



V šľapajach Janky Guzovej Reportáž z MMM Zo základnej školy Z materskej školy Len nie Halloween

MS v stopách - po hodoch môže trochu bolieť brucho ☺



Po minuloročnom úspechu na Majstrovstvách Európy v stopách IPO FH sme spolu s Finou Sing-Sing Slovakia, za neoceniteľnej pomoci Ľuba Jačíšina z KK Drienov, vybojovali postup na Majstrovstvá sveta. Tohoročné Majstrovstvá sveta v stopách sa, za účasti 38. pretekárov z 22 krajín, konali v 1500 km vzdialenom dánskom prímorskom stredisku neďaleko mestečka Ebeltoft. S Evkou Panákovou, viacnásobnou majsterskou sveta v stopách, ktorá cestovala cez Čechy, sme sa stretli za Hamburgom a odtiaľ sme pokračovali do Ebeltoftu spoločne.

Ako sme pracovali v roku 2013

„Ak by mala matka neviem koľko vydarených detí a len jedno nevydarené, srdce ju bude bolieť práve pre to jedno. Odkedy je človek človekom, aj túto daň platí žena za svoje rodičovské povinnosti.“

Aj pre mňa je ťažké hodnotiť prácu v drienovskej organizácii Únie žien, lebo pozostáva z drobností a najviac mrzia tie veci, ktoré sa nepodaria. Lenže je užitočná, lebo keď sa obzriem, vidím, že kolektív 125 členiek dokáže vymyslieť aj urobiť veľa. Veď úprava domov, záhrad, balkónov, cintorína, skrášľovanie životného prostredia, výsadba kvetov je poväčšine práca žien. Dobré spolunažívanie v rodine, susedov - aj to patrí viac do ženskej kompetencie. To sú všeobecné záležitosti, ktoré ležia na ženských pleciah.

Spomeniem ale aj niekoľko konkrétnych akcií, ktoré sme za posledný rok organizovali ako členky Únie žien Slovenska. Za veľmi hodnotný považujem poznávací zájazd do Budapešti. Pre oživenie pripomeniem kúpanie v Tiszaújvárosi.

Mnoho času sme venovali príprave 4. ročníka „Popoludnia s Jankou Guzovou“. Vynaložili sme veľké úsilie, ale pri dobrej spolupráci niekoľkých zložiek sa dá všetko zvládnuť. Obecný úrad sa postaral o technické záležitosti, ženy o zabezpečenie účasti folklórnych skupín, vyhľadávanie a oslovenie sponzorov, propagáciu a realizáciu podujatia a nacvičenie nového repertoáru piesní do programu.

Bez mužov nie je možné všetko zvládnuť. Chceme sa poďakovať Imrichovi Paločkovi s kolektívom, Michalovi Jurekovi s kolektívom. Za krásne oživujúce kvety pani Marte Illiášovej, za staré ručníky, plachty a pokrovcy, ktoré sme použili ako dekorácie, Marienke Sokolovej, Helenke Čitbajovej a celému kolektívu za prípravu telocvične, vedeniu

Centrum celého preteku bolo vo veľmi slušne vybavenom športovom stredisku Fugloo center, v ktorom boli ubytovaní takmer všetci pretekári. Hneď po ubytovaní nám organizátorka, pani Vivi Gilsager, ukázala naše tréningové terény. Neváhali sme a hneď sme si zatrénovali. Stopy sme si položili pod veternou turbínou. Po troch hodinách sme ich chceli vypracovať, ale plány nám prekázala miestna polícia, ktorá nás hodinu vyšetrovala, lebo terén bol na súkromnom pozemku a niekto nás nahlásil ako „veľmi podozrivú skupinu“. Keď sa po hodine všetko vysvetlilo, zatrénovali si naši chlpatí priatelia (pochopiteľne, myslím viacnásobného majstra sveta v stopách, nemeckého ovčička Tiko Betkin dvor a moju sučku Finu) na viac ako štyri hodiny starých stopách.

Ako prví štartovali na MS Evka s Atosom (Tiko Betkin dvor). Ráno bolo chladné, mrholivé a veterné. Najmizernejšie počasie na majstrovstvách sveta. Po výdatných raňajkách sa pretekári rozišli na terény. Evka so svojím Atosom nezaváhala a na ťažkom a dlhom teréne vybojovali veľmi slušných 91 bodov (zo 100 možných). V piatok popoludní prišiel rad na mňa s Finou Sing-Sing Slovakia. Nezvädli sme kríženie (narušenie stopy) a dostali sme 40 bodov. V sobotu predviedli Evka s Atosom na veľmi riedkej ozimine svoje majstrovstvo. Srnky a zajace pobejúce počas preteku blízko stopujúceho psa nie sú ani u nás ničím nezvyčajným, ale parohatý a nahnevaný divák-srneč v tridsaťmetrovej vzdialenosti, pozorne sledujúci výkon psa, to sa len tak často nevidí. Atos srnca ignoroval a stopu vypracoval za 96 bodov. V nedeľu sme spolu s Finou pokazili druhé kríženie a dostali sme iba 42 bodov. V konečnom sčítaní v súťaži jednotlivcov obsadila Evka Panáková so 187 bodmi štvrtú priečku, ja s 82 bodmi dvadsiatu. Spolu sme vybojovali pre Slovensko v súťaži družstiev tretiu priečku.

Nech mi je dovolené využiť tento priestor na poďakovanie všetkým, ktorí nám pomáhali pri tréningoch. Aj keď je výkon na mojich prvých majstrovstvách sveta predovšetkým pre mňa sklamaním, neznechutil mi krásnu prácu so štvornohými kamarátmi.

Imro Varga, Kynologický klub Drienov

základnej školy za pochopenie.

Hlavnú zodpovednosť za prípravu a úspech podujatia niesli členky ženskej folklórnej skupiny pri Únii žien v Drienove. Patrí im veľké ĎAKUJEM(E) za ich hlasy, za tie večery, ktoré venovali zbieraniam a nácvičenie nových piesní.

Osobne sa chcem poďakovať nášmu harmonikárovi Filipovi Kriššovi, ktorý má s nami trpezlivosť a vynaložil veľa úsilia, aby nás popri škole a iných povinnostiach, mohol doprevádzať na harmonike.

Naše sólistky: Nemcová Marienka, Mitříková Emka, sólistky zo základnej školy a duo Nemcová - Fecko spestrili celé popoludnie svojimi krásnymi hlasmi.

Bez pomoci sponzorov by však nebolo možné pripraviť tak veľké podujatie pre také množstvo účinkujúcich. Vyjadrujem im náš obdiv a naše poďakovanie.

