



MICHÁLKOVICKÝ ZPRAVODAJ

ROČNÍK XX • ZDARMA ČÍSLO 120

1/2011

<http://www.michalkovice.cz>

Milé spoluobčanky a spoluobčané, máme již více než měsíc po vánočním zimním spánku. Přesto bych vám všem rád popřál, aby se vám vydařilo vše, čeho chcete v letošním roce dosáhnout, a to jak v životě osobním, tak i pracovním. I nám, vašim voleným zástupcům, přeji úspěch při realizaci našich projektů a nápadů.

Od chvíle vyhnání z ráje, pokud si vypůjčím tento biblický motiv, je zdrojem skutečného bohatství a blahobytu prá-

investice, rozvoj, životní prostředí a správu majetku bychom se chtěli zamýšlet zejména nad vhodnou strukturou investic a rozvojových aktivit. Komise bezpečnosti a dopravy se zase bude muset podívat na plán zimní údržby, dopravní značení a postupně vychytávat mouchy v těchto oblastech. Komise pro kulturu, občanské záležitosti, mládež a tělovýchovu pak chápeme jako tým lidí, kteří se budou ve spolupráci se spolkovými organizacemi podílet na přípravě nejrůznějších

Slovo starosty

ce. V jejím znamení bude samozřejmě letošní rok i pro vedení městského obvodu. Čeká nás např. inventura obecních pozemků a vytipování vhodných lokalit pro rozvojové aktivity městského obvodu. Čeká nás tvorba projektů tak, abychom v případě otevření možností financovat je ze státních, krajských či evropských fondů, mohli operativně reagovat a předkládat žádosti o financování. Čeká nás také práce na estetizaci vybraných lokalit městského obvodu, pomoc neziskovým organizacím při získávání finančních zdrojů a mnoho jiných úkolů.

Jak jsem již v rozhovoru minulého čísla řekl, chtěli bychom, aby se do správy věcí veřejných mohli zapojit občané, kteří v dané oblasti mohou nabídnout své zkušenosti a nápady. Rada proto zřídila své komise, které vám jsou otevřené, a do jejichž práce se můžete zapojit. V rámci komise pro

akcí, jež zpestří život v Michálkovicích.

I když máme za sebou pouze zhruba jednu dvanáctinu roku, lze říci, že leccos se již podařilo. Máme za sebou vydařený ples městského obvodu a jsme velmi rádi, že na něm bylo plno a lidé se dobře pobavili. Velmi rád bych zde ocenil aktivitu celé řady spoluobčanů, kteří se na dobrovolné bázi a bez nároku na odměnu účastnili přípravy plesu. Rád bych také poděkoval sponzorům za jejich dary do tomboly. Byly také přijaty zásady pro poskytování dotací na akce a na činnost dětí a mládeže, které jsou zveřejněny na internetových stránkách obvodu. Březnové zasedání zastupitelstva by mělo o jejich rozdělení rozhodnout. Nově jsou na internetových stránkách zveřejňovány materiály pro jednání zastupitelstva tak, aby do nich občané mohli nahlédnout. Jednání zastupitelstva začínají získá-



FOTO M. POLOKOVÁ

Zima v Michálkovicích je krásná, ale dovede nás všechny pořádně potrápit...

vat diskusí a pracovní charakter a nejsou pouze o zvedání rukou.

Jsou samozřejmě také věci, které nás netěší. Příkladem mohou být souboje některých hrdinů s kontejnery a popelnicemi, které jsou výhodným soupeřem, neboť se nedokážou bránit. Velkým problémem jsou však zejména případy loupežných přepadení občanů. Doufám, že intenzivní práce Policie ČR i zvýšení hlídkové

činnosti městských strážníků přinese zlepšení bezpečnostní situace v Michálkovicích.

Věřím, že další měsíce budou úspěšné. Věřím, že na konci roku bude naše společná práce vidět na konkrétních hmatatelných výsledcích. A pokud si opět volně vypůjčím řeč knihy knih, jsem přesvědčen, že tato víra se promění ve skutky.

Martin Juroška
starosta

KURS TRÉNINKU PAMĚTI

Zapomínáte zhasnout světlo? Nevíte, kde jste si nechali brýle? Nemůžete najít klíče? Chcete nezapomínat? I mozek se dá trénovat. Přijďte si to ověřit na kurs tréninku paměti, které povede trenérka paměti Magdaléna Ožanová.

Kurs se koná 17. 3. 2011 od 16.00
v Kulturním domě Michálkovice.

Kapitoly z historie Michálkovic

Upozorňujeme všechny zájemce o historii našeho městského obvodu, že jsme zajistili do-tisk prvního dílu již rozebrané publikace „Kapitoly z historie Michálkovic“. Oba díly publikace jsou nyní na prodej v pokladně Úřadu městského obvodu za 60,- Kč/ks.

K předvánočnímu času v Michálkovicích patří každoročně tradiční adventní koncert v Husově sboru Církve československé husitské. Také tentokrát, v odpoledních hodinách předvánoční soboty 18. prosince, prostory chrámu zaplnili příznivci této krásné hudby. Všechny přítomné přivítali farář Mgr. MUDr. Rudolf Göbel a starosta Michálkovic Ing. Martin Juroška, Ph.D.

