

Švábovčan

Číslo 21 / december 2024

Pre obyvateľov a priateľov obce Švábovce

*Prajeme Vám všetkým
požehnané a príjemné
prežitie vianočných
sviatkov, nech Vás
všetkých čaro Vianoc
naplní pravým pokojom,
radosťou, láskou,
zdravím a Božím
požehnaním po celý
nastávajúci rok.*

*Starosta obce Mgr. Juraj Šimko
a poslanci obecného zastupiteľstva*

SILVESTER

Srdečne Vás pozývame
na rozlúčku s rokom 2024.

Začíname o 23:00 hod. na námestí.

Dobrá nálada, polnočný prípitok
spolu s priateľmi, ohňostroj
a privítanie Nového roka 2025.

20
2524

Hodnotové Vianoce



Na Vianoce nám na rôzne hudobné variácie zaznieva správa o tom, čo sa stalo v tieto dni pred mnohými - mnohými rokmi: „Lebo narodil sa vám v meste Dávidovom Spasiteľ, ktorý je Kristus Pán“ (L 2,11).

Podľa všetkého, nebolo to „obyčajné“ narodenie, ako ho poznáme v našich rodinách. Narodením Ježiša Krista, o čom svedčia aj koledy, sa stalo niečo tak výnimočné, že i sám kráľ bol v strehu a mudrci z východu putovali za Ježišom dlhé kilometre so svojimi vzácnymi darmi.

Za akým účelom sa narodil Kristus? Čo priniesol na svet?

Svetlo do tmy:

„...aby svietil sediacim v tme a tóni smrti...“ (L 1,79).

Radost' smutným:

„Nebojte sa, veď zvestujem vám veľkú radost', ktorá bude všetkému ľudu...“ (L 2,10).

Pokoj znepriateleným ľuďom:

„Sláva na výsostiach Bohu a na zemi pokoj ľuďom dobrej vôle“ (L 2,14).

Život tam, kde panovala smrť:

„...ja som prišiel, aby mali život, a to v hojnej miere“ (J 10,10).

Slávu do hanby:

„...my sme hľadeli na Jeho slávu ako na slávu jednorodeného od Otca...“ (J 1,14).

Záchranu z hriechov:

„Porodí syna a dáš Mu meno Ježiš; lebo On vyslobodí svoj ľud z ich hriechov“ (Mt 1,21). „Lebo tak Boh miloval svet, že svojho jednorodeného Syna dal, aby nezhynul, ale večný život mal každý, kto verí v Neho“ (J 3,16).

Nie je aj našim želaním mať tieto hodnoty? Myslím, že ony sú dostupné pre každého, kto o ne úprimne požiada. S nimi môžu byť - a nech aj sú - tohtoročné Vianoce krajšie a radostnejšie.

ThDr. Martin Zai'ko, zborový farár



Krátke správy

Úsvit: V septembri sme doplnili detské ihrisko multifunkčným fitnes zariadením, na ktoré sme získali dotáciu cez Výzvu poslancov Prešovského samosprávneho kraja. V budúcnosti plánujeme presun detského ihriska, ako aj opravu a doplnenie priestranstva pre šport a rekreáciu.

Mrzí nás, že z časových dôvodov zhotoviteľ stavby nestihol prístrešok vybudovať v jeseni. Dúfame, že prístrešok bude postavený v prvom polroku 2025.

Sever: Pokračujú práce na projekte pre vydanie územného rozhodnutia na rozšírenie výstavby rodinných domov. Je to dlhodobá záležitosť, ktorá si možno bude vyžadovať zmenu územného plánu.

V budúcom roku plánujeme na Severe úpravu detského ihriska.

Baňa: Proces výstavby cesty pod Baňou sa zdržal kvôli vyjadreniam rôznych úradov. Je vydané územné rozhodnutie a čakáme na vydanie stavebného povolenia. Veríme, že v priebehu budúceho roka sa cesta postaví.

Osada: Predaj pozemkov komplikuje vecné bremeno. V roku 2015 pri pozemkových úpravách pozemkový a lesný odbor Okresného úradu v Poprade vložil na 4 pozemky vecné bremeno - právo prechodu k stavbe. Momentálne riešime podpísanie zmlúv o zrušení vecného bremena. Kým sa nepodpíšu zmluvy s majiteľmi stavieb, nepohneme sa.

Pripravíme projektovú dokumentáciu na osvetlenie cesty do Osady. Realizáciu plánujeme na budúci rok.

Urnový háj: Obecné zastupiteľstvo schválilo nové VZN číslo 4/2024 o Prevádzkovom poriadku pohrebiska. Nájdete ho zverejnené na úradnej tabuli obce, stránke obce a tiež na oznamovacej tabuli pri Dome smútku. VZN obsahuje, okrem iného, informácie o cene, za ktorú si môžete prostredníctvom kúpnej zmluvy odkúpiť betónovú urnovú schránku (200,00 eur) a následne uzavrieť s obcou nájomnú zmluvu na hrobové miesto na 50 rokov za 50,00 eur. Na cintoríne je vybudovaných 9 urnových schránok.

Prosíme občanov, aby nezabúdali, že z dôvodu presnej evidencie zosnulých na pohrebisku, v súlade so zákonom číslo 131/2010 Z. z. o pohrebníctve, je nájomca povinný vkladanie urny do hrobového miesta nahlásiť na obecnom úrade.

Na oznamovacej tabuli pri Dome smútku a na stránke obce je kontakt na pohrebnú službu: **Pohrebné a kamenárske služby Paciga s.r.o., Partizánska 93, Poprad 058 01, telefón: 0903 596 364, 0948 110 109**

Bezbariérový prístup: Pracujeme na vydaní stavebného povolenia na výstavbu bezbariérového prístupu do Domu smútku, ktorý zrealizujeme na budúci rok.