Popoludnie sa vydarilo, hostia ho hodnotili kladne. My však nemôžeme zaspáť na vavrínoch. Po tejto akcii sa už treba zamerať na prípravu ďalšieho ročníka. Z začať môžeme napríklad zbieraním piesní od staršej generácie.

28. októbra sa uskutočnilo stretnutie so seniormi, ktorí tohto roku oslavujú okrúhle jubileá pri príležitosti mesiaca októbra – Mesiaca úcty k starším. Akciu nám spestrili žiačikovia z materskej škôlky a sólistky speváckeho súboru Drienka. V novembri sa stretneme na členskej schôdzi, no a v decembri sa už môžeme tešiť na Mikulášske stretnutie a návštevu divadelného predstavenia v Prešove.

Predsedníčka ÚŽS Regina Sokolová

Stalo sa nestalo v Drienove

Miniaturky zo života

Veru neviem, ako by som sa ja dnes vysporiadala so situáciou, v akej sa pred mnohými rokmi ocitla moja babka.

Raz na konci leta, skoro ráno, neviem, či nemohla spať, či z iného dôvodu, vybrala sa na „zahumňe“. Bol to kúsok záhrady za humnom, keby niekto nerozumel. A tam – čo nevidí? Pod kríčkom viničiek si sedí známy drienovský lapaj a ako oberá, tak oberá.

- Človeče, ta ti tu čo robíš? Ta to tvojo vinički?

- No a čo mišlice, babo, že moje dzeci ňechcu viňički? – s úplným pokojom jej odpovedal „oberáč“.

Babku vtedy jeho odpoveď natoľko odrovnala, že síce s hundraním, ale vlastne bez boja nechala zlodēja postarať sa o jeho deti a odkráčala do domu.

Z pamätnej knihy obce Drienov

Strana 126, rok 1946

Nové stavby

V tomto roku bol v tun. obci postavený 1 dom a to si dal postaviť Jozef Petro. Stavbný materiál bolo ťažko zohnať.

Pracovné možnosti

Miestni robotníci našli prácu pri opravných prácach na žel. mostoch v Ličartovciach. Viac mladších robotníkov za prácou šlo do Čiech, kde nadenník denne mohol zarobiť do 300.- Kčs. U nás sa v tom čase platilo najviac 12,50 Kčs za jednu pracovnú hodinu.

Optovanie do SSSR

Ján Vaško, obyvateľ drienovský, ako ruský partizán, priviedol si z Ruska ženu, s ktorou žil na viac miestach našej republiky. Keď prišla doba, kedy každý mohol optovať do SSSR, menovaný taktiež prihlásil sa a začiatkom septembra 1946 na 4 vozoch tunajší povozníci odviezli menovaného s jeho majetkom na železničnú stanicu do Prešova, odkiaľ s transportom odišiel do SSSR.

Rok 1947

Studené, mrazivé počasie prechádza do nového roku. Je suchá zima, ktorá trvá aj vo februári. Na rieke Toryse je hrubý ľad. V prvej polovici marca začína odmáť. Ľad a sneh sa topil. Jarná povodeň bola by odniesla aj lávku (cez Torysu smerom na Ličartovce) ale občania ju vytiahli na breh. Robotníci ju pozdejšie položili poníže starého miesta. Začiatkom apríla boly menšie srážky, po ktorých nastalo suché počasie. Koncom apríla kvitli ovocné stromy. Máj je teplý bez srážok. To suché počasie pokračovalo aj cez jún, júl a august. Žatva bola veľmi smutná. Úroda obilia bola katastrofálna. Vo viac prípadoch sa nevrátilo ani obilie zasiat. Ďateliny (trebič) a sena vôbec nebolo. Slamy sa tak málo urodilo, že roľníci začali odpredávať dobytok, niektorí roľníci odpredali i polovicu z dobytky, aby to skromné množstvo krmiva vystačilo pre ponechaný dobytok. Úroda zemiakov a kukurice bola dobrá. Zemiakovú vňať roľníci povozili domov na krmu a stelivo. Aj suché listie z lesa vozili na stelivo. Jeseň bola suchá. Pre veľké suchu úroda jablák bola slabá a jablák malé. Koncom októbra začínajú prvé nočné mrazy. Sneh napadol 15. decembra, ktorý 25. decembra prílivom teplej vlny začal sa topiť. Také teplé počasie prechádza do nového roku.

Žiadosť

Ocú žiada občanov a tiež aj podnikateľov a firmy, aby sa v nadchádzajúcom zimnom období zodpovedne starali o čistotu chodníkov v súvislosti s odstraňovaním snehu a poľadovice pred svojimi nehnuteľnosťami. Táto povinnosť vyplýva všetkým vlastníkom, správcom alebo užívateľom príslušných nehnuteľností z §9 ods. 2 cestného zákona č. 135/1961 Zb. A zároveň žiadame majiteľov automobilov, aby svoje vozidlá parkovali mimo miestnych komunikácií a nebránili vykonávaniu zimnej údržby a tým predišli prípadným škodám.

Jeseň človeka

Človek je krásny nielen vtedy, keď má pružný krok.

Človek je krásny podľa múdrosti, čo sa mu zračí v oku, podľa vrások a bielych vlasov, podľa slov, keď ponára sa v hovore s deťmi do rokov, keď aj on bol mladý.

Človek je krásny vtedy, keď ho ľudia majú radi.

Mgr. Rastislav Pribula – OXCOM,
Kvetná 24, 082 04 Drienov,
tel. 0908 084 383, www.oxcom.sk



Počítače, notebooky, komponenty do počítačov, tlačiarne, spotrebný materiál do tlačiarní, komplet počítačový sortiment. Servis a opravy počítačov. Zhotovenie a prevádzka internetových stránok. Realizácia menších sietí. Ponúkame aj používané značkové počítače a príslušenstvo zo zahraničných bánk.

Spoločenská kronika

Medzi nami vítame nových občanov:

09. 10. Karolína Helena Kyjovská Osloboditeľov 58

K sobášu gratulujeme:

24. 10. Jakub Markovič Prešov
a Katarína Balogová Pod Dvorom 23

Navždy sme sa rozlúčili:

28. 09. Rudolf Kostúr, 78 r. Partizánska 21
16. 10. Mária Krakovská, 85 r. Mlynská 18
17. 10. Imrich Ferko, 59 r. Záhradná 31
27. 10. Milan Havrilla, 63 r. Lemešany

Gratulujeme najstarším občanom Drienova:

28. 01. Ján Štefaňák st., 99 r. Kvetná 49
10. 03. Mária Valková, 93 r. Jarná 9
06. 05. Jozef Kušník, 97 r. Revolučná 11
23. 05. Mária Turociová, 90 r. Žižkova 80
27. 05. Helena Semančíková, 95 r. Osloboditeľov 71
22. 06. Verona Paločková, 90 r. Záhradná 62
01. 07. Margita Lazorová, 92 r. Mlynská 15
30. 07. Anna Kovalická, 92 r. Kvetná 8
25. 09. Anna Petrová, 94 r. Osloboditeľov 17

Bavíme sa s občasníkom

- Jošku, prišli vibrac prispievki na novu požiarnu zbrojnicu. Keľo jim mam dac?
- Ta daj jim štiri vedra vodi!

