



Beseda s názvom „Neuveriteľný životný pravdivý príbeh závislého alkoholika naživo“

Pitie alkoholu v našej krajine nikto obzvlášť nerieši. Berieme ho ako súčasť našej kultúry, ako niečo, čo neodmysliteľne patrí k haluškám a valaške.

Ak nám tá fľaša vína nezasahuje do rodiny, nevidíme dôvod, prečo by sme sa mali vzdať dobrej nálady, ktorou sršíme. Zo štatistík však vyplýva, že situácia v našej krajine nie je príliš ružová. Slovákov nad 15 rokov vypije ročne viac ako 10 litrov čistého alkoholu. Z toho tvoria takmer 50 % liehoviny, 30 % pivo a 18 % víno.

Alkohol je najčastejší dôvod, pre ktorý sú ľudia hospitalizovaní na psychiatrii. Až potom nasledujú pacienti so schizofréniou a depresiami.

To, že nám to s alkoholom celkom ide, potvrdzujú aj prieskumy týkajúce sa jeho spotreby. Tie ukazujú, že Slovensko sa v tomto smere stále drží v TOP 10 krajín EÚ.

V roku 2017 domácnosti v Európskej únii (EÚ) minuli 1,6 % svojich celkových spotrebných výdavkov práve na alkohol.

Prijmite pozvanie na veľmi inšpiratívnu besedu s človekom, ktorý nám veľmi otvorene porozpráva o svojom životnom príbehu, ako sa k závislosti dostal, ako sa s ňou popasoval, rád zodpovie na vaše otázky. Bude to beseda o tom, ako si ľudia búrajú plány do budúcnosti.

Pozvánku na spomínanú besedu nájdete na prvej strane noviniek,

POZVÁNKA NA KOMUNITNÉ FÓRUM

Vážení spoluobčania.

Týmto si Vás dovoľujeme pozvať na Komunitné Fórum, ktoré sa uskutoční dňa 28.1.2024 o 16:00 hod. v kinosále kultúrneho domu v Polomke. Môže sa ho zúčastniť každý občan Polomky, ktorému záleží na rozvoji svojej obce a chce sa na ňom podieľať. Komunitné fórum sa uskutoční v rámci hlavnej aktivity národného projektu „Rozvojové tímy I.“, a tou je podpora sociálnej inklúzie MRK prostredníctvom komplexného integrovaného prístupu s dopadom na celú sídelnú komunitu. Má za cieľ zabezpečiť vzájomnú previazanosť mäkkých aktivít v oblasti vzdelávania, bývania, zamestnanosti a protirómskeho rasizmu. Samosprávy zapojené do tohto projektu budú môcť v rámci samostatnej integrovanej výzvy čerpať financie na investície ako je napr. výstavba a rekonštrukcia vodovodov, vodných zdrojov, budovanie infraštruktúry a pod. Cieľom prvej fázy v procese tvorby „Rozvojového plánu obce“ je osloviť a zapojiť všetkých obyvateľov obce do jeho tvorby. Týmto Vás vyzývame, aby ste túto možnosť využili a aktívne sa zapojili do tejto aktivity, ktorú spolu s Obecným úradom v Polomke organizuje „Centrum rozvojového tímu“ v Polomke.

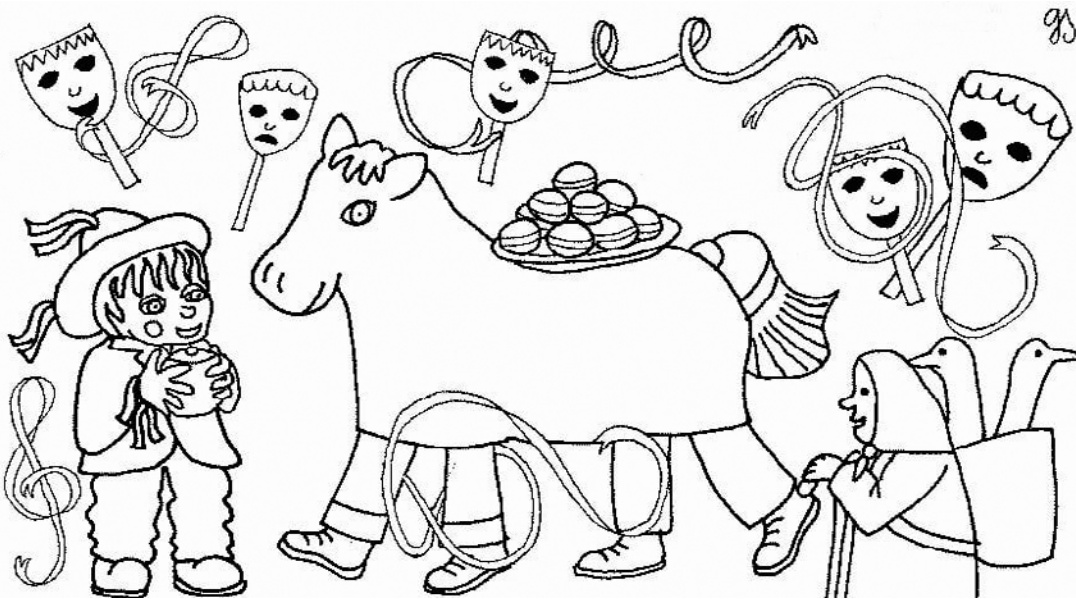
wIng. Roman Porhajaš,
Rozvojový pracovník plánovania, CRT NP RT I.

