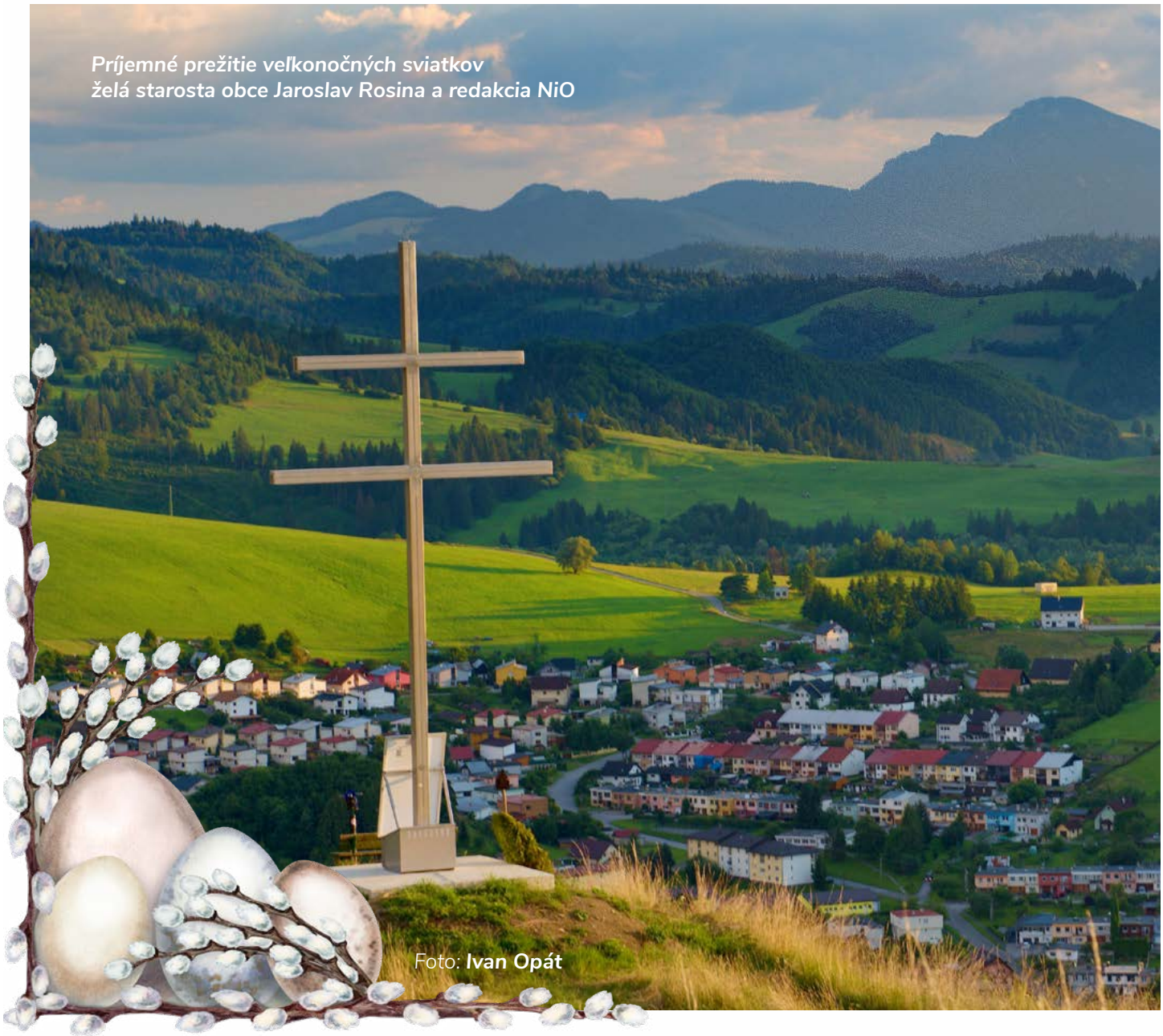
Nižnianske ozveny

Občasník občanov Nižnej a Zemianskej Dediny

Ročník XXXXII / číslo 1 www.nizna.sk december 2025 - marec 2026



Príjemné prežitie veľkonočných sviatkov
želá starosta obce Jaroslav Rosina a redakcia NiO

Foto: **Ivan Opát**

Odpovede starostu na aktuálne otázky občanov Nižnej
Viac na strane 5

Poplatok za vývoz komunálneho odpadu na rok 2026
Viac na strane 7

Farnosť Nižná má svoj erb
Viac na strane 38

Galavečer v znamení Športovec roka 2025
Viac na strane 44

Jar

Prebúdza v nás túžbu po zmene.

V zábleskoch jarného slnka
objavujeme svoj vnútorný priestor
a hľadáme k nemu cestu.

Náhle nás začne prenasledovať
myšlienka.

Ako ľahko dokážeme posudzovať
všetkých – okrem seba.
Omyly, pády, ťažkosti dramatizujeme
podľa vlastného scenára
a film režírujeme.

Aké pohodlné.

Zabúdame, že každý z nás si svoj
príbeh píše sám.
V tichosti v ňom zápasí, padá, vstáva.

Bolo by úžasné,
v snahe vlastnej zmeny k lepšiemu,
prehodnotiť úsudky skôr, ako ich
vyslovíme,
alebo ich nevysloviť vôbec.

Svet by bol krajší,
keby sme menej hodnotili a viac
počúvali.
Menej sa pýtali prečo, viac podávali
pomocnú ruku.

Jednoducho, kráčali s myšlienkou:

Na človeka sa dívaj zhora len vtedy,
keď sa k nemu skláňaš, aby si mu
pomohol vstať.

Nie preto, aby sme ho súdili, ale aby
sme mu boli oporou.
Nie preto, aby sme ukázali svoju silu,
ale aby sme mu pomohli vrátiť jeho
vlastnú.
Preto, že aj my raz môžeme
bezmocne ležať.

Ak to dokážeme, našli sme
tú správnu cestu.

Daniela Gondová,
šéfredaktorka

Po dedine veselo

Fašiangy mali na Orave oddávna výnimočné postavenie. Obdobie od Troch kráľov až do Popolcovej stredy patrilo hudbe, spevu, maskám a veselým obchôdzkam po dedinách. Mládenci prezlečení za medveďa, kozu či kominára chodievali od domu k domu, vinšovali gazdom zdravie a hojnosť a za odmenu dostávali vajíčka, slaninu alebo iné dobroty. Fašiangy neboli iba zábavou – symbolizovali súdržnosť komunity, radosť zo spoločného stretnutia a nádej na dobrý rok.

Na túto tradíciu sa snaží nadviazať aj Nižná. Tento rok, 15. februára, sa konal fašiangový sprievod, v ktorom maskované folklórne súbory Oravan a Oravan Senior spolu s Nižňanskou muzičkou prešli Kolóniou aj dedinou cez Hviezdoslavovu ulicu, Štúrovu a Železničnú.

Hoci bolo chladno, pridali sa aj deti a niekoľko dospelých - spoločne priniesli do ulíc spev, hudbu a veselú atmosféru starých čias.

Súčasťou programu bolo aj symbolické „pochovanie basy“ pred obecným úradom – tradičný moment, ktorým sa fašiangové obdobie uzatvára a zároveň sa pripomína príchod pôstneho času. Milým momentom bolo, keď jedno dievčatko úprimne vyronilo slzy, akoby skutočne verilo, že hudba naozaj odchádza spolu s basou do večnosti.

Záujem zo strany verejnosti bol tento rok slabší, než sme očakávali a tradičné obdarovanie sprievodu sa vo väčšej miere neuskutočnilo. Ako organizátorov nás to prirodzene zarmútilo, no zároveň nás to motivuje hľadať spôsoby, ako do budúcna ešte viac prebudiť spoločného du-

Pokračovanie na str. 3





Vážení občania, ponúkame možnosť spolupodieľať sa na tvorbe novín tým, že sa s nami podelíte o výnimočné príbehy ľudí, opíšete svoje podnety, návrhy a iné. Už teraz sa na vaše príspevky tešíme, lebo prispejú ku kvalite a hodnote novín. Príspevky zasielajte na sefredaktor@nizna.sk. Podmienky uverejnenia príspevkov: Text s nadpisom a menom autora textu (v prípade titulu uveďte aj ten) v dokumente word. Fotografie posielajte v čo najlepšej kvalite s rozlíšením 300 dpi. Uzávierka príspevkov do najbližšieho čísla je **10. júna 2026**. Redakcia si vyhradzuje právo na úpravy príspevkov, najmä textov, v ktorých sa vyskytujú vulgárne slová, osočujúce údaje, gramatické chyby) a ich krátenie. Redakcia tiež nezaručuje uverejnenie neaktuálnych článkov, informácií a nekvalitných fotografií.

(red)



Dokončenie zo str. 2

cha obce. Napriek tomu podujatie splnilo svoj cieľ – pripomenúť hodnotu ľudových zvykov a udržiavať ich ako prirodzenú súčasť spoločenského života obce. O to milšie bolo pohostenie po sprievode, ktoré pre nás pripravili starosta spolu s dôchodcami a komisiou kultúry. Pri dobrom jedle a rozhovoroch sme mohli ešte chvíľu zotrvať v príjemnej atmosfére.

Fašiangový sprievod v Nižnej tak aj tento rok potvrdil, že tradície majú v obci svoje miesto. Veríme, že v nasledujúcich rokoch sa do tejto krásnej formy uchovávania kultúrneho dedičstva zapojí ešte širšia verejnosť.

Daniela Štecová



Demografické údaje obce Nižná k 31. decembru 2025

Počet obyvateľov

3979

Ženy **2032**

Muži **1947**

Nižná: **3735**
93,87%

Zemianska Dedina: **244**
6,13 %

Deti do 15 rokov **647**

Mládež do 18 rokov **755**

Demografický vývoj

Počet narodených detí **38**

Počet zomrelých **46**

Uzavreté manželstvá **19**

Migrácia

Počet osôb

prihlásených na trvalý pobyt **77**

odhlásených z trvalého pobytu **58**

Obyvatelia nad 90 rokov

Počet obyvateľov nad 90 rokov

30

Ženy **20**

Muži **10**

Najstaršia občianka - **97** rokov

Najstarší občan - **95** rokov

Rodáčka z Nižnej, sestra Velisima Tuková v kláštore vo Vricku – **99 rokov** (v apríli 2026 - 100 rokov).

O čom rokovalo obecné zastupiteľstvo

November 2025

VII. zasadnutie sa konalo 11. novembra 2025

Po schválení programu poslanci rokovali o proteste prokurátorky Okresnej prokuratúry Námestovo, ktorý sa týkal Všeobecne záväzného nariadenia (VZN) č.5/2024, konkrétne trvalého parkovania, čo značí, že vo VZN o miestnych daniach nemôže byť zahrnuté trvalé parkovanie. OcZ pripomienky z protestu akceptovalo a prijalo nové VZN č.3/2025 o miestnych daniach.

Na zastupiteľstve odzneli návrhy VZN na rok 2026: 1. návrh VZN obce Nižná o dani z nehnuteľnosti, 2. o poplatku za komunálny odpad, 3. návrh VZN, ktorým sa mení VZN o prenajímaní bytov vo vlastníctve obce Nižná, 4. návrh VZN, ktorým sa mení VZN o prevádzke pohrebísk a Domu smútku v Nižnej a pohrebiska v miestnej časti Zemianska Dedina. OcZ zobralo návrhy na vedomie a zabezpečilo ich zverejnenie na webstránke obce.

K najdôležitejším bodom rokovania patrili rozpočet a stanovisko hlavnej kontrolórky ku rozpočtu obce Nižná na roky 2026 - 2028.

Hlavná kontrolórka skonštatovala, že návrh rozpočtu bol spracovaný prehľadne a adresne. Bol riadne zverejnený v súlade s platnou legislatívou. Predkladaný návrh považuje za reálny, transparentný a udržateľný. Zároveň uviedla, že konsolidačné opatrenia majú výrazný vplyv na zostavenie rozpočtu, preto ocenila, že obec pristúpila k tvorbe rozpočtu s reálnymi odhadmi. Odporučila finančné prostriedky na dotácie zachovať na úrovni 3,5 percenta voči výnosu z podielových daní. Navrhla rozpočet schváliť tak, ako bol predložený.

Stanovisko hlavnej kontrolórky k návrhu rozpočtu obce na roky 2026 - 2028 zobralo OcZ na vedomie a schválilo rozpočet obce Nižná na rok 2026 v členení podľa funkčnej klasifikácie, ekonomickej klasifikácie a programovej štruktúry.

Dobré hospodárenie obce potvrdili aj správy od nezávislého audítora - 1. Správa nezávislého audítora pre štatutárny orgán a obecné zastupiteľstvo - Audítorská správa individuálnej účtovnej závierky za rok 2024 2. Správa nezávislého audítora pre štatutárny orgán a obecné zastupiteľstvo konsolidujúcej účtovnej jednotky za rok 2024. Obidve správy zobralo OcZ na vedomie.

Komisia výstavby, dopravy, územného plánovania a životného prostredia dala súhlasné stanovisko a návrh na zmarenie investície: Architektonická štúdia – Kultúrno-spoločenský pavilón. Do rozpravy sa nikto z prítomných neprihlásil. Poslanci schválili uznesenie v znení: Obecné zastupiteľstvo súhlasí s vyradením investície – vypracovanie projektu pre stavebné povolenie s názvom Kultúrno-spoločenský pavilón v celkovej hodnote 1 500 eur a architektonická štúdia Kultúrno-spoločenský pavilón v hodnote 1 000 eur z dôvodu, že uvedené štúdie sa už nebudú realizovať a stavba sa realizovala iným spôsobom.

K 31. decembru 2025 bola zrušená príspevková organizácia Technické služby I. Nižná.

Nehnuteľný a hnuteľný majetok, všetky práva a povinnosti, pohľadávky a záväzky vyplývajúce z právnych vzťahov vzniknutých a neukončených prešli od 1. januára 2026 na zriaďovateľa - Obec Nižnú, ktorá ich následne dala do nájmu Obecnému sociálnemu podniku,s.r.o. v zmysle Zásad hospodárenia a nakladania s majetkom obce Nižná na dobu neurčitú za nájomné 1 euro/ročne.

Obecný sociálny podnik Nižná bol schválený aj za prevádzkovateľa pohrebísk na území obce Nižná – k.ú. Nižná a k.ú. Zemianska Dedina a za prevádzkovateľa Domu smútku na území obce Nižná – k.ú. Nižná s účinnosťou od 1. januára 2026.

Obec je členom MAS Orava, o.z. Starosta navrhol možnosť pokračovania v členstve. OcZ v Nižnej schválilo zaradenie obce Nižná do členstva a územia verejno-súkromného partnerstva MAS Orava o.z., za účelom udelenia štatútu MAS pre SP SPP 2023-2027.

(Účelom udelenia štatútu Miestnej akčnej skupiny (MAS) v rámci Strategického plánu SPP 2023 – 2027 je umožniť implementáciu miestnych rozvojových stratégií (prístup LEADER). Hlavným cieľom je podporiť udržateľný rozvoj vidieka, zvýšiť konkurencieschopnosť poľnohospodárstva, zlepšiť kvalitu života vo vidieckych oblastiach a podporiť malé a stredné podniky.)

Riaditeľ ZŠ Mgr. Ľubomír Ivan navrhol VZN s úpravou výšky príspevku a spôsobom jeho platby. Návrh bol zverejnený, a keďže neboli podané žiadne pripomienky OcZ schválilo VZN č. 4/2025, ktorým sa mení VZN č. 2/2021 o výške príspevku a spôsobe jeho platby na čiastočnú úhradu nákladov v školách a školských zariadeniach v zriaďovateľskej pôsobnosti obce Nižná.

December 2025

VIII. zasadnutie sa konalo 9. decembra 2025

Na zasadnutí schválilo OcZ štyri všeobecne záväzné nariadenia (VZN): VZN č.5/2025 o dani z nehnuteľností, č.6/2025 o poplatku za komunálny odpad, č.7/2025, ktorým sa mení VZN č.1/2016 o prenajímaní bytov vo vlastníctve obce Nižná, VZN č. 8/2025, ktorým sa mení VZN č.2/2007 o prevádzke pohrebísk a Domu smútku v obci Nižná a pohrebiska v miestnej časti Zemianska Dedina.

Prednosta OcÚ uviedol, že zámer prenechať hnuteľný a nehnuteľný majetok príspevkovej organizácii (Technické služby I. Nižná) do nájmu Obecnému sociálnemu podniku je zverejnený. Informoval, že prechod tejto činnosti prebieha postupne a priebežne sú riešené pracovnoprávne vzťahy niektorých zamestnancov technických služieb.

OcZ v Nižnej schválilo prenechanie hnuteľného a nehnuteľného majetku obce do nájmu spôsobom hodným osobitného zreteľa (prenájmy majetku obce registrovanému sociálnemu podniku) na dobu neurčitú za nájomné 1 euro/ročne s účinnosťou od 1. januára 2026.

OcZ schválilo Plán kontrolnej činnosti hlavnej kontrolórky na I. polrok 2026 a správy o výsledkoch a podmienkach výchovno-vzdelávacej činnosti ZŠ s MŠ Nižná a ZUŠ Vendelína Habovštiaka za školský rok 2024/2025.

Taktiež odsúhlasili umiestnenie potravinového a nápojového predajného automatu v zdravotnom stredisku ul. Závodná za podmienok určených vo všeobecne záväznom nariadení obce Nižná o miestnych daniach a v zákone č.582/2004 Z.z. o miestnych daniach a miestnom poplatku za komunálne odpady a drobné stavebné odpady v znení neskorších predpisov.

Poslanci zobrali na vedomie plán zasadnutí obecného zastupiteľstva v roku 2026 a žiadosť právnickej osoby HORMED s.r.o., o refundáciu výdavkov pri rekonštrukcii chirurgickej a estetickej ambulancie v zdravotnom stredisku v Nižnej a stanovisko komisie výstavby, územného plánovania a dopravy pri OcZ v Nižnej k tejto žiadosti.

Ako motivovať ľudí, aby sa prihlásili na trvalý pobyt do Nižnej? Touto otázkou sa zaoberá obec a poslanci už dlhší čas. Prečo je to dôležité?

Obec stráca predovšetkým podielové dane zo štátneho rozpočtu, keďže ich výška závisí od počtu obyvateľov s trvalým pobytom (tzv. podielové dane z príjmov fyzických osôb). Taktiež prichádza o finančné zdroje na infraštruktúru, služby, odpadové hospodárstvo a granty, pretože reálne zaťažujú obec, ale podieľajú sa na rozpočte inde.

Menej obyvateľov znamená menšiu šancu získať štátne dotácie, ktoré sa často viažu na počet obyvateľov.

Mnohých obyvateľov potešia informácie, že od 1. decembra 2025 má Nižná vlastný stavebný úrad iba pre obec, zmluva je už podpísaná a obec získala dotáciu na projekt cesty v Zemianskej Dedine, zmluva je už tiež podpísaná.

(red)

Odpovede starostu na aktuálne otázky občanov Nižnej

O Nižnej sa dá povedať, že tu vládne čulý stavebný ruch. Mnohé rodiny si postavili domy, prisťahovali sa, ale ešte doteraz nie sú občanmi Nižnej. Máte nejakú myšlienku, ako motivovať ľudí, aby sa prihlásili na trvalý pobyt do Nižnej?

Je to rôzne. Niekto sa prihlási na pobyt takpovediac bezodkladne. Niekomu to trvá dlhšie. Niekto však už dlhodobo aj niekoľko rokov nie je ochotný sa prihlásiť na trvalý pobyt do Nižnej. Býva tu, lebo tu chce bývať, ale peniaze zo štátu v rámci delenia podielových daní nám na neho neprichádzajú. Samozrejme, že ma to mrzí. Nemáme žiadny relevantný spôsob ho slušne prinútiť, aby sa zamyslel a svojej samospráve, svojej dedine pomohol tým, že sa prihlási na trvalý pobyt do svojho domu, alebo do domu, kde je v nájme, alebo kde jednoducho býva. Asi sa musí zmeniť spôsob financovania samospráv. Podielové dane počítať nie na počet obyvateľov prihlásených na trvalý pobyt, ale napríklad na počet obyvateľov bývajúcich v dedinách a mestách.

Komisia výstavby, dopravy, územného plánovania a životného prostredia riešila petíciu občanov z ulice Sama Chalúpku. Aké riešenie ste nakoniec zvolili?

Mali sme stretnutie s dotknutými občanmi a vlastníkmi nehnuteľností. Dohodli sme sa, že sa vypracuje projekt miestnej komunikácie na ulici Sama Chalúpku s minimálnymi presahmi do vlastníckych práv a potom sa odsúhlasí a následne vysporiada.

Na decembrovom zastupiteľstve odznel návrh predať pozemky spoločenstvám bytoviek, aby si mohli vytvoriť parkovacie plochy. Je to reálne?

Spoločenstvá vlastníkov bytov nemôžu odkupovať pozemky. Možno je iný spôsob, ako dosiahnuť právo k pozemku, na ktorom chcú organizovať parkovanie. Možno nájmom, možno daňou. Možno iným právom k pozemku. Je to ale veľmi náročné, aby to napríklad nebolo napadnuteľné protestom prokurátora. Zatiaľ neostáva nič iné, iba sa dohodnúť na parkovaní v okolí bytových domov medzi sebou. A tiež si urobiť poriadky s dlhodobo nepoužívanými motorovými vozidlami, ktoré zbytočne blokujú parkovné miesta.

Ste spokojný s kamerovým systémom v Nižnej?

Áno, som spokojný, a preto ho z času na čas aj modernizujeme. Kamerový systém napomáha, či už pasívne alebo aktívne, k prevencii a odhaľovaniu rôznej nekalej činnosti.

V minulosti sa v Nižnianskych ozvenách zverejňovali štatistické údaje z meračov rýchlosti v našej obci. Budú sa tieto údaje zverejňovať znova?

Áno, môžeme to opäť zverejňovať.

V akom štádiu je výstavba Domu seniorov, kedy sa plánuje začiatok jeho prevádzky a akým spôsobom? Bude tam aj denný stacionár?

Ako som spomínal už v predchádzajúcich novinách, stavebné povolenie máme a chceme so štátnym fondom rozvoja bývania podpísať zmluvu o čerpaní úveru na túto stavbu. Poklepať kameň by sme chceli ešte tento rok. DSS Nižná nie je naprojektovaný na denný stacionár.

Plánuje sa úprava poľnej cesty od kostola v Nižnej smerom do Zemianskej Dediny? Ak áno, bude prepojenie až do Zemianskej Dediny, alebo len po hranicu chotára?

Na cestu, resp. chodník od Nižnej okolo vodojemu cez Diel až ku kaplnke v Zemianskej Dedine sme získali dotáciu z ministerstva cestovného ruchu a športu SR. Pri Zemianskej Dedine bude postavený drevený altánok s rozmermi 13x13m v tvare osemuholníka. Tam sa začne budovať areál na mimopracovné a mimoškolské aktivity pre občanov Zemianskej Dediny. Napríklad aj multifunkčné ihrisko.

Rieši obec v súčasnosti pozemky pre prípadnú výstavbu nových rodinných domov?

V doplnku územnoplánovacej dokumentácie č.2 sa tiež rozširujú plochy na bývanie, rekreáciu aj agroturistiku. Doplnok bude tento rok schválený.

Jeden z lekárov v našom zdravotnom stredisku ukončil svoju prax zo zdravotných dôvodov.

Rieši obec vzniknutú situáciu?

Riešenie tejto situácie nie je v našej kompetencii. Je to v kompetencii samosprávneho kraja. Ale snažíme sa vytvárať určité podmienky na pritiahnutie lekárov do Nižnej. Možno aj vybudovaním nového zdravotníckeho zariadenia, ktoré bude poskytovať služby, o ktorých sníval a usiloval sa o ne aj náš bývalý lekár Vilko Chromý. Všetko je však v procese prípravy a dohadovania. V neformálnej diskusii s poslancami obecného zastupiteľstva prevláda názor, že využitie plochy bývalého plechového autobusového prístrešku by sa najviac hodilo na umiestnenie polikliniky s ambulanciami pre lekárov a na poschodí s operačnými miestnosťami pre dennú chirurgiu. Priame rozhodovanie o tomto zámere nastane až v novom roku 2027.

Neuvažuje obec o umiestnení automatu na čerstvé mlieko? V minulosti bol na ulici Nová doba.

Bol to veľmi dobrý nápad. Aj som sa dávnejšie informoval o znovuzavedení tejto služby. Ale z rôznych naozaj objektívnych príčin, ktoré tu nebudem spomínať, sa musela táto prevádzka uzavrieť. Niečo je o byrokratických prekážkach a niečo priamo o ľuďoch využívajúcich tieto služby.

(red)

Pán poslanec, na slovíčko

Na Slovensku je problém s parkovaním. Hlavným problémom je nárast počtu áut a často aj chýbajúca infraštruktúra pri bytovej výstavbe.

Otázky pre poslancov

1. Aká je súčasná situácia s parkovaním vo vašom volebnom obvode?

2. Existuje nejaký priestor (vo volebnom obvode), prípadne riešenie, ktoré by mohlo v budúcnosti zvýšiť počet parkovacích miest?



Martin Žuffa

1. V rámci časti obce Malá Orava je parkovanie viac-menej ustálené. Nájde sa pár miest, a to hlavne okolo „slobodárok“ a na ulici Sama Chalupku, kde vodiči nedodržujú zákon a parkujú na miestnej komunikácii, ale je to len malé percento prípadov.

2. Najväčším problémom, čo sa týka parkovania, je časť Nová doba a Stará kolónia. Možností, ako zlepšiť parkovanie v týchto lokalitách, je viacero, ale myslím, že ani jedno by sa nepáčilo ich obyvateľom, nakoľko všetky možnosti by boli spoplatnené. Je už len na vodičoch vlastniacich väčší počet áut, aby využili priľahlé parkovacie plochy či pri Hoteli Arman, ZUŠ alebo inde a umožnili tak parkovať aj iným dotknutým obyvateľom.

Pokračovanie na str. 6

Dokončenie zo str. 5



Agáta Ličková

1. Som poslankyňa za 2. obvod – dedina. Parkovanie áut je problém na celom území Slovenska, teda aj v našej obci. V súčasnej dobe si každý zaparkuje ľubovoľný počet automobilov, nakoľko zákon neurčuje, koľko môžete vlastniť áut.

V dedine sú prevažne rodinné domy, a tak parkoviská nepripadajú do úvahy, často stačí použiť „*sedliacky rozum*“. Parkovanie je viac-menej neformálne, no vždy treba byť ohľaduplný. Každý občan by mal parkovať pred vlastným domom, resp. vo dvore. Stretávame sa však s tým, že často sa parkuje na chodníkoch pre peších. Sme netolerantní voči ľuďom, ktorí chodia peši, resp. na bicykli, nakoľko nemáme vyhradené chodníky pre cyklistov.

Situácia s parkovaním pred domom sa vyrieši len v tom prípade, ak my sami budeme rešpektovať, že chodník je pre peších a nie pre motoristov a ak už máme motorové vozidlo, tak musíme konať tak, aby sme neobmedzovali druhých občanov našej obce.

2. Riešenie parkovania v našej obci - treba vybudovať parkoviská - rezidentské zóny, hlavne v kolónii pri bytových domoch, aby každý mal jedno parkovacie miesto, ktoré by bolo bez poplatku. Samozrejme, musia súhlasiť všetci obyvatelia bytového domu, aj keď za obeť padne trávnatá plocha, osadiť, nakresliť zákazové značky.

Ak nebudeme rešpektovať sami seba a nebudeme brať ohľad na druhých, potom nikdy nezlepšíme situáciu parkovania v našej krásnej obci.



Mgr. Roman Kašuba

1. Stav a situácia v našom volebnom obvode nie je dobrá a časom a pribúdajúcimi vozidlami v domácnostiach bude ešte horšia. Parkovaciu etiku, a teda aj ohľaduplnosť, by som si vedel predstaviť inak. Problém v obvode vzniká hlavne na miestnych komunikáciách pri zástavbách rodinných domov (ul. Štúrova, Železničná, Tomanoczyho, Vintiška, Mila Urbana, Radlinského, Mieru, Kolejákova), kde neparkujú ľudia vo dvoroch rodinných domov, ale na ceste – miestnej komunikácii pred domami a veľakrát v protismere. Takto znemožňujú prejazd ostatných vozidiel, napríklad pri odvoze odpadu, zimnej údržbe a niekedy, a raz k tomu časom určite dôjde, znemožnia aj prejazd záchranným zložkám či už sanitke alebo hasičom. Nejedná sa len o porušovanie pravidiel cestnej premávky v našom volebnom obvode, ale snáď v celej obci.

Všetci vodiči a aj držitelia motorových vozidiel by mali mať na zreteli v prvom rade to, že týmto svojím konaním porušujú zákon č. 8/2009 Z.z. o cestnej premávke (konkrétne sa jedná o ustanovenia § 23, § 24 a § 25 týkajúce sa zastavenia a státia).

2. Parkovanie vozidiel pri obecnom úrade a futbalovom ihrisku počas zápasov alebo akcií organizovaných obcou je vyriešené pomerne veľkým parkoviskom pred obecným úradom a zásypom odvodňovacieho kanála. Kapacita na parkovanie vozidiel je v tomto prípade pomerne dobrá a účel plní.

Myslím si, že v budúcnosti bude potrebné zistiť, čo možno najpresnejšie, koľko vozidiel sa nachádza v obci, či tieto vozidlá blokujú jednotlivé cesty, priechodnosť chodníkov, v akom čase dochádza najčastejšie k porušovaniu pravidiel cestnej premávky, a v ktorých miestach k porušovaniu dochádza.

Tiež som toho názoru, že niekedy dôjde aj k potrebe zriadiť rezidentské zóny pred bytovkami za symbolický poplatok za vozidlo. Bude tiež pravdepodobne potrebné rozšíriť parkovacie miesta pri bytovkách s potrebou získania možnej dotácie od štátu. Bude to však na úkor zelene.

Tieto opatrenia bude potrebné odkomunikovať so zástupcami obce, obyvateľmi a vysvetliť im túto situáciu.



Anton Hlavaj

1. V našom volebnom obvode je parkovanie často nedostatočné. Obyvatelia majú problém zaparkovať blízko svojich bytových domov. Parkujú, kde sa dá. Chýbajú aj označené parkovacie miesta pred obchodmi a bytovými domami pre telesne postihnutých.

2. Možným riešením je rozšírenie existujúcich parkovísk, vybudovanie nových parkovacích plôch pri bytových domoch so súhlasom obyvateľov bytoviek. Pomôcť by mohlo lepšie označenie parkovacích miest a do budúcna aj výstavba parkovacieho domu.



Milan Seman

1. V našom obvode sú vo väčšine sólo, resp. radové domy, obyvatelia ktorých parkujú na svojich súkromných odstavných plochách, okrem niektorých, ktorí majú viac vozidiel, alebo sú ľahostajní k dopravnej obslužnosti, napr. že vadia pri odvoze komunálneho odpadu a počas zimnej údržby. Iná situácia je pri bytových domoch vo vlastníctve obce, kde boli rozšírené parkovacie plochy v minulom roku. Situácia v okolí bytových domov vo vlastníctve súkromných osôb č. d. 570 a 571 si vyžaduje hľadanie priestorov na parkovanie, keďže sú vozidlá zaparkované na cestných komunikáciách, resp. trávnatých plochách.

2. Riešenie parkovania pri obytných domoch č. d. 568, 570, 571 v súčasnosti predstavuje zložitý problém, keďže obec nedisponuje voľnými parcelami v okolí týchto bytových domov, ktoré by boli vhodné na účely parkovania vozidiel a zároveň neprekážali dopravnej obslužnosti. V minulosti som navrhoval spracovanie parkovacej politiky, no ostalo iba pri úvahách o možnostiach, kde vyčleniť priestory na parkovanie vozidiel. Problém je v tom, že vozidiel je veľa a všetci chceme parkovať „*až pri dverách*“, a to v súčasnosti nie je možné.



Ing. Ondrej Tuka

1. S parkovaním je už problém a bude stále narastať. Tzv. parkovaciu politiku obec zatiaľ prijatú nemá. Bude treba na ňu myslieť. Spravidla možno v obci parkovať všade tam, kde to dopravné značky vyslovene nezakazujú. Parkovanie pri rodinných domoch je v réžii samotných vlastníkov. Novostavby sa projektujú s určitým množstvom parkovacích miest. Pri starších rodinných domoch stačí zrušiť tzv. predzáhradky, ktoré už aj tak väčšinou neplnia svoje funkcie, a nemusia parkovať na ceste.

2. Pri bytových domoch to je iné. Na obec prichádzajú žiadosti o vybudovanie parkovacích miest na obecných pozemkoch, ktoré doteraz boli charakterizované ako verejná zeleň. Ak vlastníci bytov súhlasia s ubratím zelene na úkor parkovania, nie som proti tomu, ale mala by sa podpísať nájomná zmluva na pozemok, aby sa vrátili náklady na vybudovanie súkromného parkoviska, alebo bude to parkovisko pre všetkých občanov?



Andrej Brčák

1. V tejto problematike nejde o jeden volebný obvod. Tu sa treba pozerať komplexne. Máme necelých štyritisíc obyvateľov. To znamená stovky áut na priestore, ktorý sa nezväčšuje. Situácia v našej obci kopíruje celoslovenský trend – infraštruktúra, ktorá bola dimenzovaná pred desiatkami rokov, dnes naráža na svoje limity. Počet áut v domácnostiach rastie, čo spôsobuje, že parkovacie miesta chýbajú najmä vo večerných hodinách v blízkosti bytových domov. V súčasnosti evidujeme aj lokality, kde parkovanie na chodníkoch či trávnatých plochách nie je dlhodobo udržateľným riešením ani z hľadiska bezpečnosti, ani z hľadiska estetiky obce. Nie sme malá obec, kde sa všetko vyrieši „*susedskou dohodou*“, ale zároveň sme dostatočne vyspelá obec na to, aby sa

Pokračovanie na str. 7

Dokončenie zo str. 6

tu dal zaviesť moderný a férový systém.

2. Priestor na zlepšenie existuje, ale vyžaduje si rozumné plánovanie a identifikáciu nevyužitých obecných pozemkov, ktoré by po spevnení, napríklad zatrávňovacou dlažbou, mohli slúžiť ako oficiálne parkovacie miesta bez narušenia odtoku dažďovej vody. Dôležitá je participácia s prípadnými developermi, kde pri akejkoľvek novej bytovej alebo rodinnej výstavbe musíme striktne vyžadovať dostatočný počet parkovacích miest priamo v projekte, aby noví obyvatelia nezaťažovali už existujúce kapacity.

Zvýšiť kapacity je jedna vec, ale dosiahnuť poriadok je tá najdôležitejšia. Kvôli pribúdaniu áut, ale aj veľkému náporu turistov, pristupujú mestá i niektoré slovenské obce k radikálnemu riešeniu, a tým je rezidentská karta – prednosť pre domáceho občana a právo na užívanie obmedzeného verejného priestoru. Na jednu domácnosť v bytovke jedna karta za symbolickú cenu. Za každé ďalšie auto komerčná suma. Motivácia využívať vlastné dvory a garáže namiesto verejného priestranstva. Zastávam názor, že obyvateľ s trvalým pobytom v Nižnej musí mať pri parkovaní pri bytovom dome prednosť. Najmä nadrozmerné dodávky musia parkovať na určenom odstavnom parkovisku na okraji obytnej zóny. Jej význam je predovšetkým ekonomický – jednak motivuje k trvalému pobytu, čím zvyšuje aj príjem, ako aj každé vybraté euro z poplatku sa vracia priamo späť do údržby parkovísk a zelene pod oknami obyvateľov. Samozrejme, s tým je spojená aj administratívna záťaž pre samosprávu a navyše si to vyžaduje neustálu kontrolu – tam nastáva najväčší kameň úrazu, preto je to aj spoplatnené. Je pravda, že úspešné samosprávy narábajú s verejným priestorom ako so vzácnym zdrojom. Len vtedy si spoločne uvedomíme hodnotu verejného priestoru a budeme sa k nemu zodpovedne správať a prispejeme na rozvoj našej infraštruktúry.

Na Slovensku je problém s parkovaním. Hlavným problém je nárast počtu áut a často aj chýbajúca infraštruktúra pri bytovej výstavbe.

(red)

Poplatok za vývoz komunálneho odpadu na rok 2026

Poslanci Obecného zastupiteľstva v Nižnej schválili Všeobecne záväzné nariadenie o poplatku za komunálny odpad, v zmysle ktorého sú určené nasledovné sadzby za vývoz komunálneho odpadu:

32 eur za rok pre poplatníka bývajúcom v bytovom dome pri nádobe o objeme 1100 l s frekvenciou vývozu 1-krát týždenne.

100 eur za rok za vývoz jednej kuka nádoby (110 l alebo 120 l smetný kôš) pri rodinnom dome s frekvenciou vývozu 1-krát za dva týždne.

50 eur za rok za vývoz jednej kuka nádoby (110 l alebo 120 l smetný kôš) pri rodinnom dome s frekvenciou vývozu 1-krát za mesiac.

19 € za rok pre poplatníka samostatne žijúceho nad 62 rokov.

Podmienky pre zníženie z poplatku za komunálny odpad pre rok 2026

1. Zdokladovanie, že poplatník je študentom denného štúdia na strednej alebo vysokej škole a je ubytovaný na internáte, príp. v prenájme (t.z. potvrdenie o návšteve školy, kópia nájomnej zmluvy).

