



SOLOŠNICKÝ SPRAVODAJ

Ročník X | číslo 2/2020

Dôchodci v akcii - aj keď tento rok trochu menej ako inokedy. Či sa pusili do robenia sološnických krúpkov a slížičiek a či zostali doma alebo predsa len bol čas sa stretnúť sa dočítate na strane 4.

MOP (malé občianske projekty) sú opäť na dosah. Na vaše nápady, ako prispieť ku krajšej a lepšej Sološnici môžete získať finančnú podporu vo výške 500€ z rozpočtu obce (str. 3).

Huby sú pre nás - Sološničania (hneď po krumpoloch) tzv. povinnou jazdou. Čo rasie v našich lesoch okrem dubákov Vám prezradíme v rozhovore na str.10 a na str. 4 Vám Miška prezradí, ako pripraviť hubové kupotto.



Celoplošné testovanie vojde do histórie nielen našej obce, ale celého Slovenska. Či to bolo jediné testovanie u nás, to ukáže čas.

31.10.2020 (sobota) bolo pretestovaných 1175 občanov, 1.11.2020 (nedeľa) 167 občanov. Medzi ôsmymi pozitívnymi bolo 5 občanov obce Sološnica.

"Vlastný uhol pohľadu"

Jeseň, ktorá sa tento rok držala žezla dlho a pevne, nám tento rok dopriala tepé ale aj studené dni, slnečné počasie ale aj dni plné chladu a dažďa. Takže skonštatovať, či išlo o jeseň príjemnú alebo studenú je vecou uhla pohľadu. Okrem počasia na nás veľmi vplývali rôzne nariadenia, usmernenia, obmedzenia. Deti síce nastúpili do školy, kde ich čakala nová cesta v celom areáli, no po pár týždňoch ostali starší žiaci v domácom prostredí a vzdelávali sa z pohodlia svojich izieb. V septembri ešte stihli organizátori zrealizovať Festival na 4 susedoch, októbrové a novembrové svadby a rodinné oslavy sa však rušili. Reštaurácie síce ostali otvorené, ale zákazníci sedeli doma, alebo len na terasách. No a celoplošné testovanie rozdelilo našu spoločnosť na dva tábory. Rozprávala som sa so zúfalo sa dožadujúcimi občanmi, ktorí sa chceli dať testovať aj napriek veku, ale aj so striktnými odporcami tohto testovania. Veľa dní sa o ňom viedli rozhovory – ak nie hádky – a rozoberalo sa z pohľadu občanov, z pohľadu spoločnosti, z pohľadu zdravotníctva ale aj z pohľadu politického. Z pohľadu starostky bola pred mnou jednoducho úloha, ktorú bolo treba splniť a vzhľadom na neustále sa meniace podmienky a nejasné informácie bolo jej plnenie o to náročnejšie. Veľmi mi pomohli všetci dobrovoľníci, zdravotníci, ako aj hasiči. Vytvorili sme dva odberové tímy a tak sme minimalizovali čas, ktorý strávili občania pred kultúrákom. Dovoľte mi aj touto cestou poďakovať všetkým 28-mim ľuďom so srdcom na správnom mieste, ktorí sa prihlásili pomôcť, aj keď ešte neboli jasné žiadne podmienky.

Či chceme, či nie, Korona nás ovplyvňuje priamo, alebo nepriamo. Opäť však netreba len lamentovať, ale skúsiť sa na celú vec pozrieť z inej stránky. Mnohí z nás sa začali stravovať zdravšie, do jedálneho lístka sme zaradili viac ovocia a zeleniny, ale najlepšie urobili tí, ktorí sa začali venovať turistike, dlhým vychádzkam, otužovaniu, menej používajú auto a viac vlastné nohy. Šport vždy bol – a verím, že aj bude – na popredných priečkach záujmu vedenia obce. Preto sa pravidelne venujeme obnove športového areálu. Tento rok sme zavŕšili opravu budovy tým, že sme vymenili kúrenie za ústredné – gamatky sa vymenili za radiátory, osadil sa kotol, celá budova sa zateplila a dostala novú fasádu. Bude tak príjemnejším športovým stánkom nielen pre našich futbalistov, ale pre všetkých športových občanov.



Koniec októbra patril nielen prípravám na testovanie ale aj prípravám na podanie žiadosti o nenávratný finančný príspevok na modernizáciu kuchyne v kultúrnom dome – aj keď je práve teraz veľmi málo využívaná. Jej vybavenie a zariadenia sú už zastaralé. Projekt teda rieši výmenu a doplnenie spotrebičov, ale aj celkové rozšírenie priestoru smerom do bufetu. Varná zóna bude v strede kuchyne a pribudne centrálny digestor. Ide o rekonštrukciu, kde síce bola v rozpočte určená predbežná cena takmer 56.000 €, ale na základe verejného obstarávania bola vysúťažená 46.300 €, z toho 26.100 € by sme mohli získať z PRV. Okrem kuchyne v kultúrnom dome sme tiež požiadali o financie z ministerstva školstva, ktoré prerozdeľuje financie na vybavenie školských kuchýň. Ide o sumu 5.000 €, ktorú by sme chceli použiť na výmenu kuchynského robota. Ten súčasný má už úctyhodných 28 rokov.

Ďalšiu žiadosť sme predložili do národného projektu Zelené obce Slovenska. Ide o výsadbu 73 stromov v priestore školského dvora, ihriska, v okolí kultúrneho domu a pri učiteľskej bytovke.

Keď sme pri projektoch, musím spomenúť aj schválenú žiadosť na opravu Pomníka padlých. Žiadosť sme podávali ešte v marci, žiadali sme 7.000 €. V týchto dňoch sme dostali odpoveď, že nám schválili dotáciu v sume 3.750 €. Tá bude poukázaná a použitá až v roku 2021.

Život teda plynie ďalej, volebné obdobie 2018-2022 je uprostred. Mohli by sme povedať, že polovička už je fuč, no vieme to povedať aj tak, že ešte polovica času je pred nami – je to len vec vlastného uhla pohľadu.

Tak či tak, rok 2020 sa navždy zapíše do kroniky (nielen) našej obce. Ak by ste sa chceli začítať do strán obecnej kroniky a dozvedieť sa, aké problémy sa riešili napr. v roku 1940 či 1950, kliknite na našu webovú stránku a otvorte si Kroniku v časti „o obci“. Tu budeme priebežne dopĺňať nové strany.