- Pišta, keľo raz som ci hutoreľ, že ňemaš kuric, bo ci to škodzi?! – rozčuľuje še ocec
- Afe, apo, šak sce mi hutoreľi, že v trecej klaše i vi kureľi.
- No hej, afe ja už mal osemnac roki!

Švekra še strimuje u mladich už paru tižne a raz večar še pita žeca:

- ňemace ešče dajaku knižku, co som ňečitala?
- Mame, mamu, cestovni poriadek!

Janko vičita Palkovi:

- Šak sme še dohodľi, že polovička borovički moja, a ti ši bez oči vipil calu flašku!

- A co som mal robic, ket moja bula tota spodňa polovička?

Znace, pričina šickich vašich češkoscoch je paľenka! – hutori dochtor Jožovi
Óch, ta ja vam bars šumňe dzekujem, pan dochtor, doteraz šicke zvaľovali vinu ľem na mňe!!

- Bul bi ši radši glupi, či lisi?
- Ta radši glupi.
- Preco?
- Bo to tak nebije do oči.

- S čím karmiš totu šviňu?
- Preco ce to zaujima?
- I ja bi chcela bic taka chuda.

Príde blondínka do nemeckého obchodu a pýta si batérie. Predavač sa jej spýta: Wie bitte!
Blondínka na to: Nie ti hlupák, nabité!

- Vieš ako sa volá najlepšia svokra na svete?
- Nie.
- V podstate je to jedno, len nech to má vytesané do kameňa...

Na zamyslenie

Veľakrát som oľutoval svoje slová, ale nikdy som nelutoval svoje mlčanie.

Marcus Aurelius

V šľapajach Janky Guzovej

“Spev je moja láska. Kolkokrát mi dušu otriasa, hreje i rozochvievá celú citovú škálu, zapaluje srdce, vlieva žiaru do očí a vyvoláva slzy vzrušenia. Neraz mám pocit, že ma celú spaľuje, unáša do čarovného sveta krásy, kdesi nad oblaky. V tej chvíli som ozaj šťastná.”



Týmto slovami známej speváčky ľudových piesní, ktorá v rokoch druhej svetovej vojny učila v štátnej škole v Drienove bol posledný septembrovú nedeľu otvorený štvrtý ročník folklórneho podujatia „Popoludnie s Jankou Guzovou“.

Podobné pocity ako Janka Guzová musia pri kontakte s ľudovou piesňou pociťovať aj tí, ktorí sa vystriedali na javisku počas viac ako dvojhodinového programu. Kladná energia, ktorú vyžarovali účinkujúci sa prenášala na publikum, ktoré vďačne reagovalo bezprostredne po jednotlivých vystúpeniach, aj po ukončení podujatia.

Kto nám to teda doniesol kus príjemnej pohody a radosti?

Hneď po troch piesňach z dedičstva po Janke Guzovej, ktoré nádherne zaspievala Mária Nemcová, vystúpili deti zo základnej školy – malá Drienka. Je pravda, že mali na nácvik málo času, napriek tomu si vytancovali a vyspievali srdečný potlesk. Hlavne spevom, ktorý je doméno podujatia, nás veľmi potešili. Za sólistky, ani za celý zbor, by sa nezahabil žiadny folklórny súbor.

A potom sa už rad za radom predstavovali pozvané súbory a sólisti,

všetci za výdatnej pomoci svojich harmonikárov. Ženská spevácka skupina Petroviančan, naša malá sólistka Emka Mitriková s hláskom ako slávik, ženy a chlapi z folklórnej skupiny Jazero z Rožkovian, sólistka Eva Hrabková z Hanisky, neodolateľný spevák a heligonkár Danko Falat z Kostoľan, naše duo Mária Nemcová a Ján Fecko, ženská spevácka skupina (veľká) Drienka a na záver dievčenská spevácka skupina z Prakoviec a folklórna skupina Kliperčan zo Žakaroviec, obe za sprievodu cimbalovej hudby Prakovčan.

Bolo by zbytočné vyzdvihovať niektorých z nich, pretože to nebola súťaž. Tým pádom všetky vystúpenia boli uvoľnené a úprimné. Myslím, že to ocenilo aj publikum, aj keď si iste každý v duchu našiel toho svojho účinkujúceho.

Vedúca drienovskej folklórnej skupiny, pani Regína Sokolová, sa už na inom mieste v tomto občasníku poďakovala tým, ktorí sa rôznym spôsobom pričinili o tento folklórny sviatok. Nesmieme však zabudnúť menovite spomenúť sponzorov, bez prispenia ktorých by sa drienovský festival východniarskej piesne asi nemohol uskutočniť.

Sú to:

Obecný úrad Drienov

OPAL AGRO SLOVAKIA, s.r.o., Vrbové

Zemiakareň – Ján Komar Drienov

JUDr. Jozef Vaško Košice

PALIVÁ A STAVEBNINY, a.s., Košice – doc. Svoboda

Štefan Holod Drienov

Bar KORIDA Drienov – JUDr. Miloš Kazimír

Jozef Guľaš Drienov

Ing. Viliam Sabol Lemešany

Podnik služieb Hubošovce – Jozef Guman

EKOMONT Drienov – Ing. Derdaková

Pekáreň Teriakovce – pán Juraško

Jozef Sabol Drienov

MOLDOM Moldava nad Bodvou – Ing. Iveta Gimerská

Nemec a spol. Drienov

TVOJA DOBA, s.r.o., páni Fecko a Cvik

EVKOS Drienov – pán Kakalec

BALFER, s.r.o., Drienov – pán Ferko

COOP JEDNOTA Drienov

POTRAVINY Drienov – pani Daňková

Marek Golodžej Drienov

Kaderníctvo Drienov – pani Janičová

Kvetinárstvo NASARIA Drienov – pán Ján Korem

Peter Korem Drienov

Michal Porvažník Drienov

Reportáž nášho rodáka z jubilejného ročníka MMM

Príprave na tohtoročný jubilejný 90. ročník MMM som venoval podstatne viac času a úsilia. Moja týždenná „dávka“ sa zvýšila na 120-130 km, takže za posledné mesiace som mal nabehaných 500 km mesačne (tréningy + preteky, na ktorých mi išlo hlavne o tempovú vytrvalosť -uvidíme, ako sa to prejaví...).

