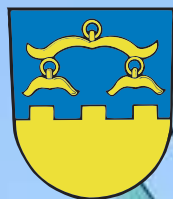


Ročník XVIII, 3/2018

**Hrádecké
noviny**



**Gródeckie
nowości**

...rozděleni zdi, spojeny srdci...



Slovo starosty



Vážený a milý spoluobčané, naplněn hrstičkou ke své obci bych vám chtěl povědět, co už asi všichni víte. V soutěži Vesnice roku, které jsme se poprvé zúčastnili, jsme získali dvě velmi krásná ocenění – Modrou stuhu za společenský život a zlatou cihlu za Zvoničku sv. Izidora. Modrá stuha je cena (jež jsme získali jako celé hrádecké společenství), která je udělována za komunitní život, péči o duchovní hodnoty obce v návaznosti na místní tradice. Bylo to takové neočekávané, vždyť jsme se v soutěži teprve rozkoukávali. O to větší radost po zveřejnění verdiktu poroty v Hrádku panovala. Přiznám se, že jsme měli ambice získat zelenou stuhu za péči o veřejnou zeleň. Předpokládal jsem, že je to naše silná stránka.

Porota však Hrádek viděla trošičku jinak. V konkurenci 17 obcí, které se v našem kraji soutěže zúčastnily, byl oceněn náš komunitní život, což je mnohem sympatičtější cena, neboť se týká nás všech. Každý z vás má dílčí zásluhu na tomto úspěchu naší vesničky. Děkuji a vyjadřuji úctu

za to, že velmi mnoho z vás přišlo netradiční akci uprostřed týdne podpořit. Když jsme s porotou přišli k mostu a zaposlouchali se do písně „Płyniesz Olzo po dolinie“ v podání velkého zástupu občanů Hrádku v doprovodu dechovky z CB, byl jsem nucen odvrátit pohled směrem k řece, abych zakryl své dojetí.

Myslím, že soutěž Vesnice roku Hrádečany zase o trošičku víc stmelila. Vnímám jsem tuto vlnu soudržnosti i po soutěži, kdy jsem byl na ulici velmi často oslovován otázkou: „Jak jsme dopadli?“ Abychom vám zprostředkovali atmosféru soutěže trvalejším způsobem, věnovali jsme v tomto čísle Hrádeckých novin hodně prostoru reportáži z onoho výjimečného dne i na jiných, obvykle zveřejňovaných článků.

Když už jsme u soutěžení, oceněním se mohou pochlubit i naše Hrádecké noviny. V 7. ročníku soutěže o nejlepší zpravodaj obce, kterou pořádá obecně prospěšná společnost Civipolis, jsme získali cenu za nejlepší téma rubriky – za slovník po nazyšmu. Porota ocenila slovník, který je neustále obohacován o další nářeční výrazy, které nám posílají občané.

Vážený občané, protože toto číslo Hrádeckých novin je poslední, které vychází ve stávajícím volebním období, velmi rád bych prostřednictvím „slova starosty“ poděkoval našim 14 zastupitelům, 3 radním a místostarostovi za jejich pozitivní přístup

při řešení problémů obce, velkou míru angažovanosti po celou dobu 4 let, kdy se podíleli na rozvoji a zvelebování Hrádku. Během své 20leté „praxe“ ve vedení obce jsem pochopil, že když představitelé samosprávy táhnou za jeden provaz, velmi to ovlivní celkovou úroveň mezilidských vztahů v daném území. Současné personální složení zastupitelstva bylo v tomto parametru příkladné. Chtěl bych veřejně prohlásit, že mi bylo ctí hájit zájmy obce spolu s Martinem Byrtusem, Pavlem Pilchem, Dankou Cieslarovou, Petrem Dudysem, Romanem Polokem, Rudou Mlčochem, Jakubem Kawulokem, Pavlem Benkem, Pavlem Malikem, Martou Czyžovou, Rudou Dordou, Romanem Žabkou, Katkou Brancovou a Lenkou Palarczykovou.

Nechci v předvolební době agitovat na stránkách našeho zpravodaje výctem nejruznějších úspěchů obce. Na tento typ komunikace jsou vhodnější předvolební letáky. Za sebe bych vás chtěl požádat, abyste volbám věnovali pozornost a přišli ve dnech 5. a 6. října zvolit své reprezentanty na další čtyřleté období. Budete rozhodovat o vaší obci. Je to velmi důležitý výsledek naší společnosti. Vašemu občanskému právu nesluší místo v koši, ale v urně.

Váš starosta
Robert Borski

Obsah

Slovo starosty.....	2
Obsah.....	2
• Z OBECNÍHO ÚŘADU	
Krátce z Rady	3
Informace o volbách	3
Poděkování	3
Pronájem Oázy klidu	3
Svoz nebezpečného odpadu	3
Fotoreportáž „Vesnice roku“.....	4-11
Sjíždění řek - fenomén doby	12-13
Zájezd pro seniory	14
Pišete nám do redakce	15
„Gróniorze“ stavěli májku	15
• AKTUALITY	
Vítání občánků	16-17
Slavnosti Belka jsou za dveřmi	18
Kalendář akcí	18
Novinky z ambulance prakt. lékaře	18-19
Péče o nemocného v dom. prostředí	19
Není terén jako terén	20
Hledání kojenecké vody	20

• ZE ŠKOLNÍCH LAVIC	
Pasování předškoláčků	21
Putování indiánskou stezkou	21
Týden cestování se sovičkou Kirou	22
Školní výlet	23
Výlet za poznáním	23
Páťáci se loučí	24
Fotbalový turnaj	24
Přírodovědný kroužek	25
Konec školního roku	25
Absolwenci gródeckiego przedszkola	20
Wizyta w 112	26
Tegoroczna wycieczka przedszkolaczek	27
Kadra sportowców XXXVI ILA w Trzyńcu	27
Moje przy szkole	28
Na wakacje	28
• ZE ŽIVOTA CÍRKVÍ	
Víkendový pobyt dětí v Gutech.....	29
Co jsme zažili s mládeží v poslední době? ...	30
Letní tábor v Tatrách	30
• SPOLKOVÝ ŽIVOT V OBCI	
Ohlédnutí za rokem Hráďátek	30
Den pro rodinu	31
Krátce z dení SDH Hrádek.....	31

Hasiči opět darovali krev	32
Hrádeckých hasičů přišlo nejvíce	32
Čarodějnická diskotéka	32
Z książką pod poduszką	33
Sukces w „inicjatywach PZKO”	33
Tradycyjna jajecznic	33
• Z HRÁDECKÉHO CENTRA:	
Pečení chleba	34
Malování na batůžky	34
Výroba barefoot sandálků	35
Pozvánky na nadcházející akce	36-37
• SPOLEČENSKÁ RUBRIKA:	
Tobiáš Branc	38-39
• HRÁDECKÉ RODY:	
Dům č. p. 28: Od Pastuszky k Nikodemovi ..	40-41
Perlička z historie	42
Dovolená v jurtě	43
• NOVINKY V KNIHOVNĚ	44
• INZERCE	44
• ROZHOVOR S PAMĚTNÍKEM:	
Anna Hawliczková	45
• PŘÍRODA HRÁDKU:	
Zajímavé houby	46-47
Pavel Taska - Pod Zamčiskami	48



HRÁDECKÉ NOVINY – periodický tisk územního samosprávného celku, obce Hrádek (IČ 00535958, www.obechradek.cz). Adresa vydavatele: Obecní úřad Hrádek, Hrádek 352, 739 97 Hrádek. Vychází čtvrtletně pod ev. č.: MK ČR E 12341 v nákladu 800 ks. Tisk a prepress: A8 REKLAMA kreativ, s. r. o., Bystřice 1261, 739 95 Bystřice, graf. zpracování: Michaela Kučerová. Uzávěrka redakčních materiálů pro říjnové číslo je 30. září 2018. Odpovědný redaktor (a příjemce inzerce): Věra Garbová, tel.: 601 383 111, e-mail: zpravodaj@obechradek.cz. Foto na titulní straně: V rámci soutěže Vesnice roku obecní mlynář roztočil mlýnské kolo. Autor snímku: Bogdan Kaleta

Krátce z Rady

84/2018

• Rada obce schvaluje smlouvu o dílo s firmou AK plus Novostav, s.r.o., týkající se zakázky malého rozsahu „Rekonstrukce zpevněné plochy před obecním úřadem“. Záměrem rekonstrukčních úprav bylo estetické dotvoření celého prostoru v souladu s jeho využitím v duchu zvýšení atraktivity pro místní obyvatele i turisty. Důležitý byl také aspekt bezpečnosti – zpevněná plocha před obecním úřadem byla v zastaralém a nevyhovujícím stavu.

86/2018

• Rada obce schvaluje úpravu terénu, včetně osazení svahu na hřbitově. Úprava

terénu proběhla ve spolupráci s občany v rámci „akce Z“. Upravený terén byl poté osázen 15 druhy rostlin v celkovém počtu 539 kusů.

88/2018

• Rada obce schvaluje smlouvu o dílo s firmou AK plus Novostav, s.r.o., týkající se zakázky malého rozsahu „Přístřešek ve sportovním areálu obce Hrádek, druhá etapa“. V centrální části přístřešku bude umístěno otevřené kruhové ohniště s odtahem kouře nad střechu. K ohništi se ustaví zděné lavice z kamene kryté sedákem z lepeného dřeva. Přístřešek se vydláždí betonovou dlažbou, lemovanou zahradními obrubníky. Stánek pro prodej bude osazen přímo uvnitř přístřešku zámkovou dlaž-

bou. Konstrukce stěn stánku bude z hrázdného rámu, opláštěná vodorovnými pa-lubkami. Stánek bude disponovat podávacími okny, jedním směrem ven na hrací plochu a druhým dovnitř do přístřešku. Přibudou také nové sety na sezení a osvětlení celé „Wiaty“.

89/2018

• Rada obce schvaluje zhotovení stolního kalendáře na rok 2019 pro občany Hrádku. Občané, pokud vlastníte zdařilou fotografii, kterou by bylo vhodné do kalendáře umístit, prosíme o její zaslání na e-mail zpravodaj@obechradek.cz.

• Rada obce schvaluje nákup dvou nových počítačů namísto nevyhovujících pro účely knihovny a veřejného internetu.

Oznámení o době a místě konání voleb

Komunální volby se uskuteční

v pátek dne 5. 10. 2018

od 14:00 hodin do 22:00 hodin

a

v sobotu dne 6. 10. 2018

od 8:00 hodin do 14:00 hodin

Místem konání voleb ve volebním okrsku č. 1 je volební místnost: Zasedací místnost Obecního úřadu Hrádek, Hrádek 352, 739 97 Hrádek.

Volit může každý občan, který alespoň v druhý den voleb dosáhne věku 18 let. K volbám je nutné přijít s platným občanským průkazem nebo pasem. Na rozdíl od ostatních voleb v komunálních volbách nelze volit na voličský průkaz a občané tak musí hlasovat v místě svého bydliště. Omezení se dotkne především lidí pobývajících v cizině, nemocných nebo vězňů.

Každému voliči budou nejpozději v úterý 2. 10. 2018 dodány hlasovací lístky. Ve dnech voleb může volič obdržet hlasovací lístky i ve volební místnosti.

Volič může volit nejvýše tolik kandidátů, kolik členů zastupitelstva obce má být zvoleno. V Hrádku se volí 15 členů zastupitelstva. Může tak na hlasovacím lístku označit maximálně 15 jednotlivých kandidátů nebo označit jednu volební stranu. Možná je i kombinace označení jednotlivých kandidátů a strany. Hlas tak dostávají zaškrtnutí kandidáti a rovněž kandidáti vybrané strany tak, aby jejich součet odpovídal celkovému počtu volených zastupitelů.

Poděkování

Obec Hrádek v nedávné době obdržela darem dva kulečnické stoly včetně herního příslušenství. Konkrétně se jedná o dva různé typy – stůl poolový (s dírami) a stůl karambolový (bez děr). Za toto gesto patří velké poděkování manželům Žídkovým. Stoly jsou nyní umístěny v Centru volného času a věříme, že je ocení všichni občané, kteří je v rámci pronájmu CVČ a Oázy klidu budou moci využívat.

V současné době je z kapacitních důvodů v provozu pouze pool.

RB



Jak zlikvidovat olej a tuk po smažení?

S tuky a oleji po smažení by se mělo nakládat jako s odpadem. Občané je mohou nalévat do použitých plastových obalů (PET láhve atd.) a ukládat do určených separačních nádob. Tuto označenou nádobu najdete v naší obci vedle budovy OÚ.

Tuky a oleje do kanalizace nepatří!



Pronájem Oázy klidu

Rada Obce Hrádek na své schůzi, konané dne 14. 3. 2018, schválila ceník a pravidla pronájmu prostor na zahradě volnočasového centra – pergoly s posezením, krbem a kuchýnkou s platností od 1. 4. 2018. Poskytování pronájmu:

Zájemce o pronájem prostor ke konání soukromých akcí, kroužků, besed apod. kontaktuje telefonicky: 601 383 111, e-mailem: zpravodaj@obechradek.cz či osobně v kanceláři Centra správce (Věra Garbová na adrese Hrádek 115), a na základě písemné dohody s ním podepíše dohodu o pronájmu dle níže uvedeného ceníku schváleného Radou obce Hrádek.

Ceník:

ZDARMA

spolky, školy, církve a zájmové organizace z Hrádku/se sídlem v Hrádku
organizátoři besed/přednášek/kroužků/-promítání a jiné zájmové činnosti a akcí bez nároku na odměnu

ZÁKLADNÍ SAZBY

fixní poplatek za akci: 500 Kč, v této ceně je košík dřeva na podpal, možnost využití grilu a kulečnickového stolu

k fixnímu poplatku se vybírá vratná kauce ve výši 500 Kč

Svoz nebezpečného a velkoobjemového odpadu

V sobotu 1. 9. 2018 proběhne svoz nebezpečného a velkoobjemového odpadu. Využijte příležitosti a zbavte se v tento den přebytečného odpadu.

Fotoreportáž z návštěvy poroty Vesnice roku 2018

Zejména pro ty z vás, kteří jste neměli možnost být u toho, když porotci hodnotili naši obec během prezentační procházky a pro ty z vás, kteří neholdujete internetu, jsme připravili fotoreportáž z tohoto nevšedního a neopakovatelného dne.

Tradiční uvítání poroty chlebem a solí.

V modrém tričku předseda hodnotící komise, Alfons Pospěch, starosta obce Velké Hoštice, vítěz soutěže Vesnice roku v roce 2016.



Zastávka u větrného mlýna.

Zrenovovaný turbínový mlýnek je plně funkční. Obci ho darovala paní Szczotková. Hosté se mohli seznámit s obecním mlynářem. Chtěli jsme porotě ukázat, jak pečujeme o historické objekty.



Procházka parčíkem.

Parčík je naší chloubou, nemohli jsme tuto část naší prezentace vynechat. Jezírko s rozkvetlými lekníny a množstvím barevných rybiček udělalo na porotu dojem.





Oficiální uvítání na obecním úřadě.

Porota se představila, seznámila se s kronikami, základními dokumenty obce a hrádeckými novinami.



Drobné občerstvení.

K ochutnání byly připraveny místní speciality z dílny paní Rychtářkové a farmy pod Filipkou.



Prezentace o Hrádku.

Starosta během 15 minut vylíčil porotě, proč se Hrádek do soutěže přihlásil, představil genius loci a osobitý příběh naší obce. Motto: „Rozdělen zdmí, spojen srdci“ je jádrem tohoto příběhu.

Integrace nových občanů.

David Garba komisi nastínil, jak se jako přistěhovalec cítí ve svém novém domově.



Návštěva knihovny.

Porota se zajímala o nové knihy, zaujaly ji specifické žánry.



Dárky od klubu senirů.

