

DZIŚ W NUMERZE:

Integracja na co dzień str. 3

Żeby dzieci czuły się dobrze str. 4

Foki, jak ludzie str. 5

Siła i piękno mięśni str. 8

SOBOTA
10 LIPCA 2004
NR 79
ROCZNIK LIX
CENA 6 Kč

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

SEK-POSEŁ MARIAN BIELESZ :

W zgodzie z własnym sumieniem

OSTRAWA (mro) - Poseł US-DEU Marian Bieleś złożył w czwartek swój mandat poselski. Jego miejsce w Izbie zajął Zdeněk Kořistka (US-DEU).

W ten sposób aspirująca do ustanowienia nowego rządu koalicja ČSSD, KDU-ČSL i US-DEU na czele ze Stanislavem Grosselem zyskała 101 głosów poparcia w niższej izbie parlamentu.

„Mysli o odejściu nie była nowa. Pomyślała się wraz z moją rezygnacją z członkostwa w Klubie US-DEU - powiedział nasz redaktor Marian Bieleś. - Nie była to łatwa decyzja. Wychodziła z logiki rzeczy. Po pierwszych dniach konsultacji politycznych, gdy ODS potwierdziła, że nie poprze żadnego rządu bez przedterminowych wyborów i gdy ČSSD

wykluczyła możliwość takowych, stało się dla mnie jasne, że mój głos może zdecydować o być albo nie być rządu. Sumienie nie pozwalało mi opowiedzieć się za nowym rządem opierającym się na dotychczasowej koalicji - podkreślił M. Bieleś. - Z drugiej strony, wykluczałem myśl, iż KSCM miałyby mieć wpływ na przyszły tok sprawowania rządów. Dlatego tak postąpiłem. Przejście do innego klubu, czy postawienie siebie w pozycji niezwiązanego z żadnym klubem „języcka u wagi” decydującego w pojedynkę o odrzuceniu lub akceptowaniu ustaw nie leży zaś w mojej naturze - dodał. - Wybrałem mniejsze zło - nabyłem bowiem przeświadczenia, że kontynuacja obecnej koalicji będzie lepszą rzeczą niż wzmocnienie wpływu KSCM - zakończył swą wypowiedź, zapewniając, że nie wycofuje się z życia politycznego.

Szpital w remoncie

TRZEBNIEC (kor) - W szpitalu Trzbiec Sosna przebiega od lipca do grudnia br. rekonstrukcja głównego gmachu (tzw. „monobloku”). Remont obejmie główną klatkę schodową, windy i całą część ambulatoryjną, będzie odnowiona elewacja.

Remont wiąże się z pewnymi ograniczeniami. W poniedziałek zamknięte zostanie przejście między „monoblokiem” i westybulum, w czwartek 15 bm. natomiast wejście do izby przyjęć. Sama izba przeprowadzi się do auli szpitala. Zabiegów, które odbywały się w auli w sobotnie popołudnia, od 17. do 17. 12. nie będzie.

Gruntowne pomiary

LIGOTKA KAMERALNA (kor) - Wytyczenie granic gruntów rolnych oraz uregulowanie spraw własnościowych jest głównym celem akcji, którą rozpoczęły w tych dniach władze ligockie wspólnie z frydecko-misteczańskim Funduszem Gruntów. Poszczególne działki zostaną dokładnie wymiarzone i занiesione do map katastralnych.

Chodzi o długofalową akcję, którą planuje państwo. W pierwszym etapie pomiary obejmą ok. 120 ha pół ligockich sąsiadujących ze Smitowicami i ligockich osadach Kamieniec i Poręba. - Nie zawsze będzie to łatwe zadanie, bo chodzi często o grunty, których właściciele mieszkają obecnie na przykład w Polsce lub nawet za oceanem. Mamy jednak nadzieję, że wspólnymi siłami uda nam się wszystko uregulować - powiedział „GL” zastępca ligockiego wójta, Stanisław Śniegoń.

Pogoda

SOBOTA - Zachmurzenie zmieni się, możliwe przelotne opady deszczu. Temperatura w dzień 17-21 st., nocą 13-9 st. C. Wiatr zach. 3-7 m na sek.

NIEDZIELA I PONIEDZIAŁEK - Bez większych zmian. Temperatura w dzień 17-21 st., nocą 11-7 st. C.



Od października lub listopada br. - dzięki przedłużonemu przejściu podziemnemu - turyści pasażerów przyjeżdżających pociągami do Cz. Cieszyna nie będą już tamować niebezpiecznego skrzyżowania ulic Dworcowej, Fabrycznej i Strzelniczej.

Fot. MAREK SANTARIUS

Współpraca grantowo-folklorystyczna

JASTRZĘBIE-ZDRÓJ/ŁOMNA DOLNA (man) - W ub. weekend rozpoczął się w Jastrzębiu-Zdroju Festiwal Euroregionalny „Śląskie Dni”. Podczas jego pierwszej części na estradzie pojawiły się zaolziańskie zespoły „Nowina” i „Gorole”.

„Śląskie Dni” przebiegają w Jastrzębiu w trakcie pięciu idących po sobie weekendów. W imprezie wezmą udział również zespoły „Lipka” i „Suszanina”, które podobnie jak „Nowina” i „Gorole” wyjadą do Polski jako delegacja urzędu gminnego w Łomnej Dolnej.

Jak poinformowała nas wójt Łomnej Dolnej **Renata Pavlinowa**, władze obu miejscowości od dwu lat współ-

nie zabiegają o uzyskanie grantów z Funduszu Phare CBC. W minionym roku otrzymały one środki na rozwój ruchu turystycznego oraz organizację „Śląskich Dni” w Jastrzębiu. - W ramach tej współpracy władze Jastrzębia poprosiły naszą gminę o wydelegowanie czterech zaolziańskich zespołów folklorystycznych na ich festiwal. Koszty związane z wyjazdem poniosą organizatorzy imprezy.

Jesienią nowym przejściem

CZ. CIESZYN (kor) - Przebiegające od kilku miesięcy prace nad przedłużeniem przejścia podziemnego przy czeskokieszyńskim dworcu kolejowym komplikują życie zarówno pasażerom pociągów, jak i wszystkim potrzebującym się dostać na drugą stronę torów. Prace budowlane powinny się zakończyć w drugiej połowie listopada. Wiceburmistrz **Marian Kuś** poinformował jednak „GL”, że dzięki ostremu tempu robót być może stanie się tak już miesiąc wcześniej.

Nowy wylot przejścia przy ul. Dworcowej przywitają z radością także niepełnosprawni - będzie on bezbarierowy. W ramach przedsięwzięcia przy wszystkich peronach zbudowane zostaną windy,

które też ułatwią niepełnosprawnym życie.

Dom Zdrowia

HAWIERZÓW (wak) - W poniedziałek znacznie działa pierwszy w Hawierzowie prywatny Dom Zdrowia.

W placówce przy ul. Karwińskiej znajdzie się dziesięć przychodni, m.in. kardiologiczna, ginekologiczna, hematologiczna, neurologiczna i psychiatryczna. Lekarze mają do dyspozycji najnowocześniejszy sprzęt medyczny potrzebny do zdiagnozowania pacjenta oraz laboratorium. Klinika będzie w stanie przyjąć rocznie ok. 20 tys. osób nie tylko z Hawierzowa, ale również z najbliższej okolicy.

GWIAZDAMI I. MLÁDEK I V. RÉDL
Niedziela z jarmarkiem

JABLONKÓW (kor) - Na Rynku Mariackim rozpocznie się jutro o godz. 9.00 druga edycja Jablonkowskiego Jarmarku. Przez całą niedzielę będzie można korzystać z bogatej oferty kulinarnej miejscowych firm czy podziwiać przy pracy przedstawicieli „cechu” rzemiosła artystycznego. Punktem kulminacyjnym imprezy będzie wieczorny koncert w Łasku Miejskim, gdzie o godz. 19.00 przedstawi się „Banjo Band” Ivana Mládka, o 21.00 zaś Vlasta Rédl z zespołem.

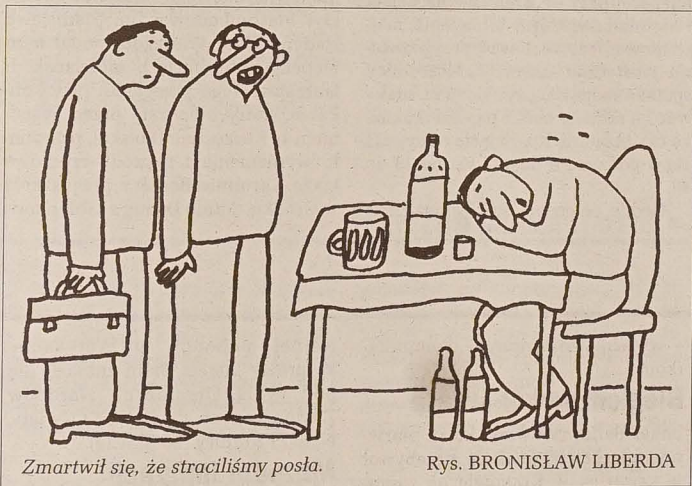
Program kulturalny będzie towarzyszył również jarmarkowi na rynku. Jako pierwszy wystąpi teatrzyk lalek „Šus” z Rokycan, który zagra dla najmłodszych baśń o Czerwonym Kapturku. Przedpołudniowy program zakończy koncert „gorolgrassowego” zespołu „Blaf”. Po obiedzie zaprezentują się zespoły folklorystyczne „Nowina”, „Lipka” i „Jackové”. Będzie też kolejne przedstawienie teatrzyku „Šus”, który wystawi -

tym razem dla dorosłych widzów - sztukę pn. „Komedia o Agnieszce, królowej sycylijskiej”.

Gratulacje dla kanoniera

OSTRAWA (mro) - Milan Baroš mający na swoim koncie najwięcej strzelonych goli podczas portugalskich Mistrzostw Europy w piłce nożnej „Euro 2004”, spotka się w czwartek od godz. 11.30 do 12.00 ze swoimi fanami na autogramiada w holu siedziby ostrawskiego Urzędu Wojewódzkiego.

Autogramiada poprzedzi spotkanie byłego piłkarza ostrawskiego „Banika” z radą województwa, ceremonia wpisu do księgi pamiątkowej oraz oficjalne podziękowania hetmana Evžena Tošenovskiego za godne reprezentowanie RC na mistrzostwach.



Zmartwił się, że straciliśmy posła.

Rys. BRONISŁAW LIBERDA

HAWIERZOWSKIE ŚWIETLICE I BIBLIOTEKI PEŁNE ŻYCIA

HAWIERZÓW (wak) - Nie muszą się nudzić młodzi hawierzowianie podczas tegorocznych wakacji. Zajęcia przygotowały dla nich domy kultury, Dom Dzieci i Młodzieży, świetlice środowiskowe, a także biblioteki.

- Staraliśmy się tak zaplanować letnią ofertę, by każdy znalazł coś dla siebie. Naszym celem jest zapewnienie dzieciom, których rodziców nie stać na wakacyjne wyjazdy, bezpiecznego i przyjemnego spędzenia lata w mieście. Na program lipcowo-sierpniowy złożyły się więc zajęcia, które cieszyły się największym zainteresowaniem w ciągu roku szkolnego. Będą się odbywać nie tylko w poszczególnych pomieszczeniach klubowych, ale także poza placów-

ką, w trakcie wycieczek poza miasto, na basen, do kina - dowiedzieliśmy się wczoraj w DDiM.

Placówka ta będzie czynna od 12 lipca do 26 sierpnia, w godz. od 8 do 16.30. Przez dwa miesiące, od rana do późnych godzin

inni wracają. Stale jednak mamy komplet uczestników - mówi dyrektor obu placówek, **Jindřich Honěk**.

W godzinach przedpołudniowych świetlice polecają dzieciom i młodzieży w wieku od 3 do 18 lat imprezy zorganizowane, po południu - własne. W programie są m.in. zajęcia plastyczne, muzyczne, kółko szachowe, wycieczki po okolicy, konkursy i zabawy. Młodzi hawierzowianie spędzający wakacje w domu mają sporo czasu na nadrobienie zaległości w lekturze i upolowanie ciekawej książki w bibliotekach. Książnice w poszczególnych dzielnicach miasta są latem otwarte.

Ciąg dalszy na str. 2

Każdy coś znajdzie

popołudniowych, będą tętnić życiem również dwie świetlice środowiskowe „Don Bosko” w Hawierzowie Mieście oraz Hawierzowie Szumarku. - Na zajęcia wakacyjne przychodzi tutaj dziennie ponad setka dzieci. Nie są to stałe grupy. Jedni wyjeżdżają,

U rodaków

■ 20-osobowa grupa dzieci z irackiego miasta Al-Hillah, spośród których większość straciła rodziców w wojnie, spędziła 9 wakacyjnych dni w Bielsku. Polscy żołnierze 18. Bielskiego Batalionu Desantowo-Szturmowego i Fundacja „Dziecięce Marzenia” przygotowali dla nich cały szereg atrakcji.

■ Licząca zaledwie 3 tys. wiernych parafia św. Michała Archanioła w Leśnej słynie z działalności charytatywnej. Dzięki proboszczowi Piotrowi Sadkiewiczowi odbyły się w niej już 2 akcje oddawania szpiku kostnego. Organizowane są też akcje krwiodawstwa. Podczas tej ostatniej 87 osób oddało ok. 40 litrów krwi.

■ W Żywcu odbyły się jedne z największych zawodów polskiego sportu jeździeckiego – Wielka Nagroda Boliksa – w skokach przez przeszkody. Do Żywca przyjechało ok. 140 koni i 70 znakomitych zawodników z Wielkiej Brytanii, Ukrainy, Holandii, Austrii, Czech, Słowacji i Polski. W zawodach zwyciężył Oleg Krasyuk z Ukrainy na koniu Lambado.

■ Na IV Międzynarodowym Pikniku Modelarskim „Żar 2004” ponad 150 modelarzy z całej Europy przedstawiło prawie 300 latających modeli: zarówno samolotów współczesnych, jak i muzealnych. Największą atrakcją pikniku były pokazy szybowcowe.

■ W Dziegielowie rozpoczęła się 55. edycja Tygodnia Ewangelizacyjnego – największego w Europie Wschodniej spotkania Kościoła Luterńskiego. Ponad tys. uczestników weźmie udział nie tylko w wykładach biblijnych i seminariach ewangelizacyjnych. Organizatorzy przygotowali dla nich warsztaty artystyczne i sportowe.

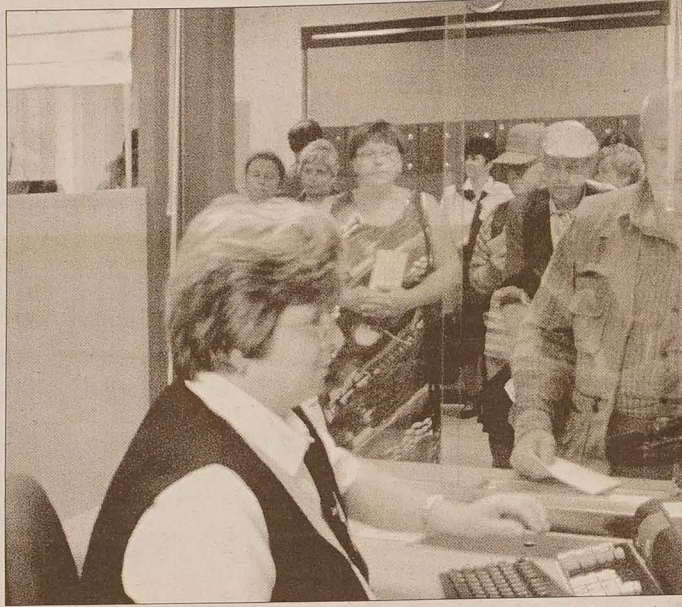
■ Znany operator filmowy Krzysztof Tusiewicz nakręcił film dokumentalny o Janie Pieczorze z Bielska Białej – najstarszym maturzystcie w Polsce. Pieczoza przez lata marzył o tym, by zostać przewodnikiem górskim. Gdy okazało się, że potrzebne jest średnie wykształcenie, zapisał się do liceum wieczorowego, skończył je i w wieku 65 lat zdał maturę.

■ Będąc ewenementem na skalę światową Muzeum Literatury im. Reymonta w Bielsku Białej ma poważne kłopoty finansowe. Władze miasta zapowiadają jednak, że nie dopuszczą do jego likwidacji. Muzeum założył przed ponad 20 laty Tadeusz Modrzejewski, który do tej pory wspierał jego działalność. Żyjącego teraz z dobrowolnych datków Modrzejewskiego od kilku lat nie stać na utrzymanie placówki.