Dopravné značenie: Je pripravený projekt pre doplnenie dopravného značenia v obci. Doplní sa zrkadlo pri výjazde zo zdravotného strediska, v časti Baňa pribudnú spomaľovače a zrkadlo, na Severe sa tiež doplní dopravné značenie. Po schválení projektu dopravným inšpektorátom projekt zrealizujeme.

Malotraktor: Dokúpili sme malotraktor s prídavnými zariadeniami na úpravu zelene, prevoz materiálu a pomoc pri údržbe verejných priestranstiev aj na Severe a Úsvite.





Úsvit



Urnový háj



Slovenská



POŠTA

Poštové stredisko vo Švábovciach je stále zatvorené. Dobrá správa je, že máme prísľub od Slovenskej pošty na znovuvytvorenia od nového roku.

Samoobslužný box

Spoločnosť Slovak Parcel Service nám situáciu zlepšila osadením samoobslužného boxu pri predajni COOP Jednota. Box je určený na vyzdvihnutie zásielky 24 hodín denne - non stop. Doba uloženia zásielky je 48 hodín. Samoobslužný box je bezkontaktnou a praktickou formou doručenia. Ako funguje samoobslužný box?

Slovak Parcel Service vám tovar, vami objednaný na internete, doručí do samoobslužného boxu. O uložení tovaru budete informovaní SMS správou. Informácie na: www.sps-sro.sk/ako-funguje-balikovo/



Začala zimná údržba

S blížiacim sa zimným obdobím prosíme všetkých obyvateľov obce Švábovce, aby zabezpečili priechodnosť miestnych komunikácií a verejných priestranstiev pre vykonávanie zimnej údržby.

Vozidlá každoročne znemožňujú odhrňanie snehu z vozoviek a z chodníkov, čo spôsobuje nepriechodnosť komunikácií a v niektorých častiach obce znemožňujú aj vývoz odpadu. Vopred ďakujeme všetkým občanom za nekomplikovaný priebeh zimnej údržby a odvoz odpadu v zimnom období.



VÝZVA pre dlžníkov

Výnosy z miestnych daní a poplatkov predstavujú dôležitý príjem obce pre jej rozvoj. Obec eviduje nedoplatky na daniach a poplatkoch, preto pristúpila k novému spôsobu vymáhania daňovou exekúciou zadržaním vodičského preukazu dlžníkovi prostredníctvom orgánu Policajného zboru. Vyzývame dlžníkov, aby si uhradili svoje nedoplatky a tak sa vyhli zbytočným ťažkostiam a komplikáciám.

Milí priatelia!

Mám pred očami stretnutie Ježiša s deťmi, ktoré sa naňho vrhli a on ich požehnával. Bez radostného kriku a smiechu sa to určite nezaobišlo (Marek 10, 13 a nasledujúce). Preto by som chcel pripomenúť jednu z hodnôt, na ktorú sa zabúda, hoci ju všetci denne potrebujeme. Je to **humor**.

Na prvý pohľad sa môže zdať, že humor a vážnosť sú na opačných póloch. Veď ako by mohla byť „sranda“ vážna? No ak sa nad tým zamyslíme, zistíme, že práve humor je často tou záchrannou sieťou, ktorá nás podporuje vo chvíľach, keď všetko ostatné zlyháva. Keď nám život pripraví ťažké skúšky, keď je okolo nás chaos a stres, práve humor nám pomáha nezbláznit' sa. Ako sa hovorí, kto sa dokáže zasmiať sám na sebe, má zaručené, že mu smiech vydrží na celý život.

Vianoce sú časom, keď sa snažíme byť lepšími, láskavejšími, pozornejšími. Ale čo keby sme sa tento rok pokúsili byť aj vtipnejšími? Nie preto, aby sme brali veci na ľahkú váhu, ale preto, aby sme si uvedomili, že aj v tých najťažších chvíľach môže byť smiech našim spojencom. Humor má totiž tú úžasnú moc, že stiera hranice medzi ľuďmi, uvoľňuje napätie a prináša nám vzácny dar, okamihy radosti.

Klasik hovorí, že humor je vážna vec. Musíme si ho chrániť a pestovať, pretože práve on nás učí tolerancii, nadhľadu a pokore. Je to univerzálny jazyk, ktorým dokážeme prekonať bariéry, rozdiely a dokonca aj konflikty. Nehovorí sa nadarmo, že úsmev je najkratšia vzdialenosť medzi dvoma ľuďmi.

A preto vás chcem povzbudiť: berte humor vážne. Smejte sa, zabávajte sa, rozveseľte seba aj svojich susedov či blízkych. Prajem nám všetkým, nech sú tieto Vianoce plné smiechu, lebo kde sa ozýva smiech, tam sa ozýva aj radosť, láska a pokoj. Usmievavý Boh nech nás požehnáva, priatelia.

Peter Randják, farár





NOVÁ ZUBNÁ AMBULANCIA

*K zubárovi už nemusíte
ísť do Popradu
- mini rozhovor
s Dr. László Krulyikom,
zubným lekárom*

Prosím, môžete sa nám predstaviť?

Mám ženu a tri deti. Sme zubárska rodina. Dcéra je zubárka v Malackách pri Bratislave, zať je tiež zubár, stredná dcéra teraz končí „zubarinu“ a mám ešte 16 ročného syna a dúfam, že aj on sa stane zubárom. Rozhodnutie nechám na ňom, nenútim ho.

Váš prízvuk prezrádza, že nie ste zo Slovenska?

Na Slovensku žijem už 12 rokov. Moja babka je z Olomouca a dedo zo Sobraniec. V Bratislave mám veľa rodiny. Pochádzam z Užhorodu a ten patril Československu. Politici zmenili hranice, ale my sme zostali Čechoslovákmi.

Švábovce, prečo práve tu?

