



CINOBAŇA

Cinobanský občasník

ROČNÍK II.

JANUÁR 2006

ČÍSLO: 1

CENA: 0.-Sk

CINOBAŇA



ÚVODNÍK

Nech sa starosť všetka zruší a nech vládne pokoj v duši.

Čo bolelo nech sa zhojí, čo tešilo nech sa zdvojí.

Aby boli v novom roku iba slzy šťastia v oku.

Vážení občania

Rok sa opäť minul a všetci sme opäť starší a zvedaví, čo prinesie nový rok. Všetko, celé dianie na tejto Zemi je vždy o ľuďoch. Tak ako sa správame, uctievame, tvoríme, tak sa nám to vracia späť v dobrom i v zlom. Aj naše prostredie, naša dedinka a ľudia sme takí, ako si zaslúžime. Naše konanie, náš vzťah a prístup navzájom k sebe a veciam ukazuje výsledok, či sa nám darí, či sme tvoriví, morálne vyspelí, ale predovšetkým, či sme ľudia.

Ja by som chcela zaželať svojim občanom, aby sme dobre videli, cítili a počuli to, čo je dobré. Aby sme tvorili pre krásu a úžitok, a zároveň v zdraví vychutnávali život.

Nech v rodinách a všade má otvorené dvere láska, porozumenie, úcta a tvorivosť.

Ing. Mária Švikruhová
Starostka obce Cinobaňa

*Ohla Nový rok, ten čas čakanej,
už zasa k nám zavítal,
a každý z nás, kto je zdravý,
aj v novej nádeji vstal.
By ste v takej dobrej mysli
každučký deň vstávali,
a hoc by aj dač zlé prišlo,
to s Bohom premôcť znali,
to vám srdečne viňšujeme,
na deň roku nového,
prosiac si o ďalšiu lásku
vášho srdca dobrého.*

Redakčná rada

POLOVNÍCI OBCE CINOBAŇA

usporiadajú

18. februára 2006 /sobota/

POLOVNÍCKY FAŠIANGOVÝ BÁL

v kultúrnom dome v Cinobani

Program:

Slavnosťné otvorenie s pipľkan o 19:00 hod.
Program
Podávanie večere
Zrebovanie tamboly

DO TANCA HRÁ SKUPINA : INPULZ

Na Vašu účasť a stretnutie s Vami sa tešia organizátori.

TURISTICKÁ POZVÁNKA

**KST JAVOR DIVÍN VÁS POZÝVA NA
28. ZIMNÝ VÝSTUP NA STRIEBORNŮ.
VÝSTUP SA KONÁ 18. FEBRUÁRA ZA
KAŽDÉHO POGASIA.
ZRAZ ÚČASTNÍKOV JE NA VRCHOLE
O 10.00 HODINE.**

**VÍTANÍ SÚ VŠETCI MILOVNÍCI PRÍRODY
ORGANIZOVANÍ I NEORGANIZOVANÍ.**

BLIŽŠIE INFORMÁCIE: 0907.351.281

PRISPEJTE AJ VY K SKVALITNENIU OBSAHU VAŠICH NOVÍN

Pohľad do minulosti obce

V 17. storočí došlo v Uhorsku, v tomto mnohonárodnostnom štáte, k určitým úľavám. V roku 1608 bol prijatý prvý národnostný zákon v Uhorsku. Napríklad zápisy v cirkevných matrikách sa mohli od roku 1730 písať v slovenských obciach po slovensky.

V cirkevných matrikách sa nepísali len krsty narodených detí, sobáše a úmrtia obyvateľov obce, ale aj mnohé „matrične overené“ dôležité zápisy, týkajúce sa hospodárskeho života obce, napr. rôzne dohody o majetkových sporoch a pod. Zápisy mali právny charakter. Pri zápisoch okrem predstaviteľov cirkvi, ktorí vykonávali zápis (farár), boli prítomní aj predstavitelia obce, prisázní, svedkovia a stránky. Napriek tomu, že mnohí nevedeli písať, potvrdili účasť krížikom a ostatní podpismi.

