

Čabský spravodajca

Časopis obyvateľov obce Čab



*Pre veselé sviatky jari,
slnko v každej jednej tvári.
Bystré nohy, svižný korbáč,
šunku, chlebík ba aj koláč.
Trošku kriku, šťastia moc,
prajeme Vám krásnu
Veľkú noc.*



Ročník XIV.
Číslo 01/2016
Marec 2016

ISSN 1339-0082
Nepredajné

Slovo starostky obce

Vážení občania,

Ako som Vás už informovala, v minulom roku sme začali pripravovať dva projekty a to zateplenie Materskej školy a úpravu jej okolia a rekonštrukciu detského ihriska. Oba projekty sú ako podklady na čerpanie finančných prostriedkov z eurofondov cestou Poľnohospodárskej platobnej agentúry. Projekt na rekonštrukciu ihriska bol podaný vo februári 2016 a projekt na zateplenie materskej školy. Pevne dúfam, že nám budú na tieto aktivity pridelené aj finančné prostriedky.

Ďalšou významnou zmenou v našej obci bude rozšírenie závodov v priemyselnej zóne. Ako prví s rozšírením začne f. Bourbon Automotive Plasticss.r.o.(BAP) a takisto i f. BIA Plastic and Plating Technology Slovakia s.r.o. V krátkom čase sa už začne so skrývkou pôdy a výkopmi pre základy. Na jeseň r.2017 by mala táto firma zamestnávať o 300 ľudí viac.

Mnohí ste zaregistrovali, že vláda SR avizovala aj príchod fabriky na spracovanie mlieka do nášho priemyselného parku. Dúfam však, že naša priemyselná zóna sa stane lukratívnou aj pre iných investorov a tak zabezpečí prácu pre ľudí v našom širokom okolí.

Vážení spoluobčania,

Tohtoročná zima nám nenadelila veľa snehu, krajinu neprikryla snehová perina, zato nás častovala častými hmlami a jemným dažďom. V našej pôde nastáva tak deficit vlhky, čo veľmi nepriaznivo pôsobí na prácu poľnohospodárov ale aj záhradkárov. Dúfajme, že toto leto nás nebude trápiť vysokými teplotami ako minulé a poľnohospodári i záhradkári sa budú radowať z dobrej úrody.

V tomto roku nám jar prichádza veľmi rýchlo. Príchod jari je spájaný aj so sviatkami veľkej noci. Veľká noc nie je iba jeden zo sviatkov medzi ostatnými sviatkami. Ale je to i tajomstvo zmŕtvychvstania, v ktorom Kristus zvíťazil nad smrťou. Každý rok na jar sa odohráva zápas života so smrťou. Zo zamrzutej zeme vyrastá tráva, rozkvitá zasnežená lúka, na zamrznutom strome vypučia listy... Raz na jar pred rokmi na Veľkú noc sa však odohral aj iný zápas so smrťou. Veľká noc nie je len sviatkom jari. Ježiš Kristus, ktorý bol mŕtvy, prekonal smrť a vstal k novému životu. Táto symbolika sa preniesla aj do kresťanstva ako prechod z hriechu do života v Božej milosti, ktorý zabezpečil Ježiš Kristus svojou smrťou a zmŕtvychvstaním. Predstavujú to i veľké Božie skutky, ktoré Ježiš urobil počas jednej noci pre svoj ľud, a preto každoročnú spomienku na tento deň Izraeliti nazvali Veľkou nocou.

Preto aj mne dovoľte popriať Vám príjemné prežitie Veľkonočných sviatkov a môj príhovor zakončiť vinšom k tomuto sviatku.

K radu ďalších vinšovníkov aj ja podľa dobrých zvykov pripojiť chcem keď nie inšie, aspoň ešte tieto vinše: Pekné sviatky, dobrú zrodu, ženám čerstvú, sviežu vodu, mužom nech tiež sladko je, nech si vyjdú na svoje.

Starostka obce

Čabský spravodajca, Obecný štvrťročník. Vydavateľ: Obecný úrad Čab, Čab č.1, 951 24, IČO: 36105724, tel. 037/7894370, fax. 037/7894388, mail: info@obeccab.sk, Evidenčné číslo EV 3215/09, ISSN 1339-0082. Dátum vydania: marec 2016. Redakčná rada: M. Báležová, PhDr. M. Líšková, Ph.D., PhDr. E. Ballová Mikušková, Ph.D., D. Báležová, P. Vranka, PaedDr. E. Nováková. Tlač a grafická úprava Tlačiareň Michelangelo, Nitra. Redakcia si vyhradzuje právo príspevky krátiť a jazykovo upraviť.

ZO ZASADNUTIA OBECNÉHO ZASTUPITEĽSTVA V ČABE

10. zasadanie obecného zastupiteľstva – 14.12.2015

Berie na vedomie:

- správu volebnej komisie, ktorú prečítal predseda volebnej komisie p. Radoslav Šmitala
- informáciu o plnení uznesení zo 8. a 9. zasadnutia OZ
- aktualizáciu Programu hospodárskeho a sociálneho rozvoja na r. 2016-2023
- plánované investičné projekty

Schvaľuje:

- zapisovateľa a overovateľov zápisnice
- na základe § 18 ods.1 zákona 369/1990 Zb. o obecnom zriadení, v znení neskorších predpisov p. Ing. Ladislava Fúsku, bytom Zbehy do funkcie Hlavného kontrolóra obce Čab na nasledujúce funkčné obdobie (6 rokov)
- na základe § 18 ods.1 zákona 369/1990 Zb. o obecnom zriadení, v znení neskorších predpisov úväzok hlavného kontrolóra Obce Čab 0,1 %
- VZN č. 3/2015 o podmienkach predaja výrobkov a poskytovania služieb na trhovách miestach na území Obce Čab
- VZN č. 4/2015 Obce Čab Trhový poriadok
- VZN č. 5/2015 o miestnych daniach
- VZN č. 6/2015 o miestnom poplatku za komunálne odpady a drobné stavebné odpady
- VZN č. 7/2015, ktorým sa mení a dopĺňa VZN č. 5/2007 zásady rozpočtového hospodárenia Obce Čab
- Sadzobník Obce Čab Cenník úhrad za služby poskytované obcou
- Rozpočet na roky 2016 - 2018

Ruší:

- VZN služby poskytované obcou č. 1/2015

11. zasadanie obecného zastupiteľstva – 30.12.2015

Berie na vedomie:

- informáciu o plnení uznesení z 10. zasadnutia OZ

Schvaľuje:

- zapisovateľa Annu Vrankovú a overovateľov zápisnice Ing. Dalibora Greguša a p. Petra Vranku
- úpravu rozpočtu - 4. rozpočtové opatrenie r. 2015
- Program hospodárskeho a sociálneho rozvoja na r. 2016 - 2023
- plán kontrolnej činnosti hlavného kontrolóra na 1. polrok 2016
- plat hlavnému kontrolórovi podľa § 18c zákona 369/1990 Z.z., ktorý je zvýšený o 30 % a to formou mesačnej odmeny
- plán zasadnutí Obecného zastupiteľstva v Čabe na 1. polrok 2016
- príspevkov vo výške 200 € na zakúpenie ceny do zlosovania vstupeniek na II. škôlkarsky ples

12. zasadanie obecného zastupiteľstva – 15.02.2016

Berie na vedomie:

- informáciu o plnení uznesení z 11. zasadnutia OZ
- správu hlavného kontrolóra obce zameranú na nakladanie s majetkom formou predaja, schválenie zámeru predat, veľkosť a cena a zápis do katastra v roku 2015 v obci Čab
- správu hlavného kontrolóra z kontroly plnenia podmienok pre uzatváranie nájomných zmlúv v zmysle zákona č.138/1991 Z.z. o majetku obcí a včasnosti zverejňovania faktúr na webovej stránke obce a poskytovaní informácií podľa Zákona č.211/2000 Z.z. o slobodnom prístupe k informáciám
- vedomie informácie bezpečnostného technika a požiarneho preventívára obce Čab

- vrátenie časti dotácie na prevenciu kriminality v roku 2014
- vypracovanie zámeru pre posúdenie EIA na projekt „Výstavba a rekonštrukcia športovísk a detských ihrísk v obci Čab“, ako podkladu k žiadosti o čerpanie dotácie
- Výpožičný poriadok Obecnej knižnice Čab

Schvaluje:

- zapisovateľa Martu Báležovú a overovateľov zápisnice Ing. Martina Vranku a Mgr. Danielu Halvoníkovú
- Aktualizácia Programu hospodárskeho a sociálneho rozvoja na r. 2016-2023
- vypracovanie pasportu stavby pre 4 bj a 8 bj
- aby oprava dúchadiel v ČOV pri 12 bj. bola premietnutá do vyúčtovania nájomníkov na 12 bj
- opravu chodníka na vystupovanie z autobusu pred autobusovými zastávkami

Doporučuje:

- starostke obce osloviť revízneho technika, ktorý posúdi stav elektroinštalácie a následne projektanta, ktorý vypracuje projekt na výmenu elektroinštalácie v materskej škole, Dome smútku a v kultúrnom dome a obecnom úrade.
- starostke obce premiestniť kontajner na textil od 4 bj pred obchod, kontajner na sklo umiestniť viac pri elektrický stĺp, odstrániť starý múrik a stĺp z pôvodného oplotenia MŠ a tým zväčšiť stojisko smetných nádob.
- starostke obce písomne odpovedať na sťažnosť p. M. Melovičovej nasledovne: Poslanci OZ dospeli k názoru, že je to z dôvodu nesprávne riešeného vstupu na pozemok majiteľmi nehnuteľnosti. Z toho dôvodu sa tu zhromažďuje voda a preto navrhujú majiteľke nehnuteľnosti vhodne si upraviť vjazd na pozemok

VÝSLEDKY HLASOVANIA

vo voľbách do Národnej rady Slovenskej republiky 05.marca 2016 v obci Čab

Účasť vo voľbách:

Počet oprávnených voličov	621
Počet zúčastnených voličov	386
Počet platných hlasov	377
Účasť vo voľbách v %	62,16

Počet platných hlasov odovzdaných pre každú politickú stranu, politické hnutie alebo koalíciu

Stana TIP	5
Strana moderného Slovenska (SMS)	0
OBYČAJNÍ LUDIA a nezávislé osobnosti (OLANO – NOVA)	20
Demokrati Slovenska – Ľudo Kaník	1
Šanca	0
SME RODINA – Boris Kollár	16
Strana zelených Slovenska	3
KOALÍCIA SPOLOČNE ZA SLOVENSKO	0
Maďarská kresťanskodemokratická aliancia	0
VZDOR – strana práce	1
MOST – HÍD	5
Slovenská národná strana	38
Odvaha – Veľká národná a proruská koalícia	0
Komunistická strana Slovenska	3
Slovenská demokratická a kresťanská únia – Demokratická strana	0
SMER – sociálna demokracia	172
Kresťanskodemokratické hnutie	43
Slovenská občianska koalícia	3
Kotleba – Ľudová strana Naše Slovensko	34
# SIEŤ	16
Strana maďarskej komunity	0
PRIAMA DEMOKRACIA	0
Sloboda a Solidarita	17

UVÍTANIE DETÍ DO ŽIVOTA

*Keď sa domov naplní zvoním hrkálok
a rozvoní bábätkom,
je to to najkrajšie a najmilšie,
čo môže do rodiny vstúpiť...*



Áno, každé narodenie dieťaťa je malý zázrak. Každé dieťaťko je stelesnením krásy, nevinnosti a čistoty, je pokračovaním nášho života. Aj v našej obci sa pravidelne koná slávnostné Uvítanie detí do života. Táto slávnosť sa konala 15. februára v kultúrnom dome. Opäť sme spoločne s rodičmi, starými rodičmi a ďalšími príbuznými prežívali neopakovateľné a vzácne chvíle. Veď čo je krajšie, ako hľadieť do nevinných detských očí? Čo je nežnejšie, ako objatie krehulinkými detskými rúčkami? A čo je vzácnejšie, ako počuť smiech z tých rozkošných malých ústočiek?

Sálu kultúrneho domu rozžiarili očká týchto nových občianok: Valúšková Alexandra, Rácová Natália, Bíliková Sabína, Krajčovič Šimon, Fuska Adam, Suchý Dominik, Bernadičová Lea.

O kultúrny program na tejto milej udalosti sa postarali deti z materskej školy a najmladšie členky speváckej skupiny Čaban-ka Anička a Sophia.

A čo zaželať našim novým občiankom? Nech sú vždy obklopení láskou a starostlivosťou, nech rozkvitajú zdravím a nech je ich život naplnený radosťou a šťastím.

M. Báležová



Spoločenská kronika

Jubilanti:

Michal Jobek
Štefan Šmitala
Pavol Tomka
Darina Kulichová
Elvíra Gajdošová
Karol Ďurka
Štefan Fuska
Daniela Antaličová

Narodili sa:

Nina Révayová
Dominika Nováková

MAREC – MESIAC KNIHY

„Nemilovať knihu, znamená nemilovať múdrosť
a nemilovať múdrosť, znamená stávať sa hlupákom.“

Mesiac marec, máme už od školských čias v pamäti zapísaný ako mesiac knihy. Možno tento prívlastok už nevnímame tak intenzívne ako kedysi, keď bolo oveľa menej možností vzdelávania a získavania informácií ako dnes, no napriek tomu majú knihy určite v našom živote svoje stále miesto. Zdrojom stretnutí s knihami sú aj knižnice. V našej obecnej knižnici v Čabe každý z nás nájde pre seba zaujímavú knihu, či pre deti alebo pre dospelých. V tomto roku boli do knižnice zakúpené nové knihy pre Vás. Takže stačí už len prísť a vybrať si. Členský poplatok na jeden rok je 0,50 eur.