■ Jungmanny produkowane w Serwisie Samolotów Historycznych Janusza Karasiewicza w Jasienicy koło Bielska podbijają świat. 5 z nich pokonało kanał La Manche i wzięło udział w obchodach 70-lecia pierwszego lotu tego samolotu, które odbyły się w North Weald koło Londynu. W sierpniu Jungmanny wezmą udział w festiwalu lotniczym w Falaise we Francji.

■ Będąc własnością śląskich kopalni i fabryk ośrodki nad jeziorami Żywieckim i Międzybrodzkim są w stanie upadłości, przyjeżdża do nich coraz mniej ludzi. Jeszcze przed kilkoma laty, kiedy zakłady prosperowały, do ośrodków przyjeżdżali na wczasy ich pracownicy. Ratunkiem może być przygotowany plan zagospodarowania brzegów obu jezior. (opr.man)

Niesygnowane materiały publicystyczne i informacyjne pochodzą z internetowych serwisów informacyjnych.



Nowe jabłonkowskie centrum usługowo-handlowe ma już kilku lokatorów. Do budynku przy skrzyżowaniu ulic Bukowieckiej i Dworcowej przeprowadziła się m.in. poczta. Fot. JACEK SIKORA

Zbór młodym

SIBICA (ga) – Część pomieszczeń Centrum Chrześcijańskiego na osiedlu Sibica w Cz. Cieszynie zostanie przebudowana na ośrodek dla młodzieży. Członkowie tutejszego Zboru Kościoła Apostolskiego zrezygnowali z pierwotnego zamiaru otwarcia kawiarni, by wyjąć naprzeciwko oczekiwaniom znacznej ilości młodych sibiczanki, którzy wybrali sobie Centrum za miejsce spotkań i spędzania wol-

nego czasu. Odwiedzają je regularnie, często kilka razy w tygodniu. Jak poinformował nas pastor zboru Bogusław Wojnar, młodzi ludzie będą mieć tu do dyspozycji m.in. dwa komputery z podłączeniem do sieci internetowej. W dodatku każdy piątek, po wspólnym zebraniu młodzieży, zostaną zaproszeni do tutejszej herbaciarni na darmową herbatkę. Na realizację tego projektu udało się uzyskać dotację państwową w wysokości ok. stu tysięcy koron oraz dar finansowy 10 tysięcy dolarów amerykańskich od sponsora z zagranicy. – *Wierzmy, że całe przedsięwzięcie uda się dokończyć w przyszłym roku* – sądzi pastor Wojnar.

Targowiskowy dylemat

JABLONKÓW (kor) – Samorząd poszukuje miejsca pod nowe, nieduże targowisko. Nie dla handlarzy tanimi ciuchami – ci zawsze jakoś sobie poradzą. Chodzi głównie o rolników, ogrodników lub działkowców, którzy dawniej co wtorek oferowali jabłonkowiakom i klientom z okolicznych wiosek sadzonki, owoce lub warzywa.

Dawniej mogli tak czynić na targowisku przy skrzyżowaniu ulic Bukowieckiej i Dworcowej. Przed rokiem jednak – w związku z budową nowego centrum usługowo-handlowego – targowisko zamknięto. – *Na razie zaproponowaliśmy zainteresowanym miejsce na parkingu przy cmentarzu – mówi wiceburmistrz Stanisław Jakus. – To jest jednak rozwiązanie tylko tymczasowe. Myślimy o zagospodarowaniu pod nieduże targowisko placu niedaleko dworca autobusowego lub między budynkami „Telecomu” i byłej siedziby poczty. Dyskusja na ten temat będzie jednym z punktów najbliższego posiedzenia samorządu.*

Wiekawostki

Wódka zdrowsza...

Lider rosyjskich nacjonalistów Władimir Żyrinowski zagroził „piwnym puczem”, jeśli Duma nie wprowadzi zakazu reklamy piwa. Podczas czwartkowej konferencji prasowej Żyrinowski tłumaczył, że piwo to nic dobrego. Powoduje nadwagę, szkodzi na wątrobę i otumania. Jego zdaniem, wódka jest znacznie zdrowsza, chociaż zawiera więcej „procentów”. Liberalno-Demokratyczna Partia Rosji (LDPR), której przewodniczy Żyrinowski uważa, że w Rosji należy zakazać reklamy tytoniu, piwa i innych napojów alkoholowych. Trzeba natomiast propagować zdrowy styl życia. Mimo niechęci do chmielowego napoju, przewodniczący LDPR weźmie udział w festiwalu piwa rozpoczynającym się w niedzielę w Moskwie. – *Pójdziemy tam, żeby namawiać ludzi do abstynencji*

– wyjaśnił zdziwionym dziennikarcom.

Biegiem wokół świata

Jamel Balhi, człowiek, który pierwszy obiegł świat dookoła, przebywał w czwartek w Krakowie na zaproszenie Instytutu Francuskiego. Balhi pokonał w sumie 280 tys. kilometrów. Trasa jego biegu wiodła przez pięć kontynentów i 150 krajów. – *Moim celem było nie tylko poznanie i zwiedzenie świata, ale również utrwalenie na fotografiach tego, co zobaczyłem oraz opisanie wszystkiego, co było interesujące* – powiedział na konferencji prasowej Jamel Balhi, który biegiem pasjonuje się od 20 lat. Jak powiedział, wydał już kilka książek, opisujących jego doświadczenia. Jamel Balhi ma 38 lat. Za swój maraton wiodący przez święte miasta na dystansie 18 450 km otrzymał tytuł Ambasadora Drog Wiary. Jan Paweł II gościł go na pry-

CENTRUM ZAPEŁNIAJĄ JUŻ LOKATORZY Poczta w nowych lokalach

JABLONKÓW (kor) – W stolicy Podbeskidzia odbyła się w czwartek uroczystość otwarcia nowych lokali miejscowej filii Poczty Czeskiej. W tym tygodniu placówka przeprowadziła się ze swojej dotychczasowej siedziby przy ul. Dworcowej na parter nowego centrum usługowo-handlowego, stojącego na byłym targowisku przy skrzyżowaniu ulic Bukowieckiej z ul. Bukowiecką.

Wstęgę przecięli dyrektor jabłonkowskiej poczty, Libuše Bajerkowa, wiceburmistrz Stanisław Jakus i właściciel budynku, Milan Friedel. Jak powiedziała dyrektor placówki, poprzednia siedziba była dla poczty zbyt mała. W nowych lokalach znalazło się miejsce m.in. na dodatkowe okienka dla Pocztovej Kasy Oszczędności oraz dla nadawców prowadzących obszerną zbiorową korespondencję.

Poczta zatrudnia obecnie 34 pracowników, m.in. listonoszki

z całego jabłonkowskiego regionu.

Nowe centrum usługowo-handlowe powstało na miejskiej działce w bardzo krótkim czasie. Jeszcze przed rokiem stały tu stoisła przeważnie wietnamskich handlarzy. Budowa – realizowała wędryńska firma „AK Plus Novstav” – rozpoczęła się na przełomie września i października ubiegłego roku, a przed świętami gmach został przykryty dachem. Wiosną dokończono zagospodarowanie wnętrza, a pierwsi lokatorzy wprowadzili się tu 1 lipca. – *Lokatorów będzie w sumie dziewięć – powiedział „GL” M. Friedel. – Po czterech na parterze i pierwszym piętrze, najwyższe piętro zaś zajmą gabinety lekarskie.*

Budynek przy ul. Dworcowej nadal jest własnością przedsiębiorstwa państwowego Poczta Czeska. Kierownictwo jabłonkowskiej filii zamierza jednak poszukać nabywców wśród miejscowych przedsiębiorców.

Upały o sile zabójczej

REGION (man) – Upalne dni, które w tych dniach nawiedziły nasz region, sprawiają sporo kłopotów ludziom z wadami serca. Według prognoz synoptyków upałów tropikalnych w ciągu tegorocznego lata będzie jednak minimum.

Dla chorych na serce mogą być niebezpieczne również letnie dni z przeciętną temperaturą. Ich serce zwiększa swoją wydolność tylko do pewnego momentu, później jednak może dojść do jego uszkodzenia. Pierwszym objawem

zwykle bywa pogarszająca się zdolność oddychania.

Jak powiedział nam lekarz z oddziału kardiologii Szpitala Podlesie w Trzcinicy, największą grupę zagrożonych stanowią pacjenci z chorobą wieńcową. Ich serce pracuje w upały na całego, w dodatku oślabia je przyspieszone tętno. W wypadku uszkodzenia tętnic i spadku ciśnienia krwi chorym grozi zawał. Jednak natomiast dojdzie do rozszerzenia tętnic, wzrasta ryzyko wylewu albo uszkodzenia serca.

Ludzie z chorobą wieńcową mogą uprawiać tylko najmniej męczące dyscypliny sportowe, np. turystykę, jogging, jazdę na rowerze, pływanie, grę w tenisa stołowego lub ziemnego. Powinni jednak nie zapominać o oszczędzaniu swoich sił.

Każdy coś znajdzie

Dokończenie ze str. 1

– *W naszej bibliotece w ogóle nie czuje się wakacji. Na odwrót. Już w pierwszych dniach wolnego odwiedziło nas sporo dzieciaków. Mniejsze przychodzą przeważnie po bajki i książki z serii „Poznaj życie zwierząt”, starsza młodzież wybiera z półek thrillery i fantastykę* – poinformowano nas w oddziale literatury dziecięcej i młodzieżowej biblioteki miejskiej przy ul. Śrámka. Dla dzieci i nastolatków, którzy lubią lepić, majsterkować czy malować przygotowano plastyczne czwartki. Uczestnicy spotkań mogą nauczyć się m.in. malować na szkle, zrobić z papieru kukiełkę czy biżuterię itp. Zajęcia odbywają się w godz. od 9 do 12 oraz od 13 do 16.

Godne polecenia są również prze-

biegające właśnie wystawy: prac ręcznych klientów Ośrodka Opieki Społecznej (biblioteka przy ul. Śrámka) oraz guzików i perełek (sala wystaw Musaion).

Laureatów było więcej

ZAOLZIE/KOSZĘCIN (kor) – Jak się okazało w czwartek, członek jury VI Międzynarodowego Konkursu Muzyki i Pieśni Ludowej im. Stanisława Hadyny Józef Wierzoń, podał nam niepełną informację o zaolziańskich laureatach tego przeglądu. Jury konkursu, który odbył się przed tygodniem w Koszęcinie (Polska), przyznało wyróżnienia i nagrody rzeczowe także Karolinie Boczek z przedszkola w Gródku, Annie Drong z jabłonkows-

kiej PSP im. H. Sienkiewicza oraz chórowi „Crescendo” z bystrzyckiego PSP im. S. Hadyny i jego solistki Anny Szymczek. Bystrzycki chór otrzymał ponadto nagrodę specjalną zespołu „Śląsk”.

Dodajmy, że organizatorem festiwalu był Przewodniczący Cieszyńskiego Powiatu Ludowej, którego laureaci przyjechali do Koszęcina, było Polskie Towarzystwo Artystyczne „Arts Music”.

watnej audiencji w Watykanie. Wyprawy Jamela Balhi znalazły się pod egidą Organizacji Narodów Zjednoczonych do Spraw Oświaty, Nauki i Kultury (UNESCO).

Muzeum imigracji

Władze francuskie zamierzają otworzyć w Paryżu Muzeum Imigracji. Inauguracja działalności placówki przewidziana jest na rok 2007. Część ekspozycji będzie poświęcona przybyłym po I wojnie światowej do Francji Polakom. Pracownicy oni głównie w kopalniach. Przyjmowano ich niechętnie, bo – jak pisał w raporcie z 1920 r. prefekt Pas de Calais – *trzymali się razem, nie szukali kontaktów z francuskim otoczeniem i przestrzegali swoich obyczajów, do czego zachęcało ich zarówno duchowieństwo, jak i polska placówka konsularna.* Koszt utworzenia muzeum szacuje się na 7 mln euro. Muzeum powstanie na obrzeżach

Paryża w dawnym Muzeum Afryki i Oceanii.

Golf uzależnia?

– *Nic nie daje mi takiego kopca, jak golf. Nic tak nie uzależnia* – mówi młoda wająca aktorka Jennifer Lopez. Paryżanin gwiazdor Marc Anthony wziął udział w lekcjach golfa w Hawajach. – *Wszedłem do sklepu i powiedziałem: „Dajcie mi najdroższe kije, jakie macie”* – opowiedział Anthony. Ostatecznie na sprężynę gry piosenkarz wydał 22 tys. dolarów. – *Popularność uzależnia. Pieniądze uzależniają. Show biznes uzależnia. Ale nic mnie tak nie podnieca jak golf* – podkreśla muzyk. Jennifer Lopez, która za Anthony'ego wysłała milionów dolarów, ma szczęście do męża – „z uzależnieniami”. Jej poprzedni narzeczony, aktor Ben Affleck miał problemy z alkoholem, zmagając się także z uzależnieniem od gier hazardowych.

KLUBY DLA MATEK Z MAŁYMI DZIEĆMI TĘTNIA ŻYCIEM PRZEZ CAŁY ROK

Integracja na co dzień

Matki z Orłowej i okolic korzystające z urlopu wychowawczego, którym przykry się im przebywanie w czterech ścianach mieszkania, mogą od roku korzystać z klubów w wieku przedszkolnym z dwóch Baby Klubów oraz z klubu Wębarszek (dla dzieci niepełnosprawnych). Wszystkie działają pod auspicjami Orłowskiego Wolnego Czasu „Kotwica” przy ul. Energetyków w Orłowej Lutni.

Codziennie odwiedza nas ok. 20 mam i tyle samo dzieci - mówi Franciszek Buba, dyrektor orłowskiego klubu. - Przez pięć dni w tygodniu w czasie, kiedy maluchy bawią się ze swoimi rówieśnikami zapominając o różnicach i gier o całym świecie, w klubach zabawek i doświadczenia dyskusyjnego wymieniają doświadczenia dotyczące rozwoju, pielęgnacji lub wychowania dzieci. Ale nie tylko. Często z pań ma swój zawód. Są wśród nich kosmetyczki, fryzjerki, lekarki,

są kobiety, które mają doświadczenia z zakresu ekonomii czy prawa. Pomagają więc sobie wzajemnie, a dodatkowo mogą przypilnować dziecka koleżanki, która spokojnie może sobie załatwić w tym czasie sprawę w urzędzie czy chociażby wizytę u fryzjera. Jeżeli zajdzie taka potrzeba, do klubów zapraszamy pediatrę, psychologa czy fachowca od zdrowego żywienia. Od sześciu miesięcy przychodzi tu pani Renata, matka niespełna trzylet-

niej Magdy. - Byłam znużona jednostajnością kolejnych dni, zabawa z małą stała się rutynowa. Nie byłam w stanie wymyśleć nowych, ciekawych zajęć. Tutaj dopiero zauważyłam, jak bardzo potrzebni byli córce rówieśnicy. Jestem również przekonana, że dzięki wizytom w klubie Magda będzie czuć się pewniej w przedszkolu.

Od ośmiu miesięcy Baby Klub odwiedza również pani Iwona ze swoim dwuletnim, niepełnosprawnym Pawelkiem. - Bardzo się cieszę, że zdecydowałam się tutaj przychodzić. Bałam się, że zdrowe maluchy, które tutaj spędzają czas na zabawach i wyrykach, nie będą się bawiły z moim synkiem, że będzie on przez nich wyśmiewany. Myliłam się. Już w pierwszym dniu byłam mile zaskoczona. Dzieci jakby nie dostrzegły upośledzenia. Wytłumaczyłam im dlaczego Pawelek jest inny, i na tym się skończyło. Dzisiaj, po kilku miesiącach, również ja mam tutaj przyjaciółki, a moje dziecko - rówieśników do zabawy.

Do klubu przychodzi także pani Daria, matka półtorarocznych bliźniąt. Z dwójką urwisów trudno jej było np. załatwić ważną sprawę w urzędzie, nie mówiąc już o podróżowaniu autobusem. Dziś chłopców przypilnują koleżanki.

Maluszki, które wraz z mamami przychodzą do orłowskiej placówki, nie mają czasu na nudę. Każdy dzień zleci im na czymś innym - na malowaniu, śpiewaniu, opowiadaniu, gimnastyce. Zorganizowano też imprezy okolicznościowe - z okazji Dnia Matki czy Dziecka, spotkanie pod choinką

i bal maskowy. A co bardzo ważne, w każdej chwili mogą przytulić się do mamy, zjeść drugie śniadanie lub po prostu na chwilę się zdrzemnąć.

