarčíková-

## POVEDZME TO PO ĽUBEĽSKY

**Hubovať**- odvrávať, protirečiť  
**Humno**- drevená budova na odkladanie sena  
**Hútať**- rozmýšľať  
**Chechtat' sa**- smiať sa  
**Chrbet**- chrbát  
**Chriapa**- ústa; tiež označenie človeka, ktorý rád a veľa rozpráva  
**Chytr**- rýchlo  
**Ip**- stále, nepretržite  
**Iste (čítaj mätko)**- určite  
**Izolit**- igelit  
**Izolitka**- igelitová taška  
**Ižimier**- inžinier  
**Jaseň**- jeseň

**Jednako**- rovnako  
**Jednat' sa**- dohovárať sa na niečom  
**Kabanka, kabaňa**- krátky kabát  
**Kafrať**- miešať sa do niečoho  
**Kalika**- chorý, ranený  
**Kalište**- malý pohárik na alkohol  
**Kandla, kandlička**- kovová nádoba s rúčkou (napr. na mlieko)  
**Kanec**- samec svine domácej  
**Kántrit'**- ničieť  
**Kapku**- trochu  
**Kasňa**- skriňa  
**Kciet', nekiet'**- chcieť, nechcieť

-mm-

# Enviro ĽUBEL'A

Dnes sa budeme v rubrike EnviroĽubel'a venovať úvodu do seriálu na tému *Živly v každodennom živote*. Stručne si rozoberieme tieto dôležité prírodné aspekty života a v nasledujúcich číslach sa budeme každému živlu venovať osobitne. Táto téma úzko súvisí taktiež s témou odpady, ale aj všetkými ostatnými oblasťami environmentálnej- ekologickej vedy. Opäť si vymedzíme pojmy, ktoré budeme teraz, avšak aj v nasledujúcich číslach používať. Apropos ide o pojmy živly či sféra.

## Živly

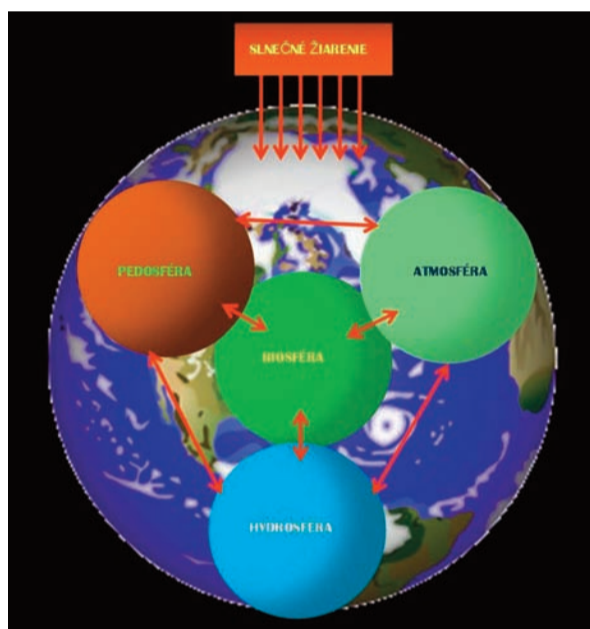
Slovo, ktoré nepotrebuje prílišné rozvádžanie či vysvetľovanie. Pravdepodobne všetci vieme, že hovoríme o súčastiach prírody, bez ktorých by človek nebol schopný života. V Európskej tradícii hovoríme o štyroch zložkách prírody: ohni, vode, vzduchu a zemi. Už grécki filozofi pripisovali vznik života práve týmto živlom. Podľa ázijského „učenia“ Feng šuej však jestvuje živlov päť, a to: drevo, oheň, zem, kov a voda. My šak budeme rozoberať živly na základe európskeho, „západného“ určenia.

## Sféra

Pojem sféra je rovnako známy a prekladáme ho ako oblasť, časť, zložka či určitý vymedzený priestor. S týmto prekladom sa do určitej miery môžeme aj stotožniť. Avšak v „prírodovednom“ slovníku máme sféry- zložky prírody určené presnejšie. Jediný živly, ktorý nemá svoju sféru, je oheň, ale vzhľadom na povahu ohňa ani nie je možné vymedziť priestor, kde by sa v prírode nachádzal oheň po celý čas /s výnimkou sopiek- ktoré sú naozaj len výnimočné/. Pozrime sa teda bližšie na zložky našej prírody:

## Atmosféra-

ovzdušie, plynový obal Zeme. Bez výraznej hornej hranice. Jej význam spočíva v tom, že nás chráni pred kozmickým žiarením, škodlivým slnečným žiarením, či takzvaným slnečným vetrom. Obsahuje vzduch, ktorý dýchame a taktiež sa v nej tvorí počasie. Je preto nevyhnutnou podmienkou pre existenciu života. Sama sa tiež rozdeľuje na ďalšie časti v závislosti od vzdialenosti od zemského povrchu /pozri obrázok /, taktiež ponúkame aj obrázok s percentuálnym zastúpením plynov v atmosfére.

