KULTÚRNO-SPOLOČENSKÝ ČASOPIS

ŽIVOT

PL ISSN 0514-0188

2025
DECEMBER/
GRUDZIEŃ

Č. 12 (809)/roč. 67
Cena 6,00 zł (8% VAT)



PORADA ŽIVOTA V NOVEJ BELEJ

V DECEMBROVOM ČÍSLE NÁJDETE:

4-5 Najstaršia Slovenka v Poľsku – príbeh nezlomnej ženy, ktorá prežila storočie dejín

Vedeli ste, že najstaršia Slovenka v Poľsku a jedna z najstarších žijúcich Sloveniek vôbec pochádza z Krempách na Spiši? V tejto obci prežila aj celý svoj život. Má 105 a pol roka, výbornú pamäť i rozprávačský talent. V slovenskom duchu vychovala tri deti a má aj 8 vnukov, 11 pravnukov a 13 prapravnukov. Zoznámte sa s pani Máriou Krišíkovou, rodenou Mazurekovou.

6-7 Voľby v miestnych skupinách Spolku Slovákov v Poľsku na Spiši

8 Magické Vianoce na Orave

9 Jesenný „redyk" – tradícia, ktorá neustále žije

10 Horčičné zrnko

11 Životné príbehy kňaza Šebastiána Košúta

12-13 Slovenské stopy v Poľsku

14 Tvorivé učenie pedagógov z Poľska a Ukrajiny v Novej Belej

15 Nedecké „Zázraky" 10 rokov na scéne

Už desať rokov prinášajú svieži humor, trefné postrehy a nezameniteľnú atmosféru tradičného života obyvateľov severného Spiša v minulosti, ako aj v súčasnosti. Návšteva ich vystúpenia je zárukou zlepšenia nálady, ale zároveň taktiež možnosťou dozvedieť sa niečo o tom, ako sa Nedečania obliekali, žili, či aké zvyky a tradície udržiavali počas každodenných i slávnostných dní. V novembri oslávili 10 rokov svojho fungovania. A ako vyzerá oslava so Zázrakmi? Dozviete sa v našom článku.

16-17 Centrum slovenskej kultúry v Novej Belej ožilo tradičným umením

18-19 Krátko z Oravy a Spiša

20-23 Porada Života v Novej Belej

November už tradične patrí k mesiacom, kedy sa naša redakcia stretáva s krajanmi, aby sme sa porozprávali o tom, ako by mal jediný slovenský mesačník v Poľsku vyzerať, akým spôsobom by sa mal dostávať k čitateľom a čo by ste si chceli na jeho stránkach prečítať. Nebolo to ináč ani v tomto roku, pričom hostiteľom tohtoročnej porady Života, ktorá sa konala 16. novembra, bolo Centrum slovenskej kultúry v Novej Belej.

24-25 Z diania na Slovensku

26-27 Poviedka na voľnú chvíľu

28 Aktivity Slovenského inštitútu vo Varšave

29 Zápisník včelára – december













Na obálke: Záber zo stretnutia doručovateľov a dopisovateľov časopisu Život. Na fotografii doručovateľka A. Kovalčíková z Čiernej Hory od Tribša. Foto: M. Majeriková-Molitoris. Grafická úprava: E. Koziołová.

eprasa.pl 5435d5efa8



FAŠIANGY-OSTATKI 2026

Všetkých milovníkov folklóru a tradícií srdečne pozývame v dňoch 31. januára - 1. februára 2026 do Obecného kultúrneho domu v Krempachoch na podujatie Fašiangy-Ostatki 2026.

Divákom sa predstavia folklórne súbory, inštrumentalisti, speváci, spevácke skupiny, sóloví speváci zo Spiša a Oravy. Hosťovať bude aj folklórny súbor zo Slovenska. Účastníci prehliadky sa môžu prihlasovať mailom: zg@tsp.org.pl, telefonicky 12/634 11 27 alebo písomné, formuláre nájdete na webovej stránke: www.tsp.org.pl.









Foto: archív Života

eprasa.pl 5435d5efa8

Najstaršia Slovenka v Poľsku: príbeh nezlomnej ženy, ktorá prežila storočie dejín

autor | Milica Majeriková-Molitoris

Vedeli ste, že najstaršia Slovenka v Poľsku a jedna z najstarších žijúcich Sloveniek vôbec pochádza z Krempách na Spiši? V tejto obci prežila aj celý svoj život. Má 105 a pol roka, výbornú pamäť i rozprávačský talent. V slovenskom duchu vychovala tri deti a má aj 8 vnukov, 11 pravnukov a 13 prapravnukov. Zoznámte sa s pani Máriou Krišíkovou, rodenou Mazurekovou.



Mária so svojimi bratmi Jozefom, Vojtechom a Valentom v roku 1936

Narodila sa 13. júna 1920 v Krempachoch v slovenskej rodine Valenta Mazureka a Márie, rodenej Petrašekovej, teda mesiac predtým ako bola jej rodná obec pripojená k Poľsku. Mala štyroch starších súrodencov – Valenta, Vojtecha, Jozefa a Ilonu, pričom ona sama bola najmladším dieťaťom. Podobne ako väčšina Krempašanov v tom čase, mali svoje malé gazdovstvo, ktoré im poskytovalo obživu. Už od malička samozrejme na ňom v rámci svojich možností pomáhala.



Máriina mamička Mária Petrašeková

Keď mala sedem rokov nastúpila do poľskej školy, keďže po prvom pripojení Krempách k Poľsku bola dovtedajšia rímskokatolícka škola zrušená a zriadená štátna s poľským vyučovacím jazykom. Učil ju učiteľ Ján Pitoňák z Nižných Lápš. Táto škola viacerým deťom však veľmi neučarovala a spomína si, že učiteľ sa ich snažil získať tým, že im kupoval cukríky.

Doma, ako drvivá väčšina obyvateľov Zamaguria, rozprávali v nárečí a modlili sa po slovensky, teda tak, ako to svoje deti naučili rodičia a rodičov zas ich rodičia. Slovenčina stále znela aj v miestnom kostole, keďže od polovice dvadsiatych rokov minulého storočia bol krempašským kňazom rodák z Tribša František Móš.

Už ako dieťa, v deviatich rokoch, ju postihla jedna z prvých životných tragédií, keď zomrela jedna z jej najbližších osôb, po ktorej dostala svoje meno – mamička Mária. O osem rokov neskôr prišla aj o druhého rodiča, keď do večnosti odišiel taktiež jej otecko Valent. Našťastie však mala ešte súrodencov a uchýlila sa k svojmu bratovi.

Prvé roky jej dospelosti pripadli na vojnové obdobie. Spočiatku vojnu Krempašania takmer nepocítili. Krempachy boli pripojené späť k zvyšnej časti Spiša, ku vtedajšej Slovenskej republike. – *Žilo sa dobre*, spomína Mária. V kostole naďalej znela slovenčina a vyučovanie v slovenskom jazyku bolo obnovené taktiež v miestnej škole. Hoci bola už dospelá, prihlásila sa na kurz pre starších, kde sa učila po slovensky písať.

Koncom vojny sa priblížil ku Krempachom front, čo sa samozrejme bezprostredne dotýkalo i miestneho obyvateľstva. Povinne museli chodiť kopať zákopy, a to tak muži, ako aj ženy. Mária sa vtedy rozhodla, že túto ťažkú prácu bude vykonávať spolu s kamarátkou, a nie s bratom, čo ako sa ukázalo, nebolo najlepšie rozhodnutie. Zákopy kopali na veternom, nechránenom mieste, čo malo za ná-

Mária s dcérou Irenou a vnučkou Máriou, svokrou Rozáliou Krišíkovou, synom Valentom, dcérou Annou a zaťom Albínom



Spoločná fotografia Márie s manželom Pavlom



eprasa.pl 5435d5efa8

sledok, že zmrzla a ochorela. Druhýkrát už teda išla s bratom. Zákopy kopali v Novej Belej, pričom na starosti ich mal starší nemecký vojak. Spomína si na príhodu, keď mali krátku prestávku na obed a jedli slaninu, prihovoril sa im, či jedia „špek“. Brat ho ponúkol a on vďačne gazdovské jedlo zjedol.

Keď už Nemci ustupovali, rozšírila sa správa, že budú brať miestnych chlapov. Brat Vojtek ju teda poslal do Čiernej Hory ku kmotrovi, aby zistila, či sa tam môžu ukryť. Išla peši smerom na Tribš, keď zrazu zbadala niečo, čo ešte nikdy v živote nevidela. Po ceste od Nižných Lápš išla dlhá motorizovaná kolóna s množstvom ozbrojených vojakov, diel ťahanými koňmi i inej vojenskej techniky. Následne nad ňou ešte preleteli vojenské lietadlá. Srdce jej bilo až kdesi v krku. So strachom sa skrčila do najbližšieho kríku a keď to bolo možné, utekala čo jej sily stačili. Podarilo sa jej dostať až do Tribša, kde natrafila na dobrého človeka, ktorý jej ukázal kadiaľ sa má prešmyknúť, aby si ju ustupujúci vojaci nevšimli. Tak nebadane dorazila až do Čiernej Hory. Kmotor súhlasil, že chlapov kdesi ukryje, nech len prídu v noci. Čakala ju teda opätovne náročná cesta späť, aby im to mohla oznámiť.

Najhoršie časy však prišli po skončení vojny, keď sa o svoj život i majetok musel báť každý Slovák na severnom Spiši a hornej Orave, ktoré boli opätovne pripojené k Poľsku. V Krempachoch vyčíňali ozbrojené bandy Ogňa, známe svojim násilným a xenofóbnym správaním. Pamätá si ako 3. mája prišli do obce cez deň, aby spievali v kostole po poľsky a ešte v ten istý večer sa vybrali okrádať Slovákov. Boli u Sevca, Slovika, Simka, Petráška, Hylu a ďalších. Kradli kravy, kone, prasatá, jedlo, oblečenie... Poniektorých vyrabovali tak, že nemali čo jesť, ba dokonca ani čo si obliecť. Zobrali im úplne všetko a k vozom, ktoré taktiež ukradli, priväzovali miestnych chlapov. Zo susednej Novej Belej štyroch odvliekli a zavraždili. Krempašania mali v tomto smere viac šťastia. Jedného z nich napríklad zachránil brat, ktorý odvážne, ozbrojený len vidlami, riskoval svoj život, aby uvoľnil súrodenca. Viacerí však boli neľudsky zbití a mali následky do konca života. Neštítili sa ani bitia žien a detí. Richtárovu ženu „u Bartka“ zbili tak, že dvanásť rokov ležala. Mnohí sa zachránili pred smrťou útekom na Slovensko.



105 a pol ročná Mária Kríšíková s dcérou Irenou

Koncom roku 1945 bol uväznený aj miestny kňaz František Móš. Nový duchovný, ktorý prišiel do Krempách, mních Benedykt Kwaśny, chcel slovenčinu z kostola vypudiť. Ľudia však žiadali, aby boli spevy i modlitby tak, ako to bolo vždy, teda po slovensky. Neochota kňazov načúvať svojim farníkom vyvrcholila po druhom vatikánskom koncile, na prelome šesťdesiatych a sedemdesiatych rokov minulého storočia, keď kňazi, ak počuli slovenčinu, odmietali Krempašanom udeľovať sviatosti. Odchádzali z pohrebov, nechávali nepokrstené deti ležať pred oltárom...



Mária s časťou svojej početnej rodiny, zľava: Mária Bizubová, Albín Petrašek, Anna Chalupková, Damián, Andrej a Jakub Bizubovci, Irena Petrašeková, Silvester Chalupka, Jaroslav Bizub, Helena Petrašeková

Napriek ťažkému obdobiu čakali na Máriu koncom vojny aj šťastné chvíle. Zoznámila sa so svojím budúcim manželom Pavlom Krišíkom, ktorý býval neďaleko a často pomáhal bratovi Valkovi pri rôznych prácach. Bol sympatický i robotný, a tak na jar 1945 bola svadba. Skromná, ale pekná. Na stoloch bol syr, bryndza, baba i pálenka, pričom na husliach svadobčanom vyhrávali miestni hudobníci Slovikovci.

Spočiatku mladomanželia bývali u Krišíkovcov, no v roku 1948 si začali stavať vlastný dom. Stavba a zariaďovanie im trvala desať rokov, a v roku 1958 sa rodina konečne mohla nasťahovať do nového príbytku. Veľa sa pri stavbe natrápili, ale stálo to za to a dom dodnes slúži rodine ako pevné a útulné zázemie, kde sa stretávajú celé generácie.

V rodine Márie a Pavla sa postupne narodili tri deti – Irena, Valent a Anna. Pekne sa zveľaďovalo aj ich gazdovstvo – chovali kravy, teľatá, prasatá, koňa, sliepky, kačky, husi – *a k tomu i psa a mačku*, dodáva s úsmevom Mária. Jej život sa točil okolo starostlivosti o deti a gazdovstvo. Keď práve nevykonávala roľnícke práce, spracovávala ľan a vyrábala plátno, z ktorého potom šila košele, nohavice, sukne, utierky, ručníky, tkala koberce. Počas sobôt spoločne so susedkami párali perie.

Rodinné šťastie však netrvalo dlho. V máji 1962 Pavol ochorel a bol hospitalizovaný v nemocnici, a následne už v auguste zomrel. Mária sa viac nevydala a je už vyše 63 rokov vdovou. Okrem troch šikovných detí ju dnes teší osem vnukov, jedenásť pravnukov a trinásť prapravnukov.

Neuveriteľných takmer stošesť rokov života pani Márie Krišíkovej je mozaikou práce, viery, vytrvalosti i hrdosti na svoj slovenský pôvod. V skromných podmienkach prežila zmeny hraníc, vojnu, násilie, zápasy o zachovanie slovenskej identity, aj ťažké osobné straty. Nič z toho ju nezlomilo a ostala verná svojim koreňom i rodine. Jej odkaz pre dnešné generácie je jednoduchý, no mimoriadne silný: žiť statočne, vážiť si svoju identitu a poctivo si zastať každú prácu. ■

eprasa.pl 5435d5efa8

Voľby v miestnych skupinách Spolku Slovákov v Poľsku na Spiši

autor | Milica Majeriková-Molitoris

V novembri sa konali v jednotlivých miestnych skupinách Spolku Slovákov v Poľsku na Spiši voľby nových výborov, ako aj delegátov na obvodnú schôdzu a celoštátny zjazd. Ich výsledky vám prinášame v nasledujúcich riadkoch.

Výbor MS SSP v Tribši

Predseda: Mária Kačmarčíková
Podpredseda: Valent Vaksmanský
Tajomník: Mária Milonová
Pokladník: Magdaléna Rabianska
Členovia: Mária Lukašová, Teresa Mošová
Revízna komisia: Alojz Mišković, František Vadovský, Ján Šiškovič
Delegáti na Obvodnú schôdzu: Mária Milonová, Mária Kačmarčíková
Delegáti na Celoštátny zjazd: Mária Kačmarčíková, Mária Milonová
Dopisovateľ Života: Mária Kačmarčíková

Výbor MS SSP v Krempachoch

Predseda: Monika Pacigová
Podpredseda: Mária Bryjová
Tajomník: Marek Bryja
Pokladník: Anna Krištofeková
Členovia: Dominka Hajdasová, Emília Kovalčíková, Ján Krištofek, Anna Lorencová, Jozef Lorenc, Jolanta Lukášová, František Paciga, Joanna Pacigová, Kamil Paciga, Ján Petrašek, Beáta Petrášková, Anna Surmová, Dominik Surma, Mária Galušová
Revízna komisia: Mária Surmová, Žofia Kačmarčíková, Anna Jóźwiková
Delegáti na Obvodnú schôdzu: Mária Bryjová, Anna Jóźwiková, Emília Kovalčíková, Anna Lorencová, Jozef Lorenc, Jolanta Lukášová, Joanna Pacigová, Mária Surmová
Delegáti na Celoštátny zjazd: Marek Bryja, Anna Krištofeková, Monika Pacigová, Dominik Surma
Dopisovateľ Života: František Paciga, Ján Krištofek, Dominik Surma, Marek Bryja



Výbor MS SSP vo Fridmane

Predseda: Jozef Pleva
Tajomník: František Švec
Pokladník: Jan Markowicz
Revízna komisia: Adam Pacyga, Piotr Organiščak
Delegáti na Obvodnú schôdzu: Jozef Pleva, Jan Markowicz
Delegáti na Celoštátny zjazd: Jozef Pleva
Dopisovateľ Života: Adam Pacyga, František Švec







Výbor MS SSP v Čiernej hore od Jurgova

Predseda: Andrej Sarna
Podpredseda: František Mlynarčik
Tajomník: Teresa Turek
Členovia: Alžbeta Waclawová
Revízna komisia: Helena Sarnová, Helena Waclavová
Delegáti na Obvodnú schôdzu: František Mlynarčik
Delegáti na Celoštátny zjazd: František Mlynarčik
Dopisovateľ Života: František Mlynarčik

Výbor MS SSP vo Vyšných Lapšoch

Predseda: Kristína Krzysiková
Podpredseda: Zofia Brawiaková
Tajomník: Jozef Krzysik
Pokladník: Leszka Klaková

eprasa.pl 5435d5efa8

Členovia: Maria Brawiaková, Danuta Krzysiková, Jozef Gryglak, Jan Brawiak, Marek Sołtys
Revízna komisia: Tadeusz Sołtys, Antoni Sołtys, Edward Biziak
Delegáti na Obvodnú schôdzu: Jan Brawiak, Leszka Klaková
Delegáti na Celoštátny zjazd: Kristína Krzysiková, Zofia Brawiaková
Dopisovateľ Života: Antoni Sołtys, Dorota Moś

Výbor MS SSP v Jurgove

Predseda: Jozef Wojtas
Podpredseda: Vojtech Chovaniec
Tajomník: Anna Mačičáková
Pokladník: Mária Gombošová
Revízna komisia: Anna Šoltýsová, Mária Jackovičová, Marián Plučinský
Členovia: Tomáš Wojtas, Emília Rusnaková, Jolanta Bigosová, Marián Šoltýs
Delegáti na Obvodnú schôdzu: Jozef Wojtas, Anna Mačičáková, Jozef Čongva, Tomáš Wojtas
Delegáti na Celoštátny zjazd: Anna Mačičáková, Tomáš Wojtas, Jozef Wojtas
Dopisovateľ Života: Silvia Plučinská, Anna Šoltýsová

Výbor MS SSP v Čiernej Hore od Tribša

Predseda: Halina Milanová
Podpredseda: Anna Kowalczyková
Tajomník: Mariola Wojeńska
Pokladník: Jacek Gogola
Členovia: Mária Milanová, Marián Kikla
Delegáti na Obvodnú schôdzu: Anna Kowalczyková, Halina Milanová
Delegáti na Celoštátny zjazd: Anna Kowalczyková
Dopisovateľ Života: Anna Kowalczyková

Výbor MS SSP v Repiskách Bryjovom Potoku

Predseda: Jan Kurčak
Podpredseda: Jan Jurgovian
Tajomník: Jozef Mačičak
Pokladník: Janina Sołtysová
Členovia: Jan Trzop, Joanna Jurgovianová
Revízna komisia: Maria Kania, Andrej Jurgovian
Delegáti na Obvodnú schôdzu: Jan Kurčak
Delegáti na Celoštátny zjazd: Jan Kurčak
Dopisovateľ Života: Jan Kurčak

Výbor MS SSP v Novej Belej

Predseda: Monika Bednarczyková
Podpredseda: Eva Kaczmarczyková
Tajomník: Jozef Cerwas
Pokladník: Jacek Klukoszowski
Členovia: Aneta Kalata, Kinga Długa
Revízna komisia: Maria Majerczaková, Anna Bendyková, Maria Kurnatová
Delegáti na Obvodnú schôdzu: Jozef Majerczak, Agata Jendžejčiková, Eva Kaczmarczyková, Jacek Klukoszowski, Monika Bednarczyková, Emil Cervas, Aneta Kalata, Maria Majerczak,
Delegáti na Celoštátny zjazd: Jozef Majerczak, Agata Jendžejčiková, Eva Kaczmarczyková, Jacek Klukoszowski
Dopisovateľ Života: Monika Bednarczyková, Kinga Długa, Jozef Cerwas

Výbor MS SSP v Kacvíne

Predseda: Daniela Radecka
Podpredseda: Jozef Galowicz
Tajomník: Mária Szyszkowiczová
Pokladník: Jozefína Kromková
Členovia: Stefan Michalak, Monika Kubaseková



Revízna komisia: Alžbeta Górová, Michal Król, Jozef Bizub
Delegáti na Obvodnú schôdzu: Daniela Radecka, Jozef Galowicz, Alžbeta Górová, Ludomír Molitoris, Michal Król, Mária Szyszkowiczová, Monika Kubaseková, Anna Radecka
Delegáti na Celoštátny zjazd: Ludomír Molitoris, Daniela Radecka, Jozef Galowicz, Alžbeta Górová
Dopisovateľ Života: Daniela Radecka

Výbor MS SSP v Nedeci

Predseda: Bonifacy Krzysik
Podpredseda: Emil Neupauer
Pokladník: Ewa Święty
Členovia: Halina Milaniaková
Revízna komisia: Krystyna Grońska, Jozef Chmiel, Maria Kromka
Delegáti na Obvodnú schôdzu: Halina Milaniaková
Delegáti na Celoštátny zjazd: Halina Milaniaková
Dopisovateľ Života: Adam Święty





eprasa.pl 5435d5efa8

Magické Vianoce na Orave

autor | Grażyna Falatová

Vianoce sú nádherným a jedinečným obdobím, kedy každodenný zhon vystrieda teplo domova a chvíle strávené s našimi najbližšími. Mágia týchto dní spočíva nielen v tradíciách – spoločnom zdobení stromčeka či spievaní vianočných kolied, ale aj v atmosfére priazne a vzájomného zdieľania dobrého slova. Aj tie najmenšie gestá potom môžu nadobudnúť jedinečný význam a budovať pocit blízkosti.

