



# KOKAVSKÉ AKTUALITY

Vydané dňa 20. 10. 2023

VYDÁVA: Obecný úrad Liptovská Kokava  
Ročník: XXV.

ČÍSLO: 3  
JÚL- AUGUST -SEPTEMBER 2023

## V tomto čísle nájdete:

- Z činnosti OcÚ a z rokovania OZ
- História mosta
- Urbariát
- Dobrovoľný hasičský zbor
- Školské okienko
- JDS Liptovská Kokava
- Zväz protifašistických bojovníkov
- Slovenský červený kríž
- Jubilanti
- Niečo pre gazdinky
- Šport
- Kokavská fazuľovica
- Voľby do NRSR 2023
- Oznamy
- Pre deti



## Z činnosti obecného úradu a z rokovania obecného zastupiteľstva

Milí občania,

leto nám pomaly skončilo, jeseň sa prihlásila prvým ranným mrazom a to je signál nastaviť sa na nové obdobie. Hoci počas prázdnin býva zvykom užiť si trochu voľna, vybehnúť na hory alebo ku vode, na obecnom úrade sme mali práce dost'. Čakali nás hlavne personálne zmeny, implementácia a prechod na nový elektronický systém samosprávy, vyhodnotenie projektov a organizácia spoločenských podujatí.

Touto cestou by som sa chcel poďakovať dlhoročným zamestnancom za ich nasadenie, prácu a odhodlanie. Hoci sme spolupracovali krátko, našli sme spoločnú reč. Ďakujem za trpezlivosť a ústretovosť pri odovzdávaní informácií novým kolegom a želám vám zaslúžený oddych na dôchodku. Radi vás kedykoľvek privítame na úrade.

Novým kolegom prajem veľa trpezlivosti, úsmev pri práci a radosť z nových výziev. Som rád, že ste súčasťou nového kolektívu a teším sa na spoluprácu.

**Mgr. Ján Kollár**  
starosta obce

## Júl

- Oprava strešného plášťa na budove Základnej školy v celkovej výške 18 576 € Z toho 17 500 € sme získali po úspešnej žiadosti z projektu dotácie z rezervy predsedu vlády SR.



- Vyúčtovanie a finančná kontrola prác na úprave skladu a zastrešenie terasy MŠ s podporou MAS Liptov.
- Kosenie a úprava cintorína za pomoci brigádnikov
- Oprava prepadnutej cesty III.triedy úsek Dovalovo

- Lipt. Kokava pracovníkmi Správy ciest ŽSK – závod Liptov
- Pracovné stretnutie Lipt. Mikuláš k Integrovaným územným stratégiám regiónu Liptov.
- Stretnutie s Okresným výborom protifašistických bojovníkov ohľadom organizovania 79. Výročia osláv SNP

## August

- Zapojenie sa do programu Dátové centrum obcí a miest, v skratke DCOM, - **nadrezortný informačný systém pre samosprávu**. Účast' na úvodnom školení . Dodanie IT techniky na obecný úrad v hodnote viac ako 3000€ (3 × notebook DELL , 1 × desktop, 2 × multifunkčné zariadenie)



- Organizácia osláv 79. výročia Slovenského národného povstania na Podbánskom. Prípravné práce za pomoci aktivačných pracovníkov pri úprave areálu na Partizanskej lúke.
- Zapojenie sa do výzvy MAS – Liptov na rekonštrukciu miestnych komunikácií, predloženie žiadosti a projektovej dokumentácie na rekonštrukciu „cesty Nudziková „
- V spolupráci s miestnymi organizáciami spoluorganizovanie 1.ročníka v súťaži vo varení Fazul'ovice spojený s vystúpením hudobnej skupiny NOVA
- Prevzatie obecného automobilu KIA Sportage od Ministerstva vnútra SR



## September

- Seminár na tému odpadové hospodárstvo obce zmeny a povinnosti v roku 2023
- Slávnostné otvorenie mosta medzi Pribylinou a Liptovskou Kokavou za účasti pani predsedníčky ŽSK, starostov obcí a predstaviteľov firmy Metrostav, ktorá stavbu realizovala.



- začiatok školského roka 2023/2024 ZŠ s MŠ Liptovská Kokava spojené s posedením v priestoroch ZŠ
- Nástup nových zamestnancov údržbár-správca obecného majetku a novej ekonómky.
- Technické a materiálne zabezpečenie predčasných parlamentných volieb VOĽBY DO NRSR 2023



- Namontovanie skúšobných lúčových svietidiel, ktoré nám boli zapožičané od spoločnosti Slov-LED z dôvodu zníže-



nia spotreby elektrickej energie na verejnom osvetlení

- schválenie Spoločného programu rozvoja obcí Horného Liptova na roky 2023 - 2030
- návšteva Podpredsedu Národnej rady Slovenskej republiky pána Gábora Grendela na obecnom úrade.

## História mosta cez rieku Belá po revolúcii

Okrem iných problémov po revolúcii tu bol aj rozobratý most cez rieku Belá, ktorý spájal Liptovskú Kokavu s Pribylinou.

Na školení starostov z okolitých dedín v našej obci som vyzval p. Michala Králiku ktorý bol pracovníkom Obvodného úradu v Liptovskom Hrádku, aby nám pomohol s obnovou tohto mosta.

