

GAZETA POLAKÓW W REPUBLICIE CZESKIEJ

GŁOS LUDU

SOBOTA 7 MARCA 1998 ROKU

TEL./FAKS (069) 66 07 252

NR 28 ♦ CENA 4,- Kč

POLSKA - CZECHY:

Wspólnie do NATO i Unii Europejskiej

Wspólna droga do NATO i Unii Europejskiej, współpraca obu krajów z Ukrainą, Rosją i krajami bałtyckimi oraz wymiana doświadczeń w pojedynkaniu się z Niemcami - o tych sprawach będą rozmawiać prezydenci RP i RC, Aleksander Kwaśniewski i Václav Havel podczas rozpoczynającej się w poniedziałek 3-dniowej wizyty oficjalnej prezydenta RC w Polsce. Będzie to pierwsza oficjalna wizyta zagraniczna V. Havela po ponownym jego wyborze na urząd prezydenta.



▲ Dział kolejna premiera Sceny Polskiej Teatru Cieszyńskiego. W reżyserii Jerzego Batoryńskiego zespół wystawi „Anię z Zielonego Wzgórza” L. M. Montgomery. Kostiumy i scenografię zaprojektowała Małgorzata Komorowska, wykładowca krakowskiej ASP, znana z przepięknej scenografii do „Domu kobiet”. Muzykę skomponował Krzysztof Maciejowski, młody artysta z Bielska-Białej. Na zdjęciu (od lewej): Halina Pasekwa, Gabriela Fabian, Ryszard Pochroń i Małgorzata Piha. Fot. WIESŁAW PRZECZEK

KONKURS PIOSENKI JUŻ POD KONIEC MAJA Kto chce śpiewać?

CZ. CIESZYN (kor) - Któż z nas nie pamięta Festiwalu Piosenki Polskiej, które w latach 60. odbywały się w Lesznej Dolnej i Trzyńcu, od roku 1971 zaś w Karwinie, a podczas którego stawali w szranki nie tylko młodzi wokaliści z Zaolzia, ale z całej prawie ówczesnej Czechosłowacji? Niestety, w roku 1991 odbyła się jego ostatnia edycja.

Wicyprez Zrzeszenia Śpiewaczo-Muzycznego Józef Wierzoń powiedział redaktor „GL”, że co prawda Zrzeszenie często powróciłoby do tamiej tradycji, główną przeszkodą jest wszakże brak środków finansowych, w tym także na honoraria dla dużej orkiestry. Dlatego trzeba pomyśleć o innych rozwiązaniach. Jednym z nich mógłby być Konkurs Piosenki Polskiej, który już po raz drugi organizuje w tym roku Zarząd Główny Związku Polskich Autorów i Kompozytorów (ZAKR).

„Głównym celem konkursu jest nie tylko wyłonienie i promowanie talentów piosenkarzy, ale także pogłębianie kontaktów młodzieży polskiej mieszkającej poza granicami RP z Macierzą” - powiedział J. Wierzoń. „Chodzi o piosenkę rozrywkową, a udział w konkursie mogą wziąć wykonawcy-amatorzy: piosenkarze, duety i zespoły wokalnoinstrumentalne”.

Finał imprezy, która została włączona do programu „Polonia 2000”, odbędzie się w połowie września podczas Międzynarodowego Festiwalu Piosenki „Mały 98” w Białej Podlaskiej. Wcześniej jednak muszą się odbyć eliminacje wstępne i finały w poszczególnych krajach.

Wszyscy chętni, którzy chcieliby uczestniczyć w konkursie organizowanym na Zaolziu, powinni się zgłosić w ZG PZKO przy ul. Strzelniczej w Cz. Cieszynie do J. Wierzoń. Zgłoszenia należy złożyć do 10 kwietnia, a jeżeli zgłosi się dostateczna liczba chętnych, jeszcze na przełomie kwietnia i maja mogłyby się odbyć eliminacje wstępne, które wyłonią zaolziańskich finalistów. Finał mogłyby się odbyć już pod koniec maja, prawdopodobnie na uroczystościach jubileuszowych zespołu „Gama” w Suchej Górze.

Uczestnicy będą musieli w konkur-

POGODA

SOBOTA - Zachmurzenie umiarkowane do dużego, przelotne opady deszczu, w górach - deszczu ze śniegiem. Temperatura w dzień 6-10 st., nocą 5-1 st. C.

NIEDZIELA i PONIEDZIAŁEK - Nadal pochmurno, lokalne opady deszczu. Temperatura maks. w niedzielę 2-6 st., nocą 5-1 st. C.; w poniedziałek nieznaczne ochłodzenie.

GDZIE W KOŃCU ZAMIESZKA MŁODZIEŻ Z ZAKŁADU WYCHOWAWCZEGO?

Cierliczanie na rozstaju

CIERLICKO (wak) - Wiadomość o tym, że w najbliższym czasie do byłej bazy pionierskiej nad aknkiem w Cierlicku miałyby się przenieść podopieczni orłowski Zakładu Wychowawczego dla Młodzieży, poruszyła całą gminę. Zdecydowani przeciwnicy tego przedsięwzięcia podpisują się pod petycją (dotychczas uczyniło tak ok. 90 osób), ci mniej zdecydowani chcieliby całą sprawę załatwić polubownie. Przychodzą do urzędu gminnego na rozmowy lub piszą listy z propozycjami, gdzie ewentualnie mogłyby zamieszkać wychowankowie ośrodka.

Sprawą zajmowało się już na swoich posiedzeniach Przedstawicielstwo Gminne. Po raz pierwszy w styczniu, po raz drugi pod koniec lutego. Nie udało się jednak tym razem Jiřemu Pilařowi, przedstawicielowi ministerstwa szkolnictwa oraz Evie Němečkové, dyrektorze orłowskiej placówki, przekonać obecnych o konieczności przeniesienia podopiecznych z budynku, w którym pejąkają ściany i który już nie nadaje się do remontu. Tylko dwóch z piętnastu radnych zaakceptowało przeprowadzkę.

W trudnej sytuacji znalazła się Lydie Vařkova, starostka Cierlicka. Jako kobieta i matka chciałyby dla wychowanków jak najlepiej. „Dzieciaki muszą się gdzieś podziąć, przeszły już swoje i trzeba im zapewnić godne warunki do życia i nauki” - mówi. Jako starostka musi mieć jednak na uwadze dobro mieszkańców gminy. „Trzeba zrozumieć ich reakcje. W sali budynku przez długie lata koncentrowało się życie kulturalne wsi. Odbijają się tutaj imprezy szkolne, bale...”. Miejsce to oczyszcza też cierliczanie dużym sentymentem. Znajduje się bowiem na brzegu aknu, który zatopił całą wsią - wiadomością historycznej wsi”. Zdaniem L. Vařkovej nie najlepszy okazał się wybór obiektu. „W sezonie letnim właśnie tutaj gromadzą się najczęściej letnicy, zwłaszcza młodzież, która do późnych godzin się zabawia i słucha głośnej muzyki”.

„Nie nasza to wina, że musimy się przenieść w inne miejsce. Po prostu szkody górnicze dały o sobie znać i budynek, w którym mieszka i uczy się

obecnie 55 chłopców w wieku od 11 do 18 lat, leci nam na głowę” - mówi E. Němečková. „Nie przemawiają do mnie argumenty, które padają podczas posiedzenia: «nie nasze to dzieci, więc dlaczego miałyby mieszkać właśnie tutaj», «obiekt wybudowaliśmy w czynie społecznym, więc powinni z niego korzystać mieszkańcy gminy», «obawiamy się, że obecność dzieci naruszy spokój na terenie rekreacyjnym». Absurdalne były też pytania, czy obiekt będzie opłocny lub czy w oknach znajdzie się będą kraty. Nie jesteśmy wzmocnieniem” - dodaje pani Eva. „Jeżeli byśmy tutaj zamieszkali, mieszkańcy gminy mogliby korzystać z naszych

usług. Młodzieży udostępniłobyśmy pracownię - plastyczną i ceramiczną, nasi wychowankowie mogliby bezpłatnie wykonywać we wsi prace porządkowe, psycholog i pedagodzy mogliby otworzyć tu centrum poradnicze, do dyspozycji mieszkańców nadal byłaby sala, w kuchni moglibyśmy gotować obiady dla starszych mieszkańców gminy itd. Nie bez znaczenia jest także fakt, że zatrudniłobyśmy tutaj co najmniej 10 osób”.

„Urząd Szkolny, który jest właścicielem budynku, może pomimo sprzeciwów mieszkańców gminy zdecydować o przeniesieniu ośrodka. Ale ani pracownicy Urzędu, ani ja nie sprwadziłobyśmy dzieci tam, gdzie już na samym początku ludzie byłiby do nich wrogo nastawieni” - dodaje Eva Němečková.

Jaki los czeka podopiecznych orłowskiego Zakładu Wychowawczego, nie wiadomo. Sprawa przeprowadzki nadal zostaje otwarta.

GINNAZJALIŚCI ZMIERZYLI SIĘ Z ORTOGRAFIĄ Karwiniacy górą...

CZ. CIESZYN (kor) - Sławomir Wykręt z klasy I D i Katarzyna Słowik z IV D z karwinińskiej filii Polskiego Gimnazjum w Cz. Cieszynie zdobyli najwięcej punktów i tytuły „Mistrza Ortografii” i „Miss Pravopis” w konkursach ortograficznych z języka polskiego i czeskiego, które przebiegły w tym tygodniu w gimnazjum w Cz. Cieszynie.

Konkursy zorganizowały szkolne komisje przedmiotowe w tym roku po raz pierwszy, organizatorzy mają jednak nadzieję, że staną się one już na dobre tradycją. Uczestnicy konkursów (w polskim 50 osób, w czeskim 61) zmierzali się z ortografią, pisząc dyktanda, w których tekstach aż roiło się od językowych i ortograficznych pułapek. Jak dowiedzieliśmy się od polonistki Lidii Pawlas i Władysława Kubienia oraz bohemistki Miriam Prymus, można powiedzieć, że spali się gimnazjaliści nieźle. Pomimo to jednak dystans tych, co uplasowali się w pierwszych dziesiątkach, od kolegów z ostatnich miejsc był znaczny (niektó-

re prace przypominają istne „czerwone morze”).

„Najbardziej cieszy nas to, że czelowe lokaty zajmowali ludzie, którzy od lat startują w olimpiadach literatury i języka polskiego. Widać też wyraźnie, że najlepszymi wynikami mogą się pochlubić ci, co nie zapominają o dobrej książce” - powiedzieli organizatorzy.

Nagrody wręczył wczoraj mistrzem ortografii w klasie wychowania estetycznego w Polskim Gimnazjum w Cz. Cieszynie dyrektor Alojzy Kruf. W konkursie polskim w pierwszej trójce znaleźli się: 1. Ewa Gorgol (I D)

ciąg dalszy na str. 2

WYSTAWA OBRAZÓW EMILA KONKOLSKIEGO

Debiut w wieku 85 lat

KARWINA (ow) - Sala wystaw im. Josefa Mánesa Miejskiego Domu Kultury w Karwinie-Nowym Mieście przygotowała nie tylko dla miłośników sztuk plastycznych nie lada niespodziankę. W czwartek zagajono tu bowiem wystawę Emila Konkolskiego, plastyka znanego tylko wąskiemu gronu jego rodziny. Jest to więc nie tylko

odkrycie, ale i debiut malarza, który w wieku niespełna 85 lat wystawia swe obrazy po raz pierwszy. Emil Konkolski, bardzo skromny człowiek, pokazuje tu swe karwinińskie motywy, często dokumentując nieistniejące już zakątki i widoki, oraz kwiaty i martwe natury.