Či už Vám ostatné mesiace priniesli viac starostí ako radosti, viac strachu ako istoty, prajem Vám všetkým, aby ste sa na život pozerali v tom správnom uhle pohľadu. Aby sme sa v Sološnici všetci cítili dobre – od najstarších občanov po najmenšie deti, či sme Sološničankami niekoľko generácií, alebo sme sa nimi stali práve v roku 2020. Prajem nám všetkým, aby sme nadchádzajúci Vianočný čas strávili s našimi blízkymi, aby sme opäť prežívali radosť z maličkostí a v našich domácnostiach zavládol pokoj a rodinná pohoda.



Malá, veľká oslava

Desať rokov v histórii ľudstva takmer nič neznamená, no z desiateho výročia narodenia dieťaťa vie byť poriadna rodinná oslava - zídu sa rodičia, súrodenci, krsní rodičia, tety, starkí... všetci, pre ktorých je tento oslávenec dôležitý. A tak sa náš SOLOŠNICKÝ SPRAVODAJ stáva oslávencom. Tak už to je 10 rokov, čo ste mohli po prvý raz držať tento modrobiely výtlačok v rukách. Priniesol nám mnoho článkov a príspevkov, či už informatívnych, poučných, veselých ale aj smutných. Na ich písaní sa podieľalo veľa pravidelných ale aj občasných prispievateľov, ktorým aj touto cestou ďakujeme, že ho držali v dobrej forme. No dnes je predsaden o trochu iný - "dospelejší". Trošku nabral na objeme a zmenil šat, ale to nie je v tomto prípade na škodu, skôr na osoh.. Jeho úlohou stále ostáva prinášať čitateľom informácie o dianí v Sološnici, ale príspevky už budú trochu farebnejšie (aj keď modrobielym stále ostáva). Od roku 2015 ho nájdete aj na webovej stránke obce.

Tak všetko naj do ďalších minimálne 10(0) rokov...



Jeden kôš (ne)stačí

Alfou a omegou správneho nakladania s odpadmi je rozlišovanie medzi zmiešaným komunálnym odpadom a triedeným zberom. Aký odpad triedime v našej obci už viete z letákov, ktoré boli do každej domácnosti distribuované pri zmene zberovej spoločnosti (začiatok augusta). Ak na to sa treba v domácnosti aj „organizačne“ pripraviť. Ak budete mať doma napr. vrece na plasty niekde v garáži a v kuchyni alebo špajzi nebudete mať aspoň malý kôš, ťažko budete behať s každým plastovým vreckom do garáže a triedenie Vás prestane baviť po pár dňoch. Ak sa vám nechce hneď investovať do nového smetného koša s rôznymi priečkami, to ani nemusíte! Na plasty, sklo a papier si pripravte napr. menšie kýbliky či krabice a dajte si ich čo najbližšie ku smetnému košu. Takto sa Vám bude triediť oveľa jednoduchšie, ako chodiť s plastmi či papierom kade -tade 😊.

Takýmto spôsobom šetríte nielen prírodné zdroje a životné prostredie, ale aj svoju a obecnú peňaženku. Platí totiž jednoduché pravidlo – čím viac odpadu vytriedime, tým menej budeme v budúcnosti platiť za odvoz zmiešaného komunálneho odpadu, resp. štát nám zníži recyklačný poplatok.

Priemerný obyvateľ Slovenska vyprodukuje ročne približne 348 kg komunálneho odpadu. Až 69 % z tohto objemu končí nevytriedených na skládkach.

Skúsia šikovní matematikári vyrátať, koľko to vychádza na 1675 obyvateľov Sološnice? Správame sa teda priemerne, podpriemerne alebo nadpriemerne, ak sme v roku 2020 vyprodukovali 451 ton všetkého odpadu, z toho 118 ton triedeného?



Mať srdce na správnom mieste je v živote veľmi dôležité. My sme našli miesto aj pre toto srdiečko, ktoré bude pomáhať. Plastové vrchnáčky najmä väčšie množstvo môžete aj naďalej nosiť na Obecný úrad.

Autor:
Ludo Velšmid.

MALÉ OBČIANSKE PROJEKTY

WWW.SOLOSZNICA.SK

MÁŠ V HLAVE DOBRÝ NÁPAD NA MALÚ ZMENU V NAŠEJ OBCI?

ASI OCHOTNÝ HO ZREALIZOVAŤ?

MY TI POMÔŽEME SUMOU 500€

PODAJ PROJEKT NA OÚ SOLOŠNICA OD 1. - 31.1.2021

O ČO IDE ?

Skupina obyvateľov alebo jednotlivci navrhnu projekty, ktoré by chceli realizovať s cieľom skrášlenia a zlepšenia podmienok života v obci Sološnica. Vybrané projekty obec podporí sumou do 500€. Vzor žiadosti nájdete na www.solosznica.sk alebo priamo na OÚ Sološnica.



Seniori boli, sú a budú vekovou kategóriou, ktorá si zaslúži pozornosť. Či už pozornosť rodiny, alebo pozornosť obce. V tomto roku sa im pozornosti dostalo viac. Viac sme ich chceli chrániť, viac sme sa o nich zaujímali, viac sme na nich mysleli. Kiež by to tak bolo aj naďalej, keď sa - ako všetci dúfame - život vráti do starých koľají. Od nás mladších sú totiž o krok vpred - životné ale aj pracovné skúsenosti ich tam posunuli. A mnohým by sme mohli závidieť aj životnú energiu a optimizmus.

Dôchodci v akcii v roku 2020

Hodnotenie roka 2020 je pre nás veľmi zložitý, nakoľko sme ho začali s veľkým elánom a s vydarenými akciami, či už to bola Obecná zabíjačka, Okresná súťaž v hre JOKER, Pochovávanie basy, Senior bál v Malackách a v Bratislave a návšteva muzikálu Turandot na Novej scéne v Bratislave. To bola posledná naša akcia a od marca čakáme a dúfame, že sa situácia s koronou zlepší, ale darmo. Čo nevidieť budú už Vianoce a nevidíme žiadne svetlo na konci tunela.

Keď sa situácia trochu upokojila tak sme z našej činnosti k jednoduchším podujatiam v obci (Hody, 4 sudy a podľa požiadaviek) robili domáce cestoviny. Robota išla jedna radosť. Príležitostne, podľa počasia, sme využívali prechádzky do prírody - tak pešo, ako aj na bicykloch - a takou srdcovou záležitosťou pre nás seniorov je Dolina pri križi, kde si veľa turistov oddýchne po túre v horách.



