



4-6 Vianočný rozhovor s kňazom 10 Čerstvé huby v zime 16 Nový fenomén cyklistiky



Ako správne kúriť

Hoci tohtoročný október a polovica novembra boli nadpriemerne teplé, ranné teploty okolo nuly ohlásili príchod zimy. Sprievodným javom tohto obdobia je, bohužiaľ, veľakrát nedýchatelný vzduch v našej obci spôsobený vykurovaním pevným palivom, najmä cez pracovné dni v čase rozkurovania okolo 16.00 – 17.00 hod. Z mnohých komínov sa valí dym a doslova zamaruje celé okolie. Stáva sa to vtedy, keď sa ohnisko vychladnutého kotla preplní drevom a uhlím, namiesto postupného rozkurovania „fakličkami“ a postupným prikladaním suchého dreva.

Mnohí z nás si pamätajú prvú polovicu deväťdesiatych rokov 20. storočia, keď si v mnohých ponických domácnostiach nainštalovali elektrické priamovýhrevné kotly. Lacná energia v tom čase priniesla komfortné a ekologické kúrenie. Okrem pohodlia tento spôsob odstránil dymovú clonu nad našou obcou v zimných mesiacoch. Postupné



zdražovanie elektrickej energie, ktoré vyvrcholilo tento rok, donútilo obyvateľov vrátiť sa k vykurovaniu tuhými palivami – v našich podmienkach najčastejšie k drevu. Hoci palivové drevo považujeme za obnoviteľný zdroj a je teda ekologickejšie ako uhlie, pri nesprávnom spôsobe kúrenia môže byť škodlivejšie.

Ako teda správne kúriť?

Základným predpokladom je používať suché drevo, ktoré bolo uskladnené aspoň jeden rok (ideálne dva) vo vetranom prístrešku. Vlhkosť takéhoto dreva sa pohybuje na úrovni 20 % a pri horení sa nespotrebuje energia viazaná v dreve na odpa-

vanie. Ďalej je potrebné dodržiavať stanovené množstvo dreva, ktoré určí výrobca pece alebo krbu ako dávku na určitý interval. Ak uvažujeme s výhrevnosťou 1 kg suchého dreva na úrovni 15 MJ, čo zodpovedá 4 kWh, tak pri peci s nominálnym výkonom 16 kW by sme nemali prikladať viac ako 4 kg dreva za hodinu. Väčšia ako odporúčaná dávka môže poškodiť spotrebič alebo komín. Oheň musí mať dostatočný prívod vzduchu, inak dochádza k nedokonalému spaľovaniu a do ovzdušia uniká škodlivý oxid uhoľnatý, preto nie je dobré počas horenia pec dusiť. Do pece nepatria odpady ako napr. plasty, komunálny odpad a pod. Správne horenie poznáme podľa toho, že dym vychádzajúci z komína takmer nevidieť. Hustý tmavý dym znamená nesprávny spôsob kúrenia a dodržiavaním uvedených zásad sa mu snažíme vyhnúť. Kvôli životnosti kotla, dobrému stavu komína a ohľaduplnosti k susedom a okoliu.

Peter Matula
Foto internet

STĽPČEK

Jany Ondrejckovej,
starostky obce Poniky

Vážení občania,

pre mnohých je december najkrajší mesiac v roku, veď sa nesie v znamení Vianoc v duchu radosti, spokojnosti, pokoja a lásky. Pre mňa osobne je o to radostnejší, že sme po dlhom čase mohli zorganizovať naše tradičné podujatia, či už pre deti v podobe Mikuláša, pre seniorov v rámci Posedenia pri spoločnom stole, ale aj pre všetkých v obci zorganizovaním koncertu v evanjelickom kostole. A práve počas vianočného koncertu som si znovu uvedomila jednu vec. Právom môžeme byť hrdí na to, čo v Ponikách dokážu vytvoriť celé generácie ľudí, od najmenších po najstarších. Viem, že je to niečo nehmotné, ale o to krajšie. Ako ľudia žijúci v konzumnej spoločnosti sa viac orientujeme na hmotné statky, novú elektroniku, nové auto, plnú chladničku jedla, z ktorého aj tak polovicu vyhodíme do koša. A ani si neuvvedomíme, že niekde na svete by ľudia žijúci v biednych podmienkach dali neviem čo za suchú kôrku chleba. Myslím si, že v našej obci žijú občania, ktorí si vážia skutočné hodnoty ako sú láska, radosť, žižlivosť, pomoc blížnemu... Veď aj naši predkovia prežili ťažké chvíle len vďaka vzájomnej pomoci. A na to by sme nemali zabúdať.

Prajem vám krásne sviatky strávené v teple rodinného kruhu, v pohode, porozumení, láske a radosti. Krásne a požehnané prežitie vianočných sviatkov a pokojný Nový rok 2023.

Jana Ondrejcková

Prvá pomoc poruke

Budovu OcÚ v Ponikách „zdobí“ od augusta automatický externý defibrilátor (AED). Je to jednoduchý a spoľahlivý prístroj potrebný pri záchrane života, defibrilácii srdca, poskytovaní prvej pomoci pre laikov i zdravotníkov.

Po priložení elektród na telo postihnutého a po zapnutí vyhodnotí prístroj činnosť srdca. Ak odhalí fibriláciu, vydá hlasový povel na defibriláciu, ktorú záchranca vykoná stlačením gombíka. Zabudovaný LCD displej môže zobrazovať krivku EKG, čo pri záchrane pomáha najmä zdravotníkom lepšie stanoviť srdcové problémy postihnutého. Automatický externý defibrilátor má zabudovanú pamäť a vyhodnocovací softvér pre archiváciu záznamov zásahov a spätnej kontroly starostlivosti a umožňuje tiež ukladať a zaznamenávať informá-

cie na neskoršiu kontrolu (rytmus EKG, dátum príhody, identifikáciu prístroja).

Prístroj bol dodaný v pevnom plastovom obale s jednoduchým obrázkovým návodom na veku a je namontovaný na budove OcÚ vedľa úradnej tabule tak, aby bol prístup-

ný pre širokú verejnosť. Jeho hodnota v čase nákupu bola 2 256 eur. Obec dostala 200-eurovú podporu na nákup tohto zariadenia z rozpočtu Mikroregiónu Severné Podpolanie. Kiežby tento prístroj nemusel byť nikdy použitý.

Pavol Ondrejko



Čo nám priniesli posledné štyri roky

Volebné obdobie 2018 - 2022 ubehlo ako voda. Možno to spôsobil celospoločenský chaos, ktorý nás v týchto rokoch postihol. Zápasili sme s mnohými problémami, od pandémie cez rôzne mimoriadne situácie až po vojnu na Ukrajine. Toto všetko sa, samozrejme, podpísalo aj na prácu v samospráve. Ale dovolím si povedať, že všetko sme zvládli. Napriek mnohým ťažkostiam sa nám podarilo postaviť telocvičňu v nadobúdacej hodnote 738 268 eur, vystavať pumptracovú dráhu za 46 654 eur, zriadiť Wifi pre teba (v rámci projektu sme získali financie v sume 9 908 eur z celkovej ceny 10 430 eur). Ďalej sme zriadili terénnu opatrovateľskú službu aj autobusové zastávky v sume 20 266 eur. Zrekonštruovali sme miestny rozhlas za 64 173

eur, upravili kuchyňu v materskej škole (60 208 eur), vybavili školskú kuchyňu za 5 622 eur (dotácia bola 5000 eur). Zakúpili sme defibrilátor v sume 2 056 eur, postavili prístrešky na kontajnery z dotácie vo výške 63 706 eur. Vybudovali sme tiež nové detské ihriská a doplnili pôvodné (36 891 eur), získali sme pozemky do majetku v hodnote 72 796 eur. Zrekonštruovaný je aj pomník rumunským hrdinom z dotácie v sume 10 500 eur. Pribudlo vonkajšie fitness ihrisko z dotácie od BBSK za 9 400 eur, osadili sme radar a zvýraznili prechod pre chodcov z dotácie Nadácie Allianz (3 000 eur), zrekonštruovali sme prístupovú cestu do základnej školy (53 449 eur bez DPH) aj strechu tribúny na futbalovom ihrisku za 12 104 eur.

Lom Bôrovie odovzdala obec do správy obecného podniku lesov.

V súčasnosti prebiehajú projekty na zvýšenie kapacity materskej školy v sume podľa zmluvy o NFP (celkové výdavky 347 008 eur, z toho nenávratný finančný príspevok predstavuje 329 658 eur). Obnovený je pamätník na Bôrovi (dotácia ministerstva obrany je 4 800 eur a Prvej stavebnej spoločnosti v sume 3 000 eur). Pripravujeme informačný systém v obci v podobe smerovníkov, prebiehajú prípravné práce na modernizácii piliarskej prevádzky, plánujeme aj nové detské ihrisko v Poníkovej Hute za 27 000 eur.

Aktuálne sa chystáme na podpis zmluvy na úpravu interiéru KD Poniky za 197 000 eur. Podarilo sa nám vybaviť rekonštrukciu dvoch

vetiev verejného vodovodu s celkovou dĺžkou cca 1,116 km:

- SO01 – ulica Poľná - stavebné práce 88 352,39 € bez DPH, stavebný dozor 2 040,- € bez DPH.

- SO03 – ulica Dolná - stavebné práce 271 367,57 € bez DPH, stavebný dozor 5 320,- € bez DPH.

Za štyri roky sme v obci tiež obnovili tri úseky cesty III. triedy s celkovou výmerou 5,523 km v sume 539 029,57 eur.

Výpočet našich aktivít pri rozvoji obce je naozaj bohatý. Napriek tomu sa niekomu môže zdať, že je to málo. Samozrejme, moja práca sa týmto nekončí. Aj naďalej chcem s novozvolenými poslancami obecného zastupiteľstva poctivo pracovať v prospech obce a hlavne v prospech vás, občanov.

Jana Ondrejková, starostka obce

Ustanovujúce zasadnutie Obecného zastupiteľstva v Ponikách

Na začiatku rokovania opätovne zvolená starostka Jana Ondrejková ako aj novozvolení poslanci obecného zastupiteľstva zložili zákonom predpísané sľuby a prijali osvedčenia o zvolení do svojich funkcií.

V nasledujúcom volebnom období budú občanov v obecnom zastupiteľ-

stve reprezentovať: V Ponikách Pavol Lomen, Miroslav Magna a Branislav Molnár, v Poníkovej Lehôtku Zuzana Huntošová a Ing. Peter Matula a v Poníkovej Hute Ing. Stanislav Kraján.

Po slávnostnom akte prítomných oslovila starostka, potom boli zvolené komisie, ktoré budú v nasle-

dujúcom volebnom období pôsobiť pri OZ: Komisia financií a správy majetku – predseda Ing. Peter Matula, komisia kultúry a športu – predseda Branislav Molnár, komisia životného prostredia, výstavby a územného plánu – predseda Miroslav Magna.

Ostatné komisie sa vytvoria až po doplňujúcich voľbách do obecného zastupiteľstva v roku 2023.

Taktiež bola kreovaná komisia na ochranu verejného záujmu pri výkone funkcie starostky obce, ktorú predsedom sa stal poslanec ObZ Ing. Stanislav Kraján.

Adventný veniec

Dobrovoľníci z Poník a Dúbravice sa koncom novembra pustili do realizácie projektu adventného venca. Bola to vcelku náročná technická úloha, akiste aj preto, že nešlo o žiadneho drobkáča, ale o veniec s priemerom štyri metre. S nápadom inštalovať v obci adventný veniec prišla Mária Palovičová, technickú zložku mal na starosti Peter Kucej. Ako mi povedal, na začiatku bola idea, skice, náčrty... Potom bolo treba vymyslieť techniku (spôsob) zvárania aj to, kde a ako veniec umiestniť a, samozrejme, výzvou pre Petra Kuceja boli aj 70-centimetrové elektrické sviečky. Ale poradil si aj s tým – na jednotku.

Bol krásny deň - sobota pred prvou adventnou nedeľou, keď do Parku reformácie prišli všetci s dobrou náladou, aby skvelý nápad mohol uzrieť svetlo sveta. „Tieto akcie v obci sú vždy veľmi príjemné. Atmosféra je láskavá, veselá a zahreje pri srdci. Tvorba potom ide od ruky sama. Na konci je teda nielen finálny



výsledok, ktorý vizuálne pohladí, ale predovšetkým dobrý pocit,“ povedala Michaela Sedláčková. Najskôr dámy za pomoci mužských asistentov obložili kovovú konštrukciu väzkami čačiny. Spoza mrakov vyšlo zo zvedavosti aj slniečko v snahe vidieť z tej nádhery čo najviac. Po chvíli pribudli sviečky a záverečnou bodkou boli obrovské mašle a vianočné ozdoby.

