

DZIŚ W NUMERZE:

Z Cz. Cieszyna do Europy str. 3

GŁOSIK – rubryka dla dzieci str. 4

Kto wygrał z MOKATE? str. 5

Trzyniec obronił 7. lokatę str. 8

**CZWARTEK
5 STYCZNIA 2006
NR 2
ROCZNIK LXI
CENA 6 Kč**

tel.: 558 731 766
faks: 558 740 044
info@glosludu.cz

OBRADOWAŁA RADA BEZPIECZEŃSTWA WOJEWÓDZTWA

Trwa walka ze śniegiem i lodem

OSTRAWA (mro) – W tej chwili nawet normalne opady śniegu mogą spowodować poważne komplikacje – padło z ust hetmana Evżena Tošenovskiego po wczorajszych porannych obradach Rady Bezpieczeństwa województwa morawsko-śląskiego.

Rada, w której uczestniczyli m.in. dyrektorzy administracji dróg publicznych, zakładów transportowych, lasów państwowych, stwierdziła, że na terenie województwa mamy do czynienia z poważnym stanem zagrożenia śniegowego, jednak nie wymaga on sięgnięcia po nadzwyczajne środki, jak wezwanie do pomocy wojska (od zylwestra i tak już pomaga jednostka wojska z Hluczyna), zwiększenie taboru sprząającego, czy też wprowadzenie zakazu wejścia w określone rejonny.

– Sytuacja jest jednak ekstremalna. W Beskidach napadało nawet 2 m śniegu – stwierdził hetman. (Dodajmy, że

metr sześciennej śniegu może ważyć 800 kg). Stąd Rada wzywa właścicieli posesji do sprząania zwłaszcza śniegu z dachów i nie pozostawiania aut na drogach publicznych. Rada w tym ostatnim wypadku uzgodniła system koordynacji pracy policji i dyrekcji lasów umożliwiający odciąganie aut, zwłaszcza w rejonach górskich tak, by nie tarasowały przejazdu.

Ciąg dalszy na str. 2

Wymiana ambasadorów

WARSZAWA (mro/pap) – Minister Spraw Zagranicznych Rzeczypospolitej Polskiej, Stefan Meller, wystąpił w wnioskiem o zakończenie misji przez grupę ambasadorów. Nowe władze RP dokonują przeglądu kadr kierowniczych państwa, a procedura ta dotyczy kierowniczych stanowisk na placówkach dyplomatycznych. Proces ten ma charakter długofalowy. Nowe wymogi polskiej polityki zagranicznej oraz racjonalizacja zarządzania zasobami ludzkimi resortu powodują, iż osobom powracającym do pracy w Centrali MSZ będą powierzane inne zadania. Dodał, że uznaje się za głęboko niesłuszne, aby funkcje ambasadorów RP pełniły osoby związane w przeszłości ze służbami i aparatem partyjnym PZPR. Straciły one bowiem zaufanie władz RP odpowiedzialnych za kształtowanie polityki zagranicznej.

Jednocześnie MSZ potwierdziło, że nie opublikuje listy nazwisk ambasadorów, którzy mają być odwołani.

Ciąg dalszy na str. 2

AKTORĘ PRZEWIEZIONO DO SZPITALA

»Apetyt« bez końca

TRZYNIEC (sch) – Widzowie z Trzynieca i okolicy po wtorkowym spektaklu Sceny Polskiej wracali do domów nie usatysfakcjonowani. Z powodu urazu palca aktorki Małgorzaty Pikus sztuki „Apetyt na czeresnie” Agnieszki Osieckiej nie obejrżeli do końca.

»Lidl« stracił dach

OSTRAWA (mro) – Pod ciężarem śniegu załamał się we wtorek po godz. 19.30 dach supermarketu „Lidl” w dzielnicy Morawska Ostrawa i Przywóz.

Kupujący w tym czasie klienci zdążyli zbiec z miejsca katastrofy. Ucierpiała jedynie 20-letnia pracownica sklepu. Więcej ofiar nie odnotowano.

Metalowy dach o drewnianej konstrukcji zawałił się do wnętrza sklepu demolując zaplecza i część samoobsługową. Wezwana na miejsce straż pożarna przez pięć godzin prowadziła prace ratunkowe i zabezpieczające. Obiekt sprawdziły psy oraz skontrolowano go kamera na wysięgniku. Dochodzenie trwa.

prezy pod rząd! – Przygotowania są intensywne, zawodnicy mieli za zadanie trenować również w czasie ferii świątecznych – poinformowała „Głos Ludu” dyrektorka szkoły, Wanda Tomčala. – Aczkolwiek wiele spraw udało się nam już zatwócić, nadal nie wiemy, gdzie zostanie usytuowane zaplecze dla zawodników. Prezentacja uczestników oraz otwarcie i zakończenie zawodów odbędzie się na stoku. Natomiast na bazę prawdopodobnie zostaną zaadaptowane lokale mosteckiej podstawówki.