Zdaniem pań korzystających

z orłowskiej placówki, spotkania w tej nietypowej macierzyńskiej grupie wsparcia są sposobem na ożywienie i przyjemne urozmaicenie codzienności.

WANDA KULA



W czasie, gdy mamy wymieniają się doświadczeniami, maluchy w sali pełnej zabawek mogą skorzystać np. ze zjeżdżalni. Fot: AUTORKA



WAKACJE W CZESKO-POLSKIEJ MIESZANEJ IZBIE HANDLOWEJ

Nie ma czasu na »ogórki«

OSTRAWA (mro) - Zaczął się sezon ogórkowy, ale nie dla każdego - zaznaczyła Danusia Przeczek, dyrektor biura Czesko-Polskiej Mieszanej Izby Handlowej w Ostrawie. - W tym czasie ostatnie prace nad zamknięciem sezonu wystawienniczego 2004/05, w tym czasie trwają konferencje i seminaria dotyczące handlu i współpracy gospodarczej.

W październiku na „Czarnej Łące” w Ostrawie rozpocznie się wystawa „For Arch”, na którą zgłosiło się już ponad 120 przedsiębiorców z rejonu przylegającego do granicy państwowej, możliwość dostarczenia materiałów budowlanych i świadczenia usług, która planuje zorganizowanie misji gospodarczej połączonej z seminarium. Na „For Arch” będzie bowiem pokaz ekspozycja oraz wystawa katalogowa tych polskich firm, których nie stać było na wykupienie stoiska. Premierzy to one reprezentowanie swoich interesów w Izbie. - Kolejną wystawą będzie „Gastrofestiwal”. Odnotowujemy spore zainteresowanie polskich

firm rolno-spożywczych, hotelarskich, gastronomicznych tą imprezą. Chcą przede wszystkim wejść na czeski rynek i nawiązać współpracę. Z myślą o nich szykujemy całodzienną konferencję międzynarodową w ostrawskim hotelu „Imperial”, w której uczestniczyć będą przedstawiciele najwyższych władz państwowych - poinformowała D. Przeczek.

Najważniejszą imprezą będą dla Izby przyszłoroczne Targi Przemysłowe, które przesunięto na maj, by nawiązywały do Międzynarodowych Targów Brneńskich i konferencji „Metal”. Na Targach przewidziany jest Dzień Polski, polskie stoisko oraz seminaria. - W przyszłym roku nie

będziemy już organizować Czesko-Polskiego Forum Ekonomicznego. W zamian, we współpracy z Głównym Instytutem Górniczym oraz Wojewódzkim Ośrodkiem Rozwoju Technicznego w Katowicach, zorganizujemy Konferencję Innowacyjną - dodała D. Przeczek.

W KARWIŃSKIM I FRYDECKO-MISTECKIM WODY CZYSTE (Nie)bezpieczne zanurzanie

REGION (wak) - Słoneczna pogoda powoduje, że nad wodą biwakuje coraz więcej osób. Nie wszędzie jednak można bezpiecznie korzystać z kąpielni. Zagroźeniem jest nie tylko m.in. różnego rodzaju złoź zalegający na dnie naturalnych akwenów, ale przede wszystkim zła jakość

wody. W wielu zbiornikach i rzekach na terenie województwa morawsko-śląskiego epidemiolodzy wykryli zanieczyszczenia chemiczne lub bakteriologiczne. - Te ostatnie są wyjątkowo niebezpieczne. Wystarczy wypić łyk zatrutej wody, żeby mieć poważne kłopoty z przewodem pokarmowym. Bakterie są także groźne dla skóry. Po takiej kąpielni infekcje atakują nawet niewielkie rany - wyjaśnia Helena Śebákowa z Okręgowej Stacji Higieny (OSH) w Ostrawie.

Z czystej, nadającej się do kąpienia wody, cieszyć się mogą wszyscy ci, którzy spędzają swój urlop lub wakacje nad brzegami zalewu Żer-

manickiego i Cierlickiego. Bez obaw można się także zanurzać w bogumińskim Kaliszoku oraz Bruszerku I. Gorszą jakość wody wykryto w zbiornikach wodnych na Olesznej i Baszce.

Epidemiolodzy ostrzegają jednak, że w sezonie letnim jakość wody w poszczególnych kąpieliskach może się szybko zmienić. Przed wyjazdem na wypoczynek warto więc zaczerpnąć informacji o jej stanie, np. w internecie na stronach www.khsova.cz. Z rubryczki „kapanie w wolnej przyrodzie” można się dowiedzieć, czy woda nadaje się do kąpienia, ale też o bazie wypoczynkowej.

W OFERCIE NOWE TYTUŁY PRASOWE

Wakacje w bibliotece

KARWINA (H. L.) - Czytelnicy Oddziału Literatury Polskiej Biblioteki Regionalnej w Karwinie przyzwyczaili się już do corocznych przerw w działalności biblioteki, przeznaczanych na remonty i prace wewnętrzne biblioteki. W tym roku mamy dla miłośników lektur dobrą wiadomość - biblioteka w czasie wakacji będzie czynna bez przerw, dochodzi tylko do skrócenia godzin otwarcia. Zarazem na wakacyjne miesiące przygotowano szeroką ofertę nowości wydawniczych oraz nowych tytułów prasowych, które dla bibliotek regionu uzyskano bezpłatnie od wydawnictwa BAUER. Biblioteka wzbogaciła się o 20 tytułów czasopism kobiecych, młodzieżowych, motoryzacyjnych, komputerowych. Dzięki współpracy z Klubem Polskiej Prasy i Książki w naszej placówce będą nadal w sprzedaży polskie czasopisma a na życzenie czytelników od czerwca wprowadzono sprzedaż bieżących i archiwalnych numerów Zwrotu.

W lipcu i sierpniu zapraszamy do biblioteki na rynku Masaryka w Karwinie - Frysztaście w poniedziałki, wtorki i piątki w godzinach od 9.00 do 12.30 oraz od 13.00 do 17.00, w czwartki od 13.00 do 17.00, w środy biblioteka jest nieczynna. H.L.

reakshow

Dopiero dzisiaj zaczynają się moje wakacje - dostosuję do tego mój felieton: nie będzie żaden z moich docinków, wprowadzę na ten jeden raz ospałą, letnią atmosferę, pójdę drogą króciutkiej impresji, a przy tym nie wstrzymywać Was długo od pracy w ogródku. Dwa tematy: ...

... jedna z rzeczy, która najbardziej mnie ostatnio zajmowała, były moje praktyki muzealne

proszę nie ziewać, jeszcze nie skończyłem. Z lekką obawą szedłem do Centrum Muzeum Tešínska pierwszego dnia, kiedy to miałem zostać wprowadzony w tajniki pracy w bibliotece czy archiwum lub w zasady instalowania wystawy (brzmi pasjonująco, nieprawdopodobnie). Wbrew oczekiwaniom, przez cały dzień siedziałem w biurze, pracownicy poszczególnych oddziałów, bardzo dobrze się bawili. Zaczęłam rano od ogólnych wykładów przekładanych kawką

i dowcipami, a ostatnim przystankiem były pracownie konserwatorskie, w których to czarujące biologicznie ratują uszkodzone zabytki. Nie tylko tam, ale i w innych punktach tej podróży spotykałem sympatycznych i otwartych ludzi, co więcej - na nudę

Dwa w jednym

specjalnie nie było czasu. Przypomniały mi się sytuacje, kiedy zanudziła mnie rozmowa z aktorem czy muzykiem, czyli wykonawcami zawodów powszechnie uważanych za barwne i ciekawe. Doszedłem do wniosku, że nie ma nudnych tematów, są tylko nudni rozmówcy (albo felietoniści).

Tegoroczne mistrzostwa Europy przebiegły dla mnie pod znakiem pereł cytatów i powiedzonek. Numer jeden na ich liście zajmuje zdanie wypowiedziane przez górnika powra-

cającego po przegranym meczu z Grecją do domu - „Kto dzisiaj będzie pił metaxę, ten dostanie po mordzie”. Podczas finałowego meczu usłyszałem, siedząc w knajpce, rozmowę dwóch pijacków. „Moja żona, jak pierwszy raz widziała tego Colli-nę, to powiedziała - Jezu Chryste, co to za morderca?” W tej chwili z innego kąta lokalu zabrzmiało zdanie „Naukowcy stwierdzili, że łysi piłkarze najczęściej faulują”. Na to jeden z pijacków pokławił głową i zawyrokował: „Tak, tak, jasne ... przecież mordercę może złapać tylko morderca”.

Dobrze, wystarczy. Przyszłym razem znowu będzie zwawo i energicznie, obiecuję. Przygotowuję już następny felieton, myślę, że redakcja będzie zachwycona, bo temat jest porywający i mam spore szanse na wzbudzenie ożywionej dyskusji. Napiszę reportaż z wystawy guzików, która właśnie odbywa się w Hawierzowie...

TA PRACA DAJE MI SATYSFAKCJĘ – MÓWI ALENA KOSTKOWA

Zeby dzieci czuły się dobrze

TRZYNIEC - Działający w mieście od 1991 roku ośrodek dla niepełnosprawnych dzieci znajduje się w Trzynie Tarasie przy ul. Máchowej. Jego administratorem jest wydział spraw socjalnych i zdrowia przy Urzędzie Miejskim w Trzynie. Celem ośrodka jest długofalowa opieka nad dziećmi w wieku przedszkolnym. Składa się na nią rehabilitacja, działalność wychowawcza - edukacyjna oraz integracja dzieci w środowisku.

W związku z zanieczyszczeniem powietrza w Trzynie i okolicy od ub. roku pracownicy tej placówki opiekują się również dziećmi z chorobami dróg oddechowych. W ośrodku obecnie jest zarejestrowanych 41 dzieci. Jeżeli są do dyspozycji wolne miejsca, opiekuje się również zdrowymi maluchami w wieku od 1 do 3 lat. *- Mam bardzo dobre doświadczenia. Upośledzone dzieci czują się bardzo dobrze w towarzystwie zdrowych rówieśników. Z kolei zdrowe dzieci służą pomocą niepełnosprawnym, kształtując w sobie pozytywny stosunek do chorych kolegów* tłumaczy kierownik instytucji Alena Kostkova.

Placówka jest czynna w dni powszednie od godz. 6.00 do 15.30. Jej klientami są dzieci z jedną lub kilkoma schorzeniami - np. uszkodzeniami mózgu, wzroku i słuchu, wadą narządów ruchu, syndromem Downa, autyzmem. Ostatnio trafia do niej coraz więcej dzieci z paraliżem mózgu.

- Ośmioletnie dzieci są od nas przemieszczane do zakładu opieki socjalnej albo do szkół specjalnych w Trzynie. Najbardziej upośledzone dzieci pozostają pod opieką rodziców albo są umieszczane w specjalnych zakładach. W związku z tym, że zakład opieki socjalnej w Trzynie jest przepełniony, w przyszłym roku zamierzamy otworzyć klasę specjalną z programem rehabilitacyjnym. My zatroszczymy się o personel z drowny, o edukację natomiast pedagogicy ze szkoły specjalnej. Mam nadzieję, że to nowum uda nam się wprowadzić w życie - dodaje A. Kostkova.



Dzieci bawią się w nowej altanie z plaskownicą, która została wybudowana w ogrodzie. Fot. ROMAN BASELIDES

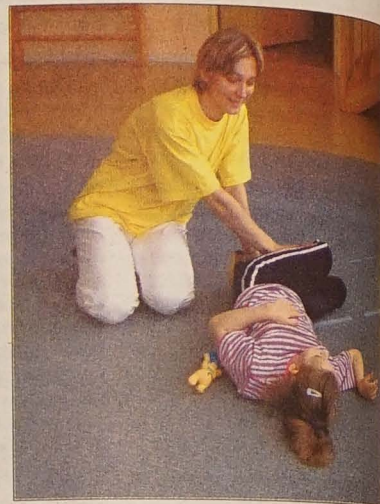
W ośrodku funkcjonują

trzy oddziały. Pierwszy - oddział rehabilitacji - spełnia również rolę przychodni, drugi przeznaczony jest dla najmłodszych, trzeci natomiast dla starszych dzieci. Oprócz dwóch zajmujących się rehabilitacją lekarzy w ośrodku pracuje pediatra, psycholog i logoped. Dziećmi opiekuje się również dziewięć pielęgniarek, jedna nauczycielka oraz trzy pracownice rehabilitacyjne. W ośrodku dzienne go bytu dla dzieci pracuje ogółem 25 pracowników, w tym również odbywających zastępczą służbę wojskową chłopaków. Gotowane tutaj posiłki są wywożone również do miejscowego zakładu opieki socjalnej.

Kierownictwo placówki nieustannie poszukuje dodatkowych środków finansowych. W chwili obecnej trwa remont oddziału rehabilitacji. Pierwsza kondygnacja w suterenie jest już prawie gotowa, teraz przebiega remont pomieszczeń na parterze. Dzieci będą mogły korzystać z nowego basenu, masażu wodnych (vířivka) oraz urządzenia laserowego, magnetoterapii i elektroterapii. Zostały zakończone prace w ogrodzie - powstała tu altana z piaskownicą i nowy plac dla dzieci. A jak wygląda dzień w ośrodku? Dzieci przebywają tutaj od godz. 6.00 do 15.30, jednak klienci z poważnym upośledzeniem są w ośrodku najwyżej cztery godziny. Dla dzieci przygotowywane są cztery posiłki, po obiedzie obowiązuje cisza popołudniowa. Rano odbywa się rehabilitacja, po czym klienci biorą udział w różnych zajęciach. Psycholog wraz z pielęgniarkami przygotowuje dla każdego dziecka indywidualny plan zajęć, według którego

pracują z nim pedagogzy i pielęgniarki. W zależności od aktualnego stanu zdrowia dziecka, po miesiącu albo po trzech do każdego planu wprowadzane są poprawki.

Kierownikiem ośrodka jest Alena Kostkova, która pracuje w nim od 2001 roku, a przedtem przez 20 lat pracowała w Szpitalu Trzyniec. *- Myślę, że mam sporo doświadczeń w pracy z dziećmi. Wiadomo, ile troski potrzebują zdrowe dzieci, nie mówiąc już o upośledzonych. Pomoc chorym traktujemy nie tylko jako naszą pracę, ale równocześnie jako pewnego rodzaju misję. W porównaniu z pracą w szpitalu, gdzie byłam*



Pielęgniarka pomaga dziewczynce podczas ćwiczeń rehabilitacyjnych.

czego mogę się od tej pracy spodziewać i mogę powiedzieć, że jestem z niej w pełni zadowolona.

ROMAN BASELIDES



W ramach przedpołudniowych zajęć dzieci wraz z wychowawcami śpiewają piosenki i recytują wiersze.

Polonia bułgarska to nietypowe zjawisko

ROZMOWA Z URSZULĄ MILCZEWSKĄ - PREZESEM POLSKIEGO STOWARZYSZENIA KULTURALNO-OŚWIATOWEGO IM. WŁADYSŁAWA WARNEŃCZYKA, CZŁONKIEM SEKRETARIATU EUROPEJSKIEJ UNII WSPÓLNOT POLONIJNYCH



Urszula Milczewska - prezes Polskiego Stowarzyszenia Kulturalno-Oświatowego im. Władysława Warneńczyka w Bułgarii. Fot. AUTOR

Polonia bułgarska należy nadal do najmniej znanych w Europie, dlaczego?

Może dlatego, że nie jest zbyt liczna, choć tradycje zrzeszania się Polaków sięgają tu połowy XIX wieku. Pierwsza organizacja polonijna w Bułgarii - „Towarzystwo Wzajemnej Pomocy” powstała

organizacji. Patriotyzm, zapał i wytrwałość grupy inicjatywnej, powstałej w roku 1981, został uwieczniony wielkim sukcesem. W maju 1984 roku sąd rejonowy w Sofii zarejestrował Polskie Stowarzyszenie Kulturalno-Oświatowe im. Wł. Warneńczyka - jako organizację społeczną działającą na terenie całej Bułgarii. Dzień mamy już 10 oddziałów Stowarzyszenia w Sofii, Warnie, Dobriczu, Wielkim Tyrnowie, Burgas, Płowdiwie, Jambole, Ruse, Starej Zagorze i Plewenie.

Według przeprowadzonych w roku 2000 badań statystycznych dużą część naszej Polonii stanowią osoby w wyższym wykształceniu. W samej Sofii, gdzie mieszkam, mamy np. wielu znanych lekarzy i naukowców. Podobnie jest w innych regionach kraju.