„Aj tento rok sa nám podarilo

vytvoriť adventný veniec, ktorý sa stal neoddeliteľnou súčasťou vianočnej výzdoby našej obce. Čaro Vianoc nás hrialo pri duši, atmosféra a spolupráca všetkých účastníkov bola veľmi milá a priateľská,“ vyjadrila sa Janka Stachová.

Bolo úžasné sledovať nadšenie ľudí, ktorí vo svojom voľnom čase vytvárali obrovský vianočný symbol. Slovom spokojnosti nešetrila ani Katarína Melková: „Je to veľmi

pekná akcia, ktorá sa postupne stáva tradíciou. Teším sa, že môžem aj ja priložiť ruku k dielu a vytvoriť tak niečo, čo robí radosť nám všetkým a bude aj krásnou ozdobou našej obce.“

V prvú adventnú nedeľu 27. novembra podvečer sa rozsvietila prvá sviečka, posledná sa rozžiarila 18. decembra. Prajem všetkým krásny predvianočný čas.

(vd)





Požehnanie Kaplnky sv. Františka v bylinkovej záhradke

Na Stráni, hneď nad Kaplnkou Panny Márie sa nám podarilo postaviť ďalšiu kaplnku na počesť nášho zakladateľa a ochrancu farnosti sv. Františka.

Začiatkom októbra sme pozvali kapucínskeho provinciála br. Norberta, aby ju požehnal. Stalo sa tak 4. októbra. Práce na kaplnke trvali niekoľko mesiacov. S nápadom pri-

šiel br. Karol. On sa postaral aj o stavebný materiál. Samotnú kaplnku postavil br. Samuel, kapucín z Českej provincie. Mozaiku zrealizoval br. Robert a schody ku kaplnke vymuroval náš sused Ján Magna. Mozaika zobrazuje Pieseň Brata Slnka, ktorú svätý František zložil približne dva roky pred svojou smrťou, po noci naplnenej neveriteľným trápením, keď ho Boh zázračne potešil uistením o vlastnej spásе.

Teší nás, že kaplnka nielen skrášlila našu dedinu, ale bude aj duchovne povznášať našich obyvateľov. Všetkým prajeme požehnané a milostiplné Vianoce.

bratia kapucíni



Výsledky volieb predsedu a poslancov BBSK

Za predsedu Banskobystrického samosprávneho kraja bol zvolený Ondrej Lunter, ktorý získal 96 438 hlasov.

Za poslancov Banskobystrického samosprávneho kraja za okres Banská Bystrica boli zvolení: Jakub Gajdošík (HLAS - SD), Milan Lichý (NEKA), Martin Turčan (NEKA), David Kapusta (NEKA), Tomáš Sobota (SaS, KDH, PS, Spolu, OKS), Marek Modranský (NEKA), Viera Dubačová (ODS - Občianski demokrati Slovenska, Šanca, DS), Igor Kašper (Sme rodina).

Vianočný koncert

V piatok 9. decembra sa konal vianočný koncert v evanjelickom kostole v Ponikách. Všetkých privítal farár Peter Kevický, po pandemickej prestávke opäť naživo.

Večer sa niesol v znamení adventu. Organizátori a účastníci sa pokúsili o sprítmnenie všetkého, čo predstavujú adventné sviečky, ale aj absolútny mier, v súčasnosti tak veľmi potrebný, vieru, ktorú podnecuje, nádej a napokon lásku, ľudskú a nadňou lásku Božiu, ktorá – ako napísal Milan Rúfus - odovzdane visí na kríži. To sa im napokon aj podarilo vďaka pestrému programu, v ktorom sa predstavili žiaci základnej a základnej umeleckej školy s dramatickými a hudobnými vystúpeniami, FSK Poničan i bratia kapucíni. Obhatením večera bolo aj divadelné predstavenie detí z novovytvoreného súboru pri základnej škole. Sprostredkovali nám Vianočnú koledu Charlesa Dickens, čím nás upozornili nielen na význam Vianoc, ale zároveň priniesli nádej a povzbudenie. Hlavná postava príbehu nám pripomenula, že nikdy nie je neskoro na zmenu – osobnú i akúkoľvek inú, a že tá zme-



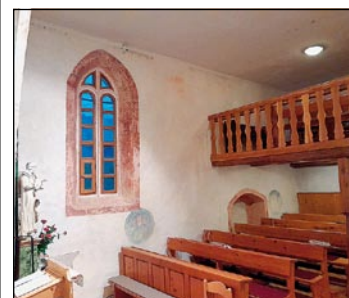
na môže výrazne ovplyvniť aj ľudí okolo nás.

Na záver koncertu vystúpila starostka Jana Ondrejková s príhovorom, v ktorom ocenila, že po dvojročnej prestávke sme sa opäť mohli spolu stretnúť. Vyjadrila pranie, aby vianočná atmosféra vstúpila do životov nás všetkých, aby ľudia aspoň na chvíľu zabudli na svoje starosti, aby sa dobrota z kostola šíрила ďalej, do našich príbytkov, aby sme sa na svet nepozerali len očami, ale aj srdcom. Všetkých prítomných

pozvala na punč spojený s vianočnými trhmi výrobkov žiakov ponickéj základnej a materskej školy, a tiež klubu seniorov v Dúbravici. Bodku za vianočným koncertom urobila už tradične spoločne zaspievaná Tichá noc v šere kostola. Zatiaľ čo sa tóny krásnej piesne rozliehali pod chrámovou klenbou, uvedomili sme si, koľko lásky v čase otvárania ľudských srdiec tento večer priniesol.

Lucia Panáčková
a Anna Trnková

Obnova Kostola sv. Žofie v Dúbravici pokračuje



Reštaurátorské práce prebiehali od júla do septembra. Odkryli červené orámovanie gotického okna, pôvodný gotický vstupný portál a tiež dva medailóny so svätcami a konsekračnými krížmi. Zreštaurovaniu južnej steny predchádzala obnova svätyně, lode kostola a sakristie, čím historická stavba získala pôvodný, celistvejší charakter.

Br. Robert



V Ponikách som našiel veľa skvelých a ochotných ľudí

Vianočný rozhovor s kňazom

„Prichádzajú za mnou ľudia hľadajúci oporu v rôznych situáciách, najčastejšie pri úmrtiach najbližších, keď je potrebné nielen vybaviť pohrebnú počesť, ale aj posilniť a povzbudiť najbližších pozostalých. Niektorí hľadajú radu: Čo robiť s deťmi, ktoré neposlúchajú; či neviem o nejakej nehnuteľnosti na predaj; či nepoznám nejaký domov pre seniorov, kde by mohli umiestniť nevládných blízkych; či neviem odporučiť niekoho, kto by sa hodil na vykonávanie nejakej funkcie... Prídu aj vtedy, keď sa potrebujú vypočuť, postaviť, pochváliť, alebo sa len tak z dlhej chvíle porozprávať. A dokonca bol za mnou aj istý brat, ktorý potreboval poradiť pri výbere manželky. On mal jasno v tom, ktorá to je, ale nevedel, či si ju má vziať, pretože je telesne postihnutá. A prišli za mnou aj manželka, ktorí si chceli kúpiť dom v okolí Banskej Bystrice a chceli vedieť, aké sme spoločenské v našom cirkevnom zbore, že podľa toho si vyberú, kde si ten dom kúpia. Samozrejme, že na vážne rozhovory je najlepšie súkromie, či už na fare, alebo niekde inde. Ale mnohokrát veľa vybavíme aj v spoločnosti, na kultúrnych podujatiach, na plese, či dokonca na ulici, v obchode, či inde.“ Evanjelický farár Peter Kevický.

Pán farár, začneme otázkou, na ktorú ste pravdepodobne už viackrát odpovedali, ale niektorí ju zrejme nepočuli alebo nečítali, takže: Prečo ste sa rozhodli pre povolanie farára a ako na to reagovali vaši najbližší?

Ja som sa rozhodol kráčať v šľapach môjho otca, či starkého. Pochádzam totiž z farárskej rodiny a som už štvrtou generáciou kňaza v rodine. Moji najbližší na to, že som sa rozhodol stať farárom, prirodzene reagovali veľmi pozitívne. A nielen reagovali pozitívne, ale vždy mi boli oporou, či už počas štúdií, v mojich kňazských začiatkoch, alebo v súčasnosti, za čo im veľmi pekne ďakujem. Ďakujem aj mojej manželke Janke, rodine z jej strany a synovi Oliverkovi, ktorí sú mi veľkou oporou v každej situácii, čo je veľmi dôležité, lebo polovicu evanjelického farára v službe robí jeho rodina. A keď ďakujem, tak v prvom rade musím poďakovať Pánu Bohu, že si ma do služby povolal, dal mi dostatok sily a vždy pri mne stál. Ľudia okolo totiž už tak pozitívne nereagovali na moje rozhodnutie ísť študovať teológiu. Keď som to oznámil na gymnázium, to bolo ešte v časoch socializmu, tak sa niektorí stredoškolskí profesori na mňa pozerali čudne, veď som bol



▲ Peter Kevický s manželkou Jankou.

doslova triedny nepriateľ, ale vďaka Bohu mi nerobili nejaké vážnejšie problémy a hodnotili ma podľa mojich vedomostí. Ale aj vtedy sa našla pani chemikárka, ktorá bola veriaca a moje rozhodnutie ju veľmi potešilo.

Keď ste sa v Ponikách usadili a porozhliadli, ubehol nejaký čas. Ako sa tu cítite dnes? Máte po 26 rokoch nejakú predstavu o tom, čo by ste rád zmenili, ako pôsobiť na veriacich a pod?

Začiatky boli naozaj ťažké. Poslanie kňaza je skoro až kočovné. Nikde nie ste doma. Mnohí kňazi často menia svoje pôsobisko. Aj Pán Ježiš hovorí: „Lišky majú svoje nory a nebeské vtáky hniezda, ale Syn človeka nemá kde by hlavu sklonil.“ Ale vďaka Pánu Bohu som tu našiel veľa skvelých a ochotných ľudí, ktorí mi od začiatku pomáhali a niektorí to robia podnes. Iných si už, žiaľ, Pán povolal k sebe, preto na nich už len s láskou a často spomínam. Mnohí z týchto ľudí sa mi stali nielen priateľmi, ale aj rodinou, a to nie iba mne, ale aj mojej manželke a syno-

vi. Všetci títo vzácní ľudia majú zásluhu na tom, že tu som našiel svoj domov, v ktorom som prežil už viac ako polovicu života.

Trápili vás niekedy pochybnosti, či je váš postoj a služba správna v Božích očiach?

Pravdaže. Ak by som povedal, že nie, klamal by som. Asi každý má z času na čas pochybnosti o tom, čo robí, či to robí správne a či to všetko ešte má vôbec nejaký zmysel. A v prípade kňaza je to aj otázka, či som ešte Bohu vôbec užitočný, či ma ešte chce mať vo svojej službe, keď som Ho možno toľkokrát sklamal, bol som nedôsledný, málo presvedčivý, horlivý, zapálený... Kol'kokrát má človek pocit, či vôbec ešte mám čo ľuďom povedať, čo im ponúknuť, kol'kokrát sa človek cíti bez nápadu. Veď keby pri mne pôsobil Duch Svätý, iste by to vyzeralo inak. Ale aj kňaz je len človek a ak by ma Boh nechcel mať vo svojej službe, tak by si so mnou hravo poradil. A po všetkých tých pochybnostiach, keď sa človek modlí, keď prežíva nejaký vnútorný zápas, zrazu pocíti pri

sebe Božiu moc, pôsobenie Ducha Božieho a všetko je zasa v poriadku, je ako znovuzrodený, ako poliaty živou vodou.

Aký by mal byť ideálny alebo dobrý kresťan?

Na toto sa dá odpovedať veľmi stručne – ideálny kresťan neexistuje. Nikto nie je dokonalý. Jediný, kto chodil po tejto zemi a bol dokonalý, teda bez hriechu, bol Pán Ježiš Kristus. Všetci ostatní sme hriešni, seba, samozrejme, nevynímajúc. Keby existoval dokonalý kresťan, hoci čo i len jeden, obet Pána Ježiša by bola zbytočná, lebo keby to dokázal jeden, našli by sa aj ďalší. Človek môže byť spasený a zachránený len pre zásluhu Pána Ježiša a z Božej milosti. A keď ho Boh uzná za hodného vstúpiť do Božieho kráľovstva, potom bude ideálny - dokonalý. Dovtedy sa máme snažiť zo všetkých síl nasledovať Spasiteľa, žiť podľa Božej vôle a Božieho slova.