Vypracovali sme projekt na upevnenie stola a sedenie v Doline pri križi. Celý projekt sa realizoval pod vedením Alfonza Závadského. Rozhodli sme sa, že rozšírime sedenie o ďalšie lavičky a stôl upevníme o podlahu. Avšak pri realizácii projektu sme zistili, že je potrebné vymeniť aj podlahu. Na kopanie jám pre osadenie lavičiek bola potrebná aj chlapičská rukV septembra divadelníci zorganizovali akciu Festival na 4 sudy, na ktorej sme sa prezentovali naším stánkom, kde sme ponúkali fazuľovú polievku so slizami, makové a orechové slíže, cesnakový osúch a slivkové a jablkové koláče.

V septembri sme sa stihli rozlúčiť s letom a pri tej príležitosti sme sa stretli v Starom lome a zorganizovali sme aj členskú schôdzu. Kto prišiel tak neľutoval, pochutili sme si na výbornom guláši a na koláčoch.

Nakoniec sme si aj zaspievali pri harmonike, na ktorej nám zahral Peter Terál, takže bolo veselo a spev sa niesol Dolinou. Táto akcia bola asi v tomto roku pre nás seniorov posledná, ale veríme, že situácia sa zlepší a budeme pokračovať v našej činnosti tak, ako sme boli zvyknutí.

Všetkým čitateľom želim pokojné prežitie Vianočných sviatkov a v Novom roku pevné zdravie a dúfam, že budúci rok 2021 budeme hodnotiť s väčšou radosťou a budú to akcie, na ktoré sme boli zvyknutí.

Mária Kvaššayová,
predseda ZO JDS Sološnica



KULINÁRSKE OKIENKO

Hubové krupotto

Potrebuje:

- 1 červenú cibuľu alebo šalotku
- 2-3 strúčiky cesnaku
- 2 lyžice olivového oleja
- 1 veľký hrnček jačmenných krúpkov
- 200 g čerstvých hríbov (najlepšie dubáky, ale môžete použiť aj iné)
- 2 dcl bieleho suchého vína
- 500-750 ml vývaru alebo prírodného bujónu
- Tymián a rozmarín
- Soľ, čierne korenie
- 1 lyžica masla
- 100 g parmezán
- Snečnicové semiačka alebo orechy



Postup:

Cibuľu a cesnak nakrájame na jemno. Na hlbšej panvici zohrejeme olej a pridáme cibuľu a cesnak. Pražíme do sklovita. Pridáme krúpkov a 3 minúty orestujeme. Zalejeme bielym vínom a necháme odpariť. Potom pridáme vývar, bylinky, prikryjeme a dusíme 20-30 minút do mäkkosti (záleží na veľkosti krúpkov).

Občas premiešame. Krupotto by malo byť riedke a kašovité. Odstavíme z ohňa a na záver vmiešame maslo a nastrúhaný parmezán. Dosolíme (opatrne, pretože parmezán je slaný) a dochutíme čiernym korením.

Podávame na plytkom tanieri posypané bylinkami, orechmi/semiačkami a posypané parmezánom.

Dobrá chuť želá Miška Králiková.

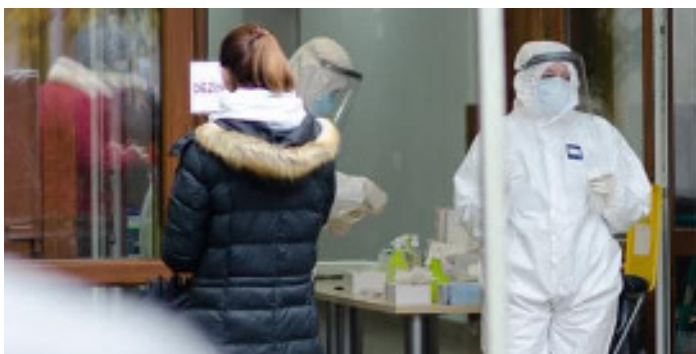
www.michaelakralikova.sk



Testovanie v Sološnici

očami zdravotníka

Testovanie obyvateľstva má význam, a preto ho treba brať v dobrom. Výtery, ako viete, mohol vykonávať len zdravotník. Pre mňa to nebolo nariadenie, chcela som pomôcť, pretože som to tak vnútorne cítila. Nie len ako zdravotník, ale aj ako dobrovoľník SČK. Myslím, že celkovo pandémie by z nás mala urobiť lepších, pokornejších ľudí, ktorí sa majú radi, ktorí si pomáhajú, rešpektujú sa, podporujú sa v tejto ťažkej dobe... Pre všetkých je to ťažké. A práve preto som rada, že som sa mohla so svojimi kolegynkami pričiniť a pomôcť v tejto situácii, a byť jednou z tých pokorných a rešpektujúcich. Musíme si chrániť tých najrizikovejších- seniorov, onkopacientov, imunodeficientných ..., ale aj seba, svojich kolegov, ktorí pracujú s nasadením svojho zdravia. Záchrana každého života má zmysel. Ako zdravotník som dbala na to, aby boli oba tímy pripravené na testovanie podľa platných hygienických nariadení /správne nasadenie respirátora, overalu, rukavíc, návlekov na nohy, okuliari ako i štitu/. Čo sa týka výterov- každý jeden obyvateľ si mohol všimnúť dodržiavanie hygienických pravidiel, a to použitie nových rukavíc pri každom testovanom. Jedna sestra vždy robila výter, druhá už čakala na výterovku s médiom v ruke, ktorú premiešavala a stláčala v médiu. Nakoniec nasadila na skúmavku kvapkadlo a podala tretiemu zdravotníkovi, ktorý aplikoval kvapky z média do ag testu, test označil číslom testovaného a na lístok si napísal čas. Štvrtý zdravotník bol nenahraditeľný pre oba tímy spolu s vojačkou- ich úlohou bolo odčítanie výsledkov testu a odovzdanie certifikátu testovanému. Veľké ďakujem patrí pani starostke a MO SR za zabezpečenie dostatočného množstva ochranných pomôcok, za super podmienky... Taktiež administratívnym pracovníkom, ktorí hravo zvládli agendu. Vojacke, policajtovi, hasičom, dobrovoľníkom za ich super odvedenú prácu. Všetci prispeli k tomu, že nám to išlo tak dobre.



Veľké ďakujem patrí šikovným kolegynkám zdravotničkám, s ktorými sa mi super pracovalo. Boli sme jeden úžasný veľký tím, so súhrou ľudskosti, pokory a lásky. Ďakujem patrí aj všetkým zodpovedným zúčastneným obyvateľom za ich milé slová podpory, ich humor, pozitívnu náladu... Vďaka Vám sme to zvládli.

očami dobrovoľníka

Ako vždy a všade aj celoplošné testovanie v Sološnici ukázalo, že VŠETKO JE LEN O ĽUDOCH.

Či už tých testovaných, ktorí stáli trpezlivo a disciplinovane v rade, aj napriek tomu, že pršalo...