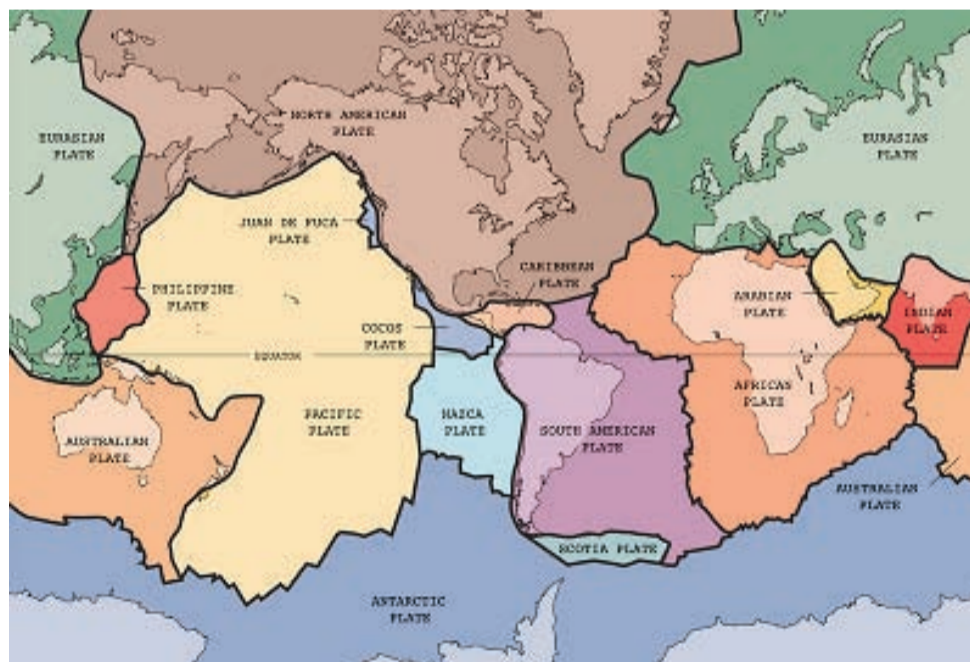


**Pedosféra-** pôda, pôdny obal Zeme, ktorý sa nachádza na litosfére /pozri nižšie/. Vzniká z takzvanej materskej horniny za spolupôsobenia rôznych faktorov- pôsobenie neživých zložiek- voda, vzduch, oheň, či živých zložiek- živé alebo odumreté telá rastlín a živočíchov, trus, hnilobné baktérie a i. Existuje rovnako niekoľko druhov pôdy, čo si však bližšie rozoberieme v nasledujúcich číslach. Na obrázku môžeme vidieť prierez pôdnymi horizontmi.

**Hydrosféra-** voda, vodný obal Zeme. Ide o vodstvo, buď na povrchu, alebo pod povrchom Zeme. Dve tretiny zemského povrchu zaberá práve voda. Objem zemských vôd je približne 1 385 mld. km<sup>3</sup>- proste veľa. Najviac vody však nájdeme v moriach a oceánoch - až 96,54 %. Zvyšok pripadá na rieky, jazerá, umelé nádrže, podzemnú vodu, vodné pary, vodu v živých organizmoch a ľadovce. Graf nám ukazuje pomer pôdy a vody na Zemi.

**Litosféra-** zemská kôra a najvrchnejšia časť zemského plášťa. Litosféra je tvorená viacerými platňami (pozri obrázok), ktoré sú v pohybe a práve ten pohyb spôsobuje chvenie zeme známe ako zemetrasenie; zemetrasenie pod morom vyvoláva vlny známe ako tsunami. Pohyb litosferických dosiek a ich narážanie do seba v dávnej minulosti je „zodpovedný“ za vznik niektorých pohorí, ako napr. Himaláje či Alpy.

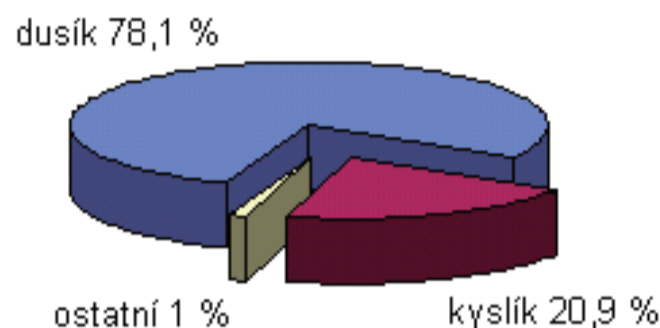
**Kryosféra-** ľad, ľadový obal Zeme. Označujeme tak časť Zeme trvalo pokrytú ľadom alebo snehom. Apropos oceánsky ľad na pólach, snehovú pokrývku v zimných mesiacoch, ľadové pokrývky vrcholov vysokých hôr, trvalo zamrznutú pôdu- napr. tundra a ľadovce. V poslednom období sme svedkami rapidného ubúdania práve tejto sféry, dôsledkom globálneho otepľovania alebo skleníkového efektu.



**Biosféra-** „živý“ obal Zeme. Oblasť Zeme, na ktorej sa nachádzajú živé organizmy. Pozostáva z ostatných častí Zeme práve na rozhraní: litosféry, pedosféry, hydrosféry a dolnej časti atmosféry (pozri obrázok). V minulosti bol termín biosféra používaný ako označenie pre súhrn všetkých organizmov na Zemi. Biosféra sa vyznačuje samoreguláciou, samoobnovovaním, obehom látok a tokom energie.

Dnešným článkom sme chceli urobiť istý úvod do témy živly a ukázať čitateľom, ako naša príroda funguje. Veríme, že sa nám to podarilo a vaše poznatky boli obohatené o množstvo zaujímavých informácií. Možno vám tento článok príde takpovediac „suchý“, v budúcnosti však prejdeme do praktického života a najbližšie si ukážeme, ako oheň môže byť dobrý sluha ale zlý pán.