V programu koncertu vystoupili pod taktovkou dirigenta Jurije Galatěnka Pěvecké sdružení ostravských učitelek a Mužský pěvecký sbor Canticum se sólistou Waldemarem Wiczorkem. V jejich provedení zazněly skladby

Adventní koncert



FOTO J. KAŠPÁREK

Venku krásně sněžilo a v zaplněném kostele se mladí i starší osvobodili od denních starostí a těšili se na příchod Ježíška.

M. Haydna, L. van Beethovena, A. Biebla, V. Plachého a P. Česnokova.

Velebné tóny chrámové hudby pohladily duše všech posluchačů a navodily v nich tu správnou předvánoční náladu. Adventní koncerty se staly

neodmyslitelnou součástí kulturního života Michálkovic. Za jejich úspěšnou přípravu a zabezpečení patří dík všem organizátorům z řad pracovníků městského obvodu i Náboženské obce CČSH.

(jk)

Vysvěcení pravoslavného kříže

Pravoslavný chrám Narození přesváté Bohorodice v Michálkovicích, bývalá římskokatolická Mariánská kaple z roku 1866, je již několik let centrem pravoslavných věřících ostravského regionu. V neděli 28. listopadu 2010 navštívil tento svatostánek nejvyšší představitel pravoslavné církve v Českých zemích a na Slovensku metropolita Kryštof, aby vysvětil nový kříž vztyčený před budovou chrámu. Kříž je pro pravoslavné křesťany symbolem lásky Boha ke všem stvo-

řením. Je osmiramenný a od katolického se liší tím, že kromě dvou kolmých břeven v horní polovině má u nohou Krista umístěno ještě jedno břevno – šikmé.

Bohoslužby v chrámu vykonává už pět let kněz Nikolaj Popov. Jak nám sdělil, lidí, kteří se hlásí k pravoslavné církvi v Ostravě pořád přibývá. „Každou neděli se objeví nový člověk“, řekl. „Po listopadovém převratu v roce 1989 se počet pravoslavných věřících v Ostravě dal spočítat na prstech jedné

ruky, teď je jich několik set.“

Nás michálkovické občany může těšit, že k dosavadním šesti křesťanským symbolům – katolickým křížům na území naší obce přibyl další, pravoslavný a Michálkovice jsou pro pravoslavné věřící z celé Ostravy místem, kde se mohou sdružovat a vykonávat bohoslužby a liturgické obřady své víry.

Jiří Kašpárek



INFORMACE Z RADY MĚSTSKÉHO OBVODU

V době od uzávěrky minulého čísla Michálkovického zpravodaje proběhlo 2. až 4. řádné zasedání a dvě mimořádná zasedání rady městského obvodu. Na těchto zasedáních rada projednala mimo jiné následující záležitosti:

- Projednala přípravu plesu městského obvodu, konaného v sobotu 22. ledna 2011, stanovila cenu vstupenek na 150,-Kč a pověřila místostarostu Ing. Kozla a vedoucího kulturního domu PhDr. Hamzu technickoorganizačním zajištěním celé akce.

- Vzala na vědomí výroční zprávu o činnosti Základní školy U Kříže za školní rok 2009/2010.

- Schválila rozpočtové opatření č. 31/2010.

- Schválila smlouvu o sdružených službách dodávky elektřiny s novým dodavatelem – společností Bicorn, s.r.o. Praha 10.

- Schválila smlouvu na pojištění nemovitého a movitého majetku, s účinností od 1. 1. 2011, s Českou podnikatelskou pojistovnou, a.s. Viena Insurance Group, Praha 4.

- Schválila termíny zasedání zastupitelstva a zasedání rady městského obvodu na nadcházející období.

- Schválila rozpočtová opatření č. 32, 33 a 34/2010.

- Doporučila zastupitelstvu zrušit účet fondu rozvoje bydlení a zbývající finanční prostředky ve výši 844 tisíc korun zapojit do rezervy rozpočtu městského obvodu.

- Projednala návrhy zásad pro poskytování účelových dotací na realizaci akcí z rozpočtu městského obvodu v roce 2011 a zásad pro poskytování účelových dotací na činnost subjektů zajišťujících volnočasovou činnost dětí a mládeže z rozpočtu městského obvodu a uložila starostovi předložit oba návrhy zastupitelstvu ke schválení.

- Na základě žádosti doporučila zastupitelstvu poskytnout Knihovně města Ostravy účelovou dotaci ve výši 20 tisíc korun.

- Na základě žádosti doporučila zastupitelstvu poskytnout Centru pro zdravotně postižené Mo-

ravskoslezského kraje, o.s. účelovou dotaci ve výši 7 tisíc korun.

- Projednala přípravu 3. zasedání zastupitelstva městského obvodu.

- Projednala návrh statutu Michálkovického zpravodaje a pověřila starostu jeho předložením zastupitelstvu ke schválení.

- Jmenovala členy komise pro investice, rozvoj, životní prostředí a správu majetku: Ing. Vladimír Kozel, Ing. Tomáš Goj, Zdeňka Muchová, Mgr. Anna Palarčíková, Ing. Karel Veselý, Ing. Marek Aulehla, Ing. Milan Piatkovský, Ing. Karel Chrobáček, Ph.D. a Martin Szwejd.

- Jmenovala členy komise pro kulturu, občanské záležitosti, mládež a tělovýchovu: Mgr. Petra Jurošková, Rostislav Holec, František Bolfík, Lenka Janířková, Dušan Janířek, Ing. Jaromíra Michálková, Dagmar Illichmanová, Jana Zetková, Simona Fojtíková, Antonín Křikava, Miroslava Jurošková, Marie Urbanová, Libor Žvak a Vlasta Hodná.