Alebo o zdravotníkoch, ktorí pokorne a neúnavne testovali jedného za druhým...

Alebo o nás, všetkých dobrovoľníkoch, ktorí sme sa prihlásili, pretože proste bolo treba pomôcť...bez politickej nevraživosti, bez zbytočných spochybňovaní, bez odborných názorov (keby len odborných, sociálne siete ukazujú, že to sú často skôr odporné ako odborné názory, čo ľudia v súvislosti s touto situáciou vyslovujú [?]). Proste bolo treba pomôcť.

Nechcem zľahčovať celú situáciu, ale nevidím dôvod ju ešte viac dramatizovať, lebo i tak žijeme od marca zvláštnu „koronadobu“. A tak teda odpovedám s nadhľadom na otázky prečo som sa vlastne prihlásila: „Kde inde by som sa počas LOCK DOWNU stretla s toľkými ľuďmi?“ A mám aspoň zážitok z prvej línie a budem raz môcť rozprávať svojim vnúčatám ako to „vtedy dávno“ vlastne bolo.

A budem im hovoriť, že v Sološnici to bolo „V POHODE“, lebo testovaní ľudia boli milí a my sme boli veselá partia dobrovoľníkov, ktorá sa snažila o čo najhladší priebeh.

Mirka



V Sološnici sa v ostatnom roku zvýšil počet obyvateľov na 1673. Pre porovnanie k 1.1.2017 to bolo 1595. (plus 78 občanov). To, či je Sološnica „dobrým miestom pre život“ je vecou názoru, ale vzhľadom na zvyšujúci sa počet občanov si to dovoľím tvrdiť. Na druhej strane to prináša aj počet sťažností „od susedov na susedov“. Občania si niekedy mýlia starostu s mediátorom či ombudsmanom. Ak sa susedia hádajú 20 rokov, je zbytočné očakávať, že starosta ich spor vyrieši. Ak by stáli o zmier, netreba im starostu, dohodnú sa sami. Stačí chcieť. Či budeme rešpektovať právo na oddych a klud je vecou tolerancie a kompromisu. V obci pribudla informačná značka (viď obr.) Viem, že nezaručuje nikomu ani nedeľný klud, ani úplné stíšenie mechanizmov u susedov. Ale mohlo by ich primäť z zamysleniu sa. Po zverejnení fotky tejto značky sa na FB strhla búrlivá diskusia, či je to značka o obmedzení a zákaze práv na prácu v nedeľu na jednej strane alebo o povšimnutí si práv na oddych na strane druhej. Z pozície starostky a s rukou na srdci môžem povedať, že je to o toletancii, a o normálnych susedských vzťahoch. Áno, žijem v tejto dobe, viem, že mnohí občania robia na smeny, že robia od nevidím do nevidím (aj ja patrím medzi Vás, hoci je december, v skleníku mám ešte posledné nepozbierané feferónky a trávnik som od polovice septembra nekosila). Ale rovanako si uvedomujem, aký dôležitý je oddych. Ak pracujete od pondelka do piatka večera, v sobotu robíte okolo domu a potom Vám sused v nedeľu ráno naštartuje kosačku či cirkulár rovno pod oknom spálne, je to na „nervy“. Osobne si myslím, že je to len o zvyku, že je to o tom, či vnímame suseda ako človeka, ktorý má rovnaké práva ako my, že je to o tom, že spolu komunikujeme a navzájom sa tolerujeme.

Nedávno som dostala od poslancov darček. Džbán, ktorý sa volá PRAVDA. Bola o ňom reč aj v divadelnom predstavení JAK TO CELÉ ZAČALO. Starosta mal džbán s vínom. „Hnevníci“ sa kedysi museli u starostu dohodnúť na riešení susedského sporu. Keď sa dohodli, starosta im nalial víno, ktoré spolu vypili na znak zmieru. Ak by to v dnešných časoch bolo také jednoduché, verte mi, víno by som zohnala... Problém je v tom, že niektorí ľudia očakávajú, že po niekoľkoročnom spore prídu na úrad (pre istotu každý sám) a starostka im dá zapravdu. Ale to isté očakáva aj druhá strana. A každý má svoju pravdu, svoj uhol pohľadu. Skúsme sa zamyslieť, skúsme byť tolerantní, empatickí. Skúsme byť jednoducho ľudskí. Tak, ako sa to len dá.



Starostka

Tohtoročné futbalové dianie nielen v našej obci bolo zo známych dôvodov značne obmedzené. Jarná časť regionálnych súťaží bola v polovici marca najprv na mesiac a následne úplne zrušená. Čiastočné uvoľnenie nastalo v máji, kedy sa mohlo opäť začať trénovať, ale za sprísnených hygienických opatrení, ktoré platia doteraz.

Každoročne na konci júna sa podávajú prihlášky do nového súťažného ročníka. V tom aktuálnom pôsobíme s dvomi mládežníckymi družstvami – prípravkou (deti do 11 rokov) pod vedením Róberta Balúcha a mladšími žiakmi (do 13 rokov) pod vedením Juraja Herdu a Stanislava Petráša. Po dlhých rokoch, ak nie vôbec po prvý raz v histórii klubu, ale už bez mužstva seniorov. Niekoľko posledných rokov sme mávali problém s dostatkom hráčov, často museli vypomáhať starší páni, čo ale nešlo do nekonečna. Súčasná pandemická situácia k absencii tohto mužstva v súťaži asi iba dopomohla, no nebola hlavnou príčinou. Naši najmenší U8 trénujú pod vedením Jozefa Rybára.

Príprava na ďalšiu sezónu bola krátka ale ťažká. Počas prípravy sme využili 3 týždne na denný futbalový tábor, o ktorý bol veľký záujem. Počas tohto tábora mali deti dvojfázové tréningy, kúpali sa v bazéne. Absolvovali sme túru na Petrklín a na Roštún. Staršie deti mali poslednú noc opekačku spojenú so stanovačkou priamo na ihrisku. Ďakujem všetkým deťom i rodičom a teším sa na ďalšie tábory. V rozbehnutej sezóne družstvo U11 odohralo 9 zápasov, skončili na 10. mieste. No i napriek tomu, že hrali proti družstvám, ktoré sú o rok staršie, odohrali



veľmi pekné zápasy, o čom svedčia aj veľké návštevy divákov na každom ich zápase.

U13-ka odohrala 7 zápasov a skončili na 4. mieste.

Keďže na dedine k nedeli futbal patrí a dospelí ho teraz nehrajú, rozhodli sme sa, že domáce zápasy budú naše mládežnícke družstvá hrať práve v tento deň. A zdá sa to ako výborný nápad, pretože ich chodilo povzbudzovať pomerne dosť ľudí. Žiaľ len do polovice októbra, kedy bola súťaž prerušená.

