



Oravská Polhora



POD
BABOU
HOROU

Turistické atrakcie regiónu

NA SLOVENSKEJ STRANE BABEJ HORY



Interreg
Poľsko-Slovensko

Európsky fond regionálneho rozvoja



EURÓPSKA ÚNIA



OKRES
SUSKI



ORAVSKÁ
POLHORA

„Propagácia Babohorského kultúrno-prírodného dedičstva”

Projekt je spolufinancovaný Európskou úniou z Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Programu cezhraničnej spolupráce Interreg V-A Poľsko – Slovenská republika 2014-2020.



1

Obec Oravská Polhora
 Obecný úrad
 Oravská Polhora č. 454
 029 47 Oravská Polhora
 tel.: 0905 979 718
 e-mail: starosta@oravskapolhora.sk
www.oravskapolhora.sk

Text: Alžbeta Čadecká (SK)

Fotografia na obalce:
 OCÚ Oravská Polhora

VÝTLAČOK ZDARMA

Výhradnú zodpovednosť
 za obsah tejto publikácie
 nesú jej autori a nedá
 sa stotožniť s oficiálnym
 stanoviskom Európskej únie.

© by Obec Oravská Polhora, 2018.

2





Vitajte v krajine pod Babou horou

Príroda pod Babou horou je krásna a nespútaná tak ako beskydskí gorali, ktorí pod ňou dodnes žijú. Miestni ľudia svojou prácou zúrodňujú zem, zachovávajú ľudové tradície, ale aj postupne inovujú, prerábajú a hľadajú nové cesty ako uchovať a propagovať svoj kraj, kultúru a prírodné dedičstvo. Pod najväčšou dominantou Hornej Oravy, Babou horou nájdete najsevernejšie položenú obec Slovenska, Oravskú Polhoru. Výnimočná je unikátnym prírodným a kultúrnym dedičstvom, pohoriami Oravských Beskyd, liečivými prameňmi jódo-brómovej vody ako aj gajdošskou kultúrou zapísanou v UNESCO. Najväčším lákadlom oblasti je už spomínaná Babia hora, najvyšší vrchol Oravských Beskyd s nadmorskou výškou 1725 m n.m. Je symbolom Chránenej krajiny oblasti Horná Orava a Babohorského národného parku na poľskej strane.

Okrem Babej hory okolie Oravskej Polhory ponúka aj množstvo iných prírodných zaujímavostí. Za turistikou sa môžete vybrať na druhý najvyšší vrchol Oravských Beskyd vrch Pilsko s nadmorskou výškou 1557 m n. m., alebo gajdošským turistickým chodníkom na najsevernejší bod Slovenska Modralová (1168 m n.m.). Okrem zdolávania najvyšších vrcholov si v oblasti pridáte na svoje množstvom turistických a cyklistických trás, ktoré ponúkajú krásne výhľady na poľskú i slovenskú stranu pohoria a krajiny. Turistické trasy Vás zavedú k unikátnym rašeliniskám, v katastrálnom území Oravská Polhora sa nachádzajú veľmi vzácne typy rašelinísk, ktoré dosahujú ochrannú zónu A s najvyšším 5. stupeň ochrany. Patria k nim rašeliniská Tisovnica, Rašelinisko Polhorská Píla a Slaná voda. Rašelinisko Slaná voda je najzachovalejšie a za pomoci náučného chodníka najlepšie sprístupnené turistom.

Turistické chodníčky Vás dovedú aj k technickým pamiatkam našej obce. V najsevernejšom kúte Slovenska môžete obdivovať Tajchy, boli vybudované na prelome 18. a 19. storočia, dnes krásne zapadajú do rázu prírody a slúžia ako protipožiarne nádrže, v minulosti boli používané k splavovaniu dreva z okolitých hustých lesov. Milovníci vojenskej histórie tu môžu objaviť zákopy a guľometné hniezda, v rokoch 1944-45 bol v Oravskej Polhore vybudovaný celý zásobovací a spojovací systém.

A ak máte v pláne okrem turistiky i kultúrne vyžitie, navštívte v našej obci Hviezdoslavovu hájovňu, múzeum najväčšieho epického diela P.O. Hviezdoslava – Hájnikova žena. Cestou k múzeu natrafíte na liečivý prameň jódobrómovej Slanej vody, ktorý je dostupný na miestach, kde v minulosti stáli známe kúpele Slaná voda.

Ak máte záujem spoznávať sakrálnu kultúru v obci, určite neobíd'te kamenný Kostolík Božského Srdca Ježišovho, vysvätený v roku 1928, za kostolíkom sa týči nový farský kostol postavený v modernom štýle so sochou Jána Pavla II. Tradičnú ľudovú kultúru obce, rôzne typy a časti gájd, nástroje na ich výrobu a certifikát UNESCO, nájdete v Gajdošskej izbe.

Turisti, ktorí nás navštívia majú viacero možnosti ubytovania, v penziónoch, chatách či v ubytovaniach v súkromí. Gastronómiu pastierskej oblasti si môžete vychutnať v reštauráciách Koliba, penzióne Hrubjak, chate Slaná voda či v reštaurácii pod Babou horou. Slovenská strana Podbabiohorska ponúka veľa, stačí nás navštíviť a presvedčiť sa vlastnými zážitkami.