Omaľovanka

Úlohy za odmenu – Osemsmerovka

Výhercovia z minulého čísla: Osemsmerovka (p. Kovalčíková, p. V. Skaloš) – detský hlavolam vyhráva p. Jarganová

Výherná cena za vyriešenie krížovky bude odovzdaná dvom zúčastneným – výhernou cenou je hrnček obce Polomka od S. Bullu a členské do miestnej knižnice v Polomke – obálku je potrebné označiť OSEMSMEROVKA – napísať k odpovedi svoje meno, priezvisko, telefónny kontakt – doručiť na obecný úrad – oddelenie kultúry (bočný vchod) – odpovede je možné zaslať aj e-mailom: kultura@polomka.sk – termín uzávierky je 09.03.2024, vrátane.



Osemsmerovka

Legenda:

ADEPT, ADVENT, AGÁT, AKTOVKA, ARTISTA, ATLAS, AUDIT, AZIMUT, ÁBEL, BAČA, BRAT, BRŮM, CELA, CELIBÁT, CESTA, CIEĽ, ČATA, DOMOV, DUŠA, EFEZ, ETÁN, FARÁR, HLUK, HRAD, HRIECH, HROB, CHRÁM, CHRŮM, INRI, IZÁK, IZRAEL, KLAS, KRAJ, KRÍŽ, KRST, LÁSKA, LIEK, LONO, OBETA, OBRODA, OCOT, OVOCIE, OZNAMY, PARTIZÁN, PILÁT, PLAŽ, POKOJ, POPOL, RORÁTY, RYŽA, SNEM, SVET, VEDRO, ZBOR, ŽATVA.

Tajničku osemsmerovky tvorí 22 nevyškrtaných písmen.

Tajnička osemsmerovky znie: „

Autor: Mgr. Marek Pataky

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

Polomské novinky



Ročník XXXIV

Mesačník občanov obce Polomka • číslo 2 • 16. február 2024 • Nepredajné •

Slovo starostky

Vážení občania Polomky, takto vyzeral január v našej obci. Zimné mesiace sú náročné z hľadiska údržby miestnych komunikácií, či už po finančnej, ale aj po personálnej stránke. Zabezpečiť, aby bol každý jeden občan v obci spokojný, je žiaľ nemožné, aj keď sa snažíme zo všetkých síl. Stále sa nájdu nespokojní občania. Oprávnenú kritiku, samozrejme, prijímame a snažíme sa vyhovieť Vaším požiadavkám. V mnohých prípadoch dochádza dokonca k slovným útokom a vyhrážkam, čo už z môjho pohľadu nie je v poriadku, lebo všetci sme len ľudia. Ak máte pocit, že by ste to vedeli robiť lepšie, budeme radi, ak nám to pridete ukázať, dáme Vám priestor aj možnosť zabezpečovať zimnú údržbu. Snehu bolo veľa, ale zima je predsa o tom a nedá sa to vypluhovať tak, aby neostalo nič pred domami. Veľkým problémom sú aj neustále odparkované vozidlá na komunikáciách.

Je to neohľadupnosť a sebeckosť z vašej strany a určite, by ste nechceli sedieť na mieste toho šófera, ktorý v tej najväčšej snehovej fujavici v nočných hodinách upravuje cesty a ešte musí dávať pozor, aby nespôsobil škodovú udalosť. Ani v skorých ranných hodinách nemôžu byť všetky cesty vypluhované a posypané naraz. Ide sa stále rovnakými trasami ako v minulosti, najskôr tie hlavné ťahy a potom vedľajšie. Neuprednostňujú sa žiadni zamestnanci ani ulice, kde bývajú. Ak ste všímaví a chodíte aj mimo Polomku, môžete vidieť, že ani v mestách to nie je, ani zďaleka ideálne.

Koncom minulého roka sa nám podarilo získať dotáciu z Environmentálneho fondu vo výške 100 000,- eur na projekt Zníženie svetelného znečistenia v obci Polomka. Cieľom projektu je podporiť ochranu a starostlivosť o životné prostredie realizáciou opatrení na zníženie svetelného znečistenia a zvýšením energetickej efektívnosti verejného osvetlenia.

Inteligentný riadiaci systém zabezpečí spoľahlivé ovládanie verejného osvetlenia, zníženie spotreby elektrickej energie, nižšiu produkciu CO₂ a s tým súvisiacu úsporu finančných prostriedkov. Momentálne prebieha kontrola verejného osvetľovania na zhotoviteľa stavby. Verím, že po jej ukončení sa nám podarí daný projekt realizovať.

Ďalšou dobrou správou je, že nám Úrad splnomocnenca vlády SR pre rómske komunity schválil žiadosť o poskytnutie nenávratného príspevku vo výške 296 000,- eur na Miestne občianske a preventívne služby. Čakáme na podpísanie zmluvy a následne vyhlásime výberové konanie na obsadenie 8 pozícií. Prvýkrát sa zapájame do tohto projektu a verím, že sa nám podarí zvýšiť bezpečnosť v našej obci a bude mať len pozitívny prínos pre občanov.

Ešte by som Vás chcela poprosiť a vyzvať na účasť na obecných zastupiteľstvách, kde môžeme zodpovedať na Vaše otázky

alebo požiadavky. V mnohých prípadoch by sa tak predišlo poloprávdám a klamstvám, ktoré sa často riešia v obci.

Pozývam aj na kultúrne a spoločenské akcie, ktoré chystáme. Robíme a pripravujeme ich s radosťou pre Vás všetkých a Vaša účasť je pre organizátorov, tým najväčším zadostučinením. Kto by mal záujem a chuť pridať sa k dobrovoľníkom, ktorých nikdy nie je dosť, radi Ťa privítame v niektorej komisii, napríklad kultúrnej alebo v ktorejkoľvek, kde môžeš prispieť svojimi nápadmi a postrehmi k lepšiemu prezentovaniu obce.