Dúfame, že jarná časť súťaže začne normálne podľa plánu. Prajeme všetkým pevné zdravie

Futbalový klub Sološnica

Práve dopisujem poslednú „záverečnú správu“ k xy grantovým vyúčtovaniam tohtoročného Festivalu na 4 sudoch a tak je čas na záverečnú správu aj pre Sološnicu. Pre Vás všetkých, ktorí ste jej súčasťou. Tento ročník Festivalu na 4 sudoch (už tretí!) prešiel pri príprave mnohými komplikáciami. Nebol však jediný – veľa tohtoročných udalostí sa s koronavírusom muselo vysporiadať. My sme to riskli a skúsili sme Festival presunúť na september. Našťastie sa nám to podarilo zrealizovať a tak bolo 12.9. v Sološnici opäť veselo!

Pre nás – organizátorov – bol 3. ročník stelesnením toho, čo sme aj predchádzajúce roky od festivalu očakávali a postupným zlepšovaním tento rok dosiahli.

Časť pôvodného programu a príprav sa nám podarilo presunúť, časť sme museli nahradiť, no verím, že sa nám podarilo pripraviť kvalitný obsah pre všetkých návštevníkov. Naším cieľom je prinášať na festival rôzne spoločenské témy, o ktorých sa často nerozpráva, na malo by sa. Preto sme zavolali Pohni hlavou – Tomáša Hudáka a Jakuba Gulíka, ktorí hovorili o dezinformáciách a kritickom myslení, ktoré každému z nás občas chýba. Overovanie informácií dnes považujeme za zásadné. Rovnako ak prístup k našej planéte, ktorú si postupne ale isto ničime. Každý z nás sa mohol inšpirovať u „Zerowasterky“, ktorá hovorila o udržateľnejších variantách našich bežne používaných vecí. Malé kroky pre nás – veľké pre planétu! Okrem toho ste si mohli vyrobiť vlastnú grafiku na starý kus oblečenia, naučiť sa zapletať makramé ozdoby, nechať si popliesť hlavu zapletanými vrkočmi aj zaujímavými príbehmi v knižnom stánku. Veľa kníh nám do obecnej knižnice darovalo kníhkupectvo Martinus – všetky sú stále k zapožičaniu v knižnici! Maľovali ste s Matkou, vymaľovávali maxi tematické obrázky, vyrábali vlastné pexeso, hrali spoločenské hry, bubnovali. Na javisku sa hralo divadlo pre deti, debatovalo s Dávidom Hartlom a Luckou Hablovičovou, kvízovalo, od rána nás dobrou hudbou nabudili Funny Fellows a navečer zas Braňo Jóbús či ohňová šou.

Pre nás, divadelníkov, bol dôležitým momentom čas našej novej premiéry „Cesta k slobode“.

Príprava inscenácie aj celého festivalu nám trvá niekoľko mesiacov – preto odmena vo forme plného hľadiska na predstavení a plného námestia počas celého dňa je pre nás neuveriteľným pohladením na duši. Tento rok vieme, že sa Vás na námestí

vystriedalo výrazne viac ako 1000 – vtedy nám totiž došli pásy na ruku a nemali sme ako ďalej počítať – úprimne sme také číslo nečakali.

Do príprav sú zapojení všetci divadelníci a zopár dobrovoľníkov (spolu cca. 30 ľudí), ktorí sa k nám postupne pridávajú. Prípravy sú náročné a začínajú vždy tam, kde aktuálny ročník Festivalu skončí. Píšeme granty, zháňame sponzorov a pripravujeme program tak, aby si ho užili všetci, ktorí prídu. Za to, že si to celé môžeme pre Vás dovoliť zadarmo, chceme zo srdca poďakovať sponzorom a komisiám v grantových programoch, ktorým sa naša myšlienka páči a podporujú nás. Bez nich by naša skromná umelecká túžba určite nenabrala takýto rozmer.

Považujeme to za nesmierne dôležité, pretože veríme, že vďaka takýmto aktivitám sa spoločnosť kultivuje, vzdeláva, obohacuje navzájom a len tak sa môže stále zlepšovať. Len tak môže byť z každého z nás ešte lepší a vnímavejší človek – k sebe ale aj k svojmu okoliu.

Mali sme počas Festivalu pár chvíľ, kedy sme sa zastavili a sledovali, čo sa na námestí deje a z týchto momentov nám v pamäti utkvelo plné námestie známych aj neznámych tvárí s úsmevom. A to je pre nás signálom, že naša práca má zmysel, že naše nápady sa Vám páčia a že chceme v tejto aktivite pokračovať, zlepšovať sa a udržať si štandard, ktorý bol tento rok dosiahnutý. Veríme, že nás v tomto projekte Vašou účasťou podporíte aj o rok.

A Tebe, milá naša Sološnica Ďakujeme za to, že nám vytváraš podmienky na toto všetko krásne, čo v Tebe môžeme spolu zažívať, bez Tebe by Festival na 4 sudoch nikdy nebol.

Sološníckí divadelníci



Týždeň plný workshopov, besied alebo cvičenia. Čo všetko obnáša príprava a realizácia ?

Radi prinášame v našom Spravodaji príspevky o aktivitách, ktoré by mohli byť inšpirujúce alebo motivačné aj pre iných. A tak sme nemohli vynechať poobhliadnutie za augustovým týždňom plným zdravia a kreatívnych nápadov v jednom Sološnickom dvore.

Otvoriť vlastné dvere pre spoluobčanov nebýva zvykom už ani na dedinách. Preto bolo veľkým ale milým potešením, keď Olinka, hoci býva v Sološnici len krátko, otvorila bránu v toto roku hneď niekoľko krát. Prvý krát to bolo na začiatku prázdnin, keď sa na dvore konal BAZÁRIK a druhý raz v auguste a to hneď na celý týždeň. Rozprávali sme sa s Olinkou Siekierzinskou, alebo ako hovoríme my Sološničania s Olinkou pri Jednote:)

O akú akciu teda išlo?

„ZDRAVO a KREATÍVNE...bez hraníc“, takto sme nazvali týždenný blok rozmanitých tvorivých dielničiek, prednášok a cvičení jógy, ktoré sme organizovali v Sološnici toto leto, v dňoch 17.8-21.8 2020.

S kým, pre koho a prečo?

