

OBRADOWAŁA RADA PRZEDSTAWICIELI KP

Temat wiodący: sejmiki

CZ. CIESZYN (kor) – Do 20 marca powinny wpłynąć do Kancelarii Kongresu Polaków listy delegatów reprezentujących gminy oraz organizacje na X Zgromadzeniu Ogólnym KP (odbędzie się on 12 kwietnia w czeskokocieszyńskiej „Strzelnicy”). Zaapelowała o to na wtorkowym posiedzeniu Rady Przedstawicieli jej prezes Helena Legowicz.

Jak powiedziała prezes Legowicz, zaakceptowali członkowie Rady, wybór delegatów przeprowadzony zostanie wg klucza zastosowanego przed odbywającym się przed trzema laty IX Zgromadzeniem Ogólnym. Stanie się tak w wypadku gmin (organizacje, które złożyły akces do Kongresu, wybierają po dwóch delegatów) na sejmikach, które ruszą w najbliższym czasie. Te zaś będą organizowane przez pełnomocników gminnych, a w każdym weźmie udział członek Rady Kongresu Polaków.

– *Pozostaje jeszcze sprawa dużych miast, w których można by zorganizować nie jeden, ale kilka sejmików. O tym jednak powinni zdecydować sami mieszkańcy* – dodała H. Legowicz. Prezes Kongresu, **Józef Szymeczek**, zwrócił zaś uwagę, że

w Kancelarii KP są do dyspozycji afisze zapraszające na sejmiki i materiały pod sejmikową dyskusję. – *Pełnomocnicy mogą np. skorzystać z naszej kopiarki* – stwierdził.

Poruszono też ponownie temat wprowadzania dwujęzycznego nazewnictwa. Tu idą sprawy w dobrym kierunku, w wielu gminach jednak nie podjęto jeszcze żadnych kroków. – *A trzeba tę sprawę realizować jak najszybciej, zwłaszcza że nie ma żadnych przeszkód ze strony urzędów* – powiedział członek Rady Kongresu, **Bronisław Walicki**.

Zwracano również uwagę na zamalowywanie polskich napisów i na brak wiedzy nt. historii regionu wśród czeskiego społeczeństwa. Rada Przedstawicieli zobowiązała zatem władze Kongresu do przygotowania materiałów i konferencji prasowej dla czeskich dziennikarzy, na których poinformowano by ich nie tylko o wdrażaniu dwujęzyczności, ale też o przygotowaniach do Zgromadzenia Ogólnego i działalności Polaków w RC.

Kolejne posiedzenie Rady Przedstawicieli odbędzie się jeszcze przed Zgromadzeniem Ogólnym i będzie poświęcone głównie temu wydarzeniu. O dokładnym terminie poinformujemy na łamach „GL”.



W trzynieckich podstawówkach rozpoczęły się wczoraj zapisy do pierwszej klasy. Do polskiej szkoły w Oldrzychowicach przyszedł zapisać się również mały Stasio.



Z wtorkowych obrad Rady Przedstawicieli Kongresu Polaków.

XX-wieczna historia Zaolzia

OSTRAWA (mro) – Kwartałnik „Karta” wydawany przez niezależną organizację pozarządową Fundację Ośrodka „Karta” (o statusie organizacji pożytku publicznego) zajmującą się dokumentowaniem i upowszechnianiem historii najnowszej Polski i Europy Wschodniej, niesieniem wiedzy o człowieku współczesnym oraz szerzeniem tolerancji i demokracji w swoim 53. numerze z ub. roku zamieścił artykuł **Grzegorza Gašiora** pt. „Zaolzie”. Tekst jest dopełniony o źródłowy materiał porównawczy wspomnień mieszkającego na opisywanym terenie Czecha – urodzonego w 1914 roku w Łazach **Evžena Cedivody** oraz dobrze znanej naszym czytelnikom Polki, dziennikarki, urodzonej w Pudłowie **Lady Krumniklowej**.

Zaczynem dyskusji, jaka zapewne rozgorzeje podczas spotkania poświęconego stosunkowi współczesnych do XX-wiecznej historii Zaolzia, staną się tezy zawarte w tekście G. Gašiora, jak np., że – *sprawy lokalnej społeczności (Zaolzia – przyp. red.) przeważnie traktowano instrumentalnie, nie interesowała się nimi opinia publiczna. Ra-*

cje mieszkańców Zaolzia i lokalne konflikty uznawano za nieistotne, drugorzędne wobec racji „wyższego rzędu”. W rzeczywistości nie chciało ich dostrzec – były zbyt niewygodne – czy, że – to pogranicze nie stało się pomostem – lub, że – tłumione w czasach sowieckiego „internacjonalizmu” wzajemne urazy odżyły na nowo po 1989 roku. Nadal istnieją dwie prawdy o przeszłości, niechęć do wspólnego spojrzenia na nią i zrozumienia drugiej strony (cytaty pochodzą z internetowej strony

www.karta.org.pl). Spotkanie odbędzie się w czwartek 24 bm. o godz. 17.00 w siedzibie Konsulatu Generalnego RP.