2. Zdokladovanie, že poplatník je zamestnaný a ubytovaný v mieste sídla zamestnávateľa mimo obce Nižná (tzv. týždňové zmeny, práca v zahraničí).

3. Zdokladovanie, že poplatník s trvalým pobytom v obci tvorí komunálny odpad mimo obce Nižná (potvrdenie o zaplatení poplatku na celý rok 2026 v inej obci).

Doklady k zníženiu poplatku za komunálny odpad prosíme doručiť na obecný úrad, príp. na e-mail poplatky@nizna.sk.

Tento rok budeme zasielať oznámenie o výške dane/poplatku na e-mailové adresy, ktoré nám poskytli jednotliví poplatníci. Ak má poplatník záujem o zasielanie oznámenia o výške dane/poplatku na jeho e-mail a doteraz nám ho neposkytol, môže tak urobiť telefonicky alebo e-mailom.

Harmonogram vývozu komunálneho odpadu pre domácnosti v rodinnom dome:

Termíny dvojtýždňového vývozu + separovaný zber 2026					
	Komunálny odpad			Plasty	Sklo
Január	07. 01.	21. 01.	-	08. 01.	09. 01.
Február	04. 02.	18. 02.	-	06. 02.	13. 02.
Marec	04. 03.	18. 03.	-	06. 03.	13. 03.
Apríl	01. 04.	15. 04.	29. 04	03. 04.	10. 04.
Máj	13. 05.	27. 05.	-	08. 05.	15. 05.
Jún	10. 06.	24. 06.	-	11. 06.	12. 06.
Júl	08. 07.	22. 07.	-	09. 07.	10. 07.
August	05. 08.	19. 08.	-	07. 08.	14. 08.
September	02. 09.	16. 09.	30. 09	04. 09.	11. 09.
Október	14. 10.	28. 10.	-	02. 10.	09. 10.
November	11. 11.	25. 11.	-	12. 11.	13. 11.
December	09. 12.	23. 12.	-	07. 12.	11. 12.

Termíny mesačného vývozu + separovaný zber 2026			
	Komunálny odpad	Plasty	Sklo
Január	28. 01.	08. 01.	09. 01.
Február	25. 02.	06. 02.	13. 02.
Marec	25. 03.	06. 03.	13. 03.
Apríl	29. 04.	03. 04.	10. 04.
Máj	27. 05.	08. 05.	15. 05.
Jún	24. 06.	11. 06.	12. 06.
Júl	29. 07.	09. 07.	10. 07.
August	26. 08.	07. 08.	14. 08.
September	30. 09.	04. 09.	11. 09.
Október	28. 10.	02. 10.	09. 10.
November	25. 11.	12. 11.	13. 11.
December	30. 12.	07. 12.	11. 12.

(osp)

Aktivity Obecného sociálneho podniku Nižná s.r.o. v mesiacoch december - marec obrazom



Nakladanie a odvoz snehu - Malá Orava

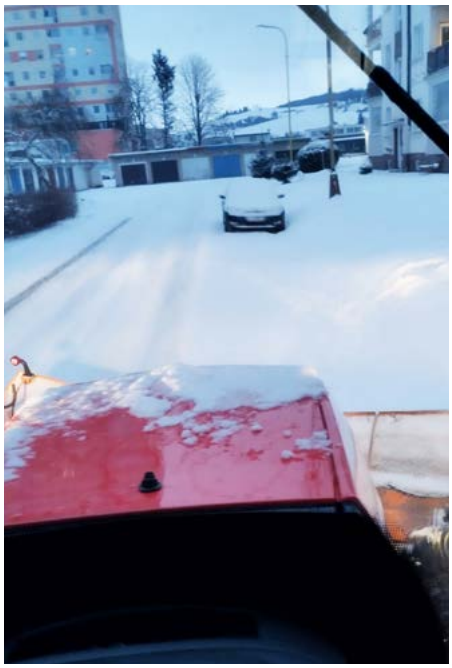


Zhotovenie a umiestnenie vetrolamov na Malej Orave





Odhŕňanie snehu na Malej Orave



Odhŕňanie snehu, ulica Matúškova



Prípravné práce na turistický chodník na Ostražicu



Zber papiera



Naťahovanie elektrického kábla Sihoť



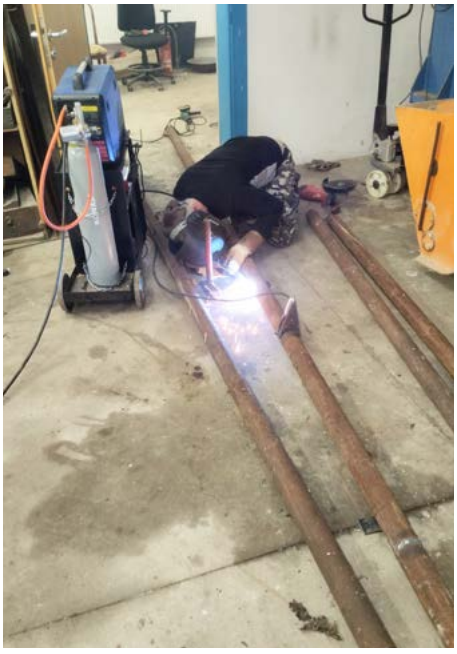


Príprava na verejné osvetlenie na ulici Generála Štefánika



Štiepkovanie dreva





Výroba parkovacieho odrážadla



Čistenie miestnych komunikácií





Stavebné práce - dláždenie

Prvé bábätko narodené v roku 2026

S príchodom dieťaťa sa svet nezmení celý,
ale zmení sa celý svet jeho rodičov

Dňa 5. januára sa v našej obci ako prvé dieťatko v roku narodilo dievčatko. V rodine Hlavajovcov pribudla dcérka Sofia.

Pri tejto príležitosti sme rodičov - Luciu a Dávida oslovili, aby nám s príchodom svojej dcérky na svet priblížili svoje pocity.

Prečo Sofia? Inšpirovalo vás niečo pri výbere mena pre svoju dcérku?

Meno Sofia sa nám obom veľmi páčilo. Oslovil nás aj jeho hlbší význam - múdrosť. Zároveň je to meno, ktoré podľa nás krásne znie a hodí sa v každom veku.

Ako ste prežívali ten moment, keď sa Sofia narodila?

Bol to okamih plný obrovskej radosti a dojatia. Najdôležitejšie pre nás bolo, že všetko dobre dopadlo a Sofia je zdravá.

Ako prijala príchod svojej malej sestričky vaša staršia dcérka Ema?

Ema prijala sestričku s nadšením. Veľmi nám chce so všetkým pomáhať. Na druhej strane, keď venujeme viac času Sofii, aj ona si pýta svoju dávku pozornosti, čo je úplne prirodzené.



Zmenila sa atmosféra doma po príchode druhého dieťatka?

Príchodom Sofie sa náš domov naplnil ešte väčšou radosťou a láskou. Samozrejme, je to aj o niečo náročnejšie, no tieto chvíle si naplno užívame.

Aké hodnoty sú pre vás pri výchove svojich dcér najdôležitejšie?

Chceli by sme ich viesť k viere, láskavosti, úcte k druhým a zodpovednosti. Dôležité je pre nás aj to, aby z nich vyrástli sebavedomé a láskavé ženy.

Čo by ste svojej malej slečne dopriali od života najviac?

Zo všetkého najviac jej želáme zdravie a aby bola v živote obklopená ľuďmi, ktorí ju budú mať radi a podržia ju aj v náročnejších chvíľach. Veríme, že si splní svoje sny a bude kráčať životom s úsmevom.

Narodenie dieťaťa je okamih, ktorý znamená radosť aj nový začiatok.

Malej Sofinke želáme, aby vyrastala v zdraví, šťastí, láske. Rodičom dostatok síl, trpezlivosti pri výchove obidvoch dcér a celej rodinke pokoj, zdravie, radosť a vzájomnú podporu.

(red)

Uvítanie detí do života

Vitaj malý človiečik,
do sveta si prišiel dnes.
Srdcia bijú s radosťou,
si náš dar, si naša veselosť.

Dňa 17. decembra sme v zasadačke obecného úradu privítali najmenších občanov. Tento obrad patrí medzi najkrajšie chvíle v našej obci, keď symbolicky vítame najmenších občanov do našej veľkej rodiny.

Starosta obce Ing. Jaroslav Rosina privítal rodičov, starých rodičov a priateľov, ktorí prišli spolu zdieľať radosť z nového života. Od obce dostali finančnú hotovosť a kvietok. Program spríjemnili detičky z MŠ Orličie svojimi pesničkami a básničkami.

Všetkým želáme do života veľa zdravia, šťastia a lásky. Nech z nich vyrastú ľudia, ktorí budú vedieť uskutočňovať svoje myšlienky, názory a vízie pre krajší život. Všetci si prajeme, nech im naša obec navždy zostane domovom, kde sa budú radi vracať.

Agáta Ličková,
predsedníčka sociálno-zdravotnej komisie



Tri desaťročia spoločnej cesty seniorov

V roku 2026 si naša Miestna organizácia Jednoty dôchodcov (MO JD) v Nižnej pripomína významné jubileum - 30. výročie svojho založenia. Tri desaťročia práce, aktivít, stretnutí, priateľstiev a spoločných zážitkov. Za toto obdobie prešla organizácia rôznymi zmenami, no jedno zostalo rovnaké - ochota stretávať sa a byť, pokiaľ to bolo možné, stále aktívni. Výrazne to prispelo k tomu, že dnes má organizácia evidovaných 359 členov. Medzi tých významnejších patrili tí, ktorí stáli pri zrode organizácie a počas rokov fungovania ju viedli, ale aj tí, ktorí možno nestáli v popredí, ale boli vždy pripravení a ochotní pomôcť. Boli to ľudia, ktorí presadzovali myšlienku, že seniori si zaslúžia priestor na stretnutia, kultúru, oddych. Vďaka tomu vznikali podujatia, ktoré sa stali tradíciou, ako napríklad jarné upratovanie v obci, senior plesy, rôzne výlety, či pravidelná pomoc členov pri podujatiach organizovaných obcou.

Z histórie organizácie môžeme spomenúť dátum 17. apríl 1996. V tento deň na ustanovujúcej schôdzi za prítomnosti 63 členov bol zvolený prvý výbor MO JD Nižná v zložení: predseda - František Tomčík, tajomník - Tomáš Tomaga, pokladník - Eva Vilčinská a členovia: Ladislav Ďuroška, Marta Toningerová, Ján Kičin, Anton Kamody, Jozef Droppa a Augustín Žuffa. V roku 1998 František Tomčík zo zdravotných dôvodov zo svojej funkcie odstúpil. Na základe spoločného rozhodnutia členov výboru, funkciu predsedu zastupovali po dvoch mesiacoch členovia výboru Ladislav Ďuroška, Anton Kamody, Augustín Žuffa a Štefan Maras, ktorý nakoniec vykonával funkciu predsedu až do roku 2007. V tomto roku sa novým predsedom stal Milan Hrkel. V júni 2009 sa však s rodinou odsťahoval do Dolného Kubína. Na základe jeho návrhu na nového predsedu schválil úradujúci výbor Boženu Žuffovú.

Poďakovanie za prácu a nový začiatok



V priestoroch kultúrneho domu (v Rotunde) sa 20. januára uskutočnila výročná členská schôdza MO JDS v Nižnej. Po 16 rokoch aktívnej a obetavej práce sa skončilo funkčné obdobie nielen doterajšieho výboru, ale aj dlhoročnej predsedníčky MO JDS v Nižnej Božky Žuffovej, ktorá sa rozhodla ukončiť svoje funkčné obdobie.

Pri tejto príležitosti sme ju požiadali o rozhovor.

Ako si spomínate na svoje začiatky vo funkcii predsedníčky MO JD?

Začiatky boli ťažké. Nechcela som byť predsedníčkou, ale po odchode Milana Hrkela do Dolného Kubína, ktorý ma navrhol a výbor schválil, musela som fungovať. Výbor som mala dobrý, Janko Žilinec mi robil agendu, pripravil mi podklady, ktoré som na výročnej členskej schôdzi už len predniesla. Vtedy sa rozhodlo, že ako občerstvenie na schôdzach a brigádach nebudeme robiť chlebíčky, že za tú istú cenu si dokážeme sami niečo navariť, a od toho času sme varili. Na financie dohliadala Mária Semanová.

Spomínate si na niektoré najkrajšie, najzaujímavejšie momenty počas svojho pôsobenia?

Najzaujímavejší moment bol ten, keď ja, „malé pivo“, som si otvorila ústa na 6 chlapov. Jasné, že oni chybu nemali, tak som sa im musela ospravedlniť. Doteraz ma to mrzí, že som na nich vyletela.

A naopak, s čím ste sa museli najviac vyrovnávať, čo bolo ťažké?

Snáď len to, že niekedy som mala doma nezhody s manželom. Nevedel pochopiť, prečo vždy a z každej akcie odchádzam ja ako posledná. Zodpovednosť vyplývajúca z funkcie mi nedovoľovala odísť skôr, veď v závere každej akcie bolo potrebné všetko skontrolovať a pozamykať.

Čo vás najviac tešilo na stretnutiach ktoré ste organizovali?

Najviac ma tešilo, keď sa ľudia sami hlásili na nejakú akciu a nemuseli sme ich prehovárať.

Aká bola spolupráca s výborom?

Spolupráca bola dobrá, niekedy bolo, ako sa vraví, striedavo - oblačno, tak, ako aj so mnou. Všetkým členom však úprimne ďakujem, že to so mnou tak dlho vydržali, aj keď sa im to niekedy nepáčilo a naše názory boli rozdielne

Mali ste pri svojej činnosti podporu?

Podporu sme mali od samého začiatku od nášho starostu Jaroslava Rosinu. Ak sa niekedy stalo, že sme nevedeli ako ďalej, vždy nám poradil, pomohol a takto sme navzájom kráčali dopredu.

Čím ste sa inšpirovali?

Ak niekto prišiel s niečím novým, novou myšlienkou, tak sme to rozoberali a vyhodnocovali.

Je niečo, na čo nikdy nezabudnete?

Náš prvý volejbal v Zubrohlave. My sme vtedy boli už výsluhoví volejbalisti. Niektorí naši súperi nastúpili prvýkrát a o volejbale nemali ani páru, ale hrali s nadšením. Postupne sa zdokonaľovali a teraz sú z nich dobrí volejbalisti.

Na čo ste počas svojho pôsobenia najviac hrdá?

Hrdá? Nič svetoborné som predsa neurobila. Všetko som snažila robiť najlepšie, ako som vedela. Spomínam si na jedny slová poďakovania, ktoré vyzneli naozaj úprimne. Veľmi ma to vtedy potešilo. Snáď na to môžem byť hrdá.

Aká bola práca s ľuďmi?

Práca s ľuďmi je vždy náročná. Ak však ustúpi jedna, aj druhá strana, dá sa dohodnúť a nájsť spoločný cieľ.

Čo by ste odkázali všetkým členom, ktorí vás sprevádzali počas rokov?

Aby boli slušní a úctiví ku všetkým členom a ľuďom, lebo každý máme inú povahu.

Čo by ste odkázali novému predsedovi a novému výboru?

Nech spolu vydržia aspoň polovicu z toho, čo ja a potom to už pôjde samo.

Aké sú vaše ďalšie plány?

O tom som nerozmýšľala. Prijmem to, čo život prinesie.

Dlhoročnú prácu ocenili členovia MO JDS:

„Božka, ďakujeme Ti za všetky roky tvojej práce, ktoré si venovala JD. Zostane zapísaná nielen na papieri, ale najmä v spomienkach všetkých, ktorí si vážia, čo všetko si pre organizáciu a našu obec urobila. Želáme Ti veľa zdravia, radosti a spokojnosti. Veríme, aj naďalej zostaneš súčasťou všetkých stretnutí seniorov. Zároveň ďakujeme za prácu aj všetkým členom výboru, a zvlášť Márii Semanovej, ktorá sa dlhé roky starala o financie.“

Nový výbor začal svoju činnosť

Výmena vedenia, členov, je prirodzenou súčasťou fungovania organizácie, Prináša novú energiu a zároveň vytvára príležitosť poďakovať sa tým, ktorí dlhé roky obetovali pre ňu svoj čas.

Na januárovej členskej schôdzi bol zvolený nový výbor v zložení: predseda - Ján Záborský, podpredseda - Mária Komačková, tajomník - Hilada Šišková, hospodár - Daniela Gondová, členovia: Miroslav Ferianc, Helena Homolová, Marianna Lukaščíková, Michal Smatana, Darina Zajacová, Viera Chladná a Angela Regulyová.

Výbor prebral zodpovednosť a ďalšie smerovanie organizácie.

Opýtali sme sa čerstvého predsedu MO JD Jána Záborského.

Ako dlho už pôsobíte v miestnej organizácii a čo vás na nej najviac oslovilo?

Ako pracovník pri organizovaní športových podujatí už 6 rokov, ako člen výboru som pracoval od roku 2024.

Na čo sa plánujete zamerať v najbližšom období?

Na plnenie schváleného plánu práce na rok 2026.

Čo považujete za najdôležitejšie, aby organizácia fungovala dobre?

Oddaná práca pre JDS, aj keď to bude na úkor osobného voľna.

V čom by mala byť zameraná spolupráca s obcou?

Vo vzájomnej spolupráci pri rôznych podujatiach.

Čo podľa vás seniorom dnes najviac chýba, čo by im pomohlo?

Socializácia a stretávanie sa v čo najväčšom počte seniorov na rôznych podujatiach.



Ďakujeme za rozhovor. Predsedovi a celému výboru MO JDS želáme v ich práci veľa síl, elánu a dobrých nápadov.

(dg)

Zimný športový deň seniorov

Na vleku SkiUhliská v Nižnej sa 2. februára zišlo 76 seniorov z celého okresu.

Slalom absolvovalo 6 mužov: 1. miesto - Zdeno Novák Nižná, 2. miesto - Ján Kadlub Trstená, 3. miesto - Miroslav Ferianc Nižná a 5 žien: 1. miesto – Renáta Totonelliová Cifrová Nižná, 2. miesto - Elena Lepišová Tvrdošín, 3. miesto - Mária Ďurecová Nižná.

Vzhľadom na to, že boli polročné prázdniny, slalomu sa zúčastnilo aj 32 žiakov z Brezovice, Tvrdošína a Nižnej.

Ostatní účastníci absolvovali 3 km chôdze s paličkami, aj bez nich. Po športovom výkone sme si všetci spoločne posedeli v kolibe pri výbornej kapustnici. Poďakovanie za zdarný priebeh podujatia patrí Dušanovi Lukaščíkovi, Danielovi Paľovi, Jozefovi Labdíkovi za technickú prípravu slalomu, za pomoc pri organizovaní novému výboru MO JDS Nižná a Ivanke Melníkovej.

Mária Ďurecová



Ples seniorov

Vek im nebráni v dobrej zábave

V priestoroch kultúrneho domu sa 13. februára konala už tradičná Senior párty. Jej organizátormi boli, ako aj po minulé roky, samotní seniori. Okrem domácich sa na party prišli zabaviť aj seniori zo susedných obcí - z Trstenej, Tvrdošína, Oravské-

Pokračovanie na str. 13



Dokončenie zo str. 12

ho Bieleho Potoka, Štefanova a Podbiela. Už prvé minúty nasvedčovali tomu, že posedenie sa bude niesť v príjemnej atmosfére, nemalou mierou k tomu prispela aj útulná výzdoba sály.

Ako hosť sa podujatia zúčastnili aj starosta Jaroslav Rosina s manželkou. Prišli, aby seniorov nielen podporili, ale spoločne s nimi strávili príjemné chvíle. V úvode posedenia všetkých pozdravil a privítal nový predseda MO JD Nižná Ján Záborský. Prihovoril sa aj starosta a po ňom okresná predsedníčka JD Mária Ďurecová. V kultúrnom programe žiaci tanečného odboru ZUŠ V. Habovštiaka predviedli nádherné tanečné číslo. K výbornej nálade počas celého večera prispela dobrá hudba, jedlo a tombola sprevádzaná potleskom a radosťou výhercov.

„*Sme radi, že sme sa takto mohli stretnúť, porozprávať a zabaviť. Takéto chvíle nás dobíjajú nesmiernou energiou*," povedala jedna z účastníčok párty.

Tohoročná senior party potvrdila, že aj vekovo starší seniori sa vedia stále zabaviť



a tiež vytvoriť výbornú náladu, ktorú by im mnohí mladší mohli aj závidieť.

(dg)

Výlet do Banskej Bystrice

Príjemný večer s baletom Anna Karenina



V sobotu 28. februára zorganizovala Okresná organizácia JDS kultúrny výlet do Banskej Bystrice, ktorého sa zúčastnili aj naši seniori. Výletníci tak mali možnosť zažiť baletné predstavenie Anna Karenina. Tento emotívny príbeh lásky, vášne a tragických rozhodnutí na javisku Štátnej opery v Banskej Bystrici predviedli baletní umelci pod vedením režiséra Petra Dedinského, rodáka z Nižnej. Predstavenie bolo jeho prvé celovečerné dielo. „*So svojím tímom som ho starostlivo pripravil tak, aby jednotlivé udalosti príbehu mali svoju vnútornú motiváciu, aby scény logicky nasledovali v hlbokej emócii podporené choreografickým a režijným remeslom*," vyjadril sa samotný režisér.

Vystúpenie prinieslo všetkým silný umelecký zážitok, zároveň možnosť stráviť spoločný večer v kultúrnom prostredí.

(dg)

Medziokresná súťaž v bowlingu

- naši seniori vybojovali 1. miesto





MO JD v Breze organizovala dňa 11. marca v Krušetnici súťaž v bowlingu. Zúčastnilo sa ho 24 družstiev z okresov Námestovo a Tvrdošín. Atmosféra bola od začiatku, ale aj počas celého dňa, výborná. Súťažiaci si navzájom fandili a povzbudzovali sa. Naši seniori, v zložení Irena Tomagová, Mária Ováriová, Michal Smatana a Miroslav Ferianc, predviedli fantastický výkon a po celodennom zápolení obsadili vynikajúce 1. miesto. Miroslav Ferianc sa v celkovom poradí ako jednotlivec umiestnil na krásnom 2. mieste. Predseda MO JD Nižná Ján Záborský tentokrát nehral za domáci tím, ale reprezentoval okres. Napriek tomu svojich spoluhráčov pri hre podporoval a manažoval. Víťazstvo v silnej konkurencii 24 družstiev je úspech seniorov, na ktorý môže byť naša obec právom hrdá.

(dg)

Zo života miestnej organizácie zdravotne znevýhodnených občanov a dôchodcov

Návšteva ateliéru umeleckej drevorezby v Nižnej

Drevo, ako jeden z najcennejších prírodných materiálov, sprevádza človeka už tisícročia.



Jeho remeselné a umelecké podoby, akými sú drevené kostoly, sochy alebo obrazy zanechávajú odkaz ich tvorcov dodnes. Lásku k drevu a rezbárstvu našiel vo svojej práci aj náš rodák Tomáš Lajmon, ktorého sme 30.októbra minulého roku s menšou skupinkou navštívili v jeho ateliéri v Nižnej. Práve dokončená socha Panny Márie bola krásnou ukážkou jeho umeleckej rezbárskej tvorby, kde sa spolu stretli láska a cit k drevu s radosťou z práce. Socha je vyrezaná z kvalitného lipového dreva a jej výška je 150 cm. Záver tohto milého a priateľského stretnutia nám Tomáš spríjemnil niekoľkými skladbami z jeho tvorby.



Bylinkové posedenie

Koncoročné stretnutie

Štvrtok 27. novembra 2025 patril spoločnému stretnutiu našich členov v rotunde Domu kultúry Nižná. Milé slová pána kaplána Denisa Čuchrana pred prichádzajúcim adventným obdobím boli upriamením sa na hodnoty stíšenia a zastavenia sa uprostred predvianočného zhonu.

Posedenie pri sladkej medovine, chutnej kapustnici a domácom koláčiku spríjemnil svojím vystúpením spevácky súbor Ostražica pod vedením Márie Ováriovej, ako aj pesničky v podaní Tomáša Lajmona z jeho hudobnej tvorby. Zvlášť jeho pieseň Žobrák a kráľ nesie v sebe posolstvo skutočných hodnôt života.

Bylinkové posedenie

Koniec zimy patrí medzi obdobia, kedy náš organizmus zvlášť potrebuje zvýšiť a podporiť imunitu. Na tému Domáca prírodná lekáreň zorganizoval výbor na utorok 24. februára 2026 besedu, ktorej sa zúčastnilo viac ako tridsať členov. Beseda bola zameraná na prípravu bylinného sirupu na podporu imunity. Kombinácia cibule ako prírodného antibiotika, citrusov a byliniek je základom tohto sirupu na imunitu a kašeľ. Prítomní mali možnosť ho ochutnať v dvoch spracovaniach s rôznymi bylinkami.

Nasledujúca beseda, ktorú viedla Alena Mereššová, bola zameraná na rôznorodosť využitia sily liečivej bylinky - nádchovníka, známeho aj ako kubánske oregano alebo rýmovník. Mnohí ju doma pestujú v črepníku.

Svojimi poznatkami a dlhoročnými skúsenosťami s bylinkami besedu obohatila Terka Lazarová, ktorá zdôraznila, že pohyb, slnko a príroda sú prvými v rade prevencie.

Na záver besedy sme si pripili pohárikom tradičného zázvorového nealkoholického nápoja gingera vyrábaného podľa starého anglického rodinného receptu ešte z čias Charlesa Dickensa. Na zdravie nás všetkých !

Alena Mereššová



Koncoročné stretnutie



Darebáctvo sa podarilo

To, čo na začiatku vyzeralo ako „darebáctvo“, nabralo na vážnosti. Prvý raz to bolo: „Skúsme to.“ Teraz už trochu vieme, ako na to. Čo to obnáša. Čo to prináša. Vieme, že ľudia majú záujem prísť a pomôcť.

Písať opakovane o už napísanom nie je jednoduché. Prvý tohtoročný mobilný odber sa uskutočnil vo februári a dopadol opäť nad očakávania. Aspoň moje. Od prvodarcov až po darcov ovešaných plaketami. V určitom okamihu to vyzeralo, že budeme musieť poslať čakajúcich darcov preč. Ako sme sa totiž dozvedeli, počet prepravovanej krvi je obmedzený.

V dnešnej dobe sa mobilné odbery robia takmer vo všetkých obciach a mestách na Orave. Vždy je istejšie informovať sa vopred, aby ste nešli zbytočne. Aby ste neboli medzi tými, ktorých už neodpichnú. Nie je to neúcta. Nie je to nechcenie. Je to len praktická priestorová a logistická záležitosť. Keďže prichádza len jedna



sanitka, ktorá okrem zdravotníkov prepravuje celé zariadenie a cestou späť ešte aj vaky s krvou, budeme musieť zmeniť registráciu darcov. Prioritou budú tí, ktorí sa nahlásia a budú z Nižnej. Keby to bolo na nás, bolo by to inak, ale pokyn znel jasne. Počet darcov je stanovený. V sanitke prichádzajú dve zdravotné sestry, ktoré majú na starosti odbery päťdesiatich darcov a obmedzený čas, pretože krv, okrem toho, že musí byť dobre a bezpečne prepravená, musí byť do určitej hodiny odovzdaná, nakoľko ide na ďalšie testy mimo Martin.

Preto vás chceme poprosiť o trpezlivosť. Vieme, že chcete darovať. Chceme, aby ste darovali. Ale nie je to vždy o vedení a chcení. Niekedy narazíme na prozaické a praktické prekážky. A prípisy z vyšších miest.

Transfúzka odišla a odniesla si takmer šesťdesiat jednotiek krvi. Ďakujeme. Zachránili ste ďalšie životy.

Rok 2025 v Slovenskom Červenom kríži

Rok 2025 bol v našom miestnom spolku pomerne rušný. Začali sme na jar, keď sme deťom v materských školách v Nižnej ukázali, čo je canis terapia – práca s asistenčnými psami. Mali možnosť si to aj prakticky odskúšať. Počúvať srdiečko. Pripravovať kŕmenie. Odvážnejší vydržali pokojne ležať, kým veľký biely obláčik Maja hľadal na nich a okolo nich pamlsky. Miestami sa osmelili dokonca aj tí, ktorí majú pred psami rešpekt, alebo sa ich boja.

V júni sme pre darcov krvi pripravili, už tradične, posedenie pri guláši. Bolo to aspoň malé poďakovanie. Začali sme



malou rozcvičkou mozgu v podobe plávajúcich námorníkov, pri guláši z dielne členov SČK a s hudbou nám už klasicky prešlo popoludnie.

Ďalšou našou aktivitou boli ukážky prvej pomoci v auguste počas Pltnice. S asistenciou SČK MS Dolný Kubín sme pripravili figuríny a pár situácií. Odvážne začali paradoxne najmenší, no pridali sa aj dospelí. Všetci si myslíme, že už sme to videli, tak to budeme vedieť. Naozaj? Buďte frajeri, a príďte nám to dokázať tento rok opäť na Pltnici. Prvá pomoc nezačína stláčaním hrudníka. Vie to byť náročné v mnohých smeroch.

V novembri sme sa zapojili do celoslovenskej akcie v spolupráci Slovenského Červeného kríža a Kauflandu Pomáhame potravinami a aspoň trochu sme pomohli ľuďom, ktorí potrebovali.

A rok sme ukončili opäť v materskej škole, tentokrát na Orličí. V rámci týždňa záchranných zložiek sme boli predškolákom ukázať niečo z prvej pomoci. Trénovali sme stláčanie hrudníka, aj Hemlichov manéver pri dusení. Neviem, čo si odniesli deti, ale ja som si odniesla „*soplík*“.

Opakovanie poskytovania prvej pomoci je niečo, pri čom niektorí prevrátia očami, že zase toto! Ale nie je to len tak nejaké „toto“. Môže ísť o sekundy, kým sa dostaví sanitka so zdravotníkmi. Môže ísť o sekundy, kedy môžete niekomu zachrániť život. Aj tým, že budete vedieť,



čo máte robiť. A aj to, čo robiť nemáte. Celé vaše „*zbytočné*“ trénovanie môže viesť k záchrane jedného života niekedy v budúcnosti. Tak ak máte chuť a odvahu, príďte zase počas Pltnice na štadión. My tam budeme na všetky vaše otázky.

Slovenský Červený kríž sme v podstate všetci. Členovia či nečlenovia. Všetci, komu nie je ľahostajný človek v núdzi. Nemusí to byť blízky človek. Môže to byť len niekto, kto sa ocitol v náročnej životnej situácii. Ak o niekom viete, dajte nám vedieť. Možno nájdeme nejaký spôsob ako pomôcť. Alebo nájdeme niekoho, kto bude vedieť pomôcť. Kto nám pomôže, ak si nepomôžeme navzájom?

Týždeň mozgu 16. - 22. marec 2026

Týždeň mozgu je každoročná globálna iniciatíva, ktorú na Slovensku zabezpečuje Slovenská Alzheimerova spoločnosť a funguje už od roku 1996. Je zameraná na šírenie povedomia o význame a vedeckom poznávaní mozgu, ale aj o rôznych praktických cvičeniach, ako nevyjsť z cviku a dať šedým bunkám zabrať. Lebo, ak im nedáme zabrať, zlenivejú. A prestanú fungovať. Ako sval, ktorý sa nepoužíva.

Nie je to o jednej činnosti, ktorú opakujeme dookola. Nestačí len lúštiť krížovky, sudoku, logické hádanky či kade-tadesmerovky. Je to najmä o pohybe. Nie o vychádzkovom – z nohy na nohu. Skôr rýchlejšia chôdza, kde sa trochu spotíte. Trochu sa zadýchate. Je to o opustení komfortných zón. Je to o nových výzvach a pozitívnom prístupe k životu. Je to paradoxne aj o tom, že mozog necháte odpočívať. Je to o tom, že nestrávite dni na internete. Že nenecháte všetko na umelú inteligenciu. Tá je ako oheň – dobrý sluha, ale zlý pán. Je to o jemnej motorike, čo neznamená, že máte začať vyšívať. Stačí vymeniť strany. Nie politické. Pravú za ľavú. Umyť si zuby opačnou rukou, ako ste zvyknutí. Zavrieť oči – najlepšie doma, v bezpečnom a známom prostredí – a premiestniť sa z izby do izby, využijúc ostatné zmysly. Napísať rukou úryvok z knihy. Nie je to celodenná činnosť, no malo by sa to stať činnosťou každodennou. Čo sa netrénuje, to sa prestane používať. A keď sa prestane používať mozog, čo zostane z človeka? Nezhlúpne, také jednoduché to nie je. Len zabudne. Nielen na ľudí. Zabudne, na čo sa veci používajú. Zabudne, že sa má najesť. Zabudne, že jedlo treba požuť a prehltnúť. Zabudne, že musí dýchať. Veci, ktoré si neuvedomujeme, že nerobíme automaticky. Robí ich za nás centrála. Musíme sa o ňu postarať, aby sa ona postarala o nás.

Tréning mozgu nie je vyriešiť hádanku skôr ako ostatní. Tréning mozgu je dať mu podnet, aby sa hýbal. Premýšľal a kombinoval. Spájal veci, ktoré sa nám zdajú byť tak jasné, až sú zbytočné. Nie sú.

V tomto čase je týždeň mozgu už za nami. No neobmedzme sa len na jeden týždeň. Urobme si z toho každodennú záležitosť. Najviac mozgu neprospieva, keď nedostáva nové podnety. Nie je to kvantová fyzika. Len malý tréning, ktorý môže zabrániť veľkému prú.... problému.

Veronika Záhorcová, SČK MS Nižná

Ponúkam dve úlohy:

1) Máte 5 sekúnd, aby ste si zapamätali obrázky vľavo. Potom zakryte tabuľku a odpovedzte na otázky vpravo.


č.1


č.2


č.3

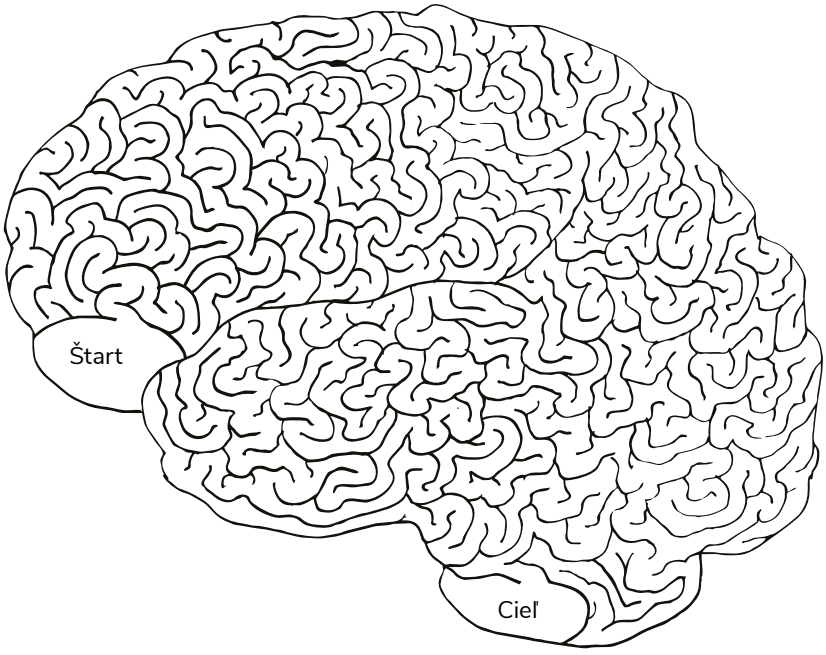

č.4


č.5


č.6

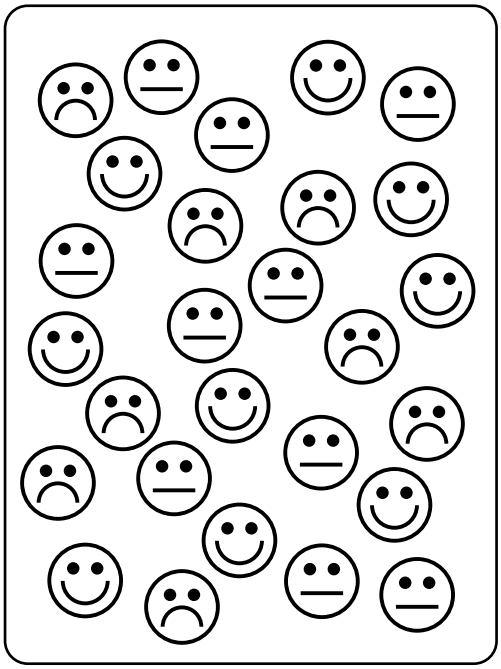
1. V ktorom okienku sa nachádza hruška?
2. V ktorom okienku sa nachádzajú banány?
3. Čo sa nachádza v okienku č.3?
4. Kde je ukrytá mandarínka?
5. Čo sa nachádza v okienku nad hruškou?
6. Kde je ukrytý melón?
7. Aké ovocie nebolo spomenuté?