Nápad na takúto akciu bol v mojej hlave už dlhšie, no nemala som dosť odvahy pustiť sa do toho sama. Stáva sa, že v živote stretnete ľudí, s ktorými prehodíte pár viet a veci sa začnú diať a ja som stretla Majku Terálovú a Olinku Stankovskú a tak bolo rozhodnuté. Chceli sme vytvoriť priestor pre ľudí, ktorí sa stále radi učia nové veci, túžia objavovať (alebo rozvíjať) svoje schopnosti, rozširujú si obzory v rôznych sférach alebo chcú jednoducho stráviť svoj voľný čas v príjemnom spoločenstve podobne zmýšľajúcich ľudí.

A keďže veríme, že pre naše celkové zdravie a pohodu je dôležité starať sa nielen o našu fyzickú stránku, ale treba pestovať a rozvíjať aj našu psychickú a duchovnú. V rámci daného priestoru (prírody), ktorý zdieľame, rozhodli sme sa do tohto týždňa zahrnúť viaceré oblasti, ktoré by pomohli prepojiť, inšpirovať a rozvinúť aspoň trošičku všetky tri roviny...v zdravom a kreatívnom duchu 😊

Ako spomenula jedna z účastníčok nášho workshopu: „Bolo to krásne pre telo aj myseľ...načerpala som nové nápady, chuť znova tvoriť a vytvorila si nové priateľstvá.“

Ako to teda vyzeralo?

Ráno sme vždy začínali jógou a potom sme pokračovali v poobedných hodinách, vždy s iným námetom. Hneď v prvý deň sme sa venovali téme ako pomôcť prírode, pomocou recyklácie, redizajnu nábytku a výrobe EKO obalov z včelieho vosku (ktoré sme si aj vyrobili). Na ďalší deň sme sa preniesli v časopriestore do Chile a krajín Blízkeho

Východu a vypočuli si prednášky na tému cestovanie a život v daných kultúrach. Stredou sme zasvätili zdravej strave a dostali sme pár super tipov ako variť podľa piatich elementov alebo ako efektívne využiť sezónne potraviny. Vo štvrtok sme sa venovali kreatívnym zručnostiam a vytvorili sme si krásne svietidlá a obrazy pomocou novej techniky SGRAFITO a posledný deň sme si dopriali oddych v podobe masáží a starostlivosti o krásu nášho tela pomocou názorných ukážok profesionálneho make-upu.

Aké sú Vaše plány?

Veľmi radi by sme v budúcnosti vytvorili PRIESTOR, kde by sme sa mohli navzájom učiť a zdieľať naše zručnosti a vedomosti, či už pomocou kreatívnych dielničiek, prednášok, workshopov alebo besied na rôzne témy. Nechať sa inšpirovať a viesť najmä našimi lokálnymi “kreatívcami” bez rozdielu na vek, či pohlavie...bez hraníc...

Momentálne pre vás pripravujeme sériu piatich stretnutí na tému “Aká je MOJA cesta” s vynikajúcou psychologičkou, ktoré budú kombináciou informácií, aktivít a rozhovoru. Taktiež chceme uskutočniť kurz zdravého varenia a tvorivé dielničky na rôzne témy, napr.: dekupáž, makramy, maľovanie na kamene.... A nakoniec dúfame, že na jar uskutočníme druhé kolo našej Burzy všakovakých vecí.

Nápadov máme naozaj veľa, ale vždy uvítame nové návrhy, názory, či postrehy. Napredujeme spolu a bez hraníc. Tešíme sa na vás...



Preventívne protipožiarne kontroly v obci

Milí čitatelia, v čase keď čítate tento článok je už vykurovací sezóna naplno rozbehnutá, no zabezpečenie pocitu tepla v našich domácnostiach so sebou prináša určité úskalia a musí sa riadiť príslušnými právnymi predpismi. V rámci preneseného výkonu štátnej správy podľa §23 zákona 314/2001 o ochrane pred požiarom kontrolu dodržiavania týchto predpisov vykonávajú obce prostredníctvom kontrolných skupín v domácnostiach a malých prevádzkach v rámci obce raz za 5 rokov. Kontrolné skupiny sú tvorené členmi Dobrovoľného hasičského zboru obce Sološnica, ktorí každoročne tieto kontroly vykonávajú. Podľa §14 ods.1 pís. d zákona 314/2001 je fyzická osoba povinná umožniť kontrolným skupinám vykonávať v rodinných domoch okrem bytov a v iných stavbách okrem bytov vo vlastníctve alebo užívaní fyzických osôb preventívne protipožiarne kontroly a odstrániť zistené nedostatky. Kontrolné skupiny si pri prehliadkach všimajú najmä vizuálny stav vykurovacích telies, ich okolia, v povalových priestoroch stav komínových telies, ich celistvosť, výskyt horľavých materiálov v blízkosti komínového telesa, v pivničných priestoroch a garážach skladovanie horľavých kvapalín a plynov, ďalej sa zameriavajú na priechodnosť únikových ciest, vizuálny stav rozvodov elektriny a plynu a prístupnosť hlavných uzáverov energií.

Vzhľadom k tomu, že v našej obci v tomto roku vzniklo viacero požiarov rodinných domov, apelujeme na občanov aby umožnili kontrolným skupinám riadne vykonať kontrolu. Hasiči sú pri vykonávaní preventívnych protipožiarnych kontrol riadne označení a disponujú písomným poverením obce. Ak sú pri kontrole zistené nedostatky, občania sú na tieto upozornení, v prípade závažnejších budú občania na tieto upozornení písomne obcou a zároveň bude určený termín na ich odstránenie a termín nasledujúcej kontroly.

Vážení občania, zodpovedným prístupom pri dodržiavaní protipožiarnych opatrení vieme znížiť riziko vzniku požiaru v našich domácnostiach, neberte ich preto na ľahkú váhu.

Ján Ralbovský, veliteľ DHZ



Tábor bol určený pre deti ZŠ a v prvý augustový týždeň sme ho začali pri potoku. V košíku sme našli zabalené dieťa. „Vytiahnutý z vody“ – to je význam jeho mena-Mojžiš.

Program pripravila partia misijných dobrovoľníkov VIDES / medzinárodná dobrovoľnícka organizácia prítomná na Slovensku od roku 2013./ Dvaja mladí z Košíc, dve animátorky z Oravy a jedna sestra saleziánka.

Ďakujeme pánu farárovi za priestory na farskom úrade a v záhrade i za priestory v kultúrnom dome, keďže dva dni sme odolávali dažďu..

„Spoznali sme nové tváre životaschopných detí zo Sološnice a okolia“ spomína jeden dobrovoľník.

Denne sme si vyskúšali svoje zručnosti- športové, kreatívne, komunikačné.. Deti sa interaktívne zapájali do divadla. Príbeh biblickej postavy, ktorá nás sprevádzala celým programom, sme herecky dotvárali spoločne priamo na mieste. Mojžiš vstúpil do nášho života otázkami: Kto som? Aká je moja rodina? Viem uplatniť svoje zručnosti? Čo je to múdrosť? Som líder? Komu som priateľom?