Wystawę zwiedzać można do 27 marca br.



- Spothatach starého šezfa!

Rys. BRONISŁAW LIBERDA

JUŻ 50 LAT CZESKOCIESZYŃSKI TEATR LALEK „BAJKA” BAWI, CIESZY, WYCHOWUJE...

Od »Szewczyka« do »Dratewki«

Kilka razy w tygodniu, zawsze wczesnym rankiem, odjeżdża sprzed siedziby ZG PZKO w Cz. Cieszynie samochód - dawniej żółtozielony robur, obecnie już bardziej nowoczesny, „wehikuł” - żeby dotrzeć do tej nawet najbliżej oddalonej od centrum Zaolzia szkoły lub przedszkola... Gdziekolwiek się pojawi, dzieci nie tylko płoszą, ale i czeskie krzyczą od razu: „Kukielki przyjechały!... A chodzi naprawdę o „bańnowy” samochód, wyrusza nim bowiem zawsze do najmłodszych miłośników sztuki teatralnej zespół Teatru Lalek „Bajka”. I kto by pomyślał, że dzieje się tak już od 50 lat i że „Bajka”, wczelnie młody i jedyny poza granicami RP polski profesjonalny teatrzyk lal-

kowy, obchodzi właśnie w tych dniach swoje „złote gody”?

„Tak się dzieje złożyło, że jest to dla mnie rok pełen okrągłych jubileuszy. Bo nie tylko nasz teatr obchodzi 50-lecie, ale przypada w tym roku także srebrna rocznica mojego ślubu, a w dośmaku, kiedy na zawsze związałam się z „Bajką”. Na zawsze, bo już nie potrafię sobie wyobrazić życia bez tego zespołu, bez tych uśmiechniętych i zadowolonych twarzy dzieci...” - tymi słowami przywitała mnie na poddaszu siedziby ZG, popularnie zwanej „Fasalówką”, obecna kierowniczka „Bajki”, Paulek Niedoba.

Siedzimy w przytulnym biurze kie-

rowniczki, wspomniamy, ale pani Paulek zerka co chwila na zegarek - za ścianą bowiem, w odnowionej przed dwoma laty sali, która może pomieścić obecnie 60 młodych widzów, słychać głosy aktorów i reżysera Marka Mrokowickiego. Obchody jubileuszowe przeciąż tuż, trzeba więc „dopinać na ostatni guzik” premierową sztukę - „Królówką Śniegu” Hansa Christiana Andersena. Bo na jubileusz nie może przecież zabraknąć baśni z prawdziwego zdarzenia... Pomimo wszystko jednak snujemy wspomnienia.

Wszystko zaczęło się pod koniec roku 1947 na strychu gimnazjum orłowskiego, a założycielem teatryku,

pierwszym kierownikiem i reżyserem był Ferdynand Król, nauczyciel z Dziełomurów i absolwent przedwojennych kursów lalkarskich w Trokach na Wileńszczyźnie (1937 r.). Pierwsza premiera odbyła się 2 marca 1948 roku w orłowskiej szkole ludowej, a sżło o sztukę Marii Kownackiej „O szewczyku i królowie”. Pod koniec 1950 r. stała się „Bajka” profesjonalnym zespołem ZG PZKO i dysponuje już samochodem, stąd może już wyjeżdżać w najodleglejsze nawet zakątki Zaolzia. F. Król był kierownikiem teatru przez pierwszych 10 lat, latem 1958 roku dochodzi do reorganizacji zespołu, a jego kierownik musi odejść. Zarzucono mi bowiem religijność, niechęć do kolektywizacji rolnictwa, w teatrze natomiast zbyt konserwatyzm...

ciąg dalszy na str. 3

Z PAP-em DOOKOŁA ŚWIATA

Ofiary skargi Forda

Filia koncernu Forda w Niemczech w czasie II wojny światowej korzystała z niewolniczej pracy cywilów z krajów okupowanych przez hitlerowców - oskarża samochodowego giganta pozw wnoszący do sądu w Newark pod Nowym Jorkiem przez jedną z ofiar. Ford nie zaprzecza, że czerpał zyski z przymusowej pracy więźniów nazizmu.

W pozwie, skierowanym przez nowojorskiego prawnika Melwyna I. Weissa w imieniu obywatelki belgijskiej Elsy Iwanowej, stwierdza się, że Ford Motor Comp. w odróżnieniu od większości innych amerykańskich firm w Niemczech, które naziszi znacjonalizowali lub skonfiskowali, utrzymywali 52 procent kontrolnego pakietu akcji filii swego przedsiębiorstwa, pod nazwą Ford Werke. Zakłady te produkowały ciężarówki dla niemieckiej armii i zatrudniały tysiące robotników przymusowo wywiezionych z Rosji, Ukrainy, Włoch i Belgii. Pracowali oni w barba-ryznych warunkach.

Rzecznik Forda oświadczył, że w czasie wojny jego niemieckie zakłady były pod kontrolą nazistów i nie zostały potem konkretno zwrócone. Wyjaśnił, że dywidendy powstałe z zysków nie zostały wypłacone akcjonariuszom, a ich wartość bardzo zmalała wskutek dewaluacji waluty. Nie wspominał jednak, co stało się z zyskami niealiczającymi w poczet dywidendy.

Małżeństwo terminowe

Para z miasta La Coruna w północno-zachodniej Hiszpanii zawarła u notariusza umowę małżeńską na okres dwóch lat z możliwością jej przedłużenia. Dokument przewiduje, że 31-letni José Luis Ferreira i 24-letnia Eva Maria Alverde ocenią stan swoich stosunków w roku 2000, zanim znów notarialnie przedłużą umowę.

Ten nowy rodzaj umowy małżeńskiej został opracowany w 1992 r. przez hiszpańskiego psychologa Jesusa Reiriza, ale zastosowano go w praktyce po raz pierwszy. Para ma pełnię władzy nad losem swego związku, bez interwencji państwa, czy też sądu lub Kościoła - wyjaśnił Reiriz.

Nadzieja w szpiku

Za pomocą szpiku kostnego można zregenerować zanikające mięśnie - stwierdził uczeni włoscy, eksperymentując na zwierzętach. To niespodziewane odkrycie omawia amerykańskie czasopismo naukowe „Science” z 6 bm. Daje ono nadzieję ludziom cierpiącym na dystrofię mięśniową.

Giuliana Ferrari i Fulvio Mavilio z Instytutu Terapii Genowej w Mediolanie oraz współpracujący z nimi Giulio Cosu z Uniwersytetu Rzymskiego, eksperymentując na myszach, wykazali, że komórki szpiku kostnego potrafią wytwarzać nowe włókna w zaatakowanym przez chorobę mięśniu. W ten sposób zostało podważone przekonanie, że mięśnie mogą być regenerowane tylko - przez komórki analogiczne, a inne komórki docierające do mięśnia przez krwiobieg, np. ze szpiku kostnego, nie wpływają na regenerację tych mięśni.

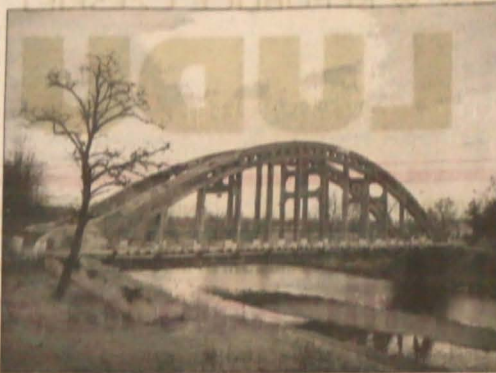
Biolog Terry Partridge z Imperial College w Londynie uznał odkrycie uczonych włoskich za „nową drogę do obiecujących metod leczenia” pacjentów z zanikiem mięśni. Wg niego, w ramach wchodzi możliwość wszczepiania do szpiku zdrowej wersji genu, który w zmutowanej formie prowadzi do dystrofii.

Kolonia „trędowatych”

Ponad 10 tys. chorych na AIDS, choroba zwaną też „trędą XX wieku”, pomieści ośrodek rehabilitacyjny w Tajlandii, który w ciągu dwóch lat powstanie 150 km od Bangkoku, zapowiadają buddyjscy mnich Phra Alongkot. Na terenie ośrodka powstanie 2 540 domów, szkoły, szpital na 500 osób i świątynia. Koszt tego przedsięwzięcia wyniesie ok. 34,1 mln dolarów. Pieniądze pochodzą głównie z zagranicy.

W Tajlandii, gdzie prostytucja jest bardzo rozpowszechniona, jest 800 tys. nosicieli wirusa HIV. „W ciągu 6 lat opiekować się w moim klasztorze 10 tys. chorych” - powiedział mnich. „Ponad 3 tys. ich zmarło”.

Nie sągnowane materiały publicystyczne i informacyjne pochodzą z satelitarnego serwisu informacyjnego Polskiej Agencji Prasowej.



NOWA PUBLIKACJA O ZABYTKACH KARWINY

Przewodnik do walizki?

Oblicze Karwiny kształtują haldy i wyrobiska kopalniane. Jednak i na tej wyrabowanej ziemi ocalało blisko 150 zabytków wartych uwagi. W samym centrum ustanowionej w 1992 r. strefy zabytkowej - Fryszacie i Darkowie jest ich 26, a jeden podlega właśnie uchwaleniu. Na swoje miejsce w Spisie Zabytków Nieruchomych czekają dalsze 22 obiekty. Poza centrum miasta pozostaje kolejnych 45 zabytków oraz 50 obiektów godnych zainteresowania historyków sztuki.

Z najważniejszych zabytkami Karwiny można zapoznać się dzięki nowej publikacji Agencji Rozwoju Regionalnego pn. „Krótki przewodnik po zabytkach miasta” wydanej w 1997 r. przez Urząd Miejski, referat sekretarza wydziału zarządu zamku i ochrony zabytków. Autorką jest Alexandra Rebrowa. Nakład 3 tys. egzemplarzy.

Publikacja w języku czeskim, angielskim i niemieckim pięknie ilustrowana fotografiami Edmunda Kijonki i Stefana Špica wydana jest na wysokim poziomie edytorskim.

W otwierającym publikację rozdziale o historii miasta nie ma, niestety, ani słowa o jego polskim charakterze (notabene ani o niemieckim, ani o żydowskim). Na temat powstania miasta pisze się: „Pierwsza informacja pisemna o osadzie Solca pochodzi z r. 1268” - ani słowa nie wspominając, że chodzi o polskie źródło - dokument opolskiego księcia Władysława, w którym nadaje on prawa do warzenia soli benedyktynskiemu klasztorowi w Orłowej (dokument znajduje się w klasztorze w Ty-

cu pod Krakowem). I w tym duchu kontynuowane są dalsze informacje. Za to z detalem opisana jest historia kościoła Podwyższenia Świętego Krzyża czy empirowego zamku we Fryszacie, który był pierwotnie „drewnianą budowlą służącą jako księżę zamek Piastów cieszyńskich”.