O Švábovce som sa začal zaujímať po odchode predošlej pani doktorky Ivanidesovej. Máte vybavené zdravotné stredisko, ale chýbal v ňom zubný lekár. Po dohode s pánom starostom a po kompletnej prestavbe sme ambulanciu otvorili. Naša ambulancia je v nových, slnečných priestoroch. Je vybavená novým nábytkom, zubárskym kreslom. Používame nové technológie, materiály, lampy a všetko, čo potrebujeme pre kvalitnú prácu. Nech ľudia prídu na pohovor, na preventívnu prehliadku a uvidia aké máme priestory.

Ako sa môžu ľudia objednať?

Do Švábovíc lekár prichádza v stredu ráno o 8:30 a pracuje až dokiaľ sú zapísaní pacienti. To znamená, že pacienti sa u nás objednávajú - zavolajú na telefóne číslo 0910 265 172 a dohodnú si termín. Máme ambulancie aj v Ždiari, v Smokovci a v Poprade. Podľa potreby zoberieme pacientov v ktorakeľkoľvek z nich. V Smokovci sme v pondelok a stredu, v Ždiari v utorok a štvrtok a v Poprade pracuje MDDr. Soňa Winková každý deň od 8:00 do 16:00. Tam je aj pohotovostná ambulancia. Robíme chirurgiu, implantológiu, protetiku, protézy, mosty, opravujeme zubné kanáliky. Staráme sa o našich pacientov. A sme tu kvôli tomu, aby Švábovčania boli spokojní so starostom aj s lekárom.

Aké sú ceny?

Cena závisí od toho, čo pacient potrebuje. Každý má svoj názor na svoje zuby, ako by mali vyzerat' a koľko chce do nich investovať.

Na záver pozvanie od Dr. László Krulyika

Nech prídu ľudia a presvedčia sa o našej kvalite. Myslím, že budú prekvapení, všetko je nové.



**Fort Dental
Clinic, s. r. o.**

na objednávku
0910 265 172



**Lekáreň
OTVORENÁ**

Milí Švábovčania mnohí z vás sa potešili, že sa opätovne otvorila lekáreň v našej obci. Ale obrat lekárne po covidovom období z viacerých dôvodov klesol, naopak náklady sa zvýšili. Recepty predpísané lekármi nášho zdravotného strediska nestačia vykryť náklady lekárne. Ak chceme v našej obci lekáreň, je potrebné, aby ste si každý recept, zdravotnícky materiál či výživové doplnky vyberali v našej lekárni vo Švábovciach. Lieky si môžete objednať deň vopred. To, či lekáreň bude slúžiť nám, občanom Švábovíc, alebo sa zruší, je aj vo vašich rukách.

Vaša lekárnica Mgr. Mlynárová Oľga



ZATVORENÁ

052/38 10 112

Kultúrne akcie

Dni obce

V piatok podvečer nás zabávalo divadlo Actores z Rožňavy s netradičným predstavením pre malých aj veľkých. Sobota patrila hlavne našim hasičom a ich oslave 100. výročia DHZ. Pripravili zaujímavý program, v ktorom priblížili históriu hasenia požiarov s prepojením na súčasnosť. Na ekumenickej pobožnosti bola požehnaná nová hasičská vlajka. Oslavy storočnice boli ukončené slávnostným ocenením členov DHZ. Vyvrcholením programu bolo vystúpenie ľudového súboru Čarovné ostrohy s folklórom natvrdo.



Gruľafest

Gruľafest je vždy vydarenou akciou. Poďakovať Bohu za úrodu, stráviť príjemné chvíle pri hudobnej produkcii bratov Meliorisovcov, potešiť sa pohľadom na šikovné dievčatá, ktoré z vlastnej iniciatívy nacvičili ľudové tance, dobre sa najesť, jedným slovom, vydarená akcia.

V súťaži vo varení zemiakových jedál súťažili 4 družstvá. Družstvo DHZ Švábovce varilo Švábovskú pochúťku - zemiakovú placku s mäsom. Mladí hasiči nám varili šúľance s makom a jablkami. Družstvo s názvom Studnica varilo zemiakovú polievku. 1. miesto v súťaži získal Klub Švábovčanov, ktorý varil halušky so zemiakmi.





Posedenie seniorov

Pri príležitosti mesiaca úcty k starším sme v októbri pripravili slávnostné posedenia pre našich seniorov. V programe vystúpili deti z materských škôl a divadlo Kľud z Kladzan s kabaretným vystúpením „Laska po vichodňarski“. Jubilujúcim seniorom odovzdal starosta obce darčeky.

Úcta k človeku je veľmi dôležitá a nielen v tomto mesiaci. Je prejavom slušnosti človeka k človeku a mala by byť súčasťou každého z nás.



Knižnica

Naša obecná knižnica dostala novú tvár. Veď trochu zmeny nikdy nezaškodí. Drobnými úpravami vznikol detský kútik. Srdečne vás pozývame na návštevu našej knižnice. Nájdete tu knihy pre všetky vekové kategórie. Zápisné v knižnici na jeden rok je 1 €. Otváracia doba v knižnici je **v pondelok od 16:30 do 19:00 a v stredu od 13:00 do 15:00 hod.**

Tešíme sa na vašu návštevu.



OBEC ŠVÁBOVCE VÁS POZÝVA NA

XXI. PLES ŠVÁBOVČANOV

**25. JANUÁR 2025 o 19.00
V OBECNOM KLUBE**

**HRAJÚ MELIORISOVCI • BOHATÁ TOMBOLA
SOLUS DANCE ACADEMY • KOMPLETNÉ MENU
HOSTĽ VEČERA MARTINA COMISSO**

**PREDAJ VSTUPENIEK NA OBECNOM ÚRADE
VO ŠVÁBOVCIACH, CENA 66,00 EUR**



Mikuláš



Začiatkom decembra prichádza Mikuláš. U nás sme ho spoločne čakali 7. decembra na námestí. Deti privolali Mikuláša, ktorý prišiel v plnej paráde na konskom povoze. Program vyvrcholil slávnostným rozsvietením vianočného stromčeka. No a potom hurá na sladké balíčky.