P. Králik zadal túto úlohu pani Kápolkovej. Po niekoľkých dňoch sa mi ozvala, že má riešenie. Toto riešenie mi prišla oznámiť osobne na OÚ, kde bol prítomný aj predseda družstva p. Marko Fronko. Informovala nás o tom, že v Horných Podčáplích je možnosť odkúpiť mostné súpravy.

Písal sa rok 1989 a za prvého podpredsedu Federálneho zhromaždenia ČSFR bol zvolený p. Jozef Stank, ktorý našu obec v predvolebnej kampani navštívil a prisľúbil mi pomoc.

Po informáciách od p. Kápolkovej som vycestoval do Prahy za p. Stankom a problém s mostom sme spolu doriešili aj s p. generálom Barákom.

O úspešnosti tohto projektu som informoval riaditeľa Slovenskej správy ciest Ing. Rastislava Mikuláša, s ktorým sme sa dohodli, že tú mostnú súpravu odkúpi Slovenská správa ciest. Jednalo sa o tri súpravy v dĺžke 40m. Na náš most sa použilo 1 ½ súpravy.

Po odkúpení mosta nastal ďalší problém, kto tento most postaví. Po niekoľko dňovom telefonovaní a hľadaní firmy sa mi nakoniec ozvalo železničné vojsko z Liptovského Mikuláša, ktoré túto stavbu úspešne zrealizovalo v lete 2002.

Len ako perličku spomeniem, že pri výstavbe podporného bodu č.2 sme s p. Milanom Vrbičanom z Hýb a rodákom z Liptovskej Kokavy osádzali sami dvaja betónový kváder ako podklad pod most.

Čo ma veľmi mrzí je, že pri otváraní mosta sa nemohol zúčastniť p. Jozef Stank, ktorý mi bol vo všetkom nápomocný.

**Pavel Peťovka**

## Urbariát

Vážení podielníci, občania.

Zhruba pred rokom som vo svojom príspevku do Kokavských aktualít na úvod napísal: „Rok 2022 si budeme zrejme dlho pamätať. Dobiehajúca pandémia, vojna, energetická kríza.“ S malými rozdielmi, by sa to skoro dalo napasovať aj na tento rok.

Meteorológovia hovoria, že rok 2023 bude zrejme najteplejší v histórii meraní. Podielníci ich ale asi nepočúvajú. Záujem o palivové drevo sa neznížil - je približne na úrovni roku 2022. Dobrou správou je, že palivového dreva bude dosť. Treba však mať trpezlivosť, lebo v dôsledku obmedzení v spracovaní podnikovej kalamity zo strany štátu, sme s jej spracovaním začali až 1.8.. A musím povedať, že lykožrút smrekový sa činil, veď mal na svoju „prácu“ dosť času – pol roka - od 1.2. do 31.7. Sucháre sa objavujú všade – Pálenice, Sihly, Sekanisko, Dúbravy, ... No je predpoklad, že do konca roka to zvládneme. Na Páleniciach sa v súčasnosti so spracovaním kalamity už končí a intenzívne sa pracuje v Sekanisku aj Sihlách. Horšou správou je, že ceny dreva v porovnaní so začiatkom roka sa prepádli takmer o polovicu a stagnuje aj odbyt, hlavne čo sa týka menej kvalitných sortimentov. Vďaka dlhodobým a dobrým vzťahom s našimi odberateľmi drevnej hmoty sa nám zatiaľ darí umiestňovať drevo na trhu.

Potešujúcou správou v tejto neutešenej dobe je, že vďaka vhodným poveternostným podmienkam na jar (dostatok vlhky), bola úspešnosť – ujatnosť sadeníc z jarného zalesňovania viac ako 90%.

Čo dodať na záver, snáď len pranie, aby ste mali zo života aspoň také potešenie, ako my z našich ujatých sadeničiek, ktoré by v budúcnosti mohli tešiť našich potomkov v podobe zeleného lesa.

Ďakujem.

**Ing. Vladimír Zubček**  
predseda PSBU obce Liptovská Kokava

## Dobrovoľný hasičský zbor

Vážení občania, milé hasičky, hasiči, pamiatku veľkej osobnosti Dobrovoľného hasičského zboru v Liptovskej Kokave, Jaroslava Majera staršieho, sme si uctili 08. júla 2023 na siedmom ročníku memoriálu, nesúcim jeho meno. Súčasťou bola aj tradičná súťaž dobrovoľných hasičských zborov v požiarom útoku, ktorá bola zároveň druhým kolom Okresnej hasičskej ligy. Naši hasiči obsadili prvé miesta v kategórii muži aj ženy.

Na začiatku augusta sa na pozvanie hasičov z Východnej naši traja členovia zúčastnili osláv 125. výročia založenia miestneho zboru. Súčasťou osláv bolo aj slávnostné otvorenie zrekonštruovanej hasičskej zbrojnice.

Dňa 11. augusta 2023 navštívila našu hasičskú zbrojnicu poslankyňa NR SR Denisa Saková spoločne so svojimi kolegami. Pozrela si zásahové vozidlo Iveco Daily, ktoré nám pred piatimi rokmi odovzdávala. Zaujímala sa o problematiku dobrovoľných hasičov horného Liptova. Po neformálnom stretnutí s hasičmi sa pani poslankyňa stretla a porozprávala aj s obyvateľmi našej obce.