Pomimo swoich niewątpliwych plusów ma przewodnik dwie wady. Po pierwsze: format A4 jest zbyt wielki, aby się zmieścił w kieszeni. A co trzecie: z przewodnika, który zmieszony jest przechowywać w walizce? I po drugie, ubręw liczebności odwiedzających Karwinę Polaków, pominięto w publikacji język polski. Może więc przewodnik został wydany w innym celu, niż sprzyjanie turystycznemu poznananiu miasta... (mro)



▲ W Karwinie-Raju otwarto w czwartek kolejny supermarket Spółki Akcyjnej PRIOR IK. Stoł w miejscu dawnego serwisu samochodowego, który na sklep przebudowała firma „Siawo-komp”. Na powierzchni 3 tys. m kw. zakupić można prawie wszystko - od żywności, artykułów gospodarstwa domowego, po radia, telewizory, odzwiercizkujące wideo i inne urządzenia elektroniczne. Fot. JERZY KUBIENKA

FIRMA SILVA ART

poszukuje

◆ pracownika w branży hutniczej do pracy na terenie Polski

Znajomość języka angielskiego - ważna.
Informacje pod nr. tel.: 0659/731 360-2, mgr inż. Krótki, inż. Feber.
12 9 8009

Firma CENTRO MARKETING

POSZUKUJE

dealerów artykułów gospodarstwa domowego

Kontakt: tel: 069 623 23 25, fax: 069 623 25 72

Proces ratyfikacji rozszerzenia NATO na finiszu

Najprawdopodobniej już w przyszłym tygodniu odbędzie się w Senacie USA głosowanie nad projektem ustawy o ratyfikacji przyjęcia do NATO Czech, Polski i Węgier. Jak informuje PAP, oczekuje się, że ustawa ratyfikacyjna zyska bez trudu niezbędną większość 2/3 głosów. Niektórzy niechętni rozszerzeniu NATO senatorowie zamierzają jednak doczekać do niej poprawki lub nie wiążące rezolucje otwarujące proces powiększenia Sojuszu pewnymi warunkami.

Para republikańskich senatorów - Robert Smith z New Hampshire - chce dla przykładu dotychczas rezolucję zobowiązującą trzy zaproszone do NATO kraje,

aby udostępniły wszelkie posiadane przez siebie informacje o amerykańskich jeźcach wojennych z wojny w Korei w latach 1950-53 i z wojny w Wietnamie, którzy zostali przeniesieni do sówieckich lub chińskich obozów i więzień. Podobnie nie wiążący charakter ma mieć uchwała domagająca się od trzech przyjmowanych do NATO państw zaliczenia sprawy rozszerzenia ubezpieczeniowych ofiar Holocaustu. Projekt tej rezolucji, opracowany przez demokratycznego senatora Roberta Torricelle i republikanina Arlena Spectera, opiera się na założeniu, że kraje te są odpowiedzialne za nacjonalizację działających w nich zagranicznych towarzyszy ubezpieczeniowych przez władze komunistyczne.



▲ Na zdjęciach: żelbetonowy most przez Olzę w Darkowie z 1926 roku oraz (z prawej) rzeźba św. Patryka z 1749 roku, stojąca między zamkiem i kościołem pw. Podwyższenia Świętego Krzyża we Fryszacie.
Fot. M. RADŁOWSKA-OBRSUNIK

PUCHAR BURMISTRZA DLA TANCERZY Z „ELANU”

Turniej gracji i tańca

TRZYNIEC (wak) - Ponad sto par z Republiki Czeskiej, Słowacji i Polski wzięło udział w turnieju tanecznym o „Puchar burmistrza miasta Trzynieca”, który odbył się w ub. sobotę w trzynieckim Domu Robotniczym. Najmłodsi tancerze mieli 9, zaś najstarsi 15 lat. Wszyscy musieli zaliczyć przed jurorami tańce standardowe, m.in. tango, walca, quickstep, oraz tańce latynoamerykańskie.

Dziesięć sędziów z różnych rejonów kraju było niemal jednorodnych i do finału dopuściło 30 par, które za tańczyły swoje własne układy. Favoritami imprezy były bezkonkurencyjne pary taneczne - Piotr Zabystrzan-Jitka

Konderlowa z trzynieckiego Klubu „Elan” (tańce standardowe) oraz Michał Kostowicz-Ewa Wasił z Hawierzowa, reprezentująca Klub „Elan” z Trzynieca. „LR Kosmetik Ostrawa” (tańce latynoamerykańskie). Obie pary wystąpiły Mistrzów Republiki, a w Trzyniecu uplasowały się na pierwszym miejscu w kategorii juniorów gr. II B, Piotr Zabystrzan-Konderlowa zdobyła tytuł „Puchar burmistrza”.

Dobre zaprezentowały się także inne pary trzynieckiego „Elanu”: Beata Kilińska-Hana Mrázikówna i miejsce w kategorii dzieci do lat 9, Beata Duraj - Aneta Wałaska (6. miejsce w kat. dzieci do lat 13), juniorzy Adam Szabela-Martina Szop (1. miejsce juniorów w kat. ID), Adam Jaworski-Ana Birtus (2. miejsce juniorów w kat. ID) oraz Wojciech Jaworski-Jana Wałaska (5. miejsce juniorów w kat. IIC).

„Dla jurora najważniejsze jest to, czy para jest muzykalna, czy tańczy w rytmie... Istotna jest również sama techniczna strona, czyli praca nóg, stóp, prowadzenie rąk, współpraca z partnerem. Są również czynniki bardziej subiektywne, które wpływają na indywidualną ocenę par przez dalsze sędziów” - powiedział Oton Hila, m.ner i juror w jednej osobie.

O tym, że turniej cieszy się coraz większą popularnością, świadczy nie tylko o roku na rok rosnąca liczba uczestniczących w nim par tanecznych, ale także widzów. Tegoroczne zmagania młodych tancerzy podziwiała bowiem 450 osób.

DZIS NA ANTENIE

Półwiecie »Bajki«

Teatr Lalek ZG PZKO „Bajka” obchodzi swoje 50-lecie, jutro o godz. 17.30 na UKF 105.3 i 107.3 MHz w programie Marka Mihałka z redakcji polskiej radiostacji oświatowej będzie kierowniczką zespołu Pawełka Niedoba. (MM)

Karwiniacy góraj... Dokończycie za str. 1

2. Jozefa Branna (III A), 3 i 4. (ex aequo) Krystyna Prymus (III A) i Tomasz Herman (IV A). Wspomniany już 5. Wykręt zdobył oprócz tytułu mistrzowskiego nagrodę specjalną - Grand Prix. W czeskim konkursie za „Miss Pravo-pis” K. Słowik uplasowała się: 2. Tomasz Kędziór (III D), 3. I. Marian Sikora (I A) i Nina Sajdok (III A).

Warto dodać, że bardzo dobrze spisali się najmłodsi, uczniowie jednej klasy cyklu sześciolitego II A, z których troje znalazło się w pierwszej dziesiątce polskiego konkursu.

publikański John Warner planuje wnieście poprawki blokujące dalsze etapy rozszerzenia na co najmniej 3 lata. Debaty nad nią może nieco przedłużyć dyskusję nad całą ustawą.

W sumie jednak przeważa pozytywne podejście do tematu poszerzenia Sojuszu. Trent Lott, przywódca republikańskiej większości w Senacie, zapowiada na konferencji prasowej o skądś parcia dla ustawy, scharakteryzował sytuację słowy: „Będziemy oczywiście musieli przetrwać trochę czasu na debacie na ten temat. Niektórzy senatorowie mają w związku z tym pewne obawy, ale osobiście jestem za rozszerzeniem NATO. Myślę, że powinniśmy ustawić uchwałę, i to w niedługim czasie”.

JUŻ 50 LAT CZESKOCIESZYŃSKI TEATR LALEK „BAJKA” BAWI, CIESZY, WYCHOWUJE...

Od »Szewczyka« do »Dratewki«

Dokończenie ze str. 1

Następca Króla został znany poeta i prozak ludowy, członek przedwojennego teatru lalki „Iskra” - Adam Wesnos, który był kierownikiem do roku 1962. W tym okresie podniesiono wymagania wobec tekstu, w miejsce lalk-palcówek wprowadzono jawaiki i zmodyfikowano nieznacznie środki wyrazu. Do największych zmian w „Bajkowej” konwencji doszło jednak dopiero w dalszym okresie (1962-1983), kiedy to funkcję kierownika artystycznego zespołu objął płaszyk i muzyk Bronisław Liberta, który wprowadził w życie nieznane dotąd środki wyrazu.

W 1983 roku musiał jednak B. Liberta zrezygnować ze swojej funkcji... a w latach 1983-1990 stanął na czele „Bajki” Paweł Żywczyk. Po nim objął funkcję Franciszek Humel, w 1993 roku natomiast przejął kierownictwo Paweł Niedoba.

W tym krótkim zarysie historycznym nie sposób nie wymienić innych nazwisk, które przetrwały się przez te 50 lat działalności „Bajki” - w funkcji kierownika literackiego pracowali np. Wanda Cejnar, Wilhelm Przekazek i Władysław Słoboda, przedstawienia reżyserował i Frank Michalik, Franciszek Kordula, Marek Mokrzycki, Grzegorz Lewandowski, Julian Kilar, Karol Suszka, Leszek Wronka czy Janusz Klimsza, muzykę zaś komponowali m.in. wspomniany już L. Wronka, Zbigniew Siwek czy Andrzej Macoszek... A autorzy sztuk? - trudno by wymienić chociażby tylko te zaślania, o nazwiskach aktorów nawet już nie wspominając...

„Rzeczywiście, sporo tych nazwisk” - mówi po chwili pani Pawełka. „No cóż, pół wieku, obchodzimy ‘abrahamowski’... Jestem dumna z tego, że ten zespół przetrwał tak długo, chociaż przetrwał czasami trudne chwile i trzeba było walczyć z zacienionymi zębami. Np. przed pięćdziesiątą laty, kiedy obejmowałałam stanowisko, wydawało się, że to już koniec. Na szczęście spotkałam wtedy Bałkę Kubinę, którą znalazłam od dziecka z konkursu recytacyjnych, w sklepie z jarzynami, więc zaprosiłam ją do współpracy, skontaktowałam się z Jasiem Szymaniakiem... Dołączył do nas i ten trudny okres udało nam się jakoś wspólnie przetrwać. Bo trzeba też wiedzieć, że nie



Teatr Lalek „Bajka” ze swoimi widzami.

otrzymaliśmy wówczas dotacji z ministerstwa. Wspomnieli nas w bledzie przyjaciele - wyciągnęli do nas ręce nauccyście emeryci, dzieci z wielu szkół z własnej kieszeni leżyły na teatryk, który tak kochają. To było wzruszające... Na szczęście to już minęło, bo pomogła Polska, ale i czeskie ministerstwo zaczęło ponownie przyznawać nam dotacje. Wprawdzie niewielką, ale jest...”

Przed dwoma laty np. dzięki pomocy Stowarzyszenia „Wspólnota Polska” udało się np. oddać do szkoły nową salę widowiskową. Dzięki temu „Bajka” nie musi już wyjeżdżać tak często, jak dawniej, bo niektóre szkoły i przedszkola, głównie czeskojęzyczne, ale nie tylko, mogą obejrzeć spektakl na miejscu.