Fot. 1.
OCÚ Oravská Polhora

Fot. 2.
Šimon Kertys

Fot. 3-4.
archív obce Oravská Polhora





Prírodné krásy regiónu Babia hora

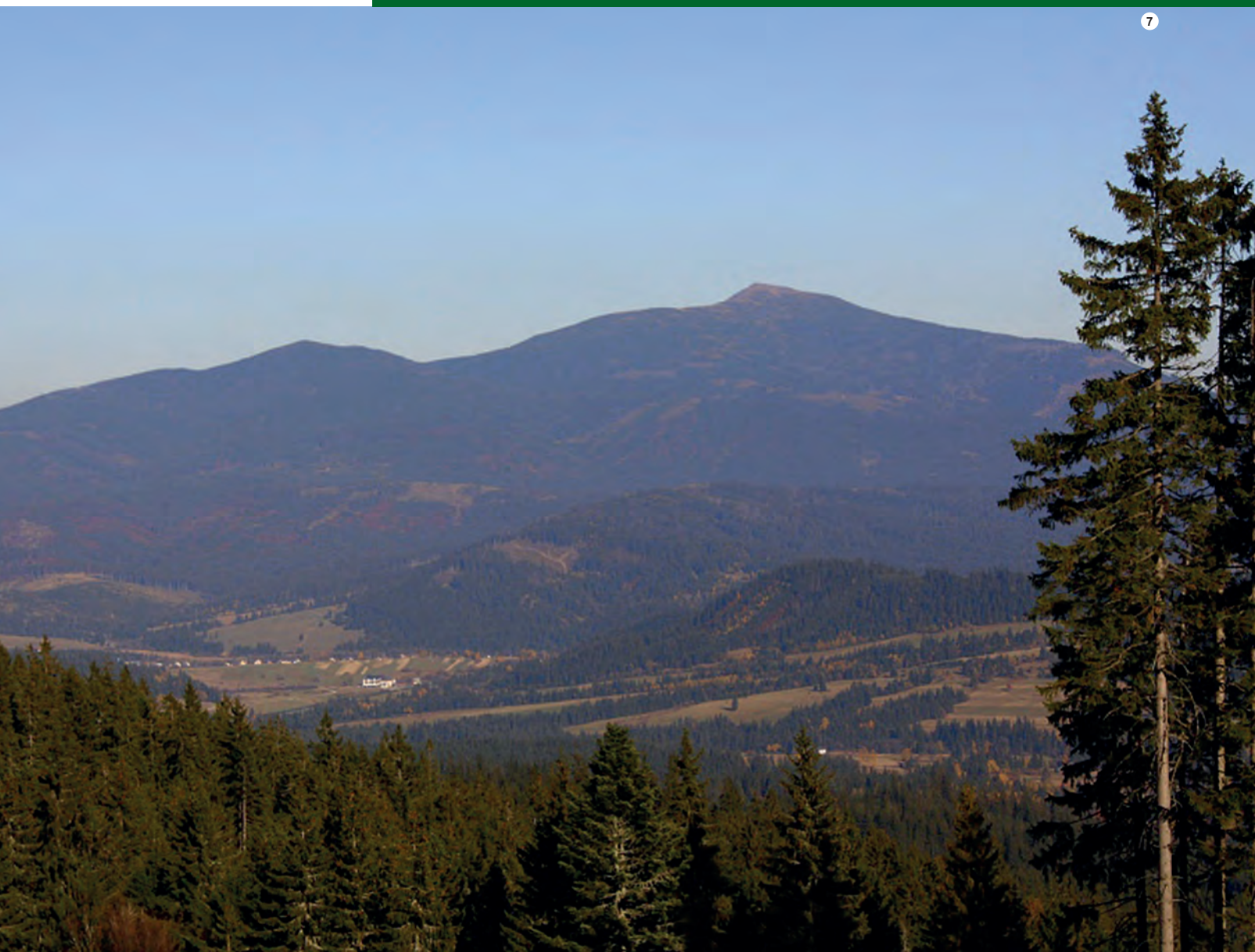


5



6

Príroda je neodmysliteľnou súčasťou našej spoločnosti. Okrem poľnohospodárstva ju využívame k aktívnemu oddychu a športu. Príroda v regióne pod Babou horou nám svojou rôznorodosťou, bohatstvom a krásou ponúka viaceré možnosti vyžitia. Cyklo a turistické trasy, ktoré Vás zavedú až na poľskú stranu Babohoria, výstupy na najvyššie vrcholy Oravských Beskýd, turistické chodníčky na Slovenský severný pól, tajchy, liečivé pramene, rašeliniská. Kataster Oravskej Polhory z väčšej časti tvoria lesy preto je naše územie označované aj ako raj pre hubárov a zberáčov lesných plodov.





CHRÁNENÁ KRAJINNÁ OBLASŤ HORNÁ ORAVA (CHKO)

Najsevernejšie položená chránená krajinná oblasť Slovenska CHKO Horná Orava, vznikla v roku 1979, avšak do nej spadá štátna prírodná rezervácia Babia hora, ktorá bola vyhlásená za chránenú už v roku 1926 a patrí medzi najstaršie prírodné rezervácie Slovenska. Do CHKO Horná Orava v členení na zóny A, B, C, D so stupňami ochrany prírody 5, 4, 3, 2, patria dva najvyššie vrcholy Oravských Beskýd Babia hora (1725 m n.m.), v ľudovej terminológii nazývaná aj Diablak, podľa nespočetných legiend, viažucich sa na tento vrchol a Pilsko (1557 m n.m.), známe zachovanými pralesovými porastami.

Celé územie katastra Oravská Polhora pokrýva chránené vtáčie územie Horná Orava, okrem chránených druhov vtákov sa tu vyskytujú i iné chránené druhy fauny a flóry. Na území katastra sa taktiež nachádzajú tri lokality NATURA 2000. Územia sú vyhlásené z dôvodu ochrany biotopov európskeho významu sú to: Rašeliniská Oravských Beskýd, Babia hora, Slaná Voda. V obci je taktiež prítomnosť minerálneho jódobrómového prameňa a iných prameňov vyvierajúcich v katastri obce, niektoré záznamy dokonca uvádzajú výskyt viac ako 50 rôznych prameňov, nachádzajúcich sa v lokalite pod Babou horou.

