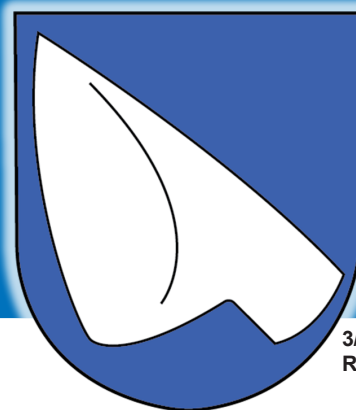


# obecné NOVINY

Oficiálny občasník obce Ďanová



3/2017  
Ročník 2.

## Úvodník

Tak a máme tu jar. Po dlhej zime sme všetci radi, že máme dlhšie dni, viac slnka a láka nás to na dvory a do záhrad. Mnohí z nás už pestujú priesady a rozmyšľajú nad prácou v záhradkách. Tiež už myslíme na veľkonočné sviatky a ich prežitie. Tešíme sa, že prichádza jarná zmena k lepšiemu. Aj náš občasník sa zmenil k lepšiemu. Máme dvoch nových prispievateľov a ich príspevky sú takým jarným oživením. Dúfame, že sa vám budú páčiť.

Znovu vám pripomenieme ako správne triediť odpad, konkrétne plasty. Chceli by sme zorganizovať ďanoviansku kvapku krvi a obnoviť činnosť zboru pre občianske záležitosti.

Apríl budeme mať bohatý na udalosti. Pripomenieme si 72. výročie oslobodenia obce rumunskou armádou, v materskej škole sa budú konať veľkonočné trhy a v Turčianskej galérii v Martine bude vernisáž výstavy obrazov a predstavenie knihy o našom rodákovi Jozefovi Vrtiakovi.

Prajeme vám príjemné prežitie veľkonočných sviatkov a ak chcete dodržať ďanoviansku tradíciu, tak si nezabudnite na Veľký piatok uvariť za misu bôbu, nech si pripomenieme, že sme bobári. No a kto si ho nezasadil, tak si navarte aspoň fazuľu ...

Anna Šimová

## Jarné upratovanie (nielen) v nás...

Podobne ako deň zimného slnovratu patril aj príchod jari k najväčším sviatkom ľudstva v predkresťanskej ére. Na Slovensku sa najkrajšie ročné obdobie vívalo vynášaním Moreny, slamenej figuríny odetej do ženských šiat. Morena symbolizovala slovanskú bohyňu zimy a smrti. Figurínu nosili ľudia po dedine a nakoniec ju hodili do potoka alebo spálili. Verili, že takto odoženú od seba choroby a smrť. **Astronomický jar** sme tento rok privítali 20. marca o 11:19 stredoeurópskeho času a od tohto dátumu sú dni už len dlhšie. S príchodom jarných dní vždy súviselo i **jarné upratovanie** – či už našich príbytkov, okolia domov a dvorov – ale aj nášho **tela a duše**, aby sme boli zdraví a šťastní. A o tom by som rada napísala pár slov. V zime sa menej hýbeme, jeme viac nezdravých jedál a človek nielenže priberá na váhe, ale do tela sa dostáva i viac toxínov, ktoré na jar potrebujeme odstrániť a zbaviť sa tak jarnej únavy. Správna **detoxikácia organizmu** je založená na odľahčení trávenia – zdravou a vyváženou stravou, na podpore funkcie čreva – probiotikami a na dostatočnom príjme tekutín a pohybe na čerstvom vzduchu. Dajme preto „zelenú“ **zelenej zelenine** – vhodný je špenát, brokolica, šalát i hrášok, ale siahnime aj po bylinkách – veď tie používali aj naši predkovia – uvarť si púpavový čaj, alebo pridajte púpavu do šalátu. Zelenina by mala byť doplnená aj dopoludňajším príjmom **ovocia**, pritom sú vhodné najmä grepy, pomaranče, mandarinky, ale aj naše jablká a hrušky. Počas jarnej očisty tela by sme mali jesť čo najviac **surovej stravy** – teda bez tepelného spracovania, čím zachováme vysoké množstvo živín, ktoré sa pri varení znehodnotia. Funkciu čreva podporíme **probiotikami** a to najmä prírodnými – kyslou kapustou, nakladanou zeleninou, zeleným jačmeňom, riasami, tempehom, ale aj horkou čokoládou, čo poteší všetkých čokololikov. Doprajte si **dostatok spánku**, spravte si **deň pre seba** pobytom v kúpeľoch, či saune, doprajte si vhodnú relaxačnú masáž, prečítajte si dobrú knihu a nezabudnite na pobyt na **čerstvom jarnom vzduchu** a slniečku. Pri tom všetkom je ale potrebný **pitný režim**, pretože obličky močom odstraňujú z tela škodlivé látky – osvedčený je pohár vlažnej citrónovej vody nalačno a príjem nesladených nápojov počas celého dňa. Ak sme si napísali, čo by sme mali jesť, je vhodné spomenúť i **zakázané potraviny**, ktoré zaťažujú organizmus a spomaľujú proces očistenia – vyhnime sa cukrom, umelým sladidlám, živočíšnym tukom vo forme klobások a iných údenín, alkoholu, červenému mäsu a bielemu pečivu. Káva je doporučená maximálne 1x denne, ale môžeme si uvariť zelenú kávu, ktorá je v jarnom období vhodnou náhradou. A na záver ne-

