

GAZETA POLAKÓW W REPUBLICE CZESKIEJ

GŁOS LUDU

W KRAJU KWITNĄCEJ WIŚNI

Biała olimpiada

Igrzyska olimpijskie są wydarzeniem wyjątkowym. Unaczają one doskonałość, braterstwo, solidarność, zrozumienie i współpracę między wszystkimi ludźmi to rzeczywistość - o ile włoży się dostatecznie wiele wysiłku, aby ją osiągnąć. Igrzyska pozostają wciąż najświetniejszym wydarzeniem światowym i największym świętem współczesnych społeczeństw. Ideały olimpijskie były i ciągle pozostają źródłem inspiracji dla przeszłych, teraźniejszych i przyszłych generacji.

Kiedy Czytelnicy „GL” czytali będą te słowa, w dalekim Nagano, leżącym w Alpach Japońskich na wyspie Honshu (ok. 200 km od Tokio), kolejne - XVIII Zimowe Igrzyska Olimpijskie będą już rzeczywistością.

Ciąg dalszy na str. 8

O współpracy prawnej

Amerykański prokurator generalny Janet Ren i ambasador RC w USA Aleksander Vondra podpisali w środę traktat o wzajemnej pomocy prawnej. Porozumienie, które musi być jeszcze ratyfikowane przez oba państwa, jest szczególnie ważne w obliczu generalnej globalizacji przestępczości. Traktat przewiduje współpracę przy poszukiwaniu i identyfikacji osób i przedmiotów, wymianę informacji i pomoc w zbieraniu dowodów. Oba państwa rozważają podpisanie traktatu o ekstradycji.

KTO POMOŻE MACIERZY ZEBRAĆ POTRZEBNE ŚRODKI?

Obrazy dla gimnazjum

W styczniu br. Oddział Literatury Polskiej Biblioteki Regionalnej w Karwinie przygotował wystawę twórczości Stanisława Krausa. Wśród prezentowanych prac znalazły się dwa obrazy olejne przedstawiające polskie gimnazjum w Orłowej - na Obrochach namalowane przez artystę w roku 1987, krótko przed wyburzeniem budynku.

Z inicjatywy absolwentów żaolziańskiej Alma Mater zwiędających wystawę Koło Macierzy Szkolnej karwińskiej filii Polskiego Gimnazjum, która czuje się spadkobiercą Gimnazjum Realnego im. Juliusza Słowackiego założonego w 1909 roku, zdecydowała się na zakupienie tych prac. Będą one stanowiły wraz z znajdującym się w posiadaniu szkoły obrazem Gus-

tawa Fierli zaczątek szkolnej galerii.

Wiadomo jednak, że potrzeby szkoły są duże, a środki, którymi gospodaruje Koło Macierzy, niewielkie. Dlatego też zwraca się ono do przyjaciół szkoły, jej absolwentów i sympatyków z prośbą o pomoc w zebraniu pieniędzy potrzebnych na zakupienie tych obrazów. Pierwszy krok zmierzający do realizacji pomysłu zrobił sam autor obrazów, obniżając cenę dyptychu o 50 proc. Do czasu zebrania pełnej kwoty obrazy oglądać można w Oddziale Literatury Polskiej Biblioteki Regionalnej w Karwinie.

Darczyńcy proszeni są o wpłacanie datków na konto Moravia Banka Karwiny-Hranice - nr konta 0-1206291127/4500. (H. L.)

POGODA

SOBOTA - Zachmurzenie duże do umiarkowanego, miejscami opady śniegu lub mraznej mżawki. Temperatura w dzień od 0 do 4 st. C, w nocy od -3 do -6 st. C.

NIEDZIELA - Zachmurzenie małe i umiarkowane, słabe opady śniegu. Temperatura w dzień od -2 do 2 st. C, w nocy od 0 do -4 st. C.

PONIEDZIAŁEK - Pochmurno, opady śniegu, temperatura bez zmian.

W CZ. CIESZYNIE TYLKO 22 PIERWSZOKLASISTÓW

Gdzie ci Polacy?...

CZ. CIESZYN (kor) - W przyszłym roku szkolnym uczęszczać będzie do pierwszej klasy Polskiej Szkoły Podstawowej przy ul. Havlička w Cz. Cieszynie tylko 22 uczniów. Do zapisów do klasy pierwszej, które przebiegły tu w środę i czwartek, przybyło wprawdzie z rodzicami 27 kandydatów na pierwszoklasistów, pięcioro z nich będzie musiało jednak poczekać na swój pierwszy piórnok i tornister jeszcze jeden rok.

„Rodzice mają prawo do podjęcia takiej decyzji, zwłaszcza gdy chodzi o dzieci urodzone w drugiej połowie sierpnia. Nic na to nie poradzimy. A dzieci jest, niestety, coraz mniej. Dawniej zawsze mieliśmy dwie klasy pierwsze, teraz już po raz drugi będzie tylko jedna. W tym roku mamy bowiem pierwszoklasistów 29, teraz będzie ich jeszcze mniej... Przy tym chodzi o tak duże miasto” - powiedział nam, z niewesołą miną, zastępca dyrektora szkoły Piotr Roszak.

Podczas gdy rodzice w czasie zapisów rozmawiali z przedstawicielami dyrekcji, ich pociechy w towarzyszących nauczycielek pierwszej stopnia (wśród Danieli Halamy, w czwartek Aliny Ruckiej) mogły zwiędzić przepiękny lokal klasy pierwszej. W czasie tych odwiedzin nauczycielki mogły się przekonać o tym, czy dziecko nie posiada wad wymowy, czy umie co nieco liczyć lub rozpoznać kolory i kształty prostych figur geometrycznych. Dzieci śpiewały też piosenki, recytowały wierszyki i rysowały, a w nagrodę otrzymały kredki i książeczki wierszyków Gustawa Sajdoka.

„Można powiedzieć, że wszystkie dzieci spisały się na medal. Były po prostu fajne - widać tu dobrą robotę rodziców i nauczycielek z przedszkola. Niektóre z dzieci umiały już i czytać, a jeden chłopak - jak mogliśmy się



- Nie martw się, ja też przegrale!

Rys. BRONISŁAW LIBERDA

Ciąg dalszy na str. 2

KSZTAŁCENIE I WYCHOWANIE NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Pięćdziesiąt hawierzowskich - dwie podstawowe, jedna średnia i zawodowa oraz szkoła specjalna - wyposażone zostaną w tym roku w najpotrzebniejszy sprzęt ortopedyczny i rehabilitacyjny.

Projekt, opracowany przez członków towarzystwa „Centrum opieki kulturalnej i społecznej mieszkańców Hawierzowa”, doc. dr. Eduarda Pawera oraz inż. Milana Černého, dyrektora Usług Socjalnych miasta Hawierzowa, zakłada zlikwidowanie barier architektonicznych w wybranych placówkach szkolnych. Wyposażone będą one przede wszystkim w mechanizmy schodowe dla inwalidów, do ich możliwości przystosowane też będą sanitariaty

z szerokimi drzwiami i uchwyty. Po wprowadzeniu tych udogodnień uczniowie na wózkach inwalidzkich będą mogli poruszać się samodzielnie bez pomocy swoich kolegów.

Spółród 56 szkół znajdujących się

i zawodową w środowiskach otwartych. Chcemy, żeby dzieci sprawne i niepełnosprawne miały taką samą szansę edukacji, jak dzieci zdrowe. Dlatego zaakceptowaliśmy ten projekt” - powiedział na konferencji prasowej, w której uczestniczyli

Życie bez barier

na terenie miasta wybrano te, do których uczęszcza najwięcej dzieci poszkodowanych przez los. Z ogólnej liczby 2 479 uczniów, 29 proc. tworzy młodzież niepełnosprawna.

„Zostało dowiedzione, że szkoły integracyjne znacznie ułatwiają dzieciom specjalnej troski adaptację społeczną

także pedagogzy prowadzący klasy integracyjne, inż. Jiří Slavík, wiceprezydent miasta.

Całość prac kosztować będzie ponad dwa miliony koron. 300 tys. koron przeznaczyła na ten cel Powiatowa Powołna Ubezpieczalnia Zdrowotna w Karwinie, 200 tys. Fundacja „Charta

77”, 100 tys. firma „Pemeba”, 30 tys. Komitet Dobrych Woli - Fundacja Olgi Havilovej.

Wykonawcą prac jest praska firma „Pemeba”. O to, dlaczego właśnie ją wybrano zapytaliśmy M. Černého.

Z firmą „Pemeba”, która jest spółką z o.o., zaczęliśmy współpracować przed czterema laty. Właśnie ta firma wyposażyła pierwszy w naszym mieście i w ogóle pierwszy w powiecie karwińskim dom bezbarierowy w Hawierzowie-Zumbarku. Przekonaliśmy się wtedy, że można na niej polegać. W dodatku „Pemeba” otworzyła w Hawierzowie swoją filię, w której już dziś za-

Ciąg dalszy na str. 2

SOBOTA 7 LUTEGO 1998 ROKU

TEL./FAKS (069) 66 07 252

NR 16 ♦ CENA 4,- Kč



▲ W niedługim czasie architektura osiedla w Suchej Górze stopi się w mniej więcej organiczną całość z otoczną zabudową. Wczoraj władze gminne dokonały uroczystego przecięcia dwóch nadbudówek na blokach mieszkalnych przy ulicy Chrost. Kosztuje 5,5 mln koron wybudowana mieszkanie pierwszej kategorii dla sześciu rodzin, które wkrótce wprowadzą się do nowego lokum. Pozostałych 18 rodzin, które również zostały wniesio do przydział tych mieszkań, musi poczekać na nadbudówki w dalszych trzech blokach. Nowe mieszkania zaprojektował inż. arch. Josef Stary z Czeskiego Cieszyna.

Fot: RUDOLF OBRUSNIK

WYNIKI ANKIETY O MŁODZIEŻY DOPIERO ZA DWA MIESIĄCE

Czy powróci SMP?

CZ. CIESZYN (kor) - Ankieta nt. zainteresowań żaolziańskiej młodzieży pracą społeczną i działalnością w strukturach organizacyjnych, przygotowana przez dr Halinę Rusek z Filii Uniwersytetu Śląskiego w Cieszynie, była głównym tematem drugiego już spotkania Komisji Rady Polaków ds. Młodzieży, które odbyło się w czwartek w Gimnazjum Polskim w Cieszynie.

Na pytania zawarte w ankiecie miało w sumie odpowiedzieć 150 uczniów żaolziańskich polskich szkół średnich. Jak poinformował nas przewodniczący Komisji, a zarazem członek Rady

Polaków Roman Barón, ankieta trafiła na razie do uczniów gimnazjów w Cz. Cieszynie i w Karwinie oraz działających również w tym mieście Średniej Szkoły Zdrowotnej i Technikum Maszynowego. Młodzież z czeskojęzycznej Akademii Handlowej będzie miała okazję wypowiedzieć się nt. swoich zainteresowań w najbliższy wtorek.

„Na wyniki ankiety będzie trzeba poczekać co najmniej ze dwa miesiące, tyle bowiem czasu zajmie prawdopodobnie dokładna analiza zebranych odpowiedzi, której podjęmie się dr Rusek. Po otrzymaniu wyników zastanowimy się, co robić dalej” - powiedział R. Barón.

Jego zdaniem, już teraz wszystko wskazuje na to, iż większość ankietowanych opowiadała się za powstaniem samodzielną organizacji młodzieżowej (mogłoby więc chyba powrócić ponownie na scenę Stowarzyszenie Młodzieży Polskiej), chociaż nie zabrakło również głosów sprzeciwu.

Ciąg dalszy na str. 2

MICHAŁ RZESZUT PIERWSZY

Sukces stonawianina

KARWINA (O.N.) - Sukcesem zakończyły się wczorajsze powiatowe eliminacje ogólnokrajowego konkursu w śpiewie solowym pn. „Karłowarski skowronek” dla ucznia Polskiej Szkoły Podstawowej w Karwinie-Nowym Mieście, Michała Rzeszuta ze Stonawy.

W kategorii B, w której startowali uczniowie klas od 6. do 9., wywalczył I miejsce, a tym samym - udział w eliminacjach centralnych. Odbęda się one w dniach 17-19 marca w Karłowicach Warach. Talentowanemu Michałowi akompaniował na akordeonie Józef Wierzoń.

Z KRAJU ■ ZE ŚWIATA

■ KDU-CSL koordynuje swój program wyborczy z ČSSD - powiedział wiceprzewodniczący socjaldemokratów Z. Skromach. (lit)

■ Opublikowania sprostowania i wypłacenia odszkodowania w wysokości 30 mln koron domaga się b. minister spraw wewnętrznych P. Čermák od dziennika „Právo” w związku z obwinieniem go o wystawienie „żelaznego listu” umożliwiającego przewóz auta. (lit)

■ Co najmniej 4 tys. ludzi zginęło, a 15 tys. zostało bez dachu nad głową w wyniku trzęsienia ziemi w Afganistanie.

■ Rząd brytyjski zapowiedział, że w najbliższych dniach wyśle do Kuwejtu osiem myśliwców bombardujących.

MACIERZ SZKOLNA PRZY SZKOLE I PRZEDSZKOLU W GNOJNIKU ZAPRASZA NA

BAL SZKOLNY

W SOBOTĘ 7. 2. 1998 O GODZ. 19.00 DO RESTAURACJI „U ZAJÍCE” W GNOJNIKU



Orkiestra „Spectrum”, loteria, bufety, taksówka.

Z PAP-em DOOKOŁA ŚWIATA

Prawda zagłady

Historyk Aleksander Awdonin, który odkrył szlaki osiedlenia Karu Mikołaja II, sądzi, że odnalazł także miejsce, gdzie pogrzebano cesarza Aleksandra i członków rodziny - poinformowała agencja AFP.

Pod koniec stycznia agencja informowała o odkryciu kości Aleksandra i jego drugiej siostry - Anastazji.

Awdonin utrzymuje, że za słuszną, jego hipotezę przemawiają różne dowody historyczne, zwłaszcza zaś nowe przekazy nasączonych świadków, którzy utrzymywali, że ciała Aleksandra i Marii spalisz w miejscu, które wskazał historyk.

Awdonin wraz z grupą przyjaciół odkrył w roku 1979 szlaki Mikołaja II i członków jego rodziny pod Jakutem na Uralu. Szlakią eksplorowano w roku 1991. Przeprowadzone badania potwierdziły, że należało ono do cara i jego rodziny, rozstrzelanych przez bolszewików w 1919 r. Brakowało jednak kilku dowodów.

Przytężony wkrótce podjął decyzję o tym miejscu, gdzie zostanie pochowana rodzina Romanowów - ostatnich cesarzy Rosji.

Feniksy?

Obecnie wagi za wszelką cenę - to dla niektórych państw zasada, która prowadzi nawet do trawienia znacznej części własnych oparów wewnętrznych. Wyjątkiem są Japonia i Niemcy, które nie borykają się z tym problemem. W Japonii, której wykwapiły się na Alasce, a na zimę lecą bez przystanku do Nowej Zelandii, oddalonej o 11 000 kilometrów. Przed taką podróżą - jak podaje brytyjskie czasopismo "New Scientist" - płaki tuż są maksymalnie, aż do trzech szóstych 56 proc. wagi ich ciała.

Po takim "zatkanie" się, jak jeden zbytnie ciężkie dlań dobieć radę o 11 000 km. Dlatego trawia także znaczne fragmenty swoich oparów wewnętrznych, jak norki i węgorze, przetwarzając je również na rezerwy tłuszczu.