Ciąg dalszy na str. 7

21 STYCZNIA: ZJAZD GWIAZDZISTY

Przygotowania w toku

REGION (man) – Już niebawem, bo w sobotę 21 stycznia w kompleksie narciarskim w Mostach koło Jablonkowa odbędzie się Zjazd Gwiazdzisty – narciarskie mistrzostwa polskich szkół podstawowych. Młodzi zawodnicy w tych dniach szlifują formę i udoskonalają swe umiejętności.

Organizatorem Zjazdu Gwiazdzistego jest PSP im. Stanisława Hadyńskiego w Bystrzycy. Jeżeli jej uczniowie, którzy są największymi pretendentami do zwycięstwa, zajmą pierwsze miejsce również w tym roku, zostaną czterokrotnymi triumfatorami tej im-

A. SOCHOR: TO NIE JA JESTEM AUTOREM FAŁSZYWKI

Tropy wiodą nad Olzę?

CZ. CIESZYN (kor) – Czeska telewizja, a za nią także liczne dzienniki podały w tym tygodniu sensacyjną informację o kolejnym nadolziańskim śladzie w aferze pochodzącego z Cz. Cieszyna, a przebywającego obecnie na Szeszelach biznesmena Radovana Krejčiča. Otóż jednym z „kompanów” sławnego cieszyniaka miał być także 58-letni były przedsiębiorca prywatny, Antoni Sochor.

Jak podały czeskie media, to właśnie mieszkający w Cz. Cieszynie Sochor miał być autorem fałszywego weksla z podpisem byłego premiera i szefa czeskich socjaldemokratów Stanisłava Grossa, potwierdzającego, że ČSSD w 2002 r. wypoczyła tajnie od Krejčiča 60 mln Kč. Jak powiedział nam A. Sochor, policja rzekomo podejrzewała go

nawet o to, że to on był także autorem fałszywych paszportów, którymi Krejčič miał posługiwać się podczas swojej ubiegłorocznej ucieczki z Czech.

Ciąg dalszy na str. 2

DIAKONIA ŚLĄSKA REALIZUJE PROGRAM »EQUAL«

Wyjście dla bezdomnych

KARWINA (wak) – Wkrótce do sześcioro wyremontowanych i wyposażonych w meble mieszkań komunalnych wprowadzą się nowi lokatorzy – podopieczni schronisk dla bezdomnych i domów socjalnych. Samodzielne lokum zawdzięczają gospodarzom Karwiny oraz Diakonii Śląskiej, która mieszkania wynajęła od miasta i poprzez realizację projektu „Equal” chce pomóc właśnie tym ludziom wyjść z bezdomności.

– Najważniejszym zadaniem programu przeciwdziałania bezdomności, na który otrzymaliśmy pieniądze z Unii Europejskiej, jest to, aby osoby otrzymujące klucze, nigdy już nie wróciły na „stare śmiecie”.

Ciąg dalszy na str. 3

NIETRZEŹWI KIEROWCY ZABILI PIĘĆ OSÓB

REGION (wak) – Statystyki są ponure: przyczyną większości kolizji na drogach jest alkohol. Na blisko 28 320 wypadków, jakie od stycznia do listopada ub. roku zdarzyły się na drogach województwa morawsko-śląskiego, w prawie 1350 brał udział nietrzeźwi kierowcy. Zginęło w nich pięć osób a 23 doznały ciężkich obrażeń ciała.

Najwięcej wypadków spowodowanych przez pijanych kierowców, w których śmierć poniosła jedna osoba, wydarzyło się w Ostrawie (212), z kolei na drogach powiatu b. powiatu karwińskiego (159) oraz frydecko-mistecckiego (154). Do

największej tragedii, w której na miejscu zginęły dwie osoby a dwie zostały ciężko ranne, doszło w październiku w miejscowości Píšť koło miasta

»Pijane« drogi

Hlučín w Opawskim. Pijany kierowca, który uderzył w grupkę ludzi stojących na wysepce autobusowej, przebywa w areszcie tymczasowym. Na wyrok czeka także 28-letni kierowca z Ostrawy, który we wrześniu w ostrawskiej dzielnicy Nowa Wieś uśmiercił zatrzymującego go policjanta. Miał

w krwi ponad 2 promile alkoholu. Przyczyną wypadków spowodowanych przez kierowców po kieliszku było przede wszystkim rozwijanie nadmiernej prędkości jazdy, wymuszanie pierwszeństwa przejazdu, nieprawidłowe wyprzedzanie oraz jazda pod prąd.

Policjanci systematycznie organizują akcje pomiaru prędkości jazdy pojazdów mechanicznych. Podczas nich mundurowi na drogach całego województwa „polują” na nietrzeźwych uczestników ruchu drogowego. Bywa, że w ciągu jednego dnia wyłapują do 50 takich osób!

Wogoda

CZWARTEK – Zachmurzenie duże, opady śniegu lub śniegu z deszczem. Temperatura w nocy od -1 do -5 st. C, w dzień od -1 do 3 st. C.