Pre deti a mládež:

Štrauch Daniel - GOGO chalan z internetu
Hevier Daniel - S deťmi sa dá dohodnúť
Roth Veronica - Štyri
Krupová Eva - Ladové kráľovstvo
Maderleinová Ute - Čítanie na dobrú noc
Green John - Nech sneží
Bray Adam - Star Wars
Šulajová Zuzka - Džínsový denník 5
Forssén Ehrlin Carl - Johan - Zajko, ktorý chce zaspať

Pre dospelých:

Grisham John - Podfuk
Karika Jozef - V tieni mafie
Nesbo Jo - Syn
Hamzová Mária - Nechcela som ťa stretnúť
Urbaníková Eva - Nakresli mi vietor
Bernátová Gabrielle - Dedička
Dashner James - Labyrint
Forman Gayle - Zostaň so mnou
Rimová Andrea - Za dverami mojich snov
Hrašková Eva - Nebo vonia tebou
Hrašková Eva - Nežný dotyk nenávisť
Ježovičová Kristína - Podvodníčka
Graterová Jana - Horká ako čokoláda
Hornáková Erika - Tak sa to stalo
Hrašková Eva - Len kým si tu
Bernátová Gabrielle - V dobrom aj v zlom
Široká Zuzana - Polámané krídla
Ježovičová Kristína - Červená jej pristane
Cheung Theresa - Rozhovory s nebom
Gajarská Jaroslava - Zlatá klietka
Christie Agata - Záhada Modrého vlaku
Karika Jozef - Čierna hra: Vláda mafie
Keleová-Vasilková Táňa - Sľub
Woodvardová Ella - Lahodne s Ellou
Pronská Jana - Verenica
Macháčková Monika - Iná žena
Pronská Jana - Čierna vdova
Bjork Samuel - Cestujem sama
Nesbo Jo - Polnočné slnko
Lagercrantz David - Dievča, ktoré uviazlo v pavúčej sieti
Vasilková-Keleová Táňa - Vône života
Puzo Mario, Falco Ed - Krstný otec
Hawkins Paula - Dievča vo vlaku
Repovská Jarmila - Ako si neskaziť život
Vasilková-Keleová Táňa - Julinkina pekáreň
Tekelyová Emma a Ema - Sladkosti od ktorých sa nepriberá 2



Jonasson Jonas - Storočný starček, ktorý vyliezol z okna a zmizol
Dán Dominik - Krv nie je voda
Tóth Peter - Kauza Cervanová
Dančiak Stanislav - Horná Dolná
Weir Andy - Martan
Farkašová Kristína - Som mama
Dán Dominik - Noc temných klamstiev
Lehotský Jozef - Kraj medzi Nitrou a Váhom
Heger Jozef - Ako tvoriť názvy organických zlúčenín
Beneš Pavel - Chemické a biologické praktiká
Bašovská Mária - Biológia pre 1. ročník gymnázií
Bašovská Mária - Biológia pre 2. ročník gymnázií
Hudecová Ružena - Ekológia
Pappová Petra - Lope de vega, Nové umenie ako písať komédie v dnešných časoch
Pappová Petra - Divadelné myslenie v španielsku v 20. a 21. storočí
Malíčková Michaela - Upír ako maska inakosti
Pappová Petra - Ženská postava v dramatickej tvorbe Federica Garcia Lorcu
Dudová Katarína - Kognitívna schéma prameň-cesta-cieľ v jazyku dramatického textu
Gromová Edita - Translácia v divadelnej komunikácii
Kaizerová Petra - Humor a dramatika v časopise Černokňažník
Dubačová Viera - Terapia divadlom
Blašková Lucia - Performančné aktivity s edukačným presahom
Žiška Kamil - O divadelnej réžii
Dušová Petronela - Rozprávanie bábkoherca o herectve s bábkou
Inšitorisová Dagmar - Divadelná kritika
Olšiak Marcel - Ortoepia javiskovej reči

FAŠIANGY, TURÍCE, VEĽKÁ NOC PRÍDE ...

Fašiangy predstavujú obdobie od Troch kráľov do Popolcovej stredy. Fašiangy boli časom páračiek, zabíjačiek, svadiieb, zábav i fašiangových sprievodov masiek. Fašiangy - symbol veselosti, zábavy, hodovania a pitia. Fašiangová zábava a tradičné „Pochovanie basy“ sa stalo aj v našej obci zaužívaným zvykom. Nepochybne patri aj k udalosti, na ktorú po ukončení fašiangov tešia malí i veľkí.

Všetko sa začalo v nedeľu 7. februára v kultúrnom dome. Celé dopoludnie pripravovali ženičky z výroby ZO JDS v Čabe rôzne pochúťky ako šišky, kysnuté koláče makové, tvarohové, orechové, aby popoludní, keď sa začne fašiangová zábava mohli všetkých prítomných pohostiť. Popoludní sa už sálou KD niesli veselé piesne v podaní speváckej skupiny Čabanka. A keďže aj dobrého veľa škodí a Popolcovou stredou sa začína obdobie pôstu, bolo potrebné ukončiť zábavu. Na záver sme so smiechom „zaslžili“ pri obrade pochovania basy, ktorého sa ujala speváčka

skupina Čabanka. V programe nechýbal „kňaz, kostolník i smútiaci pozostali“. Na záver basu vyniesli von zo sály, čím ju symbolicky pochovali. Tým sa fašiangy ukončili a začalo 40-denné obdobie pôstu.

M. Bálašová



ZIMA V MATERSKEJ ŠKOLE



Zima nám tento rok neukázala svoju pravú tvár, ale nás škôlkarov to neodradilo a zimnú atmosféru sme si vyčarovali aspoň v škôlke. Snehuliakov sme si vytvorili z papiera a guľovačku sme si užili aj v triede ☺. A samozrejme sme vytvorili krmidlá pre vtáčiky a pravidelne sme ich krmili, aby túto zimu vtáčiky strávili príjemne. Zimné radovánky sme obohatili tradičným Fašiangovo-

vým karnevalom, na ktorom sme sa dobre zabavili.

Zimu sme sa snažili privolať aj divadlom O zime, ale ani to nepomohlo a pravá zima nie a nie prísť.

A už ju ani volať nebudeme, lebo sa začíname tešiť na jar a sviatky jari.

Jana Kunová, riaditeľka MŠ

ŠKÔLKARSKÝ PLES 2015

Po minuloročnom úspechu rodičia detí navštevujúcich Materskú školu v Čabe, spolu s pani učiteľkami, priateľmi a podporovateľmi MŠ usporiadali aj tento rok Škôlkarský ples. V piatok 22. januára 2016 sa zišla skvelá konštelácia ľudí a výborne sme sa všetci zabavili.

Tohtoročné prípravy plesu sa zaobišli bez pohrôm a katastrof (iba pre pripomenutie, minulý rok nám tesne pred plesom vytopilo škôlku). Našťastie, aj tentokrát sa zišlo úžasné množstvo ochotných rodičov a priateľov, ktorí venovali svoje sily a čas príprave plesu. Veľmi milým prekvapením bolo, že záujem o lístky na ples bol enormný a už začiatkom roka sme mali takmer vypredanú sálu ☺. Bolo preto radosťou pripravovať Kultúrny dom, chystať ceny do tomboly a predstavovať si, aký bude ples.

V piatok večer, keď už bolo všetko na svojom mieste, sa okolo 18:30 začali schádzať prví hostia a niečo po 19:00 sme ples zahájili. Po privítaní všetkých hostí sa slova ujala riaditeľka MŠ Janka Kunová, všetkým prítomným popriala príjemnú zábavu a slovo

odovzdala zástupcovi starostky obce Čab Radoslavovi Šmitalovi, ktorý otvoril ples.

Hneď na úvod nás navnadili do tanca deti z Výčap-Opatoviec, ktoré nám predviedli veľmi milý a povzbudivý tanec. Potom už do tanca hrala skupina Eminent, ktorá veľmi rýchlo vytiahla všetkých na parket. Príjemne vyhladnutých nás potešila chutná večera, a s novými silami sme pokračovali v zábave.