2) Nájdite cestu z bludiska



3) Vymaľujte správnou farbou podľa legendy





Veríme, že už spieva vo večnosti

Keď nám raz dohorí sviečka života, každý z nás tu zanechá určitý odkaz rodine, či okoliu. Dňa 15. októbra 2025 nás predišla do večnosti naša rodáčka Cecília Nákačková vo veku úctyhodných 93 rokov, ale zanechala nám veľkú stopu ako nezmazateľnú pečať rodnej obci v oblasti kultúry, v šírení ľudovej tradície. Veď bola jednou z tých, ktorej hlas znel pri zrode Folklórnej skupiny v Nižnej -mužov a žien. Hoci do roku 1990 v menšej miere existovala nejaká aktívnosť v tomto smere, predsa priniesli výrazný a žiadúci impulz, pretože ako prezradila, Nižná zaostávala so starými zvykmi. V každom prípade by sa nemalo rýchlo zabúdať na zaangažované osobnosti folklóru, preto už v úvode jej a všetkým zanieteným účinkujúcim vyslovujeme srdečné: *„Ďakujeme!“* a zároveň si retrospektívne pripomeňme rozkvet starých nižnianskych zvykov aj so spomienkami, s ktorými sa rada podelila ešte v posledných mesiacoch svojho života.



Skrýva sa za jednoduchý príbeh, avšak plný ochoty, nezištnosti, lásky k folklóru v súvislosti práve s rokom 1990. Zanietená Mária Kaššáková (rod. Kubincová) cez Maticu slovenskú navštívila jej rodný dom a dala podnet na oživenie obyčajov, predovšetkým na uchovanie originality Nižnej, pretože bola síce nesmierne bohatá na kultúru, ale žiaľ aj prezentovaná chudobne. Úspešne našla vytúžené posledné generácie, ktoré ich ešte zažili, udržiavali a boli ochotné sa s nimi podeliť s verejnosťou.

Na ten januárový deň si Cecília pamätala úplne jasne, keď s týmto zámerom bola oslovená najprv jej mama Anna Kubošová ako najstaršia obyvateľka obce. Keďže ona sa na to už necítila kvôli vysokému veku, ponúkla túto možnosť svojim dcéram



Z vystúpenia na Pltníckom dni v r. 1998, sprava sestry Terézia a Cecília

Terézii Korčuškovej, Rozálii Zajacovej a Cecílii Nákačkovej. Takto doma mali so záujmom prvú skúšku, najprv starodávnych ľudových piesní. Onedlho prizvali svojho brata Jána Kičina st., postupne sa skupina formovala, rozrástla o ďalších horlivých členov rodiny a známych, ktorým záležalo na zachovaní tohto dedičstva. Skromne priznala, že to nebola ich prvotná myšlienka, ale na druhej strane niektoré oslovené rovesníčky boli radšej diváčky. Predsa to chcelo obrovskú dávku chuti, času i nadania.

Tesne pred Štedrým dňom, 23. decembra 1990 folklórna skupina a dávno rozbehnutá ľudová hudba spoločnými silami vystúpili v rozsiahlom, naozaj „štedrom“ programe pod výstižným názvom Korene a výhonky, v nasledujúcom roku sa stali už neodmysliteľnou súčasťou. Precízne nacvičenými spevmi a tancami, dramatickými ukážkami na mnohých podujatiach (Pltnícke dni, Oravské Vianoce, Podroháčske folklórne slávnosti, Podbielanské folklórne slávnosti a i.) pookrialo na duši nemálo divákov. A to nielen z miestneho javiska, ale aj z javiska blízkeho okolia a zahraničia, kde si opakovane rada vychutnala spevácke sólo. Niekoľko rokov v nich stvárňovali typicky nižniansky život s pestrou tematikou (valaská tematika, pltníctvo, predvianočné a vianočné zvyky, páračky, priadky, zber „hafír“ - čučoriedok a pod.), prirodzene taktiež s kresťanským nádychom. V začiatkoch pomáhal program výrazne zosúladiť Tibor Kičin, jeden z hudobníkov ľudovej hudby a postupne ostal aj v úlohe scenáristu, dramaturga. Dokonca v roku 1995 boli tieto vzácne spevácke poklady uchované s jedinečnou charakteristikou v pokladnici nahrávok Slovenského rozhlasu, zásluhou PhDr. Ondreja Dema CSc., autora a redaktora cyklu Klenotnica ľudovej hudby.

Z tohto aspektu bola Cecília nositeľkou autenticity, piesne boli súčasťou jej každodenného života, boli ako krídla pri ťažkej práci so senom. Oduševnene si zaspomínala na svoje dávne časy pretkané spevom a právom zamrzene podotkla, že my už ich také nezažijeme. Dokonca sa stotožňovala s názorom, že tie ženy, ktoré sa narobili, žijú dlho, lebo sú vypracované a Pán Boh im dal zdravia. To je možno dôvod, pre ktorý sa aj ona dožila vysokého veku a do posledných chvíľ jej to výborne nielen myslelo, ale i spievalo. Pevne veríme, že ďalej spieva už vo večnosti a všetkým zosnulým členom ešte pripájame tichú modlitbu s prosbou: *„Odpočinutie večné daj im, Pane.“*

A akú krásnu odmenu od nás si zaslúži tento iniciatívny kolektív za odovzdaný, podčiarkujem originálny klenot našej obce? Veď práve oni zanechali pôvodný ráz, špecifický pre Nižnú. Určite len snaha nás jednotlivcov tento nehmotný, zdedený majetok oprašovať i v modernej ére materializmu v rámci svojich možností, aby nemusel raz spolu s poslednými nadšencami úplne usnúť. Zároveň bol by to aj nesmierny dar pre súčasnú generáciu dávno odsťahovaných Nižniancov do sveta, či už do Ameriky, Kanady, ktorá má pri príchode do Nižnej prekvapene obrovský záujem o spoznanie koreňov svojich predkov, pochopiteľne spojené vyslovene len s takýmto autentickým duchom nižnianskych tradícií. Ale ďalší osud je v rukách obyvateľov, či táto vzácnosť ostane zabudnutá, či sa premenení len na umelú atrapu, alebo sa naozaj uchová, umocní a zvýši kvalitu.

Mária Sirotová

Anton Bača, futbalista, oduševnený športovec, empatický, vždy s úsmevom na tvári a milým slovom pre každého, koho poznal a stretával. Takto by sme ho mohli v krátkosti charakterizovať.

Dňa 6. februára 2026 nás však, ako najstarší občan z mužov v Nižnej, vo veku 95 rokov opustil. Počas svojho aktívneho života pôsobil dlhé tri desaťročia ako predseda Telovýchovnej jednoty v Nižnej a neskôr takmer dve ako jej hospodár. Svojou dlhoročnou obetavou prácou výrazne prispel k rozvoju športového života v Nižnej.

S úctou spomíname a v srdci ďakujeme za všetko, čo pre našu obec urobil.

Genius loci Nižnej 2025

Kúsok Teba niesť do života...

Snáď sa nám to podarilo. Doniesť kúsok osobnosti pani profesorky Kollárovej do každodenného života našej obce v krásny zimný večer tretieho decembra 2025 v rotunde DK v Nižnej. Jej jedinečnosť je nenahraditeľná, ale mali sme odhodlanie aspoň priblížiť chvíle s ňou. Pozdvihnúť to, čo v nás videla a odovzdať to ďalej. Podľa reakcií publika sa nám to azda naozaj podarilo.

Večer poézie sa niesol v príjemnom duchu básní a umeleckých textov, ktoré pred ukončením svojej životnej púte nakombinovala a pripravila spolu s prednášajúcimi pani profesorka. Po jej smrti v nás ostala túžba dokončiť „jej“ večer Genius loci tak, aby bola s nami spokojná. Priniesť umenie a povzniesť ducha sme chceli hlavne pre všetkých Nižňanov, pre ľudí, ktorí ju poznali, pre nás samých aj pre ňu.

Večerom sprevádzali šarmantné učiteľky Spojenej školy Janka Krúpová a Monika Barčáková. Ich pokojný prejav dokonale ladil s atmosférou večera, čo diváci s obdivom ocenili. Prednes na profesionálnej úrovni sme si vypočuli v podaní Janky Černej, Márie Habovštiakovej, Anny Kadučákovej, Evy Goliánovej, Karola Hanuláka, Pavla Koňucha, Alžbetky Mlynarčíkovej a malej hviezdičky Vandy Rakytovej. Spomienky na pani Kollárovú predniesli Elena Jakubovičová a Miloš Kázik. O hudobný sprievod sa postaral už tradične Tomáš Lajmon a spolu s manželkou Patríciou nám aj porozprávali svoju osobnú skúsenosť s pani profesorkou. Hosťami programu boli Peter Dedinský a jeho hudobná hostka operná speváčka Veronika Bílová. Jej operný spev rozozvučal nižniansku rotundu celkom novým spôsobom. Nádherný zážitok podnietil mnohých z nás. Jedna z viacerých nadšených reakcií:

„Nikdy by som si nepomyslel, že operný spev v podaní Veroniky Bílovej ma takto dostane. Normálne som mal slzy na krajíčku. Hotová pastva pre uši.“ Z autorov sa o nás „postarali“ nádherné texty Milana Rúfusa, Daniela Heviera, Maši Haľamovej, Tatiany Kuzovlevovej, Sväté Písmo - Kazateľ a mnohí ďalší. Záver programu zavŕšilo nádherné číslo folkloristov Oravanu Senior, ktorí dodali celému programu tú správnu bodku. Slávnostný večer zakončil životopisný film s názvom Čajka nad riekou o pani Kollárovej, ktorý o nej natočil Andrej Bödi. Tvorivú atmosféru vystriedali srdečné rozhovory, spomínanie a spoločný čas.

Veríme, že tí z vás, ktorým sa podarilo byť súčasťou alebo hosťami tohto programu, sú spokojní s výsledkom. Našli sme nové priateľstvá, podnietili sa spoločne k hľadaniu a nachádzaniu umenia, potešili sa jeho hĺbkou, obohatili sa ním a jeden druhým. Lebo aj toto bol dôležitý odkaz pani profesorky. Aby sme boli spolu, zdieľali spoločný čas, tešili sa zo stretnutí a nezabúdali pri tom na vzdelanie, umenie a kultúru. Tak pokračujme spoločne aj v našej Nižnej v tomto odkaze a snažme sa o lepšie dni pre seba aj ľudí okolo nás.

Srdečne ďakujeme každému, kto akýmkoľvek spôsobom pomohol, prispel k priebehu večera. Ďakujeme za výzdobu, za fyzickú pomoc, obecnému úradu za finančnú podporu a každému komu záleží na podpore a zachovávaní kultúry v nás a radosti z hrejivých stretnutí.

„Poézia? Ako dávno sme sa s poéziou nestretli. Ale aké lákavé, tešíme sa, ideme. S veľkou úctou a zvedavosťou





sme čakali, aké to bude. No a to, čo sme zažili, ostalo v nás dodnes. Zoznámenie sa s úžasnými ľuďmi, ktorí nás hneď prijali medzi seba, ale ich prejav, prednes... Poézia, aký krásny druh umenia, pamäť milých účinkujúcich, pri počúvaní sme sa ešte viac cítili dojatí, šťastní a dojem? Aké šťastie nás stretlo, že sme boli pozvaní. Koľko radosti, lásky a energie sme si z toho krásneho večera odniesli. Pocit a presvedčenie o tom, akí úžasní ľudia dali toľko krásy a pozitívnej energie do svojich prednesov, sme si odnášali domov s pocitom buďme šťastní, majme sa všetci radi, svet je krásny. Divadielko poézie v Nižnej musí pokračovať, veríme, že ľudia si k nemu vždy nájdu cestu. Sú to krásne stretnutia, na ktorých sme už pravidelní poslucháči a s radosťou budeme aj naďalej. Naši milí priatelia, pokračujte, s chuťou a láskou budeme naďalej medzi Vami. Pokračujte, ako keby p.prof. Evka Kollárová naďalej bola medzi nami.“

Za priateľov z Lihôtky Alexandra Kulinová

Záverečné slová Alžbetky Mlynarčíkovej

„Večnosť je miesto,
kde stretneme sa znova,
ja budem nová, aj ty budeš nová,
spolu len nazrieme, nad svetom poletíme,
tíško nás poteší, že kultúra
v ňom ešte žije.“

Za všetkých organizátorov a účinkujúcich
Eva Jandurová

Aj do Iránu sa dá (niekedy) cestovať

Slovíčko „*niekedy*“ tu naozaj nie je náhodne, nie vždy bezpečnostné podmienky umožňujú navštíviť túto destináciu. Je to spôsobené už dlhšie trvajúcim konfliktom (od roku 1979) s Izraelom, ktorý Irán ako štát doteraz diplomaticky neuznal. Táto skutočnosť, žiaľ, so smutnou pravidelnosťou - takmer každoročne vyúsťuje (najmä v jarných mesiacoch) do obojstranných vojenských atakov spojených s bombardovaním. Táto „*prestrelka*“ trvá spravidla dva až tri mesiace a potom nastane obdobie mieru. Opakujúcim sa nepokojom neprospievajú ani ekonomické sankcie zo strany USA a Bezpečnostnej rady OSN kvôli iránskemu jadrovému programu. Aj v čase, kedy píšem tieto riadky, (11.1.2026) otriasajú Iránom mohutné protivládne demonštrácie, pri ktorých zahynulo už viac ako 500 ľudí. Napätie v krajine vyvolala stále sa zhoršujúca ekonomická situácia spôsobená výrazným a dlhodobým oslabením tunajšej meny - riálu. Protesty sú namierené proti autokratívnym duchovným autoritám v krajine s cieľom zmeniť politickú štruktúru v štáte. Podobnú situáciu sme aj my riešili niekoľkokrát a chystanú návštevu tejto krajiny sme museli na poslednú chvíľu zrušiť. Rok 2025 bol odlišný v tom, že konflikt vzbĺkol hneď začiatkom roka, a tak tu vznikla šanca skoršieho vyhasnutia, tak sme začali výpravu organizovať na október. Nakoniec to predsa vyšlo.

Irán (do roku 1935 pod názvom Perzia) je dosť rozsiahla krajina, Slovensko by sa na jej územie zmestilo 33-krát, žije tam približne 90 miliónov obyvateľov. My sme s medzipristátím v Istanbule prileteli do hlavného mesta Teherán. Je to dosť mega-city s 12 miliónmi obyvateľov a s prímestskými časťami do 20 miliónov. Mali sme deň času na vybavenie potrebných formalít a organizačných záležitostí a popritom sme si jedným okom pozreli aj niektoré atrakcie mesta. Na prvom mieste treba určite spomenúť Azadi tower. Je to mohutná veža (vysoká 45 metrov) na „*rozkročených nohách*“, celá z betónu a obložená leštеným snehobielym mramorom. Dal ju vybudovať posledný iránsky šáh Muhammad Rezá Pahlaví pri príležitosti osláv 2 500. výročia Perzskej ríše. Dokončená bola v roku 1971.Výťahom sa dá dostať do najvyššieho poschodia s výhľadom na mesto. Nachádza sa tu tiež múzeum dávnej Perzie a inštalovaná je expozícia historických fotoaparátov. Turisti sa pri nej veľmi nezastavovali. Odborníka v tomto fachu by to určite obohatilo, ale pre bežného návštevníka sa skôr javila ako neužitočná znáška „*ležiakov z pôjda*“.

Ale Azadi tower je len „*prikrčený trpaslík*“ v porovnaní s dominantou Teheránu - Milad tower, je to multitelekomunikačná veža vysoká 435 metrov. Návštevník sa môže dostať do „hlavy“ veže v 315 metroch. Chodíte dookola v presklenej vyhliadke pripomínajúcej kabínu Ufo - mesto ako na dlani, nevidno konca mestskej zástavbe. Tí najodvážnejší si tu môžu skočiť bungy jumping (z 315 metrov! za 400 eur. Chalani ma „*hecovali, nech to dám*“, no vyhovoril som sa, že nemám pri sebe dosť „drobných“. Pravda bola ale taká, že som nemal so sebou náhradné trenírky. Keď sme zašli na čerpaciu stanicu natankovať naftu, neverili sme vlastným očiam. Za jedno jediné euro tu dostanete 66 litrov nafty alebo 35 litrov benzínu. Neobviňujte redakciu NiO, nie je to tlačová chyba, je to naozaj skutočnosť. Irán má totiž tretie najväčšie zásoby ropy na svete. Nevyužíva ich síce, ako by si prial, na príčine sú spomínané medzinárodné sankcie. Prehliadku mesta sme zatiaľ ukončili a začali sme sa chystať do hôr.

Ladislav Ďuroška ml.

Pokračovanie v nasledujúcom čísle novín



Malá ochutnávka orientálnej architektúry na jednej z mnohých mešít v Teheráne



Nebotyčná Milad tower



Pohľad na majestátnu Azadi tower

Záver roka 2025





Skupina GOLF si pre svojich fanúšikov pripravila špeciálny darček. Na Katarínskej zábave, ktorá sa konala 22. novembra 2025, uviedla v premiére svoj nový videoklip k piesni PACHO. Klip vzdáva hold slovenským folklórnym tradíciám s prvkami moderného humoru. Pre širokú verejnosť je momentálne dostupný na platforme YouTube.





V nedeľu 30. novembra 2025 sa obec Nižná ponorila do čarovnej atmosféry očakávania, keď slávnostne požehnali Nižniansky adventný veniec a zapálili prvú sviecu nádeje

Mikulášsky projekt – Staň sa anjelom

Výnimočné Mikulášske stretnutie s názvom Staň sa anjelom, určené všetkým deťom a ich rodinám, sa uskutočnilo 5. decembra 2025 v Rotunde DK a prinieslo so sebou nielen radosť zo stretnutia s Mikulášom, ale aj myšlienku dobra, vďačnosti a vzájomnosti.

Sála sa zaplnila nielen deťmi, ale i dospelými. Projekt bol postavený na jednoduchej, no silnej symbolike. Deti sa naň mohli pripraviť už vopred prostredníctvom šablóny s anjelskými pierkami, ktorú našli na webovej stránke obce. Na pierka kreslili alebo písali modlitby, poďakovania, želania či dobré skutky, čím sa aktívne zapojili do myšlienky celého podujatia. Mikuláša potešili deti aj svojím programom, zazneli básne a piesne z materských škôl, spoločne si zatancoval aj s tanečníkmi z Harlekýna a malými tanečníčkami zo ZUŠ. Mikuláš sa tak roztancoval, až si chcel nakoniec zatancovať aj so všetkými deťmi v sále. Páčilo sa mu to až natoľko, že nechcel prestať. Až jeho pomocníci mu museli pripomenúť,





že ho čakajú aj ďalšie povinnosti - obdarovanie detí sladkými balíčkami, ktoré starostlivo niekoľko hodín pripravovali jeho ďalší pomocníci - členovia komisie kultúry, za čo im patrí veľké ďakujem. Mikuláš tak potešil približne 630 detí, pričom sladké balíčky boli zabezpečené s podporou obce. Poďakovanie patrí aj mládeži, ktorá sa do podujatia aktívne zapojila a svojím nasadením vytvorila anjelskú aj čertovskú atmosféru, čím výrazne prispela k radosti a plynulému priebehu celého mikulášskeho stretnutia. Potom sa deti v sprievode

Pokračovanie na str. 21

Dokončenie zo str. 20

presunuli na špeciálne miesto - do kostola, kde sa jednotlivé pierka spojili do jedného celku. Vzniklo tak niečo výnimočné – symbol spoločného dobra - anjelské krídla, ktoré vytvorili práve deti svojimi myšlienkami a úprimnosťou. Mikulášske stretnutie sa nieslo v anjelskej atmosfére plnej detskej radosti, očakávania a úsmevov. Podujatie ukázalo, že aj jednoduchý nápad dokáže deti viesť k hodnotám, ako sú vďačnosť, pomoc druhým a ochota urobiť niečo dobré. Každé dieťa sa tak mohlo stať aspoň nachvíľu anjelom a urobiť si aj fotografickú pamiatku na tento večer. Projekt Staň sa anjelom zanechal v deťoch aj dospelých peknú spomienku a pripomenul, že byť anjelom neznamená robiť veľké skutky, ale malé dobré činy, ktoré majú veľký význam.

Daniela Štecová





V sobotu 6. decembra 2025 sa hudobný klub Tesla Orava rozvoňal vôňou klobás, keďže hostil súťaž O najlepšiu klobásu, na ktorej si návštevníci mohli pochutnať na rozmanitých vzorkách a vybrať si svojho favorita





Dňa 2. decembra 2025 sa v príjemnej atmosfére uskutočnilo tradičné vianočné posedenie dôchodcov

Vianočné trhy v Nižnej spojili ľudí v duchu adventnej radosti

Priestory Domu kultúry v Nižnej sa v predvianočnom čase zaplnili ľuďmi, hudbou a sviatočnou náladou. Tradičné vianočné trhy, ktoré sa konali 14. decembra, obec pripravila v spolupráci s komisiou kultúry. Vytvorili priestor na spoločné prežitie adventného času v duchu spolupatričnosti.

Podujatie dotvárali vône domácej kuchyne a originálne výrobky v príjemnej predvianočnej atmosfére. Významnou súčasťou trhov boli vystavovatelia a trhovníci, ktorí priniesli bohatú a pestrú ponuku ručne vyrábaných dekorácií, výrobkov, darčekov a domácich pochúťok - sladkých aj slaných dobrôt. Celé popoludnie sa nieslo v príjemnej atmosfére, keď sa priestory

Pokračovanie na str. 22



Dokončenie zo str. 21

domu kultúry zaplnili rozhovormi, úsmevmi a radosťou zo spoločného bytia. Bolo sa na čo pozerať a bolo z čoho vyberať. Každým rokom sú vystavené výrobky originálnejšie a nápaditejšie, čo len potvrdzuje šikovnosť a tvorivého ducha domácich, ale i vystavovateľov z okolitých obcí. Príjemným gestom bolo aj občerstvenie v podobe goralskej polievky, ktorú pre účinkujúcich, vystavovateľov a trhovníkov navaril starosta obce, čím ešte viac podčiarkol komunitný charakter podujatia.

Neoddeliteľnou súčasťou trhov bol bohatý sprievodný program. O energickú ľudovú hudbu sa postarala Nižňanská muzička, ktorá svojím vystúpením rozprúdila atmosféru podujatia. Svoj talent predviedli aj deti z Nižnej, ktoré svojím programom rozžiarili celé podujatie, ako aj deti Nižnej Vsi, ktoré potešili milým vystúpením plným radosti a detskej spontánnosti. Príjemnú sviatočnú atmosféru dotvorili otec a syn -Tomáš a Daniel Lajmonovci, v podaní ktorých zazneli nielen vlastné skladby, ale aj známe svetové melódie v sprievode gitary a klavíra. Hudobné aranžmány predniesla saxofónové kvarteto a žiaci ZUŠ V. Habovštiaka Nižná, čím obohatili kultúrny rozmer trhov. Tradičné tóny ľudovej hudby priniesli heligonkári a harmonikári z Nižnej, ktorí potešili všetky generácie. Výnimočným momentom podujatia bolo vystúpenie Orkiestry Dęta z Mszany Dolnej, ktorá ako tradičný hosť ponúkla veľkolepý dychový koncert plný temperamentu a sviatočnej energie.

Vianočné trhy sa tak stali miestom, kde sa ľudia mohli na chvíľu zastaviť, započúvať sa do hudby, nadýchať sa vône prichádzajúcich Vianoc a stráviť spoločný čas, ktorý spája a vytvára krásne spomienky. Tretia adventná nedeľa sa v Nižnej niesla v znamení spomalenia, radosti a vzájomnej blízkosti – presne v duchu adventného času.

Koncert dôstojne uzavrel vianočné obdobie a spojil generácie

Vo farskom Kostole svätého Gála v Nižnej zaznel 11. januára výnimočný hudobno-duchovný koncert, ktorý sa stal dôstojnou bodkou za vianočným obdobím. Podujatie prinieslo chvíle stíšenia, pokoja a spoločného prežívania viery prostredníctvom hudby, spevu a slova. Na jednom pódiu sa stretli viaceré miestne hudobné a spevácke zložky, čím vznikol jedinečný spoločný program, ktorý spojil generácie, hudobné štýly aj duchovné tradície. Celkovo sa na koncerte predstavilo približne 60 účinkujúcich.



Atmosféru večera výrazne formovala Nižňanská muzička, ktorá citlivo sprevádzala celý program a dodala mu hudobnú istotu aj energiu. Pod vedením Petra Kubalu spolu so svojimi sólistami rozprúdila koncert a vytvorila prirodzený hudobný základ pre všetky zložky a ich vystúpenia.Veľkú radosť publiku priniesli aj deti Nižnej Vsi, ktoré sa predstavili s programom plným úprimnosti, radosti a detskej spontánnosti. Pod vedením Veroniky Kubalovej vniesli do koncertu sviežosť a prirodzenú radosť zo spevu a koledovania.

Silným momentom večera bolo aj vystúpenie chrámového zboru a speváckeho zboru Gaudium, ktoré vedie Daniela Štecová. V spojení s muzikou zazneli koledy, uspávanky a duchovné piesne, ktoré umocnili sviatočnú atmosféru chrámu.

Neodmysliteľnou súčasťou programu boli aj heligonkári a harmonikári z Nižnej, ktorí pod vedením Petra Krupu priniesli do kostola tradičné tóny ľudovej hudby, blízkej všetkým generáciám. Bolo milé započúvať sa do spevu kolied celej farnosti.

Osobitné poďakovanie patrí pánovi farárovi Dušanovi Galicovi, ktorý koncert podporil, prejavil dôveru, otvorenosť a umožnil, aby sa toto „*hudobné stretnutie*“ uskutočnilo v priestoroch farského kostola. Jeho podpora bola dôležitou súčasťou celého podujatia.

Koncert nebol len umeleckým zážitkom, ale aj prejavom spolupatričnosti. Organizátori veria, že výťažok z dobrovoľného vstupného bude môcť byť venovaný tým, ktorí pomoc skutočne potrebujú, o čom bude verejnosť ešte informovaná.

Záver večera patril spoločnému poďakovaniu všetkým účinkujúcim aj návštevníkom, ktorí svojou prítomnosťou naplnili chrám a vytvorili jednu veľkú farskú rodinu. Hudba, ktorá v ten večer zaznela, bola tichým svedectvom o tom, že aj jednoduché spojenie hlasov, nástrojov a všetkých talentov dokáže priniesť pokoj, nádej a radosť do sŕdc ľudí.

Daniela Štecová



V závere roka, ako darček pre všetkých, vydala skupina GOLF nový videoklip k piesni Sviatočný čas



Silvestrovská vatra na Prasatíne, foto: **Lukáš Kucej**



Novoročný ohňostroj v obci, foto: **Lukáš Kucej**

Začiatok roka 2026









Trojkráľový výstup na Ostražicu, 6. januára





Obecný ples, 17. januára



Prechodu podbielanskou Magurou sa 9. februára zúčastnili aj Nižňanci

Pafková – tento rok na blate

Ako už býva dobrým zvykom, aj tento začiatok februára sa konal už 58. ročník dobre známej zimnej akcie. Aj keď prívlastok zimná bol trochu nenáležitý vzhľadom na počasie, ktoré v danom dni panovalo. Nuž, nenavyberáme si, boli naše slová, keď sme sa na to dali, tak počasie nás predsa neodradí. Pamätáme už roky, keď boli záveje snehu, ale aj roky, keď bolo nezvyčajne teplo. Príprava pár týždňov dopredu je už pre nás pomaly rutinou, ale vždy sa snažíme pripraviť všetko tak, aby to „klaplo“.



Upršané sobotné ráno dokázalo vytiahnuť tých skalných účastníkov, ale aj tých, ktorí boli prvýkrát. Predpoludním sa začínalo zapĺňať okolie chaty. Svojou návštevou a príhovorom nás poctil aj starosta obce. No a potom sa na zmoknutých tvárach objavil aj úsmev a smiech pri zápolení v už tradičných disciplínach - pílenie kláta, hod polenom a preťahovanie lanom. Deti mali pripravené rôzne súťaže, avšak tak, ako aj pred rokom, nemohli sa vyšantiť v snehu a pospúšťať na tradičnej šmykľavke. Zato v blate to pre niektorých bola tiež super zábava.

Podávaná bola kapustnica a čaj, no a pre dospelákov aj medovina. Zohriatie sa pri ohni určite každému v tom počasí dobre padlo. Niektorí si zaspievali, no a niektorí aj potancovali.

Po nenáročnom presune do dediny už všetkých čakal guláš a zábava v Hudobnom klube Tesla Orava. Prináleží osobitne poďakovať Poľovníckemu spolku Hldočín za zabezpečenie spomínaného gulášu. Zábava v družnej atmosfére trvala dlho do noci.

A čo dodať na záver? Veľké ďakujem všetkým vám, čo ste prišli a nenechali nás v tom nevľúdnom počasí samých a všetkým tým, ktorí nás akoukoľvek formou podporili a udržali túto akciu živou.

Budeme sa aj o rok snažiť všetko pripraviť tak, aby sme sa znova zišli v Hldočíne, dúfajúc v to, že to nebude na blate.

Za tím Pafkáčov Mário Chrenka



Foto zdroj: ***Dáša Slanická***



Foto zdroj: ***Janka Venigerová***

Krst nového albumu skupiny ANTHOLOGY



Dňa 6. decembra 2025 hudobná skupina Anthology z Nižnej krstila v bistre Domu kultúry svoj nový, v poradí už štvrtý album s názvom Frozen Sun. Album pokrstili hudobníci Ján Kubas a Michal Jankuliak, ktorí na albume aj spolupracovali. Skupina si pozvala hostí The Lampions z Nižnej, TBB band z Dolného Kubína, The Pant z Čiech a Shrot z Trstenej. Kapela Anthology vznikla v roku 2008 a v súčasnosti ju tvoria členovia: Miroslav Grman, Marián Gonda, Peter Pleva, Martin Lofaj a Lilian Anerousi. Už ich debutový album Exitus (2011) im otvoril dvere na pódiá, okrem vystúpení pred kapelami ako Olympic či Desmod robili predskokana legendárnej nemeckej heavymetalovej ikone ACCEPT. Pri albume The Prophecy (2014) a albume Angel´sRevenge(2016) sa pod zvuk podpísal svetoznámy producent a gitarista Roland Grapow- bývalý gitarista nemeckej legendy HELLOWEEN, ktorý si s nimi na koncerte v Tvrdošíne aj zahral dve ich piesne. Najväčšiu pozornosť dnes však púta nová tvár za mikrofónom. Od roku 2021 v kapele pôsobí sympatická Lilian Anerousi, ktorá do Nižnej meria cestu až z gréckych Atén. Lilian kapelu prvýkrát videla na ich koncerte v Grécku v roku 2019. Očarila ju ich energia a keď ju oslovili, neváhala a ponuku prijala. Pri albume Frozen Sun, hoci sa kapela držala svojho overeného symfonického metalu, novinka znie modernejšie. Frozen Sun si môžete vypočuť na všetkých streamovacích službách (Spotify, YouTube). Ak budete mať možnosť vidieť Lilian a chlapcov naživo, nenechajte si to ujsť – domáca podpora je pre nich vždy najvzácnejšia.





Tri silné hlasy z Oravy

Hudobná skupina Golf v Teleráne



Do štúdia ranného vysielania Telerána televízie Markíza 6. marca zavítala nižnianska hudobná skupina Golf. Golfáci, ktorí pôsobia na scéne už viac ako štyri desaťročia, zaujali hneď v úvode, nielen svojou energiou v rytmickej skladbe Valaštička, ale predovšetkým svojimi troma silnými hlasmi. Moderátori sa počas rozhovoru s nimi zaujímali o produkciu, tvorbu a pôsobenie kapely. Otázka padla aj ohľadom vzniku názvu hudobnej skupiny. Prečo práve Golf? Hudobníci prezradili, že názov vznikol, keď oni ešte neboli členmi kapely. Inšpiráciou na pomenovanie bol vtedy populárny automobil volkswagen golf. V časoch vtedajšieho zriadenia však bolo prijateľnejšie priradiť názov nie k autu, ale k športovej hre. Okrem hudby dali Rosinovci v relácii aj tipy na výlety po Orave. Priblížili divákom pamiatky, prírodu a krásy regiónu, či priamo Nižnú. Golfáci vniesli do ranného vysielania príjemnú atmosféru, uvoľnenosť a dobrú náladu, možno aj pre tých divákov, ktorí ich doteraz nepoznali.

(dg)













Kino Ostražica

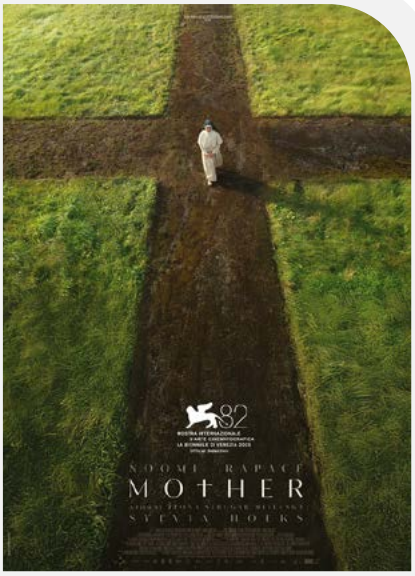
premieta v apríli

Janko a Marienka: Strážcovia kúziel
Animovaný /rodinný film

Premietame: **12. 4. 2026** (Nedeľa). Čas: **15:00 hod**.
Trvanie: 96 min. /slovenský dabing
Vstupné: **5€**. Prístupnosť: 0+

Matka (Púť k zrodu Matky Terezy)
Životopisný / Historický / Dráma

Premietame **17.4. 2026** (Piatok . Čas: **18:00 hod**.
Trvanie: 104min./české titulky
Vstupné: **6€**, Prístupnosť: 15+



Čarovná flauta 2025

Hudobné talenty opäť oživili našu školu

Základná umelecká škola (ZUŠ) Vendelína Habovštiaka zorganizovala v dňoch 19. – 21. novembra ďalší ročník celoslovenskej súťaže Čarovná flauta. Podujatie opäť potvrdilo svoju kvalitu a prilákalo mladých interpretov z rôznych kútov Slovenska, ktorí predviedli svoje umenie v dvoch hlavných súťažných kategóriách.

Tohtoročnej súťaže sa zúčastnilo celkovo 64 súťažiacich. V kategórii hra na zobcovej flaute sa predstavilo 37 detí a kategóriu hra na drevených dychových nástrojoch zastupovalo 27 žiakov. V porovnaní s minulým rokom bol zaznamenaný mierny pokles o 10 účastníkov, a to konkrétne v sekcii drevených dychových nástrojov.

Odborná porota pracovala pod vedením predsedu Mgr. art. Petra Drličku (ZUŠ Exnárova Bratislava). Výkony ďalej posudzovali: Mgr. art. Radoslav Solárik a Mgr. art. Anton Prievalský (Konzervatórium J. L. Bellu, Banská Bystrica), Mag. Art. Štefan Tokár (Konzervatórium Ostrava) a Mgr. Jana Santovjáková (Konzervatórium Košice).

Hra na zobcovej flaute

Súťaž prebiehala v šiestich kategóriách a priniesla nasledujúcich víťazov:1. kategória: Natália Hubočanová (ZUŠ L. Árvaya, Žilina), 2. kategória: Nina Ščecinová (ZUŠ Raslavice), 3. kategória: Júlia Anna Olexová (Spojená škola Košických mučeníkov Košice), 5. A kategória: Karolína Valentovičová (ZUŠ L. Árvaya Žilina), 5. B kategória: Sára Davidová (ZUŠ Holíč). V 4. kategórii nebola prvá cena udelená. Laureátkou súťaže v tejto sekcii sa stala Karolína Valentovičová z triedy učiteľa Pavla Stillera (ZUŠ L. Árvaya Žilina).

Hra na drevených dychových nástrojoch

Aj v tejto sekcii súťažilo šesť kategórií s týmito výsledkami:1. kategória: Miriam Zumerlingová (ZUŠ Nová Baňa), 3. kategória: Najsilnejšie obsadená skupina, kde prvé miesto získali až traja žiaci: Lukáš Paculík (ZUŠ Exnárova Bratislava), Katarína Paľovová (ZUŠ E. Suchoňa Pezinok) a Dominika Švantnerová (ZUŠ Brezno), 4. kategória: Júlia Anna Hrbatá (ZUŠ E. Suchoňa, Pezinok), 5. A kategória: Nela Paščáková (ZUŠ E. Suchoňa, Pezinok), 5. B kategória: Sophia Balážová (ZUŠ Š. Baláža Nová Dubnica), V 2. kategórii prvé miesto nebolo udelené. Laureátkou súťaže sa stala Nela Paščáková z triedy Mgr. Ivany Fülüpovej (ZUŠ E. Suchoňa, Pezinok).



Adela Matláková



Ela Mária Štefanová

Zo žiakov ZUŠ V. Habovštiaka sa darilo v hre na zobcovej flaute Adele Matlákovej, ktorá získala čestné uznanie a v hre na drevených dychových nástrojoch (konkrétne na saxofóne) Ele Márii Štefanovej, ktorej sa podarilo získať tretie miesto.

Špeciálne ocenenia a poďakovanie

Porota sa rozhodla vyzdvihnúť aj prácu pedagógov a korepetítorov: cenu pre najlepšieho pedagóga získala Mgr. art. Frederika Vávrovičová (ZUŠ Holíč), cenu za najlepší klavírny sprievod si odniesla Mgr. art. Alžbeta Škantárová (ZUŠ J. Melkoviča Stará Ľubovňa).

Predseda poroty vyjadril veľké poďakovanie pánovi riaditeľovi Petrovi Kučkovi a celému kolektívu školy za výbornú organizáciu a ľudský prístup ku všetkým zúčastneným.

