

WTOREK

25 sierpnia 2009
rocznik LXIV ♦ nr 101
cena 6 Kč

tel.: 558 731 766
faks: 558740044
www.glosludu.cz
info@glosludu.cz

Pismo wychodzi
we wtorki, czwartki i soboty

REPORTAŻ na str. 4

Najpierw
kronika
rodzinną,
potem książka



Guty rozpoczęły sezon dożynkowy

Po domem Tadeusza Badury i Zdenki Szczurek rozpoczęły się w niedzielę tradycyjne guckie Dożynki Śląskie. To oni byli w tym roku gospodarzami święta plonów, które ma tu już długą historię – odbyły się po raz 42.! Dożynki zorganizowali działacze Miejsowego Koła Polskiego Związku Kulturalno-Oświatowego. Przez wioskę przejechał korowód dożynkowy.

Jak każda tradycja, po zakończonych żniwach gospodarzom przyniesiono ostatni snop siana oraz chleb. – *Gazdoszku, gaździnko, przynosimy wótm tu dożynkowy wieniec...* – przywitani goście na scenie członkowie zespołu „Oldrzychowice”, który przedstawił dożynkowy obrzęd. Zespół trenował przed przyszłą niedzielą, kiedy będzie urządzał dożynki w swojej wiosce. Dożynkowi goście bawili się przed domem PZKO, na scenie występowały zaproszone zespoły, a między stolikami krążyli gospodarze, częstując miodulą i kołaczami. – *Jako gazdowie dożynek musimy starać się o tych, którzy tu pracują przy organizacji, tak, żeby im ta robota dobrze szła. Raz za czas przychodzimy więc ich poczęstować, nie zapominamy także o gościach dożynkowych* – wyjaśnił tegoroczny gazda. – *Tę funkcję dostaje się raz w życiu, więcej już się nie powtórzy* – mówiła gaździna.

Gazdami na Dożynkach Śląskich byli już na przykład przedstawiciele Huty Trzynieckiej, władze miasta,



Jak każda tradycja gazdowie otrzymują na dożynkach wieniec i bochenek chleba.

przedstawiciele Zarządu Głównego PZKO, zwykle jednak wybiera się do tej funkcji kogoś z miejscowych pezetkaowców. – *Taki kandydat musi mieć już swoje lata, bo przecież nie będzie gazdą człowiekiem, który jeszcze nie wie, co to za robota. Musi też znać pracę na roli, najlepiej,*

żeby miał trochę gruntu, pola, wiedział, co to gazdowanie – wyjaśnił prezes miejscowego koła PZKO, Jan Kaleta. Po widowisku dożynkowym w wykonaniu „Oldrzychowic” wystąpili także goście z zaprzyjaźnionej gminy Jasienica, zespół „Grónie” z Wisły, „Zorómbek”, „Zaolzi”

mi, velmi ciężki – podsumowała naukę gwary pani burmistrz.

To nie koniec dożynkowych imprez na Zaolziu. W sobotę dożynki odbędą się w trzech miejscowościach równocześnie – Oldrzychowicach, Błędowicach i Suchej Średniej. **ELŻBIETA PRZYCZKO**

ZDARZYŁO SIĘ

Nowy właściciel

Średnia Szkoła Trzyniec-Kanada nie należy już do województwa morawsko-śląskiego. Od 1 września działać będzie jako Prywatna Szkoła Średnia Trzyniec – od województwa przejęła ją Huta Trzyniecka. W szkole od lat przygotowuje się uczniów do pracy w miejscowej hucie, teraz także w firmach siostrzanych. W nowym roku szkolnym naukę rozpocznie tam 725 osób, do pierwszej klasy pójdzie 238 uczniów. Huta przejęła również szkolną stołówkę i Dom Młodzieży. **(ep)**

Wróciły opłaty

W kolejnej aptece szpitalnej województwo nie refunduje już pacjentom opłat regulacyjnych. Od ub. czwartku nowe zasady obowiązują w aptece Szpitala Trzyniec. Dyrekcja placówki musiała się podporządkować decyzji Sądu Wojewódzkiego w Ostrawie, który w ub. wtorek nakazał szpitalowi, by powstrzymał się od podpisywania trójstronnych umów, na mocy których opłaty, zamiast pacjentów, płaciło województwo. Już pod koniec czerwca sąd podjął podobną decyzję w przypadku apteki szpitalnej w Hawierzowie. Bez opłat regulacyjnych można nadal podejmować leki w aptece Szpitala w Poliklinice w Mizerowie oraz w szpitalu w Orłowej. **(dc)**

Ufają Buzkowi

Jerzy Buzek to polityk cieszący się największym zaufaniem Polaków – wynika z sondażu przeprowadzonego przez CBOS. Aż 64 proc. Polaków ufa pochodzącemu z Zaolzia przewodniczącemu Parlamentu Europejskiego i byłemu premierowi. Tuż za nim plasuje się szef MSZ Radosław Sikorski z 58 proc. zaufaniem. Premier Donald Tusk otrzymał 50 proc. głosów. **(r)**

Ewa na piórniku

Pomoce szkolne ozdobione obrazkami z ulubionych bajek czy też zdjęciami gwiazd showbiznesu cieszą się wśród dzieci dużą popularnością. W tym roku powód



do zadowolenia będą mieli fani Ewy Farniej. Na

czeskie półki sklepowe trafiły przybory szkolne z jej wizerunkiem. Fani mogą je też kupić w sklepie internetowym na oficjalnej stronie wokalistki, w ramach oferty „Z Ewą do szkoły”. Wybierać można z 23 artykułów – od notatników, przez okładki na zeszyty aż po piórnik. Pomyślano też o maluchach, które lubią przechowywać swe „skarby” w małych tekturowych kuferkach – również one będą mogły mieć kuferek ze zdjęciem swej idolki.

Sprzedaż przedmiotów opatrzonych zdjęciami „gwiazd” to dobry interes – z reguły bywają one

Piórnik z Ewą Farną ucieszy wielu jej fanów.

droższe od zwykłych przyborów. Przykładowo dwupiętrowy piórnik wyposażony w podstawowe przybory do pisania można kupić za cenę ok. 180 koron – podobny ze zdjęciem Ewy Farniej (bez wyposażenia) kosztuje 240 koron.

Zdjęcia lub imię młodej wokalistki, świeżej laureatki festiwalu w Sopocie, zdobią nie tylko przybory szkolne. Sprzedawane są również koszulki, czapki z daszkiem, bransoletki i inne gadżety „z Ewą”. **(dc)**



Podkładka na biurko z wizerunkiem Ewy Farniej i... tabliczką mnożenia.

KONGRES POLAKÓW W RC KONGRES POLAKÓW W RC

W 70. ROCZNICĘ WYBUCHU II WOJNY ŚWIATOWEJ, POPRZEDZONEGO NIEMIECKIM ATAKIEM DYWERSYJNYM NA DWORZEC KOLEJOWY W MOSTACH K/JABŁONKOWA

ZAPRASZAMY NA

UROCZYSTOŚĆ WSPOMNIENIOWĄ

POD PATRONATEM HONOROWYM
AMBASADORA RP W PRADZIE JANA PASTWY
ORAZ AMBASADORA RC W WARSZAWIE JANA SECHTERA

W ŚRODĘ, 26 SIERPNIĄ 2009 O GODZ. 15.00

POD POMNIKIEM OFIAR WOJNY
PRZY URZĘDZIE GMINY W MOSTACH K/JABŁONKOWA

W PROGRAMIE:

- INAUGURACJA, HYMNY CZESKI I POLSKI
- ZŁOŻENIE KWIATÓW POD POMNIKAMI
- PRZEMÓWIENIA OKOLICZNOŚCIOWE
- HOMILIA EKUMENICZNA I MODLITWA
- POKAZY WOJSKOWE
- SPEKTAKL AUDIOWIZUALNY W DOMU PZKO
- WERNISAŻ WYSTAWY

Impreza jest organizowana w ramach Projektu „Pamięć nocy – pamięć dni. 1939-1945”, który ubiega się o współfinansowanie ze środków Unii Europejskiej – Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego (EFRR) za pośrednictwem Euroregionu Śląsk Cieszyński-Těšínské Slezsko „Przekraczamy granicę”.

EVROPSKÁ UNIE EVROPEJSKI FUNDUSZ ROZVOJU REGIONALNEGO
EVROPSKÝ FOND PRO REGIONÁLNÍ ROZVOJ PŘEKRAČUJEME HRANICE

UNIA EUROPEJSKA EUROPEJSKI FUNDUSZ ROZWOJU REGIONALNEGO
PRZEKRAČAMY GRANICE

CZ PL 09101

PA M I E Ć
nocy dni
1939 1945

EUROREGION
Těšínské Slezsko
Śląsk Cieszyński

reklama

OCIEPLANIE DOMÓW
WYKONUJE

firma
ADAMIEC
tel: 607 671 527
materiałami
MAMUTHERM®
www.mamut.cz

POGODA

wtorek środa

dzień: 25 do 29°C noc: 14 do 10°C wiatr: 2-6 m/s

dzień: 25 do 29°C noc: 18 do 14°C wiatr: 2-6 m/s



KRÓTKO

Szkolą polskich lekarzy

KARWINA (ep) – Lekarze z Oddziału Chirurgii Kręgosłupa Karwińskiego Szpitala Górniczego szkolą kolegów z Polski. Szpital jest jedyną placówką w Republice Czeskiej i jedną z niewielu w Europie, która przeprowadza operację wszczepienia ruchomej endoprotezy dysku międzykręgowego. Po wszczepieniu protezy sztuczny dysk może się poruszać niemal tak samo, jak naturalny. Do Karwiny przyjeżdżają spondylo-neurochirurdzy z Polski, a wkrótce z innych sąsiednich krajów, żeby opanować nową technikę operacyjną.

Łańcuchy za darmo

KARWINA (ep) – Przed złodziejami wkradającymi się do mieszkań postanowiła obronić starsze osoby Straż Miejska. W ramach programu zapobiegania przestępności funkcjonariusze za darmo montują w mieszkaniach łańcuchy do drzwi i specjalne zabezpieczenia przeciwko wyważeniu drzwi. Z projektu mogą skorzystać mieszkańcy miasta powyżej 60 lat oraz osoby z legitymacją ZTP. Usługę można zamówić u Straży Miejskiej.

Sprzeciw nic nie da

TRZYCIEŹ (dc) – Gmina jest przeciwko poszerzeniu produkcji skrzyń biegów w fabryce Hyundai w Noszowicach. Negatywne stanowisko w tej sprawie wystosowała do Urzędu Wojewódzkiego w Ostrawie, do premiera rządu RC Jana Fischera oraz do odpowiednich resortów. Na razie otrzymała odpowiedź z Ministerstwa Transportu. – *Ministerstwo powiadomiło nas, że rozwój produkcji w fabryce Hyundai przebiega według uchwały rządu, której nie można zmieniać. Jesteśmy zbyt małym pionkiem w grze, by mieć na to wpływ* – przyznał wójt Stanisław Plekanec. Wzrost produkcji w fabryce samochodów będzie się wiązał z większym natężeniem ruchu, m.in. na biegnącej przez Trzycieź drodze I/68, co nie podoba się głównie stowarzyszeniu obywatelskiemu „Střítěž – za zdravé životní prostředí”. Radni poparli ten pogląd. Trzycieź od dłuższego czasu walczy też przeciwko przebudowie linii kolejowej biegnącej przez gminę na korytarz kolejowy przeznaczony dla pociągów towarowych.

1500 WIERNYCH Z POLSKI, CZECH I SŁOWACJI SPOTKAŁO SIĘ W SOBOTĘ NA TRÓJSTYKU

Modlitwa w trzech językach

Pierwsza msza w historii Trójstyku – miejsca, gdzie schodzą się granice polska, czeska i słowacka – odbyła się w sobotnie przedpołudnie. Wierni z trzech państw modlili się o pokój oraz jedność między narodami, choć akurat w tej części Beskidów równie ważne, jak stosunki między narodami, zawsze były kontakty sąsiedzkie.

Modlitewne spotkanie na styku trzech granic to pomysł księdza ordynariusza Tadeusza Rakoczego, biskupa diecezji bielsko-żywieckiej. Wiele lat spędził w Watykanie, to papież Jan Paweł II namaścił go na biskupa diecezji. Dlatego mówiąc o polsko-czesko-słowackich kontaktach, biskup Rakoczy nawiązał do osoby Ojca Świętego.

– *Doprawdy wiele nas łączy. W sposób szczególny łączy nas sługa boży Jan Paweł II. Ten słowiański apostoł przełomu XX i XXI wieku wielokrotnie odwiedził nasze ziemie. Pamiętamy znamienne słowa Václava Havla, który patrząc na papieża powiedział „Nie wiem, czy wiem, co to jest cud, ale ta obecność papieża jest cudem”. Z kolei będąc na Słowacji, Jan Paweł II powiedział, że to ogromne zrzędzenie losu, że papież Słowianin jest pierwszym papieżem, który przybył do tego kraju. Przyznał także, że Kościół w tym kraju nie jest zbyt bogaty i silny według miar tego świata, ale silny wiarą pogłębianą i oczyszczoną latami prześladowań* – mówił do wiernych ksiądz biskup Tadeusz Rakoczy.