Tohtoročnou novinkou na plese bola tichá aukcia diel detí z našej Materskej školy. Plesajúci si mohli vybrať jedno z desiatky detských diel a navrhnuť sumu, za ktorú by dielko odkúpili. Pred polnocou sme vybrali najvyššie ponuky pre každé dielo a víťazi tichej aukcie si tieto unikáty mohli (po zaplatení) vziať domov. Verím, že pohľad na ne im pripomína tento príjemný večer. Okolo polnoci sa už všetci tešili na tombolu. Cien bolo viac ako minulý rok, rovných 100 + cena útechy. Hlavnou cenou bol LCD televízor od Obecného úradu v Čabe. Po tombole pokračovala zábava až do rána a skalní vydržali až pokým sa vonku nerozvidnelo ☺.

Touto cestou sa chcem v mene všetkých organizátorov srdečne poďakovať všetkým sponzorom a anonymným darcom Ados Dôvera, AK Csanda - Piterka, Bourbon AP Nitra, MS Slovenského červeného kríža, DAB Nitra, DEVIO Nové Sady, IP Design, Kaderníctvo Luci, Klinika dr. Kostku, Kvetinárstvo Lenka Staňová, Trvalková škôlka Victoria - p. Šášiková, L&Š, Lekáreň Alfa - Omega Nové Sady, Limatech, Nitrianska organizácia cestovného ruchu, Novafenz, Obecný úrad Čab, ORANGE, RETIC Nové Sady, SB Plus, Slovenský rybársky zväz Malé Zálužie, Stolárstvo Krajčovič, SVS Nitra, Šariš, Štúdio Seven, Tami, TJ v Čabe, TV Lux, Vabal Rišňovce, Velkopopovický kozel, ZP Dôvera, Zlatý Bažant, Zoborská studňa, Zovos EKO Čab, p. Brezniak, p. Hnilková, p. Kollár, p. Králik, p. Melovičová, p. Nováková, p. Poláčková; p. Seléšová, p. Záturová, rod. Gréčová a rod. Kollárová.

V neposlednom rade chcem vysloviť veľké poďakovanie rodičom, príbuzným a celému personálu MŠ – všetkým, ktorí pripravám plesu venovali množstvo energie, času, no hlavne odhodlania a entuziazmu. Bez ich nezištnej pomoci by nebolo možné ples pripraviť.

Dúfam, že o rok sa na plese opäť uvidíme.

Eva Ballová Mikušková



NOVÝ OŠETROVATEĽSKÝ PRÍSTUP – EDUKÁCIA A PORADENSTVO CEZ INTERNET

Informačno-komunikačné technológie nám zasahujú do života každodenne. Ich cieľom je aby nám pomohli a uľahčili život. Ak potrebujete radu od odborníkov, ktorí sa venujú starostlivosti o seniorov, starostlivosti o rany, psychiatrickej starostlivosti a starostlivosti o nevyliciteľne chorých a zomierajúcich je možné ju získať aj cez internet prostredníctvom teleošetrovateľstva. Ide o nový ošetrovateľský prístup, ktorí overujeme na Katedre ošetrovateľstva Fakulty sociálnych vied a zdravotníctva Univerzity Konštantína Filozofa v Nitre.

Jedným z najčastejších ošetrovateľských prostredí pre uplatnenie

teleošetrovateľstva vo svete je starostlivosť v prirodzenom sociálnom prostredí teda domácnosť pacienta, prípadne jeho detí. Domáca starostlivosť je využívaná hlavne u pacientov, ktorí sú nepohybliví, žijú vo vzdialených alebo ťažko dosiahnuteľných miestach, sú chronicky chorí, majú hlavne chronické ochorenia dýchacieho a srdcovocievneho systému, cukrovku, degeneratívne ochorenia pohybového systému, Parkinsonovu a Alzheimerovu chorobu alebo majú špeciálne potreby.

Hlavným motívom našej práce je snaha realizovať teleošetrovateľstvo na Slovensku v oblastiach edukácie a poradenstva. Cez

grantovú agentúru MŠVaV SR - KEGA sme získali grant na projekt pod názvom „Edukácia a poradenstvo ako súčasť teleošetrovateľstva v domácej zdravotnej starostlivosti“. Projekt rieši problematiku využívania informačných technológií pri ošetrovaní pacientov v domácej zdravotnej starostlivosti so zameraním na edukáciu a poradenstvo. Cieľom projektu je aplikovať nový ošetrovateľský prístup v našich podmienkach a monitorovať záujem pacientov a rodinných príslušníkov o túto formu starostlivosti. Vytvorili sme webovú stránku kde nájdete edukačné materiály a spustili sme diskusné fórum o zdravotných problémoch pacientov v domácom prostredí. Riešiteľský kolektív zabezpečí odborné poradenstvo a edukáciu v oblastiach geriatrickej starostlivosti, starostlivosti o rany, psychiatrickej a paliatívnej starostlivosti (starostlivosti o nevyliciteľne chorých a zomierajúcich). Ak potrebujete informácie a poradenstvo v niektorej z oblastí kliknite na www.kega.fsvaz.ukf.sk.

PhDr. Miroslava Lišková, PhD.



Klub zberateľov pohľadníc pri pobočke Slovenskej numizmatickej spoločnosti v Nitre usporiada

HOBBY Stretnutie zberateľov všetkých odborov

Kedy: v nedeľu 1.5.2016 ■ Kde: Agrokomplex Nitra, Výstavná ul., PAVILÓN A ■ Čas: 7.00 hod – 11.30 hod.

Cena stola: 5 € ■ Vstupné: 1 € ■ Parkovanie: 1 €

Objednávky: 0907 894 125, email: alkar@zoznam.sk

Venujte prosím svoje 2% z dane občianskemu združeniu ZRPŠ pri Materskej škole v Čabe.

Vaše 2% z dane pomôžu zabezpečiť pre deti v škôlke to najakútnejšie, bezpečné, zdravé a podnetné prostredie pre deti.

Formulár pre poukázanie 2% nájdete na stránke www.obeccab.sk.

Ďakujeme!

rodičia detí a pedagogičky MŠ v Čabe

Združenie rodičov a priateľov školy pri MŠ v Čabe je nezávislé, dobrovoľné združenie rodičov (zákoných zástupcov) a žiakov MŠ v Čabe.

OBEC ČAB
Vás pozýva na tradičné podujatie,
STAVANIE MÁJA
30.4.2016 (sobota)
o 18.00 h,
športový areál
O zábavu sa postará spevácka skupina ČABANKA

Obecný úrad Čab
a kultúrna komisia
Vás pozývajú
na slávnostný program
ku DŇU MATIEK, ktorý sa uskutoční
v nedeľu 1. mája 2016 o 14.00 hod.
v kultúrnom dome.
V programe vystúpia:
Deti z materskej školy
Žiaci Súkromnej základnej umeleckej školy Ely Pacovskej
Spevácka skupina Čabanka

VYTVORME SI SPOLU ...

BETÓNOVÉ VAJÍČKA



Uchovať spomienku na veľkonočné sviatky pre generácie, ktoré prídu po nás, zaručene pomôžu betónové vajíčka. Sú jednoduché a krásne.

Budeme potrebovať:

Vyfúknuté vajíčka

Pevná lepiaca páska

Cement, piesok, voda, urýchľovač tuhnutia

Plastová nádobka a murárska špachtľa

Brúsny papier

Biela farba vhodná na betón

Tenký špicatý štetec.

