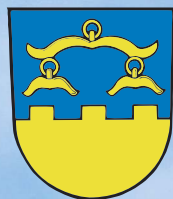


Ročník XX, 2/2020

**Hrádecké
noviny**



**Gródeckie
nowości**

...rozdělen zdmi, spojen srdci...



Slovo starosty



Vážení spoluobčané, zdá se, že jsme se probudili do nové doby, doby koronavirové. Ještě začátkem března jsme uskutečnili turnaj v bowlingu pro naše spolky a těšili se na mnoho akcí, kterými se hrádecký kalendář jenom hemží.

Jako mávnutím kouzelného proutku je, ale spou pro letošek, téměř všechno pryč. Kdo by si pomyslel, že se například neuskuteční tradiční Běh Hrádkem? Chodíme disciplinovaně na veřejnosti v rouškách, omezili jsme sociální kontakt na minimum. Mně osobně to velmi chybí, ale nezbývá než čekat, až se ta bouře přežene. Zdá se, že to čekání bude delší, než jsme si na začátku mysleli.

Na Hrádek dopadnou i ekonomické důsledky současné krize. Zatím netušíme, jak výrazně ubude daňových příjmů do obecní pokladny. Ale očekáváme, že po „bohatých sedmi letech přijde sedm let chu-

dých“. Co všechno si budeme moci dovolit postavit, zrekonstruovat a zvelebit, ukážou léta příští. Ale, jak se říká: „Nějak bylo, nějak bude“.

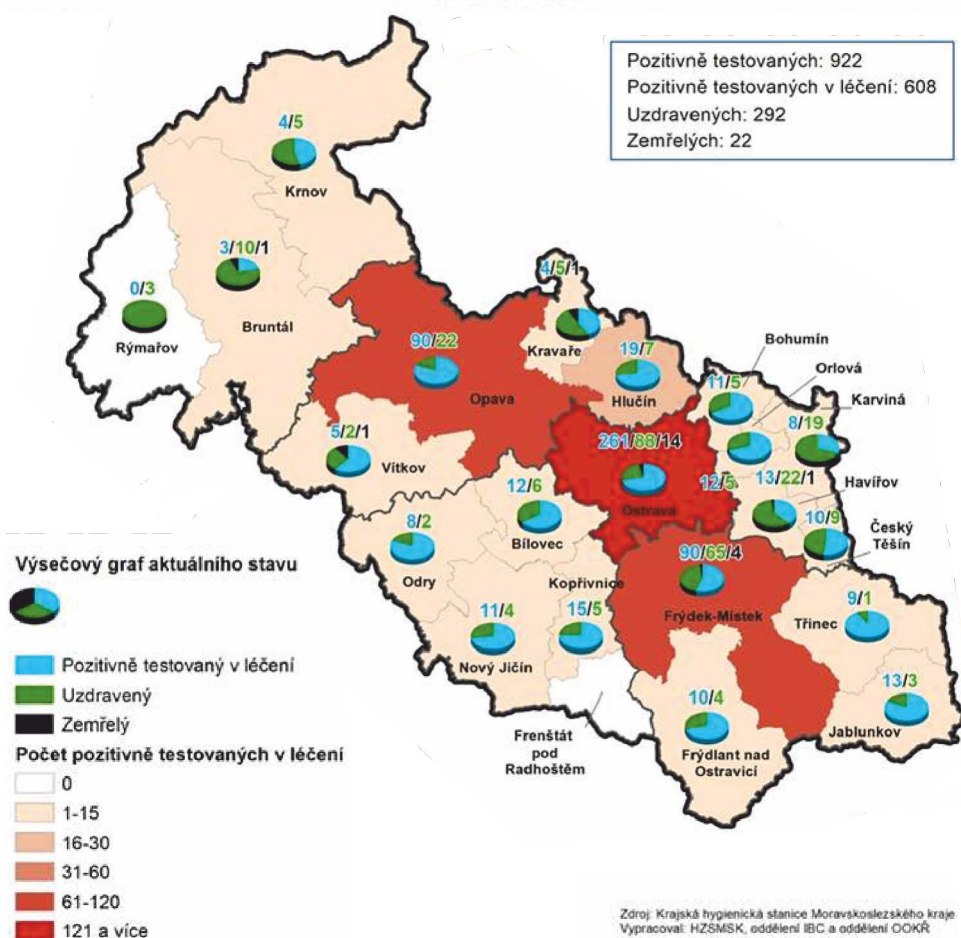
Koronavirus také prověřil nás samotné. Ukázal naši soudržnost, ochotu pomáhat druhým. Máme více prostoru vnímat čas, prožívat naše omezení. Z rozhovorů tak nějak cítím, že si všeho dobrého více vážíme. Vnímám, že máme k sobě blíží. Ještě nemáme příležitost dát si to vzájemně najavo. Ale snad za měsíc tomu bude jinak.

Chtěl jsem tímto způsobem znovu poděkovat všem lidem, kteří obci nejruznějším způsobem pomohli. Mnoho z vás volalo, nabízelo pomoc, vyjadřovalo podporu, povzbuzovalo mě i mé spolupracovníky. Neuvěřitelně na mě zapůsobily hrádecké (i nehrádecké) ženy, které po nocích šily roušky, abychom je mohli distribuovat ostatním. V těchto chvílích si člověk, víc než jindy, uvědomí skutečné okamžiky, okamžiky radosti z toho, že žije v Hrádku.

Váš starosta
Robert Borski

Aktuální stav pozitivně testovaných v léčení na COVID-19 v MSK

ke dni 25.04.2020



Děkujeme!

Když jsme začátkem nouzového stavu vyhlásili na sociálních sítích prosbu o pomoc při šití roušek občanům Hrádku, setkali jsme se s nevídanou vlnou solidarity. Během chvíle se nám rozdrnčely telefony a začaly chodit zprávy od mnoha dobrovolnic, ochotných se zapojit.

Za pohotovou reakci a vysoké pracovní nasazení patří poděkování Monice Kajfoszové, Monice Ciešlarové, Libuši Kantorové, Haně Wiselkové, Simoně Grocholové, Dagmar Kubiszové, Denise Sztefkové, Silvii Mazurové, Olze Podermanské, Emilii Wojnarové, Kateřině Kováčikové, Anně Rychtářkové a její kamarádce Marcelce, Šárce Honusové, paní Michalíkové, Teťaně Czyžové, Aleně Dordové.

A zvláštní poděkování patří Vojtovi Mruzkovi (9 let), který šil roušky s babičkou v Třinci, pár jich věnoval sousedce a dalších 12 přinesl pro občany.

Ozval se nám i pan Pavel Turoň, že nemí šít, ale namísto toho by rád obdaroval všechny občany, kteří pro obec roušky vyrábějí. Všem výše uvedeným, kteří do této chvíle obci dodali víc roušek než je v ní obyvatel, jsme Pavlův dárek doručili. Bylo nám ctí.

Děkujeme milý Pavle, děkujeme milé paní a slečny, děkujeme milý Vojto.



Obsah

Slovo starosty	2
Děkujeme	2
• Z OBECNÍHO ÚŘADU	
Výplata důchodů - změna	3
Úřední hodiny OÚ se opět rozšiřují	3
Rychlá rada pro podnikatele	3
Svoz velkoobjemového a nebezp. odpadu ..	3
Opustili nás	4
Co je na obrázcích?	4
• AKTUALITY	
Webové stránky obce v novém kabátě.....	5
Centrum volného času	
se změnilo k nepoznání.....	6
Bývalá maštal září krásou	7
Původ a historie hrád. příjmení	8-9
Krize je šance	10
• ZE ŠKOLNÍCH LAVIC	
Česká MŠ a ZŠ	11-16
Polská MŠ a ZŠ	17-20
Lesní školka Hrádeček	21
Hádanky	22
Sesbírání z internetu pro rozveselní ..	23-24
• SPOLKOVÝ ŽIVOT V OBCI	
Skupina Mamiminy	25
Přátelské setkání hasičů	25
z polského Skoczowa	25
Bowling hrádeckých spolků	26
Klub seniorů	26 -27
Hrádátka	28
PZKO	29 -31

• Z CENTRA VOLNÉHO ČASU		
Nový ceník	32	
Cyklistická sezóna zahájena	32	
Pozorování večerní oblohy	33	
Hmyzí hotel	34	
Noclehárna pro ježky	35	
Přivítejte jaro pozdravem slunci	36	
• ZE ŽIVOTA CÍRKVÍ		
Veselá příhoda z organizace tábora	37	
Pozvánka na tábor	37	
• INZERCE - Cyklosport Rebl		37
• NOVINKY V KNIHOVNĚ		
Březen měsíc čtenářů	38	
Nové tituly v knihovně	39	
Covid-19 Senioři	39	
Jsmo v tom společně.....	39	
• Zahradnictví Kvítka		40 - 41
• INZERCE - Hebama / Go bike		41
• ROZHOVOR S PAMĚTNÍKEM		
Kateřina Turoňová	42-43	
• PŘÍRODA HRÁDKU		
Pěvci 2.část	44-45	
• RECEPTY		46
Pomazánka s medv.česnekem /		
Rebarborový koláč / Sirup z bezových květů		
Osmisměrka	46	
Křížovka	47	

Úřední hodiny OÚ se opět rozšiřují

Na základě rozhodnutí Ministerstva zdravotnictví ČR o zrušení některých omezujících opatření, jsou úřední hodiny OÚ rozšířeny, a to: pondělí, středa 7.00 - 11.00, 12.00-17.00.

Žádáme, abyste pro vyřizování svých záležitostí a požadavků využívali především telefonický kontakt, email nebo písemná podání. Pečlivě zvažte, zda je skutečně nutné úřad navštívit.

Poplatek za psy můžete bez obav zaplatit až do 30. 6. 2020.

"Rychlá rada" pro podnikatele

Moravskoslezský kraj spolu se svými partnery připravil pro podnikatele projekt "Rychlá rada". Jedná se o webové stránky <https://rychla-rada.cz/>, kde se podnikatelé dozví přehledně a na jednom místě vše o dostupných programech a podpoře. Stránky jsou určeny především pro podnikatele Moravskoslezského kraje, kteří museli kvůli koronavirové pandemii omezit své podnikatelské aktivity. V rámci stránek funguje i online poradna pro podnikatele a firmy.

Svoz velkoobjemového a nebezpečného odpadu

Letošní svozy jsou naplánovány na sobotu 13. 6. a dále na sobotu 29. 8. 2020. Časový harmonogram jednotlivých stanoví ještě není k dispozici, s blížícím se termínem bude zveřejněn na webu obce.



Ilustrační foto

Výplata důchodů - změna

Od 2. dubna 2020 bude Česká pošta vyplácet důchody standardním způsobem, jaký si důchodce zvolil a na který je zvyklý. Tedy buď doručením na adresu, nebo uložením na pobočce.

Nejbližším výplatním dnem pro důchody je čtvrtek 2. dubna. Česká pošta vyhodnotila dosavadní způsob výplaty důchodů, kdy všechny platby doručovala na konkrétní adresy. Úspěšnost doručování byla 80 %, lokálně ve velkých městech pouze 35 %. Z terénního dotazování mezi důchodci a z reakcí této klientely na pobočkách vyplynulo, že velká část těch, kteří si standardně nechávají posílat důchod na poštu, kde si ho také vyberou, nemají o doručování na adresu zájem a stále preferují návštěvu pobočky. S ohledem na tyto odlišnosti a klientské návyky různých skupin seniorů bude od 2. dubna Česká pošta vyplácet důchody standardním způsobem, jaký si důchodce zvolil a na který je zvyklý. Tedy buď doručením na adresu, nebo uložením na pobočce.

Nicméně v rámci zajištění maximální

ochrany zdraví seniorů Česká pošta opětovně upozorňuje na možnost, že pokud je důchod vyplácen na poštu, může si důchodce zavolat na svoji pobočku, kde si domluví změnu formy výplaty důchodu. Tzn., že pokud oznámí tuto změnu nejpozději den před výplatním dnem, důchod mu bude ve výplatní den řádně doručen na domluvenou adresu. Dohoda na konkrétním termínu doručení může být i kdykoliv po příslušném výplatním dnu.

Změnu formy výplaty pak může důchodce oznámit i prostřednictvím formuláře s plnou mocí. Pokud tedy důchodce nepotřebuje, nemusí pobočku České pošty vůbec navštěvovat.

Česká pošta akceptuje pro výplatu důchodu i plnou moc vyplněnou na příslušném formuláři. Tu je potřeba přinést na pobočku vyplněnou a podepsanou. Držitelé plné moci bude po jejím předložení a po prokázání se občanským průkazem vyplácen důchod pro zmocnítele.





Opustili nás



Na poslední besedě s občany, která se uskutečnila v závěru loňského roku, se někteří z přítomných vyslovili, abychom v Hrádeckých novinách zveřejňovali informace o zemřelých spoluobčanech.

Dne 8. 4. nás po těžké nemoci opustil ve věku 63 let pan

Oto Mruzek z lokality Lyngi. O pár dnů později, 11. 4., zemřela ve věku 86 let paní Anna Kawulokova z místní části Polyniska a dne 20. 4. odešla paní Helena Niedobowa ze Záplotí. Bylo jí 93 let. Všem pozůstalým vyjadřujeme upřímnou soustrast.



ZELENÁ LINKA ANDĚLA STRÁŽNÉHO



800 603 030

**Zelená linka Anděla Strážného je tu zdarma
24 hodin denně pro všechny seniory a jejich blízké.**

- **Máte strach o sebe nebo své blízké?**
Nám se můžete se svými obavami svěřit.
- Potřebujete poradit a vysvětlit otázky týkající se situace okolo koronoaviru?
- Naše Andělky na Zelené lince jsou Vám stále k dispozici.
Zavolejte na naši bezplatnou Zelenou linku.
Chceme Vám pomoci i v této složité době.



Anděl Strážný

<https://www.andelstrazny.eu/>



andelstraznyofficial



ANDEL STRÁŽNÝ

Zelená linka Anděla Strážného je tu nejenom pro naše klienty.

**NA ZELENÉ LINCCE VÁM POMŮŽEME NAJÍT
ODPOVĚDI NA OTÁZKY:**

- Kam můžu zavolat, pokud se nebudu cítit dobře?
- Můžu chodit ven, když je nařízená karanténa?
- Může mi někdo dovést domů léky?
- Můžu jít k zubaři?
- Jak si opatřit nákupy?

Co je na obrázcích?

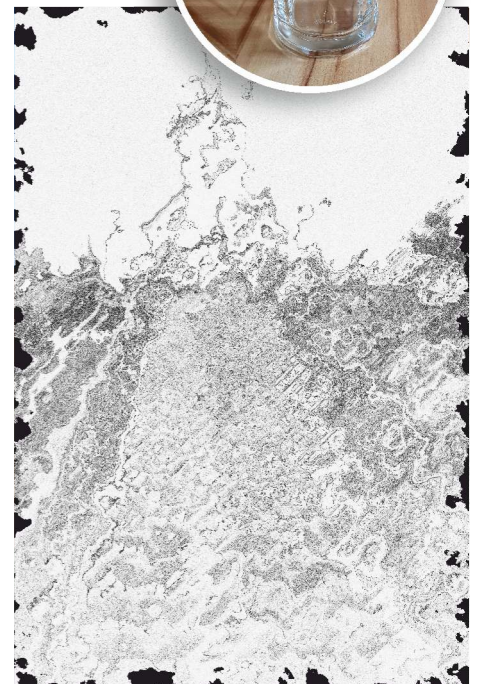
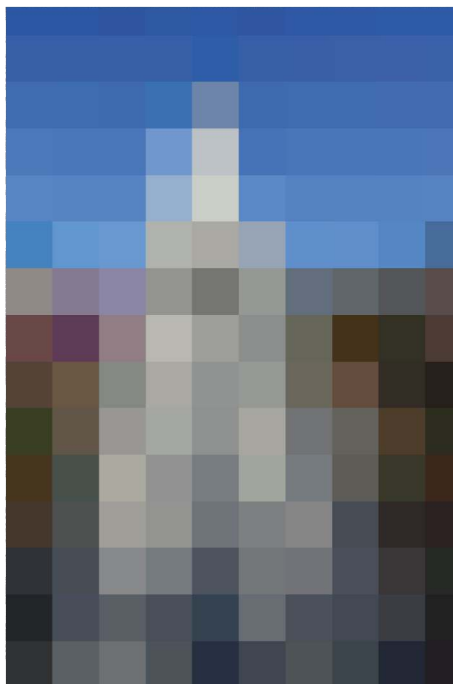
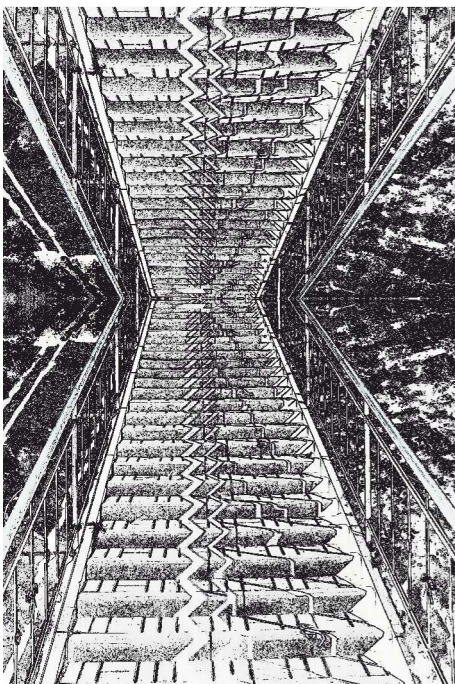
Soutěž v poznávání znetvořených fotografií se setkala s úspěchem. V minulých číslech jsme zamíchali pixely fotkám zvoníčky a rytíře Belka. V tomto čísle pokračujeme. Zkusíte uhodnout, co se na třech upravených fotografiích skrývá?

Nápověda:

„Oděn v novém kabátku, zvuk zní hlavně o svátku.“

Vzhledem k tomu, že se nám nedaří noviny distribuovat do všech domácností ve stejnou chvíli, rozhodli jsme se pro drobnou změnu v určení vítěze: své odpovědi můžete zasílat smskou na tel. číslo 724 309 930 a to nejpozději do 11.5.

Ze všech správných odpovědí vylosuje počítač jednoho výherce, který obdrží krýgl s logem obce.



Webové stránky obce v novém kabátě

Historie klasických webových stránek obce vstoupila do další etapy. Stávající stránky již hodně zestárlý a nesplňovaly současné nároky jak na uživatelské prostředí, tak i na administraci. Rada obce v roce 2019 schválila jejich modernizaci. Bylo požádáno o dotaci, leč neúspěšně. Tak jsme se do toho pustili za vlastní peníze. Výsledek je na světě několik dnů. V testovací verzi stránky ladíme a odstraňujeme drobné nedostatky, odhalené především díky zpětné vazbě uživatelů obecního webu.

Pro připomenutí se trochu ohlédnou zpět v čase a dnes již pamětníkům popíšu několik historických milníků stránek. První rekonstrukce se webové stránky dočkaly po čtyřech letech své existence (v roce 2007). Přibývaly automatické rozesílky novinek mailem, anketa, smskový systém a další vymoženosti tehdejší doby.

Nejatraktivnějším výdobytkem byla ovšem diskuze. Protože byla anonymní, každý se mohl vyjádřit, bez toho, aby se bál, že si se svým bližním rozbije vztahy. Diskuzní příspěvky byly nejrozumnějšího charakteru. Neblahým trendem bylo zhrubnutí webu, přibývalo vulgarit a xenofobních výlevů zlosti. Sledovanost stránek překonávala rekord za rekordem. Diskuze se však pomalu začala míjet účinkem. Proto obec přistoupila k malé

regulaci. Diskutovat se mohlo, ale neanonymně. Bylo po srandě. Od té doby návštěvnost stránek pozvolna, (o 1 - 2 % ročně) ale plynule klesala.

Další modernizace stránek se uskutečnila v roce 2010 a konečně v roce 2015. Ta poslední úprava vzhledu nyní ukončila svou pětiletou a uvolnila prostor svěžímu a jednoduchému designu. Změny bylo potřeba jak soli. Změnil se přístup lidí k internetu. Přišla doba Facebooku a Instagramu. Obec se tomuto vývoji snažila přizpůsobit a založila 2 Facebookové účty: Obec Hrádek (založena 18. března 2012), která vykazuje v současnosti 1300 sledujících uživatelů a rok starý účet Starosta – o Hrádku z první ruky, který dnes sleduje přes 500 lidí.

Zdálo by se, že sledovanost sociálních sítí klasické stránky zcela převládá. Ale není tomu tak. Vidíme, že internet přece jenom nezlikvidoval knižní trh. Taktéž klasický web náporu sociálních sítí stále odolává. Pro udržení konkurenceschopnosti došlo ke změnám vzhledu, na který si zase budeme nějakou dobu zvykat.

Pár zajímavých statistických dat www.obcehradek.cz, který ukončil 17 let svého trvání:

Celkový počet všech návštěv webových stránek se zastavil na číslovce 746 261.