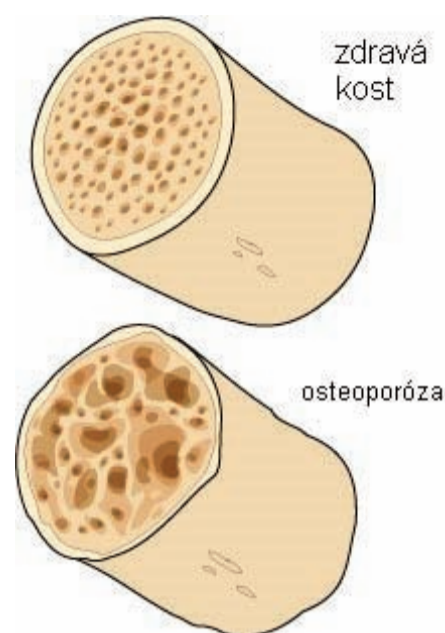
## Složení atmosféry do výšky 60 km od zemského povrchu



## NAŠE ZDRAVIE

### Osteoporóza ako tichý „zlodej“ kostí a jej prevencia

Osteoporóza (rednutie kostí) je ochorenie látkovej výmeny kostného tkaniva prejavujúce sa ubúdaním množstva kostnej hmoty a poruchami mikroarchitektúry kosti, ktoré vedú k oslabeniu pevnosti kosti, a tým aj k jej zvýšenej lámavosti. V populácii postihuje osteoporóza najmä staršie osoby a ženy v menopauze. Odhaduje sa, že približne každá tretia žena a približne každý šiesty muž vo veku nad 50 rokov sú ohrození rizikom osteoporotickej zlomeniny. Predstavuje to asi 6- 8% populácie. Osteoporóza je závažným ochorením najmä z hľadiska jej komplikácií. K najčastejším patria zlomeniny kosti predlaktia, stavcov chrbtice a horného konca ramennej a stehennej kosti. Najobávanejšou a najkomplikovanejšou zlomeninou je zlomenina krčka stehennej kosti.



#### Príčiny

Doteraz nebol odhalený jediný, a tým aj priamy faktor vyvolávajúci osteoporózu. Medzi rizikové faktory, ktoré ovplyvňuje riziko vzniku a rozvoja ochorenia patria:

- ženské pohlavie (hlavne ženy po menopauze- po prechode),
- nedostatok vápnika v potrave (nízka konzumácia vápnika- hlavne v podobe mliečnych výrobkov),
- nedostatok aktívneho pohybu,
- vyšší vek,
- nedostatok vitamínu D,
- poruchy hormonálnej činnosti, poruchy menštruácie,
- znížená hladina testosterónu u mužov,
- odstránenie vaječníkov,
- fajčenie,
- nadmerné pitie čiernej kávy a alkoholu,
- dlhodobé užívanie niektorých liekov- kortikoidy, antiepileptiká, hormóny štítnej žľazy.

#### Príznaky

Zvýšené odbúravanie kostného tkaniva sa navonok nijako neprejavuje. Bežne sa za rok stratí asi 1- 3% kosti, u zvlášť ohrozených osôb to býva nad 3%. Aby sa dosiahol určitý prah lámavosti, je potrebných aj niekoľko rokov. Osteoporóza sa teda neprejaví hneď na druhý deň po vynechaní menštruácie, ako sa to mnohé ženy domnievajú. Osteoporóza sa považuje za neskorý dôsledok menopauzy. Osteoporóza vo svojich začiatkoch nebolí! Človek preto býva náhle zaskočený až prvým prejavom osteoporózy- zlomeninou. Osteoporóza je považovaná za spoločensky najzávažnejšie ochorenie pohybového aparátu.

Bezpríznakové štádium sa niekedy spája s celkovou slabosťou a nechutenstvom. Pacient neskôr najčastejšie navštívi lekára pre bolesti v chrbte. Okrem bolesti (najčastejšie v chrbte, ktoré sa zhoršujú pohybom, zaťažením pri dlhšom státi alebo pri chôdzi po schodoch, pri zmene polohy z ľahu do sedu a podobne), dochádza k znižovaniu telesnej výšky a k väčšiemu zakriveniu chrbtice .



#### Prevencia

Osteoporóza je typickým ochorením, ktorému je treba predchádzať, pretože je to ochorenie, ktorého priebeh sa nedá úplne zvrátiť, keď sa už prejaví naplno. V prevencii je dôležitá úprava životosprávy spočívajúcej v správnom pomere fyzickej aktivity a odpočinku. Človek má v súčasnosti približne o dve tretiny menej pohybu ako pred 100 rokmi, hoci dedičná potreba telesnej záťaže človeka sa od doby kamennej nezmenila. Pravidelné cvičenie posilňuje svalstvo a pomáha udržiavať pevnosť kosti. Nečinnosťou slabnú nielen svaly, ale aj kosti. Veľký význam spočíva v pravidelnosti pohybovej aktivity s ohľadom na zdravotný stav a fyzickú kondíciu konkrétneho človeka. Najdôležitejšie je začať a vytvoriť si zvyk venovať sa nejakej pohybovej alebo športovej aktivite. Výber je široký a každý má možnosť vybrať si to, čo mu vyhovuje najviac (napr. rýchla chôdza, bicyklovanie, plávanie, atď.).

Ďalšou dôležitou súčasťou prevencie osteoporózy je vynechanie fajčenia a konzumácie alkoholu, nadmerného pitia čiernej kávy, pitia väčšieho množstva presladených farebných nápojov, a naopak zvýšenie príjmu potravín obsahujúcich vápnik (denná odporúčaná dávka predstavuje 800 - 1 200 mg kalcia). Ďalej je dôležitá celková správna skladba stravy so zachovaním správneho pomeru bielkovín (hlavne živočišných), tukov a cukrov pri dostatočnej expozícii slnečnému žiareniu (primerané opalovanie).