Według szacunków, w nabożeństwie uczestniczyło około 1500 osób, największą grupę stanowili Polacy. Dla wiernych granice między Pol-



Msza na Trójstyku przyciągnęła wiernych z trzech państw – Polski, Czech i Słowacji.

ską, Czechami i Słowacją, zostały złamane na długo przed wejściem trzech państw do strefy Schengen. Na pograniczu kontakty zawsze były ożywione. Nie dziwi to Małgorzaty Kiereś, etnograf z Istebnej, która na Trójstyk patrzy całości-

wo. Jej zdaniem, dla górali z Beskidu Śląskiego nigdy nie było granic. Nie ważne, czy mieszkali w Nawsiu, Bystrzycy, Nydku, czy po drugiej stronie, na przykład w Koniakowie czy Jaworzynce.

– *Ta stworzona w 1920 roku, 28 lipca, kiedy podzielono Śląsk Cieszyński, była jedynie granicą administracyjną* – mówiła już wielokrotnie Małgorzata Kiereś, dyrektor Muzeum Beskidzkiego w Wiśle.

W rozmowie z Katolicką Agencją Informacyjną, ksiądz prałat Jerzy Patalong, dziekan dekanatu istebniańskiego, mówił z kolei, że idea jednoczenia między żyjącymi obok siebie narodami obecna jest tu od czasów świętych Cyryla i Metodego, jednak różne perturbacje polityczne i historyczne stanęły na przeszkodzie temu pokojowemu procesowi.

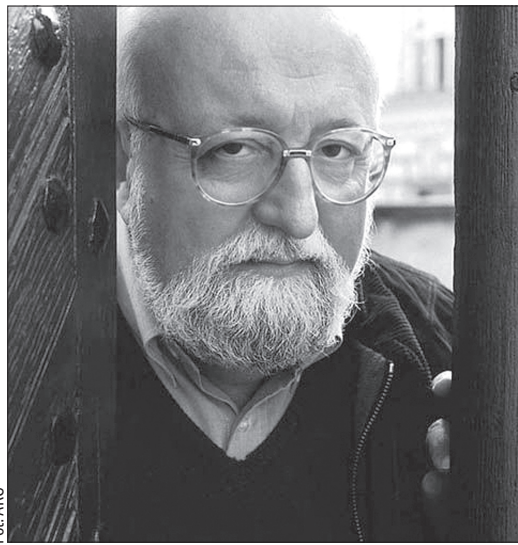
– *Teraz, jak zniknęły granice, zaczęliśmy nadrobić stracony czas. Ta modlitwa jest owocem wiary w to, że łączy nas wspólna wiara w Jezusa Chrystusa. Są jeszcze jakieś stare uprzedzenia, niegdyś sztucznie podsypane. Będziemy się wspólnie modlić, by ich już nie było* – dodał kapłan.

Kolejne spotkanie mieszkańców Polski, Czech i Słowacji na Trójstyku nie zostało wyznaczone, choć miejscowi bardzo na niego liczą. Wierni spotkają się wcześniej na pewno w Republice Czeskiej przy okazji pielgrzymki Benedykta XVI. **TOMASZ WOLFF**

Penderecki komponuje dla Cieszyna!

Najwybitniejszy polski kompozytor Krzysztof Penderecki tworzy na zlecenie Cieszyna utwór, który uświetni przyszłoroczne obchody 1200-lecia legendarnego założenia Cieszyna.

Krzysztof Penderecki, jeden z najwybitniejszych światowych kompozytorów współczesnych, ma kalendarz koncertowy wypełniony na kilka lat do przodu. A gdy nie dyryguje – tworzy. Gdy więc burmistrz Cieszyna Bogdan Ficek zadzwonił do niego z propozycją skomponowania specjalnego utworu na



Krzysztof Penderecki

1200-lecie legendarnego założenia miasta, obawiał się, czy maestro znajdzie na to w ogóle czas.

– *Dzwoniłem kilka razy, bo pan Penderecki cały czas jest w rozjazdach. Gdy w końcu udało mi się porozmawiać z kompozytorem, okazało się, że doskonale wspomina Cieszyn, ma do naszego miasta sentyment (kilka lat temu dyrygował swoje „Requiem Polskie” w kościele Jezusowym podczas festiwalu „Viva il canto” – przyp. red.) i chętnie przystał na moją propozycję* – opowiada Bogdan Ficek.

Nie wiadomo jeszcze kiedy „Fanfary na 1200-lecie legen-

darnego założenia Cieszyna” (tytuł roboczy) będą gotowe. Znany jest już natomiast termin prapremiery – 27 sierpnia 2010 roku i jej miejsce – kościół Jezusowy. Tego dnia usłyszymy również słynną VIII Symfonię Pendereckiego. Kompozytor osobiście poprowadzi koncert. – *Na 750-lecie Krakowa Krzysztof Penderecki nie skomponował żadnego utworu, a na 1200-lecie Cieszyna komponuje!* – cieszy się Bogdan Ficek.

Utwór ma być krótki, „Fanfara” dla Europejskiego Centrum Solidarności w Gdańsku, skomponowana przez Pendereckiego w ub. roku, ma 2,5 minuty.

(Gazetacodzienna.pl)

Buzek: Dziś realizujemy wizję Korfantego

– *Dziś realizuje się wizja Polski i Śląska, prezentowana przed ponad 70 laty przez Wojciecha Korfantego* – uważa szef Parlamentu Europejskiego Jerzy Buzek, który uczestniczył w sobotę w Katowicach w widowisku dedykowanym temu polskiemu działaczowi narodowemu na Śląsku, dyktatorowi III Powstania Śląskiego.

– *Korfanty miał jasną wizję – cały Śląsk należy do Polski. Miał także jasną wizję dla Polski – Polska zwrócona ku Zachodowi, ze Śląskiem jako głównym zwornikiem, jako forpoczta. I tę wizję my na Śląsku, my w Polsce, realizujemy dzisiaj – wizję Wojciecha Korfantego sprzed 70 lat* – mówił Buzek w swoim pierwszym publicznym wystąpieniu na Śląsku po wyborze na szefa europarlamentu. Buzek przypomniał postać zmarłego w 1939 roku Korfantego. – *Syn górnik z Siemianowic, zdobył staranne wykształcenie, był wielokrotnie posłem w pruskim i niemieckim parlamencie. Zawsze podkreślał, że jest posłem z Polski. W I i II powstaniu śląskim nie wziął udziału – uważał, że nie były wystarczająco przygotowane. Ale po plebiscycie sam stanął*

na czele powstania – wyliczał szef PE. Jego zdaniem, wielkie multimedialne widowisko, łączące m.in. powstańcze pieśni wykonywane przez zespół „Śląsk” i muzykę Józefa Skrzeka z animacjami komputerowymi, świetlnymi i laserowymi, jest również nowoczesne dzisiaj, jak wówczas nowoczesnym politykiem był Wojciech Korfanty. W koncercie zatytułowanym „Wojciechowi Korfantemu – Rapsod Śląski” wzięło udział prawie 120 artystów. Oprawę koncertu stanowiły m.in. nowoczesnie zaaranżowane prezentacje dawnych fotografii i filmów, będące podkładem dla muzyki – wybranej i zaaranżowanej przez śląskiego kompozytora i multiinstrumentalistę Józefa Skrzeka. Występował on na przemian z Zespołem Pieśni i Tańca „Śląsk”, zaśpiewała też Justyna Steczkowska. Całość wzbogacili tancerze.

Zorganizowane kosztem ok. 800 tys. zł widowisko było kulminacyjnym punktem obchodów Roku Korfantego w woj. śląskim. Termin przedstawienia wybrano nieprzypadkowo, krótko po 70. rocznicy śmierci polityka. Jego pogrzeb 20 sierpnia 1939 r. w Kato-



Wojciech Korfanty

wicach był wielką patriotyczną manifestacją Ślązaków.

Wojciech Korfanty (1837-1939), polski przywódca narodowy Górnego Śląsku, związany z Chrześcijańską Demokracją, w XX-lecie międzywojennym był posłem na Sejm. Od października do grudnia 1923 był wicepremierem w rządzie Wincentego Witosa i jego doradcą z ramienia Chrześcijańskiej Demokracji. W 1930 został aresztowany i wraz z posłami Centrolewu osadzony w twierdzy brzeskiej, ale z samego procesu brzeskiego był wyłączony. Wyjechał do Czechosłowacji, a potem do Francji. W kwietniu 1939 r. po wypowiedzeniu przez III Rzeszę układu o nieagresji i niestosowaniu przemocy, powrócił do Polski, jednak mimo chęci walki z Niemcami został aresztowany i osadzony na Pawiaku. Pomimo protestów opinii publicznej spędził tam prawie trzy miesiące. Ciężko chory, zwolniony został 20 lipca 1939 r., niespełna miesiąc później zmarł. Z jego śmiercią wiąże się wiele niejasności. Jedną z hipotez mówi, że zatrzał się oparami arszeniku, którym nasączone były ściany jego celi. (r)

Łączą pomoc niepełnosprawnym z ekologią

Na budynku stowarzyszenia obywatelskiego Trianon w Czeskim Cieszynie umieszczony jest kolektor słoneczny. Sama organizacja, założona w 2003 przez dwie osoby, od początku działała też w dwóch dziedzinach. Pierwszą jest ekologia. Urządzenie zainstalowane na dachu służy do przemiany energii na ciepło. Jedną z ekologicznych inicjatyw Trianonu to właśnie budowa takich urządzeń.

– To nie jest ani trudne, ani drogie – zapewnia prezes stowarzyszenia i jego współzałożyciel, Viliam Šušňal. W czasie piątej edycji akcji „Zrób sam kolektor” uczniowie na letniej praktyce pracują przy tym razem z niepełnosprawnymi osobami. Drugie z zadań organizacji to właśnie integracja osób niepełnosprawnych. W rozmowie z wiceprezesem i drugim z założycieli Trianonu, Jaroslavem Dembinny, skupiłam się na ludziach niepełnosprawnych, którym poświęcona jest duża część działalności stowarzyszenia.

Praca dla niepełnosprawnych

– Naszym celem strategicznym jest stworzenie średniej kadry menedżerskiej, złożonej z osób niepeł-

nosprawnych. Od 2005 jesteśmy w strukturze Rady Narodowej Osób Niepełnosprawnych w Pradze. Staraliśmy się też znaleźć im pracę manualną. Stworzyliśmy już warsztaty pracy dla niepełnosprawnych, często związane z działaniami ekologicznymi. Nasi ludzie pracują na przykład przy segregacji odpadów – rocznie likwidujemy około 40 ton komputerów z Huty Trzyńskiej czy ubezpieczalni VZP – opowiada Jaroslav Dembinny. Trianon to jeszcze wiele innych inicjatyw, takich jak projekt „Beskidy dla wszystkich”, mający na celu dostosowanie ruchu turystycznego do potrzeb osób niepełnosprawnych fizycznie, organizowanie międzynarodowej konferencji „Bez barier – bez granic”, Dni Energii na Olzie czy wreszcie dzia-

łania w ramach stworzonej niedawno Środkowoeuropejskiej Grupy na Rzecz Integracji Osób Niepełnosprawnych.

Miasto bez barier?

Możliwość poruszania się i przemieszczania to bardzo istotna sprawa dla osób na wózkach inwalidzkich. Dzisiaj można już skorzystać z usług:



Jaroslav Dembinny, wiceprezes i współzałożyciel Stowarzyszenia Trianon.

samochód, który jak taksówka zawiezie człowieka w dowolne miejsce. W przygotowaniu jest projekt miast Jablonkowa, Trzyńca i Czeskiego Cieszyna, w ramach których działać będzie taka usługa. Trianon

współpracuje z Cieszynem, gdzie właśnie odbywa się przystosowywanie wszystkich przystanków autobusowych do potrzeb osób niepełnosprawnych. – To jest jednak tylko część większego problemu – zaznacza mój rozmówca. – Ktoś może powiedzieć: przystosowaliśmy chodniki, zrobiliśmy wejścia bezbarierowe – rozwiązaliśmy problem z niepełnosprawnymi. Ale w rzeczywistości rozwiązano tylko niewielką jego część. Kwestia mobilności jest dla niepełnosprawnych bardzo istotna, ale my chcemy, żeby społeczeństwo też widziało te problemy, żeby nasi ludzie dostali się do urzędów, władz samorządowych i wojewódzkich. Wtedy, jak natrafia na problemy niepełnosprawnych, będą wiedzieli, o co chodzi, bo sami to poznali.

Krawężnik to nie wszystko

Jakie problemy może mieć człowiek niepełnosprawny? Pierwsze, co przychodzi na myśl, to pewnie niedostępność miejsc i budynków,

schody, krawężniki. – Większość ludzi właśnie tak postrzega niepełnosprawnych – przez pryzmat problemu z mobilnością – dodaje Dembinny. – Istnieje jednak cała sfera socjalna, w której trzeba wiele zmienić w stosunku do niepełnosprawnych fizycznie. Celem Trianonu jest doprowadzenie do tego, żeby polityka socjalna w stosunku do ludzi niepełnosprawnych była całkowicie indywidualna, żeby nie wrzucano ich do jednego worka. – Nadal czasem pokutuje przekonanie, że człowiek na wózku inwalidzkim to osoba upośledzona fizycznie i umysłowo, która nic nie potrafi. To bzdura. Nasi ludzie to często informatycy, graficy, profesorzy uniwersyteccy. Muszą potrafić i mieć szansę sprzedać swoje umiejętności zawodowe. Mimo tego często pozostają w domach, nie mają możliwości. Chcemy na przykład zlikwidować te nieszczęsne kursy rekwalifikacyjne niepełnosprawnych, kosztujące państwo duże pieniądze, bo one nic nie dają.