Fot. 5-11.
Šimon Kertys





12



13



14

Fot. 12.
Janusz Kociotek

Fot. 14.
OCÚ Oravská Polhora

Fot. 13, 15, 16.
Šimon Kertys

INÉ ZAUJÍMAVOSTI PRÍRODY

Jódobrómový prameň Slanej vody je dnes turistom i obyvateľom obce voľne prístupný v altánku na mieste bývalých kúpeľov Slaná Voda. Liečivá voda kúpeľov bola známa a v rôznych podobách vyvážaná do celej Európy. Liečivú vodu môžete využívať na liečenie kožných chorôb, chorôb dýchacích ciest, formou inhalácie, kloktania, obkladov a ako prísadu do kúpeľa. Hviezdoslavova aleja, vhodná na menšiu prechádzku, je stará lesná cesta, po ktorej v minulosti chodieval Pavol Országh Hviezdoslav do hájovne na Rovniach (dnešná Hviezdoslavova horáreň).

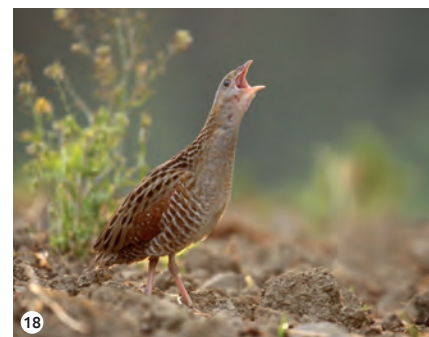
Rašeliniská Oravských Beskýd. V celej oblasti Oravských Beskýd sa nachádzajú viaceré chránené rašeliniská. V katastri obce Oravská Polhora môžete navštíviť 3 najznámejšie rašeliniská, spadajúce do zóny A s najprísnejším 5. stupňom ochrany. Rašelinisko Polhorská Píla v nadmorskej výške 708 m n.m. Rašelinisko Tisovnica 745 m n.m. a vďaka náučnému chodníku najprístupnejšie rašelinisko Slaná Voda v nadmorskej výške 751-765 m n.m.



15



16



TECHNICKÉ PAMIAHKY NACHÁDZAJÚCE SA V KATASTRI ORAVSKEJ POLHORY

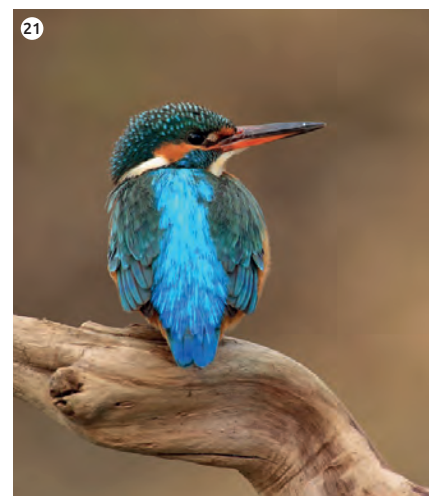
Tajchy boli sypané zrubovité zemné hrádze budované v hornej časti vodných tokov za účelom zachytávania a hromadenia vody. V hlbokých lesoch Oravskej Polhory boli takto vybudované dva tajchy – vyšný s rozlohou 2,6 ha a nižný s rozlohou 1,95 ha. V roku 1958 hrádzu vyšného tajchu v Jaloveckej doline počas náhlej búrky pretrhla prílivová vlna. Nižný tajch nachádzajúci sa v Borsučí bol v roku 2010 zrekonštruovaný na protipožiarnu vodnú nádrž a dotvára tak ráz prírody uprostred lesov.

Zákopy – guľometné hniezda a protitankové výkopy. Vybudované v rokoch 1944 – 45 na obranu predpokladanej nemeckej ríše. Túto obrannú líniu boli nútení stavať zajatci ale aj všetky vekové kategórie obyvateľov obce. Dnes sú voľne dostupné, avšak zub času znepriístupnil ich vnútorné priestory.

Neváhajte využiť svoj voľný čas na návštevu najsevernejšej obce Slovenska a vzácneho regiónu pod Babou horou.

Fot. 17-19, 21.
Šimon Kertys

Fot. 20.
OCÚ Oravská Polhora





Aktívna turistika a odpočinok pod „Kráľovnou Beskýd“

V krajine pod Babou horou nájdete najsevernejšie vyhlídkové trasy na Slovensku. Turistika v tejto oblasti je mimoriadne pekná a zaujímavá. Oblasť ešte nepodľahla mäsovému turizmu a preto je toto kludné a tiché prostredie stvorené na aktívny oddych a odpočinok od každodenného zhonu.

Okrem turistiky, cykloturistiky, behu na lyžiach, lyžovania vám prostredie ponúka aj kludnejšiu formu oddychu. Lesy Oravskej Polhory sú rajom pre milovníkov zberu lesných plodov, húb a bylín. Oblasť ponúka viaceré druhy ubytovania, v penziónoch, chatách či v súkromí. Oddych pod vrcholmi Oravských Beskýd si zamiluje každý nadšenec neporušenej horskej prírody.

22



23



CEZ POBABOHOE PEŠO A NA DVOCH KOLESÁCH

Cez obec Oravská Polhora prechádza viacero turistických a cyklistických trás. Peší turisti budú určite spokojní s možnosťou cezhraničných potuliek, hlavne v Babohorskom pásme. Na južnom úpätí „Kráľovnej Beskýd“ na nich čaká chata Slaná voda, a altánok s prístupom k pramenitému prameňu jódo-brómovej Slanej vody. V blízkosti je možné navštíviť Hviezdoslavovu hájovňu, múzeum epického diela Hájnikova žena od známeho slovenského spisovateľa P.O. Hviezdoslava.