Okrem programu sa návštevníci mohli tešiť aj na punč, varené víno, dobrý horúci čaj a kapustnicu mamky Zuzky. O rok príde Mikuláš určite znovu a možno nám okrem sladkých dobrôt prinesie aj sneh.



Zo školy



V školskom roku 2024/25 má naša škola 207 žiakov v 12 triedach a 42 detí materskej školy v dvoch triedach. Počet žiakov sa už niekoľko rokov drží nad hranicou 200 žiakov. Z celkového počtu žiakov školy 16 žiakov navštevuje školu v zahraničí. Priemerný počet žiakov v triede na 1. stupni je 16,4, na druhom stupni 17,8 žiakov.

Nižší počet žiakov v triedach, bezpečné „rodinné“ prostredie, technické vybavenie učební, stabilizovaný pedagogický kolektív, využívanie digitálnych technológií vo vyučovaní, to všetko považujeme za veľké výhody našej školy.

Spolupracujeme naďalej so Súkromnou ZUŠ Rosnička, ktorá realizuje v našej škole vyučovanie vo výtvarnom a hudobnom odbore a taktiež s Jazykovou školou Target, ktorá poskytuje prihláseným žiakom hodiny angličtiny.

Významný osobný úspech dosiahla v júni naša pani učiteľka Mgr. Lucia Čižmarová, ktorá v 2. ročníku celoslovenskej súťaže **Príklady dobrej praxe na VIKI**, ktorú vyhlasuje MŠVVaM SR, zvíťazila v II. kategórii - 1. cyklus ZŠ. Súťaž je určená všetkým pedagogickým a odborným zamestnancom škôl. Cieľom súťaže bolo spracovať najlepšie pedagogické a odborné skúsenosti na ľubovoľne zvolenú tému, ktorá nadväzuje na Inovovaný Štátny vzdelávací program (ŠVP) a jeho vzdelávacie oblasti.



Imatrikulácia prvákov

Aj tento úspech je dôkazom, že naši učitelia sa pripravujú na kurikulárnu reformu a zavedenie nového štátneho vzdelávacieho programu, ktorý bude povinný pre školy od školského roka 2026/27. Naša škola začne realizovať výchovu a vzdelávanie podľa nového štátneho vzdelávacieho programu už v školskom roku 2025/26 a dotkne sa nových prvákov. Všetky staršie ročníky dokončia vzdelanie na ZŠ podľa terajšieho vzdelávacieho programu.

Nový štátny vzdelávací program je postavený na troch vzdelávacích cykloch a päťročnom prvom stupni vzdelávania: 1. cyklus: 1. – 3. ročník, 2. cyklus: 4. – 5. ročník, 3. cyklus: 6. – 9. ročník (2. stupeň)

Nové kurikulum (obsah vzdelania) žiakom napomôže rozumieť zmyslu vzdelania pre nich samých. Aby nemali pocit, že vzdelávanie je zbytočné a nerozumejú tomu, čo a prečo sa majú učiť. Obsah vzdelávania lepšie zohľadní ich schopnosti a učebné tempo. Prostredníctvom nového kurikula dostanú žiaci obsah vzdelávania zodpovedajúci požiadavkám a výzvam 21. storočia, ktorý ich pripraví na ďalšie štúdium, na budúci osobný aj pracovný život. Osvoja si nielen rozmanité poznatky, ale aj stratégie pre efektívne učenie sa. Vďaka prepojeniu obsahu vzdelávania s reálnymi životnými situáciami a rozvoju komplexných spôsobilostí

namiesto memorovania budú žiaci lepšie rozumieť zmyslu školského učenia a zvýši sa ich motivácia. Na základe rešpektovania ich jedinečnosti, osobného tempa a záujmov, a teda väčšej personalizácie vzdelávania sa zvýši aj ich vnútorná motivácia a pocit šťastia v škole.

Viac informácií o kurikulárnej reforme a odpovede na otázky, ktoré zaujímajú rodičov sa môžete dozvedieť na stránke: vzdelavanie21.sk

V škole už pred zavedením kurikulárnej reformy často využívame formy zážitkového učenia, ktoré sú efektívnejšie a pre žiakov zaujímavejšie. Príkladom je Týždeň zdravej výživy, Deň logiky, Deň prvej pomoci, Prírodovedné hry, nová súťaž Pišqworky, aktivity k rôznym dňom, exkurzie a besedy. Za predpokladu dostatočného záujmu zo strany rodičov a žiakov plánujeme organizovať v tomto školskom roku lyžiarsky výcvik a školu v prírode.

Žiakov zapájame od začiatku roka do vedomostných, záujmových a športových súťaží, čím rozvíjame ich vedomostný, umelecký aj pohybový potenciál.

Aj v tomto školskom roku využívame pri učení v škole aj doma vzdelávací portál SmartBooks, vďaka ktorému rodič po svojom zaregistrovaní získa prehľad o tom, koľko času venovalo jeho dieťa príprave na vyučovanie a ako zvládlo učebnú látku.

Parlamentom schválená novela školského zákona prinesie reguláciu používania mobilných telefónov v škole od 1. januára 2025. Nové pravidlá budú zahrnuté do školského poriadku a rodičia budú s nimi oboznámení prostredníctvom webového sídla školy.



Mgr. Lucia Čižmarová.



Prírodovedné hry



Exkurzia v Podtatranskom múzeu



Škola sa zapája do rôznych projektov. Úspešná bola v projekte DigiEdu, ktorý prinesie škole nové vybavenie IKT.

V marci 2025 pripravujeme náš tradičný Deň otvorených dverí. Už teraz naň pozývame všetkých rodičov, ktorí sa rozhodujú, kam zapísať do školy svoje dieťa. Či už do 1. ročníka, do 5. ročníka alebo uvažujú o zmene školy v ktoromkoľvek ročníku. Šťastné a veselé Vianoce rodičom a všetkým Švábovcam želá kolektív zamestnancov ZŠ s MŠ Švábovce.