PIĄTEK – Zachmurzenie umiarkowane do dużego, lokalne opady śniegu. Temperatura w nocy od -1 do -5 st. C, w dzień od -1 do 2 st. C.



0 600 0 2

9 771 212 14 2204 11

»WALMARK« BUDUJE CENTRUM LOGISTYCZNE

Z Cz. Cieszyna do Europy

TRZYNIEC OLDRZY-
CHOWICE (mro) – No-
we logistyczne centrum
zaopatrzenia dla Europy
firmy „Walmark” po-
wstanie kosztem 80 mln
koron w Czeskim Cieszynie.
Inwestycja ta oraz
ubiegłoroczne powięk-
szenie mocy przetwórc-
zych zakładu w Trzyniecu
są odpowiedzialną firmą na
ubiegłoroczny 25-proc.
wzrost dochodu dywizji
farmaceutycznej.

Do maja br. na terenie
byłej dywizji spożywczej
w Cz. Cieszynie przy uli-
cy Towarowej stanie nowe
centrum o powierzchni
4100 m kwadratowych.

– Będzie to nowoczesny, sterowany
komputerowo magazyn finalnych pro-
duktów, który pomieści 7 tys. miejsc
paletowych z możliwością dalszego
modułowego poszerzenia. Jego uru-
chomienie umożliwi restrukturyzację
wewnętrznych procesów firmy i uła-
styczni podejście do klienta – powie-
dział nam dyrektor produkcji i logisty-



Tak przedstawia się projekt nowego centrum logistycznego firmy „Walmark”, które do maja wyróżnie przy ulicy Towarowej w Czeskim Cieszynie. Autorem projektu jest inż. arch. Ladislaw Bartoś, kontrakt na budowę wygrała spółka ZIPP Brno.

ki „Walmarku”, Miroslav Haratek.

Powiększenie mocy produkcyj-
nych w Trzyniecu oraz budowa Cen-
trum oznacza także wzrost zatrudnienia
o blisko 30 osób. Tomáš Macura,
dyrektor generalny firmy podkreśla,
że przy wyborze pracowników „Wal-
mark” będzie preferował ludzi już
sprawdzonych, którzy współpraco-

wali z firmą sezonowo. Szansę na po-
nowne zatrudnienie mają także byli
pracownicy dywizji napojów.

„Walmark” zatrudniający obecnie
w macierzystym zakładzie 417 pra-
cowników pozostaje liderem na ry-
nku suplementów diety nie tylko w RC
i na Słowacji, ale także w Rumunii,
Polsce i Bułgarii.

»CHCEMY UTRZYMAĆ TĘ NASZĄ LITERACKĄ
KAWIARENKĘ« – MÓWI JAN RYŁKO

»Pegaz« trochę kuleje...

Jablonkowscy pezetkaowcy mogą powiedzieć, że ubiegły rok był dla ich kola bardzo dobry. Udało się Gorolski Święto, udało im się dokończyć przybudówkę ich siedziby przy Rynku Mariackim, w którym znalazło się miejsce zarówno dla dużej sceny, jak i dla lokali Izby Regionalnej im. Adama Sikory. Było też sporo udanych imprez, jak chociażby przedstawienie „Zabijaczka” Władysława Niedoby, które zorganizował chór „Gorol”, przedświąteczne „Jasełka” w wykonaniu zespołów „Zaolzi” i „Zaolzioczek” czy Gwiazdka, na której zagrała i zatańczyła dziewczęca „Torka”.

Gorzej jednak było ze spotkaniami w literackiej Kawiarence „Pod Pegazem”, której zazdrościło jablonkowiom niejedno Kolo. Spotkania z poezją odbyły się w ub. roku tylko dwa, a także rok wcześniej można je było policzyć na palcach jednej ręki...

Jablonkowska Kawiarenka „Pod Pegazem” jest najstarszą tego typu inicjatywą. Została powołana do życia jeszcze przed tzw. rewolucją aksamiitną, w 1989 r. Z pomysłem przyszli państwo Sultana i Stanisław Gawlikowie, wspólnie z poetą Wilhelmem Przeczekiem z Bystrzycy, który wówczas uczył w miejscowej szkole i który stał się gospodarzem spotkań. Wkrótce do Przeczka dołączył jego przyjaciel po piórze i zza katedry, poeta Jan Pyszko z Nawisia Potoków. O bardziej materialną część wieczorów „Pod Pegazem” troszczyli się zaś – i robią to do dziś dnia – m.in. Barbara i Ryszard Grzegorzewscy, Józef Cieniela, państwo Gawlikowie czy dyrektor miejscowej PSP Bogusław Słowiczek.

Od samego początku bohaterami „pegazowskich” wieczorów byli nie tylko rodzimi poeci, ale także goście z Polski (głównie ze środowisk literackich w Opolu, Brzegu i Warszawie), całej RC (Ostrawa, Olomuniec) czy Słowacji. A bywało, że gościli „Pod Pegazem” również egzotyczni goście, jak iracki poeta Hatif al-Janabi czy mieszkający w USA Adam Szyper.