Nezabúdajte, obec nie sú len zamestnanci obecného úradu. Obec sme my všetci a len od nás závisí, akým smerom sa bude Polomka uberať. Fungovaním a zapájaním sa všetkých organizácii a spolkov, ale i jednotlivcov, môžeme dosiahnuť spoločné úspechy a posúvať našu obec vpred. Neváhajte, pridajte sa a spolu sa pokúsime robiť veci lepšie.

S úctou Vaša starostka Magdaléna Melagová

Dávame do pozornosti

POZÝVAME VÁS NA BESEDU
S NÁZVOM

*“Neuveriteľný životný
pravdivý príbeh závislého
alkoholika naživo”*

porozpráva herec, moderátor
Ján Johny Pečko

SOBOTA

FEBRUÁR

24

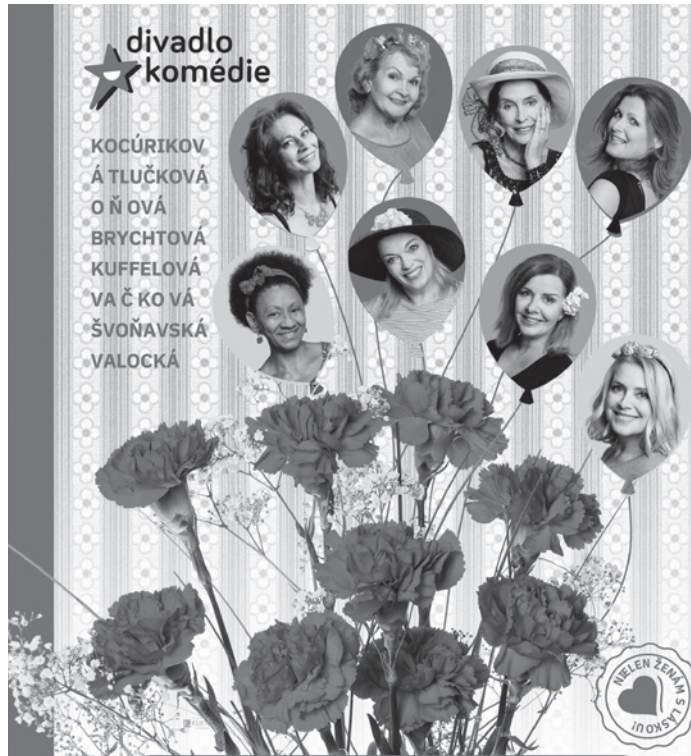
2024

O 17:00 HOD

KULTÚRNY DOM
v obci Polomka

divadlo
komédie

KOCÚRIKOV
Á TLUČKOVÁ
O ŇOVÁ
BRYCHTOVÁ
KUFFELOVÁ
VAČKO VÁ
ŠVOŇAVSKÁ
VALOCKÁ



ELŽBIETA JODŁOWSKA

KLIMAKTÉRIUM..a čo?

komédia – kabaret – fraška s pesničkami

od režiséra úspešných komédií a muzikálov: MAMMA MIA!, BOYBAND,
HORÚCA SPRCHA, ŠTÁLENÉ NOŽNIČKY a iné

13.4.2024 o 18:00 hod. v kultúrnom dome v Polomke



HOTEL ŽŤAVEN

AK PROMÉ

Mediálna partner

slovenka

in.ba

EXKLUZIV

INTERVIEW

Volaný v ústí

ticketportal



SPOLOČENSKÁ KRONIKA JANUÁR 2024

Narodení: 3, Prihlásení: 3, Odhlásení: 5, Zomretí: 0,
Počet obyvateľov k 31.01.2024 - 2853

SPOMÍNAME

Zaplakali naše oči, zaplakali bolesťou, keď sme nášmu otcovi dali posledné zbôhom. To že sa rana zahojí, je len klamné zdanie, v srdciach nám bolesť zastala a tiché spomínanie. Už ho neprebudí slnko ani krásny deň, na polomskom cintoríne spí svoj večný sen.

Dňa 11. februára sme si pripomenuli 15. výročie úmrtia nášho otca, starého a prastarého otca **Jána Miklošku**.

S láskou a úctou spomínajú dcéra Anna, synovia Ján a Ľubomír s rodinami a ostatná rodina.



Odišla si tichúčko ako mesiac zrána, ešte si predsa čakala na mňa a mne v srdci zostala veľká rana. Tichúčko snívaj ten svoj večný sen a ver mama moja, že nikdy nezabudnem na ten smutný deň.

Dňa 10. februára uplynulo desať dlhých a smutných rokov, čo si od nás odišla drahá mama, stará a prastará mama

Emília Šándorová.

S láskou a vďakou na Teba spomína dcéra Janka s rodinou, vnúčatá, pravnúčatá a ostatná rodina.



Pozeráme hore ku hviezdám, vieme, že ste niekde tam. Pri tom pohľade si slzy utierame a na vás obidvoch s láskou spomíname.

Dňa 28. februára uplynulo dvadsaťtri rokov, ako nás opustila naša drahá manželka a matka

Marta Buvalová.

S láskou a bolesťou v srdci spomína manžel Jozef, dcéra Deniska s manželom, syn Martin s priateľkou, syn Marek s manželkou, vnúčatá Miško, Oliver a Adamko, svokra, švagrovia a švagriná s rodinou, súrodenci s rodinami, kmotrovcia s rodinou a ostatná rodina a priatelia.



Dňa 16. februára sme si pripomenuli smutné desať výročie úmrtia nášho milovaného otca **Jozefa Buvalu**.



S bolesťou v srdci spomína manželka, syn Vladimír, synovia Jozef a Ján s rodinami, dcéra Alena, kmotra s rodinou a ostatná rodina.

... Už niet návratu, ani nádeje, len cestička k hrobu nás zavedie. Kytičku kvetov na hrob dať, zapáliť sviečku, spokojný spánok Vám priat' a s láskou spomínať.