Hrádečtí senioři pro porotu vyrobili kopyca. Jedna z obdarovaných řekla, že ji to připomíná teplé ponožky.





Zastávka u ordinace.

Pohled na Hrádek a jeho občany očima praktického lékaře, MUDr. Ingrid Santariusové.



Prohlídka obce.

Nenápadně spěcháme, máme mírné zpoždění. Bojíme se, že nestihneme vše, co jsme si naplánovali.



Dechovka Církve bratrské.

Hudebníci se stoletou tradicí zahráli u mostu přes Olzu píseň - Płyniesz Olzo po dolinie.

Setkání na mostě.

Nečekaně mnoho občanů se sešlo u pomníku obětí 2. sv. války. Spolu s dechovkou CB porotě zaspívali neoficiální hymnu našeho regionu.



Kabaret MY.

Občané spolu s porotou navštívili PZKO, kde kabaret MY bravurně zahrál velmi aktuální a vtipnou satirickou scénku.



Krátká zastávka v muzeu.

Pochlubili jsme se mnoha darovanými exponáty, které obci darovali občané. Komise upřela pozornost na unikátní model Hrádku, který velmi pracně a nezištně zhotovila skupina mladých lidí.





Na návštěvě u hasičů.

Hasiče, kteří letos slaví 110 let od svého založení jsme cestou k polské škole jenom pozdravili.



Vystoupení dětí polské školy.

Děti v krojích předvedly ukázkou svého vystoupení a tradičního stavění máje.



Na skok do české školy.

Porotce přivítala paní ředitelka a krátce školu představila.

Prezentace místních spolků.

Všechny hrádecké spolky udělaly pro veřejnost, která začala proudit na setkání do Oázy klidu, výstavu své spolkové činnosti.



Vystoupení dětí české školy.

Školní děti v krátkém programu čelily nenadálému výpadku elektřiny. V zahradě Centra volného času se shromáždilo několik stovek občanů. Komise se zdržela jen krátce. Nestačili jsme ji pohostit specialitami našich spolků.



Návštěva hřbitova.

Projeli jsme kolem sportovního areálu TJ Sokol. Ukázali jsme porotě velký přístřešek - Wiatu. Mířili jsme ke hřbitovu s cílem navštívit evangelický kostel. V kostele bylo připraveno uvítání s členy SCEAV. K tomu nakonec z časových důvodů nedošlo. Na hřbitově jsme pobýli pouze pár minut. Museli jsme ještě stihnout zvoničku.





Poslední zvonění.

Porota za znění zvonu zakončila putování u zvoničky Sv. Izidora a u Aleje dobra. Rozloučili se s nimi zastupitelé spolu s manželi Rychtárkovými. Pan Rychtárek dělal komisi průvodce během zrychleného přesunu hasičským autem od obce ke zvoničce. Dvě hodiny s porotou utekly jak voda.



Občerstvení a zábava.

O dobré pohoštění se postarali Klub seniorů, myslivci, PZKOvci, Sdružení rodičů a hasiči. Dětem se věnoval Klub maminek a zástupci církví.



Je po všem.

Starosta s dojetím děkuje lidem za velkou podporu akce a hojnou účast. Spadl mu kámen ze srdce.

Stále častější věta při diskuzích mezi Hrádečany zní: „Jedeme letos na vodu“, to je. Je vidět, že tento romantický a dobrodružný druh trávení volného času je docela nakažlivý. Rovněž zaměstnanci obecního úřadu se svými partnery se každoročně promění v trampy a takovýmto způsobem utužují

pracovní kolektiv. Letos se jede již pátý ročník.

Vodáckých part je v Hrádku již několik a zdá se, že každoročně nějaká další přibude. S cílem poskytnout inspiraci dalším, jsem požádal 4 zástupce vodáckých part z Hrádku, kteří si léto bez sjíždění řeky nedovedou

představit, zda by našim čtenářům trochu nepřiblížili svůj pohled na svět z paluby kánoe. Všem jsme položil tři otázky: a) jak ses stal vodákem; b) co je pro tebe na vodáctví tak přitažlivého; c) co pojedíš letos a proč? Zde jsou jejich odpovědi:

Petra Borská

Před pěti lety jsem byla s rodinou na dovolené na Šumavě. Jeden den jsme si kvůli dětem půjčili kánoe a zkusili plout po Vltavě. Manželovi se to natolik zalíbilo, že se rozhodl uspořádat pro pracovníky obce team building na vodě. Od té doby každoročně vyplouváme.

Na vodě člověk zapomene na každodenní starosti a naprosto vypne. Soustředí se na to, aby „přežil“, na nic jiného nemá čas. Celou partu, která se na vodu vypraví, prožítá dobrodružství natolik stmělí, že si připadají jako jedna rodina. Po loňských zkušenostech se Sázavou, kde bylo málo vody, letos budeme opět sjíždět Vltavu.



Vodáci tráví večery u táborového ohně.

Martin Byrtus

Před třemi léty naše parta poprvé vyrazila na Vltavu, bylo to v létě roku 2015. Myšlenku, splout řeku na kánoích nám vnuknul starosta obce, poté jak již tuto dobrodružnou akci absolvoval a byl z toho velice nadšený. Tak jsme si řekli, když on to zvládne, tak proč my ne.

A od té doby pravidelně pokořujeme naše řeky. Po Vltavě to byla v roce 2016 Sázava a po ní v roce 2017 řeka Otava. My máme zásadu „Nikdy nevstoupíš do stej-

né řeky“, tak se snažíme každý rok sjet vždy jinou vodu. Za tuto krátkou dobu se naše parta trochu obměnila, ale co je hlavní, stále přibývá nových zájemců.

Co je na vodáctví tak přitažlivého? Myslím si, že je to hlavně o vynikajících lidech, mezi kterými se člověk nenudí, vždy je sranda. Rovněž je to o určitém dobrodružství, nikdy nevíte, co nás na trase splouvání čeká, jak bude vypadat jez nebo jestli se podaří přeplout peřej bez cvaknutí. A samozřejmě v neposlední řadě o té

nezapomenutelné atmosféře při kempování, stany postavené kolem ohně, z kterého večer šlehají plameny a nad nimi se opékají buřty, klasický čundrácký život.

V letošním roce jsme se rozhodli pokorit jezy a peřeje řeky Ohře. Trochu máme obavy z množství vody v úseku Loket až Klášterec nad Ohří, kde budeme plout, ale snad nám to vyjde a nebudeme muset loď přenášet. Letošní akce se zúčastní patnáct již ostřílených vodáků, kteří se naskládají do šesti kánoí.



Parta Šturmuj na Sázavě

Lucie Maliková

K vodáctví jsme se dostali úplnou náhodou, a to přes známé, kteří už jsou zkušenými vodáky a sháněli partičku lidiček, kteří by se rádi přidali. První myšlenka, proč to zkusit byla něco nového. Teď vím, že to nebylo určitě naposled a časem bych k tomuto chtěla přivést i děti.

O vodácích se říká, že jsou jedna velká rodina, s čímž musím souhlasit. Když vyjedete na takovou dovolenou potkáte spoustu super lidiček, kteří takto tráví svůj volný čas. Pohodová atmosféra, plno smíchu, zpěvu nikdo se nikam nehoní jen Vás řeka nese krajinou. Večer se sejdete u táboráku nebo v místní hospůdce, kde v

tomto duchu pokračujete dál...

Letos jedeme druhý ročník a vracíme se na Vltavu, nejsem zkušeným vodákem, ale četla jsem, že Vltava v úseku Vyšší Brod – Boršov je vhodná pro začátečníky, a za začátečníky se většina naší vodácké party považuje, takže se opět vrátíme tam.



Malikovci a kol. dobývají Vltavu

Roman Heczko

Na konci školního roku se na vodu vydala skupinka 16 rodičů dětí z hradecké ZŠ a MŠ. Všechno zorganizovali Andrea a Radek Brozdovi, kteří jako jediní z nás všech už měli zkušenosti s vodáctvím. Za svůj cíl jsme si zvolili řeku Sázavu.

Ještě před odjezdem jsme tušili, že si

cestu pořádně užijeme a bude sranda, skutečnost ale předčila očekávání. Navíc všechno v prostředí nádherné přírody. Objevili jsme, že krajina z řeky vypadá jinak než ze břehu – trochu tajemně. A to je kombinace, která zřejmě funguje a přitahuje vodáky, parta skvělých lidí, kouzelná krajina a trochu adrenalinu.

Rozhodně doporučuji každému, kdo je ochotný překonat trochu nepohodlí, nevádí mu rum a chce zažít něco nového. Je to skvělý způsob, jak provést duševní restart, proto už plánujeme další vodu a těšíme se na příští zážitky.



Spolek rodičů poprvé na vodě

Zájezd pro seniory

Vážení senioři, Obec Hrádek si Vás do-
voluje pozvat na již tradičně konaný
zájezd, který se uskuteční v úterý 4. 9.
2018. Autobus bude odjíždět v 5:45 od re-
staurace U Burého. Společně navštívíme

několik atraktivních míst ve Zlínském kra-
ji. Těšit se můžete například na exkurzi
Moravské sklárny Květná, návštěvu pro-
skleného tunelu pod hladinou rybníka ne-
bo komentovanou prohlídku tradičního
poutního místa Velehradu. Budete mít ta-
ké příležitost navštívit Centrum slovác-

kých tradic. Zájemce prosíme o registraci
na Obecním úřadě.

Vzhledem k omezené kapacitě zájez-
du a velkému zájmu nebude hromadná
registrace akceptována. Děkujeme za po-
chopení.

RB

Obec Hrádek pořádá jednodenní

ZÁJEZD PRO SENIORY

V úterý 4. 9. 2018, odjezd v 5:45 od restaurace "U Burého"



MORAVSKÁ SKLÁRNA KVĚTNÁ

(SOUČÁST SKUPINY CRYSTALITE BOHEMIA)

- exkurze do výroby a možnost nákupu v podnikové prodejně



ŽIVÁ VODA MODRÁ

- návštěva proskleného tunelu v hloubce 3,5m pod hladinou rybníka





VELEHRAD

- komentovaná prohlídka baziliky sv. Cyrila a Metoděje



CENTRUM SLOVÁCKÝCH TRADIC

- možnost návštěvy



CENA:
150,-/OS.

CENA ZAHHRNUJE OBĚD, VŠECHNY VSTUPY A DOPRAVU.
PROSÍME ZÁJEMCE O REGISTRACI NA OÚ.

Píšete nám do redakce

Chtěla bych připojit několik slov s poděkováním a moc pochválit a složit velký obdiv tomu, nebo těm, kteří dali publikovat do Hrádeckých novin "Slovník ponaszymu".

Jak jste psali v novinách, některá slova byla převzata ze slovníku skupiny Blaf. Také spoluobčané posílali možná už i někdy zapomenuté výrazy. Bylo úžasným nápadem, takhle abecedně slova seřadit a vydat v našich novinách. Už i my ročníkově starší jsme na některá z nich buď úplně zapomněli, nebo je ani neznali. Při jakémkoliv příležitosti si ve slovníku čteme a neuvěřitelně se u toho všichni bavíme. Manžel si to teď s posledním písmenkem "Z" bude skenovat. Jelikož pracuje v Praze, bude slovník předčítat svým spolupracovníkům, aby věděli, jak správně mluvit, bo ci pepícy nic nievjum. Ještě jednou srdečné díky za tento vydaný slovník ponaszymu, ze kterého nejenže máme velkou radost, ale chápeme jej i jako dědictví našich předků, na něž bychom neměli zapomenout, ba naše nářečí používat a tímto je předávat další generaci.

Velký obdiv a poděkování všem, kteří se na slovníku podíleli. Hrádecké noviny samy o sobě jsou úžasně zpracované - barevné, velké, plné zajímavostí a inspirací. Obrovské díky autorům v čele s obecním úřadem. I kdejaké město by nám mohlo tyto noviny závidět, a co teprve okolní obce.

*S pozdravem a přáním všech
krásných letních dnů,
Lenka Szczuková*

Mladá a spokojená rodinka z Oldřichovic posílá srdečné pozdravy čtenářům Hrádeckých novin a děkuje za podporu všem, kteří na nás mysleli :).

Martina + Danek + Áron Škanderovi



„Gróniorze“ stavěli májku

Konec dubna se už plíží,
První máj se kvalitě blíží.

„Gróniorze“ se sešli,
aby májku zase vznesli.
Žádná schůze, žádný hlas,
všichni přišli právě včas.

Vítr foukal jak o závod,
ženám sukně nadzvedával.

Na koukání nebyl čas!
„Gróniorze“ jsou zdatní muži,
jejich ženy jakbysmet.

Jak spojili svoje síly,
májka k nebi vzlétla hned.

Dobře jsme ji zalévali,
aby došla ve své kráse.

A jak nastal její konec,
veselí tu bylo zase.

Všechno bylo podle normy,
noční klid jsme nerušili.
Ve tři ráno jsme šli spát.

Karel Pilch



— Vítání občánků 2018 —

Uprostřed května, za krásného jarního počasí měla Obec čest přivítat své nově narozené občánky. Na obvyklou, komorně laděnou slavnost zavítalo celkem 24 hrádeckých rodin. Většina přítomných rodičů měla před nedávnem příležitost seznámit se při podobně laděné akci, jejímž cílem bylo zasadit své ratolesti strom. Vítání občánků bylo díky tomu příjemné setkání „starých známých“. Děti našich škol nejmenším občánkům zazpívaly, starosta přednesl slavnostní projev, rodiče se po-

depsali do obecní kroniky. Jako vzpomínku na zdařilou akci tradičně zveřejňujeme na stránkách našeho časopisu fotografie účastníků letošního vítání občánků.

Je velmi přínosné, když se naše obec rozrůstá, mladé rodiny mají chuť v Hrádku bydlet a vychovávat své děti. Přispívá k tomu dostupnost do zaměstnání, hezké přírodní prostředí a pocit bezpečí. Dokonce již několik let po sobě průměrný věk oby-

vatel Hrádku neroste. Což je v dnešní době spíše výjimkou. Venkovský, komunitní způsob života je osvědčenou alternativou zdravého vývoje naší hrádecké pospolitosti. Vnímáme tuto skutečnost doslova na každém kroku. Naplňuje nás to optimismem při pohledu do budoucnosti.

Robert Borski

Přejeme všem mladým rodinám, aby věnovaly svým dětem dostatek lásky a pozornosti. Aby jim toto úsilí přinášelo radost a uspokojení. Vždyť funkční rodina není jenom základem státu, ale také nenahraditelným pilířem každé obce.



Tea Grygová



Ondřej Sikora



Jolana Padychová



Tína Bartoszová



David Baselides



David Cieslar



Tomáš Czudek



Tobiáš Szlaur



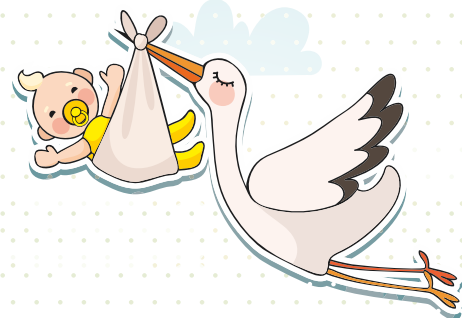
Tobiáš Fišer



Patrik Górecki



Vojtěch Hojčů



Elena Laceková



Michaela Mlynková



Adam Kawulok



Václav Martynek



Anita Sikorová



Lucie Suszková



Kamila Sikorová



Viktorie Wiselková



Adam Sklenář



Daniel Sztula



Adrian Ćmiel



Alexandr Chwastek

Slavnosti Belka jsou za dveřmi

Milí občané, srdečně Vás zveme dne 18. 8. 2018 na již osmý ročník tradičních slavností na řece. Zábavu odstartuje Veselá Trojka Pavla Kršky, kulturní sestava muzi-

kantů, kterou můžete vidět a slyšet na Šlágr TV. Dále se můžete těšit na Petra Kotvalda nebo Bartnický band. Vystoupí také Voxel, český folk-popový zpěvák a písničkář. Závěr večerního programu bude patřit diskotéce s DJem Mlynkem. O občerstvení se postarají hrádecké spolky.