Polonia bułgarska jest naprawdę trochę nietypowym i ciekawym zjawiskiem. Po pierwsze nie jest emigracją, ani polityczną, ani zarobkową. Ojczyzna też od nas nie odeszła, to my, idąc za głosem serca, opuściliśmy kraj i raczej też nie z przynus. Po drugie nasza Polonia skupiła się nie w kilku lecz w jednej organizacji, z jednym statutem dla wszystkich, przy całkowitej samodzielności poszczególnych oddziałów. Dzięki temu czujemy się sobie bardzo blisko i nie wykazujemy wrożej rywalizacji.

Pań! też trafiła do Bułgarii za głosem swego serca? Widocznie los tak chciał. Moja historia jest zresztą podobna do historii wielu innych tutejszych Polek, choć może jednak nie do końca. Ja bowiem, będąc dawniej zakonnicą w krótkofalarstwie, poznałam swego męża przez radio i po dwóch latach znajomości zdecydowałam się na wyjazd z Polski. Następnie w roku 1962 zawarłam związek małżeński, który szczęśliwie przetrwał do dziś.

Obecnie, z perspektywy minionego czasu uważam, że moje życie w Bułgarii ułożyło się bardzo ciekawie i nie żałuję podjętej decyzji. Tam bowiem ukończyłam studia wyższe i przez 35 lat pracowałam w bułgarskiej telewizji. Odnosiłam także spore sukcesy zawodowe, pracując m.in. przez ostatnie 10 lat na bardzo eksponowanym stanowisku. Byłam kierownikiem bloków emisyjnych w dwóch programach TV,

Dwa lata po przyjeździe nauczyłam się języka bułgarskiego do tego stopnia, że poza pracą w TV zaczęłam także tłumaczyć. Nadal zresztą pracuję aktywnie jako tłumacz przysięgły.

Na swoim koncie ma Pań! również przekłady książkowe...

Były to książki techniczne, gdyż z zawodu jestem inżynierem. Tłumaczyłam też filmy i seriale polskie emitowane w TV bułgarskiej - m.in. „Lalkę” i „Rodzinę Połanieckich”, łącznie 67 pozycji.

Czym Polonia bułgarska różni się od innych Polonii europejskich?

Myślę, że jesteśmy podobni do innych, sporo już zasymilowani. Wszyscy bowiem Polacy mieszkający w Bułgarii chcieli się tu jakoś znaleźć, czuć dobrze i być szanowanym. Ludzie, którzy nie potrafili wejść w tutejsze środowisko, zazwyczaj się rozwodzili i wracali do Ojczyzny. Ci, którzy wytrzymali i przetrwali, nie uwolnili się jednak zupełnie od tęsknoty za starym krajem.

Stosunkowo duża część naszej Polonii to już dziś osoby starsze, w wielu przypadkach samotne i chore, całkowicie skazane na oderwanie od starej Ojczyzny. Większość z nich otrzymuje najniższe emerytury. Gdyby nie troska ich dzieci i wnuków, a także rodzin w Polsce, to nie mieliby szans na przetrwanie. W miarę możliwości pomaga im również nasze Stowarzyszenie.

Jest też znaczący procent ludzi w średnim wieku, w wielu przypadkach dotkniętych bezrobociem. Często są to osoby o bardzo wysokim wykształceniu, które muszą podejmować się dorywczych zajęć, aby przeżyć od pierwszego do pierwszego.

Niemal wszyscy Polacy mieszkający w Bułgarii są bardzo aktywni. Wszystkie nasze oddziały prowadzą całoroczne kursy języka polskiego oraz ojczyźnej historii i geografii. Nasze dzieci z Sofii i Warny są pod tym względem uprzywilejowane. Szkoła polska przy ambasadzie w Sofii i szkolny punkt konsultacyjny przy konsulacie w Warnie zapewniają doskonałe warunki do nauki. O ich poziomie

świadczy najlepiej ilość naszych studentów w wyższych uczelniach w Polsce.

Czego Polacy mogą się nauczyć od Bułgarów? Bułgarzy mają dużo pokory, może nawet zbyt dużo... Może właśnie dlatego wszelkie zmiany następują tam zbyt wolno. Stare bułgarskie przysłowie mówi, że pochylonej głowy ci nie ułama.

W Bułgarii, w przeciwieństwie do Polski, nie ma silnej wiary religijnej. Tamtejsze prawosławie ma zdecydowanie inny charakter niż katolicyzm. Swoje zrobiło też 50 lat komunizmu.

Bułgarzy są dziś mocno zapatrzeni na siebie. Nie mają jeszcze jednak zbyt wielkiej poczucia swej wartości, choć wielu z nich jest bardzo zdolni ludzie. Na szczęście młode pokolenie jest już zdecydowanie inne. Oni szybko idą do przodu.

Bułgarzy są bardzo pracowici. Szanują wszystkich swoich bliskich. Oni nie wyobrażają sobie, że można np. nie rozmawiać ze swoimi sąsiadami i nie zamienić z nimi przez wiele lat choćby jednego słowa. Tak jest nie tylko w małych miejscowościach, ale i dużych miastach. Tam w Bułgarii łatwo jest nawiązać znajomość czy bez zaproszenia wpaść do kogoś na kawę.

Bułgaria była przez długie lata bardzo promisywna. Czy tak jest nadal?

Tylko w starszym pokoleniu. Młodzieży natomiast zdecydowanie prozachodnia. Ma to także wpływ fakt, że premierem Bułgarii nie byłby car. To jest także wyrazem tęsknoty za tym co było przed rokiem 1945.

A jak widzi Pań! przyszłość Polonii bułgarskiej? W Bułgarii nie zmieniła się rola Żon Polskich, które nadal w swoich rodzinach kulturowo decydują ojczyźną i wysyłają swoje dzieci na studia do kraju. Nasze dzielne Polki zajmują się coraz bardziej promocją kultury polskiej w Bułgarii. Same organizują różne jubileusze i imprezy czystości dla swych bułgarskich przyjaciół.

Polonia bułgarska, muszę z wielką nadzieją powiedzieć, nie ma przed sobą wielkiej przyszłości. Coraz rzadziej przyjeżdżają tu młodzi Polacy czy Polki.

LESZEK WATROBIS

HEL TO NIE MIAMI, CZYLI Foki, jak ludzie

Fokarium kierowanej przez doktora Krzysztofa Skórę Stacji Morskiej Instytutu Oceanografii Uniwersytetu Gdańskiego, to niewątpliwa atrakcja turystyczna Helu. W trzech basenach, w tym jednym przystosowanym do podglądu podwodnego, przebywa obecnie 6 fok szarych - dwa samce - Balbin i Joel oraz cztery samice - Unda, Ewa i Ania oraz Agata. Zwierzęta nie są tu dręczone tresurą, bowiem fokarium to nie park rozrywki ani nawet zoo - to szpital, a może kurort, dla zagrożonego, znajdującego się w Polsce pod ochroną gatunkową zwierząt.



Widok na kompleks trzech basenów, w których foki zachowują się w zgodzie ze swoją naturą. Wprawdzie woda w basenach nie jest kryształowa, ale zwierzęta czują się w niej dobrze, a ludzie są w stanie zobaczyć focze cielska przepływające tuż „obok nosa”.

Zwierzęta są za symboliczną złotówkę podziwiający gracie i różnorodność charakterów przebywających tu fok. Wygodnie się zdecydowanie najstarszy osobnik - Balbin - przywódca stadka i pierwszy mieszkaniec fokarium, kształtem pyska przypominający kosmitę Alfa z amerykańskiego serialu komediowego. Balbin często bulgocze podczas pływania, jest niecierpliwy i wymagający. Joel nie wchodzi w drogę - woli „całymi dniami” (tj. do 20 minut bez zacerpienia) spać na dnie basenów lub wyciszyć się w drzemce na powierzchni. Unda - najstarsza samica o charakterystycznym ubarwieniu - ciekawym wierzchu i jasnym spodzie - ciemnymi plamami - „śpiewa” często swoim współmieszkańcom. Ewa i Ania odróżniają się tylko zabielionym okiem Ani (po przebytej chorobie), lubią się ze sobą bawić. Agata zaś ma jasne łuski z małymi plamkami, zazwyczaj jest nieśmiała i trzyma się na obrzeżu przemykając wzdłuż ścian basenów.

wynosi ciało foki na powierzchnię wody. A jest co wypchnąć! Dorosłe samce osiągające do 3 m długości mogą ważyć i 300 kg! Samice dorównują im akurat w połowie. Samice karmią młode swoim zawierającym aż 50 proc. tłuszczu mlekiem, tak że potomkowie potrafią w ciągu dnia przytyć nawet 2 kg! Można było to w swoim czasie obserwować i na helskiej stacji na Adasiu, Bojce, Cyplu i Cumie - przychówku fokarium.

Założona w 1999 r. placówka zajmuje się hodowlą i rehabilitacją fok. (Dodajmy na marginesie, że ostatnio ruszył także program ratowania morswinów - delfinów bałtyckich.) Po udzieleniu przez ludzi pomocy tujejsze foki zaopatrzone w nadajniki są wypuszczane na wolność, a ich wędrówki morskie śledzone są przez satelitę.

I choć może to wyglądać na nadmiar pieczołowitości, tak nie jest. Jeszcze sto lat temu oceniano populację fok szarych w Zatoce Gdańskiej na 100 tys. sztuk. Teraz jest ich zaledwie 12 tysięcy. Rybacy tępił je za przyzwoleniem rządu, bo uważano je za szkodniki. Władze administracyjne w latach dwudziestych XX w. wypłacały nawet po 5 zł za dostarczenie sztuki szkodnika (wówczas około 1 dolara). Rybacy nie darzyli fok żadnymi względami, niszczyły im sieci, były konkurencją do połowów. Futro zaś miały ciepłe, mięso niezłe, a tłuszcz się też nadał w gospodarstwie. Nic więc dziwnego, że w latach siedemdziesiątych XX

wieku Zato-ka Gdańska została prawie ogołocona z fok.

Fokarium zmienia ten stan rzeczy. Odchowane osobniki są odstawiane na wody Zatoki i wypuszczane do swojego naturalnego środowiska. Nie przeżywają szoku wodnego - różnicy między wodą „naturalną” Bałtyku a tą, w której pływały się w fokarium. Ta w basenach jest dostarczana z Zatoki Puckiej, a wnętrza basenów nie jest bynajmniej wyłożone białymi czy niebieskimi kafelkami. To nie Miami! I choć wyraźnie to umniejsza doznania estetyczne zwiedzających, zwierzęta bez błękitu wód i jasnych refleksów czują się po prostu „u siebie”. Nie przeszkadza im też to, że zasadniczo są emigrantami - nie są „Polakami” lecz „Estończykami”!

Dookoła basenów zbierają się grupy turystów. Niejeden miałby ochotę nakarmić rozdziawiony pysk foki, choć jest to surowo zabronione. W żadnym wypadku nie wolno niczego wrzucać do basenów - np. monet „na szczęście”. Przez takie „szczęścia” straciła życie foka Krystyna. W hel- skim basenie przeżyła 3 lata i 39 dni...

Fok się też nie głaszczą i nie całują, bo choć z pozoru bardzo miłe, są dość płochliwe i w momencie zagrożenia potrafią dotkliwie pogryźć, a mają czym: 16 dolnych i aż 20 zębów górnych typowych dla mięsożerców - siekaczy, kłów i zębów trzonowych - czeka tylko na pracę. Foki też potrafią opluć od głów do stóp wodą. I nie da się przewidzieć kiedy i dlaczego.

Te ostatnie uwagi oczywiście nie odnoszą się do fok pluszowych - zabawek zapełniających stragany hel-

Sklepik fokarium

Kupując pamiętki pamiętaj, że te, które posiadają nasz znak, finansowo wspomagają ochronę i życie fok.

Choć za nami dopiero połowa roku 2004, niektórzy już myślą o roku przyszłym. Firma AD Servis jako jedna z pierwszych weszła na rynek z kalendarzem ściennym na rok przyszły. Chodzi o czesko-polską publikację ilustrowaną pięknymi rysunkami zaołziańskich kościołów autorstwa Józefa Dronga. Kalendarz nazwany „Architektura sakralna Śląska Cieszyńskiego” ma nietypowe wymiary (11cm x 48 cm). W kalendarium przy każdym dniu przyseregowane są polskie i czeskie imiona, a także przypadające na daną datę święta państwowe i kościelne. Kartki poszczególnych miesięcy zdobli czarno-białe wizerunki zaołziańskich kościołów katolickich znajdujących się na terenie Podbeskidzia i Beskidów - w Bukowcu, Bystrzycy, Łomnej Górnej, Hyczawie, Jabłonkowie (kościół parafialny oraz kościółek przy klasztorze ss. Elżbietanek), Millikowie (kaplica św. Anny na Kozubowej), Mostach koło Jabł., Nydku, Płosku, Trzyńcu i Wędryni. Na okładce umieszczono rysunek drewnianego kościółka w Gutach. Kalendarz będzie można zakupić w poszczególnych parafiach oraz u państwa Wirthów w czesko-cieszyńskim Klubie Polskiej Książki i Prasy. (d)

LEDEN • STYCZEŃ
1 NOWY ROK
NOWY ROK
KARINA
MANKARY, IZYDOR.
BOHUROPODZKY
BOGARODZKY

Nowości Muzyczne

ZERO 7 »When It Falls« (2004) AIR »TALKIE WALKIE« (2003)

Dzisiaj otrę się o twórców z pogranicza gatunku muzyki elektronicznej zwanego „chill out” (tzn. „wyluzuj”), a konkretnie o dwie ekipy, które - chociaż korzystając z pomocy DJ-ów - w pełni zasługują na nazwę „kapela”. „Zero 7” i „Air” w swojej twórczości nawiązują do trip-hopowej sceny początku lat 90., czyli do takich zespołów, jak „Morcheeba” czy „Portishead”, nie odcinając się od wpływów, które od tego czasu pojawiły się w muzyce elektronicznej. Zapewniam was, że znanie co najmniej parę utworów wymienionych grup, ponieważ ich twórczość od ładnych paru lat jest wykorzystywana jako podkład dźwiękowy do filmów (w wypadku „Air” ostatnio był to film „Lost In Translation”) i reklam - w akompaniamentcie smętnych dźwięków dziewczyna odrzuca przez ramię



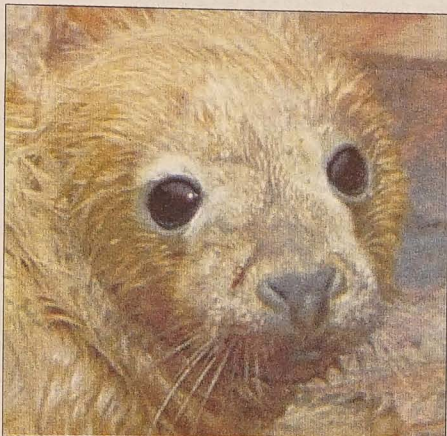
swe długie włosy (ucieczka w zwolnionym tempie), by spojrzeć na przejeżdżający za oknem samochód tej lub owej marki. Chyba już czujecie atmosferę...

Brytyjska grupa Zero 7 zawsze czarowała łagodnymi klimatami na granicy elektroniki i jazzu. Nie zaskakuje też w swoim najnowszym albumie, chociaż tym razem znowu zrobiła krok do przodu. *When It Falls* na pierwszy rzut oka może się wydawać aż nazbyt popowy, jednak po wdarciu się pod powierzchnię zawartych na nim dwunastu utworów, można odnaleźć niejedną niespodziankę, niespokojne tętno. W odróżnieniu od starszych krążków, tym razem „Zero 7” korzysta nie tylko z kruchych jak kryształ głosów wokalistek, zaproszono też do współpracy męskie głosy, co więcej, jeden z nich otwiera całą płytę. Muzycznie trudno zaszerogować to wszystko, co dzieje się w czasie niecałej godziny trwania albumu (choć za to pestka w porównaniu z klasyfikacją twórczości niżej opisanego zespołu „Air”). W związku z zamiłowaniem do instrumentów z przełomu lat 60. - 70. przypomnieli mi się płyty Herbiego Hancocka oraz Chicka Corei z tego okresu. Generalnie można by powiedzieć, że jakoś tak wyglądałaby sesja nagraniowa grupy hipisowskich jazzmanów, którzy zostali wpuszczeni do nowoczesnego studia nagrań. Do tego oczywiście dochodzą wokale z pogranicza białego soulu i rhytm'n'bluesa.