Mgr. Vladimír Dravecký, riaditeľ školy

Klub Švábovčanov



Na prvých stretnutiach klubu sme plánovali aktivity a výlety na rok 2024. Jeden z nich sa uskutočnil v zime na Hrebienku, s prehliadkou Ľadového domu. Potom výlet na Červený kláštor; prehliadka Červeného kláštora, splav Dunajca na pltiach, skanzen pod Ľubovnianskym hradom. V októbri sme navštívili Oravský hrad a skanzen Kysuckej dediny vo Vychylovke, ako aj prehliadku Terchovej na vláčiku so sprievodcom. V decembri sme navštívili vianočné trhy v Zakopanom.

Medzi výletmi naše stretnutia pokračovali pri čaji, káve a rôznych kreatívnych činnostiach, napríklad pri háčkovaní chobotničiek. Naše aktivity sme obohatili o veselé stretnutie pri bowlingu. Aktívne sme sa zapojili pri organizovaní obecných akcií.

Blížia sa Vianoce a záver roka. Prajeme všetkým šťastné a spokojné vianočné sviatky. Tešíme sa, že sa stretneme v novom roku v zdraví a v pohode.

Viera Gavalierová, predsedníčka klubu



Halušky so zemiakmi (oklačkané)

1. miesto v súťaži získal Klub Švábovčanov, ktorý varil halušky so zemiakmi. Keďže nám všetkým veľmi chutili, tu je recept.

Cesto:	Ešte si pripravíme:
1 kg zemiakov	2,5 kg zemiakov
½ kg hrubej múky	100 g masla
300g polohrubej múky	300 g slaniny
1 vajce, soľ	½ l mlieka, soľ



Zemiaky nastrúhame na jemnom strúhadle, pridáme múku, soľ, vajce, vypracujeme cesto. Cez *haluškáreň* zavaríme v slanej vode. Ocedíme a omastíme vypraženou slaninou.

Súčasne si pripravíme 2,5 kg zemiakov, 100 g masla, 300 g slaniny, ½ l mlieka, soľ.

Zemiaky uvaríme, scedíme a pridáme maslo. Roztlačíme, aby boli hladké (nie s hručkami), pridáme prevarené mlieko a rozšľaháme aby boli riedke. Omastené halušky spojíme so zemiakmi. Nakoniec pridáme pažitku.

Dobrá chuť



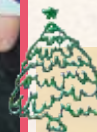
Švábovčania v Bruseli

Na pozvanie europoslankyne Judity Laššákovej sa Švábovčania zúčastnili zájazdu do Európskeho parlamentu v Bruseli. Navštívili všetky hlavné kultúrne pamiatky, dokonca sa zúčastnili parlamentnej schôdze. Videli a počuli europoslancov, porovnali zasadnutie Európskeho parlamentu so zasadnutiami nášho parlamentu a skonštatovali, že je to obdobné ako v Slovenskom parlamente.

Europoslankyni Judite Laššákovej odovzdali upomienkové predmety a knihu o Švábovciach, z ktorej bola veľmi potešená.

Vzácné bolo aj stretnutie s našou občiankou pani Beátou Zombekovou, pracovníčkou Generálneho sekretariátu Rady Európskej únie, vedúcou oddelenia ľudských zdrojov pre výber úradníkov.

Návšteva Európskeho parlamentu a osobné rozhovory s pracovníkmi v EU boli pre našich občanov jedinečnou príležitosťou.



Seniori, zbystríte pozornosť!

V septembri, na prednáške, ktorú organizoval Policajný zbor SR, boli seniiori poučení ako sa nestáť obeťmi rôznych zlodejov a podvodníkov. Kapitánka Mária Holotňáková uvádzala konkrétne prípady z praxe a dala seniorom návod na ostražitosť:

Desatoro bezpečného seniora

1. Nenaletím na „výhodný“ nákup.
2. Nedám peniaze do rúk cudzím ľuďom.
3. Nenechám sa oklamať pod zámienkou problémov mojich blízkych.
4. Nepustím do domu cudzieho človeka, aby ma okradol.
5. Neukážem skrýš na peniaze cudziemu človeku.
6. Nenaletím falošným policajtom a iným úradníkom.
7. Nedám sa oklamať falošnými kamarátmi mojich vnúčat.
8. Nenaletím na falošné zdravotné problémy cudzích ľudí.
9. Nerozmieňam peniaze cudzím ľuďom.
10. Nenastupujem k cudzím do auta.

Zdravie v potravinách

Správna strava je základom dobrého zdravia, slúži na prevenciu chorôb a zvyšuje imunitu. Zlepšuje hojenie, priebeh choroby a podporuje dobrú náladu. Najvhodnejšia strava pozostáva z ovocia, zeleniny, obilnín, strukovín a orechov. Každý deň robíme rozhodnutia, čo zjeme, preto je dobré poznať, aký benefit z jedla máme.



Banány obsahujú pyridoxín (vitamín B6), ktorý pomáha správne fungovať nervovému systému a psychiky. Pôsobí proti krčom. Je dôležitý pre tvorbu energie a znižuje vyčerpanie a únavu.

Nezrelé banány obsahujú dostatok škrobu, ktorý sa pri dozrievaní mení na sacharózu, glukózu a fruktózu, čo zabezpečí sladkosť zrelých banánov a dodá rýchlo potrebnú energiu. V banáne je malé množstvo serotonínu - hormónu šťastia. Minerál draslík je potrebný pre správnu funkciu srdcového svalu, pri hypertenzii a chorobách srdca. Banány sú bohaté na vlákninu a výborné pri hnačkách /v kombinácii s jablkami/, pretože podporujú tvorbu prospešných baktérií v črevách a pohlcujú toxíny. Obsahujú tiež horčík, železo, vitamín C, vitamín E a kyselinu listovú.