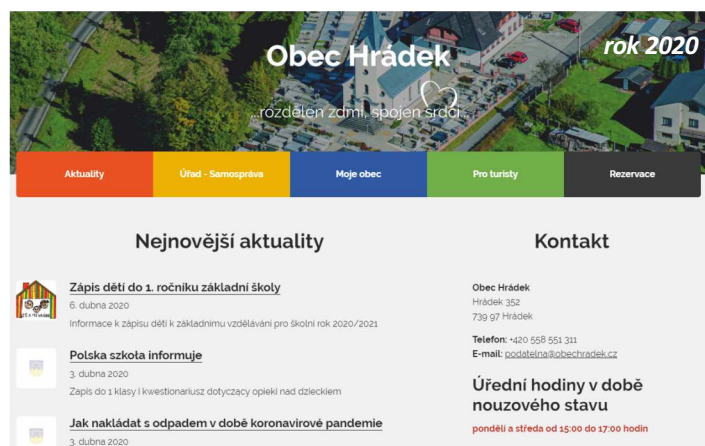
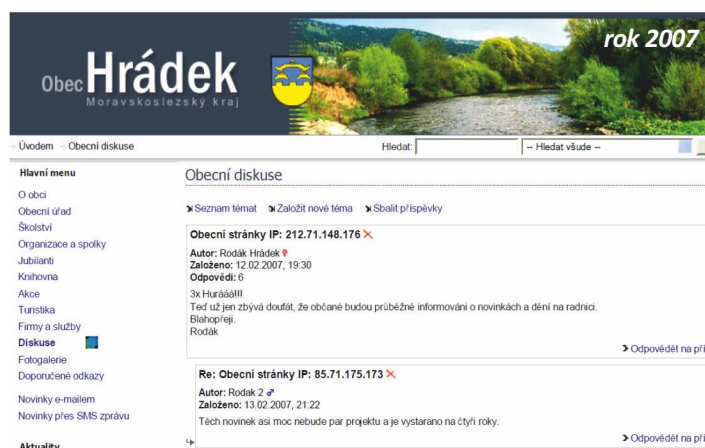
Stránky byly v provozu celkem 6305 dní (od 2. 1. 2003). Z toho vyplývá, že dlouhodobý průměr byl 154 návštěv denně. Na web se v posledních 5 letech připojili lidé z území 90 států světa. Byly to tyto: Albánie, Alžírsko, Argentina, Arménie, Austrálie, Bangladéš, Belgie, Belize, Bělorusko, Benin, Bosna a Hercegovina, Brazílie, Bulharsko, Curacao, Česká republika, Čína, Dánsko, Egypt, Estonsko, Filipíny, Finsko, Francie, Gruzie, Hong Kong, Chorvatsko, Indie, Indonésie, Irsko, Island, Itálie, Izrael, Japonsko, JAR, Jordánsko, Kambodža, Kanada, Kapverdy, Kazachstán, Keňa, Kolumbie, Korea, Kypr, Litva, Lotyšsko, Lucembursko, Maďarsko, Makedonie, Malajsie, Maledivy, Mali, Mauritius, Mexiko, Moldavsko, Německo, Nepál, Nigerie, Nizozemsko, Norsko, Nový Zéland, Pákistán, Paraguay, Peru, Pobřeží Slonoviny, Polsko, Portugalsko, Rakousko, Rumunsko, Rusko, Řecko, Senegal, Singapur, Slovensko, Slovinsko, Spojené arabské emiráty, Srbsko, Sýrie, Španělsko, Švédsko, Švýcarsko, Tanzanie, Taiwan, Thajsko, Togo, Tunisko, Turecko, Ukrajina, USA, Velká Británie, Venezuela, Vietnam. Nejvíce sledovali webové stránky obce lidé v České republice, pak v Polsku, USA a na Slovensku. Zahraniční návštěvy často pocházejí od lidí, kteří v daném státě pobývali pracovně či na dovolené.

Robert Borski



Hlavní zprávy

"Rychlá rada" pro podnikatele

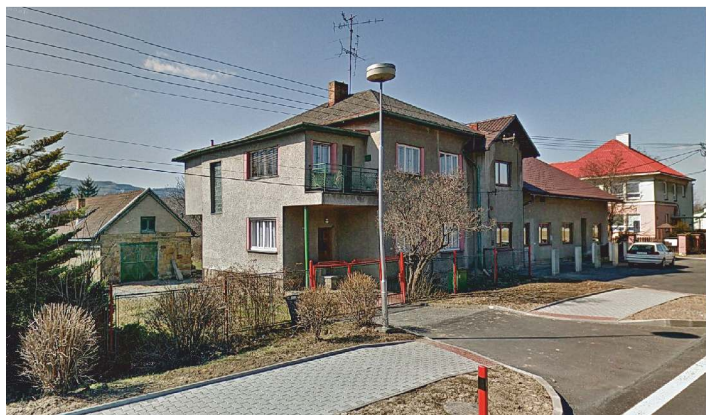


Centrum volného času se změnilo k nepoznání

Po nejrůznějších komplikacích, jako například bourání budovy, se centrum volného času rozšířilo o nové prostory. Místo původních plánů a předsevzetí, stavba nakonec trvala celý rok. Ale stálo to za to. Byly vybudovány nové prostory pro veřejnost. CVČ zdvojnásobilo svou kapacitu. Vznikla třída pro děti české školy včetně školní družiny. Až bude opět

fungovat normální vyučování, představíme vám prostory pro školu a školní družinu.

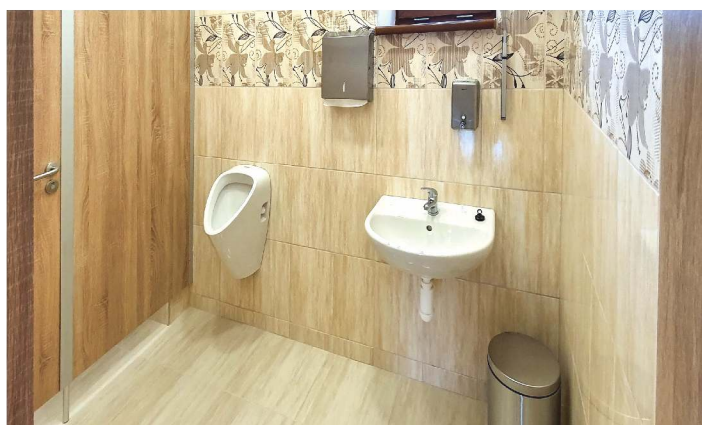
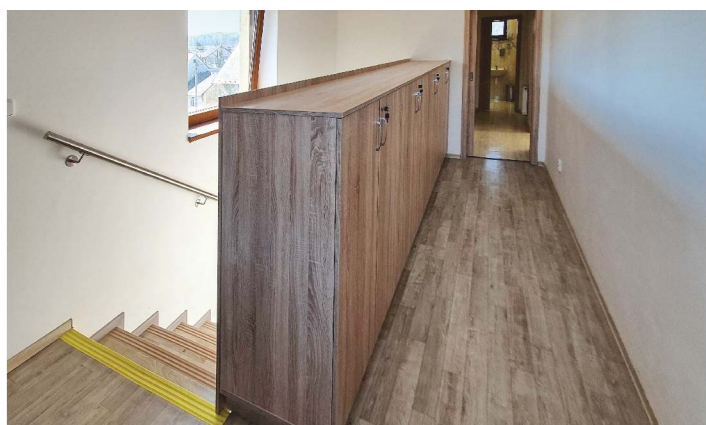
Bezprostřední okolí budovy bylo rovněž zvelebono. Jak tomu bylo kdysi, si můžete vybavit na fotografiích z Google Street View, které zveřejňujeme pro malé srovnání se současným stavem.



Vnitřní prostory si můžete prohlédnout na následujících fotografiích. Ale bude ještě líp, když si je vyzkoušíte osobně.



Třeba na některé z akcí, které bude Centrum opět organizovat. Ovšem, až skončí to zákeřné koronavirové období.

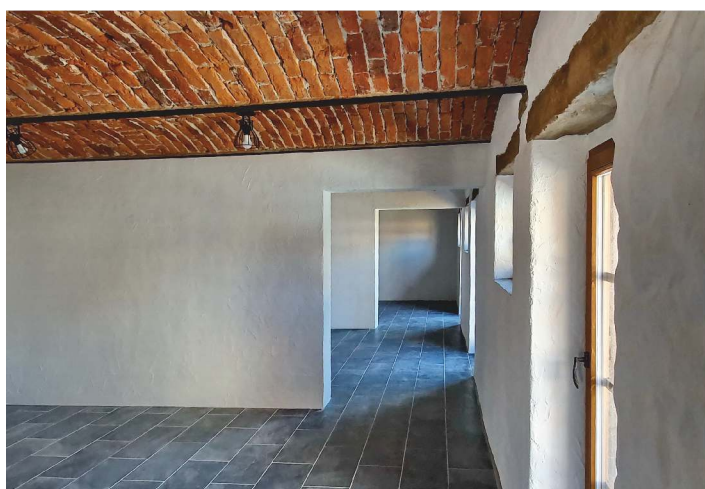


Bývalá maštal září krásou

Další dokončenou stavbou je kamenná maštal, která byla zrekonstruována za dotační prostředky. Bude v ní vesnické muzeum a dílna lidových řemesel. Jak se to zhotovitelské firmě povedlo, zhodnotíte, až se budova otevře pro veřejnost.

Prozatím zveřejňujeme pár fotografií. V souvislosti s tímto projektem musíme vyzdvihnout uměleckou práci hrádeckých kameníků, Miroslava Brudného a Františka Lubojackého. Kameníční mistři mistrně opravili důležité detaily budovy, která v Hrádku stojí více než 100 let.

RB



Tato aktivita je součástí projektu „Skoczów-Hrádek. Podporujeme se vzájemně“, registrační číslo: CZ.11.2.45/0.0/0.0/16_010/0002007, který je podpořen z prostředků Fondu mikroprojektů Euroregionu Těšínské Slezsko-Śląsk Cieszyński, v rámci operačního programu Interreg V-A 2014-2020 Česká republika – Polsko a spolufinancována Evropským fondem pro regionální rozvoj.

Původ a historie hrádeckých příjmení - 6. díl

V článku pokračujeme příjmeními začínající na K. Těšínská příjmení dominují a jsou zabarvena světle oranžově. Příjmení s mapkou jsou ta

častější (jsou zvýrazněna podbarvením a tučným písmem). Pro zopakování: druhý sloupec označuje, kolik je nositelů daného příjmení v Hrádku, třetí sloupec

je totéž v ČR. U těšínských příjmení je zmíněn nejranější výskyt.

Literatura: Milerski, W.: Nazwiska Cieszyńskie, Warszawa 1996

Lipowski, J: Ewolucja nazwisk w południowej części Śląska Cieszyńskiego w czasach austriackich, Wrocław 2008

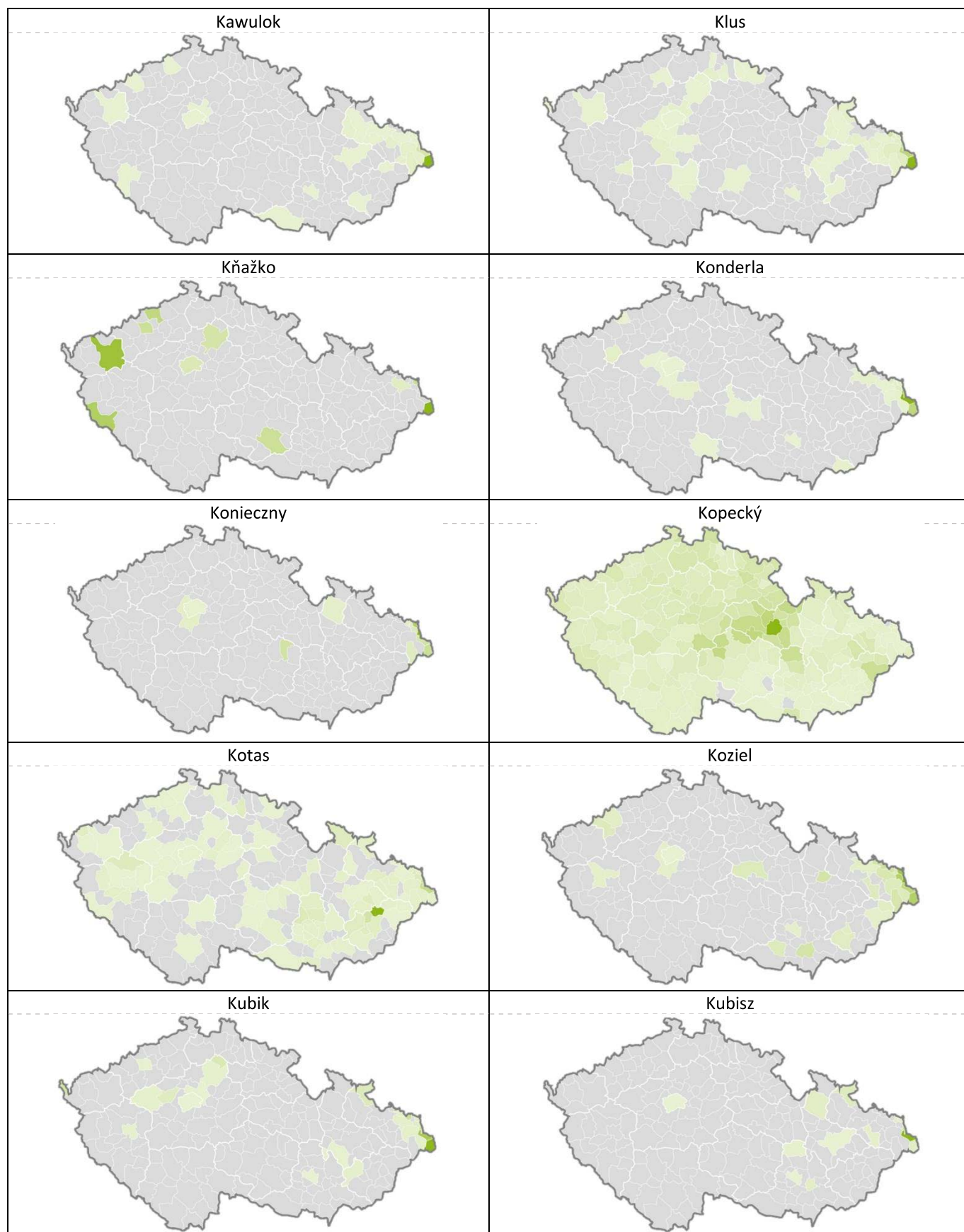
Moldanová, D.: Naše příjmení, Praha 2015

Zdroj mapek: www.prijmeni.cz

Hrádecká příjmení	četnost		1. zmínka			původ příjmení, význam slova
	Hrádek	ČR	Těšínsko		původní tvar slova	
Kawulok	15	569	1779	Jaworzynka	Kawulok	od „Kawula“ - jména krávy, která má béžovou barvu kávy
Kejda	2	324				od slovesa kejdāt se = kulhat, klátit se. Taktéž označení pro hustou omáčku
Klapal	2	477				od slova klapat, tj vydávat klapavý zvuk. Také tlachat. Klapa bylo označení pro malý mlýn
Klimek	2	1372	1526	Krásná	Klimek	zdrobnělina jména Klement, Klimens
Klus	23	875	1621	Jablunkov	Klus	z německého Kloß = hrouda z hlíny, ze které se vyráběly např. hrnky. Variantně z lat. jména Nicolaus = Mikuláš
Kluz	3	429	1577	Goleszów	Kluz	z lat. slova inklusus = zamčený, ze stpolského kluza = uzavř. místnost, např. blázinec, vězení, ten, kdo je v něm
Kňazko	5	39				slovenské příjmení. Od slova kňaz = kníže. pravdp. od přezdívký člověka, který se choval jako kníže
Kolář	2	1719				23. nejčastější české příjmení. Vzniklo od názvu řemesla
Konderla	20	489	1632	Těšín	Konderla	původně ekvivalent k kędzior, tj lokna nebo kudrlina. Přezdívka kudrnatého člověka
Konieczny	5	108	1521	Krásná	Konieczny	jsoucí (bydlící) na konci (např. vesnice)
Konöpka	3	451	1684	Těrlicko	Konopka	poněmč. staropolské konóp = konopí, konopka = lidové jm. byliny mařinky vonné. I z č. jména drobného pěvce
Kopeć	2	15		Těrlicko	Kopecz	od kopiec, slovo z těšínského nářečí, označující např. řádek zasazených brambor. Také hraniční kámen
Kopecký	8	14173				34. nejčastější. Označení člověka, bydlícího na kopci
Kormanec	1	25				od slova korma = středověký nápoj z piva nebo zadní část plavidla s kormidlem
Kostelenec	4	63				od základu slova kostel.
Kostka	2	3230	1571	Orlová	Kostka	ze slova kostka = kotník, hrací kostka. Asi také od osob. jména Kostek = Constantinus, což znamená stálý.
Košut	2	415				ze slova košut = kastrováný kozel. Zřejmě přezdívka člověka – zvěrokleštiče
Kotas	8	1467	1594	Oldřichovice	Kotas	staropolský výraz pro kocoura. Také primit. lůžko, pryčna.
Kovařík	3	7362				32. nejčastější české příjmení. Podle zaměstnání „kovář“
Kowalczyk	1	196	1632	Těšín	Kowalczik	byl to pomocník kowala, tj. kováře. Kovářský čeledín
Koziel	5	286	1631	Těšín	Kozieł	od slova kozel (domácí zvíře), také od kozłek = kozlík lékařský – léčivá bylina.
Krawiec	2	66	1571	Dziedzice	Krawietz	z názvu povolání. Krawiec = krejčí. Což vzniklo z dávného slovesa krawać, ... okrawać, zakrawać
Krčmář	1	2336				z místního jména krčma = hospoda. Krčmář = hospodský.
Krenželok	3	180	1678	Bukovec	Krenzielok	od krežel, což byla část kolovrátku, kde se navíjela příze. Přeneseně člověk menšího vzrůstu
Kruček	1	176				zdrobnělina slova krok. Přeneseně člověk menšího vzrůstu, dělající malé kroky.
Kruták	4	135				z příd. jména krutý, tzn. tvrdý, trpký, zlý, zkroucený.
Krutilek	1	95				ze slova krutina = houžev, což bylo pojmenování pro vazadlo otepí. Přeneseně nepoddajný člověk

Krzystek	3	154	1577	Těšín	Krzystek	z osobních jmen Kristian, Cristianus = křesťan nebo Kryštof = z řečtiny Christophorus, tj. nesoucí Christa.
Krzyżanek	2	172	1621	Cisownica	Krzyżanek	od slova krzyż = kříž, tj. dvě kolmo protínající se linie
Kubienka	4	7	1621	Oldřichovice	Kubiena	z osobního jména Jakub. V jiném významu byl kubou nazýván druh svícnu na tzv. szczapy
Kubik	10	232	1577	Hrádek	Kubik	od jména Kuba. Také z nářečního slova kubik, tj. metr krychlový
Kubisz	4	120	1657	Fryštát	Kubisch	od jména Jakub. Z hebrejského Jahakob = druhozený

Robert Borski



Nacházíme se v mimořádné situaci – v době největší krize novodobé historie naší společnosti, v době šíření nemoci COVID-19. O tom, jak se máme chovat a nechovat, abychom ochránili sebe a své blízké, nás poměrně hutně informuje každodenní zpravodajství. Bohužel všemi zavedenými opatřeními a omezeními se může stát, že se mnozí z nás mohou ocitnout v psychické nepohodě, ať už si pod tím představíme strach, úzkosti, deprese, vztek, frustraci nebo cokoliv jiného. A někteří se možná nacházejí na druhém pólu a k celé situaci se staví v pohodě a zůstávají nad věcí. Všechno, co v současné době prožíváme, je zcela normální. Jedná se o novou situaci. Něco, co neznáme. Prakticky život každého z nás vybočil ze svých zajatých kolejí.

A právě proto, že současná situace může útočit na naši psychickou pohodu, podíváme se spolu na to, co pro sebe můžeme v tomto smyslu udělat. Trochu z toho každý známe. Každý jsme byli nemocní, zavření doma. Tak už z toho můžeme vycházet. Zkusme si teď tu zvládací základnu ještě o něco obohatit.

Zcela reálně se cítíme ohroženi. Proto je důležité dodržovat zavedená opatření, kvůli sobě i kvůli druhým lidem, a zbytečně neriskovat. Pamatujeme na to, že je to pouze dočasné a časem bude líp, ale pro teď musíme vyvinout více úsilí, jak ochránit své fyzické zdraví. Zřejmě nemůžeme zajistit bezpečí na regionální, celonárodní či světové úrovni, ale to ani není náš úkol. Důležité je chránit sebe a své blízké okolí.

Základní lidskou potřebou je fungovat v jakémsi pravidelném režimu, který nám umožňuje předvídat chod věcí, což nám dodává pocit jistoty a bezpečí. Dočasně jsme vypadli z našeho běžného životního tempa, a to může být pro některé zúzkostňující a nepříjemné. Je proto důležité nastavit si nový režim pro aktuální podmínky a dodržovat ho, i kdyby se měl skládat z malých a samozřejmých kroků, jako je doba jídla, doba spánku, čas na práci a odpočinek. Struktura každého dne nám znovu dodá pocit jistoty, pocit, že máme něco ve svých rukou, a s tím také pocit bezpečí. A tím si přispějeme k pocitu psychické pohody.

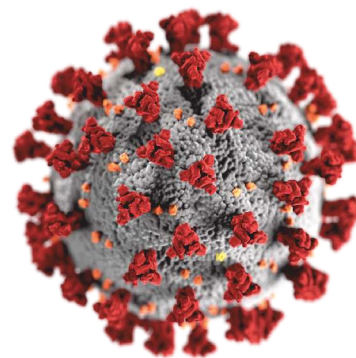
S tímto souvisí i naše tendence plánovat, jak budou vypadat nejen nejbližší dny, ale i delší časové úseky. Možná teď nelze organizovat letní dovolenou, protože opravdu zatím nevíme, jak se epidemie bude dál vyvíjet. Je jisté, že se situace bude měnit a že nebude stále stejná. Každá krize jednou skončí, a ani období karantény a omezení nebude trvalé. Přestože se s touto situací setkáváme poprvé a možná je obtížné si představit „jaké to bude“, není

od věci plánovat v reálných možnostech a hlavně – těšit se. Také je dobré plánovat na dny, na které dohlédneme a kde tušíme, co se bude odehrávat.

Dnešní doba je bohatá na podněty všeho druhu, což může být v silném kontrastu s aktuální situací, kdy jsme odkázáni na pobyt ve stejném prostředí, a zcela přirozeně můžeme strádat, pociťovat frustraci, nebo se nudit. Člověk má potřebu být stimulován různými podněty, aby se mohl rozvíjet. Pan Svěrák s panem Uhlířem zpívají, že „zažít nudu – to vadí“. Osobně si myslím, že tento výrok má svou platnost, ale ne všeobecnou. I v době izolace máme plně ve svých rukou, jak se „stimulujeme“ a nemusíme čekat pouze na to, co nám poskytne okolní svět (kdy se zase otevře kino, festivaly apod.). Prožitek nudy můžeme nyní využít, abychom se opravdu zamysleli, co chceme dělat, na co máme chuť, co bychom chtěli vyzkoušet... pustit se do toho a nudu tak ukončit. Pokud máme tvůrčí krizi, na internetu je spousta nápadů (dokonce vznikly speciální stránky pro sdílení nápadů, co dělat v karanténě: www.koronapady.cz). Některým také pomáhá, pokud se cítí užiteční a mají nějakou roli či úkol. „Být platný ve společnosti, ve které žijí“ je jedna z našich základních potřeb (podle prof. Z. Matějčka a J. Langmeiera). Kromě propagované možnosti pomáhat seniorům či dalším potřebným lidem, šít roušky nebo zavolat osamocným v souvislosti s pandemií jsou určitě jiné možnosti.

