



# KOKAVSKÉ AKTUALITY

Vydané dňa: 25. 10. 2019

VYDÁVA: Obecný úrad Liptovská Kokava  
ROČNÍK: XXI.

ČÍSLO: 3  
JÚL - AUGUST - SEPTEMBER 2019

## V tomto čísle nájdete:

- Z činnosti OcÚ a z rokovania OZ
- Urbariát
- Roľnícke družstvo
- Dobrovoľný hasičský zbor
- Školské okienko
- Jubilanti
- Základná organizácia SZPB
- JDS Liptovská Kokava
- Červený kríž
- Niečo pre gazdinky
- Športová rubrika
- Oznamy



• Jesenné obdobie v Kokave

## Z činnosti OcÚ a z rokovania OZ

### Júl

- kúpa nehnuteľnosti (rodinný dom č. 316) do vlastníctva Obce Liptovská Kokava
- odsúhlasenie zvislej dopravnej značky na základe žiadosti PSBU Liptovská Kokava na ceste za Roľníckym družstvom
- prijatie rozpočtového opatrenia k projektu „Rekonštrukcia kultúrneho domu“
- začatie stavebných prác na stavbe hasičskej zbrojnice



• Montáž krytiny a strešných okien na novom krove hasičskej zbrojnice

- oprava poruchy na vodovode v ZŠ s MŠ



• Poruchu na vodovode sa podarilo odhaliť a nájsť po viac ako 40-tich rokoch

## August

- pokračovanie rekonštrukčných prác na ČOV Liptovská Kokava



• Aktivačná nádrž



• Samočistiace zariadenie na vtoku do ČOV

- vybudovanie nového oplotenia areálu Základnej školy s materskou školou



• Oplotenie ZŠ s MŠ

- inštalácia novej plynovej kotolne v ZŠ a MŠ



• Po demontáži starej plynovej kotolne bola nutná oprava omietok



• V plynovej kotolni boli inštalované 3 ks nových kotlov Junkers s príslušenstvom a 300 l zásobník s ohrevom teplej vody

- prípravné práce na projekte rekonštrukcie kultúrneho domu, jeho zateplenia a výmeny okien a dverí, sťahovanie knižnice, zariadenia sály kultúrneho domu, sobášnej siene, pivničných a podkrovných priestorov



• Pri sťahovaní priestorov kultúrneho domu pomohli hlavne členovia JDS a DHZ

## September

- podanie správy o finančnej kontrole č. 02/2019 hlavným kontrolórom obce
- príprava výberového konania na zimnú údržbu ciest

- vypracovanie projektu „Dobudovanie infraštruktúry k detskému a viacúčelovému ihrisku“
- verejné obstarávanie k uvedenému projektu
- realizácia prác zateplenia kultúrneho domu, výmena okien a dverí vo vonkajšom obvodovom murive, práce vo vnútri kultúrneho domu (omietky, elektroinštalácia)



## URBARIÁT

Vážení podielníci, spoluobčania.

Vo svojich príspevkoch do Kokavských aktualít sa často venujem spracovaniu vetrovej kalamity, ktorá postihla naše lesy v máji 2014. Podstatnú časť (na 90 %) vetrom vyvrátených stromov sa nám podarilo spracovať v rokoch 2014 – 2016. Aby toho nebolo dosť, následne na túto udalosť reagoval s určitým prirodzeným oneskorením aj podkôrny hmyz - hlavne lykožrút smrekový. Je to druhotný škodca (prvotným škodlivým činiteľom bol vietor). Jeho kulminácia bola v rokoch 2016 – 2018.

Je faktom, že nikdy sa nepodarí spracovať 100% vetrovej kalamity a preto aj časť takto nespracovanej kalamity je zdrojom rozširovania hmyzu, ktorý napáda živé – stojace stromy. No medzi tie hlavné faktory, ktoré

môžu za vzostup početnosti hmyzu, ktorý poškodzuje dreveniny (hl. lykožrúta smrekového), považujem nespracovanú podkôrnikovú kalamitu v 5. stupni ochrany prírody a tiež klimatické podmienky – extrémne výkyvy počasia a hlavne dlho trvajúce suché obdobia s minimom zrážok. Toto všetko sa podpisuje pod zníženú schopnosť drevín odolávať škodlivým činiteľom.

Rok 2019 sa zatiaľ javí, ako rok útlmu početnosti podkôrneho hmyzu, čo môžem dokumentovať aj faktom, že k 30.9.2019 máme spracované cca 7 320 m<sup>3</sup> kalamitného dreva, zatiaľ čo v roku 2018 k tomu istému dátumu to bolo už 18 367 m<sup>3</sup> kalamitného dreva. Čiže rozdiel oproti roku 2018 je mínus 17 047 m<sup>3</sup> dreva. Príčiny zníženia početnosti podkôrneho hmyzu môžeme hľadať v rôznych faktoroch:

- spracovanie napadnutého dreva v minulých rokoch
- prirodzený útlm početnosti, ktorý nasleduje po rokoch kulminácie

- rozvoj (zvýšenie početnosti) prirodzených nepriateľov podkôrníkov (vtáci, vírusové ochorenia, plesne, ...)