Jeżeli „Zero7” nazwałbym Coreą chill-outu to w wypadku drugiej grupy - Air - musiałbym chyba sięgnąć po porównanie do Franka Zappy. Na pewnym rysunku Młeczki mężczyzna komentuje czytana gazetę „Żeby chociaż pisali, czy to na poważnie, czy na jaja.” Podobne odczucie może mieć odbiorca podczas pierwszego kontaktu z twórczością Francuzów, których najnowszy krążek *Talkie Walkie* mam zaszczyt przedstawić. Formację „Air” tworzą dwaj absolwenci paryskiego konserwatorium, których recenzenci nazywają często „mistrzami kiczu”. Ale uwaga - nie ma w tym ani odrobiny pogardy. Mieszanka jest naprawdę niespotykana, a utwory rozbudowane w zadziwiający sposób - na płytach tego zespołu dochodzi do pomieszczenia tych najlepszych i najgorszych elementów muzyki ostatnich dziesięcioleci, skład instrumentalny sięga od „starożytnej” elektroniki z lat trzydziestych XX wieku (!) po najnowsze modele samplerów. Oprócz tego „Air” przesuwa się powoli wzdłuż osi czasu. O ile pierwsze płyty oddychały powietrzem psychodelicznych lat 60., to ich najnowsza płyta doszła powoli do początku lat 80., przy czym w kompozycjach ciągle widać ślady przebytej drogi. A w dodatku ulubionym posunięciem zespołu jest łączenie tandetnych dźwięków z przepięknym tem akustycznych gitar czy orkiestry symfonicznej. Członkowie zespołu „Air” są zбочeni w najlepszym znaczeniu tego słowa (często też współpracują z cenionym w Stanach artystą, Beckiem, którego retro- elektro-folkowe dewiacje muzyczne są podobnego kalibru) - najwybitniejszym dowodem jest rozkoszny instrumentalny kawałek „alpha beta gaga” (nr 8 na płycie): utwór w metrum 5/4, gdzie ultraplastykowe dźwięki łączą się z brzmieniem sitar, główna melodia jest wygwizdywana (wtrąca jej armia smyczków), a w samym środku kosmicznej koronki syntezatorów wspanie w odwiedzin - jakby nigdy nie - bluegrassowe banjo. Na płycie naprawdę nie brakuje zaskakujących (a nawet szokujących) aranżacji, znowu kocham tych ludzi za to, co pokazali. Od początku przekonują bowiem swoich słuchaczy, że w muzyce tak naprawdę nie ma żadnych granic ani tabu. I mają rację.

ZERO7
WHEN IT FALLS

DAREK JEDZOK



Tak oto wygląda ledwo co urodzona foczka. Jak dowiedzieliśmy się ze stron www Stacji Morskiej, foki, które przyszły na świat w br., dostały imiona od litery D.

skiej promenady wzdłuż murów stacji. Dzieciaki i dorośli przebiegają w białych, szarych i niebieskich „foczkach”, „ryczących” (na baterię) lub nawet „śpiewających” i ruszających w takt bocznymi i tylnymi płetwami.

Stacja Instytutu Oceanografii również sprzedaje focze pamiętki. Te jednak zaopatrzone są w logo: foczy pysk i napis „Help”. Ten, kto je kupi, może mieć dobre poczucie, że i on, korzystając z dóbr helskiej przyrody, zrobił coś pożytecznego dla odnowienia ekologii Bałtyku. opr. (mro)



Na zewnętrznej stronie murów fokarium można zakupić pluszowe foczki - niebieskie, szare, czarne, do kieszeni i w charakterze plecaka, maski i pozytywki - towary na każdą kieszeń. ♦ Samiec Joel pozuje do portretu. Fot. MARTYNA RADŁOWSKA-OBURNIK (I)

Telewizja

SOBOTA 10 LIPCA

■ TVP 1

6.30 Rok w ogrodzie (mag.) 7.00 Agrolinia (mag.) 8.00 Wiadomości 8.15 Para w Polskę (mag.) 8.35 Wakacje z Ziarnem (dla dzieci) 9.00 Nowe przygody Flippera 4 (s.) 9.45 Timon i Pumbaa (s. anim.) 10.10 Pani dyrektor (film USA) 11.00 Kolejka - lista przebojów 11.15 Słoneczny patrol 11 (s.) 12.00 07 zgłoś się (s.) 13.00 Wiadomości 13.10 Zwierzęta świata (s. dok.) 13.40 Dzieśiątę królestwo (s.) 14.25 Moda na sukces (s.) 14.50 Liga Światowa - siatkówka (mecz Polska - Francja) 17.00 Teleexpress 17.20 Sportowy Express 17.25 Gość Jedynki (wywiad) 17.35 Sądzieli (s.) 18.05 Bao-bab, czyli zielono mi (s.) 18.35 Jaka to melodia? (quiz) 19.00 Bob Budowniczy (s. anim.) 19.30 Wiadomości 20.15 Dzika rzeka (film USA) 22.05 Opole 2004 na bis (koncert) 23.10 Bez strachu (film USA) 0.45 Dziewczyna taka jak ty (film USA) 1.55 Rotacja (film USA) 2.40 Copa America (mecz Argentyna - Meksyk).

■ TVP 2

7.05 Echa tygodnia 7.35 Spróbujmy razem (mag.) 8.00 Matki, żony i kochanki (s.) 9.00 Na ludową nutę (koncert) 10.00 Copa America (skrót meczów) 11.35 Piękniejsza Polska (mag.) 12.00 Papierowe małżeństwo (film pol.) 13.30 KOC - Komiczny Odcinek Cykliczny (pr. rozryw.) 14.00 Familiada (teleturniej) 14.30 Złotopolscy (s.) 15.00 Śpiewające fortepiany (teleturniej) 16.00 Na dobre i na złe (s.) 16.55 Razem do gwiazd (koncert) 18.00 Program lokalny 18.30 Panorama 19.05 IRA - 15-lecie (koncert) 20.00 VI Mazurska Noc Kabaretowa (pr. rozryw.) 21.50 Słowo na niedzielę 22.00 Panorama 22.20 Sport telegram 22.35 VI Mazurska Noc Kabaretowa (pr. rozryw.) 0.15 Copa America (mecz Urugwaj - Ekwador).

■ TV KATOWICE

6.50 Elias i Pistułka (s. anim.) 7.00 Wyprawa profesora Gąbki (s. anim.) 7.20 Film pod strasnym tytułem (s. anim.) 7.45 Aktualności 8.00 Z życia Kościoła (mag.) 8.45 Palce liczyć (mag.) 9.00 Świat (mag.) 9.45 Doktor Ewa (s.) 10.45 Studio wczasy (mag.) 11.00 Bądź zdrow! (mag.) 11.45 Magazyn kulturalny 12.10 Europieniądze 12.45 Kwartet (mag.) 13.10 Integracja (mag.) 13.30 Mistrzostwa Polski kobiet (siatkówka plażowa) 15.45 Śląski Teatr Tańca 16.15 Aktualności 16.45 Kapitan Sowa na tropie (s.) 17.15 To jest temat (rep.) 17.35 Świat (mag.) 18.00 Aktualności 18.35 Regiony kultury (mag.) 18.50 Kariera Nikodema Dyzmy (s.) 19.55 Podwodna Polska (rep.) 20.15 Memoriał Józefa Żyłowicza w Gdańsku (lekkosport) 20.50 Rozmowy M. F. Rakowskiego (wywiad) 21.20 Książka tygodnia (mag.) 21.45 Aktualności 22.00 Sobotni magazyn sportowy 23.05 Ekstradycja 3 (s.).

■ POLSAT

6.00 Poplista 7.00 Twój lekarz (mag.) 7.15 Wystarczy chcieć (mag.) 7.30 Domowa kawiarenka (mag.) 8.00 Ed, Edd, Eddy (s. anim.) 8.25 Beyblade - latające dyski (s. anim.) 9.00 Hugo (dla dzieci) 9.30 Mop Man (mag.) 10.15 Auto Świat (mag.) 10.45 Samo życie (s.) 11.45 Prawo pustyni (film niem.) 13.45 Domowa kawiarenka (mag.) 14.15 Słoneczny patrol (s.) 15.10 Blizniaczki (pr. rozryw.) 15.45 Informacje 16.05 Exclusive - najciekawsze historie świata (pr. rozryw.) 16.30 Debiut (pr. rozryw.) 17.30 W kręgu tajemnic (s.) 18.30 Informacje, Sport 19.00 Rosyjska ruletka (teleturniej) 20.00 Miódowe lata (s.) 20.50 Strażnik Teksasu (s.) 21.55 Nuklearna walizka (film USA) 23.55 Human Traffic (film ang.) 1.55 Inferno (film USA) 3.35 Reebok Hip-Hop.

■ TVC 1

5.00 Párování (s.) 5.30 Babilon 5.45 Rozmowy H w 20 lat później 6.45 Mechanika popularna dla dzieci II (s. dok.) 7.10 Babcine bajki 7.20 Ulica Szamowka II (s.) 7.50 Długa podróż do domu (s. anim.) 8.15 Oliver Beene I (s.) 8.35 Czarownica w rodzinie (film) 9.55 Zwierzęta - koty (dok.) 10.00 Festiwalowe sekundy 2004 10.10 City Folk Helsinki (s. dok.) 10.40 Tydzień w regionach 11.10 Skarby świata 11.25 Klub przyjaciół muzyki dętej 12.00 Wiadomości 12.05 W jaki sposób... z J. Bohdową 12.30 Potomkowie sławnych. A Dvořák 13.00 Szczście domowe 13.30 Mieszkanie to zabawa 13.55 Moda - Ekstrawagancja - Maniery 14.20 Clockwatchers (film USA) 15.55 Oczarowanie IV (s.) 16.50 Uśmiechy J. Wimmera 17.30 Adresat TVC 17.50 Etykieta 18.00 Wiadomości 18.10 Jeża skórka (bajka) 18.57 Losowanie 10 szczęśliwych 19.00 Wieczorynka 19.15 Wiadomości 20.00 Uroczyste zakończenie MFF Karłowy

Vary 2004 21.10 Gwiezdne wojny: Epizod V - Imperium kontratakuję (film USA) 23.15 Wiadomości 23.20 Bramki, punkty, sekundy 23.25 Jak upolować mężczyznę, czyli sex w wielkim mieście IV (s.) 23.55 Losowanie 10 szczęśliwych 0.00 Impreza (film br.) 1.25 Star Trek II (s.) 2.15 Piękne miasta 2.35 Nieznajomość prawa nie usprawiedliwia 2.50 Solo dla... Teagrass 3.25 Via Imperialis 3.55 Melodia na długie wieczory.

■ TVC 2

5.00 Muzyczna arena 5.45 Jan Špáta w oczach Olgi Sommerowej 6.00 Diagnosta regionalne 7.55 Panorama 8.30 Milenium Břevnowskiego Klasztoru 9.00 Blok kursów jez. 10.00 Telewizyjny klub osób niesłyszących 10.30 Via Imperialis (s. dok.) 11.05 Arytmetyka diabła (film USA) 12.40 Film o filmie: Daleko do nieba 12.55 Opowiadania małopolskie (film czes.) 13.55 Przygody z móż południowych (s. dok.) 14.10 Czeskie galerie i muzea (s. dok.) 14.25 Świat filmu: Gwiezdne wojny - trylogia dokumentalna (s. dok.) 15.15 Sportowy świat: Maraton pustynny w południowym Maroku 16.20 Rallye Bohemia 17.10 Córka żołnierza nie płacze (film br.-USA) 19.15 Finał europejskiej ligi siatkówki 20.00 Concertino Praga 2004 (koncert) 22.00 Tour de France 22.15 Kultura alternatywna (s. dok.) 23.20 Noc z Andělem 0.50 Wielka muzyka nocna I 1.35 Jak upolować mężczyznę... IV (s.) 2.05 Wielka muzyka nocna II 4.00 Telewizyjne piosenki 4.45 Groteski: Charlie Chaplin 4.55 Mała muzyka poranna 5.15 Arytmetyka diabła.

■ NOVA

6.30 Teletubisie (s. anim.) 6.55 Pokemon (s. anim.) 7.20 Pod banderą Neptuna (s. anim.) 7.50 Cudowny świat Walta Disneya 8.40 Droga Mleczna (prog. roz.) 9.25 Pasadena (s.) 10.15 Powrót do Edenu (s.) 11.05 Sue Thomas: Agent FBI (s.) 12.00 Dzwonico do TV Nova 12.30 Psotnica (film czes.) 14.10 Everest (dok.) 15.00 Kobra 11 (s.) 16.45 Profesjonalści (s.) 17.40 Prognoza pogody 17.45 Columbo (s.) 19.30 Wiadomości, sport, pogoda 20.00 SuperKoncert (prog. roz.) 21.15 Kapitan Ron (film USA) 23.10 Gangsterskie porachunki (film USA) 1.05 Erotyczne poszukiwania (s.) 1.50 Novashopping 2.20 Dzwonico do TV Nova 2.45 Witajcie na pokładzie! (film fr.) 4.15 Psotnica.

■ PRIMA

8.00 Łowca krokodyli (s. dok.) 8.25 Salon samochodowy 9.05 W poszukiwaniu purpurowych wielorybów (dok.) 9.55 Perry Mason (s.) 11.35 h.i.t. (lista przebojów) 12.30 Więzy rodzinne (s.) 14.15 Szaleństwo młodości (film USA) 16.10 Prima TV 16.25 Dynastia Nowaków (s.) 17.25 Lipcowe spotkanie (film czes.) 18.55 Prognoza pogody 19.00 Wiadomości 19.15 Tescoma Prima chochla 19.45 Bugs Bunny i przyjaciele (s. anim.) 19.55 Sprawa dla dwóch (s.) 21.00 Dziś w pewnym domu (s.) 22.25 Mały Buddha (film br.-fr.) 0.45 Gwiazdy w podróży 1.20 Derrick (s.) 2.20 Świat według Bundy (s.) 4.05 Ciernie.

NIEDZIELA 11 LIPCA

■ TVP 1

6.20 Spełniamy marzenia (mag.) 6.45 Zmienił się (s.) 7.45 Moda na sukces (s.) 8.10 Słoneczna włócznia (s.) 8.40 Nowe przygody Flippera 4 (s.) 9.25 Songowanie na ekranie (dla dzieci) 10.00 Ogłoszenie matrymonialne (film pol.) 11.00 Kobiela na plaży (pr. rozryw.) 11.30 Jasio bez barier 2004 (koncert) 12.00 Anioł Pański (transmisja) 12.20 Książki na lato (mag.) 12.25 Tydzień (mag.) 13.00 Wiadomości 13.10 Wakacyjny Festiwal Gwiazd Międzyzdroje 2004 13.45 Anastacia Gwiazdy w Jedynie (pr. rozryw.) 14.05 Przygody młodego Indiany Jonesa (film USA) 15.40 J.A.G. - Wojskowe Biuro Śledcze (s.) 16.30 Między rajem a ziemią (rep.) 17.00 Teleexpress 17.20 Sportowy Express 17.25 Dziennik telewizyjny (pr. satyr.) Jacka Fedorowicza 17.35 Lokatorzy (s.) 18.05 Śmiechu warte (pr. rozryw.) 18.30 Jaka to melodia? (quiz) 19.00 Gumisie (s. anim.) 19.30 Wiadomości 20.15 Dziewczyna jak diament (film kan.) 21.50 Okno sypialni (film USA) 23.45 Plunkett i Maclean (film czes.-ang.).

■ TVP 2

7.25 Tajemnice wiklinowej zatoki (s. anim.) 7.50 Słowo na niedzielę 7.55 Matki, żony i kochanki (s.) 8.55 Śpiewanie na ekranie (teleturniej) 9.35 Szczyty głupoty (s. dok.) 10.00 Copa America - skrót meczów 11.15 Unia i Ameryka (mag.) 11.30 Podróże kulinarne Roberta Makłowicza - Czeski smak (mag.) 12.00 Do widzenia, do jutra (film pol.) 13.30 Harry Potter - magia sukcesu (s. dok.) 14.00 Familiada (teleturniej) 14.30 Złotopolscy (s.) 15.00 Szansa na sukces (pr.

rozryw.) 16.00 Na dobre i na złe (s.) 17.00 Święta wojna (s.) 17.25 7 dni świat (pr. public.) 18.00 Program lokalny 18.30 Panorama 19.05 Gorący temat (s.) 20.00 Stopklatka (koncert) 21.00 Losowanie audiotęte 21.15 Panorama 21.45 Copa America - piłka nożna (mecz Kostaryka - Brazylia) 0.00 L jak Laskowik, T jak Tej (pr. rozryw.) 0.40 Mecz towarzyski USA - Polska (piłka nożna) 3.00 Copa America (mecz Paragwaj - Chile).