Za mostem już inaczej

W ubiegłym roku Trianon założył Środkowoeuropejską Grupę na Rzecz Integracji Osób Niepełnosprawnych, do której weszły oprócz Czech także Polska i Słowacja. Do działań włączyły się Turcja i Szwecja. – Nasze najważniejsze zadanie to porównanie prawodawstwa wszystkich krajów – mówi Jaroslav Dembinny. – Weszliśmy do układu z Schengen, granice zostały otwarte, ale niepełnosprawnych to nie objęło – dodaje. Jak mówi, wystarczy przejść most graniczny, a już są inne warunki, inne przepisy. Dlatego wysłał do Brukseli opracowanie porównania przepisów dotyczących niepełnosprawnych we wszystkich krajach Unii. To jednak będzie dopiero początek. – Myślę, że proces ujednolicania tych przepisów potrwa co najmniej kilkadziesiąt lat. Ale dobrze, że przynajmniej zaczniemy – stwierdza.

ELŻBIETA PRZYCZKO



Jedną z inicjatyw Trianonu są Dni Energii na Olzie.

Wyszkołą transgranicznych ekspertów

Potrzebujesz informacji o współpracy transgranicznej? Nie wiesz, jakie są możliwości pracy, działalności gospodarczej, kształcenia, turystyki po drugiej stronie granicy? Doradzą ci w Wyższej Szkole Spraw Społecznych w Hawierzowie. Od 10 sierpnia działa tam specjalne Centrum Informacji i Doradztwa. Drugi taki punkt informacyjny powstanie we wrześniu Bielsku-Białej.

To tylko jeden z punktów projektu pod nazwą „Rozwój źródeł ludzkich Śląska czesko-polskiego”, który razem z hawierzowską uczelnią realizuje Wyższa Szkoła Administracji w Bielsku-Białej. Główny cel projektu to wsparcie rozwoju szeroko rozumianej współpracy transgranicznej. W ramach działań po czeskiej i po polskiej stronie szkolic się będzie transgranicznych ekspertów. W Hawierzowie przeprowadzane będą kursy rekwalifikacyjne dla bezrobotnych z zakresu ruchu turystycznego, przedsiębiorczości i administracji – wszystko z uwzględnieniem warunków polsko-czeskiego pogranicza. W Bielsku-Białej skupią się na wyszkoleniu urzędników samorządowych, pracowników instytucji rynku pracy i przedsiębiorców. Do projektu zakwalifikowano tu 37 osób, które właśnie dziś

zakończyły pierwszy etap kursu – podstawy języka czeskiego. W październiku ruszą natomiast dla nich studia podyplomowe na kierunku administracja i zarządzanie



W nowo otwartym Centrum Informacji pracują trzy osoby, wcześniej przeszkolone w tematyce współpracy transgranicznej. Na zdjęciu jeden z pracowników i koordynator projektu, Milan Kolder.

procesami transgranicznymi. – Naszym celem jest stworzenie w regionie takiej kadry ludzi, która będzie działać na rzecz współpracy ponad granicami. Jesteśmy w Unii Europejskiej, możemy się swobodnie przemieszczać i działać, na Śląsku Cieszyńskim mamy do siebie tak blisko, a jakoś nie do końca wykorzystujemy te możliwości – wyjaśnia koordynator polskiej części projektu, Barbara Górka. Absolwenci studiów podyplomowych będą mieli nietypową formę zaliczenia. Zamiast egzaminu czy pracy, każdy

napisze jakiś polsko-czeski projekt. – Liczymy na to, że powstaną nowe pomysły w dziedzinach turystyki, ekologii, kształcenia, biznesu itd., że na naszym pograniczu będzie się dużo działo – dodaje Górka.

Dyrektor generalny Wyższej Szkoły Spraw Społecznych w Hawierzowie, Václav Bezecný, jako cele całego projektu wymienia oprócz wsparcia działań transgranicznych lepszy przepływ informacji, pomoc przedsiębiorcom i działaczom, możliwości dla osób bezrobotnych, zmniejszenie bariery językowej i promowanie ruchu turystycznego po obu stronach Śląska Cieszyńskiego. – Od otwarcia naszego centrum przyszło już zasięgnąć informacji kilka osób. Interesowała ich możliwość podjęcia pracy po polskiej stronie oraz sytuacja ruchu turystycznego w polskich Beskidach – wyjaśnia pracownik hawierzowskiego Centrum Informacji i Doradztwa i koordynator projektu, Milan Kolder. Kursy z zakresu działań transgranicznych ruszą tutaj jesienią. Czy specjaliści ds. współpracy transgranicznej, wyszkoleni w Hawierzowie i Bielsku-Białej, będą mieli co robić? – Na pewno! Jest wielkie zapotrzebowanie na osoby orientujące się w możliwościach współpracy transgranicznej, a także osoby znające języki polski i czeski. Już w ciągu kilku dni od ogłoszenia naboru uczestników zgłosiło się 50 osób, więcej, niż mogliśmy przyjąć, a w ciągu następnych miesięcy jeszcze dzwoniли i pytali kolejni zainteresowani – mówi Barbara Górka.

ELŻBIETA PRZYCZKO

Najpierw kronika rodzinna, potem książka

Przez lata pisał do szuflady. Chciał zachować wspomnienia dla potomnych. W tym roku doczekał się wydania swego zbioru opowiadań. Książkę Władysława Wrany pt. „Prawdziwe starzikowe opowiadania” wydał w kwietniu br. Urząd Gminy w Stonawie. Opowiadania napisane gwarą śląską przypominają dzielnice Stonawy, które już nie istnieją, a zwłaszcza Meksyk, gdzie autor się urodził.

Opowiadają też o zwykłych ludziach i ich losach, o tragicznych wydarzeniach wojennych. W książce nie brak refleksji autora na różne tematy, nie brak też humoru. Tak jak w zwykłym życiu – zdarzenia wesołe przeplatają się tu ze smutnymi, czy wręcz tragicznymi.

Historia 700 osób

Odwiedzam Władysława Wrane i jego żonę Bronisławę w ich domu w Olbrachcicach. Pytam o to, jak powstała książka. Pan Władysław wyciąga dwa pokazne, porządnie oprawione tomy. – *Najpierw powstała kronika* – wyjaśnia. – *Przedstawiłem w niej drzewo genealogiczne naszej rodziny. Jest w niej ok. 700 osób. Kończy się na 2005 roku, co pięć lat kronika będzie aktualizowana.*

Kronika prowadzona jest równym, kaligraficznym pismem. Jej autor nauczył się go w Średniej Szkole Przemysłowej w Karwinie. Przed nami rozgąłęzia się rodowód czterech rodzin – Wronów (rodzina ojca pana Władysława), Kolków (rodzina jego matki), Zielonków (rodzina ojca pani Bronisławy) i Wadowskich (rodzina matki pani Bronisławy). – *Wronowie, rodzice mojego ojca, przyszedli w 1900 roku z Sierakowa pod Bochnią do Orłowej za pracą. W 1906 roku urodził się mój ojciec Alojzy. W tym czasie w Orłowej był czeski ksiądz i zapisał jego nazwisko jako Wrana* – tłumaczy pan Władysław, dlaczego jego nazwisko brzmi nieco inaczej, niż nazwisko jego przodków pochodzących z Galicji. – *Dziadkowie mieli pięcioro dzieci i wszystkim zapewnili wykształcenie w języku polskim* – dodaje.

Władysław Wrana nie bez kłopotów szukał śladów swoich przodków ze strony ojca. Wiedział, że w Orłowej jest grób dziadka Franciszka Michała Wrany, który zmarł w 1913 rok. Posiadał także wiedzę, że pochodził spod Sierakowa. Miejscowości o tej nazwie jest jednak w Pol-

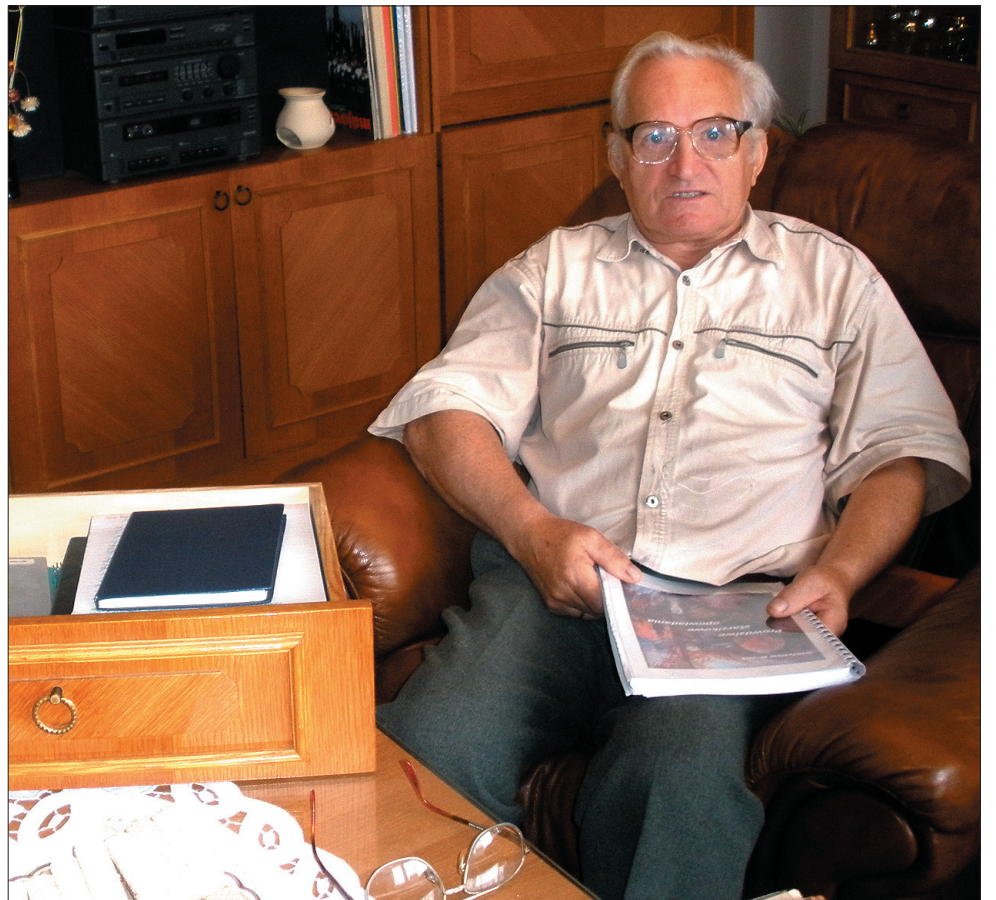
sce więcej. Założył, że najlepiej będzie się skupić na Galicji, bo stamtąd najczęściej przychodzili do nas ludzie w poszukiwaniu pracy. Jego założenie było słuszne. Pomógł mu ksiądz z tamtejszej plebanii, który w swym archiwum znalazł zapiski dotyczące dziadków pana Władysława. Świetnie się uzupełniały z zapiskami, które znalazł tutaj.

Jeden był olimpijczykiem, drugi zginął w Katyniu

Drugi tom kroniki rodzinnej to zdjęcia. Najstarsze są z XIX wieku, najnowsze – z czasów współczesnych. Wiele osób w tej kronice zasługuje na uwagę. – *Kiedyś było tak, że kiedy rodzice zmarli i zostawili po sobie sieroty, to nie oddawano ich do domu dziecka, lecz krewni brali je w opiekę* – wspomina pan Władysław. – *Brat mojego ojca był wojskowym, razem z żoną pracowali w Warszawie w ministerstwie. W 1939 roku oboje zginęli. Zostało po nich*

czworo dzieci. Mój ojciec przywiózł je do nas na początku wojny. Zaopiekowała się nimi nasza ciocia Zofia Wronówna, która była nauczycielką szkoły w Będowicach Dolnych i w gimnazjum w Orłowej. Zaniechała pracy nauczycielskiej, by mogła się nimi opiekować. Cała rodzina ją wspierała, woziliśmy jej prowiant dla dzieci.

Oglądamy kolejne zdjęcia ciekawych ludzi, związanych z rodziną Władysława Wrany. Pokazuje mi portrety dwóch braci – Alojzego i Leona Febrów. Pierwszy był zapaśnikiem, w 1936 roku brał udział w olimpiadzie w Berlinie. Drugi, Leon, był nauczycielem i lotnikiem. Szedł bronić ojczyzny do Dębłina. Kiedy walki się skończyły, uciekał przed Niemcami na Wschód. Kiedy jednak Rosjanie dowiedzieli się, że należy do inteligencji, nie miał szans. Zginął w Katyniu.



Władysław Wrana przez długie lata pisał do szuflady.