- Jmenovala členy

komise dopravy a bezpečnosti: Petr Polach, Ing. Bohdan Šindler, Dagmar Illichmanová, Dušan Záhorský, Bc. René Ivanský a Miroslav Holeš.

- Projednala a schválila celoroční objednávky na průběžný odvoz odpadů v roce 2011 z místního hřbitova a celoroční objednávku stavebního materiálu a jiného zboží podle průběžných požadavků ÚMOB u firmy Stavebníny Galíčák, s.r.o.

- Schválila Podmínky užívání nebytového prostoru domů na ul. ČSA 448/98 pro potřeby Městské policie Ostrava.

- Vyjádřila kladné stanovisko k předloženému projektu rekonstrukce michálkovické hasičské zbrojnice.

- Schválila smlouvu na trvalou údržbu a čištění komínů domů v majetku městského obvodu Michálkovice s firmou Lukáš Milan – Rekonstrukce Stavba Kominictví, Ostrava – Radvanice.

- Projednala hodnocení a předběžné ekonomické výsledky XX. Michálkovického plesu.

ZPRÁVY ZE ZASTUPITELSTVA

Rozpočet na rok 2011 schválen

Ve středu 15. prosince 2010 se zastupitelé našeho městského obvodu sešli v kulturním domě na svém druhém zasedání. Jednání zahájil a řídil starosta Ing. Martin Juroška, Ph.D.

Hlavním bodem programu bylo projednání návrhu rozpočtu městského obvodu Michálkovice na rok 2011. Rozpočet byl sestaven jako vyrovnaný, předpokládané výdaje se shodují s předpokládanými příjmy a činí 16,355 milionů korun. Tento rozpočet bude v průběhu roku dále upřesňován rozpočtovými opatřeními. Po diskusi zastupitelé předložený návrh rozpočtu schválili. Schválili rovněž rozpočtový výhled městského obvodu na léta 2011 až 2014.

V dalším průběhu jednání zastupitelé dali kladné stanovisko k záměrům odprodeje některých pozemků zastavěných garážemi občanů a schválili odprodeje některých nemovitostí – pozemků. Stanovili počty členů finančního a kontrolního výboru zastupitelstva a zvolili jejich členy. Předsedkyní finančního výboru byla zvolena členka rady městského obvodu Olga Fürstová a předsedkyní kontrolního výboru zastupitelka Zdeňka Muchová.

Ve středu 19. ledna 2011 proběhlo v zasedací místnosti Úřadu městského obvodu třetí zasedání zastupitelstva.

Zastupitelé na něm mimo jiné zrušili účet fondu rozvoje bydlení městského obvodu Mi-

chálkovice a odsouhlasili převod zůstatku těchto finančních prostředků na běžný účet městského obvodu. V této souvislosti schválili rozpočtové opatření č. 1/2011.

Zastupitelstvo dále schválilo zásady pro poskytování účelových dotací na realizaci akcí z rozpočtu městského obvodu Michálkovice v roce 2011 a zásady pro poskytování účelových dotací na činnost subjektů zajišťujících volnočasovou činnost dětí a mládeže. Schválili dotaci pro Knihovnu města Ostravy ve výši 20 tisíc korun a dotaci pro Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje, o.s. Ostrava ve výši 7 tisíc korun.

V průběhu jednání zastupitelstvo dále projednalo a schválilo statut Michálkovického zpravodaje. Zvolilo rov-

něž novou redakční radu zpravodaje. Šéfredaktorem se stal Ing. Jiří Kašpárek, členy redakční rady jsou: PhDr. Pavel Hamza, Miluše Poloková, Rostislav Holec, Ing. Martin Juroška, Ph.D., Ivana Kalwarová a Eva Peterková.

Po dlouhé diskusi zastupitelstvo rozhodlo o předložení žádosti o dotaci pro projekt „Zvýšení bezpečnosti a revitalizace ul. ČSA a Rychvaldské“ v rámci programu Státního fondu dopravní infrastruktury, a to za předpokladu, že stavební objekty zahrnuté do projektu budou stavebně ohlášeny a dojde k majetkoprávnímu vyřazení u pozemků, na kterých bude stavba probíhat, a že rada města Ostravy schválí příslušnou dotaci na dofinancování projektu.

(JK)

Významné ocenění knihovny

Svaz knihovníků a informačních pracovníků České republiky a společnost Skanska, a. s. vyhlásily v loňském roce poprvé soutěž o nejlepší českou městskou knihov-

ny. Naše knihovnice Ivana Kalwarová a Naděža Zagorová vytvořily z místní knihovny svěbytné kulturní centrum Michálkovic. Neomezují se na pouhé výpůjčky knih



Keramika Dorky Čecháček



Křest druhého dílu knihy Historie Michálkovic michálkovicé-
ho rodáka a šéfredaktora Michálkovickeho zpravodaje Ing. Jiří-
ho Kašpárka byl hezkou společenskou událostí.

nu. Hodnotilo se především společenské a komunitní působení knihovny pro obyvatele města a úroveň prostředí knihovny – exteriér a interiér, technické vybavení, sociální zázemí a podobně.