■ TV KATOWICE

6.50 O dwóch takich co ukradli księżyc (s. anim.) 7.20 Książka dla dzieci (mag.) 7.45 Aktualności 8.00 Koncert życzeń 8.45 Zaolzie (mag.) 9.00 Teleplotki (mag.) 9.45 Pogranicze w ogniu (s.) 10.45 Ponad granicami (pr. public.) 11.15 Studio wczasy (mag.) 11.45 Tam Tam (mag.) 12.15 To jest temat (rep.) 12.45 Z życia Kościoła (mag.) 13.10 Oj, ni ma jak Lwów 13.35 Kanał SF (mag.) 14.00 Klub globtrotera (mag.) 14.35 Taka była telewizja (s. dok.) 16.15 Aktualności 16.45 Muzyka - łączy pokolenia? (mag.) 17.35 Teleplotki (mag.) 18.00 Aktualności 18.20 Wiadomości sportowe TV Katowice 18.35 Regiony kultury (mag.) 18.50 Tygrysy Europy (s.) 19.45 Turniej mężczyzn w Świnoujściu - siatkówka plażowa 20.55 Od niedzieli do niedzieli (pr. public.) 21.20 Studio wczasy (mag.) 21.45 Aktualności 22.00 Niedzielną magazyn sportowy 23.05 Labirynt (film pol.).

■ POLSAT

6.00 Mop Man (mag.) 6.40 Benny Hill (pr. rozryw.) 7.00 Auto Świat (mag.) 7.30 Magazyn redakcji programów religijnych 8.00 Casper (s. anim.) 8.30 Przygody Jackie Chana (s. anim.) 9.00 Blizniaczki (pr. rozryw.) 9.30 Strażnik Teksasu (s.) 10.30 Słoneczny patrol (s.) 11.30 Różane wzgórze (film USA) 13.35 Lęk wysokości (film USA) 15.30 Fundacja Polsat 15.45 Informacje 16.05 Exclusive - najciekawsze historie świata (film USA) 16.30 Debiut (film USA) 17.30 W kręgu tajemnic (s.) 18.30 Informacje, Sport 19.00 Rosyjska ruletka (teleturniej) 20.00 Samo życie (s.) 21.00 Pała zbrodni (s.) 22.00 Kuba Wjowędzki (talk show) 0.00 Prostyutki 0.30 Magazyn sportowy.

■ TVC 1

5.00 Star Trek II (s.) 5.55 Świat motorów 6.40 Świat rekordów Guinnessa 7.05 Długa podróż do domu (s. anim.) 7.30 Bajeczne wakacje 9.30 Wędrująca kamera (s. dok.) 10.00 Obiekty 10.30 W tak dobranym towarzystwie 10.40 Nieznajomość prawa nie usprawiedliwia (mag.) 11.05 Panoptikum miasta Pragi (s.) 12.00 Wiadomości 12.05 Prognoza pogody 12.10 Bez ogródek (mag.) 12.40 Semafor i in. (s. dok.) 13.40 Drobinek (bajka) 15.15 Królestwo dzikiej natury (s. dok.) 15.45 Naszyjnik (s.) 16.35 Czemu się nie bawić? 16.50 W poszukiwaniu zaginionego czasu (s. dok.) 17.10 Gdzie się podziała ta stara piosenka (pr. muz.) 17.50 Słowo święteczne dziecięcej psychologii J. Prekopowej 18.00 Wiadomości 18.10 Everwood II (s.) 18.57 Losowanie 10 szczęśliwych 19.00 Wieczorynka 19.15 Wiadomości 19.55 Losowanie Sportki 20.00 Dzień, w którym porwano papieża (teatr) 21.35 Pytania Václava Moravca 22.20 Wiadomości 22.25 Bramki, punkty, sekundy 22.30 Losowanie Sportki 22.40 Prawo Murphy'ego (s.) 0.15 Szpital Presidio (s.) 1.00 Kamera w podróży 1.55 Pop Art 2.35 Studio Kroměříž 2.55 Nieznajomość prawa nie usprawiedliwia 3.10 Podróżomania 3.40 Nasza wieś 4.00 Klub przyjaciół muzyki dętej 4.30 Mój dom - moja twierdza.

■ TVC 2

6.50 Wiadomości TVS 7.05 Słowo święteczne arcybiskupa ołomunieckiego J. Graubnera 7.10 Nasza wieś 7.30 Adresat TVC 7.55 Panorama 8.30 Rozmowy H w dwadzieścia lat później 9.30 Filmopolis 10.30 Współzycie narodów i narodowości na Słowacji (s. dok.) 11.00 Łódzie, które tworzyły historię (s. dok.) 12.00 Ojciec nieznany (film czes.) 13.25 Magazyn chrześcijański 14.00 Studio sport 17.05 Tucker - konstruktor marzeń (film USA) 18.55 Groteski: Charlie Chaplin 19.15 Finał europejskiej ligi (siatkówka) 20.00 Wieczór na temat... Od ČSLA do AČR 22.30 Tour de France 22.45 Pavarotti i przyjaciele 2003 (koncert) 23.35 Nocny klub filmowy: Po tamtej stronie chmur (film fr.-wł.) 1.20 Pytania Václava Moravca 2.10 Solo dla... Teagrass 2.45 Adresat TVC 3.05 Tucker - konstruktor marzeń.

■ NOVA

6.30 Teletubisie (s. anim.) 6.55 Pokemon (s. anim.) 7.20 Digimon II (s. anim.) 7.45 Pod banderą Neptuna (s. anim.) 8.15 Cudowny świat Walta Disneya 9.05 Joe milioner (reality show) 9.50 Łódź marzeń (s.) 11.30 Miejsce zbrodni: Wiejski spokój (film niem.) 13.00 Rady ptaka Loskutaka (mag.) 13.45 Troje nindzów w parku rozrywki (film USA) 15.25 Fontanna dla

Zuzanny (film czechosl.) 16.50 Prognoza pogody 16.55 Siedem lat w Tybecie (film USA) 19.20 T-Mobile Renta 19.30 Wiadomości, sport, pogoda 20.00 GO-GO šou (prog. roz.) 21.40 Błękitna głębia (s.) 22.35 Teletele 23.10 Grzeczny świat (film USA) 0.40 Granice wytrzymałości VI (s.) 2.05 Novashopping 2.35 Detektyw Gentleman (film fr.) 4.15 Doktor z gór V (s.) 5.00 Teletubisie (s. anim.).

■ PRIMA

8.00 Decydujące chwile II Wojny Światowej (s. dok.) 9.05 Świat 2004 (mag.) 9.40 Nie złościć dziadka (film czes.) 11.00 Niedzielną Receptariusz (mag.) 11.45 Więzy rodzinne (s.) 13.35 Formule show 13.55 Wyścigi wozów formule 1 (Wielka Brytania) 15.55 Prima straż 16.55 Dwa muły dla siostry Sary (film meks.-USA) 18.55 Prognoza pogody 19.00 Wiadomości 19.15 Tescoma Prima chochla 19.45 Bugs Bunny i przyjaciele (s. anim.) 19.55 Komisarz Rex VIII (s.) 20.45 Nikt nie jest doskonały (pr. rozryw.) 21.40 Adorator (film niem.) 23.15 Z archiwum X (s.) 0.00 Benefis Mirosława Hornička 1.15 Derrick (s.) 2.20 Świat według Bundy (s.) 4.05 Niedzielną Receptariusz.

PONIEDZIAŁEK 12 LIPCA

■ TVP 1

6.35 Telezakupy 6.50 Pan Złota Rączka 8 (s.) 7.15 Więzy krwi (s.) 8.00 Wiadomości 8.15 Moda na sukces (s.) 8.35 Łatek (s. anim.) 9.05 Budzik (dla dzieci) 9.30 Papirus (s. anim.) 9.55 Do góry nogami (dla dzieci) 10.25 Piątka detektywów (s.) 10.50 Ciepło - zimno (teleturniej) 11.05 Bitwa o płuca (mag.) 11.30 Miejsce w samym środku Finlandii - Nokia (film dok.) 12.00 Wiadomości 12.10 Agrobiznes (mag.) 12.25 Bez pardonu (s.) 13.10 Gladiatorzy II wojny światowej (s. dok.) 14.05 Plebania (s.) 15.00 Wiadomości 15.10 Kulisy i sensacje (pr. public.) 15.35 Klan (s.) 16.25 Moda na sukces (s.) 16.50 Sportowy Express 17.00 Teleexpress 17.20 Gość Jedynki (wywiad) 17.35 Lokatorzy (s.) 18.00 Echa stadionów 18.30 Historie olimpijskie (s. dok.) 18.45 Myślisz o kim? - Wybierz teledyski 19.00 Tabaługa (s. anim.) 19.30 Wiadomości 20.15 Czerdziestolatek (s.) 21.15 Związek otwarty (teatr TV) 22.10 Festiwal Dialogu Czterech Kultur - Wieczór żydowski (koncert) 23.00 Monitor Wiadomości 23.10 Biznes perspektywy (mag.) 23.20 Aberdeen (film norweski) 1.05 Ojcowskie prawo (film USA) 2.35 Copa America (mecz Peru - Kolumbia).

■ TVP 2

7.00 10 minut tylko dla siebie (mag.) 7.10 Lato bez granic (mag.) 8.00 Na dobre i na złe (s.) 8.50 Lato bez granic (mag.) 10.00 Copa America - skrót meczów 11.30 Tyłko tato (s.) 11.55 KOC - Komiczny Odcinek Cykliczny (pr. rozryw.) 12.20 Mazurski senior (rep.) 12.40 Telezakupy 13.00 Panorama 13.15 Maggie (s.) 13.40 Kamienna tajemnica (s.) 14.05 Farma motyli (film dok.) 14.35 Złotopolscy (s.) 15.00 Awantura o Basię (s.) 15.30 Podróże kulinarne Roberta Makłowicza - Morawski smak (mag.) 16.00 Panorama 16.25 Święta wojna (s.) 16.55 Na zdrowie - Jagielski (talk show) 17.35 Bądź legalny (pr. public.) 17.50 Program lokalny 18.30 Panorama 19.05 M jak miłość (s.) 20.50 Europa da się lubić... (talk show) 21.45 Przystanek praca (mag.) 22.00 Panorama 22.20 Sport telegram 22.35 997 (mag.) 23.10 Spokojny żywot (film pol.) 0.00 Copa America (mecz Wenezuela - Boliwia).

■ TV KATOWICE

6.50 Przegląd gospodarczy (mag.) 7.15 Telezakupy 7.45 Aktualności 8.00 Z krukiem w herbie (mag.) 8.45 Gość dnia (wywiad) 9.00 Podstawy gry na perkusji (felieton) 9.15 Gitarowe ABC (felieton) 9.40 Rodzina Hartów na Dzikim Zachodzie (s.) 10.45 Podwodna Polska (rep.) 11.15 Gość dnia (wywiad) 11.45 Ponad granicami (pr. public.) 12.15 To jest temat (rep.) 12.35 Gwiazdy Hollywoodu (s. dok.) 13.50 Agrobiznes (mag.) 14.00 Od niedzieli do niedzieli (pr. public.) 14.45 ZUS radzi (mag.) 15.00 Tajemnica Sagali (s.) 15.45 Gramy dla Was 16.00 Z krukiem w herbie (mag.) 16.15 Aktualności 16.45 Rozmowa dnia (pr. public.) 17.00 Przegląd gospodarczy (mag.) 17.50 Wizytówki (mag.) 18.00 Aktualności 18.20 Wiadomości sportowe 18.30 Kurier kulturalny 18.45 Sport w TV Katowice 19.30 Telezakupy 19.45 Rozmowa dnia (pr. public.) 20.00 Telekurier (mag.) 20.55 Echa dnia (pr. public.) 21.15 Eurotel (mag.) 21.30 Kurier gospodarczy 21.45 Aktualności 21.55 Wiadomości sportowe 22.00 Porozmawiamy (pr. public.) 22.15 To jest temat (rep.) 22.45 Kurier sportowy 23.05 Piękna nieznajoma (film pol.) 0.35 WuWuA (mag.).

■ POLSAT

6.00 Piosenka na życzenie 6.45 TV Market (mag.) 7.00 Przygody Jackie Chana (s.

anim.) 7.30 Benny Hill (pr. rozryw.) 8.00 Ally McBeal (s.) 8.55 Rodzina zastępcza II 9.25 Zostać miss (s.) 10.30 Idol (pr. rozryw.) 11.30 Najzabawniejsze zwierzęta świata 12.00 Lęk wysokości (film USA) 13.45 Pokemon (s. anim.) 14.15 Benny Hill (pr. rozryw.) 14.45 Awantura o kasę (teleturniej) 15.45 Informacje 16.10 Exclusive - najciekawsze historie świata 16.30 Działki noszy (s.) 17.00 Ally McBeal (s.) 18.00 Rodzina zastępcza (s.) 18.30 Informacje Sport 19.00 Zostać miss (s.) 20.00 Działko od noszy (s.) 23.00 Biznes Informacje 23.25 Bumerang (pr. public.) 23.35 Bez przedawnienia (mag.) 0.30 Gala sportowa walki 3.00 Muzyka na BIS.

■ TVC 1

5.05 Adresat TVC 5.25 Zaginione dzieci 5.59 Dzień dobry z TVC 8.30 Ulica Szamowka II 9.00 Powrót Arabelli (s.) 9.30 Królestwo dzikiej natury (s. dok.) 10.00 Wiadomości 10.05 Chalupa (s.) 10.50 Film o filmie: Lepiej później niż później 11.05 Everwood II (s.) 12.00 Wiadomości 12.25 Szansa for i in. (s. dok.) 13.25 Magazyn chrześcijański 14.00 Wiadomości 14.05 Nie zaskanawiaj się i kręć! 14.30 Poszukiwanie zaginionego czasu 14.50 Uśmiechy J. Wimmera 15.30 Etykieta 15.40 Adresat TVC 16.00 Wiadomości 16.05 Ciocia (s.) 17.10 Półpokrywką (mag.) 17.30 AZ-kwiz (teleturniej) 17.55 Prognoza pogody 18.00 Wiadomości regionalne 18.30 Świat rekordów Guinnessa 18.57 Losowanie 10 szczęśliwych 19.00 Wieczorynka 19.15 Wiadomości 20.00 O zaginionej miłości (s.) 21.00 Podróżomania 21.30 Zwierzenia identycznych bliźniąt (dok.) 21.45 Reportery TVC (reportaże) 22.30 Wydarzenia, komentarze 23.08 Bramki, punkty, sekundy 23.15 Losowanie 10 szczęśliwych 0.05 Głaz podziela się ta stara piosenka 0.50 Szansa wy rybki 1.20 Sport w świątynie 1.55 Time out 2.20 Paddock 2.35 Zaginione dzieci 3.00 Bez ogródek 3.30 Filmopolis 4.25 Hrabata dla trzech.

■ TVC 2

5.05 Działka 5.25 Pytania Václava Moravca 6.10 Bez ogródek 6.45 Wiadomości TVS 7.00 Ćwiczenie z TVC 7.10 Roman pani Operetki 7.55 Panorama 8.30 City Folk Helsinki (s. dok.) 9.00 Dzień dobry z TVC 11.25 AZ-kwiz 11.50 Po czesku 12.00 Euronews 12.30 Przygody z móż południowych (s. dok.) 12.45 Czeskie galerie i muzea 13.00 Pierwsza pomoc 13.10 Współzycie narodów i narodowości na Słowacji (s. dok.) 13.35 Łódzie, które tworzyły historię (s. dok.) 14.30 Czarownica w rodzinie (film szwedz.) 15.55 Sposób na nia z zagranicy 16.00 Skarby świata (s. dok.) 16.15 Europa dzis 16.45 Sport i świat 17.25 Wielki wóz 17.55 Panorama Islandii (dok.) 19.00 Teleskop (dok.) 19.15 Wiadomości w języku migowym 19.30 Time out 19.40 Paddock 20.00 Wielki losy XX wieku (s. dok.) 20.55 Klub filmowy wyrwane z pamiętnika 23.55 Klub Panamski (dok.) 0.50 Terra Musica 1.00 Kultura alternatywna 2.25 Wydarzenia i komentarze 3.00 Blok kursów językowych 4.00 Worldnet.

■ NOVA

8.30 Zwierzęta w dzikiej naturze II (s. dok.) 9.25 Matlock VI (s.) 10.20 To morzenie napisała X (s.) 11.05 Dempsey i Makgovern (s. dok.) 11.55 Prawdziwa miłość i niesamowite Odwet (s.) 13.35 Namietnięty i niezadowolony (s.) 15.15 Zaginiony (s.) 14.30 Smallville (s.) 15.15 Zaginiony świat (s.) 16.05 Milagros (s.) 17.00 Dzień Walker, Texas Ranger IV (s.) 18.20 Prognoza za pogody 18.30 M.A.S.H. (s.) 18.35 Wam to? (teleturniej) 19.30 Wiesz, jak to sport, pogoda 20.00 Na sukces - Hitta Ból dalová 21.00 Anakonda (film USA) 22.45 W imię ojczyzny (film USA) 23.00 Ludobójstwo: Życie w mieście (s.).