Na jednej strane je to pre mňa (ako lesníka) dôvod na radosť, že aspoň časť lesov ostane do budúcnosti nepoškodená a bude si plniť funkcie, na ktoré tak apelujú „ochranári“. Na druhej strane rok 2019 priniesol v súvislosti so spracovaním hmyzích aj vetrových kalamít na Slovensku, ale hlavne v strednej Európe, prepád cien za drevo (až o 30 – 40 %) a obrovské problémy umiestniť sortimenty vyrobené z kalamitného dreva (tzv. suchárov) na trhu. Som rád, že sa nám podarilo podstatnú časť kalamitného dreva spracovať a zároveň umiestniť na trh v uplynulom období (za roky 2014 až 2018 to bolo 130 426,63 m<sup>3</sup>), kedy ceny dreva boli na prijateľnej úrovni a nebol až taký problém s odbytom. Veď za roky 2014 – 2018 bolo pre vlastníkov PSBU obce L. Kokava vyplatené na podieloch 705 044,02 €. No treba povedať, že táto „nadúroda“ je na úkor budúcich rokov až desaťročí. Je preto faktom, že v budúcnosti bude na prerozdelenie už menej prostriedkov. No bolo by chybou nás podielníkov uvažovať len v intenciách - koľko eur mi môj vlastnícky podiel prinesie a ak už málo, alebo vôbec nič, tak ho treba predať kým sa ešte dá. Keby takto uvažovali naši predkovia, od ktorých sme vlastníctvo zdedili, tak by sme žiadne eurá v podobe vyplatených podielov dnes nemali. Samozrejme, každý má právo so svojim vlastníctvom nakladať podľa slobodnej vôle. Len urbár je špecifickou formou vlastníctva (viď brožúrku „Dejiny urbárskeho spoločenstva v Liptovskej Kokave“, ktorú sme dávali na valnom zhromaždení v roku 2015). Zákon o zrušení poddanstva spolu so zákonom o zrušení urbárskych povinností roľníctva prijal Uhorský snem 18. marca 1848. Urbársky patent a dekrét o odškodnení, ktorým sa potvrdzovalo zrušenie poddanstva a právo roľníkov na vlastníctvo pôdy zapísanej v urbároch, bol následne

vydaný začiatkom marca 1853. Z bývalých poddaných sa tak stali slobodní ľudia s právom vlastníctva – spoluvlastníctva urbáru a toto spoluvlastníctvo pretrvalo až do dnešných čias (aj keď v súčasnosti máme cez 700 spolupodielníkov – vlastníkov, pričom na začiatku to bolo 56 rodín).



Urbár v minulosti nikdy nebol pre podielníkov len zdrojom peňažných príjmov, ale hlavne zdrojom úžitkov v naturálnej forme ako drevo, možnosť pasenia, zber lesných plodov, ..., ale aj to pod kontrolou. Peniaze z predaja dreva často poslúžili na rozvoj obce. Dajme si preto pozor, aby túžba po okamžitom zisku z možného predaja podielov z nás znova neurobila „novodobých poddaných“ vo vlastnej krajine. Potom by sa mohlo ľahko stať, že zákazová značka na ceste nad Roľníckym družstvom už nebude s dodatkovou tabuľou a bude platiť pre všetkých bez výnimky. A toto nie je fikcia či strašenie, takéto prípady už na Slovensku sú.

Ďakujem

Ing. Vladimír Zubček  
predseda PSBU L. Kokava

## Roľnícke družstvo

Obilniny sme v roku 2019 pestovali na výmere 180,4 ha a priemerná úroda bola 42,2 q/ha. Pre porovnanie v roku 2018 dosiahli obilniny výnos 32,4 q/ha. Najvyššiu úrodu dosiahla pšenica s úrodou 47,7 q/ha.

Minulý rok sme nahradili 4 nádrže na chladienie mlieka jednou s objemom 8000 l. S dennou produkciou mlieka cca 7000 až 7100 l sme prekročili maximálnu kapacitu 4 chladiacich nádrží s celkovým objemom 6850 l. Prevádzkovaním jednej chladiacej nádrže je úspora na elektrickej energii a spotrebe dezinfekčných prostriedkov.

Kukuricu na siláž pestujeme na výmere 55 až 60 ha minimálne 20 rokov. Elektrický ohradník okolo kukurice dokáže ochrániť škodu na úrode podľa našich skúseností len v počiatočnom štádiu po zasiatí.

Dozrievaním kukurice škody na úrode narastajú. Požiadali sme poľovné združenie Machy o zvýšenú ochranu pred zvieratami, ktoré spôsobujú škodu na úrode. Dostali sme informácie od poľovníkov ako aj od prispievateľov na internete, že každú noc ku kukurici prichádza 8 až 12 medved'ov. Uvedenú škodu odhadujeme na 30 %. Spôsobenú škodu sme nahlásili na životné prostredie a nechceme len finančné odškodnenie ale riešenie a východisko do budúcnosti.



Ing. Jaroslav Staroň  
predseda RD

## Dobrovoľný hasičský zbor

Milé hasičky, hasiči, spoluobčania,

Prešiel ďalší kvartál a je čas na jeho krátke zhrnutie.

Ako ten čas rýchlo letí a po lete prichádza jeseň. Naše hasičské leto bolo tento rok opäť raz bohaté na akcie a aktivity. Jednou z najväčších akcií ktoré sme uskutočnili bol bezpochyby ďalší, už IV. ročník Memoriál Jaroslava Majera st. 10. augusta o 12,00 hod., sme sa stretli pri hrobe Jaroslava Majera st. a položením kvetov a zapálením sviečky, sme si uctili jeho pamiatku. Následne sme sa slávnostným sprievodom obcou presunuli na futbalové ihrisko, kde sme zahájili IV. ročník „Memoriálu Jaroslava Majera st.“, krstom novej zásahovej techniky. Neodmysliteľnou súčasťou tejto spomienkovej akcie je samozrejme súťaž v požiarnom útoku. Na tomto ročníku sa zúčastnilo spolu 16 súťažných družstiev z okresu ale aj mimo okres. Samozrejme sme nezabudli ani na najmenších a pre nich sme si pripravili tiež súťaže o vecné ceny plus ako bonus prišiel aj kúzelník. Po oficiálnej časti memoriálu sme sa zabávali pri hudbe do neskorých nočných hodín. Už teraz sa tešíme na budúcoročný V. ročník.