Udział w nim zapowiedział nie tylko autor publikacji, pochodzący z Karwiny historyk Uniwersytetu Warszawskiego, ale i **Zbigniew Gluza** redaktor naczelny „Karty”. Korzystając z gościnności Konsulatu współorganizatorami spotkania obok polskiej placówki są Książnica Cieszyńska, Kongres Polaków oraz Ośrodek „Karta”.

Będą pierwszacy

OLBRACHCICE (dc) – Dyrekcja PSP, w której w br. szkolnym nie otwarto z braku dzieci w ogóle pierwszej klasy, oczekuje tegorocznych zapisów do kl. 1 z większym optymizmem. – *W pierwszej klasie powinno być kilkoro dzieci, nieoficjalnie mówi się o czterech* – powiedziała naszej redakcji dyrektor **Jolanta Kożusznik**.

Duży przyrost dzieci zanotowało natomiast we wrześniu br. olbrachcickie przedszkole. Obecnie uczęszcza do niego 18 dzieci, w tym aż 7 nowych. Liczba dzieci w porównaniu z ub. r. szk. jest tym samym wyższa aż o połowę. Podobnie jak w innych przedszkolach, gdzie doszło do przyrostu liczby dzieci, również tu trzeba było rozwiązać sprawy lokalowe. Z tego powodu przebudowano na sypialnię byłą pracownię ceramiczną. – *Mamy ciasno, ale dobrze, że są dzieci* – mówi J. Kożusznik, dodając jednak, że nie ośmiela się prognozować, czy większa liczba dzieci utrzyma się przez następne lata.

W górach wichura

REGION (dc) – Silny wiatr wyrządził wczoraj na terenie województwa poważne szkody materialne. Od północy do godz. 9 strażacy musieli 40 razy interweniować, w tym 10 razy w powiecie frydecko-misteckim. Przede wszystkim chodziło o usuwanie połamanych gałęzi drzew, które zatrasowały drogi i chodniki. Np. w Oldrzychowicach powalone drzewa uszkodziły przystanek autobusowy.

Wg informacji ostrawskiej filii Czeskiego Urzędu Hydrometeorologicznego, najsilniejszy wiatr odnotowano w Beskidach. Na Lysej Górze jego prędkość wynosiła 138 km na godz., co odpowiada wichurze.

Pogoda

CZWARTEK – Pochmurno, możliwe opady deszczu. Temperatura w dzień od 5 do 8 st., nocą od 3 do 0 st. C.

PIĄTEK – Zachmurzenie zmienne. Temperatura w dzień od 3 do 6 st., nocą od 2 do -1 st. C.

NIETYPOWE, KONCERTOWE LEKCJE WYCHOWANIA MUZYCZNEGO

OLBRACHCICE (s) – Drugi już w tym roku szkolnym koncert wychowawczy dla młodzieży szkolnej dał Chór Nauczycieli Polskich. W ub. tygodniu śpiewał w Domu PZKO w Olbrachcicach dla uczniów miejscowej polskiej szkoły podstawowej i szkoły z sąsiedniej Stonawy.

Koncert ten jednak był nietypowy, bo sporą część audytorium stanowili goście urodzinowi jednego z chórzystów ChNP oraz kierownika chóru mieszanego „Olbrachcice”, świeżego 80-lątka **Gustawa Guñki**: olbrachciccacy chórzyci, członkowie zarządu miejscowego koła, a także delegacje miejscowych organizacji społecznych, do których Jubilat należy.

ChNP pod dyktando **Alojzego Suchanka** i **Władysława Ruska** przedstawił dzieciom à capella i z akompaniamentem pianistki **Marty**

Bury próbki niektórych rodzajów pieśni, które będą im, a nawet powinny, w życiu towarzyszyć. Były to pieśni ludowe, narodowe, kombatantkie, biesiadne, utwory muzyki poważnej oraz kolędy i pastorałki (partie solowe śpiewał

ChNP dla szkół

Alojzy Kaleta). Poszczególne punkty programu zręcznie słowem związał i w sposób klarowny omówił konferansjer **Bogusław Czernek**. Co popularniejsze piosenki z chórem zaśpiewała cała sala. I co ważne – dziecięce głosy nie ugięły się pod ciężarem decybeli głosów dojrzałych. Co z uznaniem skwitowali tak konferansjer, jak i dyrekcja.