Koncerty zaujali svojou rozmanitosťou

Zimné mesiace v Základnej umeleckej škole Vendelína Habovštiaka patrili sérii troch koncertov, ktoré predstavili výsledky práce žiakov a pedagógov. Prvým podujatím bol Adventný koncert, ktorý sa uskutočnil 30. novembra 2025 v Kostole Sedembolestnej Panny Márie v Habovke. Program otvorila pieseň Light a Candlefor Peace v podaní žiakov hudobného odboru. Atmosféru chrámu dotvorili tóny organa, na ktorom sa predstavili Veronika Jurinová a Diana Pavčová. Okrem klasických diel J. S. Bacha či W. A. Mozarta zazneli aj modernejšie úpravy, ako napríklad téma z Ľadového kráľovstva v podaní tanečného odboru. Silným momentom bolo vystúpenie sólistov Viktórie Chorvatovičovej a Andreja Regulyho v skladbe PieJesu. Koncert vyvrcholil spoločným želaním pokoja v skladbe Nech mier je na zemi.



Adventný koncert v Habovke

Koncertný program školy pokračoval tradičným Vianočným koncertom 7. decembra 2025 v Dome kultúry v Nižnej, kde sa predstavili viaceré komorné zoskupenia. Diváci si mohli vypočuť gitarovo-flautový súbor, saxofónové kvarteto a sláčikový orchester. Okrem sólových výkonov na akordeóne a klavíri zaznela aj štvorručná hra súrodencov Lajmonovcov a spev v podaní dievčenského dua. Tanečný odbor sa prezentoval v niekoľkých kategóriách od prípravky až po starších žiakov.

Sériu zimných vystúpení uzavrel No-

Pokračovanie na str. 28

Dokončenie zo str. 27

voročný koncert, ktorý sa konal 26. januára 2026 v Dome kultúry v Habovke. Tento koncert prepojil klasickú hudbu s ľudovou tradíciou a modernými žánrami. Filip Taraj predviedol hru na husliach podľa hry svojho prastarého otca a Detská ľudová hudba zahrala fašiangové pásmo. Modernú hudbu zastupovali klavírne a gitarové úpravy piesní od populárnych interpretov ako Billie Eilish, Oasis či Michael Jackson. Tanečný odbor spestril program viacerými choreografiami na vianočné a moderné skladby od Taylor Swift či Kelly Clarkson.

Mgr. Bohuslav Kortman



Vianočný koncert

Aktivity v materskej škole

Karnevalové čary v materskej škole v Nižnej

Aj tento rok sme opäť oživili v MŠ tradíciu karnevalu. Karnevalové dopoludnie bolo neopísateľným zážitkom pre všetky deti. Už od rána sa priestory materskej školy menili na čarovný svet masiek a farieb. Deti prišli na túto udalosť v originálnych kostýmoch pirátov, princezien, zvieratiek či superhrdinov. Atmosféra bola nabitá smiechom, objatiami a veselými tančekmi, kde nechýbali ani súťaže plné zábavy. Karneval nám pripomenul, aké dôležité je vytvoriť priestor pre radosť v každodennom živote detí. Ďakujeme všetkým deťom za účasť, rodičom za kreativitu pri výrobe masiek a tešíme sa o rok.

kolektív MŠ





Materská škola na Novej dobe









Materská škola na Orličí

Základná škola

Informatický Bobor

V dňoch 10. - 14. novembra 2025 sa konal 19. ročník medzinárodnej informatickej súťaže - Informatický Bobor. Zúčastnilo sa jej 141 146 žiakov z 1 634 škôl.

Svoje digitálne zručnosti si otestovalo aj 85 žiakov našej školy.

Úspešní súťažiaci

V kategórii Drobci, 3. ročník: Nina Skubeňová, Vilam Turoň, Michaela Blahová, Denis Juraj Bútora, Melánia Mária Kováčiková, Johana Adamcová, Marek Dedinský, Aneta Kachút, Ema Karpitová, Linda Komová, Oliver Manťo, Lilien Žuffová.

Kategória Bobrík, 4.- 5. ročník, príjemne prekvapila. Z 22 prihlásených žiakov sa 19 stali úspešnými riešiteľmi: Filip Kowalski, Oliver Mišík, Jakub Holubčík, Alex Žuffa, Matyáš Žuffa, KatarínaŽuffová, Veronika Blahová, Emília Šálková, Samuel Baranec, Viktória Hlavajová, Vanesa Horňáková, Marcel Kočalka, Terézia Kristofčáková, Tiffany Nicol Vozárová, Dušan Zobek, Patrik Mucha, Lívia Sitáriková, Sofia Stankovenová, Sebastián Ján Kulošťák.

V kategórii Benjamín: Aaliyah Rose Dedinská zo 6.A a Nikola Kalisová zo 7. C triedy.

Najúspešnejšou riešiteľkou školy sa stala Stela Hradská z 9.B s percentilom 99,19.



Úspech na okresnom kole olympiády slovenského jazyka

Naša žiačka Stela Hradská z 9.B opäť zabodovala. Dňa 14. novembra 2025 sa zúčastnila okresného kola olympiády v slovenskom jazyku. Počas celej súťaže preukázala výborné vedomosti, jazykový cit, schopnosť tvorivo pracovať s textom a výsledok sa dostavil - obsadila 2. miesto a od postupu na krajské kolo ju delil iba jediný bod.



Už to viem!

Žiaci prvého stupňa sa 1. decembra 2025 zúčastnili interaktívneho predstavenia Už to viem!, ktoré sa venovalo dvom kľúčovým témam – ekológii a bezpečnosti doma aj na ceste.

Žiaci pochopili, že každodenné rozhodnutia ovplyvňujú ich zdravie, ale takisto aj stav planéty. Hravou formou sa dozvedeli dôležité fakty o znečistení planéty a klimatických zmenách a získali praktické tipy a pravidlá, ako sa bezpečne správať doma aj na ceste. Predstavenie ich naučilo vnímať dôsledky vlastných rozhodnutí, rozvíjať praktické uvažovanie a schopnosť vidieť svet ako prepojený celok, kde každý krok môže mať význam pre ich život aj pre život planéty.



Školské kolo Šalianskeho Maťka

Dňa 20. januára 2026 sme mali možnosť vypočuť si skvelé prednesy na školskom kole Šalianskeho Maťka. Úroveň, najmä v 2. kategórii, bola taká vysoká a vyrovnaná, že bolo ťažké rozhodnúť o víťazovi. Ďakujeme všetkým recitátorom za silný zážitok.

1. kategória: 1. miesto - Zuzka Jakubcová, 2. miesto –Emka Karpitová, 3. miesto - Terezka Krúpová.

2. kategória: 1. miesto - Tánička Krúpová, 2. miesto - Alžbetka Mlynarčíková, 3. miesto - Betka Kachút.





Všetkovedko

V našej škole je už tradíciou, že sa žiaci I. stupňa zapájajú do celoslovenskej vedomostnej súťaže Všetkovedko - súboja o najmúdrejšieho medzi najbystrejšími. Cieľom súťaže je priniesť deťom radosť z hry, úspechu a ukázať, že učenie môže byť zábava. Žiaci riešia úlohy, ktoré preveria ich vedomosti zo slovenského jazyka, matematiky, vlastivedy, prírodovedy, angličtiny, tiež logické myslenie a čítanie s porozumením. Riešitelia môžu získať titul Všetkovedko alebo Všetkovedkov učeň.

V tomto školskom roku sa do súťaže zapojilo 34 šikovných žiakov 1.-4. ročníka. A opäť sme boli úspešní. Titul Všetkovedko získali prváci Oliver Jandík a Martin Žuffa. Spomedzi druhákov sa najviac darilo Katke Kristofčákovej. Najúspešnejší zo štvrtákov boli Sofia Stankovenová, Damiánka Zaťková a Patrik Mucha.

Úspešní Všetkovedkovia aj Všetkovedkovi učni získali diplomy, pekné vecné ceny a milú spomienku v podobe ceruzy.

kolektív ZŠ



Všedkovedko

Spojená škola

SPOJENÁ ŠKOLA
NIŽNÁ

Mladý elektronik

V dňoch 28. a 29. októbra 2025 sa v priestoroch Vzdelávacieho strediska KIA Motors Slovakia v Gbeľanoch uskutočnil už 7. ročník celoslovenskej súťaže Mladých elektrotechnikov – Skills Slovakia, ktorú každoročne organizuje Štátny inštitút odborného vzdelávania (ŠIOV) v spolupráci so Slovenskou spoločnosťou elektronikov. Cieľom súťaže je rozvíjať záujem mládeže o elektroniku, podporovať teoretické vedomosti a praktické zručnosti žiakov stredných odborných škôl a zároveň vytvárať priestor pre vzájomné porovnanie ich schopností a nadobúdanie nových skúseností.



Našu školu na tejto významnej akcii reprezentovali žiaci 2. B triedy – Miroslav Dauda a Adam Dobias pod odborným vedením majstra odbornej výchovy Bc. Martina Koľadu, ktorý sa súťaže zúčastnil ako pedagogický dozor a pripravoval žiakov na súťaž. Účastníci preukázali svoje vedomosti, zručnosť, precíznosť aj schopnosť pracovať pod časovým tlakom. Naši žiaci si v silnej celoslovenskej konkurencii počínali veľmi dobre – Miroslav Dauda obsadil výborné 13. miesto a Adam Dobias sa umiestnil na 20. mieste.

Účasť na takejto prestížnej súťaži je pre žiakov cennou skúsenosťou a zároveň motiváciou pokračovať v rozvíjaní svojich schopností v oblasti elektrotechniky. Naša škola tak opäť ukázala, že pripravuje mladých odborníkov, ktorí sa nestratia ani v celoslovenskej konkurencii.

Školský šachový turnaj

Dňa 7. novembra 2025 sa v priestoroch školy uskutočnil školský šachový turnaj, ktorý preveril nielen logické myslenie, ale aj trpezlivosť, sústredenosť a strategické schopnosti zúčastnených žiakov. Podujatie prebehlo v príjemnej a priateľskej atmosfére, kde nechýbala zdravá rivalita ani vzájomný rešpekt medzi hráčmi.

Turnaja sa zúčastnili žiaci z viacerých tried, ktorí počas jednotlivých partií predviedli kvalitné výkony a bojovnosť až do posledného ťahu. Po sérii napínavých zápasov sa napokon vyprofilovali tí najúspešnejší. 1. miesto si vybojoval Lukáš Kluska (I.D), ktorý počas celého turnaja potvrdzoval výbornú formu. 2. miesto obsadil Marko Meško (II.C). 3. miesto patrí Miroslavovi Daudovi (II.B). 4. miesto získal Martin Chorvát (II.C). 5. miesto obsadil Erik Hrubják (III.B).



Okresné kolo v šachu

Naši žiaci sa zúčastnili okresného kola v šachu, kde súperili s takmer stovkou hráčov zo stredných aj základných škôl. Reprezentovali nás Miroslav Dauda, Erik Hrubják, Martin Chorvát a Marko Meško, ktorí sa v silnej konkurencii nestratili. O to viac sa tešíme z fantastického úspechu Lukáša Klusku, ktorý si vybojoval 1. miesto.



Okresné kolo vo futsale

Dňa 11. novembra 2025 sa naši študenti zúčastnili okresného kola vo futsale SŠ. Opäť sa potvrdilo, že kolo v okrese Tvrdošín je dosť náročné, pretože viacero školy majú vo svojich radoch skvelých futbalistov a brankárov. Našim študentom sa darilo celkom dobre, až na jeden zápas, ktorý žiaľ nezvládli a obsadili konečné 2. miesto.



SŠ Nižná reprezentovali: Tobias Čiernik, Nikolas Holub, Rudolf Bucha, Michal Hradský, Marek Kuzár, Tibor Staš, Radovan Bakaľa, Filip Jurčo, Daniel Slovík a Juraj Korčuška.

Keď sa teória mení na živý mediálny zážitok

V Banskej Bystrici, v priestoroch kreatívneho centra Arténa, sa naši študenti ocitli priamo v zákulisí rozhlasovej a televíznej tvorby. Exkurzia, ktorú absolvovali v spolupráci so Slovenskou televíziou a rozhlasom, nebola len formálnou návštevou – bola skutočnou cestou do srdca mediálneho sveta, kde vznikajú zvuky, obrazy a príbehy, ktoré denne sledujeme a počúvame.



Hneď po príchode študentov očarili moderné nahrávacie štúdiá, profesionálne technické vybavenie a tvorivé prostredie, ktoré doslova dýcha kreativitou. Mali možnosť nahliadnuť do priestorov, kde sa nahrávajú rozhlasové relácie, dabing či hudobné vstupy, ale aj do televíznych štúdií, v ktorých vznikajú obrazové projekty rôznych formátov. Každý detail – od osvetlenia až po zvuk – má v tomto svete svoje presné miesto a význam.

Veľkým prínosom exkurzie boli aj stretnutia s odborníkmi z praxe. Tí študentom priblížili, že práca v médiách nie je len o ovládaní techniky. Úspech v tomto prostredí si vyžaduje precíznosť, schopnosť tímovej spolupráce, tvorivé myslenie a predovšetkým vášeň pre detail. Študenti sa dozvedeli, ako prebieha príprava relácií, akú úlohu zohráva scenár, réžia či postprodukcia a prečo je dôležité myslieť nielen technicky, ale aj obsahovo.

Exkurzia v Arténe bola pre mnohých inšpiráciou a motiváciou do ďalšieho štúdia. Ukázala im, že mediálny svet je dynamický, náročný, ale zároveň mimoriadne atraktívny a otvorený pre mladých ľudí s nápadmi. Zážitok z autentického prostredia profesionálnej tvorby im umožnil

Pokračovanie na str. 31

Dokončenie zo str. 30

lepšie pochopiť prepojenie teórie s praxou a možno aj naznačil smer ich budúcej kariéry.

Kreatívne centrum Arténa tak nebolo len miestom návštevy, ale priestorom, kde sa rodila inšpirácia, nové pohľady a rešpekt k práci, ktorá stojí za každým kvalitným mediálnym výstupom.

Silná ruka

Oravské kolo v Silnej ruke opäť potvrdilo, že táto silová disciplína má medzi stredoškolákmi pevné miesto. Súťaž priniesla množstvo napínavých súbojov, v ktorých rozhodovala nielen hrubá sila, ale aj technika, sústredenie a psychická odolnosť.



Súťažilo sa v štyroch váhových kategóriách. Každá z nich ponúkla vyrovnané zápasy a kvalitné výkony, pričom naši žiaci sa medzi konkurenciou rozhodne nestratili a dosiahli veľmi pekné umiestnenia.

V kategórii do 70 kg sa na 4. mieste umiestnil Dávid Joštiak, ktorý predviedol bojovný výkon až do posledného zápasu. V kategórii do 75 kg sme mali hneď dvojnásobné zastúpenie na pódiu - Kristián Murín si vybojoval 2. miesto a Matúš Jagelka obsadil 3. miesto, čím potvrdili svoju silu aj stabilnú formu. Najväčší úspech zaznamenal Tomáš Ondrík, ktorý v kategórii do 80 kg suverénne zvíťazil a odniesol si 1. miesto. V najťažšej kategórii 80+ obsadil Filip Bohunčák 5. miesto, pričom aj on ukázal veľké odhodlanie a športového ducha.

Imatrikulácia

V Rotunde DK v Nižnej sa 19. novembra 2025 konala tradičná imatrikulácia, ktorá tento rok dostala špeciálnu tému -Barbie. Prváci tak vstúpili do života školy štýlovo a farebne, pričom celá slávnosť pripomínala svet známej ikonickej bábiky – plný fantázie, kreativity a radosti.

Študenti sa obliekli do pestrej, tematickej garderóby a s úsmevom na tvári absolvovali všetky tradičné úlohy, ktorými boli symbolicky prijatí medzi plnohodnotných členov školského spoločenstva. Program bol pestrý a zahrňoval kultúrne vystúpenia, zábavné súťaže a tvorivé aktivity, ktoré spájali humor s dôrazom na tímovú spoluprácu a kreativitu. Samotná imatrikulácia tak nebola len formálnym obradom – prváci si mohli ukázať svoju osobnosť, kreativitu a odvahu vtipne prispôsobiť tému Barbie školskému prostrediu. Nechýbal ani tradičný príhovor vedenia školy, ktorý zvýraznil význam štúdia, zodpovednosť a priateľské vzťahy.



Podujatie potvrdilo, že aj tradícia môže byť hravá a moderná a že fantázia a humor dokážu spríjemniť každý významný okamih. Naši prváci si odniesli množstvo krásnych spomienok a nezabudnuteľný štart do stredoškolského života.

1. miesto v krajskom kole Zenit

Žiaci našej školy sa 20. novembra 2025 zúčastnili krajského kola súťaže Zenit v elektronike v Liptovskom Hrádku. Súťažiaci si vyskúšali teóriu, návrh DPS v programe KiCad, leptanie, osadzovanie aj spájkovanie súčiastok a nakoniec testovali funkčnosť svojich výrobkov.



V kategórii B získal Miroslav Dauda 1. miesto a postupuje na celoštátne kolo.

Výborný výsledok dosiahol aj Adam Dobias- 4. miesto. V kategórii A nás reprezentovali Samuel Gabura a Dávid Pisarčík z triedy 3.B, ktorí obsadili 11. a 7. miesto.

AMFO 2025

Máme obrovskú radosť! Na Festivale amatérskej fotografie AMFO 2025 získala hlavnú cenu naša bývalá žiačka Zuzana Kolejáková za svoju fotografiu Elektroodpad. Je to nádherný úspech, ktorý ukazuje, koľko talentu vyrastá aj u nás v Nižnej. Zuzka, obrovská gratulácia! Sme na teba hrdí a držíme palce v ďalšej tvorbe. Autorom fotografií je Juraj Starovecký.



Regionálne kolo vo florbale

Naši študenti sa zúčastnili regionálneho kola vo florbale SŠ, ktoré sa odohralo v športovej hale Kňažia v Dolnom Kubíne. Do turnaja zasiahli víťazné školy z okresu Tvrdošín, Námestovo a Dolný Kubín. V obidvoch zápasoch sme hrali so súpermi vyrovnanú partiu, ale svoje šance sme nevedeli premeniť na góly. SŠ Nižná reprezentovali: Lukáš Kluska, Marek Kopta, Samuel Šimurdiak, Matúš Gajdošík, Daniel Kubaľa, Dominik Schelling, LukášBaláž, Andrej Hlina, Tobiáš Džubek, Denis Tekeľ, Aurel Surovčík, Tomáš Durčák a Tibor Kojda. Poradie: 1. Gymnázium POH Dolný Kubín- postup na KK, 2. SOŠ Technická Námestovo, 3. SŠ Nižná.



Súťaž zručností žiakov prvých ročníkov

Počas mesiaca december sa žiaci na odbornom výcviku zapojili do súťaže zručností, ktorá preverila ich teoretické vedomosti aj praktické schopnosti. Súťaž pozostávala z dvoch častí – teoretického testu a praktickej realizácie výrobku.



V praktickej časti mali žiaci za úlohu zhotoviť vešiak, pri ktorom museli preukázať zvládnutie viacerých technologických operácií. Počas práce využívali meranie, rysovanie, pilovanie, vŕtanie, zahlbovanie a ohýbanie. Hodnotila sa presnosť, kvalita vyhotovenia, dodržiavanie technologického postupu aj bezpečnosť práce. Súťaž prebiehala v jednotlivých triedach a jej cieľom bolo podporiť rozvoj odborných zručností, samostatnosť a zdravú súťaživosť medzi žiakmi. Víťazom v jednotlivých triedach odovzdal zástupca riaditeľa školy vecné ceny.

Street basketbal stredných škôl

Naši študenti sa zúčastnili okresného kola v street basketbale SŠ (basketbal 3x3 na jeden kôš). V náročnej konkurencii sa naši študenti nestratili a predvádzali oku lahodiaci basketbal. Po troch výhrach nás čakal posledný a najťažší zápas, v ktorom

Pokračovanie na str. 32

Dokončenie zo str. 31

sa malo rozhodnúť o postupe do ďalšieho kola. Keďže súperovi vyšli v závere tri strely, na ktoré sme nestihli zareagovať, skončili sme na 2. mieste. SŠ Nižná reprezentovali: Adam Kypus, Alex Harkabuz, Artúr Brišák a Peter Džubek.



Bodovali vo vede

Študentky našej školy sa zúčastnili súťaže Jej veda, jej príbeh, v ktorej mali v 3-minútovom videu priblížiť príbeh slovenskej výskumníčky. Vo svojom videu spracovali príbeh slovenskej vedkyne PhDr. Daniely Vacek, PhD. Vďaka svojej kreativite, precíznej práci a originálnemu spracovaniu si vybojovali 1. miesto. Zároveň ďakujeme Slovenskej Asociácii Výskumníčok a Inovátoriek, ktorá touto iniciatívou podporuje a prepája slovenské vedkyne.



Päť dní plných pohybu, zážitkov a skvelej atmosféry

V termíne 19. – 23. januára 2026 absolvovali naši prváci lyžiarsky výcvik, ktorý sa niesol v znamení výbornej nálady, pohybu na čerstvom vzduchu a nezabudnuteľných zimných zážitkov. Dejiskom výcviku bolo SkiCentrum Uhliská v Nižnej, ktoré poskytlo ideálne podmienky pre všetkých účastníkov.



Poďakovanie patrí všetkým, ktorí sa podieľali na organizácii lyžiarskeho výcviku – pedagógom, inštruktorom, dobrovoľníkom a všetkým ďalším, ktorí akýmkoľvek spôsobom prispeli k jeho úspešnému priebehu. Vďaka ich nasadeniu a zodpovednosti si študenti odniesli nielen nové zručnosti, ale aj množstvo pekných spomienok. Lyžiarsky výcvik potvrdil, že spája šport, kolektív a zážitky do jedného silného celku. Pre našich prvákov sa stal výborným štartom do spoločných školských rokov a zážitkom, na ktorý budú ešte dlho spomínať.

Stolný tenis

Na okresnom kole v stolnom tenise mala naša škola opäť svoje zastúpenie a rozhodne sa nestratila. Študenti predviedli bojovné výkony, tímového ducha a vysokú mieru sústredenia počas všetkých zápasov. Školu reprezentovali: Tomáš Šutý (I.B), Nikolas Branický(I.J), Tadeáš Tješ(II.J).



V silnej konkurencii si naši hráči vybojovali 3.miesto, čím potvrdili svoje športové kvality aj dobrú prípravu.

MikroTikakadémia

Naša škola urobila veľký krok vpred a oficiálne spúšťa proces založenia MikroTikakadémie.Informačné technológie sa vyvíjajú raketovou rýchlosťou a my chceme, aby naši žiaci držali krok s reálnou praxou. Preto rozširujeme odborné vzdelávanie o moderné sieťové technológie, ktoré dnes používajú IT profesionáli po celom svete. Veľká vďaka patrí Róbertovi Brišákovi, ktorý sa významnou mierou zaslúžil o vybavenie a realizáciu MikroTikakadémie v našej škole. Bez jeho iniciatívy, úsilia a technického know-how by tento projekt nevznikol.



Naši pedagógovia Miroslav Revaj a Mojmír Vrana úspešne absolvovali certifikačné školenie a skúšku a získali oprávnenie vyučovať v rámci MikroTikakadémie. Výučba bude prebiehať v moderných laboratórnych podmienkach formou odborných cvičení a praktických úloh, ktoré simulujú reálne situácie z IT sveta.

ENERSOL-SK

Naši žiaci Šimon Šurin a Dávid Pisarčík dosiahli skvelý úspech na krajskom kole súťaže ENERSOL-SK, kde získali 1. miesto v hlavnej kategórii so svojou prácou Pohodlie budúcnosti. Ich projekt zaujal porotu nielen kreatívnym prístupom, ale aj premyslenými riešeniami a praktickým využitím inovatívnych technológií.



Tento úspech je dôkazom ich talentu, pracovitého prístupu a schopnosti tvoriť projekty, ktoré majú reálny dopad na naše okolie.

Okresné kolo v basketbale stredných škôl

Naši študenti sa 17. februára zúčastnili okresného kola v basketbale SŠ, ktoré sa uskutočnilo v telocvični GMH v Trstenej. Po veľmi vyrovnanom turnaji sme sa umiestnili na 3. mieste. Školu reprezentovali: Kristián Subjak, Tomáš Smoleň, Ján Čurha, Alex Harkabuz, Juraj Hrkeľ, Adam Kypus, Artúr Brišák, Patrik Kakačka, Richard Stas a Jozef Šimjak.



Žiaci ZŠ Nižná v Spojenej škole

Dňa 20. februára nás navštívili žiaci ôsmeho ročníka zo ZŠ v Nižnej. Predstavili sme im, ako prebieha výučba v našej škole a aké možnosti ponúkame študentom v technickej aj umeleckej oblasti. Vyskúšali si virtuálnu realitu, programovanie aj spájkovanie, zopakovali si základné poznatky z fyziky a svoje vedomosti si overili prostredníctvom súťaže Kahoot. Videli tiež, ako funguje automatizácia v praxi. V umeleckej časti školy si mohli pozrieť naše dielne a zapojiť sa do tvorivých aktivít. Mohli sa tak presvedčiť, že sa snažíme prepájať teóriu s praxou a ukazovať žiakom vedomosti v reálnych situáciách.Veríme, že u nás strávili príjemný a inšpiratívny čas.

PaedDr. Martin Tomaga a kolektív



Sen, ktorý sa stal povolaním

Náš rodák učí hru na bicie vo Veľkej Británii

Veľa mladých ľudí odchádza do zahraničia s nádejou splniť si svoje sny. Nie všetkým sa to však podarí a len niektorí si svoj sen skutočne naplnia. Jedným z nich je aj náš rodák Ivan Šveda. Ako mladý, 21-ročný, odišiel do Veľkej Británie, kde po čase začal študovať hru na bicie nástroje. Jeho vytrvalosť, húževnatosť, odhodlanie a v neposlednom rade aj talent ho priviedli k tomu, že dnes pôsobí vo Veľkej Británii ako hudobník a pedagóg – lektor na univerzite v škótskom meste Perth. Žije tam už 22 rokov.

Dozvedeli sme sa o jeho hudobných začiatkoch a o živote v meste Perth v Škótsku, kde býva a pracuje.

Spomínate si na obdobie, keď ste sa začali intenzívnejšie zaujímať o hru na hudobný nástroj?

Áno, pamätám si to veľmi presne. Zo začiatku som sa vôbec nevenoval hudbe, ale futbalu, rovnako ako môj otec. Myslel som si, že to bude moja cesta a že pôjdem v jeho stopách. Futbal ma v tom období naozaj veľmi bavil a dlhý čas som bol presvedčený, že práve tomu sa chcem venovať.

Postupne ma však začal ovplyvňovať môj brat Milan, ktorý už vtedy hrával na gitaru a so svojimi kamarátmi si zakladal kapelu. Vďaka nemu som sa začal viac zaujímať o hudbu. Už ako deväťročný som počúval najmä rockovú hudbu a prirodzene som sa k nej začal priklaňať. Spočiatku to však neboli bicie nástroje – viac ma lákala gitara. Začínal som, ako väčšina samoukov, len s niekoľkými základnými akordmi, bez učiteľa, len podľa sluchu.

Zlom nastal, keď som mal desať rokov. Jedného dňa ma brat zobral do skúšobne, len tak, aby som si vyskúšal bicie. Nepamätám si presne, ako sa to stalo, ale zrazu som začal hrať jednoduchý rytmus. Prišlo to úplne prirodzene. V tom čase ich bubeník odchádzal na vojenskú službu a kapela Betrayer sa rozhodla, že by ma zobrali ako náhradu. Bola to pre mňa obrovská vec – hrať v kapele so staršími muzikantmi, ktorí už mali skúsenosti.

Neváhal som ani sekundu. Bolo to pre mňa niečo nové, vzrušujúce a veľmi formujúce. Chodil som s nimi na skúšky, mal som starších kamarátov a učil som sa nielen hudbe, ale aj disciplíne a zodpovednosti. Do jedného roka som sa naučil celý repertoár kapely a ako jedenásťročný som odohral svoj prvý koncert v Dolnom Kubíne na festivale pred niekoľkými stovkami ľudí.

Vtedy som si prvýkrát uvedomil, že presne toto je to, čo chcem robiť – hrať na bicie, byť súčasťou kapely a vystupovať pred ľuďmi. Kapela Betrayer odohrala viacero koncertov po Slovensku aj v Čechách a nahrala tri demonahrávky, čo bol v 90. rokoch veľký úspech. Bola to nádherná skúsenosť a dodnes mám na toto obdobie veľmi silné a pekné spomienky.

Prezradíte nám niečo o sebe z obdobia pred vycestovaním do zahraničia?

Študoval som na Slanickej osade odbor kuchár – čašník. Po ukončení štúdia som si dal ročnú prestávku, počas ktorej som sa pripravoval na prijímacie skúšky na konzervatórium. To bol môj veľký sen. Chcel som študovať v Banskej Bystrici, no záujem o bicie nástroje bol v tom období veľmi veľký a do prvého ročníka prijímali len dvoch bubeníkov.

Dlhší čas som čakal, či sa neuvoľní miesto. Medzitým som absolvoval civilnú vojenskú službu a pracoval som v Nižnej vo firme JUTO ako obchodný zástupca. Hudba bola stále súčasťou môjho života, no postupne som cítil, že potrebujem zmenu. Nakoniec som sa rozhodol vycestovať do Veľkej Británie.

Ste hudobná rodina?

Nie sme typická hudobná rodina, ale hudba v nej vždy mala svoje miesto. Z otcovej strany môj starý otec hrával v dychovke, z maminej strany môj prastarý otec trochu hrával na husliach. Najväčší vplyv na mňa však mal môj brat Milan. Bol to práve on, kto ma k hudbe priviedol a neustále ma motivoval. Vďačím mu za veľa – za inšpiráciu, podporu, ale aj za to, že ma naučil pravidelne a poctivo trénovať. Hudba u nás doma nebola povinnosťou, ale prirodzenou súčasťou života.

Prečo ste sa rozhodli odísť práve do Anglicka? Bolo to za prácou alebo cielene za hudbou?

Úprimne povedané, rozhodnutie odísť do Anglicka – konkrétne do Londýna – nebolo v tom čase motivované hudbou. Práve naopak. Z pohľadu mojej hudobnej kariéry to bolo skôr negatívne rozhodnutie, pretože som sa bicích a hudby prakticky vzdal. Chcel som skúsiť niečo úplne nové, odísť do zahraničia a zistiť, čo život prinesie. Dokonca som mal pocit, že sa k hudbe možno už nikdy nevrátim.

Pamätám si moment, keď som si balil kufor a mama mi povedala: „Nezabudni si zobrať paličky.“ Vtedy som to bral skôr symbolicky, netušil som, aký význam to neskôr bude mať.

V Londýne som pracoval ako kuchár v luxusnej reštaurácii Moor Park Golf Club. Bola to veľmi zaujímavá skúsenosť – pripravovali sme jedlá napríklad pre anglický rugbyový tím, organizovali sme svadby, na ktoré hostia prichádzali helikoptérou alebo v luxusných autách. Pre mňa to bol úplne iný svet, aký som dovtedy nepoznal. Zároveň to však bolo veľmi náročné, najmä z jazykového hľadiska. Keď som prišiel do Anglicka, moja angličtina bola veľmi slabá. Nebol internet, neboli smartfóny ani prekladače, človek sa musel spoliehať len sám na seba. Najťažšie bolo, keď som potreboval niečo vysvetliť, obhájiť sa alebo argumentovať, no nedokázal som to dostatočne rýchlo a presne vyjadriť. Neskôr som preto začal študovať angličtinu na West Herts College vo Watforde. Po roku v Londýne som odišiel za prácou do škótskeho Perthu. Pracoval som tam pre bohatú rodinu Moncreiffe ako záhradník, šofér a v podstate som robil všetko okolo domu. Popri práci som sa prihlásil na večerné kurzy angličtiny na Perth College UHI. Tam som cez kamaráta spoznal lektora, ktorý hral na basgitaru v lokálnej metalovej kapele. Kapela práve hľadala bubeníka a vtedy sa celý príbeh s hudbou opäť začal.



Približne štyri roky som poriadne nehral na bicie, no okamžite som si kúpil cvičné pady a začal som intenzívne trénovať takmer každý večer po práci. Mal som skúsenosť, že hra v metalovej kapele si vyžaduje veľkú fyzickú kondíciu a disciplínu. Trvalo mi niekoľko mesiacov, kým som sa dostal späť do formy a naučil sa celý repertoár. Chalani z kapely Threshold Sicks boli veľmi ústretoví, dali mi čas a podporu, za čo som im dodnes vďačný.

Aké boli vaše pocity po príchode do zahraničia? Mali ste všetko vopred naplánované, alebo ste situácie riešili za pochodu?

Mal som dopredu dohodnutú prácu aj ubytovanie, čo bolo veľké plus a určite aj kus šťastia. Vďaka tomu som nemusel riešiť úplne základné veci od nuly. Postupne som však musel vybavovať množstvo administratívnych záležitostí – banku, poistenie, rôzne papiere, a to vôbec nebolo jednoduché. Prišiel som do Veľkej Británie krátko po tom, ako sa otvoril pracovný trh pre

Pokračovanie na str. 34



Mesto Perth v strednom Škótsku, kde Ivan žije

Dokončenie zo str. 33

krajiny Európskej únie, takže veľa vecí bolo nových nielen pre nás, ale aj pre samotné inštitúcie. Pamätám si, že napríklad v bankách presne nevedeli, aký postup zvoliť pri niekom zo Slovenska. Niektoré veci trvali vybaviť týždne, niekedy až mesiace. Keď sa na to pozerám späť, bolo to pred viac ako dvadsiatimi rokmi naozaj náročné. Všetko som riešil so slabou angličtinou, bez internetu, bez mobilného telefónu a bez akejkoľvek pomoci. Úprimne si dnes neviem predstaviť, že by som to absolvoval znova. No keď je človek mladší, má v sebe veľké odhodlanie a dokáže ísť aj cez prekážky, ktoré by ho dnes možno zastavili.

Aká bola cesta, na konci ktorej ste nastúpili na štúdium na Perth College UHI?

Cesta k štúdiu bola pomerne prirodzená a vyvíjala sa postupne. Počas môjho pôsobenia v metalovej kapele Threshold Sicks bol môj basgitarista zároveň lektorom na jazykovom oddelení v Perth College. Kedysi tam sám študoval basgitaru, takže mi vedel veľmi dobre poradiť, čo sa týka prijímacích skúšok, požiadaviek a prípravy. Medzitým sa mi výrazne zlepšila angličtina, takže situácia bola neporovnateľná s mojimi začiatkami v Londýne. Veľa som sa stretával s rôznymi bubeníkmi, spoznával muzikantov z iných kapiel, chodil som na koncerty a turné. Vypytoval som sa ich na štúdium, skúsenosti a možnosti. Dá sa povedať, že som si robil poctivý prieskum. Veľkou inšpiráciou pre mňa bol aj môj brat Milan, ktorý v tom čase začal študovať na konzervatóriu na Slovensku. Hoci sme boli od seba ďaleko, bolo pre mňa motivujúce, že obaja sa venujeme hudbe a študujeme to, čo nás baví.

Ako bubeník som sa cítil pripravený, no najväčšie obavy som mal z akademickej časti štúdia – písania esejí, výskumu, prezentácií a teoretických prác. Zo začiatku to bolo veľmi náročné, a preto som chodil na podporné hodiny. Perth College má však výborné vybavenie a silne proštudentský prístup. Škola sa naozaj snaží pomôcť študentom, najmä v oblasti akademického písania a organizácie štúdia.

Čo sa týka práce, pred nástupom na univerzitu som pracoval na plný úväzok ako kuchár v lokálnej reštaurácii. Majiteľ mi vyšiel v ústrety a umožnil mi pracovať len cez víkendy počas štúdia, čo bolo ideálne riešenie.

Čo bolo podľa vás na štúdiu najťažšie? Mali ste momenty, keď ste to chceli vzdať?

Vzdať som to nechcel, ale boli momenty, ktoré boli veľmi náročné. Stalo sa mi napríklad, že som neprešiel jednou akademickou skúškou. Nasledoval pohovor s hlavným lektorom hudobného oddelenia, ktorý mi však dal druhú šancu. Tú som nechcel premárniť. Začal som naplno využívať všetky podporné hodiny, konzultácie a pomoc zo strany školy. Nakoniec sa mi podarilo skúšku zvládnuť a dokončiť ju s veľmi dobrou známkou. Myslím si, že práve druhý ročník bol najťažší. Bol tam veľký tlak prejsť všetkými predmetmi, čo bolo rozsiahle akademické portfólio, ktoré bolo potrebné zvládnuť minimálne na známku B. Po akademickej stránke to bolo veľmi náročné, no po technickej stránke som mal hru na bicie zvládnutú dobre. Hudba mi v tomto smere dodávala istotu a sebavedomie.

Naopak – čo bolo na štúdiu najkrajšie?

Najkrajší pocit som zažil už v prvom ročníku. Bol som doslova v šoku zo všetkého – nový život, študentské prostredie, noví kamaráti, muzikanti, úplne iný systém vzdelávania, než na aký som bol zvyknutý zo Slovenska. Keď som úspešne ukončil prvý rok a odovzdal všetky práce, prišiel mi list, že mi udelili The NQ Music Performance Prize for Excellence za akademický rok 2009/2010, čo v praxi znamenalo ocenenie pre najlepšieho študenta roka. Bol to pre mňa obrovský úspech a úprimne aj veľké prekvapenie.