Deň pred štartom sa konala prezentácia a poobede Pasta party-stretávanie sa so spolubežcami, známymi, kamarátmi – je to jedno, či je to špičkový pretekár alebo radový bežec, všetci sme jedna veľká bežecká maratónska rodina. A to nielen pred MMM, ale aj pred hocikým iným pretekcom.

V deň „D“, deň štartu si treba privstať, lebo človek sa potom nemá šancu dostať autom ku krytej plavárni, kde sú už každoročne šatne pre pretekárov. Krásne počasie prilákalo do mesta veľké množstvo divákov, ktorí obklopovali už priestory štartu od Námestia osloboditeľov, aby si zabezpečili, čo najvýhodnejšie miesto. Veď na samotnú 42 195 m dlhú maratónsku trať sa nás postavilo vyše 1700 bežcov a bežkyň, spolu vo všetkých kategóriách bolo vyše 9500 účastníkov.

Po odštartovaní to bol nádherný pohľad na ten dav pretekárov, ako sa postupne rozhybal a rovnako krásny bol pohľad na obidve strany na ten obrovský dav povzbudzujúcich divákov. Nemenej srdečné bolo povzbudzovanie pozdĺž celej trasy. Ja osobne, keď som bežal, som nezaregistroval miesto, kde by okolo nestáli a nepovzbudzovali nejakí ľudia. A to si bežec najviac cení.

Keď prichádza 35. km, začínaš mať pocit, že to už stačí, že máš toho dosť a podobne, ale po každom povzbudení okolostojacich divákov, človek pookreje, prejde na iné myšlienky a predsa len pokračuje ďalej. Veď to robíme aj pre tých ľudí, ktorí sa prídu do Košíc pozrieť na takéto podujatie. MMM už ku Košiciam jednoducho neodmysliteľne patrí.

Tento rok som ja mal krízu na 37. až 38. km, kedy som musel riadne spomaliť. Pri obrátke na 1/2 to ešte vyzeralo nádejne, že konečne po dlhšom čase by som mohol ísť pod 4 hodiny, ešte na 30. aj 35. km to

vyzeralo pomerne sľubne, no ale spomínaný 37. km ma presvedčil o tom, že svoj predpoklad a plán s pokorením 4 hodinovej hranice sa mi nepodarí naplniť.

Po prebehnutí 38. km sa mi začalo behať v pohode a práve pri prebehovaní posledných km som aj ja ocenil úžasné povzbudzovanie okolia. Vtedy nejako zabudneš, že máš už toho dosť a snažíš sa zo svojho tela dostať skrytú energiu a podvedome zrýchľuješ.

Príde 42. km a zbokou príbehne k tebe 7 ročný vnuk, uchytí ťa za ruku a povie: Dedko, dobehneme do cieľa spolu! To bol môj najkrajší zážitok a dojem z tohtoročného MMM, ktorý bol mojím v poradí 63. maratónom a 21. košickým maratónom.

Milan Hajduk

Športový doplnok

Odkedy pán Bardák „zavesil na klinec“ svoju dlhodobú činnosť pre futbalový život v obci, nemáme pravidelného a ochotného (a hlavne dobre informovaného) prispievateľa do športovej rubriky. Občasník potom chýba taká klasická športová strana. Ochotne nám nepravidelne prispievajú šachisti, strelci, holubári ... a to je tak asi všetko. Sme radi, že po jarnom príspevku sa nám ozval náš maratónec so zaujímavým príspevkom z Medzinárodného maratónu mieru. Čo by sme mohli urobiť my pre neho? Má taký zaujímavý a prítlačlivý sen. Zabehnúť si v rodnej obci súťažne takých desať kilometrov. Napríklad z Drienova do Šarišských Bohdanoviec a späť. Možno by sa z toho mohla stať aj tradícia. Pokiaľ viem, zo susedných obcí sa takto beháva v Budimíre. Bolo by treba ochotné ruky a čas miestnych pomocníkov – organizátorov, pomoc policajtov, peniažky od OcÚ a sponzorov a ďalších tisíc drobností. Nepouvažujeme o takomto športovom čine? Alebo popýtame o pomoc Vila...?

Mgr. Peter Illiáš

Z Materskej školy v Drienove

JESEŇ K NÁM ZAVÍTALA

Pani jeseň

*Už je jeseň, lístie padá, potom lístí behám rada.
Zbieram sladké plody, v zime budú do pohody.
Aj zvieratká ako my, chystajú si do zásoby.*

Jeseň už prelietla po chotári, stromy obliekla do pestrých šiat, ukázala nám svoju tvár v podobe posledných teplých lúčov, ale predstavila sa nám i v podobe chladných rán s kvapkami dažďa.

Aj v našej materskej škole sme privítali jeseň, na ktorú sa tešíme všetci. Deti vo svojich triedach sa na privítanie pani Jesene pripravovali naozaj svedomito. Rozprávali sa s pani učiteľkami o jeseň, jesennom počasi o jesenných prácach o jesenných plodoch. Poznatky a vedomosti zbierali hlavne na pobyte vonku, vychádzkach. Naučili sa básničky, pesničky o jeseň. Jesenná atmosféra vládne v celej škole. Jesenná výzdoba pripomína rodičom, deťom, ale aj návštevam, že jeseň je tu a tá sa razom premenila na jednu jesennú náheru.

Vychádzky v jeseň majú svoje čaro, deti opisujú ročné obdobie, pozorujú čo sa deje v prírode, prácu ľudí v záhradách, zrejúce ovocie, zeleninu, ich zber, zbierajú do košíka jablčka, gaštany, žalude, spadnuté farebné listy, ale aj prípravu pôdy na jar.

Čarovanie z farbami – Kto bez štetca, bez farieb zafarbí nám celý les? Deti na základe pozorovania a zážitkového učenia využívajú tieto poznatky aj vo výtvarnej, pracovnej výchove a rôznymi výtvarmi o jeseň zhotovujú krásne práce, ktorými sa môžu pochváliť na výstavke v šatni MŠ. Pesničkami, básničkami o jeseň bolo popretkávané toto krásne ročné obdobie aj v našej Materskej škole.

Anna Hnatová

OKTÓBER - mesiac úcty k starším

MOTTO: „Starí rodičia sú ako poklad, ktorý máme pri sebe, keď ostatní nemajú čas.“ Nie všetci starí rodičia majú možnosť byť so svojimi vnúčatami. Ale i keď sú ďaleko, vnúčatá vedia, že ich babka a dedko ľúbia a majú vo svojich srdiečkách.