Jak nám sdělila ředitelka KMO Mgr. Miroslava Sabelová, Městskou knihovnou roku 2010 se stala Knihovna města Ostravy. Významnou měrou se na tomto úspěchu podílela i naše michálkovic-
ká pobočka knihov-

a časopisů, ale svou práci zaměřují především na mladé čtenáře, organizují nejrůznější literární besedy, výstavy, koncerty, soutěže, výuku ručních prací a výtvarnou výchovu. V této činnosti mají mimořádnou podporu ze strany městského obvodu, zastupitelů, rady i starosty.

Všem, kdo se podíleli na tomto významném ocenění knihovny patří upřímné poděkování.

(jk)



Seniorky z Bolatic



Beseda s Ing. Vladimírem Vrbovským o potápění



Mikulášská nadílka v podání žáků 9. třídy ZŠ U Kříže



Soubor mažoretek se předvedl v knihovně na vánočním koncertě.



Vánoční punč Tempo di vlak

Vánoční punč rozvoněl a Tempo di vlak rozezvučeli v polovině prosince Kulturní dům Michálkovic. Tak by se ve stručnosti dal charakterizovat koncert známé ostravské trampské a folkové skupiny s poněkud hádankovým názvem Tempo di vlak.

Pro příznivce trampské a folkové muziky, kteří se sešli několik dní před Vánocemi byly připraveny jak vlastní skladby hudebníků, tak tradiční spirituály, ale i méně známé vánoční folkové písně. Muзикanty jistě těšil dlouhý a upřímný potlesk.

Příjemnou adventní náladu zaplněného sálu doplnil speciálně připravený vánoční punč.

Pavel Hamza

Změna kontaktních hodin pro okrskáře z Michálkovic

Své strážníky-okrskáře mohou michálkovičtí občané osobně kontaktovat na ul. Čs. Armády 325/106, přímo v budově městského úřadu. Mohou se zde na ně obrátit s žádostí o pomoc při řešení nějakého problému nebo třeba jen s žádostí o radu.

K 1. lednu 2011 došlo ke změně kontaktních hodin. Ty jsou nově stanoveny takto:

každá sudá středa od 16.00 do 18.00 hodin.

Občané, kteří upřednostňují osobní jednání, zde v uvedené době mohou oslovit některého ze čtyř místních okrskářů.

Přistavení kontejnerů

pro sběr velkoobjemového odpadu na vybraná místa v obvodu Ostrava-Michálkovic
březen 2011

stanoviště

termín
přistavení

1. parkoviště ul. ČSA - ul. Pavelská	21.3.
2. ul. ČSA - „Uhrovec“ (před obyt. domy Slámova)	21.3.
3. ul. Zvoníčková - spojka s ul. U Kříže	22.3.
4. křiž. ul. Petřvaldská - Rajska - Hukvaldská	22.3.
5. křiž. ul. Radvanická - Slunná (u zastávky DPO)	23.3.
6. ul. Lechova - travnatá plocha v blízkosti RD č. 21	23.3.
7. ul. Panská - na parkovišti mezi obyt. domy č. 85-91	24.3.
8. křiž. ul. Bláhova - Petřvaldská	24.3.
9. spojka ul. Sládečkova - Petřvaldská (u zast. DPO)	28.3.
10. Michalské náměstí - mezi obytnými domy č. 6-8	28.3.
11. křižovatka ul. Legerova - Gogolova - Skřivánčí	29.3.
12. ul. Charvátova - záliv (na pravé straně ve směru k Rajske)	29.3.

Akce Kulturního domu

KULTURNÍ DŮM • Telefon 596 231 565

Každé pondělí 18.30 **Cvičení žen**
Každé pondělí 20.00-21.00 **Zumba.** Nové cvičení v rytmu latinskoamerických tanců s certifikovanou cvičitelkou Evou Tomečkovou.
Každou středu 16.30 **Cvičení jógy**
Každou středu 18.30 **Cvičení žen**

Od 12. 1. 2011 každou středu 20.00-21.00

ZUMBA S HANČOU

Svět ovládající energické fitness cvičení, při němž rozhýbáte tělo, pobavíte se a zhubnete. Kurs vede certifikovaná lektorka Hana Mišková. Více info na www.zumbashancou.cz nebo na tel. 728 330 672.

Od 10. 1. 2011 každé pondělí

17.00-18.30 **Výtvarné kurzy.** Pro dospělé pod vedením zkušené výtvarnice paní H. Provazníkové. Během kurzů se účastníci naučí zvládat nejrůznější výtvarné techniky. Zájemci o účast v kursu se mohou přihlásit u paní Provazníkové na tel. č. 777 818 826 nebo na e-mailu HProvaz@seznam.cz.

ÚNOR

4. 2. Karneval Mateřské školy Sládečkova, Ostrava-Michálkovic
5. 2. 19.30 **Ples Sdružení dobrovolných hasičů Michálkovic**
7. 2. 17.00-18.30 (Nejen) **Valentýnské dekorace.** Výtvarný kurs, během kterého si vyrobíte svícen, který nemusí být jen k svátku zamilovaných. Cena kursu 150,- Kč.
12. 2. 19.30 **Ples sportovců TJ Heřmanice**
14. 2. 17.00-18.30 **Šperky z korálků.** Výtvarný kurs v němž ze skleněných nebo plastových korálků budete vyrábět náušnice a náhrdelník. Cena kursu 130,- Kč
19. 2. 19.00 **Studentský párty ples.** Více info na www.partyprotebe.cz
Předprodej vstupenek ve skateshopu Titty Twister (u zastávky Stodolní).
21. 2. 17.00-18.30 **Keramika. Výtvarný kurs.** Budeme glazovat aromalampu, kterou jsme udělali v lednu. K dispozici bude i keramická hlína, takže si můžete přijít lampu vyrobit. Cena kursu 110,- Kč
24. 2. 19.00 **Nejkrásnější válka aneb Lysistrata.** Komedie v níž hrají členové Divadelního spolku Šalamoun je zastávkou divadelní Přehlídky OCHotnického Ostravského Divadla 2010. Vstupné 40 korun (seniři a studenti polovinu).
25. 2. 19.30 **Ples Sdružení dobrovolných hasičů Heřmanice**
28. 2. 17.00-18.30 **Dekupáž. Výtvarný kurs.** Ubrouskovou techniku použijeme na vytvoření obrázku. Cena kursu 130 Kč