V roku 1828 bolo v obci Cinobaňa už 91 domov a okolo 600 obyvateľov. Chatrné chalúčky s malými miestnosťami a okienkami, postavené najčastejšie z dreva boli pravdepodobne postavené tam, kde je teraz jadro obce.

Richtári v obci mali už väčšie právomoci a mnohí z nich už vedeli aj písať a čítať. Prispela k tomu aj cirkevná škola zriadená evanjelickým cirkevným zborom (pravdepodobne v 17. storočí). V cirkevnej matrike v Lovinobani je zápis z r. 1784, že pre ľudovú školu postavili (zriadili) lepšiu miestnosť a Cinobaňa určite v tomto nezaostala. Zo začiatku chodili žiaci do jednej triedy 3 - 4 „zimy“, začiatkom 20. storočia už 6 „zim“ a do dvoch tried. Učitelia: Pavol Styk a Pavol Urbančok.

V rokoch 1883 - 1886 zriadil štát v mestách a vo väčších obciach obvodné notárske úrady. Notári museli mať vzdelanie, kurzy a do funkcie boli menovaní úradmi. Ako štátni úradníci, viedli agendu obce, vyhotovovali zmluvy, viedli štátne matriky, zúčastňovali sa obecných schôdzí, na ktorých mali právo „veta“ (keď boli porušené zákony). Obvodný notársky úrad zriadili v Cinobani v roku 1886. Patrili doň obce: Cinobaňa, Turičky a Mládzo.

Okrem obvodných notárov boli v okresných mestách aj verejní notári. Ich úlohou bolo pôsobiť ako pomocné súdne orgány v dedičských, sirotských záležitostiach, pri overovaní listín a pod. Sídlo verejného notára pre Cinobaňu bolo v Lučenci.

Zdroj: Pavel ČOMAJ,
Cinobaňa - Pohľad do minulosti
obce, 1279-1918 (štúdie), Cinobaňa 2001

Pokračovanie v budúcom čísle.

Miestna knižnica v Cinobani dáva váženým
čitateľom na vedomie otváracie hodiny:

Utorok 13.00 - 17.00

Piatok 13.00 - 17.00

Žiadame čitateľov o vrátenie vypožičaných
knižných titulov z minulých kalendárnych
rokov.

Obecný Úrad INFORMUJE

Daň z nehnuteľností sa v roku 2006 platí do 31.05.2006. po tomto termíne Vám bude vyčíslený sankčný úrok z omeškania.

POZOR - nahlásili ste zmeny do 31.januára 2006?!

- Ak ste kúpili, predali, alebo darovali nehnuteľnosť.
- Ak ste sa presťahovali na inú adresu.
- Zaplatili ste daň za psa?
- Nezabudli ste doniesť potvrdenie potrebné k priznaniu úľavy za komunálne odpady. Napr. pracujete v zahraničí, navštevujete školu (pobyt na internáte), alebo sa zdržiavate z akéhokoľvek dôvodu mimo trvalého bydliska.

Poplatok za odvoz komunálneho odpadu na osobu
a rok je 120,- Sk.

Občania, ktorí neseparovali odpad budú platiť
o 30,- Sk na osobu a rok viac!

PLÁN ZASADNUTÍ OBEČNÉHO ZASTUPITEĽSTVA NA ROK 2006:

27. február	2006
24. apríl	2006
26. jún	2006
11. september	2006
6. november	2006

Schválený rozpočet obce na rok 2006 a všeobecne záväzné nariadenie obce o miestnych daniach a komunálnom odpade sú vyvesené na informačnej tabuli na Obecnom úrade a sú sprístupnené všetkým občanom k nahliadnutiu.

Zber plastov sa v našej obci uskutoční **7. februára 2006** t.j. v utorok.

Vrecia treba naplniť úplne !!! Poloprázdne vrecia nebudú vyvezené. Zatvorené vrecia uložiť na viditeľné miesto.