# UDALOSTI... ..nedávno minulé

## Lubelští ochotníci odohrali Nekontrolovateľného kontrolóra



25. december si v Lubeli snáď ani nevieme predstaviť bez divadelnej hry prezentovanej našimi ochotníkmi. Ani tento rok tomu nebolo inak. O obrovskom záujme o naše divadlo svedčí záujem divákov, keď ani doplnený počet miest na sedenie o stoličky zo základnej školy nepostačoval. Pre tento rok si herci Lubelského ochotníckeho divadla Kolomana Ondreja Urbana vybrali hru „Nekontrolovateľný kontrolór“, ktorá je úpravou „Revízora“ od N. V. Gogoľa. Napriek tomu, že originál hry bol predstavený divákom v roku 1836, je táto komédia nadčasovým zobrazením skorumpovanej spoločnosti, mocenskej deformácie ľudí a manipulácie. Pôvodnú hru na podmienky modernej doby upravil Peter Gustáv Hrbatý, ktorý ju aj režiroval.

Herci počas predstavenia prinášajú moderný pohľad na situáciu primátora (Erik Gemzický), jeho rodiny (manželka-Alena Nemcová a dcéra - Lucia

Kanderová) a iných predstaviteľov mesta (obecný zriadenec-Vincent Urban, náčelník polície- Peter Slavkovský, sudkyňa-Marika Nováková, primárka- Mária Ošková, vedúca pošty- Lenka Ošková, podnikateľka- Dana Ošková), keď sa dozvedia, že do mesta

má prísť kontrola. Na scéne sa však objaví Bartolomej Chlesták (Ján Durný) a neskôr aj jeho žena (Júlia Hrbatá), a všetko dostane iný spád... Diváci si môžu spoločne s hercami zaspievať „Kalinku“, „zajazdiť si“ na Ferrari alebo si nechať poplieť hlavu kontrolórovým šarmom... Ale ako sa hovorí, že aj „na psa príde mráz“, tak sa odhalí aj skutočná pravda o kontrolórovi. Herci, ako aj všetci, ktorí zabezpečujú technickú stránku divadelných predstavení, všetkých srdečne pozývajú na reprízy divadelnej hry

„Nekontrolovateľný kontrolór“, ktoré sú zverejnené na stránke <http://divadlo.lubela.imafex.sk>.



-mm-

## Do hory, do lesa valasi...



Každému z nás slová tejto vianočnej koledy počas sviatočných dní dotvárali atmosféru Vianoc v teple domova, v kruhu tých, s ktorými sme sa po celý rok chceli stretnúť pri spoločnom stole. Na Štefana (26.12.) sa pre „valachov“ z miestneho odboru Matice slovenskej v Lubeli a ich priateľov z TuristClubu tejto obce stal text tejto koledy natoľko inšpirujúcim, že zorganizovali 1. ročník Štefanského výstupu na vrch Viackov v severnom predhorí Nízkych Tatier. Pokus oslobodiť telo a dušu od stále viac konzumom poznačenej podstaty Vianoc sa vydaril nad očakávanie. Aj keď vianočnému lesu chýbala pompéznosť dekorácií farebného skla a svetiel, prírodný sneh vytváral originály, kvôli ktorým sa oplatilo opustiť teplo obývačky a vstúpiť do tejto zvláštnej galérie. Prehliadka jedinečnej prírodnej expozície sa niesla v duchu doby. Komické kovové a papierové symboly, ktoré bežne vymieňame za predmety nášho záujmu sa ukázali ako bezcenné. V strminách smrečín a horských lúk, kde ešte jedna či dve predchádzajúce generácie vartovali svoje salaše, ich potomkovia platili potom a sebazaprením. Húževnatosť pri prekonávaní skromnej snehovej nádielky a samých seba doviadla účastníkov podujatia po jeden a pol hodinovom výstupe na hrebeň. Práve tu, na Viackove matičiari už v lete, inštaláciou pamätnej tabule rodákom zúčastneným na protifašistickom odboji a založením vrcholovej knihy, položili základ spätosti občanov Lubele a priľahlých obcí s miestami, ktoré významne formovali ich minulosť a môžu, ba musia, aj v budúcnosti podmieňovať ich konanie a rozhodovanie tak, aby sa ani srdcom ani rukou nespreneverili rodnej hrude.

Je len málo z nás, ktorí si o rok či o viac dokážu spomenúť na to, čo videli na druhý sviatok vianočný na niektorej z bezpočetných televíznych staníc. Verím, že chuť opekannej slaniny a domácej klobásy z vianočnej pahreby, priateľská atmosféra pri výmene vianočných dobrôt prenikli do podstaty našej ľudskosti podstatne hlbšie ako mediálny brak, ktorého konzumu by sme sa nebyť tohto podujatia poväčšine venovali. Niet jediného z nás, ktorý si bez rozdielu, či v tento deň mal osem alebo šesťdesiat, nedokáže do konca svojej životnej cesty zapamätať majestátnosť chvíle, keď zimným poludním

zneli nad Liptovom tóny slovenskej hymny. A keď kedykoľvek v budúcnosti ústa každého z nás s pokorou budú spievať Tichú noc, jej text bude navždy spojený s privátnou videoprojekciou obrazov zasnežených jedlí, horských lúk a dedín roztrúsených okolo liptovského mora, tak ako ich je možné v tento posvätný čas vidieť len z Viackova.