Počas návštevy Oravskej Polhory môžete svoju trasu začať v novovybudovanom Integrovanom cyklistickom centre a na tréningovej ploche pred ním. Centrum funguje ako základňa pre cyklistov prichádzajúcich do Oravskej Polhory. Na parkovisku pred centrom sa dá zaparkovať automobil a presedlať na bicykel. Centrum obsahuje špeciálne bicykle pre zdravotne postihnutých, ktorí môžu tieto bicykle využívať buď v rámci tréningovej časti centra, alebo priamo na cyklotrasách.

Trasy, ktorými sa môžete pohybovať počas návštevy v Oravskej Polhore. Červená 046 Beskydská cyklomagistrála, Modrá 2425 Sihelné – Oravská Polhora Žltá 8462 Hviezdoslavova hájovňa (Vonžovec – Pod Palkošom). Taktiež sú k dispozícii trasy Slaná voda – Vonžovec, Martoša – Jasenícka hoľa – Vonžovec, Polhorská Píla – Modralová a novobudovaná singletrack Modralová – Gruník. Taktiež Modralová – Slaná voda – Oravská Polhora. Viaceré trasy sú prepojené s cyklotrasami na poľskej strane Beskýd.

V centre obce v blízkosti Integrovaného cyklistického centra sa nachádza plne zariadené Fitnescentrum, ktoré je svojim návštevníkom každodenne k dispozícii.

Počas teplejších mesiacov sa v obci organizujú viaceré športové podujatia: Známy športový triatlon Goralman, Beh gajdošským chotárom, Beh cez tri chotáre, organizovaný Výstup na Babiú horu, Cyklookruh pod Babou horou a Babohorská stopa – beh na lyžiach.

Fot. 22, 24-26.
OCÚ Oravská Polhora

Fot. 23, 27.
Janusz Kociotek





Fot. 28-30.
Janusz Kociotek

Fot. 31.
OCÚ Oravská Polhora



SCHLADENIE POČAS LETNÝCH MESIACOV

Veľa možností pre vodné športy ponúka Oravská priehrada pri brehoch ktorej fungujú viaceré hotely a reštaurácie. Na vodách priehrady sa konajú medzinárodné plachtárske preteky a preteky motorových člnov. Taktiež je tu možnosť na dvoch prístavoch nastúpiť na výletnú loď a plaviť sa Oravskou priehradou, pri tejto trase navštívite aj známy Slanický ostrov umenia. Okolo celej Oravskej priehrady je vybudovaná sieť cyklotrás.

V letných mesiacoch sa dá príjemne schladiť aj v obci Oravská Polhora. Na rieke Polhoranke si obyvatelia budujú hrádze na kúpanie. Polhoranka je najsevernejšie vyvierajúca rieka na Slovensku a jej voda je krásne čistá. Vyviera v blízkosti slovenského „severného pólu“ najsevernejšieho bodu Slovenska – Modralová.





32



33

NA LYŽIACH A BEŽKÁCH

V chladných mesiacoch sa v tejto oblasti dlho udrží zimná pokrievka, preto je táto oblasť raj pre lyžiarov, ktorí môžu v zime aktívne športovať v lyžiarskych strediskách v Oravskej Polhore aj v Sihelnom. Oblasť ponúka množstvo bežeckých trás, každoročne sa v obci organizuje aj podujatie Babohorská stopa na bežkách, ku ktorej je pridružené podujatie Goralský festival zabíjačkových špecialít. Účastníci Babohorskej stopy môžu v cieli ochutnať všetky špeciality a to neobmedzene, štartovné je totiž na obidve akcie spoločné.

Každoročne sa v obci organizujú tieto podujatia zamerané na šport, kultúru a spoznávanie všetkých krás Podbabohorska.

PODUJATIA

OBDOBIE	PODUJATIE
Január	Plesy
Február	Goralský festival zabíjačkových špecialít Babohorská stopa – beh na lyžiach
Máj	Stavanie Polhorského mája Goralman (známy športový triatlon)
Jún	Deň detí s hasičmi Pálenie Jánskej vatry
Júl	Turnaje troch Polhor
August	Beh gajdošským chotárom Výstup na Babiu horu Cyklokruh pod Babou horou Polhorský Gulášfest Bodka za prázdninami
September	Festival Gajdovačka
Október	Beh cez tri chotáre
December	Vianočné trhy a Vianočné koncerty

Fot. 32.
František Vorčák

Fot. 33, 34.
OCÚ Oravská Polhora



34



Po stopách historických pamiatok a kultúry pod Babou horou

Návštevníci Oravskej Polhory majú možnosť spoznať unikátnu kultúru najsevernejšej časti Slovenska. Vďaka vzdialenosti obce od veľkých mestských centier a spätosti s prírodou sa nám až do dnešných dní zachovali archaické podoby folklóru.

Oblasť je osídlená beskydskými goralmi, ktorí si zachovávajú svoju ľudovú kultúru a špecifickú reč. Oravská Polhora je preslávená Gajdošskou kultúrou, ktorá bola aj vďaka aktivitám obce v roku 2015 zapísaná do svetového zoznamu nemotného kultúrneho dedičstva ľudstva UNESCO