Počas týždňa sme zažili aj výlet, športové súťaže, opekačku i vodné hry, ktoré sme si naplno vychutnali v záverečný deň.

„S Mojžišom sme prežili jeden krásny týždeň plný smiechu a radosti. Spoznali sme nielen jeho život, ale zažili sme prijatie a veľkodušnosť domácich sološničianov“ – dodáva ďalšia dobrovoľníčka...“ a zo starších účastníkov budú určite schopní animátori pre ďalší rok“. Preto sa tešíme na spoluprácu aj pre ďalšie leto.

Elen Caunerová, FMA

Po stopách Mojžiša

Letné denné tábory majú v Sološnici svoje nenahradiťelné miesto- tešia sa na ne deti a aj rodičia:) V tomto roku k Dúškovu a futbaolvému táboru pribudol nový. A aj napriek prvotným obavám, či sa uchyťí, zúčastnilo sa ho 20 detí. Ako si naň spomína organizátorka Elen Caunerová?

Nie je hubár ako hubár

Medzi nami si žijú pokojný nenápadný život dedinčana, no v práci sa venujú pre nás tak trochu nevšedným veciam. Viktor Kučera medzi nich celkom určite patrí, navyše pri svojej práci zbiera huby.

To by sa páčilo mnohým z nás - ísť počas pracovnej doby na huby a ešte za to brať plat:)

Narodil som sa na Myjave, vyrástol na Starej Turej, študoval v Bratislave a býva v Sološnici. Vyštudoval botaniku na Prírodovedeckej Fakulte Univerzity Komenského, doktorandské štúdium absolvoval na Botanickom ústave CBRB SAV kde skončil ako mykológ. Venuje sa systematickej mykológii, diverzitu a rozšírenie vreckatých húb v Karpatoch. Baví ho cestovanie, pešia turistika, chalupárčenie a pasívne zbiera podpivníky. Viktor Kučera - mykológ telom aj dušou.

Kedy ste začali chodiť do lesa?

Na začiatku to bolo s rodičmi a pamätám si, ako sme so starým otcom chodievali na víkendové potulky. Niekedy na šípky, inokedy na liečivé bylinky a občas "na hriby". Neskôr k môjmu záujmu prispel aj učiteľ prírodopisu a turistický krúžok. Na gymnáziu som sa zapájal do rôznych ochranných akcií, chodili sme čistiť potoky, kopali liahniská pre žaby, popri tom sme sa učili o živočíchoch, rastlinách, ručne sme kosili lúky na kopaniciach. Zo záľub sa vyvinul seriózny záujem a začal som študovať biológiu na vysokej škole.

Ako ste dospeli k záveru, že toto bude vaša špecifikácia? Bola to náhoda alebo ciele rozhodnutie?

Vedel som, že chcem študovať "nejakú prírodu". Raz som cestoval vlakom do školy. Na vedľajšej sedačke sedel môj dobrý známy, pracovník Štátnej ochrany prírody Palo Deván. Vtedy sa ma spýtal, že čomu sa z tej biológie mienim venovať. Botanikovi je vraj tak akurát, ale odborníkov na huby je málo, tak či by som sa nechcel venovať práve im. No a ja som súhlasil. Najskôr to boli múčnatky, neskôr jedna skupinu drevorozkladajúcich húb. Dnes sa venujem "jazýčkom", čo sú v prevažne lúčne huby.

Počas prechádzky po lese - počas práce - aké huby zbierate? Zbierate len "obyčajné" dubáky, bedle...alebo len také, čo pre nás obyčajných hubárov nie sú "zaujímavé"?

V práci zbieram také huby, ktoré bežný smrteľník možno ani nevidí. Tieto sú prevažne čiernej farby, veľkosti do 7 cm a rastú na lúčach a pasienkoch. To, že ich niekde nájdeme, je dobrým znamením. Znamená to, že lúka nie je hnojená, je plná lúčnych kvetov a s tým súvisiacim množstvom hmyzu, následne množstvom vtáctva, ktoré sa tým hmyzom živí, je tu vysoká rôznorodosť života. Keďže huby ktoré zbieram sú čierne a malé, mávam oči zaostrené na túto farbu a veľkosť. Stáva sa, že kolenom rozdrvim veľkú plodnicu dubáka či bedle, lebo si ich nevšímam. Na Slovensku rastie okolo 6000 rôznych húb, stále máme čo spoznávať.

Aké jedlo z húb máte rád? Viete aj nejaké pripraviť?

Huby takmer nejem. Ale, naozaj mi chutia kuriatka. Dlho dusené na panvičke, následne zaliate sladkou smotanou, ešte spolu prevariť, dosoliť a servírovať s kusom pečeného mäsa a vareným zemiakom v šupke. Mám rád aj rýdziky upečené na oleji a posolené. Obe tieto pochútky som už pripravoval, ale obyčajne sa v okolí vyskytne šikovnejší pár rúk, ktorým prípravu ochotne prenechám. Manželka a syn si radi pripravujú takú hubovú hmotu. Na kúsočky pokrúpané huby treba na cibuli dlho dusiť. Veľa cibule, posoliť a dlho dusiť. Podáva sa to na čerstvom voňavom chlebičku.

Aká je vaša práca mimo lesa za mikroskopom, za PC?

Zobierané huby treba opísať, usušiť a uložiť do obálky. Na obálku je potrebné napísať lokalitu, GPS súradnice, spísať sprievodné rastliny, nadmorskú výšku, meno zberateľa prípadne aj údaje o pôde. Potom sa údaje vnesú do databázy a huby do herbára. Niekedy natrafíme na hubu, ktorá ešte v žiadnom atlase ani na internete nie je vyobrazená a pomenovaná. V takom prípade ju premikroskopujeme, v urobíme DNA analýzu a porovnáme naše vzorky s databázou existujúcich, a ak sa ukáže, že naša je naozaj jedinečná vtedy opíšeme nový druh pre svet. Jeden jazýček je opísaný aj zo Sološnice, rastie na Palkovej lúke. Závery publikujeme vo vedeckých časopisoch.

Čím je vaša práca zaujímavá, špecifická?

Zaujímavé je neustále hľadanie niečo nového. Tá detektívna práca, keď hľadám meno pre hubu, ktorú som práve odtrhol a neviem ako sa volá. Špecifikum je aj v tom, že na začiatku terénnej exkurzie sa nikdy nedá s určitou predpokladať ako výjazd dopadne. Niekedy aj v suchom období nesiem do práce plnú krabičku (lebo tie "moje jazýčky" sú príliš malé na košík) a inokedy počas daždivej jesene s chladnými nocami a po splne, nedonesiem takmer nič. Táto vec sa proste nedá vedieť dopredu.