Počas celej letnej sezóny naše súťažné družstvá mužov, žien, dorastu a najmenších Plameň, absolvovali spolu 26 súťaží. Veľkú radosť nám robili tento rok dievčatá, ktoré počas celej sezóny obsadzovali pódiové umiestnenia. Samozrejme pochvala a uznanie patrí aj dorastu a najmenším hasičom a hasičkám, ktorí nám celú sezónu robili veľkú radosť.

Samozrejme, našou úlohou v obci je aj zásahová činnosť. Ku koncu septembra sme mali na konte dvadsať výjazdov. Prevažne sa jednalo o technické výjazdy a požiare. Koncom augusta sme v teréne vyskúšali aj našu novú pomôcku, zásahový odev proti bodavému hmyzu. K dnešnému dňu sme pomohli 4 rodinám pri odstránení osieho a sršnieho hniezda.

Posledný víkend v auguste sme sa zúčastnili osláv 115. výročia založenia SDH Ludgeřovice.

Vážení spoluobčania,

máme pred sebou začiatok vykurovacej sezóny. Zabráňme požiaru, ktorý môže spôsobiť komín zanedbaný čistením a kontrolou !!!

**„Vyčistený komín = kľudnejší spánok“**

Ak je na komín pripojený spotrebič s celkovým tepelným výkonom do **50 kW**

1. spotrebič je na **plyn**, kontrola a čistenie **komína bez vložky** sa vykonáva **raz za 6 mesiacov**
2. spotrebič je na **plyn**, kontrola a čistenie **komína s vložkou** sa vykonáva **raz za 12 mesiacov**
3. spotrebič na **tuhé palivo** alebo **kvapalné palivo** kontrola a čistenie komína sa vykonáva **raz za 4 mesiace**.

**Nezabudnite! Čistenie a kontrola komína je Vašou povinnosťou a ak to nezvládnete sami volajte kominára ...**

**!!! V prípade požiaru volajte číslo 150 alebo 112 !!!**

### POZVÁNKA

**na Výročnú členskú schôdzu, ktorá sa uskutoční  
dňa 14. 12. 2019 (sobota) o 16:00 hod.  
v Liptovskej izbe u Alenky Porubänovej**

Vaša prípadná neospravedlnená neúčast' na zasadnutí VČS, bude považovaná za Váš nezájum ďalej sa podieľať na práci v DHZ a Vaše členstvo bude ukončené.



• Pietna spomienka pri hrobe Jaroslava Majera st.



• **Nové zásahové odevy proti bodavému hmyzu.**  
V prípade, že potrebujete pomôcť odstrániť osie hniezda kontaktujte obecný úrad **044/5297100** alebo **0917 084 379**



• **Jano Glos s novým zásahovým vozidlom Iveco Daily CAS 15 s protipovodňovým vozíkom**



→  
• **Ženské družstvo:**  
Martina Tarageľová,  
Romana Porubänová,  
Lenka Belopotocká  
Aďa Nudzíková  
a Kika Vrbičanová

Richard Šopor, predseda DHZ

## Školské okienko

### Práca a výkon sú dôležitejšie ako vzťahy. Ako to ovplyvňuje deti?

Žijeme v dobe zameranej na výkon. Niektorým ľuďom sa vďaka výkonu aj výborne darí a sú veľmi úspešní. Navonok mnohé veci vyzerajú úžasne, ale niekedy je to len pozlátko. Podľa viacerých odborníkov pribúda množstvo duševných porúch, narastajú problémy vo vzťahoch a čo je najhoršie, tieto problémy sa odrážajú i na deťoch.

„*Sme pod neustálym tlakom vecí, ktoré tu predtým neboli, náš organizmus na to nie je pripravený a veľmi narastá počet duševných porúch,*“ Doba je zameraná na výkon, a to si berie svoju daň v zmene správania ľudí. Prieskumy psychológov ukazujú, že pribúdajú najmä prejavy bezcitnosti. Práca a sústredenie na výkon sú pre mnohých ľudí dôležitejšie než pestovanie vzťahov s najbližšími. V rodinách tak následne dochádza k zanedbávaniu detí, ktoré si ale mnoho ľudí odmieta pripustiť. Totiž, existuje viditeľné zanedbávanie, ktoré si dokáže všimnúť aj okolie, ale existuje aj množstvo neviditeľných prípadov zanedbávania, o ktorých často takmer nikto vôbec netuší. Nevidno ich totiž na prvý pohľad a mnohí ľudia ani nevedia, že sa jedná o zanedbávanie. Dnes je veľmi náročné nájsť kompromis a súlad medzi rodinou a prácou. Je to preto, lebo človek túži mať všetko. Chce mať okolo seba tie najkvalitnejšie veci, na ktoré je potrebné zarobiť a na druhej strane túži aj po pokojnej a láskyplnej atmosfére v rodine. A práve tieto dve veci sa často nedajú zosúladiť.

### Prejavy zanedbávania detí sa menia

Pred pár rokmi sme si pod pojmom zanedbané dieťa predstavili hladné, vychudnuté, špinavé, týrané dieťa, ktoré si nemalo čo obliecť alebo nechodilo do školy.