Je dnes ťažké osloviť a získať ľudí pre vieru?

Veľmi. Asi najlepšie to vystihujú slová istého brata farára z Nemecka, keď sme sa po Nežnej revolúcii rozprávali a niektorí slovenskí farári sa sťažovali, ako veľmi viere ublížila komunistická ideológia. A vtedy ten nemecký kolega povedal: „To je nič! Počkajte pár rokov a uvidíte, čo s vierou človeka urobí demokracia a konzumná spoločnosť.“ A vedel, čo hovorí. Sám som bol svedkom toho, že v Nemecku na službách Božích, bolo asi 10 ľudí v zbore, ktorý mal okolo 5 000 duší, čo je veľmi veľký zbor na naše pomery. U nás to, chvála Pánu Bohu, ani zďaleka nie je také úbohé, ale konzumná spoločnosť robí svoje. Dnes je veľmi ťažké osloviť ľudí pre vieru, najmä mladých, lebo majú úplne iné záujmy. Väčšinou je človek ochotný počúvať a nechať sa osloviť, až keď sa dostane do situácie, keď si uvedomí, že všetko hmotné je mu úplne zbytočné, lebo sú oveľa dôležitejšie veci – zdravie, pokoj, rodina, blízki, život... A keď už zlyhala všetka pomoc sveta, potom človek hľadá Boha a nechá sa osloviť. Otázkou však je, či zostane „oslovený“ aj keď Pán Boh pomôže.

Hovorí sa, že Slovensko je viac katolícke. Aká silná je evanjelická komunita v Ponikách a jej častiach Ponická Huta a Ponická Lehôtka?

Ponická Huta bola založená vyslovene preto, aby sa v tejto našej oblasti oslabil evanjelická viera. Ponická Huta je dodnes skoro čisto katolícka. Naopak Ponická Lehôtka bola vždy evanjelická. V Ponikách



► samotných bolo oveľa viac evanjelikov ako katolíkov. Ale v poslednej dobe, keď nastala veľká migrácia obyvateľstva, sa do Poník aj do Poníckej Lehôtky dostávalo čoraz viac katolíkov a dnes je to zhruba vyrovnané. Na netreba zabudnúť ani na to, že vplyvom konzumného života veľmi výrazne začali pribúdať aj ľudia bez vierovyznania, ktorých počet neustále stúpa.

Ako si spoločne nazývajú evanjelici s katolíkmi a naopak?

Tu nemáme žiadny problém. Nazývame si tu v pokoji, láske a harmónii. Ľudia sa skôr rozdeľujú na dobrých a zlých, než na evanjelikov a katolíkov.

Vybrali ste si povolanie odlišné od iných. A tak ako všetky, aj to vaše, ktoré je skôr poslaním, má svoje plusy a mínusy. Čo vás teší a z čoho ste smutný?

Poslanie kňaza si človek nevyberá, do tejto služby ho povoláva samotný Pán. Je potrebné počuť vnútorný hlas, vnútorné volanie, ako hovoria kňazi, *vocatio interna*. Podobné povolanie do služby opisuje prorok Izaiáš v 6. kapitole svojej knihy.

V tejto službe ma teší predovšetkým skutočnosť, že stojím v službe Toho Najvyššieho. Rovnako je to náplň môjho poslania, že ľuďom môžem prinášať tú radostnú zvesť evanjelia, čo Pán Boh zo svojej milosti urobil pre nás všetkých. Boh stvoril človeka a umiestnil ho do rajskej záhrady, kde človek nažíval v harmónii, s Božím stvorenstvom, ale aj so samotným Hospodínom. Ale človek toto všetko pokazil tým, že sa dal zvesti a spáchal prvý hriech, pre ktorý sme z raja boli vyhnaní. Ale Boh nad nami nezlomil palicu a vo svojom Synovi nám ponúkol možnosť do raja sa vrátiť. Už to nebude tu na zemi, ale bude to na tej druhej strane. Boh je nesmierne milostivý a ponúka nám dary svojej milosti aj napriek našej nedokonalosti, aj napriek tomu, že Jeho darmi, ako aj samotným Bohom neraz pohrdame. A to je zároveň to, z čoho som najviac smutný.

Určite sa stretávate s tým, že niekto v záplave emócií vyhrkne „panebože“, „ježišikriste“ a pod. Ako vy osobne prijímate fakt, že niekto berie meno Božie nadarmo? Alebo je to trochu inak?

Keď niekto rozpráva vulgárne, to si všimnú mnohí. Ale keď niekto používa meno Božie nadarmo, to ľuďom nevadí. Mne to vadí veľmi. Kto mrzko hovorí, ten nadáva, ale kto používa meno Božie nadarmo, ten hreší. A to aj vtedy, keď ho vysloví v návale emócií. Týmto totiž prestupuje druhé Božie prikázanie. Boh v 2. knihe Mojžišovej v 20. kapitole, 7. verši hovorí jasne: „Nebudeš brať meno Hospodina, svojho Boha, nadarmo; lebo Hospodín nenechá

bez trestu toho, kto Jeho meno zneužije!“

Svoje meno vyjavil Boh Mojžišovi. Je to tzv. tetragramatón, alebo tetragram zložený z písmen JHVH, ktoré čítame ako Jahve. Toto meno je vložené pomocou slovesa „byť“: „SOM, KTORÝ SOM“, hebrejsky „*’ehjé*“ ašer „*’ehjé*“. V judaizme je Božie meno posvätné natoľko, že ho mohol vysloviť jedine veľkňaz a to iba jedenkrát v roku v jeruzalemskom chráme vo Svätyni svätých. Na oslovenie Boha používali Židia iné pomenovania Boha, napr. Adonaj, alebo Elohim.

Aj dnes sú vo svete náboženstvá, v ktorých sa zneužívanie Božieho mena trestá tým najprísnejším spôsobom. Ale kresťanstvo k nim nepatrí. Naopak. V našej kultúre, keď človek užíva meno Božie nadarmo, tak si myslí aký je vtipný a zaujímavý. Ale presný opak je pravdou!

Niektorí ľudia dávajú do protikladu Boha a dnes už skoro všeobecne prijímanú teóriu veľkého tresku o počiatku vesmíru, ktorá patrí k najpopulárnejším fyzikálnym teóriám. Jedno predsa nevylučuje druhé. Alebo áno?

Samozrejme, že nevylučuje. Moderní vedci, ktorí zastávajú teóriu veľkého tresku hovoria o tom, že aj do tohto zasiahla vyššia moc. Podľa najnovších vedeckých výskumov, do vývoja vesmíru a ľudstva samotného, zasiahla vyššia moc tak, že veci podstatne urýchlila. Keby nebol tento zásah, dnes by sme vo vývoji boli približne 3,8 miliardy rokov naspäť a to na úrovni obdobia, keď sa začal vyvíjať život na našej planéte. A toto je voda na mlyn veriaceho človeka, lebo za tou „vyššou mocou“ jednoznačne vidíme Pána Boha. A aj ten veľký tresk musel niekto spôsobiť. Biblia síce o ňom presne nehovorí, ale ani ho nevyvracia. Biblia hovorí, že Boh stvoril nebo a zem za šesť dní, siedmy oddychoval. Tieto dni nechápeme ako 24 hodinový úsek vývoja dejín, tieto dni znamenajú určité obdobia vývoja, čo mohlo trvať milióny či miliardy rokov.

Myslieť si, že nekonečný vesmír vznikol sám od seba, je pre mňa čudné. Pekne na to poukazuje príbeh



▲ Začiatky v službe.

dvoch priateľov. Jeden bol vedec, druhý kňaz. Napriek tomu, že mali rôzne názory, boli dobrými priateľmi. Raz prišiel vedec na návštevu ku kňazovi a všimol si tam nádherný, ručne vyrezávaný glóbus. Hneď sa opýtal, kto ho urobil. Kňaz mu odpovedal, že nikto, vznikol sám od seba. Vedec nesúhlasil, že to nie je možné. „Akože nie?“ opýtal sa kňaz, „veď ty zastávaš teóriu, že celý vesmír vznikol náhodou, že ho nikto nestvoril, tak prečo neveríš, že ten glóbus tiež vznikol sám od seba?“ Vedec pochopil, čo mu kňaz naznačil, začal rozmýšľať, skúmať a postupne menil svoj názor na svet a jeho vznik. Neskôr, na základe svojich zistení, sa stal úprimne veriacim človekom.

Čo vás v tomto roku sklamalo alebo naopak potešilo vo vašej kňazskej službe?

Veľmi ma potešilo, že pandémie nezatvorila naše chrámy Božie. Aj keď sme od začiatku roku fungovali v obmedzenom režime a nemohli sme sa stretávať ako celé spoločenstvo cirkevného zboru, ale museli sme mať Bohoslužby na viackrát pre jednotlivé časti zboru, predsa ma potešilo, že kostoly zostali otvorené. Postupne som sa radoval z rušenia pandemických opatrení a najviac ma potešilo, keď sme sa, opäť bez

obmedzení, mohli stretávať v chráme. To sa nedá ničím nahradiť, tá účasť v chráme Božom, ten kontakt s ľuďmi a Bohom a to, že mám pre koho zvestovať slovo Božie. Je to podobné, ako keď je človek niekde na koncerte alebo na športovom podujatí. Môžete to sledovať aj doma, s pomocou najlepšej a najmodernejšej techniky, ale tá atmosféra štadióna je nenahraditeľná. A rovnako je to so službami Božími.

Čo ma sklamlalo, nielen v tomto roku, bolo práve to zatváranie kostolov. Ľudia v ťažkých časoch pandémie potrebovali oporu, povzbudenie, ale naši „páni“ nám to zakázali napriek tomu, že kostoly neboli vážnym zdrojom nákazy. Veď kto bol chorý, do kostola by aj tak nešiel a ani nikto, kto sa bál. Ale mnohí by prišli hľadať potešenie a povzbudenie. Veľmi ma sklamlalo, že vedenie všetkých kresťanských cirkví nebojovalo za svojich veriacich a proti zatváraniu chrámov neurobilo prakticky nič.

Sklamal ma aj vznik nového „obyčajkového“ kresťanstva, keď človek nejde do kostola, ale v pohodlí obývačky si v médiách pustí koho chce a kedy chce. Popritom si ešte stihne aj navariť, či vybaviť pár telefonátov a zo služieb Božích nemá prakticky nič.

Sklamal ma, že po pandémie sa do kostolov vrátilo menej veriacich ako prichádzalo predtým. To ma mrzí, lebo všetko, čo sa v poslednom období okolo nás deje, je ako zdvihnutý varovný prst Boží, aby sme boli lepší, viac si vážili, čo máme, aby sme viac mysleli na veci Božie a nielen na veci tohto sveta. Ale ľudstvo sa nepoučilo, práve naopak.

A nesmierne som sklamaný z našich štátnych predstaviteľov, ktorí nám všetkým jasne dokazujú, že im vôbec nezáleží na ľuďoch, ale že ich zaujímajú len funkcie, moc, bohatstvo a postavenie.

O niektorých kňazoch sa hovorí, že sú moderní, lebo majú mobil, počítač a neviem čo všetko. Stretávajú sa aj vy s tým, že je cirkev vnímaná ako niečo, čo patrí do dávnej minulosti?

Cirkev patrí do minulosti, súčasnosti, ale aj do budúcnosti. Kým bude svet svetom, bude tu aj cirkev. Ale aj cirkev musí ísť s dobou. Nielen tým, že niektorí kňazi kážu z mobilu, či tabletov a v chrámoch sú projektory, či detské kútiky. Dobe treba prispôbiť aj jazyk kázni, poriadok služieb Božích, organizovanie toho, po čom ľudia túžia a čo im chýba... Ale hlavne, cirkev nesmie byť zatvorená len za múrmi kostolov, musí byť s ľuďmi a pri ľuďoch.

Ako kňaz sa často vyjadrujete nielen k duchovným veciam. Debaty s ľuďmi odlišného svetonázoru sú pre niekoho stratou času. Máte rád rozhovory s ľuďmi, ktorí vidia veci inak?



▲ Peter Kevický s manželkou a synom.



► To je najväčší problém súčasníka. Človek nejde do hĺbky, neskúma veci, nepoznáva ich. Sme príliš povrchní a veríme všetkému, čo nám niekto povie, alebo čo nám predkladajú médiá. Ale svet nie je čiernobiely. Veci sú v skutočnosti úplne iné ako sa na prvý pohľad zdá. Treba skúmať, poznávať, hľadať pravdu, za ktorú sa oplatí bojovať. A v tom nám pomáhajú aj ľudia, ktorí majú na veci iný názor ako my. Je potrebné sa rozprávať, viesť dialóg, ale je veľmi dôležité vedieť aj počúvať. Keby toto ľudia robili, žilo by sa nám oveľa lepšie.