To wielka zasługa prezesa ZG Jerzego Czapa i dyrektora Biura ZG Bohdana Suchanika, ale przede wszystkim prezesa „Wspólnoty”, profesora Andrzeja Stelmachowskiego, który zresztą jest naszym wielkim przyjacielem. Pamiętam, jak przyjechał do nas przed dwoma laty, wspiął się, nie zważając na swój wiek, na trzęsienie przecieł piętrowy i powiedział: „Czuję się, jakbym przyszedł do nieba, do aniołów... Jaki jestem szczęśliwy, że tu robi się taka dobra robota... To bardzo cieszy. Szkoda więc tylko, że prof. Stelmachowski na razie nie potwierdził swojego udziału w uroczystościach jubileuszowych...”

Co roku „Bajka” wystawia 3 premie-

ry i sprzedaje ostatnio 3 141 abonamentów, a ma swoich wiernych widzów nie tylko wśród polskich, ale i czeskich dzieci. Jak powiedziała mi moja rozmówczyni, gra „Bajka” w czeskich szkołach i przedszkolach m.in. w Mostach k. Cz. Cieszyna, Stanisławicach, Milikowie, Boconowicach, Jasieniu, Nawstiu...

Jeśli zaś chodzi o sam zespół, TL „Bajka” to obecnie 8 osób. Oprócz kierowniczkę P. Niedoba tworzą go Krysty-



▲ Na swoje 50-lecie „Bajka” przygotowała m.in. „Szewczyka Dratewkę” w Jarremy i J. Wolskiego. Zdjęcia WIESŁAW PRZECZEK

na Kubiczek (mgąca się pochlubił w tej chwili najdłuższym stażem) i Jan Szymanik, powróciła związana z teatrem w latach 70. i 80. Krystyna Czech, są też przedstawiciele najmłodszej generacji Dorota Urbuś i Jakub Tomaszek oraz scenograf Halina Szkopek i technik Marek Mokrzycki. Wspomniawszy już B. Kubienę udala się na studia aktorskie, na urlopie macierzyńskim zaś przebywają aktorki Renata Humel, Krystyna Klimsza i Wanda Michalek.

„Ostatnia z wymienionych zagra również na premierze, w zastępstwie za Kubę, który stamul nogę... A jeśli chodzi o aktorki na urlopie, to mogę powiedzieć, że Renia wychowuje 4 małych widzów, Krysta dwie, a Wanda trójkę... Będziemy więc mieli kolejnych widzów. A może chodzi o naszych potencjalnych następców?” śmieje się P. Niedoba.

Obchody 50-lecia „Bajki” miały pierwotnie trwać trzy dni, zespół pragnął bowiem wystawić z tej okazji wszystkie trzy sztuki, które mają premierę w sezonie jubileuszowym.

„Bo przecież przyjdą do nas wszyscy ci, którzy związani byli chociażby przez krótki czas z „Bajką” - Emil Mrózek, który był członkiem od samego początku, długoletnia konferansjerka Wanda Śerwauka, przyjdą reżyserzy, kompozytorzy, aktorzy, nasi przyjaciele i sympatycy, jak również oficjalni goście z Polski i Pra-

gi... Dłaczegoż by się więc nie pochwalić? Niestety, Kuba stamul nogę i to pokrzyżowało nam nasze plany. Nie już nie dalo się zrobić... Dlatego pomyśleliśmy tylko o dwóch dniach” - ubolewa kierowniczką „Bajki”.

Uroczystości rozpoczęły się wczoraj - o godz. 18.00 na poddaszu „Paśalówki” wystawiła „Bajka” sztukę pn. „Szewczyk Dratewka”. Chodzi o tę samą sztukę, którą przed 50 laty zespół rozpoczął swoją działalność w szkole w Orłowej. Z tym, że chodzi o nową, uwspółcześnioną wersję, autorstwa nie M. Kownackiej, a Władysława Jaręmy i Juliusza Wolskiego. Reżyserem spektaklu jest Grzegorz Lewandowski, autorem scenografii Małgorzata Zielińska, muzyki zaś Zbyszek Siwek.

Dzisiaj odbędzie się ciąg dalszy obchodów. Rozpoczną się świętowanie ponownie w lokalach „Bajki” o godz. 18.00, a tym razem odbędzie się premiera sztuki w gm. bałki H.Ch. Andersena „Królowa Śniegu” (tęż M. Mokrzycki, scenografia H. Szkopek, muz. - L. Wronka). Po spektaklu natomiast zaproszą „jubilatów” swoich gości do foyer Teatru Cieszyńskiego, gdzie odbędzie się wernisż miniwystawy jubileuszowej i spotkanie towarzyskie.

„Z okazji 50-lecia wydaliśmy też publikację obojętnościową, której redaktorką jest nasza wielka przyjaciółka Aleksandra Humel, a miałyby się też wkrótce, chociaż z niewielkim spóźnieniem, pojawić kasety pt. „Piosenki z Bajki”, z piosenkami z naszych spektakli autorstwa Leszka Wronki. To wszystko pochłania mnóstwo czasu, kosztuje nas sporo wysiłku i nerwów, ale taka okazja zdarza się tylko raz w życiu. Myślę, że „Bajka” na to zasługuje. Najważniejszą sprawą jest to, że przetrwalimy, no i wiara w to, że nadal będziemy grać i podnosić swój poziom, co najmniej przez kolejne 50 lat. Bo przecież „Bajka” nie tylko bawi, cieszy, ale i wychowuje młodego widza...” - powiedziała mi przy grzeczności Pawełka Niedoba, dodając:

„A wie pan, co jest dla nas zawsze największą nagrodą? Chwile, gdy wstają nas dzieci - z iktierkami w szeroko otwartych oczach, gdy wstają na cały głos - „Kukleki przyjechały”. I gdy po spektaklu nagradzają nas wyświekłe burdywmi oklaskami. Tego się nie zapomina...”

JACEK SIKORA

TRÓSKI I RADOŚCI STAROSTY SUCHEJ GÓRNEJ KAROLA SIWKA

Aby nie było za późno

Gmina Sucha Górna liczy sobie 4320 mieszkańców, z tego, jak wykazał ostatni spis ludności w 1990 roku, jest 28,8 proc. Polaków. Obywatela narodowości polskiej zrzeszeni są w Polskim Związku Kulturalno-Oświatowym, w „Braterstwie”, Młodzież i dorolli pracują też w Harcerstwie Polskim w RC. W gminie działają organizacje terytorialne KSCM, CSD, KDU-CŚL, ODS i Ruchu Politycznego „Wspólnota”. Obok czeskiej podstawki jest też w gminie polska. W 1998 roku pod dyrekcją tej ostatniej znalazło się również polskie przedszkole. Od 16 kwietnia 1991 roku na czele gminy stoi Polak, socjaldemokrata Karol Siwek. W 15 osobowym Przedstawicielstwie Gminnym jest sześciu Polaków, z tego dwóch piastuje funkcje przewodniczących komisji kontrolnej i finansowej.

O radościach i troskach swojego urzędu Karol Siwek mówi:

„Pytanie najważniejsze na dzień dzisiejszy to jak zdobywać dla gminy pieniądze. W zeszłym roku mieliśmy najwyższy od sześciu lat budżet - ponad 40 mln koron. Za 12,5 mln wzniesiono nadbudówkę czeskiej szkoły, 5,5 mln pochłonęły dwie nadbudówki na osiedlowych blokach, kosztem 1,25 mln koron zrekonstruowano siedzibę Urzędu Gminnego. Inwestowaliśmy w odnowienie przystanków autobusowych, wyafalowaliśmy jezdnię. Poszukujemy najtańszych rozwiązań, które gwarantowałyby jednak satysfakcjonujący nas poziom wykonania. Nie chcemy zadłużać gminy.

Możliwość pozyskania gotówki do kasy gminnej są ograniczone. Mamy w Suchej Górnej na szczęście liczne za-

klady pracy. Z tych największych wymienię choćby „Maron” (zakład produkujący desery lodowe), „Fetlak” (zakład nanoszenia farb na metale), czy „Befre” (spółka zachodniemiecka i Kopalni „Franciszek”). Dla gminy najważniejsze są podatki. Dlatego, gdy zorientowaliśmy się, że ulokowany w Suchej Górnej zakład «OKD - Doprava» odprowadza podatki do Ostrawy, rozpoczęliśmy negocjacje. Trwały półtora roku, ale nasza kasa jest teraz zasobniejsza...

Na jednego mieszkańca Suchej Górnej przypada z podatków ok. 4 000 koron. Pod tym względem jesteśmy trzecią po Stonawie i Dąbrowie »najbo-

gatszą» gminą w powiecie karwińskim. Byłoby tego jeszcze więcej, gdybyśmy wreszcie dogadali się z Kopalnią Ostrawsko-Karwińskimi (OKD)”.

■ ■ Na czym porozumienie miało polegać?

„Chodzi nam o opracowanie prognozy współistnienia kopalni i gminy, z uwzględnieniem wzajemnych powinności. Rozmawiamy już przeszło rok. Przynajmniej, że i dyrekcja kopalni zrozumiała, iż nie mają innej możliwości niż współpracować z władzami samorządowymi. Odczuwa się to na linii obywatel-kopalnia. Obserwujemy stopniowo zmniejszanie się biurokracji.

O ile, oczywiście, zjawia się obywatel, który ma standardowe, uzasadnione pretensje. W przeciwnym wypadku bowiem...”

Mamy i drugi problem związany z OKD. Problem gruntu. Spółka stała się »uniwersalnym spadkobiercą fortuny Larische». Wszelka ziemia, która mogłaby być zagospodarowana przez inne zakłady przemysłowe - należy do niej. Ta zaś nie pała chęcią pozbycia się jej za »państwową cenę”.

■ ■ Ubiegłe lata prawie we wszystkich gminach Zaolzia przebiegały pod znakiem gazyfikacji. Tak było też w Suchej Górnej. Czy jest Pan zadowolony ze stanu prac?

„My również poprowadziliśmy instalację gazowniczą w całej gminie. Został nam jedynie fragment przy ulicy



▲ W 1997 roku w Suchej Górnej oddano do użytku nadbudówkę czeskiej szkoły. Wyeliminowano tak konieczność przechodzenia dzieci na zajęcia przez zeszyczaną jezdnię. Koszty budowy - 12,5 mln koron, z czego 3 mln pochodziły z kasy Kopalni Ostrawsko-Karwińskich. ◆ Pałac Miroslaw König chwalił sobie czystą robotę w gazowej kotłowni polskiej podstawki.

Zdjęcia: MARTYNA RADŁOWSKA-OBRSUNIK



▲ Inż. Karol Siwek, starosta Suchej Górnej, przed wyremontowanym w 1997 roku budynkiem Urzędu Gminnego.

Stonawskiej i Brygadnickiej. Chodziliśmy, przekonywaliśmy, namawialiśmy, układaliśmy gazociąg...”

Jak grom z jasnego nieba spada teraz na nas zapowiedź deregulacji cen gazu. Z 3,49 korony od 1 lipca br. cena podskoczy do 4,88 korony za metr sześcienny. Obawiam się, że ze względów oszczędnościowych mieszkańcy wrócą do opalania swoich domostw sprawdzonymi w przeszłości paliwami, natomiast taśmy i, co tu ukrywać, cięższymi mi dla otoczenia. W ten sposób cały nasz wysiłek został postawiony pod znakiem zapytania”.