A je tu október. Pre niekoho znamená radosť z posledných slnečných dní, niekomu je ľúto, že začína zima, ale okrem toho všetkého vieme, že október je aj mesiacom úcty k starším ľuďom. Úcta k starším by sa nemala dodržiavať nasilu z donútenia, ale z lásky k starším. Ved' kto by vedel rozprávať lepšie rozprávky ako starí rodičia. Ale toto ani zďaleka nie je všetko v čom sú starí rodičia výnimoční. Sú to ľudia z mimoriadne veľkými skúsenosťami, ktoré vedia rozprávať pomocou rozprávok, príbehov a sú v nich spomenuté aj všetky zážitky, ktorých v tej dobe bolo veľa. Deti pripravujú stretnutie spolu s p. učiteľkami pre babky a dedkov MŠ. Právom si zaslúžia pozornosť, úctu a poďakovanie za ich lásku, starostlivosť. Mnohí starí rodičia sa dennodenne podieľajú pri výchove svojich vnúčat a mnohokrát im nahrádzajú rodičov či kamarátov. Deti najlepšie vedia oceniť vašu lásku, pohladenie i vašu účasť pri spoločných hrách.

*Každý deň, babička zlatá, znova a vždy znova,
žiada sa mi povedať Ti tie najkrajšie slová, vyjadriť,
čo v srdci chovám, ako rád Ťa mám. Daj mi líčko –
miesto slov Ťa vrúcne pobožkám.*

*My sme veľká rodina,
mama, tato, dedko, taktiež babina.
Moja babka s dedkom
robia pre mňa všetko.*

Len nie Halloween!!!

Na Slovensku má úcta k mŕtvym, návšteva hrobov príbuzných v dňoch 1. a 2. novembra veľmi dávnu tradíciu, ktorá sa udržala dodnes. Veriaci a ostatní obyvatelia prichádzajú na cintoríny, aby zapálením sviečok či kahancov a položením kytíc a vencov k hrobom spomínali na svojich zosnulých.

Táto úcta aj na Slovensku vychádza z pradávnej slovanskej tradície jesenných pohanských sviatkov. Prichod duší zosnulých súvisel aj s blížiacou sa zimou. Bol rozšírený aj medzi obyvateľstvom keltského pôvodu, keď sa v noci z 31. októbra na 1. novembra druidi lúčili s letom patriacim bohyni života a vítali vládu kniežata smrti Samhaina (zo slova "Sam-fuin" – koniec leta), ktorý vládol zime. Kelti verili, že v túto noc, keď život (leto) odovzdáva žezlo vlády smrti (zime), prichádzajú mŕtvi na zem, aby si vybrali na jeden rok telo, v ktorom sa usadia. Zo strachu, že si vyberú práve ich vlastné, im prinášali rôzne obety. Verili tiež, že stena medzi svetom živých a mŕtvych je v túto noc taká tenká, že sa dá medzi nimi ľahko nadviazať kontakt. Aby si Kelti naklonili mŕtve duše, ale zároveň aj odohnali zlých duchov a démonov, nachystali im všelijaké dobroty a dary.

*Preto ich mám veľmi rád,
pomôžem im, toľko krát.
Dedko, babka, však som rád,
že môžem byť váš kamarát.*

Deti MŠ poďakovali za lásku, výchovu, trpezlivosť svojim starým rodičom na spoločnom stretnutí v MŠ. Starých čakalo vystúpenie detí, malé občerstvenie. Stretnutie sprevádzala príjemná, radostná atmosféra plná hudby, spevu a tanca.

Deti MŠ z príležitosti mesiaca úcty k starším pozdravili starých v Dome sociálnych služieb sv. Márie v Drienove a starých v Obecnom dome. Takouto formou sa tí najmenší chceli poďakovať všetkým starým, popriať im zdravie, pokoj v ich jeseň života.

Anna Hnatová

Simia



Naša materská škola starostlivo a veľmi pozorne plánuje a pripravuje svoj plán práce na celý školský rok. Snažíme sa, aby deti mali dostatok rôznorodých zážitkov, denne ich zabávame činnosťami, ktoré sú veselé a jednoduché. Zoznamujeme ich s okolitým svetom, ktorý je zdrojom mnohých šťastných spomienok na detstvo. Deti si myslia, že detské ihriska môžu byť iba vonku, my sme im zorganizovali návštevu iného ihriska ako majú možnosť navštevovať vo svojom okolí a ukázali sme im niečo nové zaujímavé: a to, kryté ihrisko „SIMIA“ v Prešove. Na deti čakalo množstvo atrakcií: skákačí vankúš, guľičková fontána, lezecké steny, megapreliezačky, precvičili si stavebné umenie s megakockami, športové ihrisko a množstvo nových hier, kde sa deti vyšantili do sýtosti. Po hodine a pol deti odchádzali domov s množstvom zážitkov, poznatkov z niečoho nového. Chcú sa tam určite ešte vrátiť, možno s p. učiteľkami, možno s mamkou, ockom, súrodencami. P. uč. boli s touto akciou spokojné, tešili sa, že naše deti aj keď máme problém s dopravou sa mohli zúčastniť takejto návštevy.

Anna Hnatová

Medzi kresťanmi sa tento sviatok rozšíril na začiatku 7. storočia, keď pápež Bonifác IV. v roku 610 premenil pôvodne antickú svätýňu Panteón v Ríme na kresťanský chrám. Zasvätil ho úcte Panne Márii a všetkých svätých mučeníkov. V roku 837 vyhlásil pápež Gregor IV., že pohanský sviatok Samhain (koniec leta) bude patriť aj v kresťanskej cirkvi mŕtvym. Tak sa z 1. novembra stal sviatok Všetkých svätých a nasledujúci deň bol vyhlásený za Deň všetkých duší. Neskôr, v 10. a 11. storočí, sa z tohto sviatku vyvinula aj Pamiatka zosnulých – Dušičky, ktorá pripadá na 2. novembra. Je dobre, že si spomíname na tých, čo už nie sú medzi nami. A že si pri tom pripomíname, že ani my tu nebudeme stále. Je to príležitosť myslieť nielen na tých, čo nosíme vo svojom srdci, ale je to aj čas, keď je dobré zamyslieť sa aj nad hlbším zmyslom ľudského života. Nad tým, čo má v našom každodennom naháňaní skutočný význam.

Takže - Sviatok zosnulých alebo ľudovo "Dušičky" sú podľa tradície spomienkou na zosnulých. Tento sviatok pripadá na 2. november, teda deň po sviatku Všetkých svätých. A trvajte na takomto pomenovaní a nie ... vid'. podpis článku.