Informácie o produkcii odpadu za rok 2005

V roku 2005 sme v našej obci vyprodukovali **985,35 ton** komunálneho odpadu. Z toho sme **322,25 ton** uložili na skládku a **663,10 ton** vytriedili a odovzdali na zhodnotenie.

Jednotlivé zložky komunálneho odpadu, ktorý sme vytriedili :

➤ Biologicky rozložiteľný odpad	73,6 ton
➤ Papier a lepenka	124,67 ton
➤ Sklo	21,9 ton
➤ Kovy	427,0 ton
➤ Plasty	4,92 ton
➤ Textil	1,92 ton
➤ Elektr. a elektronické zariadenia	1,28 ton
➤ Tetrapakové obaly	0,1 ton
➤ Pneumatiky	0,68 ton

Nebezpečný odpad:

➤ Chladničky	0,36 ton
➤ Obrazovky, televízory	2,28 ton
➤ Akumulátory z áut	4,05 ton
➤ Žiarivky, výbojky	0,3 ton

Za odvoz a zneškodnenie odpadov na skládku v Brezničke obec uhradila za rok 2005 spolu **646 362,70,- Sk. Keby sme netriedili odpady táto suma by bola trojnásobná!**

V roku 2005 sme spolu všetci občania uhradili na poplatkoch za odpady **308 920,- Sk. Táto suma ani z polovice nepokrýva náklady obce s odpadmi.**

Anna Kiapešová – referent pre investičnú výstavbu a živ. prostredie

Ohliadnutie sa za uplynulým mesiacom

Decembrové akcie organizované v Kultúrnom dome

MIKULÁŠKA DISCO ZÁBAVA



V sobotu 3. decembra 2005 o 14.00 hodine rozprúdili prvé tóny hudby disco zábavu pre deti. Mikuláš bol v ten deň zaneprázdnený, ale poslal za seba náhradu – Čerta. Ten deti trochu postrašil, ale hlavne rozveselil a roztancoval.

Deti si svoje sily zmerali v súťažiach o ceny. Pri disco zábave plynul čas akosi rýchlejšie, ani sa nikomu nechcelo domov.

Organizátor akcie – miestny kultúrny dom ďakuje sponzorom – manželom Gajdošovým, Podmanickým a pánu Uhrínovi z Poltára, ktorí akciu podporili a pomohli vyčariť úsmev na tvárach detí.

-rr-so-

DVA DNI PRED VIANOCAMI.

V domácnostiach finišovali prípravy na najkrajšie sviatky v roku. V kultúrnom dome v Cinobani sa schádzajú občania Cinobane a častí Turičky a Katarínskej Huty. Na pódiu svietí stromček a na samom kraji pódia sú naskladané balíčky zabalené v rôznofarebnom vianočnom papieri. Zišli sa tu malí i väčší. V rukách držia pozvánky...

Spoločenské centrum 3P, ktoré vedie Ing. Pavol Šinko úzko spolupracuje s mladými ľuďmi, ktorí sú zoskupení okolo Michala Marka z Cinobane. Už druhý rok sa im podarilo cez BJB – Bratskú jednotu Baptistov – zorganizovať toto krásne podujatie. Je to vlastne taká medzištátna spolupráca. Rodiny v Nemecku nakúpili a krásne zabalili vianočné darčeky pre deti zo sociálne slabších rodín u nás na Slovensku. Na balíčkoch bola starostlivo označená veková kategória a to, či je obsah balíčka určený pre dievča alebo pre chlapca.

Po krátkom programe, v ktorom vystúpili mladí ľudia pod vedením Jozefa Demjana, nastala tá dlho očakávaná chvíľa.

VINŠUJEME VÁM ...



Vyzdobené priestory kultúrneho domu v Cinobani víтали popoludní v tretiu adventnú nedeľu 11. decembra 2005 prvých divákov na Vianočnom programe - Vinšujeme Vám ...