BŘEZEN

4. 3. 19.30 **Ples chovatelů psů**
5. 3. 19.30 **Ples SDH Michálkovic**
9. 3. 9.00 **Dětské prázdninové dopoledne.** Divadelní pohádka **Královna k sežráním** a dopoledne soutěží a her.
11. 3. 20.00 **MAŠKARNÍ BÁL.** NOVINKA PLESOVÉ SEZÓNY!!! NOVĚ V MICHÁLKOVICÍCH!!! V pátek 11. 3. se koná Michálkovic-ký Maškarní Bál. K tanci a poslechu bude hrát skupina Redstone. Vstup v maskách (téměř) povinný. Divácká soutěž masek.
12. 3. 19.30 **Ples Českého červeného kříže**
17. 3. 16.00-18.00 **Kurs tréninku paměti.** Povede Zdeněk Ožana
18. 3. 19.30 **Rybářský bál Michálkovic**
19. 3. 19.30 **Ples studentů gymnázia Hladnov**
23. 3. 8.00-11.00 **Členská schůze klubu důchodců dolu Heřmanice**

29. 3. 9.00 Prodejní akce firmy Press

31. 3. 19.00 **Marečku podejte mi pero.** Znamá komedie tentokrát na divadelních prknech v podání Rychvaldského ochotnického spolku

DUBEN

1. 4. 18.00 **Večírek Taneční školy TEP manželů Evy a Tomáše Pekárkových.**

9. 4. 9.00 **Uzlová štafeta.** Soutěž mladých hasičů ve vázání uzlů.
14., 15. a 16. 4. **Festival malé hudby.** 2. ročník přehlídky tří koncertů hudby hrané na netradiční a neobvyklé nástroje či hudby hrané netradičním způsobem. Festival se koná za finanční podpory Statutárního města Ostrava.

OSTRAVA!!!

ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA!

Bližší informace ve vývěsních skřínkách, na plakátech v KD a telefonicky na č. 596 231 565.

Nově na www.kdmichalkovice.cz

Blahopřání

Dne 15. února 2011 se dožívá krásných 99 let paní

BOŽENA GOLIÁŠOVÁ



*Další svíčka
na tvém dortu,
netřeba se mračit, buď ráda,
že máš ještě sílu
sfouknout je a zhasit.*

Hodně zdraví, protože je tak vzácné, štěstí, klidu
a rodinné pohody jí přeje Robert, Marcela,
Lukáš a Anička.

Dne 6. ledna 2011 oslavil své jubilejní
90. narozeniny pan

BŘETISLAV SVRČINA

Do dalších let vše nejlepší,
zdraví, štěstí, lásku
a osobní pohodu
přejí z celého srdce
syn Ivo s manželkou Růženu,
vnučky Simona a Denisa
a pravnucek Jakub.



Vzpomínáme



14. ledna 2011 jsme
tichou vzpomínkou uctili
4. výročí úmrtí
naší drahé manželky
a maminky, paní

JIŘINY LACKOVÉ

Vzpomínají a nikdy nezapomenou
manžel a dcery s rodinami



Dne 2. ledna 2011 uplynulo 22 let,
kdy nás navždy opustil náš otec, pan
BOHUMIL JENDRYKA



a dne 2. dubna 2011 uplyne 15 let,
kdy nás také opustila naše maminka,
paní

JIŘINA JENDRYKOVÁ.

Tichou vzpomínkou uctěte s námi
jejich památku.
Synové Bohumil a Lubomír
s celou rodinou.

Poslední rozloučení



Oznamujeme všem přátelům a známým,
že nás dne 29. prosince 2010
náhle opustila ve věku 76 let paní
JIŘINA MAJEROVÁ



Za tichou vzpomínku k uctění její památky děkuji.
Manžel Antonín Majer

Zprávy Městské policie Ostrava

Kradli ve sklepě, údajně aby měli na zaplacení nájmu

Dne 5. 1. 2011 byla hlídka městské policie vyslána do domu
v Ostravě-Michálkovicích, kde se měly dle oznámení na linku
156 pohybovat podezřelé osoby. Strážníci zjistili, že vstupní dveře
do domu jsou poškozené zřejmě po násilném otevření a ve sklep-
ních prostorách pak našli 19letého muže a 26letou ženu, kteří
v domě nebydleli. Muž měl u sebe navíc kleště a páčidlo, žena
baterku, kterou si svítili při prohledávání sklepních kójí. Při-
znali, že šli do sklepa krást, údajně aby prodejem odcizených
věcí získali hotovost na zaplacení nájmu. Strážníci je oba pře-
dali přívolaným policistům.