Chciał uratować wspomnienia

Drzewo genealogiczne rodziny i kronika zdjęć to był jednak dopiero pierwszy krok. – *Powiedziałem sobie, że szkoda byłoby, gdyby zginęły opowieści, które przekazywali mi ojciec, matka i babcia. Żałowałem, że nie słuchałem ich uważniej wtedy, kiedy jeszcze żyli. Ale do wszystkiego trzeba dojrzeć. Kiedy byłem młody, rozglądałem się za dziewczynami, potem założyłem rodzinę, ustawiłem się w pracy zawodowej, budowałem dom... Dopiero jak przeszedłem na emeryturę, zacząłem się głębiej interesować tymi sprawami.*

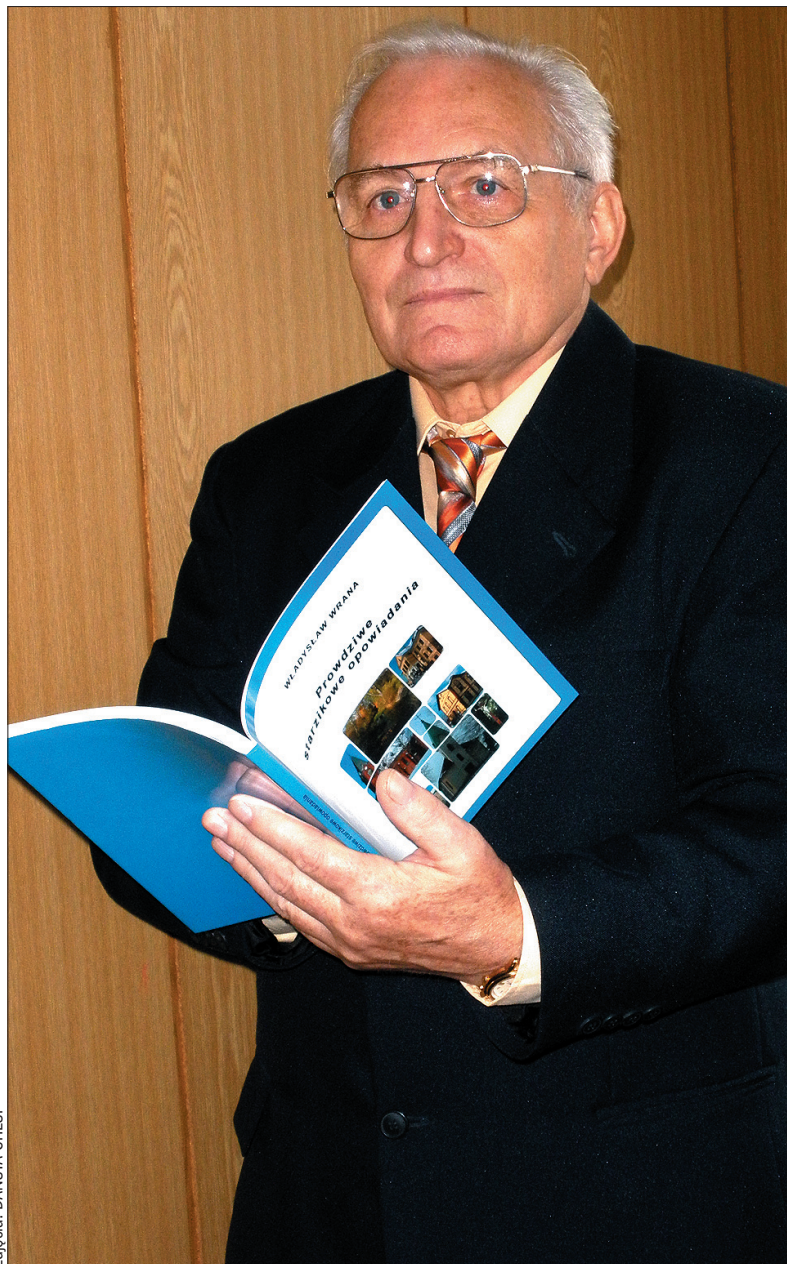
Książka „Prawdziwe starzikowe opowiadania” nie powstała więc z niczego. Jest inną formą przekazania wspomnień o przeszłości, odnotowanych przedtem w kronice. – *Długo pisałem do szuflady. Najpierw po polsku. Potem powiedziałem sobie, że ta nasza gwara śląska jest przecież tak piękna, że szkoda byłoby, by jej nie zachować. A w każdej miejscowości jest trochę inna, nawet w każdym domu. W Stonawie mówi się na przykład o rzece Stónawka, a w Olbrachcicach – Stónówka* – wyjaśnia autor.

Meksyk, którego już nie ma

Idealny świat dzieciństwa to we wspomnieniach Wrany stonawski Meksyk, gdzie się urodził. Mieszkał na nim do 1961 roku. – *Meksyk to był płaskowyż, ograniczony Górzami (gdzie jest kościół i Dom Robotniczy), Bąkowem i Łakami, a od*

strony Olbrachcic są Pasieki. Był gęsto zabudowany. Teraz zostało już tylko parę domów koło kopalni ČSM-Południe. My mieszkaliśmy w ładnym, spokojnym miejscu – w takiej podkowie lasu, gdzie był rezerwat ptactwa. Było czysto, w potokach żyły pstrągi. Mieliśmy dwa hektary pola, pracy była bardzo dużo, ale z drugiej strony panował też względny dobrobyt. Potem zaczęła się dewastacja Stonawy. Najpierw, jak wybudowali kopalnię 9 Maja, „spadła” Katarzyna, potem Nowy Świat. Meksykowi główny cios zadała planowana budowa koksowni. Mówi się, że kiedy zgubi się kamień węgielny, to budowa nie zostanie szczęśliwie dokończona. I tak się stało. Przedstawiciele rządowi z wielką pompą klepali po kamieniu węgielnym, a tego samego dnia gdzieś zginął. Koksowni nie wybudowano, ale Meksyk został zrównany z ziemią. Wykupiono 34 domy, wszystko zostało zrównane z ziemią, zawieszono hałdami...

Swe opowiadania czytał Władysław Wrana najpierw podczas spotkań rodzinnych. Z uwagą słuchali i starsi, i wnuki. Potem dowiedział się o nich profesor Daniel Kadłubiec i zachęcił Władysława Wrane, by je wydał. Realizacja pomysłu nie była jednak wcale łatwa. W końcu udało się wydać książkę dzięki wsparciu finansowemu gminy Stonawa. Sięgają po nią z nostalgią głównie byli stonawianie, ich krewni i znajomi. – *Wiem, że moja książka trafiła już w ten sposób do Kanady, do Stanów Zjednoczonych na Florydę, do Szwajcarii, Niemiec, i oczywiście do Polski* – mówi autor. DANUTA CHLUP



Władysław Wrana podczas chrztu swojej książki „Prawdziwe starzikowe opowiadania” w kwietniu br. w Stonawie.

O autorze

Władysław Wrana urodził się w 1939 roku w Stonawie, w dzielnicy zwanej Meksykiem. Skończył Średnią Szkołę Przemysłową w Karwinie, pracował jako technik. Z żoną Bronisławą wybudował dom w Olbrachcicach, gdzie mieszka do dziś. Obecnie jest na emeryturze. W kwietniu br. gmina Stonawa wydała jego zbiór opowiadań napisanych gwarą pt. „Prawdziwe starzikowe opowiadania”. Jego hobby to nie tylko utrwalanie dawnych dziejów rodziny – kolejną jego pasją jest pszczelarstwo. (dc)

Zdjęcia: DANUTA CHLUP

reklama

5 września 2009
o godz. 17 w sali teatralnej
„Kašpárek v rohlíku”
Spektakl lalkowy teatru Jihočeské divadlo
przedprzedaż w ramach teatru
rodzinnego:
student + dorosły = 150,-
ZTP zniżka 50%
(przedprzedaż trwa do 3.9.)
dziecko/student 90,-, dorosły 190,-

Modelujemy sylwetkę, drogie panie!

Dzisiejszy poradnik przeznaczam dla pań. Temat: modelowanie sylwetki. Panom nie odradzam lektury. Przeciwnie. Niech się dowiedzą, na co ich ukochane będą w pocie czoła wydawać pieniądze.

Przede wszystkim proszę się nie obawiać! Nie wybieramy się do siłowni, gdzie na oczach pół tuzina umięśnionych facetów będziemy nieporadnie ćwiczyć na przyrządach. Rozumiem wasze obawy. Na początek wybrałam studio kształtowania sylwetki tylko dla pań w Karwinie. Wchodzę i oddaję się w ręce fizjoterapeutki Ireny Oczkovej.

Masaż rollowany

Po wstępnych pytaniach o stan zdrowia i przeciwwskazania rozpoczynamy rollmasaż. Na walec urządzenia Body Roll najpierw kładę stopy. Po minucie przychodzi kolej na łydki. – *W stopach są punkty refleksyjne całego organizmu, dlatego zaczęliśmy właśnie od nich. Masaż łydek pozwala nam natomiast rozruszać układ limfatyczny* – wyjaśnia pani Irena. Potem masujemy kolejne partie ciała (przez 3 minuty każdą) – brzuch, pośladki, uda... Cokolwiek, według życzenia. Odczucia? Drganie powodujące mrowienie i rozlewające się ciepło po masowanej powierzchni ciała. Nawet przyjemne...

A co daje taki masaż? – *Dzięki temu, że działa intensywnie w głąb, pomaga usuwać tłuszcz podskórny oraz cellulitis. Skóra staje się jędrniejsza, mniej widoczne są rozstępy. Przed zabiegiem dobrze jest nanieść na skórę krem zwalczający cellulitis lub krem odchudzający. Wtedy masaż jest jeszcze skuteczniejszy* – radzi fizjoterapeutka.



Bodyroll: Dogłębna masaż pośladków na body roll.



Easytone: Fotele są połączeniem kilku urządzeń fitness.

Zestaw kondycyjny

Przed nami sześć foteli kondycyjnych. Na pierwszy rzut oka budzą we mnie skojarzenia z fotelami dentystycznymi. Błędne zresztą. Gwarantuję, że na nich spocą się panie o wiele bardziej niż podczas skomplikowanego zabiegu rwaną zębą!

Składający się z sześciu foteli nowatorski zestaw kondycyjny angielskiej firmy Shapemaster jest rezultatem wspólnej pracy wybitnych fizjoterapeutów, konstruktorów oraz naukowców zajmujących się sportem. – *Fotele działają na zasadzie ruchu sterowanego. Innymi słowami są tak skonstruowane, że nie pozwalają na wykonanie błędnego ruchu. Ponadto każdy fotel jest kombinacją 2-4 urządzeń fitness. W rezultacie ćwiczenie może trwać krócej, a po przejściu wszystkich stanowisk mamy pewność, że nie pominieliśmy żadnych mięśni. Trzydziestu minut na Easytone daje taki sam efekt jak 90 minut na zwykłym sprzęcie* – przekonuje Oczková.

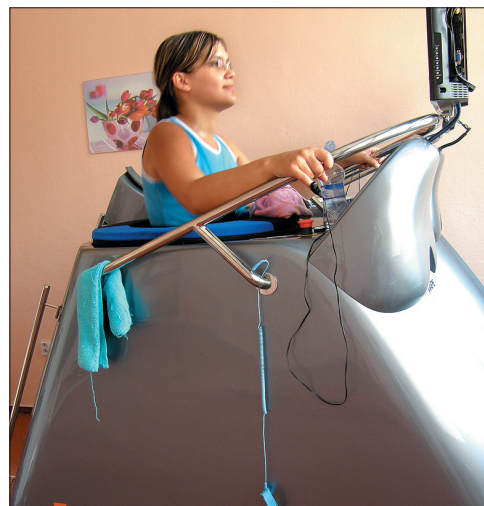
Pół godziny ćwiczeń to 5 minut na każdym stanowisku. Próbuje wybiórco dwa i tylko przez trzy minuty (usprawiedliwia mnie brak odpowiedniego stroju i konieczność powrotu do redakcji). Jest co robić. A ostatni fotel, jak informuje mnie pewna bywalczyńka studia, podobno najgorszy... Ale czego nie robi się dla figury?! Tym bardziej, że ćwiczenia na zestawie odpowiednie są dla każdego. – *Zarówno dla osób słabo umięśnionych, jak i otyłych* – dodaje moja przewodniczka.

Bieg w podciśnieniu

Uwaga, a teraz coś dla pań, które nastawione są na wynik! – *Przychodziła tu kobieta trzy razy w tygodniu ćwiczyć na naszym sprzęcie. Po trzech miesiącach ubyło jej w talii 19 cm. Nie przechodziła na żadną dietę. Tyle tylko,*

że zrezygnowała z napojów gazowanych i po godz. 18.00 starała już się nie jeść – mówi pani Irena, przy okazji wprowadzając mnie w tajniki działania Vacushape.

To wyglądające niemal kosmicznie urządzenie składa się z bieżni umieszczonej w kapsule, w której wytwarzane jest podciśnienie. Szybki chód w podciśnieniu sprawia, że zostaje spalony tłuszcz również w takich miejscach, jak uda, pośladki, talia, brzuch. – *Po spinningu czy aerobiku stwierdzamy, że całe ciało mamy rozgrzane, ale części peryferyjne, jak pośladki czy brzuch pozostają chłodne. W efekcie chudniemy nie tam, gdzie chcemy. Vacushape natomiast powoduje lepsze ukrwienie miejsc, gdzie zwykle gromadzi się tłuszcz. Dzięki temu ubywa nam centymetrów w biodrach, talii i udach* – wyjaśnia fizjoterapeutka. Jej zdaniem, Vacushape jest najlepszą metodą na pozbycie się cellulitisu oraz zbędnego tłuszczu. Nic dziwnego, że urządzenie jest zajete. – *Tak, już mam kilkucentymetrowy wynik* – przekonuje mnie korzystająca z niego młoda kobieta. – *Chód*



Vacushape: Szybki chód w kapsule podciśnieniowej trwa 30 minut.

w podciśnieniu jest nieco trudniejszy, niż zwykły szybki chód czy bieg. To tak, jakby człowiek szedł w śniegu. Ale da się wytrzymać – dodaje raz po raz łykając wodę z butelki. Regularne przyjmowanie płynów jest tu bardzo istotne. W ciągu 30-minutowego zabiegu należy wypić pół litra wody niegazowanej, a podczas trwania terapii przyjmować codziennie 3-4 litry płynów. Dzięki temu organizm pozbędzie się zbędnych produktów przemiany materii, które powstają podczas spalania tłuszczów.