Vo veku 91 rokov nás navždy opustila naša mama a stará mama

Emília Hrablayová.

Dňa 24.01.2024 sme si pripomenuli jej prvé výročie úmrtia. S láskou



a úctou spomínajú syn Vlado s manželkou, vnúčatá Vlado, Simonka, Robert a ostatná rodina a známi, ktorí ste ju poznali.

...

Ťažko sa nám s Tebou lúčilo, ťažko je bez Teba žiť. Láska však smrťou nekončí a v našich srdciach budeš stále žiť.

Dňa 10. februára sme si pripomenuli rok čo nás opustila naša drahá mama, stará a prastará mama

Mária Švidraňová,

ktorá by oslávila nedozitých 82. rokov. S láskou a úctou spomínajú syn Ľuboslav s rodinou.



...

Odišla si cestou, ktorou ide každý sám, len brána spomienok ostala dokorán. Ten kto ťa poznal si spomienku a ten kto ťa mal rád nikdy nezabudne.

Dňa 21.02.2024 uplynul rok čo nás navždy opustila

Elena Skubáková.

S láskou a úctou na Teba spomína dcéra Anka s manželom, dcéra Viera s rodinou, syn Ondrej s rodinou, syn František s rodinou, vnúčatá Peter a Janík Bodákoví.



...

Na krídlach smrti odišla si v dial' v duši nám zostala bolesť a žiaľ. Na tejto zemi už ťa viac niet, ale si tam, kde je krásny svet. Dňa 27.02.2024 sme si pripomenuli 10. výročie úmrtie našej drahaj

Emílie Roľkovej.

S láskou a bolesťou spomínajú dcéra Jana s rodinou, dcéra Darina s rodinou a syn Ján s rodinou.



...

Spomienky sú to najcennejšie, čo máme.

Dňa 1. februára uplynulo 8 rokov, ako nás opustila naša drahá

Oľinka Kubušová.

S láskou a úctou spomína celá rodina, kamarátky a známi.



...

Tvoj hlas, hra na harmonike a gitare budú znieť navždy v našich ušiach, spomienky na Teba sa budú premietat' navždy v našich myšliach a Ty sám budeš žiť až do večnosti v našich srdciach. Nikdy na Teba nezabudneme a navždy Ťa budeme ľúbiť, náš milovaný OČI.

Dňa 08.02.2024 sme si pripomenuli smutné druhé výročie odchodu pre Pána nášho milovaného otca a starého otca

Alberta Lihana.

S vďakou a láskou spomínajú deti s rodinami.



Pasienkové spoločenstvo

Pasienkové spoločenstvo v Polomke oznamuje členom spoločenstva, že budú voľby 5 členov dozornej rady na valnom zhromaždení. Vzhľadom k tomu, že voľby budú v tajnom hlasovaní, je nutné, aby sa kandidáti za člena orgánu spoločenstva prihlásili písomne, do 25. februára 2024

Čas na dobré rozhodnutia

je tu opäť. Znovu budeme podávať daňové priznania a platiť dane z príjmu. A znovu sa budeme môcť rozhodnúť, či celú daň necháme v štátnom rozpočte alebo malou čiastkou (2 alebo 3%) pomôžeme dobrej veci vo svojom okolí, alebo kdekôľvek na Slovensku prostredníctvom niektorej neziskovej organizácie.

Občianska spoločnosť, tretí sektor, komunita – pojmy často skloňované, ale ako to vlastne funguje?

Skúsme sa posunúť v čase o 200 alebo viac rokov a predstavme si, ako dedina fungovala. Bez zákonov a polície, bez verejného zdravotníctva, školstva, sociálnych inštitúcií, bez dôchodkov, prídavkov na deti, rodičovského príspevku, podpore v nezamestnanosti a iných sociálnych dávok. Bez rôznych verejných i komerčných služieb. Bez médií, ktoré nám až do domu prinášajú najnovšie správy, informácie, zábavu, kultúru a nové poznatky (prvé tlačene mesačníky začali vychádzať vo veľkých mestách v 17. storočí).

Dedinu spravoval richtár dosadený zemepánom, ktorému sa aj zodpovedal. Na starosti mal správu obce, súdnicstvo obce, správu odvodov poddanských dávok, desiatku a deviatku, ako aj štátnych daní. Kto vládol, pracoval (od detí až po starých ľudí) a všetci si pomáhali. Inak to nešlo – neprežili by. Dieťa postrážil starší súrodenec, suseda či prastará mať. Keď bolo treba, pomáhali si na poli, pri opravě domu, v lese. Keď horelo, hasila celá dedina. Ak bol niekto telesne alebo mentálne postihnutý, dostal od obyvateľov takú prácu, aby neumrel od hladu, alebo bol u niekoho v službe. Ak sa stalo nešťastie a zostali siroti, vzali si ich k sebe príbuzní, alebo aj cudzí ľudia – z ľútosti, ale aj ako lacnú pracovnú silu, ale postarali sa o ne. Miestna bylinkárka alebo babica liečila ľudí i zvieratá. Keď sa ľudia zišli (na priadkach, krstínach, svadbách...), miestni vtipkáři sa postarali o zábavu, speváci a tanečníci o kultúru. Čo sa deje v kraji, bolo možné zistiť na jarmokoch a púťach, kde sa zišli ľudia z okolitých obcí. Správy o tom, čo sa udialo niekde vo svete, priniesli vandrújúci remeselníci, podomoví obchodníci alebo potulní komedianti (z dnešného pohľadu to bola už história). Že je krajina vo vojne, sa často ľudia dozvedeli až vtedy, keď sa objavili vojaci a začali verbovať. Obec žila každodennými starosťami i radostami spoločne, no viac-menej v izolácii.