Kapusta sa dlho považovala za potravinu chudobných, no výskumom bol objavený jej obrovský protirakovinový účinok. Je vhodnou potravinou pre ľudí s ochoreniami srdca



a s nadváhou pre jej nízku kalorickú hodnotu. Kapusta má mierny močopudný účinok, preto pomáha pri opuchoch dolných končatín. Surová kapusta obsahuje vitamín U, ktorý chráni sliznicu žalúdka pred vredmi. Obsahuje kyselinu listovú, vápnik potrebný pri osteoporóze, ktorý sa lepšie vstrebáva ako vápnik z mlieka. Obsahuje fosfor potrebný pre zdravé kosti a železo pôsobiace proti chudokrvnosti a únave. Horčík obsiahnutý v kapuste je potrebný pre kostrové svaly a srdcový sval, síra a sírne látky pôsobia ako mierne antibiotiká a udržiavajú správnu bakteriálnu flóru v črevách. Pitie šťavy z kapusty, 100 ml denne, je dobré pri chronickej zápche a odstraňuje črevné parazity. Kapusta má vitamíny A, C, E s antioxidačným účinkom.



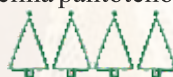
Jablká obsahujú vitamín C, ktorý pomáha chrániť naše bunky, zvyšuje obranyschopnosť organizmu pri infekciách, pri chorobách, strese, únave, pri fyzickom a psychickom preťažení. Obsahujú flavonoid kvercetin, ktorý má protizápalové a anti-oxidačné účinky. Môže pomáhať pri ochoreniach spojených s akútnym a chronickým zápalom a chrániť pred vírusmi. Pektín v jablkách je nerozpustná vláknina, ktorá v čreve zachytáva vodu, odpadové látky a toxíny, ktoré vylučíme stolicou. Absorbujú žľožové soli v črevách, čím zníži hladinu cholesterolu. Upravuje stav pri hnačke a aj pri zápche. Jablká zlepšujú stav pri ekzémoch aj pri alergiách. Sú mierne zásadité, čo môže uľahčiť vylučovanie kyseliny močovej pri dne. Jablko obsahuje taníny, ktoré majú protizápalové účinky najmä pre črevo.



Fazuľa obsahuje proteíny, zložité cukry, vlákninu, vitamín B1, B2, B6, niacín, kyselinu listovú, vitamín E, vápnik, fosfor, horčík, železo, draslík a zinok.



Jedením fazule predchádzame rakovine hrubého čreva. Pomáha pri zápche a tiež znižuje hladinu cholesterolu. Obsahuje železo, vhodné pri anémii (pre lepšie vstrebávanie železa treba pridať pár kvapiek citrónu). Niacín je dôležitý pre nervový, obehový a tráviaci systém. Kyselina pantoténová podporuje hojenie pokožky.



Vlašské orechy obsahujú veľa proteínov, vlákninu, zdravé tuky, vitamíny skupiny B, kyselinu listovú, vitamín E, vápnik, fosfor, horčík, železo, draslík a zinok. Tuky sú zlúčeniny glycerolu a vyšších mastných kyselín. Sú základnou zložkou bunkovej štruktúry a tvoria najdôležitejšiu energetickú zásobu tela. Chránia telo pred stratou tepla a vnútorné orgány pred mechanickým poškodením. Nenasýtené mastné kyseliny obsiahnuté v orechoch (kyselina linolová a kyselina linolénová) spomaľujú usadzovanie cholesterolu na stenách artérií, znižujú hladinu cholesterolu, brzdia zápalové reakcie a zabráňujú vzniku zrazenín v cievach. Orechy zlepšujú duševnú výkonnosť, pamäť a myslenie, preto by sme mali každý deň zjesť za hrst orechov.



Niektoré potraviny môžu byť pre nás liekom pre ich liečivý účinok, no nikdy nesmú nahrádzať lieky predpísané lekárom. Pri konzumácii jedla by sme nikdy nemali zabúdať na striedmosť.

Mgr. Mlynárová Oľga.

Dievčatá a ľudovky

Prekvapením Gruľafestu bolo vystúpenie mladých dievčat, ktoré sami nacvičili program, trošku som ich vyspovedala.

Kto mal ten nápad tancovať ľudovky?

Dievčatá: Vznikli sme 16. augusta 2024. Katkin nápad bol, aby sme si nacvičili nejaké ľudové tance a opýtali sa tety Čížikovej, či nám dovolí vystupovať pri najbližšej príležitosti a to bol Gruľafest.

Obdarovali ste niektorých ručne maľovanými obrazmi, to ste maľovali sami?

Dievčatá: Ďakovné a tombolové obrázky boli maľované iba pre túto príležitosť. Maľovala ich Katka, Terča a Tanča. My sme za odmenu po vystúpení dostali ručne maľované kamienky pre šťastie od Ľubky T.

Kto vás trénuje?

Dievčatá: Katka chodí do súboru Venček už 10. rok a tak nás učí ona. Ľudovky nás veľmi bavia, ale iba v Katkinom podaní. Ona to vie vysvetliť tak, aby sme si to zapamätali, ukáže nám kroky a dá aj radu, pomôcku na zapamätanie krokov.

Katka: My to máme na Venčeku ťažšie. Snažím sa im to zľahčiť natoľko, aby to zvládli rýchlejšie, detaily sa dopracujú. Máme aj iné krúžky, preto nemáme na tanec toľko času.

Dievčatá: Texty na pesničky si tiež prispôbujeme, napr. namiesto Kluknavské pole sme dali Švábovské pole.

Kde trénujete, máte priestor na tréningy?

Dievčatá: Cez prázdniny sme trénovali každý deň vonku na tribúne. V zime trénujeme v škole. Ale cez víkendy, kedy máme čas na tréning, priestor nemáme.