Počas štúdia som získal RWJ Drumstore Award for Achievement in Drum Kit Study za akademický rok 2011/2012, v rámci štúdia Higher National Diploma in Music. Súčasťou tohto ocenenia bola aj cena od spoločnosti UFIP Cymbals (Taliansko), vďaka ktorej som si zo slávnostného odovzdávania cien odniesol činel UFIP China Cymbal. Tento úspech mi otvoril ďalšie dvere a postupne viedol k spolupráci so značkami UFIP Cymbals, Aquarian Drumheads a The Duallist Pedal, pre ktoré som dodnes firemným hráčom.

Veľkú podporu som mal aj od mojich lektorov a neskôr už aj kolegov, ako napríklad Ronnie Goodman, bubeník, ktorý mi predstavil svet latinskej hudby. Ronnie študoval brazílsku hudbu a rytmy dlhé roky, dokonca strávil aj pol roka v Brazílii ako výskumník, kde nabral skúsenosti priamo od brazílskych domorodcov a kmeňov. Stretol sa a hrával so svetovými brazílskymi perkusionistami ako Nana Vasconcelos či Airto Moreira a spolupracoval aj s Trilokom Gurtuom, svetoznámym perkusionistom z Indie.

Kevin Murray ma učil teóriu a neskôr sme spolu začali hrávať jazz. Paul Mills, bubeník z USA, ma naučil veľa o jazzových a funkových štýloch a bolo tam mnoho ďalších inšpiratívnych ľudí.

Veľmi rád spomínam aj na spolužiakov a kamarátov z College. Spolu sme organizovali rôzne jam sessions, koncerty, nahrávania v štúdiu a hudobné projekty. Môžem povedať, že to bolo naozaj nádherných päť rokov štúdia, počas ktorých som spoznal množstvo ľudí a získal skúsenosti, ktoré ma posunuli ďalej.

V poslednom, piatom ročníku som dostal ponuku učiť na Perth College UHI. Bola to veľká výzva a zároveň potvrdenie, že som si vybral správnu cestu. Popri písaní záverečnej práce, organizovaní Drum Master Class a praktických skúšok som túto ponuku prijal a okamžite som začal učiť. Bol to pocit, akoby sa mi splnil sen.

Myslíte si, že je rozdiel študovať tento odbor v Anglicku a na Slovensku?

Úprimne povedané, univerzitné štúdium neviem úplne porovnať, keďže som na Slovensku neštudoval. Keď sme však porovnávali štúdium s mojím bratom Milanom, ktorý absolvoval konzervatórium na Slovensku, rozdiely tam určite sú.

Na College Popular Music sa študujú výlučne predmety priamo súvisiace s hudbou – kompozícia, kapely, kreatívne projekty, hudobná história, teória hudby, hudobné programovanie, ako aj prvý a druhý nástroj. Na Slovensku majú študenti konzervatória popri odborných aj všeobecné predmety a po šiestich rokoch štúdia získavajú titul DiS. art. Moje štúdium v Spojenom kráľovstve trvalo päť rokov a bolo ukončené bakalárskym titulom BA (Hons), ktorý v slovenskom systéme zodpovedá ukončenému vysokoškolskému vzdelaniu prvého stupňa. Ide o odlišné systémy a prístupy k hudobnému vzdelávaniu.

Už počas štúdia ste plánovali ostať vo Veľkej Británii a pracovať ako pedagóg?

Počas štúdia to bolo otvorené. Nevedel som, čo mi život prinesie. Môj hlavný lektor bicích nástrojov Ronnie Goodman mi odporúčal vrátiť sa do Londýna a pokračovať

Pokračovanie na str. 35

Dokončenie zo str. 34

v štúdiu tam na Drumtech (učia tam profesionálni bubeníci), prípadne skúsiť Berklee College of Music v Bostone v Spojených štátoch. To však bolo finančne veľmi náročné, v tom čase sa ročné náklady pohybovali okolo 70-tisíc dolárov. Popritom som začal hrať s viacerými kapelami v Škótskum jazz, latin, country, robil som session projekty a koncertoval. Keď mi následne prišla ponuka učiť na Perth College UHI aj po štúdiu, rozhodnutie bolo jasné. Zostal som a dodnes som s týmto rozhodnutím spokojný.

Začínal som ako lektor bicích nástrojov, no postupom času som si dopĺňal ďalšie akademické a pedagogické vzdelanie, napríklad kurz Teaching in Perth (2015 – 2016), PDA – Professional Development Award (2016 – 2017) a postgraduálnu kvalifikáciu TQFE – Teaching Qualification in Further Education (2021 – 2022). Každý z týchto programov trval približne jeden rok štúdia.Všetko to bolo v rámci mojej práce ako lektora. Postupne mi pribúdali ďalšie hodiny a povinnosti – učil som nielen bicie nástroje, ale aj kapely a zároveň som mal na starosti predmety, ktoré som sám navrhoval a viedol. Postupom času som sa stal PAT (Personal Academic Tutor), teda triednym lektorom. Tento vývoj prirodzene pokračoval ďalej, pričom lektor sa musí neustále vyvíjať, absolvovať rôzne kurzy a ďalej sa vzdelávať.

Čo vás na vašej práci najviac baví?

Najviac ma na mojej práci baví jej rozmanitosť. Nie je to len o tom, že by som celý deň sedel za bicími nástrojmi a učil techniku hry. Okrem individuálnych hodín bicích učím aj kapely a zároveň pôsobím ako PAT (Personal Academic Tutor), čo je v podstate funkcia triedneho učiteľa. Pod sebou mám približne 25 študentov, ktorým sa počas akademického roka intenzívne venujem. Pomáham im nielen po hudobnej stránke, ale aj vtedy, keď majú problémy so štúdiom, zaostávajú, alebo potrebujú podporu pri organizácii času a povinností. Spoločne vytvárame študijné plány, riešime akademické ťažkosti a hľadáme spôsoby, ako im pomôcť napredovať. Veľkou súčasťou mojej práce je aj hodnotenie. Každá známka musí byť sprevádzaná podrobným feedbackom - písomným reportom, v ktorom hodnotím, ako študent svoju prácu spracoval, čo zvládol dobre a na čom by mal do budúcna pracovať. Zároveň pôsobím aj ako module leader predmetu Creative Ensemble Practice 2, ktorý je súčasťou bakalárskeho štúdia. V rámci tohto modulu mám pod sebou nielen študentov, ale aj ďalších lektorov, a to nielen na Perth College UHI, ale aj na Glasgow Riverside College.



College UHI, kde Ivan vyučuje



Skupina Red Pine Timber Company 20, s ktorou Ivan úspešne koncertuje

Popri práci máte aj vlastné hudobné projekty. Aké?

Počas môjho pôsobenia v Škótsku som prešiel viacerými kapelami a spoluprácami. Momentálne mám jazzový projekt, cajun/country kapelu, funkovú zábavovú kapelu Cosmic Funk a kapelu Tunna, ktorá je momentálne moja hlavná. Ide o tradičný škótsky folk s prvkami latiny, jazzu a ďalších žánrov. Pracujem aj ako štúdiový hráč, či už v štúdiu alebo na koncertoch. Veľký úspech som zažil s kapelou Red Pine Timber Company, s ktorou sme hrali od menších klubov a koncertných hál až po O2 arénu v Londýne na festivale CTC (Country to Country), jednom z najväčších country festivalov v Európe. Spolupracoval som aj s americkou jazzovou speváčkou Mariou Speight či so škótskym hudobným skladateľom Finnom Andersonom, ktorému som nahral album a absolvoval s ním turné po Spojenom kráľovstve, Robertom Cassanim z Talianska, Katie Whittaker, Chris Small, Vasilis Pappas z Grécka ako aj s mnohými ďalšími.

Ako sa vám žije v meste Perth?

Perth je menšie mesto v centre Škótska s približne 50-tisíc obyvateľmi. Žijem tu už dvadsať rokov. Vyhovuje mi, že nie je príliš veľké, no zároveň je v dobrej dostupnosti Edinburghu a Glasgowa. Je tu silná hudobná komunita a muzikanti sa tu navzájom poznajú. Medzi známe mená patria napríklad Stuart Nisbet, ktorý dlhé roky hrával s kapelou The Proclaimers, alebo Jimmy Murrison z kapely Nazareth.

Aký je váš pracovný týždeň a ako trávite voľný čas?

Väčšinu týždňa učím na Perth College UHI a na súkromnej škole Craigclowan, kde sa venujem výučbe bicích nástrojov aj práci s kapelami. Po večeroch sa venujem súkromnej online výučbe a víkendy často trávim na cestách v súvislosti s koncertmi. Vo voľnom čase s partnerkou Broňou radi trávime čas v škótskej prírode, najmä pri mori. Radi chodíme na menšie túry, prechádzky po plážach alebo útesoch, spoznávame škótske ostrovy a pozorujeme delfíny či veľryby. Škótsko je veľmi bohaté na prírodu a je to neuveriteľná terapia. Máme radi aj kultúru – muzikály, kino a podobne. A taktiež radi cestujeme po svete. Minulý rok sme cestovali po karibských ostrovoch, kde sme mali možnosť sa stretnúť s karibskými indiánmi a vypočuť si ich tradičnú hudbu – perkusie a spev. Bol to neuveriteľný zážitok. Veľmi rád cvičím a udržiavam sa vo fyzickej kondícii, čo je pri hre na bicie nástroje veľmi dôležité. Pomáha mi to aj po mentálnej stránke, najmä keď je práce veľa a so sebou prináša množstvo zodpovednosti a stresu.

Chýba vám Nižná?

Veľmi rád sa do Nižnej vraciam, najmä za rodinou a priateľmi. Nižnú aj celú Oravu mám veľmi rád. Rád vystupujem v Nižnej, stretávam sa s muzikantmi z celej Oravy a udržiavam kontakty – je to pre mňa veľmi dôležité. Som veľmi hrdý na svoj kraj aj na Nižnú, pretože máme naozaj veľmi kvalitných muzikantov, úprimne, svetovej triedy. Vždy rád spomínam a hovorím všade, aj v College medzi kolegami a študentmi, že na Orave a v Nižnej je obrovská hudobná kvalita. Keďže som však už viac ako polovicu života v zahraničí a mám aj britské občianstvo, Škótsko je dnes mojím druhým domovom.

Aké sú vaše plány do budúcna?

V súčasnosti čakám na prehodnotenie štipendia na štúdium MRes – Master of Research. Plánujem si dokončiť plnohodnotné vysokoškolské vzdelanie zamerané na výskum. Uvažujem nad témou koordinácie a nezávislosti štyroch končatín pri hre na bicie nástroje so zameraním na latinskú hudbu, pedagogickú výučbu tejto techniky a jej praktické využitie pri vystupovaní.

Ďakujem veľmi pekne za rozhovor.

Príbeh nášho rodáka je dôkazom, že talent spojený s tvrdou prácou dokáže otvoriť aj zdanlivo nezdolateľné dvere. Jeho životný príbeh je inšpiráciou pre všetkých, ktorí snívajú o tom, že raz budú robiť to, čo ich naozaj baví. Ivanovi želáme, aby svojou milovanou hudbou prinášal radosť všetkým, ktorí ju milujú – na pódiách pri svojich vystúpeniach aj v triede pri mladých bubeníkoch. Sme hrdí, že máme takého rodáka.

dg

Jedinečné miesto

Keď som ešte pracoval ako riaditeľ a duchovný správca Domu Charitas sv. Jána Bosca v Spišskej Kapitule, poprosila ma jedna naša prijímateľka sociálnych služieb, či by som jej nevedel pozháňať tenkú knižočku, ktorú napísal kňaz František Knapík o svojom zosnulom farárovi Jánovi Farkašovskom, pri ktorom bol v Nižnej kaplánom. Keďže som Františka dobre poznal, veď sme hrávali spolu aj kňazský hokej, nebolo ťažké ho o ňu požiadať. Našiel ešte posledných desať výtlačkov a všetky mi daroval. Ja som ich odovzdal panej, ktorá ma o ne prosila, pričom som si jednu nechal. Keďže som však takmer vôbec nepoznal pána farára Farkašovského, tak som knižku založil do poličky bez toho, žeby som ju vôbec plánoval prečítať. Prešlo niekoľko týždňov. Bol piatok večer 28. februára 2025. Zazvonil mi telefón a ozval sa otec biskup František Trstenský. Povedal jednoduché a jasné slová: „*Dušan, oznamujem ti, že ťa od 1. júla prekladám za farára do Nižnej.*“ Už predtým sme spolu rozprávali o zmene môjho kňazského pôsobenia, teraz mi len dal vedieť kam. Po zložení telefónu a chvíli spamätávania sa, mi prišla na myseľ spomínaná knižka. Hneď som ju vyhľadal a začal čítať. Od-



ložená knižka sa v jednom okamihu stala pre mňa „*povinnou literatúrou*“. A dovtedy pre mňa len málo známa obec – farnosť, sa stala jedinečným a najdôležitejším miestom života.

Keď si teraz, po roku, spomínam na túto udalosť, veľmi sa mi spája s Veľkou nocou. Totiž Ježiš z Nazareta, ktorý bol vo svojom čase známy väčšinou ľuďom patriacim do jeho národa, hoci nepochopeným, odmietnutým a zavrhnutým, sa po svojej smrti a zmŕtvychvstaní stáva známym v celej Rímskej ríši a aj za jej hranicami. Ľuďom sa dostáva do uší správa, že sa im otvorilo nebo a po smrti budú „preložení“ na miesto, ktoré vytvoril Boh, aby mohol s nami zdieľať svoj život. Postupne spoznávajú, že je to miesto, kde už nebude plač, bolesť ani smrť. Dokonca spoznajú, že toto miesto je pre nich plánované a vytvorené už od stvorenia sveta.

Možno sme sa o toto miesto doteraz nezaujímali, nepočítali sme s ním, neplánovali sme tam ísť, alebo sme o ňom vôbec nepočuli, prípadne sme ho nebrali vážne. Ale na rozdiel od toho môjho preloženia do Nižnej, do nebeskej vlasti dostáva miesto určenia (pri kňazoch sa tomu hovorí dispozícia) každý človek. Ja som sľúbil diecéznemu biskupovi poslušnosť, takže som nemohol veľmi vymýšľať, alebo sa vzpierať. Ale ísť do nebeského kráľovstva sa môže každý slobodne rozhodnúť. Pozvaní sú všetci. Nečakajme však na nejaký „*telefonát*“. Samotná udalosť Veľkej noci je najlepšou pozvánkou k tomu, aby sa pre každého osobne stala táto „*Božia zóna*“ jedinečným a najdôležitejším miestom celého nášho života.

Dušan Galica, farár v Nižnej

Mons. Ján Kuboš – rodák z Nižnej, na ktorého môžeme byť hrdí

Každá obec je bohatá na príbehy svojich ľudí. No len niektorí z nich prekročia hranice tak výrazne, že sa ich meno hlboko zapíše do sŕdc rodákov. Medzi výrazné osobnosti Nižnej patrí Mons. Ján Kuboš – náš Janko. „*Moji milovaní,*“ mnohí si pamätáme, že práve tak začínal svoje kázne pán farár Kuboš, keď počas nie jedného prázdninového leta zastupoval vdp. Jána Farkašovského - správcu nižnianskej farnosti. Aj ďalšie jeho slová boli plné dobroty a lásky. „Boh nás miluje aj s našimi slabosťami,“ prihováral sa v kostole svojim susedom, známym – jednoducho obyčajným pracujúcim ľuďom. Po jeho citlivých slovách mali veriaci pocit, že niekto mocný drží nad nimi ochrannú ruku a nič zlé sa im nemôže stať. Jeho kázne boli vždy zrozumiteľné, hlboké a zároveň praktické – dotýkali sa každodenného života. Pri svojich návštevách v rodnej obci kládol dôraz na osobný kontakt s ľuďmi. Vynikal pokojom, rozvahou a schopnosťou načúvať jednoducho každému. Spomienky blikajú ako plamienky sviec v Kostole svätého Gála. Tí, ktorí si Janka pamätajú zo školských čias, hovoria o ňom ako o pokojnom, skromnom a zodpovednom chlapcovi. A ja dodávam... Že bol aj talentovaný a zvedavo múdry. V tých časoch, ako nakoniec vždy, dobrá škola bola pre deti dôležitá. Nielenže dávala mladým ľuďom vedomosti, ale učila ich premýšľať a plniť si povinnosti. No boli tu aj náročné časy náboženského útlaku. Janko Kuboš práve vtedy vďaka rodine, farnosti a škole kládol základy pre svoje budúce kňazské povolanie. Vedel, čo chce. Nebolo to náhle rozhodnutie, ale dozreté presvedčenie, na ktoré vplývalo aj rodinné prostredie – kresťanské svedectvo – hodnoty, ktoré formovali jeho detstvo. No a tak, ako to už v živote býva, bola tu aj nižnianska realita. Obľúbeným miestom mnohých detí aj dospelých bola bohatá farská knižnica. Miestny kňaz, v čitateľskom zanietení, dokázal každému vždy dobre poradiť. Na hodinách náboženstva aj vo svojich kázňach veriacim pripomínal, že „*Pán Ježiš je náš spojenec a verný priateľ. Nikoho nezradí. Každému s láskou ukazuje cieľ jeho cesty.*“ Pán farár sa nemýlil. Aj múdremu žiakovi Jankovi, Pán Ježiš ukázal jeho cestu. Po maturite v r. 1984 bol po prijímacích



skúškach prijatý na CMBF (Cyrilometodská bohoslovecká fakulta) a do Kňazského seminára v Bratislave, kde absolvoval teologické štúdium. Jeho duchovný otec, františkán páter Protáz Matej Koleják, a od r. 1987 Ján Farkašovský, každú chvíľu svojho života venoval študentom teológie aj ostatným mladým ľuďom. S deťmi a mládežou sa stretával na hodinách náboženstva,

Pokračovanie na str. 37

Dokončenie zo str. 36

na duchovných cvičeniach, na výletoch, na vychádzkach na Ostražicu, vo farskej záhrade, na ružencovom vysielaní z Lúrd... V „*Božom svetle niet tmy,*“ Pripomínajú si kňazove slová bývalí miništranti, dnes už kňazi. Ich spomienky sa vracajú do obdobia pred nežnou revolúciou, keď pán farár Farkašovský celé hodiny na nich čakal v modlitbách s nádejou, že výsluch, ktorý v období totality museli podstúpiť, dopadne dobre a nik neskončí vo väznici. Za kňaza bol Ján Kuboš vysvätený v roku 1989 – v náročnom období končiaceho sa totalitného režimu. Celá spoločnosť sa menila. Cirkev sa učila opäť slobodne dýchať. Vtedy pán farár Kuboš zdôrazňoval, že sloboda nie je samozrejmosť ale dar a záväzok. Keď ho pápež František v roku 2020 vymenoval za pomocného biskupa, obyvatelia Nižnej to vnímali ako veľkú radosť a česť. No tí, ktorí ho poznajú osobne, vedia, že aj v tejto úlohe zostal tým istým človekom – vecným, pokojným a hlboko ľudským. Životné jubileum je vždy príležitosťou zastaviť sa, s úctou si pripomenúť a poďakovať vzácnemu rodákovi za všetky povzbudivé slová, za čas venovaný druhým i za tiché modlitby. Do ďalších rokov života prajeme Mons. Jánovi Kubošovi pevné zdravie, radosť zo služby, Božie požehnanie a neustálu blízkosť Pána. Nech ho naďalej sprevádza sila Ducha Svätého a vďačnosť všetkých, ktorých sa jeho služba dotkla.

Margita Kuchčáková

Zo života farnosti

Adventné raňajky s deťmi

Sv. omše od začiatku adventu do 16. decembra sú slávené ku cti Panny Márie za svitania pri svetle sviec. V liturgickom období času duchovnej prípravy na Vianoce sme sa po ranných rorátnych svätých omšiach stretávali s deťmi dvakrát do týždňa na fare pri raňajkách. Takto mohli deti začať deň príjemným ránom a prežívať advent v pokoji a radosti. Poďakovanie patrí manželom Janke a Michalovi Tuhým, ktorí celé raňajky nielen zabezpečovali, ale aj pripravovali.





Výlet spojený s púťou do Krakova

16. decembra sa nám podarilo spojiť dve akcie. Pre našich farníkov sme zorganizovali výlet na vianočné trhy do Krakova spojený s púťou. Najskôr sme absolvovali duchovnú cestu do Sanktuária Lagiewniky, kde sme odslúžili svätú omšu a po nej sme mali čas aj na prehliadku areálu. Potom sme sa presunuli do centra Krakova na Rynek Glówny, kde, hoci v mrazivom počasí, sme strávili príjemný deň v predvianočnej atmosfére.



Požehnanie domov, koledníci a Betlehemci

Vo vianočnom čase sme navštívili rodiny, aby sme im priniesli požehnanie do ich domovov. Začali sme v Zemianskej Dedine 26. decembra na druhý vianočný sviatok. Počas Vianoc sa aj v našej farnosti deti a mladí zapojili do dobročinnej vianočnej tradície, na ktorej koledníci Dobrej noviny spievali koledy a krátke vinše. Dobrovoľné príspevky putovali na pomoc ľuďom v núdzi v Afrike. Taktiež sme mohli stretnúť Betlehemcov prinášajúcich radostnú zvesť o narodení Ježiša Krista.



Silvester na fare

Silvestrovský večer s mládežou na fare sa po svätej omši niesol v duchu radosti a zábavy. O pohostenie bolo postarané, keďže každý niečo priniesol. Dievčatá zorganizovali zábavné hry, o smiech, dobrú náladu a príjemnú atmosféru nebola núdza. Asi pol hodiny pred polnocou sme sa všetci premiestnili do kostola. Posledné minúty starého roka sme tak strávili v tichej modlitbe a vďačnosti za starý rok, ale zároveň aj s prosbou o požehnanie do roka nastávajúceho. Tohoročný Silvester na fare nebol len o zábave, ale aj o duchovnom povzbudení mladých ľudí.





Traja králi 6. januára

Najskôr nám traja králi priniesli radostnú zvesť o novonarodenom židovskom kráľovi do kostola a potom túto radostnú správu prinášali aj do súkromia domácností rodín. Trojkráľová tradícia sa v našej farnosti udržuje vďaka historikovi Marekovi Regulymu.



Miništranti v Oravskej Lesnej

V dňoch od 6. do 7. januára navštívili naši miništranti Oravskú Lesnú. Sprevádzal ich kaplán farnosti Denis Čuchran. Počasie prialo, všetci strávili príjemný čas v prírode naplnený duchovne, modlitbou, ale aj športovo na bežkách. Inšpiratívna a zaujímavá bola aj jazda na historickej železnici, ktorá je navštevovanou turistickou atrakciou na Orave a je jednou z mála zachovaných úvraťových železníc na svete.

Pokračovanie na str. 38



Dokončenie zo str. 37

Farnosť Nižná má svoj erb

Naša farnosť prežila výnimočný okamih požehnania vlastného farského erbu, ktoré sa udialo v rámci svätej omše v nedeľu 1. februára. Návrh erbu na podnet farára Dušana Galicu prešiel cez heraldickú spoločnosť, ktorá dohliadala na správnosť heraldických prvkov aj celkovú symboliku. Erb je umiestnený na stene pri východe z kostola a jeho autorom je umelecký rezbár Tomáš Lajmon. Nový erb bude vyjadrením identity, históriou a duchovným dedičstvom našej farnosti. Bude ju tiež sprevádzať v dokumentoch pri slávnostiach aj v každodennom živote ako znak požehnania.





Národný týždeň manželstva

Týždeň venovaný manželstvu sa tento rok konal v dňoch od 9. do 14. februára pod heslom Tu a teraz. Aj v našej farnosti sa počas tohto týždňa uskutočnili aktivity, na ktorých si manželia mohli pripomenúť, že spokojné manželstvo nie je samozrejmosť, ale vzťah, ktorý by sa mal neustále rozvíjať. Súčasťou bohatého programu bola aj obnova manželských sľubov počas svätej omše 13. februára, večerné bdenie v sobotu po svätej omši od 19. do 22. hodiny, premietanie filmu alebo posedenie s večerou pre dvoch v rotunde Domu kultúry v Nižnej. Všetkým, ktorí pomáhali a organizovali toto podujatie, patrí úprimná vďaka. Osobitne Martine Labdíkovej a Slávky Hradskej.



Krížové cesty v pôste

V pôstnom období sa pred svätou omšou, vždy v piatok a v nedeľu o 14. hodine, modlia skupiny farníkov krížovú cestu. Uvádza nás do tajomstiev utrpenia Pána a zároveň pripravuje veriacich hlbšie prežívať slávnosť Kristovho víťazstva nad smrťou a hriechom.

Katechézy pre deti v Zemianskej Dedine

V Zemianskej Dedine sa v kultúrnom dome každú sobotu poobede rozbehli stretnutia s deťmi. Vedie ich kaplán Denis Čuchran spolu so šikovnými dievčatami z dediny. Hravou a veselou formou sa spoločne rozprávajú, učia o veľkosti Boha a približujú sa mu.



Náboženská výchova v predškolských zariadeniach

V tomto školskom roku vedie kaplán Denis Čuchran každý štvrtok pre prihlásených predškolákov v materských školách na Orličí aj Novej dobe hravou formou náboženskú výchovu.



Jarná lyžovačka

Počas jarných prázdnin, vo štvrtok 26. februára, sme sa s miništrantami stretli na jarnej lyžovačke na vleku SkiUhliská v Nižnej. Aj keď nás nebolo veľa, deň sme si naozaj skvele užili. Počasie bolo výborné, zjazdovka dokonale upravená. Poďakovanie patrí Jozefovi Kachútovi, ktorý miništrantom ako odmenu za ich službu v kostole ponúkol trať bezplatne a ako bonus v závere aj výborné palacinky zadarmo.



Pokračovanie na str. 39



Utorok 3. február - spomienka sv. Blažeja, požehnanie hrdiel



Športové dopoludnie 7. februára - športové dopoludnie pre birmovancov spolu s animátormi a kňazmi, v telocvični ZŠ

Dokončenie zo str. 38

Mons. ThDr. ICLic. Ján Kuboš, PhD. oslávil svoje významné životné jubileum aj v rodnej Nižnej

Dňa 28. februára sa významného životného jubilea 60 rokov dožil pomocný biskup otec Ján Kuboš. Svoje jubileum oslávil na slávnostnej svätej omši o 10.30 hod. v rodnej Nižnej. Prítomní boli mnohí kňazi aj rodáci z Nižnej. Ku gratulantom sa pridal aj pomocný biskup z Krakova Janusz Mastalski. Farníci z Nižnej darovali otcovi biskupovi drevorezbu inšpirovanú Oltárom Ružencovej Panny Márie, ktorej autorom je Tomáš Lajmon. Mons. Jánovi Kubošovi želáme zdravie, hojné Božie požehnanie, dary Ducha Svätého a ochranu Panny Márie. Nech ho Pán sprevádza vo všetkých okamihoch jeho života.



Nikodémova noc

Je pastoračným projektom Katolíckej cirkvi, ktorého podstatou je stretnutie s Ježišom Kristom prítomným v Najsvätejšej sviatosti. Adorácia prebieha v katolíckych kostoloch zvyčajne po svätej omši, v tichu, v tme, za prítomnosti kňaza, s ktorým je možné sa stretnúť vo sviatosti zmierenia alebo pri osobnom rozhovore. Nikodémova noc nadväzuje na osobu farizeja Nikodéma, člena židovskej rady, ktorý prišiel za Ježišom v noci. Táto aktivita vznikla ako odpoveď na otázku, ako v dnešnom uponáhľanom svete hľadať cestu k Ježišovi a umožniť všetkým stretnutie s Pánom mimo pracovnej doby a ostatných povinností. Dôležitým prvkom Nikodémových nocí je tma. Adorácia v tichu a v tme oslobodzuje od sveta plného zvukov a obrazov. Tma pomáha nájsť odvahu prísť a stretnúť sa s Pánom.

Nikodémove noci sú v našej farnosti raz mesačne, vždy v sobotu po svätej omši od 19.00 do 21.00 hodiny, striedavo, raz v Nižnej raz v Zemianskej Dedine. Presné dátumy konania sú uvedené vo farských oznamoch. Všetci ste srdečne vítaní.

Za farnosť Dušan Galica, farár

Radostní bratia

Z rozhodnutia pápeža Leva XIV. sa v Cirkvi po celom svete slávi rok 2026 ako rok sv. Františka z Assisi. Tento jubilejný rok je určený najmä členom Prvého, Druhého a Tretieho rádu františkánskej rodiny. Milosti tohto roka sa však rozširujú na všetkých veriacich bez rozdielu. Svätého Františka z Assisi určite netreba zvlášť predstavovať. Je mimoriadne obľúbeným svätcom a je k nemu prechovávaná úcta aj medzi neveriacimi. V súčasnosti medzi nami žijú nasledovníci sv. Františka - bratia františkáni, a to hneď neďaleko v Trstenej. Mnohí z nás navštevujú ich kostolík. Prichádzajú na sv. omše, adorácie či na spoveď. Františkánska komunita v Trstenej je územím pre všetkých, akési univerzum či neutrálna pôda. Tak si ich teda priblížme ešte o čosi viac.

Vznik františkánskeho rádu s prvými františkánmi zapadá do roku 1209, kedy pápež Inocent III. ústne schválil regulu rádu. V roku 1223 pápež Honorius III. bulou Solet Annuere definitívne schválil upravenú a dodnes platnú regulu. Františkáni sa zaväzujú žiť podľa reguly a zároveň sa nechať inšpirovať sv. Františkom v živote podľa Evanjelia. František túžil žiť svoj život ako protireakciu na bohatstvo. Vo svojom Testamente žiadal, aby sa evanjelium zachovávalo SINE GLOSA - jednoducho, priamo, bez teologických interpretácií, aby sa neoslabil jeho pôvodný význam. Túžil, aby sa každá veta evanjelia brala vážne. Bratia františkáni nosia oblečený hnedý habit prepásaný bielou kordou. František si zvolil oblečenie najchudobnejších ľudí svojej doby, čím aj takto vyjadril svoje odmietnutie bohatstva a moci. Biela korda alebo šnúra má tri uzly, ktoré symbolizujú tri sľuby - chudobu, čistotu a poslušnosť. Sľub chudoby - jeho cieľom je sloboda od materiálneho sveta. Sľub čistoty - dobrovoľná zdržanlivosť, rozhodnutie darovať nerozdelené srdce Bohu a ľuďom. Sľub poslušnosti - podriadenie sa rozhodnutiam predstavených, pripodobnenie sa Kristovi, ktorý plní vôľu svojho Otca.

Heslo františkánov je PAX ET BONUM - Pokoj a dobro. Pokoj je dar od Boha, ktorý majú bratia nielen prežívať, ale aj šíriť ďalej do sveta. Dobro je uznanie Božej dobroty, priať každému človeku všetko dobré. TAU - kríž v tvare písmena T - týmto symbolom František podpisoval svoje listy. Pre Františka to bol znak pokánia a Božej ochrany. Tento symbol sa opisuje v knihe proroka Ezechiela, kde Boh posiela anjela, aby urobil znak tau na čelo všetkým, ktorí nariekajú nad hriechmi mesta. Zároveň je to posledné písmeno hebrejskej abecedy, čo vyjadrovalo Františkovu túžbu byť posledným a najmenším.

Kláštor v Trstenej je z geografického hľadiska momentálne jediným kláštorom františkánov v okolí. Bol vybudovaný v rokoch 1776 - 1780. Prví bratia sem prichádzajú v roku 1774, aby vyučovali mládež hornej Oravy. Ich poslanie malo rekatolizačný zámer. Súčasťou kláštorného komplexu je aj kostol sv. Juraja. V roku 1992 bol kláštor určený na formáciu postulantov. Postulát trvá zvyčajne rok a záujemca sa oboznamuje s rehoľou, životom v kláštore. Býva s bratmi, ale ešte nenosí habit. Komunita bratov v Trstenej sa venuje práci s mládežou a rodinami. Nezastupiteľnú úlohu majú v duchovnej starostlivosti o chorých v trstenskej nemocnici a tiež o seniorov v dome Charitas sv. Františka v Trstenej. Krstia, spovedajú, sobášia, zaopatrujú starých a chorých. Zároveň sa starajú o chod kláštora. V kláštore je v súčasnosti šesť bratov, z toho štyria kňazi. Z ich života poznať rozmer bratstva - ochotu vedieť sa podeliť, ustúpiť. Ako sv. František, snažia sa každého prijať a porozumieť mu.

Po celé stáročia sa traduje legenda, ktorá hovorí o tom, že keď budú na svete dva posledné chleby, jeden z nich bude patriť františkánom. Vychádza zo slov sv. Františka, ktorý hovorieval: „*V takej miere, v akej sa bratia odvrátia od chudoby, odvráti sa od nich aj svet. Ak objímu chudobu, bude ich svet živiť, pretože sú svetu daní na spásu. Medzi svetom a bratmi je zmluva. Oni sú povinní dávať svetu dobrý príklad a svet je povinný poskytnúť im, čo potrebujú. Ak sa však bratia zmluve spreneveria, postihne ich spravodlivý trest a svet stiahne svoju ruku späť.*„

Milosťou človeka, ktorý žije svoj život naplno podľa slov evanjelia, ostáva odkaz sv. Františka živý cez stáročia až podnes. Brat Filip vo svojej knihe hovorí o františkánskej radosti, ktorá je odlišná od radosti klasickej tým, že prijíma do života bolesť a krivdu ako súčasť cesty. Tak sa človek pripodobňuje Ježišovi a nachádza šťastie. Pax et bonum.

(ab)

Cineama je predo dvermi

Celoštátnu postupovú súťaž a prehliadku amatérskej filmovej tvorby Cineama organizuje Národné osvetové centrum v Bratislave, ktoré zároveň prideľuje jednotlivým kultúrnym strediskám aj finančné prostriedky. Súťaž je postupová – z regionálnych kôl postupujú vybrané filmy do krajských kôl a najlepšie z nich následne na celoslovenské kolo.

V Nižnej sa každú jar koná prehliadka filmov z nášho oravského regiónu (okresy Tvrdošín, Dolný Kubín a Námestovo). Občas sa k nám so svojimi filmami pridajú aj naši lokálpatrioti, napríklad Roman Kollár ml. z Bratislavy či Ján Greš z Nitry. Obaja sú pôvodom z Oravy a majú blízky vzťah aj k Orfiklubu.

Rád vo voľnom čase filmuješ? Tvoríš krátke videá, alebo sa snažíš zachytiť okamihy, na ktoré nechceš zabudnúť? Vymýšľaš videoklipy, hrané či animované filmy? Ak áno, táto príležitosť je práve pre teba!

CINEAMA je súťaž a prehliadka amatérskej filmovej tvorby, ktorej vyhlasovateľom a odborným garantom je Národné osvetové centrum v Bratislave. Spoluorganizátormi regionálneho kola sú Oravské kultúrne stredisko, obec Nižná a Orfiklub.

Ing. Andrej Bödi,
štatutárny zástupca, Orfiklub

Tento rok sa regionálna Cineama uskutoční v sobotu 18. 4. 2026 popoludní v priestoroch Bistra v Obecnom úrade v Nižnej.

Do súťaže sa môžeš prihlásiť **do 10. 4. 2026** na webovej stránke: https://chcemsaprihlasit.sk/sutaze/cineama/2026

Prípadné otázky: **orfiklub@gmail.com, 0944 410 356**
Viac o súťaži nájdeš v priložených propozíciách.
Vstup je voľný pre širokú verejnosť.

Akcia vtáky

16. pokračovanie

Stará škola

Ideme. Najprv v dvojiciach, potom len tak... Každý ako chce... Steblá trávy sa skláňajú pod našimi nohami. Je nám dobre. Slnečné lúče už vysušili rannú rosu. Oravská zlatá jeseň priam volá ľudí do prírody. Včera trochu mrholilo. Zato dnes... Rozžiarená Ostražica predpovedá teplý slnečný deň. Zrazu, ako by sme boli v celkom inom svete. Vystupujeme stále vyššie a vyššie. Knihy a zošity sme nechali v triede a len tak naľahko prechádzame kopcovitým terénom. Blížime sa k nášmu cieľu. Všetci sa tešíme z kríkov plných červených šípok a aj už takmer zrelých trniek. Tŕpky, ako ich deti volajú, sú najlepšie po prvých mrazoch. A tie prídu... Ojoj, čo nevidieť. Kde sa tu tak zrazu vzalo toľko vôní? A farieb! Listy sa pohrávajú s lúčmi slnka. S vetrom si čosi tajomne šepocú. „*Prekrásny deň,*“ povedala nahlas učiteľka. Dotyk nezvyčajne teplej jesene zapôsobil aj na žiakov. „*Mohli by sme tu ostať,*“ navrhli dievčatá očarené pohľadom na ešte stále zelenú lúku.