V súčasnosti sa môžeme stretnúť aj s týmto typom zanedbaných detí, ale čoraz viac sa prejavujú aj nové formy zanedbávania. Tie si taktiež vyberajú svoju daň, a to najmä na psychike detí. Ide predovšetkým o neaplnenie potrieb detí v určitom sociokultúrnom rámci. Neustále sa zvyšuje počet detí, ktoré žijú v nadštandardnom prostredí, rodičia vlastnia luxusnú veci, kupujú deťom drahé dary, vozia ich v drahých autách, ale spôsobujú im napríklad **emocionálne zanedbávanie**. Práve emocionálne zanedbávanie je novodobým fenoménom v súčasnej spoločnosti. Je otázne, akí dospelí ľudia vyrastú z týchto emocionálne zanedbaných detí. Ďalšie súčasné formy zanedbávania sú napr.: **nárast obezity** u detí, s ktorou ďalej súvisí problém s cukrovkou 2. typu a tiež problémy s kĺbmi. K týmto problémom dochádza hlavne preto, lebo niektorí sme

pohodlní, v rodine sa málo športuje, nevenuje sa pozornosť zdravej strave a podobne. Novým trendom na detských ihriskách je dnes i to, že dieťa sa samo hrá v luxusne vybavenom detskom kútiku alebo na ihrisku a rodičia si pozerajú videá v mobile. Dieťa prirodzene túži po tom, aby sa rodičia s ním hrali, komunikovali alebo sa aspoň pozerali na to, čo robí. Časom možno výskumy potvrdia, že aj táto forma nezájmu sa bude považovať za formu emocionálneho zanedbávania. Za prejav zanedbávania sa považuje aj to, keď rodičia nekontrolujú, čo ich dieťa robí na smartfóne či na počítači, teda nezaujímajú sa, čo robí na sociálnych sieťach alebo aké hry hrá na počítači. V súčasnosti je preto veľmi potrebné robiť osvetu v tom, aby deti i dospelých je základom emocionálneho i psychického zdravia.

### Nadbytok spôsobuje i to, že deti nemajú o nič záujem

Mnoho rodičov si kupuje hračkami a sladkosťami lásku detí. Tie sú potom zavalené stovkami hračiek od výmyslu sveta a aj napriek tomu ich nič nebaví. Často sme svedkami toho, že niektoré deti sa na nejaké hračky ani poriadne nepozrú a chcú ďalšie a ďalšie. Ďalšie zase vystriedajú za hodinu aj desať činností, pretože ich nič poriadne nebaví a chcú stále robiť niečo iné a ďalšie, ale pri ničom nenachádzajú uspokojenie. Takýmto deťom neprináša radosť to, čo majú k dispozícii v súčasnej dobe, ale len pomyslenie na to, čo by ešte mohli mať. Akonáhle vysnívanú vec získajú, už nejavia o ňu záujem. **Niektoré deti sú nadbytkom vecí a rôznych zážitkových činností tak presýtené, že nedokážu byť chvíľu v pokoji.** Vedecké výskumy však jednoznačne ukazujú, že pre deti je veľmi dôležité aj to, aby sa pravidelne nudili. Tento čas nudy by mal deťom slúžiť predovšetkým na premýšľanie, meditáciu a stíšenie. Ticho a čas na reflexiu sú pre dieťa rovnako dôležité ako zmysluplné aktivity. Nuda je zároveň motivujúca. Privádza deti k originálnym myšlienkam a činom. Umožňuje im v tichu objavovať svoje skutočné záujmy. **Ak sú deti pohltené naplánovanými aktivitami či sledovaním televízie, nikdy nezačujú volanie svojho srdca.** Nuda im toto umožní. Práve nuda stvorila mnohých vedcov, maliarov či spisovateľov. **Voľné chvíle dávajú deťom možnosť objavovať, experimentovať a učiť sa nové veci.** Ako toto všetko však majú uskutočňovať, keď niektoré z nich majú každú sekundu svojho života naplánovanú? „*Rodičia, ktorí chodia s deťmi týždenne aj na 4-5 krúžkov, tiež zanedbávajú svoje deti, pretože zanedbávajú ich potrebu snívať,*“ upozorňujú psychológovia.

## Mnohé deti z bohatých rodín sú nešťastné, lebo rodičia sa zameriavajú len na ich výkon

Veľké množstvo hračiek a dobré známky ešte neznamenajú spokojné detstvo. Príkladom toho sú nemecké deti, ktoré v prieskume UNICEF - u síce patria medzi najvýkonnejšie a najbohatšie, no v rámci spokojnosti sú na posledných priečkach. Dôvodom je, že sa necítia byť uznávané a prijaté také, aké sú. Môže za to systém známok a zameranie sa rodičov len na ich výsledky v školských a v mimoškolských aktivitách. **Práve z dôvodu, že rodičia venujú neúmerne viac pozornosti výsledkom v škole ako detskej duši, sa úsmev z tvarí ich ratolestí vytráca.** Deťom chýba detstvo – voľné hranie na ihriskách, kamaráti, vymýšľanie rôznych vlastných hier a veľké tajomstvá, o ktorých vedia len ony a nikto iný. Doba je náročná, človek sa bez znalostí jazyka či počítača vo svete stratí. Rodičia tak automaticky v snahe zabezpečiť im šťastnú budúcnosť, venujú maximálnu pozornosť oblasti vzdelávania, ale deťom stále niečo chýba. Ako teda vychovávať deti tak, aby sa v budúcnosti presadili, no zároveň aby boli spokojné?

*Rozprávajte sa so svojimi deťmi.*

*Nepodceňujte detské pocity.*

*Naučte svoje dieťa vyjadriť emócie.*

*Pomôžte im nájsť to, v čom sú dobré.*

*Hrajte sa spolu.*

*Ak dieťa potrebuje samotu, doprajte mu ju.*

*Objímajte svoje dieťa.*

*Naučte svoje dieťa ďakovať.*

**Nech je vaše dieťa akékoľvek, zo všetkého najviac potrebuje cítiť vašu lásku. Nech vyparadí čokoľvek, nech sú jeho známky akékoľvek, nikdy mu neodnímajte pocit, že je milované.** Každá doba má svoje špecifiká a ponúka množstvo skúseností. Žijeme v období veľkých možností, je však potrebné, aby sme vedeli nájsť zlatú strednú cestu a z veľkej ponuky si vybrali to, čo urobí šťastným nielen náš život, ale aj životy blízkych.