V posledných týždňoch silno zarezonovala v našej spoločnosti téma inakosti. Tí, na ktorých je inakosť zrejma už na prvý pohľad – ľudia s inou farbou pleti, utečenci alebo LGBTI komunita – sú v spoločnosti, a neraz aj v cirkvi, vystavení nepriateľským náladám, komentárom, ktoré svojim obežníkom „posvätili“ dokonca trnavský arcibiskup. Žiaľ, nedostatok empatie, absencia citu ani bohorovnosť sa liečiť nedajú. Čo by sme si teda v tejto súvislosti mali uvedomovať, aby sa všetkým žilo dobre?

To je ťažko povedať. Možno treba viac tolerancie a to z každej strany, ale aj tá musí mať svoje hranice. A okrem toho nejako nevnímam, že by sa „iným“ zvlášť ubližovalo. Tiež mi to pripadá umelo nafúknuté a umelo sa tu rozduchávajú vášne. Ale asi by bolo treba aj definovať, čo je to to „iné“. Ja mám totiž pocit, že to, čo pred pár rokmi bolo iné, je dnes normálne, a čo bolo normálne, je dnes iné. Na celé toto sa mi asi najlepšie hodia slová, ktoré napísal William Shakespeare v Hamletovi: Niečo je zhnité v štáte dánskom.

Napadá mi jedna – priam kacírka – otázka. Nebojíte sa, že čím viac budú ľudia vzdelaní, tým viac budú pochybovať o svojej viere?

Vôbec. Práve naopak. Keď sa obrzieme v dejinách, tak zistíme, že ľudstvo dopredu ťahali ľudia, z ktorých mnohí boli hlboko veriaci. Aj osobne poznám množstvo vzdelaných ľudí, ktorí úprimne veria



▲ Na ekumenických službách Božích s bratom kapucínom Robertom.

v Boha. Viera v Boha totiž nepravdivá v mozgu, ale v srdci človeka.

A nemáte ani obavu, že sa viera zo života ľudí vytratí?

Z toho obavu nemám, viera sa zo života ľudí nevytratí. Možno mnohí vieru stratia, ale viera ako taká nezanechá. Aj my sme už prežili rôzne obdobia, ktoré viere priali viac alebo menej, dokonca aj obdobie, ktoré chcelo vieru úplne vykoreniť zo srdca človeka, ale to sa nepodarilo. A nikdy sa to ani nepodarí, lebo to nie je dielo človeka, ale samotného Pána Boha a proti tomu ľudia nič nez môžu.

Čo je pre vieru dôležité – chodiť pravidelne do kostola, modliť sa, alebo mať Boha, takpovediac v srdci?

Všetko. V prvom rade je potrebné mať Pána Boha v srdci, a to na prvom mieste svojho hodnotového rebríčka. Aj Božie slovo nám hovorí: „Milovať budeš Pána, svojho Boha, z celého srdca, z celej duše, celej sily

a celej mysle, a svojho bližného ako seba samého.“ Teda na prvom mieste je láska k Bohu a až potom láska k bližnému. A milovať Boha znamená slúžiť Jemu aj ľuďom. Kráčať v láske, pokore, pokání, harmónii, konať dobro, prinášať radosť Bohu aj ľuďom. Každý deň prežiť v Bohu a s Bohom a to znamená modliť sa a chodiť aj do kostola, do spoločenstva veriacich. Čím viac ľudí sa modlí na jednom mieste, tým je sila modlitby väčšia. A okrem toho, bez spoločenstva v chráme viera človeka slabne a chladne, až sa nestáva vierou, ale polovičatosťou, či dokonca ľahostajnosťou. Ako môžem o sebe povedať, že som veriaci človek, keď mi Pán Boh a to, čo mi dáva, nestojí ani za to, aby som sa Mu išiel do kostola poďakovať? Kresťan bez kostola je ako auto bez motora. Navonok je krásne, ale je mi nanič, lebo nefunguje. Človek môže byť dobrý a bez účasti v chráme zostáva človekom, ale nie kresťanom. Boh každého kresťana pri krste povolal svojím menom a dal nám Svätého Ducha. V krste nám ponúka nový začiatok a na to je potrebné obrátenie. To spôsobuje práve Boží Duch, ktorému sa človek nechá viesť. A ak je to obrátenie skutočné, tam človek cíti pravidelnú túžbu a potrebu po modlitbe, po čítaní Božieho slova, po spoločenstve s bratmi a sestrami a túžbu vydávať svedectvo svojej viery aj iným. A najlepšie svedectvo viery vydáva svojím životom, teda aj tým, že ide do chrámu.

Zaujímalo by ma, čo robíte rád vo voľnom čase, venujete sa nejakým tvorivým záľubám, prípadne športu? Z pohľadu starších ľudí ste mládenec, v novembri ste oslávili

päťdesiatku, takže kondícia vám zrejme nechýba.

Mládenec ako mládenec. A aj s tou kondičkou som bol na tom kedysi lepšie, hoci to ani dnes nie je so mnou až také zlé. K športu som mal vždy blízko. Kedysi som hrával futbal za Dolný Kubín, vo Zvolenskej Slatine som sa niekoľko rokov venoval džudu a v súčasnosti pravidelne hrávam hokejbal a florbal. Dokonca to s nami dospelými chytilo aj deti, a tak som v obecnej základnej škole urobil florbalový krúžok. Popri tomto rád trávim čas v prírode na prechádzkach s rodinkou a našim psíkom a tiež radi spoločne chodíme na hríby.

Obracajú sa na vás veriaci častejšie na Vianoce, než v iných častiach roka?

Na Vianoce je to naozaj častejšie, čo je spôsobené pravdepodobne tým, že pred Vianocami je oveľa viac akcií a podujatí, duchovných aj svetských, ako počas roka. Viac sa stretávam s ľuďmi, ktorí do chrámu nechodia a neprišli by za mnou ani na faru, ale keď sa takto stretneme, nájdú odvahu a oslovia ma v rôznych veciach a s rôznymi záležitosťami.

Čím sú vianočné sviatky pre vás, bude viac roboty v zbore?

Na Vianoce je vždy najviac roboty. Je množstvo rôznych akcií a podujatí, robia sa rôzne nácvičky, programy, vystúpenia, organizujú sa večierky a posedenia. Advent sa intenzívnejšie využíva na prípravu na Vianoce predovšetkým po duchovnej stránke a je aj viacero sviatočných dní, na ktoré sa potrebujeme poriadne pripraviť, napísať a naučiť sa veľa kázni Božieho slova, pripraviť Bohoslužby, večierne, biblické hodiny... Aj tento rok je to náročné, ale som rád, že sa môžeme stretnúť v chráme a pevne verím, že všetci spolu, ako sme na to boli zvyknutí.

A ako budú vyzeráť Vianoce vo vašej rodine?

Budú úplne tradičné ako vo väčšine rodín, ktoré zachovávajú zvyky našich predkov. A hlavne, budú v kruhu rodiny a priateľov. Na Štedrý večer asi budeme doma sami traja, s mojou manželkou Jankou a synom Oliverkom. Na prvý a druhý sviatok vianočný pôjdeme k rodičom, jedným aj druhým. Starý a Nový rok prežijeme v širšom kruhu rodiny a priateľov. Veľa radosti z darčiekov, ale hlavne z toho najväčšieho daru, ktorým je narodený Spasiteľ. Dúfam, že prežijeme Vianoce hlavne duchovne a že sa spoločne stretneme v kostole nielen počas Vianoc, ale že sa v ňom budeme stretávať aj počas celého nového roka. Dúfam, že bude lepší a krajší ako tento starý. A ak ho prežijeme s Pánom Bohom, určite taký bude.

**Rozhovor pripravila
Veronika Ďurovčíková**



▲ S ponickými hokejbalistami.

Svitovské perníky Alenky Trnkovej



Tak som si pomenovala perníky, ktoré pečiem už ako jediná z našej rodiny. Prečo svitovské? Každý rok sme sa na Vianoce a na Veľkú noc tešili na našu tetu Aničku, ktorá nám vždy doniesla voňavé, sladké a krásne vyzdobené perníčky. Teta Anička bola otcova sestra a bývala vo Svite. Recept mala od perníkárov spod Tatier. Boli také chutné, že sa

vždy po nich len tak zaprášilo. Podľa jej receptu som ich začala piecť aj ja. Prvé pokusy boli všelijaké, lebo papier vám nepovie čo a ako. Pripraviť to správne cesto si vyžaduje istú dávku pekárskemu kumštu. Vyskúšala som rôzne iné, ľahšie a aj lacnejšie recepty, ale vždy som sa vrátila k tým „mojim svitovským perníkom“. Dokonca som si voľakedy vyrábala sama formičky z tesniacej pásky podľa časopisu - teliatko, somárka, zajačika, koníka, ovečku. Aj predlohy na zdobenie som si vymýšľala, lebo také, ako sú dnes v obchodoch, od výmyslu sveta, sa nedali kúpiť. Pečiem ich síce len na Vianoce a ani zdobenie mi už tak nejde, ale keď si ich poveším na vianočný stromček, rozvoniava celý dom. Začínam piecť už v novembri. Prvá dávka je vždy na zasýtenie, druhá pre rodinu a priateľov a tretia - aby aj na Vianoce bolo. Tento rok mi s vyzdobovaním pomáhal aj môj vnuk Tiborko. Na to, že má len päť rokov, mu to celkom išlo. Potešili sme sa spolu. V lete som našla pár zabudnutých perníkov z minulého roka, div, že sa o ne vnuci nepobili. Vraj, čím staršie, tým lepšie. Niektorí z vás si to mohli vyskúšať aj na ponických vianočných trhoch. A aj keď je to náš skoro rodinný recept,

rada sa oň s vami podelím. Prednedávnom som so sestrou Zojkou prezerala rodinný album. Našli sme v ňom fotku ponických žien z kurzu pečenia perníkov, medzi ktorými je aj naša maminka. Teraz už viem, že perníky sa v Ponikách piekli aj v minulom storočí.



A tu je recept:

Potrebuje: 1 kg hladkej múky T 650, 4 kávové lyžičky sódy bikarbóny, 1 balík perníkového korenia - tieto sypké suroviny zmiešame.

Potom z pol kilogramu medu, 300 g kryštálového cukru a štvrt litra vody uvaríme sirup.

Po zovretí ešte horúcim sirupom zalejeme sypkú zmes a vareškou vy-

miešame cesto. Necháme ho postáť, občas ho vareškou prevzdúšime, aby dosiahlo teplotu udržateľnú rukou. Do polovychladnutého cesta vmiešame 2 celé vajcia a 4 až 5 lyžíc roztopeného masla. Vymiešame hladké cesto, zabalíme ho do potravinárskej fólie a na chladnejšom mieste (nie v chladničke) necháme odpočívať 12 hodín. Potom cesto vyklopíme na pomúčenú dosku a premiesime ho tak, aby sa nelepilo na ruky. Rozvalkáme ho na hrúbku cca 3 mm a formičkami vykrajujeme ľubovoľné tvary, ktoré ukladáme na plech, vyložený papierom na pečenie. Pečieme pri teplote 200 stupňov 5 minút. Ešte horúce perníky potrieme rozšľahaným vajcom.

Bielu cukrovú polevu si pripravíme tak, že jeden bielok a 140 g práškového cukru (najmenej 2x preosiateho) vymiešame vareškou do hladka. Ku koncu pridáme jednu kávovú lyžičku citrónovej šťavy. Naplníme hrubšie mikroténové vrecko, z ktorého odstrihneme rožtek a perníky ozdobíme.

Ak nestihnete perníky urobiť do Vianoc, môžete to skúsiť o rok.