35



36



37



38

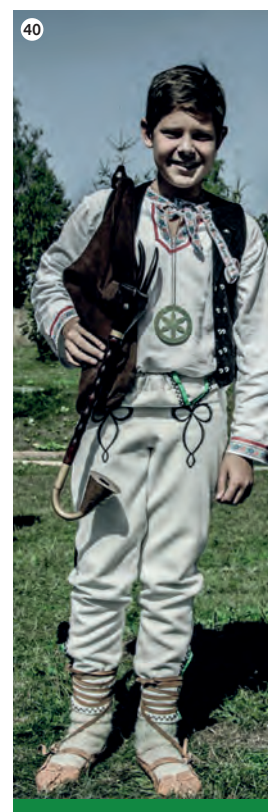
Dodnes sa v našej oblasti zachovali starodávne štýly a spôsoby hry na gajdy a husle, tzv. Gajdošská dvojka, ktorá patrí k najstarším hudobným zoskupeniam na Slovensku i historickým unikátom hudby v Európe. Veľmi vzácne sú aj zachované piesne, spievané v dialekte miestneho obyvateľstva, trávnicie, lesné spevy či tanečné melódie viažuce sa k tancu obrtok, historicky najstaršiu formu párového tanca, ktorý sa tancuje s gajdošským sprievodom, tento tanec je typický a zachovaný hlavne v oblasti Hornej Oravy. Gajdošská kultúra je turistom sprístupnená návštevou Gajdošskej izby, kde sa môžu oboznámiť s časťami gájd, viacerými slovenskými typmi gájd či certifikátmi slovenského a svetového zápisu do zoznamov nehmotného kultúrneho dedičstva. Gajdošskú kultúru Slovenska i sveta môžete raz ročne v mesiaci september obdivovať na Medzinárodnom gajdošskom festivale Gajdovačka. Na festivale sa v obci Oravská Polhora zúčastňuje viac ako 100 vystupujúcich zo Slovenska, Poľska, Čiech, Chorvátska, Francúzska, Talianska, Škótska, Španielska, Holandska, Rakúska, Maďarska ale i Japonska, Austrálie a pod.. Nadšenci turistiky si gajdošskú cestu našou obcou môžu ozvláštniť výstupom k najsevernejšiemu bodu Slovenska, Slovenský severný pól – Modralová (1168 m n.m.) ku ktorému Vás privedie práve gajdošský chodník.

Fot. 35.
Janusz Kociotek

Fot. 36-40.
OCÚ Oravská Polhora



39



40



Fot. 41-43.
OCÚ Oravská Polhora



Okrem ľudovej kultúry môžete v Oravskej Polhore obdivovať aj pamiatky viažuce sa k sakrálnnej či literárnej histórii. Našu obec rád navštevoval popredný slovenský spisovateľ, básnik a dramatik Pavol Országh Hviezdoslav. Architektúra polhorských horární a vtedajšie obyvateľstvo ho inšpirovali k napísaniu najväčšieho slovenského epického diela Hájnikova žena. Dnes je v hájovni na Podvrší trasou na Babiu horu zriadené múzeum Hviezdoslavova Hájoňa so stálou expozíciou diela a z častí života P.O. Hviezdoslava. V rovnakom priestore môžete obdivovať aj expozíciu zo života Mila Urbana, jedného z najvýznamnejších reprezentantov modernej slovenskej literatúry, pochádzajúceho z našej oblasti. Ak máte záujem spoznávať sakrálnu kultúru v obci, určite neobíd'te kamenný Kostolík Božského Srdca Ježišovho, nachádza sa v centre obce. Oltár umiestnený v kostole je dielom miestneho ľudového majstra. Za kostolíkom sa týči dominantný nový farský kostol vystavaný v modernom štýle so sochou Jána Pavla II. Pri kostole nájdete malú kaplnku s lurdskou jaskyňou a Pannou Máriou, ktorú si priviezli farníci z púte z francúzskych Lúrd.

Vašu návštevu a spoznávanie kraja pod Babou horou si môžete napláňovať spoločne k mnohým podujatiam organizovaným v obci. Februárový goralský festival zabíjačkových špecialít či Babohorská stopa na bežkách, májový triatlon Goralman, júriové pálenie Jánskej vatry a k nemu viažuce sa pastierske tradície, augustový Výstup na Babiu horu, cyklookruh pod Babou horou, Polhorský gulášfest, detská športová olympiáda, septembrová Gajdovačka – medzinárodný gajdošský festival, októbrové bežecké preteky Troma chotármi a na záver roku atmosferické decembrové Vianočné trhy.

Pripravujeme: v období rokov 2018-2019, bude v našej obci sprístupnené Múzeum valašskej kultúry (múzeum pastierstva) a informačné turistické centrum. Nové cyklistické trasy typu singletrack, vyhliadková veža a integrované cyklistické centrum s tréningovou časťou so špeciálnymi bicyklami pre zdravotne znevýhodnených občanov.



44



45

STOJÍ ZA TO VIDIEŤ

Na vrchole Babej hory bola v roku 1996 umiestnená pamätná tabuľa, ktorá pripomína výstupy pápeža Jána Pavla II., ktorý na vrchol viackrát vyšiel ešte ako krakovský arcibiskup. Pamätník padlých vojakov nájdete trasou k prameňu Slanej vody. Pamätník je umiestnený na mieste niekdajších kúpeľov. Na pamätnej tabuli v Oravskej Polhore nie sú len padlí počas prvej svetovej vojny, ale všetci ľudia z dediny, ktorí zahynuli počas vojnových konfliktov v minulom storočí.

Drevené kríže a kaplnky v chotári obce Oravská Polhora. Tieto malé sakrálné stavby stavali naši predkovia na ochranu pred zlými démonickými silami či na označenie hranice chotára. Väčšinou vznikali na krížnych cestách či kúsok vzdialené za intravilánom obce. Kríže i kaplnky sú dodnes veriacimi upravované a zdobené sezónnymi kvetmi. Jeden zo zachovaných krížov pri kamennom kostolíku v centre obce pochádza z roku 1874, väčšina z nich pochádza z 18. a 19. storočia.

