



Činobanský občasník

NOVOROČNÝ PRÍHOVOR

starostu obce

strana 2

VŠIMLI SME SI ...Blatom zablokovaný hutnícky cintorín.
viac na strane 3**SPOLKY NIE LEN Z POLKY**Nová rubrika o spolковой činnosti v obci
strana 5Foto: Ing. Andrea Hrončeková,
nástený kalendár 2018

BANÁNY V "SÁČKU"

Rada chodím pešo. Každé ráno do práce. Je to celkom fajn ranná prechádzka. Nezaškodí nadýchať sa čerstvého vzduchu a popreťahovať stuhnuté údy po nočnom spánku. Ak mi vydá čas, v týždni zabehnem aj pár kilometrov navyše, popri potoku do doliny. Je to dobrý zvyk. Ako sa dni predlžujú a počasie je priaznivé na tento druh pohybu, stretávam mnohých známych. Prehodíme pár slov alebo stihneme len krátky pozdrav. A niekedy aj nie. Je to čas, kedy prepínam na režim pohoda a vlastné myšlienky. A tých mám v hlave neustále veľa. Snažím sa zachytávať svet okolo seba, a možno je to pribúdajúcim vekom, pozerám naň aj z iného uhla. Častokrát však nerozumiem.

Minule som si urobila svoj súkromný test kolektívnej všímanosti. Popri ceste na plôške, kde sa ešte beľal zostatok snehu, ležala sýto-červená igelitová taška. Vietor ju nafúkol do tvaru balóna, ale nákup v nej už chýbal. Asi v tomto bode svojej krátkej púte a užitočnej hodnoty prestala slúžiť. Prešla som okolo. Deň prešiel, ale taška ostala na svojom primrznutom mieste. Nedalo mi. Zdvihla som ju a odniesla o pár metrov ďalej do kontajnera. Plastového. Aj v miestnych potravinách ma dievčatá poznajú. Bojujem proti igelitovým „sáčkom“! Zasmejú sa, ale ochotne mi zväžia kusové ovocie bez „pridanej hodnoty“. Listok s vyznačenou váhou nalepia na jeden kus a zvyšok putuje do tašky. Nosím peknú, plátennú, dostala som ju raz ako darček. Tú by som veru nechcela stratiť, ako sa to stalo majiteľovi tej igelitky. Ani sa tak rýchlo neroztrhne a drží spoľahlivo. Všímam si však, že mnohých, už ťažko mieru presahujúci problém s „igelitáčkami“, netrápi. Krásne žlté banány bez rozmýšľania balia do ďalšieho, vzduch neprepúšťajúceho obalu,

ktorý nadôvažok skončí po príchode domov v koši. V tej lepšej verzii v plastovom. Nerozumiem. Veď tie banány svoj krásny, prírodou daný obal už majú! Ale prečo si igelitový „sáčok“ nezobrať, keď je zadarmo! Myslím, že netreba veľkú dávku inteligencie na to, aby ste medzi riadkami pochopili hlavnú myšlienku môjho snaženia. A vyšší level porozumenia je ten, aby sme aj pri rutinných, a pre niekoho banálnych veciach, začali rozmýšľať! Tak začnime! Môžeme aj pri nakupovaní.

Určite nepoviem nič nové, ak tu zdôrazňujem, že naša planéta je zavalená odpadom. Vedci a environmentálni dobrovoľníci pracujúci stovky kilometrov od nás objavili v mori v mikroskopických nanočasticách planktónu plasty! Planktónu! Ten je potravou rýb, tie ryby lovia ľudia a jedia ich! Nehovoriac o zamorenej pôde a vode. Dôsledky znášame všetci. Ľudstvo si za to môže samo, ale ako k tomu prídu tie nemé živočíchy! Myšlienka možno kruto extrémistická, ale hodná k zamysleniu!

Pokračovanie na str.2

BANÁNY V „SÁČKU“

Pokračovanie zo str.1

Nemusíme ani chodiť až tak ďaleko. Správa dňa! Na jednej slovenskej rieke si urobil bobor hrádzu. A nie hocikakú! Z naplavených plastov! Senzácia! Ako úžasne sa prispôbil prostrediu, ktoré sme mu vytvorili!

Po celom svete sa dvíha vlna odporu proti spôsobu života, ktorý ľudstvo vedie. Jeho dôsledky nedávajú na seba dlho čakať a príroda, ktorá sa už nevie vyrovnáť s nátlakom, ktorý na ňu vyvíjame, sa bráni. Bola tu predsa skôr ako my! Tak kde berieme tú drzosť, že si uzurpujeme právo na nadvládu. Kde je tá hranica a kto bude mať posledné slovo?!

V známej pesničke sa spieva: „Ľudia vôbec nie sú zlí, len ľudstvo je prišerné!“ Presne tak. Ľudstvo síce ničí túto planétu a skúša jej trpezlivosť, avšak cesta k záchrane nevedie cez kolektívnu vinu. Každý musí začať od seba!

Tento víkend som so záujmom sledovala jeden dokument o farmárovi z Kene. Volá sa Kisilu. Jednoduchý človek. Pestuje zeleninu, chová domáce zvieratá, stará sa o rodinu. A sadí stromy. Prečo? Týmto spôsobom bojuje proti zmenám klímy, ktoré postihujú kraj, kde žije. Prejavuje sa to dlhodobým suchom alebo práve naopak prívalovými dažďami. Začal sám! Jeho nadšenie a neoblomný optimizmus v šírení osvetly rokmi prináša v tejto krajine svoje ovocie. Je to ťažká práca. Jej prínos pocítia až nasledujúce generácie. Tak začnime aj my! Pre začiatok stačí kupovať banány bez „sáčku“!

V triedení odpadov sme na chvoste medzi štátmi Európskej únie. V ich produkovaní jedni z najlepších. Občania Slovenskej republiky triedia z celkového počtu komunálneho odpadu necelých 23 %. Dovolím si tvrdiť, že v Cinobani je to ešte menej. (Pozn. – štatistiku prinesieme v budúcom čísle.) Svojím správaním však môžeme tento stav zmeniť. Čo robiť, ako zmeniť svoje spôsoby, ak sa chceme správať zodpovednejšie? Zo začiatku to bude ťažké. V prvom rade si treba uvedomiť, že nátlakom a príkazmi ťažko dosiahneme úspech. Začnite teda od seba! Buďte pre druhých inšpiráciou a príkladom! Pre svoju rodinu, deti, priateľov. Nepoľavujte zo svojich nárokov na seba!