W Przeczek pożegnał się z kawiarenką pod koniec lat 90. z powodów zdrowotnych. J. Pyszko jednak nie został sam – pomagali mu przyjaciele z Jablonkowa, jak również poeta Kazimierz Kaszper z Wędrziny (był m.in. gospodarzem pięknej, refleksyjnej „Kawiarenki Zaduszkowej” pod koniec lat 90. ub. wieku) czy młody poeta Marek Słowiczek z niedalekich Boconowic.

To właśnie M. Słowiczekowi Jan Pyszko przekazał pałeczkę w 2004 r., kiedy postanowił zrezygnować z przewodzenia kawiarence. I wszystko zapowiadało się dobrze. Już pierwsze spotkanie, którego bohaterką była Agata Szczuka z Łomnej Dolnej, autorka książki „Oczy zachodnie, oczy wschodnie albo U nich nie kak u nas”, cieszyło się ogromnym powodzeniem. Niestety, później przyszedł kryzys. Spotkań „Pod Pegazem” było coraz mniej. W ub. roku gospodarze kawiarenki zaprosili miłośników literatury właśnie tylko na Kawiarenkę Świętogorolską oraz na benefis Jana Pyski, zorganizowany z okazji 80. urodzin poety i współtwórcy „Pegaza”. W dodatku Marek Słowiczek postanowił się na razie wycofać z funkcji gospodarza kawiarenki.

– Nie ukrywam, że jednym z powodów mojej decyzji jest brak czasu, ale nie jest to powód najważniejszy – mówi M. Słowiczek. – Ważniejsze jest chyba to, że nie czuję się w pełni kompetentny, by prowadzić tak ważne dla naszego środowiska przedsięwzięcie. Uważam, że na Zaolziu jest sporo ludzi bardziej ode mnie do tego się nadających, doskonale się orientujących w literaturze, także zaolziańskiej. Nie oznacza to jednak, że nie chcę pomóc ludziom skupionym wokół kawiarenki, jestem otwarty na wszelkie propozycje. A ponieważ postanowiłem bardziej zgłębić swoją wiedzę o literaturze, głównie zaolziańskiej, nie wykluczam, że za 2-3 lata powrócę do tej pięknej „pegazowskiej” inicjatywy ponownie jako gospodarz kawiarenki.

Prezes jablonkowskiego Kola Jan Ryłko wie, że „Pegaz” przeżywa kryzys. Pomimo to jest optymistą. – Na razie pałeczkę od Marka Słowiczka (wierzę jednak, że i on nie rezygnuje z kawiarenki na zawsze) przejął Stanisław Gawlik, który m.in. zorganizował benefis Jana Pyski. Zobaczymy, jak będzie dalej. Może będzie się trzeba zastanowić nad zmianą jej koncepcji? W każdym razie chcemy utrzymać tę naszą literacką kawiarenkę. Bo ludzi na spotkania przychodzi nadal sporo, widać, że są im one potrzebne. Na razie chcielibyśmy, żeby spotkania były przynajmniej dwa w roku, musimy utrzymać też tradycję kawiarenek organizowanych w ramach Gorolskiego Święta. Sądzę, że będzie dobrze.

Miejmy zatem nadzieję, że kulejący jablonkowski „Pegaz” wkrótce odzyska sily.

JACEK SIKORA



Nagroda dla »Reportu«

OSTRAWA (mro) – Na przeglądzie Twórczości Regionalnych Ośrodków Telewizyjnych Czwórki Wyszehradzkiej biorących udział w programie „Kwartet” w Krasicy pod koniec ub. roku Ostrawski Ośrodek Telewizyjny zyskał prestiżowe nagrody. Telewizyjne ośrodki z Republiki Czeskiej, Słowacji, Węgier oraz Polski konkurowały o nagrodę „Wyszehradzkiej pieczęci”.

W kategorii informacji drugie miejsce zajęło czwartkowe wydanie regionalnych wiadomości „Report”. – Jest nam szczególnie miło, że na konkurs wytypowano właśnie czwartkową edycję, której integralną częścią jest pięciominutowka – powiedziała nam Renata Bilan, szefująca polskojęzycznej części „Reportu”. Dodała, że wraz z zespołem czeskich kolegów Polacy czują się wyróżnieni międzynarodową nagrodą.

W kategorii twórczości dokumentalnej ostrawski ośrodek odebrał pierwszą nagrodę za film „Młyn Habermana” w reżyserii Petra Jančárka oraz trzecią za film „Mój przyjaciel morderca” Jany Lorenceovej i Jána Nováka.

Nagrodę specjalną zdobył projekt „Europa wokół nas? – My w Europie!” ciekawie ukazujący społeczeństwa państw Czwórki Wyszehradzkiej po

wejściu do Unii Europejskiej. Jak poinformowała „Głos Ludu” Jolanda Pilařová, rzeczniczka ośrodka ostrawskiej TV, projekt zrealizowany został przy wsparciu Międzynarodowego Funduszu Wyszehradzkiego.