„*Alebo by sme tu mohli prísť aj zajtra.*“ „*Uvidíme. Nič nesľubujem,*“ zasmiala sa slovenčinárka. Chlapci, ktorí mali sklony k dobrodružstvám, boli priam neudržateľní. Už chceli preskúmať okolitú prírodu. Len byť hrdinom, len rozosmiať spolužiakov... „*Môžeme ísť do horičky? Nie, nie, poďme radšej na Ostražicu!*“ „*Bojíš sa zajacov?*“ Ha-ha-ha... „*Nie!*“ Ale Michal sa bojí lesných strašidiel. Hu-hu-hu... Úuu-úuuu-úú. Predvádzali sa, smiali a pokrikovali jeden na druhého. Ako obyčajne, nepočkali na odpoveď a na neviditeľných krídlach sa rozleteli po celom okolí. „*Dávajte si pozor. Stromy nechajte veveričkám,*“ zavolala za nimi učiteľka a vydýchla si. „*Vlastne, už sme na mieste.*“ Sadla si do trávy a takmer všetky dievčatá sa pousádzali vedľa nej. Užívali si kontakt s prírodou. Z diaľky zacítili závan horiaceho lístia. Nad hlavami im krúžil jastrab. A z lesa sa ozývalo kuku-kuku-kuku... Hlasný pozdrav kukučky. Po pol hodine, keď sa chlapci vrátili a najmä, keď sa všetci utíšili, zaznela učiteľkina otázka. „*Viete, kde sme?*“ Žiaci sa zasmiali. „*Predsa na kopci.*“ „*Pri Ostražici...*“ „*Verte-neverte, ale sme v škole.*“ Počuli vážnu odpoveď. A hneď nato učiteľka otvorila svoje poznámky a začala čítať. „*Vo farskej kronike najstaršia písomná správa o škole a vzdelávaní v našej obci bola zaznamenaná v devätnástom storočí. Vtedajší učiteľ v roku 1869 o nej napísal: Učebná izba je tmavá, upadlá, tesná, nie pre počet 150 – 160, ale ani pre počet 70 žiakov dostatočná. A nie cieľu primeranými lavicami zaopatrená. Ďalej kronika hovorí, že naša jednotriedna ľudová škola stála na vŕšku neďaleko kostola.*“ „*Pani učiteľka, prinesiete nám tú kroniku ukázať?*“ „*Žiaľ, stratila sa.*“ „*A vy ste ju ako prečítali?*“ padla ďalšia otázka. „*Bolo to v roku 1975. Vtedajší správca farnosti, pán farár Matej Koleják, ktorý farskú kroniku chránil ako oko v hlave, mi ju požičal, ale len na jeden víkend. Ako som povedala, bolo to v roku 1975. V škole neboli počítače ani technika, ktorú poznáme dnes, takže som si urobila len pár poznámok a tie sa dotýkali vzdelávania v našej obci.*“ „*Viete, ako sa volal učiteľ, ktorý písal tú kroniku?*“ „*To neviem. Svoje meno neuviedol. Ale vtedajším správcom farnosti bol pán farár Michal Chmel.*“ „*Čo tam bolo ešte napísané?*“ vyzvedali žiaci ďalej. „*Najprv mi povedzte, čo je to kronika.*“ Odpoveď bola takmer presná. „*Je to kniha, v ktorej sú zapísané dejiny.*“ „*Áno. Výborne! Je to záznam historických udalostí zapísaných v časovom slede. Kroniky vznikali v stredoveku, ale píšu sa aj dnes. Voláme ich tiež pamätné knihy.*“ Žiaci počúvali pozorne. Rozprávanie o starej škole sa im zapáčilo. A v tom momente... ako by všetci spolu vstúpili do minulosti. Zrazu sa na kopci pri kostole objavila drevenica s malými oknami, ošľahaná vetrom, dažďom a mrazmi. Samozrejme len v ich predstavách. Zo všetkých strán k nej prichádzali deti. Šesťročné aj desať - dvanásťročné. Učiteľ, ktorý býval priamo v škole, im otvoril jednu z dvoch izieb. Škola, vlastne gazdovský dom patril jednému z bohatších obyvateľov dediny. Deti sa pousádzali do lavíc. Chlapci s chlapcami a dievčatá s dievčatami. Najmenšie deti sedeli v prvých laviciach. Najstaršie v posledných. Ojojoj! Do jednej lavice, ktorá siahala takmer od steny ku stene - po celej šírke triedy, sa muselo vmestiť desať, ba niekedy aj viac žiakov. Škola ožila. V kamennej peci už blikotal ohník. Deti si vyzliekli kožúšky, odložili baranice... Do triedy vstúpil učiteľ, všetci sa postavili. Keď sa znova usadili, učiteľ urobil prezentáciu. V triede boli takmer všetci žiaci. Bola zima, a tak ich rodičia nepotrebo-

Pokračovanie na str. 41

Sused

Nik nevie
dňa ani hodiny.
Osirelý sused
bezradne
pozerá
na ľudí.
Na schodoch
bez adresy
nemá nič...

Dokončenie zo str. 40

vali na prácu na poli či pri gazdovstve. „Pani učiteľka, pani učiteľka a ako sa učili, keď ich bolo v jednej triede tak veľa? A keď tam boli spolu prváci, ale aj starší žiaci...“ Zvedavé otázky prerušili učiteľkine rozprávanie. „Dobre sa pýtate,“ pochválila slovenčinárka Andreja a Michala. „Písať sa učili spoločne. Učiteľ napísal kriedou písmená na tabuľu, ktorú volali tafľa a žiaci ich odpisovali na malé bridlicové tabuľky s dreveným rámikom. Písali kamienkom – grifľom. Napísané písmo bolo biele a bolo ho možné zotrieť handričkou.“ „Vau! To sa mali!“ „Super, keď sa pomýlili, všetko zotreli a začali odznova.“ „A keď všetko dobre napísali dostali jednotku?“ „To nie. V ľudovej škole sa neznámkovalo. Ale lenivých či neposlušných žiakov trestali.“ „Ako ich trestali?“ „Palicou či kľačaním v kúte,“ prišla smutná odpoveď. „A čo sa ešte učili?“ opýtala sa Ľudka. „V roku 1774 bol v celom Rakúsku aj v Uhorsku a teda aj u nás, na Slovensku, prijatý zákon o povinnej školskej dochádzke. Zaviedla ho vtedajšia panovníčka Mária Terézia. Žiaci sa učili náboženstvo a tiež písať, čítať, počítať. Venovali sa aj pracovným zručnostiam. Dievčatá napríklad, ako zaplátať diery na nohaviciach.“ „A nič viac sa neučili?“ „Ale áno, učiteľ deťom prikazoval, ako sa majú správať v škole, v kostole, k starším ľuďom, k rodičom. Existuje tiež archívny zápis spišského biskupa Jána Ladislava Pyrkera z roku 1823. Podľa neho sa v škole v Nižnej žiaci učili šesť hodín denne okrem nedele, utorka a štvrtka.“ „Tí sa mali! „Toľko voľna...“ „A koľko mali kníh?“ Záujem žiakov o starú školu bol naozaj veľký. „Knihy používal len učiteľ. A to predovšetkým náboženské, možno aj rozprávkové, až neskôr prišli šlabikáre. Najprv práca, potom zábava – opakoval morálne zásady svojim žiakom každý deň. Učiteľ musel byť tvorivý a sám vymýšľať náplň vyučovania. Tak ako nám hovorí kronika, v škole boli zlé podmienky, učiteľské povolanie bolo ťažké a slabo ohodnotené. Ale obetaví učitelia, ktorí učili srdcom, pomáhali pozdvihnúť život v slovenských dedinách. A bol to veru ťažký život.“ Chlapci a dievčatá pozorne počúvali a učiteľka pokračovala v rozprávaní. „Zo Slovenských národných novín, ktoré v tom čase vychádzali, sa dozvedáme, že napríklad v roku 1846 – 47 bola v celej Európe veľká neúroda zemiakov a obilnín. Ďalej sa tam píše, že obyvateľstvo oravské ide do smutnej budúcnosti. Zemiaky nakazené a zhnité sa na pálenku spotrebovali. A tak... Živnosti je málo, ba niekde ju už vôbec nemajú. Šíri sa horúčka, ktorá tisíce spomedzi živých zachvátila. Najviac detí.“ „To bolo strašné. Nemali vôbec žiadne jedlo? Ani suchý chlieb?“ Žiaci neveriacky krútili hlavami. „Chlieb bol v tom čase ozajstnou vzácnosťou. Ako nám hovoria slovenskí spisovatelia z tohto obdobia, žiak, ktorý si priniesol krajec chleba do školy, bol medzi deťmi kráľom. Dokonca chlieb bol akýmsi platidlom, keď kamarát kamarátovi z neho odlomil malý kúsok, nezabudol poznamenať - Ale že mi ho vrátiš, keď tvoja mamka napečú...“ „Bože, to muselo byť strašné,“ povzdychla si Ľudka. „Veru, boli to veľmi ťažké časy - hlad, choroby... Ľudia boli bezbranní. A k tomu v devätnástom storočí, najmä po roku 1867, zosilnela maďarizácia. Kto mi vie povedať, čo znamenala v našich dejinách maďarizácia?“ Na učiteľkinu otázku prišla len jedna odpoveď. „No učili sa po maďarsky.“ „Dobre, ale musíme si to upresniť. Uhorská vláda chcela vytvoriť jednotný maďarský národ, a to obmedzovaním slovenského jazyka, kultúry, národného povedomia, predovšetkým prostredníctvom škôl. Maďarčina bola povinným vyučovacím jazykom aj v čisto slovenských dedinách. Peniazmi odmeňovali učiteľov, ktorí vláde pomáhali pri maďarizácii. Teda ich podplácali. A, naopak, trestali tých, ktorí podporovali slovenčinu.“ „A ako ich trestali? Veď to neboli žiaci, ale učitelia.“ „Prenasledovali ich, vyhadzovali zo škôl, niektorým hrozilo aj väzenie. No musím povedať, že podľa mnohých zápisov, či už z literatúry alebo z kroník, vyplýva, že aj deti boli v niektorých školách tvrdo potrestané - bité - len za to, že hovorili po slovensky.“ „Bolo to nespravodlivé!“ „To bolo... no fuj!“ Poznámky sa sypali ako zrno z deravého vreca. Všetci žiaci vyjadrovali svoj odpor a pohoršenie z takej nespravodlivosti. „To bolo zlé, no hnusné,“ bolo počuť znova a znova. „Našťastie,“ pokračovala slovenčinárka, „sme mali verných Slovákov- hovoríme im národovci, ktorí sa postavili proti maďarizácii. Takí odvážlivci boli medzi rôznymi vrstvami obyvateľstva. Patrili k nim kňazi, učitelia, gazdovia, remeselníci, kníhtlačiari a ďalší a ďalší. Keby ich nebolo, pravdepodobne by bol osud Slovenska iný. Ľudia by ďalej - ešte dlho žili v temnote a nevedomosti. Kto by mi vedel vymenovať najznámejšie osobnosti z 19. storočia, teda najväčších bojovníkov, ktorí sa snažili o národné prebudenie Slovákov?“ Na túto otázku všetci žiaci odpovedali zborovo: „Štúr, Hurban, Hodža.“ „Veľmi správne. Ľudovít Štúr, Jozef Miloslav Hurban a Michal Miloslav Hodža chceli vyviesť Slovákov z poroby – z ponižujúceho postavenia. Robili všetko preto, aby slovenský národ prežil. Školy nemali byť utrpením, ale mali svietiť múdrosťou, prebúdzať talenty, učiť mladých ľudí, ako lepšie žiť. A predovšetkým malo sa v nich hovoriť po slovensky.“ „Ako dobre, že my máme normálnu školu,“ poznamenala Ľudka. „Poďme rýchlo späť. Zabudli ste, že poobede hráme futbal s béčkarmi?“ Pripomenuli si chlapci medziriedny priateľský zápas. „Určite vyhráte!“ „Do toho! Do toho...“ Prekrikovali sa dievčenské hlasy. „Bude super!“ „Viete, že kedysi dávno bolo žiakom zakázané hrať loptové hry? Teda nesmeli hrať ani futbal,“ zamiešala sa do ich rozhovoru slovenčinárka. „Hry s loptou sa považovali za surové. Za nevhodné.“ Chcela pokračovať v prednáške, ale to sa už všetci žiaci rozosmiali a smiali sa spolu so svojou učiteľkou, ktorá touto dejepisnou perličkou ukončila jesenné stretnutie s dejinami.

Margita Kuchčáková

Len sám seba.
Každý kameň
sa mu
smeje.
Hovorí
potichu aj nahlas...
Diskutuje
s rodičmi a priateľmi,
ktorí už dávno
odišli.
Schúlený
pod dekou
je smútkom
ulice.
Občas
si s ním
ktosi
strelí
populárne selfies.
Len tak ...
Pre zábavu.
Jeho pohľad
siahne
po almužne.
Bojí sa, veľmi sa bojí.
Bez rodiny...
Bez domova...
Chce späť
svoje detstvo.
V hlave nosí
zbierku
krehkých spomienok.
Je to len sen?
Rozprávka?
Tam kdesi...
Za rohom
v šialenstve dejín
svet
sa krúti
vôkol mocných peňazí.
O krok ďalej...
Život
tlieska
pozláteným celebritám.
Kabaret klamstiev
pochoduje
po červenom koberci.
Nech žije zábava.

Všade veľa blata.
Uplakaná jar
prebúdza
v duši
clivotu.
Sťahovavé mraky
priniesli
pozdrav
z krajiny
múdrych bratov.
Veľkonočný týždeň
práve
začína...
Tam vedľa...
Utrápený Ježiš
visí
nad kahancom
blikajúcich sviec.

Až sa chce pokľaknúť.

Margita Kuchčáková

Teta Marka



Pod týmto oslovením ju poznajú všetci, ktorí od roku 1968 do r. 1987 navštevovali jasle, škôlku alebo predškolskú v dedine na Hviezdoslavovej ulici.

Mária Ficeková sa narodila 6. septembra 1932 do rodiny Štefana Štefaňáka a Anny r. Žákovej v obci Habovka. Manželia spolu vychovali sedem detí. Od mala ich viedli v láske k Bohu, blížnemu a poctivej práci, ktorej bolo na dedine vždy dosť. Mária od detstva pomáhala rodičom na gazdovstve. Okrem dvoch kráv, oviec a prasiat bolo na dvore aj kopec hydiny. Nebolo veľa času na hry a bolo treba sa postarať aj o mladších súrodencov. Živo si spomína aj na vojnové časy. „*Mala som 12 rokov, keď do dediny prišli Rusi a brali ľuďom všetko, čo sa dalo zjesť. V našom dvore mali veľký kotol,v ktorom to potom všetko varili,*“ hovorí pani Mária. „*Obzvlášť mi v pamäti utkvel deň, keď jeden z vojakov povedal otcovi, aby celú rodinu posadil na voz a vyviezol mimo dedinu. Mali v pláne ju celú vypáliť. Otec urobil, ako mu vojak kázal a zaviezol nás do susedného Bieleho Potoka, kde sme boli niekoľko dní. Dedinu našťastie nezapálili a my sme sa mohli spokojne vrátiť do svojho dreveného domu, pred ktorým stál a dodnes stojí vyše 100 rokov starý kamenný kríž.*

Moje prvé pracovné skúsenosti mimo dom začali v lesnej škôlke, kde sme pestovali mladé stromčeky. Neskôr robili po okolitých dedinách nábor zamestnancov do novootvorených Ľanárskych závodov v Nižnej. Potrebovali hlavne zručné tkáčky a to sme my dievky z dediny boli.“

V Nižnej sa začala ďalšia etapa života pani Márie. Tu sa zoznámila aj so svojím manželom Jozefom Ficekom a spoločne si založili rodinu. Krátky čas bývali v Jozefovom rodičovskom dome na terajšej Kolejákovej ulici a neskôr začali so stavbou vlastného domu na Malej Orave.

Pokračovanie na str. 43



Budova, ktorá slúžila od 19. storočia ako škola, neskôr škôlka



Mária okolo roku 1950



Štefan a Anna Štefaňákovci









Dokončenie zo str. 42

V roku 1968 Mária nastúpila ako upratovačka do škôlky na Hviezdoslavovej ulici. Tu okrem všetkých pomocných prác pomáhala aj pri uspávaní detí, na čo si veľmi dobre pamätáme. Nikdy nás nenútila nasilu spať, no museli sme aspoň ležať a byť potichu. Na jej pracovnej zástere boli často od detí natrhnuté vrecká, ktoré boli vždy plné cukríkov.

Denne ju môžeme stretávať v obci, hlavne v ranných hodinách na trase z Malej Oravy ku kostolu, ktorý navštevuje každý deň aj napriek pokročilému veku. Dodnes je živým článkom farského života. Dlhé roky bola vedúcou Rodiny Nepoškvrnenej a jej členkou je aj naďalej. Je tiež v Ružencovom spoločenstve a členkou Bratstva Božského Srdca Ježišovho. Pri stretnutí a po rozhovore s ňou neodídete naprázdno. Poradí, povzbudí, požehná, povie nejakú ľudovú múdrosť, príslovie a do ruky vloží aj dnes malý cukrík.Tento rok pani Mária, ako hovorí ona sama, ak Pán Boh dá, oslávi 94. narodeniny. Veríme, že bude ešte dlho medzi nami rozsievať dobro a pokoj.



Dom Ficekovcov na Kolejákovej ulici



Mária so synmi Štefanom a Jozefom

Aj keď je napoly zhnilé, predsa je ku srdcu milé.

Ako Boha v srdci mať, vieru, nádej a lásku rozdávať.

Čo v kraj sveta zájde, každý svoju lásku nájde.

Mgr. Marek Reguly

Črepiny histórie

Papiereň v Nižnej bola majetkom Oravského panstva

Staré múdre príslovie hovorí: *„Dejiny sú učiteľkou života.“* Ak nájdeme pri vykopávkach črepiny z vypálenej hliny, nehovoria nám nič. Po pozliepaní vytvoríme nádobu, tá nám povie, z ktorého obdobia pochádza. Po starých stavbách, ktoré u nás plnili určitú funkciu, v tomto zmysle zostali len črepiny.

Tak v Nižnej boli postavené dva mlyny. Jeden mlyn ešte stojí, je v katastri obce Nižná v Borku. Naši predkovia tento objekt volali Kúria. Taktiež tu bola valcha na spracovanie tenkého súkna a papiereň na výrobu papiera. Poniže v tejto časti chotára sú ruiny Františkovej huty, kde bol aj hámor na skujňovanie železa. Dostatok kvalitnej hliny založil aj hrnčiarske cechy v okolí Nižnej. Tehly z tejto hliny sa zo začiatku vyrábali ručne, až neskôr ich nahradila strojová výroba. Tehelňa bola veľkým objektom, kde boli sušiarne, koľajnice pre vozíky a mohutné priestory pece s vysokým komínom.

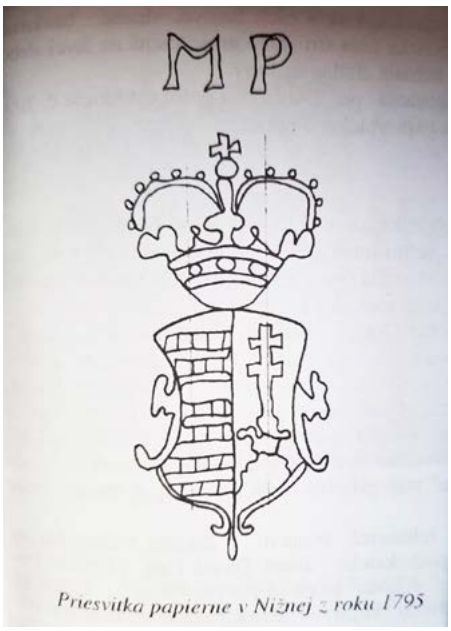
Na území, kde je budova bývalého MNV, bola pálenica na výrobu alkoholu. Z histórie vieme, že tam, kde sú brody na rieke Orava, sa stavali mosty. Drevený most bol nahradený oceľovým. Tak ako sme ho s Nemcami postavili na okupáciu Poľska v roku 1939, tak ho Nemci v marci 1945 vyhodili dynamitom, keď sa blížil ukrajinský front.

O každej tejto historickej stavbe by sme mali niečo napísať, a tak vychádza, že v roku 1785 bola v Nižnej založená spomínaná papiereň, ktorá bola majetkom Oravského panstva. Výrobu papiera zabezpečovali papiernickí majstri ako nájomcovia. Z nich sa preslávila rodina Pánikovcov, ktorá takmer 100 rokov platila za prenájom papierne. Ročne Oravskému panstvu bola povinná odpredať určité množstvo papiera. Mnohé archívne listiny v Uhorsku a materiály sú napísané na papieri z dielne majstra Pánika.

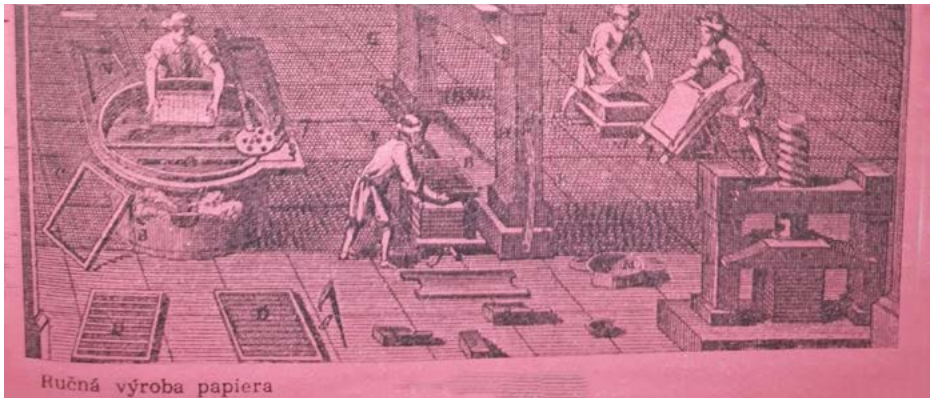
Výroba papiera vyžadovala mnoho zručných rúk a veľa času najmä pred vynájdením mlecích zariadení tzv. holandra v 17. storočí. Len lepší papier z handier sa môže pýšiť s praotcom čínskeho dávnoveku. Od Číňanov sa ho naučili robiť Arabi a Taliani, potom ostatní Európania, kde sme patrili aj my. Papierová kaša vyrobená v holandri sa rozriedila čistou vodou a viedla do kadí, odtiaľ ju zozbieral robotník dvojitým drevením rámom so sitom (veľkosti hárka), druhý robotník rám otvoril, sňal zachytenú vrstvu papieroviny na jemnú vlnenú plsť a na vrch položil rovnaký kus plsti na vrstvu papieroviny, a tak sa to opakovalo, až bolo spolu niekoľko hárkov. Potom sa všetko vložilo do lisu a ten vytlačil spolu z papieroviny asi polovicu vody. Papierovina sa dala zoschnúť, namáčala sa v gleji a uhladila – papier bol hotový.

S malými zmenami sa vyrába ručný papier pre zvláštne účely dodnes. Ručná výroba nebola schopná konkurovať lepšej akosti strojového papiera a hlavne jeho cene – tak zanikla.

Mgr. Eduard Tomaga



Priesvitka papierne v Nižnej z roku 1795



Ručná výroba papiera

Galavečer v znamení Športovec roka 2025

75 rokov športu v Nižnej ako pocta ľuďom a tradícii

Rok 2025 sa v Nižnej niesol v mimoriadne slávnostnom duchu. Obec si pripomenula 75 rokov organizovaného športu, ktorý sa začal písať v roku 1950 vznikom telovýchovnej jednoty. Toto jubileum nebolo len číslom v kronike, ale predovšetkým príležitosťou poďakovať sa generáciám športovcov, trénerov, funkcionárov a dobrovoľníkov, ktorí formovali športový život obce.

Slávnostné podujatie Športovec roka 2025 (23.januára 2026 v DK v Nižnej) otvorili svetelno-tanečnou choreografiou Lumina tanečníci zo ZUŠ Vendelína Habovštiaka pod vedením Miroslavy Malatinkovej. Podujatie sa nieslo v znamení úcty k tradícii a pohľadu do budúcnosti. Pripomenulo, že šport v Nižnej nikdy nebol len o výsledkoch, ale o hodnotách – vytrvalosti, disciplíne, spolupatričnosti a radosti z pohybu. Od skromných začiatkov až po dnešnú širokú paletu športov sa Nižná môže pochváliť rozmanitosťou, ktorú by jej závidel nejeden región.

Počas večera boli predstavení nominovaní 37 športovci naprieč generáciami – od najmladších talentov až po dospelých reprezentantov obce v rôznych športových odvetviach. Ich výkony sú dôkazom, že systematická práca s mládežou a podpora klubov prinášajú ovocie. Každý z nominovaných je symbolom pokračovania štafety, ktorú pred 75 rokmi odovzdali zakladatelia športu v Nižnej.

Osobitnú pozornosť si však v jubilejnom roku zaslúžilo 10 športových osobností. Sú to ľudia, ktorí stáli pri športe dlhé desaťročia, často v úzadí, no s obrovským nasadením. Ich životné príbehy potvrdili, že šport je celoživotnou cestou a že vek nie je prekážkou, ale skúsenosťou. Práve vďaka týmto osobnostiam má šport v Nižnej pevnú kontinuitu a silné korene. Ako prejav úcty sme niektorým osobnostiam športu venovali malé prekvapenie - kytice, malý dar a osobitnú gratuláciu k významným životným jubileám.



Cena fanúšika - Filip Ferulík

Súčasťou večera bolo aj odovzdanie Ceny fanúšika, ktorú s najväčším počtom - 306 hlasov získal Filip Ferulík (florbal), o ktorej rozhodovali samotní obyvatelia a priaznivci športu prostredníctvom online hlasovania. Do ankety sa zapojilo viac ako tisíc fanúšikov (1265 hlasov), čo potvrdilo, že šport má v obci silnú podporu verejnosti. Toto ocenenie bolo symbolom prepojenia športovcov s komunitou, ktorú reprezentujú. Slávnostný večer mala pod taktovkou Daniela Štecová, ktorá podujatie moderovala a dodala mu slávnostnú a zároveň príjemne uvoľnenú atmosféru. Ocenenia nominantom a osobnostiam odovzdal starosta obce, Ing. Jaroslav Rosina, spolu s predsedom komisie športu, Andrejom Brčákom.

Záver podujatia patril osobným stretnutiam a rozhovorom, posedeniu na malom raute v Bistre. Poďakovanie patrí obci Nižná, športovým klubom a oddielom, ktoré nominovali osobnosti a športovcov, komisii športu, komisii kultúry za organizáciu a prípravu celého podujatia, ktoré malo dôstojný a veľkolepý charakter, ale aj trénerom, rodičom a všetkým dobrovoľníkom, bez ktorých by športový život nemohol fungovať. Prvých 75 rokov organizovaného športu máme za sebou – s úctou k minulosti a s dôverou, že ďalšie generácie budú v tomto príbehu pokračovať. Šport v Nižnej tak zostáva živým dôkazom toho, že tradícia má zmysel vtedy, keď ju má kto niesť ďalej.

Ocenení športovci roka 2025

Futbal
Lukáš Florek – Prípravka U7
Samuel Gill – Prípravka U9
Tomáš Nemček – Prípravka U11
Ladislav Ivanko – Mladší žiaci U13
Patrik Vraštiak – Starší žiaci U15
Fabien Beráts – Dorast U19
Dávid Brčák – Muži
Jozef Konfala – Internacionáli

Florbal
Filip Ferulík – Staršia prípravka
Šimon Malatinka – Mladší žiaci
Lukáš Mikulovský – Starší žiaci
Peter Žofaj – Dorast
Matúš Staroň – Muži extraliga





Bedminton
Pavol Žuffa – Aktívny člen
Miriam Domagalová – U13
Daniel Kristofčák – U15

Tenis
Maroš Medveď – Dorast a muži
Marián Babinský – Aktívny člen

Stolný tenis
Zara Remiazová – Žiačky
Matáš Bobák – Žiaci
Maxim Remiaz – Juniori
Martin Kyseľ – Muži
Ján Trnka – Seniori
Tibor Bednár – Tréner

Jachting
Miroslav Domiňák

Horský beh, skialpinizmus
Michal Tuka

ŠK Oravaman
Peter Olejár – Muži
Alžbeta Paľová – Ženy
Matej Bizoň – Žiaci
Valentína Scott – Žiačky

Motokros
Filip Kristofčák – MX 65

Plávanie
Philip Ďuriník – Paraplávanie
Michal Žuffa – Mladší žiaci
Dušan Zobek – Plavecké nádeje
Linda Floreková – Plavecké nádeje

Gymnastika
Soňa Boďová – Staršie žiačky

Šípky
Michal Štober – Muži

Nižná ocenila osobnosti športu

Slávnostný večer venovaný športu priniesol do Nižnej výnimočnú atmosféru spomienok, poďakovania a uznania. Druhá časť galavečera Športovec roka 2025 bola venovaná nielen aktuálnym športovým výkonom, ale najmä osobnostiam, ktoré stáli pri športe v Nižnej dlhé desaťročia.

Program večera sa následne niesol v znamení jednotlivých športových blokov, ktoré postupne mapovali históriu 75 rokov organizovaného športu v obci, významné úspechy aj súčasnú činnosť športových oddielov v obci.



Osobnosti športu Nižnej

Lyžovanie – šport s koreňmi v prírode a ľuďoch

Lyžovanie je šport s hlbokými koreňmi v Nižnej. Ocenenou osobnosťou sa stal Jaroslav Cifra, ktorého význam nespočíva len v dosiahnutých výsledkoch, ale najmä v celoživotnej oddanosti športu. Podieľal sa na budovaní zázemia, organizovaní pretekov, práci s mládežou a bol vždy tam, kde bolo treba. Jeho celoživotný vzťah k pohybu a športu bol ocenený ako príklad, že vek – 87 rokov, nie je hranicou aktívneho života.

Stolný tenis – od miestnych stolov po extraligové úspechy

Silný príbeh má v Nižnej stolný tenis, ktorého najväčšie úspechy prišli v ostatných rokoch. Osobnosťou tohto športu sa stal Miroslav Bednár st., hráč, tréner aj funkcionár v jednej osobe. Jeho význam spočíva v obnovení stolného tenisu v Nižnej a v systematickej práci, ktorá vyústila až do extraligových úspechov. Zároveň vychoval generácie hráčov, čím zabezpečil kontinuitu oddielu.

Cyklistika – kontinuita a dobrovoľnícka práca

História cyklistiky v Nižnej siaha do 60. rokov minulého storočia a je neoddeliteľne spätá s podujatím Okolo Tatier. Ocenenou osobnosťou sa stal Miloš Kuboš, ktorého význam spočíva v dlhoročnom stabilnom vedení cykloklubu a v udržaní tohto výnimočného podujatia ako najstaršej nepretržite organizovanej cyklistickej akcie v strednej Európe. Je symbolom vytrvalosti, dobrovoľníctva a systematickej práce.

Tenis – trpezlivá práca s mládežou

V bloku venovanom tenisu bol ocenený Peter Zimáni st., ktorý sa aj vo veku 75 rokov stále spája s dlhoročnou a systematickou prácou pre tento šport v obci. Desaťročia sa venoval rozvoju tenisu, práci s mládežou, organizovaniu súťaží a budovaniu podmienok, vďaka ktorým má tenis v Nižnej stabilné meno a perspektívnu budúcnosť. Ocenení boli aj aktívni hráči, ktorí dnes tento šport úspešne reprezentujú.

Futbal – príbeh od zakladateľov po mladé talenty

Osobitné miesto večera patrilo futbalu, jednému z pilierov nižnianskeho športu. Osobnosťou futbalu sa stal Jozef Latka, výrazná postava zlatých rokov klubu. Jeho význam spočíva v zásadnom podiele na najúspešnejšom období futbalu v Nižnej a v hodnotách tímovosti a oddanosti klubu, ktoré dodnes inšpirujú mladšie generácie. Ocenení boli futbalisti všetkých kategórií – od prípravkárov až po internacionálov.

RTVŠ – šport ako radosť a spolupatričnosť

Rekreačná telesná výchova a šport pripomína, že šport nemusí byť len o medailách. Ocenená bola Ema Schelingová, ktorá vo veku 75 rokov stojí za dlhoročným a obetavým rozvojom rekreačného športu žien a mládeže v obci. Vytvárala priestor pre pohyb, zdravie a spolupatričnosť. Potvrdením jej systematickej práce je jej titul majsterky Slovenska v turisticko-branných pretekoch, ktorý získala aj jej dcéra Gabriela Píšiová – dôkaz odovzdávania hodnôt naprieč generáciami.

Atletika – pevné základy kráľovnej športov

Významnou kapitolou večera bola atletika, ktorej rozvoj je v Nižnej spojený s menom Márie Ďurecovej. Jej celoživotná práca so školskou mládežou položila pevné základy atletiky a priniesla množstvo úspechov na okresnej, krajskej aj celoslovenskej úrovni. Atletika sa vďaka nej stala jedným z najúspešnejších športov v obci. Dnes 80-ročná aktívna športovkyňa zasvätila svoj život športu. Aj v súčasnosti ešte súťaží a je dôkazom, že šport v Nižnej nebol a nie je viazaný na vek, ale na vášeň a vytrvalosť.

Strelecký šport – presnosť, trpezlivosť a kontinuita

Za strelecký šport bol ocenený Július Murár, ktorý sa tomuto náročnému a precíznemu športu venoval takmer štyri desaťročia. Aj vo vysokom veku blížiacemu sa k 85 rokom zostáva symbolom trpezlivosti, disciplíny a poctivej práce. Ako tréner, rozhodca aj organizátor sa významne podieľal na výchove mládeže a dlhodobo reprezentoval Nižnú na celoslovenskej úrovni.

Plávanie – tradícia, ktorá pretrvala aj bez plavárne

Hoci miestna plaváreň už dnes neexistuje, plavecký duch v Nižnej žije ďalej. Osobnosťou plávania sa stal Milan Kajan, priekopník a tréner, ktorého význam spočíva vo vybudovaní plaveckého oddielu a výchove úspešných plavcov, vrátane reprezentantov Slovenska. Ocenení boli aj mladí plavci a športovci v paraplávaní.

Florbal – z miestneho nadšenia do extraligy

Večer uzavrel florbal, jeden z najmladších, no najúspešnejších športov v obci. Osobnosťou florbalu bol ocenený Marián Klimčík st., považovaný za otca florbalu na Orave a jednu z kľúčových postáv jeho rozvoja na Slovensku. Jeho význam spočíva najmä v dlhodobej systematickej práci s mládežou a v budovaní klubu od úplných začiatkov. Vďaka nemu vyrástli v Nižnej generácie hráčov, ktorí sa presadili na najvyššej slovenskej úrovni. FBK Nižná si tak vybudoval silné meno a stabilné miesto medzi extraligovou elitou.

Záver podujatia patril spoločnému poďakovaniu a gratulácii jubilantom i oceneným osobnostiam, ktoré tvoria živú súčasť 75-ročnej histórie športu v Nižnej. Ich životné jubileá, dlhoročná práca a osobný príklad sú dôkazom kontinuity, úcty k tradíciám a hodnôt, na ktorých miestny šport vyrastal a dodnes stojí. Toto stretnutie nebolo len spomienkou na minulosť, ale predovšetkým poďakovaním tým, ktorí svojou vytrvalosťou, oddanosťou a láskou k pohybu zanechali v športovom živote obce trvalú stopu. Vzájomné prepojenie príbehov osobností a mladých športovcov vytvorilo obraz obce, kde má šport pevné miesto v minulosti, prítomnosti aj budúcnosti.

Daniela Štecová

Zimná športová idylka na štadióne



Bežky aj korčule na jednom mieste

Zima nám tento rok dopriala poriadnu nádielku snehu a mrazu, čo sme sa rozhodli naplno využiť pre všetkých fanúšikov pohybu. Na futbalovom štadióne pre vás pripravili FK Nižná v spolupráci s DHZ Nižná a Materským centrom Dupajda podmienky, ktoré premenili športový areál na miesto plné pohybu ktoré slúžilo malým aj veľkým športovcom. Čo sa nám spoločne podarilo?

Bežkársky okruh na ovále: Upravená stopa priamo v areáli umožnila mnohým vytiahnuť bežky bez nutnosti cestovať ďaleko za športom. Ideálna pre tých, ktorí si chceli zatrénovať v bezpečnom prostredí bez nutnosti vyrážať do náročného terénu.

Klzisko pre začiatočníkov: Plocha na štadióne sa stala bezpečným miestom, kde si mnohé deti prvýkrát vyskúšali svoje prvé krôčiky na ľade. Vytvorili sme (aj keď len na pár dní) klzisko, ktoré bolo vďaka svojmu charakteru ideálne pre začiatočníkov a rodiny s deťmi.

Atmosféra pod svetlami reflektorov: Veľkým lákadlom bola možnosť večerného bežkovania a korčuľovania. Vďaka osvetleniu si mohli malí aj veľkí športovci užiť zimné športy aj po škole či práci, čo areálu dodalo neopakovateľné čaro.

Ďakujeme každému, kto prišiel a využil tieto podmienky na aktívny relax. Veríme, že si všetci návštevníci spoločne užili zimné dni aj večery na štadióne.

Futbalový turnaj U7 a U9 – TopFit Cup 2026 Radosť z hry nadovšetko!

Počas víkendu 7. – 8. februára 2026 ožila športová hala v Tvrdošíne detským smiechom a športovým zápalom. Náš klub zorganizoval už tradičný halový turnaj kategórií U7 a U9 – TopFit Cup 2026. Tento ročník opäť potvrdil, že práca s mládežou má zmysel a prináša ovocie v podobe úžasných športových momentov.