**Alena Trnková,
Anna Trnková**

Aký bol 3. ročník Ponickéj heligónky

„Zaplesaj srdiečko, zaznej krásna pesnička, zazeleňte sa háje, rozvlní sa trávička, pofúkaj vetriček, zaznejte krásne tóny, nech sa rozozvučia tie ponické zvony.“ Tóny piesní z oblasti Podpolania, ale aj Horehronia zazneli po tretíkrát v sprievode heligóniek, tentokrát v Kultúrnom dome v Ponickéj Lehôtke. Program otvoril organizátor a zakladateľ folklórneho podujatia Ján Piaček piesňou Z ponického kostolíčka. Ďalej už nasledovali heligonkári z Dolnej Lehoty, Čierneho Balogu, Detvy, Hriňovej, Tercho-

vej, Oraviec a, samozrejme, aj z Poník. Predstavili sa s typickými piesňami svojho regiónu a podčiarkli tak myšlienku udržiavania a odovzdávania kultúrneho dedičstva z pokolenia na pokolenie. Príkladom toho je aj účinkujúci Adam Margeta, ktorému náš významný rodák, dlhoročný sólista Sľuku, folklorista, etnograf Ján Palovič odovzdáva svoje znalosti, skúsenosti a všetko, čo je potrebné k tomu, aby z heligónky zneli tie najkrásnejšie tóny. Ján Palovič sa dožil v tomto roku významného životného jubi-

lea, ktoré sme spoločne s ním oslávili, ako inak, ľudovou piesňou a spevom. Vďaka jeho rodičom a charakteru rodiska vníma svet a celý svoj život cez ľudovú pieseň, tradičné nástroje, valašskú kultúru aj zvyky, ktoré nám tu zanechali naši predkovia. Ľudové umenie Jána Paloviča vnímame už desaťročia prostredníctvom kultúrnych podujatí prezentujúcich jeho originálnu interpretáciu spevu, tanca a, samozrejme, hry na ľudových nástrojoch. Vždy s naturelom vrchára hrdého na svoju oťčinu.

Ľudovú kultúru, tradície a folklór podporuje aj Ľudová hudba Martiniky Bobáňovej z Terchovej, ktorá ukázala, že vzťah k tradíciám treba neustále pestovať, rozvíjať a rozdávať navôkol s úsmevom a pokorou.

Na podujatí sa potvrdilo, že folklór má spájať ľudí, ktorí ho majú vo svojom srdci - účinkujúcich aj divákov. To, že ho nosíme v srdci, sme na záver spoločne potvrdili pesničkou *Po čo že ja do kostola pôjdem*. Dovidenia o rok.

Katarína Piarová



Týždeň vedy a techniky

„Každá dostatočne vyspelá technika sa nedá rozoznať od kúzla.“
— Arthur Clarke

Malé kúzla vedy a techniky vyčarovali aj naši žiaci pod vedením svojich učiteľov počas Týždňa vedy a techniky. V rámci troch dní venovaných technike a vede sa ako prví predstavili žiaci šiesteho ročníka so svojimi projektmi na tému *Vývoj vedy a techniky od praveku po novovek*. Interaktívnou formou zapojili svojich poslucháčov a predstavili im prvé praveké nástroje, spôsob tlače prvou Gutenbergovou tlačiarňou či princíp fungovania telegrafu, telefónu a televízie. Nasledujúci deň si žiaci pripome-



nuli významných slovenských vynálezcov a vzdelávali sa na základe online prezentácii žiakov siedmeho ročníka. Vedeli ste napríklad, že taký vrtulník či vodné čerpadlo vynášali naši slávni rodáci?

Posledný deň Týždňa vedy a techniky sa niesol v znamení hesla *Chémia vôbec nemusí byť nuda*. Žiaci deviateho ročníka nás ohúrili naozaj efektnými pokusmi so suchým ľadom, na počkanie zamrazili celé jablko, vyrábali gigantické bubliny či faraónove hady. Každý, kto mal záujem, si mohol zobrať domov voňavú šumivú kocku do kúpeľa, a tak si kúsok vedy priniesť aj domov.

Tereza Slivková

Bohatá jesenná úroda kultúry

Nie nadarmo sa hovorí Ako si zaseješ, tak si aj žneš. Toto staré sedliacke porekadlo skrýva v sebe roky skúseností, ale predovšetkým driny, ktorú museli naši predkovia vynaložiť, aby pochopili zákonitosti prírody, z ktorých čerpáme dodnes.

Táto ľudová múdrosť je pravdivá aj v prenesenom význame pri výchove detí a mládeže. Nielen vo všeobecnom vzdelávaní, ale aj v základných umeleckých školách, pri formovaní vzťahu žiakov ku kultúre a umeniu je dôležitá systematická a dôsledná príprava. Práve preto

sme už od prvých septembrových dní začali našich žiakov poctivo pripravovať na plánované podujatia. Svoje prvé výkony mohli predviesť už 16. novembra na internom koncerte, kde sa predstavili žiaci hudobného odboru a prípravného štúdia tanečného odboru (materská škola). Najviac očakávaným podujatím jesene bol dlhodobý plánovaný nahrávací deň, ktorým sa začala realizácia zvukového nosiča ZUŠ Stožok. Na nahrávaní sa zúčastnili Detská ľudová hudba Poničan, speváčky a heligonkár Janko Pinka. Pre deti to bola cenná skúsenosť, keď takmer všetci zažili nahrávanie po

prvýkrát. Radi by sme sa poďakovali vedeniu obce aj základnej školy za technickú a organizačnú pomoc pri nahrávaní. Zrealizovaním prvých nahrávok sme sa prehupli rovno do predvianočného obdobia, ktorého súčasťou sú aj katarínske zábavy. V Ponickej Lehôtke bola 25. novembra, práve v deň sviatku svätej Kataríny. V úvodnom programe vystúpili žiaci speváckeho oddelenia s populárnymi a popovými piesňami a v sprievode DLH Poničan s folklórnym blokom. Pár dní na to sa s folklórnym pásmom predstavili aj na podujatí Úcta k starším. Bodkou za kalendárnym rokom bývajú

už tradične adventné a vianočné koncerty, z ktorých už cítiť blížiaci sa sviatočný čas. Na týchto koncertoch nie sú najdôležitejšie výkony. Podstatou je úprimnosť, srdečnosť a láska, ktoré deti pretavia do každej noty či slova, a ktoré poslucháča zahrejú pri srdci o čosi viac, než na iných podujatiach.

Preto vám aj my v mene Základnej umeleckej školy Stožok so svojim elokovaným pracoviskom v Ponikách prajeme, aby vás hrialo pri srdci nielen na koncertoch, ale aj počas Vianoc.

Michal Oťapka



Imatrikulácia žiakov 1. ročníka ZŠ

Po troch mesiacoch vzdelávania našich najmladších žiakov, na slávnostnej imatrikulácii v polovici novembra, privítali deviatci 18 žiakov prvého ročníka do Cechu školského.

Nováčikovia, naše užitočné lienky, museli zvládnuť úlohy zo slovenského jazyka, matematiky, prvouky i telocviku. V závere zložili sľub pr-



váka a zaspievali slávnostnú prváčku hymnu. Celým programom, až po vyslobodenie kráľovnej, ich sprevádzali „páni“ deviatci, ktorí slávnosť ukončili veselými súťažami, tancom a zaujímavými odmenami. Prváčikom želáme veľa úspechov pri objavovaní písmeňiek i čísel a deviatikom ďakujeme za skvelý program.

Katarína Králiková



Turistický výlet na Ďumbier

Z Poník sme autobusom vyrazili do Banskej Bystrice, potom vlakom do Brezna a odtiaľ už priamo na Trangošku, náš východiskový bod. Odrazu sa pred nami objavila veľká ceduľa a na nej: 1 drevo = 1 čaj.

Znamenalo to, že ak vynesieme jedno drevo na vrchol, ako odmenu dostaneme šálku čaju. Kubo a Samo neváhali ani sekundu. Cestou na vrchol sa v nosení striedali. Maťo s Majkou vyniesli jedno drevo spoločne. Boli sme presne 50 metrov pod chatou a začalo zapadať slnko. Mali sme však v úmysle stihnúť urobiť si fotky pri západe slnka, tak sme rýchlosťou blesku vybehli a fotili sa. Kým sme my pozorovali, ako krásne zapadá slnko, Kubo so Samom išli po zaslúžený čaj. Bol vynikajúci. Vyšli sme ešte na kopček pri chate pozorovať posledné záblesky zapadajúceho slnka.

Keď sa zotmelilo, tak sme sa konečne všetci posilnili a dosýta najedení sme pred chatou pozorovali nočnú oblohu s hviezdami.

Na ďalší deň sme vstali zavčas rána kvôli východu slnka a hneď po



tomto zážitku sme pokračovali vo výstupe na Ďumbier (2 043 m). Tam nás privítalo stádo kamzíkov. Boli naozaj blízko. Keď sme prišli ku križku na vrchole, dodali sme telu silu v podobe občerstvenia a užívali si teplý slnečný deň.

Cestou domov sme išli cez Kosodrevinu na Srdiečko – južnú stranu Chopku. Potom sme už príjemne vyčerpaní oddychovali a tešili sa z ne-

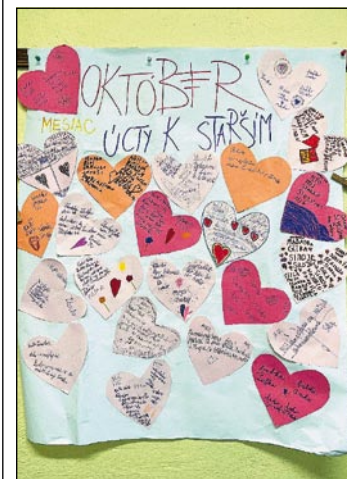
zabudnuteľných zážitkov, ktoré si uchováme v pamäti celý život.

Za to ďakujeme najmä pani učiteľke Miške Kutelyovej, ktorá nás vedie k turistike odjakživa. Rovnako aj pani učiteľkám Márii Pavlendovej a Denise Škutovej, že nás sprevádzali.

Zapísali žiaci 9. ročníka
Matej Budaj, Samuel Pitoňák,
Nina Wittmannová, Viktor Ondrejka
a Jakub Huntoš

Ešte k Mesiacu úcty k starším

Aj v našej základnej škole sme v októbri pripravili Deň otvorených dverí. Žiaci pozvali na prvé dve vyučovacie hodiny svojich starých rodičov, ktorí sa aktívne zapájali do vyučovacieho procesu. Školopovinné vnúčatá sa svojim starým poďakovali za všetko, čo pre nich s láskou robia.



Zázračná krajina kráľika Eduarda

Na nevšednom a veľmi poučnom predstavení v DJGT Zvolen sa zúčastnilo a potleskom ocenilo účinkujúcich 44 žiakov. Niektorí po prvýkrát zažili atmosféru ozajstného divadla. Prečítajte si, čo napísali o predstavení naši štvrtáci.

Naša škola z Poník išla na výlet do divadla. Išli sme do Zvolena autobusom a cesta trvala asi 30 minút. Divadlo bolo na námestí SNP. Boli sme tam v stredu 23. 11. 2022. Divadlo sa volá Jozefa Gregora Tajovského. Hrali tam predstavenie o kráľikovi Edvardovi. Králik bola hračka a cestoval po svete. Bol z porcelánu, vyrobený v Číne a patrila Alici. Raz išiel s Alicou na plavbu loďou, kde ho jeden cestujúci hodil do mora a tak sa začala jeho zázračná cesta. Nakoniec ho získala po mnohých rokoch Alicina dcéra. Predstavenie bolo super a najviac sa mi páčilo, že tam krásne spievali.

Benjamin Rapčaniak

V stredu sme s našou školou išli do divadla. Po prvej hodine sme nastúpili do autobusu. Boli sme vo Zvolene na námestí SNP. Boli sme tam 23. 11. 2022. Predstavenie bolo o kráľikovi Edvardovi, ale všeobecne bolo o tom, že si máme vážiť hračky. Veľmi sa mi páčilo a verím, že sa bude aj vám, ak tam pôjdete. Chodte do divadla a pozrite si nejaké predstavenie.

Oliver Kevický

Prvý stupeň ZŠ v Ponikách bol v stredu 23. 11. v divadle J. G. Tajovského. Išli sme autobusom z Poník do Zvolena na námestie SNP. V divadle bolo predstavenie o kráľikovi Edvardovi. Býval v Amerike na Egyptskej ulici číslo 9. Edvard bol to Alicina hračka. Raz išli loďou do Anglicka.

Počas cesty vypadol z lode do mora. Padol na dno, zachytil sa v rybárskej sieti. Rybári ho vylovili a jeden z nich si ho vzal domov a dal mu meno Suzi. Edvard sa však zase stratil a našiel ho tulák, ktorý s ním prežil veľa rokov. Potom ho zase našiel kupec. Predával ho v obchode, kde ho videla už

dospelá Alica a kúpila ho svojej dcére. Najviac sa mi páčil záver, keď ho Alica dala svojej dcére a vrátil sa do ich rodiny.

David Pelc

Zostavila Janka Stachová,
učiteľka 3. ročníka





Čerstvé huby na Vianoce?

Dobre poznáme rozprávku o Ma-
ruške, ktorú zlá macocha vyhnala
do zasneženého lesa, aby priniesla
fialky. Vieme, ako to skončilo. Ne-
šťastnej polosirote pomohli dva-
násti mesiačikovia. Ako rozpráv-
ka alebo skôr ako zlý vtíp znie, ak
vás niekto pozve uprostred zimy
na huby. Ale aká je pravda?