■ PRIMA

8.00 T.J. Hooker (s.) 8.55 Magazyn (s. dok.) 9.25 Wspaniały świat (s.) 11.25 Prima jazda 12.15 Sokołowie (s.) 13.05 Szympan Charly (s.) 14.00 Domowa V (s.) 14.30 Krok za krokiem 14.55 Melrose Place V (s.) 15.50 Słowa II (s.) 16.50 Ostry dyżur III (s.) 17.40 Działo 18.43 Wiadomości regionalne 18.50 Prima TV 18.50 Młoty tygodnia 19.00 Prognoza pogody 19.00 Wiadomości regionalne 19.45 Tescoma Prima chochla 19.45 Bugs Bunny i przyjaciele (s. anim.) 19.55 Jula Jula 20.00 IV (s.) 21.30 Morderstwa w Midsomer (film br.) 23.20 Ciernie 0.03 Narkotyki (film br.) 0.05 Policja z Palm Beach (s. anim.) 0.35 Wygrana 2.50 Świat według Bundy (s.) 4.35 Sauna.

Mijają dni, już lata mijają,
lecz wspomnienia i smutek wciąż pozostają.

Dnia 12. 7. mija 10. rocznica śmierci naszej Kochanej Córki, Mamy, Babci, Siostry, Szwagierki

śp. **WANDY MECOWEJ**

z domu Mrózek z Milikowa. O chwilę wspomnień proszą najbliżsi. GL-317

Dzisiaj 10. 7. 2004 mija 14. rocznica śmierci Naszej Ukochanej Córki i Matki

śp. **HALINY HILA-ŠVANDELIK**

z Orłowej Lutyni. O chwilę cichych wspomnień proszą matka, syn i najbliżsi. RK-104

Dnia 9. 7. 2004 mija 3. bolesna rocznica śmierci

śp. **MARIANA RAMIKA**

z Karwiny Mizerowa. O chwilę wspomnień proszą żona, córki z rodzinami oraz najbliżsi. RK-114

Kronika Rodzinna



W głębokim żalu pogrążeni zawiadamiamy, że dnia 3. 7. 2004 zmarł w wieku niespełna 80 lat nasz Kochany

śp. **JAN HECZKO**

zamieszkały w Czeskim Cieszynie. Pogrzeb Drogiego Zmarłego odbędzie się w poniedziałek 12. 7. 2004 o godz. 13.00 z kościoła ewangelickiego na Niwach w Czeskim Cieszynie. Zasmucona rodzina. AD-086

Zawiadamiamy z żalem, że w dniu 6 lipca 2004 roku zmarł w Londynie w wieku 84 lat

śp. **ALFRED PALMI**

urodzony w Pietwałdzie. Młodość przeżył w Rychwałdzie, w czasie wojny znalazł się w Anglii, gdzie został na stałe. W latach 90-tych wielokrotnie odznaczony przez polskie władze za swoją działalność na obczyźnie. Był hojnym sponsorem PZKO i innych organizacji polskich na naszym terenie. Zarząd MK PZKO w Rychwałdzie. GL-321

POLAKÓW SPOSÓB NA DOBRE WAKACJE

Kompetentna informacja

OSTRAWA (mro) – Bardzo przydatną w planowaniu wakacji przez obywateli polskich może okazać się już ósma edycja publikacji Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP pt. „Polak za granicą 2004”. Książeczkę wydała Agencja Informacji i Inwestycji Zagranicznych.

Chodzi o przewodnik po krajach i regionach, który uwzględni podstawowe informacje na temat specyficznych uregulowań prawnych, odmiennych od polskich obyczajów oraz tradycji religijnych. Podane są praktyczne wskazówki na temat obowiązujących norm zachowania w danych kra-

jach oraz dotyczące spraw wizowych, ubezpieczeń czy ubezpieczeń. Wyszczególniono też niebezpieczne dla turystów rejony. Publikacja powstała dzięki bogatemu doświadczeniu pracowników polskich placówek dyplomatycznych i konsularnych na całym świecie.

Jak poinformował „GL” Piotr Czarkowski, konsul Konsulatu Generalnego RP w Ostrawie, nadejścia książeczki „Polak za granicą” spodziewają się nad Ostrawicą w każdej chwili. Póki co zainteresowani mogą korzystać z internetowej wersji poradnika na adresie www.ms.gov.pl.

Na Filipkę 18 lipca

NYDEK (ga) – Tradycyjny Festyn na Filipce odbędzie się dopiero w niedzielę 18. lipca. Informację, jakoby miał przebiegać już tydzień wcześniej (błędna data mają na przykład wyznaczoną w swych planach wycieczek na br. członkowie Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Sportowego Beskid Śląski.), sprostował jeden z organizatorów **Bronisław Kulig**. Festyn zaczyna się o 14.00. Na uczestników czeka bogata kuchnia domowa. Początki tradycji festynowej sięgają drugiej połowy lat czterdziestych

minionego stulecia. W pierwszych latach odbywały się w części Nydku Kolybiska, dopiero później przesunęto je na Filipkę. Filipka to uroczyste miejsce w Beskidach, gdzie stykają się granice trzech gmin – Nydku, Nawsia i Gródka. W miejsce trójstrzemu został umieszczony kamień, na którym jest ten fakt zaznaczony. W 1996 roku Filipkę wybrali sobie czescy filmowcy do nakręcenia niektórych sekwencji filmu Sierota spod Radhoszcza (Sirotek z pod Radhoště).

Poszukują zdjęć i informacji

REGION (db) – W wielu zaolziańskich domach znajduje się polsko-czeska publikacja „Olza – od źródeł po ujście” wydana przez Stowarzyszenie Wydawców Regionalnych. Do tej pracy nawiązuje pozycja „Okolice przełęczki beskidzkiej” poświęcona miejscowości Podbeskidzia (jest jeszcze do nabycia), a obecnie trwają prace nad następnym tomem o Stonawce i jej doływach.

Już w trakcie przygotowań tomu „Okolice przełęczki beskidzkiej” wydawnictwo korzystało z pomocy naszych czytelników. – *Jeszcze raz dziękujemy wszystkim, którzy udostępili nam ciekawe historyczne zdjęcia i podzieliли się z nami swoją wiedzą i wspomnieniami* – stwierdziła I. Cicha. – *Obecnie też głoszę o współpracy czytelników „Głosu Ludu”.* Dodajmy, że chodzi o mieszkańców takich miejscowości, jak Ligotka Kameralna, Rzeka, Śmiłowice, Gnojnik, Trzyceń, Trzanowice, Cierlicko itd. aż do Karwiny Sowińca, gdzie Stonawka wpada do Olzy. Wszystkich posiadaczy historycznych zdjęć lub ciekawych informacji z tych miejscowości autorka prosi o kontakt telefoniczny pod nr 558 746 127 lub 776 639 360.

redakcyjnej Prochy

W rubryce tej publikujemy materiały nadesłane przez czytelników, wyrażające ich opinie, poglądy i przekonania. Redakcja zastrzega sobie prawo do dokonania skrótów.

Jak nas widzą

29 czerwca miałam okazję być gościem jednodniowego wyjazdu polskiego chóru działającego przy czeskosłowackim kościele katolickim pw. Najświętszego Serca Pana Jezusa, którego aktywnym członkiem jest moja siostra Elżbieta. Chór ten, pracujący pod kierownictwem Floriana Poloka, został zaproszony do Piosku na uroczystość z okazji 50-lecia kapłaństwa jabłonkowskiego proboszcza, ks. Eugeniusza Kalischa. Impreza była udana, atmosfera towarzysząca była miła, a otaczająca nas beskidzka przyroda z górami na dalekim horyzoncie były dla mnie nie lada przeżyciem. Choć wychowałam się w Cieszynie, po polskiej stronie, nie znałam Beskidów z tego brzegu Olzy.

Funkcjonariusze służb granicznych byli uprzejmi, aż miło.

Przy drugim przekraczaniu granicy ogarnęła mnie euforia. Pamiętam bowiem, jak bywało w latach 40. i 50. A tu, kiedy zobaczyłam po obu stronach Olzy pięknie odnowione kamienice, kwitnący handel, bardzo się ucieszyłam. Polska i RC są dziś innymi krajami.

Duże brawa należą się też zaolziańskim Polakom – za ich przedsiębiorczość, a przede wszystkim za utrzymywanie polskich tradycji. Tęgo brakuje nam w Ostando na Florydzie, chociaż mieszka nas tam spora grupa Polaków. Właściwie brakuje nam tego w wielu stanach USA, gdzie Polacy mówią, że na podobne imprezy „nie mają czasu”. Szkoda, bo co będą wspominać nasi potomkowie, czym będą się chwalić, co pokazywać?

Gratuluje i życzę wszystkim z waszych osiągnięć w kraju, gdzie obecnie jest wszystko, choć nie wszystkim łatwo się żyje.

Życzę wytrwałości and Good Luck.
MALGORZATA KOVACSIK-LOSIGHT, USA

W kinach

KARWINA - Centrum: Wzgórze (10, 11, godz. 20.00), Męskie sprawy (10-12, godz. 17.45, 12, godz. 20.00). **Kino letnie:** Starsza pani musi zmieścić (10, 11, godz. 21.30). **CZESKI CIESZYN - Central:** Van Helsing (10, 11, godz. 19.00), Pojutrze (12, godz. 19.00). **BYSTRZYCA:** Mistrzowie (11, godz. 19.00).

W na antenie

POLSKIE WIADOMOŚCI: TVC 1 (cz, godz. 18.00), TVC 2 (pt, godz. 7.30). **POLSKIE AUDYCJE:** UKF Ostrawa (17-19 m i Trzyniec 105,3 m, po-pt, godz. 19-19.15, nie: 18.30-19.00).

W terenie

BYSTRZYCA - Klub Seniora przy MK PZKO informuje członków, że odprężni na samochodową wycieczkę do Słowacji odbędzie się 14. 7. o godz. 9.00 z Parku PZKO. **KARWINA RAJ - Klub Seniora** zaprasza członków i sympatyków na spotkanie 13. 7. o godz. 16.00 do Domu PZKO. **OWAGA - chórzyski CHM Sucha i CHM Stonawa!** Wspólna próba 13. 7. o godz. 17.30 w kościele ewangelickim w Suchej Średniej. Zarządy chórow. **PTIS „BŚ”** - zaprasza 18. 7. na festyn na Filipce. Program od godz. 14.00.

Concerty

SUCHA GÓRNA - 10. 7. o godz. 19.00 w Kościele Braterskim odbędzie się koncert chrześcijańskiej grupy młodzieżowej Continental Singers, śpiewającej po słowacku.

W za Olzą

CIESZYN, KSIĘGARNIA PIASTOWSKA, ul. Głęboka: do 31. 8. wystawa fotograficzna Macieja Króla: „Wielki format małych myśli”. Otwarte wt-pt: 9.00-17.00. **GALERIA COK, Rynek 12:** do 12. 7. wystawa prac Katarzyny Pyki „Wymówek i witraż”.

▲ **GALERIA DZIAŁAŃ TWÓRCZYCH KONTAKT**, ul. Ks. Janusza 3: do 31. 7. wystawa fotografii Łukasza Matuszka.

▲ **GALERIA KLATKA**, ul. Bielska 62: do 31. 7. „Dyplomy” - wystawa prac studentów Wydziału Edukacji Artystycznej Instytutu Sztuki filii UŚ w Cieszynie.

▲ **KSIAŻNICA CIESZYŃSKA**, ul. Mennicza 46: do 27. 7. wystawa „Cieszyńscy legionści”. Otwarte po-śr, pt: 8-15.

▲ **GALERIA BIELSKA BWA**, ul. 3 Maja, Bielsko-Biała: do 1. 8. wystawa „Pamiętka z Wrocławia”. Otwarte: wt-pt: 10-18, so, nie: 10-16.

Wystawy

„CHAGALL” Galeria Zamkowa, Karwina Frysztat: do 5. 9. wystawa obrazów i grafiki Vladimira Komarka. Otwarte wt-nie: 9-18.

MUZEUM ZIEMI CIESZYŃSKIEJ - sala wystaw Muzeum w Cz. Cieszynie, Hlavní tř. 3: do 31.12. wystawa „Nauczyciele, patrioci, historycy...”. Otwarte wt-pt: 9-17, so: 9-13, nie: 13-17.

▲ **MUSAION, Hawierzów, Dělnická 14:** do 31. 10. wystawa „Guziki i perełki”. Otwarte wt-pt: 9-17, so: 9-13, nie: 13-17.

▲ **MUZEUM TRAGEDII ŻYWCICKIEJ, Hawierzów Żywocice:** do 10. 1. 2005 wystawa „Święci i święte w malarstwie ludowym na szkło”. Otwarte wt-pt: 9-17, so: 9-13, nie: 13-17.

▲ **KOTUŁOWA DRZEWIONKA, Hawierzów Błędowice:** „Mieszkanie ludowe i tradycje rolnictwa w Cieszyńskiem”. Otwarte wt-pt: 9-17, so-nie: 13-17.

▲ **JABŁONKÓW, Rynek Mariacki 14:** do 30. 9. wystawa „Rzeźbiarstwo ludowe w Cieszyńskiem”. Otwarte wt-pt: 9-17, so: 9-13, nie: 13-17.

▲ **INTERKLUB, Karwina:** do 11. 7. wystawa „Zamki i twierdze w starej grafice”. Otwarte wt-pt: 9-17, so: 9-13, nie: 13-17.

▲ **ORŁOWA MIASTO, Stary rynek 74:** do 17. 1. 2005 wystawa obrazów ze zbiorów Muzeum Ziemi Cieszyńskiej. Otwarte: wt-pt: 9-17, so-nie: 9-13.

▲ **MUZEUM TECHNIKI w Pietwałdzie:** do 27. 2. 2005 wystawa „Od

gęsiego pióra do PC”, do 31. 12. wystawa „Widokówki z Pietwałdu i okolicy”. Otwarte wt-pt: 9-17, so: 9-13, nie: 13-17.

Oferty

MALOWANIE DACHÓW I ELEWACJI bez stawiania rusztowania. Firma Balicki nr. tel. 558 742 469. AL-057

MALOWANIE, LAKIEROWANIE i in. prace malarskie, tel. 603 854 651 - jakościowo i tanio. GL-314

Zatrudnienie dla absolwenta wydziału plastyki lub grafiki

W studio graficznym firmy reklamowej **RADIAN w Hawierzowie**. Zainteresowanie oraz krótkie CV prosimy wysłać do 30. 7. br pod adres: krygiel@radian.cz. Blizsze informacje - w odpowiedzi pocztą elektroniczną. GL-320

FIRMA HANDLOWA poszukuje osoby na stanowisko dyrektora handlowego swojej filii w Cieszynie.

Warunki:

- ◆ Wykształcenie wyższe lub średnie
- ◆ Doskonała znajomość języka polskiego w piśmie i mowie
- ◆ Praktyka w branży handlowej
- ◆ Umiejętność negocjacji z międzynarodowymi sieciami
- ◆ Obsługa komputera
- ◆ Prawo jazdy, elastyczność

Pisemne oferty należy kierować do redakcji do 15. 7. włącznie.

Kamieniarstwo WRZOS NAGROBKI

Bezpośredni importer granitu

Oferujemy wzornictwo czerpane z najlepszych tradycji kamieniarskich. Wiele nowości na rynku czeskim. Bardzo niskie ceny, przyjeżdżamy również do klienta na pomiar. Mieszkamy na tej samej Ziemi Cieszyńskiej.

Siedziba firmy:

Haziłach, ul. Cieszyńska 18
tel: +48 606 452 479
tel: +48 338 567 377
4 km od granicy w Boguszowicach.

Filia:

Goleszów, ul. Grabowa 4
3 km od granicy w Lesznej.

Ogłoszenia do „Głosu Ludu” przyjmowane są w dni powszednie:
w godz. 8.30-15.30 w redakcji „Głosu Ludu” przy ul. Komenského 4, Czeski Cieszyn;
w godz. 8.00-16.00 w biurze firmy AD SERVIS, ul. Střelnická 18, Czeski Cieszyn;
w godz. 9.00-17.00 w księgarni Klub Polskiej Prasy i Książki, ul. Čapka 7, Czeski Cieszyn;
w godzinach otwarcia w Odd. Literat. Pol. Biblioteki w Karwinie Frysztat (przy rynku);
e-mail: ogloszenia@glosludu.cz.