19. augusta 2023 sme mali veľkú upratovaciu brigádu na hornej garáži. V tento deň sme si svojpomocne vybudovali aj parkovisko a tým sme si opäť skrášlili a vylepšili podmienky na fungovanie.

Ako každý rok, sa aj tento konali Oslavy výročia SNP na Podbanskom. Tento ročník mala na starosti naša obec a tak sme 26. augusta 2023 asistovali pri zabezpečení. Zabezpečovali sme protipožiarnu hliadku a čestnú stráž.

August sme ukončili akciou o deň neskôr - 27. augusta 2023 sme pomáhali pri súťaži Mara Swim 2023, kde 110 plavcov preplávalo priehradu Liptovská Mara.

V septembri 2023 oslavovali výročie založenia aj v Dobrovoľnom hasičskom zbere v Liptovskej Porúbke, kde sme sa tiež zúčastnili.



Piatok 22. september 2023 sa niesol v duchu ukončenia Okresnej hasičskej ligy LM, ktorá tradične končí každoročnou Nočnou súťažou na Námestí osloboditeľov v Liptovskom Mikuláši. Celkovo sa naše družstvo mužov umiestnilo na 2. mieste a družstvo žien na 3. mieste.

Posledný septembrový deň, 30. septembra 2023 sa štyria členovia našej DHZO zúčastnili taktického cvičenia v Račkovej doline na horskom hoteli Akademik, ktoré bolo zamerané na zdolávanie požiarov a záchranu osôb v budove na ubytovanie a spoluprácu HaZZ s DHZO pri diaľkovej doprave vody.

Bohaté leto, plné akcií a aktivít máme za sebou. Pomaličky pripravujeme Výročnú členskú schôdzu. O jej termíne, budeme členov včas informovať.

Dovoľte mi, aby som aj touto cestou poďakoval každému členovi, ktorý sa akýmkoľvek spôsobom podieľa na živote nášho zboru.

Potešujúce je, že naša zásahová jednotka DHZO v poslednom štvrtroku nemusela ani raz zasahovať pri ostrom zásahu.

**Richard Šopor**  
predseda DHZ Lipt. Kokava

### Odporúčania hasičov počas vykurovacej sezóny

S príchodom chladného počasia sa začína vykurovacie obdobie a s ním aj zvýšené nebezpečenstvo vzniku požiarov. Počas tohto obdobia hasiči už tradične evidujú zvýšený počet výjazdov k požiarom rodinných domov resp. k požiarom v bytovom fonde.

Za uplynulých 9 mesiacov tohto roka nevyhovujúci technický stav alebo porucha vykurovacích te-

lies, dymovodov a komínov spôsobila až 371 požiarov, ktoré si vyžiadali 4 zranené osoby.

Celková škoda spôsobená požiarimi sa vyšplhala na viac ako 968-tisíc eur.

Najčastejšími príčinami vzniku požiarov tohto typu sú nevyhovujúci technický stav dymovodov a komínov, nesprávna inštalácia, obsluha alebo zlý technický stav vykurovacích telies. Okrem spomenutého do popredia vystupuje i nedbalosť a neopatrnosť pri manipulácii s otvoreným ohňom, horľavinami či žeravým popolom. Dlhoročné štatistiky poukazujú, že najčastejšou príčinou vzniku požiarov v rodinných domoch je práve nevyhovujúci stav vykurovacích telies. Hasiči za účelom eliminácie požiarov v obytných domoch a iných objektoch odporúčajú skontrolovať stav vykurovacích telies ešte pred ich použitím, inštalovať ich podľa návodu výrobcu, dbať na ich kontrolu počas prevádzky, vysypávať popol do nehorľavých nádob a dodržiavať predpisy pre skladovanie a používanie horľavých kvapalín, plynov a pod.

### Odporúčania počas vykurovacej sezóny:

Vykurovať správnym palivom: do kotlov, kachlí a krbov patrí len určené palivo. Spaľovaním domáceho odpadu, plastov a iných vysoko horľavých látok sa zvyšuje riziko vzniku požiaru a súčasne dochádza k znečisteniu ovzdušia.

Zabezpečovať pravidelné čistenie a kontrolu komínov: zabezpečiť odborné preskúšanie komínov osobami s odbornou spôsobilosťou. Za celko-



vý technický stav a údržbu komínov zodpovedajú majitelia sami, a preto sú povinní zabezpečovať pravidelné čistenia a kontroly. Pri kontrole vykurovacích telies je vhodné v prvom rade zamerať svoju pozornosť na stavebné prevedenie, funkčnosť, či nedošlo k prehoreniu materiálu a jeho následnému poškodeniu. Pri plynových spotrebičoch je vhodné orientovať svoju pozornosť na čistotu komínových prieduchov, na zabezpečenie dobrého ťahu komína a dodržiavať revízne prehliadky, aby nedošlo k úniku plynu do okolia.

Správne uskladňovať palivo: v tesnej blízkosti kotlov, kachlí a krbov nesmú byť uložené žiadne horľavé látky. Odletené žeravé častice pri kúrení môžu spôsobiť požiar.