Budme k sobě ohleduplní. Už jsem zmínila, že můžeme pociťovat emoce všeho druhu a všechny jsou normální a budou se postupem času měnit. Zároveň není nutné se v průběhu karantény vést jen na emocionální vlně, ale je praktické být v kontaktu i se zdravým rozumem. Není třeba umocňovat v sobě pocity úzkosti a paniky častým sledováním zpráv či vytvářením vlastních katastrofických scénářů (naše fantazie je opravdu velmi bohatá, že?). Naopak je fajn v sobě cíleně posilovat dobrou náladu a snažit se i o pozitivní přístup k věci. Zamyslete se, v čem je pro vás osobně tato krize přínos?

Už Aristoteles řekl, že „člověk je tvor společenský“. Společenská izolace může být velmi frustrující, co říkáte? Naštěstí v době snížené možnosti kontaktu „tváří v tvář“ fungují různé komunikační prostředky a sociální sítě. Je bezvadné, že stačí velmi málo k tomu, abychom se s někým „potkali“, i když ne osobně. Navíc jsme všichni na stejné lodi, kde se snažíme podpořit. Stačí vzít mobil, usednout k počítači nebo se dát do řeči s člověkem, se kterým sdílíme domácnost. Určitě neváhejte někomu zavolat, pokud se Vám samotným nedaří bojovat proti úzkostným a špatným myšlenkám. Nebojte se sdílet a říct nahlas své obavy někomu, kdo si vás poslechne a kdo vás může uklidnit a podpořit. Zároveň je také fajn, pokud



máme doma každý koutek sám pro sebe, kde můžeme být chvíli sami nerušení dalšími členy domácnosti.

S tím souvisí i to, že je důležité se do ničeho nenutit. Mějte k sobě respekt – nemusíte za každou cenu být užiteční, být s někým v kontaktu, ovládat své emoce a myslet jen pozitivně atd., pokud se Vám opravdu nechce nebo na to nemáte sílu. Je v pořádku dopřát si prostor tak, jak zrovna potřebujete. Teď více než kdy jindy je důležité umět se postarat hlavně sám o sebe. Buďte k sobě vnímaví a reagujte na své potřeby.

Pokud u sebe pozorujete, že situaci prožíváte výrazně špatně a nedaří se Vám ji zvládnout sami nebo dostupnými možnostmi, nebojte se obrátit na odborníky, kteří Vám s tímto můžou pomoci. Některé kontakty najdete na internetu, pokud do vyhledávače zadáte „Telefonní informační a krizové linky a online pomoc v ČR“ – jedná se o ověřené kontakty Ministerstva vnitra ČR na odborné linky. Můžete taky kouknout na stránky: www.delamcomu-zu.cz a www.terap.io.

Nedá mi to, ale musím uvést, co mi v posledních dvou týdnech hučí v hlavě. Je to výrok „krize je šance“. Přemýšlím nad tím, v čem je pro mě tato nová situace příležitostí. Možná je těžké se dostat do tohoto módu, ale zkusme každý sám za sebe k této situaci aspoň částečně tak přistoupit. V čem je tato krize pro mě osobně šancí? Co můžu vyzkoušet, změnit, podpořit, omezit ...? Je to něco nového. Něco, co má potenciál pro můj osobní rozvoj. Právě teď je šance nastat v každodenních kolejích, ale udělat něco jinak. Těším se na osobní shledání s Vámi a na to, jak si třeba povíme, jakou byla pro Vás tato krize šancí.

*Mgr. Hana Wiselková
psycholog*



Leden plný sportování

První lednovou středu jsme s nejstaršími dětmi zahájili plaveckou školičku, kde se hravou formou učily základním plaveckým dovednostem (dýchání, splývání), plaveckým stylům (znak, prsa, kraul), skokům a nácvikům potápění.

Koncem ledna se Medvídci a Sovičky zúčastnili zimních sportovních her, které uspořádal DDM v Bystřici. Jednotlivými disciplínami nás provázeli šmoulové, šmoulínky a nechyběl ani Gargamel. Děti si během celého dopoledne pořádně zasportovaly, musely totiž splnit 12 šmoulích aktivit, za které dostávaly části puzzle, které v závěru sestavily v tašku šmoulu. Po příchodu do školky byly děti příjemně unavené a spokojené.

Během ledna jsme uspořádali pro rodiče malou ukázkou práce s dětmi zaměřenou na jemnou motoriku a grafomotoriku. Vše se odehrávalo ve třídě, kde si děti vyzkoušely sezení ve školní lavici, psaní na tabuli.... Přítomná byla p. Mgr. Radomíra Křížová, která přednášela na téma „Než půjde do školy“.



Karnevalový únor

Karneval je moje potěšení, chystejte mi masku, převlečení“...

Jedno únorové odpoledne jsme se sešli v sále místní restaurace společně s rodiči a dětmi, abychom si užili plesový a karnevalový čas. Rodiče své ratolesti proměnili v nádherné pohádkové bytosti.

O dvouhodinovou skvělou zábavu se postarali Klauni na volné noze – interaktivní představení dvou klaunů, kteří se postarali o legraci, tanečky, soutěže a velkou bublinkovou show. Odměnou pro klauny byl úsměv a velký potlesk.

Děkujeme spolku rodičů za finanční zajištění celého karnevalu.

Na pohádku BAJAJA (Naivní divadlo Liberec) nás pozval kulturní dům TRISA

v Třinci. Děti zhlédly divadelní zpracování klasické pohádky o dracích, princeznách a němém hrdinovi na mluvícím koni. Kam se má mladý člověk, který opouští domov, vlastně vydat? Má něco někde dokázat? Má rovnou zasadit strom a postavit dům, anebo by bylo lepší, kdyby předtím zachránil pár princezen? V prostorách divadla nechyběl ani Kašpárek, se kterým jsme se měli možnost vyfotit.



Březen, za kamna vlezem?

Březen jsme si naplánovali jako březenný měsíc knihy. Začalo to nádherně. Všechny děti postupně navštívily místní knihovnu, některé poprvé a některé si tam již pravidelně docházejí půjčovat knihy.

V knihovně je paní knihovnice Bc. Petra Borská seznámila s fungováním knihovny, zacházením s knihami, s jednotlivými druhy knih atd. Měla pro ně připravené úkoly a nechyběla ani odměna. Děkujeme paní Borské za milé přijetí a přínosné povídání.

V duchu pohádky „O veliké řepě“ proběhla pro rodiče také další ukázka práce s dětmi zaměřená na čtenářskou pregramotnost pod vedením paní ředitelky Mgr.

Šárky Honusové. Po té rodičům zodpověděla otázky, nabídla knihy pro práci s dětmi....

Také několik našich Medvídků potěšilo naše seniory jubilanty svým milým vystoupením sestaveným z básní a písní.

Ve školce jsme pokračovali s pohádkami. Četli jsme si, povídali si , dramatizovali je, hráli různé hry, plnili úkoly, kreslili, skládali knížky, vyráběli záložky.... dětem se to líbilo, ale najednou se vše změnilo, museli jsme školku uzavřít a nyní plnit přísloví ... „březen, za kamna vlezem“...

Věříme, že vše brzy skončí, že se opět dveře do školky otevrou a rozezní dětským hlasem, smíchem a radostí ze života. Do té doby využijte, pokud je to možné, spo-

lečné chvíle k přečtení pohádky, společných her, tvoření a jiných aktivit.

Přejeme Vám všem pevné zdraví a už se nás Vás mooooc těšíme. Opatrujte se.

Kolektiv MŠ



Inspirace pro domácí procvičování

<https://www.vesela-chaloupka.cz/klicove-slovo/predskolaci/>

- 1. Z jakého stromu použijeme proutky na výrobu karabáče?**

- ## 2. Jak se jmenuje první jarní květina?



3.  9. Hody, hody doprovody dejte malovaný.

- #### 4. Jak se říká malovanému vejci?

- 5. Doplně: Slepice, kuře,**

- ## 6. Jaké roční období začíná v březnu?

			1.								
2.											
		3.									
			5.								
	6.										
7.											
			8.								
	9.										
		10.									

- 7. Na Velikonoce pečeme velikonoční-
ho**

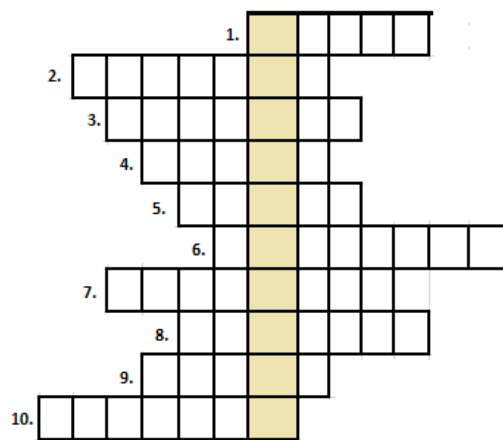


- 8.**

- 9. Hody, hody doprovody dejte malovaný.**

- 10.** Na jaře nám rozkvétají stromy,
pod jakým stromečkem se musíme po-
líbit na 1. máje?

DOPLŇ POHÁDKOVOU DVOJICI



1. Mája a
2. Maková panenka a
3. a Mařenka
4. Bob a
5. Tom a
6. a trpaslíci
7. Pejsek a
9. a Lolek
10. a Špagetka



Celý Hrádek peče!

Milí rodiče, už nevíte, jak své děti doma zabavit? Spojte příjemné s užitečným a upečte společně něco dobrého k snědku. Moje maminka peče tyto výborné rohlíky ze sádla. Naučila to mě a já zase svou dceru. Zkus je taky:

400 g hladké mouky
100 g polohrubé mouky
250 ml mléka + lžička cukru
 – lehce ohřát, až se cukr rozpustí
85 g sádla
 – rozpustit (80 g + 5 g na potření)
1 kostka droždí
1 vrchovatá lžička soli

Postup:

1. Rozpustíme sádlo (použijeme pak vlažné, ne horké!).

2. Do mísy odvážíme mouky, uděláme dolík a vlijeme vlažné mléko s cukrem, rozdrobíme do mléka droždí a necháme vykynout – cca 15 minut.

3. Do vykynutého droždí opatrně vlijeme vlažné sádlo, trochu si necháme na potření těsta, těsto propracujeme vařečkou nebo rukou, necháme vykynout, asi 1 hodinu.

4. Vykynuté těsto rozdělíme na dvě části, každou rozválíme na placku cca 0,5 cm vysokou, rozdělíme na 4 – 6 dílů, podle toho, jak velké rohlíky chceme.

5. díly potřeme rozpuštěným sádlem, stočíme do tvar rohlíku – začneme od širšího okraje

6. Rohlíky uložíme na pečicí papír, potřeme mlékem, posypeme hrubou solí a kmínem, necháme chvíli dokynout.

7. Troubu předehřejeme za 180°C, pečeme asi 20 minut, do zružovění.

Jaké by byly posypané mákem nebo jinými

semínky?

Nebo zapracovat semínka do těsta?

A místo droždí kvásek? Vyzkoušejte!

Tak jak se vám povedly? Vyfoťte a pochlubte se – pošlete na FB Obec Hrádek, nebo do emailu naší školy. Vytvoříme galerii hrádeckých rohlíků!

Mgr. Šárka Honusová



Výzva pro rodiče a děti

Prořednictvím e-mailů jsme 23. března vyzvali rodiče a děti, aby se zapojili do soutěže. Aby se pokusili společně se svými dětmi složit krátkou básně na téma „Já a moje rodina“ (klíčová slova maminka, tatínek), vyrobit z odpa-

dového materiálu hračku, předmět...a vyfotit při různých aktivitách prováděných v této nelehké době.

Všem, kteří se do této soutěže aktivně zapojili, děkujeme za milou spolupráci. By-

li jsme velice potěšeni pohledem na fotografie, kde jsou děti zdravé, spokojené, šťastné. Až se společně vrátíme opět do naší školky, všechny tyto aktivity budou oceněny.

Kolektiv MŠ

Básně na téma: „Já a moje rodina“

Rodina Dachova

Máma stojí u plotny,
chystá samé dobroty.

Děti s tátou venku skotačí,
ať mámu u vaření neruší.

Nakonec se sejdem u stolu,
kde se zakousnem do obědu.

Prázdný talíř, plná břicha,
táta bude vařit zítra.

Rodina Hamrozi

Na jaře rostou květiny,
petrklikče, narcisky a konvalinky.

Mamince je pak natrhám
a do vázičky pěkně dám.

A co na to tatínek?
Tomu dám malý, hezký kamínek.

Rodina Samcova

Maminka a tatínek
mají hodně vzpomínek
na prázdniny chřipkové,
my chceme taky takové.

To jsme ještě nevěděli,
co nám číňané nadělí,
budem doma měsíc, dva,
to už se asi pozná.

My si ale nezoufáme,
čteme, píšeme, počítáme.
Ven nosíme šité roušky,
jen nemůžeme za dědoušky.

Mohli by se nakazit,
na životě ohrozit.
Tak jim aspoň zavoláme,
ať ví, že je rádi máme.

Bude krásné, jémine,
až to všechno pomine.
Rodinu to stmelilo,
tatka půjde na pivo.

Rodina Juhaščíkova

Pusu na tvář mamince,
tatínkovi na fousy,
můžu dát jen kratince,
řádí nám tu virusy.

Spojuje nás karanténa,
také roušky strakaté,
místo lavic a tabule,
v pyžamech až do páté.

Máma peče housky, chleba,
vyprazdňuje lednici,
sníme všechno, co je třeba,
jsme kvalitní jedlíci.

Ať už slyším školní zvonek,
vůni přímá koprovky,
stará sváča pod lavicí,
zahraju si na schovky.

Už se těším na sklouzačky,
i na písek v botě,
koupíme si 3 žvýkačky,
v bývalé jednotě.



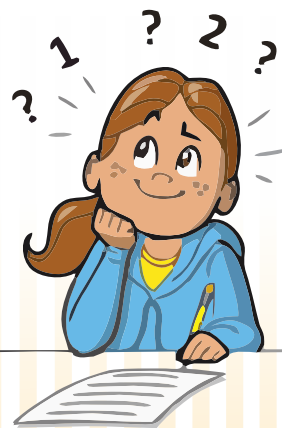
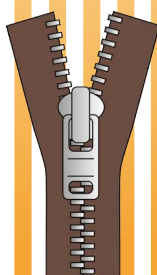
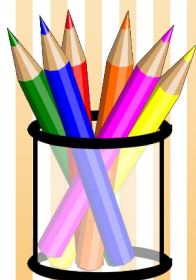
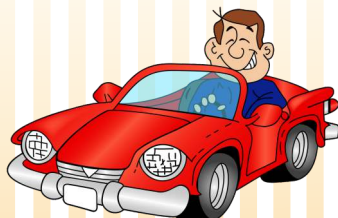
HÁDANKY

Drandí po zubech,
kartáček to není,
otevře cestu v okamžení,
za ucho ho vezmeme,
cestu zase zavřeme.

Otvírá ústa,
když něco neseme,
ochotně zbaští všechno,
co nechceme,
neplive, nezvrací,
ve jménu čistoty
polyká papír
i zkažené dobroty.

Vpředu oči, vzadu jméno,
nemá nohy, nejí seno
ani maso ani kosti
záleží mu na rychlosti,
za prdění se nestydí,
má prázdné břicho na lidi.

V barevných botkách
ušítych na míru
dřevěné baletky
tančí po papíru
a v jejich stopách
rozkvétá svět,
co jsou zač,
zajisté uhodneš hned.



© Ilka Pacovská www.ctenizdarma.cz

Další zdroje k domácí výuce:

- Česká televize – Učitelka (v televizi i na webu, také matematika podle Hejného)
- YouTube – Online výuka (pro 1. ročník)
- <https://khanovaskola.cz/>
- <https://www.mujirozhlaz.cz/deti>
- www.scio.cz/pro-deti-a-rodice/procvicovaci-testy (český jazyk a matematika, 3. – 9. ročník)
- redmonster.cz
- skolakov.eu
- <https://www.umimecesky.cz/>
- <https://www.umimematiku.cz/>
- <https://www.umimeanglicky.cz/>
- <https://www.umimefakta.cz/>

Pro předškolní a mladší děti:

- www.predskolaci.cz
- www.tvorivedeti.cz
- www.sikovny-cvrcek.cz
- www.napadyproanicku.cz

Haló, haló, hlásí se školní družina Hrádek a paní vychovatelky Katka a Terka

První akcí v novém roce 2020 byla návštěva kina Kosmos v Třinci. Patnáct dětí z naší školy za odměnu zhlédlo film LVÍ KRÁL.



Další kulturní akcí naší školní družiny bylo divadelní představení v Českém Těšíně. Loutkové divadlo Bajka pro děti připravilo pohádku GULLIVEROVY CESTY.



Navštívili jsme také Centrum volného času v Hrádku, kde nám jednoho chladného, pátečního únorového odpoledne paní Věrka Garbová připravila promítání. Díky jí, děti byly nadšené.

Poslední akcí před zavřením škol byl TRIČKOVÝ MASOPUSTNÍ REJ.

Povídali jsme si nejprve, co masopust je a proč ho lidé slaví. Pak nás čekala úvodní promenáda, kde se děti předvedly se svým originálním tričkem. Po promenádě čekalo děti pohoštění, na kterém nesměly

chybět koblihy, které jsou jedním ze symbolů masopustu. Samozřejmě, že nemohlo chybět disco, soutěže a popcorn. Myslíme, že se dobře bavily nejen děti, ale i paní vychovatelka a paní asistentka. Byl to prostě skvělý MASOPUSTNÍ REJ.



Pojďte se v tomto období pobavit se školní družinou:

Pepíček přijde večer za tátou a povídá:

„Tati, umíš psát ve tmě?“

„No, myslím, že jo. Co mám napsat?“

„Svoje jméno do mojí žákovské knížky.“

Volá fotbalista otci: „Ahoj tati, dnes jsem dal dva góly!“

„No to je super, a kolik to skončilo?“

„1 : 1“

Paní učitelka říká dětem:

„Vymyslete větu se slovem pakliže.“

Vyvolá Aničku: „Květiny se musí hodně zalévat, pakliže je hodně sucho!“

„Výborně!“

Vyvolá Pepíčka: „Jeli jsme na hory vlakem, vlak cuknul a na tatínka spadl batoh a pak lyže!“

Sousedka se ptá malého Toníka, který právě začal chodit do první třídy: „Co je tvůj nejoblíbenější předmět ve škole?“

„Asi zvonek, paní Krhavá.“



Fotoleracja z życia przedszkolaków

Ubiegły rok był ciekawy i pełen wrażeń. W nowym roku zaczęliśmy nie mniej ciekawie. Oto zdjęcia z naszych przedszkolnych przygód. Zabawa z nowymi zabawkami po Świętach, spacer bez śniegu Gródkiem w nowym roku, zimowe bałwanki – praca grupowa, zabawa na piekarzy, balik maskowy.

*Przedszkole Ekoludki w Gródku
Mgr. Eva Nemec*



Karnawał

Ten dzień od rana zapowiadał się niezwykle. Korytarzami szkoły przemakali Spiderman i Harry Potter, widziano też króliczka, tygrysa oraz najprawdziwszą księżniczkę Elbę z Krainy lodu.

W piątek 21 lutego, dla dzieci naszej szkoły, panie nauczycielki zorganizowały doroczny bal karnawałowy. W tym dniu sala gimnastyczna zamieniła się w zaczarowaną krainę pełną piratów, tancerek orientalnych, pilotów, kowbojów, pająków, klaunów i innych barwnych postaci

z kreskówek i bajek. Przy dźwiękach skocznej muzyki i utworach znanych wykonawców dzieci mogły pobawić się ze szkolnymi kompanami oraz nauczycielkami: Irką, Moniką i Kasią. Był Polonez, korowody, węże i tańce w parach. Dzieci chętnie uczestniczyły w konkursach i zabawach prowadzonych przez panie. Na zakończenie balu odbyła się loteria, w której każdy był wygranym.

Pląsy na parkiecie i wspólne zabawy

wyczerpały siły tancerzy, którzy na chwilę obecną odpoczywają na zasłużonych feriach wiosennych.

Mgr. Katarzyna Śafak



Projektowy dzień w świetlicy - warsztaty z policjantem

20.2. w ramach zajęć świetlicowych, odbył się dzień projektowy. W tym dniu do szkoły przyjechali panowie policjanci, którzy przeprowadzili dla uczniów bardzo ciekawe i praktyczne warsztaty dotyczące bezpieczeństwa na drodze. Oprócz tego policjanci przypomnieli,

w co powinien być wyposażony rower oraz rowerzysta podczas jazdy.

Dzieciom bardzo podobała się też druga część spotkania – prezentacja policyjnego samochodu oraz jego wyposażenie. Uczniowie nie tylko oglądali, ale też

przymieźali policyjny sprzęt i zadawali nurtujące ich pytania. Na koniec wszyscy otrzymali supergaźdzety.

*Mgr. Sandra Kozak,
Mgr. Monika Mitrenga*



Ptasie budki

W sobotę 7. 3. 2020 jadalnia polskiej szkoły zamieniła się w warsztat stolarski. Kilka chłopców z klasy piątej pod doзором pana dyrektora rozpoczęło składanie budek dla ptaków.

Ich drewniane części wraz z innymi elementami znajdowały się w jutowych workach, które pod koniec ubiegłego roku przyniósł do szkoły nasz pan wójt. Najpierw chłopcy zaznajomili się z instrukcjami budowy nowych przybytków dla ptaków, no i do roboty. W ruch poszedł młotek, papier ścierny i pędzel. W trakcie zbijania poszczególnych części trzeba było intensywnie myśleć, by nie pomylić poszczególnych segmentów. Za niespełna 2 godziny budki były przygotowane do ekspedycji. Dwie zostaną powieszone na terenie szkoły, by posłużyć do bezpiecznego rozmnażania mniejszych ptaszków. Chłopcy spisali się na medal, widać, że w domu czasami majsterkują. Dobrze, że tak jest, ponieważ zebrane doświadczenia przydadzą im się w przyszłości.

Mgr. Kazimierz Cieślak



Walentynki

W tym roku w naszej świetlicy Walentynki rozpoczęliśmy nieco wcześniej, bo już 12 lutego.

Mimo że miłość i przyjaźń powinniśmy okazywać sobie przez cały rok, a nie tylko 14 lutego, to jednak robienie kartek na walentynkową pocztę, zmienianie gazetki, przygotowywanie czerwonych strojów, a wreszcie uczestniczenie w świetlicowych Walentynkach sprawia uczniom dużą radość. 12 lutego wszystkie dzieci oprócz tańców w rytmach polskich przebojów, uczestniczyły w różnych zabawach i konkursach, a także przypominały sobie historię związaną z tym świętem. Było głośno, było radośnie, jednak nie tak, jak 14 lutego...