Začiatok triedenia odpadu je pri nakupovaní. Kupujte len to, čo naozaj potrebujete! Vyberajte si okrem výrobkov aj ich obaly! Premýšľajte a na každý nákup sa vopred pripravte! Od nového roka sú všetky obchody povinné igelitové tašky spoplatňovať. Je to však ešte stále taká cena, ktorú mnohí neváhajú opakovane zaplatiť. Preto, keď idete nakupovať napríklad pečivo a chlieb, vezmite si so sebou plátennú tašku či vrecúško, na tento druh potraviny vami určené. To platí aj pre zeleninu, ovocie. Plátenné tašky a vrecúška rôznych veľkostí sú dostupné v sieti obchodov. Šikovnejší si ich môžu v rodine aj jednoduchým spôsobom vyrobiť. Môžete rozstrihať staré už nepotrebné plachty, obliečky, uteráky, tričká. Starká v rámci voľného času ušľachťuje sieťovku. Budete mať svoj vlastný originál, ktorý vám budú závidieť! Už idete príkladom!

Pracujte na sebe. Vzdelávajte sa takou formou, aká vám vyhovuje. Knihy, časopisy, knižnica, internetové vyhľadávače, televízne dokumenty. Namiesto bezduchého obzerania sociálnych sietí hľadajte na nich inšpirácie, návody, nápady a rady z rôznych oblastí života, ktoré majú ľudia odskúšané. Naraz zistíte koľko je toho veľa! Všimajte si prostredie okolo seba a občas spravte niečo len tak, bez nároku na akúkoľvek odmenu. Pozametajte pred domom, pozbierajte odpadky okolo bytovky, polejte v horúcom lete stromček v parku. Neukazujte stále prstom na iných, ktorí to majú alebo mali urobiť. Spravte to vy! Len tak. Už idete príkladom!

Buďte zodpovední voči sebe, svojmu okoliu. Náš ľudský život je síce iba zrnko piesku v obrovskom vesmíre a časopriestore, ale negatívnymi dôsledkami nášho správania sa môže planéta vyrovnávať stovky rokov!

V budúcom čísle prinesiem podrobnejšiu oficiálnu štatistiku odpadového hospodárenia v Cinobani, a aj môj súkromný anonymný prieskum, ktorý som spracovávala so zaujímavými závermi. Priblížim proces spracovania odpadov na skládke, ako sa dotriedňujú, kam následne putujú, čo sa s nimi deje. Ako odpady triediť, čo patrí medzi plasty alebo papier a čo naopak nie. Jednoduché návody k zamysleniu, nápady k inšpirácii.

Na záver ešte jeden citát z vyjadrenia kenského farmára Kisilu: „Správaj sa tak ako dobrý rodič. Ak nebudeš robiť to, čo môžeš a dokážeš, bude ti to vyčítané celý svet!“

Pokračovanie nabudúce.

Pripravila Silvia Očovánová

NOVOROČNÝ PRÍHOVOR STAROSTU

Vážení spoluobčania.

Nový rok sa nám rozbehol rýchlym krokom a v tomto kolobehu doby sú už aj najkrajšie sviatky roka za nami. S príchodom nového roka, ktorý sme s niektorými z vás vítali na námestí, by som vám všetkým prostredníctvom nášho „občasníka“ zaželel hlavne veľa zdravia, spokojnosti, šťastia, pokoja a porozumenia v rodinách. Želám si, aby sme v našej obci aj tento rok prežili mnoho pekných chvíľ a stretnutí, aby sa nám vyhýbali možné pohromy, a aby sa nám v zdraví darilo ďalej zveľaďovať našu peknú obec.

Začiatok roka je vždy časom na bilancovanie a hodnotenie predošlého, a zároveň časom nových plánov a predsavzatí. Rok 2017 hodnotím z môjho pohľadu starostu obce ako turbulentný. Bol to však aj rok živý, jeho dni naplnené stretnutiami s ľuďmi, zážitkami z rôznych spoločenských a kultúrnych podujatí. V pracovnej oblasti sa nám podarilo dotiahnuť a dokončiť niektoré projekty a plánované investičné akcie, na druhej strane sme však zatiaľ nedokázali presadiť vízie a plány (výstavba nájomných bytov), ktoré vidím ako starosta obce ako potrebné a prínosné pre ďalšie napredovanie našej obce. Asi niektoré rozhodnutia a argumenty musia ešte dozrieť a nájsť ten správny čas a priestor. Je to však zároveň výzva a nová energia do budúcich dní do ďalšej práce. Pretože som toho názoru, že naozaj žije ten, kto vie a má stále o čom snívať.

Aby som však nebol melancholický, tento rok sa nám v spolupráci s poslancami a pracovníkmi obecného úradu podarilo opraviť chodníky na Sídlsku a na Banskej ulici, rekonštruovali sme vnútorné priestory zdravotného strediska v Cinobani, ktoré budú od marca tohto roka slúžiť ako nová ambulancia pre všeobecného lekára pre dospelých MUDr. Petra Olšiaka. Z investičných akcií sme rekonštruovali sociálne zariadenia a vnútorné priestory domu smútku a zrealizovali sme dlho plánovaný urnový háj v cinobanskom cintoríne. Pripravili sme projekt rekonštrukcie obecného úradu, ktorý je teraz v schvaľovacom procese. Teší ma, že po dlhých rokoch sa nám podarilo úspešne prejsť verejným obstarávaním a máme schválený projekt rekonštrukcie časti budovy materskej školy!

V minulom roku nebola v našej obci núdza o pekné koncerty známych hudobných skupín a dobré meno obce sme obhájili aj na spoločenských akciách u nás aj mimo obce, kde sa stretli návštevníci z celého regiónu (Cinobanský kotlík, Koliesko, Novohradský festival, Prezentačný deň). Dá sa nám to hlavne preto, že som obklopený tímom ľudí, ktorí sú zaničení a pracujú aj nad rámec svojich vlastných povinností, čo si nesmieme vážiť. Nemalú zásluhu na tom majú aj naše aktívne seniorky a členky miestnych organizácií.

Vstúpili sme do posledného roka tohto volebného obdobia. Na jeseň nás opäť čakajú komunálne voľby. Máme však ešte mnoho úloh a plánov, ktoré chceme dokončiť. V tomto roku plánujeme rekonštruovať kultúrny dom v Turičkách, vybudovať oddychovú zónu a spoločenskú miestnosť v Katarínskej Hute a veľký projekt revitalizácie Sídlska v Cinobani. Potešilo by ma keby, nám prešiel projekt zberného dvora, na ktorom sme vlni intenzívne pracovali, čo by znížilo celkový objem komunálneho odpadu. Čo sa nám doposiaľ nepodarilo, a veľmi ma to trápi, je havarijný stav štátnej cesty do časti Hrnčiarky, ktorá je dlhodobou v zlom stave.