15:00-16:30	Veselá trojka Pavla Kršky
17:00-18:00	Petr Kotvald
18:45-19:45	Bartnický Band
20:20-21:20	Voxel
21:20-02:00	DJ Mlynek - diskotéka

Bohaté občerstvení zajišťují hrádecké spolky.

Kalendář akcí

---SRPEN---

Každé srpnové úterý od 9:00

Prázdninové promítání pohádek

Hrádecké Centrum volného času

18. 8. 2018 od 15:00

Slavnosti Belka

Areál v Belku

19. 8. 2018 od 10:00

Modlitba za Hrádek

V rámci bohoslužeb obou církví

19. 8. 2018 od 20:30

Letní kino II. – Film Coco

Zahrada Centra volného času

25. 8. 2018 od 20:00

Noční hasičská soutěž spolků

Areál TJ SOKOL Hrádek

29. 8. 2018 od 16:00

24. zasedání zastupitelstva

Zasedací místnost obecního úřadu

30. 8. 2018 od 16:00

Rychlokurz masáží miminek

Hrádecké Centrum volného času

---ZÁŘÍ---

1. 9. 2018 od 8:00

Svoz velkoobjemového odpadu

4. 9. 2018 od 5:45

Zájezd pro seniory

(nutná registrace)

5. 9. 2018 od 16:30

1. lekce cvičení SM-Systém

(nutná registrace)

Hrádecké Centrum volného času

6. 9. 2018 od 13:15

Zahájení tanečního kroužku pro děti

(nutná registrace)

Hrádecké Centrum volného času

18. 9. 2018 od 15:30

1. lekce kurzu Angličtina pro dospělé

(nutná registrace)

Centrum volného času

22. 9. 2018 od 14:00

Spartakiáda spolků

Areál TJ SOKOL Hrádek

28. 9. 2018 od 16:00

Bilanční beseda s občany

Centrum volného času

---ŘÍJEN---

1. 10. 2018 od 15:30

Beseda

„Emoce do inteligence I.“

Hrádecké Centrum volného času

2. 10. 2018 od 16:00

Setkání s novými občany

Zasedací místnost obecního úřadu

5. - 6. 10. 2018

Komunální volby

Zasedací místnost obecního úřadu

1. den voleb

od 14:00 – 22:00

2. den voleb

od 8:00 – 14:00

18. 10. 2018 od 12:00

Beseda „Šikana“

Hrádecké Centrum volného času

26. 10. 2018 od 17:00

Lampionový průvod

Areál TJ SOKOL Hrádek

30. 10. 2018 od 16:00

Setkání s jubilanty

Zasedací místnost obecního úřadu

Novinky z ambulance praktického lékaře

Moji milí pacienti, je to již nějakou dobu, co jsem psala o novinkách v ambulanci. Opět mám pár informací a postřehů, možná i námětů, které bych s Vámi chtěla probrat.

Úvodem bych chtěla projevit vděčnost všem pacientům, kteří se nově registrovali a samozřejmě i stávajícím za projevenou důvěru, kterou se budu snažit nezklamat.

Počet přístrojů v ambulanci už nám neroste takovou rychlostí jako v úvodu, nicméně se snažíme stále poskytovat nejlepší péči, jaké jsme schopni, protože naši prioritou jste Vy.

Stále funguje s velmi dobrou zpětnou vazbou infuzní stacionář a injekční léčba, obojí spíše v managementu sestřičky.

Nově jsme si pořídili pulsní oxymetr, který nám umožňuje kontrolovat, jak moc je organismus okysličený a jak rychlou máte srdeční akci. A protože je přístroj malý, vozíme ho s sebou i na návštěvy k pacientům.

Nadále pokračujeme v návštěvní službě, kdy si v pravidelných intervalech kontrolujeme hůře mobilní nebo imobilní pacienty.

Novinkou je venkovní čekárna, která je prací zaměstnanců obce - moc za ni děkujeme a užíváme si jedinečné možnosti, kdy naši pacienti mohou v horkých letních dnech čekat na ošetření v ambulanci na

čerstvém vzduchu ve stínu slunečníku. Nicméně i tak se snažíme čekatí doby, jak na ošetření, tak na vyřízení administrativních úkonů, co nejvíce zkrátit - tak aby čekání bylo co nejkratší.

Ráda bych Vás ještě upozornila na dny, kdy nebudeme ordinovat. O letních prázdninách ve dnech 20. srpna až 2. září. Dále dne 21. září, kdy se zúčastním Kongresu české internistické společnosti (většinu vzdělávacích akcí a kongresů se snažíme plánovat na pátky, kdy neordinujeme, ale přicházejí některé hodně důležité, které jsou v jiných dnech. I přesto se snažíme počet dní, kdy se školíme a jsme mimo ambulanci minimalizovat).

V ostatních dnech jsme pro vás vždy dostupní v ordinační době, kterou zopakují:

Pondělí	12:00 – 20:00	(ambulance)
Úterý	6:00 – 8:00 8:00 – 12:00	(odběry) (ambulance)
Středa	9:00 – 17:00	(ambulance)
Čtvrtek	6:00 – 8:00 8:00 – 14:00	(odběry) (ambulance)

Závěrem bych Vám ráda poděkovala za

důvěru. A protože Vám chceme poskytovat co nejvyšší službu, ráda bych Vás požádala o zpětnou vazbu. Co děláme špatně a mohli bychom dělat lépe? Je některá ze služeb, kterou nemáme zavedenou a uvítali byste ji? Je něco jiného, co Vám v ambulanci chybí? Je něco, s čím jste nespokojeni? Je naopak něco, co zavedeno máme a chtěli byste to ještě více rozvíjet?

Vaše názory jsou pro nás velmi důležité - máte možnost pomoci nám vybudovat ambulanci šitou Vám na míru - a vyjádřit se cestou e-mailu info@santaclinic.cz nebo vložit náměty či vzkazy do schránky, která bude nově umístěna v čekárně ambulance.

Děkuji.
Ingrid Santariusová



Prostory ordinace



Pulsní oxymetr



Venkovní čekárna



Péče o nemocného v domácím prostředí

Ocitli jste se v situaci, kdy se chcete postarat o svého blízkého?
Potřebujete poradit, získat nové informace?

Chcete si vyzkoušet polohování, posazování, přemístění člověka z lůžka na židli, křeslo...?

Potřebujete vědět, jaké pomůcky budete potřebovat a jak je správně použít?

Chcete si vyzkoušet, jak ošetřovat nepohyblivého člověka, jak provést hygienickou péči, aniž byste si vy sami způsobili problémy s bolestmi páteře?



Nemocnice Třinec, p. o., ve spolupráci s nadačním fondem "Zůstaneme doma"

Vám nabízí pomoc při zvládnutí počáteční nejistoty v péči o Vašeho blízkého.

V Nemocnici Třinec, p. o., přímo na oddělení sociálních lůžek si budete moci vyzkoušet, jak pečovat o člověka s omezeným pohybem v domácím prostředí, poradíme Vám, jaké pomůcky Vám v péči pomohou.

Budeme Vám k dispozici dne 15. června, 5. října a 23. listopadu 2018
v době od 16:00 do 18:00 hodin na oddělení sociálních lůžek Nemocnice Třinec, p.o.

Není terén jako terén...

Když se řekne terén, většina z nás myslí na cestu nebo přírodu kolem nás. V sociálních službách je to ale jinak. Pro nás je terén zpravidla domácnost toho, komu pomáháme. TABITA Jablunkov Slezské diakonie provozujeme 2 terénní sociální služby, tj. osobní asistenci a odlehčovací služby. Obě jsou určeny osobám se zdravotním postižením a chronickým onemocněním od 18 let věku a seniorům s omezenou soběstačností. Pomáháme s přesuny, ori-

entací ve vnitřním i vnějším prostoru, při podávání jídla a pití, s domácími pracemi, nákupy, procházkami, doprovázíme a aktivizujeme. V rámci odlehčovacích služeb jsme k dispozici pečujícím, abychom jim pomohli nést těžké břemeno péče. Oslovují nás, když si například potřebují odpočinout po určitou část dne, vyřídít si různé záležitosti či řešit vlastní zdravotní stav.

Paní Nováková potřebovala intenzivní odpočinek. Vysnila si, že pojede k Baltu. Jenže doma se nepřetržitě starala o svého manžela. Našli jsme spolu řešení. V noci, ráno a odpoledne se střídaly naše asistentky v péči o manžela doma. Většinu část dne

však trávil v denním stacionáři, kam jej doprovodily a domů znovu přivedly pracovnice naší služby. Pán Novák nebyl ani chvíličku sám. A paní Nováková? Její dovolená se nadmíru vydařila a ona načerpala dostatek sil do dalšího pečování. (skutečný příběh)

*Slezská diakonie TABITA Jablunkov, osobní asistence, odlehčovací služby
Dukelská 108, 739 91 Jablunkov
tel. 731 625 187, www.slezskadiakonie.cz*

Hledání kojenecké vody

V naší obci můžeme najít několik známých či méně známých lesních prameništ. Obec nechala udělat biologický a chemický rozbor vody pěti z nich. Dle výsledků je nejkvalitnější voda ve studánce obklopené bukovými lesy nedaleko samoty Na Machočonce. Tento pramínek byl zveleben pracovníky technického úseku obce. Byla zhotovena úhledná budka a upravena přístupová cestička.

Úpravy dalších studánek budou pokračovat. Pokud víte o jiných pramíncích na území Hrádku, kde lidé chodívají na vodu, dejte vědět. Prověříme vodu a postavíme přístřešek – podobný jako na obrázku.

RB



Pasování předškoláčků

*Každá školka má svůj konec,
jako měla začátek.
A co skončí, to už nikdy
nejde vrátit nazpátek.
Ahoj, školko!
Na shledanou!
Nazdar! Těpic! Adié!*

...je to pravda? Heeepcííí...

S těmito předškoláčky jsme se slavnostně rozloučili v úterý 26.6. v CVČ, kde kromě šerpování a ocenění došlo k důležitému momentu, kdy děti před svými rodiči složily slib předškoláka.

*Slibujeme na psí uši
a kočičí svědomí,
že budeme hodní žáci,
nikdy žádní poškoláci.
Učit se pilně budeme,
protože pětky nechceme.*

Vážení rodiče, děkujeme vám za spolupráci, vstřícnost a náklonnost během docházky vašich dětí. Přejeme vám i vašim dětem pevné zdraví a mnoho úspěchů do dalších let.

Julie Mitrengová



Putování indiánskou stezkou

V pátek 22.6.2018 vyrazily děti spolu s rodiči za indiánským dobrodružstvím do Mostů u Jablunkova. První zastávka byla

u hotelu Grůň, kde si všichni (i paní učitelky) užily jízdu na bobové dráze. Potom se děti proměnily v indiány a vydaly se po indiánské stezce plnit úkoly: vyrobit čelenku, ulovit bizona, projít po laně nad řekou, zdolat vlčí stezku, najít talisman pro šamana a vyrobit koníka. V cíli na Studeničném byl pro

děti ukrytý indiánský poklad. Po náročném výšlapu si všichni indiáni (malí i velcí) vychutnali opékání párků...

„...Sláva, nazdar výletu, nezmokli jsme...“

Spolku rodičů děkujeme za úhradu bobové dráhy.

Lada Bojková



Týden cestování se sovičkou KIROU

Začalo to v pondělí, kdy jsme s dětmi vyrazili poznávat Jablunkov.



1

Nejatraktivnější, hlavně pro kluky, byla stanice městské policie, kde nás seznámili s jejich prací, kamerovým systémem, policejním autem, zbraněmi a....



2

Poté jsme navštívili zvířecí farmu a pozorovali klokany, kozy, daňky....



3

V úterý jsme putovali naším Hrádkem až do Girova, kde na nás již čekali manželé Haltofovi, kteří pro nás připravili hostinu v podobě vaječiny, bábovky, melounu, minerálek... Za což jim moc děkujeme, bylo fajn. Děti na naučných tabulích poznávaly stromy, rostliny, ptáky, zvířata..., zahrály si stolní hry...



4

Ve středu jsme cestovali do Třince, kde na nás již čekal pan Pezda, který nás provedl sběrným dvorem NEHLSN. Dětem přátelným způsobem vysvětlil celý postup recyklace plastů a papíru, ukázal práci jednotlivých strojů a dotřídovací linku. Děkujeme za ochotu a spolupráci.



5

Ve čtvrtek jsme se opět vydali do Třince do Městské knihovny, kde s pomocí pohádky děti procestovaly celý svět.



6

A pak hurá do WERK ARENY, kde měly děti možnost nakouknout i do zákulisí a to jen tak někdo nevidí.



7

A skončilo to v pátek, kdy jsme navštívili Muzeální léto. Děti zhlédly zbojnickou divadelní pohádku, vyřádily se na skákacím hradu, vyzkoušely si práci hasičů, zatančily si s balónkovými klauny a prohlédly si stálou expozici v Muzeu TŽ.



8

Celou dobu si děti vedly cestovatelský deník, kde sbíraly razítka, nálepky a kreslily zážitky.

Za MŠ Julie Mitrengová

Školní výlet

Sláva, nazdar výletu,
nezmokli jsme,
už jsme tu.
Vlakem jsme se projeli,
do Havířova dojeli.

První, druhá, třetí třída
pět párů očí je hlídá.
Levá, pravá, přední, zadní,
pozor, jenom neupadni.

Řízků i sladkostí si neseme dost,
kdyby nás přepadl hladový host.

Farma byla úžasná,
zvířátka zas překrásná,
farmářky nám oběd daly,
o zábavu se postaraly.

Pěkně jsme se rozloučili
a vlakem se přemístili.
Nákupů není nikdy dost,
tak máme něco pro radost.

*p. uč. Balogová,
Michalská, Macurová*



Výlet za poznáním

Naši nejstarší žáci navštívili město Olomouc a Pevnost poznání s expozicemi Rozum v hrsti, Věda v pevnosti, Živá voda, Světlo a tma. Vše jsme si vyzkoušeli, prozkoumali. Nevynechali jsme ani Sloup Nejsvětější Trojice a Orloj. A hlavně jsme si užili cestu vlakem.

Šárka Honusová



– Pátáci se loučí –

Pět let uteklo jako voda,
přichází loučení – to je škody,
raději bychom tu zůstali a nešli
dál, teď jde každý sám.

Však hlavu vzhůru, žádný stres,
vrátíme se stejní jako dnes,
zapamatujte si naše heslo:
„když nemůžeš, tak přidej,
školu dobře hlídej...“

Uffff....

je tu jedno navždy loučení:

„Paťáci se loučí-
děkujeme všem-
něco začíná a něco končí...“

Tereza Stonavská

**Děkujeme všem,
máme vás rádi...
Přejeme krásné slunečné
a pohodové léto...
Vaši pátáci a uč. Alča**



Fotbalový turnaj

Jako každoročně se i letos konal fotbalový turnaj. Zajímavostí byl zejména rekordní počet družstev, který se podařilo v úterý 26. 6. 2018 sestavit. Byly to čtyři družstva chlapců a čtyři družstva děvčat.

Vítězem se stalo družstvo chlapců BLBOUNI – Benjamin Juhaščík, Petr Cymorek, Jakub Heczko, Štěpán Ježowicz, Alex Tepelánský, Rudolf Kantor. Vítězem z družstva děvčat se stal KAUF LAND – Anetka Fizková, Dominik Klus, Jan Szotkowski, Eva Adamková, Natálka Stonavská,

Kateřina Turková, Michaela Szczuková



Rád bych zde udělal malé ohlédnutí za uplynulým školním rokem, ve kterém proběhnul první, zkušební ročník chovatelsko-biologického kroužku.