-Ing. Stanislav Morong, PhD.-



### Volejbalový turnaj o pohár starostu obce



Dňa 27.12.2011 sa v telocvični Základnej školy v Lubeli od 10. do 17. hodiny konal vianočný „volejbalový turnaj o putovný pohár starostu obce Lubela.“ Turnaja sa zúčastnilo celkovo 44 súťažiacich. Z pomedzi nich sa vytvorilo 8 družstiev (Ružomberok - Žižaly, Partizánska Lupča, Lubela - Humený, Dúbravci, Liptovský Mikuláš, Lubela - Jeleňovci, Lubela - Karelavci a Mix tím), ktoré boli rozdelené do dvoch skupín. Do skupiny „A“ bolo podľa najvyšších preferencií ako prvé nasadené družstvo „Ružomberok - Žižaly“ a do skupiny „B“ bolo nasadené družstvo „Partizánska Lupča“, ktoré na tomto turnaji zvíťazilo minulý rok.



Ostatné tímy boli do skupín dolosované. Hralo sa systémom na dva vyhrané sety do 15 bodov. Z každej skupiny postupovali prvý dvaja, ktorí boli následne nasadený do pavúka o boj o medailové priečky.



Na prvom mieste sa umiestnil tím „Ružomberok - Žižaly“, druhé miesto obsadilo družstvo „Lubela Humený“ a tretie miesto patrilo minuloročným víťazom, družstvu „Partizánska Lupča“. Všetci bojovali a snažili sa podať, čo najlepší výkon, k čomu im pomáhala výborná priateľská atmosféra plná športových emócií, z ktorej si všetci zúčastnení odniesli veľa pekných zážitkov. Touto cestou by som chcel vysloviť poďakovanie pánovi starostovi PhDr. Milanovi Kubíkovi za sponzoring a

vychádzanie v ústrety v organizačných záležitostiach, pani riaditeľke ZŠ Mgr. Dane Vdovcovej za poskytnuté priestory a športové vybavenie a tiež Ing. Jánovi Karelavci za korektné rozhodovanie v zápasoch.

-Ing. Mário Humený-



### Vianoce 2011 aj v podobe jasličkovej pobožnosti a koledovania

Radosť z narodenia Pána Ježiša, ako aj zamyslenie nad významom jeho príchodu na tento svet prezentovali deti na Jasličkovej pobožnosti na Sviatok sv. Štefana v miestnej kaplnke. V programe pozostávajúcom z kombinácie vianočných piesní a kolied s výjavmi z Biblie a vinšmi účinkovali Vlado a Martin Cebecaverovci, Laura Bukovinská, Ivana Durná, Barbora a Dávid Dvorský (z Liptovských Kľačian), Helena Hollá, Jana Káziková, Michal Kubík, Tónko Kubík, Sofia Karmen Magerčiaková a Matúš Hrnčiar, ktorý sa na príprave programu podieľal aj režijne spoločne s pani učiteľkou Mgr. Martinou Žalúdekovou, a deti pri speve sprevádzal hrou na gitare.





Ku všetkým, ktorí účinkovali na Jasličkovej pobožnosti, sa pridali Lucia Dzurecová a Peter Mlynček (z Dúbravy) a spoločne sa zúčastnili vianočného koledovania v našej obci. 15 koledníkov tak v dňoch 27. a 28. decembra navštívilo asi 130 domov. Ich spev a vinše odmenili občania sladkosťami a ovocím, ako aj finančnými darmi. Koledníci počas tohtoročných sviatkov vyzbierali celkom 618,87 € a 160 Sk. Všetky vyzbierané financie budú odoslané na podporu práce Katolíckej cirkvi v Južnom Sudáne- podpora prevádzky základných a stredných škôl, podpora mladých ľudí, žien a rodín, ako aj poskytovanie zdravotnej starostlivosti. Koledovanie v našej obci

sa uskutočnilo ako súčasť 17. ročníka Dobrej noviny- koledovania detí vo vianočnom období, ktoré sa koná pod záštitou Hnutia kresťanských spoločenstiev detí- eRko. Všetkým, ktorí akýmkoľvek spôsobom koledníkom prispeli, patrí srdečné poďakovanie!



-mm-



## Majstrovstvá Liptova v stolnom tenise v Lubeli



druhého stupňa. V druhom stupni týchto systémom. Podľa predpokladov sa do boja o



najmä lepšie zvládnuté koncovky setov. Tretie miesto získali porazení semifinalisti Jaroslav Grajko/Pavel Ambrózy z Bobrovca a Róbert Bucha/Filip Vilga z klubov Biely Potok a SCP Ružomberok. Z domácich hráčov sa medzi poslednú 16-ku dostali dvojice Ladislav Kandra/Štefan Oravec a Mário Humený/Branislav Oravec. Na záver turnaja boli vyhlásené výsledky jednotlivých kategórií. Ich víťazom budú tento turnaj pripomínať poháre a ostatným medailistom diplomy. Zúčastnení hráči si pochvaľovali vysokú športovú úroveň turnaja ako aj jeho výbornú organizáciu, za čo patrí pochvala a poďakovanie všetkým organizátorom z domáceho Obecného stolnotenisového klubu.