To zadziwiająco zjawisko odkryli Theunis Pietersz z Uniwersytetu w Groningen i Robert Gilj z US Geological Survey w Anchorage na podstawie porównań pomiarów wagi oparów wewnętrznych białek.

Kiedy lądują one wtenczas w Nowej Zelandii po całkowitym zużyciu zasobów tłuszczu, przyspokojać od razu do jedzenia, które najpierw powoduje odnowę ich wewnątrzności. Po przebiegu przez taki tryb życia kilometrów ich ciężary są w szóstą część, wyszczuplając najpierw tylko do przetrwania pierwszego poniku i zapoczątkowania procesu samoregeneracji.

Kosmos i woda

Astronomowie amerykańscy z oddziału badawczego agencji NASA Goddard w Greenbelt, w stanie Maryland, ze zdziwieniem stwierdzili, że woda w chmurach dwóch najbliższych gwiazd konstelacji Skorpiona i Oriona - Antaresa i Betelgezy.

Według czasopisma "Science", uczeni nie potrzeba, na razie, wyjaśnić tego zjawiska. W gwiazdach typu Słońca chłodziła, będąca częścią atmosfery gwiazdy, ma temperaturę wielokrotnie niższą, aby cząsteczki wody mogły w niej przetrwać, tym bardziej w formie płynnej.

Wodę odkryli za pomocą spektroskopu rejestrującego promieniowanie podczerwone, zaistniałego w obserwatorium w Tucson (stan Arizona).

Jak nie kijem, to dorsem

Portugalski minister ds. parlamentu Antonio Costa został obity po twarzą dorsem przez sfrustrowanego obywatela, przy akompaniamencie okrzyków "Może to być nauczy rządzić".

To niespotykane wykorzystanie dorosa - nie przewidziane wśród tygrysów i jeleni przepisów na sprządkanie potraw z tej bardzo popularnej w Portugalii ryby - nastąpiło w czwartek z okazji otwarcia w mieście Braga wystawy "Portugalia - smak ziemii" w ramach Festiwalu 100 Dni poprzedzającego Wystawę Światową Expo 98 w Lizbonie.

Nie wygrywane materiały publicystyczne i informacyjne pochodzą z satelitarnej sieci Informacyjnego Polskiej Agencji Prasowej.

KOŁO POLSKICH KOMBATANTÓW PRZED WALNYM ZEBRANIEM

Nadszedł czas podsumowań

Od 1991 roku Koło Polskich Kombatanów prowadzi na Złotym szlaku działalność na rzecz byłych żołnierzy Polskich Sił Zbrojnych. Bezpośrednio po akumulatorze rewolucji w 1989 roku była to głównie pomoc - tym, którzy za lata służby w Wojsku Polskim nie otrzymywali należnej emerytury. Dziś, Koło, jako jedno z nielicznych og-

nów Kongresu Polaków, podtrzymując w duchu obywatelskiej tradycji narodowej i wolnościowej, zmierzając również w kierunku umocnienia demokracji, tolerancji i porozumienia w naszym kraju. Ważna dla sprawy weteranów jest pamięć o tych, którzy walczyli o nowy ład w Europie i złożyli ofiarę najwyższą. Dlatego członkowie Koła uczestniczą

w kombatanckich uroczystościach wspomnieniowych, organizowanych bądź przez KPK, bądź przez bratnie organizacje z obu brzegów Ołry. Od pięciu lat wydają kombatanckim weteranom kwartałnik "Wiara" - na co nie tylko kombatanckim weteranom, ale również przywracając pamięć historyczną o zwycięstwach, wojennych losach kombatanów, jest bowiem jeszcze wiele białych plam do wyjaśnienia, jest jeszcze wiele spraw społecznych do załatwienia.

O działalności w okresie minionych trzech lat i o bieżących aktualnych sprawach, dotyczących 130 członków Koła, będzie mowa na walnym zebraniu, które odbędzie się 23 lutego br. w Domu PZKO w Olszynie. Zarząd zdecydowanie zaprasza członków Koła z rodzinami i podopiecznymi na to niezwykle ważne spotkanie już od godz. 10.30, zapewniając wyżywienie ze świeżościami. Priorytetem przewidziano również kwiaty pod Pomnikiem Legionistów, prezentację kroniki i filmów z udziałem weteranów. Uroczystym momentem ma być podpisanie umowy filijacyjnej z przedstawicielami Światowej Federacji Stowarzyszeń Polskich Kombatanów. Zarząd liczy również na udział gości z kraju i zagranicy, dlatego zaprasza do członków, aby przysłali kombatancki ubiór. **BRONISŁAW FIRLA** *prezes KPK*

PETYCJA W SPRAWIE TV TRAFIŁA JUŻ DO URZĘDÓW GMINNYCH

Rusza akcja podpisowa

PODBESKIDZIE (kur) - Najpóźniej do 17 lutego mogą mieszkańcy Podbeskidzia oraz Trybicy i Cz. Cieszyńska złożyć swój podpis pod petycją w sprawie poprawy jakości odbioru sygnału telewizyjnego w tym regionie. RC Jak poinformował nas jeden z autorów petycji, sekretarz Urzędu Miejskiego w Jabłonkowie Bogusław Kaleta, tekst petycji i arkusz podpisywać są już do dyspozycji w każdym urzędzie gminnym lub miejskim.

Autorzy petycji domagają się m. in. przeprowadzenia przez kompetentne instytucje dokładnych pomiarów jakości sygnału we wszystkich gminach i miastach na terenie od Cz. Cieszyńskiej po Miastko i Jabłonkowie i Herzanów oraz zapewnienia w miarę jak najkrótszym terminie poprawy jakości odbioru oraz programów telewizji publicznej. Propozycja ta, żeby nowe nadajniki i przekaźniki były budowane w takich miejscach, które umożliwiłyby jakościowy odbiór sygnału TV na całym terenie powiatu, kierując się kierunkiem Sławk Cieszyński. Jeden z punktów dotyczy także pomocy państwa i jego in-

stytucji przy tworzeniu sieci gminnej i miast lokalnych stacji telewizyjnych. Petycja została opracowana podczas konferencji m. odbioru sygnału telewizyjnego na Podbeskidziu (odbyła się w Jabłonkowie 27 stycznia br.), a zostanie ona wydana do komisji parlamentarnych i Senatu. Petycja została również skierowana do Rady ds. Radiodźwięku i Telewizji, Cieszyńskiego Urzędu Telekomunikacji oraz Cieszyńskiego Radiokomunikacji.

Czy powróci SMP?

Dokończenie ze str. 1

Z odpowiedzi na inne pytania wynika, że młodzież pracuje obecnie głównie w PZKO i harcerstwie, a jeśli chodzi o udział uczniów w pracy społecznej, prym wiodą to gimnazjaliści. W innych szkołach średnich "społeczniczo" cieszą się nieco mniejszym powodzeniem. Uczestnikom ankiet odpowiadał się też pomysł stworzenia ośrodka lub klubu młodzieżowego, uważają jednak, że warto by pomyśleć o tym, żeby ośrodek taki powstał nie tylko w Cz. Cieszyńskiej, ale także w Karwimie.

Burza poinformował nas też, że w najbliższą środę - 11 lutego - odbędzie się spotkanie m. młodzieży zwołane przez Towarzystwo Nauczycieli Polskich. Członkowie Komisji ds. Młodzieży zamierzają też w terminie do 4 miesięcy zorganizować forum dyskusyjne o młodzieży oraz spotkanie młodzieży z przedstawicielami mas mediów.

Od siedmiu lat działa w Lublinie Lubelska Agencja Informacyjna, na której czele stoi Jerzy Wołniak. Agencja jest głównym organizatorem Międzynarodowych Targów w Lublinie.

Jak poinformował "GL" Jerzy Wołniak, w ciągu roku agencja organizuje ponad 13-14 dużych imprez targowych, na których wystawia, prezentuje, rozgłasza i rozprowadza. Największy rozgłos zyskały Targi budowlane i motoryzacyjne oraz "Targi Chlebskie".

"Wśród wystawców reprezentujących obce państwa nigdy nie pojawiła się firma czeska. Skąd postanowiliśmy odwiedzić Ostrawę, w celu zachęcenia "Pro-info" - stowarzyszenia biznesu czesko-polskiego do reprezentowania wśród czeskiego kapitału naszych możliwości wystawienniczych. Oprócz "Targów Chlebskich" współorganizujemy również targi w Brzecku i w Łucku, czyli na Białorusi i na Ukrainie.

Jerzy Wołniak utrzymuje, iż możliwości wymiany handlowej czesko-polsko-białorusko-ukraińskiej spoczywają prawie we wszystkich branżach. "Zawsze znajdzie się jakiś kłopot w zaopatrzeniu rynku. Można skorzystać i zabyć filii" - mówi. Tym bardziej, że w wyniku reformy administracyjnej kraju województwo lubelskie rynek 12 przysięg granicznych na Białorusi i Ukrainie. *(mro)*

Życie bez barier

Dokończenie ze str. 1

trudnia pięć osób niepełnosprawnych, a w najbliższym czasie chce stworzyć dla nich kolejne miejsca pracy. To bardzo pozytywna wiadomość dla miasta, w którym od lat wzrasta liczba bezrobotnych inwalidów.



▲ W Muzeum Techniki, nowej filii Muzeum Ziemi Cieszyńskiej otwartej w ubiegłym roku w Pierwalskiej w rekonstruowanym budynku plebanii (na zdjęciu z lewej) zwiedzać można m.in. zaistniałą na poddaszu wystawę pn. "Wielkie pranie", czyli "O praniu i praniu białym".



Fot. FRANCISZEK RYB

CZY OBCOKRAJOWCY UCZESTNICZYĆ BĘDĄ W WYBORACH KOMUNALNYCH?

Nowelizacja ustaw wyborczych

Izba Poselska Parlamentu RC omawia w tych dniach zmiany ordynacji wyborczych do władz gminnych, Izby Poselskiej i Senatu Republiki Czeskiej. Zarówno w wypadku wyborów komunalnych, jak i do Parlamentu RC, proponowane jest skrócenie okresu głosowania z dwu dni na jeden. Dniem wyborczym miałyby być zawsze piątki. Jest też kilka poprawek techniczno-organizacyjnych, wywodzących się z dotychczasowych praktycznych doświadczeń. Rozpatrywana jest propozycja, aby ostateczne terminy zgłaszania kandydatów lub delegatów do komisji wyborczych upływały w ostatni dzień nie o godzinie 24.00, ale o godz. 16.00 - tak, aby kandydaci niezależnie mieli możliwość delegowania swoich zastępców do komisji wyborczych itp.

Podstawową zmianą ma być jednak poszerzenie prawa wyborczego. W wyborach parlamentarnych miałyby mieć możliwość uczestniczenia również ci obywatele RC, którzy w dzień wyborów przebywają poza granicami kraju.

Natomiast w wyborach do samorządów gminnych mogliby brać udział także obcokrajowcy ze stałym miejscem zamieszkania w danej gminie. Tak więc zarówno aktywne, jak i pasywne prawo wyborcze przysługiwałoby w wyborach

komunalnych np. obywatelom Rzeczypospolitej Polskiej na stałe mieszkającym na tym terenie. Warunkiem byłoby jednak osobiste zadanie o wps na listy wyborców.

Sporo poprawek techniczno-organizacyjnych dotyczy wyborów senackich. Wypłynęły one z młotwa niedociąganie i nieporozumień, do jakich došlo podczas rejestracji kandydatów w roku 1996. I tak np. odpada obowiązek protokolał obwodowej komisji wyborczej zwracania uwagi na niedokładności w zgłoszeniach kandydatów. Wprowadza się natomiast możliwość ustalenia terminu, do którego można by było poprawki do zaistniałych w zgłoszeniach uchylić.

■ Z POLSKI

■ Ppłk Zbigniew Nowak został wybrany przez prezydiera Jerzego Buzka na szefa Urzędu Ochrony Państwa.

■ Intencją rządzących jest podjęcie normalnych stosunków z Białorusią. Powszechnieść szef polskiego MSZ Jacek Giermek.

■ PSL, Unia Pracy i PPS opowiedziały się za przeprowadzeniem reformy w sprawie reformy samorządowej.

■ Potrzebna jest wizja doświadczeń kadencji administracji publicznej - plan wprowadzenia reformy - mówi szef Urzędu Ochrony Państwa Zbigniew Nowak.

■ O stereotypach narodowych dyskutowano na zainaugurowanym wczoraj Forum Młodzieży w Warszawie.

■ Dwie trzecie Polaków chcą z wyłączeniem w Polsce - mimo importu brytyjskiej wolowiny - chronić swoich krow.

■ Premier Jerzy Buzek, a także przewodniczący Klubu Parlamentarnego "S" Marian Krzaklewski spotkali się z przedstawicielami Polskiej Związku i Stowarzyszeń Gminnych i Ligi Krajowej. Dyskusja o reformie samorządu państwa.

■ Minęło 100 dni rządów premiera Jerzego Buzka.

NA DWORCU AUTOBUSOWYM

Dom handlowy?

BOGUMIN (h) - Miasto przetrza się do ogłoszenia przetargu na dom handlowy. Miasto, stanął tam, gdzie obecnie mieści się dworzec autobusowy. Teren ten, który w własności miasta, nie, jako kierownik wydziału majątku Elwy Drwowej, optymalnie wykorzystanie. W niedługoj przyszłości należy kryć się z tym, że stanowiska dla autobusów, które kursują stąd m. in. Ostrawę, Olkovicę, Karwinę, Smolewice, Hawierzów i Wjele. Wjele Bogumina, sąsiadującą z Wjele, mniej więcej, ich bezpośrednim sąsiadów w różnie dla domu handlowy.

W Polskiej Szkole Podstawowej w Hawierzów-Błędowicach nie dzieje się niczego, więc ma, jasnę nie ma też klas integracyjnych.

Nie znaczy to jednak, że nie robimy dla zdrowia naszych uczniów. Włączyliśmy się do programu, mającego na celu zapobieganie chorobie drog oddechowych. Zakupiliśmy więc cztery inhalatory, trzy lampy świecące, ostatnio uzupełniliśmy nasz asortyment o piętnaście fleksofonów (wykorzystują je również maluchy z obu płci przedszkolaki).

Od pół roku uczniowie uczęszczający do świetlicy otrzymują kropki, tamponowe oraz wód mineralną "Wodociek" - powiedziała nam dyrektorka szkoły Wanda Heler.

Dają też o swoją kondycję fizyczną nauczyciele. Raz w tygodniu w świetlicy szkolnej odbywa się turniej siatkówki, który zakończony jest meczem. W ubiegłym tygodniu podjęli zmagania się z uczniami klasy dwudziestej. Dwa do jednego wygrali nauczyciele. *(wał)*

W trakcie drugiego i trzeciego czytania tych ustaw w Izbie Poselskiej i także podczas czytania w Senacie, może jeszcze dojść do innych zmian. Owarie tej kwestii stwarza okazję do proponowania większych i głębszych zmian w ordynacji wyborczej. Zwrócić jednak na krótki okres, jak dzielą nas od przedwczesnych wyborów, a także na aktualny klimat polityczny, nie można się raczej spodziewać zasadniczych zmian.

Mogą jednak zapewnić czytelnikom "Głosu Ludu", że będą na bieżąco informowani o tych jakże ważnych dla nas sprawach. Dokładny projekt zmian ordynacji wyborczej jest do dyspozycji w mojej kancelarii poselskiej.