Już zdążyliśmy przyzwyczaić się do tego, że żadna z ważniejszych imprez organizowanych przez organizacje polskie na Zaolziu nie może odbyć się bez obecności reportera z polskiej „pięciominutowki” programu sprawozdawczo-publicystycznego „Report” ostrawskiego ośrodka telewizyjnego. Na zdjęciu red. Renata Bilan w trakcie wywiadu z prezesem Kongresu Polaków w RC, Józefem Szymeczkiem, na niedawnym Zjeździe Delegatów PZKO w Kocobędzu.

Wyjście dla bezdomnych

Dokończenie ze str. 1

Staraliśmy się więc wybrać ludzi, którzy będą w stanie zapłacić czynsz i nie zadowolą mieszkania. Dlatego każdy, komu przyznane zostanie własne lokum, posiada stałe dochody – pensję, rentę lub inne świadczenia socjalne – tłumaczy menedżer projektu, Jan Czudek.

Tuż po zakończeniu remontu do mieszkań jedno-, dwu- i czteropokojowego trafi dwóch podopiecznych schroniska dla bezdomnych „Bethel” z Karwiny Mizerowa, dwie matki z dziećmi z Domu Samotnej Matki i Dziecka „Sara” w Piotrowicach oraz dwie rodziny, które z przyczyn losowych nie były w stanie płacić wysokich czynszów i przez jakiś czas mieszkaly w domu socjalnym „Sowiniec” w Karwinie Kopalniach.

– Działania, jakie prowadzimy, mają przywrócić tym ludziom poczucie sensu życia, a zarazem włączenie się do życia w społeczeństwie. Od nich samych zależy będzie czy wykorzystają swoją szansę. Pracownicy socjalni będą im doradzać i pomagać m.in. wyrobić potrzebne dokumenty, motywować do poszukiwania lub podjęcia pracy w naszych warsztatach terapii zajęciowej. Jeżeli ludzie ci nie będą spełniać warunków podpisanych w umowach, będą musieli opuścić mieszkania. Nie znaczy to, że znajdą się na ulicy. Wrócą do lokali zastępczych – schronisk lub noclegowni. Wierzymy jednak, że tak się nie stanie – mówi J. Czudek.

W realizowanym przez Diakonię Śląską programie pojawił się jeszcze jeden bardzo ważny element. Ludzie, którym dano drugą szansę, mają coś do stracenia. Swoją postawą, przestrzeganiem obowiązujących w nowych mieszkaniach zasad, będą musieli udowodnić, że zasłużyli na doskonałe warunki, w których się znaleźli i na zaufanie ludzi, którzy im chcą pomóc. To dla niektórych z nich pierwszy wychowawczy, a może nawet resocjalizacyjny eksperyment, który naprawdę może się udać!

Projekt „Equal” realizowany jest we wszystkich miastach, w których Diakonia Śląska ma swoje ośrodki, czyli w Trzyniecu, Bruntalu i Frydku-Mistku.

Celem rekonstrukcji – Dom Polski

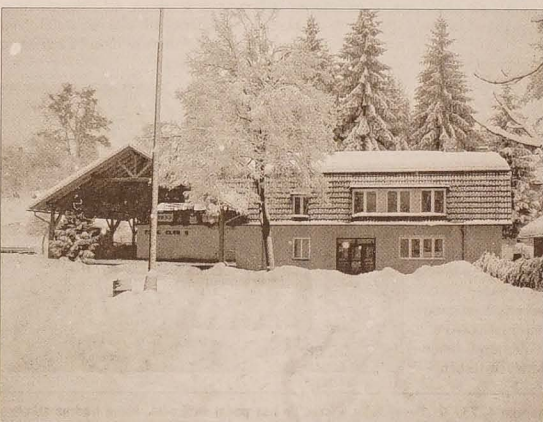
BYSTRZYCA (kor) – Chociaż bystrzycki Dom PZKO i otaczający go park tonie w śniegu, ani na chwilę nie ustają w nim roboty rekonstrukcyjno-remontowe. Jego właściciele chcą

go przekształcić w Dom Polski, który stać się ma miejscem integrującym całe miejscowe środowisko polskie.

To już kolejny etap zabudowy Domu PZKO. W ub. roku dokończono

m.in. remont dachu budynku, zbudowano dach nad sceną, przeprowadzono remont instalacji wewnętrznych. Obecnie – jak poinformował nas członek zarządu Kola, Roman Wróbel – trwa remont kuchni i sanitariatów, rekonstrukcja przybudówki. – Wiosną natomiast przystąpimy do odnowy lokalu „Klubu Q”, salki posiedzeń oraz parku i ogrodzenia – stwierdził Wróbel. – Inwestycja jest finansowana z dotacji Stowarzyszenia „Wspólnota Polska” i miejscowego Urzędu Gminnego. Wspomagają nas też sponsorzy i prywatni darczyńcy. W przyszłości zaś Dom Polski i park muszą zarabiać na swoje utrzymanie i kolejne inwestycje.