Vianočné sviatky sú časom zamyslenia a vďačnosti. Je to čas, keď sa ľudia duchovne zastavia a pozerajú na uplynulý rok s odstupom. Častokrát človek až vtedy dokáže oceniť to, čo je najdôležitejšie – zdravie, rodinu a prítomnosť najbližších. Bez ohľadu na to, ako tento čas oslavuje každá rodina, jedna vec zostáva nezmenená – Vianoce prinášajú mágiu, ktorá dokáže rozjasniť aj tie najtemnejšie dni. Tieto vzácne chvíle sú častokrát naplnené pokojom, úsmevom a duševným teplom, ktoré s ľuďmi ostáva ešte dlho po zhasnutí vianočného stromčeka.

Pre krajanku Bogusiu Jasiurovú z Veľkej Lipnice Vianoce znamenajú veľa. Je to výnimočný čas, čas mágie, najmä u nej doma i v jej srdci. Nie je to o mágii v zmysle kúziel, ale ide o takú pocitovú mágiu spojenú nielen so súčasnosťou, ale aj s minulosťou. Počas Vianoc veľmi veľa myslíme na našich blízkych, ktorí už odišli z tohto sveta. Všetky tradície spojené so sviatkami nám odovzdali naši príbuzní, predkovia, ktorí tu už nie sú. Práve z tohto dôvodu na nich myslíme a veci, ktoré robíme spájame myšlienkovo s nimi, v zmysle, mama robila takto, alebo tata, aj babička, ktorá tiež mala svoje iné zvyky. Bogusi sa takto pripomína rodný dom, v ktorom vyrastala. Aj keď človek už žije vo svojom novom dome, neustále sa myšlienkami vracia do detských rokov, k svojim koreňom, obzvlášť v tom sviatočnom období. A najmä počas Štedrého večera, keď človek má pred očami všetko tak, ako to bolo voľakedy. Vtedy sa spomína na každú vec spojenú so sviatočnou tradíciou.

V časoch Bogusinho detstva Vianociam predchádzalo obdobie veľkého upratovania – čistenie kobercov, pranie obliečok na posteľ a podobne. Obliečky viseli vonku aj keď snežilo alebo mrzlo, lebo doma ich nemali kde zavesiť a usušiť. V dávnych dobách sa totiž stavali len malé drevené domčeky a izbičky v nich boli tiež malé. Prali sa aj koberce, čistili podlahy. Potom sa koberce rozložili a prikryli priesvitnými fóliami, aby sa hneď nepošpinili, keďže v tom čase neboli vysávače.





Na Štedrý večer sa všetko pripravovalo spoločne v rodinnom kruhu. Je to taký výnimočný deň, lebo práve vtedy sa má uskutočniť niečo veľké – narodenie Pána Ježiša. Dokonca aj stromček svieti celú noc a tie svetielka podčiarkujú vianočnú atmosféru. Keď sa človek ráno zobudí a svetlá svietia, je to úžasný pocit, že sa v noci uskutočnilo niečo krásne, magické a výnimočné, že sa narodil Ježiš. Človek sa preto zobúdza s takou radosťou v srdci. Počas Štedrého večera Bogusia a jej celá rodina tradične myslia v modlitbách a spomienkach na svojich blízkych. Oni sú tam niekde s nami a prepájajú dnešný čas s minulosťou.

Čo sa týka jedál, pripravuje tradičné jedlá, ako si ich pamätá z rodinného domu. Sú to slivky, kapusta, ryba, či boršč na rôzne spôsoby. Nesmie sa zabudnúť na huby a tradičnú hubovú omáčku. Občas pripraví dodatočne aj halušky s makom, ktoré boli bežné v rodine jej zaťa Bronka. Keďže nevestu má z Ukrajiny, ku tradičným jedlám pribudla napríklad „kutje“. Všetky tieto jedlá sú na štedrovečernom stole presne tak, ako to bolo voľakedy. Dôležitou súčasťou na ich rodinnom štedrovečernom stole je okrúhly domáci chlieb, posypaný nahrubo makom a cukrom tzv. „koloc“. Je to tradícia z detstva, lebo jej mama vždycky, ešte v starodávnej peci, každý týždeň piekla doma chlieb. Bogusia nepečie chlieb tak často, ako jej mama, ale len na väčšie sviatky počas roka. Tento chlieb sa zvykne jedávať s cesnakom alebo s medom. Voľakedy sa verilo, že cesnak sa je preto, aby človeka striga nespútala a med, aby človek mal sladký celý rok. Jabĺčka sa zas jedáva preto, aby nebolelo hrdlo. Keď bola malá, spomína, že ako deti zlupovali zhora z tohto domáceho chleba kožu a to s chuťou jedli, lebo v obchodoch nebolo až tak veľa sladkostí, ako dnes. Mnohokrát ich aj nebolo začo kúpiť.

Po slávnostnom štedrovečernom jedle sa zvyknú spievať koledy. Napríklad u nevesty krajanky Bogusie, ktorá pochádza z Ukrajiny, ale má poľské korene, bol taký zvyk, že koľko jedál sa na Štedrý večer zje, toľko kolied sa potom musí zaspievať. Táto tradícia sa Bogusi a jej rodine veľmi zapáčila. Pomedzi každým jedlom si tak zaspievajú koledu. Je to také príjemné spestrenie i predlženie tohto jedinečného večera. Pre deti sú každoročne pripravované darčeky. Kedysi ale darčeky neboli a deti boli i tak šťastné. Možno i viac... No dnes je taká doba, že deti darčeky očakávajú a darček je prejavom toho, že príbuzní na nich myslia.

Večer ide rodina tradične do kostola na slávnostnú polnočnú omšu. K Vianociam neodmysliteľne patrí zdobenie stromčeka. Stromček sa zdobí, nie v posledný deň, ako tomu bolo voľakedy, ale skôr, niekedy aj týždeň pred sviatkami, aby už dlhšie trvala vianočná atmosféra.

Na Vianociach je to krásne, že človek myslí na svojich blízkych a zároveň sa teší z narodenia Pána Ježiša. Je to obdobie, keď sa ľudia radujú a môžu zabudnúť na všetko, na starosti a na každodenný život. ■

eprasa.pl 5435d5efa8



Jesenný „redyk“ – tradícia, ktorá neustále žije

autor | Grażyna Falatová

Jesenný zhon oviec z hôr, známy v miestnom nárečí ako „redyk“, je jedným z najmalebnejších podujatí v pastierskej kultúre Podhalia a Beskýd. Znamená koniec letného pasenia oviec na pasienkoch a ich návrat do dediny. Po niekoľkých mesiacoch strávených na horských pastvinách stáda vedené pastiermi a bačami schádzajú v slávnostnom sprievode, často za doprovodu tradičnej vrchárskej hudby.

Tento sviatok má nielen praktický, ale aj symbolický rozmer. Na jednej strane znamená koniec pastierskej sezóny, na strane druhej je to príležitosť poďakovať za úspešnú pastvu a požehnanie zvierat. Obyvatelia dediny vítajú pastierov, bačov a ich ovečky. Často sú pri tejto príležitosti organizované festivaly, počas ktorých je možnosť ochutnať regionálne jedlá, ako napríklad oštiepok alebo bryndzu.

Hoci jesenný zhon oviec z hôr bol kedysi prvkom bežného pastierskeho života, dnes je turistickou atrakciou a živou lekciou tradície. Vďaka nej môžu ďalšie generácie vidieť, aká bola práca pastierov a ako je táto kultúra zakorenená v identite obyvateľov horských oblastí.

Dňa 8. novembra mohli obdivovať takýto symbolický jesenný „redyk“ aj vo Veľkej Lipnici, pričom tento zhon oviec z pastvín bol významný tým, že bol posledným „redykom“ sezóny v celom regióne. Na slávnosť prišli v početnom množstve nielen obyvatelia Oravy, ale aj návštevníci z iných kútov Poľska, napríklad Varšavy alebo dokonca aj z okolia Baltského mora. Všetci sa stretli, aby spoločne slávili túto jedinečnú pastiersku tradíciu.





O 11:00 hodine prešlo lipnickou dedinou stádo oviec na čele s bačom Andrejom Lassakom. Stádo oviec vyháňané z pasienkov bolo v počte približne 800 kusov. Krajskou cestou z Murowanice k Zowadzie prešiel sprievod s ovcami a obyvateľmi za zvukov ovčích zvoncov, rohu, ako aj oravskej hudby, o ktorú sa postarali členovia regionálnych kapiel. Všetci zúčastnení mali možnosť byť súčasťou tejto neobvyklej pastierskej tradície. Originalita podujatia bola pre účastníkov neopakovateľným zážitkom. Jesenný zhon oviec z pastvín vo Veľkej Lipnici bol skvelou príležitosťou pripomenúť si tradície Oravy a pastierskej kultúry vôbec.

Súčasťou podujatia a príjemným spestrením boli taktiež vystúpenia folklórnych súborov. Na pódiu sa predstavili medzi inými „Orawskie Roztoki“, „Orawianie im. Heródka“, či „Nowa Orawa“. Nechýbala ani vedomostná súťaž a prehliadka pastierskych nástrojov, ktoré pripravilo Múzeum – Oravský etnografický park z Hornej Zubrice. ■



5435d5efa8



Horčičné zrnko

Pripravil:
Mons. prof. ThDr. Ján Duda, PhD.

PRIPRAVTE CESTU PÁNOVI

2. adventná nedeľa – 7.12.2025

Biblické súradnice: Iz 11,1-10; Ž 72; Rim 15,4-9; Mt 3,1-12

Uvedenie do nedeľného evanjelia: Základnou témou je výzva sv. Jána Krstiteľa: „Pripravte cestu Pánovi“. Ako? Odpovedá na to prorok Izaiáš (prvé čítanie): „Vlk a baránok budú spolu bývať“, „teliatko a lev budú spolu žrať“, „krava a medvedica sa budú spolu pásť“, „lev sťa vôl sa bude kŕmiť slamou“. To sú neskutočné časy, to je neskutočná doba. Toto nie je tento svet, ale to je už Božie kráľovstvo, toto je už Božia vláda. Na toto sa pripravujme, tomuto sa priúčajme. Zmena nášho zmýšľania znamená pripraviť cestu Pánovi.

NEPOŠKVRNENÉ POČATIE PANNY MÁRIE

Pondelok 8.12.2025

Biblické súradnice: Gn 3,9-20; Ž 98; Ef 1,3-6. 11-12; Lk 1,26-38.

Uvedenie do sviatočného evanjelia: Bez okolkov poviem, že Panna Mária bola počatá a narodila sa bez dedičného hriechu. Bola vykúpená Ježišom Kristom „dokonalejším spôsobom“ než ostatní ľudia, lebo sa mala stať Matkou Božieho Syna. Preto ju anjel pri zvestovaní nazýva „plnou milosti“.

MÁME ČAKAŤ INÉHO SPASITEĽA?

3. adventná nedeľa – 14.12.2025

Biblické súradnice: Iz 35,1-6.10; Ž 146; Jak 5,7-10; Mt 11,2-11

Uvedenie do nedeľného evanjelia: Jána Krstiteľa ešte aj vo väzení trápi neistota. Posiela za Ježišom poslov s otázkou: „Ty si ten, ktorý má prísť alebo máme čakať iného?“ Ježiš odpovedá: „Slepí vidia, chromí chodia, hluchí počujú...“ Skrátka, svet sa mení. To, čo bolo choré je uzdravené, čo bolo mŕtve, ožilo... Starý zákon smeruje k Ježišovi, Nový zákon sa odvíja od Ježiša. Iného Záchrancu niet, iba on je Záchranca.

BOH S NAMI

4. adventná nedeľa – 21.12.2025

Biblické súradnice: Iz 7,10-14; Ž 24; Rim 1,1-7; Mt 1,18-24.

Uvedenie do nedeľného evanjelia: Ježišovi dali mnoho mien a jedno z nich je „Boh s nami“. „Nomen omen“ – meno znamená poslanie. Ľudia dávajú mená podľa toho, aké sa im páči. U Boha meno znamená poslanie, úlohu. Ježiš dostal meno od anjela: „Boh s nami“. Vtelenie Božieho Syna, ktorý sa stal človekom znamená, že Boh je s nami, nie proti nám. Lebo „nomen omen“ – meno znamená poslanie. Boh sa stal človekom, Boh je s nami.

SLÁVNOSŤ NARODENIA PÁNA

Štvrtok 25.12.2025

Biblické súradnice: Iz 52,7-10; Ž 98; Hebr 1,1-6; Jn 1,1-18.

Uvedenie do sviatočného evanjelia: Prológ Jánovho evanjelia (Jn 1,1-18) je nádherným teologickým vyjadrením „vtelenia Boha“. S človekom to ani Pán Boh nemá jednoduché. „Je pre človeka Stvoriteľom“, „je pre človeka svetlom“, „pred ním kráčajú ľudia, ktorí o ňom vydávajú svedectvo (ako Ján Krstiteľ)“, „dáva moc ľuďom stať sa Božími synmi a dcérami“. Ale veľa ľudí to nechce alebo Boha nechce! Človek sám chce budovať svet, sám chce byť pre seba svetlom, odmieta svedectvá o Bohu... On Boha nepotrebuje, Boh mu je ľahostajný, nezaujímavý. Ale či môže



Boh prestať mať rád človeka, ktorého stvoril na svoj obraz, ako slobodného...? A tak prišiel, stal sa človekom, aby bol solidárny s človekom, nezraz spurným človekom.

NEDEĽA SV. RODINY

28.12.2025

Biblické súradnice: Sir 3,3-17; Ž 128; Kol 3,13-15. 19-23.

Uvedenie do nedeľného evanjelia: Komisár Slovenskej republiky pre deti Jozef Mikloško sa raz vyjadril: „Sme posledná generácia, ktorá poslúchala svojich rodičov a prvá generácia, ktorá poslúcha svoje deti“. Koľké deti opustia svojich rodičov, lebo si chcú užívať svoju mladosť? Koľké rodiny privedú svoje deti k rodičom, aby sa o nich postarali, kým oni budú v práci, ale aj im rodič niečo povie, upozornia ich: „Do nášho života sa nestarajte“. Sväté písmo hovorí, že „kto sa bojí Pána, ctí si svojich rodičov“ alebo, že „syn má byť oporou svojmu otcovi v starobe“ (Sirachovec: prvé čítanie). Evanjelium na príklade sv. Jozefa ukazuje starostlivosť o Ježiša a preto ho Písmo nazýva spravodlivým. Nezarába si človek na vlastné nešťastie, ak si nectí svojich rodičov? ■

eprasa.pl 5435d5efa8

Životné príbehy kňaza Šebastiána Košúta

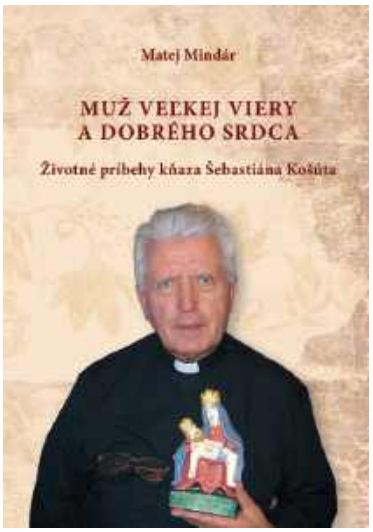
autor | Milica Majeriková-Molitoris
foto | Daniela Suchá, Matej Mindár

S týmto podnázvom uzrela svetlo sveta v tlačiarni a vydavateľstve Spolku Slovákov v Poľsku nová publikácia *Muž veľkej viery a dobrého srdca*. Venovaná je výnimočnému človeku, rodákovi z Čiernej Hory, nezlomnému slovenskému kňazovi, politickému väzňovi, spolupracovníkovi biskupa Pavla Hnilicu v exile a človeku, ktorý vždy ochotne podával pomocnú ruku slovenským exulantom i pútnikom Sebastiánovi Košútovi.

Jeho životné osudy zachytil formou rozhovoru slovenský novinár Matej Mindár, pričom úvodné slová v knihe patria i ďalším vzácnym ľuďom: predsedníčke občianskeho združenia Cyrilometodiada Daniele Suchej, zakladateľovi Nadácie Pro Patria Antonovi Hrnkovi a prvému veľvyslancovi novodobej Slovenskej republiky v Poľsku Mariánovi Servátkovi.

Publikácia na takmer dvesto stranách odhaľuje zaujímavý a často i dramatický príbeh muža, ktorý sa narodil v roku 1941 v obci Čierna Hora na Spiši, pripojenej po 2. svetovej vojne k Poľsku. V jej úvode sa môžete zoznámiť s rodinou Sebastiána Košúta, jeho rodnou obcou, životom v nej, ale aj s krajanskými aktivitami otca Andreja. Páter spomína taktiež na svoje štúdiá na slovenskom lýceu v Jablonke či v metropolitnom teologickom seminári sv. Jána Krstiteľa vo Varšave i na svoj vrúcny vzťah k Panne Márii.

V rozhovore sa nevyhýbajú ani viacerým ťažkým témam ako zakázaná slovenská liturgia, šesťdesiate a sedemdesiate roky minulého storočia vo farnostiach v Novej Belej a Krempachoch, konflikt s jurgovským farárom... Dozviete sa dokonca i to, ako bolo naložené so slovenskou zbierkou pre pohorelcov v Novej Belej v roku 2021.



Životný príbeh rodáka z Čiernej Hory uzrel svetlo sveta v našej spolkovej tlačiarni a vydavateľstve

Ako mladý kňaz sa otec Sebastián zapojil do tajného hnutia odporu proti komunistickému režimu a pre svoju vieru a presvedčenie skončil za mrežami. Po prepustení naďalej riskoval, keď pomáhal pašovať náboženskú literatúru na Slovensko – slová slobody, ktoré mali moc meniť životy.

Osud ho napokon zaviał do Talianska, kde sa stal blízkym spolupracovníkom biskupa Pavla Hnilicu. V spojení bol i s ďalšími exilovými slovenskými kňazmi a biskupmi, vrátane otca Dominika Kaľatu, ako aj s ľuďmi blízkymi pápežovi Jánovi Pavlovi II., či s matkou Terezou. Neoceniteľná je jeho nezištná pomoc, ktorú poskytoval slovenským exulantom a pútnikom. Na fare v Marane Eque vytvoril domov pre každého, kto zaklopal na dvere.



Páter Sebastián Košút s autorom knihy Matejom Mindárom

V súčasnosti žije v Dome seniorov v Dolnom Ohaji, kde stále slúži ľuďom s rovnakou oddanosťou ako kedysi. Práve tu, v miestnom kultúrnom dome, sa počas tretej novembrovej nedele uskutočnila prvá prezentácia spomínanej publikácie – príbehu o odvahe, vernosti a duchovnej sile muža, ktorého životné dielo bolo ocenené prezidentmi Slovenska i Poľska, a ktorého odkaz zostáva živý dodnes. ■





Prezentácia publikácie v Dolnom Ohaji

eprasa.pl 5435d5efa8

Slovenské stopy v Poľsku

autor | PhDr. Marián Servátka, CSc., bývalý veľvyslanec Slovenskej republiky v Poľsku

Pod týmto názvom bola v Slovenskom inštitúte vo Varšave otvorená výstava, ktorú zorganizoval náš zastupiteľský úrad v Poľskej republike. Panely na výstave kopírujú brožúru, ktorú vydalo Veľvyslanectvo Slovenskej republiky v Poľsku.

V minulom roku som dostal z Poľského inštitútu v Bratislave pozvánku na jej prezentáciu, na ktorú pricestovala veľvyslankyňa Andrea Elscheková Matysová s dvojicou autorov Martin Cimerman a Simona Benková. Prezentáciu moderoval Pavol Demeš. Potešil som sa, keďže slovenské stopy v Poľsku sledujem vyše pol storočia a možno som tam aj nejakú zanechal... Aby som sa mohol zapojiť do diskusie, chcel som si avizovanú publikáciu pozrieť. Bolo mi povedané, že sa k nej dostaneme až po prezentácii, lebo by to rušilo jej priebeh.

Veľvyslankyňa informovala ako ťažko sa uvedené dielo rodilo, ako dvaja autori na tom pracovali. To isté zopakovali autori. A potom prišiel šok: z avizovanej publikácie sa vykľula šestnásť listová brožúra s obrázkami, osem listov textu v dvoch jazykoch, teda iba štyri listy slovenského textu. Aby bol obraz úplný, na každej strane boli dve cca 15 riadkové informácie o „stopách“. Asi som mal prehnané očakávania. Áno, nuž veď aj to je publikácia...

Dvojica autorov na otázky Pavla Demeša, ktorý je v brožúre uvádzaný ako odborná spolupráca, priamočiaro prezradila, že je tu všetko, čo sa o slovensko-poľských vzťahoch počas pobytu na ambasáde v Poľsku dozvedela. Rukolapný dôkaz toho, že do teritória vysielame nepripravených ľudí, ktorí sa veci dozvedajú priamo v stykovej činnosti od Poliakov, čo nechcem komentovať. Na otázku odborného poradcu Pavla Demeša, čo ju v Poľsku po príchode prekvapilo, slovenská diplomatka odpovedala, že po prílete najmä vysoké domy vo Varšave... Vtedy som mal chuť odísť, ale nedostal by som sa k publikácii, tak som vydržal. Autori na záver brožúru podpisovali. Vtedy sa ma jeden z prítomných poľských diplomatov ironicky opýtal, či si nedám podpísať tento „bestseller“? Pochopil som ako to hodnotia.

Keby niečo také vydala cestovná agentúra, nepoviem nič. Je to reklama vybraných prvkov, motívov, informácií. Aj Veľvyslanectvo Slovenskej republiky si takéto niečo môže namnožiť, prečo nie. Ale robiť z toho publikáciu a výsledok pomaly výskumnej práce?

Brožúrka vyšla pri príležitosti tridsiateho výročia nadviazania diplomatických stykov medzi Poľskou republikou a Slovenskou republikou. Preto je tam asi tridsať stôp. Ale o tom v brožúrke nič nie je. Ako vieme, poľská diplomacia k tomuto jubileu vydala rozsiahlu knižnú publikáciu.