Mgr. Sandra Kozak



Walentynkowe nocowanie w szkole

Dzień 14 lutego spędziliśmy nietypowo, jak szaleć, to szaleć. Imprezę rozpoczęliśmy o 17:00, a zakończyliśmy o 9:00 następnego dnia. Okazało się, że w szkole jest przyjemnie nawet w nocy!

Nie zabrakło chyba niczego – były tańce, zabawy zespołowe, śmiechy, rozmowy, czas dla siebie, jedzenie, czytanie na dobranoc, a nawet wspólna modlitwa. Wszyscy uczniowie wykazali się dużą odwagą i samodzielnością, udowadniając, że noc bez rodziców nie sprawia im żadnej trudności.

W dniu zakochanych dzieci pokazały, że potrafią się wspólnie bawić, wygłupiać, tańczyć, a nawet spać na ziemi w jednym pomieszczeniu, głowa przy głowie, wśród chrapiących kolegów i koleżanek.

Mgr. Sandra Kozak



Zajęcia pt. „Moje ciało” i „Pierwsza pomoc - mali ratownicy”

Najstarsi uczniowie naszej szkoły odwiedzili w tym tygodniu klaso-pracownię biologiczną DDM w Trzyńcu, by wziąć udział w zajęciach pt. „Moje ciało” i „Pierwsza pomoc - mali ratownicy”.

Informacji dotyczących budowy ciała ludzkiego oraz zasad udzielania pierwszej pomocy przedstawił dzieciom ratownik medyczny Pan Roman Bezecny. Podczas zajęć uczniowie zapoznali się z wiedzą teoretyczną, jak również zdobyli nowe kompetencje, ucząc się prawidłowych zachowań i skutecznego działania w nagłych, nieprzewidzianych sytuacjach. Spotkanie przebiegło w miłej atmosferze i w dodatku liczymy, że takie warsztaty zaowocują w przyszłości tym, że każdy z uczniów będzie umiał odpowiednio zachować się podczas niebezpiecznej sytuacji.

Wyjazd ten został sfinansowany z projektu: "MAP pro ORP Jablunkov II" w regionie morawskośląskim.



Od kilkunastu dni znaleźliśmy się w zupełnie nowej sytuacji.

Z powodu pandemii koronawirusa zostały zamknięte szkoły i wiele innych instytucji. Nie mamy możliwości wyjścia, spotkania się ze znajomymi, odreagowania. Rodzice teraz spędzają czas ze swoimi pociechami

i wcielają się w domowych nauczycieli. My, nauczyciele, bardzo im za to dziękujemy. Jesteśmy świadomi tego, że nie zawsze jest lekko. Po otrzymanych zdjęciach jednak wiemy, że dzieci się nie tylko uczą, ale przechodzą tzw. szkołę życia. Rysują, modelują, sadzą roślinki,

przebywają na świeżym powietrzu, uczą się piec babkę, szyją i wygłupiają. I to nam się podoba. Brawo Wam.

Życzymy wszystkim, rodzicom i dzieciom, dużo zdrowia i optymizmu. Do zobaczenia wkrótce.

Grono pedagogiczne



Zima v Hrůdečku

Lesní školka a svobodná škola Hrůdeček získaly díky daru obce ptačí budky a krmítka. Během dne s ekologickou tematikou a za účasti jednoho z tatínků jsme budky s krmítky poskládali a rozmístili v zázemí Hrůdečku. V zimním období děti pravidelně doplňovaly zrní a pozorovaly okřídlené návštěvníky. Tímto chceme vedení obce ještě jednou za pořízení budek poděkovat. Jsme rádi, že jsme společnými silami zase o kousek posílili ekologickou vizičku Hrůdku.



Hrůdeček inspiruje

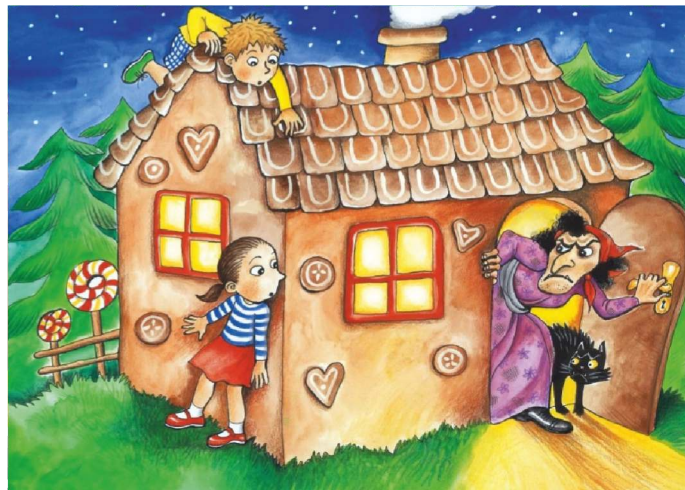
Stejně jako ostatní školy má aktuálně i Hrůdeček své brány zavřené. Rozhodli jsme se sdílet aktivity, které jsou mezi našimi dětmi oblíbené a dají se v těchto dnech realizovat v přírodě i doma.

Děti milují stavění domečků všeho druhu!

Ať už na zahradě, v lese nebo i doma ze zbytků prostěradel, dek či ručníků. Fantazii se meze nekladou.

Podnikněte dobrodružnou výpravu!

Máme určené místo, kam dojdeme (třeba i neobvyklé místo v domě) a pojmenujeme si ho. Třeba výprava na sopečný ostrov, může tam být i schovaný poklad. Dohodneme se na určitých signálech, např. řeknu „vichřice“ - to znamená, že se všichni musí chytit nejbližšího stromu (v interiéru cokoliv si zvolíte). Kořeny stromu představují krokodýly, buď je nesmí vzbudit a nesmí na ně šlápnout, nebo na nich mají jezdit, tak na ně šlapou. Po cestě na nás házejí ořechy opice, musíme si krýt hlavu. Nebo jít v určitém úseku potichu, abychom někoho nevzbudili, atd.



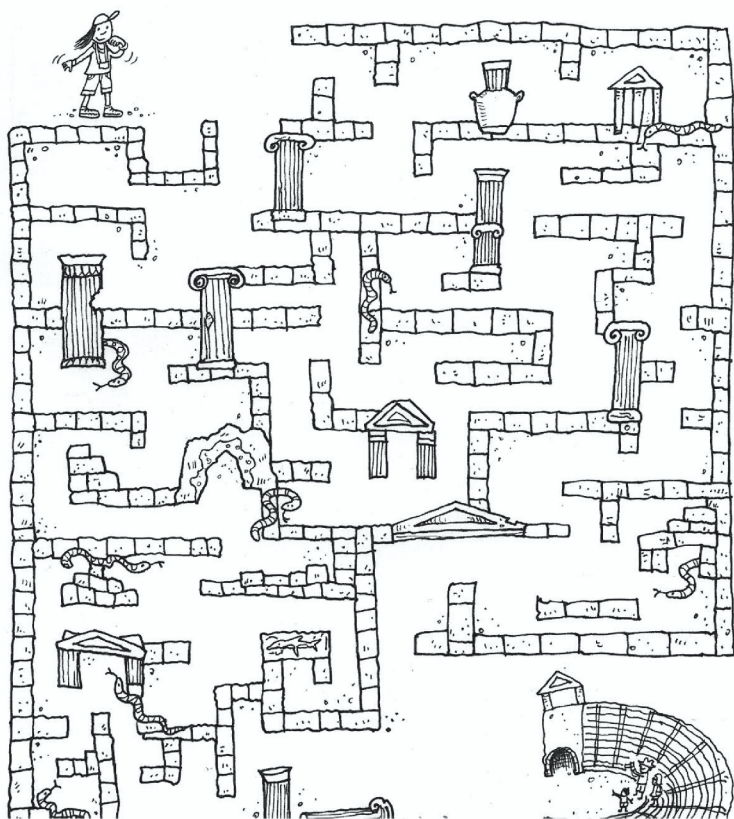
Zahrajte si s dětmi divadlo!

U našich dětí je oblíbená Perníková chaloupka a Budulíněk. Najdeme si přírodní materiál např. klacíky, šišky, kamínky atd. Pak si určíme, co budou přírodniny představovat např. tento zahnutý klacík bude ježibaba, tenhle malý klacík Mařenka... Necháme pracovat představivost dítěte, může si určit postavy, nebo je určíme my. Můžeme si materiál trochu upravit např. suchou trávu dát do šišky jako vlasy nebo fousy, nebo na klacík napíchnout listy, použít klobouček z žaludu jako klobouk atd., ale stačí i obyčejné klacíky. Kulisy nám dělá příroda kolem, najdeme si zajímavé místo u stromu, pařezu u prohlubně a hrajeme divadlo. Nejdříve my a pak necháme děti, aby hráli divadlo nám, nebo hráli jen určitou postavu. Možností je hodně.

*Přejeme vám všem pevné zdraví!
Lucie Czudková*

ŘECKÁ ODYSEA

Pomoz Sofii nalézt cestu řeckými rozvalinami nazpět k její rodině. A pozor - všude jsou lstiví hadi!



PŘEŠKRTNI

S pomocí nápovědy zjisti odpověď na uvedenou otázku.

Proč má hráč golfu pár ponožek navíc?

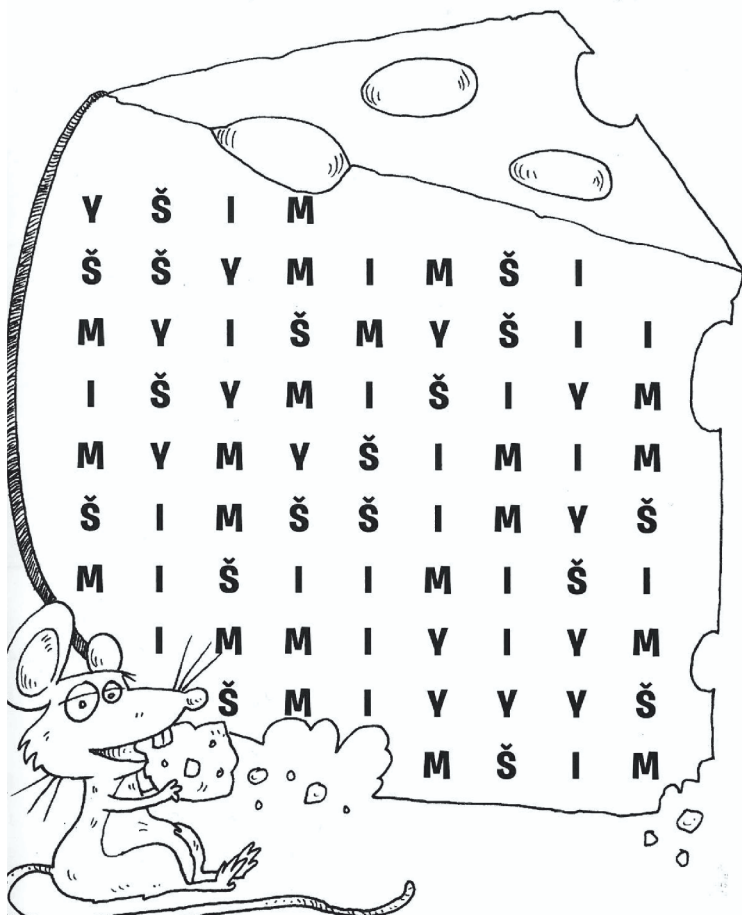
malý	pro	kanárek	případ	takový
že	klasy	by	vlasý	se
kámen	mu	milovaná	kos	ostrý
kobliha	schovává	v	ponožce	chytrý
udělá	veselý	klobouk	zakalený	klopýtli
koník	vysoký	díra	kladivo	tvrdý



1. Vyškrtni všechna slova s osmi a více písmeny.
2. Zbav se všech slov končících na y/ý.
3. Vyškrtni slova začínající na k.

PASTIČKA NA MYŠI

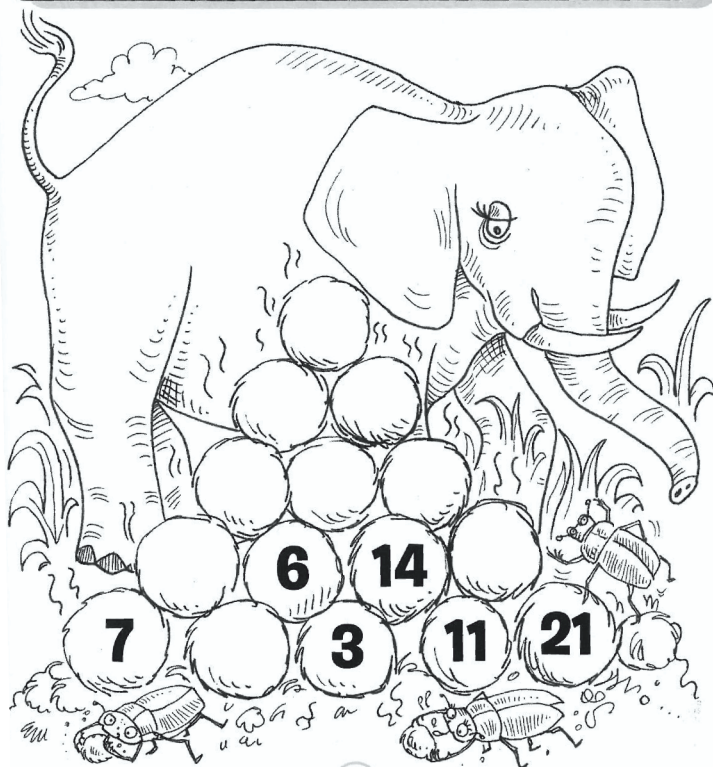
Dokážeš najít chybějící myši? Slovo MYŠI je v této tabulce uvedeno pětkrát. Čti v řádcích i sloupcích.



PÁCHNOUCÍ SOUČTY

Doplň číselnou pyramidu kuliček hovníválu a zjisti, kolik tun potravy sní každoročně divoký africký slon!

Číslo doplňuj tak, že sečteš číslíčky na dvou sousedních kuličkách a výsledek napíšeš do kuličky nahoře. První součet byl proveden na ukázkou: $3 + 11 = 14$



Sesbíráno z internetu pro rozveselení čtenářů v době koronavirové



Když nemůžeš ke kadeřníkovi ale chceš vypadat hezky.

Dorazily nové nákupní košíky. Bude i odstup...



pro živnostníky, kdyby měl někdo zájem..

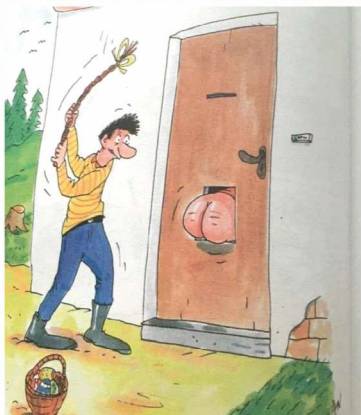
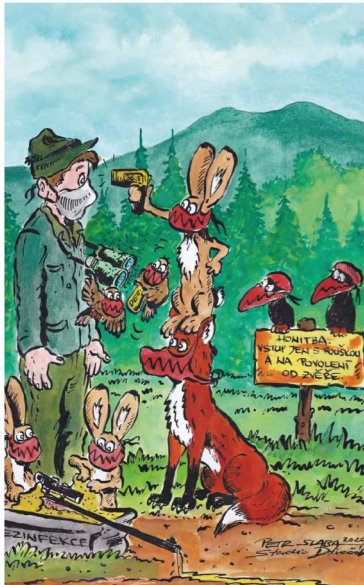
Takový to, když hospodské na malém městě odhrne záclonu a podívá se z okna.



Karanténa
1. deň



Karanténa
68. deň



Na konci karantény 😂😂😂



Dezinfekce na koronavirus , stříkat třikrát do úst, každých půl hodiny.



A JAK TO BUDETE MÍT LETOS S DOVOLENOU VY?



Skupina Mamiminy

Přestože už máme nějakou dobu „nový“ rok 2020, rády bychom se podělily o zážitky ze skupinky MAMIMINY z konce loňského roku, který byl pro nás velmi bohatý a veselý. Díky finančnímu příspěvku Církve bratrské v Hrádku jsme na jednom ze setkání mohly hostit Mikuláše a jeho anděly, kteří dětem nadělili sladké dárečky a maminkám duchovní povzbuzení ve formě látkové panenky s veršiky, za což díky patří mamince Lence Suszkové. Příchod Vánoc jsme také oslavovaly i formou symbolické skupinkové vigíličky.

Po Vánocích jsme se opět začaly setkávat s frekvencí 2x měsíčně. Samozřejmě a nepostradatelnou součástí skupinek zůstává duchovní povzbuzení, modlitby a aktivity pro naše děti, ale rozhodly jsme se také obohatit program o aktivity, které si připravují maminky-členky na základě svých dovedností a schopností, např. v prvních měsících jsme se mohly od maminky Lenky Suszkové dozvědět, jak správně dýchat a držet tělo, což jsme si také prakticky natrénovaly. A těšíme se, co si připravíme v dalších měsících.

Vážíme si také spolupráce a podpory z obce Hrádek, díky které letos poprvé

vyrazíme na obcí dotovaný rodinný výlet, vzhledem k věkovému spektru našich dětí se bude pravděpodobně jednat o výlet do ostravské ZOO.

Také my jsme v březnu musely dočasně přerušit naše setkávání. Za sebe můžu říct, že mě povzbuzuje, jak vztahy a kontakty mezi námi i přes karanténu přetrvávají, a jak se o sebe zajímáme i v době omezeného fyzického kontaktu. Šikovně využíváme sociální síť k tomu, abychom si popovídaly, duchovně se podpořily a modlily se jedna za druhou a naše okolí. Inspirujeme se k aktivitám,

kteří můžeme s našimi ratolestmi dělat celé dny doma. Vlastně je to docela změna – myslím, že jsme každá měly během běžného týdne dost aktivit a naše životní tempa na mateřské a rodičovské bylo poměrně rychlé. Teď přišla změna a vnímám to tak, že je to skvělá příležitost zastavit se a využít zase jiný potenciál, které naše domovy nabízí. A těším se na další setkání v klubu MAMIMINY, kde si o tom všem pokecáme. Věřím, že to bude brzy a věřím Bohu, že to bude v pořádku.

Hana Wiselková



Přátelské setkání hasičů z polského Skoczowa

Když jsme byli pozváni na poslední bowling do polského Skoczowa společně s dalšími spolky obce Hrádku a zastupitelstvem, byli jsme požádáni, zda bychom zorganizovali setkání našich dobrovolných hasičů a hasičů ze Skoczowa. Netrvalo dlouho a dohodli jsme se, že setkání proběhne u nás v Hrádku. Tato akce proběhla 7. února letošního roku. Setkali jsme se v naší hasičské zbrojnici, kde jsme se přivítali a popovídali o historii hasičů v Hrádku i obci a provedli prohlídku našeho depa a vybavení. Když jsme se přesunuli do naší společenské místnosti, naši polští sousedé byli velice překvapení spoustou pohárů a cen! Aby akce nebyla jednotvárná, přesunuli jsme se na předem zajištěnou sportovní akci - bowling v Jablunkově. Po ukončení jsme zavítali do místní restaurace, kde proběhlo vyhodnocení. Pan starosta našeho sboru poděkoval za hojnou účast z obou stran a navrhl další neformální setkání. Taktéž polský kolega poděkoval za perfektní organizaci. Po vzájemné dohodě se opětovně sejdem ve Skoczowě, kde místní dobrovolní hasiči tuto sportovně-společenskou akci uspořádají.



Bowling hrádeckých spolků

V březnu proběhl již tradiční bowlingový turnaj hrádeckých spolků. V minulém ročníku jsme jako jediní nominovali družstvo žen a udělali jsme dobře, protože v silné konkurenci mužů obsadily skvělé 4. místo. Tudíž jsme se rozhodli, že jeden ročník budou soutěžit ženy a následně muži. V letošním roce přišla řada na naše muže a cíl byl celkem jasný - jedeme zvítězit! Naše družstvo reprezentovali Malik Pavel,

Ligocki Marek, Malik Marek, Lubowiecki Petr a Stodola Vít a náš cíl splnili! Vítězství bylo stvrzeno i tím, že nejlepším hráčem celého turnaje se stal Malik Marek s celkovým počtem bodů 212, čímž překonal dosavadní rekord v minulosti odehraných turnajů. V příštím roce se za SDH Hrádek, jak jsme již avizovali, zúčastní naše úspěšné ženy.

Bohuslav Branc, Pavel Malik



Z klubu seniorů

Úterý 3. března 2020 byl pro seniory sváteční a zároveň pracovní. Slavili jsme svátek žen, konala se valná hromada spolku seniorů. K důstojnému průběhu svátku MDŽ přispěli žáci české i polské školy v Hrádku. Jejich program byl velmi zábavný, scénky byly humorně zaměřeny na všední životní situace. Jejich aktéři, budou-li pokračovat, čekají na ně slavná divadelní prkna. Vystoupení byla odměněna potleskem ve stoje. Děkujeme žákům za krásný zážitek a učitelům, kteří je k tomu vedou. Program pokračoval a při zákusku a kávičce ženám byly věnovány květiny.

Valná hromada klubu začala zhodnocením uplynulého volebního období, které přednesla předsedkyně Mirka Pavlíková. Náš klub je kolektiv starších lidí, kteří se scházejí k společnému využití volného času, vyplněného výlety, kulturou, sportem, léčebnými pobyty a společnou dovolenou. Cesty za poznáním jsou obohacením v každém věku. Nechci popisovat jednotlivé akce, kterých bylo za toto období kolem 70. Jen krátký výčet od opékání párků, oslavy konce roku, spousty výletů do přírody, bowlingových turnajů až po exkurzi na Pražském hradě, prezidentské kanceláře a Národního divadla, plavby lodí po Vltavě, dovolené v Jižních Čechách, na Podhájské, v Turčianských Teplicích a dokonce v zahraničí v maďarské Tapolce u Balatonu

Velmi důležité je popovídat si s jinými lidmi než pouze s rodinou a ani to někdy není možné. Je vědecky potvrzeno, že klidné stárnutí vyžaduje mít vztah k lidem a kolektivu. Aktivně se podílet na společenských akcích, užívat si je, neizolovat se, být ve společnosti, toto je význam seniorských klubů. Proto také výčet některých aktivit. Věřím, že končí vedení se snažilo dělat vše ke spokojenosti členů. Musím poděkovat všem, kteří se podíleli na společných akcích, i na akcích k získání finančních prostředků pro činnost klubu (jako je Belko, sportovní hry, Mikuláš). Většina se zapojovala pravidelně jak pečením, tak prací, každý dle svých možností.