**Tým, že sa rodičia sústredia na emocionálny život dieťaťa, kladú základy budúceho šťastia ich dieťaťa.**

Skúste si spraviť nasledujúci krátky test a odpovedzte si na tieto otázky.

- Vymenuj 5 najbohatších ľudí na svete.
- Vymenuj posledných 5 výhercov Wimbledonu alebo Svetového pohára FIFA.
- Vymenuj posledných 5 Miss Slovenska alebo Miss World.
- Vymenuj 10 ľudí, ktorí dostali Nobelovu alebo Pulitzerovu cenu.
- Vymenuj aspoň 5 hercov, ktorí boli ocenení na Academy Awards ako najlepší herec alebo herečka.

Zvládol si to?

Pointou je, že nikto z nás si nepamätá hviezdy

včerajška. A nie sú to ľudia, ktorí boli na druhých priečkach. Sú to absolútni víťazi. Žiadne B-čka. Sú to tí najlepší z najlepších. Časom však aplauz ustane. Trofeje stratia lesk. Na úspechy mnohí ľudia zabudnú.

Skúste si však teraz spraviť úplne iný test. Uvidíte, ako sa vám v ňom bude dariť.

- Vymenuj zopár učiteľov, ktorí ťa podporovali v škole a ovplyvnili tvoju cestu.
- Vymenuj 3 priateľov, ktorí ti pomohli v ťažkých chvíľach.
- Vymenuj 5 ľudí, ktorí ťa naučili niečo, čo stálo za to.
- Spomeň si na pár ľudí, ktorí ti umožnili cítiť sa dôležitým a výnimočným.
- Spomeň si na 5 ľudí, ktorí si užívajú čas, ktorí s tebou trávajú.

Bolo to omnoho ľahšie?

Toto poznanie si zahrňme do svojho každodenného života. *Ľudia, ktorí v našich životoch robia skutočný rozdiel nie sú tí, ktorí získali najviac ocenení, majú najviac peňazí alebo sú najviac vážení. Sú to tí, ktorým na nás skutočne záleží.*

(Charles Schulz)

Zdroj: Rodina a škola.

Upravila: Mgr. Mária Díková

## Európsky týždeň športu

### Cezpoľný beh žiakov našej základnej školy

Dňa 27. 9. 2019 zorganizovali pani učiteľky 4. ročník Cezpoľného behu žiakov, ktorý sa každoročne koná v jablňovom sade pod základnou školou. Do behu sa zapojili žiaci všetkých tried a vytvorili tri súťažné družstvá. Svoje sily a zručnosti si overili na stanovištiach s úlohami z prírodovedy, vlastivedy a environmentálnej výchovy. Všetci pretekári boli na záver ocenení sladkou medailou.



## Vlastivedno – turistická exkurzia JASNÁ – CHOPOK

Každoročne v rámci Európskeho týždňa športu organizujeme pre našich žiakov turistické vychádzky, na ktorých spoznávajú krásy našich hôr. Po vlnajších túrach vo Vysokých Tatrách/ Hrebienok, Popradské pleso/ prišli na rad Nízke Tatry. Z Bielej púte /1117 m n. m./ sme vyšli pešo na Priehybu/ 1342 m n. m./ a Funitelom/ kabínkovou lanovkou sme sa vyviezli do vrcholnej stanice. Privítalo nás slnečné počasie s prekrásnymi výhľadmi na panorámu Vysokých Tatier a celú Liptovskú kotlinu. Tretiaci a štvrtáčky vyšliapali s pani učiteľkou na vrchol Chopku/2024 m n. m./. Prváci a druháci medzitým obdivovali okolitú prírodu z terasy reštaurácie Rotunda. Fotografie si môžete pozrieť na webovej stránke školy zsmsskokava.edupage.org .



Mgr. Mária Díková  
riaditeľka ZŠ s MŠ

## Jubilanti

V mesiacoch júl - september 2019 sa dožili významných jubileí títo občania:

### 65 rokov:

- Tibor Ambróz 311
- Ľudmila Jančušková 112
- Elena Žišková 199
- Viera Pelachová 7

### 70 rokov:

- Oľga Porubánová 75
- Oľga Vrbičanová 4

### 75 rokov:

- Štefan Vrbičan 4
- Milan Šuňavec 293

### 80 rokov:

- Irena Vrbičanová 52

### 85 rokov:

- Anna Fronková 183
- Emília Sermeková 370

### 95 rokov:

- Želmíra Vrbičanová 297



*Veľa šťastia, veľa zdravia prajeme vám.  
Nech jeseň vášho života len šťastím a láskou prekvitá!  
Praja obecné zastupiteľstvo.*

## Narodili sa

- Lukáš Perinaj, č.d. 493
- Marek Podbielančík, č.d. 232

*Dnes najšťastnejší spev k nám prilieta,  
keď pozeráme s pýchou na dieťa,  
ktoré tu spieva do celého sveta.*



## Opustili nás

- Vladimír Žiška č.d. 352
- Emília Mamisová č. d. 402

*Lesknú sa slzy, na dno do hrobu s kvetmi padnú,  
stávaš sa zemou, ktorá ťa objíme . . .*



## Promócie

**MUDr. Radovan Zubček**  
Masarykova univerzita, Lekárska fakulta, Brno

*Konečne sa splnil vytúžený sen...  
V rukách držíš diplom a srdce máš plné očakávaní.  
Tak neváhaj a vykorč správnym smerom do sveta, ktorý sa nazýva ŽIVOT.*





## Základná organizácia JDS Liptovská Kokava

Vážení spoluobčania

Chcem sa s vami podeliť o zážitky, ktoré my seniори organizovaní v JDS, spolu zažívame pri rôznych spoločenských, kultúrnych ale aj brigádnických stretnutiach. Jedným z takých stretnutí bola „guláš partia“ na konci júla. Konala sa na nádvorí Liptovskej izby. Členky výboru s manželmi začali s prípravou o 10-tej hodine a šéfkuchárom bol Slavo Oravec. O 13:30 sa začali schádzať naši členovia. Začali sme krátkou členskou schôdzou.