K múzeu Hviezdoslavova hájovňa môžete dôjsť krásnou Hviezdoslavovou alejou. V súčasnosti je aleja chráneným areálom, ide o starú lesnú cestu, po ktorej P.O. Hviezdoslav chodieval do hájovne na Rovniach

Fot. 44.
Šimon Kertys

Fot. 55.
Janusz Kociotek

Fot. 46-48.
OCÚ Oravská Polhora



46



47



48



Unikátna ľudová kultúra pod Babou horou

Vďaka svojej polohe, historickému vývoju a temperamentu goralského obyvateľstva Oravskej Polhory sa nám podarilo do dnešných dní zachovať unikátne, archaické podoby hudby, spevu a tanca, ktoré po stáročia formovali skromní ľudia z chladného a nehostinného prostredia pod Babou horou.

Remeselná zručnosť im pomohla vyrobiť si podomácky zhotovené hudobné nástroje, ktoré boli využívané počas voľného času pri pasení oviec i iných hospodárskych zvierat na dedinských veseliciach, svadbách a všetkých ostatných zvykoslovných podujatiach v dedine.



49

Obec Oravská Polhora je osídlená beskydskými goralmi. Etnografická skupina Goralov sa rozdeľuje na viacero skupín, obývajú Poľsko – Slovenské pomedzie od východných Tatier na Poľskej i Slovenskej strane až po hraničné územia v Sliezsku – Česká republika. Okrem tohto územia ich nájdete aj v niektorých enklávach na Liptove, Horehroní a dokonca v Malohonte. Goralov od seba rozoznate podľa ľudového odevu, zdatnejší aj podľa ľudovej hudby, podôb spevu a tanca a v neposlednom rade podľa nárečia, ktoré je odlišné u každej jednej skupiny goralov a dokonca rozličné aj v každej jednej obci.

V Oravskej Polhore môžete dodnes pri nákupoch v obchode, pohostinstve, rozhovore s miestnym obyvateľstvom započuť tento zaujímavý goralský dialekt.

Ľudové piesne spievané taktiež v nárečí opisujú ťažký život v horách, nešťastnú lásku, prácu či pasenie a v neposlednom rade piesne do tanca k zábave a muzike.

Muzika z Oravskej Polhory patrí k najstarším hudobným zoskupeniam, ľudovým hudbám na Slovensku a v Európe vôbec. Hráva v zložení – gajdy a husle. Skladá sa z dvoch muzikantov, kde jeden z nich hrá na oravskom – beskydskom type gájd a druhý hráč ho sprevádza na husliach. Hra je špecifická aj tým, že obaja hráči sa navzájom vo variáciách a ozdobnej hre dopĺňajú ale i striedajú. V minulosti sa gajdy aj husle tzv. zlopcoky, konštrukčne prispôbovali vysokému charakteristickému spevu beskydských goralov. Dnes sú už hudobné nástroje všeobecnejšie a konštrukčne prispôbené koncertnému – pódiovému využitiu.

Gajdošská kultúra Slovenska je dnes aj vďaka aktivitám obce Oravská Polhora, zapísaná v zozname nemotného kultúrneho dedičstva ľudstva – UNESCO. V obci sa okrem hudobníkov gajdošov, pôsobiacich v ľudových hudbách nachádza Gajdošská izba, slúžiaca hlavne ako malé múzeum, izba na regionálnu výchovu či priestor pre stretávanie muzikantov. Okrem toho sa každoročne v obci organizuje medzinárodný festival Gajdovačka, ktorý každoročne navštívi cez 100 vystupujúcich hostí z rôznych kútov sveta.



50



Na ľudových veseliciach, páračkách, svadbách sa najčastejšie tancoval tanec Obrtok. Tanec Obrtok sa historicky radí k najstarším formám párového tanca, ktoré sú typické a zachované pre oblasť Oravy. Tento tanec sa tancuje s gajdošským doprovodom, čiže najčastejšie sa tancoval pri muzikantoch, ktorí tvorili gajdošskú dvojku (gajdy-husle). Aj keď sa jedná o párový tanec, jeho veľmi častá podoba bola tancovaná v trojici, ktorú tvoril jeden muž a s ním tancujúce dve ženy.

Ľudový odev v tejto oblasti bol veľmi jednoduchý. Obyvatelia si ho zhotovovali z dostupných surovín najčastejšie bol vyrobený z plátna, súkna a kožušín. Odev mal košeľovitý strih prispôbosený práci v lese a na poli. Mužský odev tvorila plátenná košeľa – tzv. kosula, biele súkenné nohavice nazývané portky, ktoré boli buď čisto biele alebo vyšívane čiernou poprípadne zelenou vlnou. Výšivku tvoria dvoj krúžky, ktoré sa navzájom pretínajú. V páse ich upevňovali remeňom, dlhým na dvojité opásanie. Vrchnú časť odevu dotvárala čierna súkenná vesta, tá bola zdobená kovovými gombíkmi. Na nohách nosili krpce a v nich onuce alebo súkenné kopytá. Na hlavách nosili kapelusy – čo boli klobúky alebo copky – čierne zimné baranice. Charakteristické pre Beskydských goralov a goralov v tejto obci je zelená stuha upevnená okolo klobúka.

Ženský odev tvorili dve základné súčiastky kosula a spodná sukňa – spodník tá bola ušitá z domáceho plátna alebo sviatočná z kupovaného šifónu neskôr boli sukne modrotlačové. Spodná košeľa bola zdobená golierom, ktorý sa kládol na vrch tzv. jupky – čo boli krátke látkové kabátiky, na košeľu si taktiež obliekali tzv. brucníky-živôtky, ušité z plátna, modrotlače a neskôr z kvetovaného šifónu.

Cez zimu nosili ženy tmavé vlnené odievačky alebo loktusi čo boli biele plátenné plachty tie sa dávali okolo hlavy a na pleciah ako ochrana pred dažďom a vetrom. Kožuchy nosili len majetnejšie ženy. Na nohách mali tak ako muži kožené krpce. V tejto oblasti sa nám nezachovala podoba čepca, vydatá žena si zapletala vrkoče stočené do tzv. konta a hlavu si pokryla šatkou nazývanou smatka.