Paní ředitelka Honusová byla nápadu otevřená a poskytla nám místnost dílniček pro schůzky mladých chovatelů, kde jsme zároveň umístili i několik akvárií a terárií. Zájem ze strany dětí předčil mé očekávání, takže se celkový počet postupně vyšplhal nad 20 zájemců.

Na podzim jsme začali se seznamováním základů chovu nejběžnějších domácích mazlíčků, jako např. psů, koček, křečků, potkanů, papoušků, rybiček, gekonů a gekončků, agam a jiných ještěřů, hadů, želv, hmyzu, atd.

Zároveň jsme si povídali o naší fauně a floře, zabrousili i do ekologie a nebezpečí spojených s plastem...

První živé osazenstvo akvária byly jak jinak než rybičky. Dále nám přibýly larvy afrických zlatohlávků, které se nám po několika měsících přeměnily na krásné zelené brouky. Jejich vývoj mohly děti pozorovat díky tomu, že se několik larviček zakuklilo a přilepilo na stěnu terária, kde jsme mohli vidět každý týden postupnou přeměnu.

Následovali afričtí šneci rodu *Achatina*, kteří dorůstají větších rozměrů a mají rádi kontakt.

Zřejmě největší radost měly děti z dalšího přírůstku, křečka syrského (zlatého). A posledními příchozími byly ještěrky perlové.

Rozšíření naší kolekce znamenalo pro děti i nové povinnosti v podobě pravidelného čištění terárií a akvárií, a samozřejmě i krmení a výměny vody. O dobrovolníky na tyto povinnosti však nouze nebyla, právě naopak, často jsme dělali skupinky, které měly dané terárium na starosti po celý týden.

V zimním období jsme pod vedením paní Moniky Cieslarové vyzdobili naši učebnu veselými obrázky zvířátek, dále jsme si udělali šiškovou krmítka a dosypávali krmení do stávajících krmítek v obou školních zahradách.

Na závěr školního roku jsme si prošli pár testů a hádanek týkajících se naší přírody, poznáváním z různých atlasů a knih, a taky i venku v zahradě.

V budoucím školním roce budeme zřejmě pokračovat, protože někteří žáci si již rezervovali místo v kroužku i na další školní rok :-). Rád bych také rozšířil sbírku zvířátek, případně pořídil i mikroskop a navázal spolupráci i s jinými biologickými

kroužky v okolí. Bude-li mít některý z rodičů zájem, uvítám pomoc s vedením kroužku i nápady ke zlepšení či zpestření výuky.

Těšíme se na další školní rok!!! :-)

René Sekerka



Konec školního roku

Tradičně radovánkový, výletní, vítací i loučící se. **Děkujeme všem za spolupráci a přejeme příjemnou dovolenou!**

Těšíme se zase v září!

Kolektiv ZŠ a MŠ Hrádek 144





Wizyta w 112

Prawdziwym przeżyciem dla przedszkolaków i uczniów szkoły okazało się środowe dopołudnie spędzone z najnowocześniejszą techniką, którą dysponuje Komplexsowy System Ratownictwa w Trzyńcu – 112. Wozy strażackie, ekipy strażaka, zaplecze jednostki, wyposażenie do działania nocnego oraz prawdziwy wyjazd na wezwanie do Bystrzycy, to

tylko mała część spotkania z ludźmi chroniącymi człowieka przed żywiołami. Czarny wóz policyjny rozwijający szybkość 240 km na godzinę, najnowocześniejsze urządzenia radarowe, migające niebieskie światła i przeraźliwie brzmiące sygnały podniecały przede wszystkim chłopców. Pod koniec ekskursji w 112 mali przyszli strażacy i policjanci (od środy prawie wszyscy chcą nimi być) mieli możliwość poznać pracę techników rozkrywających działalność

kryminalną. Obejrzenie celi więziennych i zrobienie własnych odcisków palców zakończyło dwugodzinową edukacyjną wędrowkę po trzyńskim kompleksie. „Zbliżają się wakacje, jak podczas nich powinniście się zachowywać?” – zapytali uczestników policjanci Tomáš Dudys i Honza Jančík – organizatorzy wizyty. „Będziemy na siebie uważać” – odpowiedziały chórem dzieci.

Kazimierz Cieślak



Tegoroczna wycieczka przedszkolaczków - Kozia Zagroda Brenna

W tym roku nasze dzieci i ich rodzice wybrali się na tradycyjną wycieczkę do Brennej w Polsce. Najpierw z dziećmi zwiedziliśmy park zabaw, następnie końskim powozem pojechaliśmy obejrzeć zakątki Brennej i ostatecznie doprowadzili nas prosto do Koziej Zagrody. Tam dla dzieci były przygotowane wspaniałe warsztaty, gdzie sobie mogły zrobić same serek- oscypki i medailonki z ciasta. Podczas całej imprezki opowiadano dzieciom historyjkę i przygody góralskie. Razem opiekaliśmy parówki nad ogniskiem, a przed pożegnaniem nakarmiliśmy kózki. Wspaniała atmosfera i sprzyjająca pogoda nam dopisała na fantastyczną tegoroczną wycieczkę.

Za całą organizację podróży bardzo dziękujemy mamusi p. Magdzie Ćmiel.

Klára Šwierčková



Kadra sportowców XXXVI ILA w Trzyńcu



Moje przy szkole

Bardzo udaną imprezą w ostatnim dniu kwietnia okazało się postawienie moja przy polskiej szkole. Mali przedszkolacy i uczniowie szkoły przedstawili widowisko, które licznie zgromadzonym widzom przypomniało dawne tradycje tego cie-

kawego fenomenu. Co prawda kilkunastometrowe drewniane żerdzie pojawiają się w różnych miejscach Śląska Cieszyńskiego, lecz raczej nikt nie trudzi się z programem, który powinien być podstawą tego wydarzenia. Dawne zabawy dzieci, doskonały wybór pieśni, żartobliwe dialogi pomiędzy chłopcami i dziewczynami, porwijące tańce, a przede wszystkim cu-

downe stroje góralskie zrobili na publiczności niezapomniane wrażenia. Podnieść i posadzić do ziemi wielkiego moja przy wietrze, to nie lada wyczyn. Przekonali się o tym mali chłopcy i ich ojcowie, którzy obok postawili drugiego moja. Spotkanie dziatwy szkolnej, rodziców, dziadków i znajomych zostało zakończone późnym popołudniem.

Kazimierz Cieślak



Na wakacje

Na wakacje, na wakacje”, . . . śpiewali uczniowie 29.6.2018 podczas uroczystego zakończenia roku szkolnego i podejmowania świadectw. Rok szkolny 2017 – 2018 za nami. A jaki był? Na pewno bardzo udany, ponieważ prócz nauki udało nam się zrealizować wiele przedsięwzięć i imprez pozaszkolnych.

W ocenianym roku w naszej placówce kształciło się 29 uczniów oraz 26 przedszkolaków. O ich wyniki dbało 4 pedagogów szkolnych, 2 panie przedszkolanki, 1 wychowawczyni świetlicy i 1 szkolny asystent, który w ramach środków finansowych projektu unijnego „Szablony” pomagał uczniom potrzebującym oraz najmniejszym dwuletnim przedszkolakom.

Jednym z najważniejszych wskaźników procesu edukacyjno – wychowawczego jest dotrzymywanie bezpieczeństwa. Tu z dużą ulgą stwierdzamy, iż nie musieliśmy żadnym instytucjom państwowym zgłaszać poważniejszego wypadku, który spowodowałby absencję w szkole czy przedszkolu.

Proces edukacyjny przebiegał według

uchwalonej przez Radę Szkoły jedenastej wersji Szkolnego programu edukacyjnego Słoneczna szkoła. Według niego w dwunastu różnych przedmiotach i 4 lekcjach dodatkowych, w pięciu rocznikach, tygodniowo oduczyliśmy 118 godzin.

Dodatkowo wiele czasu poświęcaliśmy nauce indywidualnej oraz douczaniu uczniów, którzy w ramach współpracy z fachowymi poradniami pedagogiczno – psychologicznymi powinni być otoczeni specjalną opieką. Końcowe wyniki w nauce na razie nadal oceniamy stopniami od 1 - 5 a w ostatnim dniu czerwca br. świadectwa z samymi celującymi otrzymało 17 uczniów. Dla nas pedagogów jednak najważniejszym wskaźnikiem poziomu wiedzy uczniów (zwłaszcza absolwentów) jest ich aklimatyzacja, powodzenie i postępy w szkołach zbiorczych w Bystrzycy i Jabłonkowie.

W ramach zajęć pozaszkolnych w godzinach popołudniowych działały w naszej szkole: klub czytelniczy, klub gier logicznych, kółko języka angielskiego i kółko logopedyczne. Zwłaszcza to ostatnie okazało się najbardziej potrzebne, ponieważ coraz więcej dzieci przychodzi do szkoły z poważną wadą wymowy. Ciekawostką tego roku była nauka języka

migowego, którego podstawy uczniowie opanowali w ramach zajęć świetlicy szkolnej. Niesamowicie przejmujące były ich występy na różnych gródeckich imprezach, gdy niejednemu widzowi mocno kręciły się łzy w oczach.

Podczas uroczystego zakończenia roku szkolnego uczniowie dziękowali pedagogom nie tylko za szkolną atmosferę, opiekę i zdobytą wiedzę. Niezapomniane, mocne wrażenie pozostawiły w nich również wycieczki, ekskursje, Festyn Ogrodowy czy Majówka. Do bardzo udanych przedsięwzięć należał również Jarmark Bożonarodzeniowy, gdzie zwiedzający z wielkim uznaniem podziwiali świąteczne gadżety wyprodukowane przez drobne rączki sześćo-dziesięciolatków.

Nasi uczniowie często prezentowali swoje zdolności recytatorsko – śpiewacze na różnych imprezach w gminie i poza nią, a największym sukcesem bodajże było uzyskanie tytułu „Najlepsza Małoklasówka Śląska Cieszyńskiego” zdobytego na XXXVI Igrzyskach Lekkoatletycznych w Trzyńcu. Miłych, słonecznych i bezpiecznych wakacji!

Kazimierz Cieślak

Víkendový pobyt dětí v Gutech 27.- 29. 4. Karlík a továrna na čokoládu

Sladká vůně se linula z budovy PZKO snad kolem celého vrchu Javorový. Protože tento víkend byl pro hrádecké děti čokoládový.

Na uvítanou se všichni sesedli ke stolu, kde každý dostal voňavý šálek horké čokolády s bohatou šlehačkovou čepicí sypanou grankem a k tomu na talířku se naparoval donut s mléčnočokoládovou polevou a ozdobným drobením z čokolády bílé. V průběhu pobytu nechyběla čokoládová buchta a vánočka s nutelou a kakaem i nanuk s bohatou čokoládovou krustou. Ještě že kuchařky nedokázaly uvařit čokoládovou polévku, ale spoň tak se objevila jiná vůně – výrazná vůně česnekačky a dobrého vývaru s petrželkou.

A odměna za soutěže? Co jinak by děti dostaly než dobrou čokoládu!

Když se při rozloučení dětem rozdaly krabičky čokoládových kočičích jazýčků, mnozí se dušovali, že je darují mamince či sourozenci, protože čokoládu už nechtějí ani vidět, ale kdo ví...

Čokolády bylo v gutském PZKO tolik, jak v továrně slavného Willyho Wonky. Chlapec Karlík nám byl příkladnou postavou při společném přemýšlení o chudobě a bohatství, úctě k rodičům a prarodičům a významu rodiny.

Byl teprve duben, ale víkend nám nabídl tři dny nezvykle krás-

né, slunečné a teplé. Sobotní ráno jsme vyrazili na velkou poznávací procházku krajinou malebné vesničky Guty. Děti procházely mezi stanovišti pomocí mapy se značenou stezkou, někdy pomohly i fáborky. Seznámily se s historií Gutů a významných míst, které zde jsou. Zážitkem bylo vidět spáleniště dřevěného kostelíku, o kterém se loni mluvilo a psalo, a dodnes je ve zprávách občas slyšet název vesničky Guty. Nemalou radostí a zpestřením cesty v horku byla obora se zvířaty. Dětem při focení po boku pózovali jeleni i kanci, našťastí za pevným oplocením.

Našli jsme si čas i na opékání buřtů a noční výpravu za odvahou. Soutěžili jsme a hráli si, vyrobili krásná přání maminkám a taky jen tak jsme si povídali a odpočívali.

Dopoledne jsme si poslechli 2 příběhy o bohatém i chudém muži, které jsou zapsány v Bibli.

Večer úplně před spaním jsme společně koukali na moc povedený film: Karlík a továrna na čokoládu.

Bylo moc dobře. Čokoládová víkendová výprava nám zůstane dlouho ve vzpomínkách.

Za to, že jsme tam mohli být, patří dík i obci Hrádek a jejich finanční podpoře.

Zdeňka Adamková



Co jsme zažili s mládeží v poslední době?

Začalo nám léto a to pro mnohé znamená prázdniny, užívání si u vody či v přírodě, zážitky všeho druhu, každý dle svého gusta. I naše mládež se chystá na vodu, různé křesťanské hudební festivaly, někteří budou pomáhat na místním dětském táboře, jiní vyjždějí na tábor na Ukrajinu. Tedy nejenom brát, ale i dávat. Není tomu tak jenom v létě. Jaké to s námi bylo v poslední době? Na jaře jsme pro svoje potěšení organizovali různé aktivity. Nejednou jsme navštívili laser game v Ostravě, zahráli jsme bowling, s přibývajícím světlem a teplem jsme poseděli několikrát u táboráku, také se podařilo vyjet na pobyt do Jeseníků, kde jsme ještě v zimních podmínkách zdolali Praděd. Podařilo se také zorganizovat akci Noc kostelů s krátkým pro-

gramem a společně se staršími jsme poseděli na sborové vaječnině už tradičně u Czyžů, ve velmi příjemném prostředí u lesa. Ale i před prázdninami jsme se snažili být aktivní. Každým rokem pomáháme organizovat program pro děti na tradiční dětské víkendovce, která byla letos ve znamení čokolády, kde jsme pod vedením Zdenky Adamkové strávili sladký (doslova) víkend v Gutech. Později jsme se zapojili také jako i jiné spolky na Dnu dětí v Hrádku, kde jsme společně s CB jsme vytvořili stanoviště večerničku „A je to“. Za každého toho mladého člověka jsem Bohu velmi vděčná, že můžu vidět, jak se umí bavit a zároveň i nezištně pomáhat.

Krystyna Ogrocká

Mládež Církve bratrské v Hrádku tě zve
na letní dobrodružství do **TATER**

Kdy? 11. - 17. 8. 2018

Kde? Batizovce

Pro koho? Pro všechny ve věku od 16 do 26 let

Cena? 1600,-Kč (studenti), 2000,-Kč (pracující)
zahrnuje ubytování na faře, společné stravování, dopravu auty, vstupné

Program? turistika v Tatrách, výlet do Tatralandie
večerní programy, sportovní a další aktivity

Zájemci hlase se
na tel. 733 627 349



Spolkový život v obci

Ohlédnutí za rokem Hrád'átek

A zase jsou tady prázdniny!! To to zase uteklo. Další rok klubu maminek Hrádátka utekl jako voda a my opět můžeme jen vzpomínat a hodnotit. A že je co hodnotit. Proběhlo spoustu akcí od karnevalu přes Mikuláše, rozdávání dárků, lampionový průvod, výlet do ZOO s tatínky a taky jsme se poprvé jako spolek zúčastnili Spartakiády. Největší a asi nejnáročnější na přípravu byla historicky první výstava ručních prací našich šikovných ručiček. Už každý dobře ví, jaké jsou některé naše maminky zručné a kreativní ženy, tak proč se s tím neukázat? A myslíme, že výstava měla veliký úspěch i v sousedních obcích.