Prekvapivým a veľmi milým spôsobom ju otvorila Želka Jurčová-Synačka. Keďže predtým v kalendári boli mená Magda, Oľga, Anna, Božena, Marta, prekrásnym vinšom zablahoželala všetkým.

Krajší začiatok sme si ani nemohli želať. Po dobrom guláši si členovia mohli dopriať kávu a nápoje na účet ZO JDS. Hanka Gajdošová pripravila pár spoločenských hier. Aby bola dobrá nálada prišli nám zahrať dve mladé dámy Ľudka Gajdošová a Anička Kapitánová. Takže sme si spolu zaspievali a zatancovali. Návštevou nás poctili predseda urbáru Ing. Vladimír Zubček s manželkou a predseda RD Ing. Jaroslav Staroň. Spolu sa nás zišlo 70 členov.



Začiatkom augusta sa začala rekonštrukcia kultúrneho domu. Naši členovia sa zapojili do vypratávania klubovne a sobášnej miestnosti. Nábytok

sme vozili do starej školy na uskladnenie. Mali sme dobrý pocit, lebo na druhý deň už sa likvidovali staré okná. Po dvoch týždňoch nás starosta oslovil, aby sme pomohli s vypratáním povaly. Narýchlo bolo treba zorganizovať členov a bola som veľmi rada že prišlo 28 dôchodcov. Urobili sme rozstup od povaly až dolu a veci sme si postupne podávali, čo bolo dobre, lebo sme nechodili hore-dolu. V priebehu dvoch hodín sme boli s prácou hotoví a spokojný starosta, ktorý s nami pracoval, nás pozval na občerstvenie do Liptovskej izby.



Ďalšou veľmi vydarenou aktivitou bol výlet na Oravu a Kysuce. Aj napriek raňajšej nepriazni počasia sme vyštartovali spoznávať nové kúty našej domoviny. Prvou zástavkou bol Oravský Podzámok kde sme si v Múzeu kočiarov pozreli ich zbierku od jednoduchých po luxusné z prelomu 19.-20. storočia. Vypočuli sme si veľmi fundovaný výklad. Odtiaľ sme sa presunuli na Oravský hrad. Absolvovali sme veľký okruh, ktorý trval 2 hodiny a zvládli sme 700 schodov.

Mali sme sympatickú sprievodkyňu so zvučným hlasom, takže sme si odniesli veľa poznatkov z histórie hradu.

Ďalšou zastávkou bola obec Krušetnica, kde sme mali obed a potom návštevu Múzea kávy. Steny sú zdobené zrnkami kávy rôznych farieb čo vytvára rôzne obrazy. Sú tu vystavené mlynčeky a kávovary z celého sveta. Majiteľ dováža surovú kávu, priamo tam ju praží a mohli sme si aj zakúpiť rôzne druhy kávy. Po



prehliadke sme pokračovali na Kysuce a zastavili sme sa vo Vychylovke, kde sme sa previezli na Historickú úvrat'ovej lesnej železničke a obdivovali šikovnosť ľudí, ktorí ju zostrojili a prevádzkovali.

Poslednou zastávkou bola obec Stará Bystrica a našim cieľom bol prvý Slovenský orloj.

Práve sa nám predviedol o 16 hod. v plnej paráde aj s následným výkladom. Po malom občerstvení sme sa cez Terchovú a Zázrivú, kde sme si kúpili ovčiarске výrobky, vrátili domov.

Ďakujeme vodičovi Stanislavovi za bezpečnú jazdu a tešíme sa na ďalší výlet niekedy v budúcom roku.

Mgr. Božena Ďurišová  
predsedníčka ZO JDS

## Niečo pre gazdinky



### Halušky z tekvice Hokkaido

Halušky z tekvice Hokkaido sú netradičné ale zato veľmi chutné. Majú sladkastú chuť a bryndzová omáčka sa k nim perfektne hodí. Ale výborné sú aj ako príloha k mäsu.

Tekvicu prekrojíme, vydlabeme a nakrájame. Hokkaido sa nešúpe, stačí ju dobre umyť a prípadné oderky odrezať. Po uvarení je šupka úplne mäkká. Tekvicu dáme do hrnca, podlejeme trochou vody, osolíme a dusíme asi 10-15 minút. Necháme vychladnúť, vodu nevylietame. Tekvicu rozmixujeme aj s vodou v ktorej sa varila. K rozmixovanej tekvici pridáme polohrubú múku, vajíčko, soľ a zamiešame. Postupne pridáme toľko vody aby vzniklo polotuhé haluškové cesto. Halušky uvaríme vo vriacej osolenej vode pomocou haluškovača.

**Omáčka:** Kyslú smotanu dáme na panvicu a prehrejeme. Odstavíme z ohňa a pridáme bryndzu, už nevaríme len miešame pokiaľ sa bryndza nerozpustí. Omáčku nie je potrebné dochucovať aby sme neprebili špecifickú chuť bryndze. Do hotovej omáčky pridáme halušky a premiešame. Vrch posypeme opraženou slaninkou a ozdobíme petržlenovou vňaťou.