No właśnie, na początku wspominałam coś o wyniku. A więc tak: zalecanych jest 20 zabiegów w ciągu 6 tygodni, przy czym – jak podaje producent – pierwsze efekty widoczne są już ok. dziesiątego zabiegu. Aby jak najlepiej wykorzystać czas spędzony na bieżni w podciśnieniowej kapsule, warto rozgrzać się przed wejściem – np. na Body Roll czy Easytone. Wówczas tłuszcz spalany jest już od pierwszej minuty, podczas gdy przy „zimnym” starcie najwcześniej od szóstej.

Błyskawiczny Fitvibe

Piszę błyskawiczny, bo chodzi o kolejne urządzenie skracające czas ćwiczenia. Tym razem na rekordowych 8 minut, jeśli chodzi o standardową wersję 14 ćwiczeń po 35 sekundach. Krótko mówiąc, wpadasz jak błyskawica i znowu... Właśnie. Trudno mi powiedzieć, czy wypadasz również jak błyskawica, bo spróbowałam tylko dwu ćwiczeń – jedno na łydki (nawet przyjemne) i drugie na mięśnie brzucha (dość okropne, zwłaszcza przez ostatnie pełzające sekundy). Tak czy owak z całą odpowiedzialnością mogę orzec, że ten sprzęt coś w sobie ma. Chodzi zresztą o niewinnie wyglądającą płytę wibrującą, na której przyjmiesz wyświetloną na displayu pozycję i trwasz w niej przez 35 sekund. Wibracje powodują, że trening staje się o wiele bardziej intensywny. – *W rezultacie zaangażowanych jest aż 100 proc. włókien mięśniowych, podczas gdy ćwicząc tradycyjne „brzuski” tylko 40 proc. Trening na płycie wibracyjnej jest bardzo intensywny (dlatego też taki krótki) i tak na przykład minuta spędzona na płycie z ugiętymi w kolanach nogami daje taki sam efekt jak 100 przysiadów* – opowiada Oczková.

Fitvibe służy zresztą nie tylko do modelowania sylwetki, wzmacniania mięśni, stawów i skóry. Posiada również inne programy – na przykład ukierunkowane na konkretny sport, program na poprawę krążenia peryferyjnego czy program na osteoporozę. Urządzenie to zostało bowiem pierwotnie skonstruowane jako sprzęt medyczny dla osób ze zwiotczalnymi mięśniami, które przez dłuższy czas nie mogły się ruszać.

Na tym koniec naszej lekcji pokazowej. Następnym razem proszę już w stroju gimnastycznym! **BEATA SCHÖNWALD**



Fitvibe: Fizjoterapeutka Irena Oczková na płycie wibrującej fitvibe.

Kim jest trener osobisty?

Do trenera Jiře Adamika, mistrza RC w kulturystyce, zgłaszają się zwykle kobiety – pracownicy hawierzowskiego magistratu, członkinie Koła PZKO w Błędowicach... – *Na czym polega Pana praca? – pytam.*

– *Proszę sobie wyobrazić taką sytuację* – opowiada Adamik. – *Kobieta postanawia zabrać się za swój wygląd, zrobić coś dla swego zdrowia, poprawić sylwetkę, zrzucić kilka zbędnych kilogramów. Diety cud się nie sprawdzają... Decyduje się więc na siłownię. Ale nie wie, jak ćwiczyć i co ćwiczyć. W rezultacie więc wydaje pieniądze, marnuje czas, a spodziewanych efektów nie widać. Mało tego, może sobie nawet zaszkodzić.*

W cywilizowanym świecie nie ma czegoś takiego, jak otwarta siłownia, gdzie przychodzisz, płacisz i ćwiczysz, jak ci się podoba. Tam trener osobisty to naturalna sprawa. Przekonałem się o tym, wcześniej wleka podróżując. W samochodzie też nie wystarczy pokazać, gdzie jest kierownica, a gdzie sprzęgło i powiedzieć: możesz jechać.

Tak samo jest z siłownią. Potrzeba chociaż 10 lek-

cji (po dwie tygodniowo), żeby nauczyć się ćwiczeń. Najpierw przeprowadzam szczegółowy wywiad na temat stanu zdrowia, stylu życia, przyzwyczajzeń, motywacji, potem ważenie na specjalistycznej wadze. Ta oprócz masy ciała mierzy również udział minerałów, protein i tłuszczów w ciele. Na tej podstawie wspólnie ustawiamy jadłospis (głodówki nie wchodzą w grę) i wyznaczamy sobie cel.

Moja praca nie kończy się po godzinnym treningu – cały czas jestem do dyspozycji na mejlu czy telefonie. Kiedy trzeba służę radą. Często funkcjonuję również jako psycholog, bo wiele kobiet przy okazji treningu przychodzi się wygadać.

Trener osobisty to także dodatkowa motywacja. To ktoś, kto nie pozwoli ci z byle powodu zrezygnować, za to pomoże ci poszukać nowych rozwiązań. Kobietom, które chcą poprawić sylwetkę, zawsze mówię, żeby nie chwalić się przed koleżankami na wzrost. Radzę im: poczekać aż inni dostrzegą zmianę w waszym wyglądzie. Wtedy im powiecie, że zabrałyście się za siebie. **Notowała: BEATA SCHÖNWALD**

reklama

CENTRUM TVAROVÁNÍ POSTAVY

cvičení pod dohledem fyzioterapeuta

www.fenixkarvina.cz

- EASYTONE - řízené cvičení, novinka ve formování postavy na evropském trhu
- FITVIBE - formování postavy pomocí vibrací, novinka na českém trhu
- VACUSHAPE - formování postavy za pomoci podtlaku
- BODYROLL - tvarování postavy intenzivní masáží
- příjemné prostředí

NOVINKA !!!

TRIPOLLAR

LIPOSUKCE BEZ SKALPELU

+420 739 299 448

MASARYKOVÉ NÁMĚSTÍ 2457/10, 733 01 KARVINA - FRYŠTÁT

WTOREK 25 SIERPNI

TVP 1

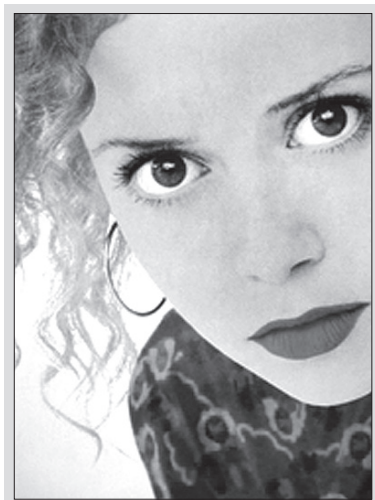
6.00 Kawa czy herbata? **8.00** Wiadomości **8.15** Kwadrans po ósmej **8.30** Koszmarny Karolek **8.45** Bunio i Kimba **8.50** Jedynkowe przedszkole **9.20** Przygody psa Cywila **10.30** Don Matteo **12.00** Wiadomości **12.10** Agrobiznes **12.20** Plebania (s.) **12.50** Klan (s.) **13.15** Szkoła złamanych serc **14.05** Podróżnik **14.25** ZUS dla ciebie **14.30** Rodziców się nie wybiera **15.00** Wiadomości **15.15** Przeprowadzki **16.10** Opole 2009 na bis **16.25** Faceci do wzięcia (s.) **17.00** Teleexpress **17.25** Ranczo (s.) **18.20** Moda na sukces (s.) **18.45** Wrzuc Jedynekę **19.00** Wieczorynka **19.30** Wiadomości **20.20** U pana Boga za piecem **22.10** Piekło nad Berlinem (film niem.) **0.00** Delicatessen (film franc.) **1.40** Notacje - Lidia Markiewicz-Ziental.

TVP 2

7.15 Złotopolscy (s.) **7.45** W naszej Dobrej zawsze dobrze **8.10** Milly i Molly **8.30** Radiostacja Roscoe (s.) **9.00** Barwy szczęścia (s.) **10.00** Kopciuszek **10.25** Tancerze - sylwetki **10.35** Moja rodzinka (film bryt.) **11.05** Czas honoru flesz **11.10** Rączy Wildfire **12.00** Magnum **12.50** Kocham cię, Polsko **12.55** Lotko.tv **13.25** Tak to leciało! kulisy **13.30** Zwierzęta mówią **14.15** Tancerze - sylwetki **14.20** Córki McLeoda (s.) **15.15** M.A.S.H. (s.) **15.45** Dom **17.15** Czas honoru **17.20** Tak to leciało! kulisy **17.25** Kocham cię, Polsko **17.30** Program lokalny **17.55** Dwójkomania **18.10** M jak miłość (s.) **20.05** Czas honoru **21.05** W zastępstwie taty (film USA) **22.45** Panorama **23.10** Sport-telegram **23.25** Księga Diny (film kopr.) **1.35** Komunizm. Historia pewnego złudzenia.

TV KATOWICE

6.13 Transporter **6.37** Raport z Polski **7.45** Aktualności **7.50** C.U.D. zdrowia **8.01** Gość poranka **8.40** Przegląd prasy **8.45** Schlesien Journal **9.12** Info poranek **10.00** Gość poranka **10.15** Biznes - otwarcie dnia **11.19** Serwis kulturalny **12.15** Biznes **13.10** Raport



SLUMSY BEVERLY HILLS

Komedia, 120 minut, USA 1998
Polsat, wtorek 25. 8., godz. 20.00
Reżyseria: Tamara Jenkins
Występują: Natasha Lyonne, Alan Arkin, Marisa Tomei, Kevin Corrigan, Eli Marienthal, David Krumholtz, Jessica Walter

Nastoletnia Vivian Abromowitz mieszka wraz z rozwiedzionym ojcem Murray'em i dwoma młodszymi braćmi, Benem i Rickey'em, na peryferiach Beverly Hills. Rodzina utrzymuje się dzięki pomocy finansowej wujka, Mickey'a. Aby umożliwić dzieciom naukę w jednej ze szkół w zamożnej dzielnicy, Murray decyduje się na przeprowadzkę do obskurnego mieszkania. Wkrótce wprowadza się do nich, córka Mickey'a, wyzwolona seksualnie Rita, która niedawno opuściła klinikę odwykową. Dziewczyna szybko staje się dla Vivian autorytetem.



W ZASTĘPSTWIE TATY

Obyczajowy, 100 minut, USA 1999

TVP 2, środa 25. 8., godz. 21.05

Reżyseria: Joyce Chopra
Występują: Mary McDonnell, Tippi Hedren, Jack Coleman, William Russ, Erik Von Detten, Camilla Belle, Hayden Tank

Mąż Lindy, George, zakochał się w nauczycielce córki i postanawia rozwieść się z żoną. Porzucona kobieta sama musi teraz utrzymać trójkę dzieci. Po kilku nieudanych próbach znalezienia pracy zostaje zatrudniona przez miejscowego lekarza, Marka Chandlera. Przyjaźń Lindy i Marka wkrótce przetransformuje się w głębokie uczucie. Pamiętając o tym, przez co przeszli, boją się jednak kolejnego rozczarowania. Tymczasem kochanka George'a zostawia go dla innego mężczyzny. Teraz Linda, której udało się ułożyć życie, pomaga George'owi wyjść z kryzysu.

z Polski **14.15** Biznes **15.10** Raport z Polski **16.00** Rozmowa dnia **16.45** Aktualności **16.50** Relacje **17.00** Wokół nas **17.30** Aktualności **17.42** Mam świetną pracę **18.00** Aktualności **18.40** Bliżej natury **19.05** Historia zapisana w lasach **19.10** Tropiciele **19.25** TV Katowice zaprasza **19.50** Serwis kulturalny **20.10** Minęła 20-ta **21.07** Telekurier - bliżej ciebie **21.45** Aktualności **22.15** Plus minus **23.30** Jak szybko i skutecznie sprzedać wóz opancerzony **0.28** Minęła 20-ta.

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News **7.15** Wielka wygrana (teleturniej) **8.00** Przygody w siodle **8.35** Nowe przygody Tequila i Bonettiego (s.) **9.40** Czarodziejki (s.) **10.35** Dzika Afryka **11.30** Sabrina, nastoletnia czarownica (s.) **12.00** Rodzina zastępcza plus **13.00** Synowie (s.) **14.00** Miodowe lata (s.) **14.45** Zwariowany świat Malcolm'a (s.) **15.15** Sabrina, nastoletnia czarownica (s.) **15.50** Wydarzenia **16.15** Interwencja (mag.) **16.45** Obrońca **17.45** 30 dni **18.50** Wydarzenia **19.30** Malanowski i Partnerzy (s.) **20.00** Slumsy Beverly Hills (film USA) **22.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (s.) **0.05** Ślepe naboje (film bryt.) **1.45** Nagroda gwarantowana.