V brožúrke našej ambasády sú signalizované zaujímavé, vážne fakty, historické udalosti, historické osobnosti, kultúrne i náboženské momenty, ale aj šokujúce informácie. Medzi tridsiatkou stôp je aj návšteva Poľska Jána Budaja v roku 1980! Alebo úspech oblátok Horalky – Góralki v stati Good idea Slovakia. Dobre, že naše Horalky Poliakom chutia. Stavím sa, že pri ich chrumkaní si málo z nich uvedomí, že sú slovenské. Lebo oni si kupujú nie Horalky, ale poľské Góralki. U nás mali úspech Krówki. Neprekrstili sme ich, všetci vieme, že sú poľské. V Poľsku to je ináč.

Škoda, že sa autorom nepodarilo zaregistrovať ani jedinú slovenskú stopu na Spiši a Orave. Našli by tam rodiny slovenských národovcov ako Korkošovci, Červeňovci, Kolkovičovci, Jurčákovci, Jablonskí, Laťákovci, Machajovci, či osobnosti ako Nálepka, Strelec, Hrobák, Maťašovský, Miškovič, Vojtas a ďalšie. Našli by tam aj rodný dom azda najtalentovanejšej slovenskej umeleckej rodiny Korkošovcov a možno aj stopy po rodine Michala Dočolomanského v Nedeci.

Nepodarilo sa im zaregistrovať ani existenciu Dní slovenskej kultúry v Malopoľsku, ktoré sa v Poľsku konajú už viac ako štyridsať rokov, folklórny súbor Spiš, ktorý v predminulom roku oslávil už sedemdesiatpäť rokov svojej činnosti.

Parádnou slovenskou stopou je Galéria slovenského umenia Spolku Slovákov v Poľsku v Krakove, ktorá predstavila poľskej verejnosti už stovku slovenských umelcov. Je to náš ďalší slovenský inštitút, ktorý popri svojej činnosti vedie dr. Ľudomír Molitoris a dr. Milica Majeriková-Molitoris so spolupracovníkmi. A Vydavateľstvo a tlačiareň Spolku Slovákov v Poľsku, v ktorom vyšlo viac ako 4000 (!) publikácií nachádzajúcich sa takmer na všetkých svetových kontinentoch.

Aj mesačník Život by si zaslúžil samostatnú pasáž. Je to výrazná stopa bytia našich krajanov v Poľsku. Časopis je fenoménom aj v celosvetovom krajanskom prostredí. Doteraz vyšlo 808 čísel. V brožúrke je o ňom toľko ako o horalkách.

Aj na cintorínoch na Spiši a Orave sú slovenské stopy. Máme tam i pamätník slovenským obetiam Ogňa, ktorému Poľská národná banka vydala pamätnú mincu. Pamätáte sa, protestovali židovskí intelektuáli, Spolok Slovákov v Poľsku i my na Slovensku, aby to urobilo aj Veľvyslanectvo Slovenskej republiky vo Varšave...

Informácia je vzácny tovar a v diplomacii má ešte väčšiu cenu. O takýchto aktoch sa má zastupiteľský úrad dozvedieť včas, nie vždy sa dá. Vtedy však treba reagovať promptne a pripravene. Nečakať na návrhy od historikov, prosby krajanov, články publicistov, ale konať.

Aj slovenské nápisy v kostoloch na Spiši a Orave sú vzácnou stopou. V niektorých kostoloch zmizli, páni farári ich v polonizačnom nadšení dali zatrieť. Ale vieme, že boli i kde boli. Áno, do niekoľkostranovej brožúrky sa to nedá vopchať. Ja by som však určite niektoré pamiatky uprednostnil pred návštevou Budaja či sladkosťami.

eprasa.pl 5435d5efa8

Uvedomujem si, že výber tém, artefaktov je právo autorov.

Výber však reprezentuje ich rozhľadenosť, pripravenosť pohybovať sa v krajine vyslania. Tá druhá poznámka patrí skôr tým, ktorí diplomatov vysielajú.

V brožúrke je okrem iného uvádzaná aj Čata 535 Slovákov, jej veliteľ Miroslav Iring, námestíčko, ktoré nesie jeho meno, ulica generála Milana Rastislava Štefánika, nové lektoráty slovenského jazyka. Každá z týchto stôp, jej zviditeľnenie, presadenie pomenovania, umiestnenie do múzea, či po rokoch ocenenie osobností, má svoju históriu. Každej stope predchádzali konkrétne diplomatické aktivity, rozhovory, argumentácia. Žiadna z nich nám nepadla z neba. Za každou je kus roboty. Niečo o tom viem.

Ako starší kolega by som slovenskej diplomacii v Poľsku poradil a poprosil, aby neprehliadali vzácne slovenské stopy v Poľsku, ba aby urobili viac: aby aj oni zanechali hodnotnú stopu. A stopa, to nie je iba konštatovanie toho, čo bolo, spísanie, či vydanie brožúrky. Slovenskú stopu, ak to tak chceme nazývať, treba najskôr s partnermi vybaviť, dohodnúť, presadiť a pomôcť realizovať. V súčasnosti sa priam ponúka krásna stopa, ktorej krstnými otcami boli prezidenti Ivan Gašparovič a Lech Kaczyński: Dom slovenskej kultúry v Jablonke. Treba sa zasadiť o odstránenie byrokratických prekážok a docieliť jeho otvorenie.

V tejto súvislosti ma zaskočila informácia, že v rokoch 2007 – 2013 bolo v poľsko-slovenskom pohraničí vybudovaných z európskych prostriedkov päť poľsko-slovenských domov v oblastiach, kde nebývajú Slováci. Fungujú tieto domy? Nič o nich nepočuť. Na ich veľkolepom otváraní sa pritom slovenskí diplomati v Poľsku aktívne zúčastňovali... Čo vieme o osudoch tejto stopy, ktorá sa akoby stratila?

Rád konštatujem, že iné slovenské domy, ktoré prácne, s veľkou námahou vybudoval Spolok Slovákov v Poľsku v Podvlku, Vyšných Lapšoch, Kacvíne či Novej Belej vyvíjajú aktívnu činnosť, aj keď prostriedky na tieto aktivity sa nezvyšujú, dokonca klesajú...

Ponúka sa aj ďalšia slovenská stopa, ktorej idea sa zrodila na zasadnutí Slovensko-poľskej medzivládnej komisie pre cezhraničnú spoluprácu v roku 2010 v Rajeckých Tepliciach, kde bolo dohodnuté zriadenie Pamätnej izby rodiny Korkošovcov v Čiernej Hore, v ich dome, ktorý darovali poľskému štátu, ako aj zriadenie Múzeí slovenskej kultúry na severnom Spiši a hornej Orave v Poľsku pre ochranu materiálneho kultúrneho dedičstva tu žijúcich Slovákov. Udialo sa v tejto veci niečo?

Na rodnom dome umelecky talentovanej rodiny Korkošovcov v Čiernej Hore nefiguruje ani slovenský nápis. Korkošovci dom darovali poľskému štátu. Boli to Slováci. Dozvie sa o tom návštevník po vstupe do domu?

Podobná situácia je v Skanzene v Hornej Zubrici na Orave, v ktorom sa nachádza množstvo artefaktov slovenskej ľudovej kultúry. Zmienka o tom, že ide o slovenské prvky ako si chýba...

Bolo by tiež žiaduce vyvinúť maximálne úsilie, aby základné školy, v ktorých sa učí slovenský jazyk, dostali učebnice a aby financovanie slovenského jazyka zodpovedalo tomu, čo Poľsko prezentuje v Rade Európy. Spolok Slovákov v Poľsku opakovane upozorňuje na tento dlho neriešený problém. Napadlo mi, ako by asi reagovala maďarská diplomacia na Slovensku, maďarskí politici, keby na základných školách v Slovenskej republike žiaci nemali patričné učebnice a na to určené financie by sa míňali iným spôsobom. A my?

Slovenské stopy v Poľsku ležia v teréne, sú jedinečné a sú to nielen historické artefakty, ale aj živé výzvy, ktoré je potrebné riešiť, aby sa bratia Poliaci o nás viac dozvedeli. A aby sa stali trvalou súčasťou našej historickej pamäti. Obávam sa, že pamäť, dlhá profesionálna pamäť, začína chýbať v priestore slovenskej diplomacie. Má byť trvalou súčasťou podkladov, ktoré referenti, ich riaditelia pripravujú prezidentovi, premiérovi, predsedovi parlamentu, ministrom, poslancom na rokovania s partnermi. Historická pamäť je zrkadlo práce generácií slovenských diplomatov a dôležitý zdroj informácií. ■





Tvorivé učenie pedagógov z Poľska a Ukrajiny v Novej Belej

autor | Milica Majeriková-Molitoris

V dňoch 14. a 15. novembra sa Centrum slovenskej kultúry v Novej Belej stalo miestom tvorivého stretnutia učiteľov slovenského jazyka z Poľska a Ukrajiny. Odborno-metodický seminár, ktorý pripravil Spolok Slovákov v Poľsku v spolupráci s Ministerstvom školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR a Filozofickou fakultou Univerzity Komenského v Bratislave, bol zameraný na rozvoj pedagogických kompetencií a výmenu skúseností pedagógov pôsobiacich v slovenských komunitách za hranicami.

Seminár otvoril generálny tajomník Spolku Slovákov v Poľsku Ľudomír Molitoris, ktorý zdôraznil význam systematickej podpory učiteľov slovenčiny v zahraničí. Pripomenul, že slovenský jazyk je dôležitým prvkom kultúrnej identity našich krajanov a jeho kvalitné vyučovanie je nevyhnutné pre zachovanie národného povedomia naprieč generáciami.

Jadro programu tvorili tematické workshopy vedené lektorkami z Filozofickej fakulty Univerzity Komenského Mgr. Adelou Ismail Gabríkovou, PhD. a Mgr. Luciou Annou Trubačovou, PhD. Tie účastníkom predstavili najnovšie trendy tvorivého vyučovania v oblasti gramatiky, lexiky a reálií slovenského jazyka, vrátane možností, ako efektívne prepájať gramatiku s komunikáciou, ako využívať hravé aktivity vo vyučovaní, či ako podnecovať kritické myslenie žiakov prostredníctvom práce s autentickými textami. Pedagógovia sa aktívne zapájali do diskusií a praktických cvičení, ktoré im ukázali, ako možno podporovať jazykovú kreativitu a záujem žiakov o slovenčinu.

Dôležitou súčasťou seminára bola aj výmena skúseností z terénu. Učitelia sa podelili o svoje postrehy týkajúce



Seminár otvoril gen. tajomník SSP Ľ. Molitoris s lektorkami z FF UK v Bratislave A. Ismail Gabríkovou a L. A. Trubačovou

sa rôznorodého prostredia, v ktorom pôsobia. Diskusia ukázala, že napriek rozdielnym podmienkam majú pedagógovia spoločné ciele, a to udržiavať živý vzťah žiakov k slovenskému jazyku, motivovať ich a hľadať nové, atraktívne prístupy k výučbe.

Takéto odborné semináre sú dôležitým prínosom pre kvalitu jazykového vzdelávania v slovenských komunitách za hranicami a zároveň umožňujú pedagógom nielen dopĺňať svoje odborné vedomosti, ale aj nadväzovať kontakty, ktoré môžu viesť k ďalšej spolupráci či spoločným projektom.

Podujatie v Novej Belej potvrdilo, že investícia do ďalšieho vzdelávania učiteľov prináša dlhodobé výsledky – podporuje kvalitu výučby, posilňuje komunitu pedagógov a najmä pomáha udržiavať slovenský jazyk ako živú súčasť kultúrneho dedičstva našich krajanov v Poľsku a na Ukrajine. ■



Riešenie tvorivých úloh, využiteľných pri vyučovaní slovenčiny





Dušou divadla a autorom scenárov je Adam Święty



Hosťom programu bol FS Dolina z Krempách



K jubileu nedeckému divadielku pogratuloval aj gen. tajomník SSP Ľ. Molitoris

Nedecké „Zázraky“ 10 rokov na scéne

autor | Milica Majeriková-Molitoris

Už desať rokov prinášajú svieži humor, trefné postrehy a nezameniteľnú atmosféru tradičného života obyvateľov severného Spiša v minulosti, ako aj v súčasnosti. Návšteva ich vystúpenia je zárukou zlepšenia nálady, ale zároveň taktiež možnosťou dozvedieť sa niečo o tom, ako sa Nedečania obliekali, žili, či aké zvyky a tradície udržiavali počas každodenných i slávnostných dní.

Niedziyckie Zazraki – divadielko z Nedece, o ktorom je reč, sa na divadelnej scéne prvýkrát objavili v roku 2015 a vďaka humoru, s ktorým dokážu prezentovať obyčajné ľudské slabosti i vážne spoločenské témy si našli už trvalé miesto v srdciach svojich divákov. Ako nám svojho času povedal zakladateľ divadielka, autor scenárov a režisér Adam Švienty, ich hlavným cieľom je snaha zachrániť zvyky a obyčaje, ktoré odchádzajú do zabudnutia, ako aj nedecké nárečie, ktoré sa používa čoraz menej, pričom sa foneticky značne odlišuje od nárečí v susedných obciach.

Začínali šiesti a skúšky mali v domoch svojich členov. Dnes skúšajú v Obecnom kultúrnom dome v Nedeci a je ich takmer dvakrát toľko. V ich scénkach vystupuje vždy niekoľko pokolení – najmladšia vystupujúca mala 5 rokov, najstaršia zas 89.

Za desať rokov svojej existencie zachytili viacero zvykov ako namoviny (dohadovanie sobáša), renkoviny (zásnuby), deptanie kapusty, kopanie zemiakov, ale aj iné témy ako hasičské oslavy, U doktora, Nas zganiany ziynć a ďalšie. Vo svojich scénkach kultivujú nedecké tradície, pričom v nich možno obdivovať aj originálne nedecké kroje a rekvizity.

Desaťročie svojej existencie oslávilo nedecké divadielko v polovici novembra v nedeckom kultúrnom dome na „II. Posiadach z Niedziyckimi Zazrakami“. Plná sála, v ktorej sa zabávala viac ako stovka divákov z poľskej i slovenskej strany hranice, si mohla tentokrát vychutnať pravú nedeckú zakáľačku. A to nielen na pódiu, ale aj priamo na stoloch, kde sa mohli ponúknuť rôznymi špecialitami z nedeckej kuchyne.

Na scéne s množstvom zaujímavých detailov – od tradičného nábytku, nádob, výzdoby, či oblečenia, sa odvíjal vtipný príbeh zo života nedeckého spoločenstva. Vyrábali sa domáce výrobky, navštevovali sa rodiny, čo to sa ochutnalo, vypilo, potancovalo, pohralo, pospievalo, popletkovalo i pohováralo, tu a tam sa niekto s niekým pohádal, a napokon sa všetci vybrali do kostola, aby sa vyspovedali, no, ako to už býva zvykom, stihli ešte aj v božom chráme poukázať na hriechy iných a zabudnúť na tie svoje vlastné.

Podujatím divákov sprevádzali Dorota Mošová a Mária Brawiaková z vyšnolapšanského folklórneho súboru Hajduky a hosťom programu bol folklórny súbor Dolina z Krempách, ktorý predviedol tance zo Šariša, vrátane na šikovnosť náročného lyžičkového a fľaškového tanca. Krempašania so sebou priviedli taktiež skvelú hudobnú kapelu, ktorá zabávala divákov nielen počas vystúpení, ale tiež počas následného posedenia.

Nechýbala ani tombola so živým prekvapením, či gratulácie hostí, medzi ktorými bol aj Spolok Slovákov v Poľsku. Generálny tajomník Ľudomír Molitoris odovzdal divadielku gratulačný list a poďakovanie za úsilie o zachovávanie a rozvíjanie tradičnej kultúry obce Nedeca i za jej tvorivú prezentáciu počas našich kultúrnych podujatí.

A hoc už nedecké divadielko dostalo viacero ocenení, ako sami skonštatovali, najväčšou odmenou je pre nich úsmev na tvári a milé spomienky ich divákov. ■



Desiate výročie oslávili Niedziyckie Zazraki na divadelnej scéne



eprasa.pl



S finančnou podporou
ÚRADU PRE SLOVÁKOV ŽIJÚCICH V ZAHRANIČÍ

Centrum slovenskej kultúry v Novej Belej ožilo tradičným umením

autor | Milica Majeriková-Molitoris

Tvorivé dielne v Centre slovenskej kultúry v Novej Belej podporujú hravou formou zapájanie sa najmladšej krajanskej generácie do aktivít, ktoré majú zásadný vplyv na udržiavanie a kreovanie slovenskej kultúry i umenia v obci, či regióne.

V novembri sa, aj vďaka finančnej podpore Úradu pre Slovákov žijúcich v zahraničí, uskutočnili takéto kreatívne dielne, zamerané na tradičné umenie severného Spiša – maľbu na skle a spišskú výšivku na krojoch. Pod vedením skúsených lektoriek sa deti preniesli do umeleckého sveta svojich starých rodičov, ktorý charakterizoval celé generácie Slovákov žijúcich v oblasti Zamaguria.

Maľovanie na skle

Maľba na skle patrila v minulosti medzi typické výtvarné prejavy obyvateľov severného Spiša a aj preto na predmetných tvorivých dielňach nemohla chýbať. Lektorka deťom priblížila pôvod tejto techniky, ktorá sa v podtatranských dedinkách zakorenila najmä v religióznom prostredí. Obrázky s náboženskou tematikou maľované na skle bývali neoddeliteľnou súčasťou slovenských domácností.

Deti sa naučili základný postup maľovania, buď na predkreslených predlohách alebo na vlastných obrázkoch. Tvorenie prebiehalo v radostnej, už takmer predsviatočnej atmosfére, ktorú sprevádzali otázky, smiech a výkriky pri objavovaní výsledného efektu. Na skle sa objavovali motívy vianočných stromčekov, anjelov, betlehemcov, Mikuláša, ale aj zamagurskej fauny a flóry, ornamentov, ľudí v krojoch, ľudových hudobníkov, rôznych magických postavičiek, či učupených dreveničiek.

Výsledné obrazy poputujú do krajanských domácností a ešte predtým ich však môžete vzhliadnuť na výstave, ktorá je prístupná na stenách výstavnej siene v Centre slovenskej kultúry v Novej Belej.

Tradičná výšivka

Ďalšie tvorivé dielne boli zamerané na tradičnú spišskú výšivku. Deti objavovali symboliku ľudových motívov charakteristických pre obce Nová Belá a Krempachy. Pod









eprasa.pl 5435d5efa8







odborným okom skúsenej lektorky sa zoznámili so základnými stehmi a technikami, ktoré boli ešte pred niekoľkými desaťročiami bežnou súčasťou každodenného života zamagurských žien.

Lektorka spoločne s vedúcou klubovne ich viedli krok za krokom: od navliekania ihly, cez pochopenie jednoduchých stehov, až po vytváranie malých ornamentov inšpirovaných tradičnými spišskými motívmi. Hoci pre mnohé deti išlo o prvé stretnutie s ihlou a niťou, prekvapila ich trpezlivosť aj nadšenie.

Postupne sa pod ich rukami rodili prvé geometrické tvary, retiazky, krížiky, hviezdičky, kvietky, srdiečka, či drobné špirálky, ktoré zdobia tradičné novobeľské a krempašské kroje.

Výšivka sa ukázala nielen ako zručnosť, ale aj ako spôsob rozprávania príbehov. Každý vzor má svoju symboliku a každý steh je malým odkazom minulosti. Deti sa dozvedeli aj to, že tradičné kroje neboli len o kráse, ale tiež o identite – vyjadrovali príslušnosť k obci, rodine i kultúrnemu dedičstvu.





Tradícia deťmi oživená

Tvorivé dielne ukázali, že tradičné umenie má stále svoje miesto aj v dnešnom modernom svete. Pre mladých účastníkov to nebola len aktivita na voľný čas, ale predovšetkým dotyk s koreňmi, ktoré formovali identitu slovenskej komunity v Novej Belej a regióne severného Spiša. Deti odchádzali domov s vlastnoručne vytvorenými umeleckými dielami, ale aj s novými poznatkami a hrdosťou na svoje kultúrne dedičstvo, ktoré sprevádzalo život obyvateľov Zamaguria po celé generácie.