Ale stačí sa obzrieť 40 – 50 rokov dozadu (70. a 80. roky minulého storočia). Kamarátky a susedy si pomohli okopať zemiaky v záhrade či na záhumienku, kamaráti pomohli pri opravě auta, strechy, elektriny, vody... čokoľvek v dome. Domy sa svojpomocne stava-

li za pomoci príbuzných a kamarátov, u obecných požiarnikov bol takmer každý chlap a mnohé ženy. Na futbalových zápasoch sa v nedeľu zišla takmer celá dedina, spoločne sa cvičila Spartakiáda. Folklórne súbory boli tiež v každej obci a v mnohých sa o kultúru postaralo aj ochotnícke divadlo. Hovorilo sa „Dedina – jedna rodina“. Ľuďom sa vždy lepšie žilo, ak sa spojili – pri práci i pri zábave.

Dnes máme oporu v zákonoch, právne nároky na všeličo, očakávame, že to alebo ono nám zabezpečí štát, VÚC či obecný úrad. Ale je fajn, ak vieme niečím prispieť aj my sami. A to sa často deje práve našim členstvom v občianskom združení alebo aj v neregistrovanom spolku. Život v obci je bohatší a pestrejší, ak na podujatí vystúpi miestny spevokol alebo folklórny súbor. Ak športové či turistické kluby usporiadajú podujatie pre verejnosť. Ak niekto v čase núdze vie zorganizovať zbierku potrebných vecí alebo peňazí. Žije sa nám lepšie, ak dobrovoľní hasiči skontrolujú naše udiarne a kozuby. Žije sa nám krajšie, ak sú ochotní miestni majstri remeselníci alebo naivní (neštudovaní) umelci zapožičať svoje diela na výstavu. Je fajn, keď sa vieme spoločne a osobne stretnúť pri niečom zaujímavom, poučnom, novom, alebo krásnom a zábavnom. Keď sa môžeme porozprávať o tom, ako sa dnes u nás žije. Preto, ak môžete, venujte svoje 2% z dane miestnym organizáciám, ktorým tým významne pomôžete.

V Polomke existuje 28 občianskych združení, 8 z nich sa pre rok 2024 registrovalo na príjem assignovanej dane. Občianske združenie TREND sa tiež uchádza o vaše 2%. Tak ako vlni, chceme podporiť obnovu barokovej kazateľnice v miestnom kostole, a to 85% z poskytnutej čiastky a 15% použijeme na aktivity občianskeho združenia, najmä na prevádzku lezeckej steny Veža.

V roku 2023 nám svoje percentá poskytol 22 osôb (z toho 3 právnické osoby), ktoré chceli byť verejnené. Ďakujeme všetkým – aj tým, ktorí chceli zostať v anonymite. Poukázaná čiastka bola 2 400 €. Celú túto čiastku sme zaslali Farskému úradu v Polomke, kde pomôže stanovenému cieľu.

Niekoľko by spievať, niekto vie postaviť dom, iný dokáže zorganizovať podujatie. Každý vie pomôcť. Lepšiemu životu v Polomke pomôžete aj tým, že nám prispějete finančne – aj prostredníctvom assignovanej dane. Pretože „Život nie je dobrý ani zlý. Je presne taký, aký si ho spravíš.“ (Mark Twain). Ďakujeme.

M. Heretová

Údaje potrebné k poukázaniu 2%:

Názov: Tradície, rozvoj, ekológia našej dediny (TREND),

IČO: 35986620



Čím bude Popolcová streda v roku 2024 výnimočná?

Popolcová streda, ktorá v roku 2024 pripadne na 14. februára, predstavuje jedinečné spojenie dvoch významných udalostí: začiatku kresťanského obdobia pokánia a oslavy svätého Valentína, dňa lásky a romantiky. Tento neobvyklý súbeh otvára priestor pre hlboké zamyslenie sa nad významom týchto dvoch tradícií a ich spoločenského dopadu.

Popolcová streda, ktorá v roku 2024 pripadne na 14. februára, predstavuje jedinečné spojenie dvoch významných udalostí: začiatku kresťanského obdobia pokánia a oslavy svätého Valentína, dňa lásky a romantiky. Tento neobvyklý súbeh otvára priestor pre hlboké zamyslenie sa nad významom týchto dvoch tradícií a ich spoločenského dopadu.

HISTORICKÝ A DUCHOVNÝ VÝZNAM POPOLCOVEJ STREDY

Popolcová streda, ktorá označuje začiatok 40-dňového obdobia Veľkého pôstu vedúceho až k Veľkonočnej nedeľi, je v kresťanstve dňom pokánia a očisty. Na tento deň sa datuje rituál posypania popola na hlavu, čo symbolizuje ľútosť za hriechy a pripomienku smrteľnosti ľudského života. Popol sa získava spálením palmových konárov požehnaných počas predchádzajúcej Palmovej nedele. Toto gesto má pripomínať veriacim, že „prach si a na prach sa obrátiš“ a povzbudiť ich k pokániu a sebareflexii.

SVIATOK SVÄTÉHO VALENTÍNA: OSLAVA LÁSKY

Na druhej strane, Svätý Valentín, patrón zamilovaných, má svoje korene v ranokresťanských legendách a rímskych tradíciách. Tento deň sa stal symbolom romantiky a lásky, oslavovaným po celom svete. Zamilované páry si vymieňajú darčeky, kvety, a často sa navzájom prekvapujú ro-

mantickými gestami.

SÚBEH DVOCH TRADÍCIÍ V ROKU 2024

V roku 2024 prichádza zaujímavé prepojenie týchto dvoch tradícií, keď Popolcová streda a Deň svätého Valentína spadajú na rovnaký dátum, 14. februára. Tento súbeh prináša unikátnu príležitosť na zamyslenie sa nad vzájomným dopadom týchto udalostí na naše životy.