Vianočná výzdoba, koledy, stromček, naladili divákov na tú pravú vianočnú atmosféru. Program trval asi dve hodiny. Najprv vystúpili najmenšie deti zo súboru Cinobanček z materskej školy pod vedením Zuzany Hadbavnej. Potom ich na pódium vystriedali žiaci zo ZŠ s programom, ktorý pripravili s pani vychovávateľkou Vierou Deákovou a pani učiteľkou Máriou Šlichtovou. So svojim srdečným programom prispeli aj mladí ľudia zo združenia JPK pod vedení Jozefa Demjana. Ako hosť sa v programe predstavil a svojim profesionálnym vystúpením nadchol všetkých v hľadisku Dedinský folklórny súbor z Málinca. Svoj veselý program plný piesní, tancov a humorného slova ukončil Betlehemcami aj s Kubom. Tí divákov po programe vypravádzali aj vo vestibule kultúrneho domu a popriali im krásne a veselé sviatky.

Diváci každé vystúpenie podporili potleskom.

-rr-so-

Všetky balíčky podľa zoznamu rozдали tým, ktorým boli určené. Každému sa ušlo, bez rozdielu rasy, národnosti. Tieto rodiny spájali len ten istý nie príliš priaznivý osud.

Na čistej oblohe bez mrakov sa ligotali hviezdy. Skoro také krásne ako svietili v očkách šťastných detí. Veď pre mnohé to bol jediný darček pod stromčekom.

Vďaka, obdiv a poklona všetkým, ktorí sa akoukoľvek formou pričínili k zorganizovaniu toho podujatia. Aj napriek každodenným starostiam, čo život so sebou prináša dokážu myslieť na tých v núdzi.

-rr-so-

MIKULÁŠKE POSEDENIE

Miestna organizácia SZPP organizovala 5. decembra 2005 mikulášske posedenie pre svojich členov. Aj napriek nepriaznivému počasiu bola sála plná usmiatych ľudí. V programe vystúpili aj deti zo ZŠ s MŠ v Cinobani. V príjemnej atmosfére si členovia zväzu zaspievali pri tónoch harmoniky pána Miroslava Bálinta veselé piesne ale aj tie vianočné. Tak, ako každý rok, aj teraz si členky MO SZPP v predstihu napiekli medovníčky, ktoré na záver posedenia rozdávali svojim členom. V zdobení tohto výborného pečiva sa aj napriek svojmu handikepu blyská Vlastička Bernáthová. Pod jej rukami vznikali priam umelecké výtvy, ktoré je škoda zjesť.

-rr-so-



HUMANITA VO FARBÁCH ČERVENÉHO KRÍŽA

Miestna organizácia Červeného kríža v mesiaci decembri organizovala zber šatstva pre územný spolok SČK v Lučenci. Vybierané šatstvo sa posielalo do krajín postihnutých prírodnými katastrofami. Časť šatstva rozдали sociálne slabším občanom obce.

Pár dní pred sviatkami navštívili členky MO SČK starších a opustených občanov v obci. Každého obdarovali vlastnoručne napečenými krehkými vianočnými oblátkami.

Aj vďaka takýmto ľuďom a skutkom, ktoré tak prirodzene konajú sa to krásne čaro Vianoc oplatiť žiť a vychutnať.

Ďakujeme miestnym organizáciám SZPP a SČK sa tieto krásne zvyky a prajeme im v tomto novom roku veľa plánovať a sily ich uskutočňovať.



Žijú medzi nami ...

*Na začiatku je malé semienko, ktoré sa uchyťí v zemi.
Po rokoch z neho vyrastie krásny strom.
Jedného dňa príde človek, odreže najkrajšie prúty a spletie ich do
krásnych tvarov košíkov.*

V minulom čísle sme písali o krásnych hudobných nástrojoch, ktoré vznikajú pod rukami majstra Tibora Kobličeka z Turičiek.

V tomto čísle, Vám vážení čitatelia chceme predstaviť ďalšieho majstra, ktorý pochádza, žije a tvorí v našej obci.

JÁN OLÁH – KOŠIKÁR.

Vzťah k tomuto remeslu zdedil po svojom otcovi. Až v posledných rokoch sa košíkárstvu začal intenzívne venovať. Určitý prehľad a zručnosti sa naučil na kurze v Kokave nad Rimavicou. Ale štýl práce a postup si vypracoval svoj.