■ ■ W listopadzie wybory komunalne. Czy koniec kadencji oznacza koniec planów gminnych?

„Nie można planować tylko na swoją kadencję. Trzeba prognozować przyszły rozwój gminy tak, by potem nie było za późno...” (mro)

□ GŁOSIK □ GŁOSIK □ GŁOSIK □ GŁOSIK □

Teatrzycywi Lalek BAJKA życzymy w następnym 50-leciu samych udanych wesółych spektakli, bardzo wielu zadowolonych widzów i niezliczonej rzeszy przyjaciół i sympatyków w wieku od lat 3 do 99!

Głosik i jego koledzy

☆ GŁOSIKOWA KORESPONDENCJA ☆ GŁOSIKOWA KORESPONDENCJA ☆

Dziś całą naszą rubrykę poświęcimy korespondencji. Przyszło bowiem tyle ładnych listów, że chcemy je wydrukować. Tym samym zamykamy okres karnawałowy na naszych łamach.

Imprezy w przedszkolu w Karwinie-Frysztacie bywają tak udane, że wszyscy piszą o nich w samych tylko superlatywach. Nie może być inaczej i tym razem. Jak wynika z listu, nikt naprawdę nie żałował, choć balowiczom patronowała

Śpiąca Królowna

Balik przedszkolaków frysztackich odbył się w tutejszym Domu PZKO pod nazwą „Królowna Różyczka”, a scenariusz oparto na motywach bajki o Śpiącej Królowej. Na scenie wystąpiła śliczna Królowna Różyczka, był Królewicz, nie brakowało służby w osobach sympatycznych kucyków, były wspaniałe wróżki. Wszystko to przeplatane było słowem wiązującym i piękną muzyką. Pomyślowe stroje, rekwizyty, a przede wszystkim czynny udział aktorów wywoływały rzęsiste oklaski wypełnionej po brzegi widowni. Dzieci tańczyły, bawiły się, było też koło szczęścia, wędka i loteria. Po prostu było to udane popołudnie, o jakim długo się wspomina. Zasluzowały na podziękowania panie nauczycielki, Macierz i ofiarne panie z Klubu Kobiet. *Sympatyeczka*

Dalszy list, od naszej sympatycznej korespondentki, która każdą imprezę opisuje na czas i nigdy nie zapomni go zilustrować, proponujemy zatytułowac

Latający dywanik

Kochany Głosiku i Ludmiłko! Nasza szkoła, PSP w Karwinie-Nowym Mieście, urządziła balik maskowy. Przebrałam się za dywanik Aladyna. Ubrana byłam w tunikę uszytą z haftowanego dywanika. Na głowie miałam błękitną wstążkę. Na nogi włożyłam białe rajstwy i sandałki. W masce czułam się bardzo dobrze, bawiłam się wspaniale. Oprócz mnie były też inne maski:



Rys. Daniela Vitoš, kl. 2.

Sultanka Jasmina, Cukierek, Dobra Wróżka, Zorro, Herkules, Pippi-Długa Pończoszka, Pirat, Cyganka, Myszka i Żółt Ninja. Do zabawy służyły nam też wędka, koło szczęścia i „mamlas”.

Przesłaliśmy serdeczne pozdrowienia **Danielka Vitoš, kl. 2** **Brawo Danielko!** Gratulujemy pomysłu na maskę - jeszcze o takiej nie styśleliśmy.

Pisaliśmy już o baliku czeskojęzyckiego przedszkola Na Rozwoju. Odbył się już dawniej, natomiast z imprezą na Dzień Babci i Dzień Dziadka przedszkolacy opóźnili się o miesiąc.

Miś - uciekinier

Przedszkolacy przygotowali razem z paniami nauczycielkami taki ładny program dla swych babć i dziadków, że wszyscy byli dumni ze swych wznusów. Po powitaniu dzieci przedstawiły widowisko o tym, jak to Misiowi - zabawce nie podobalo się w przedszkolu i poszedł sobie w las, szukać prawdziwych, żywych niedźwiadków. Kiedy jednak prawdziwy miś opowiedział mu o trudach leśnego życia, wrócił na zimę do przedszkola.

W podzięce za opiekę w czasie nieobecności rodziców, wręczyły dzieci gościom drobne upominki i poczęstowały paczkami i herbatką.

Babcia z Rozwoju

Na balu PSP w Karwinie-Frysztacie szalały UFO-ludki. Nie wierzycie? Spójrzcie na rysunek i przeczytajcie list naocznych świadków.

Szaletństwo o północy

Nasz karnawał dziecięcy odbył się w karwińskim Domu Przyjaźni. Przyszło dużo rodziców, dziadków i innych gości. Rozpoczęliśmy od poloneza, który przygotowała klasa dziewiąta, po czym - o dwunastej w nocy - w rytmie piosenki „Everybody” zaczęły szaleć dziewczyny z klasy ósmej. Następnie zaś wybuchła prawdziwa bomba: powyłazyły ludki z innej planety! Swoje programy przedstawiły po kolei wszystkie klasy. Po programie wszyscy uczniowie otrzymali posiłek. Przygotowano też dla nas różne gry, jak koło szczęścia, wędka, a także tańce. W tańcu z pomarańczą zwyciężył siódmoklasista Moris ze swoją siostrą. Pod koniec była loteria z ładnymi nagrodami. Na baliku było bardzo przyjemnie i dziękujemy za to organizatorom. **Eucja Franek i Daniel Kujawa, kl. 4.**

Jak widzicie bajkowo i weselo było na balikach i innych imprezach u naszych szkółach i przedszkolach. Po dłuższej przerwie odezwali się dzieci z Cierlicka. Teżka z rysunkami i zdjęciami sprawiła nam wielką radość, ale i żal nam niezmiernie, że nie możemy ich wydrukować. Ale cięższe nasze oczy, bo zawiesiliśmy je na ścianie nad biurkiem, w którym mieszka Głosik i Ludmiła, a dziękujemy za nie Janeczce Onderek, Marysi Krygiel, Dominice Czech (wszystkie lat 5) oraz trzynielnej Teresce Onderek. A teraz już list, jak to naprawdę było, który przeczytacie obok.

Literka

Rubrykę przygotowała: **IRENA STONAWSKA**

Z PORADNIKA LOGOPEDY, CZYLI **Dzieci uczą się (wy)mowy**

(7)

Zbliżamy się wreszcie do ostatecznego etapu treningu techniki mowy, czyli do ćwiczeń słuchowych. Różnorodne dźwięki, które nas otaczają, uważamy za coś naturalnego i z reguły nie poświęcamy im za wiele uwagi. A czasami jest tak dobrze wsłuchać się w ciszę... W ciszę? Proszę spróbować - na pół minuty zamykamy oczy i... I co? Jaka tam cisza! Zgrzyt klucza w zamku, próbki arii operowych w wykonaniu gołającego się za ścianą sąsiada, klakson samochodu, telewizor w sąsiednim pokoju, bicie dzwonów...

Takie „wsluchanie się w ciszę” można z powodzeniem wykorzystywać w czasie zabawy z dziećmi, zwłaszcza jeśli chcemy, aby dziecko wyciszyło się, zrelaksowało. Dzieci lubią podobne zabawy, bo w gruncie rzeczy mogą się wiele nauczyć. Lubią nasi milusińscy rozpoznawać szmery i dźwięki, najpierw za pomocą wzroku, potem używają już tylko słuchu. G. Demelowa podaje w wydanej w 1994 roku książce całą masę ćwiczeń słuchowych, ja wybrałam tylko niektóre z nich:

- rozpoznawanie, co to właściwie kryje się w zamkniętym pudełku, przez potrząśnięcie nim (np. groch, kamyki, gwoźdźce itp.);
- uderzenie o siebie klockami, lyczkami, kłaskanie, darcie papieru, lanie wody, drapanie po szkle, wypuszczanie powietrza z balonika...
- rozpoznawanie głosu, szmeru i źródła dźwięku, ilości dźwięku (dużo - las, miasto; mało - szekanie psa);
- szukanie ukrytego zegarka, budzika...

- różnicowanie i naśladowanie głosem zwierząt...

- zabawa w „kukulke”, czyli rozpoznawanie osób po głosie...

Poprawne rozpoznawanie i różnicowanie dźwięków warunkuje dobrego wymowę, a w okresie późniejszym (w szkole) wpływa na efektywność uczenia się.

W przypadkach słabej percepcji słuchowej, skojarzonej z zaburzeniami mowy, konieczne jest podjęcie ćwiczeń logopedycznych. Poprzez wprowadzenie ćwiczeń słuchu fonematycznych i różnicowania dźwięków mowy) poprawia się sama forma wypowiedzi, ale również jej treść - góra nie jest karą, domek to nie to samo, co Tomka, pies to zupełnie coś innego niż pier...

Dzieciom w wieku szkolnym jest natomiast bardzo potrzebna zdolność prawidłowego rozpoznawania i różnicowania głosek. Pisząc bowiem ze słuchu, musi dziecko z całości zastanego słowa wyodrębnić poszczególne dźwięki i nadać im odpowiedni znak graficzny - przekłada w tym wypadku słowa na znaki graficzne, czyli literę zespolone w wyrazy, co jest możliwe po dokonaniu analizy sylabowej słowa.

Przy czytaniu natomiast na odwrót - dziecko musi rozpoznać każdy z dźwięków i ułożyć je w odpowiedni wyraz.

Ale o sprawach przygotowania do nauki pisania i czytania w jednym z następnych odcinków.

MARTA MIKULA-KMEI



Fot. RADEK KRYGIEL

Podwójnie balowo

Na baliku szkolnym w Cierlicku było w tym roku podwójnie balowo. W sali tutejszego Domu Młodzieży licznie przybyli rodzice, krewni oraz znajomi z bliższej i dalszej okolicy podziwiać mogli popis aktorskie i wokalnolubne. Przedstawienie, napisane przez pana Czesława Curzydę, przeniosło wszystkich do jednego z naszych typowych domów, gdzie rodzice wybierają się na bal i przykają swoimi pociechom, by grzecznie położyły się spać. Co jednak dzieje się pod ich nieobecność? Oczywiście...dzieciaki zaraz wyszczynają kłótnię o pilota i swój ulubiony kanał telewizyjny. Na szczęście sen sam przychodzi, a dobra wróżka prowadzi chłopców w krainę bajek...

„dorosły” bal. Duża to zasługa pani dyrektorki Barbary Davidowej, nauczycielki Jadwigi Tarabowej i Heleny Curzydowej oraz przedszkolank - Zofii Włoskowej i Jadwigi Spieringowej. A także oprawy muzycznej pana Zbyszka Glatza.

Wszystkim wymienionym należą rzęsiste brawa i podziękowania. Na pewno nie jedna rodzina powroci jeszcze po kilka razy do tego popołudnia, utrwalonego dzięki kamerom wideo i aparatom fotograficznym.