Postup:

Z vajíčka vyfúkame obsah, jednu dierku zalepíme a druhú trochu zväčšíme. V malej miske zarobíme betónovú zmes (1 diel cementu, 1 diel piesku, voda, pol lyžičky urýchľovača tuhnutia). Zmes nalejeme do vajíčok a necháme tuhnúť cca dva dni. Potom vajíčka olúpeme a odliatok necháme schnúť približne ďalšie dva dni. Prípadne nerovnosti prebrúsime. Vajíčka pomalujeme neriedenou farbou.

Môj typ: Vajíčka môžeme uložiť do hniezda z konárikov a položiť na podnos na maškrtky.



BETÓNOVÉ KVETINÁČE

Kvetináče rôznych tvarov a veľkostí si ľahko vyrobíme odlievaním do rôznych plastových misiek.

Potrebuje:

Biely cement

Drobný štrk

Nehnojená rašelina

Korkové zátky 2 kusy

Farba na betón

Väčšia a menšia plastová miska

Murárske vedro

Brúsny papier, štetec

Postup:

Do vedra nasyieme 1 diel cementu, 1 diel drobného štrku a 1,5 dielu rašeliny. Zmes nasucho premiešame, zalejme asi 1 dielom vody a dobre premiešame. Zmes by mala byť hustá. Trochu zmesi dáme na dno plastovej misky a zatlačíme do nej dve korkové zátky. Na korkové zátky položíme druhú menšiu misku a lyžicou priestor vyplníme betónovou zmesou. Zmes naplníme asi 1cm pod okraj vnútornej misky, aby sme ju potom mohli ľahšie vybrať. Do vnútornej misky vložíme kameň alebo kúsok tehly ako ťažidlo. Betón necháme stvrdnúť aspoň dva – tri dni a potom ho z misky vyklopíme. Bude ešte vlhký, preto s odliatkom manipulujeme opatrne a nechajme ho úplne vyschnúť. Korkové zátky vyberieme otváračom na vínovo fľaše. Ak je okraj kvetináča veľmi nerovný, prebrúsime ho brúsny papierom. Suchým štetcom kvetináč zbavíme prachu. Vnútro kvetináč natrieme farbou na betónové povrchy, aby sme znížili jeho nasiakavosť vodou.

Zdroj: Mama a ja, časopis



www.obeccab.sk

- obecné oznamy
- zápisnice a uznesenia zo zasadnutia OZ
- informácie o pripravovaných akciách
- fotky z kultúrnych a športových akcií
- zverejnené zmluvy, faktúry a objednávky

AKO SA SPRÁVAŤ NA CESTE

Najdôležitejšie zásady pre chodcov:

- chodec je povinný používať predovšetkým chodník, tam kde chodník nie je alebo kde je neschodný, chodí po ľavej krajnici
- iní účastníci cestnej premávky než chodci nesmú chodník používať
- s vozidlom je možné zastavenie a státie na chodníku za predpokladu, že zostane voľná šírka chodníka najmenej 1,5 metra
- za zníženej viditeľnosti musí mať chodec idúci po krajnici alebo po okraji vozovky na sebe viditeľne umiestnené reflexné prvky alebo oblečený reflexný bezpečnostný odev
- chodci smú ísť po krajnici alebo po okraji vozovky najviac dvaja vedľa seba, ak tým najmä za zníženej viditeľnosti alebo za zvýšenej premávky neohrozia alebo neobmedzia cestnú premávku
- pri prechádzaní cez cestu je chodec povinný prednostne použiť priechod pre chodcov
- chodec nesmie vstupovať na vozovku, a to ani pri použití priechodu pre chodcov, ak vzhľadom na rýchlosť a vzdialenosť prichádzajúcich vozidiel nemôže cez vozovku bezpečne prejsť
- mimo priechodu pre chodcov sa smie cez vozovku prechádzať len kolmo na jej os
- pred vstupom na vozovku sa chodec musí presvedčiť, či tak môže urobiť bez nebezpečenstva, a len čo vstúpi na vozovku, nesmie sa tam bezdôvodne zdržiavať ani zastavovať

Najdôležitejšie zásady pre cyklistov:

- na bicykli sa jazdí predovšetkým po cestičke pre cyklistov. Po cestičke pre cyklistov sa jazdí vpravo. Kde cestička pre cyklistov nie je alebo nie je zjazdná, jazdí sa pri pravom okraji vozovky
- za zníženej viditeľnosti musí mať cyklista jazdiaci po krajnici alebo po okraji vozovky na sebe viditeľne umiestnené reflexné prvky alebo oblečený reflexný bezpečnostný odev
- na jednomiestnom bicykli nie je dovolená jazda viacerým osobám
- cyklista je povinný počas jazdy na bicykli mimo obce chrániť si hlavu riadne upevnenou ochrannou prilbou. Ak je cyklistom osoba mladšia ako 15 rokov, táto povinnosť sa vzťahuje aj na jazdu v obci
- cyklista je povinný použiť bicykel, ktorý spĺňa ustanovené podmienky

Na záver by sme chceli upozorniť hlavne rodičov detí, aby zabezpečili ich oblečenie a školské tašky reflexnými a fluorescenčnými prvkami. Reflexné predmety odporúčame umiestniť najlepšie na konci rukávov, blízko ku kolenám a do úrovne pásu (cyklisti tiež na prilbu a bicykel).

ZŠ s MŠ Nové Sady 176 pozyva všetkých budúcich prvákov a ich rodičov na zápis žiakov do I. ročníka pre školský rok 2016/2017, ktorý sa uskutoční 12. - 13. apríla 2016 od 14.00 hod. do 17.00 hod.

V súlade s VZN Obce Nové Sady č. 35/2015 a § 19 a § 20 zákona č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov a podľa § 10 vyhlášky MŠ SR č. 320/2008 Z. z. o základnej škole je zákonný zástupca dieťaťa povinný v tieto dni prihlásiť na zápis dieťa, ktoré do 31. augusta 2016 dovŕši šiesty rok veku, ako aj dieťa, ktorému bol odložený začiatok plnenia povinnej školskej dochádzky.

Na zápis je nutné prísť s dieťaťom.

Pri zápise zákonný zástupca dieťaťa predloží:

- občiansky preukaz
- rodný list dieťaťa
- vyplnený protokol o zápise do 1. ročníka, ktorý je k dispozícii v MŠ alebo na webovej stránke školy <https://zsnovesady.edupage.org/> v sekcii na stiahnutie
- podľa potreby preukázateľný doklad o zdravotnom stave dieťaťa

Ak žiadate o odklad školskej dochádzky:

- vyplňte žiadosť o odklad školskej dochádzky (nájdete ju na webovej stránke školy)
- predložte odporúčenie všeobecného lekára pre deti a dorast
- predložte odporúčenie príslušného zariadenia výchovného poradenstva a prevencie

Ak žiadate o predčasné zaškolenie:

- vyplňte žiadosť o predčasné zaškolenie (nájdete ju na webovej stránke školy)
- predložte súhlasné vyjadrenie príslušného zariadenia výchovného poradenstva a prevencie
- predložte súhlasné vyjadrenie všeobecného lekára pre deti a dorast

Ponúkame:

- ŠKD, stravovanie v ŠJ, AJ od 1. ročníka, individuálny prístup, triedy s interaktívnymi tabuľami, pestrú ponuku záujmových útvarov, regionálnu výchovu, možnosť objednať pre svoje dieťa predpísané zošity a učebné pomôcky v celkovej hodnote 21 €

POZVÁNKA NA ZÁPIS

Pozývame všetky deti a ich rodičov na zápis
do Materskej školy Čab,

ktorý sa bude konať 10. - 12. mája 2016 v čase od 11.00 -16.00 hod.