**Richard Šopor**  
predseda DHZ Lipt. Kokava

## Školské okienko

V septembri a októbri sme sa v škole a mimo nej ponorili do rozmanitých aktivít a dobrodružstiev, ktoré nám otvorili dvere k novým skúsenostiam a objavom. Cezpoľný beh, návšteva Včelnice v Hybiach, skanzen, testovanie pohybových schopností a začiatok športového krúžku a lekcii angličtiny nám priniesli zábavu, učenie a príležitosti na rast a objavovanie sveta. Poďme sa spoločne ponoriť do týchto zaujímavých chvíľ!

### CEZPOLNÝ BEH NETRADIČNE

„Zakliata princezná v škole: Hľadanie mapy, plnenie úloh a vyslobodenie!“

V našej škole sa stalo niečo nezvyčajné - princezná bola zakliata a naši žiaci sa museli postaviť veľkej výzve, aby ju oslobodili. Začalo to hľadaním tajomnej mapy.

#### **\*\*Hľadanie mapy\*\***

Ich úlohou bolo nájsť mapu vďaka hádanke, ktorá by ich naviedla na miesta, kde boli hádanky a úlohy. Mapa bola schovaná v škole, a tak sa vydali na cestu, hľadajúc indície a riešenie záhad. U hlavného kuchára splnili úlohu a mapu získali.

#### **\*\*Plnenie úloh a zbieranie obálok\*\***

Mapa ukazovala šesť stanovísk v okolí školy, kde študenti museli plniť rôzne úlohy a získať obálky, na ktorých boli časti hesla potrebného na vyslobodenie princeznej. Úlohy boli rôznorodé a zábavné, od hlavolamov až po fyzické výzvy. Žiaci spolupracovali, aby rýchlo a efektívne vyriešili každú úlohu. Veď čas nám plynul a princezná by ostala zakliata.

#### **\*\*Vyslobodenie princeznej\*\***

Keď žiaci získali všetky obálky a zložili heslo, princezná prehovorila a udelila žiakom diplom a za odmenu ich zobrala do kráľovstva VČIEL.

### \*\*Návšteva včelnice\*\*

Na záver sa všetci žiaci a princezná vybrali na návštevu Včelnice, kde mali možnosť spoznať svet včiel a zistiť, ako funguje včelie spoločenstvo, či ochutnať výborný med, alebo oddýchnuť si priamo v liečivom domčeku. Bol to krásny a vzdelávací záver dobrodružstva.

Toto dobrodružstvo nielenže naučilo žiakov dôležité hodnoty, ako je spolupráca a riešenie problémov, ale tiež im ponúklo nezabudnuteľné zážitky a príležitosť spoznať svet včiel.



Skanzen v Pribyline: Cesta žiakov Do Tajomného Sveta Stromov

Všetci sme si vedomí toho, aké vzácne sú prírodné krásy našej krajiny. No ak máte po ruke húževnatých malých dobrodruhov, ktorí hľadajú cesty do srdca prírody, môže to byť ešte vzrušujúcejšie. Práve preto sme sa rozhodli zobrať žiakov prvého, druhého a štvrtého ročníka na nezabudnuteľnú výpravu do skanzenu v Pribyline, kde sme spoločne objavovali tajomstvá života stromov.

Skanzen v Pribyline je zvláštnym miestom. Je to akýsi časový stroj, ktorý nás prenáša do minulosti, kde sme mohli vidieť, ako naši predkovia žili a pracovali s prírodou. Naša výprava sa však venovala niečomu ešte vzácnejšiemu - spoznávaníu života stromov, ktoré nás obklopujú.

Dôležitosť stromov pre našu planétu nemožno podceňovať. Sú dychom života pre našu Zem a poskytujú nám nielen kyslík, ale aj príbytok mno-



hým živočíchom. Naši mladí dobrodruhovia sa stali malými bádateľmi a začali objavovať rôzne druhy stromov, ktoré rastú v tomto nádhernom skanzene. Spolu s nami prešli cestami obklopenými bujnou zeleňou a objavovali tajomné stromy, ktoré v nich skrývali svoje príbehy.

V rámci programu sme sa dozvedeli, ako stromy komunikujú cez korene, aký význam majú v ekosystéme, ako odhadnúť vek stromu a ako nám poskytujú drevo, ktoré využívame v našom každodennom živote.

Výprava do skanzenu v Pribyline nám otvorila oči pre krásu a dôležitosť prírody a stromov. Mnohí z našich malých dobrodruhov teraz oceňujú prírodu viac ako kedykoľvek predtým a sú pripravení ju chrániť. Možno práve tieto deti budú budúcimi ochranármi našej planéty.

Táto výprava nám pripomenula, že príroda je naším najväčším učiteľom a zároveň našou zodpovednosťou ju chrániť a zachovať pre budúce generácie.

Koho viac zaujímajú naše aktivity, sledujte nás aj na sociálnych sieťach a stránke školy.