V sobotu 7.1.2012 sa v telocvični ZŠ Lúbeľa uskutočnili Majstrovstvá Liptova v stolnom tenise jednotlivcov. Akciu usporiadal z poverenia okresného stolnotenisového zväzu domáci Obecný stolnotenisový klub Lúbeľa. Na podujatí sa zúčastnilo 51 hráčov z pätnástich klubov - ŠKST Ružomberok, SCP Ružomberok, KU Ružomberok, Černová, Biely Potok, Hrboltová, Bešeňová, Partizánska Lupča, Lúbeľa, Bobrovec, Liptovský Mikuláš, Vitalit Liptovský Hrádok, Závažná Poruba, Hybe a Východná. Podujatie otvoril starosta obce PhDr. Milan Kubík, ktorý vo svojom prejave privítal všetkých zúčastnených, poprial im veľa úspechov na športovom poli aj v osobnom živote a v týchto zápoleniach príjemný športový zážitok. Súťažilo sa v dvoch kategóriách - dvojhra a štvorhra mužov. V dvojhre mala súťaž dva stupne. V prvom stupni boli hráči rozdelení do 16-ich 3-4 členných skupín, z ktorých postúpili dvaja najlepší do

32 hráčov bojovalo ďalej KO systémom. Podľa predpokladov sa do boja o medaily prebojovali len hráči ŠKST Ružomberok, hrajúci prvú a druhú najvyššiu celoslovenskú súťaž. Víťazom a Majstrom Liptova na rok 2012 sa stal najvyššie nasadený hráč turnaja Michal Hodor, ktorý si vo finálovom zápase plnom krásnych výmen poradil s Mariánom Prochádzkom 3:1. O tretie miesto sa podelili porazení semifinalisti Róbert Blcha a Jozef Pilarčík. Z domácich hráčov si najlepšie počínal Mário Humený, ktorý sa ako jediný dostal medzi najlepšiu 16-ku. Vo štvorhre sa hralo priamo KO systémom a tu tiež dominovali spomínaní hráči. Majstrami Liptova na rok 2012 sa stala dvojica Marián Prochádzka /Róbert Blcha. Vo finále si vo vyrovnanom zápase poradili s dvojicou Michal Hodor / Jozef Pilarčík 3:1, keď o ich víťazstve rozhodli



-Branislav Oravec, predseda VV OSTK Liptovský Mikuláš, Ján Oško, predseda OSTK Lúbeľa-

## XVI. reprezentačný ples starostu obce - 4.2.2012



Dobrá nálada a veselá zábava opäť dominovali reprezentačnému plesu starostu obce Lubela. V poradí už 16. ročník plesu otvoril svojím príhovorom a spoločným prípitkom starosta obce PhDr. Milan Kubík. Potom už nasledoval prvý- starostovský tanec, ktorý predstavoval úvod skvelej tanečnej zábavy za hudobného sprievodu skupiny Nova. Súčasťou plesu bol aj kultúrny program v podobe „zmesi“ latinsko- amerických tancov, ale aj neplánované vstupy našich divadelných ochotníkov. Ani tentoraz nechýbala tombola a účastníci plesu sa mohli



tešiť z 26 cien. Po prestávke určenej na losovanie tomboly sa tanečný parket počas hudobných kôl opäť zapíňal účastníkmi plesu rôznych vekových kategórií, ktorí sa zabávali až do skorých ranných hodín.



-mm-

## Tradične netradičné pochovávanie basy



Obec Lubela si vie vážiť tradície. Jednou z nich je aj pochovávanie basy, ktoré pre občanov našej obce pripravujú Lubelskí ochotníci. Nebolo tomu inak ani tento rok. Utorok pred popolcovou stredou- 21. februára 2012 v Kultúrnom dome ansambel Lubelského ochotníckeho divadla Kolomana Ondreja Urbana predviedol netradičné pochovávanie basy.

Prečo netradičné? Pretože pochovávanie basy v podaní miestnych ochotníkov môžeme považovať za, takpovediac, autorské divadlo v réžii Petra G. Hrbatého. Ak by ste očakávali iba pohreb, odobierky či ľudovú



hudbu, tak by ste boli prekvapení. Áno, aj zástancovia „starého“ pochovávania basy si prišli na svoje, avšak hneď po pohrebe sa nielen na javisku „roztočil kolotoč“ s vyšetrovateľmi z celého sveta. Videli sme Derricka, majora Zemana, komisára Rexa, Dempseyho a Makepeacovú.



Nechýbal ani Sherlock Holmes či Hercules Poirot. Taktiež medzi divákov zavítali aj Horácio Cain či Jessica Fletcherová. Veľká smola bola, že strážmajstrovi Krišotovi zrušili let, napriek tomu však bol s nami prostredníctvom telefonického spojenia. Na záver sa k celému prípadu „vraždy“ basy Estery vyjadril aj prezident Dobrovoľného policajného zboru Spišoslav Jarjak. No svetlo do všetkého vniesol až starosta obce Milan Kubík: „Keby si boli vyšetrovatelia spomenuli skôr na starostu, tak sme to mohli uzatvoriť hneď na začiatku a nemuseli sme tu zbytočne sedieť...“. Napokon občanov Lubele pozdravil aj poslanec Žilinského VÚC Milan Frič.



No svetlo do všetkého vniesol až starosta obce Milan Kubík: „Keby si boli vyšetrovatelia spomenuli skôr na starostu, tak sme to mohli uzatvoriť hneď na začiatku a nemuseli sme tu zbytočne sedieť...“. Napokon občanov Lubele pozdravil aj poslanec Žilinského VÚC Milan Frič.



Tradične netradičné pochovávanie basy, má svoje miesto medzi aktivitami v obci. Svedčí o tom aj účasť, keďže na predstavenie prišlo približne 270 ľudí. Na záver môžeme konštatovať, že sa ochotníkom podarilo basu, ak nie pochovať, tak aspoň dôstojne sa s ňou na 40 dní rozlúčiť. Veríme, že diváci sú zvedaví, čo si pre nich divadelníci pripravujú o rok. My sme taktiež zvedaví, no nechajme sa prekvapiť...