TVC 1

5.59 Studio 6 **8.30** Bali **9.00** Marketa menażeria (film czes.) **10.05** Kawiarenka wcześniej urodzonych **10.45** Recepty doktora Kudrny (film TV) **11.50** Piękno europejskich wybrzeży **12.00** Wiadomości **12.30** Rybka we czworo (film czes.) **13.45** Co robić, kiedy... **14.00** Słodkie zmartwienia (s.) **14.45** Doktor Quinn (s.) **15.25** Sprawy detektywa Partacza **15.55** Nauka jest zabawna (pr. cykl.) **16.20** Program dyskusyjny **16.35** Bali **17.00** AZ-kwiz **17.30** Dom- to sztuka (mag.) **17.55** Prognoza pogody **18.00** Wiadomości regionalne **18.25** Przeżyli rok 2000 (pr. cykl.) **18.40** Żywe serce Europy **18.45** Wieczorynka **18.55** Losowanie Szczęśliwej 10 i Szansy na milion **19.00** Wiadomości,

sport, prognoza pogody **20.00** Polowanie na desarskie krążowniki (cykl dok.) **20.55** Wszystko party (talk-show) **21.45** Miejsce zbrodni (film niem.) **23.20** Losowanie Szczęśliwej 10 i Szansy na milion **23.25** Wełatwa w obrazach (cykl dok.) **23.45** Słodkie zmartwienia (s.) **0.30** Skarby świata **0.45** Podziemia Czech **1.10** Geniusze i obłąkańcy **1.25** Rodzinne problemy **2.00** Wiadomości regionalne.

TVC 2

5.59 Dzień dobry **8.30** Panorama **9.10** Wizyta w wariete **9.35** Ciągniki 2009- Barcelona i Nurburgring **9.50** Mity i fakty historii: Joanna D'Arc (cykl dok.) **10.35** Niesamowity świat (cykl dok.) **11.00** Hobby magazyn **11.35** AZ-kwiz **12.00** Chłopaki w akcji (mag. kul.) **12.25** Galeria oszustów w Czechach (cykl dok.) **12.45** Królowie (dok.) **12.55** Zwykła końska historia (s.) **13.25** Teraz prowadzi dziadek z babcią **13.30** Animowane piosenki **13.40** Szkoła rybaków **13.50** Strach ma wielkie oczy (bajka) **15.00** Dzieci rysują piosenki **15.05** Exit 316 **15.25** Wełtawa w obrazach (cykl dok.) **15.45** Cudowny świat (cykl dok.) **16.10** Hokusai: Duża fala (dok.) **17.00** Tarcze królestwa czeskiego (cykl dok.) **17.25** Prywatne muzea (s. dok.) **17.35** Na flak pierwszej republiki **18.00** Kulci (mag.) **18.30** Babel (mag.) **19.00** Wiadomości w języku migowym **19.05** Zatonione losy (pr. cykl.) **19.30** Sabotaż (mag.) **20.00** Royal Flash (film br.) **21.40** Życiorys krasnala (dok.) **22.30** Wydarzenia, komentarze **23.20** Głos kobiet. Talk-show E. Kočíckovej **23.45** Muzyczne Studio M (koncert) **0.15** MFM Dvořákova Praha 2009 (koncert) **1.40** Stulecie latania (cykl dok.) **2.35** Nasza wieś.

NOVA

5.59 Śniadanie z TV Nova **8.35** Na południe (s.) **9.30** Old Firehand (film kopr.) **11.20** Tescoma ze smakiem (mag. kul.) **11.35** Nowa podróżomania (mag.) **12.10** Powrót komisarza Rexa (s.) **13.10** Świat według Bundy'ch (s.) **14.10** Strażnik Teksasu (s.) **15.05** Superman (s.) **16.05** Prawo i porządek: Zbrodniczy zamiar (s.) **17.00** Popołudniowe wiadomości, sport, pogoda **17.25** Dwóch i pół (s.) **17.50** Wzór (s.) **18.35** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (s.) **19.30** Wiadomości, sport, pogoda **20.00** Przychodnia w różanym ogrodzie **21.15** CSI: Kryminalne zagadki Miami (s.) **22.15** XIII (film fr.-kan.) **0.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (s.) **1.00** Poradnik domowy **1.55** Pr. rozrywkowy.

PRIMA

6.35 Tutenstein (s. anim.) **7.10** Oggy i karaluchy (s. anim.) **7.25** Party z kucharzem **7.55** Reba (s.) **8.25** Przyjaciele (s.) **8.55** M.A.S.H. (s.) **9.25** Nowojorscy gliniarze (s.) **10.20** Sprawa dla Sam (s.) **11.10** To morderstwo, napisała (s.) **12.10** Jordan (s.) **13.05** Reba (s.) **13.30** Sabrina, nastoletnia czarownica (s.) **14.00** Czarodziejki (s.) **14.55** Chirurdzy (s.) **15.55** Książę William (film USA) **17.40** Wiadomości regionalne **18.00** 5 kontra 5 (kwiz-show) **18.55** Wiadomości, sport, prognoza pogody **19.35** Przyjaciele (s.) **20.00** Bardzo kruche związki (s.) **21.20** Lato miłości (film niem.) **23.05** Bliżej (s.) **23.55** Rewir Wolfa (s.) **0.50** Zadzwoń do jasnowidza **2.40** Sennik.

ŚRODA 26 SIERPNI

TVP 1

6.00 Kawa czy herbata? **8.00** Wiadomości **8.15** Kwadrans po ósmej **8.30** Małe zoo Lucy **8.45** Dim, Dam, Doum **8.55** Wirtualna Księżycowe kłopoty **9.20** Przygody psa Cywila **10.25** Don Matteo **12.00** Wiadomości **12.10** Agrobiznes **12.20** Plebania (s.) **12.45** Klan (s.) **13.10** Szkoła złamanych serc **14.00** Czy zmieniamy naszą planetę? **14.30** Raj **15.00** Wiadomości **15.15** Quo vadis? **16.05** Muzyczna poczta Jedynki **16.25** Faceci do wzięcia

(s.) **17.00** Teleexpress **17.25** Ranczo (s.) **18.20** Moda na sukces (s.) **18.45** Wrzuc Jedynekę **19.00** Wieczorynka **19.30** Wiadomości **20.20** Tomek i ja (film bryt.) **22.10** Klub Imperatora **0.10** Kundun - życie Dalajlamy.

TVP 2

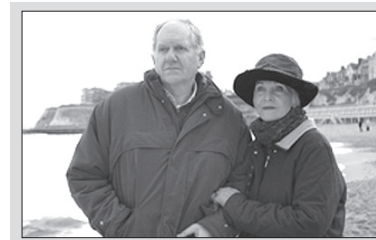
7.00 Złotopolscy (s.) **7.30** Znaki czasu **7.55** Milly i Molly **8.15** Radiostacja Roscoe (s.) **8.45** Barwy szczęścia (s.) **9.45** Kopciuszek **10.15** Tancerze sylwetki **10.20** Tak to leciało! **10.24** Moja rodzinka (film bryt.) **10.55** Czas honoru flesz **11.00** Rączy Wildfire **11.50** Tak to leciało! kulisy **11.52** Magnum **12.40** Kocham cię, Polsko **12.45** Lotko.tv **13.15** Msza Kościoła starokatolickiego mariawitów **14.15** Córki McLeoda (s.) **15.05** M.A.S.H. (s.) **15.35** Pieniądze albo miłość **17.25** Czas honoru flesz Getto **17.30** Program lokalny **17.55** Dwójkomania **18.05** M jak miłość (s.) **19.00** Kolumbowie **20.05** Czas honoru **21.00** Za nasze grzechy (film USA) **22.40** Tancerze sylwetki II **22.45** Panorama **23.25** Litzmannstadt - Getto Piekło na Ziemi Obiecanej **0.30** Oczy Anieli (film USA).

TV KATOWICE

6.11 Zawodowcy - Jan Ratajczak instruktor jazdy konnej **6.37** Raport z Polski **6.58** Info poranek **7.45** Aktualności **7.50** TV Katowice poleca **8.17** Przegląd portali internetowych **8.45** To brzmi... **9.00** Transmisja obrad Sejmu **16.00** Rozmowa dnia **16.16** Biznes **16.45** Aktualności **16.50** Drogowy raport informator GDDKiA **17.00** Atelier lekcja rysunku **17.30** Aktualność **17.42** Raport z akcji (mag.) **18.00** Aktualności **18.40** Ludzie i sprawy **19.10** Motokibic.tv **19.25** TV Katowice zaprasza **19.50** Serwis kulturalny **20.10** Minęła 20-ta **21.07** Telekurier - bliżej ciebie **21.45** Aktualności **22.15** Plus minus **0.11** Minęła 20-ta.

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat **7.15** Wielka wygrana (teleturniej) **8.00** Przygody w siodle (s.) **8.35** Nowe przygody Tequila i Bonettiego (s.) **9.45** Czarodziejki (s.) **10.40** Dzika Afryka **11.35** Sabrina, nastoletnia czarownica (s.) **12.05** Rodzina zastępcza plus **13.05** Synowie **14.05** Miodowe lata (s.) **15.15** Sabrina, nastoletnia czarownica (s.) **15.50** Wydarzenia **16.15** Interwencja (mag.) **16.45** Obrońca **17.45** 30 dni **18.50** Wydarzenia **19.30** Malanowski i Partnerzy (s.) **20.00** Świat



TOMEK I JA

Obyczajowy, 110 minut, Wielka Brytania 2007

TVP 1, środa 26. 8., godz. 20.20
Reżyseria: Simon Shore
Występują: Keeley Hawes, Ben Miles, Sheila Hancock, Andrew Byrne, Lorraine Pilkington, Duncan Preston, Clive Mantle

6-letni Kyle Graham sprawia rodzicom poważne kłopoty wychowawcze. Jest zamknięty w sobie. W pewnym momencie Nicola i Rob dowiadują się, że małe jest chore na autyzm. Pat i Jim, rodzice kobiety, pomagają im, jak mogą. Pat sugeruje, że jej córka i Rob powinni postarać się o drugie dziecko, a przynajmniej sprawić synkowi psa. Nicola i Rob w końcu postanawiają wziąć do domu szczeniaka rasy golden retriever. Zwierzę zyskuje sympatię wszystkich. Staje się ulubieńcem Kyle'a, który nadaje mu imię Tomek. Pies pomaga malcowi w przezwyciężeniu choroby.

według Kiepskich (s.) **20.30** Studio Ligi Mistrzów **23.10** 18 lat później (film kopr.) **2.10** Nagroda gwarantowana.

TVC 1

5.59 Studio 6 **8.30** Bali **9.00** Trzech wujków i Dominik (musical dla dzieci) **9.50** Wędrowki krainą **10.05** Program rozrywkowy **12.00** Wiadomości **12.30** Trzy przygody barona Munchhausena (s.) **13.30** Co robić, kiedy... (pr. cykl.) **13.45** Słodkie zmartwienia (s.) **14.30** Doktor Quinn (s.) **15.20** Labirynt **15.45** Nowe przygody Czarnej Błyskawicy (s.) **16.10** Uciekinierzy (film fiń.) **16.35** Bali **17.00** AZ-kwiz **17.30** Królestwo za konia (mag.) **17.55** Prognoza pogody **18.00** Wiadomości regionalne **18.30** Eksperymenty Michaela **18.40** Żywe serce Europy **18.45** Wieczorynka **18.55** Losowanie Szczęśliwej Dziesiątki i Szansy na milion **19.00** Wiadomości, sport, prognoza pogody **19.58** Losowanie Sportki i Szansy **20.00** 3 plus 1 z Miroslavem Donutem **21.30** Na tropie (mag. krym.) **22.05** Reporterzy (s.) **23.05** Towarzysz (film czes.) **0.35** Słodkie zmartwienia (s.) **1.20** Poszukiwania czasu utraconego **1.40** Niesamowity świat (cykl dok.) **2.00** Zapomniane wyprawy.

TVC 2

5.59 Dzień dobry **8.30** Panorama **9.10** Babel (mag.) **9.35** Zapomniane wyprawy **10.00** Hokusai: Duża fala (dok.) **10.55** Cudowny świat: Pashmina (cykl dok.) **11.15** Piękno europejskich wybrzeży **11.35** AZ-kwiz **12.00** Dom- to sztuka (mag.) **12.25** Przeżyli rok 2000 (cykl dok.) **12.40** Reporterzy TVC (pr. publ.) **13.20** My, dziewczyny z Miasteczka (s.) **13.50** To ja... **14.05** Nauka jest zabawna (mag.) **14.30** Program dyskusyjny **14.50** Naiwne podróże naiwnego malarza **15.10** Historia bomby wodorowej (dok.) **16.05** 10 wieków architektury (s. dok.) **16.20** Cztery chwile ciszy (dok.) **17.15** Tajemnice pieniędzy (pr. cykl.) **17.35** Ziemia Nieznana- Świat wg Thora Heyerdahla (cykl dok.) **17.50** Dołącz do nas (pr. ekol.) **18.05** Nie poddawaj się (pr. ekol.) **18.30** Szukam pracy (mag.) **18.55** Wiadomości w języku migowym **19.05** A. Vivaldi: Salve Regina **19.30** Piątka w Pomarańczy **20.00** Mój namiot, mój dom (dok.) **20.30** Liga Mistrzów (transmisja meczu piłki nożnej) **0.00** Żelazne damy z Liberii (dok.) **0.55** Hazardzista (film kan.-br.) **2.35** Film o filmie Zerwana obietnica".

NOVA

5.59 Śniadanie z TV Nova **8.35** Na południe (s.) **9.30** Karate Kid III (film USA) **11.30** Tescoma ze smakiem (mag. kul.) **11.40** Nowa podróżomania (mag.) **12.15** Komisarz Rex (s.) **13.15** Świat według Bundy'ch (s.) **14.15** Strażnik Teksasu (s.) **15.10** Superman (s.) **16.05** Prawo i porządek: Zbrodniczy zamiar (s.) **17.00** Popołudniowe wiadomości, sport, pogoda **17.25** Dwóch i pół (s.) **17.50** Wzór (s.) **18.35** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (s.) **19.30** Wiadomości, sport, pogoda **20.00** Gospoda (s.) **20.40** 15 lat TV Nova (pr. roz.) **21.45** Dowody zbrodni (s.) **22.40** Zaginionie (film USA) **1.30** Angie (film USA).