**Mgr. Lívia Drenková**  
riaditeľka školy

Milí spoluobčania,

rada rodičov školský rok 2023/2024 začala plenárnym rodičovským združením, ktoré sa konalo 12. 9. 2023. Plenárne rodičovské združenie bolo vďaka nadpolovičnej účasti, uznášania schopné. Nakoľko sme potrebovali doplniť členov rady, konali sa voľby. Do rady pribudlo z radov rodičov 6 nových členov. Ďakujem za ich ochotu a pevne verím, že sa nám bude dobre spolupracovať. Na plenárnom združení bola prečítaná správa za rok 2023/2024 spolu s hospodárením. Prijal sa plán akcií na najbližší školský rok. Najbližšia akcia, ktorá nás čaká je lampiónový sprievod a uskutoční sa v mesiaci november 2023. O tejto akcii vás budeme včas informovať.

**Tatiana Taragelová**  
predseda rady rodičov

## Reprezentácia našej obce na Slovenskej Akadémii Vied

V dňoch 17. - 21. júla sa na pôde Slovenskej akadémie vied (SAV) v Bratislave už po piaty-krát zrealizoval zaujímavý projekt pod názvom Letná škola mladých vedcov. Tento projekt uskutočňujú vedci zoskupení v občianskom združení All4Science. Ich hlavným cieľom je predovšetkým zábavnou formou prehĺbiť poznatky žiakov základných škôl, odovzdať im praktické zručnosti z oblasti biológie, chémie, fyziky, informatiky a programovania a v konečnom dôsledku spopularizovať vedu medzi mladými. Tohto roku sa tejto jedinečnej akcie zúčastnilo 30 mladých vedcov z druhého stupňa základných škôl z celého Slovenska. Tí z veľkého množstva uchádzačov svojimi motivačnými listami najviac oslovili samotných vedcov, získali si ich pozornosť a tým aj príležitosť pracovať s vedcami v ich špičkových laboratóriách.

Jedným z účastníkov tohtoročnej Letnej školy, ktorý mal príležitosť vyskúšať si experimentovanie na vlastnej koži bol aj Samuel Lafortune. Samuel veľmi statočne reprezentoval nielen sám seba, ale aj náš okres a našu obec. Na konci týždňa Samu-



el konštatoval: “Som veľmi rád, že sa mi podarilo stráviť týždeň na Ústave materiálov a mechaniky strojov SAV a spolu so svojimi tromi rovesníkmi skúmať štruktúru a zloženie eurových mincí, ktoré sa tlačia v Kremnici. Mince sme roztavili a vložili do 3D tomografu na chemickú analýzu. Jednotlivé zložky sme sledovali pod elektrónovým mikroskopom. Zistili sme pravosť mincí, ktoré mince sú galvanicky pokované a tiež, že euromince majú nižšie hodnoty mikrotvrdoosti ako napríklad české koruny. Veľmi som si tento týždeň prázdnin užil a povzbudzujem aj iné deti, ktoré zaujíma veda, aby sa do tohto programu prihlásili.”

Vedci, ako aj iné povolania potrebujú oddych a relax, preto bol týždenný program doplnený zábavou v podobe návštevy planetária a hviezdárne, turistiky, grilovačky či prehliadky mesta.

Celý týždeň bol ukončený záverečnou konferenciou, počas ktorej deti prezentovali výsledky svojich experimentov ostatným účastníkom, rodičom a verejnosti.

**Ing. K. Malatová**

## Z činnosti Jednoty dôchodcov Slovenska Liptovská Kokava

Milí seniori, seniorky, vážení spoluobčania

Chcem Vás poinformovať o činnosti ZO JDS za 3. štvrťrok 2023.

12. júla sme sa stretli na posedení pri gulášoch na nádvorí Liptovskej izby, ktorého sa zúčastnilo 62 našich členov a štyria hostia: predseda urbáru Ing. Vladimír Zubček, predseda RD Ing. Jaroslav Staroň, farár CZ Mgr. Michal Tekely s manželkou. OÚ nám prispel finančnou čiastkou 200 eur na náklady spojené s gulášom, za čo veľmi pekne ďakujeme. 12. augusta organizovala Táňa Tarageľová s kolektívom súťaž vo varení fazuľovnice, ktorej sa zúčastnilo aj naše družstvo v zložení: Slavo Oravec, Milan Benček a Miloslav Ďuriš. Umiestnili sme sa na 1. mieste zo 6. súťažiacich družstiev. Organizátorom patrí veľké poďakovanie, bola to naozaj vydarená akcia. 16. augusta sme si na miestnom ihrisku zašportovali. Disciplíny sme prispôbili našej vekovej kategórii: hod granátom na cieľ, hod vĺtkom, kopanie lopty do bránky, hod loptou na kôš a do vedra, petang, triafanie do plechovíc. Víťazi v jednotlivých disciplínach boli odmenení medailami.



mi – medovníčkami, ktoré napiekla Milka Oravcová a všetci účastníci dostali občerstvenie. Bol to 3. Ročník ŠH dôchodcov za účasti 39 členov. 26. augusta sa konali na Podbanskom oslavy 79. výročia SNP. Naša obec bola spoluorganizátorom preto sme v spolupráci s ZPB pripravili kultúrny program pod vedením Janky Záborskej - zaspievali sme partizánske, vojenské a ľudové pesničky. Vnučka Janky Záborskej – Anička Klotáková recitovala básničku. Pre pozvaných hostí sme napiekli výborných koláčikov.