Opilí mladíci utíkali před strážníky

Dne 7. 1. 2011 ve večerních zasahovali strážníci v Ostravě-
Michálkovicích na základě oznámení o rvačce na ulici. Na místě
se nacházela pouze pětičlenná skupinka rozhádaných mladých
lidí (15letá dívka a čtyři chlapci 16 – 18 let). Dva 16letí mladíci
se po spatření uniformovaných strážníků dali na útěk. Na opa-
kované výzvy k zastavení se nereagovali. Byli však dopadeni
a jako vysvětlení, proč utíkali, uvedli, že oni před policií utíkají
vždy. Strážníci však zjistili, že oba mladíci jsou pod vlivem alko-
holu. I když oba nejprve popírali, že by nějaký alkohol pili, byly
jim orientační dechovou zkouškou naměřeny hodnoty 0,37 a 1,38
promile. Na dotaz, kde k alkoholu přišli, oba shodně tvrdili, že
kamarád, jehož jméno pochopitelně neznali, jim nabídl vodku
a nějaké to pivo. Chlapce si vyzvedli rodiče, které strážníci kon-
taktovali. O události bude informován orgán sociální péče. Přes-
tupek, kterého se neuposlechnutím výzvy úřední osoby dopus-
tili, bude projednán správním orgánem. Jako mladistvým jim
za něj hrozí pokuta až 2 000 Kč.

Napadená žena

Dne 23. 1. 2011 zadrželi strážníci městské policie podezřelého
z napadení ženy v Ostravě-Michálkovicích. Poškozená se ob-
rátila na strážníky s tím, že před chvílí byla při vystupování
z trolejbusu napadena dvojicí mladíků, kteří ji povalili na zem
a chtěli jí zřejmě ukrást kabelku. Jelikož se však v té době na
zastávce nacházelo několik dalších osob, pachatelé se dali na
útěk, aniž by cokoli odcizili. Žena poskytla popis obou pachate-
lů i směr jejich útěku. Strážníci při následné kontrole okolí na-
razili na nezletilého mladíka, který vzhledem odpovídal popisu
jednoho z pachatelů. Dotyčného proto zadrželi a předali přívola-
ným policistům.

Telefonní číslo služebny v Michálkovicích 596 231 101
Policie ČR - 158 ● Městská policie Ostrava - 156



pondělí	9-12	13-18
úterý	9-12	13-16
středa	zavřeno	
čtvrtek	9-12	13-18
pátek	9-12	13-16

Milí čtenáři!

Rok 2010 byl u nás v knihovně rokem úspěšným po všech stránkách.

Připravili jsme si pro vás krátký přehled loňských výsledků, tak posuďte sami.

V minulém roce bylo u nás v knihovně přihlášeno celkem **590** čtenářů (z toho **216** dětí). Vypůjčili si **29.736** knih a časopisů. Do knihovny zavítalo **7.526** návštěvníků.

tedy jejich přehled v nejbližších měsících.

Knihovna města Ostravy letos slaví své **devadesáté narozeniny**. S kolegyní jsme se rozhodly vyrobit s dětmi lepoprelo k tomuto významnému jubileu. Samozřejmě se mohou připojit i dospělí čtenáři a napsat své postřehy na papír. Pak je přidáme k lepoprelu s dětskými kresbami.

Děti se také mohou zapojit do knihovnického kví-

rázky z Kutné Hory, Trojanovic, ostravských radnic, motivy zvířat,...

Paní Lešanovská začala malovat až v důchodu, což pro některé z vás může být inspirací, pokud nevíte, čemu se věnovat v pozdějším věku.

Březen zahájíme několika dalšími výstavami. Například **Inspirace bez hranic** nás zavede do skutečného světa našich imobilních spoluobčanů. Přesvědčíte se, že na vozíčku život nekončí a mnozí tito lidé cestují nejen po Evropě, ale věnují se mnoha dalším aktivitám.

Březen bude také ve znamení výstavy paní **Míly Chalupové**. Tentokrát nám zapůjčí historické kočárky a panenky, mimo jiné několik rebornek, které se teprve dostávají do povědomí veřejnosti. Mají své příznivce i odpůrce. Pokud se chcete zařadit do některé z těchto kategorií, přijďte si udělat nejprve svůj vlastní názor.

Šilheřovická keramička **Dorka Čecháčková** u nás již vystavovala vánoční keramiku. Tentokrát se můžete kochat jejími pracemi na jarní a velikonoční téma.

V pátek **11. 3. v 16.00** přivítáme paní **Dagmar Kravčíkovou** z Karviné, která se věnuje grafoterapii. Pokud máte zájem dozvědět se něco bližšího o léčbě písmem, o možnostech změnit písmo a zefektivnit své mozkové pochody, učit se přijďte podívat.

V pátek **1. 4.** proběhne celostátní **Noc s Andersemem**. Letos již podruhé budeme v naší knihovně nocovat s dětmi. Máme pro ně připraveny hry, soutěže, vycházku na hřbitov a večerní hrátky na hřišti v parku.

Tradičně besedám pro dospělé věnujeme páteční odpoledne. **8. 4. v 16.00** se můžete těšit na besedu s panem **Milošem Salomonem**. Nedávno se vrátil z Číny a připravil si pro vás besedu o této zajímavé zemi. Do Číny se jen tak nevypravíte, ale s panem Salomonem ji prostřednictvím fotek a videa procestujete za jedno odpoledne.