WAWRZYNIEC FOJCZAK
poseł z ramienia OP
do Parlamentu RP

IRENA ONDRASZEK: „ZACZEŁO SIĘ OD WYSTĘPU NA JUBILEUSZU GIMNASTYKÓW”

Wędryńska propozycja - „To My”

„Ale to Zaołzie jest roztaczające...” - mogłem usłyszeć przed kilkoma laty w amfiteatrze w Brzegu (woj. opolskie), kiedy to dyrektor Brzeskiego Centrum Kultury Janusz Wójcik postanowił zorganizować w tym piastowskim grodzie „Dni Zaołzia”. Pamiętam, jaką furorę zrobili tancerze i kapela z bystrzyckiego zespołu „Łączka”. Bo rzeczywiście - brzeski zespół „Piast”, który zaprezentował na scenie polskie tańce narodowe, był niezły, młodzi bystrzykanie zaskoczyli jednak wszystkich - autentycznością „Jużem” scenicznym... „Zaołzie górą” - pomyślałem więc, miła wszakże krótkość mi arzeł, gdy miałem okazję obejrzeć występ dziecięcego zespołu tanecznego „Gaga”. Nowoczesne rytmy, dzieci autentycznie bawiące się na scenie w rytm muzyki... Powiedziałem sobie, że warto by stworzyć podobny zespół i u nas. Przez długi czas zdawać by się mogło, że po prostu tylko marzenia. Aż tu nagle... okazało się, że podobny zespół na Zaołziu już istnieje - pracuje przy MK PZKO w Wędrynie i nazywa się „To My”.

„Wszystko zaczęło się przed dwoma laty, od występu na uroczystości z okazji jubileuszu 90-lecia wędryńskich gimnastyków” - wspomina kierowniczka zespołu „To My”, Irena Ondraszek. „Pomagałam wówczas wraz z Renią Ondraszek mojemu mężowi Bogdanowi, który jest obecnie szefem gimnastyków, opracować scenariusz imprezy i w pewnym momencie padł pomysł - wędzić i przygotować z dziewczynami z wyższych klas naszej podziawówki

tańce ludowe, ale można tańce potraktować również trochę inaczej.

Bo przyznajmy - zespołów zajmujących się tańcem ludowym i folklorem w ogóle nigdy ci u nas nie brakowało. Tańczą od ponad 40 lat „Olszanie” (szkoda, że nie słychać ostatnio o powstałym również na początku lat 50. „Górniku”), mają już swoje ładne motocykle „Górale”, „Suszanie” z Suchoj Górnicy, „Bystrzyca”, „Skotniczka” czy nawet dziecięce zespoły: „Nowina”.

nie tylko młodzieżowej, bo w sezonie karnawałowym występowały też „Sabinki” na licznych balach ze swoim programem balowym...

„W drugiej połowie lat 80. zakończyliśmy swoją działalność, bo wiadomo - zakładaliśmy rodzinę, pojawili się nowi problemy, a przede wszystkim zabrakło czasu. O tańcu jednak - jak widział - nie zapomnieliśmy. Nie zapomnieliśmy też o „Sabinkach” - np. kiedy zastanawialiśmy się nad nazwą dla obecnego zespołu, dziewczyny chciały nawet powrócić do tamtej nazwy. Pomyślałam jednak, że nie byłoby to najlepiej rozwiązaniem. Ostatecznie padła propozycja - „To My” - i pod taką nazwą zna nas już cała Wędryna. I nie tylko...” - mówi Irena.

Po tańcu „Ka czi i z okazji”, który mieli okazję obejrzeć goście jubileuszu gimnastyków w roku 1995, przygotowały młode wędrynki na początku roku 1996 od razu program balowy pn. „Celebration”. W tym samym roku zaprezentowały swój zespół podczas „Potęgania lata” ze swoim barwnym „Letnim Pokazem Mody”. Potem przyszedł następny propozycja: „To i owo na wesoło”, „Tamte lata” - powrót do muzyki i strojów z lat 50. i 60., „Blue Jeans”, „Ji” - do muzyki Janet Jackson... No i sporo występów - podczas imprez MK PZKO i innych wędryńskich organizacjach, występowały dziewczyny w Bystrzycy, gdzie I. Ondraszek pracuje w Urzędzie Gminy jako pracownica ds. kultury, wzięły też przed rocznicą udział w Powiatowym Przeglądzie Zespołów Tanecznych w trzynieckim Domu Kultury „Trisna”.

„Nie był to wprawdzie konkurs, ale pomimo to można powiedzieć, że odniosłyśmy niemały sukces. Występ podobał się bowiem nie tylko publiczności,



ale nie mieli żadnych zastrzeżeń również krytycy, którzy wysoko oceniali stroje, wybór muzyki, choreografię. To mobilizuje i zachęca do dalszej pracy”.

Pisałem na razie o grupie starszych dziewcząt, które nie tylko tańczą we wspomnianych już tańcach, ale również same robią projekty strojów, dobierają muzykę. „To My” to jednak również grupa młodsza, którą tworzą dziewczyny z klas 1.-5. miejscowej podziawówki. Jak na razie mogli wędryniacie obejrzeć „maluchy” - jak z uśmiechem na ustach mówi o swoich podopiecznych Irena - w programie pn. „Już”.

„Przed wszystkim chciałabym stworzyć z młodzieżą dobry zespół taneczny. Nie zapominamy jednak również o innych, tak samo ważnych sprawach. Oni, młode dziewczyny nie zał- wazę umieć się prawidłowo poruszać,

choć, nie czują rytmu - tego wszystkiego chcemy nauczyc. Zresztą nie tylko te najmłodsze” - wyraża I. Ondraszek. „Ponieważ tym są nasze próby również okazją do rozmów na najróżniejsze tematy - mówimy o typowo „babskich” sprawach, bo przecież nauczycielki, a często i rodzice nie zawsze mają na to czas, rozmawiamy o modzie, muzyce - i to nie tylko o tej nowoczesnej. Staramy się wyjaśnić dziewczynom, co to jest jazz, blues, folklor... Uczymy je też i tańców standardowych, polki... A przede wszystkim staramy się być dla nich starszymi koleżankami - mogą się nam zwierzyć ze wszystkimi swoimi problemami, w tym wieku jest to bowiem bardzo potrzebne. Myślę, że dzięki temu wszystkim udało nam się stworzyć świetną paczkę”.

Rok 1998 rozpoczęły dziewczęta na balach - zespół „To My” przygotował bowiem nowy program balowy - z polonezem, jivem, charlestonem i rock'n'rollem - który mieli już okazję obejrzeć uczestnicy balu wędryńskiej PSP oraz „Balu Myślińskiego”. Już wkrótce zaś - 21 lutego - zespół weźmie udział w tradycyjnych wędryńskich „Ostatkach”. Przygotowują też dziewczyny nowy program, w którym pokażą swoim sympatykom wszystkie tańce, które do tej pory udało im się razem wyuczyć.

„Będzie to świetna okazja, by na własne oczy się przekonać o tym, jakie robiłyśmy przez te dwa lata postępy. Chciałybyśmy też nawiązać kontakty z podobnymi zespołami w Polsce, być może ze wspomnianą już brzeską „Gagą”. Poza tym chcemy pochwalić się swoim dorobkiem również w „dalszych Kołach PZKO” - zakończyła Irena.

Może więc kogoś zainteresuje ta propozycja? Jeżeli tak, może się skontaktować z Ireną Ondraszek pod nr. tel. 0659/35 23 46 (Urząd Gminy w Bystrzycy) lub 0659/32 43 14 (dom). Gorąco namawiam, bo warto...

JACEK SIKORA

Zdjęcia z archiwum zespołu



kłóli występ taneczny. Z początku nie miałam na to żadnej ochoty, ale wreszcie udało się Bogdanowi jakoś mnie przekonać. Tak powstał taniec pn. „Ka czi i z okazji”, który zaprezentowałyśmy we wrześniu 1995 roku w „Czystelni”. A że się podobało, więc zespół zaczął pracować - wkrótce przyszedł dalsze dziewczyny, powstała także grupa młodsza dziewczyn z klas 1.-5., a w końcu do kierownictwa, czyli Reni i mnie, dołączyła Zosia Biko. I tak już pozostało, a zespół przyszedł nazwę „To My”.

Ktoś inny, jak nie Irena Ondraszek, miał się podjąć kierowania zespołem, który postanowił zająć się tańcem - nazywamy to - nowoczesnym? To przecież Irena, wówczas jeszcze pod panińskim nazwiskiem Czudek, była na przełomie lat 70. i 80. jednym z filarów trzynieckich „Sabinek”, dziewczęcego zespołu, który pracując przy MK PZKO w Trzynie-Osiedlu jako pierwszy pokazał Zaołziakom, że istnieje nie tylko

„Skotniczka” lub wspomniana już „Łączka”. Było też zawsze sporo śląskich i polskich tańców ludowych na wszelkiego rodzaju akademickich szkolnych czy imprezach kół pęzetkaowskich, ale o tańcu tym nowoczesnym, w rytm muzyki młodzieżowej, raczej zapomniano lub traktowano go jako Kopciuszka.

Były co prawda różne próby - w swoim czasie w prawie każdym Klubie Młodych działały zespoły taneczne, które mogły nawet zmierzyć swoje siły podczas „Maja nad Olzą”, przeglądu organizowanego na przełomie lat 70. i 80. przez czeskojęzyczną Radę Obwodową Klubów Młodych i Sekcję Ruchu Tanecznego ZG PZKO. Największą popularność zdobyły jednak dopiero „Sabinki”, które zaskoczyły wszystkich miłośników tańca swoimi wszytymi talentem, żywiołowością, ciekawymi układami choreograficznymi... Wkrótce nie można było sobie bez ich występu wyobrazić żadnej imprezy -



BESKIDY W OBIEKTYWIE STANISŁAWA GÓRECKIEGO



▲ Dwustuletnia kołba w Wyduki-Głuchowej.



▲ Beskidzka ambona myśliwska.



▲ Sto dwa lata liczące sobie schronisko na Jaworów stale urzeka swą oryginalną architekturą.

GŁOSIK GŁOSIK GŁOSIK GŁOSIK

Pozdrawiamy uczestników XXVII Zjazdu Gwiaździstego!

Dzisiaj, kiedy sportowcy z całego świata rozpoczynają walkę o medale na Zimowych Igrzyskach Olimpijskich w dalekiej Japonii, nasi zawodnicy spotykają się w Beśkach na kolejnym Zjeździe Gwiaździstym. Wszystkim uczestnikom tej naszej imprezy sportowej trzymamy kciuki. Kto wie, czy wśród nich nie wyrasta talent na miarę przyszłego olimpijczyka? Czy wiecie, że narty pochodzą z krajów azjatyckich i znane były już 2500 lat p.n.e.? Początkowo były przedmiotem użytkowym, a współcześnie nam narty utworzone z nowoczesnego tworzywa. Teraz nadal niezbędne są w krajach okolicznych, ale nam służą nie tylko do uprawiania sportów wyczynowych, ale i do zabawy i rekreacji.

rekreacyjnego pobytu na świetnym powietrzu zimą. Tak samo jak ty i sanka. A skoro już o sankach mowa, miejmy nadzieję, że zima odtań będzie laskawa, nie będzie szedzić śniegu i pozwoli na zorganizowanie kuligów, co przypominał nam wierszyk Marii Konopnickiej:

*Jasne słonko, mroźny dzień,
A sancekci dzień, dzień,
Aż koniki po śniegu
Zagrzeją się od biegu.
Jasne słonko, mroźny dzień,
A sancekci dzień, dzień,
Czekamy na wieści o Waszych zimowych zabawach i przypominamy, że równo za tydzień imieniny Walentego, czyli Dzień Zakochanych i trzeba przygotować „walentynki”. Głosik i jego koledzy*

zimyowych zabawach i przypominamy, że równo za tydzień imieniny Walentego, czyli Dzień Zakochanych i trzeba przygotować „walentynki”. Głosik i jego koledzy

Uśmiechnij się

*Mamusiu - mój mały
Hanecka - rozumiesz, że
ciasto, które przyniosła w zeszłym tygodniu babciu, nazywało się babka. Ale nie rozumiesz, dlaczego nie nazywa się „mamka”, kiedy ty go pieczesz?*

- Dziadziu - proszę Jasio - opowiada mi jeszcze raz o tych dawnych czasach, kiedy jeszcze nie było pilotów i ty za każdym razem musiałeś się zrywać z fotela, gdy chciałeś zmienić program telewizyjny...

*- Jakich kamieni jest w morzu najwięcej?
- Oczywiście, mokrych!*

*Przychodzi klient do księgarni i pyta:
- Czy jest „Tam Tadusz”!
- Tak... Tadek, do ciebie!*

*- Co uceci ma pod łódką?
- Uceci ma pod łódką sprząta!*

OPOLSKIE I ZIELONOGÓRSKIE BRONIĄ SIĘ ENERGETYCZNIE

Walka o województwa

„Woję O zamiast K” - takie nalepki pojawiły się na samochodach opolskich. Jak poinformowali inicjatorzy akcji z Obywatelskiego Komitetu Opoli, Opolscy, kierowcy będą w ten sposób manifestowali swoją niechęć do włączenia tego województwa do regionu katowickiego.

Kary i nalepki bezpłatnie rozdawały placówki handlowe i opolski Automobilklub. W centrali ruchu zebrało już 35 tys. podpisów osób popierających utrzymanie woj. opolskiego - informuje biuro OKOOP.

Prezydium Sejmiku Samorządowego woj. katowickiego opowiada się za wprowadzeniem 12 województw. W tym górnolotowskie, w którego skład weszłyby największe województwa: katowickie, opolskie, bielskie i częstochowskie. Zdaniem katowickich samorządowców, przemawiają za tym przesłanki ekonomiczne, historyczne i społeczne. Prezydium sejmiku „z największym niepokojem obserwuje działania przedstawicieli administracji rządowej i samorządowej niektórych województw, szczególnie woj. częstochowskiego i opolskiego, wywierających nacisk na rząd i parlament, w celu ich utrzymania w proponowanym nowym podziale administracyjnym kraju” - głosi uchwała prezydium.

„Za niedopuszczalność uważamy wyrażanie stanowiska woj. katowickiego na temat woj. opolskiego” - stwierdził na tej uchwale woj. katowicki.

Samorządowcy z walczącego o pozostanie na mapie administracyjnej państwa Zielonogórskiego zaprosili na miarę Jerzego Buzka i jego ministrów do złożenia wizyty w tym województwie. „Po wyjeździe przynajmniej na powrót się już mieszkać w Środzie woj. łódzkiego, iż są mało rozwinięte i konieczne, na silę trzeba z nas zebrać Wielkopolan lub Dolnoślązaków, aby podkreślić naszą tożsamość narodową” - napisali Zielonogórzanie.

UZNANIE DLA OSIĄGNIĘĆ POLSKIEJ ARCHEOLOGII

Wykopaliska w Aleksandrii

Rozszerza się teren polskich wykopalisk w Aleksandrii w Egipcie. Egipska Służba Starożytności udostępniła do badań nowe tereny w centrum miasta, gdzie mogą znajdować się wielkie budowle z czasów rzymskich i bizantyjskich - powiedział prof. Michał Gawlikowski, dyrektor Centrum Archeologii Śródziemnomorskiej Uniwersytetu Warszawskiego.