I když jsme se scházely každé úterý v Centru, tak přece nám to nestačilo. Proto jsme občas v týdnu zorganizovaly narychlo výlety, procházky a další aktivity. Aktivní budeme i o prázdninách. Nebudeme se sice scházet každé úterý, ale uděláme si společně dva malé výlety. Ten první se bude konat v úterý 17. 7., kdy se společně sejdem v 15hod v parku před obecním úřadem a vydáme se po stopách zvířat směrem na Bystřici-Křivou, kde nás bude očekávat nějaké to překvapení. Ve středu 22. 8. pak vyrazíme do míst, které všichni dobře známe, do Girova. V tento den bude sraz již o půl 10 v parku. V Girově si užijeme spoustu legrace a zábavy. Bližší informace o změnách a dalších instrukcích sledujte na našem FB, nebo se ozvěte na email: fronkova.barbora@e-

mail.cz

No jak už to tak bývá, děti rostou a rostou. Někteří jsou školou povinni a ty menší taky udělají v září velký krok a nastoupí do mateřské školky. Ty větší, naše maminky, zase nastupují zpět do pracovního procesu a proto se s Hrádátky loučí. My je samozřejmě vždy rády uvidíme mezi námi. Takže jim přejeme spoustu úspěchů v práci i v rodině, a ať naše přátelství nikdy nepomine a vzpomínky zůstanou. Proto teď apeluji na Tebe, maminko, Ty která jsi na mateřské dovolené a ještě nepatříš mezi nás. Přijď!!! Rádi Tě uvítáme. Sice nás některé maminky opouští, ale díky Tobě bude CVČ opět plné. Čekáme Tě v září každé úterý od 9.30hod.!

Touto cestou bychom z celého srdce chtěly poděkovat Dorotce Konderlové za to celé období, od vzniku klubu až po současnost, kdy z nás není teď klub, ale jsme rodina. Díky Tobě! Díky za obětavost, přátelství, rady a za všechno co jsi pro nás připravila, vytvořila, uspekla. Taky moc děkujeme Evce Hamrozi, že nás naučila to-

lik básniček, písniček, říkanek. Že pořád organizovala výlety, i když ne vždy bylo jednoduché se s námi domluvit. Děkujeme za Váš čas, ochotu a lásku, kterou jste do klubu vložily!

Barbora Fronková

Přivítáme nové členy!

Milá maminko!

Jsmo klub maminek a dětí 0-4 let a říkáme si Hrád'átka. Chceme se stále rozrůstat a užít si tak ještě více legrace na společných setkáních a výletech. Proto přijď mezi nás. Moc rády Tebe a Tvé dítě přijmeme do svých řad. Scházíme se každé úterý od 9:30 v hrádeckém Centru volného času. Těšíme se na Vás!

Začínáme od 4. 9. 2018!



Den pro rodinu

Klub maminek měl letos opět možnost uskutečnit díky obci výlet do ZOO, tentokrát do Zlína. Naši akci finančně podpořila obec, která nám v rámci veřejné neinvestiční dotace přislíbila příspěvek. Tímto

jménem klubíku ze srdce děkujeme. Jak už z názvu „Den pro rodinu“ vyplývá, je tato událost plánována tak, aby mohly jet celé rodiny, nejen maminky s dětmi. Ruku na srdce - kolik má člověk času, aby si s rodinou užil celý den v ZOO? Tatínkové pořád v práci, maminky v jednom kole. Takový výlet jedním slovem tmelí, tmelí nám to rodi-

ny, upevňuje vztahy. Jak ty rodinné, tak ty přátelské. Výlet jsme si užili, děti byly hodné, počasí nám vyšlo na jedničku, vše bez úrazu, s úsměvem. V úžasné pohodě a bez deště jíme si kráčeji po jedné z nejkrásnějších ZOO u nás.

Dorota Konderlová



Krátce z dění v SDH Hrádek

Dne 22. dubna se naši hasiči a zastupitelé obce účastnili již tradičního bowlingového turnaje v polském Skoczowie. Byť se hasičům příliš nedařilo a zůstali v poli poražených, naši zastupitelé zabodovali. Na celkově druhém místě se umístil místostarosta p. Byrtus a třetí příčku obsadil loňský vítěz p. Jursa.

Nedávno jsme se stali součástí krásné akce – soutěže Vesnice roku a už dnes se těšíme na další spolupráci.

Stejně jako tomu bylo v loňských letech, i letos se naše soutěžní družstva mužů i žen budou

snažit získat Gorolský pohár, o který se letos bude bojovat již popáté. Držte nám pěsti.

Dne 25. 8. se na hřišti TJ SOKOL Hrádek uskuteční soutěž v požárním útoku mezi hrádeckými spolky. Rád bych touto cestou pozval všechny příznivce hasičského sportu k účasti. Přijďte fandit, pobavit se a užít si zábavné odpoledne.

Kromě soutěží také oslavujeme. Letos si připomínáme 110. výročí založení Sboru dobrovolných hasičů v Hrádku a 60 let spolupráce s dobrovolnými hasiči ze slovenského Čierneho. Tato družba byla založena 29. 6. 1958 a my doufáme, že bude ještě spousty let pokračovat.

Pavel Malík



Bowlingový turnaj ve Skoczowie



110. výročí založení SDH

Hasiči opět darovali krev

Darovat krev znamená pomáhat druhým lidem. Jde o důležitý projev lidské solidarity a sounáležitosti, bez něhož by řada lidí nevyhrála svůj nejdůležitější boj - boj o život. Nikdo z nás neví, zda se jednou nedostane do situace, kdy bude potřebovat krev a bude odkázán na pomoc dárců.

Právě před rokem přivedl velitel jednotky hasičů na transfúzní stanici skupinu devíti členů SDH darovat krev. Potěšující byla zejména přítomnost čtyř prvodárců. Velitel doufal, že s dalšími roky se bude akce opakovat. A tak se také stalo. Znovu zmobilizoval 8 členů, z nichž jeden byl prvodárcem. To byl také úspěch. Sám velitel brzy oslaví svůj 70. odběr.

Za rok určitě půjdeme znovu a zveme i další spoluobčany, aby se k nám přidali. V partě dobrých lidí to jde nejlépe.

Děkuji všem zúčastněným.

*Bronislav Starzyk,
velitel jednotky JSDH Hrádek*



Hrádeckých hasičů přišlo nejvíce

V květnu 2018 byla Krajským sdružením hasičů MSK ve spolupráci s Okresními sdruženími hasičů a sbory dobrovolných hasičů vyhlášena akce pod názvem „Daruj krev s dobrovolnými hasiči“. Za svou nejvyšší účast v tomto významném humanitárním počínu byli hasiči z Hrádku oceněni jako nejlepší ze sborů okresu Frýdek-Místek. Všem zúčastněným blahopřeji a děkuji.

*Bronislav Starzyk,
velitel jednotky JSDH Hrádek*

SH ČMS-Okresní sdružení hasičů Frýdek-Místek Výsledky akce Daruj krev s dobrovolnými hasiči květen 2018

Počet zapojených SDH:	19
Počet dárců celkem:	47
Z toho prvodárců:	6

Počet SDH	SDH	Počet celkem	Z toho dárci	Prvodárci
1	Baška	3	3	
2	Bukovec	1	1	
3	Bystré	3	2	1
4	Fryčovice	1	0	1
5	Frýdlant nad Ostravicí	3	3	
6	Hnojník	1	1	
7	Hrádek	8	7	1
8	Krásná - Mohelnice	7	5	2
9	Lískovec	1	1	
10	Metylovice	1	1	
11	Morávka	2	2	
12	Myslík	2	2	
13	Písek	2	2	
14	Pržno	1	1	
15	Pstruží	2	2	
16	Raškovice	1	1	
17	Skalice	3	2	1
18	Staré Hamry	1	1	
19	Staré Město	4	4	
Celkem		47	41	6

Čarodějnická diskotéka

V pátek 27. 4. 2018 jste mohli vidět před restaurací U Burého hromadu košťat zaparkovaných ve stojanu na kola. Nekonal se tady další úklid Hrádku, ale slétli se k nám z okolí všechny malé čarodějky a kouzelníci.

Spolek rodičů ZŠ a MŠ v Hrádku zorganizoval pro své děti tradiční diskotéku s Dj Petrem Lubowieckim a letos jsme dali dětem možnost proměnit se za čarodějnice a stra-

šidla. Někteří byli naprosto k nepoznání, díky maskám ztratili zábrany a všichni se skvěle bavili celé odpoledne.

Na začátku předvedly holky, jež navštěvovaly taneční kroužek Katky Dubské, taneční sestavy, které si připravovaly celý rok a se kterými úspěšně vystoupily už na školním plese. Pak už parket patřil všem, pro děti byly připravené soutěže, malování na obličeje a občerstvení.

Děkujeme všem, kteří pomohli zorganizovat další akci pro naše děti.

Roman Heczko



Z książką pod poduszką

Z myślą o polskiej książce i promocji polskiego słowa wśród dzieci i młodzieży zorganizowana została przez Macierz Szkolną w Gródku impreza pt. „Z książką pod poduszką”. Pierwszą edycję można uznać za bardzo udaną. W Domu PZKO, w którym mieliśmy naszą bazę, zebrała się niespełna trzydziestka dzieci: najstarsi przedszkolacy oraz uczniowie polskiej szkoły.

Dzieci pracowały w grupach, którymi zaopiekowała się szóstka mam. Ojcowie z

kolei przygotowali dla wszystkich wyżywienie. Lektura dostosowana została do wieku poszczególnych uczestników, literaturą przewodnią były książki Józefa Ondrusza, polskiego nauczyciela, etnografa, literata i kulturoznawcy, który obchodziłby w tym roku setne urodziny. Dzieci zapoznaly się m.in. ze światem utopców, opowiadaniem o tajemniczych skarbach i Pustekim. Po lekturze czekały na uczestników zagadki, krzyżówki lub szukanie skarbu. Urozmaicheniem piątkowego programu były warsztaty teatralne pod kierownictwem aktorki Izabeli Kapias, która ze sobą przywiozła różne rekwizyty. Dzieci odwiedziły ze słodkim poczęstunkiem dyrektora naszej

szkoły, Kazimierz Cieślak przebrany za gwiazdę rocka. Przyjechała też pani Renata Szkucik, prezes MK PZKO w Lesznej Dolnej, która organizuje podobną imprezę czytelnictw w swoim Kole. Wieczorem dzieci bawiły się na dyskotekę, po czym czytano im do poduszki. W sobotę rano po śniadaniu każdy uczestnik puścił wodze swojej fantazji i pomalował sobie poszewkę na poduszkę. Pod koniec starsze dzieci czytały swoim młodszym kolegom, co spotkało się z dużym zainteresowaniem. Dzięki dofinansowaniu imprezy z budżetu gminnego każde dziecko odniosło sobie do domu książkę oraz poduszkę.

Magdalena Ćmiel



Sukces w „Inicjatywach PZKO”

Warsztaty twórcze zorganizowane w ramach 70-lecia Miejsowego Koła PZKO zostały nominowane do konkursu „Inicjatywy PZKO 2017”. Dzięki głosom publiczności nowe przedsięwzięcie naszego Koła uzyskało trzecie miejsce.

Finał konkursu, który miał formę warsztatową, odbył się w środę 13 czerwca w czeskokoczyńskim Domu PZKO na Bożka. Na podsumowanie zjechali się organizatorzy wszystkich nominowanych imprez, by wymienić się wzajemnymi doświadczeniami.

Spotkanie było bardzo owocne, każdy uwypuklił nie tylko korzyści z organizacji konkretnej imprezy, ale także trudności i uwagi na przyszłość. Nasze Koło reprezentował prezes Stanisław Wolny, który odebrał nagrodę w postaci zestawu książek dla dzieci. Najlepszą inicjatywą według jury była impreza pt. „Niebory mają talent” MK PZKO Niebory, z kolei najwięcej głosów publiczności uzyskało „Lato z tradycją” organizowane przez MK PZKO w Trzanowicach.

Wszystkim, którzy oddali głos na nasze Koło, serdecznie dziękujemy.

Magdalena Ćmiel



Tradycyjna jajecznicą

W pierwszą niedzielę czerwca w ogrodzie Domu PZKO unosił się zapach pysznej jajecznic. Na tradycyjne smażeniu zebrało się niespełna dwadzieścia osób. Pogoda była wprawdzie niepewna, ale wszystko udało się na maksimum. Kulinarnym umileniem wspólnie spędzonego popołudnia była pyszna jajecznic na słoninie, a dzięki dyrektorowi gródeckiej szkoły, który zagrał na akordeonie, nie zabrakło też wspólnego śpiewania.

Magdalena Ćmiel

Autor foto: Lucie Brychcyová



Centrum nezahálí ani v létě

Domácí kváskový chléb

Ruku v ruce s příchodem teplého počasí přibývá i venkovních aktivit. Ani nadcházející léto však naše milé návštěvníky neodradilo a Centrum během května, června a července žilo naplno. Kromě pravidelných kurzů a obecní slavnosti se v něm uskutečnily tři vskutku nápadité jednorázové workshopy. Jak probíhalo setkání pekařek, obuvnic či malých malířů, vám přiblížíme na následujících řádcích.

První z workshopů nesl název „Domácí kváskový chléb a zdravé pomazánky“ a přivítal všechny nadšené pekařky a kuchařky. Jak už název vypovídá, vstupným na tuto akci byl vlastnoručně upečený bochník nebo domácí pomazánka dle zásad zdravé výživy. A jak to všechno probíhalo? Každá z účastnic svůj produkt představila, prozradila složení a postup výroby. Následně se při degustování všech lahůdek hromadně diskutovalo. Zabrouсило se do tajů přípravy a udržování kvásku, vyměňovaly se všelijaké recepty a zkušenosti hlavně s pečením chlebů. K ochutnávkám byly nabídnuty i chutné klíčky různých druhů semen a tak dostala prostor i debata o klíčení.

Příjemná vůně čerstvého pečiva a rozmanité chutě výtečných pomazánek doladily již tak výbornou atmosféru k dokonalosti. Děkujeme organizátorkám Monice Ciešlarové a Dorotě Harvanové za nadmíru příjemně strávené odpoledne.

Milí čtenáři, pokud jste rovněž příznivci zdravého pečení a na workshop jste nestihli přijít, máme pro vás dobrou zprávu! Již brzy jej zopakujeme. V hlavní roli jeho pokračování budou tentokrát zdravé moučníky. Přesné datum vám ještě upřesníme a prozatím přinášíme alespoň malou ukázkou jedné z prezentovaných dobrot – recept na kváskové krekry.

VG

KVÁSKOVÉ KREKRY

Počet porcí: 2 plechy
Doba přípravy: 25 minut

Ingredience:

- 250 g odebraného kvásku
- 25 g olivového oleje
- 20 g slunečnicového oleje
- 5 g soli
- 20 g sezamového semínka
- 20 g chia semínka
- 125 g špaldové mouky

Postup:
V míse smícháme kvásek, oba oleje, semínka, sůl a promícháme. Přidáme prosátou mouku a propracujeme v těsto. Na pomoučeném vále si vyválíme těsto. Doporučuji vyválet na co nejtenčí (čím tenčí, tím ve výsledku křupavější). Pomocí rádelka pak rozdělíme těsto na malé čtverečky, které propícháme vidličkou. Krekry přendáme na plech vyložený pečicím papírem. Pečeme v předehřáté troubě na 180 stupňů cca 10 minut. Po této době otočíme plech a pečeme dalších 10 minut.