Bol by som veľmi rád, keby sa nám podarilo prebudiť záujem o to, ako vyzerá naša obec aj u jej obyvateľov, pretože ak chceme, aby sa nám v obci dobre žilo, aby sme tu mali čisto a pekne, k tomu sa musíme pričiniť všetci, každý svojou troškou. Koľko kto zvládne. Každý z nás môže svojím pôsobením pomôcť k lepšej životnej úrovni.

Želám vám všetkým pekné dni. Buďte zdraví!

S úctou Jozef Melicher, starosta obce

OHLIADNUTIE ZA UPLYNULÝM MESIACOM

9. decembra 2017 sa konali na námestí obce vianočné trhy prevažne domácich výrobkov. Stánky s drobnosťami ponúkali návštevníkov dokúpiť malú drobnosť pod stromček. Nákupom mohli podporiť miestnu základnú a materskú školu, spoločenské organizácie alebo šikovné ženy a ich ručne vyrábané výrobky. Počas dňa sa mohli zohriať pohárom vareného vína alebo si pochutnať na starostovskej kapustnici či pečenej klobáske od OZ Cinobančan. Trhy sprevádzal tradične vianočný program na pódiu, jeho vyvrcholením bola návšteva Mikuláša, ktorý prítomným deťom rozdával drobné sladkosti.



Počas adventného obdobia sme sa pri adventnom venci na námestí obce stretávali, aby sme spoločne každú nedeľu zapálili jednu adventnú sviečku. Zúčastňovala sa i aj evanjelická farnosť Mgr. Katarína Trtolová, ktorá všetky stretnutia ozvláštnila prednesom poézie.

Katolícky farár Mgr. Miroslav Litviak pri prvom stretnutí veniec aj posvätil.

V predvianočnom čase nezabudlo na deti zo sociálne slabších rodín Komunitné centrum čajovníka Cinobaňa a ich materská organizácia IN Network Slovakia z Lučenca. Stretli sa v priestoroch kultúrneho domu. Pre deti mali pripravený aj vianočne naladený program.

Štefanskú zábavu si pod svoju taktovku vzali športovci Cinobanského športového klubu. Konala sa v kultúrnom dome 25. decembra.

Chvilke konca starého a začiatku nového roka prežívali Cinobančania na námestí obce. Dobrá nálada, chutný teplý punč od starostu obce, žiarivý ohňostroj po polnoci a srdečné blahoželanja k novému roku. Prípitky a dobrá nálada trvala ešte niekoľko hodín po polnoci.



V jednu januárovú sobotu (20.1.) sa na evanjelickej fare stretli ženy z Cinobane, Katarínskej Huty aj Maše. Priviedlo ich tam pozvanie pani Márie Palíkovej z Turičiek. A nie hocijaké. Na páračky. A tak prišli. Perie aj občerstvenie zabezpečila rodina Palíková. Tieto už dávno zabudnuté práce oslovili a spojili evanjelické aj katolícke ženy len z jedného dôvodu, pomôcť spracovať asi dvojročné husacie perie na drobné páperie, z ktorého sa ušijú vankúše alebo paplón. Práca je to zdĺhavá a pomerne



namáhavá, ale hlavne pipľáčka. Napáranie peria na jeden priemerný vankúš trvá desiatkam žien niekoľko hodín. Dobré susedy si radi pomáhajú. A v dobrej nálade ide práca viac od ruky.

25. januára 2018 si občania a zástupcovia spoločenských organizácií a školy na spomienkových oslavách 73. výročia oslobodenia našej obce pri pomníku na námestí svojou účasťou uctili pamiatku hrdinov a obetí pohnutých a ťažkých časov našej histórie.

Pripravila Silvia Očovánová, foto: archív obce

VŠIMLI SME SI ...

Na prelome rokov, akurát v období, kedy občania častejšie navštevujú hroby svojich zosnulých príbuzných, sa vyskytol v časti obce Katarínska Huta problém. Kto sa chcel začiatkom roka dostať na cintorín, mal doslovne veľké problémy s udržaním sa na nohách. Cesta pod cintorínom sa podobala skôr na arénu wrestlingu, pretože bola pokrytá veľkou vrstvou riedkeho šmykľavého bahna.

„Občania nás na to upozornili a niekoľkí aj rozhorčene telefonovali na obecný úrad. Hneď som na to reagoval a osobne som si postihnuté miesto prešiel. Keďže som zistil veľkosť problému až na mieste a nechal som si gumené čizmy, zablatený som sa vrátil dostatočne,“ vraví starosta obce Jozef Melicher.

Rozhorčení občania mali pravdu, klzké bahno pokrývalo celú cestu a bolo ťažké prejsť bez hrozby pádu. „Neviem si ani predstaviť, keby tá „mokrota“ zamrzla. Situáciu som ihneď riešil s kompetentnými zástupcami Lesov SR š.p. V hore ťažia a guľatinu prekladanú na sklade v blízkosti cintorína. Zosuv bahna spôsobil ťažké mechanizmy, ktorými cestu aj následne museli naprávať, pretože vrstva blata bola tak veľká, že sa to ručne lopatami ani nedalo.“



Proces čistenia cesty nakoniec dokončili aktívni pracovníci s pomocou hasičského zboru, keď posledné zvyšky blata z cesty vystriekli prúdniciou.

„Som rád, že naši občania upozorňujú na vzniknuté problémy, len by som aj rád zdôraznil, že Obec znova musela riešiť a naprávať situáciu, ktorú svojim konaním nespôsobil!“ dodal starosta obce.

Obec Cinobaňa vstúpila s Lesmi SR š.p. do jedného zámeny pozemkov, pretože cintorín v časti Katarínska Huta nie je doriešený. Obci nepatrí prístupová cesta k nemu ani jeho polovica. Je to však zdĺhavý proces.



HISTORKY Z HISTÓRIE

MALIČKÁ ŽENA S VEĽKÝM SRDCOM

Aj Katarínska Huta má svoje „postavičky“. Keď som sa pýtala hutníckych ženičiek, o kom by som mala písať, všetky sa zhodli, že určite o Valérke. Žene, ktorá v päťdesiatych a šesťdesiatych rokoch dokázala rozozvučať zvony hutníckeho kostola napriek tomu, že bola útlá a maličká.

Valéria Chmelová, zvaná Valérka bola sestrou p. Chmela, ktorý býval v Cinobani (dnes dom p. Kováčovej pri potoku) a vykupoval hriby.

V mladosti sa túžila stať zdravotnou sestrou, a preto odišla do Čiech. Nikto nevie, čo sa tam stalo, ale po návrate bola Valérka „čudná“. Mávala zvláštne vidiny o mŕtvych a dušičkách.