Nowe tereny obejmują ponad 4 ha w pobliżu odkrytych wcześniej przez Polaków ruin teatru, basenów i teatru w centrum współczesnej Aleksandrii. Tam również 2 tys. lat temu znajdowało się centrum antycznego miasta. Archeolodzy muszą przekopać się przez dwa tródniołowe cmentarzyska muzułmańskie, aby dotrzeć do warstw bizantyjskiej i rzymskiej. Powierzchnie Polacy tak prestiżowe zadania, jakim jest badanie najstarszej zachowanej

dzielnicy starożytnej Aleksandrii, w wyrazem uznania dla osiągnięć polskiej archeologii.

Wstępne rozpoznanie terenu wykazuje, że mogą znajdować się tam budowle - prawdopodobnie świątynia. Wcześniej znajdowane były w tym miejscu tylko luźne detale i fragmenty dekoracji.

Wiadomo, że rzymskie świątynie były przebudowywane później na kościoły chrześcijańskie. Na razie wykopaliska dotarły do warstw wczesnoarabskich. Przewiduje się połączenie wszystkich polskich wykopalisk archeologicznych w tym rejonie i oddzielenie całego fragmentu antycznej Aleksandrii.

Władze egipskie chcą w oparciu o polskie wykopaliska stworzyć archeologiczny skansen - ze zrekonstruowaną zabudową z czasów rzymskich.

WARTO PRZECZYTAĆ, WARTO MIEĆ

■ **Czesław Miłosz - „Abecadło Miłosza”** (Wydawnictwo Literackie) - „Abecadło Miłosza” to książka opowieści i pouczających przykładów o ludziach i czasach dwudziestego wieku: Wilno - Warszawa - Paryż - Waszyngton - Berkeley - to elementarz życiowych nauk, to osobiste wyznania i gawędy pisarza, filozofa, moralisty. Mówię inaczej zarobkowie - to abecadło mądrości.

■ **Deborah Gray - „Album mojego dziecka”** (Wydawnictwo VIDEOGRAF II Sp. z o.o.) - Bogato ilustrowana publikacja przeznaczona dla rodziców nowo narodzonego dziecka. Oprócz cennych porad dotyczących pielęgnacji i żywienia, zawiera także propozycje zabaw, piosenek i wierszyków, które mogą wpłynąć korzystnie na rozwój niemowlęcia. Na poszczególnych stronach albuma można odnotować kolejne postępy dziecka od chwili narodzin do ukończenia drugiego roku życia. Rodzice mogą także rejestrować w nim ważne wydarzenia w życiu dziecka i wkładać fotografie z różnych uroczystości. Tego typu książka będzie w przyszłości miłą pamiątką, zarówno dla dziecka, jak i jego rodziny.

■ **Zbigniew Sztybel - „Woda, która nie moczy rąk. Alchemia Michała Sedziwoja”** (Wydawnictwa Naukowo-Techniczne) - Książka jest poświęconą omówieniu twórczych osiągnięć i rzeczywistego dorobku naukowego najwybitniejszego polskiego alchemika - Michała Sedziwoja. Oprócz dociekań naukowych, w książce znajdują się także liczne, często barwne szczegóły biograficzne z życia Sedziwoja. Książka jest bogatym źródłem informacji o początkach polskiej chemii.

■ **„To trzeba wiedzieć - lekcjon szkolny”** (Wydawnictwa Naukowo-Techniczne) - Lekcjon wyjaśnia znaczenia 5 tys. podstawowych terminów z prawie wszystkich dziedzin wiedzy (matematyki, informatyki, biologii, fizyki, chemii, plastyki i muzyki) objętych programem nauczania w szkole podstawowej. Terminy te powinny być znane każdemu dziecku kończącemu szkołę. Uszeregowane alfabetycznie terminy zostały wybrane z podręczników szkolnych dla szkoły podstawowej; materiały uzupełniające, tak aby dały zbieżną porcję wiadomości z wyżej wymienionych przedmiotów nauczania. Wzrost dydaktyczny i estetyczny książki podnoszą liczne tabele, wykresy, rysunki i barwne ilustracje.

■ **Władysław Kopaliński - „Słownik mitów i tradycji kultury”** (Państwowy Instytut Wydawniczy) - Zaskomnie przewodnik po światowym dziedzictwie kulturowym, ułatwiający czytelnikowi dotarcie do ukrytych treści poznanego świata, imienia, nazwy lub rozszyfrowanie niejasnej aluzji do tradycji humanistycznych, Biblii, mitu, legendy, epoki, folkloru, dzieła sztuki, postaci lub wydarzenia z historii czy literatury. Słownik jest nie tylko niezbędną pomocą w pracy, ale i fascynującą lekturą dla wszystkich, którzy ciekawie śledzą szeroko pojętą kulturę.

■ **„Księga cytatów z polskiej literatury pięknej od XVI do XX wieku”** (Państwowy Instytut Wydawniczy) - Wznowienie obszernej antologii cytatów i najcenniejszych fragmentów z literatury polskiej od Jana Kochanowskiego po współczesność.

■ **Mary Barnett - „Bogowie i mity Egiptu”** (Wydawnictwo ARKADY) - Album przedstawia główne fazy rozwoju religii Egiptu od czasów przedpatriarchalnych do późnej starożytności, podstawowe wątki wierzności i traktacji o stworzeniu świata, zwierząt i rodzaju ludzkiego. Świat zmarłych został zilustrowany tekstami z „Księgi umarłych”. Wykaz głównych bóstw Egiptu, mapy i tablice chronologiczne dopełniają i interesują książkę.

Wszystkie wymienione wyżej pozycje można zakupić w księgarni „Biblioteka” przy ul. Głębokiej w Cieszynie.

Swoimi występami w Dniach Babi i Dziadka sprawili swoim bliskim wiele radości. Przeczytajcie, jak wyglądały obchody u przedszkolaków w Karwinie-Przysławie i Cieszkowie w Cieszkowie i przetrzymajcie, z trzeciego listu dowiecie się, jak bawowały dzieci w czeskojęzycznej świetlicy.

Duet z Dziadkiem

Maluszki i starszaki z przedszkola w Karwinie-Przysławie były sumiennie przygotowane do wykonania uroczystego programu na czesie swoich babć i dziadków. Chociaż trema czasami dawała im się we znaki, było bardzo miło i każdy występ nagrodzony został rzesistymi oklaskami. Leżka szczerze wzruszenia pojawiła się w oku jednej babci, a nawet i dziadka. Podobał się bardzo pięcioletni Adaś

Sikora, który nie tylko zaśpiewał solo, ale i wystąpił wraz ze swoim dziadkiem, panem Otakarem Winklerem, w ducie skrzypcowym. W drugiej części uroczystości ofiarne mamuzie częstowały gości smaczną herbatką i pyszną babką. Wszystkim, a więc wykonawcom programu, paniom nauczycielkom z dyrektorką Elżbietą Galską oraz Macierzy w imieniu swoim i gości dziękuję

Babcia Janka z Przysławia

Wesoło i na ludowo

Czeskojęzyczni przedszkolaki z ulicy Moskiewskiej gościli swoje babcie i dziadków ubrane odświętnie w stroje łańskie. Zebrały się najpierw przy fotelu babuni, rozmawiając z nią o jej młodości, a następnie zaśpiewały i zatańczyły łańskie piosenki i tańce. Program

dzieci bardzo się gościom podobał, a już zupełnie podbili ich serca starsi chłopcy inscenizacją piosenki „W poniedziałek rano kości ojciec siano...”. Lecz nie tylko dzieci popisywały się znajomością łańskich piosenek, bo w drugiej części programu babcie i dziadkowie z dużym gustem zaśpiewali sobie mnóstwo „naszych pieśniček” przy akompaniowaniu akordeonu pana Józefa Wierzoniga. Do pomocy mieli śpiewniczki odtwarzające ładną wycinankę, które uprzednio podarowały im wnuki. Przyjemne popołudnie zakończono przy kawce czy herbatce i smacznych domowych kolacjach.

Pani dyrektorka, Halina Gaura, zagnała gości, zapraszając równocześnie na akademie, która odbędzie się w maju z okazji 50-lecia przedszkola. Bronisława Guzik

Rys. Ela Palowska, lat 8



▲ Rys. Maria Różalska, lat 7

Polonez i loteria

Pod koniec stycznia odbył się w specjalnie przygotowanej, ozdobionej balonkami i kolorowymi tańczącymi sali nasz balik maskowy. Byliśmy ubrani w ciekawe stroje. Bal rozpoczeliśmy polonezem. Następnie były wolne tańce dydaktyczne i interesujące zabawy, do których przygrywali nam

na keyboardzie starsi koledzy - Tomek i Piotr. Wszystkim bardzo podobała się loteria, podczas której każdy otrzymał ciekawą nagrodę. Między zabawami odprężyliśmy przy stołach ze słodkim poczęstunkiem. Było miło i wesoło. Aż szkoda, że następny balik odbędzie się dopiero za rok. Z serdecznymi pozdrowieniami

Dzieci ze świetlicy szkolnej przy ulicy Moskiewskiej w Cieszkowie

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

Dokąd się wybierasz, Głosiku?

Nam się ten Zjazd Gwiaździsty chyba udał.



Szybciej, Ludmiłol! Idziemy na Zjazd!

Ciekawe, jak wypadną dzieci?

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

PAŃSTWO POZWOLA: WYDZIAŁ MEDYCZNO-SOCJALNY UNIWERSYTETU OSTRAWSKIEGO

Geriatra, laborant, fizjoterapeuta

Jak dotąd, nie udało się śląsko-północnomorawskiemu środowisku medycznemu powołać do lekarstwa - choć zapewne jego dążenia są uzasadnione - wydziału lekarskiego. Póki co zadowolili się musi wydziałem medyczno-socjalnym (zdravotně-sociální fakulta), który powstał w roku 1993 - jest najmłodszym wydziałem Uniwersytetu Ostrawskiego. Zapleczeniem naukowym i dydaktycznym dla tej uczelni jest klinika w Ostrawie-Foru, skład rekrutacji się większość kadry pedagogicznej. Dziekanem ZSP OU jest znany i ceniony internista i kardiolog, doc. MUDr. Jaroslav Šimíček, CSc. „Głos Ludu” poprosił pana dziekana o przedstawienie tej uczelni, która - jak sądzimy - może się okazać odcinkową do kariery zawodowej dla jednego naszego młodego czytelnika.

„Obecnie na wydziale medyczno-socjalnym istnieją cztery kierunki studiów: opieka socjalno-medyczna i geriatryczna, badania fizjologiczne i laboratoryjne w służbie zdrowia, rehabilitacja leknicza i fizjoterapia oraz praca socjalna o profilu medycznym” - mówi dziekan Šimíček. „Studia na pierwszych trzech kierunkach są tryletnie i absolwenci otrzymują bakałarjat. Natomiast czwarty kierunek studiów jest magisterski i trwa pięć lat. Z uwagi na to, że poza kształceniem teoretycznym duży nacisk kładziemy na część praktyczną studiów, liczba przyjmowanych słuchaczy jest ograniczona do 23-30 osób. Bardzo nam zależy na tym, aby poziom fachowy naszych absolwentów utrzymał się na obecnym wysokim poziomie, a nawet jeszcze wzrósł”.

Praca socjalna o profilu medycznym

Studia na tym kierunku podporządkowane są bardzo rygorystycznym międzynarodowym kryteriom i wymaganiom, gdyż tzw. pracownik socjalny, to zawód o wysokich kwalifikacjach fachowych i etycznych. Praca socjalna jest metodą humanitarnej pomocy społecznej, świadczącej tak dla poszczególnych osób, jak i grup ludzkich, które znalazły się w trudnej sytuacji życiowej. Pracownik socjalny pomaga przezwyciężyć ich kryzysowe sytuacje socjalne. Pracownik socjalny rozwiązuje też konflikty ludzi i grup społecznych z ich środowiskiem socjalnym, przy czym opiera się na wynikach badań przyczyn tych konfliktów i wykorzystuje je jako wskazówki metody postępowania. Jest to rozumiane, że jego działania „terapeutyczne” poprzedzane są precyzyjnym określeniem diagnozy socjalnej, bądź medyczno-socjalnej każdej konkretnej sprawy. Pracownik socjalny po uzyskaniu magisterium (po sześciu semestrach zostaje bakałarzem) posiada taki zasób wiedzy teoretycznej i praktycznej (z zakresu psychologii, medycyny, socjologii i polityki socjalnej, ekonomii, teorii zarządzania, filozofii socjalnej i etyki, prawa), a także umiejętności w dziedzinie terapii psychosocjalnej i komunikacji międzyludzkiej, który uprawnia go zarówno do wykonywania pracy z klientem indywidualnym i grupowym, jak i do pracy naukowej. Głównymi pracodawcami pracowników socjalnych są w dalszym ciągu białe państwo i gminy. Poza tym możliwość zatrudnienia jako prywatny pielęgniarz i pracownicy opieki socjalnej.

Studia są w tym kierunku również trwają trzy lata i podobnie jak w dwu poprzednich wypadkach absolwenci otrzymują tytuł „bakałarza”. Jako fizjoterapeuci są przygotowani do wykonywania trudnego zawodu w zakresie gimnastyki lekniczej i terapii fizycznej. Po czterechletniej praktyce w placówce służby zdrowia i po zdaniu egzaminu wstępnego taki fizjoterapeuta ma szansę kontynuowania studiów magisterskich na Uniwersytecie Palackiego w Olomoucu lub na Uniwersytecie Karola w Pradze. Rehabilitacja leknicza i fizjoterapia, dawniej nazywana skrótem rehabilitacji, jest dziedziną nauki, która bada organizm człowieka w ekstremalnie zmienionym stanie zdrowia, przy czym szuka alternatyw dla brakujących funkcji lub możliwości resocjalizacji. Fizjoterapeuta z dyplomem wyższej uczelni ma obszerny zasób wiedzy z zakresu anatomii, fizjologii, neurofizjologii, chirurgii, neurologii. Na tym teoretycznym fundamencie stoi jego kliniczna i fizjoterapeutyczna rehabilitacja i fizjoterapia, polegająca na przyswojeniu sobie wiadomości o narzędziach i jego zaburzaniach, a także metod prowadzących do redukcji ruchu lub ewentualnej jego kompensacji. Zakłada się, że fizjoterapeuta posiada dobre kondycje fizycznej.

absolwenci z dyplomem bakałarza z reguły obejmują posady w państwowym i prywatnych placówkach medycznych (kliniki rehabilitacji lekniczej, instytuty rehabilitacyjne, uzdrowiska, ośrodki rehabilitacyjne itp.). Niemniej jednak mogą też otworzyć własną praktykę w dziedzinie rehabilitacji lekniczej.

Jak mnie zapewnił dziekan Šimíček, szczegółowe informacje dotyczące rekrutacji studentów Wydziału Socjalno-Medycznego Uniwersytetu Ostrawskiego zainteresowani uzyskają w dziekanacie uczelni w Ostrawie-Mariánských Lázních, przy ulicy Fr. Šrámka 3.