“Počas miernej zimy, bez dlho-
trvajúcich mrazov a súvislej sne-
hovej pokrývky, najmä v decembri,
sa v lese ešte dajú nájsť niektoré
jedlé druhy húb,” povedal nám Ivan
Mihál, mykológ z Ústavu ekológie
lesa SAV vo Zvolene “Zvyčajne na
kmeňoch bukov rastú trsy hlivy
ustricovitej (*Pleurotus ostreatus*),
na rozkladajúcom sa dreve štitovka
jelenia (*Pluteus cervinus*) a trsy
šupinačky menlivej (*Kuehneromy-
ces mutabilis*), kvalitnej huby do po-
lievok alebo do octových nálevov.
V naozaj miernej zime sa v lese
udržia plodnice štavnačky mrazovej
(*Hygrophorus hypothecus*), rýdzika
smrekového (*Lactarius deterrimus*),
čirovky zelenkastej (*Tricholoma
equestre*) alebo pôvabnice fialovej
(*Lepista nuda*).”

Vianočná huba

Typickou zimnou, vianočnou hu-
bou je plamienka zimná, uvádzaná
aj ako zamatovohlúbiková (*Flammu-
lina velutipes*). Rastie na kmeňoch
listnatých stromov, najmä topoľov
a vrb, preto sa s ňou stretáme
najčastejšie v lužných lesoch od
októbra do marca. Trsy plodníc sa
vytvárajú po prvých mrazoch, pred
ktorými ich chráni sliz a v bunkách
špeciálna „nemrznúca zmes“. Zbier-
ajú sa iba medovo zafarbené (staršie
až gaštanovohnedé) klobúčiky s pri-
emerom do 8 cm. V zime si plamien-
ku nemôžeme zameniť so žiadnou
hubou. Opatrní musíme byť na kon-
ci jesene, keď na dreve ešte môže rásť
smrteľne jedovatá kapucňovka ok-
rovohnedastá (*Galerina marginata*)
s toxínom podobným muchotrávke
zelenej. Plamienku od nej bezpečne
rooznáme podľa tmavého, zama-
tového hlúbika.



▲ Plamienku zimnú možno zbierať počas Vianoc.

Potulky po strednom Slovensku



▲ Hliva ustricová.

Plamienka je chutná i liečivá

Plamienka zimná je chutná huba.
Mnohých však odradí sliz, ktorý od-
stránime povarením v slanej vode.
Hubárski fajnšmekri využijú pla-
mienky pri príprave smotanovej
omáčky, rybacej alebo slepačej po-
lievky, pričom ich odporúčajú vo-
pred podušiť na masť. Z plamienok
môžeme pripraviť aj chutný perkelt,
prívarok alebo rizoto.

Plamienka pod názvom enokitake
sa teší veľkej obľube v Japonsku, kde
sa pestuje i umelo. Nevyužívajú ju
iba v kuchyni, ale flammulín a ďalšie
látky, ktoré obsahuje, majú protiná-
dorové a diabetické účinky. Už
celé stáročia sa uplatňuje aj v čínskej
ľudovej medicíne pri liečbe zápalov,
alergie, astmy, pečene, pankreasu,
podporuje imunitný systém a do-
káže potlačiť baktériu *Helicobacter
pylori*, ktorá je príčinou vzniku ža-
lúdočných vredov. Liečivú tinktúru
z plamienky vyľuhovanej v 40-per-
centnom alkohole dnes bežne do-
staneme v špecializovaných
predajniach, kde nás poučia
ako a na aký účel toto liečivo
využívať.

Keď baze rastú „uši“

V Číne sa teší obľube
uchovka ázijská (*Auricu-
laria polytricha*). Je súčas-
ťou známej ostrokslej
polievky, ktorú môžeme
ochutnať v čínskych rešta-
uráciách. Aj ona obsahuje
látky, podporujúce imuni-
tu, znižujúce cholesterol,
napomáhajúce peristaltike
čriev a majú aj ďalšie priaz-
nivé účinky na ľudský or-
ganizmus.

Príbuzný druh, uchovec
bazový, ľudovo nazývaný
Judášovo ucho (*Hirneola
auricula-judae*), rastie aj
u nás po celý rok najmä na

bazách, ale aj na iných listnatých
stromoch. Najviac mu vyhovuje vlh-
ká jeseň, ale vtedy je často červivý.
V zime nachádzame zdravé plodni-
ce, ktoré sú poprehýbané, rôsolovité
a pružné, pri slabšej vlaha tvrdšie,
čierno- až sivohnedé. Vhodné sú do
hubových zmesí, ale možno ich aj
vysušiť.

“Množstvo druhov i plodníc
jedlých húb počas zimy veľmi
závisí od bohatosti jesennej hubár-
skej sezóny a najmä od vhodných
klimatických pomerov v novem-
bri a decembri, napr. miernejšie
teploty bez dlhotrvajúcich mrazov,
nízka a nesúvislá snehová pokrýv-
ka a podobné,” pripomína mykológ
Ivan Mihál. “V takomto prípade nám
malá zimná prechádzka v prírode
prinesie potešenie zo skromných
hubárskych úlovkov.”

Takže, čiapku na uši, okolo krku
šál, na prsty rukavice a hurá do zim-
ného lesa s hubárskym košíkom
v ruke alebo radšej v batohu, aby sa
na nás okolie nedívalo ako na
čudákov. Možno vás postret-
ne šťastie a vrátite sa z mra-
zivej vychádzky s čerstvými
hubami.

Polievka z plamienky zimnej

200 g čerstvých plamie-
nok, 200 g koreňovej zele-
niny (4 mrkvy, 2 petržleny,
kúsok zeleru), 200 g zemi-
akov, 100 g hrášku z kon-
zervy, 100 g oleja, 50 g ci-
bule, 4 strúčiky cesnaku,
petržlenová vňať, soľ, ba-
zalka.

Na oleji osmažíme na-
drobno pokrúpanú cibuľu,
cesnak a jednu najem-
no nastrúhanú mrk-
vu. Pridáme nakrájanú
zeleninu, osolíme a za
občasného miešania du-

síme na miernom ohni desať minút.
Pridáme na rezance nakrájané
plamienky a na kocky nakrájané
zemiaky, zalejeme vodou a varíme
20 minút. Pridáme hrášok, ba-
zalku, petržlenovú vňať a zemľové
knedlíčky. Keď vyplávajú na pov-
rch, polievka je hotová. (Knedlíčky
si pripravíme zo 70 g pečiva, 1/2
dl mlieka, 10 g masla, 1 vajca, soli,
čierneho korenia a petržlenovej
vňate.)

Plamienky na smotane s kuracím mäsom

Kuracie mäso s cibuľou a strú-
čikom cesnaku podusíme na oleji.
Pridáme nakrájané plamienky, oso-
líme, posypeme drvenou rascou
a čerstvou alebo sušenou petržle-
novou vňaťou. Keď sa huby podusia,
zalejeme ich smotanou na varenie,
ešte chvíľu podusíme a podávam
s ryžou.

Hlivový perkelt

500 g hlivy ustricovej, 300 g cher-
ry paradajok, 1 konzerva cíceru, 1
cibuľa, 1 strúčik cesnaku, 1 kuchyn-
ská lyžica mletej kurkumy, osuše-
ná 1 lyžica mletej kurkumy, čierne
mleté korenie, 200 ml zeleninového
vývaru, bravčová masť alebo olej,
malá vetvička tymianu, soľ.

Na masť alebo oleji osmažíme
nadrobno nakrájanú cibuľu, pri-
dáme opláchnutú, osušenú a na-
krájanú hlivu. Za stáleho miešania
restujeme asi minútu, podlejeme
vývarom, tymian, kurkumu, na
plátky nakrájaný cesnak a mleté
čierne korenie. Prikryté dusíme,
kým je hлива uvarená, pridáme pre-
pláchnutý cícer a paradajky prekro-
jené na polovicu, varíme ešte asi 10
minút, podľa chuti dosolíme. Podá-
vame s ryžou alebo s bagetou.

Jozef Slacky
Foto: Ivan Mihál



▲ Judášovo ucho.



Škôlkari na hodine telesnej výchovy v základnej škole

Jedno októbrové dopoludnie sme sa s deťmi vybrali do našej základnej školy na otvorenú hodinu telesnej výchovy. V tom týždni sme sa v škôlke rozprávali o zdravom životnom štýle. Preto sme prišli s nápadom spojiť tému s návštevou telocvične v ZŠ.

Škôlkari so svojimi veľkými kamarátmi sa najskôr poriadne rozcvičili. Potom povzbudzovali školákov pri florbale a nakoniec sa zahrali s volejbalovými loptami. Takáto podoba telesnej výchovy sa malým aj veľkým páčila a radi by si takúto hodinu niekedy zopakovali. Škôlkari sa aspoň chvíľu mohli cítiť ako veľkí školáci a vidieť, ako to na takej hodine telesnej výchovy vyzerá.

Magdaléna Drdošová, MŠ



Dielničky

Návrat k ľudovým tradíciám a remeslám je v súčasnosti pre mnohých atraktívny, a to aj napriek potrebe rozvíjania špecifických digitálnych zručností. Je veľmi dôležité už v predškolskom veku pestovať u detí manuálne zručnosti. K najstarším a najrozšírenejším remeslám patrí hrnčiarstvo. Z hliny sa dajú vyrábať hrnčeky, tanieri, krčahy a všeličo iné - povedala na úvod teta Zuzka Švárna, ktorá dielničky viedla. Už druhýkrát nám ponúkla možnosť pracovať s hlinou. Porozprávala nám o tejto

čekov. Do vykrojených tvarov urobili dierku na prevlečenie stuhy.

No výrobky ešte stále neboli dokončené. Teta Zuzka musela ísť do Očovej, kde majú pece, v ktorých pri vysokej teplote vypaľujú hlinené predmety. Hotové výrobky sa ešte potierajú glazúrou, ale to za nás urobila teta Zuzka. Nám ostalo už len priviazať farebné stuhy a vlastnoručne zhotovené drobné dielka boli hotové. Môžeme ich darovať niekomu, koho máme radi, alebo zavesiť na vianočný stromček.



tvárnej hmote, odkiaľ ju máme a ako sa s ňou pracuje. Deti si hneď vyhrnuli rukávy a precvičili prstečky. Kúsok hliny svojimi teplými rúčkami stláčali a miesili. Keď bola mäkká a poddajná, rozvalkali ju. Potom na hlinenú placku položili vzorovanú látku/záclonovinu a valčekom do nej vtlačili krásny vzor kvetov a ornamentov. Teta Zuzka rozdala deťom aj formičky anjelov, srdiečok a strom-

Naše stretnutie s tetou Zuzkou bolo príjemné, kreatívne aj poučné. Veľmi pekne jej ďakujeme za ochotu aj za čas, ktorý s nami strávila v príjemnej tvorivej nálade a zaslávila nás do čarovnej práce s hlinou. Deťom sa dielničky veľmi páčili a už teraz sa spoločne tešíme na ďalšie.

Janka Kohútová, MŠ

Záchranári v materskej škole

Celý november sa v škôlke niesol v duchu starostlivosti o zdravie, zdravého životného štýlu. Venovali sme sa poznávaniu ľudského tela, úrazom, ich ošetrovaniu a pod. Keďže pri úrazoch je veľmi dôležité správne a rýchlo reagovať, rozhodli sme sa pozvať do škôlky odborníkov naslovovzatých - záchranárov z Červeného kríža. Ukázali nám, ako ošetriť porezanú ruku, zlomenú

nohu, rozbitú hlavu, ako postupovať pri popálenine či rozbitom kolene. Spoločne sme si zopakovali dôležité telefónne čísla. Deti pracovali podľa pokynov záchranárov, vyskúšali si masáž srdca na figuríne a nemohla chýbať ukážka stabilizovanej polohy. V takýchto situáciách dvojnásobne platí staré známe: Lepšie raz vidieť, ako stokrát počuť.

Jaroslava Berčíková, MŠ





Mikuláš so škôlkarmi

Večer pred dňom svätého Mikuláša si mali a možno aj veľkí čistia topánky, ktoré dávajú do okien dúfajúc, že si v nich ráno nájdu niečo, čo poteší ich srdiečko. Niektorým však obsah topánok naznačí, že by sa v nastávajúcom roku mohli polepšiť. „Aký som bol, aká som bola?“ Topánočky v oknách, zvedavosť, iskričky v očiach... to všetko patrí k sviatku svätého Mikuláša.