Ľudovú kultúru obce začala v roku 1952 uchovávať a prezentovať Folklórna skupina Polhoranka. Bola založená gajdošom Jozefom Zboroňom a ostatnými nadšencami ľudových tradícií v Oravskej Polhore. Dnes v obci pôsobia DFS Studnička, Polhorská muzika, Gajdošská dvojka Beskyd, LH Mazuľka, LH Švitorecka a ďalší muzikanti a sólisti.

Fot. 49-54.
OCÚ Oravská Polhora





TRADIČNÉ UMELECKÉ REMESLÁ

V ľudovom prostredí pod Babou horou boli obyvatelia zvyknutí zadovážiť si všetku obživu i predmety každodennej potreby sami. Preto tu v minulosti pôsobilo viacero remeselníkov. Od kováčov, tesárov, košíkárov, tokárov, debnárov, korytárov, furmanov, pltníkov až po výrobcov hudobných nástrojov, výrobcov drevených riadov a dokonca olejkárov, ktorí spracovávali ľanový olej.

Košíkári vyrábali veľké koše na prenášanie poľnohospodárskych produktov, hlavne zemiakov, taktiež koše menšie na potreby domácnosti alebo štvorcové potrebné k prenášaniam malých detí na pole. Korytári, debnári a tokári vyrábali drevené riady, sudy na kapustu, korytá na pečenie chleba, dbanky na mútenie masla, bačovský riad a pod. Keďže ľudia nemali finančné prostriedky na kúpu hudobných nástrojov, naučili sa ich vyrábať. Vyrábali pastierske píšťaly, oravské dvojačky, dvojhlasné gajdy a tzv. korýtkové husle, nazývané tiež zlobcoky. Kováči v obci vedeli vyrobiť celé vozy, sane na spúšťanie dreva, poľnohospodárske náradie, pluh, nože či svietniky. Dnes toto remeslo reprezentujú hlavne umeleckí kováči v obci.

Do súčasnosti sa v Oravskej Polhore zachovali tradičné podoby košíkárstva, tesárstva, kováčstva a výroby hudobných nástrojov. Unikátom je ručné spracovávanie drevených šindľov, drevené šindľe slúžili na pokrytie všetkých budov v obci, dnes sa používajú skôr ako vzácnosť, na pokrytie chát, prístreškov, altánkov, dôležité miesto zastávajú pri rekonštrukciách ľudovej architektúry na rôznych miestach Slovenska.

Pre oblasť je taktiež veľmi špecifické zachovávanie a prezentovanie gajdošskej a pastierskej tradície, výroby hudobných nástrojov sa v oblasti venuje jeden výrobca, avšak v obci sa organizuje viacero tvorivých dielni, kde sa vyučuje výroba pastierskych píšťal a gajd.

TRADIČNÉ JEDLO A ŠPECIALITY PODBABIOHORSKEJ KUCHYNE – ORAVSKÁ POLHORA

Vďaka tradičnému spôsobu života v tejto lokalite sa nám zachovali podoby jedál, ktoré sú dnes reprezentované ako symbol celoslovenskej kuchyne. Ak navštívite kraj pod Babou horou určite musíte ochutnať bryndzové zemiakové halušky, demikát (bryndzová polievka), zemiakové placky, jahňacie či baranie mäso. Oblasť bola osídlená počas valašskej kolonizácie čo sa významne podpísalo na Podbabohorskej kuchyni. Valasi nedoniesli do tejto oblasti len spôsob vysokohorského vypásania pastvín ale aj postupy na spracovanie ovčieho mlieka a mliečnych výrobkov. Na tradičných stoloch sa preto dodnes vyskytujú bryndzové jedlá, oštiepky, čerstvý či údený ovčí syr a v neposlednom rade zdravá žinčica.

Oravská Polhora a Orava vôbec bola už počas Uhorska známa pestovaním kvalitných zemiakov a to sa odzrkadlilo aj na podobe dnešných jedál, tzv. švábku môžete ochutnať v podobe zemiakových placiek, kyslej zemiakovej polievky či ako ingrediencia do múčnych jedál obľúbený je tzv. Moskoľ, okrúhly chlieb omastený a dochutený slaninou. V tradičných rodinách sa obľubovala varená „švábka“ v šupke podávaná s maslom, mliekom poprípade s tvarohom.

V minulosti obľúbené, no dnes už trochu v úzadí ostali jedlá zo strukovín, hrachové, fazuľové polievky, bôb či ryža, ktorá sa varievala v mlieku. Unikátom oblasti bol čierny hrach pripravovaný hlavne vo forme polievky. Obľúbené boli taktiež koláče z jačmennej múky s medom, obilninové kaše omastené maslom, tzv. griska – krupičná kaša alebo rôzne podoby múčnych osúchov.

Veľkú časť jedál polhorskkej kuchyne tvorí kapusta, kapusnice, kapustové polievky, mäso v kapustnom liste či kapusta ako príloha.

Aj keď pôda v tejto oblasti nie je štedrá na pestovanie ovocia či zeleniny, nadmorská výška a lesy v katastri Oravskej Polhory ponúkajú iné a to v skutku bohaté dary prírody. Pramenitá čistá voda, minerálne pramene, čučoriedky, brusnice, bylinky a veľa druhov chutných húb, nie nadarmo sa táto oblasť nazýva rajom hubárov.

V súčasnosti sú na celom území Slovenska i v zahraničí vyhľadávaná známe oravské syrové korbáčiky, syrové nite, uzlíky – dochutené rôznym korením, údené syry či dokonca na oslavách preferované syrové torty

Dnes môžete v Oravskej Polhore v reštauráciách, penziónoch, turistických chatách nájsť moderné i tradičné podoby všetkých týchto jedál. Preto neváhajte a prídte ochutnať chuť Podbabohorska.