Podczas koncertów wychowania muzyczne-

go ChNP nie tylko śpiewa, demonstrując różne gatunki chóralistyki. Zespół ma ambicję wprowadzać dzieci i młodzież w podstawowe tajniki muzyki wokalne. – *Omawiamy skład chórów, głosy chórowe i wszystkie charakterystyczne elementy muzyki wokalne* – powiedział nam członek zarządu ChNP i konferansjer **B. Czernek**. – *Nasz koncert to jednocześnie lekcja wychowania muzycznego i żywa muzyka. Trwa to jedną jednostką lekcyjną. W tym roku szkolnym mamy zamiar dać jeszcze dwa koncerty. Zresztą rokrocznie robimy trzy lub cztery koncerty wychowawcze. Nie pchamy się na siłę do szkół, tylko czekamy na zaproszenia... Nic nie bierzemy za koncert, tylko mniej więcej 500 koron za dojazd. To jest nasze posłannictwo – jako nauczycieli – wyjeżdżać z koncertami do szkół.*

Ciąg dalszy na str. 2

Nowoczesna Kobieta

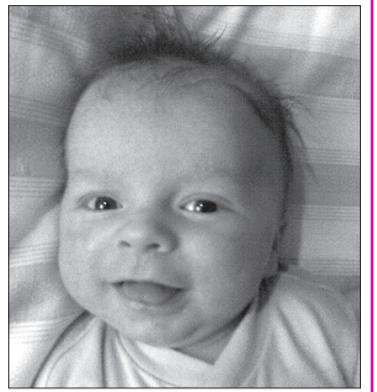
Nie muszę się tłumaczyć

Która z nas nie znalazła się choć raz w podobnej sytuacji? Przynosimy do reklamacji buty, które kupiliśmy miesiąc temu, a podeszwa już zaczyna w jednym miejscu odlatywać. Domagamy się ich naprawy lub wymiany. Wyraz twarzy ekspedientki jasno wyraża niechęć wobec naszych żądań. – *No i jak ja to mam odesłać do reklamacji, skoro nie są dokładnie umyte* – kręci głową. – *Zresztą to tylko taki drobniaczek, może to pani przykleić!* Buty są oczywiście czyste, trudno jednak oczekiwać, że podeszwy będą po miesiącu używania lśniły nowością. Celem sprzedawczyni jest zyskanie przewagi w tym „pojedynku”. Za nami stoją dwie kolejne osoby, w oczach których mamy zyskać opinię osoby niechlujnej, a na dodatek niezaradnej. Istnieją trzy możliwości, jak w takiej sytuacji zareagować. Pierwsza to ta, że zgodzimy się na rolę „stabszego” i, by nie przedłużać rozmowy, przyjmujemy rozwiązanie ekspedientki i same postaramy się podeszwy przykleić. Druga możliwość to zachowanie agresywne – pokłócimy się z nią, przy okazji obraźliwie wyrażając się o jakości sprzedawanego w sklepie towaru. Trzecie

wyście polega na tym, że spokojnie i rzeczowo będziemy domagały się swych praw. Wystarczy krótkie zdanie: – *Nie będę podeszwy sama przyklejać, ponieważ buty podlegają gwarancji i mam prawo do ich naprawy lub wymiany*. Ekspedientka będzie, być może, próbowała dalej z nami pertraktować, przy okazji gestami lub różnymi aluzjami dając do zrozumienia czekającym za nami klientom, że to nie z jej powodu muszą czekać. W żadnym wypadku nie powinno nas to zrazić. Nie my wstrzymujemy, na winie jest wada towaru, który kupiliśmy. Dlatego nie pozwólmy na to, aby ulec manipulacji emocjonalnej naszej „przeciwniczki”.