K zápisu je potrebné priniesť

1. vyplnenú žiadosť o prijatie na predprimárne vzdelávanie
2. potvrdenie o spôsobilosti dieťaťa navštevovať MŠ od lekára pre deti a dorast (tlačivá nájdete na <http://www.materskaskolacab.weblahko.sk/Dokumenty.html>)
3. rodný list dieťaťa k nahliadnutiu.

V zmysle zákona č 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní, budú prednostne prijaté deti:

- a) ktoré dovърšili piaty rok veku
 - b) deti s odloženou povinnou dochádzkou a dodatočne odloženou povinnou školskou dochádzkou
- Ostatné podmienky prijímania detí: osvojenie hygienických návykov (dieťa je bez plienky)



Niečo pekné a šikovné pre deti:

KOHÚTIK Z PLASTOVEJ LYŽIČKY

Potrebujem:

- Farebný papier
- Plastovú lyžicu
- Lepidlo napr. Herkules
- Drobné ozdoby napr. oči, pierka, stužka

Postup:

Z tvrdého papiera si vystrihneme kruh, ktorý prilepíme na plastovú lyžicu. Tiež si vystrihneme krídla a hrebienok, ak máme môžeme použiť aj gumový papier. K papierovým krídlam prilepíme pierka a kohútikový dorobíme fixkou oči, prípadne použijem ozdôbky, z tvrdého papiera si urobíme zobáčik, ktorý prilepíme na lyžicu. Telo kohútika môžeme ozdobiť mašličkami.

Môj typ: podobne môžeme spraviť aj iné zvieratká a použiť ako babky do detského divadla.

Zdroj: internet, Autor: PaedDr. Eva Nováková

DEŤOM ☺

Milé deti, keďže sa blíži Veľká Noc, pripravili sme pre Vás veľkonočnú omalovánku, ktorú si môžete po vymalovaní vystrihnúť a nalepiť na okno.

Pripravila: Dominika Bálašová





Zo zasadnutia ZO JDS v Čabe

Dňa 7.2.2016 sme zahájili výročnú členskú schôdzu, ktorá sa niesla v duchu fašiangov. Schôdzu viedla naša tajomníčka p. Tatiana Šmítalová. Bilancovali sme výsledky za uplynulý rok a plánovali sme akcie na tento rok. Správu o revízii predniesol p. Tibor Lampert a správu o hospodárení p. Mária Hurtová – naša hospodárka.

Naša organizácia má 80 členov, pričom každý z nich dostal malú pozornosť. Našej schôdze sa zúčastnila aj delegátka z okresnej



organizácie JDS. O kultúrny program sa nám postarala spevácka skupina Čabanka krásnym vystúpením, za čo sa im chcem touto cestou srdečne poďakovať.



A keďže k fašiangom patria aj šišky, tak sme v duchu tejto tradície nasmazili rôzne druhy a napiekli sme aj tvarohové, makové a orechové koláče. Nechýbalo ani víno a čaj. Našu schôdzu sme obohatili o malú výstavku našich prác z minulého roku. Od našej delegátky sme mali zapožičané obrazy s náboženskou tematikou, ktoré vlastnoručne zhotovila z rôznych druhov semien. Rada by som sa touto cestou poďakovala p. Tiborovi Lampertovi za finančnú podporu, p. Soni Guthovej za sponzorský dar, obecného úradu za spoluprácu, nášmu výboru za veľkú pomoc v kuchyni pri príprave chutných dobrôt.

A na záver by som chcela všetkým popriať pokojné prežitie Veľkonočných sviatkov za celý výbor ZO JDS v Čabe.

Gabriela Hajdúchová, predsedkyňa ZO JDS Čab

TIPY NA VÝLETY – zimné kúpanie

Thermalpark Nitrava, Poľný Kesov

Asi 15 minút autom od Nitry sa nachádza termálne kúpalisko Thermalpark Nitrava v Poľnom Kesove. Návštevníkom sú k dispozícii 4 bazény s termálnou vodou, ktorá má priaznivý vplyv na pohybové ústrojenstvo, reumu, centrálny nervový systém, regeneráciu kĺbov a kostí, poúrazové stavy a takisto na uvoľnenie svalstva. Súčasťou bazénovej haly je nápojový bar. Pre náročnejších je k dispozícii aj wellness, kde si môžu vychutnať saunu, rôzne masáže alebo jacuzzi.

Otváracie hodiny:

Po-Ne 9:30 – 21:30

Vstupné:	3-hodinový vstup	Celodenný vstup
Dospelý	7,50€	9,50€
Dieťa 3-15 rokov	3,90€	5,90€
Dôchodca, ZŤP a sprievod ZŤP	3,90€	5,90€
V ponuke sú aj balíky pre rodiny s deťmi (2 dospelí + 1 dieťa/2deti/3deti).		

Spracovala: Dominika Bálašová, Zdroj: Internet

Súťaže TOP CUKRÁR 2015 a NAJKRAJŠIA TORTA 2015 sa zúčastnila aj Mária Púchovská

Dňa 9.12.2015 sa v Žilinskom hoteli Holiday Inn konal 4. ročník súťaže TOP CUKRÁR 2015. Usporiadal ju Slovenský zväz kuchárov a cukrárov. Zúčastnení žiaci **Mária Púchovská** a Karol Tarr reprezentovali SOŠ Potravinársku Nitra, dosiahli najlepšie výsledky. Súťaže sa zúčastnilo 8 škôl z celého Slovenska. Karol súťažil s dielom „SLADKÁ FANTÁZIA“ a získal zlatú medailu. Mária súťažila s dielom „VIANOČNÁ ROZPRÁVKA“ a získala striebornú medailu. Kritériami hodnotenia boli originalita diela, precíznosť, nápaditosť, dodržanie časového limitu. Na túto súťaž ich pripravovala majsterka OV Mgr. Katarína Vykoukalová.

Dňa 12.12.2015 sa žiaci zúčastnili aj ďalšej súťaže a to finále

NAJKRAJŠIA TORTA 2015. Súťaž sa konala v Bratislave a to v nákupnom centre Bory Mall. Porotcovia boli Daniel Bidelnica, Monika Sisková, Daniela Vidová, Justin Topoľský, Peter Húska a Marián Hornyák. Súťažiaci Mária a Karol počas piatich hodín dokončovali tortu z názvom „SLADKÉ A VESELÉ VIANOCE“. Vyhlasovateľom súťaže bol časopis Praktická Slovenka. Karol s Máriou za ich umelecké dielko získali prvé miesto a od spoločnosti ZEUS 5 - dňový študijný pobyt v najlepšej Belgickej čokoládovej akadémii v Európe. Konkurencia bola silná ale aj napriek tomu dosiahli zlatú priečku. Aj na túto súťaž ich dôkladne pripravila majsterka OV Mgr. Katarína Vykoukalová.



ČAROVANIE S VAREŠKOU *Dominikin ovocný zázrak*

Korpus:

2 vajcia, 1 šálka kryštálového cukru, ½ šálky oleja, 1 šálka mlieka, 2 šálky hladkej múky, 2 PL kaka, prášok do pečiva.

Vyšľaháme vajcia s cukrom do peny. Pridáme olej, mlieko a nakoniec prišľaháme múku zmiešanú s práškom do pečiva a kakaom. Upečieme na 180 °C v hlbokom plechu. Necháme vychladnúť.