Týmto podujatím opäť ožila tradícia, ktorá vďaka prítomnosti detí dostala novú energiu, nový zmysel a nádej do ďalších rokov. ■



eprasa.pl 5435d5efa8

Oravskí kováči v Novej Belej

Dňa 16. novembra ožila výstavná sieň Centra slovenskej kultúry v Novej Belej symbolicky ohňom, železom i ťažkou prácou kováčskych majstrov. Podobu tradičného kováčskeho remesla na Orave z vybraných lokalít cez viaceré generácie zručných vyučených majstrov kováčov



a podkúvačov, ale aj samoukov – náturistov, za obdobie posledných sto rokov, priblížila výstava Oravského kultúrneho strediska pod názvom *Kováči na Orave*. Možno na nej vzhliadnuť výsledky výskumu Eleny Beňušovej, ktoré sú zároveň prístupné aj v rovnomennej publikácii. (mm-m)

Zima v Krempachoch

Koncom novembra zavítala na severný Spiš i hornú Oravu zima a biela snehová pokrývka sa rozprestrela po strechách, dvoroch, poliach, lúkach i lesoch našich dediniek. Do redakcie nám prišla aj táto fotografia zasnežených



Foto: Anka Krištofeková

Krempách, ktorá zachytáva prvé dni tohtoročnej zimy v jej tichej a pokojnej atmosfére. (mm-m)

Nácvik hry na husliach

Každý týždeň sa v spoločenskej sále Centra slovenskej kultúry v Novej Belej ozývajú tóny huslí, ktoré vyludzujú mladí nádejní hudobníci pod vedením skúseného lektora, multiinštrumentalistu Andrzeja Budza. Pod jeho odborným vedením si deti, mládež i dospelí osvojujú základy hry, zlepšujú techniku a zoznamujú sa s tradičným repertoárom regiónu. (mm-m)



Projekt „Na bicykli okolo Tatier“

Predstavitelia gminy Jablonka podpísali 19. novembra v Žiline partnerskú zmluvu na realizáciu projektu „Na bicykli okolo Tatier – spoločné cyklistické trasy“. Na jeho základe bude v rámci programu Interreg Poľsko – Slovensko 2021-2027 zrekonštruovaná cesta v dĺžke približne dvoch



Foto: www.jablonka.pl

kilometrov od časti Chyžné - Homrzyska smerom k hranici so Slovenskom, odkiaľ bude pokračovať novovybudovaným úsekom v dĺžke približne štyri kilometre v údolí Čierneho Váhu. Projekt rozšíri sieť bezpečných cyklotrás spájajúcich regióny, turistické lokality i prírodné a kultúrne hodnoty poľsko-slovenského pohraničia. (gf)

Čaro Vianoc v Slovenskom dome v Podvlku

V Slovenskom dome v Podvlku sa v priebehu decembra konali viaceré tvorivé dielne, v priebehu ktorých účastníci tvorili vianočnú výzdobu, vyzdobovali vianočný stromček, tvorili vianočné pohľadnice a mali pri tom veľa zábavy a radosti. Pripravovali sa na spoločné predvianočné stretnutie spoznávaním slovenských vianočných piesní a kolied. Napokon mali ešte pred sebou pečenie medovníkov a ich vyzdobovanie i ďalšie pekné aktivity, ktorých sa nevedeli dočkať. (aj, foto: bb)





eprasa.pl 54[illegible]5efa8



10. Oravský Zbyrcok

Oravské kultúrne stredisko v Jablonke hostilo v dňoch 15. a 16. novembra jubilejný 10. ročník Oravského Zbyr-



Foto: www.jablonka.pl

coka. Je to sviatok oravskej hudby, zameraný najmä na pestovanie kultúrneho dedičstva tohto regiónu. Počas dvoch dní vystúpili na pódiu sólisti, inštrumentalisti, rozprávači a kapely. Organizátormi súťaže boli: vojt gminy Jablonka, Oravské kultúrne centrum v Jablonke a Malopoľské kultúrne centrum Sokół w Novom Sączi. (gf)

Noví záchranári v gmine Jablonka

Členovia jednotiek Dobrovoľných hasičských zborov z gminy Jablonka úspešne ukončili kvalifikačný kurz prvej pomoci, ktorý bol spolufinancovaný Malopoľským vojvodstvom. Vďaka tomu gmina získala 40 nových záchranárov,



Foto: www.jablonka.pl

ktorí sú pripravení poskytnúť účinnú pomoc v núdzových situáciách. Školenie bolo zamerané na komplexnú prípravu hasičov na poskytovanie odbornej prvej pomoci. Slávnostné ukončenie kurzu a odovzdanie certifikátov sa uskutočnilo 2. novembra tohto roku v hasičskej zbrojnici Dobrovoľného hasičského zboru v Podvlku. (gf)

Delegácia z Jablonky na návšteve v Rakúsku

V priebehu novembra navštívila delegácia z gminy Jablonka na čele s vojtom Stanisławom Kasprzakom a radnými podnik FCC Zistersdorf Waste Service GmbH v Rakúsku. Táto spoločnosť sa zameriava na výrobu energie z odpadu, pričom spracováva komunálny a priemyselný odpad, ktorý



Foto: www.jablonka.pl

nie je vhodný na recykláciu a transformuje ho na elektrinu a teplo. Je príkladom modernej a bezpečnej technológie, ktorá umožňuje súčasne podporovať lokálnu energetiku a minimalizovať dopad odpadu na životné prostredie. Návšteva bola príležitosťou dozvedieť sa o inovatívnych riešeniach používaných v podniku a ich potenciáli využitia v oblasti odpadového hospodárstva a ekológie. (gf)

„Cecyliada“ 2025 v Nedeci

Dňa 22. novembra sa v Kultúrnom stredisku v Nedeci konal ďalší ročník „Cecyliady“, ktorý zhromaždil cirkevné spevokoly pôsobiace pri farnostiach v okolitých obciach. Akcia sa uskutočňuje na pamiatku spomienky na sv. Cecíliu patrónku cirkevnej hudby. Zbory prezentujú rozličné cirkevné piesne a spolu svojím spevom a hudbou zvelebujú Boha. Tohto ročníka sa zhostilo šesť spevokolov. V rámci akcie si mohli zúčastnení overiť svoje poznatky z oblasti biblických dejín. Organizátormi akcie sú Farnosť sv. Bartolomeja v Nedeci a Gminné kultúrne stredisko v Nedeci. (aj, foto: www.niznelapsze.pl)



eprasa.pl 5435d5efa8



Poradu Života otvorila šéfredaktorka Agáta Jendžejčíková



Doručovatelia z Podvlku a Jablonky s terénnou redaktorkou Grażynou Falatovou a vedúcou Slovenských domov Boženou Bryjovou

Porada Života v Novej Belej

autor | Milica Majeriková-Molitoris
foto | M. Majeriková-Molitoris, A. Jendžejčíková

November už tradične patrí k mesiacom, kedy sa naša redakcia stretáva s krajanmi, aby sme sa porozprávali o tom, ako by mal jediný slovenský mesačník v Poľsku vyzerať, akým spôsobom by sa mal dostávať k čitateľom a čo by ste si chceli na jeho stránkach prečítať. Nebolo to ináč ani v tomto roku, pričom hostiteľom tohtoročnej porady Života, ktorá sa konala 16. novembra, bolo Centrum slovenskej kultúry v Novej Belej.

Pred samotným rokovaním sa krajania v hojnom počte zišli na svätej omši v slovenskom jazyku v novobeľskom kostole svätej Kataríny, ktorú celebroval miestny kňaz dp. Artur Gadocha. V chráme práve prebieha rekonštrukcia a aj táto otázka sa stala predmetom diskusie, keďže sa hovorí o možnej likvidácii tu existujúcich slovenských nápisov.

Po bohoslužobnom obrade sa krajania z rôznych kútov Spiša a Oravy presunuli do neďalekého Centra slovenskej kultúry, kde všetkým dobre padlo niečo na zahryznutie a taktiež teplý čaj a káva. Prítomných privítala šéfredaktorka časopisu Agáta Jendžejčíková, ktorá poďakovala doručovateľom za ich obetavú prácu pri distribúcii Života, generálnemu tajomníkovi Spolku Slovákov v Poľsku Ľudomírovi Molitorisovi za finančné zastrešenie činnosti redakcie i vydávania mesačníka, ako aj redaktorkám Milici Majerikovej-Molitoris a Grażyne Falatovej za ich prácu pri tvorbe periodika. Nezabudla tiež na riaditeľa CSK Jozefa Majerčaka a jeho tím, ktorí pripravili príjemné prostredie, v ktorom porada prebiehala a nechýbala ani minúta ticha za zosnulých krajanov, ktorí sa celý život angažovali v propagácii a doručovaní časopisu.

V pracovnej časti boli prítomní oboznámení s predplatným na budúci rok, ktoré sa zvýši o jeden zlotý na mesiac. Časopis si v jednotlivých spišských a oravských obciach možno predplatiť u doručovateľov, ktorým patrí veľká vďaka za ich nezištnú prácu pri doručovaní slovenského





Doručovatelia z Čiernej Hory, Repísk a Jurgova

Krajanky z Krempách pred začiatkom porady



eprasa.pl 5435d5efa8



Keď navštívite domácnosť, v ktorej uvidíte Život, viete, že ste medzi svojimi, uviedol vo svojom príhovore podpredseda ÚV SSP Dominik Surma



Generálny tajomník ÚV SSP Ľudomír Molitoris vyzdvihol význam Života pri vytváraní spoločnej komunity, riešení spoločných problémov a nastoľovaní dôležitých krajanských otázok

slova priamo do domácností. Život si samozrejme možno objednať taktiež prostredníctvom doručovania poštou, pričom týmto spôsobom putuje do rôznych miest a obcí po celom Poľsku, devätnástich vybraných poľských knižníc, na Slovensko, do Čiech, Rakúska, Maďarska, Srbska, Chorvátska, Rumunska, Nemecka, Kanady i USA.

možnosť zakúpenia darčekovej poukážky na predplatné Života, ktorú môžete podarovať svojím blízkym, napríklad na Vianoce, či k inému sviatku. V prípade záujmu o ňu kontaktujte našu redakciu.

Po pracovnej časti nasledovalo poďakovanie šéfredaktorky Života jednotlivým doručovateľom. Podobne ako v minulom roku najviac Životov putovalo do Krempách, kde je doručovateľkou krajanka Anna Surmová. Vysoké počty naďalej odoberajú tiež krajania v Novej Belej, kde im časopisy doručuje krajanka Eva Kačmarčíková, v Jurgove, kde má doručovanie na starosti krajanka Anna Mačičáková, v Kacvíne, kde do domácností putuje časopis vďaka krajankám Jozefíne Kromkovej i Anne Radeckej a v Čiernej Hore, kde si môžu Život každý mesiac prečítať vďaka krajanom Františkovi Mlynarčíkovi a Anne Kovalčíkovej. Jedi-



Redaktorka Milica Majeriková-Molitoris predstavila internetovú stránku www.zivot.pl

PREDPLATNÉ ČASOPISU ŽIVOT NA ROK 2026			
Miestne skupiny Spolku Slovákov v Poľsku	7,00 PLN 1,70 EUR	42,00 PLN 10,20 EUR	84,00 PLN 20,40 EUR
Prístup k platenému obsahu na stránke www.zivot.pl a formátu pdf	7,00 PLN 1,70 EUR	42,00 PLN 10,20 EUR	84,00 PLN 20,40 EUR
Vnútroštátna zásielka na území Poľska	12,60 PLN 2,90 EUR	75,60 PLN 17,40 EUR	151,20 PLN 38,80 EUR
Zahraničná zásielka na Slovensko	14,00 PLN 3,40 EUR	84,00 PLN 20,40 EUR	168,00 PLN 40,80 EUR
Zahraničná zásielka do Európy, vrátane Čiech	22,00 PLN 5,30 EUR	132,00 PLN 31,80 EUR	264,00 PLN 63,60 EUR
Zahraničná zásielka do USA a Kanady	23,00 PLN 5,50 EUR	138,00 PLN 33,00 EUR	276,00 PLN 66,00 EUR

Už vyše roka funguje s finančnou podporou Úradu pre Slovákov žijúcich v zahraničí taktiež naša internetová stránka www.zivot.pl, na ktorej po zaplatení predplatného možno čítať v elektronickej podobe nielen samotný časopis a jednotlivé články, ale ako bonus prináša všetky výdobytky digitálneho sveta a umelej inteligencie. Súčasťou je tiež archív s výtlačkami Života a kalendárov od roku 2015 až do súčasnosti. Je tu možné zároveň uhradiť ktorúkoľvek formu predplatného. Súčasťou stránky je bezplatný infoservis, prinášajúci pozvánky na podujatia, prihlášky na súťaže, kurzy slovenského jazyka, aktuálny kurz poľského zlotého k euru a iné užitočné informácie.

Elektronickú verziu Života si možno objednať taktiež na portáli www.eprasa.pl. Kúpiť si jednotlivé čísla je možné i v centrále Spolku Slovákov v Krakove a v našom elektronickom obchode na stránke www.tsp.org.pl. Nechýba ani

ný slovenský časopis v Poľsku prichádza každý mesiac aj do ďalších krajanských domácností na Spiši. Vo Fridmane vďaka krajanovi Jozefovi Plevovi, v Nedeci vďaka krajanom Irene a Emilovi Neupauerovcom a Haline Milaniakovej, vo Vyšných Lapšoch vďaka krajanke Dorote Mošovej, v Repiskách vďaka krajanom Genovéve Jurgovianovej a Jánovi Solusovi, v Tribši vďaka krajanke Márii Kačmarčíkovej, v Nižných Lapšoch vďaka krajanovi Jozefovi Timekovi, vo Falštíne vďaka krajanke Anne Klimčákovej a v Nedeci-Zámku vďaka krajanovi Augustínovi Findurovi.

Na Orave najviac Životov putuje do Podvlku, kde ich do slovenských rodín doručujú krajania Genovéva a Eduard Prilinskí. Život si záujemcovia môžu prečítať aj v Chyžnom, kde má jeho doručovanie na starosti krajan Karol Fula, v Jablonke, kde im ho doručí krajan Ján Bašisty, či v Orávke, kde sa dostane do rodín vďaka krajanom Žofii a Antonovi Fifanským. V Pekelníku čitatelia čítajú Život vďaka kra-

eprasa.pl 5435d5efa8



Dobre naladení krajania zo Spiša

janom Márii Jazovskej a Česlavovi Stefkovi, v jednotlivých častiach Veľkej Lipnice vďaka krajanom Eugenovi Michaľakovi, Małgorzate Bandykovej a Lucii Kościelakovej, v Podsrní vďaka krajanke Augustíne Laciakovej, v Podsklí vďaka krajanke Štefánii Pytelovej, v Harkabúze vďaka krajanke Helene Sączekovej, v Dolnej Zubrici vďaka krajanovi Kazimírovi Jędraszczakovi a v Hornej Zubrici vďaka krajanke Márii Pawlakovej.

Záver tohtoročnej porady Života patril diskusii, v ktorej sa k prítomným prihovoril generálny tajomník Spolku Slovákov v Poľsku Ľudomír Molitoris. Vo svojej reči ocenil prácu všetkých krajanov, podieľajúcich sa akýmkoľvek spôsobom na tvorbe, propagácii a distribúcii časopisu Život, ktorý je veľmi potrebný nielen pri odovzdávaní jazykových zručností, ale aj pri vytváraní spoločnej komunity, riešení spoločných problémov a nastoľovaní dôležitých krajanských otázok. Zároveň poďakoval redakcii aj za značné angažovanie sa pri podávaní a vyúčtovávaní projektov, či organizácii podujatí.

Slova sa ujal tiež podpredseda Spolku Slovákov v Poľsku Dominik Surma, ktorý pogratuloval redakcii k obsahovej i formálnej stránke časopisu. – *Kedysi bolo v našom hnutí populárne heslo Život s krajanmi – krajania so Životom. A neboli to len prázdne slová, akých v tamtých časoch bolo veľa. Oné napĺňali podstatu existencie časopisu. Bez krajanov, by sa časopis neudržal. Krajania Život predplácajú, krajania ho roznášajú a krajania ho čítajú. Keď navštívite domácnosť, v ktorej uvidíte Život, viete, že ste medzi svojimi.*

Zároveň ocenil prácu všetkých, ktorí sa podieľajú na jeho propagácii, zberateľov predplatného a zároveň doručovateľov na našich dedinkách. – *Je to veľmi chvályhodná a obetavá činnosť. Zaslúži si našu celoživotnú úctu*, uviedol. – *Všetkým vám ďakujem za prácu a aktivity na roli národa dedičnej. Držme sa a vzájomne sa podporujme. Naša slovenská menšina prežila už sto rokov v Poľsku, a to napriek popieraniu našej slovenskej národnosti, napriek presviedčaniu a boju o poľskosť tohto územia. A ten boj sa uskutočňuje na všetkých úrovniach – v škôlke, v škole, v kostole, v úrade, ale aj vo všelijakých organizáciách, ktoré pôsobia nielen na Orave a Spiši. Držme sa, buďme hodní dôvery našich otcov a dedov, ktorí nám nechali svoje presvedčenie, slovenskosť, dodal na záver.*



Do diskusie sa zapojili aj ďalší krajania, ktorí ocenili obsahovú stránku i grafickú úroveň časopisu, pričom sa jednoznačne vyjadrili za takúto tlačenú verziu. Padol návrh na vytvorenie rubriky zo života miestnych skupín, čomu sme samozrejme otvorení, avšak potrebujeme vašu pomoc, aby ste nám do redakcie zasielali fotografie s krátkym popisom udalostí. Hovorilo sa tiež o narastajúcej tendencii likvidácie slovenských nápisov a pamiatok vo viacerých spišských a oravských obciach. Vzhľadom na túto situáciu vás taktiež prosíme, aby ste ich dokumentovali a posielali nám do redakcie.

Diskusné príspevky uzavreli oficiálnu časť tohtoročnej porady Života a neformálne debaty pokračovali počas chutného obeda, ktorý navarili krajania Cervásovci z Novej Belej i po otvorení výstavy *Kováči na Orave*, ktorá bola k nahliadnutiu vo výstavnej sieni Centra slovenskej kultúry.

Tohtoročná porada opäť potvrdila, že sila nášho mesačníka nespočíva iba v práci redakcie, ale predovšetkým v odhodlaní a spolupatričnosti krajanov na Spiši, Orave i ďalších kútoch Poľska. Vďaka vášmu záujmu, podpore a živej spätnej väzbe môže Život plniť svoje poslanie – spájať komunitu, posilňovať slovenskú identitu a zachytávať naše každodenné zápasy i radosti. ■







Do diskusie sa zapojili viacerí krajania



eprasa.pl 5435d5efa8

ŽIVOT SA DO VAŠICH DOMÁCNOSTÍ DOSTÁVA
AJ VĎAKA DORUČOVATEĽOM ZO SPIŠA A ORAVY


Anna Kovalčíková
v Čiernej Hore


Anna Mačičáková
v Jurgove


Anna Radecka
v Kacvíne


Eva Kačmarčíková
v Novej Belej


František Mlynarčík
v Čiernej Hore


Kazimír Jędraszczak
v Dolnej Zubrici


Anna a František Surmovci v Krempachoch


Genovéva a Eduard Prilinskí v Podvlku


Žofia a Anton Fifanskí v Orávke


Ján Solus v Repiskách
Grocholovom Potkou


Ján Bašisty v Jablonke


Mária Kačmarčíková v Tribši


Jozef Pleva vo Fridmane


Emil Neupauer v Nedeci


Genoveva Jurgovianová
v Repiskách Bryjovom Potkou

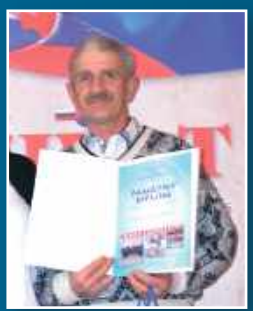

Mária Jazovská v Pekelníku


Halina Milaniaková
v Nedeci


Augustína Laciaková
v Podsrní


Karol Fula
v Chyžnom


Augustín Findura
v Nedeci-Zámku


Česlav Stefko
v Pekelníku


Anna Klimčaková
v Falštíne


Štefánia Pytelová
v Podskli


Malgorzata Bandyková
vo Veľkej Lipnici Prívarovke


Lucia Kościelaková
vo Veľkej Lipnici Skočikoch


Dorota Mošová
vo Vyšných Lapšoch

eprasa.pl 5435d5efa8

Generálny tajomník NATO na Slovensku

V novembri navštívil Slovensko generálny tajomník NATO Mark Rutte. Počas pracovnej návštevy rokoval so slovenským premiérom Róbertom Ficom, pričom hlavnými témami boli tempo a štruktúra vojenských výdavkov



Slovenska, posilnenie protivzdušnej obrany, ako aj aktuálna situácia na Ukrajine. (mm-m)

Slovensko-Čiernohorská spolupráca



Koncom novembra pricestoval na Slovensko aj podpredseda vlády pre zahraničné a európske záležitosti Čiernej Hory Filip Ivanovič, ktorý sa stretol s ministrom zahraničných vecí a európskych záležitostí Slovenskej republiky Jurajom Blanárom i slovenskými podnikateľmi. Počas rokovaní sa zamerali na bilaterálne vzťahy a možnosti ich prehĺbenia najmä v hospodárskej oblasti, podporu integrácie Čiernej Hory do Európskej únie, či vývoj na západnom Balkáne, Európe a transatlantických vzťahoch. (mm-m)

Demisia podpredsedu vlády pre plán obnovy



V druhej dekáde novembra sa objavili podozrenia ohľadom prideľovania dotácií na výskum z plánu obnovy v hodnote 230 miliónov eur ľuďom blízkym jednej z koaličných politických strán. Premiér SR Róbert Fico vyzval podpredsedu vlády pre plán obnovy Petra Kmeca (na obrázku) na demisiu. Ten sa následne svojej funkcie vzdal. Prezident SR Peter Pellegrini demisiu prijal, pričom vedením úradu dočasne poveril ministra školstva, výskumu, vývoja a mládeže Tomáša Druckera. (mm-m)



Výjazdové zasadnutie vo Svidníku

V novembri slovenská vláda pokračovala vo svojich výjazdových rokovaniach v regiónoch. Tentokrát sa zišla v obci Vyšný Orlík na severovýchode Slovenska, kde sa zamerala na problémy okresov Svidník, Stropkov a Medzilaborce. Uznesením podporila viac ako 140 projektov v každej obci z vyššie uvedených okresov. (mm-m)

Valné zhromaždenie Matice slovenskej

Začiatkom novembra sa uskutočnilo v Poprade Valné zhromaždenie Matice slovenskej, ktorého sa zúčastnilo 358 delegátov z celého Slovenska a takmer sto ďalších



hostí. Za predsedu najstaršej celonárodnej slovenskej ustanovizne bol zvolený opätovne Marián Gešper (na obrázku), pričom do jej výboru zasadne ďalších 28 novozvolených členov. (mm-m)

Zrážka vlakov pri Pezinku

Dňa 9. novembra došlo ku čelnej zrážke dvoch osobných vlakov Železničnej spoločnosti Slovensko medzi stanicami Pezinok a Svätý Jur. Príčinou malo byť zlyhanie ľudského faktora, keď jeden z rušňovodičov nerešpektoval červené svetlo – signalizáciu „Stoj!“. Pri nehode sa zranilo takmer 80 ľudí, ktorí boli odvezení do okolitých nemocníc a v súčasnosti sú štátom aj finančne odškodňovaní. Keď-

eprasa.pl 5435d5efa8



že ide už o druhú železničnú nehodu v krátkom časovom úseku, minister dopravy Jozef Ráž ponúkol svoju demisiu slovenskému premiérovi, ktorý ju však neprijal. Návrh na odvolanie ministra podala aj opozícia. (mm-m)

Spomienkové akcie i protesty

Dňa 17. novembra si štátny sviatok Slovenskej republiky Deň boja za slobodu a demokraciu pripomenuli vo



viacerých slovenských mestách pietnymi spomienkovými akciami, diskusiami, či zhromaždeniami. Konali sa tiež opozičné protestné zhromaždenia, na ktorých zúčastnení volali po politickej zmene. (mm-m)

Rýchlostná cesta R2

V novembri bol otvorený ďalší úsek rýchlostnej cesty R2 v oblasti Kriváň – Mýtna, ktorý výrazne odbremení miestne obce od kamiónovej prepravy a zároveň prispeje k bezpečnosti dopravy. Mal by byť taktiež jedným zo stimulov na podporu rastu ekonomiky a zamestnanosti v regióne Novohradu. (mm-m)



Z Bratislavy do Košíc za necelú hodinu

V novembri bolo spustené letecké spojenie medzi Bratislavou a Košicami, ktoré sa bude realizovať deväťkrát v týždni v oboch smeroch. Let trvá necelých 50 minút, pričom letenka stojí okolo 70 eur. (mm-m)

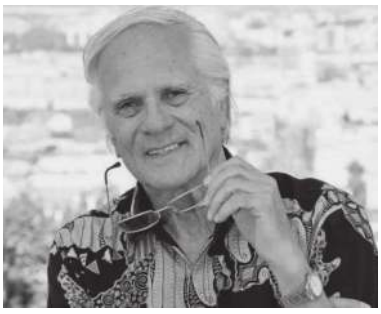


Skladba slovenského jazyka



Tak znie názov syntetického diela renomovaného slovenského jazykovedca a univerzitného pedagóga prof. Jána Kačalu, ktoré komplexne opisuje a vysvetľuje skladobný systém kultivovanej a kodifikovanej podoby slovenského jazyka. V novembri bola *Skladba slovenského jazyka* oficiálne zaradená medzi kodifikačné príručky, pričom pre záujemcov je k dispozícii i v našej spolkovej knižnici. (mm-m)

Do novinárskeho neba odišiel Ľudovít Števko



Vo veku 85 rokov odišiel do večnosti 4. novembra zakladajúci člen Slovenskej asociácie novinárov, bývalý dlhoročný pracovník Slovenskej televízie, autor dokumentárnych filmov a televíznych programov pre deti a mládež, novinár, spisovateľ, publicista a ilustrátor Ľudovít Števko. Publikoval na stránkach viacerých slovenských médií, pričom v niekoľkých reportážach reflektoval aj problematiku Slovákov v Poľsku. Ako autor, či spoluautor vydal tiež niekoľko kníh a za publicistickú činnosť získal viacero novinárskych ocenení. (mm-m)

eprasa.sk 5435d5efa8

Adela Vojtušová

Didaktická metóda prekonávania hanblivosti I.