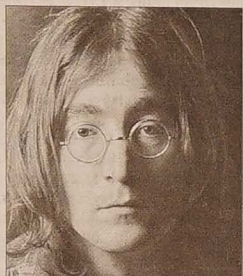
Inauguracja odnowionej siedziby Kola odbędzie się podczas wakacji. Pierwotnie bystrzyccy pezetkaowcy myśleli o ponownym zorganizowaniu tu, jak przed rokiem, tradycyjnego Złotu. – Jak się jednak dowiedzieliśmy, Tadeusz Wantuła zamierza zorganizować Złot znow w Wędrzynie... Ale i u nas odbędzie się latem impreza „na sto dwa”. Może pod inną nazwą, ale na pewno będzie niemiernie atrakcyjna – dodał R. Wróbel.



Bystrzycki Dom PZKO tonie w śniegu. W środku jednak trwa remont.

FIL JACEK SIKORA

lotka



▲ John Lennon solo okazał się lepszy niż wspólnie z kolegami z The Beatles. Utwór Lennona, „Imagine”, zwyciężył w rankingu na piosenkę wszech czasów. The Beatles, których nagrania „Hey Jude” oraz „Let It Be” trafiły odpowiednio na 3 i 4 miejsce, zdołali w Top 500 najlepszych kawałków zamieścić 33 numery.

Kolejnymi rekordzistami okazali się The Rolling Stones z 17 kompozycjami, U2 z 15 oraz David Bowie i Queen z 14. W plebiscycie udział wzięło 7 tysięcy słuchaczy radia Virgin.

◆ Kevin Federline raczej nie potworzy sukcesu żony, Britney Spears. Tancerz, a teraz początkujący wokalista, musiał wydać swój pierwszy singel własnym sumptem, bowiem żadna z wytwórni nie chciała się tego podjąć. Utwór „PopoZao” ukazał się w Nowy Rok.

Na razie Federline nie cieszy się popularnością nie tylko wśród szefów wytwórni, ale przede wszystkim wśród fanów Britney. Od czasu ślubu artystki jej wybrankę musi znosić ataki prasy oraz fanów amerykańskiej gwiazdy. Jego lekomyślnie zachowanie zaowocowało utworzeniu internetowej strony, na której fani Spears zbierają podpisy za tym, aby Kevin opuścił jej dom. Tymczasem nie zrażony Federline na swojej internetowej stronie apeluje, aby „nie oceniać książki po okładce” i dać mu szansę. Przede wszystkim jako początkującym wokalistę. (r)

Kolumnę przygotowała:
WANDA KULA

NOWY KOLOR WŁOSÓW MOŻE POPRAWIĆ WYGLĄD, A TYM SAMYM NASTRÓJ

Farbowanie, czyli kolor na głowie

Zanim zdecydujemy się na farbowanie włosów, warto poznać, jakie produkty są dostępne na rynku i jakich efektów można się spodziewać po ich użyciu.

Plukanki – ożywiają kolor włosów, dodają połysku naturalnemu kolorowi, niwelują żółty odcień siwych włosów. - Szampony koloryzujące – pozwalają uzyskać jaśniejszy kolor niż własny (o 1-2 tony) albo przyciemnić uprzednio farbowane włosy. - Szampony rozjaśniające – rozjaśniają o 1-2 tony włosy jasne, nadają połysk włosom ciemnym. - Farby utleniające w kremie – przyciemniają włosy jasne, zmieniają kolor włosów ciemnych na jaśniejszy o 2-4 tony. - Środki rozjaśniające – służą rozjaśnieniu włosów o 5-6 tonów.

W składzie preparatów przeznaczonych do użytku domowego, jak i tych

używanych przez fryzjera, znajdują się woda utleniona i amoniak. Możliwość wystąpienia uczulenia na te składniki wymusza wykonywanie testów uczuleniowych. Dla kobiet, które nie mogą stosować farb na bazie amoniaku, pozostają farby ziołowe. Chna – znany od 5 tys. lat preparat ziołowy – nadał włosom odcień rudy, mahoniowy. Działa na zasadzie powłoki otaczającej włos. Niestety, powłoka ta nie pozwala na wykonanie zabiegu trwałej ondulacji czy rozjaśniania. Warto wiedzieć, że chna nie zmywa się i nigdy nie można do końca przewidzieć, jaki kolor będą miały włosy po jej użyciu.

Kosmetyki do trwałego barwienia głęboko wnikają w strukturę włosów. Pozostają w całym przekroju włosa, w jego wnętrzu, pod powierzchnią i na zewnątrz. Kremy koloryzujące wysokiej klasy zawierają aktywne składniki, które pielęgnują i chronią włosy już podczas farbowania. Gama możliwych do uzyskania kolorów jest bardzo bogata. Choć współczesne kosmetyki pozwalają bezpiecznie i niemal od ręki zmienić kolor włosów, to jednak taka decyzja zawsze powinna być przemyślana.



farby, które w pełni pokrywają siwe włosy, nie niszczą ich.