Zo základnej školy v Drienove

EURÓPSKY DEŇ JAZYKOV 2013

Z iniciatívy Rady Európy, Štrasburg, sa Európsky deň jazykov oslavuje každoročne 26. septembra už od roku 2001. Jeho cieľom je podnieť 800 miliónov Európanov zo 47 členských štátov Rady Európy, aby sa bez ohľadu na vek, v školách aj mimo nich, učili viac jazykov. S presvedčením, že jazyková rozmanitosť je nástrojom na dosiahnutie väčšieho interkultúrneho porozumenia a kľúčovým prvkom bohatého kultúrneho dedičstva nášho kontinentu, Rada Európy podporuje mnohojazyčnosť v celej Európe. Tak ako viaceré školy v členských krajinách, aj naša základná škola si pripomína Európsky deň jazykov viacerými zaujímavými aktivitami už po tretí raz. Deň sa niesol v znamení hesla – Vitajte u nás! V znamení tohto hesla sme pripravili „jazykovú míľu“, po ktorej sme sa spoločne vydali na návštevu po európskych krajinách. Tie nás pozvali do svojich „workshopov“, aby nám predstavili základné informácie o svojej krajine, jej gastronomických špecialitách, národných osobnostiach či pozvali zapojiť sa do rôznych jazykových i neязыkových súťaží. Spoločne sa predstavilo 7 krajín – Česko, Maďarsko, Rakúsko, Veľká Británia, Francúzsko, Taliansko a Slovensko. Pozvaní návštevníci si vyrobili vlastné pasy, do ktorých získavali odtlačok medzinárodnej poznávacej značky jednotlivých krajín. Pri vstupe na územie jednotlivých národov používali návštevníci pozdravy v príslušných jazykoch ako identifikačné heslá. Hranice tradičných vyučovacích hodín sme zotrelí využívaním medzipredmetových vzťahov. Naše aktivity pokračovali výtvarným spracovaním etymologického slovníka prevzatých cudzích slov do slovenského jazyka. Naše spoločné dielo ostáva vhodným učebným materiálom pre potreby ďalšieho vzdelávania. Veríme, že sa k podobným aktivitám vrátíme i o rok. Informácie o našom jazykovom dni nájdete aj na oficiálnych stránkach aktivity: <http://edl.ecml.at/tabid/1772/EventID/7169/Default.aspx>, fotografickú dokumentáciu na školskej webovej stránke: www.zsdrienov.edupage.org.



žiaci lúpali, krájali cibuľu, kapustu, hobľovali a predhľadali sa jeden pred druhým tak ako minulý rok. Práca nám išla odruky. Nalúpali sme aj fazuľu a kukuricu, pri práci nám zaspievali naši Drienkári. Ďakujeme sponzorom: pánovi Jurekovi za výborné kapustníky a firme dodávajúcej zeleninu do tunajšej školskej jedálne, ktorá nám venovala dve vrecia kapusty. A či sa regionálne podujatie vydarilo, posúďte aj z reakcií ich účastníkov, hostí i detí. Takto hodnotili dospelí návštevníci: „Je fajn, že ľudové tradície takýmto spôsobom občas ožívajú, môže ich tak objavovať mladšia generácia. * Je to pre nás výnimočný deň, nielen pre naše vnúťatá. Ony spoznávajú niečo nové, my teraz spomíname na svoje detstvo a mladosť. * Teším sa, je to milé populudnie, stretla som tu svoje rovesníčky a spoločne sme spomínali. * Prišli sme ukázať remeslá, ktoré dnes, v čase počítačovej kultúry, upadajú do zabudnutia a sú prejavom veľkej šikovnosti a tvorivosti ľudí. * Som nadšená z podujatia tohto druhu. Tradície by iste nemali upadnúť do zabudnutia.“ A takéto boli zasa reakcie žiakov: „Nakladanie kapusty, páranie peria, pletenie, ale i vyšívanie sme si nielen vyskúšali, ale parádne užili. Horšie to bolo s upratovaním, a to najmä po páraní peria. * Chutné boli kapustníky, ale na dračku išli aj obyčajné surové kapustné listy. Takmer sme sa o ne pobili. * Už dávno som babke nepomohla s lúpaním fazule a kukurice, lebo sa mi to zdalo otravné a pritom je to super zábava. *

SPOTREBITEĽSKÁ VÝCHOVA V COOP JEDNOTE

Vyučovať, učiť a hlavne neteoretizovať, ale učiť pre reálny život, to sú ciele našej školy. Jedným z príkladov je aj vyučovanie spotrebiteľskej výchovy. Dňa 27. 9. 2013 sme sa na hodine spotrebiteľskej výchovy zúčastnili na exkurzii v supermarkete COOP Jednota v Drienove. Boli sme radi, že sme mohli spoznať zákulisie obchodu, ktorý všetci dosť často navštevujeme. Pani vedúca nás milo privítala a porozprávala nám, ako to v takom obchode funguje. Ako je to napríklad s tovarom po záruke, s akciami a ako sa vymieňajú fľaše od piva. Ukázala nám aj pracovňu a sklad so sladkosťami. Nakoniec sme si zahrali zábavnú hru. Mali sme „nakúpiť“ (napísať ceny) tovar do 10 eur. Našej skupine sa darilo a nakúpili sme presne za 10 eur. Vďaka pani vedúcej sme sa aj prakticky mohli oboznámiť s tým, čo sa učíme na hodinách. Bolo to pre nás zaujímavé spštenie vyučovania.

SVETOVÝ DEŇ ZVIERAT

Vziať si so sebou do školy svoje obľúbené plyšové zvieratko sa veru niekedy môže. V piatok 4. októbra prišli druháci na vyučovanie s hračkou, aby s jej pomocou svojim spolužiakom pripomenuli práva zvierat. Chodiac z triedy do triedy neúnavne prednášali prosby za všetky živé zvieratká sveta. Prosili o dobré zaobchádzanie s bezbrannými tvormi, za dostatok potravy, za lásku k živým tvorom. Pripomínali zodpovednosť za zvieratá, ktoré sme sa rozhodli chovať. Malí druháci poznajú svoje povinnosti a vedia ich aj pútavo pretlmočiť svojim spolužiakom. Početná skupina druhákov s plyšákmi v rukách a s nefalšovaným zaujatím pre ozaj správnu vec musela dostať každého. Ten, kto mal odvahu zapozerať sa do ich očí, ten predsa nemôže dať svoje zvieratko do útulku.