Lauru 2.0 sme zvesili zo steny a roztrhali ju na márne kúsky. Presnejšie, profesorka Haverová ju strhla s pomocou dvadsiatich dvoch rúk mojich spolužiakov. Moje prsty boli tiež pripravené na hrane baliaceho papiera, poslednýkrát ohmatávali hladkú popísanú plochu. Nedokázal som však urobiť ten ťah, ktorý by prispel k Laurinmu zničeniu, preto som v potrebnom momente spoločného snaženia ruku nenápadne stiahol a urobil som krok vzad. Aj mimo hlúčika spolužiakov som však dokonalo počul každý uniknutý chichot, ktorý zaznel pri definitívnom ničiacom trhnutí. O chvíľu sa na parketách povaľovali farebné zdrapy. Prst, kúsok trička, žltý odkaz, modrý odkaz, neurčitá časť obočia, vyšrafované srdiečka... Učiteľka a spolužiaci sa svorne pozreli na ten katastrofický neporiadok, ale nikto sa nezdal otrasený. Bože, veď ani ja som nesmel byť. Kto už je len zničený roztrhaním baliaceho papiera?!

Veď to bol celé hlúpy nápad. Haverová prišla do triedy s rolkou papiera pod pazuchou a ja som štuchol do Martina sediaceho vedľa mňa. Martin II., ktorý bol na hone za priemerom 1,0 šiel za učiteľkou zavrieť dvere.

„Pozri, ďalšia inovatívna metóda," zašepkal som a Martin veľavravne prevrátil očami.

„Myslíš, že budeme písať báseň v nadživotnej veľkosti?"

„Možno tam budeme musieť napísať všetky dôvody, pre ktoré je literatúra dôležitá," navrhol som ja.

„To tam radšej napíšem všetky dôvody, prečo je literatúra chujovina."

„Pf, na to by ten papier nestačil," odpovedal som pohotovo, aj keď to bola bolestivá lož. Mal som v mobile rozpočúvaného Grófa Monte Christa a v ruksaku rozčítaného Zaklínača, ale to predsa Martin vedieť nemusel. Nemohol som predsa počas prvých týždňov školy priznať, že vždy čítam naraz aspoň dve knihy. Hral som hru na to, že Haverovej láska k literatúre je trápna, a tak som sa postavil aj k baliacemu papieru potrebnému na neurčité dôvody.

„Martin III., Martin I., boli by ste takí dobrí a počúvali?" poznamenala profesorka, takže som sa od Martina odtiahol a ospravedlňujúco sa usmial. Napadlo mi, že by bolo jednoduchšie keby ma volala Maťo, ale očividne si strašne užívala, že prišla s tým nápadom číslovania, takže som jej do toho neskákal.

„Fajn. Včera som sa začítala do didaktickej príručky a našla som tam skvelý nápad na inovatívnu metódu..."

Martin do mňa štuchol a ja som mal čo robiť, aby som nevyprskol.

„Takže na papier obkreslíme jedného z vás a potom mu vy dokreslíte ostatné atribúty. Bolo by fajn, keby mal čosi z každého z vás."

„A prečo?" spýtal sa Kiko, čo sa mohlo javiť ako drzé, no Haverová také otázky len oceňovala. „Kritické myslenie je základ!" počul som ju v hlave.

„Budeme tú postavu mať pár týždňov na stene. Budete jej písať odkazy. Preferovala by som, keby boli o literatúre. Nemusia však byť. Môžete jej napísať niečo, čo ste nestihli povedať na hodine. Alebo niečo, čo vás na hodine zaujalo. Niečo, čo nechápete, alebo niečo, čo naopak chápete tak dobre, že ste pyšní." Odmlčala sa a urobila gesto, ktoré znamenalo, že sa máme pýtať. Žiadne otázky však neprišli. Niežeby to dávalo zmysel, ale aspoň to neznelo tak ťažko ako keď od nás chcela na počkanie strofu reflexívnej lyriky.

„...myslela som, že by sme mohli obkresliť Lauru," počul som Haverovú hútať a mimovoľne som strelil pohľadom k miestu spomínanej. Za ten mesiac aj čosi si moje oči tú cestu zautomatizovali. Vedel som dopredu, že po oslovení trošku zakloní hlavu a blond vlasy sa jej pritom otrú o chrbát. Prižmúri oči za okuliarmi a milo sa pousmeje. To všetko spravila, ale navyše sa trochu začervenala.

„Mňa?" spýtala sa s drobným odtienkom neviery.

„Čoby nie. Ideme na to?" učiteľka jej ukázala, nech príde dopredu a vyzvala jej spolusediacu Anku, aby ju prišla obkresliť. Ďalšie dve spolužiačky držali rozprestretý papier a zvyšok triedy šumel vzrušením a zachechtaniami. Bola to pre nich len dosť príjemne zabitá slovenčina. Pre mňa to bolo oprávnené zízanie na nesmelo sa smejúcu Lauru. S tou hodinou nemohol byť nikto nespokojný.



Ilustračné foto: zdroj internet

eprasa.pl 5435d5efa8



Ilustračné foto: zdroj internet

Následne sme skutočne dokresľovali atribúty zvyšku triedy na Laurin obrys. Sedeli sme v hlúčikoch pred tabuľou a dohadovali sa, čo kto pridá.

„Musí mať Janovu šiltovku!“

„Lenkine nohavice!“

„Jednu tenisku ako Juraj a druhú ako Martin II.“

Šlo to tak hladko, že Haverová si zaľúbene povzdychla. Málokedy sme dobrovoľne spolupracovali. Na inovatívnej metóde tobôž.

„Čo bude mať od Martina III.?“ spýtala sa Anka a na chvíľu ostalo ticho. Laura na papieri už mala v podstate všetko, od každého čosi, len ja som jej nedal nič. Vďačil som za to snahe vybudovať si persónu opradenú tajomstvami. Veď lepšie ako povedať, že som knihomoľ s tajným účtom na Goodreads. Chcel som povedať, nech okolo nej nakreslia tmavú hmlu, ale Martin ma predbehol.

„Slúchadlá,“ vykríkol, a bol to o dosť lepší nápad ako ten môj. Chytil sa toho a zručne domaľoval Laure štýlové airpody.

„Sekne jej to, čo počúva? Laura, čo zvyčajne počúvaš ty?“ Chcel som Haverovej povedať, nech mi nekazí ilúzie, lebo v mojich predstavách počúvala nejakú knihu, ale to som si, samozrejme, nedovolil. Laura len pokrčila plecami.

Postava bola hotová, tak sme ju prilepili na stenu a Haverová každému ako úlohu do konca hodiny zadala napísať jej odkaz.

„Maco Mlieč bol v komunizme zle interpretovaný ako poviedka o vykorisťovaní,“ napísal som, lebo ma ten fakt na poslednej hodine dosť zaskočil. A zdalo sa mi to perfektne neosobné. Najradšej by som totiž Laure 2.0 napísal, že jej pôvodná verzia sa mi neskutočne páči. A to od momentu, čo pri zoznamovaní sa na prvej hodine angličtiny hovorila o svojej mačke viac ako o sebe. Aj jej Instagram bol plný mačky, až potom jej milej krásnej tváre. Rád by som povedal, že ho nestalkujem minimálne dvakrát do dňa, ale klamal by som len samého seba.

Podobne neosobné odkazy som obrazu na stene písal každý deň, hoci všeobecné nadšenie triedy už dávno opadlo. Laura 2.0 zovšednela a takmer nikto jej nevenoval pozornosť, až kým Haverová nepoznamenala, že k nej pribudlo málo odkazov. Vtedy si každý vymyslel niečo generické a splnil si povinnosť.

Nad utorkovým odkazom som premýšľal v rade, ktorý stál pred bufetom. V posledné dni sme nemali literatúru, ale gramatiku. To ma ukrutne nudilo a zdalo sa mi trápne vylievať na papier, že neviem riadne napísať životopis.

„Čauko,“ ozvalo sa mi za chrbtom. Pootočil som sa a rovno som sa žiarivo usmial, pretože ma uši neklamali a bola to skutočne Laura. Výnimočne bez Anky.

„Videl si toho štvrtáka, čo sa predbehol?“ vzdychla.

„Uhm,“ prikývol som. „Ale nechcem ho súdiť, keď prežijem vyše tri roky v tomto pekle, tiež sa budem predbiehať.“ Zasmiala sa, z čoho mi kolená vypovedali službu a žalúdok urobil zo dve-tri saltá.

„Čo si ideš kúpiť?“ spýtala sa nenútene a ja som bol vďačný za to nadhodenie témy, lebo mozog mi skratoval ešte viac ako pri tom hlúpom životopise.

„Len vodu, zabudol som si fľašu. Ty?“

„Kávu. Mala som dnes len jednu.“ Demonštratívne zívla.

„Je pol desiatej.“

„Veď práve,“ rozhodila rukami nespokojne a ja som sa zasmial. Vtedy sme sa dostali na rad a ja som ju rýchlo predbehol v diktovaní objednávky.

„Neperlivú minerálku a kávu.“

„Akú kávu?“ otrávene nadvihla obočie bufetárka.

„Čiernu, bez cukru a bez mlieka,“ upresnila Laura. „A to si nemusel,“ zamrmlala mojim smerom.

„Ale prosím ťa,“ mávol som rukou. „Koľko ich denne vypiješ?“

„Päť? Ako kedy,“ pokrčila plecom. Počkal som, kým jej ju bufetárka nepodala v papierovom pohári a spoločne sme šli do triedy. Rozprávalo sa s ňou celkom jednoducho. Možno preto, že som si tie rozhovory nacvičoval každý deň. Minimálne som sa ani raz nezakoktal a nejavilo sa, že by Laura chcela zdrhnúť.

„Toľko kávy pijú väčšinou umelci,“ poznamenal som, aby reč nestála.

„Ak sa chabé brnkanie do gitary ráta ako umenie, potom to sedí.“

Pokračovanie v nasledujúcom čísle.

VOJTUŠOVÁ, A.: Didaktická metóda prekonávania hanblivosti. In: *Mladá slovenská poviedka 2023. Zborník literárnych prác celoštátnej súťaže mladých autorov*. Dolný Kubín : Oravské kultúrne stredisko, 2023, s. 83-87.

eprasa.pl 5435d5efa8

Aktivity Slovenského inštitútu vo Varšave

Prezentácia renomovaného poľského odborného časopisu s prekladmi literárnych textov slovenských a maďarských autorov

V utorok 4. novembra 2025 sa v priestoroch Maďarského kultúrneho inštitútu vo Varšave uskutočnila prezentácia najnovšieho vydania renomovaného poľského časopisu ,,Svetová literatúra“, s poľskými prekladmi literárnych textov slovenských a maďarských spisovateľov. Tvorbu jednotlivých autorov (Ján Johanides, Mikuláš Kováč, Gejza Vámoš,



resp. P. Hajnóczy, P. Lengyel, P. Nádas) v diskusii s redaktorkou prestížneho odborného dvojmesačníka Karolinou Wilamowskou predstavili významná poľská slovakistka, vysokoškolská pedagogička, prekladateľka a literárna vedkyňa prof. Joanna Goszczyńska a prof. Zoltán Németh z Katedry hungaristiky Varšavskej univerzity. V následnej diskusii so zástupcami varšavskej odbornej i laickej verejnosti o.i. zazneli aj informácie o najvýraznejších súčasných autoroch oboch literatúr, ako aj o najzaujímavejších prekladoch diel slovenských/maďarských spisovateľov do poľštiny. Podujatie zorganizovali Maďarský kultúrny inštitút a Slovenský inštitút vo Varšave, v spolupráci s redakciou časopisu ,,Svetová literatúra“ a odbornými pracoviskami slavistiky i hungaristiky Varšavskej univerzity. (Monika Kalinowska)

Prezentácia výstavy ,,Záznamy z osobného zápisníka”

V galérii Slovenského inštitútu vo Varšave sa 6. novembra 2025 uskutočnila vernisáž výstavy Jaroslava Horečného pod názvom ,,Záznamy z osobného zápisníka“, ktorá je umeleckým prierezom jeho doterajšej fotografickej tvorby. Autor sa fotografii venuje od polovice 70-tych rokov - najskôr to boli čiernobiele zátišia, fotogramy (fotografie vzniknuté priamym pôsobením svetla na objekty položené na svetlocitlivý papier) a podobné experimentovanie s netradičnými technikami (odlišovalo ho to od vtedajšieho ,,dobového umeleckého prúdu“), neskôr sa jeho tvorba posunula k realistickému zobrazeniu prírody, ale aj dedinského i mestského prostredia, pričom prešiel z čiernobielej na farebnú fotografiu. Príjemným spestrením podujatia bolo hudobné



vystúpenie Pavla Hammela, dlhoročného priateľa autora výstavy, ktorý zabezpečil pobyt významného slovenského umelca vo Varšave. Výstava sa v zaplnenej galérii inštitútu stretla s pozitívnym ohlasom varšavskej odbornej i laickej verejnosti, čoho dôkazom boli mnohé neformálne rozhovory návštevníkov vernisáže s autorom, prebiehajúce aj takmer hodinu po ukončení jej oficiálnej časti. (Ľudmila Miller)

Diskusné stretnutie so slovenským básnikom a prekladateľom

V utorok 18. novembra 2025 sa v priestoroch Fakulty humanitných vied Sliezskej univerzity v Katoviciach uskutočnilo ďalšie diskusné stretnutie v rámci dlhodobého projektu ,,Dva jazyky, jeden význam“. Súčasní študenti a absolventi slovakistiky, bohemistiky, ako aj ďalších slovanských jazykov, pedagógovia univerzity i ďalší pozvaní hostia tentoraz o súčasnej slovenskej literárnej tvorbe a jej prekladoch do poľštiny diskutovali s básnikom, literárnym vedcom a prekladateľom Mariánom Milčákom. Projekt ,,Dva jazyky, jeden význam“ v prebiehajúcom akademickom roku organizuje lektorát slovenského jazyka Sliezskej univerzity v spolupráci so Slovenským inštitútom vo Varšave. (Ľudmila Miller)

Prednáška na Varšavskej univerzite o udalostiach roku 1989 na Slovensku

V pondelok 24. novembra 2025 sa v priestoroch Inštitútu západnej a južnej slavistiky Varšavskej univerzity uskutočnila prednáška riaditeľa Slovenského inštitútu vo Varšave Milana Novotného ,,Slovenskí vysokoškoláci na ceste ku slobode v roku 1989“. Vtedajší poslucháč Filozofickej fakulty Univerzity Komenského v Bratislave, prostredníctvom prezentácie dobových dokumentov, fotografií a osobných spomienok, poľským pedagógom i študentom slovenského a českého jazyka Varšavskej univerzity priblížil prípravu, priebeh a význam udalostí na bratislavskej FF UK, ktorej poslucháči stáli pri zrode slovenského vysokoškolského štrajkového hnutia v novembri 1989. Súčasní vyučujúci i študenti prejavili záujem o danú problematiku kladením fundovaných otázok v následnej, takmer hodinovej diskusii. Podujatie zorganizoval SI Varšava v spolupráci s lektorátmi slovenského a českého jazyka Varšavskej univerzity. (Monika Kalinowska)



eprasa.pl 54



Zápisník včelára – december

autor | Inga Majeriková

A opäť tu máme december! Mesiac, ktorý je na včelnici charakterizovaný pokojom. Včielky prežívajú v tzv. zimnom chumáči, kde udržujú optimálnu teplotu, pričom medzi základné podmienky úspešného zvládnutia tohto obdobia patria: dostatok zásob, vzduchu, obmedzenie nežiaducej vlhkosti a akýchkoľvek rušivých vplyvov na minimum. Prioritnou úlohou včelára v poslednom mesiaci v roku je zabezpečiť obyvateľkám úľa nerušený odpočinok. Aj napriek uvedenému konštatovaniu však zodpovedný včelár predsa len nenechá svoje včielky úplne bez dozoru, avšak prehliadky vykonáva len zvonku. Priebežne kontroluje, či sa do úľov nedostali škodcovia (hlodavce, piskory atď.). Na ich prítomnosť poukazujú napríklad hrubé šupiny z plástov, rozhryzené včely alebo včely s vyhryzeným bruškom a hruďou či lístie na podmetovej podložke.



Podmetová podložka s vyžratými plástami a rámikmi (zdroj: www.mojevcely.eu)

Podľa umiestnenia meliva a počtu melivových pásikov na podložke sa môže dedukovať aj aktuálny stav včelstva. Je vhodné sledovať na nej aj spad klieštika, aby bolo možné v prípade potreby včas zakročiť. Mnohí včelári práve v decembri dokončujú poslednú fázu liečenia klieštikovitosti, najčastejšie aerosolom, iní zase využívajú kyselinu šťavelovú (odparovanie alebo kvapkaciu metódu). Toto liečenie je možné vykonať len pri plusových teplotách, resp. pri teplote dosahujúcej minimálne + 5°C. Tento zásah je účinný, nakoľko sa vo včelstve v decembri už nenachádza plod a klieštiky parazitujú na dospelých včelách. Po poslednom ošetrení, zvyčajne po cca 2 týždňoch, opätovne skontrolujeme a vyčistíme podmetové podložky, ktoré následne vložíme späť na obdobie jedného mesiaca.

Pri nepriaznivom chladnom počasí včelár čistí letáče od snehu či ľadu, v teplejšom zase od včelích mŕtvoliek. Už pri teplote + 6°C totiž včely zvyšujú svoje čistiace aktivity, ale ešte nevynášajú mŕtvoly von z úľa a nechávajú ich len na letáči. Samozrejme včelár nezabúda ani na zvukovú kontrolu každých 14-21 dní, či už pomocou fonendoskopu alebo klasického odposluchu cez stenu úľa. Keď sú včely ticho, jemne zaklope na úľ. Zvyčajne krátko zahučia a následne sa upokoja. V prípade, že im chýba matka, hučanie je intenzívne a dlhotrvajúce, resp. neprestáva. Keď je zvuk slabučký, môže to signalizovať aj nedostatok zásob.



Liečenie aerosolom (zdroj: www.past.slspo.sk)

V decembri sa väčšina včelárov venuje aj dielenským prácam – opravuje rámiky, vyrába alebo doplňuje medzistienky, dezinfikuje nadstavky, kontroluje a čistí medomed a iné nástroje, prípadne dokúpi potrebné vybavenie. Niektorí tavia voštiny, čistia vosk, vyrábajú medzistienky alebo sviečky. Samozrejme tento mesiac je ideálny aj na bilanciu dosiahnutých úspechov, poučenie sa z neúspechov a naplánovanie ďalšieho smerovania. ■

Viete, že...