Katka: Chcem sa poďakovať dievčatám, čo sa týka učenia, sú veľmi rýchle. Niekedy ma nahnevajú, lebo vystráajú pri tréningu, ale sú super.

Dievčatá: Katka srandu zakázala. Pri tréningu bolo veľa smiechu, a tak sa trénovať nedá. Keď sme sa smiali, nešli nám ani základné kroky. Katka nás skúša, kroky, aj pesničky. Tréning berieme vážne.

Váš prvý potlesk?

Dievčatá: Cez prázdniny, keď sme trénovali na tribúne, bol našim prvým tleskajúcim divákom ujo, ktorý býva v oranžovo-žltom dome. Potom pribehli aj rodičia s deťmi z detského ihriska, a tak sme tancovali aj pre nich. Deti sa k nám pridali a my sme ich učili karičku, kolo, kolo mlynské. Potom sme sa s detičkami zo škôlky stretávali každý deň o štvrtj.

Aké sú vaše ďalšie plány?

Katka: Nový tanec, je to párový tanec, ktorý ešte všetky dievčatá nevideli. Bude tam aj karička, ale musíme sa ju naučiť všetci. Chceme vystupovať na všetkých obecných akciách. Ak je príležitosť ísť na pódium, tak ju využijeme. Uvažujeme aj o tanečnej škôlke pre najmenšie deti. Chlapci a dievčatá, tretiaci, štvrtáci sú šikovní a radi by sme ich tiež cvičili.

Dievčatá: Rozšíriť našu skupinu bude fajn, ale základ je základ.

Základ: Trénerka Katka, Ad'ka, Lucka, Tanča, Janka, Paťka, Maťka, Terča, Sarah, Viky. Sme 3 deviatačky, 1 ôsmačka, 3 siedmačky, 3 šiestačky.



Na našich akciách vás vidím plieskať bičom. Ako to začalo?

Táňa: Ľudová téma sa v nás prebudila práve cez to plieskanie. Boli sme na rodinnej oslave a Foťo je v skupine Liptovských zbojníkov, čo chodia robiť na svadby prepady. Hovoril nám, že plieskať bičom nezvládneme. Keď chytila bič Mery, hneď na prvýkrát to plesklo. Všetci sme to dali na prvýkrát. Potom sme dostali biče na narodeniny a chodili sme plieskať na dedinu. Po dedine sa to tak rozšírilo, že každý z našich známych chcel bič. Ale

problémom je miesto, kde môžeme plieskať. Vhodným miestom je dolina, kde sa od kopcov odrazí zvuk a my počujeme, ako silno sme pleskli. Väčšina z našej partie už bič má. V plieskaní bičom je súťaž vo Východnej s názvom Tristo hrmených.

Dievčatá: Každá z nás má aspoň 5 krúžkov, do ktorých chodíme. V pondelok rovesnícky, spevák, v utorok šikovné ruky, tvorivé dielne, výtvarná, v stredu tanečný, hasičák, target, vo štvrtok kone, v piatok spevácky, športový, futbal, Venček a školský časopis.

Čo je rovesnícky krúžok?

Dievčatá: Sme partia, z každej triedy niekto. Základným pravidlom našej partie je: ak tam chceš byť, nemôžeš fajčiť a piť. Nie je to zložité pravidlo. Robíme prednášky pre žiakov k medzinárodným dňom. Pri príležitosti Dňa zeme, zdravej výživy, športu, boja proti tabaku, pripravíme relácie do rozhlasu a prednášky pre malé deti. Teraz bol Deň zdravej výživy, a tak sme zorganizovali pre polovicu školy program. Zapojila sa aj škôlka. Pripravujeme Vianočnú poštu, Valentínsku poštu, Veľkonočnú poštu, piesne na želanie a školský časopis.

Dievčatá, nech váš záujem o ľudový tanec vydrží čo najdlhšie. Prajeme vám, aby ste mali veľa príležitostí ísť na pódium a vždy počuli nadšený potlesk.

S dievčatami sa rozprávala Vyšňová



Miestne názvy



8 - Do dvora, 9 - Winterovec, 10 - Sad

Všetky tri názvy sa spájajú so šľachtickou usadlosťou vo Švábovcich. Tá sa skladala z troch majerov: Horný majer (terajší názov Do dvora), Dolný majer na konci dediny (už popisovaný Nižný dvor) a tretí majer sa nachádzal v intraviláne vtedajšej obce. História švábovskej šľachtickej usadlosti je spracovaná v knihe *Archeologický výskum na stredovekej lokalite vo Švábovcich v polohe Sad*. Publikácia pre prípadných záujemcov sa nachádza v obecnej knižnici, kde si ju môžu požičať.



Skutočnosti súvisiace so šľachtickou usadlosťou, ktoré nie sú uvedené v publikácii

Do dvora: Kuriálny majetok s príslušenstvom objektami na hornom konci dediny. Stál a aj dnes stojí na vyvýšenom mieste západne od kostola Krista Kráľa. V pozemkovej knihe z roku 1858 je vedený ako Dvor so záhradou. V podstate to bola hospodárska usadlosť s priestraným dvorom uprostred, postavená v tvare obdĺžnika. Cesta doň viedla vľavo okolo kostola hore kopcom priamo na rozľahlý dvor, čiže Do dvora. Chod dvora zabezpečoval správca dvora, *dvorský*. Prídomok *dvorský* sa v obci dodnes používa pri jednej z vetiev priezviska Korenko.

Winterovec: Dominantná hospodárska budova vo Dvore postavená z kameňa v rozmedzí rokov 1805 - 1898, kedy vlastnila usadlosť rodina Winter (podľa Michala Bobovského Winterovci boli vlastními niektorých pozemkov vo Švábovcich už na začiatku 19. storočia od roku 1805). Slúžila na uskladňovanie poľnohospodárskych produktov takmer do konca minulého tisícročia. Dnes je táto budova z vonku ošarpaná, ale vnútri prevádzkyschopná.