Ostatni podany sposób jest przykładem zachowania asertywnego. Z pewnością słowo asertywność nie raz obilo nam się o uszy. Czy wiemy jednak dokładnie, co ono oznacza? Na pewno nie należy go mylić z rozpychaniem się lokciami i domaganiem się swych praw za wszelką cenę, choćby „po trupach”. Osoba asertywna to taka, która korzysta z przysługujących jej praw, nie naruszając zarazem praw innych. Umie jasno mówić „tak” i „nie”, wyrażać swoje opinie, nie lęka się przesadnie krytyki ze strony innych. A także nie daje się zmanipulować, ani też niepotrzebnie się nie usprawiedliwia. Zastanówmy się, jakże często tłumaczymy komuś powody swego zachowania, pomimo że nikt od nas tego nie wymaga, ani też nie ma prawa wymagać. Nie chodzi tu o usprawiedliwienie się przed szefem, dlaczego po raz kolejny spóźniłyśmy się do pracy (wtedy mamy obowiązek wytłumaczyć swe powody), lecz o sytuacje, gdy tłumaczymy znajomej, dlaczego nie chcemy skorzystać z jej zaproszenia na daczę lub też przyjąć proponowanej nam przez nią dla naszego dziecka używanej odzieży. W obu wypadkach możemy krótko podziękować za propozycję, bez szczegółowego tłumaczenia powodów swej odmowy. Wydaje się to proste, zastanówmy się jednak szczerze, jak w rzeczywistości postępujemy w podobnych sytuacjach. Czy zamiast prostego i jasnego „nie”, do którego mamy prawo, nie używamy często zbędnych, a nawet zmyślonych wymówek? (dc)

Witamy...



DOMINIK przyszedł na świat 16 kwietnia ub.r. Jest synem państwa Zuzanny i Bogdana Kondziolków mieszkających w Piotrowicach. Gdy urodził się, mierzył dokładnie pół metra i ważył 3,50 kg. Imię wybrali rodzice spontanicznie, po prostu obojgu bardzo się podobało.

Dominik to imię łacińskiego pochodzenia. Wywodzi się od słowa *dominicus* oznaczającego „pański”. Do znanych osobistości noszących to imię należą: św. Dominik – założyciel zakonu dominikanów oraz czeski bramkarz hokejowy Dominik Hašek.

Imieniny Dominik obchodzi 4 sierpnia.

UWAGA, RODZICE! Zachęcamy do nadsyłania zdjęć waszych pociech, które w ostatnich miesiącach przysłyły na świat, byśmy mogli opublikować je w naszej rubryce. Prócz zdjęcia prosimy podać imiona i nazwiska rodziców, datę i miejsce urodzenia dziecka, jego wagę urodzeniową i wzrost, ewent. dane nt. rodzeństwa. Interesuje nas też, w jaki sposób wybieraliście imię dla dziecka. Zdjęcia prosimy przysyłać pod adresem chlupova@glosludu.cz lub klasyczną pocztą pod adresem redakcji.

W lustrze

Suknię można wypożyczyć

Nie każdą z nas stać co roku na zakup nowej sukni balowej. Wiadomo, elegancka suknia to wydatek w granicach kilku tysięcy koron. Można oczywiście przez kilka lat pod rząd przetańczyć karnawał w jednej i tej samej kreacji, ale chcemy przecież na każdym balu wyglądać modnie i oryginalnie! Jednym z rozwiązań jest wypożyczenie sukni w salonie. Przyzwyczailiśmy się już do korzystania z wypożyczonych sukni ślubnych, może zatem pora zebrać odwagę i również na bal udać się w wypożyczonym stroju?

Suknie balowe mają w swej ofercie niektóre salony mody ślubnej. Na naszym terenie są to m.in. wypożyczalnia salonu „Barbara” w Cz. Cieszynie i Bystrzycy czy też salony w Hawierzowie Błędowicach – „Mirael” i „Svatební móda”. Suknie balowe wypożycza kilka salonów w Ostrawie. Ceny są, zależnie od

konkretnego modelu, bardzo zróżnicowane. Za wypożyczenie nieco starszej lub skromniejszej sukni zapłacimy kilkaset koron, za nowy, luksusowy model nawet 2 tys. Zawsze jednak będzie to o wiele mniej, niż zapłaciłybyśmy za daną kreację w sklepie. Salony deklarują, że dysponują modelami w różnych rozmiarach, zarówno dla młodych, jak i nieco starszych pań. (dc)



Fot. archiwum Salonu MIRAEL



Smacznego

Gnocchi z ricotty i szpinaku

Kto skosztował już tych smacznych klusek w którejś z włoskich restauracji, wie, o co chodzi. Gnocchi (czytaj: *nioki*) są przyrządzane z różnych surowców (ziemniaków, sera) i podawane z reguły z sosem, najczęściej serowym.

Składniki: 250 g ricotty (specjalny ser, który da się kupić już również u nas), 200 g zblanszowanego, odcisniętego i drobno posiekanego szpinaku, 50 g mąki (plus trochę do wysypania stolnicy), 50 g tartego parmezanu, 3 żółtka, gałka muszkatołowa, sól, pieprz.