Nikdy sa nevydala a nemala ani deti. Napriek tomu ich mala veľmi rada. Častokrát ich pozvala do svojho maličkého domčeka pri kostole, skromne ich pohostila a ukazovala im svoju pýchu – krásne háčkované obrusy. Rozprávala im aj o tom, že keď je v kostole truhla s nebožtíkom, ona na nej vidí sedieť stovky dušičiek.

Bola veľmi pracovitá, stíhala sa starať o celý kostol a jeho okolie. Dlhé roky upratovala kancelárie v miestnych sklárňach. Práve tu rozprávala jednu príhodu. Po pohrebe, na ktorom nemala možnosť vidieť, ako je nebožtík oblečený, povedala: „Čo to oni vykonali, toho starkyho na druhý svet s holou hlavou poslali...“ Keď sa pozostali vrátili z pohrebu domov, na posteli zbadali nebožtíkov klobúk....

Jej obľúbenou pochúťkou bol nakrájaný grep poliaty rumom. „Vedia, aké je to dobrô. Nak si kúpi,“ odporúčala. Bola ešte stará škola, ľudom onikala.

Vždy bola veľmi prajná, všetko rozdala.

V starobe sa nemal kto o ňu starať, preto skončila v starobinci v Lučenci. Tu aj umrela a pochovaná je na lučenskom cintoríne.

Mgr. Vladimíra Albertová

S MATICOU / vedieť viac

Máme alebo nemáme v Turičkách slávneho rodáka? Narodil alebo nenarodil sa tam SAMUEL MIKOVÍNÍ? A viete, kto to bol? V ktorej dobe žil? Čím sa preslávil?



Miestny odbor Matice slovenskej na podnet p. starostu (tiež člena MO MS) sa podujal vybádať bližšie informácie o živote a diele Samuela Mikovíniho, jedného z najvýznamnejších postáv slovenskej i uhorskej vedy a techniky 18. storočia. Polyhistora, architekta, matematika, geodeta, kartografa (autora máp), astronóma, vodohospodára, staviteľa, pedagóga, rytca, **prvého Slováka s titulom inžinier**, spolupracovníka Mateja Bela.

V pravidelnom seriáli *Kto bol Samuel Mikovín?* by sme chceli čitateľom našich novín predostrieť výsledky nášho bádania.

Mgr. Vladimíra Albertová, predsedníčka MO MS

ŽIVOTOPISNÉ MINIATÚRY slovenských kultúrnych dejateľov z 18. až 20. storočia

Spracoval Jozef Varga

130. výročie úmrtia/ Jozef Miloslav Hurban

(nar. 19. marec 1847 – 21. február 1888)

„Utrpenie mladého Hurbana“

Narodil sa v Beckove a zomrel v Hlbokom. Životom sa pretíkal ako sirota. Zakúsil tvrdú výchovu v Trenčíne a potom i v Bratislave. Po zoznámení so **Štúrom** stal sa jeho horlivým obdivovateľom a spolupracovníkom. Od roku 1840 pôsobil ako kaplán na Brezovej a neskôr ako evanjelický duchovný v Hlbokom. Odtiaľto naďalej udržiaval spojenie s generačnými druhmi, ktorí ho často navštevovali.

Na **fare v Hlbokej** sa rozhodovalo o dôležitých národných veciach. **Hurban** organizoval spolky miernosti, nedeľné školy, stál pri zrode spisovnej slovenčiny, založil literárny časopis **Slovenské pohľady** (1846), vydával literárny **almanach** (ročenku) **Nitra**. Písal poéziu i prózu. Bol vedúcim činiteľom v revolučných rokoch 1848 – 1849 a nestál bokom ani v časoch memorandových (1861). Do slovenskej literatúry zasiahol aj ako literárny kritik a historik. Napísal dejiny slovenskej literatúry, obširny životopis **Ľudovíta Štúra** a niekoľko črt o svojich súčasníkoch.

Výber z tvorby: **Aničke Jurkovičovej** (neskôr manželke) 7. októbra 1845

„Nemračte svá, bratři, múdra čela. Dejte si to řádne vyložit’.

Půl je z ducha člověk, půl je z tela. Obom dlužno obě položit.

Nevěřte to, není ku závadě. Slávy synu, slávy rozenka-mnohokrát práce vlasti ve záhradě! Co muž sadí, pěstí milénka.“

25 ROKOV ZVRCHOVANOSTI

Rok 2018 sa ponesie v duchu 25. výročia zvrchovanosti našej vlasti (1.1.1993). Sladká materinská reč poznačujúca vývoj každého jedinca už pred narodením je jedným z hlavných určujúcich faktorov príslušnosti k národu. Istota v rodičovskom náručí, zábezpeka prežitia šťastného detstva a potom štartu do ďalšieho zložitého života. Naše Slovensko a príslušnosť k slovenskému národu, to je domov, pokoj a istota. Kus krásnej zeme, ktorý patrí nám, tu by sa žiadny občan nemal cítiť ako cudzinec. V škole sme sa učili o minulosti svojho národa, o dejinách svojej otčiny. Dozvedeli sme sa, čo všetko musel slovenský národ na tejto posvätej slovenskej zemi prežiť. Boli to naši starí a prastarí otcovia! Naši slovenskí predkovia pracovali na tejto zemi, bojovali za ňu a trpeli pre ňu, aby sa mohla stať našou slobodnou vlasťou. Boli, sme a budeme im za to vďační a svoju vďačnosť k nim dokážeme láskou k Slovenskej republike. Pri tejto príležitosti apelujem na všetkých, aby si vážili všetko, čo krásneho stvoril pracovitý slovenský ľud. Milujme slovenské ľudové piesne, lebo v nich sa ožýva život nášho ľudu. Slovenské piesne patria medzi najkrajšie na svete! Zamyslime sa nad slovenskými porekadlami a uvidíme, koľko je v tých jednoduchých slovách múdrosti. Budme hrdí na slovenský kraj, lebo je obrazom slovenskej duše a dielom slovenských rúk. Milujme všetko, čo je slovenské, lebo je naše! Predovšetkým milujme slovenský pracujúci ľud, z ktorého všetci pochádzame. Avšak toto všetko je len jedna strana tej prísllovečnej mince. Tú druhú nám s neúprosnou logikou nastavuje život, lebo doterajšie istoty sa v posledných rokoch akosi vytrácajú.