4. septembra sme prijali pozvanie riaditeľky školy na otvorenie školského roku 2023/24. Po prejavoch riaditeľky, starostu a pána farára sme si pozreli školu a diskutovali o školských problémoch.

19. septembra sme organizovali zájazd na Čierne Balog a do Brezna. Previezli sme sa historickou Čiernohorskou železničkou do Vydrovskej doliny, kde sme si pozreli Lesnícky skanzen ktorého súčasťou je symbolický cintorín venovaný ľuďom ktorí zahynuli pri práci v lese.



Po spoločnom obede sme navštívili Horehronské múzeum v Brezne. OU nám prispel finančne na dopravu, za čo ďakujeme. Zájazdu sa zúčastnilo 50 členov. 20. septembra 9. členov navštívilo divadlo v Spišskej Novej Vsi, kde si pozreli francúzsku komédiu so súčasnosti pod názvom „Meno“.

22. septembra sa uskutočnila brigáda na miestnom RD pri zbieraní skál v katastri Ušková a zúčastnilo

sa 12 členov. RD ako každý rok aj tentokrát poskytlo našej organizácii sponzorský dar 250 eur, za čo ďakujeme. V novembri uplynie 20 rokov od založenie našej organizácie a toto výročie chceme dôstojne osláviť, preto v mene výboru úctivo prosíme miestnych podnikateľov o sponzorský dar.

Budeme vďační aj za malú finančnú čiastku. Vopred ďakujeme.

**Božena Ďurišová**  
predsedníčka ZO JDS

## Slovenský zväz protifašistických bojovníkov

Slovenské národné povstanie – ZO SZPB v Liptovskej Kokave

Tohto roku Obecný úrad v spolupráci s našou miestnou organizáciou SZPB, sme ako organizujúca obec usporiadali oslavy SNP na Podbanskom dňa 26.8.2023 pri pamätníkoch, ktoré boli postavené na partizánskej lúke vďaka nášmu rodákovi Danielovi Vrbičanovi a na krížnych cestách Tichej a Kôprovej doliny. Potešila nás veľká účasť nielen členov odboja zo Základných organizácií, obcí celého Liptova, Popradu, ale aj sympatizantov s celými rodinami. Účasť na oslavách SNP poukázala na to, že sa nielen dodržiavajú tradície, ale aj na to, že potomkovia nezabúdajú na kruté vojnové časy, aj na to, že odkaz SNP je stále živý.

Potom v pondelok 28.8.2023 sme si uctili 79. výročie básňou a článkom reláciou do miestneho rozhlasu. Položili sme veniec a symbolicky sme zapálili sviečku pri pamätníku za všetky obete vojnového konfliktu v minulosti, aj za obete v dnešných pohnutých časoch.

Ďakujem Obecnému úradu, Hasičom, Jednote dôchodcov, našej organizácii SZPB a všetkým, ktorí sa spolu organizačne podieľali na úspešnom a dôstojnom priebehu osláv SNP.

**J. Uličná za ZO SZPB**

*„Naše osudy nie sú ukryté vo hviezdach,  
ale v nás samých.“*

*William Shakespeare*

## Červený kríž

### Hrejivé drievko – škoricica

Škorica pozitívne ovplyvňuje metabolické procesy v tele ľudí s diabetom druhého typu. Liečbu ani potrebnú diétu nenahradí, ale priateli sa s inzulínom.

Zabezpečí, že telo inzulín pozornejšie vníma a citlivejšie naň reaguje, čím znásobí jeho účinnosť. Účinky by ste mali spozorovať takmer okamžite s pomocou glukomeru. Ak sa aj nič zázračné neudeje, konzumácia jedného až šiestich gramov škorice denne aspoň zníži riziko všetkých chorôb, ktoré s cukrovkou súvisia. Klesne zlý cholesterol a zlepši sa krvný obeh. Obsahuje aj vlákninu - v 100 gramoch škorice sa skrýva až 24,4 gramu vlákniny. Je to odporúčaná denná dávka pracujúcej ženy v zrelom veku. Muži potrebujú o pár gramov viac. Kvôli terapeutickým účinkom konzumujte zvýšené dávky korenia aspoň mesiac, ak vám chutí ideálne aj rok. Ženy v očakávaní by sa mali so škorivicou krotiť.

Je nádejou aj pri liečbe rakoviny kostí aj žalúdka. Tri polievkové lyžice medu s tromi polievkovými lyžicami škorice užívajte tri krát denne.

Vynikajúca je do čaju vo chvíli, keď vás pokúša choroba a to 1 lyžičku denne. Má dezinfekčné účinky, prehreje organizmus, posilňuje imunitu a pamäť.