Zatiaľ čo Popolcová streda vyzýva k pokore a zamysleniu nad krehkosťou života, Deň svätého Valentína oslavuje lásku a partnerstvo. V tomto roku môžu veriaci zažiť jedinečnú symbiózu lásky – lásky k Bohu a lásky k partnerovi. To môže znamenať prehodnotenie významu lásky, kde sa duchovné hodnoty a medziľudské vzťahy môžu prelínať a vzájomne obohacovať.

Rok 2024 a jeho spájanie Popolcovej stredy so sviatkom svätého Valentína predstavuje jedinečnú príležitosť na hlbšiu sebareflexiu a prehodnotenie hodnôt v našich životoch. Môže nám to pripomenúť, že láska a pokánie sú dve strany rovnakej mince, kde jedna neexistuje bez druhej. Tento rok teda prináša nezvyčajnú, ale cennú príležitosť na oslavu lásky vo všetkých jej podobách.

Je tento súbeh dátumov bežný? Nie, je to pomerne nezvyčajné. Kresťanský liturgický kalendár sa mení každý rok, a tak súbeh Popolcovej stredy a Dňa svätého Valentína je zriedkavý.

Tento deň je ideálnou príležitosťou, ako ho môžu veriaci stráviť v duchu pokánia a modlitby, ale zároveň najšť čas na vyjadrenie lásky a úcty k svojmu partnerom. Môže to byť tiež príležitosť na zdieľanie lásky a súcitu s ostatnými.

Zdroj: www.lifezone.sk

Organizácie z našej obce, ktoré sa registrovali na príjem assignovanej dane v roku 2024 a údaje potrebné k poukázaniu 2%:

odberateľ	Adresa	IČO
Občianske združenie HASIČ	Štúrova 715/87, Polomka 97666	42306604
Tradície, rozvoj, ekológia našej dediny (TREND)	Ždiarska 735/12, Polomka 97666	35986620
Rodičovské združenie pri Základnej škole v Polomke	ZŠ, Komenského 34, Polomka 97666	37832328
Coburgovci na Slovensku	Komenského 445/73, Polomka 97666	53697898
Pumpa fit-klub Polomka	Komenského 348/2, Polomka 97666	42187958
Spolok pre obnovu kultúry a tradícií BREZINKY	Clementisova 546/7, Polomka 97666	42303907
Spolok HOMÔLKA	Janka Kráľa 10, Polomka 97666	42312841
Lyžiarsky oddiel Horehron Ski Team Polomka-Bučník	Komenského 500/112, Polomka 97666	42308411

Sezóna respiračných ochorení

Sezóna respiračných ochorení je v plnom prúde, nemocnice zakazujú návštevy a školy zavádzajú chrípkové prázdniny. Ako sa liečiť keď už sa nakazíme?

Liečba chrípky a jej podobnosť s covidom

- Aká choroba je chrípka? Nástup chrípky je náhly, z plného zdravia. Často sa začína zimnicou, triaškou, bolesťami hlavy a prudko stúpajúcou teplotou na 39 – 40 stupňov. Chorý má bolesti svalov a kĺbov, suchý, dráždivý kašeľ, pocit sucha a škriabania v hrdle, nádcha sa začína 1 až 2 dni po začiatku ochorenia. Ku klinickým príznakom dochádza už v priebehu 1 až 3 dní od infikovania sa. Pokiaľ nevzniknú komplikácie, príznaky po 3 až 5 dňoch odznejú, k úplnému uzdraveniu dochádza po 2 až 4 týždňoch.

- Aká je liečba? Chrípka sa nelieči, len sa miernia príznaky. Nevyhnutný je pokoj na lôžku, odporúčané sú lieky na tlmenie bolesti hlavy, svalov a zníženie teploty a dostatočný príjem tekutín. Jestvujú však lieky – antivirotiká, ktoré obmedzujú a zastavujú rozmnožovanie vírusu v dýchacích cestách, ale tie sa využívajú len vo výnimočných prípadoch najmä pre nežiaduce účinky.

- Aký je rozdiel medzi chrípkou a covidom? Covid a chrípka disponujú niekoľkými rozdielmi. Základnou odlišnosťou je, že obe ochorenia sú spôsobené rôznymi vírusmi. Zatiaľ čo chrípka je spôsobená vírusmi chrípky A a B, covid je spôsobený novým koronavírusom nazývaným SARS-CoV-2. Navyše ich príznaky sa tiež objavujú rozdielne a v rôznom čase.

Zdroj: ÚVZ

Počasie pranostiky Február:

Čo január zameškal, to február doháňa.

Keď je február na sneh bohatý, býva marec suchý.

Február biely, mrazivý, nádej na úrodu posilí.

Keď je vo februári mokro, v auguste je sucho.

Mnoho snehu, mnoho sena.

Biely február pole silí.

Ak sa mačka vo februári vyhrieva na slnku, tak sa v marci bude vyhrievať pri peci.

Ak sa cez február zima nevysilí, nuž nám i Veľká noc bude v zimnej chvíli.

Ak je február veľmi mierny, je jarný čas potom biedny.

Keď je suchý február, je mokrý august.

Februárová voda - pre polia škoda.

Februárové slnko je falošné.

Keď v tomto mesiaci Mliečna cesta na nebi jasná, budúci rok bude hojný.

Ak vo februári nalapané vtáčky sú tučné, to znamená ešte sneh a zimu.

Keď vo februári žaby zakrkajú, veľmi slabú úrodu gazdovia zvažajú.

Keď vo februári škovránok spieva, bude aj v apríli zima.

Ak február muchy vymámi, marec ich podlávi.



79. výročie oslobodenia obce Polomka

Dňa 28. januára sme si pripomenuli 79. výročie obce Polomka. Na znak úcty k týmto udalostiam sme položili prírodný, živý veniec k pamätnej tabuli na zdravotnom stredisku.