Jednou z věcí, která se nám nedaří, je získávání nových členů - hlavně mladších - když slyším názor, že se ještě na důchodce necítí. Jestli to není naše chyba, že se neumíme dostatečně zviditelnit a zaujmout atraktivními akcemi. Bylo by dobré se zamyslet a hlavně dobrat se toho, kde je problém, jinak nebude mít kdo nahradit dnešní tahouny klubu. Zájemci o členství v klubu se můžou hlásit každé první úterý v měsíci v 15 hodin v klubu seniorů v budově obecního úřadu.



Velmi nás potěšil silvestrovský komentář pana starosty na Facebooku 31. prosince 2019 – 1:07 hod:

*„Hrádecký klub seniorů je mimořádná,
skvělá autentická parta lidí.*

*Tentokrát se loučí s letošním rokem. Člověk, když je s nimi
chvilí, rázem omládne. Jak to ti důchodci dělají....?“*

Děkujeme a zde je odpověď: Jsou rádi spolu, nestěžují si na všechny a na všechno, nejsou líní vyjít z tepla domova do zimy a mrazu. Stačí si prohlédnout foto a vidíte, jak je možné se ze života radovat.

Po zhodnocení minulého volebního období pokračovala valná hromada prací komisí. Proběhly volby. Byl zvolen nový výbor klubu seniorů. Nově zvolenému výboru přejeme mnoho úspěchů k spokojenosti všech členů.

Za klub seniorů

Mirka Pavlíková, Karel Widenka



Lednová vilijovka

Občas se to tak semele. Někdy onemocní děti, někdy zase maminky. A to se tak sešlo i v prosinci zrovna na naší klubíkovou vilijovku, takže jsme ji bohužel museli odložit. Ještě, že jsme přizpůsobivé maminky a hned po novém roce v lednu jsme si udělali náhradní termín. Měli jsme to se vším všudy. Stromeček, cukroví, zpívali jsme koledy a rozdávali dárky. Taky jsme poctivě soutěžili a nasmáli jsme se dosyta. S dárečkem jsme byli všichni spokojeni a mohli jsme si tak o trošičku prodloužit vánoční čas.

Barbora Fronková



Že by tradice?

Kdo si pamatuje, minulý rok jsme v rámci úterních setkání vytvořily pro děti z dětského oddělení Nemocnice Třinec látkové vycpané šneky, které jsme pro oddělení darovaly na Velikonoce. Hlavně pro dětskou radost a zpříjemnění hospitalizace. Letos jsme nechtěly zůstat pozadu, takže naše milé maminky se chytily šicího stroje a díky patří paní Monice Ciešlarové a Denise Sztefkové, které ušily krásné mořské koníky. V úterý na maminkách jsme je společnými silami vycpaly a dotvořily k dokonalosti. Vzhledem ke koronavirové době jsme se společně s dětským oddělením rozhodli, že výrobky budou distribuovány s naším zastoupením v červnu na den dětí. Během Velikonoc v této nejisté době je hospitalizováno málo dětí, a byla by škoda, kdyby koníci zůstali někde ležet. Věříme, že i na den dětí udělají radost. Snad se toto krásné gesto stane u Hrád'átek tradicí a příští rok zase něco vymyslíme. Děkuje všem za spolupráci.

BF



Kosmetika

Maminky, i když jsou na rodičovské dovolené, musí vypadat reprezentativně. A o to se nám v Hrád'átkách postarala v jeden úterní den Monika Ciešlarová. Ta si doma udělá, co se týče drogerie, kdejaký prostředek. A tak jsme si společně s ní mohly vyrobit EKO BIO deodorant. Jednoduchá výroba, ekologický a šetrný a opravdu krásně voní. Děkuje!

BF



Hrád'átka a MAMIMIny v akci

Vztahy se mají a musí neustále prohlubovat. A proto i my maminky z dvou hrádeckých klubu Hrád'átka a MAMIMIny musíme na tom pracovat. Po úspěšné spartakiádě spolků, jsme si udělaly společný malý výletík do našich hor. No jako výlet bychom to nenazvaly, spíše jak nás nabudila naše jedna maminka, byla to taková antikoronavirová procházka, ještě v době před omezením. Trasu jsme vybrali, tak aby nám krásně šlapaly i naše děti. Nádraží Hrádek – Chata Energetika – Koliba Paseky – Bystřice – Hrádek. Na Kolibě jsme si dali obrovskou a chutnou pizzu a s doprovodem sluníčka jsme se v odpoledních hodinách vrátili zpět do našich domovů. Doufám a taky si přeji, aby společné výlety obou spolků se staly pravidelností. Je to super čas se poznat a více spřátelit.

BF



Gródecko Główka czyli kwiz

Pierwsza edycja Gródeckiej Główki za nami. Pomysł na jej zorganizowanie chodził nam po głowie od dłuższego czasu. Wkońcu spieliliśmy się w październiku i zaprosiliśmy naszych członków i sympatyków na kwiz czyli zabawę intelektualną dla wszystkich pokoleń. Zabawa miała miejsce w sobotę 7 grudnia ubiegłego roku.

Ta popularna ostatnio rozrywka odbywa się np. w prywatnych klubach. My zainspirowaliśmy się m.in. w Kole PZKO Trzciniec-Taras, gdzie kwiz z powodzeniem organizują nasze koleżanki.

Ustaliliśmy termin, spotkaliśmy się

kilkakrotnie i podzielili zadaniem. Trzeba było przede wszystkim przygotować zasady gry, plakat, kategorie z pytaniami dla uczestników, zaplecze techniczno-gastro-nomiczne no i nagrody. Wielkie podziękowania kierujemy w stronę Chaty Hrádek i firmy devx, które przekazały wartościowe bony подарunkowe.

Drużyny biorące udział w zabawie liczyły od 3 do 6 osób i miały za zadanie odpowiadać na zadane przez nas pytania, tj. zapisywać je na kartach. Przygotowaliśmy np. pytania z zakresu wiedzy o Zaołziu, o Polsce, owocach tropikalnych, znanych osobistościach, muzyki filmowej czy dźwięków. Wszystko za pośrednictwem

prezentacji multimedialnej, przygotowaliśmy też zdjęcia i dźwięki z życia codziennego. Po zaliczeniu każdej rundy pytań można było zajrzeć do bufetu i poczekać na podsumowanie. Na sam koniec wyłonieni zostali najlepsi.

Naszym celem nie było sprawdzanie poziomu IQ, ale dobra zabawa. Po pozytywnych opiniach uczestników wierzymy, że nasz cel został spełniony. Przymierzamy się do kolejnych odsłon, mamy nadzieję, że będziemy mogli się spotkać jak najszybciej.

Aga, Tomasz, Marian i Magda



Spotkanie noworoczne zamiast Wigilijki

Wiadomo, przed Świętami Bożego Narodzenia i końcówką roku dysponujemy brakiem czasu...

W związku z tym faktem na zebraniu Zarządu Koła PZKO zapadła decyzja, że tegoroczna Wigilijka odbędzie się w styczniu i będzie otwarta dla wszystkich członków.

Choć spotkaliśmy się w nowym roku, imprezie towarzyszyło wiele świątecznych akcentów. Była wspólna kolacja, ciasteczka i śpiewanie kolęd. Z noworocznymi życzeniami przybył do nas Peter Staño z Herczawy, który opowiedział o tradycjach świątecznych na trójstyku.

„Powinszował, zaśpiywoł i zagroł na trombicie”. Również w przyszłości chcielibyśmy zaprosić ciekawego gościa, toteż jesteśmy otwarci na wasze propozycje.

mc



Zabawa ostatkowa w balowej szacie

Bal Ostatkowy czyli zwieńczenie okresu karnawałowego odbywa się w naszym PZKO w piątek. Tym razem balowicze bawili się w 21 lutego. „Ostatki organizują też w Jabłonkowie, dlatego, na prośbę organizatorów, postanowiliśmy zrobić Bal Ostatkowy w piątki i uważam, że wyszło nam to na dobre”, stwierdza Stanisław Wolny, prezes PZKO w Gródek.

I rzeczywiście, wszyscy obecni bawili się wspaniale. Do tańca przygrywał DJ Jasio Młynek, w programie wystąpili gródecki tancerze Tereźka Cieślak i Moritz Wegmann, którzy zachwycili wszystkich starszych imprezowiczów swoją klasą. Z pewnością każdy chciałby tak tańczyć... Faktycznie starali się wszyscy. Żwawo było na parkiecie, ale też w barze, gdzie toczyły się nieskończone pogawędki. Panie

sprzedawały różnego rodzaju trunki, przekąski, barszczyk i kotyliony czyli cudeńka przygotowane przez panie z Klubu Kobiet, zarządu i nie tylko.

Bal PZKO to przede wszystkim domowa atmosfera, na którą się składa także kuchnia przygotowana przez ofiarne panie z Danką Dudys na czele. Dziękujemy wszystkim za pomoc i zaangażowanie w przygotowanie Balu.

mc



Trzy wydarzenia w jeden dzień

Niedziela 1 marca była dla naszego Koła PZKO obfita w imprezy. Ubiegły rok podsumowaliśmy podczas Zebrania Sprawozdawczego, jednak zanim rozpoczęliśmy obrady, przywitaliśmy gości z Kongresu Polaków w RC. Prezesa, Mariusza Wałacha oraz członkini Rady Kongresu, Danutę Branną. Przysłowiową wisienką na torcie był ponad godzinny występ Zespołu Pieśni i Tańca „Olza”, który zaprezentował swój program jubileuszowy wraz z kapelą „Lipka”.

Przedstawiciele Kongresu Polaków przybyli do nas z powodu zbliżającego się Zgromadzenia Ogólnego, na którym zostaną wybrane nowe władze Kongresu. Mija czteroletnia kadencja, tak więc w poszczególnych gminach organizowane są sejmiki gminne. Podczas sejmiku zebrani dowiadują się o działalności Kongresu, ponadto wybierani są delegaci na Zgromadzenie Ogólne oraz pełnomocnik gminny. W myśl nowych zasad wyboru delegatów, Gródek ma prawo wybrać jednego delegata. Została nim Barbara Kúdela, która nadal pełnić będzie funkcję pełnomocnika gminnego.

Podczas sejmiku mowa była m.in. o Karcie Polaka, Zielonej Szkole nad Bałtykiem, wydawaniu Głosu, organizacji plebiscytu Tacy Jesteśmy czy Funduszu Rozwoju Zaolzia. „Przymierzamy się do otwarcia Centrum Rozwoju Zaolzia, które promować będzie kulturę, Zaolzie i wspierać oświatę. Jeśli chodzi o kulturę, to zależy nam na sprowadzaniu do nas artystów z Polski”, podkreślił Mariusz Wałach.

A jak toczy się życie w Kole PZKO? Baza członkowska gródeckiego Koła liczy 290 członków. Liczebność nieco zmalała, nie przybyło ani jednego dziewiątoklasisty. „Plan imprez sportowych i kulturalnych został spełniony. Ale nie tylko imprezami nasze Koło żyje. Trzeba się też troszczyć o stan techniczny naszej siedziby. Uważam, że ostatni rok był dla naszego Koła udany. Za to wszystko chciałbym podziękować wszystkim, którzy przyczynili się do tego w jakimkolwiek stopniu. Naszemu kasjerowi p. Ing. Raszce, naszej kucharce Dance Dudys wraz z paniami, które jej pomagają. Rejonowym za przekazywanie informacji naszym członkom, całemu zarządowi za ofiarną pracę no i oczywiście gospodarzowi Irce Hławiczka. Podziękowania należą się również urzędowi gminnemu na czele z wójtem Robertem Borskim”, powiedział prezes Wolny w trakcie zebrania.

Wspaniałym prezentem dla wszystkich gości był występ Olzy i Lipki. Ich trasa koncertowa ruszyła pod koniec ubiegłego roku w Nydku. Dopięty na ostatni guzik scenariusz powstał z myślą o bliskości i był to strzał w dziesiątkę. Pary taneczne przedstawiły nie tylko swój wysoki poziom artystyczny i miłość do tańca. Ich występ był prawdziwą plejadą różnorodnych regionów i strojów ludowych. Były tańce mieszczan cieszyńskich, tańce z okolic Trenčína, Velašska, Horehronia i polskie tańce narodowe.

mc



A je to tu:)

Tak už to prziszło, ludzie se tak wszyndzi śpiychali aż teraz nimogóm chodźć nigdzi. Pamiyntóm se eszcze dni, kiedy my mógli normalnie po polu chodźć a teraz nejlepi nigdzi a jak už tak sóm a z „rouszkóm”. Kupa ludzi panikuje a nie wiy co mo robić a při tym to nima trzeba. Už od poczöntku idzie widać jak sóm ludzie dobrzi a pumogajóm drugim a to ich nigdo nie zmuszo. To je fakt piękne a przypómni to aspón každemu, że tu nima sóm a ni jyny na jego szczynściu zoleży jak idzie o zdrowi.

Jak už wszyscy tak przymusowo zwolnili a nie robióm na zagrodzie, tak se nie starczóm dziwić kiela naroz majóm czasu a z tym przychodzi pytani co z nim? Jedyn se przigłosi: - dyc mómy telewize, drugi że internet a jo na to – to tam bedziecie siedzieć cały dziyrń? Kaj wszystkich jyny straszóm a nic to nie pumoże? Tak co z tym wolnym czasem dali?

Pamiyntóm se a nima tymu tak downo jak se growało cypa abo żolika aż do rana o półke wajecznego koniaku a nikómu nic nie chybiało. A co tak se posłóchnyć jaksóm fajnom muzyke, nimusi to być z tego roku bo teraz nie idzie moc z czego wybiyrać, ale każdy mo jaksóm ulubiónóm plyte co dłógo nie słyszol a wždycki mu lepszy nalade. Bedym rod jak mi jaksí posłecie na email albo na messenger na PZKO.

Symtam je fajne se zalyć kajsí do pokoja pod lampe a cosí se poczytać. Nima to moc moja parketa, ale jak cosí polecóm to už musi stoć za to (bo żech cosí przeczytoł!!). Mie se strasznie podoba cało seria Wiedźmina od Sapkowskiego! Ale co mie od mała bawi sóm gry na PC abo na PS4 (teraz zbysztróm aj ci młodsí, jesi se dostali aż tu). O grach bych mógl pisać fakt dłógo, puberte żech przeżył na World of Warcraft (eszcze fórt som servery za darmo a fórt se to graje) a teraz se rod zagróm Wiedźmina III (nejlepszó gra) albo co nie downo wyszło Call of Duty Warzone



Wiedźmin 3: Dzikí gon

(<https://www.thegamer.com/the-witcher-3-wild-hunt-best-steel-swords/>)

Dzisiaj je technika tak daleko, że aj jak siedzicie dóma tak możecie mówić z kolegami np. przez skype:

(<https://www.skype.com/>), google hangouts (<https://hangouts.google.com/>), ale aj przez messenger se idzie zawołać. Jak ście byli zwykli, se co drugóm strzode zynść z partyjóm a dać se winko tak to teraz możecie też! Mo to pore nie wygód a to, że każdy musi mieć swoje wino a kanapki, ale idzie se na to dziwać aj z drugi stróny, bo wóm ubeje jyny to co fakt wypijecie/zjycie a nie trzeba nic moc gotować a ukludzać.

Gdo by se fórt eszcze nimóg wybrać (teraz to beje boleć), tak se we wolnym czasie może cosí nauczyć. Ono je jyny pore wiecy co se do dóma uczyć (praktycznie) a ni każdy chce umieć sztrykować albo už mo swetrów pełnóm szafe. Je akurat fajny czas se cosí prziczyć naprzykład na PC, bo to wiynkszość poużywo a to se každemu przido. Do tych kierych kapke zajimo programowani je idealny czas se nauczyć jak se zrobić swój web albo appke na mobil a jesi mosz przed se bóm eszcze szkołe tak dziynki tego už mosz półówke w kapsie :)

Je tego fakt dość co idzie robić a nima trzeba tu we stresie gónić. Bo cosí takigo už napisoł Karel Čapek (rok 1931):

Tak už se dostala i k nám, sice s jistým zpožděním a zatím jen poskrovnu; ale ani v ohledu chřipky jsme tedy nezůstali za Evropou. Nuže, je tudíž na místě udělit nemocným, zdravým a zejména těm, kdo se chřipky bojí, několik ne sice odborných, ale dobře míněných rad:

1. Jakmile poznáte, že vám je tak nějak divně, a jakmile na sobě zjistíte horečku, zůstaňte doma a vlezte do postele, ale hlavně nechodte mezi lidi a nedýchejte jim pod nos, hekájce a bědujce, že máte chřipku. Každý, kdo si svým bližním nařká, že má chřipku, zaslouží jednu do zad, ne proto, že je vůbec protiva, ale proto, že chřipku nebo rýmu roznáší.

2. Když už marodíte, vemte si dobrou knížku a čtěte, abyste aspoň nestonali nadarmo.

3. Posléze neříkejte každé rýmě, kašli, angíně, katarům, bolení hlavy a jiným svízělům, že je to chřipka. Zbytečně jí tím děláte reklamu a ztěžujete život všem hypochondrům, kteří náhodou ještě kašel nebo rýmu nemají a bojí se skoro dýchat, aby nevdechli nějakého toho Pfeifferova bacila nebo jaký neřád. Čím miň se bude o chřipce povídat, tím dřív přejde – už z nedostatku veřejného zájmu.

Lidové noviny 29. 1. 1931

Aby to nie było taki suchi, że tu jyny piszym o wszystkim a siedzym dóma przed telewizór, móm tu pore wiecy co żech se nauczył jo (poza robotóm):

1. Eszcze fórt żech je taki młody flancek a nauczył jo se normalnie cosí aj warzić, bo każdy dziyrń nie idzie jeść parki a wolioko, ale jaksí fajne pieczóné miynso, albo lasagne, albo wszelijaki polywki... No tela jako teraz w karantenie, żech tego za cały żywot nie uwarził a to żech był na bycie w Brnie při studiu 5 roków. Tak to už je co powiedzieć.

2. Jak my tak roz-myślali jak se spotkać z kolegami a pomówić a cosí zagrać a przitym nimogymy, tak my wużyli hangout, zawoľali se a zagrali „Trabantem napříč kontinenty” tako se fajno gra na jedyn wieczór. Aby se zagrało 6 ludzi było trzeba 3 notebooki, 2 mobile a cierpliwość, ale była sranda.



3. Też se kaj gdo dziwoł na „Peče celá země” a teraz ta co wygrała dała na internet jak se zrobić dóma bułki a muszym powiedzieć, że były fakt jadalne, ni taki, że by z nimi poradził zabić.



4. Egzystuje kupa gier planszowych a to aj we dwójke je na kupe wieczorów, aktualnie grómy „Władca Pierścieni: Podróże przez Śródziemie” a je to fakt super, narazie dwa wieczory a możne my sóm tak w 1/5 gry.



5. A konecznie żech se kapke wyspoł!!!

Tak to aspón troche inspiracji a gdyby ście co potrzebowali tak napiszcie na na pszogrodek@gmail.com abo na messenger <https://www.facebook.com/pszogrodek/>. Miyjcie se fajnie a pewne zdrowi!

Tomasz

Doposud čilý ruch hrádeckého „kulturního“ ustal ze dne na den mávnutím koronavirového proutku. Ticho, občas přerušené návštěvou zabloudivší mouchy nebo zvukem stavebního stroje, se nastěhovalo do každického jeho koutu. Centrum bez lidí jakoby najednou ztratilo svůj smysl. Ale není tomu tak. Jak píše Hanka Wiselková ve svém článku, krize je šance. Pro chod CVČ je krize mimo jiné příležitostí, jak zapracovat na dalším úspěšném provozu zařízení. Na smeč tomu nahrávají nové prostory – sál a muzeum. Intenzivně pracujeme na jejich zdokonalování i na tom, jakými aktivitami je vyplníme.

Pevně věřím, že „reklamu na ticho, ten *súčasný hit*“ již brzy překonáme a z Centra bude opět sálát člověčina. Na tuto chvíli se velmi těším.

Než se tak stane, ještě nějakou dobu budeme svůj volný čas trávit individuálně. Přinášíme vám tipy na několik aktivit, které můžete praktikovat v pohodlí svého domova.

Projížďka na kole se v současnosti stává velmi vyhledávanou aktivitou. Svá kola nyní oprašují i sváteční cyklisté. Pokud se do sedla chystáte i vy, pamatujte, že mít kolo v perfektním stavu je základ. S krátkým přehledem na toto téma se podělil provozatel hrádeckého cykloservisu.

Víte, kde začíná vesmír? Zjistit to můžete pohledem na noční oblohu. My, obyvatelé vesnice, k tomu máme díky sníženému světelnému smogu celkem dobré podmínky. Proto jsme oslovili Planetárium Ostrava, které pro náš zpravodaj připravilo článek o nejvýraznějších objektech na nebi.

Rádi kutíte? Spojte příjemné s užitečným a zabavte se i děti stavbou domečku pro hmyz či ježky. Jak na to, dočtete se níže.

Protože ve zdravém těle zdravý duch, lektorka jógy vám pomocí nákrese zprostředkovala návod na krátké cvičení – jogínský pozdrav slunci.

Věra Garbová

Nový ceník

Rada obce schválila dne 8. 4. 2020 nový ceník pronájmů některých obecních areálů. Ceny soukromých pronájmů se mění s účinností od 1. 5. 2020 následovně:

AREÁL	PŮVODNÍ CENA (v Kč)	NOVÁ CENA (v Kč)	POZNÁMKA K NOVOU CENĚ
CVČ I. (stará část)	celodenní pronájem: 800 sál, 100 kuchyň, 100 projektor	1 000/den	nově fixní cena bez ohledu na využití kuchyně/projektoru
CVČ II. (nová část)	***	1 500/den	***
Oáza klidu	500/den	800/den	nově včetně užívání hřiště
Multifunkční hřiště	***	100/hod.	***
Girov	zdarma	100/den	nově v ceně dřevo na podpal

Školy, spolky, církve a zájmové organizace z Hrádku nebo se sídlem v Hrádku budou moci i nadále všechny areály využívat bezplatně. Nemění se rovněž ani ceny pronájmů prostor CVČ za účelem organizace akcí pro veřejnost. Kompletní nový ceník

bude zveřejněn v průběhu května na www.obechradek.cz.

Bohužel, aktuální situace nám nedovoluje žádný z areálů veřejnosti zpřístupnit. Až se vše vrátí do normálu a legislativa to umožní, prostory budou k dispozici.

Kterýkoli z nich si budete moci objednat v rezervačním systému na webových stránkách obce, telefonicky na čísle: 601 383 111 nebo e-mailem na: zpravodaj@obechradek.cz.