PRIMA

6.35 Tutenstein (s. anim.) **7.10** Oggy i karaluchy (s. anim.) **7.25** Party z kucharzem (mag. kul.) **7.55** Reba (s.) **8.25** Przyjaciele (s.) **8.50** M.A.S.H. (s.) **9.20** Nowojorscy gliniarze (s.) **10.15** Sprawa dla Sam (s.) **11.05** To morderstwo, napisała (s.) **12.05** Jordan (s.) **13.00** Reba (s.) **13.25** Sabrina, nastoletnia czarownica (s.) **13.55** Czarodziejki (s.) **14.55** Chirurdzy (s.) **15.55** To mnie kręci (film USA) **17.40** Wiadomości regionalne **18.00** 5 kontra 5 (kwiz-show) **18.55** Wiadomości, sport, prognoza pogody **19.35** Przyjaciele (s.) **20.00** Zgadnij, kim jestem (pr. roz.) **21.20** Top Star magazyn **22.30** Kości (s.) **23.25** Wielki świat (film fr.-hiszp.) **1.10** Zadzwoń do jasnowidza.

WSPOMNIENIA

Tylko dzień gaszony nocą nigdy nie umiera.
W sierpniu mija 1. rocznica, jak odeszli od nas bracia

śp. PAWEŁ PYSZKO
i śp. JAN PYSZKO

z Nawsia. Z miłością i szacunkiem wspominają najbliżsi.
GL-548

NEKROLOGI

Serdecznie dziękujemy za wyrazy współczucia, kwiaty oraz liczny udział w pogrzebie naszego Drogiego

śp. inż. WŁADYSŁAWA JANIKA

wszystkim krewnym, przyjaciółom, współpracownikom, członkom PTTS „Beskid Śląski”, sąsiadom i znajomym. Dziękujemy księdzu seniorowi Januszowi Kożusznikowi za przeprowadzenie obrzędu pogrzebowego oraz chórowi kościelnemu i muzykom za piękną oprawę muzyczną. Szczególne podziękowania kierujemy do przedstawicieli polskich organizacji na Zaolziu oraz Konsulatu Generalnego RP w Ostrawie. Zasmucona rodzina.
GL-549

CO W KINACH

HAWIERZÓW - Centrum: Tajemnica rajskiego wzgórza (25, 26, godz. 15.30); Operacja Dunaj (25, 26, godz. 17.45); Fighting (25, 26, godz. 20.00); **KARWINA - Centrum:** Wrogowie publiczni (25, 26, godz. 20.00); Man and his dog (25, 26, godz. 17.45); **TRZYNIEC - Kosmos:** Za jakie grzechy (25, 26, godz. 17.30); Fighting (25, 26, godz. 20.00); **JABŁONKÓW:** Siedem dusz (26, godz. 19.30); **CIESZYN - Piast:** Załoga G (25, 26, godz. 15.00, 16.45), Miłość na wybiegu (25, 26, godz. 18.30, 20.30).

CO NA ANTENIE

POLSKIE WIADOMOŚCI: TVC 1, piątek, wiadomości regionalne od godz. 18.00.
POLSKIE AUDYCJE: Ostrawa 107,3 MHz i Trzyniec 105,3 MHz, po-pt: godz. 19.00; nie: godz. 18.30.

CO W TERENIE

OLDRZYCHOWICE - MK PZKO zaprasza na „Dożynki na Fojstwiu” 29. 8. Obrządek dożynkowy przedstawi o godz. 15.00 zespół Oldrzychowice. W programie wystąpią Zaolzi, Zaolzioczek. Kuchnia domowa, pokaz wyrobu sera, pokaz rzeźby ludowej, bilet wstępu 50 koron.
PTTS „BŚ” - Informuje uczestników tygodniowej wycieczki w Krużne Góry 30. 8. - 6. 9., że odjazd jest o godz. 6.00 z Karwiny, o godz. 6.40 z Cz. Cieszyna. o godz. 7.00 z Hawierzowa - przystanek obok dworca autobusowego. Prosimy zabrać euro, dowody osobiste, śpiworniki. Inf.: 733 729 069, 596 311 685.
BŁĘDOWICE - MK PZKO zaprasza 29. 8. o godz. 14.30 do Domu PZKO na jubileuszowe 40. Dożynki Śląskie. W programie: „Mali Błędowianie”, „Błędowanie”, kapela „Kamraci”, gościnnie wystąpi zespół „Vlašský Vojvoda”. Specjały kuchni śląskiej, kołaczki, loteria i inne atrakcje zapewnione.
CHÓR „Hejnał-Echo” - Pierwsza powakacyjna próba odbędzie się



Rozłąka jest naszym losem,
spotkanie naszą nadzieją!

Z bólem w sercach podajemy smutną wiadomość krewnym, znajomym i bliskim, że dnia 22 sierpnia 2009 zmarła w wieku 98 lat nasza Kochana Mamusia, Babcia, Prababcia, Praprababcia, Teściowa, Szwagierka i Ciocia

śp. ANNA SŁONKOWA

Pogrzeb Drogiej Zmarłej odbędzie się we czwartek 27. 8. 2009 o godz. 15 z kościoła ewangelickiego w Suchoj Średniej na miejscowy cmentarz. W smutku pogrążona rodzina.
GL-547

w środę 26. 8. o godz. 18.00.
KARWINA - DARKÓW - Pierwsza powakacyjna próba chóru „Lira” odbędzie się 25. 8. o godz. 17.00.
ŚMIŁOWICE - Dnia 29. 8. odbędzie się uroczystości w gminie Śmiłowice przy boisku sportowym. Dopó

dnia zmagania sportowe, o godz. 15.00 uroczyste wręczenie odznaczeń dla zasłużonych obywateli, kapela dęta z Ligotki Kameralnej, zespół taneczny „Śmiłowianie”, disco. Bufet zapewniony.
SUCHA GÓRNA - MK PZKO informuje, że odjazd na wycieczkę do Polski jest w sobotę 5. 9. o godz. 6.30 od Domu PZKO. Należy zabrać paszport (dowód osobisty), złotówki oraz indywidualnie załatwić ubezpieczenie zdrowotne. Inf.: 605 587 986.
UWAGA DOLNE CIERLICKO! - Szanowne Koleżanki i Koledzy, przyjeździe we wtorek 25. 8. o godz. 14.00 na coroczne spotkanie koleżeńskie do Domu Żwirki i Wigury na Kościelcu.
UWAGA! POMYŁKA! Zawiadamiamy, że zaproszenie na spotkanie z plastikami w ramach Międzynarodowego Pleneru Malarstwa „Beskidy 2009” ukazało się przez pomyłkę w informatorze w czwartek i sobotę. Piątkowe spotkanie w hotelu „Godula” w Ligotce Kameralnej jest imprezą zamkniętą. Za dezinformację przepraszamy zarówno organizatorów, jak i czytelników.

OFERTY PRACY

ZATRUDNIĘ OSOBE Z BIEGLĄ znajomością języka czeskiego oraz obsługi komputera, CV + list motywacyjny proszę przesłać na adres: p.klemensowicz@hop-sport.pl.
GL-506

CO ZA OLZĄ

GALERIA BIELSKA BWA, ul. 3. Maja 11, Bielsko-Biała: do 30. 8. wystawa Krzysztofa Zarębskiego „Zmysłowość jest jego kwiatem”. Czynna codziennie w godz. 10-18.
▲ do 26. 8. wystawa Elżbiety Dzikowskiej „Ziemia z bliska”. Czynna codziennie w godz. 10-18.
MUZEM ŚLĄSKA CIESZYŃSKIEGO, ul. Regeera 6, Cieszyn: do 30. 9. wystawa Jana Wałacha „Echo mojej sztuki”. Czynna wt, czw, so: 10-14; śr, pt: 12-16, nie: 10-14.
WIEŻA PIASTOWSKA I ROTUNDA św. Mikołaja: czynne codziennie 9-16.

WYSTAWY

GALERIA ZAMKOWA „CHAGALL” Karwina, Rynek Masaryka: do 30. 8. wystawa „Helena Salichová - Kształty ukryte w drewnie”. Czynna wt-nie: 9-18.
MUZEM ZIEMI CIESZYŃSKIEJ, SALA WYSTAW w Cz. Cieszynie, Praska 14/3: do 31. 12. stała ekspozycja „Ratusz w Czeskim Cieszynie”. Czynna wt-pt: 9-17, so: 9-13, nie: 13-17.
▲ **SALA WYSTAW w Hawierzowie, Dęlnická 11:** do 3.1. wystawa „Piękno kobiet”. Czynna: wt-pt: 9-17, so: 9-13, nie: 13-17.
▲ **SALA WYSTAW w Karwinie, Rynek Masaryka 10:** do 30. 9. wystawa „Klocki Merkur”. Czynna: wt-pt: 9-17, so: 9-13, nie: 13-17.
▲ **MUZEM TECHNIKI w Piętaldzie, K muzeum 89:** do 27. 9. wystawa pt. „Ukryta przyroda w górniczym kraju”. Stała ekspozycja „Czarodziejski świat tramwajów”. Czynne wt-pt: 9-17, so: 9-13, nie: 13-17.
▲ **SALA WYSTAW w Jabłonkowie, Rynek Mariacki 14:** do 4. 10. wystawa „Bez nas si ani neškrtnete”; wystawa stała „Z przeszłości Jabłonkova i okolicy”. Czynne wt-pt: 9-17, so: 9-13, nie: 13-17.
▲ **SALA WYSTAW w Orłowej, Dom Dzieci i Młodzieży, Masarykova třída 958:** do 20. 9. wystawa „Za pověstmi těšínského kraje”; wystawa stała „Orłowa - przeszłość i teraźniejszość”. Czynne wt-pt: 9-17, so: 9-13, nie: 13-17.
ARCHEOPARK w Kocobędzu. Czynny so i nie: 9-16.

to, brylanty - płacimy więcej niż jubiler - jakakolwiek punca. Płacimy gotówką. Dzwonię kiedykolwiek! Inf.: 608 374 432. GL-537

KONCERTY

TRZYNIEC - Parafia Luteranckiego Kościoła Ewangelickiego A.W. zaprasza na Koncert Jesienny, który ze względów terminowych odbędzie się już pod koniec lata, w niedzielę 30. 8. o godz. 18.00 w tuższym kościele ewangelickim Na program złożą się pieśni religijne i wyjątki wielkich dzieł J. S. Bacha, G. F. Händla, J. Haydna i W. A. Mozarta. Wykonawcą będzie miejscowy chór „Lutheran Chorus” i orkiestra kameralna pod kierownictwem Józefa Podoli.

OFERTY

ODKUPIĘ jakiegokolwiek antyki, meble, instrumenty muzyczne, zabawki, szkło, porcelanę, obrazy, wszystkie gatunki broni białej i palnej, zegary, zegarki kieszonkowe - mogą być i uszkodzone, stare pocztówki i zdjęcia. Również skupujemy zło-

100 euro za niedomkniętą szybę!

Szczególną czujnością i znajomością nowych przepisów ruchu drogowego powinni wykazać się turyści wyjeżdżający na Słowację. Nieuwaga może słoń kosztować. Kary sięgają nawet 1300 euro!

Ostatnia nowelizacja kodeksu drogowego ma zbliżyć słowackie przepisy do europejskich standardów, zwiększać bezpieczeństwo i

nej szyby jest nagminne. Słowacki policjanci są jednak nieugięci w egzekwowaniu nowego przepisu, tłumacząc się troską o zabezpieczenie naszego auta przed kradzieżą.

Na terenie zabudowanym została zmniejszona dopuszczalna prędkość pojazdów z 60 do 50 km/h. Zwiększyły się także kary za przekroczenie prędkości. I tak dla przykładu za przekroczenie prędkości o 20 km/h mandat wyniesie 20 euro, jednak za przekroczenie dopuszczalnej prędkości o 80 km/h zapłacimy aż 1300 euro kary. Nowa ustawa o ruchu drogowym wprowadza też m.in. obowiązek noszenia kasków przez rowerzystów oraz bardzo ostre sankcje za niewłaściwe parkowanie. Policja ma ponadto prawo okresowo odebrać kierowcy prawo jazdy, jeśli ten nie zapłaci na miejscu mandatu. Teraz słowacki policjant za przekroczenie prędkości może wystawić mandat w wysokości nawet 650 euro.

Polscy turyści muszą też pamiętać, że słowackie prawo wymaga od kierowców posiadania apteczki ze ściśle określoną zawartością, kamizelek odbłaskowych dla wszystkich podróżujących samochodem, które muszą być przewożone w kabine samochodu, a nie w bagażniku oraz kompletu zapasowych żarówek i bezpieczników. Nowy kodeks stanowi jeszcze konieczność posiadania w apteczce samochodowej instrukcji pierwszej pomocy.