1 polievková lyžica zarovnaná – 6 gramov škorice  
1 kávová lyžička zarovnaná – 2 gramy škorice

**Zdroj: Zdravie  
J. Uličná**



## Jubilanti

*Vmesiacoch júl - september 2023 sa dožili významných jubileí títo občania:*

### 65 rokov:

Elena Bellová  
Nataša Palajová  
Vladimír Tarcoň

### 70 rokov:

Anna Grünvaldská  
Ol'ga Rúčková  
Lýdia Vrbičanová

### 85 rokov:

Dušan Belluš  
Emília Palajová  
Darina Pozorová



*Želáme Vám, aby každý Váš deň bol niečím krásny!*

*Praje obecné zastupiteľstvo.*



## Narodili sa

Gréta Gregussová  
Beáta Antolová



*Nesmelým bozkom začína rozprávka, končí sa úsmevom malého dieťaťa. To nie je rozprávka, to je už život sám, nech veľa šťastia prinesie i Vám!*

*R.r.*



## Opustili nás

Ivan Uličný  
Marian Blahút  
Jaroslav Lištiak  
Mária Porubánová  
Viera Niňajová  
Libuša Porubánová  
Viera Uličná



*Očiam ste odišli,  
v srdciach ste zostali...*

*R.r.*

## Niečo pre gazdinky

### Voňavá cviklová polievka

#### Ingrediencie:

- 5 ks stredne veľká cvikla
- 1 vetvička rozmarín
- 2 lístky bobkový list
- 1 PL balzamikový ocot
- 1 PL med
- soľ, mleté čierne korenie



#### Postup:

- 1 Cviklu ošúpeme, opláchneme pod studenou vodou a nakrájame na drobné kúsky.
- 2 Do väčšej rajnice vložíme nakrájanú cviklu, vetvičku rozmarínu, bobkový list, ocot a med. Pridáme štipku soli a korenia. Všetko zalejeme studenou vodou (cca 1 liter).
- 3 Polievku privedieme k varu, znížime teplotu a necháme nezakryté variť na miernom ohni asi 45 minút.

#### Náš tip

Keď varíme cviklu a chceme sa presvedčiť či už je uvarená, napichneme jeden kúsok na hrot noža a počkáme či spadne naspäť do hrnca. Ak áno, cvikla je hotová.

- 4 Keď je cvikla hotová, polievku odstavíme a vyberieme z nej vetvičku rozmarínu aj bobkový list.
- 5 Obsah rozmixujeme ponorným mixérom, trochu ochutnáme a ak treba dosolíme, prípadne pridáme kvapku medu.
- 6 Hustú polievku servírujeme s lyžicou kyslej smotany a plátkom bieleho toastu.

(prevzaté z internetu)

### Cviklová Bomba

#### Ingrediencie:

- 2 ks červená repa
- 2 ks mrkva
- 1 ks jablko
- 2 PL med
- 0.5 ks citrón (šťava)
- 0.5 ks limetka (šťava)



#### Ostatné suroviny:

- 500 ml voda (množstvo podľa želanej konzistencie)
- 1 hrsť čerstvá mäta

#### Postup:

- 1 Repu, mrkvu a jablko očistíme od šupky a všetko poriadne rozmixujeme v mixéri. Postupne pridáme vodu a precedíme.
- 2 Na záver ochutíme medom, citrónovou a limetkovou šťavou. Dozdobíme

Dobrá chuť!

## Športová rubrika

Vážení športoví priatelia,

V mene FO Vás chcem informovať o činnosti nášho futbalového oddielu.

A. Mužstvo sa zachránilo v najvyššej okresnej súťaži v ročníku 2022/2023. Keďže ukončenie kariéry avizovali po súťaži dvaja kľúčoví hráči – L. Žiška a O. Soukup, úlohou bolo nahradiť týchto hráčov. Podarilo sa nám previesť dvoch hráčov z Pribyliny - L. Juríka a M. Martana, ktorí hrávali vo Vavrišove. Ukazuje sa, že budú posily pre naše mužstvo. Do prípravy sa zapojili aj traja naši odchovanci, ktorí by mali byť nasledovníci do budúcnosti. Začiatok sezóny sme bohužiaľ zase nezachytili. Musím skonštatovať, že mužstvo čakajú znovu záchrannárske starosti. Trénerovi sa podarilo presvedčiť k návratu brankára O. Soukupa, keďže sme trpeli na tomto poste. Po dlhých rokoch sa vrátil aj náš odchovanec A. Choma. Naše mužstvo znova trpí na slabú efektivitu v útku. Druhou vecou, ktorú musíme zlepšiť je vrátiť sa k taktickej disciplíne, ktorá nás v minulosti zdobila a prinášala aj výsledky. Dúfam, že do budúcnosti nás naši hráči viac potešia výsledkami. Káder je dosť široký, ale tréner musí každý zápas improvizovať, čo tiež pôsobí na konečných výsledkoch. Dúfajme, že sa to do ďalších zápasov stabilizuje a budeme sa viac tešiť spolu s Vami fanúšikmi z výsledkov.

V mene hráčov a nás funkcionárov Vám chcem všetkým verným poďakovať za podporu nášho mužstva.

Od septembra sme každý piatok začali robiť športové hry pre naše deti. Rodičia, ktorí máte záujem, aby vaše deti športovali nech prídu medzi nás.