Nie zabrakło oczywiście polonezów, przebiezańców, wesółych gier i zabaw, smakolików domowej kuchni, no i dziecięcy licznym sponsorem - bogatej loterii. Niektórym absolwentom szkoły, którzy przybyli tu jako goście, zdało by trochę, że przypada im w udziale tylko biuro obserwacja rozigranych młodszych kolegów i koleżanek. Niezapomniany kar imprezy każe im jednak powracać co roku, bo cierlickiej szkoły się nie zapomni! Jej atmosfera wpisuje się w sens każdego!

Mama Andrzeja, Marka i Tomka



Rys. Marcina Kałuża, kl. 5.

☆ GŁOSIK I LUDMIŁA ☆ GŁOSIK I LUDMIŁA ☆ GŁOSIK I LUDMIŁA ☆

Patrz, Głosiku, wspaniały pomysł na karnawałowy kostium - Latający Dywan!

Świetnie! Włec - wioł - Dywaniku, leclimy!

Złaz ze mnie, Głosiku! Ty nie jesteś Aladynem!

NASZ ADRES: Redakcja „Głosu Ludu”, P.O.Box 29, Novinańska 3, 709 29 Ostrava 1. UWAGA! Pisząc do nas, nie zapomnij podać swego adresu i napisać, ile masz lat!

IM WIĘCEJ CHĘTNYCH DO ZDOBYCIA FACHU, TYM WIĘKSZE OBAWY, CZY SZKOLNICTWO NIE BĘDZIE „PRODUKOWAŁO” KOLEJNYCH BEZROBOTNYCH

Trudny wybór piętnastolatka

Dobre wykształcenie ma nadal swoją wartość, bo kto z rodziców nie pragnie zapewnić swoim dzieciom pomyślnej przyszłości dzięki właśnie odpowiedniej edukacji? Wiadomo jednak, że dawniejsze modne zawody, takie jak np. fryzjerka, kosmetyczka, przedszkolanka czy sekretarka, mogą się okazać chybione. Coraz rzadziej będzie też można wybrać „zawód na całe życie”, gdyż duża mobilność, możliwość przekwalifikowania się poszerza szanse znalezienia interesującej i dobrze płatnej pracy.

Z broszurki wydanej przez Ośrodek Informatyczny-Poradnictwa przy Okręgowym Urzędzie Pracy w Ostrawie i którą mają do dyspozycji wszystkie szkoły podstawowe w regionie północnych Moraw, wynika, że jest z czego wybierać. Można podjąć naukę w kilkudziesięciu szkołach średnich i zawodowych. Pamiętać jednak należy, że większość szkół zawodowych nadal czeka na zmiany. Jeśli chcemy dokonać wyboru, to koniecznie trzeba sprawdzić, czy szkoła realizuje nowy program, jaką ma kadre, jak jest wyposażona i czy gwarantuje sensowne zorganizowanie praktyki w ewentualnego przyszłego pracodawcy. Bez tego narząmy kandydata na ucznie się pływania „na sucho”.

Jeżeli więc jesteś właśnie w dziewiątej klasie i chciałbyś ci się pomysł, co robić dalej, nie wiesz, kim zostać lub zastanawiasz się, czy spróbować z danym, wykonując zawód, o którym marzysz, poradź się szkolnego doradcy d. wyboru zawodu lub zgłoś się do Centrum Orientacji i Poradnictwa Zawodowego, działającego przy każdym powiatowym czy okręgowym urzędzie pracy.

Centrum Orientacji i Poradnictwa Zawodowego przy trzynickim Urzędzie Pracy powstało przed trzema laty. Jak na razie przychodzi tutaj najczęściej uczniowie klas dziewiątych, którzy nie wiedzą, jaki zawód byłby dla danej osoby najodpowiedniejszy. Można w nim znaleźć także wszelkie informacje na temat szkół czy uczelni w całym kraju oraz kierunków i możliwości studiowania. Ponadto mamy do dyspozycji teżki, w których opisane są różne zawody - mówi Anna Kokotkowa, kierowniczka trzynickiej filii Urzędu Pracy w Frydku-Mistku.

Choć Centrum oferuje usługi indywidualne, tak uczniom, jak również ich rodzicom, przychodzi tu najczęściej całe klasy. Znaczy to, że Centrum pełni częściowo rolę doradców szkolnych d. wyboru zawodu, których zatrudniają niemalże wszystkie szkoły podstawowe.

Zajęcia, które prowadzi specjalnie przeszkoleni pracownicy, trwają od czterech do sześciu godzin, w zależności od zainteresowania dziewcząt

i chłopców tym tematem. Spotkania są bardzo różnicowane. Można przekonać się na nich, jak z uczniami pracuje się w poszczególnych szkołach. Widać poziom uczniów, widąc wyniki pracy wychowawców. Bardzo ważne jest, czy konkretnie wie, o co pytać, czy zadaje konkretne pytania i w ogóle jak jest zainteresowana swoją edukacją” - twierdzi pani Anna. „Bardzo byśmy chcieli, żeby z naszej oferty korzystał także rodzice. Jak na razie, rzadko do nas zagląda. Przecież właśnie oni mieliby być najbardziej zainteresowani przyszłością swojego dziecka. A przyszłość, to również właściwy wybór zawodu”.

Zdaniem A. Kokotkowej, młodzież wybiera „niepraktyczne” wykształcenie, w wyniku czego z roku na rok wzrasta liczba bezrobotnych absolwentów szkół. Wina to nie tylko rodziców, którzy za każdą cenę chcą, żeby ich dziecko, chociaż go na to nie stać, było przynajmniej menedżerem lub asystentką dyrektora, ale także szkół przygotowujących do zawodów dziś już nie dających perspektyw. „Za trzy lata działalności trzynickie Centrum Orientacji i Poradnictwa Zawodowego odwiedziło już kilkaset uczniów. Jak na razie, nie zdarzyło się, by ktoś wyszedł z niego tak samo niedecidedowany, jak przyszedł. Informacje, możliwość korzystania z komputera, oglądanie filmów oraz wszelkiego rodzaju porad są bezpłatne” - zapewnia Anna Kokotkowa.



▲ Opanowanie pracy z komputerem w dniu dzisiejszym jeden z podstawowych warunków pomyślnego włączenia się do procesu pracy. Jakie wymagania przyniesie XXI wiek?

Zdobywając informacje nt. tej czy innej szkoły, warto zaznaczyć się także z zapotrzebowaniem na rynku pracy. Na północnych Morawach i Śląsku potrzebni są zwłaszcza rzemieślnicy.

Zdaniem Mirosława Pfiłyby z Ministerstwa Pracy i Spraw Socjalnych RC w najbliższych latach największe szanse na podjęcie pracy będą mieli absolwenci szkół średnich o profilu technicznym i budowlanym oraz absolwenci szkół zawodowych, kształcących m.in. ślusarzy, murarzy, pracowników dźwigowych, pracowników do obróbki metali, szwaczków, krawców czy sprządawczy. Dobry kawałek chleba mogą zapewnić szkoły, które przygotowują do pracy na kilku pokrewnych stanowiskach, uczą zawodu, a nie specjalności. Innymi słowy, koniec z „wąskimi profilami” modnymi przed laty, kiedy Józio brał się tylko za płytki podłogowe, a Kazio kładł wyłącznie tynki zewnętrzne. Jeden murował, drugi zaś umiał tylko montować domy z płyt. Teraz jak w reklamie musi być dwa (albo jeszcze lepiej trzy, w połączeniu np. ze znajomością języka obcego) w jednym, żeby wykosić konkurencję.

Według sondaży przeprowadzonych wśród uczniów klas dziewiątych, największym zainteresowaniem cieszyły się szkoły - bankowskie, menedżerskie, gimnazja, szkoły hotelowe oraz szkoły zawodowe przygotowujące mechaników samochodowych, kucharzy i sprzedawców. Mniej popularne były szkoły zdrowotne i średnie pedagogiczne. Decydującym kryterium przy wyborze zawodu jest nadzieja na ciekawą pracę oraz interesujące kontakty z ludźmi. Nie bez znaczenia są też spodziewane dochody, stabilizacja w pracy i możliwość awansu. Młodzież chce zarabiać i to dobrze.

WANDA KULA

SZANSA DLA „NIEULECZALNIE CHORYCH”? (8)

O metodach odchudzania

Jest wiele metod i sposobów odchudzania, ale otyłych jest coraz więcej. Co nauka mówi o tych metodach? 1. Każde ilościowe ograniczenie pożywienia, tzn. niedojadanie, znacznie przyspiesza starzenie organizmu, szczególnie naczyń tętniczych. 2. U otyłych leczonych dietą zawierającą 1200-1500 kcal i obciążonych wysiłkiem, zmniejszenie surowicy (przetłuszczenie) wzrastało jeszcze bardziej po leczeniu odchudzającym niż było przed nim. 3. Diety niskokaloryczne są nieskuteczne w leczeniu otyłości. 4. Diety niskotłuszczowe powodują wzrost ilości lipidów (czyli tłuszczu - przyp. red.), depresję i ogólne osłabienie. 5. Leczenie otyłości głodówką jest zupełnie nieskuteczne. 6. Na podstawie badań izotopowych wykazano, że głodówka, leki moczopędne, przetworzy tarczycy powodują ubytek wody i chudej masy ciała z niewielkim lub żadnym ubytkiem tłuszczu.

Głodówki powodują zubożenie ludzi, obniżenie poczucia moralności, obniżenie sprawności intelektualnej, postawy aspołeczne i egoistyczne. U ludzi uprzednio głodzonych na poprawę ciepłoty umysłowej najkorzystniejszą działały tłuszcz, następnie białka, a działający zawsze działają niekorzystnie.

Wbrew powszechnemu mniemaniu spadek wagi u otyłych nie jest wcale proporcjonalny do ograniczeń kalorycznych. Wyliczanie, ile kalorii człowiek traci podczas marszu, biegu czy pływania, jest bezzasadne. W zależności od składu diety różna jest sprawność mechaniczna naszych organizmów. Jeden musi stracić przy tym samym wysiłku 1000 kcal, drugi straci tylko 500. Kalorie nie są równe kaloriom. Już w 1954 r. autorzy angielscy (Kekwick i Pawan) wykazali, że spadek wagi u otyłych jest proporcjonalny do niedoboru kalorii w diecie tylko wtedy, gdy stosunek głównych składników odżywczych (białka, tłuszczu, węglowodanów) pozostaje stały. Przy spożyciu jednostkowej ilości kalorii szybkość utraty wagi jest największa na diecie bogatotłuszczowej. Można jeść więcej kalorii i chudnąć. Można jeść mniej i tyć. Ci sami badacze wykazali, że otyli będący na zwykłej diecie mieszczańskiej w dalszym ciągu tyli, chociaż dieta zawierała 2000 kcal, wszyscy zaś tracili na wadze, gdy podał kalorii zwiększono do 2600, ale dietę zmieniono na bogatotłuszczową. W badaniach naukowych udowodniono, że dieta bogatotłuszczowa nie może powodować otyłości, chorób serca i naczyń, że powoduje niskie ciśnienie tętnicze krwi, niski poziom cholesterolu, brak zachorowań na miażdżycę i otyłość, bardzo wysoką wydolność fizyczną, nieznacznie zmniejszającą się z wiekiem. Uniemożliwia zachorowanie na cukrzycę i na choroby stawów.