Kde sa vzal, tu sa vzal, zrazu aj pred našou škôlkou stál v sprievode anjela a čerta Mikuláš. Vonku snežilo. Zazvonil zvončekom. Všetci sme čakali... Ani tento rok neprišiel s prázdnyimi rukami. Jeho pomocníci dovliekli prútené koše, v ktorých



boli balíčky s všakovakými dobrotami. Naši malí kamaráti sa na návštevu Mikuláša pripravili. Zarecitovali a zaspievali – takto pekne sa poďakovali za darčeky. Vonku stále snežilo. Nálada bola sviatočná. Chceme poďakovať svätému Mikulášovi za to, že si našiel na nás čas a sľubujeme, že na budúci rok sa polepšíme.

Prekvapeniam ale ešte nebol koniec. Keď deti spali, zazvonil zvonček opäť a pred dverami materskej školy stál Mikulášov pomocník v červenej čiapke s obrovskou taškou. Čo v nej bolo? Mikulášsky pozdrav od pizzerie KAVALLIER, ako inak, v podobe pizze pre malých kamarátov. Ďakujeme za milé prekvapenie.

Jaroslava Berčíková, MŠ

Zabíjačka a Mikuláš s čertom

Partia nadšencov z Ponicej Huty sa rozhodla potešiť malých aj veľkých. Tretí decembrový deň sa skoro ráno pustili do roboty šikovní chlapi, ktorým spod rúk vychádzali chutné zabíjačkové

dobroty. Štafetu prebrali dievčatá, ktoré ich s úsmevom ponúkali. Ak mal niekto pocit, že to s jedným prehnané, mohol prebytočné kalórie spáliť pohybom pri muzike pod vedením Katky Šurinovej. Tóny

huslí vystriedal zvuk silného motora. To sa už blížili Mikuláš a čert, ktorí držia krok s dobou a do obce zavítali na štvorkolke, čo v detských očiach vyvolalo nefalšovanú radosť. Z darčiekov a výnimoč-

nej atmosféry sa úprimne tešilo 56 detvákov.

Patrí sa poďakovať sponzorom, bez ktorých by sme toto milé podujatie nemohli uskutočniť.

Mária Krajanová



Lampiónový sprievod

Svetielka, lampáše, príjemná hudba, detský smiech a všade navôkol ľudia dobrej vôle... Lampiónový sprievod zorganizovala obec spolu s nadšencami, ktorí mali chuť a čas podporiť peknú myšlienku.

Všetko bolo pripravené tak, aby sme si spoločne s deťmi, rodičmi či starými rodičmi, jednoducho so všetkými, ktorí prišli, vychutnali slávnostnú atmosféru v znamení svetielok.

Sprievod sa začal pred obecným úradom. Odtiaľ pokračoval ulicami



Malá Stráňa a Do Hája až ku Kostolu Sv. Františka z Assisi. Po krátkej prestávke sme sa schodmi vrátili naspäť na ihrisko pri obecnom úrade, kde nás už vítal kapucín Lukáš s gitarou. Na deti čakala sladká odmena, chutné koláče od ponických žien a čaj. Rodičia si zatiaľ pochutnávali na punči. Lampiónový sprievod ukončila spoločná pieseň Terezky Ballekovej a kapucína Lukáša. Ďakujeme všetkým organizátorom, ktorí prispeli k tomu, aby sme si v príjemnej atmosfére mohli spoločne užít vzácny novembrový čas.

Katarína Piarová

Sviatok sv. Mikuláša so Spievankovom

Návšteva Mikuláša má v našej obci dlhoročnú tradíciu a teší sa veľkej obľube malých i veľkých. Bohužiaľ, posledné dva roky sme sa s Mikulášom nemohli stretnúť osobne, o to väčšiu radosť sme mali z tohtoročnej výnimočnej slávnosti. Mikuláš

si okrem sladkých odmiem pripravil pre všetky naše detičky naozaj úžasné prekvapenie v podobe hudobno-tanečno-divadelného predstavenia skupiny Spievankovo. Preplnená sála kultúrneho domu bola dôkazom, že sviatok Mikuláša je stále veľ-

mi obľúbený a že aj v uponáhľanej dobe si vieme nájsť čas na spoločné stretnutie. Na podujatí sa zúčastnili desiatky detí spolu so svojimi rodičmi či starými rodičmi, spoločne sme tak prežili krásne predvianočné popoludnie. Deti si okrem úžasné-

ho „Spievankového“ zážitku odniesli domov aj sladké odmeny, ktoré im osobne odovzdali Mikuláš, anjel a čert. Touto cestou v mene všetkých ďakujeme zoskupeniu Spievankovo za krásny program.

Jana Turčanová



V čase vianočnom

Ľudia dobrí, počuli ste to? Že vraj Vianoce nebudú... začala Mara Beňovie, len čo vošla k susede Šajnovie. V kuchyni sedeli viaceré ženy, pred sebou na stole mali perie a ako každý rok v tomto čase, museli ho popárať, aby bolo neskôr do perín a vankúšov.

Mara, vidno, že ti chýba chlap... táraš... odpovedala jej jedna zo žien. Zasmiali sa a jedna cez druhú už čosi múdre poznamenali, hlavne na tému chlapov a ich súžitia so ženami. Tetkina veta o Vianociach zaskočila deti, čo sedeli v kúte pri okne. Netrpelivo očakávali najkrajšie sviatky a keď počuli, že nebudú Vianoce, srdce sa im rozbúšilo. Nevedeli, čo si majú myslieť. Našťastie, Ankina stará mama na nich zažmurkala a dodala, že bez chlapov a bez Vianoc nemôže byť život. Potom už ženičky začali, čo ktorá počula, čo ktorá videla, čo ktorá zažila. A ich prsty behali ostošest po bielych páperových stonkách, naučene párali perie a budúce teplo perín hádzali do misiek pred sebou. Deti ich už nepočúvali, zahľadeli sa do okna. Veľmi dobre videli na starej pouličnej lampe ako husto padá sneh, veľké chuchvalce priam zakrývali svetlo, nedovolili jej v tme vyniknúť. Deti sa tešili, veď už druhý deň sneh husto padal, všetko zakryl, záhrady, domy, aj cesty boli ukryté vo vysokej bielej perine. Z toľkého snehu sa tešili nielen deti. Aj ponickí furmani tušili, kde a ako sa budú uberať ich najbližšie dni. A veru, keď ešte všetci dedinčania spali, už bolo po-

čuť vyzváňanie ovešaných koníkov. Sotva bolo pol štvrtrej, keď išli do sýchty. Pohonič s furmanom sedel na bukových saniach v prešívanych kabátoch, kožuchoch a ťažkých baraniciach. V hlbokom snehu za nimi ostávali úzke stopy. Oje s koníkmi priadlo svoju furmanskú nôtu a vlačce s pripravenými žrdami, folgou či štipákom čakali, ako zasa upevnia haldu sena. Chlapi málo hovorili, štipľavý mráz im to nedovolil. Ondrej aj Jano museli pretrpieť cestu do Doliny, na Horné Lúky. Podobne aj ich kamaráti z druhého povozu. Tento zimný rituál už mali dobre navčinený. Najskôr cesta k senníkom, potom dokonalé naloženie sena na vlačce, hlavne do ich rohov, aby sa veľa zmestilo a nič nepopadalo cestou domov. Samozrejme, chlapi sa potom zahriali v niektorom obchode, kde predavačky vedeli, že furmanov si treba uctiť. Na ich príchod

z lúk sa tešili aj deti. Už na dolnom konci, popred cigánov, sa chytili za povozy, aby sa čo-to povozili na sánkach. Tešili sa nádielke snehu, ba aj príchodu Vianoc. Už ich neomínala reč tetky Beňovie, že Vianoce nebudú. Vedeli, sviatky nikto a nikdy nemôže zrušiť ani zakázať. Lenže tuhá zima a sneh narobila starosti aj tunajším chlapom. Bolo ho treba z dvorov a cestičiek pri domoch neustále odpratávať. Niekedy už nebolo ani miesto, kam ho dávať, neďaleko domov vyrástli nové kopce, haldu snehu boli miestom, kde dedinský drobizg našiel a objavoval nové čaro zimy. Susedovci, sváko Hútajovie aj s ujom Ilčíkovie mali aj ďalšie starosti. So snehom si poradili, ale čo s tou líškou, ktorá im veľmi často chodievala do dvora. Prišla z Rybníčka, z Drahov, či odkiaľ? Veď to bolo jedno, keď sa chcela ryšavá potvora dostať do kurínov. Vedeli o nej, len

ako jej skrížiť plány. Obaja vedeli, že strieľať sa po nej nedá. Hoci deti narobili veľkých snehuliakov, líška sa ani ich nezľakla, obchádzala ich... chodila a báda, ako sa dostať k dobrej koristi. Každodenná sánkovačka, ktorá neraz bola pred Šulajovcami do úplného zotmenia, prekážala líške v ceste do kurínov. S nápadom, ako ich vyplašiť, prišiel Jarko, malý vnuk od Ilčíkov. Starký, ty máš plno budíkov, stále nejaké opravuješ, Natiahni ich na zvonenie, nech každú chvíľu niektorý v kuríne zazvoní... Starý otec sa iba pousmial, chlapec síce prišiel s nápadom, no kto to kedy videl, dávať budíky ku sliepkam...

U Hútajov mali psy, no u Ilčíkov nanajvyš kozy, tie si neporadia s líškou. Za Hútajovie humnom sa chlapi deň pred Štedrým večerom opreli o drevo, naliali si do štamperlíkov domácej páleničky. Vypili si veru zopár pohárikov, no plán, ako sa zbaviť líšky, nenašli. A vtedy sa rozozvučal prvýkrát dedinský rozhlas. Zapraskalo v ňom, zavrzgalo a na to sa ozvala nová, neznáma pieseň... Vánoce, Vánoce prichádzajú... Naozaj krásna pesnička.

Do rána napadlo v Ponikách ešte veľa snehu. Líška na dolnom konci sa akiste už nechcelo brodiť haldami snehu. Alebo si našla niekde inde iné kuríny? Hlavne, že boli Vianoce, deti boli šťastné a všetci sa radovali z krásnej bielej dediny a najkrajších sviatkov v roku...

Milan Kosec
Foto autor



Posedenie pri spoločnom stole

Po dvojročnej prestávke sme koncom novembra v Kultúrnom dome Ponická Lehôtka privítali viac ako 80 seniorov. Pri tejto vzácnnej príležitosti ich pozdravila pani starostka a o príjemný kultúrny zážitok sa postarali deti z ponickej materskej školy a DFS Poničan, ako aj šikovní folkloristi zo súboru Poničan. Nezabudli sme ani na tých, ktorí nás za posledné roky predišli do večnosti a venovali sme im tichú spomienku. Pri chutnom občerstvení a v priateľskej atmosfére si naši seniori zaspomínali na spoločne prežitý čas a stretli sa s priateľmi, ktorých už pár rokov nevideli. Dúfame, že pandémie je za nami a že v podobe, v akej bola, sa tak skoro nevráti a že seniorskú tradíciu stretnutí pri spoločnom stole už nič nepreruší. Všetkým starším spoluobčanom želáme hlavne pevné zdravie a spokojný život so svojimi rodinami.

Jana Turčanová



Uvítanie do života

Narodenie dieťaťa patrí k najkrajším okamihom života. Je to významná udalosť nielen pre rodičov, ale aj pre celú spoločnosť.

Každý nový život je dar zo všetkých darov najvzácnejší. Ľudský život v každom období je hodný úcty a ochrany. No azda najkrajší pohľad

na tento dar je vtedy, keď sa nám v náručí ocitá malý bezbranný človečik, ktorý potrebuje lásku a oporu. Malí ľudkovia sú pre nás veľkou

radosťou a tešíme sa z každého jedného drobca.

Rok uplynul a v Ponikách sa 16. novembra opäť uskutočnilo milé podujatie Uvítanie detí do života. Brány Kultúrneho domu v Ponickej Lehôtke sa otvorili našim najmenším, ich rodičom a príbuzným. V slávnostnej atmosfére sme medzi nami privítali Stelu Palovičovou, Hanu Hrkovú, Timoteja Kováča, Dorotu Belkovú, Františka Simona Pažitného, Améliu Demianovú, Lea Šávolta, Nicolasa Škrváňa, Viktora Nárožného, Lilly Madošovú, Andreja Trnku, Jakuba Boguského, Lianu Berkovú, Viktoriu Annu Luptákovú, Julianu Magurskú, Sárku Chalančovú a Petra Ondrejku.

Všetkým detičkám prajeme hlavne zdravie, spokojnosť a veľa lásky v kruhu najbližších a nech sú nám všetkým prínosom a radosťou.