Zdroj: www.dobrotydobrota.cz




Pod přinesenými pochoutkami se prohýbaly stoly



Malování na batůžky

Další červnový workshop, tentokrát určený všem malým malířům, přišel před nastávajícími prázdninami velmi vhod. Malovalo se totiž na plátěné batůžky a ty jsou přece pro všelijaká letní dobrodružství nepostradatelné! Šešla se početná skupina ratolestí a z Centra se stala hotová umělecko-textilní dílna. Všichni si vytvořili náramně krásné, originální kousky. Co do tématu malby, vedli hlavně jednorozci a sovičky. A že bylo kráslení šitých ruksaků velmi úspěšné, dokládá i skutečnost, že se na žádost malých umělců opakovalo ještě v červenci. Za neotřelý nápad i jeho realizaci patří velký dík organizátorce Dorotě Konderlové.

VG



Výroba barefoot sandálků

V Hrádeckém centru volného času jsme měli možnost vyzkoušet si třikrát po sobě výrobu barefoot sandálků. Anglické slovo "barefoot" znamená v překladu "bosý" nebo "naboso". Z tohoto výrazu vznikl český název "bosé boty" neboli "barefoot boty".

Jedná se o boty věrně napodobující chůzi naboso, která je pro člověka nejprirozenější. Zároveň však chrání chodidlo před mechanickým poškozením (zraněním ostrými předměty) a proti vlivům počasí. V barefoot botách můžete díky tenké a ohebné podrážce, která se přizpůsobuje chodidlu, maximálně vnímat informace o povrchu, na kterém se pohybujete. Poskytují volnost prstům a umožňují zapojit veškeré svaly, šlachy i kosti chodidel stejně jako při chůzi naboso. Chodidla v barefoot botách neustále přirozeně pracují a mohou se optimálně vyvíjet.

Barefoot boty narozdíl od běžných bot mají:

- anatomicky tvarovanou špičku, která nabízí dostatečný prostor pro pohyb prstů
- flexibilní, měkkou podrážku o tloušťce 3-6 mm
- nulový sklon mezi špičkou a patou, tzn. žádný podpatek
- stélku bez tvarované klenby
- Každý účastník kurzu si pod vedením zkušené lektorky vyrobil vlastní pohodlné obutí.

Na první setkání dorazilo asi 10 maminek s ratolestmi, které pečlivě dohlížely a kontrolovaly pracovní postup. Za odměnu jim maminky vyrobily sandálky i na jejich malé nožky.

Pro velký zájem pak proběhly další dva kurzy v zahradě Centra. Při výrobě jsme si užili krásného počasí a měli možnost hotové sandálky ihned vyzkoušet na trávě, dlažbě i kamenech. Výroba jednoho páru bot zabere zhruba 3 hodiny, výsledek však stojí za to. Máte vlastní, na míru dělané boty, ve kterých se příjemně chodí. Z vlastní zkušenosti mohu jen doporučit. Bude-li ještě zájem, rádi kurzy zopakujeme.

Monika Cieslarová



První kurz proběhl v sále...



...druhý a třetí na čerstvém vzduchu v pergole Centra.



Výsledek práce jedné z účastnic.

Pozvánky na nadcházející akce Centra

Léto se pomalu přehouplo do své druhé poloviny. Prázdniny jsou v plném proudu, stejně jako přípravy Centra na široké spektrum aktivit. Od nového školního roku pro vás chystáme několik již dobře známých a osvědčených kurzů. Pokračovat bude například cvičení pro bolavá záda, výuka anglického jazyka nebo taneční

průprava pro děti i dospělé. Za zmínku jistě stojí také udržení navázané kooperace s jablunkovským Domem dětí a mládeže. Ve spolupráci s jeho vedením chceme od září/října opět rozšířit nabídku kroužků určených dětem. O konkrétních možnostech vás budeme včas informovat prostřednictvím plakátů, webových stránek

obce (www.obechradek.cz) a FB skupiny „Hrádecké Centrum volného času. Ale jelikož je stále ještě jeden měsíc prázdnin před námi, dovolujeme si vás, milí příznivci volnočasového Centra, pozvat i na pár zajímavých srpnových programů. Pevně věříme, že i vy si z naší nabídky vyberete.

VG

Prázdninové večerníčky

„Byly jednou holčičky, které moc a moc zlobily. A to se jim vážně nevyplatilo! Všechny se proměnily v opravdová strašidla a přišerky...“

Chcete vědět, jak to s nimi bylo dál? Zavítejte každý prázdninový čtvrtek do obecního parčíku. Vždy od 17:30 v něm uvidíte jeden hraný příběh na motivy knihy Příšerné zlobilky. Akci organizují a srdečně zvou sestry Monika Ciešlarová a Lucie Samcová. Bude vybíráno symbolické vstupné 10 Kč/dítě. Večerníčky se konají pouze za nedeštivého počasí.



Letní kino II. (Coco)

„Navzdory prazvláštnímu rodinnému zákazu muziky se Miguel touží stát uznávaným hudebníkem jako je jeho idol, Ernesto de la Cruz. V touze dokázat svůj talent se Miguel souhrou neuvěřitelných okolností ocitne v překrásné a barevné Říši mrtvých. Tam potká okouzlujícího šejdře Hectora a společně se vypraví na strhující cestu odhalit skutečný příběh Miguelovy rodiny.“

Animovaný hudební snímek *Coco* je vítězem několika prestižních ocenění s nominací na Oscara, skvělým hudebním doprovodem a silným emočním příběhem, který upoutá dětského i dospělého diváka. Přijďte jej zhlédnout i vy v jedinečné atmosféře promítání pod širým nebem. Do rytmů slunného Mexika se zahrada Centra ponoří dne 19. 8. ve 20:30.

Promítání filmů pro děti

Každé prázdninové úterní ráno zpřijmeme dětem projekci animovaného filmu. Naše filmotéka se stále rozrůstá a proto se můžete těšit na nové tituly v klasickém i trojrozměrném zobrazení. Začínáme vždy v 9:00. Vstupné se na tuto aktivitu nevybírá.



Doufáme, že vás mile potěší bezplatné vstupné a drobné občerstvení v podobě popcornu a piva.

Rychlokurz masáží miminek

Nejmenším návštěvníkům a jejich rodičům bude Centrum vyhrazeno ve čtvrtek 30. 8. od 16:00. MUDr. Michaela Cázerová, specialistka na kojenecké masáže, vás uvede do základů této problematiky a ukáže, jak díky dotykům poznávat potřeby miminka a navodit mu pocity lásky a bezpečí. Cena tohoto jednorázového kurzu je 80 Kč.



SM-System

Oblíbené cvičení, určené všem věkovým skupinám, se po prázdninové pauze do Centra znovu vrací. Od 5. 9. začínáme nanovo. Lekce, vedené fyzioterapeutkou Mgr. Dorotou Harvanovou, budou probíhat tradičně každou středu v časech 16:30 – 17:30 pro začátečníky a 17:45 – 18:45 pro pokročilé. Pokud máte problémy se zády, klouby či těmto potížím chcete jen předejít, přihlaste se na tel. 601 383 111, e-mailem na zpravodaj@obechradek.cz nebo osobně v Centru. Cena kurzu o 10 lekcích činí 700 Kč.



Angličtina „u kafička“ pro dospělé

Potřebujete se zdokonalit v angličtině? Dopřejte si zábavný a neformální kurz, jehož výuka odstartuje od 18. 9.. Každé úterý v čase 15:30 - 16:30 vás novým jazykovým dovednostem naučí pedagožka Mgr. Zuzana Čmielová. Come, you are welcomed!

Na tuto aktivitu vybíráme kurzovné ve výši 700 Kč/měsíc. Prosíme o přihlášení prostřednictvím e-mailu zpravodaj@obeckradek.cz, telefonicky na čísle 601 383 111 nebo osobně v Centru.

Taneční kroužek pro děti

Od září také otevřeme další, v pořadí již třetí etapu kroužku FIT DANCE. Pod vedením profesionální tanečnice Khatiany se děti naučí novým tanečním stylům a motorickým dovednostem, zlepší koordinaci pohybů a hlavně zažijí radost z tance v rytmu energické hudby. Cena kurzu o 10 lekcích je stanovena na 375 Kč/dítě. Kroužek zahájíme 6. 9. a probíhat bude každý čtvrtek v časech 13:15 - 14:15 a 14:15 - 15:15.

FIT DANCE pro dospělé

O měsíc později zveme k pohybu i všechny dospělé. 9. 10. zahajujeme kurz FIT DANCE. Jedná se o aerobní cvičení se základními kroky latinsko-amerických tanců. FIT DANCE je vhodný pro každého, nehledě na kondici či věk. Nepotřebujete žádné taneční zkušenosti. Přihlaste se e-mailem na zpravodaj@obeckradek.cz, telefonicky na tel. 601 383 111 přijdte si dát každé úterý od 17:00 - 18:00 pořádné do těla! Za 10 lekcí vybíráme částku 800,-.

Beseda „EDI“

„Emoce do intelligence“ je název preventivního programu, jehož cílem je hravou formou prostřednictvím loutek naučit děti vnímat vlastní

emoce a propojovat je s vlastními životními zkušenostmi. Ve třech na sebe navazujících blocích poznáme celkem 8 emocí, které si zpřístupníme hrou těla, mimikou a barevnou kresbou doplněnou poslechem hudby. Lektorky Jana Svobodová a Zuzana Čmielová děti naučí, jak a kde dané emoce cítíme, co s námi dělají a při jakých příležitostech je zažíváme. Program je určen rodičům s dětmi MŠ a 1. – 2. ročníku ZŠ. Jednotlivé bloky se uskuteční ve dnech 1. 10., 29. 10. a 19. 11, všechny tři ve stejném čase 15:30 – 19:30.

Rozpad etických norem a nárůst agresivity má svůj původ v tom, že lidé ztrácejí kontrolu nad svými city. Nízká frustrační tolerance a ztráta sebekontroly brání rozvoji vůle a charakteru člověka. Neznalost vlastních emocí sebou nese neschopnost vnímat a rozeznávat emoce u druhých lidí. Odtud pramení vzrůstající počet vztahových problémů.

Beseda „Šikana“

Diskutovat na toto palčivé téma budeme společně s lektorkou Bc. Janou Svobodovou, DiS. ve čtvrtek 18. 10. Vzhledem k rozdílnosti přístupů k problematice šikany rozdělíme besedu do dvou bloků.

V čase od: 12:00 do 15:30 přivítáme učitele a pedagogické pracovníky, od 16:00 do 19:00 srdečně zveme všechny rodiče a další zájemce z řad veřejnosti.

Tobiáš Branc

„Kulturistika je pro mě spojením sportu, umění i vědy“

Vstává v pět ráno a trénuje. Připraví si striktně určenou stravu, složenou převážně z bílkovin a tuků a míří do školy. Odtud opět rovnou na trénink. Následuje studijní příprava a spánek. Tak vypadá běžný den Tobiáše Brance, hrádeckého rodáka, studenta prvního ročníku čtyřletého gymnázia a úřadujícího mistra České republiky v kulturistice.

Tobiáš, v květnu ses účastnil Mistrovství ČR v kulturistice dorostu a juniorů. Zabojoval jsi v kategorii mladšího dorostu nad 65kg a následně ji vyhrál. Přibliž čtenářům, jak mistrovství v tomto sportu probíhá. Co se v něm hodnotí?

Je to tak, že tři hlavní a několik vedlejších rozhodčích jednotlivým soutěžícím přiděluje body za objem svalové hmoty, vyřvanost, separaci a tvrdost svalů, množství podkožního tuku s přihlédnutím k celkové symetrii a estetičnosti postavy. Celá soutěž je rozdělena do tří etap. Z dopoledního semifinále postoupí 6 nejlepších do finále, které zahrnuje volnou sestavu a klasické finále. Ve volné sestavě si každý soutěžící libovolně pózuje nepovinné pózy podle vlastní přípravy. Té jsem já věnoval asi měsíc. V klasickém finále se porovnávají všichni finalisté na základě povinných póz, podle pokynů rozhodčího.

Jaká byla konkurence? Proč myslíš, že jsi zvítězil právě ty?

V celkové kategorii dorostu bylo 7 lidí. V mé kategorii proti mně nastoupil Patrik Ondryáš. Patrik byl velice silným soupeřem. Myslím si, že byl na závody připraven lépe než já, ale u rozhodčích pravděpodobně zabodovaly moje silnější nohy. Vážím si toho, že jsem nad Patrikem zvítězil, protože vypadal opravdu moc dobře.

MČR nebylo tvým prvním závodem, o týden dříve ses účastnil Mistrovství Moravy a Slezska. Jak sis vedl tam?

Na Mistrovství Moravy a Slezska jsem neměl vlastní kategorii. Soutěžil jsem ve starším dorostu do 18 let a skončil na 9. místě. Nedostal jsem se ani do finále. Necítil jsem zklamání, protože vím, že kluci byli opravdu starší. Účast na MMS vnímám jako skvělou zkušenost, díky níž jsem pak na republice věděl, do čeho jdu a více si ji užil.

Příprava na soutěž v kulturistice se zajisté velmi týká i stravy. Ta bývá před závody velice striktní. Mohl bys specifikovat tvůj předzávodní jídelníček?

Je to řehole. Každý den to samé. Tři měsíce před závodem jsem nesměl porušit stravovací plán. Na nějaké čokolády jsem mohl zapomenout. Ale netrápilo mě to. V hlavě jsem si nastavil, čeho chci dosáhnout a kdybych si nějakou sladkost dal, měl bych výčitky.

Čím víc se závody blížily, tím méně sacharidů jsem přijímal. Přírozeně jsem pak měl méně a méně energie. Ke konci už to bylo velmi vyčerpávající. Nepřijímal jsem sacharidy vůbec žádné, čili žádná rýže a podobně. Jedl jsem 7x denně hodně bílkovin, například kilo masa, pět vajec a pro pokrytí tuků ořechy.

Mým cílem bylo udržet svalstvo a dostat se na nejvyšší možné procento tělesného tuku. Před přípravou ukázovala váha 103kg, na závodech jsem měl 80kg.

Ted' to mám naštěstí volnější. Například před chvílí jsme byli s taškou v restauraci. Pořád se však snažím držet zdravějších jídel. I když... první cesta po mistrovství vedla do KFC, kde jsem spořádal dva kýble.

To sis bezpochyby po tom všem odříkání a s tak prestižním titulem zasloužil. Prozrad' nám něco o tvém psychickém rozpoložení před, během a po soutěži.

Představte si, že nastoupíte v plavkách před 500 lidí a pózujete. Velmi stresující záležitost. Já kupodivu stres nepocítil a vů-

bec jsem nechápal proč. Možná kvůli velkému fyzickému vyčerpání, sám nevím. Mistrák jsem si hrozně moc užil.

Vyhlášení mi přišlo hrozně rychlé. Zničení vyhlásili druhé místo a já už věděl, že jsem vítěz. Výhru jsem si začal uvědomovat až při odchodu z kulturáku ve Velké Bíteši, kde se MČR konalo. Pamatuji si, jak mi jeden místní občan přišel osobně pogratulovat a říct, že na mě budou hrdí. Za to jsem byl moc rád, byl to nádherný pocit.

Mistrovství se vysílalo živě na internetu. Zažil jsi po obdržení prestižního titulu nějakou popularitu?

Rozhodně ve fitku, přátelskou formou. Přišli, poplácali mě po rameni, pogratulovali. Ne že by někdo zpovzdálí ukazoval prstem „hele to je on“. To vůbec ne. A vlastně i jeden pan doktor na Sosně si mě všiml a napsal mi. Bylo to milé.

Fandili ti tví spolužáci? A co se týče pedagogů - měli pochopení pro tvé všestranné náročné před soutěžní přípravy? Poskytli ti nějaké úlevy?

Spolužáci mi fandili hodně, fakt moc. Mám na gymplu super kolektiv. A úlev ze stran učitelů mi bylo poskytnuto dost, řekl bych až nadstandardně. Myslím, že třínecký gympl je pro sportovce dobrou volbou. Spolužákům i učitelům jsem za jejich přístup velmi vděčný.