Práca košíkára sa začína v hore, keď si vyberá najvhodnejšie prúty. Prúty sa zbierajú od jesene do jari. Maňušky, rakyta, vrba. Každý z nich má svoje sfarbenie. Narezané a starostlivo vybrané prúty sa musia dve hodiny variť. Po uvarení sa z nich odstraňuje kôra. Z takto upravenými prútmi sa môže začať pracovať (takto upravené prúty môžu stáť aj 10 rokov). Ak by sa prúty nevarili zmoľaveli by, alebo by mohli práchniviť.

Majster košíkár, Ján Oláh vyrába košíky bez jediného klinca alebo lepidla. A predsa sú pevné a pri dobrom zaobchádzaní vydržia roky.



Základ košíka je dno.

„Mám rád dobrú robotu. Šikovných ľudí a rád sa popasujem s novými tvarmi.“

Pán Oláh sa môže popýšiť s tým, že je v okolí jediný košíkár,

ktorý dokáže vyrobiť prútený nábytok akéhokoľvek tvaru.

„Stačí mi na papieri nakreslený plánik, ako má výrobok vyzerať. Ostatné si premyslím v hlave.“



Pán Oláh vyrába po večeroch a nociach. Má na to jednoduchý dôvod. Chýba mu dielňa, kde by sa so svojimi výrobkami mohol rozložiť. A tak musí stačiť kuchyňa. Do budúcnosti má však mnohé plány, ktoré chce zrealizovať. Medzi nimi je aj stavba novej dielne.

„Môj prvý košík si kúpila naša pani starostka, čo si nesmierne vážim. Mnohé som vyrobil pre ľudí z obce.“

Krásne košíky pán Oláh predal aj za hranicami okresu.

Okrem výroby košíkov, ktorá je jeho srdcu najbližšia, je pán Oláh majstrom viacerých remesiel. Je murár, záhradkár, chovateľ.

„Nás Oláhovcov majú ľudia radi pre našu šikovnosť. Nevidno nás obľúkať sa po dedine. Máme stále čo robiť!“

V závere rozhovoru nám ostáva len zapriať majstrovi košíkárovi stále nové tvorivé nápady, veľa zdravia a sily. Aby svoju zručnosť a remeselné skúsenosti mal komu odovzdať – svojim dvom synom, možno nastávajúcej generácii košíkárov.

61. VÝROČIE OSLOBODENIA NAŠEJ OBCE

Významný deň v dejinách obce je **28. január 1945.**

Napriek zúrivému odporu fašistických vojsk víťazná Červená armáda postupovala v smere na Zvolen.

Ruská armáda prišla do našej obce prvý krát **13.1.1945.** V dôsledku nemeckého protiútoku museli dočasne ustúpiť.

Obec bola definitívne oslobodená až po dvojtýždňových krutých bojoch.

Ďakujeme za slobodu. Budeme ju chrániť a spomínať na tých, ktorí nám ju priniesli.

Spomienky obyvateľa Cinobane z roku 1945, v tom čase ani nie 15. ročného chlapca.

Rok Pána 1945: Na Nový rok, práve keď sme vychádzali z kostola, prišli do obce maďarskí vojaci. Bolo ich dost'. Aj u nás boli vojaci.

12. január 1945: Jedni vojaci odchádzajú, druhí prichádzajú. V obci bol asi štáb. Bol tu major, dôstojníci, telefonisti a ochrana, asi 30 ich bolo. Bolo počuť už veľkú strelbu, z mínometov, guľometov, bol to boj o Kalinovo.

13. január 1945: Rusi dobili už Kalinovo, Brezničku, Mládzovo a smerovali k nám. Do dediny dopadli prvé delostrelecké a mínometné strely, neskôr sa strhol aj pouličný boj. Počas strelby sme ležali v zadnej izbe na dlážke. V prednej boli vybité okná, báli sme sa, plakali a modlili.

14. január 1945: Nemci vyhnali Rusov z obce. Zhoreli dve stodoly. „Bože ochraňuj nás od ohňa a smrti“.