Trochu vpravo pred *Winterovcom* stál panský dom. Situovaný bol južným smerom ku kostolu Krista Kráľa. Podľa žijúcich pamätníkov stál ešte začiatkom 50-tych rokov. Vpredu bola priestranná drevená veranda pozdĺž celého domu. Pri sčítaní ľudu v roku 1938 mal číslo 2 a býval v ňom Ján Hanečák spolu s manželkou Máriou, ich šiestimi deťmi a Ján Korenko. Dnes nie je po tejto budove žiadna viditeľná stopa.

Sad: Lokalita nachádzajúca sa južne od ešte dnes stojacej podlhovastej budovy pre služobníctvo medzi terajšou požiarňou zbrojnicou, záhradami rodinných domov na *Hrackej* a súčasným Poľnohospodárskym družstvom. Od nepamäti bola využívaná na obživu jej majiteľmi a po zrušení poddanstva obyvateľmi obce. Sad sa skladal z dvoch častí, menšej ovocnej záhrady (bližšie k pozemku súčasného PD) a väčšej zeleninovej záhrady (bližšie k súčasnej požiarnej zbrojnici). Pomenovanie je podľa väčšej zeleninovej časti, kde sa **sadilo** ešte aj v prvej dekáde 21. storočia. V roku 2020 bola v tejto lokalite povolená výstavba rodinných domov, čím jej dlhotrvajúce poľnohospodárske využitie zaniklo.



Názvy polôh súvisiacich s pánskou kúriou

Za hmeľník: V spomínanej publikácii sa uvádza, že Horný majer si vlastníci 6.2.1681 rozdelili na dve rovnaké časti, jedna na strane ovocného sadu, druhá na strane ľadovne a chmeľnice. Kde sa presne chmeľnica nachádzala, zatiaľ nevieme, ale je predpoklad, že bola buď v oblasti medzi *Winterovcom* a rodinným domom číslo 79 alebo, a to je pravdepodobnejšie, v polohe *Burdel'*, za ktorým sa nachádza poloha *Za hmeľník*. Dnes tam stoja rodinné domy číslo 5 až 7.

Nad staru šmikňu: Podľa Tomáša Januru, autora historickej časti Švábovskej kúrie, patrila k majetku kúrie v roku 1693 prícestný hostinec. Ten istý hostinec sa spomína aj pri inventarizácii majetku v roku 1797. Stál pri krajinskej ceste mimo dediny. Vedľa neho sa nachádzal kamenno-hlinený dom kolára a za hostincom panská kováčska dielňa, v švábovskom nárečí *šmikňa*. Hostinec je zakreslený aj na mape Švábovci z 1. vojenského mapovania 1764 - 1787. Musel stáť v mieste, kde dnes stojí rodinný dom číslo 55 alebo v blízkom okolí pri súčasnej ceste I. triedy spájajúcej Poprad s Levočou/SNV. Južne od rodinného domu číslo 55, v intraviláne obce, nad súčasnou cestou I. triedy sa nachádza dnes mnohým neznáma lokalita *Nad staru šmikňu*. Zobrazená je na mape z roku 1868.



List z roku 1762 podaný na poštovej stanici vo Švábovcich.

Pošta: Hlavná poštová linka z Bratislavy do Košíc prechádzala cez Švábovce, kde mala do roku 1764 sídlo aj jedna z poštových staníc. Je možné, že sídlila v spomínanom prícestnom hostinci. Neskôr bola poštová stanica presťahovaná na *Hurku*, dnes *Hôrka*, časť obce *Hôrka*.

Pavol Rusnačko - Čiro

Obecná kronika

Manželstvo uzavreli:

jún 🍷 Adam Čonka
august 🍷 Mgr. Martina Habiňáková
🍷 Roland Žiga
🍷 Monika Lipovská
🍷 Katarína Orolinová
október 🍷 Laura Ilavská

Blahoželáme

Životné jubileá oslávili:

80 rokov 🍷 Matilda Korenková
🍷 Helena Slavkovská
🍷 Gizela Mlynárová
85 rokov 🍷 Ján Pavličko
🍷 Anna Kleinová

Blahoželáme

Narodili sa:

máj 🍷 Džastin Mižigár
🍷 Diana Raďáková
júl 🍷 Antónia Janíková
august 🍷 Rebeka Gabčová
🍷 Loren Čonková
september 🍷 Meryem Mišalková
🍷 Patrik Pecha
🍷 Sebastián Ťažej
🍷 Ján Žiga

Vitajte medzi nami

Na poslednú cestu sme vyprevadili:

august † František Pavličko
september † Pavol Korenko
† Vladimír Klein
november † Stanislav Korenko
† Rudolf Kaločaj
† Božena Šimková

**Pozostalým vyslovujeme
úprimnú sústrasť**



Štatistika obyvateľov Šváboviec za druhý polrok 2024

	Obec	Baňa	Rómska osada	Úsvit	Sever	Švábovce spolu
Počet obyvateľov k 21.06.2024	763	360	320	92	126	1661
Prihlásenie na trvalý pobyt	4	7	0	0	3	14
Odhlásenie z trvalého pobytu	1	9	3	0	0	13
Narodenie	0	4	4	1	0	9
Úmrtie	5	1	0	0	0	6
Manželstvo uzavreli	3	1	1	0	1	6
Počet obyvateľov k 16.12.2024	761	361	321	93	129	1665

Švábovčana pre vás pripravila, vytlačila a finančne zabezpečila Obec Švábovce. Ďakujeme všetkým spoluobčanom, ktorí nám pomohli pri tvorbe Švábovčana. Svoje pripomienky a nápady môžete písať na e-mail: obec.svabovce@gmail.com. Prispejete tak do ďalšieho čísla, ktoré vyjde v júni 2025. za prípadné nejasnosti alebo chyby sa ospravedľujeme.