**Libor Porubän**



## Kokavská fazuľovica

Milí Kokavčania,

dňa 12.8.2023 sa konala na miestnom futbalovom ihrisku milá akcia, prvý ročník Kokavskej fazuľovice. Do súťaže sa prihlásilo 6 družstiev, ktoré súťažili a svojimi gastronomickými počinmi nám spríjemnili túto letnú sobotu a podporili túto benefičnú akciu. Výherný tím dôchodcov si odniesol prvú cenu v podobe varechy, lopárika, výborného destilátu a skvelého pocitu z víťazstva. Pre deti program v podobe parkourovej dráhy pripravil Ján Kollár, ml. Všetci sme sa zabavili pri hudobnom vystúpení skupiny NOVA, ktorú spolu s pitným režimom pre súťažiacich zabezpečil Obecný úrad L. Kokava. Táto akcia mala benefičný podtón a vyzbieralo sa 796,75 eur. Tieto peniaze sa po dohode s vedením Ocu L. Kokava a ECAV L. Kokava, použijú na nákup odrastku vianočného stromu a prípadného osvetlenia. Veľmi pekne sa chcem predovšetkým poďakovať organizačnému tímu, ktorý si aj pri pracovných povinnostiach našiel čas a túto akciu pre nás všetkých zorganizoval. Veríme, že toto nebol posledný ročník a že sa v budúcom roku vidíme pri tejto akcii zas.

**Tatiana Taragelová**  
člen organizačného tímu



## Voľby do NR SR 2023

Dňa 30. 09. 2023 boli voľby do NRSR so 69,97% účasťou.

Počet voličov zapísaných v zozname: 721  
Počet voličov, ktorí sa zúčastnili: 571

### Výsledky podľa počtu hlasov:

SMER- sociálna demokracia:	147
HLAS - sociálna demokracia	107
Progresívne Slovensko:	73
Slovenská národná strana:	63
Republika:	43
Sloboda a Solidarita:	34
Oľano a priatelia:	28
KDH:	24
Demokrati:	18
SME RODINA:	7
Pirátska strana - Slovensko:	5
My Slovensko:	3
Komunistická strana Slovenska:	3
SPOLOČNE OBČANIA SLOVENSKA:	2
Kotlebovci:	1
Maďarské fórum:	1
Slovenské Hnutie Obrody:	1
Modrí, Most - Híd:	1
PRINCÍP:	0
Vlastenecký blok:	0
SPRAVODLIVOSŤ:	0
SZOVETSÉG-MAGYAROK:	0
SRDCE VLASTENCI:	0
SDKú-DS:	0
Karma:	0

## OZNAM

### Separovanie odpadu

Mnohokrát sa stretávame s veľkým počtom nečistôt (napríklad stavebný odpad) v nádobách na komunálny odpad a v nádobách a vo vreciach na separovanie, čo ohrozuje systém zberu a výrazne sťažuje náročný proces triedenia. Všetky triedené zložky, teda plasty, kovy, papier, sklo a bioodpad sa dotriedňujú ručne na Žbernom dvore.

Netriedenie odpadu nám zvyšuje poplatok za odpad. Preto Vás žiadame o dôsledné a zodpovedné triedenie odpadu!

Kontajner umiestnený na cintoríne v obci slúži výhradne na bioodpad ako konáre, lístie, živé kvety a pod. Nevhadzujte doň umelé vence a kvety a už vôbec nie elektroniku!

OÚ

# Pre deti



Nájdi 5 rozdiel'ov a vyfarbi.



Pre múdre hlavičky.

## OSEMSMEROVKA

Odpoved: .....

S	H	Y	L	A	V	S	L	A	Ú	T	A	B	A	K	P	C
O	L	S	N	R	L	Ť	Á	S	K	I	E	A	A	P	E	O
K	Č	A	A	A	P	O	Í	N	N	C	C	N	S	L	A	T
U	R	N	N	T	I	Á	N	H	A	L	E	Á	I	E	E	N
V	E	I	I	I	L	R	P	A	R	N	N	N	E	S	E	T
T	N	O	T	C	N	Ž	T	E	T	H	A	Y	T	L	C	H
S	P	A	A	I	Í	A	I	E	S	E	K	A	N	L	Ú	R
V	V	E	P	A	K	L	J	M	L	I	M	O	I	T	Á	R
S	Ú	Ý	H	O	M	A	F	S	L	E	D	E	C	L	A	B
C	H	V	Á	L	O	S	P	E	V	N	V	B	I	A	Ú	R
O	R	I	Z	O	T	O	I	T	O	A	T	Ž	R	A	R	R
D	B	O	T	L	V	N	E	Z	Í	Á	H	A	D	Í	K	K
Y	G	L	E	M	A	R	A	K	T	N	Z	A	K	Á	Z	Í

Legenda: AKCENT, ANANÁS, BALET, BANÁNY, BELETRIA, BRADA, CELINA, CITARA, CITÁT, DRÁHA, ENTER, ETÍN, HADÍK, CHLIEB, CHVÁLOSPEV, JASOT, KANEC, KARAMEL, KOCÚR, KOLIBY, KRAB, KRITIKA, METANOL, MOZOG, ODVOZ, PATINA, PILNÍK, RIZOTO, SCHODY, SIETNICA, SLANINA, SLEDE, SNAHA, SNINA, SVALY, SVATI, TABAK, TENIS, TESTAMENT, ÚRAZ, VINA, VRANA, VÝLOV, ZÁKAZ, ŽALÁR.

Tajničku osemsmierovky tvorí 49 nevyškrtaných písmen.  
Autor: Marek Pataky