Rehabilitacja leknicza i fizjoterapia

Studia na tym kierunku również trwają trzy lata i podobnie jak w dwu poprzednich wypadkach absolwenci otrzymują tytuł „bakałarza”. Jako fizjoterapeuci są przygotowani do wykonywania trudnego zawodu w zakresie gimnastyki lekniczej i terapii fizycznej. Po czterechletniej praktyce w placówce służby zdrowia i po zdaniu egzaminu wstępnego taki fizjoterapeuta ma szansę kontynuowania studiów magisterskich na Uniwersytecie Palackiego w Olomoucu lub na Uniwersytecie Karola w Pradze. Rehabilitacja leknicza i fizjoterapia, dawniej nazywana skrótem rehabilitacji, jest dziedziną nauki, która bada organizm człowieka w ekstremalnie zmienionym stanie zdrowia, przy czym szuka alternatyw dla brakujących funkcji lub możliwości resocjalizacji. Fizjoterapeuta z dyplomem wyższej uczelni ma obszerny zasób wiedzy z zakresu anatomii, fizjologii, neurofizjologii, chirurgii, neurologii. Na tym teoretycznym fundamencie stoi jego kliniczna i fizjoterapeutyczna rehabilitacja i fizjoterapia, polegająca na przyswojeniu sobie wiadomości o narzędziach i jego zaburzaniach, a także metod prowadzących do redukcji ruchu lub ewentualnej jego kompensacji. Zakłada się, że fizjoterapeuta posiada dobre kondycje fizycznej.

absolwenci z dyplomem bakałarza z reguły obejmują posady w państwowym i prywatnych placówkach medycznych (kliniki rehabilitacji lekniczej, instytuty rehabilitacyjne, uzdrowiska, ośrodki rehabilitacyjne itp.). Niemniej jednak mogą też otworzyć własną praktykę w dziedzinie rehabilitacji lekniczej.

Jak mnie zapewnił dziekan Šimíček, szczegółowe informacje dotyczące rekrutacji studentów Wydziału Socjalno-Medycznego Uniwersytetu Ostrawskiego zainteresowani uzyskają w dziekanacie uczelni w Ostrawie-Mariánských Lázních, przy ulicy Fr. Šrámka 3.

KAZIMIERZ SANTARIUS

Korzyści i ryzyka klonowania

Tygodnik „Time” (USA) z data 9 lutego pisał, że korzyści z klonowania komórek ludzkich będą większe, niż związane z tym ryzyko:

(...) Większość prawodawców koncentruje się na kosmarnym wizji miliardów i sławnych ludzi, zalewających świat swoimi genetycznymi kopiami. Jednak uczeni mówią, że jest nieprawdopodobne, by ktoś miał wypuścić

(...) ograniczoną nakładzie nowych Michaelów Jordanów czy Magdaleny Albright. „Można to zrobić”, mówi dr Mark Sauer z (...) Uniwersytetu Columbia. „Tyle, że najlepszy ludzie, ci, którzy to potrafia, nie zamierzają tego robić”.

Jednak klonowanie pojedynczych komórek ludzkich, to inna sprawa. Biologzy już mówią o wykorzystaniu w celach medycznych techniki, dzięki której powstała owca imieniem Dolly. Mogliby np. pobrać zdrową komórkę od pacjenta chorego na białaczkę albo od ofiary porażenia, a potem przenieść ją do każdej komórki do niezapłodnionego jaja, z którego usunęto jądro. (...) Komórki te nie przekształcałyby się jednak w płód. Przez dodanie odpowiednich, silnych czynników wzrostu można zapewnić, że

te kłony rozwijają się tylko w wyspecjalizowane komórki i tkanki.

Pacjentowi z białaczką np. można by przeszczerić dzięki klonowanym komórkom świszy szkieł kostny, a ofierze poparzeń - nową skórę. (...)

Być może jest teraz dobry moment, byśmy zadali sobie pytanie, czego obawiamy się bardziej: czy, że wskutek klonowania powstaną zwiolokrotonione ko-

MIKROORGANIZMY W ODŁAMKACH METEORYTÓW

Starsze niż Ziemia

Starsze od Ziemi mikroorganizmy odkryli w odłamkach meteorytów rosyjscy i amerykańscy uczeni - poinformował na konferencji prasowej dyrektor rosyjskiego Instytutu Paleontologii Aleksiej Rozanow. Wiek bakterii i grzybow w badanych meteorytach świadczy o tym, że życie w Kosmosie istniało na długo przed powstaniem Ziemi, która narodziła się około 4,6 miliarda lat temu.

Uczony nie wypowiadził się jednak na temat możliwości istnienia form żywych poza Ziemią w obecnej chwili,

gdyż, jak zauważył, „rozpoznanie skamienia w meteorycie nie ma nic wspólnego ze sprawą życia na innych planetach”. Niemniej jednak Aleksiej Rozanow przyznał, że odkrycie mikroorganizmów mogło istnieć tylko tam, gdzie była woda. Pod względem morfologicznym są one podobne do bakterii ziemskich.

Odpowiedział na program badań kosmicznych amerykańska agencja NASA i Instytut Paleontologii Rosyjskiej Akademii Nauk mają zamiar dokładniej zbadać znalezisko.

SZANSA DLA „NIEULECZALNIE CHORYCH”? (4)

Gdy smak oszukuje...

Najważniejszym kryterium odżywiania człowieka są proporcje między głównymi składnikami odżywczymi: białkiem, tłuszczem i węglowodanami. Trzeba dokładnie znać skład chemiczny ciała ludzkiego i skład chemiczny spożywanych produktów, aby umieć dopasować to, co się jeży, do składu organizmu. Następnie trzeba dostarczać organizmowi najbardziej wydajne źródła energii, paliwa, możliwie nie trujące po spalaniu.

Białka i energię należy spożywać w produktach zawierających wszystkie pozostałe składniki w optymalnych ilościach i proporcjach, takie jak witaminy, składniki mineralne i nie tylko. Różniłyby tysiące złożonych składników, które mogą być wykorzystane przez organizm człowieka, bez konieczności budowania ich we własnym organizmie. Organizm człowieka nie potrzebuje żelaza. Potrzebuje dużo składników służących do przenoszenia tlenu i dwutlenku węgla oraz wielu do magazynowania tlenu w zapas. Takimi składnikami (masywnymi) są hemoglobina i mioglobina. W każdej takiej maszynie występuje tylko jeden atom żelaza.

Podobnie pozostałe składniki mineralne i witaminy powinny być podawane w pożywieniu w formie złożonych związków organicznych, w których stanowią niewielki procent ogólnej masy.

Mikroelementy i witaminy to drobki, nakrętki, łuski, ale nie gotowe maszyny. Oczywiście te drobki, łuski, nakrętki mogą być pobierane z pożywienia przez organizm i wbudowywane w enzymy (maszyny), ale zupełnie nie jest możliwe dostosowanie ilości, rozmiaru i proporcji między tymi składnikami do potrzeb organizmu przy podawaniu witamin i mikroelementów w tabletkach. Każdy nadmiar poszczególnych składników i każdy ich niedobór powoduje zawsze określone szkody. Po co zmuszać nasz organizm do budowania z prostych składników tysięcy związków bardzo złożonych, zawierających w swym składzie witaminy czy mikroelementy, jeżeli można dostarczyć je organizmowi gotowe i kompletne.

Gdy w samochodzie zepsuje się żarówka, nie kupujemy szkła, wolframu, argonu, miedzi i innych materiałów, z których składa się żarówka, lecz kupujemy żarówkę gotową. Podobnie należy postępować przy kupowaniu produktów przeznaczonych do spożycia. Za każdą „robotę głupiego”, do której zmuszamy własny organizm przez spożywanie surowców zamiast złożonych maszyn, płacimy własnym zdrowiem, obniżeniem wartości biologicznej organizmu, upośledzeniem czynności całego organizmu, mniej sprawnym umysłem, niższą wydajnością pracy, niższą jakością pracy, krótszym życiem, niższymi zarobkami również.

W krajach bogatych występują duże różnice między ludźmi w zależności od składu ich przeciętnego odżywiania. Na przykład w Niemczech czy Irlandii bardzo wysoki jest upośledzenie katolików w stosunku do protestantów. Powtarzają to wszystkie statystyki. Katolicy mają niższe wykształcenie, wykonują mniej płatne zawody, zarabiają mniej od protestantów, częściej chorują i krócej żyją.

Czym katolicy różnią się od protestantów? Przecież modlą się do tego samego Boga. Tak, ale protestanci od kilku wieków nie zachowują postów, katolicy zaś zachowują posty częściej i ostry. Nawet w dawnej Polsce protestanci i inni innowiercy to były elity intelektualne, górujące umysłowo nad ciemnotą, katolicką masą szlachty, nie mówiąc o niższych stanach, gdzie było jeszcze gorzej. Nie wolno pójść! Żadne jeszcze żarzą tego nie robią. W książce pt. „Gargantua i Pantagruel” Rabelais tak pisał o postach: W polcie jest postów wszelkich chorób; to prawdziwie ich gniazdo, naturalna i płodna wyłęgarnia wszelkich cierpień. A jeszcze gwałtowniej, że jest post żera kłosa, tak i duszę doprowadza do oszołomienia.

W Australii stwierdzono, że nalogowi alkoholicy mają objętość mózgu mniejszą średnio o 100 cm³ od niepijących. To nie alkohol zmniejsza mózg, lecz alkoholizm staje się człowiekiem z mniejszym i mniej sprawnym mózgiem, taki, który osiąga niższe wykształcenie, gorzej pracuje, mniej zarabia. Alkoholikami stają się ludzie źli żywni w młodości i nadal źli odczy-

wiający się, z patologiczną pracą mózgu. Nikt rozumny nie będzie się sam, z własnej woli zatrącał. Za picie alkoholu płaci się upośledzeniem sprawności organizmu, przetypieniem umysłu, chorobami, skróceniem życia.

Po to człowiek ma apetyt, żeby jeść tyle, ile ma ochotę i wiedzy, kiedy ma ochotę. W świecie zwierząt nie znane jest zjawisko przejadania się. U człowieka jest inaczej. W „Bainiach z tysiąca i jednej nocy” spotkałem takie zdanie na ten temat: I trzoda wie, kiedy ma dość trawy, a głupiec je, aż pęka brzuch od strawy. Wmawia się ludziom, że człowiek dlatego żyje, że za dużo je. Ale dlaczego człowiek je za dużo - tego nikt nie wie. Lekarz mówi oylemu: proste jest mniéj. Człowiek ten je mniej, ale efekty są żadne. Człowiek jeży za dużo, ponieważ skład jego diety zmieszano do tego. Żyja za dużo i tyle, ponieważ wie, że to, co jeży, nie nadaje się do jedzenia. Aby z pożywieniem wprowadzić niezbędne dla organizmu składniki, musi jeżyć dużo pożywienia.

Człowiek nie powinien kierować się smakiem przy doborze produktów spożywczych, gdyż po przetworzeniu produkty często radykalnie zmieniają swój smak. Człowiekowi wydaje się, że to, co najbardziej mu smakuje, jest najlepsze. U zwierząt zarówno trawożnych, jak i u drapieżników, zmysły smaku, węchu, zapachu, działają prawie bezbłędnie i zwierzęta te w pierwszej kolejności spożywają te produkty, które są dla nich najmniejszej, ale jednocześnie są one dla nich najlepsze. Człowiek zmienia smak produktów surowców: gotuje, smaż, przyprawia, miesza produkty jadane dla niego na surowo z produktami na surowo niejadalnymi. Bez przetworzenia człowiek nigdy by tych niejadalnych produktów nie zjadł, podobnie jak wilk czy lis nigdy nie je ziemniaków, zboża czy buraków kukurydzy. Dzięki przetwarzaniu człowiek potrafi produkty niejadane dla niego w stanie surowym zamienić na możliwe do spożycia. Ale to nie oznacza, że przez przetworzenie produkty te stały się dla człowieka dobre. Chleb jest tak samo niedobry jak ziarno zboża, cukier jak buraki cukrowe, a puree ziemniaczane tak samo nie zdrowe jak ziemniaki. Nie może i nie powinien ich spożywać, jeśli chce być zdrowy; być Człowiekiem spyszalą z duszy ludzkiej.

Jeżeli spożywamy produkty na surowo niejadane, możliwe do spożycia tylko dzięki przetworze, może być tylko niewolnikiem, niezależnie od wykształcenia, jakie osiągnął, i zajmowanego stanowiska. Dopóki nie było zboża, niewolników nie było. Fryderyk Engels napisał: Zboże, które początkowo używane było wyłącznie jako pasza dla bydła, wkrótce stało się pożywieniem ludzi. I wywołano wówczas błąd ludzkie, niewolników. On to nie tylko napisał, ale i uodowodnił.

O przekwitaniu

Przekwitanie u kobiet jest procesem fizjologicznym i jako takie nie powinno sprawiać większych kłopotów. Oczywiście, że im następuje później, tym jest lepiej i tym jego przebieg jest łagodniejszy. Im kobieta gorzej żywi się, tym wcześniej zaczyna miesiączkować, tym krócej jest jej okres płodności i tym szybciej przekwita. A przy tym częściej choruje na raka piersi i na wiele innych chorób. Kobieta powinna być zawsze najzdrowsza i i zawsze szczupła.

W okresie przekwitania nie powinna przybrać na wadze. Tymczasem w większości kobiet następuje w tym okresie znaczne zmiany w odżywianiu, zachodzące poza świadomością. Często jedzą więcej, by zrekomensować sobie uczucie, że stoją na progu starości. Zaczynają dogadzać podniebieniu, jedzą więcej słodkości, zaczynają smakować im słodkie ciasta, torty, czekoladki, owoce. To one są główną przyczyną różnych chorób, które tak często pojawiają się w okresie menopauzy.

Hormony w okresie przekwitania brać należy, jeśli po nich kobieta czuje się lepiej, a jej organizm lepiej funkcjonuje. Wyżynie optymalne znacznie łagodzi dolegliwości związane z menopauzą, tak że leczenie hormonalne staje się niepotrzebne.

DR JAN KWASNIEWSKI

(Fragmenty książki „Tuiste życie”)

Za tydzień: O wartości biologicznej żywności

PLOTKI



Aktor Lyncha

Zagrał w najlepszych filmach Davida Lyncha oraz w jego serialu „Miasteczko Twin Peaks”.

Kyle MacLachlan najlepiej znany jest maczkiem z roli gangstera Coopera z FBI, który zmaga się z niesamowitościami nekającymi mieszkańców Twin Peaks. Przystojny i elegancki zrobił na wszystkich wrażenie dynamizmem, który udało mu się tchnąć w swoją postać. Kijonami zapamiętali go jednak z jego udziału w „Blue Velvet”, gdzie zagrał u boku Denisa Hoppera, Isabelle Rossellini i Laury Dern. Tutaj z kolei wypadło mu wcielić się w postać refleksyjnego młodzieńca, który ma wykładować na trafiającą na rzeczy trudne i niebezpieczne. Jego bohater odznaczony jest jednak także wystarczającą porcją energii, żeby wychodzić z opresji obronną ręką. Debiutem filmowym MacLachlana była „Diuna” z 1984 r., w której zagrał... mesjasza. Opowieści osadzone na pozostałych w czasach bardzo od nas odległych, w przyszłości roku 10191. Wszczęliśmy w ten sposób okrutny cesarz Shaddam IV, który postanawia wymordować plemię Atreidów, mieszkających na planecie Caladan. Z pogromu wychodzi tylko dwójka Atreidów: syn władcy Paul i jego matka, Jessica. Trafiają na planetę Diunę, na której mieszkają Fermeniowie. Rozpoznają w Paulu tak wyzyskiwanego przez nich mesjasza... (k)

NADAL MODNE SĄ BOTKI O KWADRATOWYCH NOSKACH

Wygodne i lekkie

Buty powinny być przede wszystkim lekkie i wygodne, aby „dodały nogom skrzydeł” i nie zniechęcały przed następnym krokiem. Ten komfort zapewniają nie tylko tradycyjne skóry naturalne, lecz także nowoczesne, tzw. ekologiczne, przewyższające te pierwsze walorami użytkowymi, a wizualnie nie do odróżnienia dla niewprawnego oka.