## OZNAMY

### VÝROČIE OSLOBODENIA OBCE

10. apríla 2017 (piatok) o 17.00 hod. sa uskutoční slávnostné kladenie venca pri pamätníku padlých hrdinov SNP, ktorým si pripomíname 72. výročie oslobodenia obce.

### VEĽKONOČNÉ TRHY

Materská škola vás pozýva na veľkonočné trhy, ktoré sa uskutočnia 12. apríla 2017 (streda) o 16.30 hod. v priestoroch materskej školy.

### STAVANIE MÁJA

30. 4. 2017 o 17.00 hod. bude v obecnom parku postavený máj. Srdečne vás všetkých pozývame.

### ZBOR PRE OBČIANSKE ZÁLEŽITOSTI – OBNOVENIE ČINNOSTI

V blízkom období pripravujeme obnovenie činnosti ZPOZ-u v obci. Viacerí občania túto myšlienku už podporili. Ak by mal niekto záujem o členstvo v tomto združení, prípadne by mohol pomôcť v jeho činnosti, môže sa informovať na OÚ.

### FOTOAPARÁT

Pre lepšiu prípravu obecných novín sme zakúpili fotoaparát značky Nikon v sume 309 EUR. Služiť bude i na fotodokumentovanie jednotlivých spoločenských podujatí v obci i bežného života obce a jej obyvateľov pre účely vedenia kroniky.

zabudnite na **úsmev**, veď smiech je korením života a s úsmevom na tvári sa vždy všetko podarí. Prajem vám krásne a pokojné veľkonočné sviatky a privítajme jar nielen v našich domovoch, ale i v srdciach a potešme sa navzájom milým úsmevom a pekným slovom.

Alena Ľuptáková

## Obecný ples

Už 9. ročník obecného plesu sa konal v našej obci prvú marcovú sobotu. Kultúrny dom sa obliekol do slávnostného šatu a vyzeral úchvatne. 80-tim plesajúcim z našej obce a blízkeho okolia do tanca hral DJ Lukáš Matej. Mladí tanečníci zatancovali zmes štandardných a latinsko-amerických tancov. Skvelá obsluha okrem podávania výbornej večere a zákuskov s úsmevom plnila množstvo želaní našich hostí. Prekvapením plesu bola cimbalová hudba Michala Rusnáka, ktorá rozospievala celú sálu. Po polnočnej pestrej tombole od štedrých darcov boli pre zabávajúcich sa pripravené švédске stoly plné lahodných jedál až do skorého rána. Všetky zaujímavé momenty boli zodpovedne zdokumentované neúnavným fotografom.