Ve čtvrtek **14. 4.** u nás rádi přivítáme **členy kmene Wabash**, kteří již loni měli v knihovně zajímavou a úspěšnou akci k velikonočním. Letos budou pro zájemce z řad dětí i dospělých opět plést karabáče, proběhne i ukázka pletení košíků a můžete si ozdobit vajíčko mnoha různými způsoby.

Kolegyně **Nada Zagorová** vymyslela výstavu, která by měla zmapovat Vaše domácí mazlíčky. Pokud máte nějaké fotografie svých miláčků (psů, koček, slepic, králíků, koz,...) přineste je do knihovny do konce června. Byli bychom rádi, pokud byste na fotografiích byli také vy, vaše děti nebo vnoučata. Výstava bude probíhat od září do konce roku 2011.

Pokud se věnujete zajímavému koníčku, procestovali jste nějakou zajímavou zemi, nebo se věnujete netradiční výtvarné technice, s důvěrou se na nás obraťte, určitě se domluvíme na spolupráci.

Vaše knihovnice:
Ivana Kalwarová
Nada Zagorová



Také na hojně navštíveném vánočním koncertu posluchačům zazpívaly žákyně ZŠ U Kříže. FOTO M. POLOKOVÁ

Uspořádali jsme **138** akcí pro téměř **2.000** zájemců. Z toho byly 4 výlety, 25 výtvarných odpolední, 11 besed pro dospělé, 8 besed pro děti, 19 soutěží, 2 knihovnické lekce pro MŠ, 8 knihovnických lekcí pro ZŠ, 53 výstav a 5 koncertů. Nakoupili jsme **780** nových knih, z toho část byla financována místním úřadem.

Mnozí z vás jistě zaznamenali, že knihovna získala titul **Městská knihovna roku 2010**. Musím upozornit, že se nejedná jen o michálkovickou pobočku, ale o **Knihovnu města Ostravy** jako celek, který má **26** poboček po celém městě.

V letošním roce jsme si pro vás opět připravili množství akcí. Nabízíme

zu a vyzkoušet si své znalosti.

Nabízíme seznam 90 nejčtenějších knih v rámci všech ostravských poboček a srovnání s 90 nejčtenějšími tituly v naší knihovně.

Od ledna si můžete prohlédnout výstavu fotografií spisovatele a fotografa **Břetislava Olšera**, které nám přibližují Izrael. V tomto čísle si můžete přečíst článku o besedě s panem Olšerem, která proběhla **4. 2.** Autor představil svoji novou knihu a řeč byla samozřejmě i o těch dříve vydaných, které jste mnozí z vás četli.

Od ledna do konce března trvá výstava obrazů a plastik paní **Hany Lešanovské**.

Můžete se pokochat ob-

Zumba uchuátla Michálkovice

V závěru loňského roku se začala v michálkovickém kulturním domě vždy v pondělí večer cvičit zumba. Zumba má základ ve vášnivě latinskoamerické hudbě a je to uvolněná taneční forma dynamického cvičení, která vznikla před dvaceti lety a zaujala celý svět.

A nejenom tomu je v Michálkovicích. Hned první večer byl velký sál kulturního domu zcela zaplněn

dívčkami, slečnami, mladými ženami, maminkami i dámami babičkovského věku, zkrátka dámami všeho věku; pardon objevili se i muži, ale ti by se dali spočítat na prstech jedné ruky. Počáteční nadšení z cvičení v němž se zapojuje celé tělo, vydrželo a kurzy připomínající uvolněnou náladu tanečních párty jsou pokračování navštěvovány.



Protože poptávka po zumbě je opravdu velká, KD ještě další kurs, který běží ve středu večer. **Pavel Hamza**

Besedovali jsme s Břetislavem Olšerem

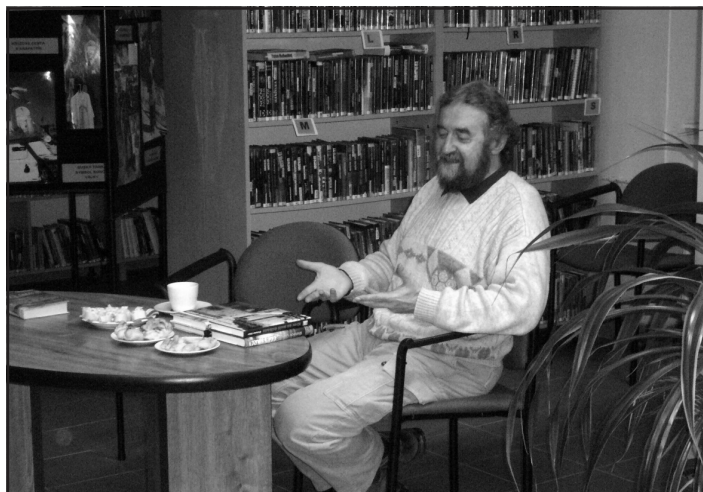


Další ze zajímavých besed připravila naše michálkovická pobočka Knihovny města Ostravy na páteční odpoledne 4. února. Čtenářům a dalším zájemcům z řad michálkovických spoluobčanů se tentokrát představil známý ostravský žurnalista a spisovatel Břetislav Olšer.