Krém:

250 g mascarpone, 400 g kyslej smotany, 500 ml šľahačkovej smotany, 250 g odtučneného jemného tvarohu, 3 PL práškoveho cukru, 1 a ½ balenia vanilkového Creme Olé.

V uzatvárateľnej miske metličkou jemne zmiešame mascarpone, kyslú smotanu, šľahačkovú smotanu, tvaroh a cukor, aby sa všetko spojilo. Nasypeme na to Creme Olé. Misku uzavrieme a celú hmotu hrkáme, kým nez hustne. Ak by bola príliš riedka, pridáme ešte ½ balenia Creme Olé. Podľa chuti môžeme doslaďiť.

Natrieme na vychladnutý korpus.

Poleva:

600 g mrazeného lesného ovocia, 450 ml vody, 3 PL kryštálového cukru, 1 Zlatý klas (puding).

Ovocie s väčšinou vody privedieme v hrnci do varu. Osladíme cukrom. V zvyšnom množstve vody rozmiešame Zlatý klas. Pridáme do hrnca s ovocím a uvaríme puding (varíme kým je priesvitný, nesmie byť kalný). Keď puding mierne vychladne, natrieme ho na krém. Celý koláčik dáme zachladiť aspoň na 6 hodín do chladničky. Dobrú chuť!



Autor: Dominika Bálašová

Beh ma našartoval správnym smerom



Pred časom som bol oslovený, či napíšem do Čabského Spravodajcu pár myšlienok o športovom behu, svoje postrehy, osobné skúsenosti, niečo z „prvej ruky“. Zvýšený záujem o amatérsky beh v poslednom období spozoroval vo svojom okolí zrejme každý. Už nie je nič výnimočné stretnúť počas dňa bežca ako si pomaly „odkrajuje

svoje poctivé kilometre“. Mnohí ľudia konečne začínajú chápať že aktívny pohyb na čerstvom vzduchu prospieva ľudskému organizmu viac ako nekonečné prepínanie televíznych kanálov. Nechcem však na tomto mieste nikoho presviedčať ako nakladať zo svojím voľným časom, lebo je taká doba, že každý ho má naozaj málo. Prvoradá je určite rodina a práca. A tá trocha času čo zostáva, býva niekedy tak malá, že sa človeku často ani nechce nič začínať, nieto ešte ísť niekde behať. Pre tých, ktorí však hľadajú aktívny oddych a „vypnutie“ od každodenných starostí, túžia získať celkovú kondíciu a zlepšenie zdravotného stavu, môže byť beh tou správnou voľbou. Tak ako väčšina ľudí, ktorí začínajú so športom v neskoršom veku, tak som si aj zrazu uvedomil, že všetko nie je celkom v poriadku. Spozoroval som, že sa moje zdravie neuberá správnym smerom. „Fučal“ som už pri malom pokluse, váha ukazovala tiež viac akoby mala a to som nemal ani tridsať rokov. Vedel som, že musím niečo zmeniť, lebo ináč to bude časom len horšie... Najskôr som začal s cvičením v posilňovni. Každý kto už skúšal niekedy zmeniť svoje „zabehnuté kolajce“ vie, že to nie je ľahké a nestačí len začať športovať. Treba na to veľa sebazaprenia, zmenu životosprávy, vytrvalosť, ale často aj dokázať prehliadať nepriazeň a podceňovanie okolia. Naozaj to nie je ľahké vydržať a pokračovať v hocičom čo pre naše okolie nie je celkom bežné. Preto úprimne obdivujem každého, kto pre svoje zdravie vie obetovať čas svojho pohodlia, ide do posilňovne alebo len tak sa prejde po lese či zahrá si s deckami na ihrisku futbal. S behom som začal až neskôr, keď som hľadal aj niečo, čo by ma viac naplňovalo ako len dvíhať železo zavretý v posilňovni. Potreboval som sa nadýchnuť čerstvého vzduchu...

Teraz keď s odstupom času rozmýšľam o mojich bežeckých začiatkoch, uvedomujem si, že naozaj už prešlo pár rokov, čo som prvý krát vybehol a odvtedy už mám v nohách niekoľko tisíc kilometrov. Prešiel som si aj ja svojím počiatočným štádiom eufórie a prvej motivácie, no boli aj obdobia keď by som sa na beh najradšej vykašlal a veľmi ťažko som hľadal novú motiváciu. Ako v každom športe prišli aj zranenia a nezdar, obdobia neistoty ako ďalej s behom. Napriek tomu sa mi podarilo vydržať a som rád že behám naďalej. Časom som si musel určiť priority, nájsť svoje fyzické hranice, určiť dlhodobé ciele a hlavne zostať nohami na zemi a nie v oblakoch, nakoľko som stále len amatér. Behám pre radosť, pre zdravie, lebo ma to baví a naplňa. Zistil som, že beh má pre mňa a mojich priateľov aj sociálny rozmer. Veľmi ma teší, že v bežeckej komunite som spoznal množstvo nových úžasných a pozitívnych ľudí, ktorí vedia povzbudiť, ale i ľudsky pomôcť. Mnohí z nich sú mi športovým vzorom a veľkou motiváciou. Sú medzi nimi aj takí, ktorí svojimi výkonmi napriek zdravotnému hendikepu dávajú celému okoliu denno-denne lekciu zo silnej vôle a odhodlania. Na rôznych bežeckých podujatiach som videl hendikepovaných športovcov, ktorí bez akéhokoľvek zlahčovania

absolvovali rovnakú trasu a v rovnakých podmienkach ako zdraví športovci. Dosiahnutý čas v cieľi pre nich nemá žiadny význam. Napriek tomu, že často prišli do cieľa medzi poslednými, boli najväčšími víťazmi. Prekonali samých seba, prekonali svoj horší osud, ktorému sa však nepoddali. V takýchto situáciách pociťujem veľký obdiv, som vďačný za svoje zdravie ale aj zisťujem že takmer nič nie je nemožné keď sa naozaj chce.

Za posledné roky sa mi podarilo zúčastniť viacerých väčších či menších bežeckých pretekov po celom Slovensku. Vždy som bol veľmi hrdý, keď pri registrácii na preteky zapíšem do kolónky bydlisko - Čab. Som rád, že aspoň takouto svojou malou troškou môžem prispieť k zviditeľneniu a reprezentovaniu našej obce. Za posledné dve sezóny som absolvoval viac ako 40 bežeckých podujatí, od krátkych behov na rýchlosť a štafetové behy, cez krosové horské a prekážkové behy až po dlhé vytrvalostné preteky. Vždy som však na štartovej čiare nastupoval s pokorou a rešpektom pred pretekmi, ale aj s veľkou túžbou a odhodlaním prísť do cieľa s čo najlepším pocitom a výsledkom. Každý pretek bol pre mňa výzvou, neopakovateľným zážitkom a novou skúsenosťou, ktorá ma posúva dopredu. Boli aj ťažšie preteky, pri ktorých som si musel naozaj siahnúť na dno svojich síl, ako napríklad prekážkový beh Spartan Race; minuloročný Rajecký polmaratón, ktorý sa bežal v tropických 38 st. C; alebo celosvetový vytrvalostný beh Wings for Life World Run. Teraz momentálne po aktívnej zimnej príprave začína nová bežecká sezóna. Novú sezónu plánujem odštartovať rovnako ako aj mnoho iných bežeckých nadšencov na ČSOB Bratislava Marathon 3.4.2016, ktorý bude vysielaný aj v priamom prenose na stanici JOJ Plus. Teším sa a vopred ďakujem všetkým čo mi budú držať palce.