Ľudia sú šikanovaní stále rafinovanejším spoločenským systémom, kde nadvládu preberá mamón, ekonomický efekt a počítač – stroj. Premyslený systém sa obracia proti človeku. Systém rozhoduje, či ste upotrebitelným a vhodným klientom na prežitie. Systém sa stále viac a viac vzdďľuje od človeka – od ľudskosti. Platíť za prežitie musíme bez ohľadu na to, či na to podmienky máme alebo nie. (Peniaze vymyslel človek, aby mu slúžili a uľahčovali život, dnes mu však nedostatok týchto „papierikov“ robí život priam neznesiteľným). Za takýchto okolností sa človek-občan aj doma cíti ako cudzinec, pretože človek nie je stroj. Človek je viac! Nemožno od neho očakávať strojovú presnosť, ani presne predpokladať jeho vývoj a postup. To je na ňom jedinečné, že bez toho by ľudstvo nemohlo ísť ďalej. Slováci – malé Slovensko, sa doteraz udržali na mape sveta. Prajeme si, aby to tak zostalo aj v ďalších storočiach. Ako novoročné želanie našej vlasti prajem múdre a prezieravé rozhodnutia vlády SR, ktorá by pre nás mala zabezpečiť dôstojnú prítomnosť a spofahlivú budúcnosť, a to nielen v roku 2018, ale počas celého volebného obdobia. S perspektívou na ďalšie desaťročia.

Jozef Varga

SPOLKY NIE LEN Z POLKY

Cinobaňa a jej priľahlé časti žijú život, mnoho z vás je členom nejakej organizácie, spolku, či sa pravidelne zúčastňujete podujatí, ktoré organizujú. Kto všetko však v Cinobani po poobediach a vikendoch pracuje na skvalitňovaní života nás, seba či iných? Ku komu sa môžete pridať a prečo? Ako sa k nim pridať? Kto stojí za vašimi obľúbenými podujatiami? Poďme sa na nich pozrieť.

Miestny spolok Slovenského červeného kríža Cinobaňa – Katarínska Huta

Miestny spolok Slovenského červeného kráža Cinobaňa – Katarínska Huta vznikol v roku 2001 fúziou miestnych spolkov Katarínka Huta a Cinobaňa a pracuje teda už 16 rokov. Jeho skutočná história však siaha ďaleko do polovice 20. storočia. Predsedkyňou je pani Anna Špaková. Momentálne má takmer 140 členov a je teda druhým najpočetnejším miestnym spolkom spadajúcim pod územný spolok Lučenec (viac členov má iba MS Poltár). Medzi najaktívnejších členov s dlhoročným členstvom patrí Jozefa Hašková a Antonia Tazberiková – dámy, ktoré v organizácii stáli od jej zrodu. Spolok sa venuje mnohým dobročinným a humanitárnym aktivitám – napr. Deň narcisov, zber šatstva, návštevy chorých; organizuje a spoluorganizuje mnoho kultúrnych podujatí – rôzne výstavy (zorganizovali ich už 11), fašiangy, kluby seniorov; členovia sa spolu združujú aj pri iných aktivitách – spoločné kúpanie, zber bylín, prechádzky. Prezентujú sa na Cinobanskom kotlíku, na Prezentačnom dni Mikroregiónu Hornohrad

a posledné roky prezentujú seba a obec aj na Koliesku v Kokave nad Rimavicou – minulý rok pripravil bôb na trojako. Stali sa dokonca najlepším spolkom v okrese Lučenec a získali ďakovný list od prezidenta SR. Jednou z najdôležitejších aktivít je darcovstvo krvi. Cinobaňa má veľké množstvo mnohonásobných darcov.

Najstarším členom je momentálne Anna Sujová, najmladšou členkou Petra Furmanová. Členovia radi privítajú vo svojich kruhoch aj vás. Preto ak zdieľate myšlienky humanizmu, dobrovoľnej pomoci a lásky k človečenstvu, pokojne oslovte niektoré členky výboru – pani Špakovú, Tazberikovú, Pikovú či Očovánovú, ktoré vám radi vysvetlia ďalšie kroky. Preto doplňte rady aktívnych členov, ktorí naplňujú všetky vyššie spomínané myšlienky a robia život v obci krajším.

Naše ženy nás reprezentujú na každom kroku a spolu s ZO Slovenského zväzu protifašistických bojovníkov a ZO Slovenského zväzu zdravotne postihnutých tvoria silnú trojicu spolupracujúcu na rôznych úrovniach a podujatiach. Aj tieto organizácie si predstavíme v nasledujúcich číslach.

Simona Albertová

NAPÍSAĽI STE NÁM



MÔJ PRVÝ „BLUDÁR“

30. december 2017

Ráno ma mamina s ocinom zobudili a vystrojili do veľkej zimy, nechápal som. Potom ma krstný vyviezol nad Sebedinú na gáze a vyložili ma na cestu, ktorá bola zasnežená. Všetko okolo bolo zasnežené. Ja som také niečo nádherné ešte nikdy nevidel. Stretávali sme tety a ujov, ba aj psíka. A všetci sme putovali do veľikánskeho kopca. Bolo tam veľa skál a ja som nevládal dvíhať nohy, ale zdolali sme ich šťastne až na vrchol „Strieborná 719.“ Tešil som sa, že som vyšiel po svojich krátkych nôžkach aspoň tých 300 m. Ale poviem vám, domov som už nevládal. Bol som šťastný, keď ma ocino vložil do nosidiel a zniesol z vrcholu, od radosti som aj zaspal. A tu zrazu dedina. Ako rýchlo som to prešiel. Pôjdem aj na budúci rok, to už budem mať 2 roky.

Paľko Tokár z Lehôtky.

POĎAKOVANIE

Z hĺbky srdca sa chcem poďakovať všetkým tým, ktorí reagovali na výzvu uverejnenú v Občasníku minulý rok. Dostala som do daru mnoho nádherných ľanovín, starých obrúskov, handier, kožuškov. Som šťastná, že som mohla vdychnúť nový život veciam, ktoré možno ležali v skrini alebo boli pamiatkou na našich predkov.

Vďaka vám majú teraz novú úlohu, ktorú plnia dokonale – handry a obrusy sa uživilí v našej stredovekej kuchyni, plachty som použila na výrobu historických odevov – košiel či kabátikov. Najviac ma potešili príbehy, ktoré ste mi pri odovzdaní vyrozprávali. Je príjemný pocit mať na sebe kus odevu s históriou. Ďakujem! (Pár výsledkov vidíte na fotke.)

Ak by ešte niekto doma mal staré ľanové plachty, handry, obrusy či iné látky a bol by rád, keby som im vdýchla nový život a dostali sa znovu do používania v stredovekom svete, prosím, kontaktujte ma na t.č. 0915/172 828.