REGIONÁLNY DEŇ – JESEŇ NA VALALE

Folklor, ľudové obyčaje, piesne..., to sa teraz veľmi nenosí. Ale ak nepoznáme a nevážíme si minulosť, nevieme si „vychutnať“ ani prítomnosť. Slovenský folklor má svoje významné miesto v histórii národa. Pomocou piesní, tancov a ľudových zvykov nám naši predkovia odovzdávajú obrovské bohatstvo. November bol kedysi obdobím, keď bola úroda dávno v stodolách, pivnicach a začalo dlhé obdobie, kedy boli dni krátke a noci dlhé. Ľudia sa stretávali na priadkach, páračkách, kde sa rozprávalo veľa príbehov. Pri práci si rozprávali rozprávky, povesti, rôzne príhody a hádanky, aby práce lepšie ubiehala. My na našej škole sme pomocou zariadených učiteľov i niektorých starých rodičov priblížili toto dávno minulé obdobie podujatím Regionálny deň – jeseň na valale. Deti si vyskúšali páranie peria, háčkovanie, pletenie, vyšívanie, paličkovanie. Potrápili sa pri hrničarskom kruhu, ale najviac sa im páčila práca pri nakladaní kapusty do dvoch súdkov. Veľkí aj malí



Páčili sa nám pani učiteľky oblečené v krojoch z rôznych regiónov. * Vyskúšali sme si aj prácu na hrničarskom kruhu. Vyzeralo to tak zaujímavé, že len málokto vydržal bez toho, aby svoje ruky zaboril hlboko do hrničarskej hliny. * Popri práci sme sa aj rozprávali a vzájomne spoznávali. * Ani my sme sa v tradíciách nedali zahanbiť. Vystúpenie súboru Drienka malo tradične svoju podporu.“

BEZPEČNE NA CESTÁCH

Pod názvom bezpečne na cestách sa uskutočnilo praktické vyučovanie dopravnej výchovy so žiakmi 4. ročníka v spolupráci s miestnou políciou. Pre nepriaznivé počasie sa časť vyučovania realizovala na policajnej stanici, kde si žiaci zopakovali základné pravidlá bezpečnosti na cestách, dopravné značky. (pokračovanie na ďalšej strane)

Zo základnej školy v Drienove

BEZPEČNE NA CESTÁCH

(pokračovanie z predchádzajúcej strany) Získali aj nové poznatky a informácie o práci policajtov, vyskúšali si odoberanie odtlačkov z prstov či fúkajú do testovacieho prístroja na prítomnosť alkoholu. Neskôr, keď na chvíľu prestalo pršať, vyrazili aj do terénu. Spolu s príslušníkmi policajného zboru sledovali a kontrolovali dodržiavanie pravidiel cestnej premávky, podarilo sa rozdať aj zopár smajlíkov za dôsledné dodržiavanie pravidiel, ktoré sme si sami vyrobili.

LIENKA POMOCI

Zvyčajne v jeseni si viac všimame starších ľudí. Možno to robí počasie, možno mesiac október, ktorý je venovaný úcte starším. V tomto mesiaci zároveň prebieha už štvrtý ročník kampane STAROBA SA NÁS DOTÝKA, v rámci ktorej sme ani my nemohli a nechceli na našich starých zabudnúť. Starnutie je zákonitý, všeobecný jav, ktorému podliehajú všetky živé organizmy, teda aj my - ľudia. Je to nezvratný a postupný proces v našom živote. Aj úcta k starším ľuďom by mala byť prirodzenou súčasťou nášho života, mala by byť spontánna a nenásilná. Starší ľudia si ju zaslúžia, pretože vekom nadobudli rôzne skúsenosti, ktoré odovzdávajú nám, mladším. V jeden októbrový piatok si žiaci 1. st. našej školy už po druhýkrát pozvali starých rodičov, ale aj tých, ktorí už nemajú takých malých vnukov a sú členmi Klubu dôchodcov v Drienove, na malé športovo-spoločenské zápolenie v telocvični tunajšej školy. Sily sme si zmerali v disciplínach: beh, hod kriketovou loptičkou na cieľ, kop na futbalovú bránku, preťahovanie lanom. Tu sa snúbila rýchlosť a šikovnosť detí a múdrosť starých rodičov - skvelá príležitosť na budovanie krásnych vzťahov juniorov a seniorov. V závere nášho stretnutia deti darovali vlastnoručne vmaľované lienky starým rodičom a spoločne sme nakreslili 4 veľké lienky - symbol úcty k starším, k jeseni života. Toto krásne uctenie si šedin života bolo tak ako aj minulý rok odmenené sladkými dobrotami, ktoré napiekol člen Klubu dôchodcov v Drienove pán Jurek (pozrite aj školský fotoalbum Lienka pomoci). Naša Lienka pomoci sa týmto podujatím ale neskončila. Ani naše deti z Drienky, školského súboru, na našich starých nezabudli. V piatok 25. októbra navštívili Centrum sociálnych služieb sv. Márie v Drienove a starých rozveselili pásmom ľudových piesní a potešili vlastnoručne vyrobenými darčekom. Odchádzali sme s dobrým pocitom, že sme symbolicky v jeseni mohli spríjemniť jeseň života obyvateľom centra. Budúci týždeň sa na uliciach a v médiách stretnete aj s kampaňou a výzvou na podporu verejnej zbierky, ktorá podporuje rozvoj terénnych a ambulantných služieb pre odkázaných seniorov. V spolupráci so spoločnosťou Orange, a.s., bude súběžne s verejnou zbierkou na uliciach a prostredníctvom SMS prebiehať aj zbierka starých mobilov v predajniach. Za každý starý mobil, ktorý odovzdáme v predajni Orange získa Lienka pomoci 1 € do zbierky. Staré mobily môže v predajni Orange odovzdať iba ich zákazník a zbierka bude prebiehať od 1.10.2013 do 31.1.2014. Viac informácií o tejto zbierke nájdete tu: <http://www.orange.sk/onas/spolocenska-zodpovednost/stary-mobil-za-pomoc/>.

DRUHÁCI NA DIVADELNÝCH DOSKÁCH

Tretiacke cestovanie do Prešova na plavecký kurz využili aj druháci. Keďže plávať ešte všetci nevedia, vybrali sa do divadla. Milý pán sprievodca ich povodil celým zákulisím historickej budovy Divadla Jonáša Záborského v Prešove. Deti si mohli všetko vyskúšať, chodiť po javisku, hýbať rekvizitami, sedieť v ľubovoľnej divadelnej lóži a poprezeráť neskutočný labyrint chodieb a chodbičiek, schodísk i divadelných prepadiel. Dozvedeli sa mnohé nové slová z divadelnej reči, videli divadelných technikov pri práci. Najväčšie prekvapenie ich ale čakalo v novej budove divadla, kam ich obetavý pán sprievodca prepašoval. Dlhokánske chodby a obrovský priestor za javiskom museli prejsť tíško ako myšky, pretože na javisku sa skúšalo. V prítomnosti sedel skutočný pán režisér dávajúci pokyny technikom na javisku, ktoré vyzeralo celkom ako Londýn pred vyše sto rokov. Veľké kulisy si deti mohli prezrieť úplne zblízka, ba navyše ich technici previezli dookola na obrovskej točnici. Klub milovníkov divadla sa razom rozrástol o 25 nových členov. Ľuďom z DJZ ďakujeme, že sme si mohli prezrieť hneď dve divadlá naraz.