VG

Cyklistická sezona zahájena

Zdravím všechny kamarády na kolech. Těm z vás, kteří vlastníte jakékoliv kolo, bych chtěl dát pár rad a doporučení. Pokud tento dopravní prostředek používáte velmi často, je dobré ho mít v pořádku. Co všechno to zahrnuje?

Jak jistě víte, je dobře, když je v kolech vzduch, což se odvíjí od kvality plášťů a duší.

Další velice důležitou, ba dokonce nejdůležitější věcí, jsou brzdy. Vždycky je dobré, když fungují minimálně dvě. Pokud jde o dětská kola, buďte při kontrole brzdového účinku obzvláště pečliví.

S dětskou cyklistikou je neodmyslitelně spjata přilba. Pamatujte, že dítěti by měla na hlavě dobře sedět. Není vhodné půjčovat

malému cyklistovi přilbu od tatínka či dědit ji po starších sourozencích.

U dospělých není přilba povinná, ale přesto bychom ji měli na hlavě mít. Přeci jen je to bezpečnější, při dnešním provozu na cestách.

Vhodné je před sezónou zkontrolovat i řazení. Jeho perfektní stav vám zaručí, že i do kopce se vám bude šlapat jako po másle.

Světla a odrazky – důležitý prvek, jak vidět a být viděn! V dnešní době na trhu existuje spousta různých předních a zadních blinkaček. Jsou opravdu super, jen je nezapomeňte zapnout a v případě potřeby vyměnit nebo dobít baterie.

To všechno, čím vás tady straším, trvá někdy opravdu chvíli a nestojí všechny peníze. Investujte chvíli času, ať máte klid na duši.

Další kategorií kol jsou kola elektro, dnes již hodně oblíbená. Údržba takového

kola je trochu složitější. Vše, co jsem popísal výše, vlastní i elektro kola. Navíc má ještě motor, který je v předním nebo zadním kole nebo ve středu rámu. Co je na funkčnosti elektro kola zásadní? Baterie. Ta se musí celkem dost pravidelně a svědomitě nabíjet. A helma? U elektro kola, které dokáže vyvinout velkou rychlost, je velmi důležitá. Myslete na to.

Pokud člověk trochu poslechne, co mu v prodejně vysvětlí, pak je elektro kolo velice dobrým pomocníkem, hlavně pro starší občany. Máme krásné okolí, hodně kopečků a na ty už někteří zkrátka sami nestačíme. Ale s tímto zázrakem se můžeme dostat téměř všude. A teď mluvím z vlastní zkušenosti.

Děkuji za vaši pozornost při čtení těchto rad a přeji vám všem, ať už používáte kolo jakékoliv, hodně krásných a pohodových kilometrů.

Rudolf Dorda

Pozorování večerní oblohy

Jasně jarní večery jsou ještě poměrně chladné, ale nabízejí nám možnost prohlédnout si mnoho vesmírných objektů. K vyhledání těch nejzajímavějších nám postačí náš zrak, nebo malý triedr.

Nejnápadnějším objektem, který můžeme nalézt poměrně vysoko nad západním obzorem na tmavnoucí soumrakové obloze, je planeta Venuše. Tento jasný, jiskřivě zářící objekt je od Země nyní vzdálen 100 milionů kilometrů. Za svou jasnost vděčí hustým mračnům v atmosféře, která odrážejí až 70 procent slunečního světla. Venuše se Zemi podobá pouze svou velikostí (má průměr 12 100 km). Na jejím povrchu panují doslova pekelné podmínky: 92krát vyšší tlak atmosféry a teplota téměř 480 stupňů Celsia. Atmosféru tvoří hlavně oxid uhličitý, a ve výškách kolem 50 kilometrů se vytvářejí oblaka kyseliny sírové, která z nich občas i prší. Povrch této planety tvoří z 80 procent rovinaté pláně vytvořené lávovými příkrovy. V minulosti byla totiž Venuše vulkanicky velmi aktivní, na radarových záběrech bylo nalezeno více než 10 tisíc sopek. Tato aktivita zřejmě skončila před asi 3 miliony let. Zbývajících 20 procent zabírají dvě vysočiny: Afrodita země (o velikosti Afriky) a Ištara země, kde bychom našli nejvyšší místo planety – Maxwellovo pohoří o výšce 11 kilometrů.

Planeta Venuše byla zkoumána také kosmickými sondami. Sovětské sondy Veněra 11 až 16 dokonce přistály na jejím povrchu, prováděly výzkum a odeslaly několik fotografií z míst přistání. Americká sonda Magellan prováděla radarový průzkum z oběžné dráhy, při němž se jí podařilo zmapovat 99 procent povrchu planety.

Nad Venuší můžeme vidět malé, ale výrazné seskupení asi 7 hvězd. Jde o hvězdokupu zvanou Plejády, česky také Kuřátka nebo Sedm sester. Tato hvězdokupa patří do souhvězdí Býka. Díky její jasnosti ji lidé

pozorují od nepaměti. Hvězdokupu tvoří více než 1500 hvězd, ale většina z nich patří k málo jasným bílým trpaslíkům, které spatříme jen velkými astronomickými dalekohledy. Stáří hvězd je odhadováno na asi 112 milionů let, což z Plejád činí jednu z velmi mladých hvězdokup. Astronomové určili její vzdálenost na 445 světelných let a zjistili, že se většina hvězd v ní pohybuje stejným směrem a stejnou rychlostí.

A perlička na závěr: planeta Venuše se přiblížila k Plejádám, a 3. dubna večer prošla touto hvězdokupou. K pozorování takovýchto cest je zapotřebí malý dalekohled.

Poblíž Plejád můžeme spatřit i naoranžovělou hvězdu Aldebaran z Býka, a o něco více k jihovýchodu pak Betelgeuze ze souhvězdí Orionu. Oranžový odstín hvězd nám dává informaci o jejich povrchové teplotě, která se pohybuje kolem 3 tisíc stupňů. Hvězdy teplejší, jako třeba naše Slunce (6000 °C), mají žlutobílý odstín. Ty nejžhavější hvězdy s teplotami nad 10 tisíc stupňů, mají bílou barvu.

Betelgeuze je druhou nejjasnější hvězdou souhvězdí Orionu. Tou první je Rigel a spolu s dalšími hvězdami vytvářejí nápadný obrazec nad jihozápadním obzorem. Středem tohoto souhvězdí jsou tři hvězdy tvořící Orionův pás. Pod ním najdeme Velkou mlhovinu v Orionu, nejjasnější mlhovinu na pozemské obloze (na mapce ve žlutém kroužku), vzdálenou od nás asi 1500 světelných let. Tato oblast je tvořena množstvím mezihvězdného plynu a prachu a vznikají v ní nové hvězdy. Přesto, že v dalekohledech vidíme mračna mezihvězdné látky, ve skutečnosti se jedná o velmi řídké prostředí: v jednom centimetru krychlovém bychom napočítali přibližně 10 tisíc atomů plynu. Ve srovnání s pozemskou atmosférou (2,5 x 10¹⁹ atomů) je to prakticky vakuum.

No a na závěr zaměříme náš pohled na hvězdu Sirius ze souhvězdí Velkého psa. Najdeme ji v prodloužení Orionova pásu směrem k jižnímu obzoru. Sirius je téměř dvakrát větší než Slunce a je od Země



PLANETÁRIUM
OSTRAVA

vzdálen pouze 9 světelných let. To z něj činí nejjasnější hvězdu pozemské oblohy. Bílý odstín ukazuje na vysokou povrchovou teplotu (9800 °C). Kolem Siria krouží v periodě 50 let jeho menší, lidským zrakem neviditelný souputník označený Sirius B. Je to hvězda o něco menší než Země, ale s teplotou téměř 25 tisíc °C. Patří mezi tzv. bílé trpaslíky, kteří představují pozůstatky hvězd podobných Slunci. Jejich hustota je tak velká, že hmota o velikosti kostky cukru by na Zemi vážila téměř 2 tuny.

Před 5 tisíci lety byl Sirius důležitou hvězdou pro starověký Egypt, Babylonii či Mezopotámii. Jeho objevení se na ranní obloze před východem Slunce určovalo například záplavy řeky Nil. Dnes je však Sirius už jen jiskřivou ozdobou zimní oblohy.

*Připravil Mgr. Martin Vilášek
Planetárium Ostrava
Hornicko-geologická fakulta
VŠB – Technická univerzita Ostrava*

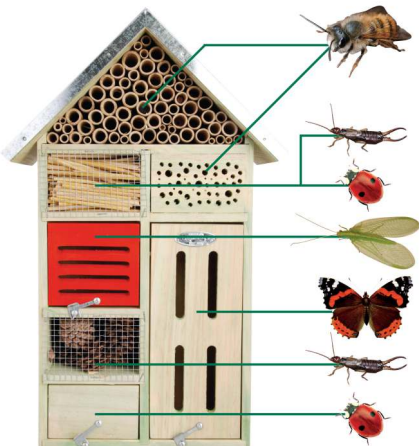


Hmyzí hotel

Název může znít poněkud úsměvně, ale vězte, že věc je to pro naši zahradu i okolní přírodu velmi prospěšná. Pestrost hmyzí říše je pro zachování biodiverzity i zdraví našich zahrad zásadní. Bohužel stále více ubývá přirozeného prostoru, v němž může hmyz nerušeně přebývat a množit se. Existuje ale řešení. Místem pro klidný hmyzí život může být uměle vytvořený příbytek, který hravě zvládnete vyrobit za jedno odpoledne.

KLIENTELA

Mezi nejpočetnější skupinu zájemců o ubytování patří včely samotářky. Na území ČR se jich vyskytuje více než 600 druhů a všechny z nich patří mezi významné opylovače. Kromě včel zde mohou najít úkryt i jiní opylovači, jako jsou motýli a pestřenky. A pokud se vám v hotelu zabydlí třeba zlatoočky, berušky nebo škvori, budete mít po ruce šikovné pomocníky do zahrádky. Tito tvorové totiž často pořádají gurmánské výlety na všudypřítomné nenažrané mšice.



IDEME NA TO?

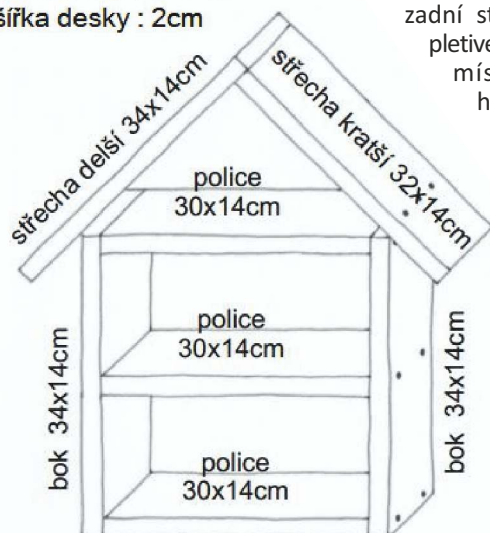
Výroba "dobrovolného terária" není vůbec složitá ani nákladná. Všechny věci, potřebné pro jeho výstavbu, najdete v kůlně a ve volné přírodě. A co víc – do stavební činnosti směle zapojte i děti. Uvidíte, že si společně užijete mnoho zábavy!

HRUBÁ STAVBA

Pro výrobu konstrukce můžete použít prkna, desky, staré bedýnky, palety... Dřevo volte v každém případě nelakované a neošetřené - pach chemie by mohl hosty odradit hned u vstupu. Dále se vybavte kladívkem, pilkou, cca 25 kusy 50 mm hřebíků a kusem drátěného pletiva s malým okem. Jaký bude mít vaše dílo tvar, záleží jen na vaší zručnosti a idejích. Pro uspokojení co nejširšího spektra hmyzí klientely jsou ideální stavby několikapatrové, ale užitek uděláte i skromným bungalovem. Ať už pomocí rovné či šikmé střechy - domeček v každém případě zastřešte. Je nežádoucí, aby dovnitř zatékala voda. Stěhovala by se zde plíseň. A tu žádná pořádkumilovná včelka neocení.

SEZNAM DÍLŮ:

hřebíky 50mm/25ks
šířka desky : 2cm



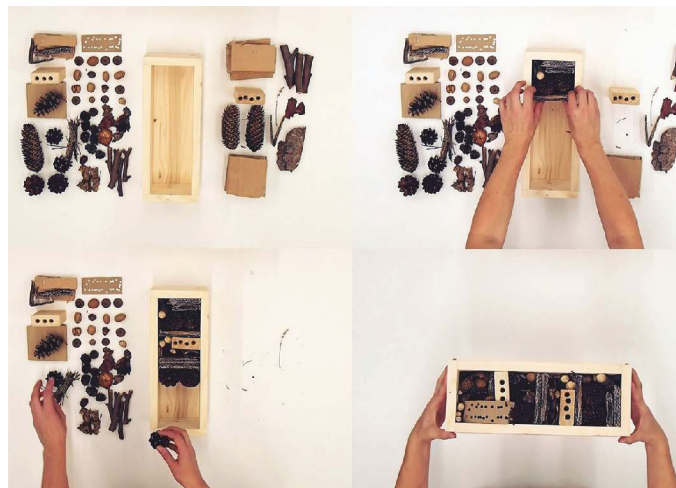
Hloubku volte od 20 do 40 cm a nezapomeňte minimálně zadní stěnu potáhnout pletivem. Jinak hrozí, že místo hotelu pro hmyz budete mít restauraci pro ptáky.

INTERIÉR

I v případě volby výplně by měly převažovat suché (!) přírodní materiály. Cestou z procházky nasbírejte např. suchou trávu, stébla slámy a rákosu, listí, šišky, větvičky, prázdné makovice, kůru, mech, bukvice, žaludy, kamínky... a doma doplňte třeba o kartonový papír, provázky, pórobeton či špalky.

Vytvářet můžete buď zahuštěnější výplň z listí a šišek, ve které si budou libovat slunéčka a škvori, nebo navrtat chodbičky do pevných materiálů (dřevěk, špalků), do nichž se se vši pohodlností rády usídlí zlatoočky a včely samotářky. Otvory navrtávejte 3 – 10 cm hluboké o různých průměrech. Postačí k tomu běžná vrtačka.

Nezapomeňte všechnu náplň upěchovat tak, aby při naklopení z konstrukce nevypadávala. Žádná část náplně by zároveň neměla přesahovat hranici konstrukce.



HOTOVO?

Na nic nečekejte! Nejlepší doba k zahájení hotelového provozu je právě teď na jaře. Stavbu umístěte nejlépe metr nad zem na suché, nevětrné místo. Situujte ji na přímé slunce směrem na jih či východ. Možná budete mít štěstí a ještě tentýž den se dočkáte prvních nájemců. Do otvoru si nejprve nanosí potravu ve formě pylu, pak nakladou vajíčka a nakonec otvor zavičují. Z vajíček se líhnou larvy, které se pak jako dospělí zakuklí a přežijí zimu. V dalším roce se celý generační vývojový cyklus opakuje. Zabydlené otvory poznáte jednoduše – mají zavičovaný vchod.

SERVISNÍ KONTROLA

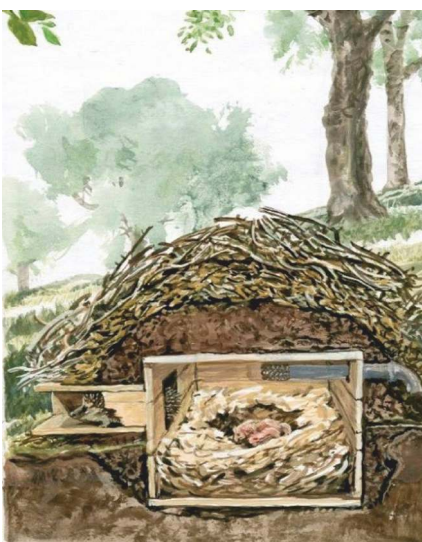
Jako každá stavba, i tato bude čas od času potřebovat drobnou údržbu. Buďte svým ctěným hostům svědomitým hoteliérem. Alespoň jednou za půl roku zkontrolujte, zda se někde neusadila plíseň nebo škůdci. Případnou napadenou část náplně vyměňte. Buďte ohleduplní a konejte tak tehdy, není-li obsazena žádoucími tvory. Pak se jistě bude v hmyzích kuloárech tradovat, že právě ve vaší zahradě je k mání luxusní pětihvězdkové ubytování.



VG

Noclehárna pro ježky

Dříve měli v zahradách mnoho možností, jak pohodlně přežít zimu. Posloužila jim k tomu kopa dříví, balíky slámy ve stodole, hromádka spadlého listí nebo otevřený kompost. Dnes bohužel bodlináči z přehnaně uklizených zahrad ve velkém mizí. S nalezením vhodného úkrytu mívají značné problémy a jejich stavy proto klesají. Aby ježkovy voči mohly v zimě nerušeně odpočívat, můžete jim k tomu dopomoci výstavbou bezpečné noclehárny.



KOMU TÍM PROSPĚJETE?

Ježkovi západnímu a ježkovi východnímu. Oba druhy se vyskytují na celém území Česka, oba patří mezi druhy chráněné. Navzájem je lze rozeznat podle ostnů a zbarvení srsti:

Ježek západní - má na břicho srst tmavší, hnědavou. Západák je elegant, který nosí všechny ostny pečlivě „učesané“ jedním směrem dozadu. Spolehlivým znakem ježka západního je i typické zbarvení čelní masky (tmavé chlupy táhnoucí se od čenichu k očím, tzv. brýle).

Ježek západní | foto Jaromír Kadeřábek



Ježek východní – oproti svému západnímu kolegovi působí poněkud prosedivělým a neupraveným dojmem. Břišní část je světlejší, bělavá. Nápadná je bílá náprsenka. Ostny mu nedbale trčí na všechny strany.

Ježek východní | foto Lubomír Novák

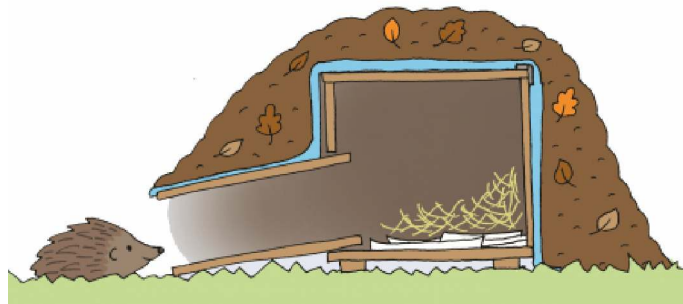


JAK NA TO?

Postup je jednoduchý. Z jakýchkoli chemicky neošetřených desek nebo prken stlučte bedýnku. Vhodné jsou rozměry 40x50 cm, výška 30 cm. Bedýnka by měla mít pevné dno a odnímatelnou střechu - pro pohodlnou výměnu podestýlky. Vhodná je instalace

sklopeného chodbičkového vchodu. Pamatujte na nutnost zajištění přístupu vzduchu – ať už volnou chodbou nebo pomocí odvětrávací trubky.

Hotovou ubikaci vystelte senem, suchým listím nebo kombinací obojího. Zapustíte ji z poloviny pod zem. Nezapuštěnou druhou polovinu přikryjte listím, větvičkami. Nejvhodnější je budku umístit do klidné části zahrady, nejlépe pod keře či stromy. Takovéto prostředí může ježek obývat několik let a dokonce v něm odchovat mladé. Pokud chováte psa nebo kočku, přístup k ježkovníku jim zamezte. Jakkoli přátelské soužití s domácími zvířaty není vhodné. Otupí ježkův obranný instinkt stáčení se do klubka, což se mu může stát v přírodě osudným.



MÁME OTEVŘENO!

Uff, dílo se podařilo? Svou šanci stát se úspěšným provozovatelem můžete ale ještě zvýšit! Před vchod přichystejte drobný raut na uvítanou. Podávat můžete delikatesy v podobě masa nebo psího či kočičího krmiva. Ježci mají výborný čich a váš poutač snadno zaregistrují. Ale pozor! Pravidelné krmení zdravých ježků je nežádoucí. Zpohodlněli by, a to nechceme. Proto nadále nabízejte už jen pobytový program bez stravy.



ODMĚNA ZA VAŠE SLUŽBY...

... bude ježčí letní brigáda! Hlavní složkou potravy těchto savců je hmyz. Ježci vůbec nejsou žádní vytříbení gurmáni. S radostí sežerou i ty druhy hmyzu, kterými ptáci nebo jiní hmyzožraví živočichové pohrdají. Mimo jiné si rádi pochutnávají na zkázonosných slimácích. Likvidují je opravdu ve velkém – jeden ježek může spořádat i 70 g slimáčích hmoty denně. Ježte se z představy, že vám ježci zredukují ovocnou úrodu? Tato obava je neopodstatněná. Ovocem sice zcela nepohrdají, ale slouží jim spíše ke zpestření jídelníčku nebo ve stavu nejvyšší hladové nouze. Opravdové milovníky přírody jistě potěší i fakt, že stavby ježkovníků přispívají k zachování populace ohroženého živočišného druhu. Naše civilizace likviduje tyto tvory intenzivní chemizací zemědělství. Nemalé procento z nich končí svůj život i pod koly aut. Proto ježci unikají z volné přírody do našich zahrad s vidinou lepšího života. Zvyšme jim naději na záchranu. Přátelské prostředí našeho pozemku - bez hnojiv, pesticidů a neopatrných sekaček, navíc s bezpečným útočištěm v podobě parádní noclehárny? To jistě ne jeden bodlináč ocení.

Věra Garbová

Použité materiály: chovzvirat.cz, wikipedia.org, wildlifetrusts.org, yit.cz

Přivítejte jaro pozdravem slunci!

Jaro k nám přišlo a to, co se děje ve světě, ho nijak nezajímá. Příroda má totiž svoje přirozené cykly, na které my často zapomínáme. Naši předkové to dobře znali a proto říkali: Březen, za kamna vlezem, duben, ještě tam budem. Navrhují Vám, abyste nelezli za kamna, ale na karimatku. A pokud ji nemáte, tak si vystačíte s obyčejným ručníkem, kobercem nebo parketami. No prostě nějakou tu podlahu doma máte. Pojdte si na chvíli sednout/lehnout, podýchat, zacvičit a trochu se zrelaxovat. Ano. Zvu Vás na krátkou lekci jógy.

Určitě jste již mnohokrát slyšeli, jak jóga dokáže uklidnit, pomáhá při různých bolestech páteře, posiluje, zlepšuje flexibilitu. A taky jste nejspíš někde viděli nějakou "jógovou" fotku a říkali jste si, tak tohle není pro mě, to určitě nezvládnu. Anebo jste si pustili nějaké video, ale instrukcí tam bylo tolik, že jste se v tom ztratili? Takže pěkně polopatě, shrneme si to všechno od začátku a jednoduše.