Simona Albertová, foto: Rodograd



Prosíme spoluobčanov, ktorí ešte majú doma materiály z histórie obce, z činnosti spolkov, apod., ktoré by mohli byť použité v druhej knihe o Cinobani, nech kontaktujú Júliusa Jarábeka (0907/351 281) alebo Silviu Očovánovú na obecnom úrade. Zber materiálov by sme chceli ukončiť **28. februára**, kedy plánujeme začať s ich spracovaním a úpravami.

Nasledujúce číslo **Cinobanského občasníka** vyjde na prelome mesiacov **marec a apríl 2018**. Informácia pre dopisovateľov:

Uzávierka čísla XIV/2 je do **15. marca**.

TÝMTO

Viac informácií a fotografií na:

www.zscinobana.edu.sk**ÚSPECHY NAŠICH ŽIAKOV**

30.11. 2017 sa 14 členov DDS Athéna zúčastnilo tvorivých dielní v Lučenci. V rámci nich prebiehala aj tradičná súťaž v improvizácii Improliga 2017. Výkony detí pozorne sledovali lektori z Banskej Bystrice. Konkurencia bola naozaj silná – dvanásť 3-členných družstiev. Naše súťažné družstvo, ktoré tvorili Dominika Vaculčiaková, 9.roč., Rastislav Fodor, 8.roč. a Marian Gelieň, 8.roč. prešlo úspešne tromi kolami a prebojovalo sa až do finále, kde im však v rozstrele len o kúsok uniklo 1. miesto. Gratulujeme aj k 2.miestu!



14.12. 2017 – Pytagoriáda, školské kolo – úspešným riešiteľom sa stal Peter Martin Hegyi, 6.roč.

16.1. 2018 na okresnom kole Olympiády anglického jazyka v Poltári sme obsadili znova 2.miesto vďaka Marianovi Bangovi zo 7.ročníka.

**VO HVEZDÁRNI**

Dňa 4. 12. 2017 žiaci tretieho a štvrtého ročníka pod vedením p. uč. Gajdošovej a p. uč. Gelieňovej a žiaci 1. špec. triedy pod vedením p. uč. Balážovej navštívili Hvezdárňu v Rimavskej Sobote. Teplejšie naobliekani a nedočkaví sme nasadli ráno do autobusu. Vlni sme navštívili Planetárium Maximiliána Hella v Žiari nad Hronom, tak sme sa nevedeli dočkať, čo nám ponúkne Rimavská Sobota. Program bol zaujímavý, dozvedeli sme sa niečo nové o našom vesmíre a mohli sme pozorovať naše Slnko cez ďalekohľad. Musím priznať aj ja ako učiteľka, že do tejto hvezdárne chodím s deťmi pravidelne, ale vždy ma prekvapia nejakou novou informáciou. Páčilo sa nám všetkým, zdržali sme sa o hodinku viac, ako sme mali a vymrznutí a hladní sme sa tešili na obed v jedálni.

Mgr. Iveta Gajdošová



Foto: archív ZŠ

Čas vianočný, čas je tu dávnej krásy

Na úvod som si požičala pár jednoduchých slov z pesničky slovenskej swingovej speváčky Gabriely Hermelyovej. Sú to síce jednoduché slová, ale vystihujú naše pocity nielen v čase vianočnom, ale aj predvianočnom, ktorý sme my v škole intenzívne, a hlavne aktívne prežívali.

Prvou predvianočnou akciou boli tradičné Cinobanské vianočné trhy, v sobotu 9. decembra 2017. Zúčastnili sme sa ich ako škola hneď dvojnásobne. Najprv so žiackymi vianočnými výrobkami, ako sú ozdoby, pohľadnice, svietniky či vianočné ikebany, ale prispeli aj kuchárky svojimi kysnutými závinmi a domácimi knedlíkmi. Hoci bolo sychravo, zima sa dostávala hlboko pod kožu a nechty, trhová nálada bola tak akurát. Akciu spestrilo aj vystúpenie nášho folklórneho súboru Brezinka.

Ďalšou predvianočnou akciou bola Vianočná besiedka v kultúrnom dome 12.decembra 2017. Kultúrny dom „praskal vo švíkoch“, čo je neklamným znakom, že naše besiedky majú v obci dobré meno. Vianočná nálada gradovala doslova z minúty na minútu. Slávnostné slová striedala hudba, tanec, folklór, nechýbal ani Kubo. Na záver znel v sále burácajúci potlesk a v tvárach zúčastnených občanov sa zračila spokojnosť a dojatie. No, čo viac si môžeme želať?

Nakoniec sme venovali niečo aj našim deťom. Tradičné „Detské zimné radovánky“ sme uskutočnili v kultúrnom dome 19. decembra 2017. Prekvapením, a zároveň vianočným darčekom pre našich žiakov a deti materskej školy bolo vystúpenie profesionálneho tanečníka Laciho Strikea so svojimi tanečníkmi. Vo svojom vystúpení prezentoval moderné tanečné štýly, interaktívne pracoval s publikom, učil žiakov a deti tancovať, a preveroval aj ich pamäť. Vystúpenie bolo zamerané na históriu hudby a tanca a ich vývoj až do dnešnej podoby. Účelom tohto programu bolo motivovať deti a poukázať na zdravý pohyb. Počas celého programu boli žiaci aktívne zapájaní do deja, súťažili a boli odmeňovaní za šikovnosť a odvahu.

Po vystúpení tohto umelca nabehli do sály za burácajúceho potlesku detí Mikuláš s čertom. Hoci našich žiakov už predtým navštívili aj v škole, aj v materskej škole, tentokrát prišli s odkazom a batohom plným sladkostí od nášho zriaďovateľa – Obce Cinobaňa. Aj týmto spôsobom by sme sa chceli celému OÚ Cinobaňa, pánovi starostovi a členom kultúrnej komisie poďakovať za toto príjemné prekvapenie.

No program stále nekončil. Keďže na našej škole úspešne pracuje súkromná ZUŠ z Lučenca – Opatovej, poprosili sme ich o krátky program pre naše deti. Prejavili obrovskú ochotu a prišli k nám so svojim úspešným predstavením „Spiaca krásavica“. Bolo to spevácko- hudobno – dramaticko – tanečné vystúpenie na veľmi vysokej úrovni. V úlohe roztomilej baletky sa nám predstavila aj naša žiačka Hanka Šlichtová a naša bývalá žiačka Sandra Gonosová. Za tento nádherný umelecký zážitok ďakujeme súkromnej ZUŠ z celého srdca.

Je mnoho ľudí, ktorým je potrebné poďakovať sa. Okrem tých, ktorým sme už poďakovali, sme hlboko vďační všetkým rodičom a občanom obce, ktorí nás prišli podporiť na našu besiedku a dobrovoľným príspevkom v prospech školy pomohli k organizovaniu ďalších zaujímavých akcií v škole. Veľká vďaka patrí kolegom – pedagógom, bez ktorých by žiadna snaha nemala taký úspech. Vďaka za prípravu programov, ktoré ste museli realizovať zväčša vo svojom voľnom čase a bolo vidieť, že boli pripravované s láskou. V neposlednom rade ďakujeme našim deťom... za to, že sú a za to, aké sú – usilovné, veselé, snaživé.