Wykonanie: Ze wszystkich składników zagnieść luźne ciasto. Na posypanej mąką stolnicy uformować wałek i pokroić ukośnie kluski. Każdą kluskę obtoczyc dodatkowo w mące, formując w dłoniach owalny kształt. Wrzucać po kilku sztukach do dużej ilości osolonego wrzątku i gotować chwilę po wypłynięciu na powierzchnię.

Podawać z masłem i drobno posiekaną pietruszką lub cebulką,

posypane parmezanem. Można też podawać z różnymi sosami. (dc)

moje prawa

Limit 5 tysięcy

Prawdopodobnie wszyscy słyszeliśmy o tym, że zgodnie z reformą służby zdrowia nikt z nas nie powinien płacić u lekarza czy w aptece więcej niż 5 tys. koron rocznie. W rzeczywistości przekroczenie limitu nie zwalnia nas jednak automatycznie z wszystkich opłat, tak samo, jak nie wszystkie opłaty wchodzi w skład limitu. Nie zalicza się do niego opłat za pobyt w szpitalu, za korzystanie z pogotowia, jak również niektórych dopłat do lekarstw. Jeżeli bowiem na rynku jest więcej medykamentów zawierających tę samą substancję czynną i o tym samym sposobie podawania, to do limitu zalicza się wysokość dopłaty do najtańszego z nich. Wyjątkiem jest sytuacja, gdy lekarz napisze na receptce, że lekarstwo nie może być

mój relaks

Dobrze spać

By sen był dla nas prawdziwym relaksem, poświęćmy należytą uwagę wyborowi odpowiedniego dla nas materaca. W sklepie nie kierujemy się tylko najkorzystniejszą ceną i wyglądem, lecz materac wypróbujemy, kładąc się na nim. Nie pomoże ostrożnie tylko, niemalże ze wstydem, usiąść na brzegu materaca.

Zbyt twarde materace nie podpierają punktowno naszego ciała, co powoduje, że naczynia krwionośne są uciskane, a mięśnie skurczone i napięte. Osoba śpiąca na takim materacu obudzi się zdrętwiała i może mieć kłopoty z krążeniem. Gdy z kolei śpimy na materacu zbyt miękkim, zapadamy się, a nasz kręgosłup wygina się, co z kolei powoduje bóle pleców. Dlatego ważne jest, by dobrać materac o odpowiedniej dla nas sprężystości.

Do najtwardszych należą materace z wkładem z płyty kokosowej. Wkład z pianki poliuretanowej jest bardziej miękki. Ciekawym rozwiązaniem są materace, w których sprężyny z jednej strony obłożone są matą z płyty kokosowej, a z drugiej płytą z pianki. W zależności od własnego odczucia, co jest dla nas bardziej wygodne, lub też aktualnych dolegliwości zdrowotnych, można taki materac stosować z jednej lub drugiej strony. Do produkcji nowoczesnych materaców używa się takich typów sprężyn, które zapewniają tzw. sprężystość progresywną, co oznacza, że większy nacisk powoduje większą siłę wypierania. Nawet ciężka osoba śpiąca na takim materacu nie wgnębi w nim niewygodnego i niezdrowego dla kręgosłupa „dołka”. Dla najmniejszych dzieci, ze względu na niedużą wagę ciała, bardziej stosowne są jednak materace lateksowe, które lepiej dostosują się do kształtu ich ciała. Opr. (dc)

kwitowaniu musi być pieczęć danej placówki oraz nazwisko osoby, która inkasowała pieniądze. Jeżeli z naszych danych wynika, że przekroczyliśmy limit, a kasa chorych w

danym ustawowo terminie (do 60 dni od końca kwartału) nie zwróci nam pieniędzy, możemy zażądać zwrotu osobiście. Pokwitowania posłużą nam wtedy jako dowód. (dc)

zastąpienie innym – wtedy do limitu zalicza się cała kwota, którą pacjent zapłaci w aptece. Po przekroczeniu limitu 5 tys. kc kasa chorych zwraca mu kolejne poniesione wydatki. Oczywiście z wyjątkiem tych nie wchodzących w skład limitu.

Kasy chorych same ewidują nasze opłaty na podstawie informacji, które mają obowiązek przekazywać im placówki służby zdrowia. Nie możemy mieć jednak pewności, że zawsze wywiążą się z niego bezbłędnie. Dlatego mamy prawo żądać od lekarzy i farmaceutów pokwitowań. Pokwitowanie musi zawierać następujące dane: numer ubezpieczonego, wysokość opłaty, datę, w przypadku apteki również nazwę lekarstwa i wysokość dopłaty zaliczanej do limitu. Na każdym po-



Fot. MAREK SANTARIUS

Kolumnę przygotowała:

DANUTA CHLUP