Vďaka rôznym darom, finančným podporám a nezištnej pomoci mnohých dobrovoľníkov, sme znížili náklady spojené s prípravou, čím sa zisk z tohtoročného plesu vyšplhal na 901,48 Euro. O použití získaných finančných prostriedkov vás budeme informovať v niektorom z ďalších čísliel.



## Protiklady

Svet, v ktorom žijeme, je plný protikladov. V našich životoch sa s nimi stretávame každú hodinu, furt a stále. Pozorujeme slnko cez deň, mesiac a hviezdy v noci. Stretávame ľudí starých i mladých. Raz je teplo, inokedy veľká zima. Poteší nás dobro a nahnevá zlo. Raz sme šťastní a plní optimizmu, inokedy sme smutní a pesimistickí. Tomu hovoríme život.

Život však nie je pre každého rovnaký. Často sa nám zdá, že život jedného je lepší a toho druhého horší. Alebo opačne. Chvalabohu nie je to tak. Životy všetkých ľudí sú plné protikladov. Rozdiel medzi životmi jednotlivých ľudí je v tom, čomu viac veríme. Krásnym príkladom je úvaha o pohári s vodou. Ak sa pozrieme na pohár do polovice naplnený vodou máme dve možnosti vnímania toho istého javu rozdielnym spôsobom. Jedni môžu povedať, že ten pohár s vodou je poloplný. Druhí pri pohľade na ten istý pohár môžu povedať, že ten pohár s vodou je poloprázdny. Ľudí, ktorí vidia pohár s vodou ako poloplný zvyčajne nazývame optimisti, tých druhých pesimisti.

Svet plný protikladov nás každú minútu vystavuje testu optimizmu a pesimizmu. Medzi nami nežijú ľudia, ktorí sú iba optimisti alebo iba pesimisti. Ľudia sa odlišujú iba tým, čomu viac uveria. Optimista verí, že medzi dnešnými mladými ľuďmi je viac múdrych, talentovaných a slušných ľudí. Pesimista verí, že dnešná mládež je drzá, lenivá a neslušná. Optimista verí, že naša spoločnosť napreduje napriek všet-

kým problémom, ktoré vývoj spoločnosti prináša. Teší sa z toho, čo je vo vývoji dobré a pokúša sa riešiť to, čo považuje za osožné pre svoj život. Optimista vidí pohár s vodou poloplný. Pesimista vyjadrí názor, že všetko je zlé, prípadná iniciatíva pri riešení problémov je zbytočná a jeho život stráca zmysel. Pesimista vidí pohár s vodou poloprázdny.

Viem, že pri pohľade na dnešnú realitu nie je veľa dôvodov na prílišný optimizmus. Dobro a slušnosť sú často zosmiešňované. Spoločnosť je nastavená na rýchly a okamžitý úspech. Kult peňazí a moci sa slušnému človeku vysmieva priamo do očí. Slušného človeka to hnevá a tlačí čoraz viac k pesimizmu. Ale práve takéto stretávanie protikladov v živote je začiatkom riešenia problémov v spoločnosti, ktoré nás trápia. Príkladom môže byť krásny projekt RTVS – Zem spieva. Spájanie folklóru a tradícií našich otcov a matiek s mladými ľuďmi, ktorí hrajú, tancujú a spievajú - paráda. Môj životný optimizmus narastá.

Štefan Harkabus

## Darovanie krvi je darom života

9. mája 2017 od 08.00 hod. Vás pozývame na Ďanoviansku kvapku krvi, ktorá sa uskutoční v zasadačke kultúrneho domu v Ďanovej. **Na odber si prineste OP** (alebo iný preukaz totožnosti s fotkou) a **legitimáciu poistenca**, prípadne darcu. Viac informácií potrebných pre darcu krvi nájdete na [www.ntssr.sk/o-darovani-krvi/dotaznik-darcu-krvi](http://www.ntssr.sk/o-darovani-krvi/dotaznik-darcu-krvi) alebo na plagáte na nástenkách v obci.