Je po sviatkoch, dúfam, že ste ich všetci prežili v pohode, zdraví a vzájomnej láske. Nech je tento rok pre nás všetkých úspešný, pokojný a plný porozumenia a splnených snov.

PaedDr. Ľubica Machavová

„Na svätého Mikuláša, neučí sa, neskúša sa“ alebo

MIKULÁŠ V NAŠEJ ŠKOLE

V tomto školskom roku sme sa s našim školským parlamentom zamýšľali nad tým, akým spôsobom by sme mohli trochu ozvláštniť mikulášsku oslavu v našej škole. Rozhodli sme sa, že na túto úlohu angažujeme ôsmakov, ktorí sa svojej úlohy zhostili priam bravúrne. Do koša si Mikuláš pripravil množstvo sladkých odmien a svoje JBL-ko, ktoré navodilo hudobnú náladu pri príchode do každej triedy. Aby Mikuláš nevyzeral ako starý dobrý pán, ktorý dáva odmeny deťom len tak, v každom ročníku mali žiaci za úlohu zaspievať, zarecitovať či iným spôsobom reprezentovať svoju triedu. Prváci krásne zaspievali, druháci zaspievali, žiaci špeciálnej triedy nám dokonca ukázali, ako už vedieť pekne čítať. Štvrtáci si zahrli pravú čertovskú naháňačku a absolvovali s naším popleteným čertom úplne popletenú čertovskú rozsvičku na hodine telesnej výchovy. Oproti ostatným rokom sme pridali jednu novinku, ktorou je vyhánanie čerta z triedy ako symbol vyhánania všetkého negatívneho z našich životov. S našimi pomocníkmi sme neobišli ani pani kuchárky, ktoré sa na chvíľku preniesli do dób svojho detstva a zaspievali sme si spolu s nimi pesničku „Pred oknom, za oknom“. Vedúca jedálne vyprášila nášho čerta z jedálne metlou, iba sa tak za ním zaprášilo ☺.

Na záver mi nedá nespomenúť, že akcia „Mikuláš“ sa stala v našej škole už tradíciou. Myslím, že učitelia aj žiaci si už tento deň nevedia bez toho predstaviť a vždy sa tešia na to, čo na nich spolužiaci vymyslia. My učitelia sa stále snažíme, aby akcie v našej škole boli pestré a dobre zorganizované, a aby sa vyučovanie spájalo s množstvom nezabudnuteľných zážitkov, pretože ako povedal Richard von Schaukal: „Život nie je o počte nadýchnutí, ale o počte okamihov, ktoré nám zoberú dych.“

Mgr. Zuzana Danková



ADVENT A VIANOCE



programe. Najväčším prekvapením boli darčeky pod vianočným stromčekom.

Štyri sviečky symbolizujúce štyri týždne do Vianoc. O Advente nám prišla porozprávať do materskej školy evanjelická pani farárka Mgr. Katarína Trtolová. Prežili sme štyri týždne príprav v očakávaní. S každou sviečkou sme prežili krásne chvíle.

Šiesteho decembra sme privítali spevom a tancom v materskej škole Mikuláša. Sladkou odmenou boli balíčky. Nezháľali sme ani s druhou adventnou sviečkou, spolu s pani učiteľkami sme piekli medovníčky a vyrábali vianočné ozdoby, navštívili sme koncert tanečnej skupiny a detí ZUŠ. 20. decembra na Vianočnej besiedke predviedli deti svoju šikovnosť v krásnom vianočnom

ŠPORTOVÉ PODUJATIA



BLUDÁRI

K podujatiam, ktoré majú v našej obci tradíciu a svojich priaznivcov nesporne patrí aj Cinobanský bludár. Táto turistická akcia sa koná vždy na sklonku roka. Ani 11. ročník, na ktorý si turisti vykrčili ráno 30. decembra 2017, nebol výnimkou. Počasie síce trochu hmlisté ale nad vrchmi predierajúce sa slniečko dodalo energiu na 20-kilometrovú túru po okolitých kopcoch, ktorej štart, a napokon aj cieľ, bol v Cinobani. Laznou cestou na Šutovu jamu, Hrnčiarky, ponad Sebedinú a Fafáky až na Striebornú. Potom už len krátka oddychová zastávka na poľovníckej chate pri chutnom a jednoduchom občerstvení a pekný deň bol za nami.



CINOBANSKÁ LYŽA

preverila lyžiarske a sánkarske zručnosti sa svahu v Kokave Línii všetkých odvážnych pretekárov. Na štart sa postavilo celé spektrum nádejných víťazov. Neprihliadalo sa na vek ani pohlavie. Od štvorročnej Sisky až po 70-ročného Petra, pre všetkých rovnaké poveternostné podmienky, dĺžka trate, kvalita snehovej pokrývky. Nikoho to však neodradilo, práve naopak. Prekážky sú na to, aby sme ich zdolávali. A keď je pri tom aj dobrá nálada, smiech a radosť z pohybu nič viac k šťastiu nechýba!

Ľuďmi obľúbené športové podujatie na svahoch blízkeho lyžiarskeho strediska organizovalo občianske združenie Cinobančan poslednú januárovú sobotu 27.1.2018. Výsledková listina:

Kategória najlepší lyžiar a lyžiarka do 10 rokov: 1.miesto Strculová Emka, 2.miesto Hédlová Terezka, 3.miesto Sudárová Kristínka

Kategória dievčatá do 15 rokov: 1. miesto Hédlová Nelka, 2. miesto Spišáková Kristínka, 3. miesto Gondeková Dominika

Kategória chlapci do 15 rokov: 1. miesto Fodor Rasťo, 2. miesto Gondek Matej, 3. miesto Činčura Daniel

Kategória chlapci do 20 rokov: 1. miesto Čonka Erik, 2. miesto Marko Michal

Kategória ženy: 1. miesto Kučerová Zuzana, 2. miesto Cieniková Erika, 3. miesto Hroncová Miroslava

Kategória muži: 1. miesto Škvorňa Ján, 2. miesto Škvorňa Marek, 3. miesto Hedl Peter. Najmladšia účastníčka súťaže Káková Siska a najstarší lyžiar pán Peter Hédl.