Jsi prvním rokem na gymnáziu. Daří se ti skloubit sportovní kariéru se studijními povinnostmi?

Dá se to. Vesměs nikdy jsem se nějak extra učit nemusel. Zatím mi stačilo dávat ve škole pozor. Ale vzhledem k tomu, že jsem byl v před soutěžní přípravě vyčerpáný, se mi tehdy pozornost udržovala těžce. Takže jsem se v druhém pololetí ve známkách mírně zhoršil. Trochu mě to mrzí, ale účasti na závodech nelituji. Skloubit školu a kulturistiku je časově náročnější, ale vždycky se to dá zvládnout, když člověk chce.

Zmínil jsi, že tvé tréninky jsou dvoufázové. Chodíš tedy cvičit ještě před začátkem vyučování?

V přípravě na soutěž jsem vstával v 5 ráno, šel jsem na 45 minutovou procházku nebo jezdil na rotopedu – tzv. kardio trénink, najedl se a šel do školy. Po škole následoval trénink váhový a po něm krátké učení a spánek. Celkem jsem cvičil 4+1, což znamená 4 dny cvičení a 1 den volna. Takhle jsem fungoval před závody. Ted' už jsem v mírnějším režimu, dvoufázové tréninky nejsou třeba. Věnuji se jen váhovému cvičení.

Je známo, že kulturisté by neměli ve velké míře zařazovat vytrvalostní aktivity, aby neztratili svou svalovou hmotu. Můžeš si dovolit jít běhat, zaplavat si, hrát fotbal, aniž by tvá forma utrpěla?

Jistě je třeba aerobní cvičení kontrolovat, jeho přílišná frekvence znemožňuje nárůst svalové hmoty. Takže neběhám. To,

Soupeři Patrik Ondryáš a Tobiáš Branc (vpravo).



co praktikují, je spíš chůze. Ale chci se věnovat i jiným aktivitám, než jen činkám, takže si s chutí zahraji s kamarádem tenis, ke kterému mě vedla mamka, nebo si rád zajdu zaplavat. To problém není. Dříve jsem kromě hokeje hrával tady v Hrádku fotbal - okresní přebor za žáky. Na to velmi rád vzpomínám, měli jsme výborné vztahy. Teď už bych se mu pravidelně věnovat nemohl, protože kulturistika to vylučuje.

Kulturistika není obecně vnímaná jako typický sport pro tak mladý věk. Co tě na ní nejvíce uchvátilo a odkdy se jí věnuješ?

Od třetí do deváté třídy jsem hrál hokej a do posilovny chodil v rámci něj. Když jsem v devítce s hokejem končil, začal jsem se více zajímat o své tělo. A když přišel definitivní konec mé hokejové aktivity, hned druhý den jsem navštívil bystrčické fitko a setrval v něm půl roku. Po této době se mou domovskou posilovnou stal třinecký STARS, v němž cvičím dodnes.

Vysoké ambice přišly velice rychle. Poté, co jsem přešel do Třince, mne pár lidí navedlo na pomýšlení věnovat se tomuto odvětví na vyšší úrovni. Dá se říci, že po dvou měsících navštěvování posilovny mi bylo jasné, že kulturistika je to, čemu se chci věnovat naplno. Tehdy mi bylo 14, to znamená, že jsem jí propadl před necelými dvěma lety. A proč zrovna kulturistika? Nevnímám ji pouze jako ukazování svalů. Znamená pro mě spojení sportu, umění i vědy.

„Má neuvěřitelný tah na branku. Cílevědomějšího člověka jsem ve svém životě ještě nepoznal.“

Lešek Branc, otec

Jak probíhá tvůj běžný váhový trénink? Cvičíš s vlastní vahou, s činkami, na strojích...?

Každé mé cvičení začíná rozehrátím, které trvá přibližně deset minut. Po něm přichází váhový trénink o délce něco přes hodinu. Na závěr si dám strečink na protažení, také v řádu několika minut. Co se týče váhového tréninku, příliš nepreferuji komerční posilovací stroje a ani vlastní váhu (i když obojí občas také zařazuji). Snažím se zaměřovat na „starou školu“ – používám činky, osy... Řekl bych, že to je taková ta zlatá cesta k úspěchu.

Pro zajímavost, kolik kilo zvedáš?

Existují tři základní cviky – mrtvý tah, dřep a bench press. Nejslabší mám právě bench, při něm zvedám 115kg na jedno opakování a na mrtvý tah 210kg, rovněž na jedno opakování. Dřep je docela rizikový, v něm mám maximálku 180kg na šest opakování.

Otázka doslova na tělo. Které partii dáš zabrat nejraději? A k čemu se naopak musíš nutit?

Řekl bych, že nejradši cvičím nohy. Už z hokeje jsem na nich měl pevný základ. Mám je nejsilnější a nejlépe se mi s nimi pracuje. Myslím si, že hlavně nohám vděčím za své vítězství na MČR.

Část, kterou nerad posiluji, nemám. I když mi chyběla v přípravě na soutěž energie, na každý trénink jsem se těšil a stále těším.

Rýsuji se ti už nějaká další soutěžní klání, na něž by ses chtěl v blízké době přihlásit?

Momentálně jsem ve fázi rozhodování. Zatím to vypadá, že za rok až dva zkusím nastoupit na MČR ve starším dorostu, kde už budu patřit k nejstarším. A doufám, že i k nejlepším, což bych si moc přál.

Máš titul mistra republiky. Existuje pro tebe ještě nějaká vyšší meta, kterou bys chtěl v kulturistice pokouřit?

Jsou určité federace a druhy závodů, v nichž se dá kvalifikovat do profesionální úrovně. Ale to je velice vzdálená budoucnost, protože stát se profikem v kulturistice, zvláště v dnešní době, je opravdu těžké. Extrémně. V podstatě musíte být monstrem.

Máš ambice do toho jít?

Určitě! Chci být nejlepší v tom, co dělám. To je můj cíl.

Na závěr otázka mimo sport. Co tvá vysněná profese? Čemu bys rád po škole věnoval?

Už jsem na tím trochu uvažoval a láká mě fyzioterapie, ta je se sportem úzce spojená. Možná bych si chtěl někdy otevřít i vlastní fitko, což by mě taky velmi naplňovalo. Zatím ale nechávám všechno otevřené. Jsem teprve v prvéku a mám ještě čas.

Tobiášovi i jeho rodině srdečně děkuji za velmi obohacující rozhovor. Nadějněmu hrádeckému talentu přejeme mnoho zdraví a úspěchů nejen na poli sportovním.

VG

Tobiáš Branc



Dům č.p.28 Od Pastuszky k Nikodemovi

Usedlost, která je všeobecně známá pod přezdívkou Do Kubula, tvoří dal-

ší kapitolu našeho seriálu o hrádeckých rodech. Grunt stával nad ohbím Olzy, kterému se říkalo Do Grace. Místo osídlil v polovině 18. století rod Pastuszků. Bylo to na pozemcích, které dříve patřily velkosedlákově Michalu Gabrysiovi. Zakladatelem rodu byl Martin Pastuszka, který pravděpodobně pocházel z Milíkova. Jako svou druhou ženu si vzal Kateřinu Chodurovou, dcerou známého hrádeckého sedláka Mi-

chala Chodury, narozenou v roce 1694. Vzhledem k absenci matrik z let 1711 - 1736 můžeme jen dedukovat, že někdy v tomto období se Martin a Kateřina vzali. Měli syna Jakuba, který se oženil v roce 1753 a od otce koupil grunt v roce 1764. Se ženou Marií Samcovou měl 7 dětí. S druhou ženou, Annou Wdóvkovou, měl ještě dceru Annu. Jakub Pastuszka rodinou usedlost, která v roce 1770 získala čís-

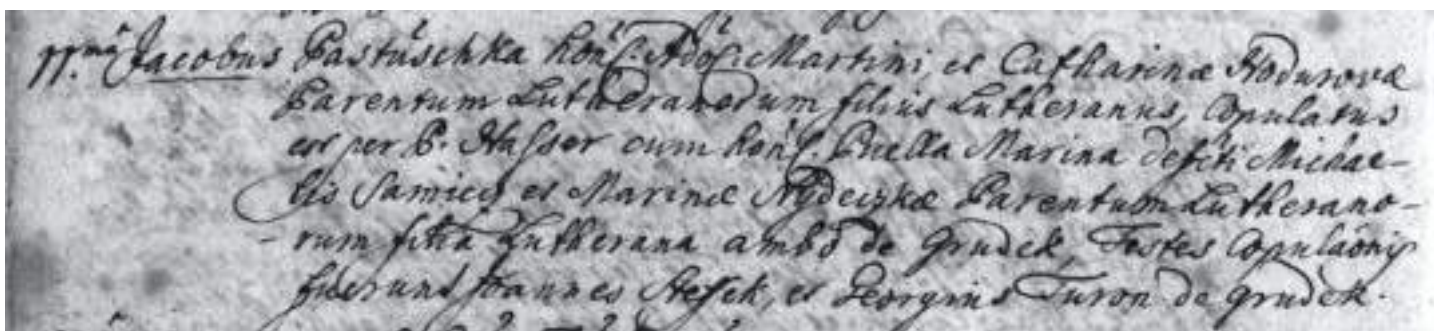


Grunt Nikodemů v roce 1836



Usedlost u Kubula koncem 70.let minulého století (dnes již neexistuje).

lo popisné 28, přenechal v roce 1792 svému synovi Jakubovi. Otec a syn Jakubové, zdá se, byli původci přezdívky Kubul, což je odvozenina slova Jakub. Jakub Pastuszka mladší měl celkem 6 dětí – samé syny. Prvoroznému Jiřímu se narodila dcera Marie, která se provdala v roce 1838 za Jana Nikodema, hrádeckého rodáka. Rodiče Jana Nikodema se přistěhovali do Hrádku z Košarisk. A tak od začátku 18. století až do dneška Pastuszkové a po jejich vymření po meči Nikodemové dědí usedlost z generace na generaci. Jan Nikodem předal grunt synovi Adamovi, Adam synovi Jiřímu a Jiří synovi Pavlovi.



Svatba Jakuba (Kuby - „Kubula“) Pastuszky s Marií Samcovou 11.11.1753 - matriční zápis

Perlička z historie

V archivu obce se občas najde poučná nebo úsměvná zajímavost hodná publikování. S některými okomentovanými

dokumenty rádi seznámíme naši čtenářskou komunitu. První z dokumentů je výměr poplatku za „hru v karty“ v místní hospodě, který podepsal předseda MNV v Hrádku Karol Mrózek koncem roku 1951. Pozoruhodný byl dvojjazyčný text. Každý z karbaníků musel zaplatit co 6 hodin 6 ko-

run. Pokud hru přerušil, platil znovu. Samozřejmě nechybělo upozornění na sankce. Trest hrozil hráči i hostinskému. Bohužel, není známo, jak vydatně si poplatkem obec přilepšovala do svého rozpočtu.

RB

Místní národní výbor v Hrádku.

Polita Nável. Okres Český Těšín. V Hrádku dne 2. Listopada 1951. 195

Číslo jednací: _____

Vac: Poplatek za hry v karty.

Odpověď k řís. _____

ze dne _____

Přílohy: _____

Vyměr.

Podle usnesení rady a plena M.N.V. v Hrádku ze dně 3. 20. a 28.X.1951. vybírá se ve smyslu ustanovení §.38. zákona ze dne 12. srpna 1921. č. 329. Sb. ze hry v karty 6.Kčs. slovy šest korun za jednoho účastníka. Hra může trvat šest hodin nepřerušene, po přerušení poplatek se vybírá na novo.

Nedodržení tohoto nařízení bude trestáno jak hostinského tak i hráčského.

Mrózek

Podług uchwały rady i plena miejscowego komitetu narodowego z dnia 20. i 28.X.1951. wybiera się podług ustawy z dnia 12. sierpnia 1921. l. 329. zbirka ustaw za gre w karty 6.Kčs. słowy sześć korun za jednego grającego. Gra może trwać sześć godzin bez przerwy.

Niedotrzymanie tego rozporządzenia będzie karany gospodski jak i grający.

Podpis oddávatele
Kučerka, Wt.

Mrózek



Dovolená v jurtě

Hotel, karavan, stan, chatka. To všechno jste jistě na své dovolené někdy vyzkoušeli. Pro ty, co hledají stále něco nového, doporučuji dovolenou v jurtě.

Za mnohá staletí existence kruhové jurty se z ní stal posvátný malý vesmír. Původní obyvatelé Mongolska považují střechu své jurty za nebeskou klenbu a otvor s korunou za Slunce, oko nebeské, ze kterého přichází světlo.

Kruhová jurta je staletími ověřený ojedinelý druh stanu, který obsahuje konstrukční prvky připomínající spíše chatu nebo dokonce dům. Má zateplenou dřevěnou podlahu, stylové kruhové okno, zabudované zamykatelné prosklené dveře, izolovanou střechu i stěny, kamna, která

celou jurtu vytopí během půl hodiny. V jurtě jsme měli k dispozici matrace. V areálu byla společná kuchyně, sprchy i wc. Kdo chtěl, mohl vyzkoušet klasickou kadibudku.

Člověk najednou zjistí, jak málo k životu potřebuje. Nejdůležitější je mít své blízké blízko u sebe. Při usínání kouká oknem na hvězdnou oblohu. Z nedalekého rybníku poslouchá zpěv žabího sboru. Občas se ozve výkřik nočních ptáků. Ráno vás vzbudí sluneční paprsky, které ještě nestihly vysušit ranní rosu, ta vás příjemně chladí na bosých nohách při cestě na toaletu. Při snídani pod modrou oblohou naplánujete výlet, který si celá rodině určitě užije.

Jižní Čechy mají své kouzlo a nabídnou zábavu pro každého. Stačí popustit uzdu své fantazii a hned na břehu rybníka vidíte sedět vodníka a večer při měsíci tancovat

rusalky. Kapři vesele vyskakují z vody, a když se hladina uklidní, připlují i labutě.

Milovníky historie okouzlí svou krásou zámek Orlík, nebo hrad Zvíkov. Plavba lodí po Orlické přehradě nadchne malé i velké výletníky. Okolní břehy lemují smíšené lesy, skaliska a malé pláže. Z dalších lodí vás vesele zdraví ostatní turisté.

Krásná dovolená nemusí být jen u moře v pětihvězdičkovém hotelu. Odpočívat a užívat společný čas s rodinou se dá i v ne-tradičním stylu. Stačí sbalit spacáky, dobrou náladu a vyjet na cestu...

*Krásný zbytek prázdnin, plný zážitků
přeje Monika Ciešlarová*

Více informací na www.jurtcamp.cz



Zkrácená otevřací doba

Po celou dobu prázdnin bude otevřací doba zkrácena, knihovna bude otevřena jen do 16 hodin. V případě potřeby bude knihovnice k dispozici na OÚ. Děkujeme za pochopení.

Knihovna získala dotaci na nákup polských knih

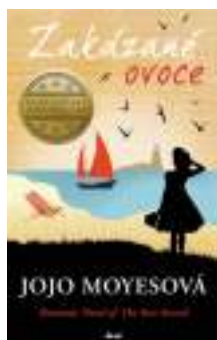
Obecní knihovna v Hrádku, v rámci programu Knihovna 21. století, získala od Ministerstva kultury dotaci ve výši 10 000 Kč na projekt „Nové polské knihy pro mladé čtenáře“. Podíl dotace ze státního rozpočtu na financování projektu je 50 %, z obecního rozpočtu musí být kryta další polovina výdajů. Za tyto prostředky bylo nakoupeno celkem 118 knih, které budou v průběhu prázdnin zpracovány a dodány do regálů, kde nahradí staré a nevyhovující svazky.

Těšíme se na nové polské čtenáře.