JUR/Gazetacodzienna.pl



Fot. JOANNA URBANISKA/Gazetacodzienna.pl

- Przepisy są kontrowersyjne - uważa Ireneusz Korzonek z cieszyńskiej policji.

wprowadzać ostrzejsze sankcje wobec kierowców łamiących przepisy. Tymczasem póki co przede wszystkim wzbudza poważne wątpliwości zarówno wśród Słowaków jak i zagranicznych turystów. - Przepisy są kontrowersyjne, ale póki co słowacka policja konsekwentnie je egzekwuje, więc warto pamiętać o tym będąc na terenie tego państwa - podkreśla Ireneusz Korzonek, zastępca naczelnika Sekcji Ruchu Drogowego Komendy Powiatowej Policji w Cieszynie.

Najbardziej kontrowersyjny wydaje się być przepis, zgodnie z którym za pozostawienie samochodu z uchyloną, choćby o 2 mm, szybą grozi mandat w wysokości 100 euro. Sprawa bywa szczególnie problematyczna w okresie wakacyjnych upałów, kiedy to pozostawianie przez kierowców lekko uchylono-

Ogłoszenia do „Głosu Ludu” przyjmowane są w dni powszednie:

☐ W redakcji „Głosu Ludu” przy ul. Komeńskiego 4, Czeski Cieszyn w godz. 8.30-15.30,
e-mail: ogloszenia@glosludu.cz

☐ W biurze firmy AD SERVIS, ul. Strzelnicza 18, Cz. Cieszyn w godz. 8.00-16.00. Tel. 558 711 027
e-mail: ad.servis@hudeczek.cz

☐ W Odd. Literatury Polskiej Biblioteki w Karwinie Frysztacie (przy rynku) w godz. otwarcia. Tel.: 596 312 477,
e-mail: knih-k1p@rkka.cz

Firma Landskroon Holding z Holandii

poszukuje osoby do prowadzenia jednostki organizacyjnej na terenie Czech

Zajmujemy się produkcją namiotów eventowych, stoisk targowych, flag, banerów
Posiadamy zakład produkcyjny w Polsce

Oferujemy:

- ciekawą i stałą pracę w młodym teamie
- możliwość bycia szefem dla samego siebie
- samochód służbowy
- szkolenia zagraniczne

Oczekujemy:

- osoby w wieku między 35 a 45 lat
 - zdolności organizacyjnych
 - znajomość języków (niemiecki lub angielski lub polski) w stopniu podstawowym
- Kontakt: Marek Rura, tel: +48 502 243 481, marek@landskroon.pl

Ostre strzelanie w Karwinie

II LIGA

MFK KARWINA 4:0
MOST (3:0)

Bramki: 24. i 38. Opic, 29. Hoffmann, 90. Mišinský. Karwina: Kafka - Hoffmann (30. Tchami), Čeman, Buryán, Staš - Pavlík - Jursa, Ficek (67. Pontus), Milosawljew (65. Knötig) - Opic, Mišinský.

Dobry futbol zagościł w Karwinie tylko w pierwszej połowie. Wtedy też gospodarze zafundowali młodemu mosteckiemu zespołowi trzy bramki. Wysokie prowadzenie sprawiło, że druga połowa była już nudna jak flaki z olejem. Do 45. minuty karwiniacy grali wręcz wyśmienicie. Festiwal strzelecki rozpoczął Opic, który na granicy pola karnego kiwnął obrońcę i strzałem nie do obrony zapewnił gospodarzom prowadzenie. Na 2:0 podwyższył po błędzie bramkarza z woleja Hoffmann, zaś trzeci gwóźdź do mosteckiej trumny wbił do przerwy ponownie Opic. Była to najpiękniejsza bramka meczu, zdobyta technicznym uderzeniem z rzutu wolnego i zarazem klamra za ofensywnym popisem całego karwińskiego zespołu. Po zmianie stron mecz dogrywał się z przymusu. Goście skapitulowali jeszcze raz. W doliczonym czasie gry na 4:0 trafił Mišinský, do 91. minuty praktycznie niewidoczny na boisku.



Strzelecka forma pomocnika MFK Karwina, Wladana Milosawljewa (z prawej), ulotniła się wprawdzie w nieznaną, ale Serb w meczu z Mostem przynajmniej walczył jak lew.

– Wygraliśmy zasłużenie, chłopcy nie patyczkowali się z Mostem. Tak mają wyglądać wszystkie mecze przed własną publicznością – powiedział „Głowski Ludu” bramkarz Karwiny, Jakub Kafka, który w drugiej połowie rzadko interweniował.

SOKOLOV 2:0
TRZYNEC (0:0)

Bramki: 65. Čada, 74. Kura. Trzyneć: Lipčák - Hrdlovič, Chlebek, Kuděla, Bednarek - Malíř (75. Do-

lezał), Stýskala, Ceplák (80. Hupka), Eismann - Szmek, Matuš (71. Joukl).

Trzyńczanie przegrali drugi mecz z rzędu. Ponownie zagrali zachowawczo, bez polotu, co tylko ułatwiło gospodarzom zadanie. Pierwszy gol zdobyli piłkarze Sokolova z kontry, drugi z rzutu rożnego. Trener Trzyńca, Jiří Neček, znów nie znalazł miejsca w podstawowym składzie dla Hanusa. Ofensywny pomocnik, który był filarem drużyny w ubiegłym sezonie, wyraźnie nie pasuje do koncepcji nowego szkoleniowca. Naszym zdaniem, niezasłużenie.

W innych meczach 4. kolejki: Witkowitz - Opawa 0:0, Sparta B - Dukla 2:2, Hluczyn - Zlin 2:0, Vlašim - Jihlava 0:1, Žižków - Čáslav 1:0, Ujście n. Ł. - Hradec Kr. 1:0. **Lokaty:** 1. Ujście n. Ł. 12, 2. Sokolov 10, 3. Hradec Kr. 9, 6. Karwina 6, 7. Trzyneć 6 pkt.

DYWIZJA

HAWIERZÓW 0:3
PORUBA (0:1)

Bramki: 20. Woznica, 55. Martinka, 66. Horák. Hawierzów: Pacanovský - Valový, Vrobel, Aniol, Hančín (55. Kisel) - Pristáš, Przywara, Giňa, Vandriak (77. Valla) - Sourada, Bartoš.

Bilans bramek 0:7, dorobek punktowy: zero. Tak wygląda sytuacja w

zespołach Hawierzowa po trzech rozegranych kolejkach. Jednym słowem tragedia. Żałośnie zagrali gospodarze głównie w ofensywie. Pauzujący przed tygodniem Sourada wrócił po wyleczeniu drobnej kontuzji, ale rewelacji z jego strony raczej nie było. Ostrawianie czyhali na błędy rywala i, co istotne, potrafili je wykorzystywać - w odróżnieniu od niemrawo grających Indian. Pozycja trenera Jaroslava Netoličky jest jednak na razie niezagrażona.

BRUMOV 0:0
ORŁOWA

Orłowa: Szarowski - A. Věčerek, Prčík, Sochora, Gazda - F. Kadlčák, Mišanec, Široký (75. Hrdina), Kušnír - Kopel, Šebek (60. T. Věčerek).

Pod średniowiecznym zamkiem w Brumowie dominowały defensywy. Orłowianie słyną z dobrej obrony, która tym razem była kluczem do remisu z ambitnym beniaminkiem. Pierwsza połowa należała do Brumowa, w drugiej więcej z gry miała Slavia. Stuprocentówkę zmarnował Kopel.

W innych meczach 3. kolejki: Krawarze - Szumperk 2:1, Hranice - Jakubczowice 0:2, Beneszów D. - Opawa B 1:0, Rymarzów - Zlin B 3:7, W. Losiny - Mikulowice 2:1, W. Międzyrzecze - Hulín 2:1. **Lokaty:** 1. Jakubczowice 9, 2. Zlin B 7, 3. Opawa B 6, 7. Orłowa 4, 16. Hawierzów 0 pkt. **JANUSZ BITTMAR**



W Cierlicku ścigały się w weekend szybkie motocykle w zawodach „O złotą lampkę górniczą”. W najbardziej prestiżowej klasie ponad 600 ccm triumfował Czech Michal Dokoupil na Kawasaki, przed Kamilem Holánem (Yamaha) i Niemcem Udo Reichmannem (Suzuki). (jb)

Sędzia zdenerwował Piotrowice

M. WOJEWÓDZTWA

BOGUMIN 3:4
HRADEC n. M (1:1)

Bramki: D. Štverka, Gábor, samob. - Mueller 2, J. Černý, O. Černý. CZK: 78. Ciesarik (B). Bogumin: Skupeň - Pluta, Košťál, Ducar, Hejnal - Špryňar (71. Prokš), Peřina, D. Štverka, Kubínski, Ciesarik - O. Gábor.

Boguminiacy przegrali na własne życzenie. Jeszcze w 77. minucie prowadzili 3:1, ale po wykluczeniu z boiska Ciesarika rozkleili się jak trampkarze. Gospodarzy pogryził bramkarz Skupeň, który w 91. minucie zbyt późno zareagował na strzał z 35 m.

FRENSZTAT 2:0
OLBRACHCICE (1:0)

Bramki: Košelík 2. Olbrachcice: Chlebek - Čoček, Čubok, Sikora, Hanl - Dorozlo (46. Kociolek), Stachel, Smékal, Novák - Goj, Wojtyna.

Banik zagrał dużo lepiej, aniżeli w I kolejce z Liskowcem, drużynie wciąż jednak brakuje polotu i zimnej krwi w końcówce. Na 1:0 trafili gospodarze z kontry, na 2:0 strzałem z 40. metra. Bramkarz Chlebek był wtedy chyba na wagarach.

P. POLOM 1:1
IRP CZ. CIESZYN (1:1)

Bramki: Zima - Szmek. Cz. Cieszyn: Pytela - Walach, Blažek, Rac, Popelka - Martinek (65. Groš), Szmek, Mendrok, Hradečný - Zabelka, Hromada (80. Fikoczek).

W barwach gości zabrakło kluczowego piłkarza do pojedynków główekowych. Pusta Polom nastawiła się bowiem głównie na stałe fragmenty gry. Remis zapewnił drużynie IRP Szmek, którego trener Damek tym razem wykorzystał w linii pomocy.

FRYDLANT 1:1
L. PIOTROWICE (1:1)

Bramki: Somr - Klimek. CZK: Roz-

kydal - Urban. Piotrowice: Sabela - Klimek, Kumpán (79. Směták), Bernátik, Pavlík - Dittrich, Miko, Bielan, Anastazovský (49. Šuster) - Urban, Lukan.

Minusem spotkania byli niedokładni sędziowie, zwłaszcza liniowy Křenek. Lokomotywie nie uznano aż czterech bramek po kontrowersyjnych spalonych. Na prowadzenie wyszli gospodarze po akcji Somra, wyrównał w 39. minucie Klimek - strzałem z 35 m w okienko.

W innych meczach: N. Jiczyn - Krnow 3:1, Liskowice - Oldrzychow 7:0, Wracimów - Czeladna 1:4, Petrkowice - Haj 5:1. **Lokaty:** 1. Liskowice, 2. Petrkowice, 3. Czeladna po 6, 6. Piotrowice 4, 8. Cz. Cieszyn 4, 11. Bogumin, 14. Olbrachcice po 0 pkt.

I A KLASA

Dzieńmorowice - Vlčovice 4:2, St. Biela - Lutynia D. 2:0, Sucha G. - Brusperk 2:0, Herzmanice - Bystrzyca 0:2, Šmilowice - Janowice

0:0, Libhošť - Stonawa 1:1, St. Miesto - Raszkowice 1:4.

I B KLASA

Gnojnik - Mosty 0:3, Datynie D. - Szenow 1:2, Dobra - Gródek 5:3, Oldrzychowice - Karwina B 1:1, Sedlitz - Jablonków 2:3, I. Piotrowice - Nydek 1:3, Wędrzynia - Niebory 2:0.

MP KARWIŃSKIEGO

Cierlicko - ČSAD Hawierzów 1:1, Žuków G. - Sj Pietwałd 4:2, F. Orłowa - Dąbrowa 1:2, Wierzniowice - G. Błędowice 1:3, Zabłocie - Sj Rychwałd 2:0, TJ Pietwałd - Bogumin B 3:0.

MP FRYDEK-MISTEK

Nawsie - Metylowice 4:1, Dobratice - Bukowice 9:2, Palkowice - Piosek 4:2.

RP FRYDEK-MISTEK

Milików - Noszowice 5:1, Oldrzychowice B - Šmilowice B 1:1. (jb)

W SKRÓCIE

■ **REWELACYJNY WYSTĘP POLAKÓW W BERLINIE.** Osiem medali, w tym dwa złote i cztery srebrne, to dorobek reprezentacji Polski na zakończonych w niedzielę lekkoatletycznych mistrzostwach świata w Berlinie. Polacy zajęli w klasyfikacji generalnej znakomite piąte miejsce, wyprzedzając nawet gospodarzy imprezy, Niemców. Oto lista polskich medalistów - brązowy: Kamila Chudzik (siedmiobój), Sylwester Bednarek (wzwyż); srebrny: Piotr Małachowski (dysk), Monika Pyrek (tyczka), Szymon Ziółkowski (młot), Tomasz Majewski (kula); złoty: Anita Włodarczyk (młot), Anna Rogowska (tyczka).

■ **JACOBSEN NAJLEPSZY.** Norweg Anders Jacobsen wygrał w niedzielę konkurs Letniej Grand Prix w skokach narciarskich w Zakopanem. Z Polaków najwyższą - na 15. miejscu został sklasyfikowany Łukasz Rutkowski. Adam Małyś, który w sobotę był trzeci, tym razem uplasował się na 21. pozycji. (jb)