Foto a text: Silvia Očovanová a OZ Cinobančan

SPOLOČENSKÁ RUBRIKA

Jubilanti

V mesiacoch január a február sa dožívajú životných jubileí

✚	Elena BOROŠOVÁ	(Turičky)
✚	Ladislav KOMLÓŠI	(Cinobaňa)
✚	Ján KORIM	(Cinobaňa)
✚	Emília DOBROVÁ	(Cinobaňa)
✚	Kristína KOBLÍČEKOVÁ	(Turičky)
✚	Irena FURMANOVÁ	(Kat. Huta)
✚	Gabriela BARKÁČOVÁ	(Cinobaňa)
✚	Ludmila ČREPOVÁ	(Cinobaňa)

*Mnoho zdravia, šťastia, spokojnosti
a pohody v kruhu blízkych prajú členovia
komisie pre občianske záležitosti pri
OZ v Cinobani.*

Narodili sa

Dejan Oláh
Eleonóra Demeová

Opustili nás

Juraj Suja, Július Marko,
Helena Spišiaková

Česť ich svetlej pamiatky



/ okienko zdravíčka /

Chlieb náš každodenný

s Ľudmilou Hoffmanovou z Katarínskej Huty

Chlieb je takmer v každej domácnosti základnou potravinou a nevieme si bez neho predstaviť náš jedálny lístok. Je pre mňa zarážajúce, že naše obchodné reťazce ponúkajú chlieb, v ktorom sa nachádzajú konzervanty či iné prídavné látky, žiaľbohu ich používajú aj pekárne, ktoré produkujú tzv. domáci chlieb. Takéto „vylepšené“ zloženie pri pravidelnej konzumácii zaťažuje náš organizmus a môže spôsobovať rôzne zdravotné problémy.

V mojich predchádzajúcich článkoch som viackrát písala aj o pečení s použitím ražného kvásku. Tieto informácie vyvolali veľký záujem o kváskové pečenie, a tak som sa rozhodla, že mu budem venovať jeden celý článok.

Veľa ľudí nevie, že je rozdiel medzi tradičným chlebom z kvásku a chlebom z droždia. V čom je taký rozdiel? Kvások z droždia obsahuje baktérie alkoholového kvasenia, ktoré zaťažujú trávenie a preťažujú organizmus, úlohou droždia je len v ceste vytvoriť bublinky a urýchliť jeho vykysnutie.

Kvásk iba z múky a vody obsahuje prospešné baktérie mliečneho kvasenia, ktoré zlepšujú stráviteľnosť, pôsobia na našu imunitu, pôsobia preventívne proti cukrovke, či pomáhajú pri ekzémoch a akné.

Baktérie mliečneho kvasenia prirodzene chlieb konzervujú, čím zabraňujú tvorbe plesní.

Kváskovému pečeniu sa venujem roky, robím aj kurzy kváskového pečenia s dospelými aj deťmi. Veľmi rada sa podelím s mojimi skúsenosťami a možno to naštartuje ďalšieho kváskového nadšenca.

Receptov je veľa aj na internete, treba len skúšať a vnímať správanie cesta. Na proces kvasenia vplyva viac faktorov a ten istý recept môže zakaždým inak vypáliť. Na začiatok odporúčam použiť ražnú múku s pšeničnou či špaldovou, postupným skúšaním sami zistíte aké múky vám vyhovujú.

1. Výroba kvásku: do nádoby (nie kovovej) dáme zo 3 polievkových lyžíc (ďalej PL) ražnej múky a toľko vody, aby vznikla kašička o niečo hustejšia ako palacinkové cesto. To necháme postáť do druhého dňa pri izbovej teplote. Potom pridáme cca 2 PL múky a toľko vody, aby zostala predošlá hustota, tento proces opakujeme 5 dní, ktoré kvások potrebuje na svoju zrelosť - už po druhom dni sa začnú tvoriť bublinky. Kvások by mal byť teda nadýchaný, plný bubliniek. Ak začne rednúť a zmenšuje sa, je hladný, kvasinky potrebujú dokrmieť vodou a múkou.

2. Z cca 300 g múky, 100 ml kvásku a z vody urobíme rozkvas o hustote cesta na halušky a necháme 6 až 10 hodín postáť. Ak je proces v poriadku (aj kvások), tak sa objem zdvojnásobí.

3. Primiešame ďalších 300 g múky, s vodou podľa potreby, so soľou, rascou, semenkami ap.

4. Ak pečieme vo forme, nemusíme dbať na to, aby cesto bolo tuhšie, forma pomôže držať tvar.

5. Ak použijeme ošatku vysypanú škrobom, tak cesto miesime dlhšie a na doske a musí byť hutnejšie, pri miesení budete v ruke cítiť ako sa mení, je hustejšie ale vláčne.

6. Pečenie vo forme - rúru vyhrejeme na 220 st. C, pečieme pri tejto teplote asi minútu, teplotu znížime na 190 st. C a pečieme ešte cca 30 - 45 min. Upečený chlebič pri poklopaní vydáva dutý tón, ešte horúci ho potrieme studenou slanou vodou. Formu odporúčam vyložiť papierom na pečenie.

7. Pečenie ošatkové - do rúry dáme plech, naň papier a malý hrniec s vodou na spodok rúry, túto vyhrejeme na 220 st. C, plech rýchlo vyberieme, vyklopíme cesto. Ak sa náhodou prílepi ošatku, môže vyfučať, vtedy radšej do cesta vmiesime trochu múky alebo podľa potreby pridáme vodu a necháme ešte asi 1 hod podkysnúť a potom vyklopíme. Žiletkou môžeme na povrch cesta narezať vzory (radšej rýchlejšie) a dáme piecť ako v bode 6.

Kvásk môžeme skladovať v chladničke, kde nám vydrží aj týždeň. Pred použitím ho necháme 2-3 hodiny v teple, keď sa v kvásku začnú množiť bublinky, použijeme ho.

Niekedy je kvások aj po kŕmení ťažkopádny, dá sa oživiť tak, že z neho odoberieme, pridáme vodu a múku, ak začne búrlivý proces, je to OK, ale ak mu to dlho trvá a je lepkavý, tak je lepšie ho vyhodiť a urobiť nový.

Proces kváskového pečenia je dobrým učiteľom. Učí nás trpezlivosti, vnímaniu a fungovaniu v prítomnom okamihu, zároveň nám pomáha prekračovať vnútorné hranice obáv a neistoty. Prajem veľa úspechov v kváskovom liečivom dobrodružstve, neexistuje neúspech, len získavanie nových skúseností. V prípade záujmu veľmi rada pomôžem rôznymi spôsobmi, či sa podelím s už hotovým kváskom.

STRIEBORNÁ (719 m n.m.)



zimný hviezdicový výstup

Zraž na vrchole okolo 11.00 hod.



17. FEBRUÁR 2018 / SOBOTA