-pgh-



## Veľkonočná burza a víťanie jari



Ani typické prvoaprílové počasie pripomínajúce skôr idylickú zimu nebránilo na Kvetnú nedeľu tomu, aby sa v Kultúrnom dome v Lubeli víťala jar. Najprv sa od 14,00 hod. predstavili deti z tunajšej Základnej školy s materskou školou, ktoré mali pripravené pásmo o zvykoch spojených s víťaním jari v minulosti. Oblečené v krojoch ponúkli spev, tanec a hovorené slovo o Morene, ktorej spálením a hodením do potoka sa kedysi aj v našej obci ľudia lúčili s chladnými zimnými dňami a víťali jar. Po ukončení kultúrneho programu, ktoré s deťmi nacvičili pedagógovia tunajšej školy, nasledovala veľkonočná burza, na ktorej si návštevníci mohli zakúpiť rôzne veľkonočné dekorácie a pochutnať si na zákusoch. Podujatie zorganizovala Základná škola s materskou školou a Miestny odbor Matice slovenskej v Lubeli. Všetkým účinkujúcim a pedagógom, ktorí sa na programe podieľali, ale najmä hlavnej

organizátorke Mgr. Anne Karelovej, v závere poďakoval Ing. Erik Gemzický, PhD., zástupca starostu obce. Všetci zúčastnení určite súhlasili aj s jeho práním, aby toto podujatie malo svoju tradíciu a pokračovalo aj v budúcich rokoch, lebo na ľudové zvyky našich predkov nesmieme zabúdať.

-mm-



## ZO ŽIVOTA ŠKOLSKÉHO KLUBU DETÍ

Školský klub detí (ŠKD) je výchovno-vzdelávacie zariadenie pre deti 1. až 9. ročníka základnej školy. V školskom roku 2011/2012 ŠKD pri Základnej škole s materskou školou v Lubeli navštevuje 44 detí 1. až 4. ročníka. S deťmi pracujú 2 vychovávateľky, a to Mgr. Anna Karelová a Bc. Eva Jančiová. Prevádzka zariadenia je denne od 11,20 hod. do 15,00 hod.

### ŠKD zabezpečuje:

- relaxačné, rekreačné a oddychové činnosti,
- záujmové činnosti (anglický jazyk, výtvarné, pracovno-technické, športové aktivity a počítačové zručnosti),
- prípravu na vyučovanie (vypracovanie domácich úloh, docvičenie a precvičovanie učiva).

Uvedené činnosti sú rozpracované vo Výchovno-vzdelávacom programe ŠKD Kamarát a konkrétne podľa mesiacov tiež v ročnom pláne činnosti.

**Cieľom ŠKD** je ponúknuť deťom spôsoby správneho využívania voľného času. Dať im možnosť spoznávať nové činnosti a aktivity, ktoré sa časom môžu stať ich trvalým koníčkom. Deti vedené k správne mu využívaniu voľného času si v dospelosti dokážu správne a plnohodnotne vyplniť svoj voľný čas, a tak predísť rôznym zlyhaniam, drogovým a iným závislostiam. ŠKD v nemalej miere prispieva k rozvoju socializácie dieťaťa. Vo voľne riadených činnostiach sa dieťa stretáva s rovesníkmi i staršími deťmi. Učí sa vyjadrovať svoje názory, nápady, ktoré má možnosť presadiť. Vyhľadáva kamarátstva, hľadá si svoj status v skupine. Formuje

sa jeho sebauvedomovanie a sebahodnotenie, vôľové a charakterové vlastnosti a zdravé sebavedomie. Završením procesu socializácie je v dospelosti správna komunikácia a interakcia s okolím, na pracovisku, v partnerskom a rodinnom živote. ŠKD má nezastupiteľné miesto v systéme výchovy a vzdelávania. Dieťaťu prináša nenahraditeľnú možnosť všestranného rozvoja a pre rodičov možnosť spokojne sa venovať zamestnaniu s pocitom, že o jeho dieťa je dobre postarané. O uskutočnených podujatiach ŠKD boli čitatelia novín informovaní v predchádzajúcich číslach Lubelských novín a tiež na internetovej stránke školy a obce.

**A čo nás do konca školského roka 2011/2012 ešte čaká?** Pripraviť napríklad 2. ročník súťaže ŠKD v halovom futbale, pozdravy pre obyvateľov obce k Veľkej noci a Dňu matiek, zábavné popoludnie k MDD, návšteva galérie a 2.ročník detského letného tábora Kalokagatia v júli. V mene detí ŠKD ďakujem za pomoc a spoluprácu rodičom, vedeniu obce Lubeľa, vedeniu školy, spoločenským organizáciám v obci, sponzorom z Lubele a Liptovského Mikuláša, ktorí nám pomáhajú zlepšiť a spestriť pobyt detí v ŠKD.

-Mgr. Anna Karelová-

**Obecný stolnotenisový klub (OSTK) Lubeľa** mal v súťažnom ročníku 2011/2012 zastúpenie v štyroch rôznych súťažiach. Družstvo OSTK „A“ hralo 4. ligu krajskej súťaže Žilina - východ. Celkovo obsadilo 11. (predposledné) miesto a pre nasledujúcu sezónu opúšťa túto súťaž. Družstvo OSTK „B“ hralo 5. ligu regiónu Ružomberok- Liptovský Mikuláš a celkovo obsadilo 11. (predposledné) miesto a v nasledujúcej sezóne bude hrať o súťaž nižšie. Družstvo OSTK „C“ hralo okresnú súťaž 6. ligu a umiestnilo sa na výbornom 2. mieste. Družstvo OSTK „D“ hralo 7. ligu okresnej súťaže a umiestnilo sa na konečnom 4. mieste.