Jóga je vlastně takovým nástrojem, který nám pomůže uklidit ten binec, který každý z nás má (občas) v hlavě. Díky správnému úklidu se aspoň na chvíli utiší ten vnitřní dialog, ty myšlenky, které se opakují pořád dokola a nic nového do našeho života nevnaší. Můžeme je na chvíli zastavit tak, že se soustředíme na dech. Dech je takovým mostem mezi naší fyzickou a psychickou schránkou. A když ten dech správně spojíme s pohybem, aspoň si sami od sebe – od myšlenek, na chvíli odpočineme.

A jak dýchat? Přede vším zhluboka. Hluboký dech Vám dodá více energie a dostane se do míst, kde normálně nedosáhne a tím se více prokrví hrudník a začnou pracovat i spodní mezižební svaly. Níže najdete krátký návod na trojstupeňový jógový dech. Použijte ho na 5 - 10 minut před cvičením, abyste se trochu rozdýchali. Během cvičení budete dech pak lépe vnímat. A pamatujte: nejdůležitější je začít!

Trojstupeňový jógový dech:

Můžete si lehnout nebo sednout. Pokud sedíte, měli byste mít rovnou páteř (aby se nekulatila). Můžete si dát polštář pod zadek.

1. Dejte si ruce na břicho a s nádechem ho jak balón nafoukněte. (opakuje aspoň minutu)

2. Teď si dejte ruce na hrudník a vnímejte jak s každým nádechem se hrudník zvedá. Teď se snažte břicho vynechat, tak abyste vnímali ten rozdíl když se nadechujete do břicha a když do hrudníku. (opakuje aspoň minutu)

3. Teď ty dva dechy spojíme: první polovina nádechu půjde do břicha, druhá do hrudníku. Pokud Vám to nedělá problém, můžete se začít soustředit i na výdech: nádech břicho-hrudník, výdech břicho - hrudník.

4. Nakonec se snažte dech zvednout až ke klíční kosti. V konečné fázi tento dech vypadá tedy takto: Nádech: břicho, hrudník, klíční kost. Výdech: břicho, hrudník, klíční kost.

Každá jógová lekce končí krátkou relaxací. Tady jsem pro Vás připravila mou oblíbenou krátkou relaxační meditaci, která

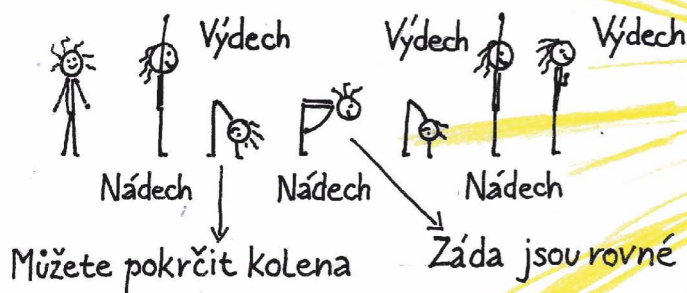
se k dnešní situaci celkem hodí. Měla by Vás trochu uzemnit a zbavit různých nepříjemných pocitů, které tahle nejistá doba vyvolává. Berte ji pouze jako návod, přečtěte si ji, lehněte si na záda a nechte pracovat svou představivost.

Představte si krásný, velký, silný strom. Můžete si pod něho sednout, nebo ho obejmout. A na chvíli buďte tím stromem. Jste velcí, krásní, silní a stabilitu Vám dávají kořeny, které sahají hluboko do země. Vnímejte, jak vaše kořeny jdou hluboko do všech stran, doprava, doleva a dolů. Představte si, že všechny emoce, které Vám neslouží, posíláte kořeny hluboko do země, která je schopna je zrecyklovat. Pošlete tam všechny Vaše smutky, úzkosti, strachy, bolesti, zlosti, starosti, zbavte se všeho, co nepotřebujete. (...) A teď pojdte nahoru, nejdřív ke kmenu, cítíte jeho pevnost a pak ještě výš až ke koruně, k větvím. Vnímejte listy, které se pohybují ve větru a svítí na ně slunce. Cítíte svou krásu, klid a vyrovnanost. A tenhle pocit je uvnitř Vás, nikde ho nemusíte hledat, je stále s Vámi.

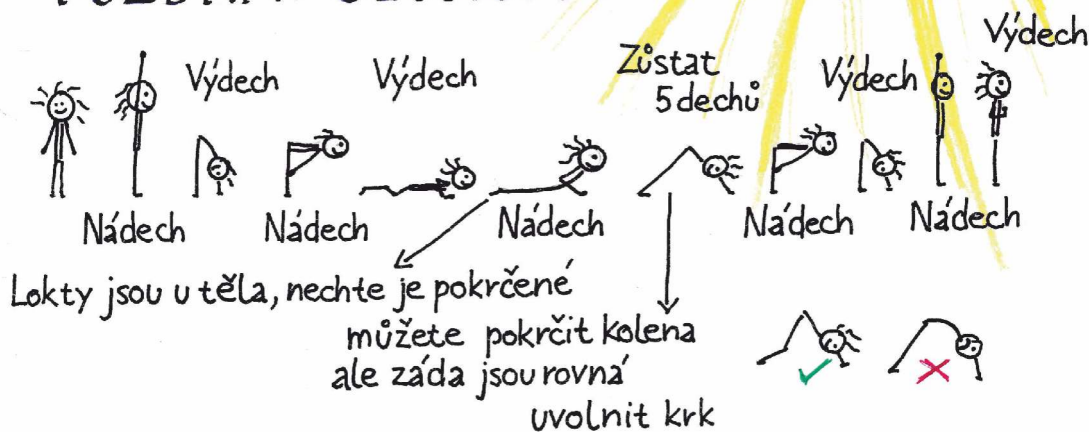
Přeji všem hodně spokojenosti, klidu a vnitřní vyrovnanosti.

Mgr. Ewa Rytko

POLOVIČNÍ POZDRAV SLUNCI



POZDRAV SLUNCI A



Ideálně cvičíme každé ráno před snídaní 5-10 x poloviční 5 x pozdrav A

Veselá příhoda z organizace tábora

Je to už pár let, ale stále se mi vrací vzpomínka na jeden dubnový podvečer...

Začalo to vše již dříve. Někdy v únoru jsem obdržela email s tímto přibližným textem:

„Dobrý den, na stránkách vaší obce Hrádek jsem se dočetla, že organizujete pro děti tábor. Sousedé mi potvrdili, že je to úžasný a velmi kvalitní tábor a není na moc dlouho, tak děti nesmutní. Přistěhovala jsem se s dcerkou nedávno, a ráda bych, aby měla možnost poznat kamarády ze své obce. Mohla byste mi poskytnout o táboru bližší informace?“ Nebudu vám nic předstírat, opravdu mne to potěšilo. Je příjemné slyšet chválu, a to od cizího člověka. Odepsala jsem paní, že prozatím nemám připraveny papíry – přihlášky a letáky, ale budu na ni pamatovat a určitě se ozvu začátkem dubna. Poprosila jsem ji jen o popisné číslo domu s tím, že jí vše osobně donesu.

Na mapách jsem si dům vyhledala. Skvělé – další hezká zpráva, v tom domě žije ještě stále mladý pán, jemuž žena náhle zemřela a zůstal sám. Tak si našel novou paní i s dcerkou, skvělé! Zase se bude tro-

chu na svět usmívat.

Počátkem dubna, v ruce složku s informacemi a přihláškou mířím k danému domu. Ani po několikerém zvonění nikdo neotevřel, proto jsem dopsala na složku své jméno a tel. číslo a nechala ve schránce. Emailem jsem paní kontaktovala, že má informace o táboře ve schránce. Několik dní se neozvala. Pak napsala, že je jí líto, ale ve schránce nic nebylo, a nikdo jiný z domu si není vědom, že něco vyhodil. Omlouvala se, že se to ale mohlo stát, protože rodiče přítele letáky hned vyhazují – a nemuseli si všimnout obálky. Pro jistotu jsme si ověřili znovu číslo domu. Pasažovalo.

Paní řekla, že až zítra půjde od vlaku z práce domů, tak se staví ona. Zelený dům u obecního úřadu vedle parkoviště. Ano, domluveno. Čekám, čekám... Nikdo však nepřišel. Pouze večer email: „Dobrý den, znovu nám to nevyšlo J. Nebyla jste doma, nikdo neotevřel. Snad do třetice se potkáme :-).“ To bylo zvláštní. Já jsem doma byla a paní jsem očekávala. Více zelených domů u OÚ není. Něco mi zde začínalo nepasovat. Vyměnili jsme si telefon-

ní čísla a domluvily se na následující den večer u budovy obecního úřadu.

Byl hezký vlahý podvečer, a já se složkou papírů čekám. Pět minut po dohodnutém čase – sama. Patnáct minut. Beru telefon a vytáčím číslo neznámé paní. „Dobrý den, mohu se zeptat, zda vám to dnes vyjde? Čekám na vás na domluveném místě...“ „To já taky“, odpovídá paní. „To znamená, že čekáme každá na jiném místě“, usměju se do telefonu. „Můžete mi říct směrovací číslo vašeho Hrádku?“ Paní diktuje a já mám jasno. Dvě čekající ženy u dvou obecních úřadů ve dvou rozlišných vískách – však obě v Hrádku.

Zasmály jsme se, popřály si hezké prázdniny a vydařené tábory. Nic víc již o paní neznámé nevíme. Snad se jí v jejích Hrádku líbí a dobře se jim tam žije. Víme však, že v tom neznámém Hrádku, mají dům s popisným číslem jak u nás. Jezdí k nim vlaky, které lidi používají pro dopravu z práce a vedle obecního úřadu stojí zelený dům :-). A nejspíš i u nich pořádají krátký letní tábor pro děti. Je skvělé žít v Hrádku!

Zdenka Adamková



VÝSTUP NA VRCHOL
DĚTSKÝ TÁBOR ORLOVÁ
27.7.-1.8.2020

Pořádá SCEAV
za podpory
Obce Hrádek

Pro děti 6-13let Cena: 1300Kč
 Hlaste se do 20.6.2020
 Kontakt: zdenka.adamkova@email.cz
 Tel: 723 793 626

CYKLOSPORT REBL

STEVENS GALAXY LECTRON APACHE FORCE MRX SCUD

Prodej jízdních kol, elektrokol a náhradních dílů

Stavba a úpravy jízdních kol na zakázku

Přestavba jízdních kol na Elektrokolo

Cykloservis

Cykloprodejna v Bystřici

René Rakus Bystřice 956



Tel : 721 285 898 , 558 995 924

email: cykloSPORTREBL@seznam.cz

Po-Pa: 9 00 - 17 00, So: na objednání

WWW.CYKLOSPORTREBL.CZ

Březen – měsíc čtenářů

Letošní březen nám z pohledu čtenářství moc nevyšel. V souvislosti s vyhlášením nouzového stavu byly všechny knihovny v České republice k 12. 3. uzavřeny.

V prvním březnovém týdnu stihly naši knihovnu navštívit děti ze tří oddělení české mateřské školy. Všechny další plánované návštěvy musely být zrušeny.

Právě pro děti se v knihovně objevilo letos několik novinek, jejichž nákup byl realizován z prostředků Moravskoslezského kraje v rámci MA21. Jedná se o Kouzelné čtení s interaktivní Albi tužkou. Tužky byly pořízeny hned dvě a knih s kouzelným čtením celkem šest.

Kouzelné čtení je unikátní výukový systém, který dětem přináší spoustu informací a zábavy. Stačí, když se lehce dotknou tužkou obrázku nebo textu a ozve se příslušná informace, zvuk či hudba. Kouzelné čtení je vhodné pro děti od 3 let.

Večerníkové pohádky v podání Václava Postráneckého a Mileny Steimasslové. Kniha obsahuje 8 pohádek, jako jsou například Zlatovláška, Chytrá horákyne či Princ Bajaja a je doplněna o zábavné kvízy, které děti zcela jistě nadchnou a pobaví.

Anglický obrázkový slovník hravou formou naučí vaše děti základní anglická slovíčka a jejich výslovnost. Vhodné od 4 let. Děti se naučí popsat anglicky lidské tělo, pojmenovat lidské vlastnosti, zaměstnání, sporty i běžné věci kolem nás.

Svět zvířat děti provede osmi různými prostředím z naší planety, jako je les, savana, poušť, moře a další. Na každé straně se dozví, jaká zvířata v daném prostředí žijí, jak se jmenují, jaké zvuky vydávají a čím jsou zajímavá. Své znalosti si pak mohou ověřit pomocí zábavných kvízů.

Lidské tělo: Poutavou a zajímavou formou mají děti jedinečnou možnost poznat jednotlivé části a soustavy lidského těla. Krásné ilustrace a téměř dva tisíce zvuků a textů vše usnadní.

Pro starší děti jsme ze stejného programu zakoupili tři knihy s tzv. rozšířenou realitou a výkonný tablet, který umožní, aby postavy z knih vystoupily přímo na váš stůl.

Můj úžasný pesek je kniha plná rad, triků a úkolů, které budou dítě i jeho nového pejska. Je třeba se o něj postarat: vybrat svému kamarádovi hezké psí doplňky, vzít ho na procházku a nezapomenout vyfotit ty nejkrásnější společně strávené chvíle! To vše je možné díky rozšířené realitě.

Star Wars: Průvodce galaktického cestovatele nabízí autentický zážitek s využitím obrazových materiálů z archivu Lucasfilmu a špičkové rozšířené reality (AR), skýtajících jedinečnou příležitost k tištěnému i digitálnímu prozkoumávání galaxie.

Zachraň raptora je dílo, které se váže k filmu Jurský svět: Zánik říše. Ostrov Isla Nublar, domov Jurského světa, opustili všichni lidé a nyní mu vládnou volně žijící dinosauři. Ostrov však čelí novému nebezpečí. Kdo se připojí k výpravě a zachrání tyto majestátné tvory?

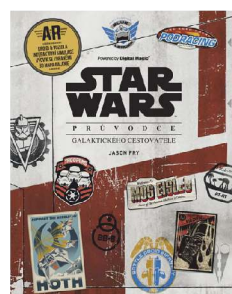
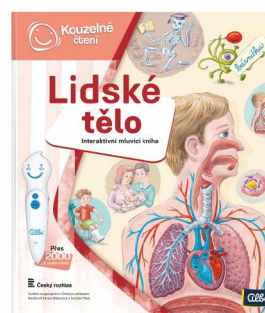
Tyto knihy budou k dispozici čtenářům pouze v knihovně po dobu otevírací doby. Z pochopitelných důvodů nebudou půjčovány dětem domů.

Koncem března jsme z třinecké knihovny přivezli nové knihy, které jsou pro vás připraveny.

Po dobu uzavření knihovny vozíme knihy čtenářům přímo domů. Stačí zavolat, že už nemáte co číst a my, pokud budeme zdraví, vám něco pěkného přivezeme. Kontaktní telefon: 558 551 311 nebo 724 002 740. Stejně se ale těšíme, až všechna mimořádná opatření skončí a budeme se vídat v knihovně s nezakrytými tvářemi.

Přeji Vám, milí čtenáři, především pevné zdraví, optimistického ducha a spoustu čtenářských zážitků.

Bc. Petra Borská



SPOLEČENSKÝ ROMÁN

Sprázněná duše

Hope Andersonová stojí na své životní křižovatce. Je jí třicet šest, s přítelem chodí již šest let a svatební plány jsou v nedohlednu. A aby toho nebylo málo, její otec těžce onemocněl. Hope se proto rozhodne, že stráví týden na rodinné chatě v Severní Karolíně, aby připravila dům na prodej, a zároveň si vezme čas, aby se zamyslela nad svou budoucností. V tu chvíli míří do Severní Karolíny také Tru Walls, kterému přišel dopis od jeho údajného otce, jenž by právě tady měl žít. Tru se tedy rozhodne, že odjede ze Zimbabwe, kde se živil jako safari průvodce, a odhalí všechna tajemství, jež obklopovala jeho již zemřelou matku.

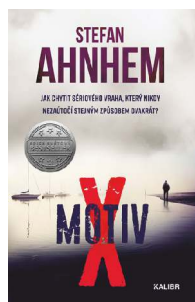


Náhoda tomu chtěla a cesty Hope a Truea se osudově zkrříží. Jejich vztah je až nepochopitelně intenzivní, ale jejich city musí nakonec ustoupit volbám, které proti sobě drsně postaví povinnosti k rodině a osobní štěstí.

KRIMI, DETEKTIVKA

Motiv X

Jak chytit sériového vraha, který nikdy nezaútočí stejným způsobem dvakrát? Brutální vražda jedenáctiletého syrského uprchlíka postaví před helsingborskou policií případ s možným rasistickým podtextem. Zdánlivě náhodných vražd přibývá a tým kriminalistů se záhy ocitá pod příliš velkým tlakem. Situace donutí Fabiana Riska, aby se vrátil do práce, ačkoli by raději dál bděl u lůžka své postřelené dcery, která je v kómatu a Fabian si to dává za vinu. Vrací se i šéfka oddělení Astrid Tuvešsonová, která přerušila protialkoholní léčbu. Je tu však ještě něco – informace, jež po sobě zanechal Fabianův mrtvý kolega Hugo Elvin a jež mohou dosud soudržný tým vyšetřovatelů navždy změnit. A v sázce je i Fabianův život...

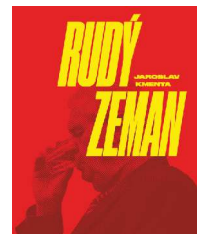


Motiv X je úvodní část diptychu v rámci bestsellerové série krimipříběhů Fabiana Riska, jeho rozuzlení přinese titul X způsobů smrti.

POLITIKA

Rudý Zeman

Investigativní portrét prezidenta Miloše Zemana. Autor v ní hledá odpověď na otázku, kdo stál za financováním jeho předvolební kampaně. Přináší nové informace a souvislosti o lidech z blízkého okolí prezidenta Zemana. Důkladně rozebírá také to, komu a proč se Miloš Zeman mstí. Rudý Zeman vykresluje politickou atmosféru doby, v níž žijeme. Jde v ní nejen o vliv a moc, ale i o peníze a geostrategické zájmy rozděleného světa. Rudý Zeman je opět příběhem novinářského pátrání, které jde do hloubky zásadních politických etap Miloše Zemana a jeho vztahů. A rozebírá také okolnosti mocenského paktu s oligarchou Andrejem Babišem.



Rudý Zeman tak volně navazuje na knihu Boss Babiš, která vyšla v roce 2017 a která se hned poté stala bestsellerem.



Jsme v tom společně!

Celosvětově se řadu týdnů řeší nákaza virem COVID-19. Ohnisko se bohužel přesunulo do Evropy a významně se dotýká naší země. Koronavirová pandemie se dostala do popředí společenské diskuse. Pomoc jednotlivcům, celým rodinám i všem obyvatelům České republiky je samozřejmá, jsme v tom přece všichni společně. Znevažování onemocnění a nerespektování legislativy není v současné době na místě. Změnou přístupu, chování a návyků dokážeme všichni dohromady situaci zvládnout. Respektujeme ve vlastním zájmu aktuální potřeby společnosti!

Apelujeme proto na všechny občany České republiky, aby chránili své zdraví a přispěli svým počínáním k ozdravení celé populace. Respektování nastavených opatření znamená nejen dodržování legislativy, ale i dodržování hygienických a morálních pravidel s uvědoměním si mezigeneračních, a pro starší populaci, možná i fatálních dopadů. I přes mnohá a opakovaná upozornění a stovky telefonátů, se na veřejnosti a ve zdravotnických zařízeních objevují naši starší spoluobčané. Téměř všichni jsme jistě zaznamenali, že zejména pro seniory může být jakýkoliv styk s infekční osobou a nemocí COVID 19 velmi nebezpečný až fatální. Jsou zkrátka ti nejzranitelnější z nás. Pokusme se proto všichni svojí cestou seniory přesvědčit, že se mají co nejvíce chránit, držet se v bezpečí domova, zbytečně nevycházet, požádat o donesení nákupu, lékařům se neo-

stýchat zavolat a nikam necestovat městskou hromadnou dopravou.

Tak, jako jsme se již napříč generacemi naučili preventivně pečovat o své osobní bezpečí, nenechat se napálit a nestát se obětmi trestných činů, pojďme si i teď jít navzájem příkladem a počínáme si tak, abychom přispěli k zamezení šíření nákazy.

Školáci, nescházejte se v parcích ve skupinkách, nepořádejte párty, jděte příkladem svým prarodičům dodržováním bezpečnostních opatření. Babičky, dědečky, tetičky i strýčky přesvědčte svým chováním k tomu, že ani oni nebudou podceňovat doporučení související s aktuální zdravotní hrozbou.

plk. Zuzana Pidrmanová
vedoucí oddělení prevence
Policejního prezidia ČR
17. 3. 2020



COVID-19 | SENIOŘI

CHCETE ZŮSTAT ZDRAVÍ A NENAKAZIT SE? CHRAŇTE SE, DODRŽUJTE OPATŘENÍ



Máte zdravotní potíže?

Zavolejte svému lékaři. Nechod'te ven mezi ostatní ani do čekárny.

Nedoporučujeme chodit ven pro test na COVID-19

Nejdříve se porad'te se svým lékařem. Minimalizujte pohyb mezi potenciálními nemocnými.

Potřebujete recept?

Zavolejte svému lékaři. Nechod'te ven mezi ostatní ani do čekárny.

Nedovolali jste se svému lékaři?

Může se to stát, nic se neděje. Zkuste za chvíli, v případě zdravotních potíží však ihned volejte linku 155.

Mimořádná opatření

Dodržíte všechna mimořádná nařízení, dodržujte pravidla karantény. Nezdružujte se v místech s větším počtem lidí.

Budou opatření fungovat?

Ano. Jen přísné dodržování pravidel může zabránit dalšímu šíření epidemie. **Kdo pravidla a pokyny nedodrží, vystavuje sebe i své okolí nákaze.**

Když se ti zastaví hodinky, rozebereš je a pak je doneseš k hodináři; když se někomu zastaví auto, zvedne plášť a strká do toho prsty, načež zavolá montéra. Se vším na světě lze něco dělat, všechno lze spravovat a reformovat, ale proti počasí se nedá nic podniknout. Žádná horlivost ani velikášství, žádné novotářství, všetečnost ani rouhání nepomůže; puk se rozevře a klíček vzejde, až se naplní jeho čas a zákon. Tady si s pokorou uvědomuješ bezmoc člověka; pochopíš, že trpělivost je matka moudrosti – ostatně se nic jiného nedá dělat.“

Takto moudře vyjádřil Karel Čapek ve své knize „Zahradníkův rok“ lekci, kterou nám dává každý rok příroda v podobě počasí. A protože podobných lekcí se nám v poslední době dostává víc než dost, pojďme se zaměřit na to, co dělat můžeme když už nemůžeme změnit to, co bychom chtěli.