Základnou podmienkou mobilného odberu krvi je záväzná účasť min. 25 osôb. Preto prosíme darcov krvi o záväzné prihlásenie najneskôr do 15. 04. 2017 na telefónnom čísle 043/4294 184 v čase od 8.00 do 16.00 hod. alebo osobne na Obecnom úrade v Ďanovej.

## AKO TRIEDIŤ ODPAD

*Nie je to tak dávno, keď naše domácnosti žili v harmónii s prírodou. Ak sa niečo stalo odpadom, zakopalo sa a zhnilo v zemi, prípadne strávil oheň. I dnes by bolo dobré spracovávať odpad, aby sme prírode vrátili, čo sme si z nej vzali...*

**Životný cyklus odpadu** - po spotrebovaní potravín, čistiacich prostriedkov, liekov, po použití plastových tašiek a vreciek, obal sa stáva nepotrebným (odpadom). To ale neznamená, že je už nepoužiteľný. Jeho životný cyklus by nemal skončiť na skládke, či v prírode, ale mal by pokračovať ďalej. Triedením prispejeme k ochrane zdravia a zabránime negatívnym aj estetickým vplyvom na životné prostredie (ŽP), ktorého sme súčasťou.

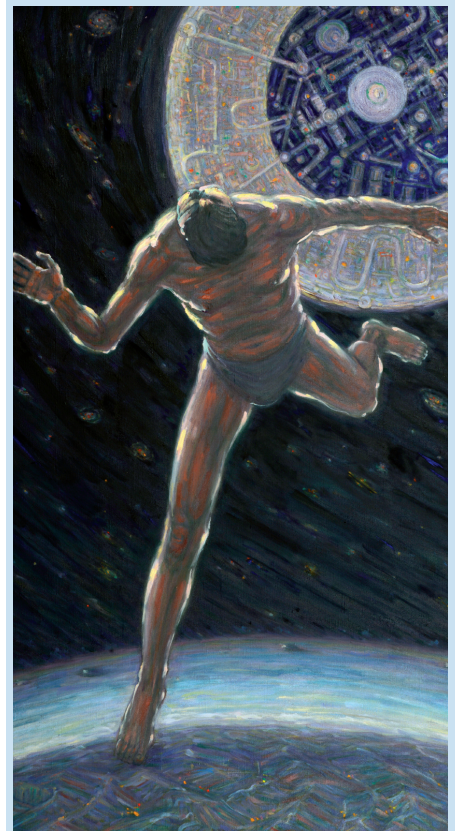
**PLASTY** majú veľa výhod, život človeka však ovplyvňujú viac, ako by bolo treba. Okrem toho, že znečisťujú ŽP, chemikálie z obalov prenikajú do potravín i do vody. Spaľovaním PVC vznikajú karcinogénne dioxíny - najjedovatejšie chemikálie a tie:

- poškodzujú imunitný, hormonálny a kardiovaskulárny systém;
- poškodzujú vyvíjajúci sa plod v tele matky;
- podporujú rast nádorov, môžu spôsobiť kožné ochorenia;
- podporujú cukrovku.

## OZNAMY

### POZVÁNKA NA VERNISÁŽ

Obecný úrad vás pozýva na vernisáž výstavy obrazov a prezentáciu knihy o našom rodákovi Jozefovi Vrtiakovi, ktorá sa uskutoční 21. apríla 2017 (piatok) o 17.00 hod. v Turčianskej galérii v Martine. Zaujímavci o účasť sa môžu prihlásiť na obecnom úrade. V prípade väčšieho záujmu obec objedná autobus.