27. január 1945: Nemci náhle opustili obec, v Cinobani vyhodili most a Rusi nešli.

28. január 1945 : Do dediny prišli Rusi, mali sme všetci radosť, že je už front ďaleko. Vraj Nemci ustúpili až k Vígľašu.

Boli to otrasné zážitky mladého chlapca.
Máme šťastie, že naše deti žijú
bezstarostné detstvo.

Nasledujúce číslo
Cinobanského občasníka
vyjde na prelome
mesiacov marec a apríl.

Vážení čitatelia,

ak poznáte vo svojom blízkom okolí niekoho, kto je niečím výnimočný, dajte nám vedieť. Radi o ňom napíšeme. Určite v našej obci žije veľa šikovných a nadaných ľudí.

Redakčná rada

Podujatia organizované Miestnym kultúrnym domom

Miestny Kultúrny dom v Cinobani
srdečne pozýva
počas týchto zimných mesiacov
všetky ženy a slečny do
Klubu žien.
Každý týždeň v stredu od 15:00
hodiny v priestoroch miestnej
knížnice.

Príďte sa pozrieť, posediť si
a možno sa aj naučiť štrikovať
alebo háčkovať novú vzorku,
či dozvedieť sa nový recept.
Tešíme sa na stretnutie!

Detská fašiangová disco - zábava.

Pre deti od 6 rokov !!!

Kde? V kultúrnom dome v Cinobani

Kedy? V sobotu 11. februára 2006
O 15.00 hod.

Čaká na Vás zábava, občerstvenie
a žrebovanie lístkov v tombole.

Tešíme sa na Vás !!!

Organizátor: Kultúrny dom v Cinobani

Vstupné: 10,- 5k

Vážené čitateľky

Každý pondelok a štvrtok
v telocvični
ZŠ s MŠ v Cinobani cvičí
AEROBIK
Judka STRAPKOVÁ
zo začiatkom o 18.00 hod.

**Vstupné 30,- Sk
1 vstup.**

Srdečne pozývame všetky
ženy.

Teší sa na Vás cvičiteľka

Internet

za 1.-Sk / min.

Fotografie na počkanie za
bezkonkurenčné ceny.

TeleDom, Cinobaňa 298.

Prečítali sme za Vás ...

Skončíte svoj vzťah s cigaretou!

Prvé dni roka sa nesú v znamení novoročných predsavzatí. V bujarej silvestrovskej nálade si sľubujeme chudnúť, športovať, skončiť s fajčením. Práve túžba prestať fajčiť je jedným z najčastejšie vyslovených novoročných záväzkov

Samé výhovorky!

Mnoho fajčiarov má nekonečne veľa výhovoriek prečo neprestať s týmto zlovykom. Myslia si, že cigareta patrí k ich imidžu, majú strach, že začnú nekontrolovane priberať alebo sa obávajú, že bez pravidelnej cigarety nezvládnu nahromadený stres. A aké výhovorky sú najčastejšie?

Genetika nepustí

Váš starý otec fajčil celý život a dožil sa deväťdesiatky v najlepšom zdraví. Pravdou je, že niektorým ľuďom neublíži dvadsať cigariet a fľaša alkoholu denne, avšak je medicínsky nedokázateľné, či dlhovekosť bola spôsobená stálym pohybom na čerstvom vzduchu alebo večerným poťahovaním z fajky. Faktom ostáva, že polovica aktívnych fajčiarov na svoj zlovyk doplatí smrťou, prípadne majú dlhodobé chronické choroby.

Strach zo stresu

Ak máte strach, že sa bez pravidelnej prestávky na cigaretu nebudete vedieť vyrovnáť so stresom, upokojte sa. Neexistuje žiaden dôkaz, že fajčenie odbúrava stres. Je to skôr pomalé vdychovanie cigaretového dymu, ktoré nás ukludňuje. Samozrejme, nikotín ako stimulujúca látka zvyšuje tep srdca a aktivuje mozog. Ak sa jeho obsah v organizme zníži, môžete pociťovať abstinenčné príznaky. Ďalšia cigareta však nie je riešením.