Najmodniejsze wciąż są skóry z polskimi, niekiedy nabylszczone, ale porwającą zamęt i welury. Uwagę zwracają połączenia różnych typów skóry: gładkiej z fakturą (wytłaczaną w zagłębienia lub skóry gadów), geometrycznej z drukowaną (w geometrycznych wzorach). Niekiedy przypominają klasyczne patchworki, innym razem abstrakcyjne kompozycje.

Devizą mody końca lat 90. jest róż-



LEKI Z BOŻEJ APTEKI

Miód - spiżarka zdrowia

Kefir miodowy zalecany rekonwalescentom po przebiegłych ciężkich chorobach, osobom wyczerpanym i znerwicowanym.

500 g kefiru wymieszać z jedną łyżką miodu, dwoma łyżkami płatków owsianych i jednym żółtkiem, następnie delikatnie dolewać sok wyciśnięty z jednej cytryny, stale mieszając. Osobiście doradzamy ewentualne wzbogacenie tej potrawy garścią orzechów i siekanych lub mielonych orzechów. Stanowi znakomite danie śniadaniowe.

Woda miodowa, zalecana zwłaszcza dla osób starszych oraz anemicznych. Wzmocnia i reguluje trawienie, wydatnie poprawia cerę.

W szklance przegotowanej i ostudzonej wody rozsmarować pełną łyżkę miodu. Można dodać sok z połowy cytryny. Przez wiele lat zalecało się przygotowywanie wody miodowej wieczorem i wypijanie jej rano. Obecnie uważa się, że napój ten należy przygotowywać tuż przed wypiciem, ponieważ zapobiega to osadzeniu się na ściankach naczyń korzystnych dla zdrowia, a nierozpuszczalnych w wodzie, mikroelementów.

Sok rozdielkowo-miodowy. Zalecany osobom cierpiącym na zaleganie flegmy w oskrzelach, kamienie nerkowe i inne dolegliwości tego narządu.

we i inne dolegliwości tego narządu, także na kłopoty trawienne oraz zaleganie w wątrobie i drogach żółciowych.

Sok z czarnej rzepy lub białej kiewki (delikatniejszy) wymieszać z żółtkiem miodu. Polecamy także sok z białej rozdielki z miodem.

Syrup tymiankowo-miodowy, zalecany osobom cierpiącym na nieżyt oskrzeli.

30 g tymianku zalać 0,75 l wody. Gotować na wolnym ogniu aż do odparowania 0,5 l herbaty. Po odczekaniu i ostudzeniu wymieszać z 0,25 kg miodu. Spożywać co godzinę pełną łyżkę tak sporządzonego syropu. Przechowywać w miejscu ciemnym i chłodnym.

Masło przeciw odmrożeniom. Masło to można stosować nie tylko na miejscach przemarzniętych, ale także na zniszczonej i popękanej skórze, która nie chce się goić.

Do dobrze rozmieszanych dwóch kopciastych łyżek skrzypolistego miodu dodać glicerynę aż do uzyskania wygodnego w użyciu masła. Identyfikację wykonano smarowidłem, w którym glicerynę zastępuje olejek z słodkich migdałów można stosować go masować kosmetyczną na twarz. Olejek można zastąpić świeżym tymiankiem. Maszeczka miodowo-żółtkowa nałożona na twarz kilka razy dziennie (co 4 godziny), na 10-15 minut, zastępuje zabieg oczyszczania cery w kosmetycznej. Maszeczka można wykonać ją tak: zagotować ją, gdy miodu jest pół łyżeczki maki owsianej.

Popatrz na paznokcie

Zwolenicy medycyny Wschodu twierdzą, że trzeba oglądać człowieka, a nie wyniki badań. Diagnozę podejmuje przede wszystkim na podstawie wyglądu skóry pacjenta, oczu, włosów oraz paznokci. Zwalazcza to ostatnie ogląda chiński terapeuta szczególnie starannie, traktując je jako swoiste zwierciadło organizmu.

Paznokcie łyżeczkowe wskazują na niedobór żelaza, ich rhytnia łamliwość dowodzi zatrucia detergentami lub rozpuszczalnikami, białe plamki sygnalizują ponadnormatywną utratę białka z moczem lub brak cynku, natomiast paznokcie koloru żółtego świadczą o niewydolności układu krążenia, zaburzeniach w przepływie limfy oraz niedoborach witamin E.

Ciemne paznokcie to sygnał, że w naszym ustroju brakuje witamin B12, z kolei paznokcie białawe świadczą o istnieniu niewydolności nerek, wątroby lub anemii. Niedomagania nerek sygnalizują także białe skórki wokół paznokci. Z kolei poprzeczne prążki (zgrubienia) każą podejrzewać niedobór białek i cynku, zaś prążki pionowe (podłużne) brak takich mikroelementów, jak wapń, magnez i żelazo.

Reguły owej „paznokciowej diagnostyki” są dość obszerne i nie sposób ich wszystkich wymienić. Jedno jest pewne - nie tylko gorączka i ból świadczą o niedomaganiu organizmu. (dz)

norodność tworzywa (w tym przypadku skóry), prowadząca do stosowania oszczędnej formy. I takie właśnie buty będziemy nosili przez najbliższe miesiące. Czółenka i półbuty, sztyblety, mokasyny i botki o noskach nadal kwadratowych, lecz nieco wyższych i delikatnie zaokrąglonych. Obszary są składane niż te proponowane zeszłej zimy. Wciąż przewaga obsadów wysokich, typowy słupek lub szeroki kłosek. Oprócz obciążających skórę, modne są składane z plasterków skóry lub kolorowego tworzywa. Kolory - czarne, wszystkie, ciemne zielenie i granat. Barwę i linię obuwia podkreśla czasem stembowanie, w kolorze zharmonizowanym z odcieniem skóry.

Doskonałym dopełnieniem stroju jest torbka. Wykonana ze skóry tego samego koloru i gatunku co buty, charakteryzująca się prostą formą, zbliżoną do kwadratu. Rączki są na tyle długie, że można torbę zawiesić na ramieniu. (P)

SĄ NAJPROSTSZYM SPOSOBEM NA DOSKONAŁY RELAKS

Kąpiele ziołowe (1)

Do napełnionej wodą wanny wlewamy po prostu odciedzony napar lub odwar z ziół. Albo - zawieszamy na kranie (poniżej strumienia gorącej wody) płócienny woreczek z ziołami. Można także na kilka minut zanurzyć wanny woreczek w garnku z wrzącą wodą. Otrzymamy napar wlewamy do wanny, natomiast woreczek z zawartością wykorzystujemy do nacierania ciała podczas kąpieli.

Kąpiele orzeźwiająca

Po 3 łyżeczki kwiatu nagietka i liści mięty, 2 łyżeczki pokruszonego korzenia lubczyka, łyżeczka suchego ziela pokrzywy.

Pokruszony korzeń lubczyka gotujemy pod przykryciem przez 30 min., następnie wrzucamy pozostałe składniki, zdejmując garnek z ognia. Po 10 min. odciedzamy i wlewamy do wanny.

Kąpiele oczyszczająca

Po 3 łyżeczki liści mniszka lekar-

skiego, ziela pokrzywy, liści czarnej porzeczki, 2 łyżeczki liści geranium.

Ziela wrzucamy do gotującej się wody i pozostawiamy pod przykryciem ok. 30 min. Odciedzamy i wlewamy do wanny.

Kąpiele o działaniu uspokajającym

300 g kłączy tataraku.

Przygotowujemy odwar z kłączy tataraku łącznie z liśćmi, odciedzamy i wlewamy do wanny.

Kąpiele stóp

Garść świeżych ziół lub 3 łyżki suchych ziół: szalwii, tymianku, lawendy lub majeranku, łyżka soli kuchennej.

Kąpiel sporządzona z ziół i soli zalanych wrzątkiem rozgrzewa, poprawia krążenie krwi i usuwa zmęczenie stóp. (U)



GOTUJEMY Z SZEFEM KUCHNI WINIARNI „BALLADÉ”

Gulasz »Balladé« z połędwicy wołowej

(przepis na 4 porcje)

Składniki: 60 kg połędwicy wołowej, 12 kg boczku wędzonego, 12 kg pieczarek, 12 kg keczupu, 12 kg śmietany, 10 kg cebuli, 4 ząbki czosnku, 2 dcl rosołu lub bulionu z kostki, 1 kg papryki mielonej (słodkiej), 1 dcl oleju, 5 kg musztardy, sól, pieprz, majeranek i sos worcester do smaku.

Połędwicę pokroić (w poprzek włókien) na 16 kawałków (4 kawałki na por-

cję). Każdy z kawałków lekko rozbić dłonią, posolic, posypać pieprzem, skropić sosem Worcester, potřząć czosnkiem (utartym z solą), musztardą i 1/4 dawki keczupu. Włożyć na ok. 2 godziny do lodówki, żeby mięso skruszało.

Na rozgrzanym oleju osmażamy mięso z obu stron (ok. 2 min. z każdej) i wyjmujemy. Olej scedzimy, włożymy skrojony w kostkę wędzony boczec -

osmażymy. Dodamy skrojoną w kostkę cebulę, po chwili pieczarki skrojone w plasterki, w końcu paprykę, resztę keczupu i bulion. Dusiemy przez mniej więcej 3 minuty, doprawiamy solą, pieprzem, majerankiem i czosnkiem do smaku. Wkładamy mięso - dusimy przez 1 minutę - i zagęścimy śmietaną. Podajemy z knedlami lub ryżem.

JANUSZ KRZYWON

FUSY, KULE, SIŁY NADPRZYRODZONE

Astrologowie przewidują na rok 1998 niejakie kłopoty dla Billa Clintona, Borysa Jelcyna, Sadata Husajny i Benjamina Netanjahu, podczas gdy np. Jacques Chirac może spać spokojnie, gdyż nie mu nie grozi - informuje z Paryża agencja France Presse, podsumowując liczne o tej porze roku przepowiednie, wróżby i horoskopy.

Wymienieni przywódcy mogą jednak znaleźć pociechę w lekturze przepowiedni na 1997 rok, na który najwięksi wróżbiści przewidywali nie kończące się pasmo sukcesów dla Chiraca, wybór papieża pochodzącego z Beninu i ponowne zamążpójście księżnej Diany.

Tragiczny zgon księżnej Walii przewidział tylko jeden wróżbita, Tunezyjczyk Hassan Charni, posługując się komputerem, składaną kulą, tarotem i dziełami Nostradamusa. Natomiast w bieżącym roku - jeśli wierzyć Charni-

mu - książę William powinien się przygotować do wstąpienia na brytyjski tron, a książę Karol poślubi Camille Parker-Bowles. Tunezyjczyk przewidyuje też dwa nieudane zamachy: jeden na Sadata Husajna, „w który będą zamieszane tajne służby amerykańskie”, a drugi na Billa Clintona, który będzie musiał poddać się do dymisji z

powodu nowego skandalu w swoim życiu prywatnym. Również Netanjahu i Jelcyn będą - według Tunezyjczyka - zmuszeni do oddania władzy.

Inny wróżbita - hipnotyzer i magik, występujący w Libanie jako „Doktor

Rok kłopotów?

Basilio” - przewiduje na 1998 rok morderstwo ważnego polityka, które wstrząśnie całym Bliskim Wschodem, i dymisję Netanjahu po całkowitym fiasku prób wznowienia procesu pokojowego.

Indyjski astrolog Ram Narain Sharma zapowiada wojnę między Indiami i Pakistanem. We Włoszech

wróżbił najczęściej rozwodzą się na temat kłesk żywiołowych: Indovino przewiduje powódź, a Otelna nowe trzęsienie ziemi w środkowych Włoszech, natomiast Madame Indira - podobnie jak wspomniany już Hassan Charni - zapowiada odejście Borysa Jelcyna.

Wśród wielu najrozmaitszych kłesk i katastrof, destabilizacji politycznej na skalę światową i wybuchów fanatyzmu religijnego, ukazują się tu i tam perspektywy nieco bardziej optymistyczne, jak pojawienie się w sprzedaży szczepionki przeciwko AIDS czy też odcienienie zapowiadany - choć tym razem mniej zdecydowanie - klub księcia Monako Alberta.

RADY

♦ Perły nie powinny być noszone przez cały dzień, gdyż mogą stracić swoje właściwości. W kontakcie z skórą o kwaśnym odczynie, mogą dojść do reakcji, w wyniku której pełn matowienia. Należy wtedy je zregenerować. Odpowiednimi narzędziami są gąbki i wierzchnia warstwa. Nie należy być wystawiana na słońce. Rozgrzanie opale traci efekt. Pod wpływem gorącej wody z nich wyparowuje, a sam kamień staje się męcznie.

♦ Turkus noszone na ciele nie tracą swój kolor. Turkus to minerał, który zawiera domieszkę żelaza. Jeśli jest go niewiele, turkus jest błękitny. Jeśli więcej, kamień ten przybiera zielony odcień. Podobnie, jak w przypadku perły, może zająć reakcja, która spowoduje, że turkus straci kolor.

♦ Biżuteria z opalami nie powinna być ekspozycja na słońce. Rozgrzanie opale traci efekt. Pod wpływem gorącej wody z nich wyparowuje, a sam kamień staje się męcznie.

♦ Również chryzoprax nie powinien być ekspozycja na słońce. Podobnie jak opal traci wodę i staje się beztętny. Kolor można mu przywrócić, wkładając kamień do wody. (d)

Kolumnę przygotowała:
WANDA KUL



CZEŚKI PROGRAM TELEWIZYJNY

SOBOTA 7 LUTEGO

TC 1:

5.15 Magazyn rolniczy
5.35 Klub Seniora
6.05 Poradnik obywateli
6.25 Auto-motor rewia
7.00 21
7.30 Szamie, otwórz się!
8.00 Poranek
8.05 Niechaj świat zaszewi
8.15 Wiadomości ze świata
8.25 Utyka kamera
8.30 Hip, hop, hop (dla dzieci)
9.05 Pomagajmy sobie
9.15 Wyzwolić
9.40 Labirynt
10.00 Wiadomości
10.05 Rekordy i ciekawostki
10.15 Medusa (tyg. muzyczny)
10.45 Animala
11.00 2 wioły z ZOO
11.05 Clive James: Pociągowa z Pary-
żem (dok.)
12.00 Wiadomości
12.05 W Pradze bywało dobrze (pr. roz-
ryw.)
12.55 Poradnik obywateli
13.05 Magazyn rolniczy
13.15 Graj Orkiestrę Dęte
14.15 Studio reporterów
14.35 „Odyseja Costanza” (s. dok., 3/3)
15.30 „O piguro wzięty” (grotiska USA)
16.45 Szczepiłych dziecię
16.50 Prognoza pogody
16.55 Wiadomości
17.00 Uroczyste zaganienie XVIII Zimo-
wych Igrzysk Olimpijskich 1998
19.00 Wyczyny
19.15 Wyzwolenia, pogoda
20.00 Branki, punkty, sekundy
20.05 Tytuł 97 (najpopularniejsza oso-
bistość ekranu)
21.55 Wiadomości
22.00 „Niesieci chłopiec” (film byt.)
23.10 Wiadomości
23.15 TC w przyszłym tygodniu
23.25 Studio olimpijskie.