(prevzaté z internetu)

Dobrú chuť!  
R.r.

## Zo života ZO SZPB

### Dôstojné oslavy na Podbanskom

Na tunajšej Partizánskej lúke sa každoročne 29. augusta stretávajú zástupcovia miest a obcí, ako aj zástupcovia ZO SZPB Horného Liptova, Vysokých Tatier a Popradu.

Organizátorom tohtoročných osláv bola obec Pribylina, ktorá sa tejto úlohy zhostila s patričnou úctou.

Atmosféru zvýraznili príhovory jej starostu Milana Kohúta a predstaviteľov oblastných výborov SZPB z Liptovského Mikuláša a Popradu. Nechýbala ani symbolická partizánska vatra a tradičný guláš.

Teší nás, že v príhovore zástupcu oblastného výboru Poprad bol spomenutý aj náš rodák Daniel Vrbičan, rozviedčik partizánskeho oddielu Vysoké Tatry, iniciátor výstavby 52 pamätníkov v oblasti Vysoké Tatry a organizátor osláv SNP v minulosti.

Zástupcovia našej obce si uctili pamiatku padlých partizánov položením spomienkových vencov pri pomníkoch padlých pred Obecným úradom v Liptovskej Kokave, pri pomníku na Podbanskom, ako aj položením kytice k pomníku na rázcestí Tichej a Kôprovej doliny. Spomienkovú kyticu sme každoročne kládli aj v Tichej doline pri pomníku v oblasti Tábor. Tento rok nám to nebolo umožnené z dôvodu ochrannárskeho nariadenia, preto sme o tento akt požiadali zástupcu Tanapu.

Emília Fronková



## Červený kríž

### Zdravotnícke okienko

Kyselina hyaluronová a kolagén majú v našom tele význam pre krásu a zdravie pokožky či vlasov, optimálne je ich rovnomerné pôsobenie s ďalšími látkami – vitamínmi a minerálmi ako zinok, meď a selén.

#### Vitamín B5 – kyselina pantoténová

- dôležitá je pre zdravie kože, lepšie hojenie rán, pomáha obnovovať prirodzenú farbu vlasov, podporuje ich rast, dodáva im silu, lesk a hydratáciu, pôsobí protizápalovo, reguluje tvorbu mazu.

#### Vitamín B7 / vitamín H - biotín

- zlepšuje pevnosť a tvrdosť nechťov, zlepšuje elasticitu

a podporuje zdravý rast vlasov a pôsobí proti vypadávaniu, upravuje kvalitu lámavých a krehkých nechťov.

#### Vitamín B9 – kyselina listová

- pri jej nedostatku je koža suchá s rôznymi prejavmi, vlasy sú suché, lámú sa a vypadávajú, strácajú farbu a tiež sa lámú nechty.

#### Vitamín C

- tento silný antioxidant pomáha predchádzať zmenám spojeným so starnutím, urýchľuje rast nových vlasov, pomáha absorbovať železo z potravy.

#### Vitamín D a E

- riadia rovnováhu minerálov v organizme, udržiavajú zdravie kostí a kože. Ak je málo D zhoršuje sa kvalita kože a objavuje sa akné.

Janka Uličná



## Športová rubrika

### Z histórie kokavského futbalu

V dnešnom príhovore chcem Vás a hlavne mladých oboznámiť s Kokavským futbalom od jeho založenia - ako futbalový klub a aj začiatky keď ešte nebol registrovaný v rokoch 1945 – 47. Futbal ako taký sa hrával na lúkach, ktoré slúžili ako pastva a zber sena pre dobytok gazdov. Preto mladí chlapci hrali futbal kde sa dalo a často boli vyhnaní z lúk, ktoré obhospodarovali gazdovia. Najviac hrali futbal na trávinatej lúke „Gašperička“, ktorá slúžila aj ako prechod Dovalovského dobytka cez Vlčie jamy do Badzgoňa pri rieke Belá. Podľa spomienok Ambróza Milana ich tam našiel hrať Ján Klasovitý - učiteľ cirkevnej školy. Spomínam to preto, lebo uvedený pán mal veľkú zásluhu na založení futbalového klubu. Na samom začiatku sa hral futbal so šnurovanou loptou, ktorú museli často zošívvať, keď sa potrhali šnúry na lopte. Klasovitý im priniesol lepšiu futbalovú loptu, s ktorou hrali len za jeho prítomnosti. Takýto bol futbal v začiatkoch až do jeho založenia ako futbalový klub „Kriváň“, dňa 27. 1. 1948 na Valnom zhromaždení obce.

Mladí futbalisti, ktorí hrávali už od registrácie klubu a po vybudovaní ihriska „Pod Brehom“, kde boli futbalové bránky bez sietí, ale futbal sa dal hrať - spočiatku nie súťažne. Uvedené ihrisko slúžilo len dočasne a často bolo zaplavené tečúcou vodou z riek „Belá a Mlynica“. V ďalšom čísle Kokavských aktuálie spomeniem mená aspoň niektorých futbalistov, ktorí v tej dobe hrali futbal a pričínili sa o dobré meno Kokavského futbalu v rokoch 1920-1940.

Ján Malata



### Vážení športoví priatelia



Dovoľte mi v mene FO, aby som Vás informoval o činnosti nášho futbalového oddielu v III. štvrtroku.

Po úspešnom účinkovaní v súťažnom ročníku 2018-2019 sme začali letnú prípravu v júli tréningami a dvomi prípravnými zápasmi s Prosiekom a Černovou, ktoré sme hravo zvládli.

Mužstvo, ktoré nás reprezentovalo v minulom ročníku opustil Lukáš Žiška z rodinných dôvodov. Do kabíny pribudli navrátilci Michal Miartan, Ján Šingliar a Dominik Stano, čím sa zvýšila konkurencia v mužstve.