Otyłość jest bardzo szkodliwa dla samych otyłych, jeszcze bardziej szkodliwa dla narodów, a najbardziej dla całej ludzkości. W krajach kapitalistycznych, zwłaszcza w USA, pracodawcy nie chcą przyjmować do pracy ludzi otyłych, bo są z nimi tylko kłopoty. Nie tylko ze zewnętrznej prezentacji się gorzej niż szepczą, a prezencja w wielu zawodach jest istotnym atutem, lecz także częściej chorują, gorzej pracują, wolniej myślą, mniej wykazują inicjatywę i energię. Prawie każdy może uzyskać niską wagę ciała bez ograniczania ilości pożywienia i bez odchudzania głodem. Może to obecnie zrobić tania. Może przy okazji wyleczyć się przyczynowo z wielu chorób, na które choruje. Może znacznie zwiększyć swoje dochody, poprawić wydolność i jakość pracy. A najważniejsze - stanie się Człowiekiem. Wolnym Człowiekiem, takim, który nie boi się nie boi, ale nigdy nie bije głodem w mur. Podejmuje tylko takie działania, które mają największe szanse powodzenia. Nikogo nie poucza, nie namawia, chyba, że go o to poproszą.

Jak praktycznie przystąpić do odchudzania?

Należy natychmiast przejść na żywienie optymalne, bez żadnego okresu przejściowego. Przy dużej otyłości i przy obecności różnych chorób spowodowanych tą samą, co otyłość, wspólną przyczyną wyższą, należy w pierwszym okresie na 1 g białka spożywać 2-3 g tłuszczu i do 0,5 g węglowodanów. Kalorii nie liczyć. W Akademii Zdrowia „Arkadii” żywienie optymal-

ne wprowadzono od pierwszego dnia. Wiele chorobych miało różne dolegliwości przewodu pokarmowego. Gdy podawano im tustą golonkę, jąka, smalec, salcesony, po pierwszych posiłkach trzewiowi czekała na bóle brzucha, jako reakcję swego chorego przewodu pokarmowego. Inni, nie mówiąc, z obawą czekali na atak wzdętych lub trzustki. Jednakże bóle brzucha po jedzeniu występowały bardzo rzadko i to tylko po pierwszych posiłkach. Od trzeciego dnia żadnych bólów brzucha u nikogo nie było. W zależności od towarzyszących chorób należało odpowiednio dobierać białka w taki sposób, aby ich skład chemiczny był najbardziej zbliżony do składu chemicznego uszkodzonych chorobą tkanek. Najlepsze białka są w żółtku. W nich znajdują się wszystkie potrzebne składniki do odbudowy i przbudowy wszystkich tkanek naszego organizmu.

U otyłych najczęściej występują zmiany zwyrodnieniowe stawów, uszkodzenia dysków, chrząstek, powięzi i więzadeł, odwapnienia kości. Występują nie dlatego, że zjadamy za mało wapnia czy fosforu (w chorobie zwyrodnieniowej nie ma zaburzeń w poziomie wapnia we krwi i w gospodarce wapniem i fosforem), ale dlatego, że zjadamy zbyt mało kalorii, z którego zbudowane są kości. Wazeli odwapnienia kości są sprawą wtórną. Pierwotną są braki kolagenu. W chorobie zwyrodnieniowej należy spożywać więc więcej kolagenu: nogi wieprzowe i cielęce, wyciagi z kości, głowy wieprzowe, chrząstki, skórki wieprzowe. Typowa dieta optymalna zawiera sporo kolagenu, ale w chorobach stawów uzyskuje się lepsze rezultaty, gdy tę ilość się zwiększy. U chorych na gościec przewlekły postępujący (reumatyzm - przyp. red.) przy żywieniu optymalnym w „Arkadii” uzyskiwałem w okresie 12 dni obniżenie OB (sedymencja) u wszystkich średnio o 42%.

Nie należy obawiać się, że przy dużym spadku wagi skóra zrobi się stara, pomarszczona, że będzie wiślała na brzuszu. Wprost przeciwnie. Cera zrobi się bardzo ładna, a skóra sama się zmłodzi, ściera. W styczniu 1996 r. społemem mojego byłego pacjenta z „Arkadii”. Był na turnusie w 1987 r. Wazył wtedy 155 kg i był ciężko chory. Po 9 latach wazył 75 kg, był szczupły, miał wspaniałą cerę, był zdrowy, sprawny fizycznie i umysłowo, rzutki. Nadal pracował, a miał lat 80.

Gdy spadek wagi postępuje zbyt wolno, co bywa najczęściej u otyłych reagujących na stres zarłocznością, należy znacznie wydłużyć okres między posiłkami. Jeść dwa razy dziennie: śniadanie zjadac o godz. 7 - 8 rano, obiadokolację o 16 - 17. Później ewentualnie pić tylko płynny bez cukru. Gdy rano człowiek wstanie bez uczucia głodu, będzie to oznaczalo, że w czasie snu organizm uruchamia własne tłuszcze i że się chudnie. - Wielu otyłych choruje na kamień w woreczku żółci, żółty kamień w życiu optymalnym, jeżeli kamienie staną się na tyle małe, że mogą przedostać się do kanału żółciowego, zatkać odpływ żółci i spowodować atak bólu. Na wiele tysięcy chorych społemem takich ludzi 9. U 8 wystarczyły leki rozkurczowe i przeciwbólowe, które ułatwiły wydalanie kamienia do jelita i wyleczenie. Tylko 1 osobie usunieto kamień z przewodu żółciowego operacyjnie. Podobnie szybko rozpuszczają się kamienie nerkowe. Chorzy zaczynają kamicę piaskiem po 3-4 tygodniach, po czym następuje całkowite wyleczenie. Przy żywieniu optymalnym kamicy woreczka żółciowego czy nerek być nie może. Kamica bywa tylko przy żywieniu złym dla człowieka.

Dr JAN KWAŚNIEWSKI (fragmenty książki „Tuste życie”)

Od redakcji: Zainteresowanych tą formą żywienia odsyłamy do książki „Dieta optymalna” J. Kwaśniewskiego i M. Chylińskiego, która w czeskim przekładzie ukaze się w księgarniach na przełomie maja i czerwca. Czytelnicy proszą o kontakt z dr. J. Kwaśniewskim. Ota adres: 87-720 Ciecchocinek, ul. Wojska Polskiego 9/13, Polska.

NIEBEZPIECZEŃSTWO ZATACZAJĄCE CORAZ WIĘKSZE KRĘGI

Czym jest bezrobocie

O bezrobociu pisano kiedyś w podziemnych pismach marksizmu i leninizmu, w czasach kiedy zatrudniano i tych najbardziej niepoprawnych bumelantów. Aż tu nagle, niemal z dnia na dzień z reaganowskim socjalizmem z powodu jego nieudolności gospodarczej, ekonomicznej i politycznej ocknęliśmy się w kapitalizm, albo raczej na drodze prowadzącej do kapitalizmu, a wraz z potrzebą redukcji tily roboczej w celu uzdrowienia gospodarki pojawiło się zjawisko bezrobocia.

Niezależnie od liczby bezrobotnych zjawisko to istnieje i dotyczy określonego procenta naszego społeczeństwa i prędzej czy później naukowcy oraz politycy będą musieli się tym problemem zająć poważnie, tym bardziej, że się ono nasila.

Nie orientuję się jak u nas, ale w Polsce psychologia i socjologia już

zaczęli badać to zjawisko. Pomijając tu charakterystykę i strukturę polskiego bezrobocia, bo są one odmienne od naszego, spróbujmy się zastanowić nad jego skutkami społecznymi i psychologicznymi, które są na ogół takie same.

A więc bezrobocie powoduje poważne skutki społeczne. Utrata pracy i trudności z jej znalezieniem prowadzą do zubożenia, a nawet do życia w nędzy. Konsekwencje bezrobocia ponoszą nie tylko sami bezrobotni, ale także ich rodziny. Zjawisko to niewątpliwie wpływa także na wzrost przestępczości i postaw agresywnych, zwłaszcza wśród ludzi młodszych i dłużej bezrobotnych.

Fachowcy od tych spraw zwracają uwagę „na niebezpieczeństwo zataczające coraz większe kręgi i obejmujące nowe dziedziny życia”.

Samo bezrobocie, ale nawet już sytuacja potencjalnego bezrobocia, to jest

świadomości, że może się pracę stracić, są źródłem stresu, a nawet głębokiego szoku, co może spowodować nawet przejściowe zaburzenia psychosomatyczne. Wraz ze stratą zatrudnienia ludzie tracą dotychczasowy standard życia, towarzyszywo, kontakty, a w konsekwencji poczucie własnej wartości.

Niejaką wdzierni ofiarami bezrobocia są najbliżsi w rodzinie - współmałżonek i dzieci. Nierzadko doświadczają oni wzrostu agresji ze strony bezrobotnego, udziela im się też jego przygnębienie. U dzieci następuje zachwianie równowagi emocjonalnej, poczucia bezpieczeństwa i wyraźne pogorszenie wyników w nauce. Alkoholizm także towarzyszy temu zjawisku.

Jest to tylko zasygnalizowanie zjawiska, które z problemu indywidualnego może się przerodzić w chorobę społeczną. KAZIMIERZ JAWORSKI

PLOTKI



Ambitna komediantka

Podobno wcale nie chciała być gwiazdą. A jednak dzięki nieznanemu sily sprawily, ze Angielka **Emma Thompson** jest obecnie jedna z bardziej cenionych i popularnych aktorek w Hollywood.

Pierwsze kroki na scenie postawila, będac jeszcze na studiach w Cambridge. Wtedy to z zapalem zaangażowala sie w dzialalnosc komediowej grupy „Footlights”, w której występowała z przyjaciółmi i wymyślala skecze, aby następnie osobiscie je odgrywać.

Prawdopodobnie ten okres zdecydowal o przyszłości młodej Emmy. Wtedy też poznala swojego przyszłego męża, Kennetha Branagha, i w ciągu następných dwóch lat wystapila w jego trzech filmach. W zasadzie stalo się to reguła. Do tej pory aktorka zagrała w czterech filmach swojego męża, te najbardziej znane to „Henryk VIII” i „Wiele hałasu o nic”.

Drugim reżyserem, z którym Emmie pracuje się znakomicie, jest James Ivory. To właśnie za rolę w jego filmie „Powrót do Howards End” dostala Oscara. To nie jedyné spotkanie Emmy z nagrodą Akademii Filmowej. Trzeba pamiętać, że w ubiegłym roku film „Rozważna i romantyczna” został nagrodzony Złotym Globem, a Emma dostala kolejnego Oscara - tym razem za scenariusz.

Można powiedziec, że to osiągnięcia na miarę prawdziwej gwiazdy, jaka Emma Thompson z pewnością już jest. Stala się pewna siebie i samowystarczalna do tego stopnia, że rozwiodła się nawet ze swoim mężem i postanowila samotnie odkrywać nowe, nieziane lady. (k)

W POSZUKIWANIU WŁASNEGO STYLU

Władcza lub romantyczna

Wiesz już, w jakich kolorach jest ci do twarzy? Zapamiętaj je dobrze, a najlepiej wpisz do podręcznego notesu. Pomogą ci zdobywać świat!

Następny krok to umiejętne dobieranie ich w zależności od okazji i efektu, jaki chcesz osiągnąć. Idealny zestaw na służbowa naradę może okazać się całkowicie niewłaściwy na biesiadę w gronie przyjaciół.