Nie je ten správny čas prestať

Prirodzene, pokojné obdobie bez zhony a termínov, je vhodnejšie na odstránenie každého zlovyku, avšak táto výhovorka sa nesmie stať dlhodobou. Povedzme si úprimne, kedy nastane ten správny čas?

Príliš starí na zmenu

Máte pocit, že už ste príliš starí na dôkladnú zmenu vo svojom živote a vychutnávate si príjemné večery poťahujúcu cigaretu pri poháriku. Omyl! Nikdy nie ste príliš starí na skoncovanie so zlovykom fajčenia. Aj ľudia v pokročilom veku si môžu vychutnávať jeseň života. Čím skôr prestanete, tým skôr oddialíte nebezpečenstvo vážneho ochorenia.

Viacero neúspešných pokusov

Trvá istý čas, kým sa konečne dostaví úspech a vy nebudete nútení dať si tú „svoju dávku“. V priemere sa podarí skončiť s fajčením až na tretej či štvrtý raz. Nenechajte sa odradiť čiastočnými neúspechmi a myslite na svoj konečný cieľ.

Fajčenie a prebytočné kilá

U väčšiny bývalých fajčiarov nie je badateľný nárast hmotnosti. Ak aj priberiete, tých pár kíl navyše je oveľa menším rizikom ako riziko, ktoré vám hrozí z fajčenia. Nadobudnutiu vyššej hmotnosti môžete zabrániť vyváženou stravou. Ak ste hladní, dajte si malé zahryznutie v podobe ovocia či zeleniny. Vyhnite sa masným a sladkým jedlám. Bývalí fajčiari znovuobjavia chuť jedál, ktorú predtým otupoval nikotín.

Nedostatok vôle

Skončenie so zlovykom nie je tou najjednoduchšou vecou pod slnkom, avšak po dosiahnutí cieľa sa budete cítiť výborne. Zamerajte sa na všetky dôvody, prečo chcete prestať fajčiť. Myslite na vaše zdravie, vzhľad, financie, na vašu rodinu a priateľov.

Zdroj: internet, www.wanda.atlas.sk/zdravie



ČAJOVŇA

Na sídlisku v Cinobani od konca minulého roka funguje Nízokoprahový klub. Je v ňom zriadená čajovňa. V priestoroch klubu okrem čajovne prebiehajú rôzne aktivity:

-  Hry, súťaže
-  Kreativity
-  Oddych
-  Diskusné klub

Kto by čakal, že je to ďalšia „krčma“ nepochodil by. V čajovni sa podávajú len nealkoholické nápoje, káva a rôzne druhy čajov. Každý návštevník je srdečne vítaný!

Klub je otvorený tri dni v týždni:

Štvrtok	15.00 – 20.00 hod.
Piatok	15.00 – 22.00 hod
Sobota	14.00 – 20.00 hod.

(Klub je finančne podporovaný cez projekt neziskovej organizácie IN Network Slovakia, riaditeľ organizácie je Ing. Pavol Šinko. Organizácia má sídlo v Lučenci.)



Spoločenská rubrika

Jubilanti

V mesiacoch január a február sa dožívajú životných jubileí.

- ✚ Milan GABLAS
- ✚ Zuzana IMREOVÁ
- ✚ Katarína BENČÍKOVÁ
- ✚ Irena VÝBOŠŤOKOVÁ
- ✚ Viktor BAJČÍK
- ✚ Mária STRUNGOVÁ

*Keď Vaša ruka ustatá
pohládí všetky vnučatá,
jej dotyk trochu ťažký
má v sebe veľa lásky.
Je nekonečne láskavá,
jej dotyk rany lieči
len tak, bez dlhých rečí.*



ZPOZ pri OcÚ Cinobaňa

V mesiaci december uzavreli manželstvo

Ľlana Ľaločaiová

a

Ľarek Ľerky

*Nech si Vás láska objíma po všetky roky spolu.
Nech život obom nehu dá a vloží šťastie do rúk.*

Novomanželom gratulujeme

Narodili sa

**ĽIKOLAS OLÁĤ
ALBÍN OLÁĤ
MATEJ HARÁĽI**



*Tak nám teda vitaj, šťastné dieťa.
Rozsievaj lásku, ktorú prinášaš.*

ŠPORT

Úspechy našich volejbalistov

Po roku opäť prvá Cinobaňa.