Slovensko sa stalo najúspešnejším štátom spomedzi 120 krajín sveta na najväčšom medzinárodnom kongrese a súťaži včelárov Apimondia v septembri tohto roku v dánskej Kodani? Slovenskí včelári získali z 27 udelených medailí až 15 (4 zlaté, 6 strieborných a 5 bronzových), pričom najúspešnejšou bola rodinná včelárska firma Tibora Vargapála z Košíc, ktorá si na svoje konto pripísala veľký úspech v podobe 9 medailí (4 zlaté, 4 strieborné a 1 bronzovú). Medy z tejto firmy zabodovali i na ďalších medzinárodných súťažiach v Londýne a Dubaji. Medzi absolútnu špičku sa zaradil ich lipový med, ktorý získal v Londýne na súťaži London International Honey Awards 1. miesto v kategórii TOP 10 za najlepší tekutý med a zároveň dostal platinovú medailu. Rovnakú medailu mu udelila i porota súťaže Dubaj International Taste Awards v Dubaji.

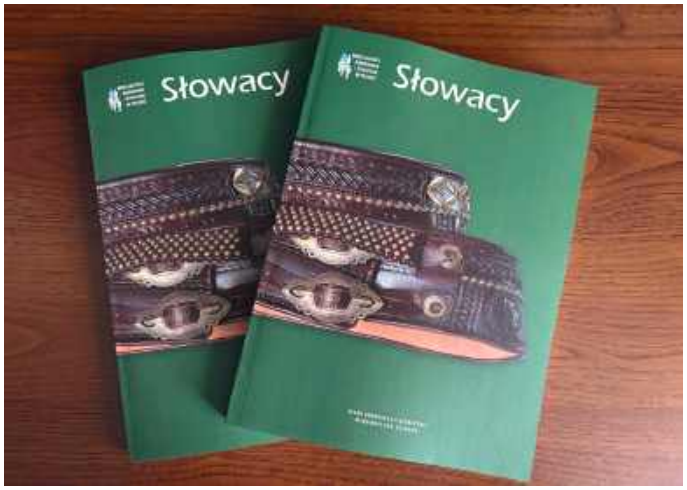


Vargapálovci s prezidentom Apimondie 2025 Jeffom Pettisonom (zdroj: www.slovenskymed.sk)

eprasa.pl 5435d5efa8

Nová publikácia o Slovákoch v Poľsku

Vo Vydavateľstve Snemu Poľskej republiky uzrela svetlo sveta ďalšia zo série publikácií o národnostných, etnických a jazykových menšinách žijúcich v Poľsku. Je venovaná Slovákom a svojimi vedeckými štúdiami do nej prispeli



aj predstavitelia nášho Spolku Slovákov v Poľsku. Historička Milica Majeriková-Molitoris priblížila dejiny Slovákov v Poľsku do roku 1945, redaktorka Agáta Jendžejčíková sa zamyslela nad národnou a regionálnou identitou, generálny tajomník SSP Ľudomír Molitoris opísal spolkové hnutie Slovákov v Poľsku a predseda SSP Jozef Čongva prezentoval významné osobnosti spomedzi Slovákov v Poľsku, ktoré sa zaslúžili o rozvoj poľskej vedy a kultúry. (mm-m)

Sekretariát menšín v poľskom parlamente

Dňa 4. novembra sa v poľskom parlamente za účasti maršalka Snemu Szymona Hołowniu a jeho nástupcu Włodzimierza Czarzasteho uskutočnila slávnostná inaugurácia Sekretariátu Spoločnej komisie vlády a národnostných



Foto: Kancelaria Sejmu / Piotr Molęcki

a etnických menšín. Na podujatí nechýbali predstavitelia viacerých minorít, vrátane zástupcu slovenskej menšiny – generálneho tajomníka Spolku Slovákov v Poľsku Ľudomíra Molitorisa. Novozriadený sekretariát bude poskytovať odbornú a administratívnu podporu pre predstaviteľov národnostných a etnických menšín v Poľsku a mal by posilniť ich hlas v rámci parlamentného dialógu.

Knihy pre našich malých čitateľov

V rámci projektu Vydavateľstva Matice slovenskej 3000 kníh pre krajanov získal Spolok Slovákov v Poľsku viacero zaujímavých titulov pre deti a mládež z vydavateľstva Spolku slovenských spisovateľov, ktoré potešia, poučia a prinesú kúsok domova našim malým čitateľom. Zároveň sme vo





Vydavateľstve Matice slovenskej zakúpili aj novinku – maľovanky Cestovníček, v ktorých si deti budú môcť nielen vymaľovať, ale sa aj zoznámiť s významnými slovenskými pamiatkami a osobnosťami. (mm-m)

Poetické Slovensko

Dňa 19. novembra sa v Inštitúte slovanskej filológie v Krakove uskutočnila vernisáž výstavy fotografií Milana Zachara pod príznačným názvom *Poetické Slovensko*. Fotografické zábery magickej atmosféry slovenských hradov a zámkov je v týchto priestoroch možnosť obdivovať do začiatku decembra. (mm-m)



eprasa.pl 5435d5efa8

ODIŠLI OD NÁS



Dňa 12. novembra 2025 zomrela v Krempachoch vo veku 62 rokov krajanka

IRENA GRYGUŠOVÁ

Zosnulá bola čitateľkou časopisu Život. Odišla od nás dobrá sestra, teta, švagriná a známa. Nech odpočíva v pokoji!

Rodine zosnulej vyjadrujeme úprimnú sústrasť.

MS SSP v Krempachoch



Dňa 10. novembra 2025 zomrel v Repiskách - Grocholovom Potoku vo veku 91 rokov krajan

ANDREJ HYŽNY

Zosnulý bol dlhoročným čitateľom časopisu Život. Odišiel od nás starostlivý otec, svokor, dedo, pradedo, prapradedo, brat, ujo a známy. Nech odpočíva v pokoji!



Dňa 14. novembra 2025 zomrel v Repiskách – Grocholovom Potoku vo veku 88 rokov krajan

FRANTIŠEK KANIA

„Zosturniowski“

Zosnulý bol dlhoročným čitateľom a predplatiteľom časopisu Život. Odišiel od nás starostlivý manžel, otec, dedo, svokor, pradedo, švagor, ujo a známy. Nech odpočíva v pokoji!

Rodinám zosnulých vyjadrujeme úprimnú sústrasť.

MS SSP v Repiskách - Grocholovom Potoku



Dňa 2. októbra 2025 zomrel v USA vo veku 51 rokov krajan

KRZYSZTOF MALEC

Zosnulý bol čitateľom časopisu Život a pochádzal z Čiernej Hory od Tribša. Odišiel od nás starostlivý manžel, otec, syn, brat, ujo a známy. Nech odpočíva v pokoji!

Rodine zosnulého vyjadrujeme úprimnú sústrasť.

MS SSP v Čiernej Hore od Tribša



Dňa 29. októbra 2025 zomrel v Jablonke vo veku 66 rokov krajan

JOZEF KOLKOVIČ

Zosnulý bol čitateľom časopisu Život. Odišiel od nás starostlivý manžel, otec, dedo, brat, krstný otec, ujo, švagor, svokor a známy. Nech odpočíva v pokoji!

Rodine zosnulého vyjadrujeme úprimnú sústrasť.

MS SSP v Jablonke



Dňa 1. decembra 2025 zomrela vo Svite vo veku 75 rokov krajanka

ANNA KROMKOVÁ

Zosnulá patrila do radov krajanov. Pochádzala z Nedece a usadila sa na Slovensku vo Svite. Odišla od nás starostlivá matka, babka, švagriná, svokra, krstná mama a teta. Nech odpočíva v pokoji!

Rodine zosnulej vyjadrujeme úprimnú sústrasť.

MS SSP v Nedeci

Slovenské sv. omše v nedeľu a sviatky na Spiši a Orave

Nová Belá - farnosť sv. Kataríny Alexandrijskej o 11.00 hod.
Krempachy - farnosť sv. Martina o 10.30 hod.
Nedeca - farnosť sv. Bartolomeja o 7.30 hod.
Kacvín - farnosť Všetkých Svätých o 9.15 hod.
Jurgov - farnosť sv. Sebastiána o 11.00 hod.
Vyšné Lapše - farnosť sv. Petra a Pavla o 7.00 hod.
Jablonka - farnosť Premenenia Pána o 16.00 hod.
Spišská Stará Ves - farnosť Nanebovzatia Panny Márie o 8.00 a 11.00 hod.
Veľká Franková - farnosť sv. Mikuláša o 9.30 hod. a filiálka Malá Franková o 8.00 hod.
Ždiar - farnosť Navštívenia Panny Márie o 7.45 hod. a 9.30 hod., filiálka Tatranská Javorina - kostolík sv. Anny o 11.00 hod.
Trstená - farnosť sv. Martina o 7.00, 8.30 a 10.30 hod.
Bobrov - farnosť sv. Jakuba o 8.00 a 10.30 hod.

Omša za zosnulých hasičov

Dňa 16. novembra sa v kostole sv. Brata Alberta v Jablonke Boroch konala slávnostná svätá omša za zosnulých hasičov a ich blízkych. Na 2. ročníku tzv. Oravských hasičských dušičiek sa zišli členovia jednotiek Dobrovoľných hasičských zborov z gmín Jablonka a Veľká Lipnica. Takto bola symbolicky vzdaná česť a úcta tým, ktorí poskytovali nezištnú pomoc a záchranu obyvateľom Oravy. Slávnosti, ktorú slúžil kňaz Grzegorz Łomzik, sa zúčastnili aj zástupcovia samosprávnych orgánov, vojt gminy Jablonka spolu s vedením obecného úradu a zástupca vojta gminy Veľkej Lipnice. (gf)

eprasa.pl 5435d5efa8

Blahoželania



V pokojnom, tichom žitia prúde
ďalší rad rokov nech Ti rastie
a každý deň nech sviatkom bude,
prinesie radosť, lásku, šťastie.
Zdvihnime teda hore čaše,
nech sladkým cvengom za nás vravia
a s nimi spolu srdcia naše
nech Ti dá Pán Boh veľa zdravia!

Narodeninový vinš zasielajú krajanovi **Františkovi Švecovi z Fridmanu**, ktorý 2. decembra oslávil životné jubileum 70 rokov života, rodina a Miestna skupina Spolku Slovákov vo Fridmane.

***

Život v manželstve je ako tabuľka čokolády.
Stane sa, že občas má aj svoje chyby.
Ale Vaša láska, tá Vám všetko sladí.
Želáme Vám zdravie a silu oslávenci milí,
by ste v láske a šťastí ešte dlho spolu žili!

Tento rok oslávili zlaté jubileum krajania manželia **Anna a Valent Lukášovci a Irena a Valent Krišíkovci** z **Krempách** a k tomuto krásnemu jubileum im gratuláciu zasielajú deti a celá rodina. Ku gratulantom sa pripája aj Miestna skupina Spolku v Krempachoch.

***



Milý Karol!
*K Tvojim **10. narodeninám***
Ti prajeme veľa smiechu,
radosti a hŕbu skvelých zážitkov!
Nech máš každý deň plný hier,
kamarátov, super nápadov
a splnených prianí.
Buď zdravý, silný ako superhrdina
a šťastný ako na najlepšej oslave!
S veľkým objatím, **celá rodina z Novej Belej**

***



Milý Tomáš,
šťastie, zdravie, všetkého dosť,
a vždy dôvod pre radosť,
veľkú lásku, dobrých priateľov,
nech život Ti ide veselo.
Z celého srdca k narodeninám
toto želanie Ti posielame.

Narodeninový vinš zasielajú krajanovi **Tomášovi Surmovi z Krempách**, ktorý 12. decembra 2025 oslávil 30. narodeniny, rodičia, súrodenci a ostatná rodina.

***



Je nám veľkým potešením,
želať Vám v deň 75. narodenín,
veľa zdravia, šťastia veľa,
všetko, čo si srdce želá,
veľa lásky, spokojnosti,
v celej ďalšej budúcnosti,
úsmev v tvári, radosť v oku,
úspech v každom žitia kroku.

Blahoprianie k životnému jubileu zasielajú krajanke **Alžbete Klukošovskej z Krempách,** ktorá 11. novembra oslávila 75. narodeniny, deti, vnúčatá, súrodenci a celá ostatná rodina.

***

Milý otec,
všetko dobré k Tvojím 75. narodeninám,
nech Ti radosť a úsmev v tvári
nablízku vždy zostane!
Maj vždy šťastia celé hory,
zdravia ako vody v mori,
nech Ti toľko lásky patrí,
koľko majú štítov Tatry.



Narodeninový vinš zasiela krajanovi **Jozefovi Zygmundovi z Krempách**, ktorý oslávil významné životné jubileum 75 rokov, manželka, deti s rodinami a celá ostatná rodina.

***

Milí mladomanželia,
láska Vaša nech je stála, plná šťastia neskonalá.
Nech Vám vždy všetko vychádza podľa Vašich snov,
nech sa Vám všetko vydarí bez väčších problémov.
Krásny život Vám želáme.



Blahoželanie k sobášu zasielajú mladomanželom **Patrycji Bigosovej z Jurgova a Mateuszovi Chodynovi** z obce **Cygany pri Varšave**, ktorí si 21. júna povedali svoje áno v jurgovskom kostole, rodičia a súrodenci s rodinami, ako aj ďalší svadobní hostia.

***



Krásne 6. narodeniny prajeme.
Pred Tebou je života plná púť,
na ktorej Ti prajeme – šťastný buď!

Narodeninový pozdrav zasielajú **Arturovi Lojekovi z Novej Belej**, ktorý 29. novembra oslávil 6 rokov, rodičia, sestra, starí rodičia a ostatná rodina.

***



Milá Emilka,
Dnes je Tvoj deň, veľká chvíľa,
pätnásť sviečok torta skrýva.
Nech svet Ti dáva, čo srdce chce,
nech život len úsmevy prinesie.
Prajeme Ti radosť, smiech,
nech máš vždy dôvod na dobrý breh.
Študuj, snívaj, smelo kráčaj,
šťastie si sama v rukách stráž!

eprasa.pl 5435d5efa8

Narodeninový vinš zasielajú **Emilke Pacigovej z Krempách**, ktorá 21. decembra oslávila 15. narodeniny, starí rodičia, krstní rodičia, súrodenci a ostatná rodina.

***



K tomuto vzácnemu jubileu Vám želáme
mnoho radosti, pokoja, pohody a božieho požehnania.
Nech sú Vaše dni naplnené šťastnými okamihmi a krásnymi spomienkami.

Narodeninový vinš patrí krajanke **Anne Bednarčíkovej z Novej Belej**, ktorá 14. decembra 2025 oslávila 96. narodeniny, ku ktorým jej blahoprianie zasiela celá rodina.

Umelecká prehliadka združení gazdiniek v Łopusznej

Začiatkom októbra sa konala Umelecká prehliadka združení gazdiniek z Gminy Nowy Targ v Gminom kultúrnom stredisku v Łopusznej. Stretlo sa tam dvanásť združení, ktoré pripravili veselé a zaujímavé umelecké programy a tým pobavili publikum i porotu, ktorá posudzovala vystúpenia. Prvé miesto za divadelnú scénku získali gazdinky z Krempách, ktoré uviedli príbeh ako to bývalo po večeroch v ich obci, keď sa ženy schádzali, aby pripravili krmivo husiam. Pritom sa však výborne zabávali a niekedy aj sa poškriepili, zvlášť, keď seniorka rodu trvala na svojej pravde, ktorá ňou nebola. Gazdinky uviedli peknú scénku a diváci sa dobre zabávali. (aj, foto: www.krempachy.pl)





Zimné radovánky na snehu

Deti sa veľmi potešili snehovej nádielke, ktorá sa objavila v novembri na Spiši a Orave. Hneď si vyhľadali svoje lyže, sánky, korčule, ale aj bez nich veselo behali po snehu a nechávali v ňom svoje odtlačky a stopy. (aj, foto: ak)



Milí čitatelia,

Prinášame Vám možnosť kúpiť svojim blízkym predplatné Života formou darčekovej poukážky. Jej hodnota bude závisieť od druhu predplatného. Potešte svojich blízkych, priateľov práve predplatením Života!



ZÁUJEMCOVIA O DARČEKOVÝ POUKAZ SA MÔŽU HLÁSIŤ NA
e-mail: zivot@tsp.org.pl
alebo na telefónnom čísle 12/633 36 88
prípadne uhradiť na číslo účtu:
BNP PARIBAS
27 1600 1462 1836 1842 2000 0001
IBAN: PL 27 1600 1462 1836 1842 2000 0001
SWIFT: PPABPLPK
s poznámkou:
„Darčeková poukážka na predplatné Života 2026“

eprasa.pl 5435d5efa8

Milé deti, nakreslíte nám, aké darčeky ste našli pod stromčekom. Svoje kresby nám pošlite do redakcie a jedného z vás odmeníme peknou slovenskou knihou. V decembri sme odmenili Huberta Chalupku.



Ilustrácie: EJ



Vianoce

Vianoce sú,
keď sme spolu,
keď rodina sadá k stolu.
Mamka, ocko, detičky,
dedkovia aj babičky.

Vianoce sú od Ježiška,
dal nám lásku do balíčka.
Bolo jej dosť. Dostal každý,
rozdelil ju raz a navždy.

Medzi ľudí, kvietočky,
zvieratká aj včeličky.
Kúsok lásky zo srdiečka
ukry aj ty do balíčka.

Jedlička

Máme doma jedličku,
na jedličke hviezdičku.
Hviezdička sa ligoce,
už sú zase Vianoce.

Dominika J.

Čarovná vianočná ozdoba

Vonku sa na nás už usmievali vianočné svetielka či rozličné ozdoby a ulicami sa niesla krásna vôňa koláčikov. Bol čas zdobenia vianočného stromčeka a malá Lucka sa už toho nevedela dočkať. S mamičkou vyberali ozdoby schované v skrini a pomaly ich nosili do obývačky, kde už stál nachystaný vianočný stromček. Ocko zatiaľ zdobil strechu domu, na ktorú ukladal ligotavé svetlá. „Tento rok budeme mať ten najkrajší stromček!“ zvolala Lucka veselo otvárajúc škatule plné všelijakých gulí, čečín či iných ozdôb. Mali ich veru veľa.

„A aký stromček budeme mať tento rok? Máme tu zlaté, červené, biele dokonca i modré ozdoby,“ spýtala sa mamička. Dievčatko sa zamyslelo. Veru, ozdôb majú veľa, Lucke sa však najviac páči zlatá a červená. „Tento rok zlatá a červená!“ zvolala veselo a začala vyberať zo škatule červené a zlaté gule, ktoré s mamičkinou pomocou zavesila na stromček. Keď však Lucka siahla na dno škatule, objavila tam zvláštnu starú guľu. Bola iná než tie ostatné, bola trošku zničená, avšak stále krásna. Táto ozdoba, guľa, bola posiata zlatými trblietkami a vnútri v nej bola malá hviezdička.



„Jéej, táto ozdoba je krásna!“ zvolala Lucka. Mamička sa usmiala, vzala zvláštnu guľu do ruky a odvetila: „Túto guľu mám od svojej babičky. Tvojej prababičky. Je však iná, je čarovná. Už dlho nebola na stromčeku, takmer som na ňu zabudla,“ povedala mamička dcérke, ktorej modré očká žiarili od údivu.

„A prečo je čarovná?“ spýtala sa zvedavo Lucka a posadila sa na gauč. Mamička sa usadila vedľa nej s čarovnou ozdobou v ruke a so slzami v očiach rozrozprávala dcérke krátky príbeh o svojej babičke:

„Keď som bola malá, chodili sme spolu s rodičmi na Vianoce k starej mame. Bolo to krásne, celá rodina sme boli pokope a užívali sme si spolu sviatky, nie ako teraz,“ povedala mamička smutne, so svojimi rodičmi sa totiž už dlho nerozpráva. Mamička si zotrela stekajúcu slzu a pokračovala v príbehu: „Moja babička mala vždy svoj stromček krásne ozdobený. Avšak táto guľa bola vždy iná než tie ostatné. V našej rodine už koluje mnoho rokov. Hovorí sa, že ten, kto ju na stromček zavesí a bude si niečo priať, tomu sa to splní,“ odvetila mamička dcérke. „Takže táto ozdoba je v našej rodine už toľko rokov! Môžem ju zavesiť na stromček ja a niečo si želať? Prosíííím!“ povedalo natešene dievčatko. Mamička prikývla a tak Lucka opatrne zavesila do stredu stromčeka guľu od prababičky. Zavrela očká a potichu si niečo želala. Verila, že sa jej želanie splní.

Ako dni ubiehali, Luckin dom bol už celý ozdobený nielen bielym snehom za oknami, ale i výzdobou a svetielkami. Domom sa niesla vôňa medovníkov. Keď však prišiel Štedrý deň, Lucka len nedočkavo prešľapovala z nohy na nohu dúfajúc, že sa jej tajný sen splní. Dúfala, že ju čarovná vianočná guľa vypočula.

Keď Lucka s maminkou chystali stôl na večeru, ktosi zazvonil. Lucka spozornela a utekala otvoriť. Vo dverách stáli Luckini starí rodičia, maminkini rodičia. „Moje prianie sa splnilo!“ zvolalo dievčatko a so slzami v očiach vyobjímala starých rodičov. Mamička neveriacky stála na chodbe a hľadela na svojich rodičov. Dávno sa pohádali a bývali ďaleko, a tak sa prestali navštevovať a rozprávať. Dnes bol však Štedrý deň a oni stáli priamo pred ňou.

„Mami! Oci!“ zvolala a vrhla sa na svojich rodičov so slzami v očiach. Lucka tak nesplnila sen len sebe, ale i svojej mamke, ktorá túžila opäť zažiť Vianoce so svojou celou rodinou. Na staré hádky sa dávno zabudlo a všetci sa pomerili a prežili spolu krásne Vianoce v kruhu rodiny. A práve čarovná guľa po Luckinej prababičke spojila zázrakom celú rodinu opäť dokopy. (zdroj: www.rozpravkozem.sk)

eprasa.pl 5435d5efa8



eprasa.pl 5435d5efa8

Cupra Tavascan 286/82 Éndurance

Značka Cupra patrí španielskej spoločnosti Seat S.A. a vďaka jej popularite sa zvýšil počet automobilov predaných na svetovom trhu. Cupra od roku 2018, kedy vznikla, je veľmi populárna a zákazníci sú s ňou spokojní.