Jeśli pracujesz w biurze projektów, firmie prawniczej, agencji nieruchomości lub banku i pragniesz wyglądać jak profesjonalistka, wóź kostium, żakiet ze spodnią lub spodniami w którymś z ciemniejszych kolorów twojej palety i dobierz do niego jaśniejszą bluzkę.

Może to być na przykład głęboki granat i „lodowata” żółć (typ głęboki); grafit szarobielski i delikatny, pastelowy róż (typ jasny); złocisty brąz i krem (typ ciepły); granat i pastelowa, przygaszona fukcja (typ chłodny); czerni i czysta biel (typ kontrastowy); brąz i kość słoniowa (typ łagodny).

Spójrz w lustro i upewnij się, czy zestaw kolorystyczny nie wywołuje wrażenia surowości lub niepokoju.

Wybieraj porządne materiały z naturalnych włókien, spokojne fasony i wzory.

Boisz się, że to więcej nuda? Przelamiesz ją ciekawym dodatkami: broszką, klipsami czy kaszką.

Niech cię nie puszka frywolne przezroczystości, nobliwe koronki, roman-

tyczne falbanki, duże dekolty, rozporoki, mini, wzory łańcuch czy serdušek. Te i inne kobiece fantazje z powodzeniem wykorzystasz wybierając się na kolację we dwoje, imieniny koleżanki czy po-tatoczek.

Kiedy czeka cię publiczne wygłaszanie referatu, przewodniczenie zebraniu albo składanie oficjalnych życzeń i chcesz, aby cię słuchano, ubierz się w gładki kostium w kolorze czerwonym, fioletowym lub niebieskim. Wybieraj odcienie jak najgłębsze, ale jednocześnie pasujące do twojego typu kolorystycznego. Te trzy magiczne barwy symbolizują aurytety i władzę. Przypomnij sobie odświętne stroje monarchów, szaty liturgiczne księży podczas wielkiego postu, mundury policjantów...

Być może, wolisz brąz, pomarańcz, zielenie czy róż, ale bazując na nich nigdy nie wzbudzisz należytego respektu.

A może pragniesz zdobyć przyjaciół, stworzyć atmosferę ciepła i bliskości potrzebna do szczerze rozmowy? Jeśli tak, wybierz ze swojej palety barwy o średnim natężeniu, łagodne - jak szarości, brązy czy róż. Zrezygnuj natomiast z ostrych lub bardzo ciemnych kolorów i kontrastowych zestawień. (ZW)



RYZYKO ATAKÓW ZWIĘKSZA ALKOHOŁ, ORZECHY I DROŹDŻE

Jak rozpoznać migrenę

Nie każdy ból głowy musi być migreną. Zdarzają się bóle z nadmiernymi zatokowe, napięciowe, alergiczne i inne. A właściwa diagnoza to pełen sukcesu.

Migrena to ból naczyń, związany z nadmiernym rozszerzeniem się naczyń krwionośnych. Ciernią na nią w 75 proc. kobiety. Często jest to skłonność dziedziczna.

Poza uporczywym bólem, zlokalizowanym zwykle po jednej stronie głowy (70 proc. przypadków), występują pewne charakterystyczne objawy właściwe tylko dla tego schorzenia.

◆ Zanim dojdzie do napadu bólu, mogą występować młotki, wymioty, światłowstręt, nadmierna wrażliwość na hałas. Bywają też objawy takie jak: aura objawiająca się zaburzeniami widzenia (np. błyski świetlne, punkty, mroczki), zaburzenia mowy (trudności w wypowiedzeniu się), poty, ostre mrowienia na twarzy.

◆ Ból głowy można określić jako tętniący lub pulsujący, nasilający się pod wpływem ruchu. Ból trwa od 4 do 72 godzin i nie pojawia się codziennie; najczęściej zdarza się 1 atak w miesiącu (co piaty chory miewa 3 i więcej napadów). Często ataki występują po okresie przepracowania i stresu.

◆ Po ataku następuje uczucie wyczerpania, a głowa może być jeszcze przez pewien czas wrażliwa na dotyk.

POCZEKAJMY DO SZÓSTEGO MIESIĄCA Strzyżenie niemowlaka

Najczęściej głowa noworodka kryta jest delikatnym miedzianym jednak dzieci wyróżniają się „kami” włosami. Prawidłowo układowe włosy, o zupełnie innej strukturze, pojawiają się w 3. 4. miesiącu życia.

Najwygodniej jednak obciąć włosy niemowlęciu, które potrafi walczyć na krześle lub kolanach rodziców, z pierwszymi postrzyżynami powoli możemy poczekać do szóstego miesiąca, gdy dziecko jest w stanie utrzymać głowę w pozycji pionowej.

Możemy skorzystać z usług świadczących, cierpliwego fryzjera. Jeśli sami zdecydujemy się obciąć włosy malucha, musimy zapamiętać: Palce zawsze trzymamy pod noskiem, chroniąc w ten sposób głowę dziecka. Nożyczkami nie dotykamy skóry, gdyż mogłoby to doprowadzić do przykrego wypadku, gdyby dziecko nagle się poruszyło.

Obcinanie zaczynamy od karku, potem przechodzimy do boków głowy przy polickach oraz grzywce. Jeśli maluch płacze, dajmy mu słodką zabawkę, żeby był nią zajęty.

PRZY CZYTANIU KŁADŹ SIĘ NA BRZUCHU

Zadbaj o kręgosłup

Kręgosłup to rusztowanie, które dźwiga ciało, a kiedy jest przeciążony, buntuje się, reagując dotkliwymi, przewlekłymi bólami. Oto kilka rad na „oszczędzanie kręgosłupa”.

◆ Ćwiczyć codziennie mięśnie grzbietu, aby wytworzyć sobie tzw. gorset mięśniowy, ćwiczyć mięśnie brzucha, które podtrzymują odcinek lędźwiowy, pływając, jeżdżąc na rowerze.

◆ Zadbaj o prawidłową wysokość stołu i krzesła (kolana, biodra i stawy

łokciowe osoby siedzącej powinny być zgłębte pod kątem prostym).

◆ Podczas wykonywania pracy siedzącej robić sobie przerwy na gimnastykę, skłony, przysiady, kręcenie głową.

◆ Przy czytaniu i oglądaniu telewizji kłaść się na brzuchu.

◆ Rozkładać noszone ciężary na oba ramiona. Dźwigać maksymalnie do czterech kilogramów. Nosić plecak.

◆ Ciężkie przedmioty (wiadro z wodą, miskę, bagaż) podnosić z przysiadu.

◆ Nie wykonywać gwałtownych ruchów. Kiedy coś nam „strzyknie”, położyć się na twardym podłożu i poczekać, aż kręgosłup powróci do prawidłowego ułożenia. Gdy ból minie, wykonać ćwiczenia rozluźniające na leżąc - zrobić koci grzbiet - opuszczenie i unoszenie pleców na czworakach. Nie brać leków przeciwbólowych bez zalecenia lekarza. Nagły, ostry, piekący ból kręgosłupa wymaga konsultacji u lekarza neurologa lub ortopedy. (zw)



GOTUJEMY Z SZEFEM KUCHNI WINIARNI „BALLADÉ”

Karp »Pikant«

Składniki: 60 dkg karpia, 10 dkg cebuli, 1 dcl rosolu lub bulionu z kostki, 1 dcl oleju, 2 dkg musztardy, 2 dkg maki, sól, pieprz, kmin, przyprawę curry i chili do smaku, 4 plasterki cytryny do dekoracji.
Karpia podzielimy na dzwónki (ok.

15 dkg na porcję), potrzemy solą, pieprzem, kminem i musztardą. Obtoczymy w mące.

Smażymy na oleju ze wszystkich stron na rumiany kolor.

Karpia wyjmujemy, 3/4 oleju sce-dzimy, wyspiemy cebulę skrojoną

w drobną kostkę i podsmażamy. Dodamy przyprawę curry i chili, włożymy karpia, zalewamy bulionem i dusimy przez ok. 5 min.

Podajemy z ziemniakami, pieczywem lub surowkami.
JANUSZ KRZYWOŃ



Kolumnę przygotowała: **WANDA KUJAWA**

W SZCZECINIE RUSZYŁA AKADEMIA ... SZYBKIEGO CZYTANIA

Uzależnienie od nieprawidłowych nawyków

Przećnięte zdolny człowiek może przeczytać ze zrozumieniem nawet ponad tysiąc słów na minutę, podczas gdy przeciętnie odczytuje się w tym czasie zaledwie 180-250 wyrazów. Rekordzista jest w stanie przeczytać w ciągu minuty aż 30 tys. słów wyświetlanych na dużym ekranie - twierdzi Marzena Szkuclarek, jedna z instruktorek czytania w Akademii Szybkiego Czytania w Szczecinie. Pierwsze zajęcia w Szczecinie rozpo-częły się już w styczniu br.

Dodaje przy tym, że każdy może tę umiejętność opanować pod jednym warunkiem - musi nastawić się głównie na

pracę własną i mieć silną motywację, która pozwoli na przełamanie psychologicznych barier tkwiących w każdym człowieku. Zdaniem Szkuclarek, konieczne jest wyjście poza pewne tabu, które ogranicza właściwą percepcję czytanego materiału tylko dlatego, że wydaje się nam, iż po opuszczeniu kilku zdań tracimy ogólny sens wypowiedzi. Tymczasem - jak twierdzą zwolennicy tej metody - to nieprawda, ponieważ chodzi przede wszystkim o wyrobienie w sobie nawyku „wyłapywania” z tekstu najistotniejszych rzeczy, a nie faktycznie przeczytanie każdego wyrazu z osobna. W tym celu należy umieć się

zrelaksować i jednocześnie skoncentrować - mówi Szkuclarek.

Wieksość ludzi czyta wolno, gdyż jest uzależniona od nieprawidłowych nawyków takich, jak czytanie i przetwarzanie w myśli oraz czytanie na głos. Aby czytać szybko, trzeba wyeliminować tzw. subwokalizację czyli „wygłoszyć przewód słuchowy” doprowadzając do automatycznego kodowania i rejestrowania informacji bez ich uprzedniego przetworzenia w myśli - radzi Szkuclarek. Po drugie należy czytać ze wkaźnikiem (co jest tak ostro „tepiące” w szkołach) i starać się ograniczyć wzrokiem maksymalnie dużą par-

cję czytanego tekstu, czyli poszerzać swoje pole widzenia.



Zdaniem Szkuclarek 30-40 minut ćwiczeń dziennie - oprócz 24 godzin w ramach kursu - wystarczy, aby u miast 180-250 słów na minutę czytać, a nawet dziesięć razy szybciej.

Najszczęśliwymi uczestnikami kursu szybkiego czytania (do tej pory zorganizowano je w Warszawie) są młodzi ludzie, pracownicy kancelarii i banków, kaskich, firm handlowych i studentów. Podobno kurs szybkiego czytania absolwenci znany krytyk filmowy Tomasz Lelek. „Podjeździwa” się też o to w premiera i ministra finansów Lesia Balcerowicza, który czyta bardzo szybko ko - nie wiadomo jednak, czy jest to do-stuga kursu, czy umiejętność wrodzona. Ostatnio na kurs oddelegowano pracowników administracji sejmowej.