Tisovec – Cinobaňa 0:3 a 0:3

Od úvodnej lopty mala Cinobaňa na palubovke jasnú prevahu. V prvom zápase ako hostia doslova sfúkli Tisovec, keď im po dvoch setoch dovolili uhrat iba dvanásť bodov. Po prestávke Cinobaňa trochu polavila a po prvom sete domáci uhrali dvadsaťtri bodov. No výsledok zápasu to neovplyvnilo. Domáci jednoducho na Cinobaňu ešte nevyzreli.

Hráči Cinobane: Valentíny, Krupa, Milner, Belko, Faško, Imre, Belov.

1.	Cinobaňa	10	9	1	29:5	19
2.	Detva	10	8	2	25:14	18
3.	R.Sobota	10	7	3	25:21	17
4.	V.Krtíš	10	2	8	13:23	14
5.	Hnúšťa	10	3	7	15:24	13
6.	Tisovec	10	1	9	18:23	11



41. ročník volejbalového turnaja

Lucia sa konal 9. decembra 2005. Zúčastnilo sa na ňom 20 družstiev, 125 hráčov. Turnaj prebiehal vo veľmi dobrej športovej atmosfére. V zápase nikto nikomu nič zadarmo nedaroval, každé víťazstvo bolo tvrdo vybojované. Hra každého družstva bola na veľmi dobrej úrovni.

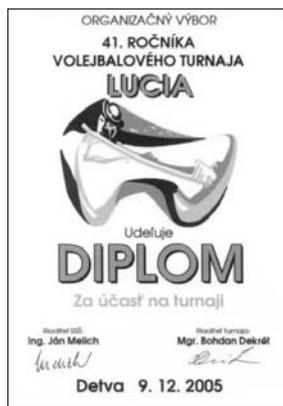
Hráčky Cinobane sa umiestnili na druhom mieste. Vyhodnotenie a odovzdávanie diplomov bolo v jedálni Stares pri SSS.

Víkend poslužil hráčkam na regeneráciu síl.

Ľakujeme všetkým, ktorí sa na turnaji podieľali.

VK Cinobaňu reprezentovali tieto hráčky:

Lucia Kupcová, Zuzana Kupcová, Mária Denkeová, Katarína Andrášiková, Martina Slajferčíková a Zdenka Slováková. -rr-



Turistický kalendár 2006

Názov podujatia	Dátum	Usporiadateľ
Zimný prechod k Prameňu Ipľa	04.02.	KST Javor Lučenec
Zimný výstup na Striebornú	18.02.	KST Javor Divín
Otvorenie jar. tur. sezóny	18.03.	RR KST Lučenec
Oblievačka na Sovom hrade	17.04.	KST Lampáš
Vápeč - Strážovské vrchy	29.04.	KST Lampáš
Májový pochod vľaky	13.05.	KST Javor Lučenec
Podkriv. 60-ka /25,35,60/ - 22.roč.	30.05.	KST Podkriváň
Haličská stovka	27.- 28.05.	KST Sokol Halič
Lučenec - Pieniny (diaľkový pochod)	29.6.- 6.7.	KST Lampáš
Divínska 40-ka /20,30,40/	02.09.	KST Javor Divín
Prechod Cerovou vrchovinou	09.09.	KST Javor Lučenec
Výstup na Sedem chotárov	16.09.	KST Sova Greg.Vieska
Utekáčska horská tridsiatka	07.10.	KST Clara Utekáč
Karolovský výstup na Bralo	04.11.	
Jasenina	17.11.	KST Lampáš
Luciový nočný výstup na Javor	08.12.	KST Javor Divín