Sobota: Najmenšie nádeje v kategórii U7

V sobotu patrila palubovka kategórii U7. Osem družstiev odohralo celkovo 28 zápasov. Hralo sa systémom každý s každým 1x12 minút. Opäť sme stavili na overenú metódu hry na štyri malé bránky, ktorá u detí rozvíja priestorové vnímanie a zaručuje vysoký počet gólov. O pekné futbalové momenty nebola núdza, hlavne radosť po strelení každého gólu bola veľká. Víťazmi nakoniec boli všetci zúčastnení a každý si odniesol pamätnú medailu. Tréneri taktiež vybrali najlepšieho hráča každého družstva. Motto celého turnaja opäť bolo: „Radosť z hry je dôležitejšia ako výsledky“.

Účastníci turnaja U7 a mená najlepších hráčov: **1.FK Nižná 1:** najlepší hráč Martin Ferenčík, **2. FK Nižná 2:** najlepší hráč Lukáš Florek, **3. TJ Roháče Zuberec:** najlepší hráč Simeon Pilarčík, **4. TJ Družstevník Dlhá nad Oravou:** najlepší hráč Barbora Špavorová, **5. MŠK Námestovo:** najlepší hráč Peter Janeček, **6. MFK Ružomberok:** najlepší hráč Matúš Pažítka, **7. TJ Tatran Klin:** najlepší hráč Tobias Volf, **8. Oravan Oravská Jasenica:** najlepší hráč Adam Murín.

Nedeľa: Oduševnené výkony v kategórii U9

Nedeľa v kategórii U9 priniesla o niečo viac súťaživosti, no stále v duchu fair-play. Desať tímov bolo rozdelených do dvoch skupín. Hrací čas jedného zápasu bol 13 minút. Videli sme spolu 25 zápasov a ne-

Pokračovanie na str. 47



Dokončenie zo str. 46

uveriteľných 96 gólov. Divácky záujem počas obidvoch dní bol opäť nad očakávania. Nechýbali napínavé zápasy a družstvá futbalistov do 9 rokov predvádzali odušev-nené výkony podporované úžasným publikom, ktoré tvorili najmä rodičia. Emócie sa striedali – radosť z víťazstiev, ale aj slzy porazených. Pre všetkých zúčastnených to bol opäť veľký zážitok.

Konečné poradie v základných skupinách: Skupina A: 1. TJ Sokol Liesek, 2. OŠK Babín, 3. MFK Dolný Kubín (2), 4. FK Nižná (2), 5. FK Nižná (3). Skupina B: 1. TJ Družstevník Mútne, 2. FK Nižná (1), 3. TJ Roháče Zuberec, 4. TJ Tatran Zákamenné, 5. MFK Dolný Kubín (1).

V záverečných súbojoch o tretie miesto vyhral OŠK Babín nad FK Nižná 1 v pome-re 4:1. Na finálový zápas nastúpili proti sebe TJ Sokol Liesek a TJ Družstevník Mút-ne v pomere 2:3 a víťazom turnaja sa stalo družstvo TJ Družstevník Mútne. Najlepším strelcom sa stala Karolína Hubjaková z TJ Sokol Liesek s 11 gólmi. Za najlepšieho brankára bol vyhlásený Maroš Briš z TJ Družstevník Mútne. Ocenení boli tiež naj-lepší hráči z každého družstva. Aj v tomto prípade mottom celého turnaja bolo: „*Ra-dosť z hry je dôležitejšia ako výsledky*“.

Konečné poradie turnaja U9 a mená najlepších hráčov: **1. TJ Družstevník Mút-ne:** najlepší hráč Dominik Briš, **2. TJ Sokol Liesek:** najlepší hráč Jakub Chovančák, **3. OŠK Babín:** najlepší hráč Matias Fajber, **4. FK Nižná 1:** najlepší hráč Samuel Ferenčík, **5. TJ Roháče Zuberec:** najlepší hráč Marek Feranec, **6. MFK Dolný Kubín 2:** najlepší hráč Ján Porvich, **7. TJ Tatran Zákamenné:** najlepší hráč Eliáš Beňuš, **8. FK Nižná 2:** najlepší hráč Boris Čičman, **9. MFK Dolný Kubín 1:** najlepší hráč Jozef Juriga, **10. FK Nižná 3:** najlepší hráč Matúš Babinský.

Organizácia TopFit Cup 2026 opäť potvrdila, že práca s mládežou a kvalitné športové zázemie sú základom pre rozvoj talentov v našom regióne. Turnaj nebol len o súťažení, ale predovšetkým o budovaní športových priateľstiev a motivácii detí k aktívnemu pohybu.

Vytváranie prostredia, kde radosť z hry dominuje nad výsledkami, zostáva dlhodo-bou prioritou nášho klubu. Každý úspešný ročník je pre nás motiváciou k neustále-mu skvalitňovaniu tréningového procesu a podujatí pre mládež.

Veľké poďakovanie patrí hlavnému podporovateľovi turnaja, spoločnosti Top-Fit, všetkým zúčastneným trénerom za ich prácu s deťmi a rodičom za vytvorenie fan-tastickej diváckej atmosféry počas celého víkendu. TopFit, ďakujeme!





Kategóriu U9 reprezentovali tri družstvá

Topsauna Cup 2026 kategórií U7 a U11 s elitnou účasťou

Na prelome februára a marca sa konal v poradí 4. ročník turnaja s názvom Top-sauna Cup 2026. Tohto ročníka halového turnaja kategórie U7 a U11 sa zúčastnilo celkovo 17 družstiev. Úroveň turnaja vý-razne zdvihla účasť tímov ako MFK Ru-žomberok, MŠK Námestovo či MFK Dolný Kubín. Vyrovnané zápasy a nasadenie hrá-čov ukázali, že oravský mládežnícky futbal kráča správnym smerom. Vyrovnané a na-pínavé zápasy prispeli k vysokej úrovni v tejto vekovej kategórii.

Sobota v znamení kvality U11

V sobotu, 28. februára, sa v kategórii U11 predstavilo 10 družstiev, ktoré boli rozdelené do 2 skupín a hrací čas 1 zápa-su bol 13 minút. Po odohratí základných skupín prišli hneď na rad boje o celkové umiestnenie. MŠK Námestovo – žltá pora-zil v boji o 3. miesto FK Nižná 1, keď o víťa-zovi po nerozhodnom stave rozhodli poku-tové kopy. Vo finále narazili na seba MŠK Ružomberok, ktorý porazil MFK Dolný Kubín 1 v pomere 2:0. Nižnú skvele repre-zentoval najmä Timotej Horniak, ktorý sa s 11 gólmi stal najlepším strelcom turnaja. Najlepším brankárom sa stal Filip Špireng z MFK Ružomberok, keď nepustil počas celého turnaja za svoj chrbát ani jeden gól. Najlepších hráčov turnaja z každého družstva vyberali, už tradične, tréneri jed-notlivých družstiev. Motto celého turnaja bolo opäť: „*Radosť z hry je dôležitejšia ako výsledky*“.

Pokračovanie na str. 48




Kategóriu U11 reprezentovali dve družstvá

Dokončenie zo str. 47

Konečné poradie v základných skupinách: Skupina A: 1. MFK Dolný Kubín 1, 2. MŠK Námestovo – žltá, 3. TJ Tatran Klin, 4. FK Nižná 2, 5. TJ Blatná Habovka. Skupina B: 1. MFK Ružomberok, 2. FK Nižná 1, 3. MFK Dolný Kubín 2, 4. MŠK Námestovo – biela, 5. TJ Roháče Zuberec.

Konečné poradie turnaja U11 a mená najlepších hráčov: **1. MFK Ružomberok:** najlepší hráč Patrik Caban, **2. MFK Dolný Kubín 1:** najlepší hráč Adam Medvecký, **3. MŠK Námestovo – žltá:** najlepší hráč Martin Smataník, **4. FK Nižná 1:** najlepší hráč Tomáš Nemček, **5. MFK Dolný Kubín 2:** najlepší hráč Andrej Smutňák, **6. TJ Tatran Klin:** najlepší hráč Jozef Podeszwa, **7. MŠK Námestovo – biela:** najlepší hráč Teodor Šutý, **8. FK Nižná 2:** najlepší hráč Alžbeta Kachút, **9. TJ Roháče Zuberec:** najlepší hráč Marek Lang, **10. TJ Blatná Habovka:** najlepší hráč Martin Pilarčík

Nedeľa patrila najmenším

Prvomarcový nedeľný program patril kategórii U7. Za účasti 7 družstiev sa hralo systémom 1x12 minút každý s každým súčasne na dvoch ihriskách na štyri malé bránky, čo zaručilo vysokú intenzitu a množstvo gólov. Hoci výsledky neboli prioritou, emócie a radosť detí po každom góle pripomínali oslavy ich svetových vzorov. V tejto kategórii odišli ako víťazi všetci – každý hráč si domov odniesol pamätnú medailu. Tréneri taktiež vybrali najlepšieho hráča každého družstva.



Kategória U 7

Účastníci turnaja U7 a mená najlepších hráčov: **1. FK Nižná 1:** najlepší hráč Michal Kovalčík, **2. FK Nižná 2:** najlepší hráč Damián Krška, **3. FK Nižná 3:** najlepší hráč Tomáš Kachút, **4. TJ Sokol Liesek:** najlepší hráč Adam Paršo, **5. TJ Slovan Magura Vavrečka:** najlepší hráč Lukáš Ujmiak, **6. Oravan Oravská Jasenica:** najlepší hráč Ján Kriš, **7. TJ Družstevník Dlhá nad Oravou:** najlepší hráč Nikolas Sojčák.

Viac než len turnaj

Štvrtý ročník Topsauna Cup opäť potvrdil, že investícia do voľného času detí a mládeže je tou najlepšou cestou. Turnaj nebol len o góloch a medailách, ale predovšetkým o budovaní športových priateľstiev, disciplíny a radosti z pohybu, ktorá k detstvu neodmysliteľne patrí.

Ako klub, ktorý organizoval už štvrtý ročník, vidíme v každom jednom ročníku posun vpred. Vidieť deti z Nižnej a okolia ako sa smelo konfrontujú s rovesníkmi z Ružomberka či Námestova, je pre nás odmenou. Je to dôkaz, že ak sa veci robia poctivo a so srdcom, šport dokáže spájať a rásť. Naším cieľom v akadémii zostáva vytvárať podmienky, v ktorých sa deti nebudú báť robiť chyby, ale budú sa z nich učiť a napredovať.

Ďakujeme všetkým trénerom za ich trpezlivosť, rodičom za skvelú kulisu a partnerom za to, že nám pomáhajú držať latku kvality vysoko. Už teraz sa tešíme na ďalšie spoločné športové zážitky. Na záver patrí veľké poďakovanie hlavnému podporovateľovi turnaja: Topsauna, ďakujeme!

Andrej Brčák



Cykloklub Nižná organizoval Bielu stopu Prasatína

Tohtoročná úvodná akcia Cykloklubu Nižná sa niesla v duchu 15. ročníka prechodu Biela stopa Prasatína, ktorú organizujeme pre svojich členov, ale aj pre tých, čo nechceli v tento nádherný deň zostať doma. Ideálne a mrazivé počasie priviedlo na štart 25 účastníkov, ktorí si zvolili k vrcholu Prasatína rôzne cesty.

Prvá skupina vedená predsedom cykloklubu, Milošom Kubošom, to skúsila po žltej turistickej značke a im bola zverená úloha rozložiť základný tábor a založiť oheň na opekačku.

Druhá skupina išla o niečo dlhšou trasou, ale o to príjemnejšou a hlavne slnečnejšou. Skupinka začala túru pri lyžiarskom vleku, išla smerom k bývalému hnojisku a potom už po slnečných lúkach až na vrchol.

Tretí tím pod vedením nášho člena, Tomáša Buca, prišiel ku klubovému ohňu pri prístrešku na skialpových lyžiach smerom od Krásnej Hôrky. Stopa okolo tretieho po-

Pokračovanie na str. 49

Dokončenie zo str. 48

toka dohora na stúpajúcom cyklotraili bola riadne premrznutá a chlapci sa z nás asi „nadreli“ najviac, kým pocítili teplo a vôňu ohňa.

Na vrchole Prasatína (857 m n. m.) sme sa zišli v približne rovnakom čase, práve keď pahreba ohňa bola „tak akurát“ a opekaniu prinesených „šmakocín“ už nič nebránilo... Cestou naspäť si každá skupinka zvolila trasu, ktorá im najviac vyhovovala, jedna sa pustila po cyklotraile okolo tretieho potoka, aby skontrolovala, či na nej nie sú popadané stromy. Na záver sme sa všetci v zdraví stretli v našom „cyklopointe“ Jama pri čajíku. Užili sme si krásnu nedeľu a už teraz sa tešíme na ďalšie zimné akcie.

Ivan Opát





Obvodné kolo vo florbale ZŠ

Od obvodného kola až po medzinárodné arény

Obvodné kolo vo florbale ZŠ

V utorok, 18. novembra 2025, sa v telocvični ZŠ s MŠ Nižná uskutočnilo obvodné kolo vo florbale základných škôl. Súťaže sa zúčastnilo päť družstiev a systémom každý s každým sa odohralo spolu desať zaujímavých zápasov. Nižná nastúpila v nových dresoch, za ktoré ďakujeme pánovi riaditeľovi Mgr. Ľubomírovi Ivanovi. Dresy nám priniesli šťastie a turnaj sme vyhrali.

Výsledky: Š. Šmálika – M. Medveckej 10:0 (7:0), Habovka – Zuberec 0:5 (0:1), Nižná – Š. Šmálika 3:3 (1:1), Habovka – M. Medveckej 3:0 (2:0), Zuberec – Nižná 0:7 (0:3), Š. Šmálika – Habovka 5:1 (2:1), Zuberec – M. Medveckej 2:4 (1:2), Habovka – Nižná 1:11 (0:3), Zuberec – Š. Šmálika 6:3 (2:1), Nižná – M. Medveckej 5:2 (2:1).

Do okresného kola postúpili ZŠ s MŠ Nižná a ZŠ Štefana Šmálika Tvrdošín.

ZŠ s MŠ Nižná reprezentovali: Lukáš Mikulovský, Adrián Žuffa, Alex Janík, Michal Ficek, Dávid Nákačka, Juraj Kormančík, Benjamín Vasek, Filip Vorek, Martin Kristofčák a tréner Marián Klimčík.

Medzinárodný družobný florbalový turnaj v Nowom Targu

Vo štvrtok, 18. decembra, sa uskutočnil v Nowom Targu Medzinárodný florbalový turnaj. Naši žiaci sa opäť nestratili. Po štyroch víťazstvách a jednej smolnej prehre s domácimi (3:4) obsadili konečné 2. miesto.

Výsledky: Nižná – Nowy Targ B 8:4, Nižná – Ludźmierz 9:3, Nižná - Nowy Targ A 3:4, Nižná – Ludźmierz 8:0, Nižná – Nowy Targ mi 8:4.

Našu školu reprezentovali žiaci z EDM florbalovej akadémie pri ZŠ s MŠ Nižná: Filip Ferulík, Marek Ujmiak, Matúš Mlynarčík, Sofia Stankovenová, Filip Kristofčák, Sebastián Kuloštiak a Matej Bolibruch. Poďakovanie patrí všetkým hráčom za vzornú reprezentáciu školy a hlavne pánovi riaditeľovi, Mgr. Ľubomírovi Ivanovi, za zabezpečenie cestovných nákladov na turnaj. Dohodli sme sa vtedy aj na termíne 3. ročníka medzinárodného družobného turnaja v Nižnej O pohár riaditeľa ZŠ s MŠ Nižná, ktorý sa uskutoční 26. februára 2026. Po prvýkrát pricestujú k nám, okrem družobných družstiev z Nowého Targu a Ludźmierza, aj hráči z Krakowa. Okrem športového zápolenia sme náš zájazd spojili aj s duchovným zážitkom, a to návštevou Sanktuária Matki Božej Królowej Podhala, ktoré sa deťom veľmi páčilo.

Žiaci ZŠ s MŠ Nižná sa stali majstrami okresu vo florbale 1. stupňa

V utorok, 27. januára, sa v telocvični ZŠ s MŠ Nižná uskutočnili majstrovstvá okresu Tvrdošín vo florbale 1. – 4. ročníka ZŠ. Zo štyroch prihlásených škôl boli nakoniec schopné postaviť družstvá len dve. Hrací čas 3x20 min dal hráčom naozaj zabrať.

Pokračovanie na str. 50



Turnaj v Nowom Targu



Majstri okresu

Dokončenie zo str. 49

Boj o majstra okresu medzi ZŠ Nižná a ZŠ R. Dilonga Trstená bol neskutočne vyrovnaný a nakoniec skončil remízou 15:15. O víťazstve sa rozhodlo až v 7. sérii nájazdov, a to so šťastným koncom pre domácu ZŠ.

Ďakujeme hráčom oboch družstiev za prevedené výkony a držíme im palce v ďalších turnajoch.

Nižnú reprezentovali: Filip Ferulík, Filip Kristofčák, Sofia Stankovenová, Filip Kowalski, Samuel Cvoliga, Kristián Cvoliga, Artúr Poláčik, Alex Žuffa, Matyáš Žuffa a Benjamín Kulošťák.

3. ročník turnaja Florbalová Nižná 2026

Vo štvrtok, 19. februára, sa v telocvični ZŠ s MŠ Nižná uskutočnil 3. ročník medzinárodného florbalového turnaja s názvom Florbalová Nižná 2026 o putovný pohár riaditeľa školy Ľubomíra Ivana. Podujatie prinieslo množstvo kvalitných zápasov, emócií a výbornej športovej atmosféry za účasti družstiev zo Slovenska a Poľska. Hrali 2 skupiny: 1. skupina Slováci, 2. skupina Poliaci a následne pokračovalo playoff. Veľmi nás potešili najmladší hráči, ktorí vyhrali až dva zápasy a nakoniec obsadili krásne 6. miesto. V napínavom finále zvíťazili hráči z Nowého Targu, keď porazili domácich 4:3, a to gólom 30 sekúnd pred koncom zápasu. Súperovi gratulujeme a tešíme sa na ďalšie spoločné stretnutia s našimi priateľmi z Poľska. Poďakovanie za podporu turnaja patrí obci Nižná, ZŠ s MŠ Nižná, OK Horná Orava, EDM, s.r.o., Hotelu Arman, všetkým hráčom, trénerom, pomocníkom, rozhodcom a hlavným organizátorom – Mariánovi Klimčíkovi a Martinovi Latkovi.

Konečné poradie turnaja: 1. SP Podhale Nowy Targ, 2. ZŠ s MŠ Nižná A, 3. UKS Wiatr Ludźmierz, 4. ZŠ s MŠ J. Vojtaššáka Zákamenné, 5. ZŠ R. Dilonga Trstená, 6. ZŠ s MŠ Nižná B, 7. PUKS Trzebinia, 8. Smoki Kraków.

Našu školu reprezentovali: modré družstvo – Filip Ferulík, Filip Kristofčák, Sofia Stankovenová, Róbert Kakačka, Matej Bolibruch, Sebastián Kulošťák, Matyáš Žuffa a žlté družstvo – Filip Kowalski, Samuel Cvoliga, Kristián Cvoliga, Artúr Poláčik, Benjamín Kulošťák, Maroš Liška, Alex Žuffa a Tobias Medvecký.

Majstrovstvá okresu Tvrdošín vo florbale základných škôl

Vo štvrtok, 5. marca, sa v telocvični ZŠ s MŠ Nižná uskutočnili majstrovstvá okresu Tvrdošín vo florbale základných škôl. Do okresného kola postúpili po dve najlepšie družstvá z obvodných kôl a systémom



Majstrovstvá okresu

každý s každým bojovali nielen o titul majstra okresu, ale aj o postup do regionálneho kola.

Výsledky zápasov: Hladovka – POH Trstená 3:10, Nižná – Š. Šmálika Tvrdošín 1:3, Š. Šmálika Tvrdošín – Hladovka 6:1, Nižná – POH Trstená 7:4, Nižná – Hladovka 8:2, Š. Šmálika Tvrdošín – POH Trstená 4:4

Do regionálneho kola postúpila ZŠ Š. Šmálika Tvrdošín, a to gólom 1,7 sekundy pred koncom zápasu. ZŠ Nižná reprezentovali: Lukáš Mikulovský, Juraj Kormančík, Jakub Kamody, Filip Vorek, Benjamín Vasek, Martin Kristofčák, Adrián Žuffa, Alax Janík, Michal Ficek a Dávid Nákačka.

Mgr. Marián Klimčík



Mladí florbalisti z Nižnej opäť zabojujú o postup na majstrovstvá Slovenska

Od konca nadstavbovej časti mládežníckych súťaží nás delia posledné dva mesiace. V silnej konkurencii tímov z celého stredného Slovenska sa našim kategóriám mimoriadne darí a až tri družstvá si vybojovali postup do finálovej skupiny.

Vo finálovej skupine sa stretáva šesť najlepších družstiev prihlásených do súťaže. Naša prípravka, hoci pôsobí len prvý rok, dokazuje obrovskú bojovnosť a odhodlanie bojovať o každý centimeter ihriska. V tejto kategórii sa síce oficiálne výsledky nezverejňujú, no tréneri si ich evidujú, a tak sú naši najmenší na veľmi dobrej ceste zúčastniť sa vyvrcholenia sezóny – majstrovstiev Slovenska.

Mladší žiaci sú taktiež na výbornej ceste k tomuto turnaju. Podarilo sa im zabezpečiť si miesto medzi najlepšími šiestimi a momentálne bojujú o medaily. Vo finálovej skupine zatiaľ prehrali len jeden zo štyroch zápasov, a preto veríme, že si formu udržia a vybojujú pre Nižnú ďalšiu účasť na najväčšom turnaji sezóny.

Posledným účastníkom finálovej skupiny sú starší žiaci. Vo veľmi vyrovnanej

Pokračovanie na str. 51

Dokončenie zo str. 50

konkurencii držia krok s najlepšími a sú veľmi blízko k zisku medaily. Táto zostava sa pred dvoma rokmi predstavila na majstrovstvách Slovenska, kde napokon obsadila nepopulárne 4. miesto. Tento rok má jasný cieľ – zabojovať o ešte lepší výsledok.

K úspechu môžu výrazne prispieť aj hráči Adrián Žuffa a Lukáš Mikulovský, ktorí bojujú v silnej konkurencii o miesto v žiackej reprezentácii Slovenska.

Veríme, že tento rok bude pre náš klub úspešný a podarí sa nám vybojovať krásny výsledok pre Nižnú aj pre všetkých, ktorí sú jeho súčasťou.





Na hrane play-off



Tento rok sme sa opäť pohybovali na hrane play-off, no na rozdiel od minulej sme sa túto sezónu neustále nachádzali na postupovej priečke a naším najnižším umiestnením bolo 8. miesto. Série výhier striedali série prehier a výhry nad top favoritmi striedali zaváhania s papierovo slabšími.

Napriek tomu je už dnes jasné, že horšie ako ôsmi základnú časť neskončíme a FBK Nižná tak okúsi play-off medzi najlepšími ôsmimi klubmi na Slovensku už desiatykrát po sebe! Dosiahnuť podobný úspech sa nepodarilo mnohým. Viacero veľkoklubov vo svojej existencii bojovalo o záchranu či nepostupovalo do play-off napriek tomu, že majú vlastné haly a sú z veľkých miest, kde je počet dostupných hráčov na úplne inom leveli.

O to vzácnejšie je, akú konzistenciu počas dlhých sezón medzi elitou predvádzame, aj keď nemáme ideálne podmienky a čelíme tiež postupnej obmene generácií. Ukazuje sa, aký talent a odhodlanie v našej obci a okolí máme. Veríme, že na týchto dvoch pilieroch, na ktorých stojí nielen florbal v Nižnej, ale aj šport na Slovensku celkovo, postavíme ďalší medailový úspech Dávida medzi Goliášmi.

Tešíme sa na Vás v MŠH Tvrdošín! Pre informácie o domácich zápasoch sledujte naše sociálne siete alebo počúvajte miestny rozhlas.

Kolektív FBK Nižná

Lyžiarska sezóna na jednotku

Lyžiarsky výcvik žiakov 6. ročníka

V dňoch 12. – 16. januára sa uskutočnil lyžiarsky výcvik pre žiakov 6. ročníka ZŠ.

Prebehol, ako každoročne, v domácom lyžiarskom stredisku SKI Uhliská, kde nám boli vytvorené skvelé podmienky a po dlhom čase sa opäť lyžovalo na celej zjazdovke.

Výcvik absolvovalo 36 detí, z toho len 9 bolo lyžiarov a 25 boli začiatočníci. Žiaci boli rozdelení do 3 družstiev, v ktorých celý výcvik aj absolvovali.

Vďaka poctivej práci vedúcich družstiev všetci účastníci základný lyžiarsky výcvik zvládli a zišli samostatne stredný vlek a väčšina aj celú zjazdovku v Nižnej. Výcvik prebehol po veľmi dlhej dobe s jedným úrazom – so zlomenou nohou. Žiaci boli veľmi



Lyžiarsky výcvik žiakov 6. ročníka

slušní, disciplinovaní a naozaj sa aj veľmi rýchlo naučili základy lyžovania. Tak sme na záver mohli skonštatovať, že bol veľmi úspešný a bezproblémový, za čo patrí poďakovanie všetkým vedúcim družstva.

Dúfame, že naša práca nebola zbytočná a žiaci budú naučené lyžiarske zručnosti využívať aj po skončení výcviku. Budeme veľmi radi, ak ich v čo najväčšom počte bu-

Pokračovanie na str. 52

Dokončenie zo str. 51

deme stretávať na lyžiarskych svahoch.

Rozdelenie vedúcich družstiev: **1. skupina:** Mgr. Latka Martin, **2. skupina:** Mgr. Marián Klimčík, **3. skupina:** Mgr. Natália Gejdošová.

Mgr. Marián Klimčík

Štvrtáci zlomili kopce na Uhliskách

V termíne od 3. do 6. februára vymenili žiaci 4. ročníka ZŠ školské lavice za zasnežený svah. Miestom ich zimného dobrodružstva sa stalo lyžiarske stredisko Uhliská v Nižnej, ktoré nás privítalo skvelými podmienkami. Výcviku sa zúčastnilo celkovo 36 detí, ktoré boli plné očakávaní a energie. Výzva to bola najmä pre 14 nelyžiarov, ktorí stáli na lyžiach úplne prvýkrát. Kým prvé dopoludnie sa nieslo v znamení „krotenia“ neposlušných lyží a hľadania stability, každým ďalším dňom sa neistota menila na radosť z pohybu. Najväčšiu hrdosť sme pocítili v závere výcviku. Vďaka trpezlivosti inštruktorov a obrovskej snahe detí všetci zúčastnení žiaci úspešne a bezpečne zlyžovali veľký vlek! Vidieť bývalých „nelyžiarov“ ako suverénne zdolávajú hlavný svah bol pre všetkých ten najkrajší zážitok. Okrem športových výkonov musíme naše deti pochváliť aj za ich prístup. Počas celých štyroch dní boli žiaci nesmierne disciplinovaní, rešpektovali pokyny a správali sa k sebe navzájom priateľsky. Tento úspešný týždeň by nebol možný bez skvelej spolupráce lyžiarskeho strediska Uhliská, obetavých pedagógov a, samozrejme, šikovných štvrtákov. Veríme, že láska k horám a lyžovaniu, ktorú v sebe počas týchto dní objavili, ich bude sprevádzať aj naďalej. Športu zdar a lyžovaniu zvlášť!

Mgr. Martin Latka

Žiaci Mszana Dolna ukončili lyžiarsku sezónu v Nižnej

Fantastický koniec lyžiarskej sezóny si žiaci z poľského mestečka Mszana Dolna užili v našej obci. Vďaka láskavosti Mestského úradu v Mszana Dolna na čele s primátorkou Agnieszkou Orzeł mal tím UKS Beskid Mszana Dolna možnosť vycestovať na lyžiarske preteky do SKI Centrum Uhliská v Nižnej. Lyžiarsky oddiel UKS Beskid Mszana Dolna, rodičia, podporovatelia klubu a obyvatelia Mszana Dolna boli srdečne privítaní priateľmi z obce Nižná. Perfektne zorganizované lyžiarske preteky priniesli poľskému tímu niekoľko umiestnení na stupňoch víťazov.

Vo svojich vekových kategóriách zvíťazili: Sebastian Kozak – 1. miesto, Piotrek Karpierz – 2. miesto, Tomasz Karpierz – 3. miesto, Kacper Stróżak – 3. miesto, Aneta Dobrowolska – 4. miesto, Jagna Poray Zbrożek – 5. miesto, Alicja Górka – 5. miesto, Joanna Cichańska – 5. miesto, Julia Dobrowolska – 6. miesto, Jan Karpierz – 6. miesto.

Veľká vďaka patrí rodičom za pomoc a zaistenie bezpečnosti všetkých účastníkov lyžiarskeho podujatia. Ďakujeme tiež Agnieszke Orzeł za pomoc s organizáciou výletu a dúfame, že budúcu zimu si do Nižnej prídu zalyžovať znova.

Ing. Zuzana Floreková



Štvrtáci zlomili kopce na Uhliskách



Žiaci Mszany Dolnej

Športová jazda našich žiakov pokračuje

Okresné kolo cezpoľného behu chlapcov a dievčat

Dňa 9. októbra 2025 sa v Nižnej konalo po prvýkrát okresné kolo cezpoľného behu pre chlapcov a dievčatá 5. – 9. ročníka ZŠ. Oproti minulým ročníkom bola bežecká trať veľmi náročná, a o to zaujímavejšie bolo, ako si s ňou žiaci poradili. Dievčatá bežali trať dlhú 2300 m s prevýšením 100+ výškových metrov a chlapci 2700 m s prevýšením 150+ výškových metrov. Z každej školy mohli súťažiť traja chlapci a tri dievčatá. Najlepšie dve umiestnenia sa spočítavali dokopy a určovalo sa celkové poradie.

Výsledky jednotlivcov: **5. ročník:** Patrícia Rentková 6. miesto, Dávid Kormančík 8. miesto. **6. ročník:** Tatiana Žuffová 7. miesto, Lukáš Mikulovský 14. miesto. **7. ročník:** Soňa Boďová 9. miesto, Benjamín Vasek 21. miesto. **Celkové poradie:** dievčatá 3. miesto, chlapci 6. miesto. Chlapcov pripravoval Mgr. Marián Klimčík, dievčatá Mgr. Martin Latka. Ďakujeme za vzornú reprezentáciu školy.



Cezpoľný beh

Majstrovstvá školy v šplhu na tyči 2025/26

Počas mesiaca november prebehli ročníkové majstrovstvá školy v šplhu na tyči, ktorých sa zúčastnili všetci žiaci druhého stupňa. Po dohode s pánom riaditeľom, Mgr. Ľubomírom Ivanom, že usporiadame každý mesiac nejakú športovú súťaž pre naše šikovné deti, sa v decembri konali majstrovstvá školy v šplhu na tyči. V utorok, 16. decembra, prebehlo záverečné finálové kolo, do ktorého postúpili traja najlepší chlapci a tri najlepšie dievčatá z každého ročníka s nasledovnými výsledkami.

Víťazi jednotlivých kategórií – chlapci: 5. ročník: 1. Bolibruch Matej 6,54 s, 2. Kováč Jakub 8,37 s, 3. Medvecký Tobias 10,70 s. **6. ročník:** 1. Kubinec Nikolas 5,14 s, 2. Žuffa Michal 6,22 s, 3. Mlynarčík Matúš 7,23 s. **7. ročník:** 1. Koma Filip 4,89 s, 2. Petro, Sany Daniel 6,48 s, 3. Obtulovič Leo 7,86 s. **8. ročník:** 1. Kristoťčák Martin 3,86 s, 2. Mikulovský Lukáš 4,13 s, 3. Murcin Andrej 5,59 s. **9. ročník:** 1. Mäsiar Patrik 3,70 s, 2. Vasek Benjamín 3,82 s, 3. Rentka Matúš 4,15 s. **Celkovými majstrami školy sa stali:** 1. Mäsiar Patrik 3,70 s, 2. Vasek Benjamín 3,82 s, 3. Kristoťčák Martin 3,86 s.

Pokračovanie na str. 53



Najlepší športovci ZŠ 2025



Vybíjaná pre 4. ročník ZŠ

Dokončenie zo str. 52

Víťazi jednotlivých kategórií – dievčatá: 5. ročník: 1. Alžbeta Kachút 5,18 s, 2. Tatiana Krúpová 7,08 s, 3. Aneta Kubošová 8,48 s. **6. ročník:** 1. Simona Čierna 4,93 s, 2. Daniela Kubániková 9,21 s, 3. Viktória Labdíková 10,61 s. **7. ročník:** 1. Soňa Boďová 6,38 s, 2. Ema Žuffová 8,61 s, 3. Zara Remiazová 8,82 s. **8. ročník:** 1. Patrícia Rentková 5,64 s, 2. Sofia Chrenková 5,73 s, 3. Natália Pavčová 8,23 s **9. ročník:** 1. Nika Hlavajová 4,83 s, 2. Ema Halúsková 10,1 s, 3. Táňa Tuhá 24,9 s. **Celkovými majsterkami školy sa stali:** 1. Patrícia Rentková 2. Alžbeta Kachút, 3. Simona Čierna.

Poďakovanie za ocenenia pre najlepších patrí tentokrát firme EDM, s.r.o.



Majstri školy v šplhu na tyči

Súťaž o najvšestrannejšieho športovca 2025

ZŠ s MŠ Nižná usporiadala v piatok 14. novembra 2. ročník súťaže o najvšestrannejšieho športovca. Zúčastnilo sa jej 99 športovcov, ktorí súťažili v šiestich disciplínach: skok do diaľky z miesta, hod plnou loptou 2 kg, ľah-sedy 30 s, členkový beh 10x5 m, výdrž v zhybe nadhmatom a beep test 30 s.

Celkovými víťazmi sa stali: chlapci: 1. Lukáš Mikulovský 52 bodov, 2. Martin Kristofčák 50 bodov, 3. Michal Žuffa 49 bodov. **Dievčatá:** 1. Alžbeta Kachút 54 bodov, 2. Soňa Boďová 53 bodov, 3. Patrícia Rentková 52 bodov.

Rekordy v jednotlivých disciplínach: **Skok do diaľky z miesta:** Patrik Mäsiar (259 cm), Sofia Chreneková (210 cm). **Hod plnou loptou 2 kg:** Patrik Kuboš (980 cm), Klaudia Barancová (730 cm). **Ľah-sedy za 30 s:** Marek Labdík (38 opakovaní), Patrícia Rentková (36 opakovaní). **Výdrž v zhybe:** Tobias Medvecký (66,21 s), Soňa Boďová (68,0 s). **Členkový beh 10x5 m:** Benjamín Vasek (16,79 s), Patrícia Rentková (16,90 s), **Beep test:** Lukáš Mikulovský (110 úsekov), Alžbeta Kachút (82 úsekov).

Poďakovanie patrí všetkým žiakom za predvedené výkony, pomocníkom z 9. A a 9. B, obci Nižná, EDM, s.r.o. a RZ pri ZŠ s MŠ Nižná za finančnú podporu na ocenenia a sladkosti, ako aj hlavným organizátorom – Mariánovi Klimčíkovi a Martinovi Latkovi.

Vybíjaná pre 4. ročník ZŠ

Naši štvrtáci vybojovali bronz! Dňa 22. januára 2026 sa brány Základnej školy v Liesku otvorili mladým športovým talentom a privítali rovesníkov z okolitých obcí na turnaji vo vybíjanej žiakov 4. ročníka. Sily si medzi sebou zmerali družstvá zo základných škôl z Nižnej, Liesku, Zuberca a Trstenej (ZŠ R. Dilonga). Atmosféra v telocvični bola od rána nabitá energiou a zdravou súťaživosťou.

Naši žiaci nastúpili do turnaja s veľkým odhodlaním. Prvý zápas bol nesmierne vyrovnaný. Hoci naši bojovali o každú loptu, nakoniec sa z tesného víťazstva tešil súper. V druhom zápase predviedli naši štvrtáci výborný výkon a pripísali si na konto dôležité víťazstvo. V treťom zápase proti celkovému víťazovi turnaja zo Zuberca sme ťahali za kratší koniec, no naši žiaci sa súpera nezľakli a hrali so vztýčenou hlavou až do konca. V celkovom hodnotení si naši športovci vybojovali krásne 3. miesto, na ktoré môžu byť právom hrdí. Okrem športových výsledkov nás mimoriadne potešila ich spolupráca. Žiaci zo 4. A a 4. B triedy ukázali, že v športe neexistujú bariéry medzi triedami. Počas celého turnaja si pomáhali, povzbudzovali sa a vytvorili jeden súdržný tím, čo je niekedy cennejšie než samotná medaila. Deti si z turnaja odniesli nielen diplomy, ale najmä nové skúsenosti a pocit, že spoločnými silami dokážu veľké veci.

Touto cestou sa chceme poďakovať všetkým zúčastneným žiakom za vzornú a bojovnú reprezentáciu našej školy. Veríme, že tento úspech bude pre nich motiváciou do ďalších športových aktivít. Gratulujeme!

Mgr. Marián Klimčík,
Mgr. Martin Latka

Naši žiaci na ľade v Mszanej Dolnej

Deň plný športu a priateľstva

Medzinárodná spolupráca a šport idú ruka v ruke. Dôkazom toho bola aj nedávna návšteva našich žiakov v poľskom meste Mszana Dolna, ktorá sa uskutočnila 3. februára 2026 na srdečné pozvanie pani primátorky Agnieszky Orzeł a mestských poslancov.