Elektrický SUV Cupra Tavascan 286/82 Éndurance priniesol na trh nový vonkajší dizajn zhodujúci sa s pravidlami značky. Zmeny sú najmä v interiéry. Tvar palubnej dosky a stredového tunela vyvoláva dojem, že ste v zajatí chobotnice. Práve takto riešené centrálne chápadlo môže nabádať na otázku ergonómie a účelovosti. Na stredovej konzole je stále priestor na fľaše a poháre a pod spomínaným chápadlom sa nachádza väčšia polica na odkladanie predmetov. Tavascan má v tejto sérii športový volant s páčkami pod volantom, ktorými sa mení intenzita rekuperácie.



Centrálna 15-palcová multimediálna obrazovka je v strede predného skla a nie je celkom intuitívna. Je to skôr o šoférovi a jeho šikovnosti, aby vedel s tým správne narábať. Dobrá je cloudová konektivita, bezdrôtové aktualizácie a online podpora pre navigáciu, ale aj asistenčné systémy. Pre niektoré úkony je potrebné preklikať viaceré ikonky, aby sa dospelo k riešeniu, ktoré práve potrebujeme. Vyplýva to z nejednoznačného označenia. Avšak je to skôr na šikovnosť a usilovnosť vodiča.

Označenie značky je 286/82 Éndurance. To v praxi znamená, že máme k dispozícii iba jeden elektromotor a s druhým najnižším stupňom výbavy. Tá zahŕňa v podstate všetko potrebné pre život, kde nechýba Travel Assist na jazdu v kolóne, inteligentný parkovací asistent či bezkľúčové odomykanie



Foto: zdroj internet

a štartovanie. Na verziu Éndurance bolo aplikované svietiace logo Cupra. V základnej motorizácii využíva Tavascan zadný elektromotor s výkonom 210 kW (286 k) a krútiacim momentom 545 Nm a na bežné presúvanie je takéto stádo elektrokoní viac než postačujúce. Stačí si pozrieť dynamické hodnoty v tabuľke. Ak bude Tavascan váš prvý elektromobil a budete s ním jazdiť presne podľa návykov a v tempe, ako ste zvyknutý so spaľovacím autom, tak vás prvé týždne bude prenasledovať dojazd zhruba 350 km. Potom sa to určite zlepší, osvojíte si nové zvyky a dojazd bude rásť na prijateľnejšie čísla. Jazdný komfort je primeraný. Má pohodlné sedadlá, batožinový priestor má objem 540 dm^3. ■

Zuzka varí: z kuchyne starej matere

VIANOČNÁ KAPUSTNICA

Ingrediencie:

1 ks	cibuľa väčšia
700 g	pliecko bravčové
50 g	huby sušené
1 kg	kapusta kvasená
7 ks	slivky sušené bez kôstok
200 g	mäso údené
2 PL	masť bravčová domáca
2 ks	klobása údená
	korenie čierne, soľ,
	nové korenie, červená mletá paprika

Pracovný postup: Najskôr si pripravíme panvicu, na ktorej na masti opražíme cibuľku do zlatista a pridáme mäso, ktoré dobre orestujeme. Zalejeme trochou vody a pridáme všetky koreniny. Následne pridáme údené mäso (to si však predtým môžeme uvariť zvlášť vo vode, aby bolo mäkšie), pridáme nakrájanú kapustu, z ktorej vytlačíme vodu do hrnčeka. Do toho pridáme sušené hríby (tie si však predtým namočíme do vody na 1 hodinu, aby boli vlhké). Všetko varíme asi jednu hodinu a podlievame vodou. Ku koncu pridáme 2 ks klobásky a varíme všetko spolu. Podľa chuti pridávame vodu z kapusty a dochucujeme. Tesne pred koncom ešte pridáme sušené slivky, aby sa úplne nerozvarili. Dobrú chuť! ■



Ilustračné foto: zdroj internet

eprasa.pl 5435d5e1a

Šport na Spiši a Orave

autor | Milica Majeriková-Molitoris

FUTBAL

V novembri odohrali oravské a spišské družstvá posledné zápasy v jesennej časti sezóny 2025/2026. Najlepší záver mali futbalisti Orawy Jabłonka, ktorý od konca septembra neokúsili chuť prehry. Naopak hráči Babia Góra Lipnica Wielka posledných šesť zápasov nezvíťazili, no keďže mali dobrý vstup do sezóny držia sa stále hornej časti tabuľky. Striedavé výkony podávajú futbalisti Granitu Czarna Góra, ktorí majú problém najmä so strelením väčšieho počtu gólov, i keď v poslednom novembrovom zápase sa im to podarilo, čo môže byť vzpruhou do jarnej časti. Hrozba vypadnutia z ligy visí nad GKS Łapsze Niżne, ktorí majú na svojom konte zatiaľ len dve víťazstvá. V zimnej prestávke sa tak budú musieť zamyslieť nielen nad obranou, ale aj nad streleckou efektivitou, keďže sú mužstvom, ktoré súperom vsietilo najmenej gólov v lige.

Oblastná trieda

V poslednom zápase jesennej časti sezóny sa stretli oravské mužstvá vo vzájomnom dueli, keď **Orawa Jabłonka** privítala na svojom ihrisku hráčov **Babia Góra Lipnica Wielka**. Tí začali veľmi aktívne a už v šiestej minúte vyhrávali gólom Łatku. Vo vyrovnanom zápase svoje tesné vedenie nakoniec stratili v nastavenom čase, keď jablonský kapitán Skoczyk presne namieril z voľného kopu. Po remíze 1:1 si tak Oravci body podelili, čo pre futbalistov Orawy Jabłonka znamená, že sa posunuli už na 4. miesto, zatiaľ čo Lipničania prezimujú na šiestej priečke.

P.č.	Futbalový klub	Z	V	R	P	B
1.	NKP Podhale Nowy Targ II	15	13	2	0	41
2.	Harnaś Tymbark	15	10	4	1	34
3.	Lubań Maniowy-Zapora Kluszkowce II	15	10	3	2	33
4.	**Orawa Jabłonka**	**15**	**7**	**5**	**3**	**26**
5.	Lubań Tylmanowa	15	8	2	5	26
6.	**Babia Góra Lipnica Wielka**	**15**	**7**	**3**	**5**	**24**
7.	KS Zakopane	15	7	2	6	23
8.	Huragan Waksmund	14	6	4	4	22
9.	LKS Jodłownik	15	6	2	7	20
10.	LKS Orkan Raba Wyżna	15	6	1	8	19
11.	AKS Ujanowice	14	4	4	6	16
12.	KS Wierchy Rabka-Zdrój	15	3	1	11	10
13.	Zalesianka Zalesie	14	3	0	11	9
14.	Gorce Kamienica	15	2	1	12	7
15.	LKS Wiatr Ludźmierz	15	2	0	13	6

Trieda A

Futbalisti **Granitu Czarna Góra** sa s jesennou časťou sezóny rozlúčili vysokým víťazstvom na domácom ihrisku, kde zdolali hráčov *Jarmuty Szczawnica* presvedčivo 4:0. Základy víťazného zápasu položil v prvom polčase Szymon Kiernoziak, ku ktorému sa v druhej polovici hry pridal hetrikom Damian Maryniarczyk. Čiernohorci tak prezimujú s osemnástimi bodmi za päť víťazstiev, tri remízy a šesť prehier na 10. mieste. Hráči **GKS Łapsze Niżne** už v novembri neodohrali žiadny zápas, napriek tomu po úspešnom dueli ich tabuľkového suseda klesli už na zostupové, predposledné 13. miesto.

P.č.	Futbalový klub	Z	V	R	P	B
1.	Skalni Zaskale	13	11	1	1	34
2.	Zawrat Bukowina Tatrzańska	14	8	4	2	28
3.	Czarni Czarny Dunajec	14	8	4	2	28
4.	Bór Dębno	14	8	3	3	27
5.	Gronik Gronków	13	8	1	4	25
6.	KS Lawina Spytkowice	14	6	3	5	21
7.	Jarmuta Szczawnica	14	6	3	5	21
8.	Skawianin Skawa	14	5	4	5	19
9.	KS Luboń Skomielna Biała	13	6	1	6	19
10.	**Granit Czarna Góra**	**14**	**5**	**3**	**6**	**18**
11.	Sokolica Krościenko nad Dunajcem	13	3	1	9	10
12.	Wiatra Białka Tatrzańska II	12	2	1	9	7
13.	**GKS Łapsze Niżne**	**13**	**2**	**0**	**11**	**6**
14.	Unia Naprawa	13	1	1	11	4

STOLNÝ TENIS

Koncom septembra začali prvými zápasmi aj jednotlivé súťaže Krakovského oblastného zväzu stolného tenisu. V nich sa zúčastňujú iba hráči LKS Orawa Jablonka, ktorí zaznamenali v minulej sezóne historický úspech a postúpili do vyššej – IV. Ligy mužov západ.

IV. Liga mužov západ

V novej lige a novej sezóne sa stolní tenisti **LKS Orawy Jabłonka** preniesli aj do novej hráčskej haly. Svoje zápasy hrajú v Dolnej Zubrici na niekoľkých nových stoloch, ktoré nakúpili vďaka zbierke i sponzorom. Za mužstvo nastupujú Jacek Brożek, Witold Gil, Jan Gosztyła, Wojciech Klucz, Tadeusz Litwiak, Jerzy Palenik a Krystian Pracharczyk. Jedna z minuloročných opôr Marcin Łowas prestúpil na Slovensko do *TJ Oravan Rabča*.

Svoj prvý zápas odohrali Oravci na pôde *PKS Porta Kraków*, ktorý patril v minulom roku k piatim najlepším tímom, a odniesli si odtiaľ prehru 13:1. O prvý bod v štvrtej lige pre mužstvo sa postaral Pracharczyk. V druhom dueli na domácej palubovke privítali *KS Podwawelski Kraków III*, s ktorým zaznamenali prvú výhru 10:4. Úspešný bol opätovne Pracharczyk, ktorý vyhral všetky svoje zápasy, vrátane štvorhry spoločne s Gilom, pričom ďalšie body pridali Brożek, Klucz a Litwiak. V nasledujúcom dueli narazili Oravci na jedného z favoritov s hráčmi so skúsenosťami v druhej a tretej lige *ATS Skawa Wadowice II*. Hoc prehrali 10:4, lídrovi dokázali uchmatnúť štyri body, ktoré získali Klucz, Brożek, Pracharczyk a Litwiak. Na prelome októbra a novembra zaznamenali dve vysoké prehry – doma s *UKS Zarabie Myślenice II* 1:13, keď jediný bod získali v štvorhre Brożek s Gilom a na pôde *KS Bronowianka Kraków III* 14:0, keď nedokázali súpera poraziť ani v jednom zápase. V poslednom novembrovom dueli opätovne prehrali na domácej palubovke s *AST Skawa Wadowice III* tesne 6:8, i keď tentokrát boli vyrovnaným súperom a tesná prehra ich môže v konečnom zúčtovaní mrzieť. Po odohratí šiestich zápasov im tak momentálne s dvomi bodmi za jednu výhru a päť prehier patrí predposledné 11. miesto. ■

P.č.	Stolnotenisový klub	Z	V	R	P	B
1.	UKS Rokicie Szczytniki	6	4	2	0	10
2.	ATS Skawa Wadowice II	6	4	2	0	10
3.	ATS Skawa Wadowice III	6	4	1	1	9
4.	KS Bronowianka Kraków III	5	4	0	1	8
5.	UKS Zarabie Myślenice II	7	4	0	3	8
6.	KATS AZS Politechnika Krakowska II	7	3	2	2	8
7.	Magnum-Wesem Koźmice Wlk.	5	3	1	1	7
8.	KTS Vicotria Spytkowice	7	3	0	4	6
9.	PKS Porta Kraków	5	2	0	3	4
10.	KS Turbacz Mszana Dolna	7	1	0	6	2
11.	**LKS Orawa Jabłonka**	**6**	**1**	**0**	**5**	**2**
12.	KS Podwawelski Kraków III	7	0	0	7	0

eprasa.pl 5435d5efa8

Masaże Tradycyjnej Medycyny Chińskiej /TMC/

W tradycyjnej medycynie chińskiej uważa się, że przez ciało przebiegają, niedostrzegalne okiem, kanały energetyczne czyli meridiany, przez które przepływa energia zwana Qi. Celem terapii jest zwiększenie lub ograniczenie przepływu energii albo odblokowanie przepływu jeśli został zahamowany. Wyróżnia się 12 głównych meridianów, które tworzą sieć oplatającą całe ciało oraz tysiące kanałów dodatkowych, na których jest 361 punktów podstawowych i wiele tysięcy punktów pomocniczych. Każdemu meridianowi i punktowi przypisane są konkretne funkcje, energetyka, wskazania i sposób oddziaływania. Punkty akupunkturowe to miejsca, w których dochodzi do wymiany energii Qi i informacji pomiędzy człowiekiem a środowiskiem. Choroby mogą być spowodowane czynnikami zewnętrznymi, takimi jak Wiatr, Gorąco, Wilgoć, Suchość i Zimno oraz wewnętrznymi czyli niezdrowymi emocjami jak długotrwały smutek, euforia, złość, zamartwianie się czy strach. Według TMC człowiek jest jednością, a więc ciało ma wpływ na strefę emocjonalną i odwrotnie. Oddziałując poprzez punkty akupunkturowe bezpośrednio na ciało człowieka, można pośrednio wpływać na jego stan emocjonalny. A to oznacza, że metoda jest skuteczna w kompleksowym leczeniu pacjenta.

Człowiek jest zdrowy, jeśli krew i energia w ciele przepływają w sposób niezaburzony. Jeśli jest za mało krwi lub Qi albo istnieją blokady w ich przepływie, w organizmie pojawia się choroba. Leczenie polega na wpływaniu na jakość energii i zapewnieniu jej swobodnego przepływu przez meridiany: zastoje i nadmiary energii należy rozproszyć, a niedobory uzupełnić, co pozwala organizmowi powrócić do stanu równowagi, a tym samym do zdrowia.

Jedną z metod leczenia jest akupresura, znana od tysięcy lat. Masażysta, zgodnie z wcześniej postawioną diagnozą, pracuje z odpowiednimi punktami głównymi jak i pomocniczymi. Masaż polega m.in. na: rozcieraniu, ciągnięciu, skrobaniu, stukaniu, uderzaniu, uciskaniu w miejscu, uciskaniu podczas ruchu okrężnego zgodnego lub przeciwnego do ruchu wskazówek zegara. Masaż wykonuje się opuszkami palców kciuka lub palca wskazującego, ewentualnie kłębem kciuka. Niektórzy masażyści wykonują akupresurę paznokciami, pozwala to na bardziej precyzyjne oddziaływanie na poszczególne punkty, jednak zwiększa ryzyko infekcji spowodowane małymi zranieniami skóry. W tej formie uzdrawiania nie używa się żadnych przyrządów ani środków do masażu.

Odmianą akupresury jest moksa, inaczej termopunktura. Metoda polega na ogrzewaniu punktów akupunkturowych ciepłem pochodzącym ze spalanej bylicy piołunu. Terapeuta używa zapalonego cygara z moksy do ogrzewania odpowiednich punktów na ciele pacjenta; cygaro nie dotyka skóry, jest trzymane w niewielkiej odległości (kilka cm) nad ciałem; niekiedy może również wykonywać ruchy okrężne.

Najbardziej rozpowszechnioną metodą, zarówno na Dalekim Wschodzie (Chiny, Indie, Wietnam) jak i w Europie jest akupunktura. Nazwa pochodzi z łaciny i oznacza



dosłownie „wkłuwanie igieł". Kiedyś używano w tym celu igieł złotych lub srebrnych. Obecnie polega na wkłuwaniu cieniutkich, sterylnych, jednorazowych igieł przez skórę w dokładnie określone miejsca na ciele, zwane punktami akupunkturowymi. Od niedawna metoda ta jest stosowana również w Polsce, głównie do uśmierzania różnego rodzaju bólu. Istnieją konkretne wskazania i przeciwwskazania do stosowania akupunktury. Znakomite efekty daje w leczeniu rwy kulszowej, zespołu bolesnego barku, refluksu żołądkowo-przełykowego, przewlekłych zespołów bólowych migreny, nadciśnienia tętniczego, zaburzeń mikrokrążenia, w zespole przewlekłego zmęczenia i schorzeń spowodowanych długotrwałym stresem. Jest też często stosowana u osób zdrowych jako profilaktyka infekcji i alergii, w celu poprawienia ogólnej kondycji fizycznej i psychicznej oraz wzmacniania układu immunologicznego.

Akupunkturę, podobnie jak i akupresurę, można połączyć z moksowaniem, czyli ogrzewaniem punktów, w które są wbite igły.

Nowoczesną modyfikacją akupunktury jest elektroakupunktura. Jej początki sięgają XVIII w. kiedy L. Galvani i A. Volt opracowali zabiegi wykorzystujące prąd o niskim napięciu, czyli galwanoterapię. Metoda polega na wzmacnianiu oddziaływania na punkty akupunkturowe poprzez elektryczną stymulację prądem o niskiej mocy i określonej częstotliwości. Może mieć dwie formy: igłową i bezigłową, w której igły są zastępowane specjalnymi stymulatorami.

Po każdym z opisanych zabiegów, pacjent może odczuwać dyskomfort, lekkie osłabienie, zmęczenie, senność, mrowienie w ciele. To symptomy, że organizm zareagował na zabieg i należy dać mu czas na samouzdrawianie i regenerację.

Przeciwwskazania do akupunktury:

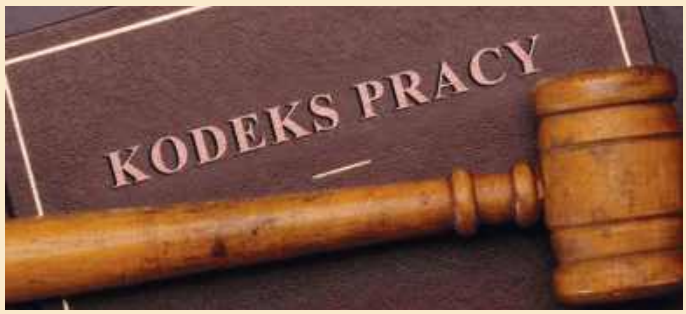
- nowotwory, hemofilia, zaburzenia krążenia krwi, choroby zakaźne, ostre stany zapalne, znaczne osłabienie organizmu;
- ciąża;
- rozrusznik serca;
- stan po spożyciu alkoholu lub środków odurzających;
- pobudzenie emocjonalne. AS

Żadna terapia naturalna ani suplementacja nie zastępuje porady i leczenia u specjalisty, może stanowić jedynie uzupełnienie terapii konwencjonalnych. Alergicy oraz kobiety w ciąży i karmiące mogą stosować zioła i suplementy po konsultacji z lekarzem.

eprasa.pl 5435d5efa8

Od 2026 roku liczy się prawie wszystko.

Wielka rewolucja w stażu pracy



Już od 1 stycznia 2026 roku wielu pracowników, przedsiębiorców, freelancerów, a nawet osób pracujących kiedyś za granicą usłyszy długo wyczekiwane: „to też liczy się do stażu pracy”. Wchodzi bowiem w życie jedna z największych zmian prawa pracy ostatnich lat - nowa, rozszerzona definicja stażu pracy. Dzięki tej zmianie tysiące ludzi zyskają dostęp do szerszych uprawnień pracowniczych, dłuższych urlopów, wyższych odpraw czy dłuższych okresów wypowiedzenia. A wszystko dlatego, że to, co kiedyś „nie liczyło się do stażu”, od nowego roku zacznie się liczyć. I to często wstecz. Nowelizacja przedefiniowuje pojęcie stażu pracy - czyli tego, co ustawowo uważa się za nasze doświadczenie zawodowe „na papierze”. Do tej pory w praktyce liczyło się przede wszystkim zatrudnienie na umowę o pracę. Działalność gospodarcza? Zlecenie? Praktyki? Praca za granicą? Cóż, to wszystko często było traktowane jako cenne doświadczenie, ale niekoniecznie jako oficjalny staż. Nowa definicja obejmuje:

1. Prowadzenie działalności gospodarczej

Jeśli ktoś przez pięć lat prowadził firmę - nawet jednoosobową - a w tym czasie regularnie opłacał składki, ten okres będzie teraz pełnoprawnie zaliczany do stażu pracy. Mało tego - nawet zawieszenie działalności z powodu opieki nad dzieckiem też wejdzie w staż.

2. Umowy cywilnoprawne

Umowa zlecenia, umowa o świadczenie usług, umowa agencyjna - wszystko to do tej pory stażem nie było. Od nowego roku będzie, o ile składki były odprowadzane. Dla wielu osób pracujących „na zleceniu”, często latami, to duża zmiana.

3. Praca za granicą

Czas spędzony na zagranicznym kontrakcie, sezonowej pracy, a nawet zatrudnienie w obcym systemie prawnym - o ile zostanie odpowiednio potwierdzone - również będzie wliczany do stażu.

4. Inne okresy aktywności zawodowej

Nowelizacja obejmuje też szczególne formy zatrudnienia, m.in. członkostwo w spółdzielniach oraz wybrane prace wykonywane w ramach mniej standardowych form. Krótko mówiąc: prawo zaczyna nadążać za realnym rynkiem pracy, który dawno przestał mieścić się w schemacie etatu od 8:00 do 16:00.

Zmiana ma jeden główny cel - zwiększyć ochronę pracowników i dostosować prawo do współczesnej gospodarki, w której praca etatowa to tylko jedna z wielu form zarobkowania. Coraz więcej osób pracuje projektowo, sezonowo, hybrydowo, na własny rachunek lub w kilku miejscach naraz. Dotychczasowe prawo zwyczajnie nie nadążało. Nowe regulacje wychodzą z założenia, że staż pracy to suma lat aktywności zawodowej, a nie tylko lat „etatowych”. Dzięki zmianom pracownik uzyska korzyści takie jak:

Dłuższy wymiar urlopu – gdy pracownik po doliczeniu umów cywilnoprawnych czy działalności przekroczy 10 lat stażu, uzyska 26 dni urlopu, nawet jeśli do tej pory brakowało mu kilku lat na etacie.