TC 2:

7.00 Euronews
7.30 Panorama
8.00 Report
8.40 TV Edukacyjna
10.25 Salon czeński
10.55 Salon norwasko-śląski
11.25 BonBon (nowości świata muzyki
popularnej)
11.45 Videofashion
12.10 Program (mag.)
12.40 Ego
13.00 O zdrowiu (mag.)
13.15 Na kawę (publ.)
13.30 60
14.50 Jak się żyje nauczycielom ro-
skich dzieci (s. dok.)
15.05 Europa i my (s.)
15.20 Na własną rękę (s.)
15.40 Mierzący (film czeński)
16.55 Mój dziadek strzelił gola le-
piej (dok.)
17.50 „All IV” (s.)
18.15 Country Express Praga-Nashville
18.55 „Halo, halo” (s.)
19.25 Jak kolor ma modlitwa (portret
malarza Miłola Kouteckego)
19.45 Lapidarium
20.00 Obce słowo Poezja
20.05 Kiri spiewa Mozarta (koncert)
21.05 „Lee Miller: Za zwierciadłem”
22.00 „Młoka - Happy End” (dok.
muz.)
23.00 Program
24.00 60
1.00 Kinobox '98
1.25 „Mac Gyver: Droga do zagłady”
(film USA)
2.55 Mowca Art (tiro koncert)
3.55 BonBon (nowości świata muzyki
popularnej)
4.15 Wiadomości TVS.
■ NOVA:
7.30 „Scary Doo” (s. anim.), 7.55
„Banan” (s. anim.), 8.25 Power Play,
9.15 Twierdza Boyard, 10.20 „Strzałki
morza II” (s.), 11.10 „Słoneczny patrol
V” (s.), 12.00 Odrodzenie do dyktora,
12.30 „Wspólna Susan” (s.), 13.00 Gi-
lotyna, 13.30 „Don Camillo” (kom.
włoska), 14.00 „Jump Street 21” (s.),
16.30 „Błyskawica w raju” (s.), 17.15
„Fresh Prince” (s.), 17.40 „Renegat IV”
(s.), 18.30 Prognoza pogody, 18.35
Ranka w ciemno, 19.30 DTV, 19.50
Wiadomości sportowe, 20.00 „Bogowie
chcą orszaki II” (film USA-Botwa-
na), 21.40 Właśnie dziś, 21.45 Johnny
Mnemonic (uci-fi film kanad.), 23.19
Pogodynia, 23.20 „Hard Car” (włoski
film erot.), 0.35 Gillette World Sport
Special.
■ PRIMA:
8.05 „Pod niebem Afryki” (s.), 8.30
„Tajemnicza wyspa” (s.), 9.25 „Tajem-
niczy świat Alex Mack” (s.), 10.00 Pri-
ma S.O.S., 11.05 „Kopciuszko I” (s.,
1/7), 12.00 Świat '98, 13.00 „Star Trek
- Głęboki wszechświat Dziewięć II”
(s.), 14.00 „Środnie niebo” (s.), 14.55
„Detektyw Nick w Nowym Jorku”
(kom. USA), 16.30 „Wybuch nastąpi
o pięć” (kom. czeński), 17.50 „Detek-
tyw Nash Bridges” (s.), 18.40 Dobry
wieczór, 18.55 Prognoza pogody,
19.00 DTV, 19.10 „Samota gołębia”
(s.), 20.00 Niki nie jest doskonały (pr.
rozryw.), 20.50 „Efekty specjalne”
(s.), 21.35 „Marzalek II” (s.), 22.30
„Dotyk” (film USA-szwed.), 0.20
„Vendeta” (s., 1/6), 1.10 Dobry wie-
czór.

NIEDZIELA 8 LUTEGO

TC 1:

5.00 Transmisje bezpośrednie z dru-
giego dnia Zimowych Igrzysk
Olimpijskich
15.00 „Podróż do Nagano” (s. dok., 1/6)
15.25 „Do góry nogami” (kom. czeński)
17.05 Antena
17.30 W poszukiwaniu zagubionego
czasu
17.50 Słowo święte
17.55 Prognoza pogody
18.00 Wiadomości
18.05 Zdrowko, panie doktorze II
(mag.)
18.15 Humor Bohumila Hrabala
18.55 Szczepiłych dziecię
19.00 Wyczyny
19.15 Wyzwolenia, pogoda
19.40 Branki, punkty, sekundy
19.55 Sporta
20.00 Niki nie jest doskonały (pr. roz-
ryw.)
20.45 Wydarzyło się... (publ.)
21.00 „Wiadomości z Nowego Jorku”
(s.)
21.45 Jak się żyje zwycięzcom olim-
pijskim (dok.)
22.00 Wiadomości
22.10 Dlaczego nie mielibyśmy się ba-
wić, kiedy Pan Bóg dał nam ar-
chiwum
23.10 „Świ Księżyc” (s.)
23.25 Studio olimpijskie.
■ TC 2:
7.00 Euronews
7.05 „Willy Fog w podróży dookoła
świata” (s. anim.)
7.30 Panorama
7.45 „Julek” niedziela (dla dzieci)
8.00 Śpiewnik domowy
10.05 Obietnica
10.35 „Głęboki wszechświat Dziewięć II”
(s.), 11.15 Nad listami telewizyjnymi
11.25 Kalendarium
11.35 „Lapidarium w Stromovec”
(dok.)

11.45 Czechosłowacki Tygodnik Filmowy
12.00 Debata
13.00 Wszystko o dziecku i ogrodzie
13.35 „O Wzrostyblakim” (bajka)
14.30 Magazyn chrześcijański
15.10 Bobby McFerrin: Spontaneous
Inventions (pr. muz.)
15.55 Jaka jest Daisy Clover (film
USA)
18.00 Echa olimpijskie
19.15 „Fetyni błażna” (s.)
19.40 TC w przyszłym tygodniu
19.55 Wyczyny
20.00 Lapidarium
20.15 Ci najpięksi z klasyki (pr. muz.)
21.00 21
21.30 „Dziesięć wieków architektury”
(dok.)
21.40 „Skarby świata” (dok.)
21.55 „Rostina” (film byt.)
23.20 „Nawro II” (s.)
0.45 Trójkę szafarza z archiwum TV
2.00 Debata
3.00 21
■ NOVA:
7.30 „Star Trek” (s. anim.), 7.55 „Su-
perman” (s. anim.), 8.15 „Smurfi”
(s. anim.), 8.50 „Przygody Czarnego
Kiepskiego III” (s.), 9.15 „Strzałki morza II”
(s.), 10.05 As (lista przebojów), 11.05
„Ratownicy” (s.), 12.00 „Światła III”
(s.), 13.00 7 czyli Siedem dni, 14.00
Złoty i srebrny umiec (film byt.),
16.00 Wycieczki ma młodzi Orzy”
(dok.), 16.25 „Zmija II” (s.), 17.10
„Fresh Prince” (s.), 17.40 „Melrose
Place V” (s.), 18.30 Prognoza pogody,
18.40 „Beverly Hills 90210” (s.), 19.30
DTV, 19.50 Wiadomości sportowe,
20.00 Człowiek z szafarza, 20.45 „Ro-
dzina Adamów” (kom. USA), 22.25
Właśnie dziś, 22.28 Pogodynia, 22.30
Perry Mason” (s.), 0.05 „Bania” (film
USA), 1.30 Gillette World Sport Spe-
cial.
■ PRIMA:
8.05 „Pod niebem Afryki” (s.), 8.30
„Władcy ciarów” (s., 1/26), 9.25 „Zy-
fa w oknie” (film czeński), 11.05 „Kop-
ciuszko I” (s.), 12.00 Kształt sportowy,
13.05 „Star Trek - Głęboki wszechświat
Dziewięć II” (s.), 14.00 „Młodzi z Au-
cland” (s., 1/26), 15.40 „Tarzan III”
(s.), 15.50 „Tajemnice jeziora Loch
Ness” (dok.), 16.15 „Ciekawe wie-
ści przygód” (kom. czeński), 17.50 „De-
tektyw Nash Bridges” (s.), 18.40 Dobry
wieczór, 18.55 Prognoza pogody, 19.00

DTV, 19.10 „Samota gołębia” (s.),
20.00 „Dallas” (s.), 21.35 Niedziela
partia (publ.), 22.20 „Tenerka”
(kom. USA), 0.05 Dobry wieczór,
19.15 Antena
19.50 Nad listami telewizyjnymi
20.00 Inna prawda z bliska (publ.)
21.00 21
21.30 „Cha Cha Cha” (film filipiński)
23.00 „Pieć lat po” (dok.)
23.10 Werner Herzog (portret nazy-
wającego się)
0.10 Poranek
1.10 „Bigbi” (s. dok.)
2.05 „Navarro II” (s.)
3.30 21
■ NOVA:
6.00 Śniadanie z Nowa, 8.30 „Jaka
grałem wojnę” (film byt.), 10.20 „Ja
i ja”, 11.05 Ranka w ciemno, 11.30
Zaryzykuj! (teleturniej), 12.50 „Poj-
cie III” (s.), 13.35 „Tak pomyśla-
no”, 14.20 „Bulwer Pacific Drive”,
14.45 „MacGyver” (s.), 15.40 „Jaka
Place I” (s.), 16.35 „Przygody
Isak” (s.), 17.22 Właśnie dziś, 17.30
(talk show), 18.20 Prognoza pogody,
18.25 Zaryzykuj! (teleturniej), 18.30
Kanał (teleturniej), 19.25 Gama-
ny, 19.30 DTV, 19.50 Wiadomości spo-
towe, 20.00 „Wolanie dzikie”, 21.00
„Picket Fences” (s.), 21.35 „O
włoskie jedy”, 21.55 Właśnie
dziś, 22.00 „Po tamtej stronie I” (s.),
22.30 „Pogodynia”, 22.45 „Zmiany z
zobraniami” (s.), 23.10 „Sprawy
Coby po” (s.), 23.55 „At” (talk show
Kontrast) (s.).
■ PRIMA:
7.55 „Przygody małego byka”
(s. anim.), 8.20 „Ciekawe wieści przy-
gód” (kom. czeński), 10.00 „W po-
szukiwaniu przyszłości” (s. dok.), 11.00
gram dla pań, 11.30 „Emilia” (s.), 12.30
„Właśnie teraz” (s.), 13.25 Program
dla pań, 13.40 „Hope i Gloria” (s.), 14.00
Program dla pań, 14.25 „Zom”
14.45 Program dla pań, 15.00
16.25 „Przygody świata zwierząt”
(s. dok.), 16.50 „W poszukiwaniu
przyszłości” (s. dok.), 17.50 „Sprawy
Coby po” (s.), 18.40 Dobry wieczór
18.55 Prognoza pogody, 19.00 DTV
19.10 Doktor z alpejskiej wioski
(s.), 20.00 Arsen - Chelica (półna
s.), 21.35 „Tuzin drzew: Śmier-
nia” (film USA), 23.10 Dobry
wieczór, 23.30 „Inspector Regan” (s.), 0.05
„Sprawy Coby po” (s.).

17.15 „W krainie faranów” (s. dok.),
17.35 Romale (mag.)
18.00 Echa olimpijskie
19.15 Antena
19.50 Nad listami telewizyjnymi
20.00 Inna prawda z bliska (publ.)
21.00 21
21.30 „Cha Cha Cha” (film filipiński)
23.00 „Pieć lat po” (dok.)
23.10 Werner Herzog (portret nazy-
wającego się)
0.10 Poranek
1.10 „Bigbi” (s. dok.)
2.05 „Navarro II” (s.)
3.30 21
■ NOVA:
6.00 Śniadanie z Nowa, 8.30 „Jaka
grałem wojnę” (film byt.), 10.20 „Ja
i ja”, 11.05 Ranka w ciemno, 11.30
Zaryzykuj! (teleturniej), 12.50 „Poj-
cie III” (s.), 13.35 „Tak pomyśla-
no”, 14.20 „Bulwer Pacific Drive”,
14.45 „MacGyver” (s.), 15.40 „Jaka
Place I” (s.), 16.35 „Przygody
Isak” (s.), 17.22 Właśnie dziś, 17.30
(talk show), 18.20 Prognoza pogody,
18.25 Zaryzykuj! (teleturniej), 18.30
Kanał (teleturniej), 19.25 Gama-
ny, 19.30 DTV, 19.50 Wiadomości spo-
towe, 20.00 „Wolanie dzikie”, 21.00
„Picket Fences” (s.), 21.35 „O
włoskie jedy”, 21.55 Właśnie
dziś, 22.00 „Po tamtej stronie I” (s.),
22.30 „Pogodynia”, 22.45 „Zmiany z
zobraniami” (s.), 23.10 „Sprawy
Coby po” (s.), 23.55 „At” (talk show
Kontrast) (s.).
■ PRIMA:
7.55 „Przygody małego byka”
(s. anim.), 8.20 „Ciekawe wieści przy-
gód” (kom. czeński), 10.00 „W po-
szukiwaniu przyszłości” (s. dok.), 11.00
gram dla pań, 11.30 „Emilia” (s.), 12.30
„Właśnie teraz” (s.), 13.25 Program
dla pań, 13.40 „Hope i Gloria” (s.), 14.00
Program dla pań, 14.25 „Zom”
14.45 Program dla pań, 15.00
16.25 „Przygody świata zwierząt”
(s. dok.), 16.50 „W poszukiwaniu
przyszłości” (s. dok.), 17.50 „Sprawy
Coby po” (s.), 18.40 Dobry wieczór
18.55 Prognoza pogody, 19.00 DTV
19.10 Doktor z alpejskiej wioski
(s.), 20.00 Arsen - Chelica (półna
s.), 21.35 „Tuzin drzew: Śmier-
nia” (film USA), 23.10 Dobry
wieczór, 23.30 „Inspector Regan” (s.), 0.05
„Sprawy Coby po” (s.).

POLSKI PROGRAM TELEWIZYJNY

SOBOTA 7 LUTEGO

PROGRAM 1:

7.00 Eko echo
7.15 2 Polska
7.30 Agrolina
8.00 Wszystko o dziecku i ogrodzie
8.30 Wiadomości
8.40 Prognoza pogody
8.45 „Tygrys Piętek” (teatr dla dzieci)
9.10 Ziaro (dla dzieci i rodziców)
9.35 10-letnia (dla dzieci i młodzieży)
10.30 Złotopolski plecak
10.50 Pod rózg: „Tuncja, Tuncja”
11.15 2 Polska rodom
11.30 Co w kraju piszczy?
11.50 Giedla - przegląd tygodnia
12.00 Wiadomości
12.10 TLP - Twoja Lista Przebojów
12.55 Waki Disney przedstawia
14.15 Jelli nie Oxford, to co (teleturniej)
14.40 Studio olimpijskie Nagano '98
16.25 „Bill Cosby show” (s.)
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia? (quiz)
17.50 To jest Telewizja
18.10 Jaina” (s.)
19.00 Wyczyny
19.30 Wiadomości
19.45 Sport
19.48 Prognoza pogody
20.00 „Imię rós” (film USA)
22.10 Spokojna kabaretowa: „Szer-
okie drogi”
23.00 Sportowa sobota
23.30 „Ostatnie cięcie” (film USA)
1.10 „Seksja specjalna” (s.)
2.20 „Klan” (telenowela)
2.45 Studio olimpijskie Nagano '98.
■ PROGRAM 2:
7.00 Sport telegram
7.15 Folkowe nuty: Zespół Open Folk
7.30 Tacy sami w świecie ciży
8.00 Wpływy do kultury
8.30 Programy lokalne
9.30 Powitanie
9.35 Kłasy polskie: Historia cy-
sterów z Wągrowa
10.05 Pogotowie ekologiczne Dwójki
10.15 Ojczyzna polszczyzna
10.30 Kino bez rodziców (filmy anim.)
11.30 Kręcalo
12.00 „Przytęskanie Alaski” (s.)
12.45 Rozwiązanie konkursów audiotę
13.00 Studio olimpijskie Nagano '98
14.30 „Ukryte światy” (s. dok.)
15.00 Filantropia (teleturniej)
15.30 Wydarzenie tygodnia
16.00 Wielka gra (teleturniej)
16.45 15 lat „Zeszytów Literackich”
17.00 Janosik” (s.)
17.45 „Masłuszczak, Masłuszczak”
18.00 Panorama
18.15 Programy lokalne
18.35 Magia liter (teleturniej)
19.05 „Złotopolski” (s.)