Z pohľadu celej sezóny môžeme konštatovať, že vo všetkých súťažiach, ktoré naše družstvá hrali, došlo ku skvalitneniu jednotlivých súťaží a zvýšeniu ich náročnosti, nakoľko vyrastajú nové mladé talenty, a tým pádom sme niekedy nevedeli konkurovať kvalite súpera.

Môžeme však povedať, že všetky družstvá sa snažili urobiť všetko preto, aby dôstojne reprezentovali našu obec, aby sme obec dostali do povedomia aj v iných lokalitách Žilinského kraja s tým, že stolný tenis zohráva v našej obci svoju významnú úlohu.

Bc. Ján Oško  
predseda OSTK Lubeľa

## Chríb, Sihot', Sihôtka...

Naša dedina nie je bohatá na hmotné historické pamiatky. Avšak z pamäti vekov sa aj u nás, tak ako na celom Slovensku vynárajú slová, miestne pomenovania, ktoré majú pôvod v starej praslovančine. Keď sa niekedy po polovici prvého tisícročia po Kristovi začal presun starých Slovanov na územie dnešného Slovenska, priniesli títo so sebou aj svoj pôvodný praslovanský jazyk. Tento sa vývojom, stykom s odchádzajúcimi keltskými kmeňmi a nastupujúcimi germánskymi a maďarskými kmeňmi, ako aj následným pokresťančením menil, a to podľa jazykovedcov dosť výrazne. Našťastie sa zachovalo v jednotlivých slovanských jazykoch množstvo výrazov, ktoré aj v dnešnej dobe potvrdzujú vývoj jazyka a obohacujú náš miestopis. Na otázku čo je to Chríb, Sihot', Sihôtka, Seliská by sme snáď všetci vedeli odpovedať. Sú to miestne názvy pre ulice a časti chotára Lubele. No ale prečo práve **Chríb**? A tak sa dostávame k meritu veci. Chríb, tak ako ho všetci poznajú, je mierny vršok povyššie kultúrneho domu, na ktorom sa ešte pred pár desiatkami rokov v zime veselo sánkovalo. Proste vršok, mierna vyvýšenina. A to je presne to. Podľa jazykovedcov naši prapredkovia používali slovo chríb na označenie malého vršku, vyvýšeniny, terénneho zlomu. Na Slovensku sa zachovalo okolo sto takýchto a podobných pomenovaní. Takisto sa toto slovo zachovalo aj u ďalších slovanských národov. Česi majú chřiby, Slovinci hrib, Srbi hrib. No a u nás v Lubele máme tohto slovného dinosaura dokonca uprostred dediny. Buďme na to adekvátne hrdí. Podobnú tisícročnú históriu má aj chotárny názov **Seliská**. Pre tých, čo nevedia, je to juhozápadná časť Vrhája, pri moste cez cestu číslo osemnásť. Keď sa v týchto miestach ešte orávalo, nachádzali sa na čerstvých brázdach vynikajúce tzv. zemné orechy. Starí Slovania slovom selo, seliská označovali dve veci, a to zem, pozemok a taktiež hospodársky dvor, usadlosť. V ruštine je toto slovo dodnes dosť frekventované. Dá sa povedať, že tieto veci úzko súviseli a porovnanie tohto názvu s ďalšími podobnými pomenovaniami na území Slovenska ako Selce, Selečno, Selance a ich osídlením dáva predpoklad, že na mieste súčasných Selísk sa niekedy veľmi dávno nachádzala nejaká usadlosť alebo možno malá osada. Na miernej vyvýšenine, kde nehrozili povodne a voda bola pomerne blízko. **Sihot'** - toto slovo je najmä pre odrastené generácie chlapcov synonymom detských hier, stavania bunkrov, chytania rýb. Sihot' je ulica začínajúca pred bývalou kováčskou dielňou u Richalov a končiaca na Kline. Sihôtka, samota pod cestou do Mikuláša. Kedysi tam bol aj mlyn. Slovo sihot' pochádza taktiež zo staroslovančiny. Podľa súčasných jazykovedcov slovným spojením syg-ot pomenovávali naši predkovia niečo vlhké, mokré. A vieme si predstaviť, že neregulované potoky sa často vyliali a tieto územia si práve toto pomenovanie zaslúžili. O pôvode významu tohto slova sa však na sklonku existencie Uhorska odohrala medzi jazykovedcami aj menšia jazykovedná šarvátka. Maďari totiž podobným slovom siget rozumejú ostrov. A tak aj vysvetľovali, že toto slovo bolo prebraté z maďarčiny. A že vlastne naše sihote označujú ostrovčeky medzi jarkami, potokmi. Porovnávaním základu slova syg s ostatnými slovanskými jazykmi naši slovenskí jazykovedci jednoznačne dospeli k staroslovanskému pôvodu slova sihot'. A tak buďme hrdí a občas sa pristavme pri mieste s krásnym názvom Sihôtka, v okolí ktorej sa ešte aj v súčasnosti napriek necitlivému krajinárskemu a poľnohospodárskemu prístupu v močarínach nájdú na jar krásne žlté trsy žltohlavu európskeho, po lubelsky ľudovo lubozvučne lalia, pôvod názvu ktorej je tiež zaujímavý a môžeme si ho objasniť nabudúce.

-Ing. Ján Švec-