Wydłużony okres wypowiedzenia - długi staż to dłuższa ochrona przy rozwiązaniu umowy o pracę. W praktyce - większa stabilność zatrudnienia.

Prawo do wyższych odpraw - przy restrukturyzacjach, zwolnieniach grupowych czy likwidacji stanowiska liczy się każdy rok doświadczenia, a wyższy staż oznacza wyższą odprawę.

Doświadczenie uznawane na rynku pracy - pracodawcy, którzy wymagają „minimum 3 lat doświadczenia”, nie mogą już ignorować okresu prowadzenia działalności czy pracy na zleceniu.

Zmiana jest korzystna dla osób, które pracują jako freelancerzy - ich lata pracy projektowej wreszcie będą „oficjalne”, osób na umowach zlecenia - te często przez lata były w szarej strefie pod kątem stażu, przedsiębiorców - jednoosobowa działalność przestaje być „niewidzialna” w kwestii doświadczenia, pracujących za granicą - ich zagraniczne lata pracy będą liczone w Polsce, rodziców - bo okresy opieki nad dzieckiem również będą uwzględniane. To także dobra wiadomość dla osób planujących zmianę kariery, przejście z freelancingu na etat czy powrót do kraju. Ale bardzo ważne jest to, iż będzie potrzebna dokumentacja. Najważniejszą rolę ma odgrywać ZUS, który ma potwierdzać okresy pracy na podstawie posiadanych danych. Jednak jeśli ZUS czegoś nie znajdzie, to braki musi uzupełnić sam zainteresowany. Dlatego warto już dzisiaj zebrać umowy sprzed lat, upewnić się, że dane o składkach są w komplecie, odszukać zaświadczenia z pracy za granicą, uporządkować dokumentację działalności gospodarczej. Brak dokumentów może oznaczać, że okres nie zostanie zaliczony - a to byłoby spore rozczarowanie po wejściu tak korzystnej zmiany.

Opracowała: mgr Ela Góra Brzegowska
Źródło:
Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej – Komunikat dot. zmian w definicji stażu pracy, obowiązujących od 2026 r.
ZUS – Informacje o sposobie potwierdzania okresów pracy i odprowadzonych składek.

eprasa.pl 5435d5efa8

HVIEZDY O NÁS

KOZOROŽEC (22.12. - 20.1.)



Máš za sebou úspešný rok. December je však pre kozorožcov adekvátnym obdobím na zhodnotenie a uvedomenie si aj všetkých negatívnych situácií a krokov, ktoré podnikli v uplynulom roku. To je vhodný spôsob, ako ich už neopakovať.

VODNÁR (21.1. - 19.2.)



Vďaka tvojej usilovnosti si dosiahol v pracovnej oblasti skutočne významné pokroky a môžeš sa tešiť na zaslúžený oddych. Dôležité však je, aby si nepodľahol úspechu a prílišnej pasivite. Nezabudni sa starať o zdravie, aby si si užil čaro Vianoc plnými dúškami.

RYBY (20.2. - 20.3.)



Ak si si doteraz dostatočne neužil pozornosť opačného pohlavia, december bude pre teba možnosť ako to napraviť. Budeš priam priťahovať pozornosť zvedavých očí a tak bude aj pre teba toto obdobie plné dobrodružstiev a zábavy.

BARAN (21.3. - 20.4.)



Môžeš sa tešiť, v tomto mesiaci spoznáš priateľov, ktorí budú po tvojom boku stáť celý život a s ktorými ťa čakajú nové, nezabudnuteľné zážitky. Viac sa sústreď na prácu a snaž sa, aby bol každý tvoj krok premyslený, dávaj si pozor na roztržitosť.

BÝK (21.4. - 21.5.)



Problém medzi rodinnými príslušníkmi vyriešiš tak, že si získaš ich dôveru, potom budú tvoje názory a rady brať s úctou a pokorou. Okrem malých chybičiek krásy, prežijú býkovia skutočne stabilné obdobie a nerušené vianočné sviatky.

BLÍŽENCI (22.5. - 21.6.)



Počas vyťaženého roka je málo času na výlety a chvíle s rodinou. Teraz je ten pravý čas všetko napraviť. Okrem príjemných chvíľ s tými najbližšími, spoznáš osobu, ktorá ti zmení život k lepšiemu a obohatí tvoje zážitky a vedomosti.

RAK (22.6. - 22.7.)



Za uplynulý rok si dosiahol nejedno víťazstvo, môžeš byť na seba hrdý. Na verejnosti vystupuj sebaisto, ale nie sebecky a pohŕdavo. To by mohol byť pre teba kameň úrazu a dôvod kritiky. V zamestnaní nepoľavuj a sústreď sa.

LEV (23.7. - 23.8.)



V decembri ťa bude sprevádzať dobrá nálada. Po náročnom roku si zaslúžiš kvalitnú večeru v spoločnosti tvojich najbližších priateľov. Šírením pozitívnej energie pomôžeš nielen svojmu vzácnemu okoliu, ale hravo ňou zasiahneš aj tých, čo majú zlé úmysly.

PANNA (24.8. - 23.9.)



Po dlhodobej stagnácii v pracovnej oblasti, prichádza konečne čas na vylepšenie reputácie a na kariérne povýšenie. Ak sú všetci okolo teba lenivý, ty nepoľavuj. Prichádza ten správny čas ukázať šéfovi tvoje kvality a skryté vlohy.

VÁHY (24.9. - 23.10.)



Celý rok si pracoval usilovne a zažil si aj veľa negatívnych skúseností. Tie sa však koniec koncov premenia na pozitívne skúsenosti, ktoré ti pomôžu zdolávať prekážky v ďalšom roku. Šetri si energiu a užívaj si Vianoce plné pohody.

ŠKORPIÓN (24.10. - 22.11.)



Tvoje rozhodnutie, investovať všetok svoj čas kariére sa skutočne vyplatilo, preto sa v budúcnosti môžeš tešiť na kariérny postup, či lepšie platové ohodnotenie. Teraz je vhodná chvíľa začať si viac všímať signály opačného pohlavia.

STRELEC (23.11. - 21.12.)



Všetci potrebujú z času na čas pohodové a pokojné chvíle v kruhu rodiny. Využi vianočné obdobie, naplno si užívaj a nateraz zahoď všetky starosti za hlavu. Nenúkaj priateľom svoj názor tak drasticky a počkaj kým ťa oň poprosia.

NÁŠ TEST

Čo viete o Vianociach?

Vianoce sú známe väčšine ľudstva na rozličných svetadieloch. Avšak v rozličných končinách sveta majú odlišné zvyky a tradície spojené s týmto obdobím. V našom teste zistíte, aké sú vaše globálne znalosti o vianočnom období.

1. Do 4. storočia sa narodenie Krista oslavovalo v iný deň ako dnes. Kedy to bolo?

a) 24. decembra; b) 26. decembra; c) 6. januára.

2. Namiesto ktorej slávnosti boli v minulosti zavedené Vianoce?

a) slávnosti zimného slnovratu; b) slávnosti slnečného božstva; c) slávnosti zrodenia nepremožiteľného slnka.

3. Typickým symbolom Vianoc je adventný veniec. Kam siaha jeho história?

a) do 19. storočia; b) do 17. storočia; c) do 14. storočia.

4. Pravoslávni veriaci sa pripravujú na oslavu Vianoc 40-dňovým pôstom. Ako sa tento nazýva?

a) Jozefovka; b) Filipovka; c) Jánovka.

5. Viete, kto nosí darčeky v Nórsku?

a) Juleniss; b) Joulu; c) Kerststronk.

6. Čo robia pravidelne Fíni pred zasadnutím k vianočnému stolu?

a) stavajú snehuliaka; b) idú do sauny; c) púšťajú lampióny.

7. Americký Santa Claus vychádza z legendy, ktorú priniesli prisťahovalci do New Yorku v 17. storočí. Z akej krajiny je táto legenda?

a) Švédsko; b) Dánsko; c) Holandsko.

8. Najväčšou vianočnou tradíciou je vianočná lotéria, ktorá je najväčšia a zároveň najstaršia na svete. V ktorej krajine Európy sa do nej môžete zapojiť?

a) v Taliansku; b) v Španielsku; c) v Grécku.

9. V ktorej africkej krajine zdobia ľudia palmy obrovskými zvonmi?

a) v Libérii; b) v Namíbii; c) v Juhoafrickej republike.

eprasa.pl 5435d5efa8

10. V Etiópii sa Vianoce nazývajú Ganna a neoslavujú sa 24. decembra. Keby by ste teda slávili s domácimi tento sviatok?

a) 30. decembra; b) 6. januára; c) 7. januára.

11. „Ježiško“ tejto krajiny má vraj oči na chrbte a tak sa deti snažia byť poslušné, keby ich náhodou niekde zbadal. Kde by ste ho hľadali?

a) Čína; b) Japonsko; c) KĽDR.

Správne odpovede:
1c; 2a; 3a; 4b; 5a; 6b; 7c; 8b; 9a; 10c; 11b.

(Zdroj: www.pravda.sk)

Dve babky sa rozprávajú:

- Tí mladí sú ale šetrní. Štyria fajčia jednu cigaretu a ešte sa pritom aj smejú.

***

Poštár nesie starenke list od vnúčat, ktoré dovolenkujú v Amerike. Hovorí:

- Babka, prišiel vám list z Ameriky. Letecky.

- A nehanbíš sa mi klamať? - vraví babka, - veď som ťa videla prísť na motorke.

***

- Na dovolenke ste dobre pribrali, máte také tučné líca, bola tam taká dobrá strava?

- Ale čoby, každý deň som nafukoval matrace.

***

- Oci máme aj my na Slovensku sopku?

- Neviem!

- Oci a tá sopka môže hocikedy vybuchnúť?

- Asi áno, neviem.

- Oci a koľko stupňov má žeravá láva?

- Čo ja viem?

- Oci a nevadí Ti, že sa stále niečo vypytujem?

- Pokojne sa pýtaj synak, veď ako sa ináč niečo naučíš...

***

Príde muž do ambulancie a ešte cestou vrazí do dverí.

- Pán doktor, ja mám taký problém... Ja vidím dvojmo.

- Dobre tak si sadnite na stoličku.

- A na ktorú?

AKO JE TO SPRÁVNE?

Milí čitatelia, často sa pýtate na správny preklad slov, preto sme sa rozhodli, že na vašu žiadosť budeme uverejňovať niektoré poľské a slovenské frázy a slová, ktoré sa využívajú v oblasti administratívy, stavebníctva, poľnohospodárstva, reklamy, dopravy a spojov, ekonómie, turistiky a tiež zradné slová.

V POĽŠTINE:	V SLOVENČINE:
świąteczna kula śnieżna	vianočné snežítko
charytatywny kiermasz bożonarodzeniowy	charitný vianočný bazár
jarmark bożonarodzeniowy	vianočné trhy
zapisać coś w chmurze	zapísať niečo v cloudovom ukladacom priestore
sztuczna inteligencja	umelá inteligencia, umelý intelekt
rzeczywistość wirtualna	virtuálna realita
projekt parasolowy	strešný projekt
bezwęglowy	bezuhlíkatý
nabłyszczarka papieru	leštička papiera

VIANOČNÁ OSEMSMEROVKA



Tajnička: _____

A	K	P	A	I	Č	V	I	G	A
D	K	N	Z	I	M	A	U	K	R
O	A	Č	Č	O	N	Ľ	O	V	A
Y	B	Ľ	A	J	O	L	S	R	D
K	Á	N	E	V	Á	Í	A	O	O
E	T	L	A	Č	O	Č	L	P	S
Č	I	Č	E	É	A	K	Ó	A	Ť
R	K	P	R	J	R	A	N	K	Á
A	Z	D	Í	É	N	E	K	Á	I
D	N	K	M	R	Á	Z	Y	Y	S



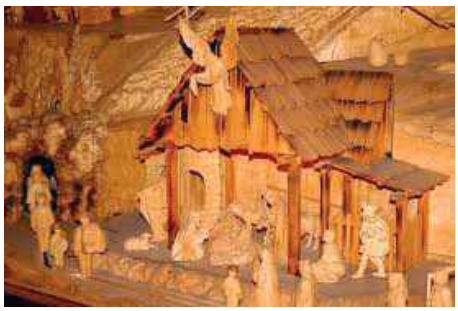
Slová: ANJEL, ČAJÍK, ČIAPKA, DARČEKY, GUĽOVAČKA, KABÁTIK, KAPOR, KOLÁČE, KRÉM, LÍČKA, ĽAD, MRÁZ, RADOSŤ, SALÓNKY, SANE, SÁNKOVAČKA, VOĽNO, ZIMA.

eprasa.pl 5435d5efa8

Vianoce sa spájajú s viacerými symbolmi a tradíciami, ktoré sú v rozličnej miere zachovávané v našich domácnostiach. Jednou z nich je betlehem, ktorý je symbolom kresťanského sveta a spája sa s narodením Ježiška.

Tradíciu betlehemov alebo jasličiek zaviedol svätý František z Assisi, zakladateľ rehole františkánov. Na Vianoce v roku 1223 pripravil v jaskyni v talianskom Grecciu jasle, do ktorých uložil živé dieťa. Vedľa stála Mária a Jozef, priviedli aj osla a vola. Napodobnením situácie opísanej v Biblii chcel František upozorniť spolubratov aj miestnych ľudí na maximálnu chudobu, v ktorej sa Boh rozhodol prísť na svet. V nasledujúcich rokoch si obyvatelia Greccia sami pripravovali živé aj umelé betlehemy a podľa Františkovho príkladu si rozdávali darčeky, aby napodobnili lásku Boha, ktorý sa nám sám dal ako dar. Tento zvyk sa neskôr rozšíril do všetkých krajín. Najhonosnejšie betlehemy sa stavali vo františkánskych a kapucínskych kostoloch a na ich výzdobe sa podieľali poprední umelci a vladári. Dodnes sa stretneme so živými jasličkami pri františkánskych kostoloch a nielen.

Na území dnešného Slovenska sa jasličky začali stavať od 13. storočia. Neskôr ich vystriedali gotické krídlové oltáre. Známe sú drevené reliéfy narodenia Krista z okruhu Majstra Pavla v kostole svätého Jakuba v Levoči, z Hlohovca alebo z kostola svätého Egídia v Bardejove, ktoré pochádzajú z prelomu 15. a 16. storočia. V období



baroka sa v kostoloch stavali honosné betlehemy v životnej veľkosti. S postupným rastom počtu figúrok sa však ich rozmery zmenšovali. K svätej rodine pribúdali anjeli, traja králi, pastieri a ďalšie postavy aj zvieratá. Koncom 18. storočia vydal Jozef II. nariadenie, ktorým zakázal stavať v kostoloch betlehemy. Tento úradný zásah znamenal paradoxne masový rozkvet betlehemov, pretože ľudia ich v zjednodušenej podobe začali stavať doma. Keďže autormi domácich betlehemov boli neškolení rezbári, hovoríme o ľudových betlehemoch.

Nový rozkvet zaznamenali betlehemy po roku 1989. Ide o originálne diela, ktoré už nemožno zaradiť medzi ľudové betlehemy. Súčasnú líniu reprezentuje najmä monumentálne dielo Jozefa Pekaru, ktorého pohyblivý Slovenský betlehem je trvalo vystavený v Rajeckej Lesnej pri Žiline. Zasa v Banskej Štiavnici sa nachádza najväčší pohyblivý drevený betlehem, ktorého autorom je Ing. arch. Peter Chovan. Súčasné rozmery Banskoštiavnického betlehemu sú cca dĺžka 21 m, šírka 2,5 m a výška 3 m. Obsahuje cca 800 postavičiek z toho asi 400 je pohyblivých. Tematicky je spojený s mestom a jeho dejinami, pamätihodnosťami. Autor ho stále rozširuje o nové prvky. ■



Betlehem v Banskej Štiavnici

ŽIVOT

MIESIĘCZNIK SPOŁECZNO-KULTURALNY

ADRES REDAKCJI:
31-150 Kraków, ul. św. Filipa 7/7, tel. +48 12 633 36 88
e-mail: zivot@tsp.org.pl, www.zivot.pl

WYDAWCA:
TOWARZYSTWO SŁOWAKÓW W POLSCE,
ZARZĄD GŁÓWNY
SPOLOK SLOVÁKOV V POĽSKU, ÚSTREDNÝ VÝBOR
31-150 Kraków, ul. św. Filipa 7
tel. +48 12 632 66 04, +48 12 634 11 27
e-mail: zg@tsp.org.pl

Zespół: redaktor naczelny: Agáta Jendžejčíková
redaktorzy:
Milica Majeriková-Molitoris, Grażyna Falatová

Społeczne kolegium doradcze:
Łucja Kościelak, Marián Smondek,
Božena Bryjová, Mária Kačmarčíková, František Paciga,
Dominik Surma, Anna Krištofeková,
Silvia Plučinská, Ján Bašisty, Ľudomír Molitoris,
Ján a Irena Kašickí, Žofia Fifanská

Skład: Redakcja Život

Łamanie i druk: Drukarnia TSP
31-150 Kraków, ul. św. Filipa 7

WARUNKI PRENUMERATY:
Prenumeratę na kraj i za granicę przyjmuje
Zarząd Główny w Krakowie gotówką
lub na konto: BNP PARIBAS
27 1600 1462 1836 1842 2000 0001
IBAN: PL 27 1600 1462 1836 1842 2000 0001
SWIFT: PPABPLPK
z dopiskiem: Prenumerata czasopisma Život za rok...

Płacąc za prenumeratę czasopisma za pośrednictwem poczty należy doliczyć odpowiednią opłatę pocztową.

Prenumeratę czasopisma można zacząć w każdej chwili.

Prenumerata w formie elektronicznej: www.zivot.pl
portal **eprasa.pl**, **link:** http://eprasa.pl/news/život
Koszt: miesięcznie – 7,00 zł; rocznie – 84 zł

CENY PRENUMERATY 2026
DLA KÓŁ I ODDZIAŁÓW TOWARZYSTWA:
1 miesiąc: 7,00 zł, półrocznie: 42,00 zł, rocznie: 84,00 zł

INDYWIDUALNA:
krajowa, łącznie z opłatą za wysyłkę wynosi: 1 miesiąc **12,60 zł**, półrocznie **70,60 zł**, rocznie **140,20 zł**

zagraniczna, łącznie z opłatą za wysyłkę wynosi:
na Słowację: **14,00 zł** – rocznie **168,00 zł**
do Europy (w tym Czechy): 22,00 zł – rocznie: **264,00 zł**
do USA i Kanady: pocztą lotniczą 23,00 zł – rocznie: **276,00 zł**

Niezamówionych tekstów, rysunków i fotografii redakcja nie zwraca i zastrzega sobie prawo skrótów oraz zmian treści nadesłanych tekstów. Redakcja nie odpowiada za treść materiałów pozaredakcyjnych, nie zawsze zgodnych z poglądami redakcji. Za niezamówione teksty redakcja nie płaci honorariów autorskich.

Nakład 1900 egz.

PL ISSN 0514-0188

ZREALIZOWANO DZIĘKI DOTACJI MINISTRA SPRAW WEWNĘTRZNYCH I ADMINISTRACJI

„PUBLIKACJA WYRAŻA JEDYNIE POGLĄDY AUTORA/ÓW I NIE MOŻE BYĆ UTOŻSAMIANA Z OFICJALNYM STANOWISKIEM MINISTRA SPRAW WEWNĘTRZNYCH I ADMINISTRACJI."

„PUBLIKÁCIA VYJADRUJE IBA NÁZORY AUTORA/OV A NEMÔŽE BYŤ STOTOŽŇOVANÁ S OFICIÁLNYM POSTOJOM MINISTRA VNÚTRA A ADMINISTRATÍVY."

eprasa.pl 5435d5efa8





PORADA ŽIVOTA 2025

















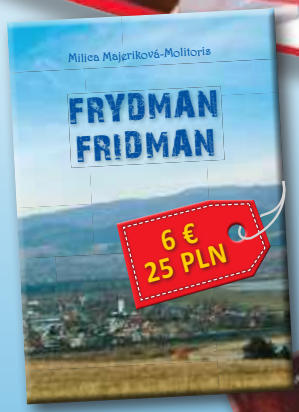






TOWARZYSTWO SŁOWAKÓW W POLSCE
SPOLOK SLOVÁKOV V POĽSKU

POLECAMY NASZE WYDAWNICTWA



6 €
25 PLN

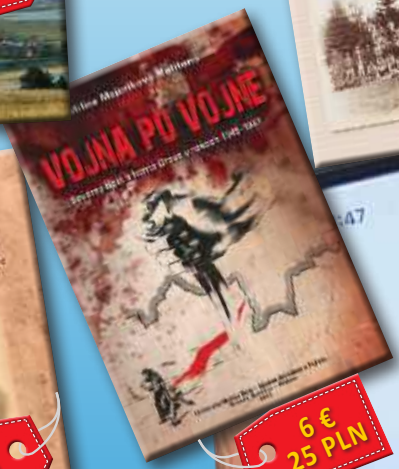


4 €
15 PLN



4 €
15 PLN





6 €
25 PLN



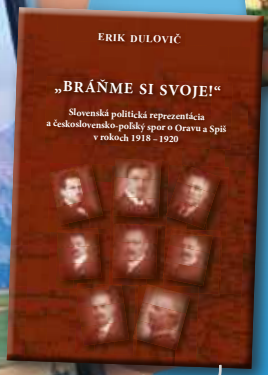
1 €
5 PLN



10 €
40 PLN



6 €
25 PLN



6 €
25 PLN



5 €
20 PLN



45 €
180 PLN


4 €
15 PLN



8 €
35 PLN



6 €
25 PLN



7 €
30 PLN



4 €
15 PLN



4 €
15 PLN

Przekaż swój 1,5% na Towarzystwo Słowaków w Polsce! KRS: 0000254010

eprasa.pl 5435d5efa8