Jana Turčanová



Členská schôdza ZO SZPB

Zasadnutie otvoril a viedol Peter Kucej. Najskôr privítal Janu Borgulovú z oblastného výboru a Annu Zacharovú, členku ZO SZPB Horná Mičiná.

Po príhovore Márie Magrovej si účastníci minútou ticha pripomenuli členov, ktorí nás v roku 2022 opustili, Miroslava Tanušku a Jána Szaba.

Predsedačka ponickej základnej

organizácie Mária Magnová prečítala správu o činnosti za uplynulé obdobie a odprezentovala plán práce na rok 2023.

Hospodárka Viera Mrázová prečítala správu o hospodárení za roky 2021 - 2022 a predložila návrh rozpočtu na nasledujúce obdobie.

Novozvolený výbor ZO SZPB v Ponikách bude pracovať v zložení:

Mária Magnová - predsedníčka,

Peter Kucej – tajomník, Viera Mrázová – hospodárka, Iveta Hiadlovská – podpredsedníčka, Zoja Sámelová – členka, Ondrej Špička – člen, Alena Kartíková – členka, Anna Piarová – revízorka účtov.

Novou členkou ZO SZPB Poniky sa stala Mária Imrišková.

V diskusii Peter Kucej navrhol zlepšenie spolupráce s ponickou školou, aby žiaci ďalej neprebera-

li poznatky deformovanej histórie. Dušan Schutz sa zameriaval na tému holokaustu a odovzdávaniu informácii mladým. Jana Borgulová sa venovala Múzeu SNP.

Po ukončení oficiálnej časti výročnej schôdzy zablahožela pani predsedníčka oslávencom.

Záver spestril Pavel Kartík zo svojím tímom chutným pohostením.

(pk)

Memoriál Ondreja Holca

7. ročník

Náš cezpoľný beh pod názvom Memoriál Ondreja Holca sa stal už jesennou stálicou bežeckých podujatí. Je známym nie len v bystrickom okrese, ale evidujú nás bežci od Brezna až po Veľký Krtíš a niektorí neľutovali prísť aj z väčšej diaľky. Organizátorov a iste aj bežcov nesklamal ani ostatný, 7. ročník ponického behu. Čo sa týka počasia, opäť zafungovala kolektívna viera všetkých zúčastnených, že to dopadne dobre a podarilo sa. Slnka sme si síce veľmi neužili, zato bežci si pochvalovali príjemnú teplotu a bezvetrie. Tak podme na štatistiky. Účast bola slušná: 169 bežcov aj s deťmi. Potešil počet detských bežcov, kde sme sa dostali k účasti 41 úžasných pretekárov, ktorí si to rozdali v behoch na 50m, 1 a 2 okruhy okolo ihriska, podľa veku. Detské kategórie nevyhodnocujeme, ale každý malý bežec dostal sladkú medailu a kopec drobností od obce a sponzorov. Počas rozcvičky a v prestávkach behov deti zabával



▲ Na štarte.

lenia, kde už išlo o časy, umiestnenia a stupne víťazov. Zúčastnilo sa ho 19 mužských a 17 ženských pretekárov. K tomu treba pripočítať ešte školá-

dievčat. V mužskej kategórii vyhral Ján Melicherčík zo Zvolena, v ženskej kategórii Anna Zemianová z Banskej Bystrice. V žiakoch boli najrýchlejší vo svojej kategórii. Thomas Magna a Adam Brozman, ktorý zároveň vytvoril nový vynikajúci školský rekord (17:59.7 min). Zo žiačok boli najrýchlejšie Sofia Zacharová a Vana Hlaváčová s Ninou Šavoltovou. Najrýchlejší poničania medzi mužmi a ženami na hobby trati boli Igor Šalko a Vladimíra Šurďová.

Hlavným behom bola trať na 10 km, ktorá má medzi bežcami rešpekt pre jej prevýšenie, ale aj uznanie a obdiv pred emóciami, ktoré pretekárom poskytuje. Tu bola účasť 63 pretekárov, spolu v siedmych kategóriách. Vynikajúco zabehli hlavne Matej Schieber z Dukly BB a Iveta Furáková, ktorá behá za Svetielko nádeje Zvolen. Obaja boli dekorovaní ako absolútni víťazi v mužských a ženských kategóriách. Najrýchlejší poničania na hlavnej trati boli Štefan Tešlár a Janka Beňová.

Veľkou poctou a potešením pre organizátorov bola účasť jedného z najlepších maratónco na svete v seni-

orskej kategórii, pána Jána Hazucha zo Zvolena. Tento pán bežec, ktorý má mimochodom 79 rokov, v kategóriách 70 - 74 r. a 75 - 79 r. vyhral 6



▲ Bežci z Poník.

maskot v podobe psíka labradora, ktorého nám zabezpečil jeden zo sponzorov. Hobby trať (3,7 km) už priniesla naozajstné športové zápo-

kov 2. stupňa ZŠ v Ponikách, ktorí memoriál využívajú na svoje majstrovstvá školy v cezpoľnom behu. Tento rok to bolo 22 chlapcov a 7



▲ Stupne víťazov.

najprestížnejších maratónov sveta. S našou kopcovitou traťou sa popasoval tiež parádne a dal to za 58 min! Gratulujeme.

Na záver musím spomenúť, že 7. ročník memoriálu sa stal benefičným behom. Výťažok zo štartovného sme darovali na konto občianskeho združenia Svetielko nádeje z Banskej Bystrice, ktoré zabezpečuje starostlivosť o deti a mladých ľudí s onkologickými ochoreniami. Zástupcovia združenia boli prítomní aj na behu a tak pani starostka mohla odovzdať symbolický šek priamo do ich rúk. Ďakujeme aj za milých ľudí, ktorí prispeli na konto Svetielka priamo na štadióne. Dúfam, že v takomto duchu sa bude niesť aj ďalší 8. ročník nášho ponického memoriálu, na ktorý sa už teraz tešíme.

Igor Šalko



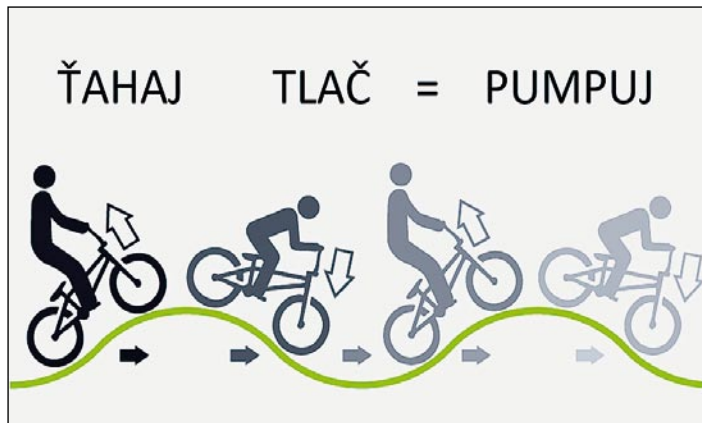
▲ Maskot podujatia.



▲ Vzácný hosť Ján Hazucha (v strede).

Nový fenomén cyklistiky u mladých

V našej obci nám už nejakú dobu robí spoločnosť pumptrack. Že ste o tom ešte nepočuli? Je to umelo vytvorený okruh na jazdu na bicykli, a pokiaľ to povrch dráhy umožňuje, tak si môžete zobrať aj kolobežku, skateboard či inline korčule. Okruh prejdete bez šliapania či odrážania. Tvoria ho vlny a klopené zátáčky, ktoré umožňujú udržiavať a zvyšovať rýchlosť. Pohyb dopredu dosiahnete prácou s telom, zmenou ťažiska – pumpovaním. Samozrejme, ide hlavne o zábavu, takže akýkoľvek spôsob pohybu vpred je prijateľný. Taktiež sa netreba obmedzovať iba na bicykle, alebo nebodaj na konkrétny typ bicyklov. Vďaka asfaltovému povrchu našej pumptrackovej dráhy sa možno povoziť aj na odrážadlách, korčuliach či kolobežkách s väčšími kolesami. Klasické kolobežky s menšími kolesami sa použiť nedajú, okruh je prívelmi členitý a jednoducho ostanete visieť na vlně. Výhodou tejto pohybovej aktivity je, že takmer nie je obmedzená vekom. Videli som tam detúrence, ktoré z toho mali veľkú radosť a pritom ich rodičia mali všetko pod kontrolou.



Treba povedať, že okruh nie je dielom náhody. Navrhli a postavili ho s určitým zámierom, náročnosťou. Každá zákruta, vlna či viacnásobná vlna je presne tam, kde má byť. Kto zvládne techniku jazdy, môže si pohyb do sýtosti vychutnať. Krát-

ky okruh dá zabráť kondícii. Rýchle kolo strieda chvíľka oddychu. Stačí párkrát zopakovať a HIIT tréning (z angl. High Intensity Interval Training - vysoko intenzívny intervalový tréning, pozn. red.) máte za sebou. Pumptrack nie je len na pobavenie, je vhodný pre každého cyklistu na tréningovanie techniky jazdy. Zručnosť získaná na známom okruhu sa zide počas jazdy v teréne. Prejazd zákrutou sa stane istejší a rýchlejší.

Je super, že na domácej pôde sa môžeme pochváliť úžasnou atrakciou, ktorú nám môžu široko-ďaleko závidieť. Aj keď niekde možno majú niečo podobné, zvyčajne tam býva veľa ľudí. Až mám obavy propagovať to pred komunitou, aby to nebolo kontraproduktívne pre domácich záujemcov. Každopádne, neváhajte a príďte skúsiť, kým tu nie je nával.

Andrej Brzuľa

ŠK OPL Poniky

Muži

Naše seniorské družstvo mužov prežíva nie práve najvydarenejšie obdobie. Po jesennej časti nám patrí priebežné 11. miesto za 3 výhry, 3 remízy a 7 prehler. S týmto umiestnením, samozrejme, nie sme spokojní. Dopĺňame na zranenia, šírku kádru a nepremieňanie šancí nás oberá o body. Chýbajú nám najmä góly nášho minulého sezónneho 19-gólového kanoniera Mareka Klementisa, ktorý kvôli pretrvávajúcim zdravotným problémom odohral len 334 minút, ale aj tak stihol strelit 3 góly. Nahradit sa ho snažia najmä 5-gólový Viktor Kolenička a 3-gólový Andrej Piar.

V zimnej prestávke sa budeme snažiť odohrať čo najviac prípravných zápasov, vhodne doplniť káder, doliečiť zranenia a dobre sa pripraviť na jarnú časť sezóny. Tá sa začne 26. marca domácim zápasom s Beňušom.

Výsledky mužov:

Hel'pa – Poniky	3:0
Poniky – Hronec	2:1
Malachov – Poniky	4:3
Ľubietová – Poniky	0:1
Poniky – Č. Balog	0:3
Podkonice B – Poniky	3:2
Poniky – Valaská	3:3
Poniky – Michalová	4:0



▲ Družstvo prípravy U11.

Starší žiaci U15

Starší žiaci pod vedením Romana Resla odohrali na jeseň 7 zápasov. Naši chlapci patria vekovo medzi najmladšie družstvá v tejto súťaži a zatiaľ zbierajú skúsenosti, veď hrať s protihráčom starším aj o 3 – 4 roky je psychicky aj fyzicky veľmi náročné. Z minulého sezónneho družstva skončilo až 8 hráčov, ktorí už hrajú za dorast v iných kluboch, a tak je mužstvo v prestavbe. Výhodou však môže byť, že chlapci v skoro nezmenenej zostave môžu odohrať ešte takmer dve sezóny. Po dvoch víťazstvách a piatich prehrách im patrí posledné piate miesto.

Výsledky starších žiakov:

Sl. Ľupča – Poniky	13:2
Poniky – Badín	1:3
Poniky – Hel'pa	3:0
Poniky – Podkonice	3:0
Poniky – Sl. Ľupča	0:16
Badín – Poniky	12:0
Podkonice – Poniky	5:1

Príprava U11

Tradične najlepšie výsledky dosahujú naši prípravkari, ktorí pod vedením Jána Saktora budú zimovať na 1. mieste vo svojej skupine. Odohrali 10 zápasov, v ktorých sa im podarilo 8x vyhrať a 2x prehrať so skóre 21:11.

Výsledky prípravy:

Sásová – Poniky	2:3
Poniky – Badín	2:0
Jakub – Poniky	1:2
Jakub – Poniky	0:4
Poniky – Sásová	1:0
Poniky – Sásová	1:0
Badín – Poniky	4:0
Badín – Poniky	4:2
Poniky – Jakub	5:0
Sásová – Poniky	0:1

Na záver sa chceme poďakovať všetkým za podporu a zapriať vám príjemné prežitie vianočných sviatkov v kruhu svojej rodiny.

Marek Matuška