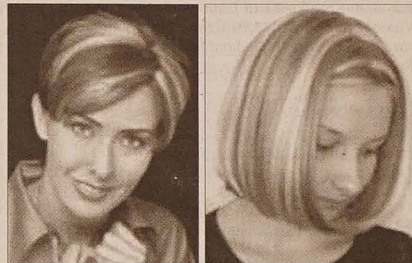
W aptekach i dobrych drogeriach dostępne są produkty pozwalające na łagodną zmianę koloru siwych włosów. Opatentowana formuła umożliwia stopniowy powrót do naturalnego koloru. Preparat ten jest środkiem repigmentacyjnym, który w łagodny i bezpieczny sposób odbudowuje pigment we włosach. Przeznaczony jest do siwych włosów, o wcześniejszym naturalnym odcieniu od średniego blond do średniego brązu. Nie należy

Jak farbujemy?

Porad może nam udzielić fryzjer, który orientuje się, jaka metoda koloryzacji będzie najlepsza i najbezpieczniejsza. Jeśli na skórze głowy występują zadrapania, ranki albo widoczne znamiona barwnikowe, powinniśmy zrezygnować z zabiegu farbowania włosów. Należy poczekać, aż skóra głowy się zagoi lub skonsultować się z dermatologiem. Nie należy też przesadzać zbyt częstymi zmianami kolorów włosów. Gdy wybieramy farby do użytku domowego, dokładnie przeczytajmy dołączoną do opakowania ulotkę i ściśle przestrzegajmy zaleceń producenta.

Farbując włosy, najpierw powinno się nakładać preparat przy skórze głowy, potem rozprowadzamy preparat ku końcówkom. Po zakończeniu farbowania dokładnie myjemy głowę i nakładamy odżywkę. Chcąc jak najdłużej utrzymać intensywny kolor i połysk na włosach, należy się pielęgnować specjalnymi szamponami i odżywkami przeznaczonymi do włosów farbowanych.

Na siwiznę. Zaczynamy siwieć już od 30. roku życia, niektórzy jeszcze wcześniej. Siwe włosy niekiedy nabierają żółtej barwy, co nie zawsze wygląda dobrze. Wiele osób kolor siwy uważa za postarzający i chce go zmienić. Trzeba wtedy stosować takie



ATAKUJE NAS, GDY JESTEŚMY ZESTRESOWANE, ZMĘCZONE, OSŁABIONE

Sposób na katar

Zamiast sięgać po pigułki, skorzystaj z wypróbowanych domowych środków. Przyniosą ulgę szybko i skutecznie.

Gożąca herbata. Ziola – kwiat lipy, rumianek, tymianek – zładogda objawy przeziębienia. Na przedłużający się katar pij napar z trybuli (przypomina pietruszkę).

Koktajl na przeziębienie. Czosnek nie tylko wzmacnia odporność organizmu, ale działa także antybakteryjnie i dezynfekująco, gdy już dojdzie do infekcji. Możesz go jeść na surowo, a jeżeli nie lubisz jego ostrego smaku i zapachu, przygotuj koktajl: dokładnie zmiążdżony ząbek czosnku dodaj do szklanki gorącego mleka, ew. posłodź miodem i zamieszaj. Okazująco działa także herbata z szalwii lekarskiej.

Kąpiele stóp. Gdy tylko poczujesz, że zaczyna się katar, zastój naprzemiennie kąpiel stóp w miskach z gorącą i zimną wodą. Potem wlej ciepłe skarpetki.

Ziołowe inhalacje. Aby udrożnić zatłakany nos, rób inhalacje. Zalej wrzątkiem ok. 30 g mieszanek z równych części macierzanki, rumianku i szalwy. Możesz też dodać inne pachnące zioła, takie jak hyzop, pędy sosny czy tymianek. Nakryj głowę ręcznikiem i wdychaj opary przez 5-10 minut. Gdy choroba dopiero się zaczyna, pomóc może inhalacja naparem z liźki majeranki lub rumianku i liźki sody, zalanych szklanką wrzątku – gorący płyn najlepiej wlać do termosu i co jakiś czas otwierać go i wdychać wydzielającą się parę.

Olejki. Chusteczki do nosa skrop aromatycznym olejkami, np. eukaliptusowym lub tymiankowym i wdychaj jego zapach. Natrzyj piersi i plecy rozgrzewającą maścią z kamforą i eukaliptusem. (PD)



cie domalować, przykryć (światło w tej roli są tekturowe talerzyki) albo po prostu sobie wyobrazić. Dwa pudełka obok siebie to niemal gotowy pociąg, a ogromny karton np. po telewizorze może przeobrazić się w dom, stajnię lub zamczysko. Z nieco mniejszego zrobicie skrzynkę na listy, telewizor, walizkę, albo głowę robota, a z zupełnie małych, np. po kosmetykach, można budować, co się chce, sklejając je ze sobą, malowac, klejąc. - Kocyk (a jeszcze lepiej obrus albo płazowe paero, cienki materiał łatwiej wiązać). Szybko powstanie z niego domek między krzesłami, hamak lub huśtawka dla misia, a także wspinalne udrapowana szata, skrzydła Batmana, czarodziejski dywan, czapka-niewidka albo „ubranie” ducha.