NA BESKIDZKIM SZLAKU

Stożek

Schronisko na Stożku (na zdjęciu) służy miłośnikom gór już od roku 1922. Znajduje się po polskiej stronie przebiegającej grzebień góry granicy państwowej. Turystom może zaferować dania gorące, a także aż 50 miejsc noclegowych w dwu-, cztero-, sześć-, ośmio-, dziesięcio- i szesnastoosobowych pokojach. Od schroniska rozciąga się piękny widok na dolinę Wisły oraz okoliczne góry. Ciekawe pejzaże można również oglądać z niedalekiego szczytu (978 m n. p. m.).

Na Stożek można udać się jednym z kilku szlaków turystycznych. Na przykład od dworca kolejowego w Jabłonkowie - Nawsiu trzeba przejść najpierw kilometr szlakiem zielonym, potem kolejne cztery kilometry szlakiem żółtym, prowadzącym przez jabłonkowską dzielnicę Radwanów na Groniczek. Z Groniczka na Stożek

prowadzi szlak niebieski, ten odcinek liczy niecałe dwa kilometry. Turysty, którzy wyruszą od przystanku kolejowego w Gródku, muszą natomiast pokonać najpierw Filipkę (4,5 km po szlakiem zielonym). Potem muszą przejść 1,5 km szlakiem czerwonym, by w końcu ostatniego 0,5 km wędrować szlakiem niebieskim. Kto zdecyduje się dotrzeć na Stożek z Nydku Kolybisk, ma do pokonania cztery kilometry (szlakiem zielonym 2,5 km i szlakiem żółtym 1,5 km).

Do schroniska można oczywiście dojść także z polskiej strony, konkretnie z Wisły. Najkrótszy szlak - zielony, o długości około czterech kilometrów, rozpoczyna się przy dworcu kolejowym Wisła - Głębcze. Z kolei szlak żółty, o długości około dziewięciu kilometrów, prowadzi z Wisły Dziechcinki. Na Stożku funkcjonują dwa przejścia turystyczne. Pierwsze znajduje się koło schroniska, drugie na Małym Stożku.

Tekst i zdjęcie
CZESŁAW GAMROT



Krzyżówka

Pozio: 1. przez zbójców zakopany 7. trujący pierwiastek 10. wilcza paszcza 11. krzyżówkowa papuga 13. coś stworzył 15. przypomni ci coś 16. pomór 18. koniowaty „aresztant” 20. kwitek na nabytek 24. ważniejszy od watażki 25. „Czarownicy z Eastwick” wymyślił 26. hinduista 27. przysnć dla malucha 28. nowy fragment tekstu 29. fajeczka Czarnej Błyskawicy 33. bluzka noszona na spodnicy 36. zbroja włoska 39. też mnich 40. do wróbla podobny 41. niejadek 42. na Madziarach miał co do powiedzenia 43. mini porcja energii 44. lokum poczwarki.

Pionowo: 1. z czaszki zdarty 2. krzyżówkowa ryba 3. na oścież otwarta 4. peklowana i wędzona 5. tłum nieprzebrany 6. czyn 7. Winnetou 8. generalny 9. mocz wytwarza 12. hetmana zastępował 14. konia tam dosiadziesz 17. ubikacja dla wojaka 19. żalobny utwór kościelny 20. resztką drzewa 21. „Weselowy” młodzieniec 22. sługa rabiego Löwa 23. oplatek migdałowy 30. umartwia swoje ciało 31. Rosję i Chiny dzieli 32. z rodziny kamieni szlachetnych 33. Agfie konkuruje 34. rozszczerkane stado 35. elew 36. grat wiele wart 37. ptak na święto Dziękczynienia 38. konia nim schwytasz.

Opr. JO

1	2	3	4	5	6	7	8	9
		10						
11		12				13	14	
	15							
16	17					18		19
		20	21	22	23			
24					25			
		26						
27						28		
		29	30	31	32			
33	34	35				36	37	38
	39							
40						41		
		42						
43						44		

Rozwiązanie krzyżówki z 3 lipca 2004:

Pozio: 1. ANTRACYT 6. DOGMATYK 11. PI 12. BA 13. GRANIASTOSŁUP 15. ODRA 16. NORA 17. CIELEŃCINA 19. BOCZEK 20. ANDHRA 21. PRIAM 24. OKOSTNA 25. OPONENT 26. WSYPA 29. BORSUK 31. PENSJA 33. ROZSADNIK 34. OSEP 36. GWAR 37. WIKLINIARSTWO 38. AR 40. IP 41. BRUNETKA 42. DOKŁADKA

Pionowo: 1. APLOMB 2. NI 3. RURA 4. CENNIK 5. TRAWLER 6. DOTACJA 7. GĘSINA 8. ALUN 9. YB 10. KANADA 13. GROCHODRZEW 14. POCHLEBSTWO 17. CENTAUR 18. ANIOŁEK 21. PAW 22. IDY 23. MOA 27. SASANKA 28. PODJAZD 29. BAOBAB 30. KOTLET 31. PIASEK 32. ATRAPA 35. PION 36. GWDA 39. RR 40. IK

Wydarzenia Sportowe

Trzyńczenie w pełni przygotowań

Trzeciogigowi piłkarze Futbolu Trzyńnic rozpoczęli przygotowania do nowego sezonu w piątek 1. lipca. - *Treningi wznowiliśmy po kilkunastodniowej przerwie - powiedział trener drużyny Zdeněk Dembinny. - W ramach kilkunastu zajęć podbudowaliśmy kondycję fizyczną, teraz powoli przykładamy się do szlifowania techniki rozwijania różnego rodzaju wariantów gry. Podczas treningów i meczów sparingowych będziemy mogli korzystać z bardzo dobrze przygotowanych boisk okolicznych klubów. W kadrze brakuje Sochory, który powrócił do Banika Olbrachcice. Pod Jaworowym na razie nie trenują ani Jakus i kapitan drużyny Kubik (Pierwszy występował w Trzyńcu na zasadzie wypożyczenia z Liberca, drugi z Banika Ostrawa). Obaj zawodnicy przechodzą testy w innych drużynach. Jeżeli się nie sprawdzą, powrócą do Trzyńca, ponieważ w ub. dniach działacze drużyny w sprawie ich pozyskania doszli*

do porozumienia z kierownictwem Liberca ewentualnie Banika Ostrawa. Z gościnnych występów powrócili Hudzieczek i Komár (Bystrzyca) oraz Groš (Cz. Cieszyn). - *Z drużyny seniorów przygotowuje się kilka utalentowanych juniorów, dla których jest to pierwszy kontakt z dorosłą piłką. Zabiegamy o to, by kadra drużyny doznała minimalnych zmian. Pozyskiwanie nowych graczy zależeć będzie od tego, kto z piłkarzy pożegna się z naszym zespołem. Ostateczny skład - wyjaśni Z. Dembinny. Od nowego sezonu jego asystentem będzie Jan Berešik (ongis piłkarz Trzyńca i Zyliny), trenujący ostatnio w trzeciogigowych drużynach na Słowacji. W okresie przygotowawczym Futbol Trzyńnic rozegra 11 spotkań sparingowych - dziś pierwszy mecz w Kysuckim Nowym Mieście. 13.7. w Hluczynie (godz. 17.00), 17.7. turniej w Piotrowicach (Banik „B” Witkowiec i gospodarze), 20.7. Lednické Rovné (17.00, w Śmitowicach albo Niebo-*

rach), 24. 7. z Witkowicami (10.15 w Nieborach), 27.7. w Lednické Rovném, 1.8. w Dzieńmorowicach (16.30 - 1. runda Pucharu ČMFS), 3.8. w Karwinie (17.00), 7.8. z Orłowa (10.15, na Stadionie Miejskim). (mz)

Sport polski

□ Polski piłkarz Maciej Bykowski podpisał w czwartek 3-letni kontrakt z mistrzem Grecji Panathinaikosem Ateny. Były zawodnik ostatnio bronił barw OFI Kreta. W ub. sezonie w 14 spotkaniach strzelił 3 gole. Nowy klub 27-letniego napastnika będzie w tym roku występował w rozgrywkach Ligi Mistrzów.

□ W inauguracyjnym spotkaniu Grand Prix w japońskim Kawasaki polskie siatkarki przegrały z Rosją 0:3 (12:25, 22:25, 17:25). Polki zagrały bez kontuzjowanej Kamili Frątczak, a z powodu kontuzji do Japonii nie pojechały także Glinka i Świeniewicz.

UKSZTAŁTOWAĆ SWOJE CIAŁO ZGODNIE Z ZAMIERZENIAMI

Siła i piękno mięśni

Zalicza się do zawodników, którzy swym uporem i determinacją w dążeniu do celu stali się wzorem dla innych - nie tylko w sporcie ale również w życiu. Najbardziej jednak jest ceniona za to, że pomimo sukcesów i popularności pozostała skromna. Mowa o bogumińskiej kulturystce, a zarazem „Osobistości roku 2003” tego miasta, DARINIE KAŃA, z którą rozmawiamy o jej sportowej karierze.

Co zdecydowało o wyborze kulturystyki?

Moje pierwsze kontakty sportowe dotyczyły innych dyscyplin. Jako kilkunastoletnia dziewczyna interesowałam się siatkówką i koszykówką, później zakończyłam się w tenisie. I właśnie ten sport, a raczej okoliczności z nim związane, zdecydowały o mojej przyszłości. Na kortach była bowiem siłownia. Nie było jednak nikogo, kto by ją prowadził. Postanowiłam więc zrobić kurs instruktora fitness. I tak wszystko się zaczęło.

Instruktor fitness i udział w zawodach kulturystycznych. Nie bardzo rozumiem...

Na zajęcia, które prowadziłam w bogumińskiej siłowni, przyszedł raz Stanisław Peśat, prezydent Związku Kulturystyki i Fitness RC. Zobaczył mnie podczas ćwiczeń i powiedział: dziewczyno, masz fantastyczne predyspozycje do uprawiania kulturystyki. Daj się namówić, potrenuj jeszcze trochę... W kilka miesięcy po naszej rozmowie startowałam już w międzynarodowych zawodach w niemieckim Chemnitz. Uplasowałam się na 1. miejscu, zostałam też w dodatku absolutną zwyciężczynią we wszystkich kategoriach. Było to w 1993 roku, miałam wtedy 32 lata.

Wydawać by się mogło, że kto ma zgrabną, wysportowaną sylwetkę i trochę poćwiczy, może od razu uczestniczyć w zawodach. Chyba jednak tak nie jest? W jaki sposób przygotowuje się Pani do najważniejszych startów?

Cały cykl przygotowawczy trwa od 3 do 4 miesięcy, ściśle przygotowania rozpoczynam jednak trzy-cztery tygodnie przed zawodami od utrwalenia zdobytej masy mięśniowej, poprzez ograniczenie w diecie. Niedopuszczalne w tym czasie są wysoki jedzeniowe, nie mogą sobie pozwolić np. na obiad w restauracji. Oprócz diety niskotłuszczowej, o wysokiej zawartości białka, stosuję odżywkę wysokobiałkową, zestaw minerałów, odżywkę węglowodanową, aminokwasy, glutaminę i kreatynę. Przez cały okrągły rok wystrzegam się też podjadania, szczególnie zbędnych kalorii. Jadam często i w małych ilościach, z naciskiem na jakość posiłków.

W praktyce wygląda to tak, że podczas przedzawodowej diety, która stanowi 80 proc. sukcesu, jem tylko ciemny ryż, z mięsa chudą cielęcinę, piersi kurczaka lub indyka z wody oraz warzywa. Dwa dni przed zawodami wyłącznie ryż i batoniki z ryżu. No i oczywiście dozwolone *wspomagacze*. Trzeba dodać, że kulturystyka jest kosztowną dyscypliną. Mam to szczęście, że sponsorzy (opawski Klub Kulturystyki oraz bogumińska „Bochemia”) finansują częściowo wyjazdy na zawody i wspomniane suplementy.

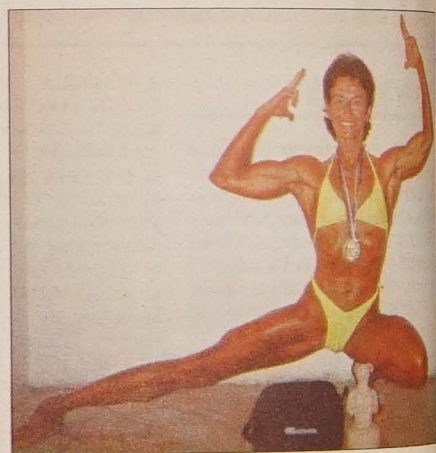
Oprócz diety zwiększam czas treningu w siłowni do godziny dziennie, cztery razy w tygodniu.

Co sądzi Pani o dopingu w kulturystyce?

Problem ze sterydami w kulturystyce był, jest i będzie, tak samo jak w innych dyscyplinach sportu. A to, czy ktoś ich używa, to wyłącznie jego sprawa, każdy ma swój rozum. Sama nie stosuję dopingu.

Co składa się na sukces sportowy w kulturystyce?

Najważniejsza jest rzetelność i systematyczność. Należy wytężyć sobie konkretne cele i za każdym razem konsekwentnie dążyć do ich pełnej realizacji. W kulturystyce ważne są też predyspozycje genetyczne warunkujące budowę sylwetki. Jeżeli na zawodach spotkają się zawodnicy tak samo ciężko pracujący i odżywiający się, to medal zdobędzie kulturysta obdarzony najlepszymi predyspo-



Darina Kańa prezentuje swoją sylwetkę na ME w Portugalii. Fot. z archiwum Dariny Kańa

Sędziowie oceniają całą sylwetkę: jej symetrię, szerokość barków do bioder, długości tułowia do nóg, jak na konkursie piękności. Potem siedem poz obowiązkowych, w których główną rolę grają poszczególne mięśnie - ramię, klatki piersiowej, pleców, barków, nóg i brzucha.

Występowanie na scenie wymaga szczytowej formy gotowości do zademonstrowania swojej fizycznej perfekcji i detali ciała. Sposób pokazania się na scenie może się różnić od innych dyscyplin, gdzie występ podlega regulacjom gry lub pewnym manewrom, zawody kulturystyczne wymagają stałego prezentowania się. Od momentu wejścia na scenę do chwili jej opuszczenia. Cały czas trzeba występować. Sędziowie i publiczność obserwują bez przerwy.

Uczestniczy jednak pani w zawodach nieraz w odległych miejscowościach, ba nawet krajach. Mąż i córki zdążyli się już przyzwyczaić do tego, że ich mamy nie będzie kilka dni w domu?

Mąż zdawał sobie sprawę z tego, że będzie musiał na siebie przejąć niektóre *babskie* obowiązki, i przede wszystkim zająć się dziewczynkami, kiedy ja będę wyjeżdżała na zawody. Od samego jednak początku był dla mnie oparciem. W tym samym oparciu, w dodatku na wszystkie niemal zawodowe wyjazdy. Dziś wiem, że to jego zrozumienie nie dałoby mi się. Ważne jest również to, że mąż i obie córki dopingują mnie i cieszą się z moimi sukcesami nie mniej niż ja. Ponadto uprawiam kulturystykę amatorską, w każdej chwili mogłam zakończyć swoją karierę. I na pewno bym tak zrobiła, gdyby jej uprawianie miało zaważyć na moim małżeństwie.

Co chciałaby jeszcze Pani osiągnąć w kulturystyce?

Jest ona dla mnie sposobem na życie. Satisfakcją jest dla mnie i cieszą medale, jestem wdzięczna za każdy sukces. Spełnieniem moich marzeń byłoby jednak zdobycie medalu na tegorocznych MŚ w kulturystyce. Medale, które odbędą się w październiku w Opawie. A poza tym w kulturystyce nie ma ograniczeń wiekowych. W tym roku kończę 43 lata i wiem, że moja kariera, o ile wspaniale się skończy, będzie zgodna z planami, jeszcze się nie kończy.

NAJWIĘKSZE SUKCESY:

- Maj 2001 - 1. miejsce na MR (Orłowa)
- Grudzień 2002 - 4. miejsce na MŚ Masters (Portugalia)
- Maj 2003 - 1. miejsce na MR (Ostrawa)
- Wziesień - październik 2003 - półfinały na MŚ (Hiszpania)
- Grudzień 2003 - 4. miejsce na MŚ Masters (Wyspy Kanaryjskie)
- Maj 2004 - 1. miejsce na MR (Praga)
- Czerwiec 2004 - 8. miejsce na ME (Portugalia)

- 6-krotna mistrzyni Moraw
- 5-krotna mistrzyni Pn. Moraw i Śląska
- Mistrzyni Europy w kulturystyce grupowej