Fot. 55, 56, 58.
OCÚ Oravská Polhora

Fot. 57, 59-62.
Michal Glonek

- 1** Babia Hora – najvyšší vrchol Oravských Beskyd (1725 m n.m.)
Babia Góra (Diabłak) – najwyższy szczyt Beskidów Zachodnich (1725 m n.p.m.)
GPS 49°34'23.3"N 19°31'46.0"E
49.573140, 19.529442



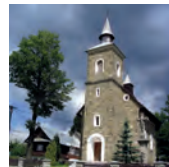
- 2** Modralová – najsevernejší bod Slovenska (1168 m n.m.)
Mędralowa – najbardziej na północ położony punkt Stowacji (1168 m n.p.m.)
GPS 49°36'49.6"N 19°28'02.9"E
49.613770, 19.467474



- 3** Jódobrómový prameň Slanej vody
Źródło wody jodowo-bromowej
GPS 49°31'28.9"N 19°28'18.5"E
49.524702, 19.471809



- 4** Farský kostol, Kamenný kostol a socha Jána Pavla II
Kościół parafialny, kościółek kamienny i pomnik Jana Pawła II
GPS 49°31'22.3"N 19°26'49.7"E
49.522856, 19.447149



- 5** Rašelinisko Slaná voda
Torfowisko Slana voda
GPS 49°31'41.7"N 19°28'28.7"E
49.528254, 19.474631



- 6** Hviezdoslavova hájovňa
Gajówka Hwiezdosława
GPS 49°32'28.2"N 19°30'02.3"E
49.541167, 19.500646



- 7** Nižný tajch
Niżny tajch (sztuczny zbiornik wodny)
GPS 49°34'53.7"N 19°27'15.6"E
49.581576, 19.454333



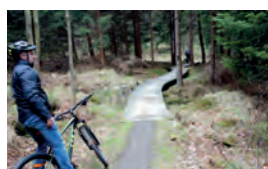
- 8** Zákopy – guľometné hniezda a protitankové výkopy
Okopy, bunkry z czasów II wojny światowej
GPS 49°33'13.9"N 19°25'06.9"E
49.553863, 19.418591



- 9** Múzeum valašskej kultúry
Muzeum kultury wołoskiej
GPS 49°32'42.0"N 19°22'07.4"E
49.545001, 19.368731



- 10** Centrum integrovanej cyklistiky
Centrum turystyki rowerowej
GPS 49°31'27.7"N 19°26'24.1"E
49.524350, 19.440013



- 11** Gajdošská izba
Izba Dudziarska
GPS 49°31'31.9"N 19°26'24.8"E
49.525526, 19.440224



- 12** Zámok i múzeum v Suchej Beskidzkiej
Zamek i muzeum w Suchej Beskidzkiej
GPS 49°44'47.4"N 19°36'05.2"E
49.746506, 19.601430



- 13** Drevený kostol v Lachowicach
Drewniany kościół w Lachowicach
GPS 49°42'50.0"N 19°28'26.8"E
49.713876, 19.474100



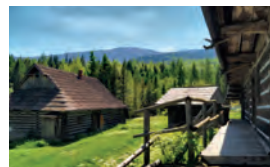
- 14** Drevený kostol v Łętowni
Drewniany kościół w Łętowni
GPS 49°41'49.6"N 19°52'20.1"E
49.697098, 19.872236



- 15** Skansen v Sidzine
– Múzeum ľudovej kultúry
Skansen w Sidzinie
– Muzeum Kultury Ludowej
GPS 49°37'11.2"N 19°42'05.1"E
49.619764, 19.701417



- 16** Skansen v Zawoi Markovej
Skansen im. J. Żaka w Zawoi Markowej
GPS 49°36'26.0"N 19°30'54.1"E
49.607222, 19.515018



- 17** Sidlo parku BgPN
– stála expozícia, záhrada rastlín babioborských
Siedziba BgPN – Wystawa Stała, Ogród Roślin Babiogórskich
GPS 49°36'42.7"N 19°31'05.3"E
49.611850, 19.518145



- 18** Beskydské centrum drevených hračiek v Stryszawie
Beskidzkie Centrum Zabawki Drewnianej w Stryszawie
GPS 49°42'50.1"N 19°31'18.2"E
49.713921, 19.521707



- 19** Krajinný Park Malých Beskyd – Leskowiec (922 m n.m.)
Park Krajobrazowy Beskidu Matego – Leskowiec (922 m n.p.m.)
GPS 49°47'19.2"N 19°26'37.6"E
49.788660, 19.443766



- 20** Mucharské jezero
Jezioro Mucharskie
GPS 49°47'24.1"N 19°34'53.0"E
49.790036, 19.581401



- 21** Vodopád na Mosornom Potoku v Zawoi
Wodospad na Mosornym Potoku w Zawoi
GPS 49°37'58.7"N 19°33'56.6"E
49.632959, 19.565721



- 22** Krčma „Rzym” z 18. storočia v Suchej Beskidzkiej
Karczma „Rzym” z XVIII w. w Suchej Beskidzkiej
GPS 49°44'32.7"N 19°36'05.6"E
49.742417, 19.601552



- 23** Sedačková lanovka „Mosorny Groń” w Zawoi
Kolej linowa „Mosorny Groń” w Zawoi
GPS 49°36'47.9"N 19°33'12.1"E
49.613297, 19.553348



- 24** Vyhliadková veža „Beskidzki Raj” v Stryszawie
Wieża widokowa „Beskidzki Raj” w Stryszawie
GPS 49°41'57.8"N 19°33'37.8"E
49.699392, 19.560501