- Jaśki. Można urządzić z nich tor przeszkód (przyda się też zrolowana kolderka, wałki pod głowę, pufy), który dziecko ma pokonać



na czworakach. Łatwo zbudować z maluchem chwigną wieżę albo urządzić tymczasowo łóżecko w dużym pokoju. Poduszka zastąpi krzeselko, stolik, pojazd czy zwierzątko, które przytuła się do dziecka albo obwążuje je noskiem-naroznikiem. Ze starszym szkrabem można urządzić pełną śmiechu poduszkową wojnę.

- Gadżety kuchenne. Przyda się niemal wszystko: garnki z pokrywkami, drewniane łyżki, sitka, plastikowe kubeczki, talerzyki i miseczki, kartonowe pudełka-tuby po herbatkach dla dzieci, zakrętki od słoików, puszki po mleku w proszku (bez ostrych krawędzi), plastikowe butelki po napojach... Można nimi hałasować, wkładać coś do nich, a potem wyciągać, gotować zupę dla lalek. (int)

macznego!

Sushi, ryżowe roladki

Składniki: 20 dag krótkoziarnistego ryżu; 2 łyżki octu ryżowego; łyżka cukru; sól; 2 łyżki marynowanego imbiru; 1 ogórek; 4 płatki wodorostów nori; pasta wasabi i japoński sos sojowy do maczania sushi

Przygotowanie: 1. Ryż opłukać, przelozć do rondla z grubym dnem, zalać 450 ml wody, gotować 10 min. na małym ogniu, zdjąć z ognia, pozostawić pod przykryciem na 20 min. 2. Ryż wymieszać z octem, cukrem i solą, ostudzić, płat nori połozć na macie do sushi, przykryć ugniecioną warstwą z 1/4 ryżu, na wierzchu połozć kawałki imbiru i słupki ogórka. 3. Za pomocą maty zwinąć ściśle roladki, pokroić na plastry grubości 2-2,5 cm, ułozć na talerzu, podawać z wasabi i sosem sojowym.

Rada: Do sushi można też dodać kawałki ryby. W oryginalnej wersji jest to surowy łosoś lub tuńczyk. W naszych warunkach radzimy jednak użyć ryb wędzonych. (r)



PLASTIKOWE OKŁADKI, KSIĄŻKI O TWARDYCH OKŁADKACH, KOCYK...

Bawić się można bez zabawek. I ma to mnóstwo zalet. Rozwijają wyobraźnię i uczy, że przyjemność nie musi kosztować. Pomaga radzić sobie w sytuacji, gdy pod ręką nie ma lalek, klocek czy misiów. A także wówczas, gdy zabawki są, ale dziecko na ich widok ziewa z nudów.

zrobić z nich komplet neserów (tekturowe „raczki” łatwo przykleić taśmą). - Książki w twardej oprawach. Łatwo zrobisz z nich pochylnię, po których zjeżdżają autka, ślizgawki dla pluszaków, a także domki (otwartą książkę ustawiamy na krawędziach okładek, grzbietem do góry) albo nawet ca-

łe wielopiętrowe konstrukcje (z książek powstaną sufity, a ściany np. z klocek albo z pudełek na kasety itd.), które maluch będzie z upodobaniem burzył. - Plastikowa miska. Może być statkiem, wysięgowką, basenem dla lalek, a nawet (po wrzuceniu do środka pileczek lub małych zabawek) bebnem do losowania. Po odwróceniu do góry dnem – krywką, krzeselkiem, miniscną albo bezładną wspak. - Kartonowe pudła. Z dużego, płyckiego pudła można zrobić karete albo wygodny kabriolet: siedzenia powstaną z kilku ustawionych w stos książek, a koła i światła może-

Zabawa bez zabawek

Do zabawy może służyć niemal wszystko: nogawki rajstopek założonych na głowę świetnie udają uszy króliczka, a bucik łódkę dla maskotki albo jej łóżecko. Co jeszcze się przydaje? - Skarpetki. Naciągnięte na dłoń szybko zmieniają się w stworzonka kłapiące paszczą (kiucik umieszczamy w miejscu na pięcie, pozostałą część dloni tam, gdzie powinny być palce), a zwinięte w ciasną kulkę – w pileczkę. - Plastikowe okładki od kaset wideo. Można je otwierać i zamykać, chować w środku drobne zabawki, układać jedne na drugich, zrzucać ze stołu, wykorzystywać do budowy,

WYNIKI KONKURSU »GL« • WYNIKI KONKURSU »GL« •

Dzisiaj zamykamy cykl konkursów z Mokate. Poprawna odpowiedź na pytanie z ostatniego odcinka brzmi: **liofilizacja**. Nagrody wylosowali: **Wanda Fukalowa** z Karwiny Nowego Miasta, **Rudolf Marosz** z Trzyna i **Janina Procházka** z Karwiny Mizerowa. Nagrody do odebrania w redakcji.