Tobias Omasta, žiak 9.ročníka základnej školy v Polomke, si pripravil pre Vás všetkých reláciu s pútavým príbehom o udalostiach oslobodzovacích bojov.

V zrkadle spomienok oživa záhadný príbeh oslobodenia obce Polomka. V tmavých dňoch 20. Storočia, keď hmla vojny zahmlala Slovensko zazneli v oblasti Horehronia výstrely. V tejto dobe vstúpili vojaci Rumunskej a Sovietskej armády so zanietením a odhodlaním do našej obce. Rok 1945, koniec druhej svetovej vojny sa neúprosne blíži. Miestni obyvatelia prežívajú náročné chvíle, obklopení neistotou a obavami o svojich blízkych. Napätie a strach boli na dennom poriadku. No v posledných januárových dňoch v roku 1945 sa osud obce začal meniť. Z východu sa blížila osloboditeľská armáda, vojaci rumunskej 8. jazdeckej divízie, 2. a 4. ukrajinského frontu Sovietskej armády. Polomka patrila



k Západokarpatskej operácii (12 január - 1. marec 1945). Západokarpatská operácia bola súčasťou ofenzívy sovietskych frontov od Baltického mora po Karpaty. Bolo to obdobie, kedy obyvatelia Polomky pocítili nádej a očakávanie, že skončenie vojny je na dosah. Dňa 29. januára 1945 sa vojaci Rumunskej kráľovskej armády priblížili k Polomke. Bola to osloboditeľská armáda, ktorá postupovala cez Horehronie, pripravená na akýkoľvek odpor. V noci toho dňa sa miestni obyvatelia skrývali doma a v hore, chránení pred bojovými udalosťami. V nočných hodinách 29. januára dorazili rumunskí jazdci do Polomky. Sneh suchotal pod kopytami koní, zatiaľ čo Rumuni prekračovali hranice obce. Hluk krokov a tichý šepot noci sa miešal s napätím vo vzduchu. Miestni obyvatelia, napnutí očakávaním a nádejou, sledovali záhadný príchod osloboditeľov zo svojich úkrytov. Napriek nočnej tmavej oblohe bolo vidieť nádejné úsmevy na tvárach osloboditeľov, ktorí boli pripravení položiť životy za slobodu obce. Vzdor a odhodlanie sa odrážali v ich očiach, zrkadlách minulosti, ktoré hovorili príbeh boja a túžby po slobode. Keď prvé slnko začalo vykukovať spoza hôr, začala sa zrkadliť realita bojového nasadenia. Nemci, ktorí držali obec v železnom objatí, neboli ochotní sa vzdať bez boja. Na vzdor ich odporu sa osloboditeľská armáda pustila do bojov a vyhnaní Nemcov a Maďarov blížšie k Breznu. V miestnej škole, ktorá bola predtým miestom vzdelávania, sa v čase bojov záračne zmenila na útočisko pre zranených. Učebne sa rýchlo premenili

na improvizovanú nemocnicu, kde sa stretávali doktori s miestnymi dobrovoľníkmi, ktorí sa ochotne prihlásili na pomoc zraneným vojakom i civilistom. Nemocnica v polomskej škole bola miestom, kde sa stretávala odvaha a ľudská solidarita v čase neistoty. Po skončení bojov a oslobodení obce, zostala škola vo svojej novej úlohe ešte nejaký čas, boli v nej ošetrovaní vojaci z celého okolia. Keď poslední Nemci opustili územie obce, je Polomka konečne oslobodená. Obyvateľstvo sa zhromaždilo na uliciach, vítajúc osloboditeľov. Bola to chvíľa, kedy nadišla sloboda po rokoch okupácie. Miestni obyvatelia s obdivom pozorovali rumunských a sovietskych vojakov, ktorí po

obci prechádzali s úsmevom na tvári. V nasledujúcich dňoch a týždňoch obyvatelia Polomky spoznávali novú realitu slobody. Po oslobodení obce vojaci Rumunskej kráľovskej armády pokračovali v bojovom pochode smerom k Breznu. Ich postup bol spojený s neúnavnou odhodlanosťou a presvedčením, že vojna ešte nie je úplne skončená. Obloha, hoci niekedy ožiarená svetlom slobody, bola zároveň poznačená mračnami neistoty. Rumunskí vojaci spolu so svojimi spojencami prešli cez kopce a údolia Horehronia s cieľom oslobodiť ďalšie obce od nemeckej okupácie. Ich cesta bola poznačená bojovými udalosťami a nekonečnými výzvami. Každý krok na ceste ďalej bol svedkom sily ľudskej vôle a túžby po slobode. Miestni obyvatelia sledovali odchod osloboditeľov s hrdosťou a vďačnosťou. No zároveň si uvedomovali, že vojna ešte nezanechala svoje posledné slovo. V každom rohu Polomky ešte stále cítili dôsledky vojny, a tak bola túžba po skutočnej slobode a mieri ešte silnejšia. V týchto pokračujúcich bojových dňoch sa odohrávali dejiny príbehu odhodlaných ľudí, ktorí viedli ťažký boj za slobodu. Každý deň bol príležitosťou preukázať odhodlanie a posunúť sa vpred v záujme dosiahnutia konečného víťazstva, ale aj strachom vojakov ktorí nevedeli, či ešte niekedy uvidia matkine oči. Vo vzduchu visela nádej na pokojnú budúcnosť.

Dnes, keď slnko svieti na ulice Polomky, znie táto kapitola histórie v spomienkach obyvateľov. Srdcia odvážnych vojakov Rumunskej a Sovietskej armády, ktorí pred mnohými rokmi



prišli ako osloboditelia, zostávajú znamenane v duchu našej obce a ich príbeh je vložený do pamätí hôr. Oslobodenie Polomky v januári 1945 ostane v pamäti miestnych ľudí ako doba, keď sa zmenila história a keď sa znovu zrodila nádej na lepší život.