Súťažný ročník 2019-2020 sme začali výborne 2 víťazstvami, kde sme pokračovali vo víťaznom trende z minulej sezóny. Bohužiaľ potom prišla na našich hráčov kríza, ktorá neobíde ani jedno mužstvo a je len na hráčoch, čím najrýchlejšie ju prekonať a vrátiť sa do starých koľají. Chlapcov chcem pochváliť za prístup k tréningom. Stále im veríme, že čím najskôr sa vrátia na víťaznú nôtu. Dúfam, že sa nám začnú vyhýbať zranenia, ktoré sú jednou z príčin nášho doterajšieho účinkovania. Ďalšou sú pracovné povinnosti, ale aj iné osobné záujmy, čo vyústilo k neodohraniu zápasu v L. Teplej. Všetko zlé je aj na niečo dobré a je len na hráčoch ako k tomu pristúpia, aby nám fanúšikom prinášali radosť v budúcich zápasoch. Verím, že fanúšikovia ostaneť verní našim chlapcom a spolu zažijeme ešte veľa krásnych a víťazných chvíľ ako v minulosti.

Okrem A. mužstva nás reprezentuje aj žiacke mužstvo v súťaži U-15. Chlapci pristupujú k tréningom a zápasom zodpovedne, za čo im patrí poďakovanie. Káder mužstva je dosť úzky a touto cestou chcem vyzvať rodičov, ktorí majú záujem a chuť dieťať a o futbal nech prídu medzi nás, aby sme mohli postaviť mužstvo aj v budúcnosti.

Na záver môjho príspevku chcem ešte poďakovať OÚ, ktoré financuje našu činnosť, RD za finančnú podporu, funkcionárom ako aj Vám fanúšikom, ktorí nás podporujete.

Libor Porubän



## Lyžiarsky bežecký klub Liptovská Kokava – Občianske združenie

Zima sa nám nezadržateľne blíži a všetci bežkári sa už tešia na nádielku snehu. Aby po celú zimu boli k dispozícii nielen upravené trate, ale aby sme zlepšili aj súvisiace služby, rozhodli sme sa na hodnotiacej schôdzi poslednej zimnej sezóny, že všetky aktivity súvisiace s prevádzkou trati budú zastrešené pod registrovanou organizáciou.

MVSR – sekcia verejnej správy kladne vyhovel na našu registračnú žiadosť a pod IČO-m 52565297 zaevidovalo dňa 19.9.2019 „Lyžiarsky bežecký klub Liptovská Kokava“. Čo všetko si novovzniknuté združenie vzalo za cieľ je uvedené v jeho stanovách. V súčasnosti pripravujeme web stránku s doménou:



www.lbklkokava.sk, kde budú tieto stanovy, ďalšie súvisiace listiny a iné podrobnosti k činnosti združenia zverejnené. Pre potenciálnych záujemcov o členstvo máme informáciu, že podľa Stanov LBK, článku 3, bodu 3.1 sa „členom sa môže stať každá osoba vo veku od 7 rokov, ktorá sa chce podieľať na naplňaní cieľov (uvedené v stanovách) a zúčastňovať sa na činnosti združenia“.

Aby mohla organizácia riadne fungovať, musí byť najskôr zvolaná ustanovujúca schôdza, na ktorej si do riadiacej štruktúry OZ zvolíme jednotlivých členov. Podľa stanov bude mať výbor päť a dozorná rada dvoch členov. Predsedu (štatutára) si zvolia zo svojich radov členovia výboru. Termín konania ustanovujúcej schôdzy je 17. 11. 2019 o 14.00 hod. v „Liptovskej izbe“. Pretože k tomuto dátumu treba pripraviť kandidačné listiny, poprosíme záujemcov o kondidatúru do orgánov Občianskeho združenia, aby do termínu 10. novembra 2019 podali na mailovú adresu [naskle@naskle.sk](mailto:naskle@naskle.sk) svoju žiadosť s uvedením o akú pozíciu prejavuje záujem. Po voľbách budú ďalej v programe schôdzy informácie o pripravovaných aktivitách a novinkách pred nadchádzajúcou zimou. Aby schôdza bola úspešná a vybudovali sme aj dostatočnú členskú základňu, poprosíme Vás účasťou o jej podporu.

Prípravný výbor



- *Posledná zima nám dopriala bohatú snehovú nádielku*



### Výroky slávnych

„Najrozumnejšia forma výchovy je príklad.“

Albert Einstein

## OZNAMY

### Obecná knižnica

Milí občania a čitatelia, knižnica je momentálne pre rekonštrukciu kultúrneho domu vyst'ahovaná.

Prosím o trpezlivosť a uchovanie vypožičaných kníh až do oznámenia o otvorení knižnice a ďakujem za pochopenie.



- *Sťahovanie knižnice aktivačnými pracovníkmi obecného úradu a vedúcou knižnice*

Janka Uličná, vedúca knižnice



### Zimná údržba ciest

Oznamujeme občanom, že zimnú údržbu miestnych komunikácií v našej obci bude na základe výberového konania prevádzať firma AGRO-LB s.r.o. Pribylina, konateľ Ľuboš Bobrik, mob. 0907 870 892.

Roľnícke družstvo Liptovská Kokava a firma Porubän poľnohospodár s.r.o. sa do súťaže nezapojili.

Koordinátorom zimnej údržby za Obec Liptovská Kokava bude poslanec obecného zastupiteľstva Tomáš Duriš, ktorému v prípade potreby volajte na mobil 0908 812 013.

Redakčná rada



- *Túto zimu pri kalamitnom stave začiatkom februára 2019 vypomáhal firme Porubän poľnohospodár aj Miroslav Glos*