19.30 Dlaczego to my
20.00 Baw się razem z nami: To my -
spokojnie z Biladą
21.25 Na tronie (pr. sat.)
21.50 Słowo na niedzielę
22.00 Panorama
22.40 „Czarna zmija” (s.)
23.10 Złoty głos samotności „Szkice
piórkami” (monodram)
23.45 Magazyn teatralny
0.10 Północ o północy (koncert zespo-
łu Wimme)
0.45 Sport telegram
0.50 Studio olimpijskie Nagano '98.
■ TELE 3:
7.00 „Cudowny świat zwierząt” (s.)
7.15 „Namioty” (s.), 8.30 Dziennik
regionalny, 8.50 Adam Makowicz
w Katowicach, 9.10 Rozmowy z ka-
prof. Józefem Tischnerem, 9.30 Sobota
z TV Katowice, 9.50 Przemysław Polak
o Kiedzie i Ojczyźnie, 11.00 Around
the World” (s. dok.), 11.30 W cieniu
świata strony (mag.), 12.05 1200 se-
kund z... 12.30 Dance Club, 13.30 Gol
(kom. sportowy), 14.35 Blizet Trójki
14.40 „Moje życie pod piem” (s.),
14.50 „Artur i mamulka” (s.), 14.50
Muzyczne promocje, 15.10 „Podróż
z małą gwiazdą” (s.), 15.35 „Czaro-
dziejski ołówek” (s.), 15.45 „Srebrny
kot” (s. anim.), 16.05 „Ja i moje zwi-
erzęta” (dok.), 16.35 Ale kino (mag.),
17.05 Pani moda (mag.), 17.35 El TV
Muzyk, 18.00 Panorama, 18.10 Aktual-
ności, 18.20 Aktualności kulturalne,
18.30 „Co ludzie powiedzą” (kom.
ang.), 19.15 Muzy (mag.), 19.30 „Indie
nie północnoamerykańskie” (s. dok.),
20.00 „Ostatni rzut” (film USA), 22.00
Aktualności, 22.15 Teatrzy satyry ka-
baretu Długi, 22.30 Sport, 23.30 Ka-
kara Nikodem Dyzym” (s.), 0.30 Ze-
gar w Biltmore” (film USA), 2.00 TV
Polonia.
■ POLSAT:
6.00 Dance Jump, 6.30 Disco Relax,
7.30 W drodze (mag.), 8.00 Smakosz-
i rozkosze, 8.15 Lista przebojów, 8.30
Encyklopedia swych wielkich i małych
(dla dzieci), 9.00 „Twinkie, przybysz
z krainy marzeń” (s. anim.), 9.30 „Po-
wer Rangers” (s.), 10.00 „Strzałki
Teksasu” (s.), 10.50 „Star Trek” (film
USA), 13.30 „Dziesięć prezydentów”
(film USA), 15.05 Oskar (mag.), 15.30
Rekiny kart, 16.00 Informacje, 16.15
Dziesięć wspaniałych (gra-zabawa),
16.45 Piramida (gra-zabawa), 17.15
Rykwisyt, 17.45 „Słoneczny patrol”
(s.), 18.40 „All” (s.), 19.05 Disco Polo
Live, 20.00 „Córka maharadzy” (film
włosko-niemiecki), 20.50 Losowanie
Lotto, 21.55 „Linia życia” (film USA),
22.55 Ogłoszenie wyników Lotto,
23.55 „Życie jak sen” (s.), 0.25 „Dzie-
w-
czyny z internetu” (film USA), 1.25
„Columbo” (s.), 2.45 Muzyka.
■ NIEDZIELA 8 LUTEGO
■ PROGRAM 1:
2.45 Studio olimpijskie Nagano '98
8.35 „Christy” (s.)
9.25 Relacje
9.55 „Młodość Tarzana” (film USA)
11.30 „Lapota zima” (reportaż)
11.45 Franciszka Starowieyskiej ga-
wędę o sruce
12.00 Anioł Pański (modlitwa Ojca
Świętego)
12.20 Ludzki świat
12.40 Teleturniej Wiedzy Religijnej
13.00 Wiadomości
13.10 Tydzień
13.40 Złota gwiazda (s. dok.)
14.15 Archiwum gwiazd: Światłotaw
Richer i przyjaciele
14.45 Od przedszkola do Opola: Zespół
Partia
15.30 „Tyko Mahanittan” (s.)
16.25 Miliard w rozumie (teleturniej)
17.00 Teleexpress
17.25 Śmiechu warte
17.50 Dziennik telewizyjny (pr. sat.)
18.05 „Doktor Quinn” (s.)
19.00 Wyczyny
19.30 Wiadomości
19.45 Sport
19.48 Prognoza pogody
20.00 „Boża podszewka” (s.)
21.00 Dziejza należy do Ciebie
21.45 Sportowa niedziela
22.30 Opinie (pr. publ.)
23.00 „Mój Python i Święty Graal”
(film ang.)
0.30 „Sykwoła” (film dok., 1/2)
1.15 Studio olimpijskie Nagano '98.
■ PROGRAM 2:
6.25 Echa tygodnia
6.55 „Boża podszewka” (s.)
8.25 Słowo na niedzielę
8.30 Programy lokalne
9.30 „Cudowne lata” (s.)
10.00 Studio olimpijskie Nagano '98
12.35 „Rymka wiosna pani Słone”
(film USA)
14.30 30 ton! (lista przebojów)
15.00 Filantropia (teleturniej)
15.30 Eliza Szaramkova (dla dzieci)
16.05 Studio olimpijskie Nagano '98
(skróty)
17.00 „Gdzie diabeł mówi dobranoc” (s.)
17.45 Olimpiada FM
18.00 Panorama
18.10 Programy lokalne
18.35 Magia liter (teleturniej)
19.05 7 dni świat
19.30 „Cosby” (s.)
20.00 Team i Tym razem (pr. rozrywko-
wy)
21.00 „Nowojony giliarze” (s.)
21.50 Halo Dwójka

22.00 Panorama
22.35 Paragwaj - Polska (piłka nożna,
w przelocie: studio olimpijskie
Nagano '98)
0.20 Nowi interpretatorzy muzyki kla-
sycznej
1.05 Sport telegram.
■ TELE 3:
7.00 „Mokradła” (s.), 7.30 „Prawdzi-
we przygody Porannego Thompsona”
(s. anim.), 8.00 „Hrabia Kaczka” (s.
anim.), 8.30 „Pechowa rodzinka” (s.
anim.), 9.00 Z życia Archidiecezji, 9.30
„Tajemnice nauki” (s. dok.), 10.00 Klub
Golobrotu, 10.40 Koszałek Opalek,
11.05 Każdy gra inaczej, 11.35 Jubile-
usz Szkoły Muzycznej w Kluczborku,
12.05 Sport, 12.35 Moto Sport Telewizji,
13.00 Kolorowa Europa, 14.00 Telefi-
nada (teleturniej), 14.55 Muzyczne
promocje, 15.00 Kto pyta, nie bładzi-
pytania, na które szukamy odpowiedzi,
15.10 „Ekoludzi i Śmieciotory” (s.
anim.), 15.35 „Rebelianci z Buenos
(s.), 16.00 „Amerykańskie Paru Wro-
dowe” (s. dok.), 16.35 Miss Podbeski-
dzia, 17.10 Gość Telewizji, 17.20 Stuo-
dio (mag.), 18.00 Panorama, 18.10
Aktualności, 18.30 „Charlie Chart” (s.),
19.15 El TV Muzyk, 19.30 „Rajskie
ogródki” (s. dok.), 20.00 „Duch
w Monte Carlo” (film ang.), 22.00 Ak-
tualności, 22.10 „Gracza bombka” (te-
atr TV), 23.40 Sport, 0.30 „Brahmapu-
ra-rzeka o wielu nazwach” (film dok.),
1.15 Muzyczne promocje, 1.30 „Świat
ogrodów” (s. dok.), 2.00 TV Polonia.
■ POLSAT:
6.00 Dance World, 6.30 Disco Polo Li-
ve, 7.30 Jesteśmy (mag.), 8.00 Na ta-
pie (pr. muz.), 8.30 Kłap Kłaps (najml. lista
przebojów), 9.00 „Robinson Sucroe” (s.
anim.), 9.30 „Power Rangers” (s.),
10.00 Disco Relax, 11.00 „Pomoc do-
mowa” (s.), 11.30 „Szogun” (s.), 12.30
„Prawdziwy kiesz” (film USA),
14.30 Dziesięć wspaniałych (gra-zab-
awa), 15.00 Dyzym satyryk kraju,
15.30 Piramida (gra-zabawa), 16.00 In-
formacje, 16.15 Miłość od pierwszego
wejrzenia (pr. rozryw.), 16.45 „Słonecz-
ny patrol” (s.), 17.45 „Nowe przygody
Robina Hooda” (s.), 18.40 „All” (s.),
19.05 Idź na całość (show), 20.00 „Her-
kules 2” (s.), 20.50 Losowanie Lotto,
21.00 „Jeremiah Johnson” (film USA),
22.50 Wyniki Lotto, 23.10 Na każdy te-
mat, 0.15 Magazyn sportowy, 0.45 Mu-
zyka.
■ NIEDZIELA 9 LUTEGO
■ PROGRAM 1:
6.00 Kawa czy herbata?
8.05 „Murphy Brown” (s.)
8.30 Wiadomości, prognoza pogody

8.45 Mama i ja (dla mamy i trylityla)
9.00 „Ju, hu, ha” - Telefele
10.00 „Doktor Quinn” (s.)
10.50 Studio olimpijskie Nagano '98
w przelocie (dok. 12.00 Wiadomo-
ści)
12.35 Agrobiznes (pr. rolniczy)
12.45 Magazyn Notowań
13.10 Agenda 21
13.35 „Nie wolno!” (film dok.)
13.40 Agenda 21
14.00 Teleexpress
17.25 „Klan” (telenowela)
17.50 Czystał
18.00 Studio olimpijskie Nagano '98
(skróty)
19.00 Wyczyny
19.30 Wiadomości
19.56 Sport
20.10 Studio olimpijskie Nagano '98
(skróty)
21.35 W centrum uwagi
21.50 Zawaze po 21
22.20 Kłopotliwy widział, kłopotliwy
wie...
23.00 Wiadomości
23.07 Sport
23.15 „Zbrodnicze życie Archibalda”
(film meksykański)
0.40 Studio olimpijskie Nagano '98.
■ PROGRAM 2:
6.00 Studio olimpijskie Nagano '98
8.30 Programy lokalne
9.00 Nasze dziecko
9.30 „Ukryte światy” (s. dok.)
10.00 Dlaczego to my
11.00 „Kaczorek Hugo” (s. anim.)
11.00 „Chcę umrzeć w twojej ojczy-
źnie” (s.)
12.00 „Złotopolski” (s.)
12.30 Familialna (teleturniej)
13.00 Panorama
13.20 Dziennik krajowy
13.40 Na tronie
14.05 Ojczyzna - polszczyzna
14.20 30 ton! (lista przebojów)
14.50 Akademia zdrowia Dwójki
15.00 Instalacja (dla młodzieży)
15.30 Eliza Szaramkova (dla dzieci)
16.00 Panorama
16.10 Nie tylko w koszarach
16.30 Kolor fortuny (teleturniej)
17.00 Krzyżówka 13-latków (dla dzie-
ci)
17.30 Programy lokalne
18.00 Panorama
18.10 Programy lokalne
18.30 Via busque (teleturniej)

19.00 Auto
19.30 A ieraz Susan” (s.)
20.00 „Vahang II, czyli riposta” (film
polski)
21.40 „Młotowne plaki”, czyli Ułan-
Dziwki w Warszawie
22.00 Panorama
22.40 Ogrod z telegram: W stylu Dem-
Rozmowa z filozofem
23.10 Encyklopedia strziku XX wie-
ku”: Jean Genet” (s.)
0.05 „Ostatnia „Świeci” Wiołka la-
towska”
0.40 „Dziesięć zabawy” (film niem.)
■ TELE 3:
7.00 TV Polonia, 8.00 Program m-
yczny, 8.30 „Maria Celeste” (tele-
nowela), 9.15 Muzyczne promocje, 9.30
Poranek z TV Katowice, 10.30 „Histo-
ria miłości” (s.), 11.35 „Namioty”
(telenowela), 12.05 „Duch w Monte
Carlo” (film ang.), 13.35 „Serce Kłasi-
ty” (s.), 14.00 Dzia w Telewizji, 14.30
Ferie z Kleksem, 15.00 Aktualności,
15.10 „Misie z Niewidzialnych kraj”
(s. anim.), 15.35 „Owidiusz i Sykła”
(s. anim.), 16.00 Globalna wiosna, 16.
Dziś w Telewizji, 16.45 Rozmowa ty-
godnia, 17.10 Sport, 17.30 Dzia w Te-
le, 17.50 Portrety malarzy, 18.00 Po-
nora, 18.10 Aktualności, 18.30 „Histo-
ria miłości” (s.), 19.30 „Strefa zapie-
nia” (s. dok.), 20.00 „Czary lat”
(western USA), 21.45 Dzień w ręk-
nie, 22.00 Aktualności, 22.30 „Nami-
oty” (telenowela), 23.00 Sejmowa
spokojna, 23.30 Loto, 24.00 Z życia
Archidiecezji, 0.30 „Rodzinna Karu-
la” (s.), 1.00 TV Polonia.
■ POLSAT:
6.00 Poranek z Polsatem, 7.45 Polity-
ne graffiti, 7.55 Poranne informac-
je, 8.00 „Banan” (s. anim.), 8.30 „Za-
trytyk” (s.), 9.30 „Zar miłości” (s.),
10.30 „Drużyna A” (s.), 11.30 „Her-
les 2” (s.), 12.30 Dziesięć wspania-
łych (pr. rozryw.), 13.00 Disco Polo Li-
ve, 14.00 Piramida (gra-zabawa), 14.30
Dziesięć szczęścia (gra-zabawa), 15.00
„Banan” (s. anim.), 15.30 Tędy kraj
(mag.), 16.00 Informacje, 16.15 Pri-
z (gra-zabawa), 16.45 „Drużyna A” (s.)
17.45 „Świat według Bundy’ch” (s.)
18.15 „Rozmowa” (s.),