Jednou z takových věcí je naše zahrádka nebo třeba balkón, terasa, parapet – jakýkoli koutek, kde se vejde květináč, truhlík, starý sud nebo celý záhon, strom, sad, les. A protože většina obyvatel Hrádku má k dispozici více než píd' půdy, nic nám nebrání v tom, abychom se naplno

ponořili do té krásné relaxační činnosti jako je zahradničení.

Zkuste teď na chvíli zavřít oči a představit si, že máte kus čistého pozemku a můžete s ním dělat, co chcete.....už to vidíte? Tak schválně vidíte záhon s ředvičkami a salátem? Nebo parčík plný exotických dřevin se zákoutími a lavičkou pro odpočinek? Je to ovocný sad s jabloněmi, hrušněmi, třešněmi a švestkami? A jinde vinohrad-ochutnáváte už v duchu svůj vlastní lahodný mok? Táhle zase záhonek plný rozkvetlých trvalek, jimiž naplníte vázu a potěšíte přátele? A vedle stojí truhlík s muškáty pestrých barev? Nebo jezírko s rybičkami a žlutými kosatci na břehu? Cítíte bylinkové aroma? Ochutnáváte plody netradičního ovoce? Je Vaše zahrada plná barev, vůní, chutí, výšek, motýlů, včel, ptáků, žab a veselého smíchu? Kolik je lidí, tolik je obrazů, které dokáže mysl namalovat. Zahrada může přinášet potěšení úplně každému člověku, stačí si jen vybrat podle svého gusta.

Protože se blíží duben, což je ten pravý a požehnaný měsíc zahradníkův, kdy se zakládají nové záhony, vysazují stromy a vysévají semínka, pojďme si plnit své sny, zahnat chmury usilovnou prací, ale také



úžasem nad krásou a dokonalostí, která je všude kolem nás.

Pokud si to budete přát, velmi rádi Vám poradíme – přijďte se svým plánem, snem, představou a my Vám pomůžeme jej zrealizovat. Svou radost můžeme sdílet a tím se stane ještě větší.

Zkusme se na závěr zaposlouchat do melodie jara, kterou takto neopakovatelně popsal Karel Čapek:

„Ale kdybych byl muzikant, složil bych „pochod pupenců“; nejdřív by se rozběhl lehký marš bezových bataliónů; pak by se daly v pochod čtyř rybízů; do toho by vpadl těžší nástup pupenců hrušňových a jabloňových, zatímco by mladá tráva brnkala a štěbetala na všech strunách, co by jich bylo lze sehnat. A za tohoto orchestrálního doprovodu by pochodovaly pluky ukázněných pupenců, ženoucích se bezostyšně vpřed „nádherným nástupem“, jak se říká o vojenských parádách. Ráz dva, ráz dva: panebože, jaký je to pochod!“

Eva Lidaříková



Půvabné zahradnictví u vlakového nádraží v Třinci.




OTEVÍRACÍ DOBA

BŘEZEN - ŘÍJEN
Po - Pá: 9 - 17
So: 8 - 12
Ne a svátky zavřeno

LISTOPAD
Po - Pá: 9 - 16
So: 8 - 12
Ne a svátky zavřeno

PROSINEC - ÚNOR
zavřeno



KONTAKTY

PRODEJNA: LYŽBICE 159, TŘINEC
INFO@ZAHRADNICTVIKVITKO.CZ
EVA LIDAŘÍKOVÁ: 724 929 926
NATALIA RUSZOVÁ: 605 157 739
WWW.ZAHRADNICTVIKVITKO.CZ

Inzerce



hebama
GYNEKOLOGICKÁ AMBULANCE BYSTŘICE

Přijímáme
nové pacientky.
**Objednejte
se včas!**

**NOVĚ
OTEVŘENO**

Bližší informace:
HEBAMA Bystřice s.r.o. - MUDr. David HECZKO
739 95 Bystřice 496 / 1. patro • objednávky telefonicky: +420 777 798 788
e-mail: gynekologie-bystrice@centrum.cz • www.hebama.cz

jste v dobrých rukou



**LÉTO
V NOVÉM
SEDLE**



**Jablunkov
elektrokola 2020**

**MAXBIKE
HAKON 20**
Nová plně integrovaná baterie 17ah
Nový motor Bafang M420
Tišší chod, plynulý záběr
a přesně dávkovaná přípomoc
Shimano Deore 1x9 hydraulik
Suntour XCR-RL Air
Cena 49 990,- Kč

novinka



**MAXBIKE
E - City 26**
Shimano Tourney
1x7 V-break
Suntour NEX 26"
Cena 25 990,- Kč

776 735 871
Plk. Velebnovského 88
739 91 Jablunkov

**Nabídka inzerce
v Hrádeckých novinách**

Hotové inzeráty, nejlépe ve formátu
PDF či znění textu můžete posílat na
e-mail: zpravodaj@obechradek.cz.

formát A5
(na šířku) 600,-Kč

formát A6
(na výšku) 300,-Kč

Kateřina Turoňová

Píše se 3. dubna 1935. V malebné chaloupce ve vedlejší vesničce Návsí (Jasení) pod horami, přichází na svět trojčátka, která se právě narodila manželům Kantorovým. Příchod svých sourozenců netrpělivě očekává dalších šest starších dětí. Pro všechny je obrovským překvapením, že místo jednoho sourozence, budou mít rovnou další tři kamarády, a to Jiřího, Evu a Kateřinu, se kterými si později budou moci hrát. Tato radostná zpráva nezůstala však jen na území Slezska, ale dozvídá se o ní i sám československý prezident Tomáš Garigue Masaryk, který trojčátkům posílá finanční hotovost, aby měli něco do začátku. Manželé Kantorovi jeho finanční dar s díky přijímají, uloží pro jistotu do banky, ze které už bohužel peníze nikdy neuvidí. O pár měsíců později, kdy malá miminka doslova bojují o to, zda zůstanou na této zemi, nakonec zůstává jen děvčátko Kateřina. A právě toto děvčátko letos v dubnu oslavilo 85. narozeniny. Paní Kateřina (dnes Turoňová) žije již 57 let v naší krásné obci Hrádek. O tom, jak se tady dostala, a jaký je její životní příběh, si můžete přečíst níže.

Jaké bylo Vaše dětství?

Pocházím z deseti sourozenců. Protože jsem se narodila celkem malinká, chodila se mnou má starší sestra Zuzka, které bylo v té době teprve dvanáct, často k doktorovi. Maminka měla hodně práce. Kdysi se ženy obecně velmi napracovaly. Měli jsme hospodářství, o které bylo potřeba se starat. Později, když jsem byla větší, jsem chodila pást krávy a pomáhala doma se



Stará chaloupka v Jasení

vším, co bylo potřeba. Bylo nás v Jasení hodně děvčat, takže jsme většinou chodily společně, pásly jsme krávy a u toho jsme vyráběly různé věci - třeba panenky.

Kde jste chodila do školy?

Nejdříve jsem chodila do české školy v Jasení. Moji starší sourozenci chodili do polské školy. Tatínek proto, aby dostal práci, mě nakonec musel přihlásit do české školy. Poté během války jsem chodila do německé školy. Po válce jsem se opět učila v české škole.

Kdysi bylo poměrně těžké najít nějakou vhodnou práci pro ženy, kde jste pracovala Vy?

Po základní škole jsem šla hned do práce. Nejdříve jsem pracovala na pile v Návsí. Tam byla těžká práce se dřevem. Byly jsme tam s kamarádkou. Pracovala jsem tam deset let. Potom mi jiná kamarádka našla práci v Sanatoriu v Jablunkově. Tam jsem pracovala dva roky v kuchyni. (Od té doby nejím rybí polévky. Vařily se tam totiž ve velkém.) Jako vdaná jsem pracovala v Třineckých železárnách. Pánečku, to byla nejlepší práce, kterou jsem měla. Na teplá železa jsem psala čísla. To se mi moc líbilo. Zpočátku mi dokonce i ten zápach voněl, horší to bylo,

když jsem byla těhotná s prvním synem, to jsem to železo nemohla ani cítit. Potom jsem byla na mateřské, nejdříve se synem Staškem a pak Jankem. Později jsem chodila na občasně brigády (na brambory a na řepu do Čech). Moje poslední práce před důchodem byla v polské škole. Pracovala jsem tam v kuchyni jako kuchařka. V kuchyni se mi také moc líbilo, měla jsem moc šikovné kolegyně.

Jak jste se seznámila se svým manželem a kolik let jste spolu žili?

S manželem Janem jsme se seznámili na Gorolu. Už předtím jsem ho párkrát viděla. Byl to fešák, líbil se mi. Šly jsme s kamarádkou k večeru na Gorol. Byly jsme tam nějakou dobu a když zahráli pěknou písničku, najednou pro mě přišel Janek. Zatančili jsme si spolu, a pak se mě ptal, jestli by mě mohl odprovodit domů. Řekla jsem mu ale, že ne, že tam jsem s kamarádkou a že půjdu domů s ní. Nevzdal to. Zeptal se mě, kde bydlím. Vysvětlila jsem mu, kde bydlím a na druhý den v neděli za mnou přijel na motorce. Postavil svou motorku před dům a já vyšla z domu naprosto překvapená. No i... slovo dalo slovo a už jsme spolu „mluvili“. Prožili jsme spolu krásných 54 let, ač ne vždy jednoduchých.



Fotka se sourozenci (paní Kateřina je uprostřed s copánky), někteří sourozenci chybí.



Manžel byl tedy důvod, proč jste se ocitla z Návsí v Hrádku?

Ano, Janek pocházel z Dědiny z dřevěné chaloupky, která už tam dneska ale nestojí. Po roce a půl jsme se vzali. Nejdříve jsme bydleli na Dědině a později na druhé straně „Za Kaplicou“. Manželova maminka měla pozemek dole pod kostelem, proto jsme se rozhodli tam postavit dům. To byla pro nás těžká léta. Vzpomínám si na jeden náročný moment, kdy jsem se vracela z porodnice s druhým synem. Bydleli jsme ještě „Za Kaplicou“, kde také předělávali dům. Den před porodem jsem jim pomáhala dávat třetí „deku“, podávala jsem desky, večer mě odvezli do porodnice, a tak jsem porodila Janka. Pak na mě čekali, až přijdu z porodnice, abychom mohli dávat další deku. Když mě přivezli, začalo pršet. A přšlo a přšlo – nejméně šest týdnů. Všechno bylo promočené, přšlo do ložnice, přšlo do kuchyně, voda byla zkrátka všude. Potom jsme se však s dětmi naštěstí vrátili zpátky do Dědiny. Nakonec se nám podařilo dokončit stavbu a mohli jsme se nastěhovat do nového domova.

Jak se Vám v Hrádku bydlí?

Víc jak půl století jsem už v Hrádku. Hrádek není takový jako Návsí. Návsí je rozsáhlé. V Hrádku jsou si lidé blíží, více se znají. Když jsem se zde přivdala, moc hezky mě tady přijali. I starší paní ke mně chodily a povídaly si se mnou. A když jsme stavěli, tak lidé chodili kolem, zastavovali se, povídali si s námi a občas i radili. Řekla bych, že si lidé víc jeden druhého všímali.

Jaké je Vaše nejoblíbenější místo?

Hodně často jsme jezdili s manželem a dětmi na Oravu. Manžel tam rád chytil ryby.

Kde nejdál jste podívala?

Když jsme dostavěli náš dům, dostal manžel dovolenou do Bulharska. Jeli jsme

nakonec bez dětí a bylo to dokonce na dva týdny. Pamatuji si, že to bylo velmi dlouho. Manžel říkal: „Víš co, hodně jsme se napracovali, tak pojedme.“ No jo, ale já jsem se bála. Nechtěla jsem do letadla ani nastoupit. Měla jsem velký strach. To byl poprvé a naposled, co jsem letěla letadlem.

Co bylo pro Vás v životě nejobtížnější?

To nevím... všechno člověk musel přežít. Možná... nejtěžší bylo, když manžel krátce po svatbě dostal infarkt.

V čem byste řekla, že je dnešní doba lepší?

Lepší je to v tom, že jsou dnes lidé zajištěni (vdovy, sirotci atd.). To kdysi nebylo.

V čem je naopak tato doba horší?

Kdysi lidé více pomáhali jeden druhému. Schylovalo se například k dešti, a když sousedé pracovali venku, tak se vzaly hrábě a šlo se jim pomoci, aby jim seno nezmoklo. Lidé si zkrátka více pomáhali.

Z čeho jste měla v životě největší radost?

Z dětí. A teďka mám největší radost z malé Amálie (první pravnučka).

Jaký máte názor na současnou pandemii koronaviru?

Myslím, že je to Boží zvednutý prst pro nás lidi. Lidem chyběla pokora a mysleli si, že všechno můžou. Možná že si budeme po této zkušenosti vážit času, který nám je na této zemi darován.

Máte nějaké životní heslo?

Každý den děkovat za to, co nám Pán Bůh dá a večer poděkovat za každý nový den.

Do jaké míry ovlivnila Váš život víra v Boha?



S pravnučkou Amálií

Uvěřila jsem, když mi bylo 45 let. Byli jsme na kázání s manželem v Návsí a tam mě velmi oslovilo kázání pana pastora. S manželem jsme oba uvěřili a aktivně se zapojili do dění církve. Já jsem byla dlouhá léta členkou pěveckého sboru a manžel kurátorem hrádeckého sboru. Víra v Pána Ježíše mě od té doby provází celým mým životem. Pán Ježíš se stal mým Zachráncem a Spasitelem.

Pavčina Turoňová



Syn Stašek s rodinou



Příroda Hrádku XVI.

Pěvci 2. část

V Hrádku díky jeho rozmanitému krajin-
nému rázu, který v sobě spojuje lesy,
louky, pole, vodní toky a jejich okolí, ale rov-
něž zahrady, sady a další okolí lidských sídel,
se vyskytuje poměrně mnoho rozličných dru-

hů rostlin a živočichů. V tomto díle se již po-
čtvrté věnujeme ptákům. Opět se zaměřuje-
me na řád pěvců, který je u nás druhově nej-
bohatším. Na první stránce jsou zobrazeni
ptáci z čeledi krkavcovitých, které lidé moc

jako pěvce nepovažují. Druhá strana je tak
trochu všehochuť drobných ptáků, se který-
mi se lze, až na pěvušku a hýla, více méně
běžně v okolí lidských sídel setkat.

RB

Fotografie | internet (wikipedie)



Havran polní

Je velký jako vrána, ale není to její samec. Hrádkem se
pohybuje hlavně na tahu v zimě. Je všežravec. Sbírá potravu
při chůzi. Nejčastěji ho můžete pozorovat na polích. Hnízdí
v koloniích.



Vrána šedá

Na rozdíl od havrana žije samotářsky, jen v zimě tvoří hejn-
ka. Hnízdí vysoko v korunách stromů. Často se vyskytuje v
blízkosti lidských sídel. Je všežravec, sbírá i odpadky. V Hrád-
ku je možné ji vidět často prolétávat.



Krkavec velký

Je náš největší pěvec. Žije osamoceně v trvalých párech
mnoho let. Je všežravec, ale většinou se živí lovením
drobných obratlovců. Nepohrdne ani mršinou. Hnízdí v
rozsáhlejších lesích. V Hrádku jsou často k vidění lítat v páru,
více v horské části obce.



Ořešník kropenatý

Hnízdí ve výše položených oblastech v jehličnatých lesích.
V hnízdním období je plachý, žije skrytě. Na podzim a v zimě
polétává v zahradách a hledá zapomenuté ořechy. V Hrádku
ho lze vidět poměrně často.



Sojka obecná

U nás se vyskytuje poměrně často, v lesích všech typů,
remízcích, parcích apod. Kdysi byla lovena. Modré perí
z křídla je ozdobou mysliveckých klobouků. Má ráda bukvice
a žaludy. V Hrádku ji lze vidět např. v lesíku Rokiči.



Straka obecná

Je vysoce inteligentní pták. Staví hnízdo vysoko v korunách
stromů. Živí se převážně živočišnou potravou, často plení
hnízda pěvců. V Hrádku hnízdí v zalesněné části osady
Samce.



Červenka obecná

Žije v lesích všeho druhu, parcích, zahradách. Někdy u nás přezimuje. Živí se hmyzem. Žije samotářsky. V Hrádku v nejrůznějších zahradách. Často hostí kukaččí vejce.



Pěvuška modrá

Je lehké si ji splést s vrabcem. Žije velmi skrytě. Hnízdí ve světlých jehličnatých i smíšených lesích. V Hrádku např. ve Vujtově.



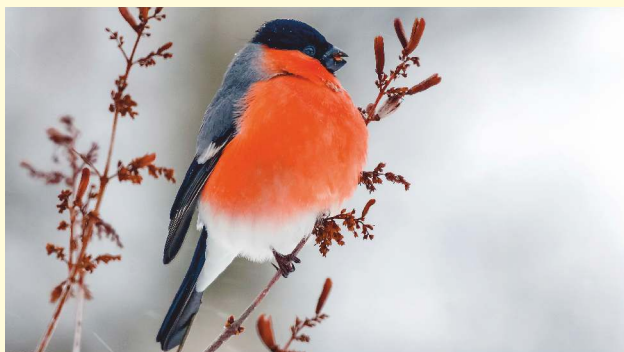
Zvonohlík zahradní

Malý semenožravý ptáček, žije v remízcích, zahradách, hřbitovech. K nám se dostal před 200 lety ze Středomoří. Je podobný kanárkovi. V Hrádku žije např. v zahradě CVČ.



Sedmhlásek hajní

Štíhlý, nenápadně zbarvený druh. Jedná se o stěhovavého, hmyzožravého ptáka. Překrásně zpívá. Žije v parcích, zahradách s hustým podrostem. V Hrádku v zahradě CVČ.



Hýl obecný

Zavalitý, díky červenému břichu nezaměnitelný semenožravý pěvec. Žije v jehličnatých a smíšených lesích. V Hrádku ho můžete vidět v okolí lomu Žarnovka.



Strnad obecný

Je běžným, ale ubývajícím druhem otevřené krajiny. Má rád paseky, křovinaté meze. V Hrádku na něj narazíte na loukách v Girově.



Jiříčka obecná

Má ráda otevřenou krajinu, louky, pole, pastviny. Hnízdí na budovách, kde si tvoří hnízdo s vletovým otvorem. V Hrádku hnízdí již několik let na budově obecního úřadu i ZŠ.



Vlaštovka obecná

Žije v obydlených kulturních krajinách. Hnízdí uvnitř budov, nejčastěji v chlévech. Staví si miskovité hnízdo. Živí se hmyzem, za letu dokonce i pije. V Hrádku například hnízdil jeden pár na Záplotí.

Křížovka

		ANGL. LÁZNĚ	DRUH PAPIRU	1. ČÁST TAJENKY	BARMSKÝ OSTROV		NEKOSIT	ANGL. ŽALUD		ČÍSLOVKA ŘADOVÁ URČITÁ	ZN. UNIVERZÁLNÍHO ORCHESTRU	PRORAZIT	NAUKA O SPRÁVNÉM USUZOVÁNÍ
	NÁSTROJE K SEČENÍ TRÁVY SPZ OLOMOUCE					TU MÁŠ MĚSÍČNÍ FÁZE			ZASTUPOVÁNÍ (VE ŠKOLE)				
PTÁK									NIGERIJSKÉ SÍDLO 2. ČÁST TAJENKY				
AUSTR. ŘEKA					AXIÁLNÍ						BAŠÁNSKÝ MYTH. KRÁL LESKLÁ POŠÍVKA		
	SOUBOR PROSTŘEDKŮ	DOMÁCKY EDUARD PŘÍTOK DUNAJE			RÝM ODVOLÁNÍ (PRÁVN)					FEDERÁLNÍ KRIMINÁLNÍ ÚSTŘEDNA V USA ZÁKLADNÍ ČÍSLOVKA			
ZAŘÍZENÍ K ZACHYTÁVÁNÍ NEČISTOT						PŘÍLOHA NÁSYP							
HRA SE ZPĚVY								DRUŽINA					
NESOUHLASIT								ANGL. JÍST SPZ PRAHY				JMÉNO SAINT-EXUPÉRYHO	UROVNEJ
ZKR. DUTÉ MÍRY (DECILITR)			HOVĚZÍ DOBYTEK UTŘÍT				AKADEMIE VĚD			KRUTÝ ČLOVĚK SVOJE			
	DOUŠKA V DOPISE	CHEMICKÝ PRVEK					PODNIK V SEDLČANECH				CIZÍ ZKRATKA ČÍSLA BYTÍ		
NÁŠ HEREC							PŘEDMĚSTÍ JOHANNESBURGU						
ČESKÝ ARCHITEKT					KLAVÍRISTA		ZKRATKA PRO POLY (PHENYLENE OXIDE)	ČÁST ÚSTÍ NAD LABEM INIC. HEREČKY LAURINOVÉ					
	ZKR. DECIMETRU	DRŽADLO (NÁŘEČ) POPĚVEK				RYBÁLKOVY INICIÁLY				ZNAČ. GONIOMETRICKÉ FUNKCE CITOSLOVCE DUSÁNÍ			
POBÝVATI						VELKÝ ŠÁTEK BRYNDAT (NÁŘEČ)					ZÁPOR ZKR. VĚDA A TECHNIKA MLÁDEŽE		
PRUŽNÁ VLOŽKA DO LŮŽKA								CITO-SLOVCE BOLESTI POŘÍDIT OPIS					
	SLOVEN JINAK	ŽEMLOVKA	SPOJKA CITO-SLOVCE PŘEKVAPENÍ				OVOCE (NĚM.)					ŘÍMSKY 8	
PATRÍČÍ IVETĚ							VOZKOVÉ CITO-SLOVCE			MEGAVOLT DONUCENÍ			LOTYŠSKÉ PLATIDLO
NEPOZŘÍT							SAMOTNÝ				ŘÍMSKY 49 ZN. RADONU		
SEVERSKÉ MUŽSKÉ JMÉNO				TAHLE			HLAVONOŽEC						
KAM (NÁŘEČ.)				ZN. ASTATU			SKLIČOVAT						



František Mucha - Předjaří u rybníka