Beh je naozaj šport, ktorý je finančne a časovo nenáročný. Netreba veľa, stačí chcieť, obuť tenisky a vybehnúť von. Ani na veku nezáleží, nie je určený len pre mladých, dá sa začať aj v staršom veku. Naozaj môžem len odporúčať každému, komu to zdravotný stav aspoň trochu dovoľí, aby sa skúsil nadýchnuť čerstvého vzduchu s vetrom vo vlasoch. Na začiatok úplne stačí ísť sa prejsť alebo zľahka prebehnúť po svojom okolí. Nemusí byť každý hneď maratónec, stačí málo, aj keď len 15 min. rýchlej chôdze a časom to bude len lepšie. Určite sa čoskoro dostavia aj prvé výsledky... Pri behu si často uvedomíme že niektoré miesta cez ktoré prechádzame cez rok snáď stokrát, skrývajú stále niečo nové, čo sme predtým vôbec nespozorovali – kvitnúce stromy na jar, západ slnka po letnej búrke, nádherné farby jesennej prírody či zasnežené lesné chodníky... Beh je naozaj športom, ktorý sa dá robiť celoročne. Vrávi sa, že na beh nie je zlé počasie, len zle oblečený bežec. Dúfam že tento rok stretnem po svojich bežeckých potulkách „naším chotárom“ opäť čoraz viac tých, ktorým tento pekný šport učaroval a ktorí si ho zaľúbia tak ako ja.

Juraj Brezniak





ZO ŽIVOTA KLUBU SLOVENSKÝCH TURISTOV RADOŠINKA

Milí priaznivci turistiky, rok 2015 uzavreli turisti RADOŠINKY 31. decembra t.j. na Silvestra výstupom na Veľký Tríbeč a na Marhát. Aj napriek veľmi chladnému počasiu sa na týchto dvoch akciách zúčastnilo spolu jedenásť našich členov čím dokázali, že ani nepriaznivé počasie ich neodradilo od pobytu na čerstvom vzduchu v zimnej prírode.

Aj rok 2016 sme našartovali v zimnej prírode 6. januára pri našej rozhľadni RADOŠINKA za účasti 21 priaznivcov turistiky. Vo februári sme pokračovali valentínskym výstupom z Dražoviec na Zobor, kde sme sa stretli aj s našimi kolegami turistami z nitrianskej Pyramídy. Po tejto peknej túre, ktorú sme začali za



krásneho slnečného počasia a stihli ukončiť pred dažďom sme sa všetci stretli na výročnej členskej schôdzi v Zbechoch. Zhodnotili sme uplynulý rok, v ktorom sme uskutočnili spolu 18 akcií. Dve

hromadné boli finančne podporené klubom /Orava a Slovenský raj/. Stanovili sme si pre tento rok nové ciele, z ktorých spomeniem aspoň jeden, t.j. vybudovanie prístrešku pri rozhľadni, ktorý by nás mal ochrániť pred nepríjemným vetrom a tiež pred slnečnými lúčmi. Z turistických akcií sme si vybrali návštevu Jánskej doliny na Liptove a mnohé ďalšie nie menej zaujímavé, ktoré budú vyhovovať aj menej zdatným turistom. Do našich radov sme prijali aj nových členov, s ktorými sa náš počet zvýšil na 33. Po schôdzi nás starosta obce Zbehy pán Habiňák pohostil výborným gulášom, ktorý nám po túre veľmi chutil za čo sme sa mu pekne poďakovali.

Vo februári ešte šesť našich členov vystúpilo v ťažkých podmienkach na Veľký Kriván v zasneženej Malej Fatre.

Dúfame, že aj tento rok bude priat' priaznivcom turistiky aspoň tak ako to bolo v tom minulom. Tešíme sa na stretnutie s vami v našej krásnej prírode.

Ladislav Mellen, KSTR

ŠÍPKOVÝ TURNAJ



Je veľa športových udalostí, ktoré sa konajú v našej obci, ale že sa hrá aj šípkový turnaj, mnohí z Vás ani netušili. Veru tak. Už 7.

ročník sa odohral 9. januára 2016 v miestnej krčme. Bolo to skôr stretnutie kamarátov pri dobrom pivku, kde si zavtipkovali, zaspomínali na mladšie časy a popritom sa snažili ešte aj férovo vyhrať nad súperom.

Vítaz mohol byť iba jeden. Zo 16 hráčov sa tento rok podarilo vyhrať Petrovi Olveckému ml. Odniesol si kopy vecných cien, medailu, pohár šampióna a pekný zážitok. Druhé miesto si „vytríafal“ Martin Kucko a tretie Peter Vranka ml. Nikto neodišiel naprázdno, všetci zúčastnení dostali nejakú drobnosť na pamiatku.

Za spoluprácu ďakujeme: bratom Kuckovým, Ludovitovi Paškovi - Luis Slovakia a Heineken Slovensko. Vďaka patrí aj všetkým zúčastneným hráčom a prítomným, ktorí ich taktne povzbudzovali.

Ivan Valúška



16. ROČNÍK VIANOČNÉHO TURNAJA V STOLNOM TENISE

Telovýchovná jednota Čab opäť po roku organizovala tradičný vianočný turnaj v stolnom tenise. V termíne 26. a 27. decembra 2015 sa konal už 16.ročník tohto športového podujatia. V sobotu 26.12., „na Štefana“ sa stretli registrovaní hráči STC-TJ Čab. Celkovo sa nás zišlo 16 hráčov. Hráči boli rozdelení do 4 základných skupín, z ktorých postupovali prví dvaja ďalej. Následne sa spojili do dvoch skupín, po odohratí týchto skupín nasledoval vyradovací pavúk. Po vyrovnaných zápasoch sme nakoniec spoznali poradie na prvých priečkach. Nepopulárnu 4.priečku obsadil hráč nášho A-čka, René Očenáš. Bronzovú medailu získal Patrik Tomko. Tesne pred bránami víťazstva skončil Erik Báleš. No a zlatú priečku nezískal nik iný ako Andrej Uhrák, ktorý už po desiaty krát zvíťazil na tomto našom vianočnom turnaji.

O deň neskôr 27.12. sa pre zmenu stretli „rekreační pingpongistí“ na turnaji neregistrovaných hráčov. 12 prihlásených účastníkov sa rozdelilo do troch skupín, kde po odohraní vzájomných

zápasov postúpili prví dvaja z každej skupiny do finálovej šesťčlennej skupiny. Tu sa tiež hralo systémom každý s každým. Po odohraní všetkých zápasov sme spoznali najlepších hráčov. Na štvrtok mieste skončil Milan Mareček. Tretie miesto obsadil Šimon Šmitala. Striebornú medailu vybojoval Mário Šmitala. No a víťazom sa stal premiérový Milan Štefák, hráč z Hruboňova, ktorý vyfúkol zlatú medailu domácim Čabanom, ktorí obsadili priečky až za ním.

Oba športové dni splnili účel: stretli sa nadšenci stolného tenisu, ktorí sa rozhodli spríjemniť si Vianočné sviatky aj trochu pohybu a stretnúť sa so svojimi známymi. Na záver chcem v mene celej telovýchovnej jednoty poďakovať všetkým zúčastneným ako aj každému kto pomohol s prípravou tohto podujatia a už teraz sa na Vás teším znova o rok.

Peter Vranka, predseda TJ Čab