Zaujímá sa aj vaša rodina, manželka a deti, o hubárčenie?

Naša rodinka hubárči tak poskromne. Nie sme hubový fanatici, ale keď je na to čas a chuť, tak sa radi ideme prejsť do lesa. Doteraz najlepšiu hubačku som zažil so synom u nás na chalupe. Synček bol nadšený, spieval si pesničku a zbieral. Tri koše. On pozná oveľa viac húb ako manželka. Dcéra zbiera tiež a ja kontrolujem správnosť určenia. Nakoniec maminka spracuje do jedla alebo usuší, prípadne zavarí.

Na záver prajeme všetkým hubárom NECH ROSTNÚ!



Huba pajazýček chlpatý (*Trichoglossum hirsutum*) v rašelíniku

Narodili sa

Romanová Nina
Stanovská Katarína
Biksadský Patrik
Blecha Sebastián
Čermák Viliam
Kočíšková Sára



Všetko najlepšie

- 70.r.** Pukančík Pavel, Margita Kubíková,
Anna Romanová, Mária Dinušová,
Jozef Zmek, Jozef Čermák, Viliam Bartek,
Milan Tuma, Anastázia Šteffeková
- 75r.** Emil Krúpa, Ing. Anton Balúch,
Amália Zechelová, Marta Chvílová,
Kamil Terál, Anna Škutová, Anton Dinuš,
Cecília Blusková
- 80r.** Pavel Vanek, Anna Smáková, Jozef Elíz,
Florian Šiška, Hedviga Velická
- 85r.** Antónia Dinušová
- 90r.** Janka Hlavatá, František Lindtner

Opustili nás...

Pavel Bartek (49r.)
Miroslav Mlynarovič (71r.)
Ján Zechel (77r.)
Peter Mlynarovič (73r.)
Ľudovít Dinuš (60r.)
Kamil Podolec (73r.)



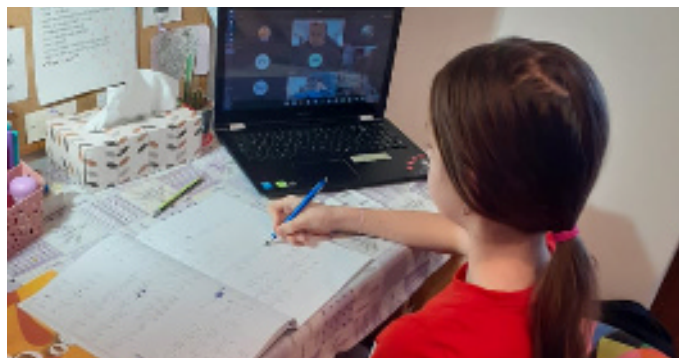
Odpočinutie večné, daj im Pane ...

Začiatok školského roka 2020/21 sa začal inak ako zvyčajne. Opatrenia z dôvodu šírenia ochorenia Covid-19 nám neumožnili začať spoločne aj s rodičmi, žiaci sedeli v triede a celé zahájenie sa uskutočnilo cez rozhlas. Žiaci sa veľmi tešili, že sú po dlhej dobe spolu. Rodičia nám chýbali, lebo oni sú dôležitou súčasťou vzdelávania našich detí. Aj v tomto školskom roku budeme potrebovať pomoc a spoluprácu rodičov a to najmä pri dištančnom vzdelávaní. Žiaci nosia v škole rúška, je to nepohodlné ale žiaci si rýchlo zvykli a to najmä preto, že sú spolu a môžu byť v kolektíve a prežívať bežne detské hry a zážitky, na ktoré budú spomínať v dospelosti.

Začiatkom školského roka sme sa preto pripravovali na dištančné vzdelávanie pomocou programu Teams, ktorý využívame na online vyučovacie hodiny. Počas hodín informatiky sme sa snažili žiakov pripraviť na samostatné používanie programov. Myslím, že sa nám to podarilo. Základom dištančného vzdelávania je samostatné štúdium materiálov podľa predpísaného časového harmonogramu. Pretože o úspešnosti tu do značnej miery rozhoduje disciplína, je spolupráca a pomoc zo strany rodiča rozhodujúca. Príprava učebných pomôcok pre dištančné vzdelávanie je veľmi náročná práca a vyžaduje úzku spoluprácu medzi žiakmi a učiteľom. Dištančné štúdium je perspektívna forma vzdelávania použiteľná pre starších žiakov, stredné a vysoké školy. Preto chcem poďakovať rodičom, učiteľom a najmä žiakom, že toto situáciu zvládajú. V tomto čase sa I. stupeň vyučuje v škole a II. stupeň doma dištančnou formou. Nevieme ako sa bude situácia vyvíjať a ako dlho potrvá tento čas a ako často sa bude meniť.

V tomto roku sme spolu s obecným úradom dokončili výmenu okien, žiaroviek a rozhlasu. Spolu s rodičovským združením sme vymenili počítače v učebni. Všetkým srdečne ďakujeme a spoločne si zaželdajme najmä veľa zdravia a trpezlivosti v tejto dobe.

Monika Oravcová, riaditeľka ZŠ





FINANČNÝ PRÍSPEVOK NA ONLINE REALIZÁCIU
TOHTO PERIODIKA VRÁTANE RIEŠENIE PRE JEHO
VYDÁVANIE SVOJPOMOCOU POSKYTUJE FUNPRINT.EU

Pomáhame radniciam šetriť čas aj peniaze.

www.funprint.eu

Rady na každý deň (nielen) Nového roku 2021:

- každý deň sa aspoň 20 minút prechádzajte a majte úsmev na tvári
- aspoň 10 minút denne strávte v tichu
- spíte minimálne 7 hodín
- žite tromi "E" : energia, empatia, entuziazmus
- čítajte viac kníh
- nejaký čas strávte s ľuďmi mladšími ako 6 rokov a staršími ako 70 rokov
- jedzte viac toho, čo rastie v prírode ako toho, čo sa vyrába v továrňach , pite veľa vody
- zabudnite na problémy minulosti



Vydáva obec Sološnica | obec@solosnica.sk | Reg. č.: EV4424/11

Redakcia: Veronika Kovárová, Anna Čermáková | Nepodpísané príspevky: Veronika Kovárová, Anna Čermáková

Neprešlo jazykovou úpravou. Foto predná strana -Marek Velšmid, zadná strana Ivan Kolenič.

Realizácia: funprint.eu