V tejto chvíli, keď hľadáme späť na ťažké obdobie našich dejín, nezabúdajme na cenný dar slobody, ktorý sme si vybojovali s odhodlaním a obetavosťou. Je to poklad, ktorý sme zdedili z náročného boja a mali by sme ho chrániť ako to najvzácnejšie, čo máme. Je však dôležité si uvedomiť, že tí, ktorí nepoznajú svoju minulosť, sú odsúdení k tomu, aby si ju zopakovali. Táto múdrosť nám pripomína, že poznanie histórie a úctu k jej poučeniam je nevyhnutné pre našu budúcnosť. Práve vtedy, keď necháme význam minulosti, sme náchylní k opakovaniu chýb a nespravodlivostí. Sloboda, ktorú teraz máme, nesmie byť braná s nevďačnosťou. Každý hrdinský krok našich predkov nám ukázal cestu

k slobode a spravodlivosti. Nemecká okupácia bola temným obdobím, ktoré nám pripomenulo, aké dôležité je chrániť našu slobodu pred mocami útlaku a nespravodlivosti. Preto nech nám toto obdobie slúži ako pripomienka hodnôt slobody. Učme sa z minulosti, aby sme mohli spoločne budovať lepšiu budúcnosť, kde bude sloboda chránená a ľudia budú žiť v mieri a spravodlivosti. Nezabúdajme na svoju históriu, pretože práve v nej tkvie kľúč k pravému porozumeniu a váženiu si hodnôt, ktoré nám boli dané slobodou.

Verš 13: Lebo vy ste povolaní pre slobodu, bratia, len nedávajte slobodu za príležitosť telu, ale navzájom si slúžte v láske! Veď celý zákon sa spĺňa v jedinom príkaze, v tomto: „Milovať budeš svojho blížneho ako seba samého!“ Ale ak sa medzi sebou hryziete a žeriete, dajte si pozor, aby ste sa navzájom neponičili...

Galaťanom 5:13
Tobias Omasta



Prvé kolo LESY SkiCup – Horehronská Lyžiarska Liga

Dňa 28. januára 2024 sa náš lyžiarsky klub LO HST Polomka Bučník zúčastnil na pretekoch prvého kola Horehronskej ligy ZSL LESY SkiCup. Pretekalo sa za krásneho slnečného počasia v lyžiarskom stredisku Mýto Ski & Bike.

V silnej konkurencii klubov, medzi 340-timi pretekármi z celého Slovenska, sme žali úspech za úspechom, takmer vo všetkých kategóriách:

Kristína Tabernausová - 1. miesto (kategória OPEN Ženy)
Matúš Šuchaň - 1. miesto (kategória Starší žiaci)
Richard Frgelec - 2. miesto (kategória Mladší žiaci)
Jakub Šuchaň - 3. miesto (kategória Mladší žiaci)
Timea Petrovičová - 3. miesto (kategória Mladšie žiačky)
Karolínka Tabernausová - 5. miesto (kategória Mladšie žiačky)

Úspešne nás reprezentovala aj Simonka Frgelcová v kategórii Mladších predžiačok.

Všetkým srdečne blahoželáme a ďakujeme za vzornú reprezentáciu oddielu, ale aj obce Polomka.

Som rada, že sa nám rozrástol aj Lyžiarsky krúžok Základnej školy Polomka.

Počas slnečných, jesenných dní sme trénovali na ihrisku, no s príchodom zimy a prvých mrazov sme naše tréningy presunuli do telocvične. Pred Vianocami nás príjemne prekvapili zamestnanci našej obce, ktorí nám pripravili dobré podmienky na lyžovanie. Aj vďaka tomu sme po tvrdej letnej a jesennej príprave, mali možnosť zahájiť zimnú prípravu, a to aj v našom stredisku Polomka Bučník, za čo im patrí veľké poďakovanie.

Ing. Zuzana Tabernausová



Marianna Jagerčíková rozbehla sezónu vynikajúco



Slovenská reprezentantka v skialpinizme Marianna Jagerčíková získala na Majstrovstvách Európy v šprinte bronzovú medailu. Marianna v šprinte obhajovala titul majsterky Európy z roku 2022 tentoraz získala pre Slovensko bronzovú medailu.

Marianna vo finále do šprintovala za prvou Švajčiarkou Marianne Fattou a druhou Španielkou Ana ALONSO RODRIGUEZ. Ďalšie Slovenka Sára Machajová skončila na 28. mieste

V súťaži mužov si zlato vyjazdil pretekár zo Španielska Oriol Cardona Coll, naši zástupcovia Jakub Šiarnik skončil na 31. mieste a Peter Fraňo na 47. mieste

Na záver Majstrovstiev Európy sa bežala zmiešaná štafeta kde naša štafeta v zložení Jakub Šiarnik a Marianna Jagerčíková obsadila 7. miesto. Vyhrala Španielska pred Francúzskou a Švajčiarskou štafetou.

Okrem toho absolvovala už tri kolá Svetového pohára, kde v disciplíne šprint ešte vlani v prvom kole získala 3. miesto a koncom januára 2. miesto v Španielskom Boí Taüll. Okrem toho v mix štafete s Jakubom Šiarnikom naša štafeta obsadila 7. miesto a v poslednom kole 6. miesto. Skialpinistov vo februári čakajú ďalšie kolá Svetového pohára. Preteky sa dajú sledovať aj v priamom prenose na <https://www.youtube.com/user/commISMF>

Bronzová medaila z majstrovstiev Európy archív MJ.

Autor: M.J.