Cieľom našej cesty bolo moderné kryté klzisko s rozlohou 600 m², ktoré sa nachádza v unikátnom prostredí mestskej pláže. Výpravu tvorilo 41 vybraných žiakov našej školy, ktorých sprevádzal pán riaditeľ, Mgr. Ľubomír Ivan, a dvaja pedagógovia, Mgr. Marián Klimčík a Mgr. Jana Letašiová.

Hneď po príchode nás čakalo veľmi milé prijatie. Našich žiakov a pedagogický dozor osobne privítali predstavitelia mesta: pani primátorka mesta Agnieszka Orzeł,

Pokračovanie na str. 54

Dokončenie zo str. 53

pani predsedníčka mestskej rady Agnieszka Sasal, pán podpredseda mestskej rady Stanisław Antosz a poslanci mestského zastupiteľstva, pán Małgorzata Łukasik a Andrzej Pałka.

Žiaci si pobyt na ľade maximálne užili. Kvalitná ľadová plocha a priateľská atmosféra prispeli k tomu, že sa nikomu nechcelo z ľadu odísť.

Po športovom výkone nás hostitelia pozvali na vynikajúci obed do priestorov penziónu JANDA Resort & Conference, kde sme si v príjemnom prostredí oddýchli a načerpali nové sily. Okrem skvelého jedla si naši žiaci odniesli aj milé darčeky, ktoré im budú tento deň pripomínať.

Touto cestou by sme chceli úprimne poďakovať pani primátorke, poslancom a celému družobnému mestu Mszana Dolna za ich pozvanie, štedrú pohostinnosť a srdečnosť, s ktorou nás prijali. Táto návšteva opäť potvrdila, že spoločné aktivity medzi našimi komunitami majú veľký význam.

Už teraz sa tešíme na ďalšie spoločné projekty a stretnutia!

Mgr. Marián Klimčík, Mgr. Jana Letašiová





Klub TJ STO Nižná otvoril stolnotenisovú akadémiu



Stolnotenisový oddiel Nižná otvoril od februára za veľkej pomoci a podpory pána riaditeľa Ľubomíra Ivana a ZŠ s MŠ Nižná stolnotenisovú akadémiu pre deti vo veku 5 – 7 rokov. Začalo to 3 deťmi ešte v novembri po súkromnej dohode trénera Tibora Bednára s rodičmi vytvoriť si len malú skupinku a uvidí sa, čo ďalej. Keďže sa to rozniesol aj medzi iné deti, postupne sa začali rodičia informovať, a tak sa vytvorili letáky a zverejnili sa informácie na internet. Hneď od začiatku bol o stolnotenisovú akadémiu rastúci záujem a momentálne ju navštevuje už 11 detí. Je tam mix škôlkarov a prvákov zo ZŠ. Tréningy vedú už 3 tréneri: Tibor Bednár, jeho otec Miroslav Bednár a pán Ján Trnka. Deti trénujú 2x v týždni, pondelky a štvrtky od 14:00 do 15:00 hod.

V Nižnej bol stolný tenis vždy veľmi populárny a mával širokú základňu. Už od 60 – 70 rokov bola v našej obci bašta stolného tenisu na Orave, a tak sa v klube dohodli, že by nebolo zlé skúsiť znova vytvoriť širšiu základňu detí v Nižnej a niečo vybudovať, keďže v klube sa momentálne hrá 1. liga, 3. liga, 5. liga, 6. liga. V podstate je v klube veľa hráčov a aj šikovná perspektívna mládež, a taktiež postupne prichádzajú hráči zo zahraničia, ktorí chcú trénovať a zároveň aj hrávať za Nižnú. Stolný tenis v Nižnej verí v svetlú budúcnosť a silnú podporu okolia.

Hráči zo zahraničia sa opäť vrátili trénovať do Nižnej

TJ STO Nižná znovu privítala do nižnianskej stolnotenisovej rodiny hráčov zo zahraničia, ktorí k nám prišli trénovať a herne sa rozvíjať. Cudzinci tu pricestovali za trénerom Tiborom Bednárom, s ktorým sa poznali za jeho pôsobenia vo svete. Naposledy sa v Nižnej cítili veľmi dobre, preto sa vrátili a radi by v Nižnej pokračovali v trénovaní. Hráčka Krisha z Indie a dvaja chlapci, Cole z USA a Matthew z Nového Zélandu, majú veľké medzinárodné stolnotenisové ciele a TJ STO Nižná sa im na to snaží vytvoriť čo najlepšie podmienky. To, že hrávajú aj za klub v Nižnej a trénujú na dennej báze s našimi hráčmi, pomáha v rozvoji aj nižnianskej mládeži. Týmto sa vzájomne ťahajú a zároveň sa medzi nimi vytvára veľmi pekný priateľský vzťah. Prajeme im v Nižnej pokojný pobyt, a taktiež veľa úspechov v ich stolnotenisovej kariére.

Kolektív TJ STO Nižná



Úspech na vyhodnotení OBL zaznamenali aj ženy z Nižnej

Oravská bežecká liga zorganizovala v sobotu, 29. novembra, v kultúrnom dome vo Vavrečke slávnostné vyhodnotenie za rok 2025. Pre zaradenie do celkového vyhodnotenia OBL bola potrebná účasť na minimálne 7 pretekoch. Program začal svätou omšou, následne sa odovzdávali ďakovné listy pre organizátorov jednotlivých pretekov a potom prišlo na rad očakávané oceňovanie najlepších za uplynulú sezónu. Program bol spestrený živou hudbou, DJ-om, a tiež tanečným a speváckym vystúpením.



Prvými boli ocenení ôsmi bežci, ktorí sa zúčastnili všetkých 15 pretekov v sezóne – medzi nimi bola aj Jana Franková z Nižnej. Z Nižnej boli na tomto podujatí ocenené dve ženy, obidve v kategórii ženy II. (40 – 49 rokov). Na krásnom 2. mieste sa umiestnila Jana Franková (Oravaman Nižná) a 3. miesto obsadila Valéria Boďová (EBECO Nižná), ktorá sa zúčastnila 12 pretekov v sezóne. Obom Nižňankám gratulujeme, ďakujeme za reprezentáciu obce a prajeme veľa ďalších šťastných kilometrov.

Ing. Zuzana Floreková

Športová gymnastika:
Krása pohybu a roky tvrdej driny

Gymnastika je krásny, ale zároveň náročný šport. V súčasnosti rozlišujeme rôzne druhy gymnastiky (modernú, akrobatickú, aeróbnu, športovú gymnastiku, skoky na trampolíne a iné). Práve športová gymnastika je jedným z najstarších olympijských športov. Do programu olympijských hier bola prvýkrát zaradená v Amsterdame v roku 1928. Je stelesnením sily, elegancie, disciplíny a dokonalej kontroly tela. V ženských kategóriách sú pretekárskymi disciplínami: preskok, bradlá, kladina, prostné. Často sa hovorí, že športová gymnastika je spojením športu a umenia.

Gymnasti musia mať mimoriadne silné svaly, takže je potrebná aj fyzická sila. Dôležitá je tiež flexibilita, v tomto prípade schopnosť vykonávať extrémne rozsahy pohybu. Presnosť každého pohybu je kľúčová, čo zabezpečí dokonalá rovnováha a koordinácia tela. Celkový vizuálny dojem vytvára práve estetika pohybu – gymnastické zostavy majú byť nielen technicky správne, ale aj krásne na pohľad. Natrénovať zostavu vyzerá navonok ľahko, no v skutočnosti ide o komplexný proces, ktorý si vyžaduje extrémne množstvo úsilia, času a precíznosti. Rozhodujúca je disciplína a vytrvalosť. Na zvládnutie náročných prvkov sú totiž potrebné roky tréningu. Nejde len o fyzický tréning a techniku (kotúle, premety, saltá, zostavy na jednotlivých náradiach, presnosť pohybov a správne držanie tela), ale aj mentálnu prípravu. To znamená, že na pretekoch je pre zvládanie stresu dôležitá koncentrácia, sebadisciplína i motivácia. A aby telo zvládlo náročný tréning, gymnastika zahŕňa aj strečing a uvoľňovanie svalov, dostatok spánku či správnu výživu.



Ak by ste náhodou chceli mať zo svojich detí gymnastov, pamätajte, že vysoká úroveň gymnastiky sa dosahuje dlhoročným každodenným tréningom, a to často už od detstva. Mnohí vrcholoví gymnasti začali trénovať už vo veku 4 – 6 rokov. Deti, resp. začiatočníci, trénujú približne 1,5 – 3 hodiny denne, 2 – 4x do týždňa. Tieto tréningy sú zamerané najmä na základné prvky, flexibilitu a koordináciu. Mladší pretekári trénujú asi 3 – 4 hodiny denne (tréning 4 – 5x do týždňa), kde sa začínajú učiť ťažšie prvky a celé zostavy. Vrcholoví



gymnasti často absolvujú dve tréningové fázy denne, napr. ráno a popoludní, a to približne 4 – 6 hodín denne (niekedy aj viac). Trénujú už 5 – 6 dní v týždni.

Športová gymnastika nie je len o víťazstve na pretekoch, ale o prekonávaní vlastných pochybností. Nie nadarmo sa hovorí: „*Telo dosiahne to, čomu myseľ uverí.*“ Nezabudnite však, že pohybová príprava v akejkoľvek forme je najlepšou investíciou do zdravia. A aby neplatilo „*športom k trvalej invalidite*“, doprajte si aj poriadnu dávku regenerácie.

Ing. Zuzana Floreková

Odporúčania pre deti od skúseného športovca

Začiatky a motivácia

Michal, teba ľudia vnímajú ako športovca so skúsenosťami. Na začiatok by si nám mohol prezradiť, akým spôsobom si sa dostal k športu a koľko si mal rokov, keď si začínal športovať. Keď si bol dieťa, čo konkrétne ťa pri športovaní bavilo najviac?

Pohybom žije každý jeden z nás už od útleho veku, niekto viac, niekto menej, niekto cielene a niekto nevedomky. Niekto si to nechce priznať, ale je to súčasť života každého človeka, už v akej miere, to je na každom jednom z nás. Ja ako dieťa som sa viac venoval gazdovaniu. Veľmi ma bavila práca u starého otca s kravami a všetko okolo toho. Vďaka gazdovaniu a práci na poli sme sa mohli všetci držať vo výbornej kondícii a všestrannej pripravenosti a ani sme o tom nevedeli. Keď sme chodili s kravami na pole, trávili sme čas v horách a ten čas bol pre mňa veľmi vzácny. Pohyboval som sa teda najskôr chôdzou, neskôr už aj behom. Na ulici sme mali rôzne trate na BMX, čo bolo úžasné a teraz to už nevidieť. Prvý šport, ktorý som vyskúšal, bol tenis, a to u mladších žiakov. S behom som začal na začiatku strednej školy. Tam už to začínala byť systematická práca v rôznych športoch, či už MTB, motokros, horský beh alebo skialpinizmus. Najviac ma pri všetkých aktivitách napĺňala rôznorodosť situácií a pestrosť pohybu. Každá chvíľka von bola radosť zo života.

V súčasnosti žiješ pre šport, čo je veľmi obdivuhodné. Pamätáš si ešte na moment, kedy si si uvedomil, že sa chceš športu venovať vážne?

Neviem, či sa to tak dá nazvať, že žijem pre šport, keďže nie som zamestnaný ako športovec. Na druhej strane – áno, žijem aj pre šport, pretože doobedu učím deti pohybu a poobede rozvíjam svoje športové talenty. Držím sa však pri zemi a viem, že šport v živote nie je všetko. Moment, kedy som sa chcel športu venovať na najvyšších súťažiach, bol vtedy, keď som prišiel na to, že nič nie je nemožné a všetci tí rýchlejší sú tiež len ľudia. Nikdy som nemal ideálne podmienky na vrcholový šport, avšak neodradilo ma to posúvať sa postupne ešte vyššie.

Tréning a disciplína

Michal, ty máš skúsenosti s trénovaním nielen mladých športovcov a dospelých, ale aj s malými deťmi. Ja osobne som bola veľmi rada, keď si trénoval moje dve deti v rámci atletiky a vždy sa na tréningy s tebou tešili. Čo je podľa teba najdôležitejšie počas tréningu detí?

Veľmi ma teší, keď počujem, že detičky sa tešili na tréning! No a to je aj odpoveď na otázku. Samotná radosť z pohybu musí byť hnacím motorom pre deti. Je ťažké robiť s nimi len cvičenia atletiky a gymnastiky, jednoducho to treba preplietať rôznymi



pohybovými a športovými hrami, kde deti postupne samé prichádzajú na to, že je nevyhnutné rozvíjať dané schopnosti na vyššiu úroveň pre lepšie fungovanie v každom jednom športe alebo hre. Niekedy majú detičky na mňa ťažké srdce, najmä v škole, keď sa venujeme jednotlivým atletickým disciplínam alebo gymnastike, no chcem ich naučiť všestrannosti už na ZŠ, pretože pokazené sa už ťažšie náprava na strednej škole. Aby ste si však nemysleli, že robíme len atletiku a gymnastiku, kľúčové sú aj základné silové cvičenia a pohybové vzory, ktoré napríklad podporujú správne držanie tela! Čo je teraz veľkým problémom, keď sa rozhliadnem po triede a vidím rôzne disbalancie už u malých detí, ktoré tomu vedia predísť a do 18. roku s tým vedia pekne pracovať.

Pri trénovaní detí sa vyžaduje pravidelnosť a trpezlivosť. Vieš nám vysvetliť, z akého dôvodu? Ako by mal vyzerať ideálny tréning pre deti – na čo netreba zabúdať?

Pravidelnosť a trpezlivosť sú dôležité pre všetkých ľudí a v každom veku. Deti potrebujú pravidelnú aeróbnu aktivitu v dennom režime minimálne 60 minút. V tomto týždňovom mikrocykle v rámci tréningov alebo telesnej výchovy by sa mali robiť atletické aj gymnastické cvičenia + základné pohybové vzory a silové cvičenia aspoň dvakrát. Aeróbne aktivity by si mali vytvárať samé, ideálne s rodičmi, nech ich k tomu vedú a podporujú ich. Základné cvičenia atletiky, gymnastiky, cvičenia všeobecnej sily s vlastnou hmotnosťou pre zlepšenie držania tela sa odporúčajú robiť určite s odborníkom, pretože každý má individuálne požiadavky.

Radosť vs. tlak na výkon

Všetci, ktorí určitým spôsobom športujeme, poznáme momenty, keď sa nám nedarí. Čo by si nám a predovšetkým deťom poradil, aby bola udržaná radosť zo športu aj v takom prípade?

Pocit víťazstva je úžasná vec a motivácia. Treba deti viesť k prijímaniu prehier hneď od malička, pretože sa naučia vyhrávať na dedinskom turnaji a neskôr ich odradí prehra so šampiónom na krajskom kole. Toto je vec, ktorú musia riešiť rodičia s deťmi neustále. My na tréningoch alebo v škole, kde je tých hodín veľmi málo, nemáme na toto veľký dosah. Podstatné je, samozrejme, venovať sa deťom najviac ako sa dá, jednoducho robiť viac rôznych športov. Niektoré deti ani v 15 rokoch nevedia, čo budú robiť v budúcnosti. Preto je dôležité venovať sa im v smere pestrosti športových disciplín a športov. Čím skôr sa dieťa naučí pokore, tým jednoduchší a lepší bude jeho priebeh športovým, ale aj osobným životom. Ak dieťa baví akákoľvek hra, jej pravidlá, pohyby, tak musí počítať aj s tým, že niektorí sú v hre víťazmi a ostatní porazenými. Treba vždy vyzdvihnúť pozitívne časti počas hry a na negatívnych pracovať. Je to ako vytvárať obraz, jednoducho sa hrať s odtieňmi a farbami, až kým nevznikne úžasné dielo. Každé jedno dieťa má potenciál, počas života zistíme, na čo konkrétne a budeme to s ním rozvíjať.

Viem o tebe, Michal, že sa pravidelne zúčastňuješ rôznych športových súťaží v behu do vrchu i v skialpinizme. Čo by si odkázal deťom, ktoré sa pri súťažení boja prehier alebo chýb? Je podľa teba dôležitejšie vyhrávať alebo sa zlepšovať?

Vyhrávať je veľmi pekné, ale na to musí každý športovec dozrieť, až príde ten správny čas. Najväčšia radosť však je, keď dieťa, alebo aj dospelí dosahujú progres, resp. zlepšujú sa. Výhra je medzizastávkou zlepšovania sa. Taký záchytný bod. Človek však musí mať krátkodobé i dlhodobé ciele. U detí je dôležité, aby sa zúčastňovali rôznych súťaží, skúšali ako to prebieha, čo všetko je za tým, aby som dosiahol víťazstvo. Víťazstvom by malo byť pre každé jedno dieťa to, že na dané preteky alebo súťaž jednoducho prišli! Postupom času je vhodné zvoliť si dôležité preteky/súťaž typu A, menej dôležité typu B a školské súťaže alebo len miestne typu C. Obrazne povedané, športovo vyzreté dieťa sa poteší 20. miestom na majstrovstvách Slovenska viac ako 1. miestom v okresnom kole. Držať sa neustále na jednej rovine výkonnosti je pohrebiskom každého jedného talentu.

Rovnováha: škola, šport, oddych

Pamätáš si, akým spôsobom si zvládal tréningy počas štúdia na škole?

Počas štúdia som tréningy zvládal úplne v pohode, niekedy bolo nutné vstávať skôr, naopak niekedy chodiť trénovať trochu neskôr, ale pritiahol som k tomu aj nejakých spolužiakov, čo ma veľmi tešilo. Je to disciplína spojená s radosťou.

Niektoré deti túžia byť príliš rýchlo úspešné v športe, ktorému sa venujú. Prečo je oddych a regenerácia pre deti rovnako dôležitá ako tréning?

Hovorí sa tomu optimalizácia športového výkonu, aby sme predišli prepätiu či neskôr pretrénovaniu, kde patria aj únavové zlomeniny. Toto je ale bežný jav nielen u detí. Robil som tréningy atlétom bežcom,

Pokračovanie na str. 57

Dokončenie zo str. 56

ktorí chceli behať v prvom týždni prípravy objem 100 km týždenne, pretože ich to tak bavilo. Ako by to však vyzeralo v piatom týždni?! Každý jeden tréningový program má systematiku, kde je optimálne niečo rozvíjať, udržiavať, zlepšovať a, samozrejme, vždy to dávať do poriadku, resp. zregenerovať! Nemyslím tým len svalovú sústavu, šľachy, väzy, ale aj centrálny nervový systém. Detičky treba učiť trpezlivosti. A to nielen deti, ale všetkých, čo niečo chcú, treba učiť trpezlivosti. Nič nepadá z neba len tak...

Podpora okolia

Michal, zaujímalo by ma, kto ťa najviac podporoval pri tvojom športovom raste? Akú úlohu zohrávajú podľa teba rodičia a tréneri v športovom raste dieťaťa?

Ja som taký športový samorast. Niektorí mi neverili, že by som sa niekde dostal, ba dokonca tvrdili, že sa mám na to vykašľať, nikdy som však nepovolil, ba práve naopak – ešte viac ma to nakopávalo k tomu, aby som to dokázal. Rodičia a tréneri sú veľmi dôležitou zložkou prípravy. Nesmie to byť vzťah len športovec – tréner z hľadiska tréningov, ale aj osobný vzťah športovec/rodič a tréner, kde nie je dôležité len to, čo ideme trénovať, kde, koľko a ako, ale aj ako si sa mal v škole, ako si spal, ako sa cítiš. Toto je správne nastavenie celého fungovania – byť pri deťoch nielen v zápase, ale aj vo voľnom čase, byť aj v ich predstavách a myslení ponorený trošku hlbšie. Sú to tenké nitky, ktoré ťaháme a nesmú sa pretrhnúť.

Akú cennú radu by si dal rodičom, aby deťom v športe pomáhali, nie ich brzdili?

Nechajte deti robiť to, čo ich baví, nemyslím však tieto novodobé mobily, robloxy a hry, ale hry a aktivity von a aj dnu v pohybovom režime, ktoré rozvíjajú krásu tela i duše.

Rady do budúcnosti

Keby si mal dať každému dieťaťu, ktoré začína športovať, len jedinú radu, aká by to bola? Čo by si dnes urobil inak, keby si sa mohol vrátiť do detských čias?

Teš sa zo života a užívaj si každý jeden pohyb, ktorý môžeš vykonať a posunie ťa niekde ďalej. Ak by som sa mohol vrátiť do detských čias, určite by som sa viac venoval atletike už ako žiak.

Mám pre teba ešte poslednú otázku – prečo sa podľa teba oplatí športovať, aj keď sa z dieťaťa nestane profesionál?

Tak na toto odpovedám každý deň žiakom v škole, keď prídu s tým, že na čo im bude v živote kotúľ letmo, ak budú pracovať na stavbe. Odpoveď je úplne jednoduchá – športové a pohybové aktivity prospievajú nielen srdcovo-cievnemu systému, ale i fungovaniu tela, prevencii voči zraneniam, práci CNS, regenerácii a hlavne zdravému fungovaniu čo najviac rokov. Príklad je jednoduchý – keď som učil na strednej škole, učil som žiakov základné pohybové vzory a techniky, správne držanie tela v statickom aj dynamickom režime pri rôznych pohyboch. Tí, čo si z toho robili srandu a nebrali to vážne, sa mi po troch rokoch v práci vracajú s bolesťami chrbta a bedrových kĺbov. Ak naučíme deti čo najskôr hýbať sa správne, majú potenciál to v zdraví dotiahnuť veľmi ďaleko nielen v športovej kariére, ale tej životnej púti na nohách. Obrazne povedané, ak deti hrajú futbal/ florbal či hocičo iné, tak nesledujem len koľko gólov strelili, ale ako sa vôbec na ihrisku pohybujú, ako behajú... Veď 70 % detí teraz nevie správne chodiť, nie to ešte behať! Nohy do „X“ a do „O“ znamenajú, že s tým musíme niečo robiť, nie sa len prizerať... Toto je jedna funkčná porucha z ďalších možných. Mám k týmto funkčným poruchám pohybového systému u detičiek a ich prevencii celú prezentáciu, tak snáď ju niekedy odprezentujem opäť aj tu v Nižnej.

Michal, ďakujem ti veľmi pekne za rozhovor a verím, že si pomedzi všetky tvoje povinnosti a záľuby opäť nájdeš čas trénovať naše oravské deti. Dúfam, že náš rozhovor bude prínosný pre rodičov detí, ktoré športujú alebo plánujú so športovaním začať. Šport predsa formuje telo, posilňuje myseľ a učí charakter – učí nás nevzdávať sa.

Ing. Zuzana Floreková, Mgr. Michal Tuka

Zhlboka a správne – prednáška o dýchaní v nižnianskom podniku

Možno si niektorí z vás povedia: „Čo už by len mohlo byť nesprávne na dýchaní?“ Skúste si sami pre seba odpovedať na týchto pár jednoduchých otázok: Dýchate ústami, aj keď sedíte? Mávate sucho v ústach? Bývate častejšie chorľaví? Zadýchate sa pri rýchlejšej chôdzi? Váš spánok nie je ideálny? Máte plytký, rýchly dych?... Zrejme bude nejaký rozdiel medzi dýchaním ústami a dýchaním nosom, pretože majú pre naše telo úplne iné účinky. Práve o správnom dýchaní nám v sobotu, 15. novembra 2025, v nižnianskom podniku Tesla Orava porozprával na svojej prednáške Jakub Buška. Jakub ako inštruktor funkčného dýchania učí ľudí osvojiť si nové dychové návyky. Verí totiž, že aj v dnešnej uponáhľanej dobe máme v sebe nástroj, ktorý dokáže priniesť pokoj, a ten je vzdialený len na jeden nádych. Keď sa dozvedel, že dych má obrovskú silu — lieči i posilňuje, rozhodol sa, že chce dať do povedomia verejnosti význam zdravého dýchania.

Na Jakubovej prednáške sme sa dozvedeli o benefitoch dýchania nosom, ktoré je prirodzeným a zdravším spôsobom než dýchanie ústami. Vedeli ste napríklad, že dýchanie ústami zvyšuje riziko zubného kazu a zápachu z úst? Naopak, nos filtruje vzduch (zachytáva prach, baktérie a alergény pomocou chĺpkov a hlienu), zohrieva a zvlhčuje vzduch (takže pľúca dostanú ideálne podmienky), taktiež podporuje hlbšie a pomalšie dýchanie (čo je lepšie pre pľúca aj nervový systém), produkuje oxid dusnatý v dutinách (ten pomáha rozširovať cievy a zlepšuje okysličenie krvi) a v neposlednom rade zlepšuje spánok a prispieva k zníženiu chrápania. Od Jakuba sme sa dozvedeli aj zaujímavosť, a to, že dlhodobé dýchanie ústami u detí môže dokonca meniť tvar ich tváre a čeľuste.

Jakub sa zaoberá Buteyko metódou, čo je technika dýchania pre viac energie, lepší spánok a odstránenie problémov s dýchaním. Je pomenovaná po doktorovi Buteykovi, ktorý si všimol paradox – mnohé zdravotné ťažkosti nesúvisia s nedostatkom kyslíka, ale práve naopak, že dýchame príliš veľa. Buteyko metóda vás naučí dýchať jemne, nosom. Vďaka tomu sa telo naučí lepšie hospodáriť s kyslíkom, zníži sa stres a môže sa zmierniť aj astma, alergie, únava či nespavosť.

Ak často zívate, mávate studené ruky, budíte sa v noci alebo sa cítite unavení bez zjavnej príčiny, možno len dýchate viac, než vaše telo potrebuje. Všetci dýchame



ten istý vzduch. Avšak je úplne iný efekt pri správnom dýchaní. Ideálne je riadiť sa pravidlom – v pokoji a počas spánku dýchať nosom! Samozrejme, pri veľmi intenzívnom športe si telo niekedy pomôže aj ústami, čo je normálne. Nie nadarmo sa hovorí: „*V zdravom tele, zdravý duch.*“ Jakub Buška odporúča pre formovanie zdravia, okrem iného, trénovať bránicu. Skúste si dať malú výzvu a na najbližšej prechádzke dýchajte len nosom. Ticho... Pokojne... Bez otvárania úst. A možno po čase zistíte, že rozdiel necítite iba v pľúcach, ale v celom tele.

Ing. Zuzana Floreková







Obec Nižná vydala pamätný stolový kalendár na rok 2026 s názvom Tri desaťročia tradície. Tento kúsok, ktorý máte doma, mapuje históriu podujatia od roku 1994. Zároveň vás srdečne pozývame na oslavu jubilejného 30. ročníka, ktorá sa uskutoční 15. augusta 2026 v našej obci.



Polárna žiara nad Nižnou, 19. január 2026, foto: *Lukáš Kucej*

Trošku pochvaly

Vážení čitatelia, priatelia,

všetci čakáme na Nižnianske ozveny, kedy nám prídu do našich schránok, aby sme si ich mohli prečítať, dozvedieť sa, čo sa deje a čo je nového v obci Nižná a pokochať sa aj fotografiami. Ja obdivujem našich redaktorov na čele so šéfredaktorkou Dankou Gondovou a oceňujem, ako to krásne robia. Mnohí poviete, že je to ich práca. Áno, ale ten grif a nápad musia tomu dodať oni.

Preto by som sa chcela touto cestou poďakovať celej redakcii aj prispievateľom za ich prácu, nápady a postrehy, ktoré dajú na papier. Nech im to ešte dlho vydrží.

Čitateľka B. Žuffová

Vydáva: Obecný úrad Nižná, Nová doba 506, 027 43 Nižná. IČO: 00314684. ISSN 1339-2166. EV 3250/09. Poradové číslo 1/2026.
Dátum vydania: 20. marec 2026. **Šéfredaktor:** Bc. Daniela Gondová (dg). **Kontakt:** sefredaktor@nizna.sk.
Redakčná rada (red): Mgr. Anna Čelková (ač), Mgr.art. Eva Rakovanová Jandurová (ejr), Ing. Zuzana Floreková (zf), Alena Bolibruchová (ab).
Jazyková úprava: Mgr. Iveta Latková Brezovská. **Grafická úprava:** Be Story – Terézia Drozdová. **Zdroj fotografií:** Archív NIO.
Tlač: Alfa print s.r.o., Martin. Vychádza ako občasník v náklade 1350 ks. Samostatne nepredajné.

Spoločenská rubrika občanov Nižnej a Zemianskej Dediny od 1. decembra 2025 do 28. februára 2026.

NARODENÉ DETI

Deti narodené od 28. novembra 2025

Genšor Teodor
Gromowský Tomasz
Hlavajová Sofia
Homolová Ela
Chladný Juraj
Mariáš Maximilián
Meixner Matej
Ondreková Mirka
Záborský Matej

ÚMRTIE

Bača Anton, 95-ročný
Bečka Rudolf, 84-ročný
Jašicová Margita, 84-ročná
Kormaňáková Anna, 89-ročná
Labdík Jozef, 79-ročný
Masný Peter, Ing., 76-ročný
Medvecký Jozef, 65-ročný
Vasek Štefan, 81-ročný

JUBILANTI

60-roční
Balcirák Ján
Doczyová Katarína
Jurovčík Štefan
Kajanová Ľudmila
Kašáková Mária
Kaššáková Daniela
Kuboš Ján, ThDr.PhD.
Kufová Zdena
Novotková Terézia
Rakovan Zdenko
Záhora Peter

65-roční
Bednárová Eva, Ing.
Dedinská Mária
Dedinský Eugen, Ing.
Habovštiak Pavol
Kaška Emil
Korčušková Janka
Kováliková Eva
Medvecká Marta
Novák Zdeno, Ing.
Repelová Janka
Sereková Agnesa, Mgr.
Stajník Stanislav
Taraj Eugen
Tuka Anton
Zajacova Ľubica
Žepiničová Viera

70-roční
Bielik Pavol
Cvoliga František
Dedinská Elena
Filková Oľga, PhDr.
Knižacký Jozef
Kočnerová Helena
Lamžo Miroslav, Ing.
Mišík Miroslav, PhDr.
Škripala Miroslav
Žuffová Helena

75-roční
Bušíková Mária
Ďaďová Eva
Chromeková Angela
Kajanová Agneša
Kristofčáková Júlia
Stiffelová Antónia
Šangalová Eva
Vasek Marián
Zimáni Peter, Ing.

80-roční
Bačová Štefánia
Dulík Jozef
Floreková Elena
Kaislerová Valéria
Kuboš Marián
Latková Oľga
Magurová Jarmila
Medvecká Antónia

85-roční
Dedinská Eva
Korčušková Amália
Mikulášeková Mária
Regulyová Augustína

90-ročné
Hájková Soňa
Pauerová Božena

91-roční
Kamodyová Františka
Kubošová Anna
Lešňovský Jozef
Záhora Ignác

92-ročné
Toningerová Marta
Turčáková Regina

94-ročná
Šišková Cecília

97-ročná
Žuffová Štefánia

SOBÁŠE

Patrik Prieboj – Katarína Lucká
Martin Chorvát – Ing. Klaudia Kellnerová

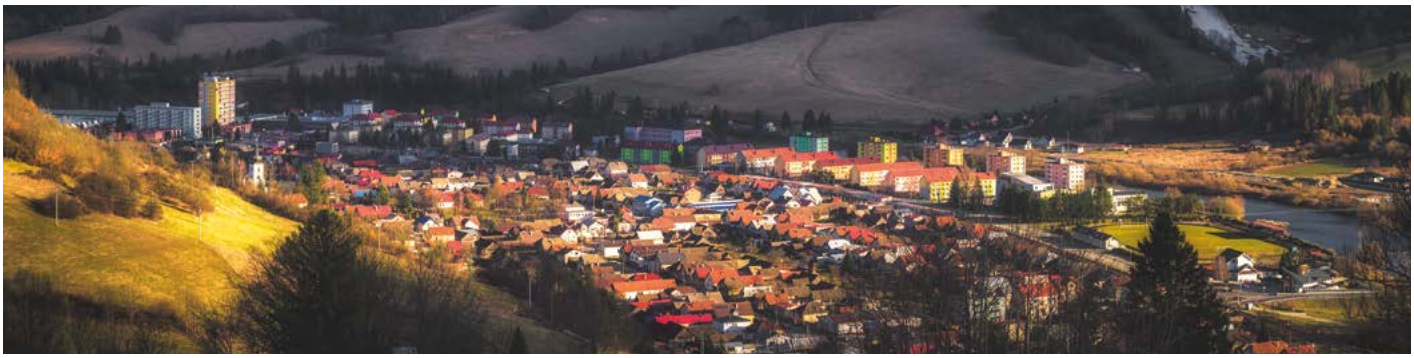


Foto: ***Lukáš Kucej***

Poznámka redakcie:
Vzhľadom na nariadenie EÚ o osobných údajoch – GDPR sa bližšie údaje k jednotlivým osobám neuvádzajú. Údaje sú prevzaté z oddelenia evidencie obyvateľstva. Kto chce svoje údaje, uložené na matrike, pozmeniť či doplniť, alebo si neželá byť uverejnený v Spoločenskej rubrike, nech to oznámi na Matričnom úrade v Nižnej na oddelení evidencie obyvateľov. Za prípadné nezrovnalosti redakcia nezodpovedá. Ďakujeme.

KRÍŽOVKA PRE ČITATEĽOV NIŽNIANSKYCH OZVIEN

Autor: Juraj Lukáč	2	ženské meno (21. 2.)	časový úsek	alkénol	lipt. korbáče viazané (skr.)	ŠPZ Krupiny	začiatok abecedy	Nižnianske ozveny	3	register-red, skr.	písmeno m	na toto miesto	kde si, básnicky	Nižnianske ozveny	eukalyptus, silica z mäty	stalo sa tu	1
svadba, po česky								veľký krik / neskončí kopanie						chlap / chlp na hlave			
malá Elena							nie, po česky / vodoinštalatér			macovia / čs. predajca hliník. profilov							
obec v Čechách						mnoho / ruská rieka					drobiť, kniž. / podraď. spojka						
zdravotn. diagnostic. firma					doložila / priemer							satelit Austria (skr.) / ypsilon					
Anna v Anglicku				vlastenci / najťažší had sveta									sólo, po anglicky / nadanie, talent				
voda s CO_2					kupovania / býv brazil. futbalista *29.7.1939							predložka / opak lacno		hovädzí tuk / Haramain high railway			
čierny vták						zn. obkl. a dlaždic / Army tech. comp					nesplnený záväzok / prácene-schopn.				selén / dajte na lopatu		
elektro-nic arts, skratka			Asoc. mediál. agentúr / periférie				Ludolf. číslo / druh batérií			prehnať, po česky							
značka tony		výrobok zo sóje Sára dom.						zn. času vo fyzike		urobená na zvuk. záznam / ziza, civi							
ozbro-jený sprievod								vyvaľuj oči			citoslovce smiechu / jeho			Bratisl. u-niv. nevid. / daná do obalu			
obec na Orave	olovo							silno / patriaci Leosen-kovi					odbor ekono-miky / ďobni			MPZ Rakúska / ostatné osob. náklady	
najvyšší vrch v Myjavskej pahork.							limonáda / muž. meno (11. 4.)					brnenie / najvyšší na nebe-siach					
Unitárna jednota ama-társkych divadiel / chem. značka síry						odpočíva / EČV Dol. Kubína					patriaci Boatovi / draslík						
Stredná škola ekono-mická				knižné vydava-teľstvo / zápor						mesto v Nemecku / emócia							
Pomoc: Amarildo, broen, Koblenz	začiatok abecedy		dusík / vanád		ten, kto kosí / Elec, light orches.						kys dusičná / lesný kolesový traktor				Indepen-det Repair provider	citosl. zívania / patriaci Aonovi	
Pomoc: Cekov, NOUL, melniť, Odeon, okara, Roda, Rašita, rodoľu-by, SATAT		má znalosť / nedával na vešiak				nebol živý / Asea brown boveri						aj viac / asociač. únia prie-myslu					
Pomoc: Alupa, Lavo	4		žen. meno (24. 5.) / kosovské muž. meno				malá niť						hebrej. muž. meno (2. 4.) / práve, čes.				
poviem zvieraťu jedz				sibírsky veľtok / bokom			kilojoule / register			eso / nár. asoc. ekonom. trustov				zvyšky stromov / Európ. asoc. televízií			
mužské meno (8. júla)					most, dánsky / košická firma						predložka / nem. sat. televízia				oslavné jedlo		
upevňo-val do visiacej polohy						Londýn. asoc. výtržníkov	video augnent. reality, skr.					odb. učilište / One America news			vysoká škola / oblizuj		
oklamal, obala-mutil							prinášal obetu / popevok									jód / ozn diplo-mat. aut	
zachra-ňoval								legendár. zatopený ostrov / zn. dĺžky									
dlhé i natieral lakom									Autor citátu je írsky dramatik Oscar Wilde		stále, naveky						

Vylúštenie krížovky zasielajte na **sefredaktor@nizna.sk**.
Do správy uveďte svoje meno a adresu. Výherca obdrží od OcÚ vecnú odmenu.
Vylúštenie krížovky z čísla 3/2025: **„*Ten kto nikdy neurobil chybu, nikdy nič nové neskúsil, Albert Einstein*“.** Výhercom sa stáva Milan Kapsa, Nižná.

www.nizna.sk **FB:** @Obec Nižná / @Obec Nižná - diskusné fórum