Turčianska galéria v Martine - Žilinský samosprávny kraj  
Vydavateľstvo FO ART Bratislava, Obec Ďanová

Vás srdečne pozývajú na vernisáž výstavy a prezentáciu knihy

## JOZEF VRTIAK

MALIAR A ILUSTRÁTOR  
VYKLADAČ SVETA A ĽUDSKÝCH DEJÍN

piatok 21. apríla 2017 o 17.00 hod.  
Kurátor výstavy: Kristína Zvedelová  
Výstava potrvá do 18. 06. 2017



## Čo môžeme robiť??

- kupujeme menej tovaru v plastovom obale;
- umožníme jeho ďalšie využitie triedením;
- plasty neodhadzujeme do prírody a nespaľujeme ich.

### Do ŽLTÝCH nádob VHADZUJEME:

PET fľaše, plastové a mikroténové vrecká, baliace fólie, téglíky z jogurtov vrátane uzáverov, plechovky od sladených nápojov a piva, nápojové kartóny z džúsov a mlieka, konzervy od rôznych potravín,lobal, obaly z CD, obaly z pracích a čistiacich prostriedkov a kozmetiky, polystyrén v malom množstve (nie veľké tabule).

### Do ŽLTÝCH nádob NEPATRIA:

Mastné obaly so zvyškom potravín, hrubo znečistené plasty (zeminou, farbou), podlahové krytiny, vodurové rúrky, obaly znečistené stavebnými zmesami, obaly od nebezpečných látok, napr. motorových olejov, farieb, lepidla, chemikálií, linoleum, guma, molitan, znečistené obaly z hygienických potrieb (plienky, obaly zo zubnej pasty a pod.). Polystyrén, ktorý je rozmerný (veľké kusy a väčšie množstvo).



#### *Dobrá rada:*

*Plastové obaly treba vypláchnuť od zvyškov ochutených nápojov či potravín. Nevypláchnuté obaly znehodnocujú celý obsah kontajnera a robia z neho komunálny odpad. Zmenšime ich objem stlačením, alebo zošliapnutím."*

#### *Príklad:*

*Plastové vedierko od syntetickej alebo maliarskej farby, ak je znečistené, patrí do komunálu. Nevypláchnutý obal od mlieka patrí do komunálu.*

Spracované podľa: [www.separujodpad.sk](http://www.separujodpad.sk)  
Milan Taraba

<h1>Jubilanti</h1>			
 60 rokov	65 rokov	70 rokov	90 rokov 
Jozef Vanko Miroslav Ďanovský	Ľubomír Ďanovský Emil Lúčanský	Mária Šplhová	Anna Herčútová
<h2>Srdečne gratulujeme!</h2>			

#### OBEC ĎANOVÁ

Ďanová 22  
038 42 Ďanová  
IČO: 00316644  
DIČ: 2020594719

#### KONTAKTY

TELEFÓN: 043 / 429 41 84  
MOBIL: 0905 454 200  
E-MAIL: [danova@danova.sk](mailto:danova@danova.sk)  
INTERNET: [www.danova.sk](http://www.danova.sk)

#### ÚRADNÉ HODINY

PONDELOK - PIATOK:  
8:00 - 15:00

#### DOBROVOLNÍ HASIČI

0944 525 588

#### NÁZOV PERIODIKA

OBECNÉ NOVINY - OFICIÁLNY  
OBČASNÍK OBCE ĎANOVÁ

#### VYDAVATEĽ

OBEC ĎANOVÁ  
ĎANOVÁ 22  
038 42 ĎANOVÁ

#### TLAČ

Fork, s.r.o.  
[www.fork.sk](http://www.fork.sk)

DÁTUM VYDANIA:  
1.4.2017

#### REDAKČNÁ RADA

Bc. Zuzana Martiniaková • Mgr. Milan Taraba  
Mgr. Silvia Bogárová • Mgr. Anna Šimová  
Mgr. Elena Pakánová

E-MAIL: [redakcia.danova@gmail.com](mailto:redakcia.danova@gmail.com)

REDAKČNÁ UZÁVIERKA VŽDY DO 20. DŇA  
V MESIACI.