CEZPOLNÝ BEH

Aj v tomto školskom roku odštartoval športové súťaže cezpolný beh družstiev žiačok a žiakov základných škôl. Obvodné kolo sa konalo ako každý rok v Prešove, kde sa bežalo okolo rieky Torysy. Naši žiaci si počínali veľmi dobre. Dievčatá skončili na prvom mieste, ktoré ich posunulo do krajského kola v Starej Ľubovni. Chlapci skončili na peknom druhom mieste. Obe družstvá dostali za svoje výkony poháre a diplomy. Krajské kolo sa konalo 10. októbra pod Ľubovnianskym hradom. Na omnoho ťažšej trati podali dievčatá výkony na dne svojich

síl, no na popredné miesta to nestačilo. Za reprezentáciu školy našim bežcom Kristíne Semančíkovej, Šárke Jackovej, Katke Kufkovej a Stanovi Duckovi, Maťovi Remetovi a Stanovi Kostelníkovi ďakujeme a prajeme veľa športových úspechov.

PLAVECKÝ VÝCVIK

V treťom októbrovom týždni sa naši tretiaci zúčastnili na základnom plaveckom výcviku. Prvýkrát sa tento výcvik organizoval v Aquaparku Delňa, kde sme využívali plavecký bazén. Na výcvik sa prihlásilo 9 žiakov, ktorí si osvojili rôzne plavecké zručnosti, naučili sa plavecké spôsoby prsia a kraul. Prvý deň sa žiaci oboznámili s vodou a rôznymi hrami odbúravalí strach z nej. Voda bola výborná a deti sa každý deň veľmi tešili na plavecký tréning. Každý deň na konci vyučovacích hodín sa navyše zohriali vo vírivkách. Posledný deň každý žiak ukázal, čo sa naučil, za čo dostane mokré vysvedčenie. Plavecký výcvik v aquaparku bolo zjavne dobré rozhodnutie, pretože spokojní boli aj žiaci ostatných ročníkov, ktorí absolvovali v rámci sprievodných aktivít jeho návštevu.

SVETOVÝ DEŇ ZDRAVEJ VÝŽIVY

Celá kopa chlebičiek so zdravými nátierkami čakala na žiakov cez veľkú prestávku aj tento rok. Deti mali na výber tvarohovú a rybiacu. Tento rok však pribudli aj očka s pravým slivkovým lekvárom, ktorý nám venovali naši seniori (trošku sme im pomáhali miešať, keď ho varili). Na „smädnošov“ čakal medovo-citrónový čaj. Deň výživy sme si aj tento rok vychutnali, a to vďaka našej usilovnej pani vedúcej školskej jedálne, ktorá zdravé nátierky nachystala, a našim tetám, ktoré ich natierali. Naš pán Jurek nám aj napriek chudobnej včelárskej sezóne venoval med. Z celého srdca ďakujeme! A prečo to všetko? „16. októbra si pripomíname Svetový deň zdravej výživy. Pretože, výživa je významný faktor životného štýlu, ktorý ovplyvňuje zdravie. Poskytuje nielen krytie základných potrieb energie a jednotlivých živín potrebných pre život, ale je spojená s emóciami, často aj s pocitom uspokojenia. Výživa sa spoločne s fyzickou aktivitou a genetickou dispozíciou podieľa na výslednom výživovom stave jedinca. Cieľom programu je dosiahnuť zníženie energetického príjmu, príjmu tukov, najmä živočišných, ďalej cholesterolu, sacharidov a soli v strave. Jednou z úloh programu je aj monitorovanie spôsobov stravovania obyvateľov SR, v ktorých stále pretrvávajú zvýšený príjem energie. Na Slovensku je ešte stále pomerne vysoká frekvencia požívania bravčového mäsa, naopak spotreba morských rýb u dospelých populácie je nedostatočná. Svetový deň výživy vyzýva k spolupráci, aby sa základné ľudské právo, právo na potraviny, zabezpečilo všetkým obyvateľom planéty. Zároveň nadväzuje na Svetový potravinový summit z roku 1996, na ktorom účastníci a účastníčky prijali za cieľ zníženie počtu hladujúcich vo svete o polovicu najneskôr do roku 2015. Zatiaľ, čo sa podľa ÚVZ znížila celková chudoba v 90. rokoch o približne 20 percent, počet chronicky podvyživených ľudí v rozvojových krajinách sa znížil iba čiastočne. Ako pomôcka pri zdravom a správnom stravovaní nám môže poslúžiť tzv. potravinová pyramída. Podľa nej by 40 % nášho denného príjmu potravín mali tvoriť potraviny zo skupiny obilniny, chlieb, ryža a cestoviny, 35 % ovocie a zelenina, 20 % mlieko, mliečne výrobky, mäso, hydina, ryby, strukoviny a orechy, 5 % tuky, oleje a sladkosti. Samozrejme nesmieme zabúdať ani na dostatočný príjem tekutín. Dôležité je aj správne rozloženie celodenného príjmu stravy. Základom sú tri hlavné jedlá – raňajky, obed a večera a 1 – 2 menšie porcie medzi hlavnými jedlami – desiata a olovrant. Správna výživa sa významnou mierou podieľa na zdravotnom stave obyvateľstva, ovplyvňuje kvalitu a dĺžku života a je hlavnou podmienkou prevencie a liečby najvýznamnejších ochorení. Zásady zdravej výživy: optimálny príjem energie, zníženie príjmu tukov, optimálny príjem bielkovín, optimálny príjem sacharidov a vlákniny, optimálny príjem mikronutrientov – vitamínov, stopových prvkov, zníženie príjmu soli (NaCl), zníženie príjmu alkoholu, správna frekvencia príjmu jedla a primeraná kultúra stravovania.“ (prevzaté z: <http://zdravie.cvicte.sk/zdravie-1/16-oktober-ako-svetovy-den-vyzivy-vyziva-k-zdra/>)

AKO SA VARÍ LEKVÁR

Regionálna výchova má v našej škole pevné miesto. O regióne, jeho zvykoch, tradíciách, ľudovej kultúre vyučujeme v rámci samostatného predmetu ŠKVP, ale i ako súčasť iných vyučovacích predmetov. V tejto oblasti skutočne úzko spolupracujeme i s miestnym klubom dôchodcov, ktorý podobne ako my usiluje okrem iného i zachovanie toho „starodávneho“ bohatstva pre dnešnú dedinu. A tak sme i na septembrové pozvanie ihneď reagovali a naši žiaci mali možnosť na vlastné oči vidieť, ako sa voľakedy varil slivkový lekvár. Ba čo vidieť, niektorí sa aj vlastnoručne zapojili a miešali a miešali, až sa parilo nielen z kotlíka. Pekné počasie prialo zážitku a my sme opäť raz boli v skutočnom živote.