Petra Borská

-ROMANTIKA- Zakázané ovoce

Poklidné přímořské městečko Merham se ještě vzpomíná z následků dru-



hé světové války, když poklidné místní vody rozčeří příchod bohémské skupinky s nejasnými vzájemnými vztahy, která se nastěhuje do moderního, na tu dobu architektonicky výstředního domu na pobřeží. Konzervativní obyvatelé Merhamu jsou pobouřeni, mladou Lottie a její přítelkyni Celii však dům i jeho osazenstvo neodolatelně přitahuje. A do pohybu se dává lavina událostí, jejíž tragické následky přetrvávají i po padesáti letech...

-BIOGRAFIE-

Jiná Gabriela Koukalová

Zažila slávu, úspěchy, medaile. Ale taky spoustu okamžiků, o kterých dosud nikomu neřekla. O některých proto, že se bála, o dalších proto, že se styděla. Teď je Gabriela Koukalová poprvé odhaluje ve své biografii. Vychází sportovní i osobní zpověď



nejlepší biatlonistky naší historie. Mistryně světa, olympijské medailistka, vítězka Světového poháru. Kniha je psaná autenticky v první osobě a odhaluje zákulisí tréninkové dřiny, nejdůležitějších závodů i myslí vrcholové sportovkyně v těch nejvypjatějších momentech. Gab-

riela jde ve svých pocitech na dřeň. Popisuje nejen velké výhry, ale i to, co se skrývá za nimi. Třeba desítky probřečených nocí, spory s rodiči a trenéry, ne vždy ideální atmosféra v týmu nebo těžká nemoc, kterou před světem dlouho tajila... Součástí knihy jsou i dosud nezveřejněné fotografie.

-PRO MLÁDEŽ-

Třináctkrát proto

Clay Jensen je úplně normální kluk na střední. Jednoho dne na verandě najde balíček – krabici od bot v balícím papíře, bez zpáteční adresy. A uvnitř? Sedm magnetofonových kazet. Kdo dnes poslouchá kazety? A má si je on vůbec na čem přehrát? Ale když Clay ze zvědavosti zasune první kazetu do stera, svět se mu obrátí vzhůru nohama. Z reproduktorů se totiž ozve hlas



Hannah Bakerové – jeho spolužačky, která spáchala sebevraždu. Proč tedy znovu vstupuje do jeho života? A navíc ho svým způsobem obviňuje z toho, co se stalo... proč? To je otázka, která se mu stále převrací v hlavě a na těch sedmi kazetách je třináct důvodů...

Inzerce

Masážní studio Bohunka

Zveme Vás do nově otevřeného masážního studia. Salon Bohunka si pro zákazníky připravil mnoho úžasných relaxačních pečujících masáží a procedur. Naším cílem je poskytnout zákazníkovi maximální komfort a služby, které uspokojí i ty nejnáročnější klienty. Přijďte si odpočinout, načerpat energii a přitom se cítit jako v bavlne. Vybírat můžete ze širokého spektra služeb – kromě základních relaxačních masáží nabízíme také sportovní, lymfatické nebo speciální – medové, indické, čínské tlakové, havajské, lávovými kameny, baňkováním...

Těšíme se na Vaši návštěvu!

Kontakt:
Bohuslava Vításková
Hrádek 467, tel.: 723 821 471
www.bohunkamasaze.cz



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

Anna Hawliczková



Dětstvím ji provázela chudoba a od útlého věku také práce na statku. S rodiči a sourozenci obývala malý pokoj u sedláka, pro něhož celá rodina pracovala. I ona k němu v 10 letech nastoupila do služby. „Platem“ jí bylo ubytování a strava a školní docházka musela být upozaděna. „Dětství jsem neměla nikterak pěkné. Naštěstí se to pak zlepšilo a život byl ke mně přívětivější“, shrnuje ve zkratce svůj životní příběh paní Anna Hawliczková.

„Dětstvím ji provázela chudoba a od útlého věku také práce na statku. S rodiči a sourozenci obývala malý pokoj u sedláka, pro něhož celá rodina pracovala. I ona k němu v 10 letech nastoupila do služby. „Platem“ jí bylo ubytování a strava a školní docházka musela být upozaděna. „Dětství jsem neměla nikterak pěkné. Naštěstí se to pak zlepšilo a život byl ke mně přívětivější“, shrnuje ve zkratce svůj životní příběh paní Anna Hawliczková.

Paní Anna, roz. Sikorová, se narodila jako nejstarší z osmi dětí. Spolu s rodiči a postupně i se čtyřmi dalšími sestrami a třemi bratry vyrůstala ve Vendryni na statku, jež patřil místnímu sedlákovi. Onen sedlák vlastnil kromě statku také místní vápenky. Ve svých deseti letech nastoupila do služby i malá Anička. „V létě jsem pásala krávy, v zimě zase zastávala drobné práce okolo hospodářství. Do školy jsem chodila až na jedenáctou - až poté, co byly krávy obstarané. Měly před docházkou přednost.“ Na začátku války, když jí bylo 14 let, dostali rodiče přidělen třípokojový byt a příležitost vyššího výdělků na státním statku. Stávající statek tedy opustili. Jejich dcera však zůstala. Rok zde nadále usilovně pracovala, načež se rozhodla následovat rodiče. „Chtěla jsem utéct. Když jsem přišla za rodiči, maminka se mne zeptala, co tady chci dělat. Dalších 6 let jsem dělala vše, co bylo okolo usedlosti potřeba, a vydělávala si peníze. Tehdy už to bylo o dost lepší.“ Snad i proto, že na tomto místě mladé děvče poznalo svou osudovou lásku – Pavla Hawliczka. Po ročním vztahu, v roce 1946, se rozezněly svatební zvony a brzy nato se manželům Hawliczkovým narodilo první dítě – syn Bronislav. V této době stále bydleli společně s Anninými rodiči a sourozenci ve Vendryni. Odtud se zanedlouho po narození Bronislava přestěhovali do Hrádku, č. p. 150, kde se toho času nacházel statek pana Čmiela. Jemu mladá hospodyně vypomá-

hala s prací na poli, zatímco její manžel Pavel byl zaměstnán v Třineckých železárnách na úseku drobného kolejiva jako pomocný dělník. V Hrádku setrvali 4 roky a narodila se jim zde dcera Zdenka. Po jejím narození však novopečená maminka vážně onemocněla. Dle jejích slov ji postihlo velké vyčerpání, kvůli němuž nebyla schopna vykonávat těžší fyzické práce kolem stavení. Aby si Anna trochu odpočinula a načerpala nových sil, přemístila se rodina do bytu v Třinci-Lyžbích.

V bytě byl život podstatně snazší. Odpadla nutnost obdělávat pole a Anna se brzy zotavila. Přivedla na svět třetí dítě – syna Karla. Ačkoli se mohl zdát život ve městě vyhovující, Pavlova rodina, resp. jeho maminka zapříčinila návrat mladých manželů Hawliczkových zpět do Hrádku. Maminka obývala starý dřevěný domek v lokalitě Haže. Zůstala v něm sama, protože všech osm jejích dětí si založilo své vlastní rodiny a rodné hnízdo tak přirozeně opustilo. Pavel se však na naléhání své matky rozhodl, že starou dřevěnku opraví a vrátí se se svou novou rodinou domů. „Tatínek jezdil po práci z Lyžbic do Hrádku a spravoval, co se dalo, aby se ve starém baráku dalo důstojně bydlet. Jezdil na kole a brával mě často s sebou.“, vzpomíná na dobu rekonstrukce dcera Zdenka. V roce 1956 Pavel opravy svépomocí dokončil a rodina se mohla stěhovat. Pro Annu to znamenalo již čtvrté stěhování v životě. Životní podmínky byly oproti bydlení v bytě horší. „Domek měl tři pokoje. Kuchyň, ve které spávala Zdenka, druhý pokoj, v němž jsme spávali my s Pavlem a s oběma kluky. Třetí pokoj obývala Pavlova maminka. Na záchod se chodilo 15 metrů od domu. Vodu na umývání jsme brali z potoka a tu na vaření ze studny, jež byla vzdálená asi 100 metrů. Taková klasika dřívější doby“, popisuje Anna.

V takřikajíc „klasice dřívější doby“ žili 10 let a během této etapy spořili na nový, vlastní dům. Pavel stále pracoval u TŽ, zatímco jeho ženě připadla na starost domácnost a pole, přiléhající k chalupě. „Když pak děti trochu odrostly, chodila jsem si přivydělávat k zedníkům. V rámci „akcí Z“ se tehdy v Hrádku mohutně stavělo. K výstavbě samoobsluhy, nádraží, kravína... bylo potřeba každé ruky. A tak jsem využila příležitost a chodila pomáhat s přípravou malty a podobně. Samá náročná práce, ale bavila mě. Na nový barák jsme šetřili, jak se dalo. Chodili jsme i na borůvky a pak je prodávali na trhu v Orlové. Občas bylo únavné celý den stát a če-

kat, jestli někdo koupí. Když nešly na odbyt v Orlové, jeli jsme je prodat až do Ostravy.“

Po oné desetileté vytrvalosti a nezdolné pili se manželům podařilo požadovaný obnos našetřit a do dvou let stál opodál staré a nevyhovující dřevěnký vysněný, moderní dům. Disponoval záchodem, tekla v něm voda a byl o poznání prostornější. Jak sama jeho majitelka potvrzuje, bydlení v něm bylo naprosto o něčem jiném. Všichni si život v novém užívali.

Jak léta plynula, děti se postupně osamostatňovaly. Přicházely svatby, později vnoučata a celá rodina se z oněch událostí těšila. Jezdili na výlety, poznávali nová místa. Konečně zbylo alespoň minimum prostoru i na volnočasové aktivity. Život se zkrátka zdál být zalitý sluncem. Inu, jeho slunečné období netrvalo napořád a za pár let ukázal i svou stinnou stránku. Osud Anně postupně zasadil dvě kruté rány. V roce 1982 jí vzal milovaného Pavla a v roce 2001, ve svých 54 letech, náhle zemřel i její nejstarší syn Bronislav.

Rány na duši pomáhaly léčit časté návštěvy dětí, vnoučat a zvelebování zahrádky. Vnoučata jezdila k babičce Aničce často i na celé prázdniny a v domě tak bylo zase veseleji. Dlouhé chvíle o samotě jí pomáhala překonávat i brigáda - příprava svačinek pro děti z české školy - kterou svého času vykonávala. Mnozí bývalí žáci, dnes již dospělí třicátníci, vzpomínají, kterak nejlepší čaj byl ten od paní Hawliczkové. A současný personál školní kuchyně, jež éru svačinek paní Anny pamatuje, jedním dechem se smíchem dodává, že to proto, poněvadž byl rovnou dvakrát oslazený – cukrem a ještě sirupem. „Paní Hawliczková je tady v kuchyni legendou. Všechny děti ji i její svačiny zbožňovaly a dodnes na to i po 16 letech všichni vzpomínáme.“, říká pracovnice jídelny. K tomu tvrzení jistě přispívá i fakt, že byly připravovány s láskou. „Práci jsem za život vykoušela všelijakou, ale svačinkování, to jsem milovala ze všeho nejvíce.“, vzpomíná na tuto etapu Anna.

Dnes již svačinky nepřipravuje. Vzhledem ke zhoršeným motorickým schopnostem se ze svého domu v nedávné době přestěhovala ke své dceři Zdence, která o ni společně se svou rodinou s velkou obětavostí a láskou pečuje. Radost a častou společností jí dělá celkem 6 vnoučat a 13 pravnoučat. Navzdory běžným neduhům poženého věku 94 let se paní Hawliczková stále těší dobrému zdraví. A navzdory všem nemilým událostem, které její život protkaly, je stále usměvavá a v kruhu svých nejbližších si užívá zaslouženého odpočinku. „Takový je prostě život.“, uzavírá své povídání.



Pavel a Anna Hawliczkovi

Děkuji své babičce za příležitost touto cestou uchovat cenné rodinné vzpomínky.

Příroda Hrádku X.

Zajímavé houby

V dnešním díle seriálu o hrádecké přírodě opět zabrousíme do říše hub. Představíme zajímavé houby, které můžete na svých houbařských toulkách po Hrádku objevit. Některé z nich jsou nápadné zejména

svým vzhledem nebo zabarvením, jiné se vyskytují pouze v květináčích doma nebo ve skleníku. Jedna z vyobrazených hub roste pod povrchem půdy, další odpudivě páchne. Jiná se do naší přírody rozšířila z Austrálie.

Poslední z nich parazituje na housenkách. Některé houby z dnešního výběru lze najít běžně, některé víceméně ojediněle.

RB

Fotografie | internet (wikipedie)



Kotrč kadeřavý

Velmi chutná, nezaměnitelná houba, roste nejčastěji pod borovicemi. V Hrádku nalezena v lesíku u Grace. V kuchyni vhodná jako mozeček či nepravá dršťková.



Lakovka ametystová

Jedlá, fialově zbarvená houba. Roste po listnáči. Hodí se pouze klobouky, např. do polévek nebo omáček. V Hrádku v bučích na Chodurce.



Bělolanýž obecný

Není tak vzácný jako lanýž. Roste pod povrchem půdy. Vyhledáván divočáky. V kuchyni pouze čerstvé plodnice, nakrájené na tenké plátky. V Hrádku nalezen pod Čuplem.



Květnatec Archerův

Velmi nápadná houba vyrůstá z vajíčka, po rozvinutí chápadel připomíná chobotnici. Nejedlá, páchne. V zahradách na více místech Hrádku. Pochází z Austrálie.



Hadovka smrdutá

Plodnice ze začátku připomíná hadí vejce, později pyj. Houba je jedlá pouze ve stadiu vejce. Svým mrtvolným pachem láká mouchy, které rozšiřují její výtrusy. V Hrádku ji lze najít běžně, např. U Grace nebo v Tisovkách.



Bedla cibulkotřenná

Obývá tropické pralesy, u nás pouze v květináčích exotických pokojových rostlin nebo sklenících. Několik plodnic vyrostlo na obecním úřadě v květináči schefflery. Nejedlá.



Sírovec žlutooranžový

Hojný choroš, parazit listnáčů. Mladé plodnice jedlé a chutné, zejména v guláši. Napadený strom je odsouzen k zániku. V Hrádku často viděn na kmenech švestek.



Límcovka měděnková

Jedlá houba nevšední tyrkysové barvy. Roste ve vlhkém prostředí na tlejícím dřevě jehličnanů. V Hrádku je možné ji objevit např. v lese Žarnovka.



Klanolístka obecná

Nezaměnitelná dřevokazná houba. Tvoří malé plodnice, kloboukem přirostlé ke stromu. Připomíná lasturu. V Hrádku je možné ji uvidět na naučné stezce v Girově. Nejedlá.



Voskovka papouščí

Roste v trávě na loukách nebo okrajích lesů, zejména po větších deštích v létě a na podzim. Druhové jméno je odvozeno od „papouščí“ barvy. V Hrádku často v zahradách.



Chřapač jamkatý

Charakteristická nevzhledná houba s žebnatým třenem. Nehojný druh. Je jedlý, ale po dobré tepelné úpravě. V Hrádku například cestou Na Chodurku pod buky.



Pohárovka obecná

Maličká, velikosti cca 0,5 cm, nejedlá houba se objevuje ve shlucích na tlejícím dřevě v lese i mimo les. Připomíná miniaturní ptačí hnízdo. V Hrádku v lese Vujtov.



Rosolovka mozkovitá

Dřevokazná, oranžově zbarvená rosolovitá houba vyrůstá z tlejících větví listnáčů hlavně v chladnější části roku. V Hrádku u naučné stezky Girov.



Housenice červená

Zajímavá tím, že parazituje na larvách nebo kuklách lišajů a některých druhů blanokřídlých. Vyskytuje se poměrně vzácně. V Hrádku objevena na okraji lesa Rovňa.



Pavel Taska - Pod Zamčiskami