Jako novinář navštívil na pětasedesát zemí světa, získal nepřeberné množství poznatků a zkušeností, které byly podkladem i inspirací k napsání desítky knih, řady článků a reportáží. V současnosti probíhá v prostorách naší knihovny výstava fotografií věnovaná vydání jeho poslední knihy Izraelské osudy – Tisíc a jedna pravda ve Svaté zemi. Spolu se zážitky z Vietnamu, Černobyli, Kanady a Jihoafrické republiky byla tematika Izraele a života v této zemi hlavním obsahem besedy. Posluchači měli příležitost seznámit se s historií i současností židovského státu, který Břetislav Olšer při svých opakovaných návštěvách dokonale poznal. Místa svázaná s biblickými legendami, stíny holokaustu, rozvoj samostatného židovského státu po roce 1948 i současné izraelsko-palestinské vztahy byly vděčným tématem, pro vyprávění.

Mimořádně zajímavé byly informace o životě mnoha českých rodáků, kteří po druhé světové válce v Izraeli našli svůj nový domov. Připomenuli jsme si opět také život a osudy bývalého michálkovického spoluobčana Kurta Lanzera a jeho rodiny. Tento dvaosmdesátiletý pán se stále živě zajímá o život v Michálkovicích, zajišťuje udržování rodinného hrobu v židovské části našeho hřbitova a předloni spolu se svou manželkou Karmelou navštívil michálkovickou radnici.

Beseda se spisovatelem Břetislavem Olšerem byla opět jednou z úspěšných akcí připravených obětavými pracovníky naší veřejné knihovny. Potvrdila skutečnost, že michálkovické knihovna je jedním z významných kulturních center obce. (jk)



Zumbu si můžete zacvičit v Kulturním domě Michálkovice každé pondělí od 20. do 21. hodin s Evou Tomečkovou nebo každou středu od 20. do 21. hodin s Hanou Miškovou. Cena jedné hodiny je 50 korun.

Účelové dotace z rozpočtu Michálkovic

Zastupitelstvo rozhodlo o zásadách pro přidělování dotací ve dvou okruzích:

- Dotace na činnost subjektů zajišťujících pravidelnou činnost dětí a mládeže na nekomerčním a neziskovém principu v oblastech tělovýchovných, kulturních, uměleckých a jiných volnočasových a zájmově vzdělávacích aktivit.

- Dotace na uspořádání sportovních, kulturních, vzdělávacích či jiných akcí, přispívajících k volnočasovému vyžití občanů městského obvodu Michálkovice, které mají obecně prospěšný, nekomerční a neziskový charakter

Zásady pro přidělování dotací a pomocné formuláře, které usnadní řádné vyplnění všech údajů, jsou k dispozici na internetových stránkách městského obvodu.

Termín pro podání žádostí je 28. 2. 2011

Upozornění majitelům psů

Obecně závazná vyhláška č. 6/2003 v platném znění ukládá povinnost každému držiteli psa staršího tří měsíců přihlásit jej správci poplatků tj. ÚMOB Michálkovice, ČSA 106.

Splatnost poplatku za psa je do 31. března a platí se bez vyzvání.

Poplatek lze zaplatit hotově v pokladně ÚMOB Michálkovice, ČSA 106, bankovním převodem nebo poštovní poukázkou. U bezhotovostní platby je nutno uvést variabilní symbol.

Výši poplatku a příslušný variabilní symbol Vám sdělí pracovnice úřadu Yveta Bučková, tel.: 599 415 107, e-mail: ybuckova@michalkovice.ostrava.cz.

V případě, že nebude poplatek řádně zaplacen lze jej navýšit až na trojnásobek.

V sobotu 22. ledna se uskutečnil XX. michálkovický ples, který krátce před osmou večerní hodinou zahájil starosta M. Juroška a popřál zaplněnému sálu příjemnou zábavu.

Bohatý program, o jehož hudební stránku se tradičně starala oblíbená skupina FAMILY se svým frontmanem Pav-



lem Novákem jr., uvedla áriemi Mozartových a Verdiho oper členka souboru Národního divadla Moravskoslezského B. Šindlerová. Do tanečního reje plesové hosty svým předtančením a dalšími čísly v divokém rytmu latinskoamerických tanců pozvali členové tanečního klubu



Jubilejní XX. Michálkovický ples

K+K Labyrint, mezi nimiž exceloval pár mistrů republiky a vicemistrů Evropy K. Žabenská a M. Sejkora.

Spokojení hosté dlouhým potleskem odměnili také orientální tanečnici Marthu, Disco dance

show vicemistryň světa tanečnic Terezy a Petry a průvodkyni plesového večera moderátorku N. Birkleovou.

Mnohé hosty

SPONZOROVALI TOMBOLU PLESU

Zlatým hřebem každého pořádného plesu bývá plesová tombola. Do tomboly XX. Michálkovického plesu svými dary přispěli následující firmy, organizace i spoluobčané:

Pneuservis P. Dužík, firma Z. Švub, Městský obvod Michálkovice, TJ Michálkovice – odd. stolního tenisu, firma Gastop – J. Folvarčný, Krejčovství Premiér – S. Polakovičová, firma Euromedica, JT Kovo Cz,s.r.o., Stavebniny M. Galičák, Centrum zdraví a krásy Ostrava, firma Ostravské stavby, Čalounictví Y. Pláničková, Česká podnikatelská pojišťovna, Vítkovice Machinery Group, Miss Cosmetic, Krejčovství MODE – H. Václavíková, restaurace Seneca – S. Kutra, Institut pro ženy, firma GRASA – M. Poloková, firma www.taxichlast.cz, MUDr. Strážová, firma H. Vašíčková, firma Košmidrová, Drogerie Žabka a syn, firma ELPROS – J. Mucha, Ing. M. Juroška, Ph.D., Ing. V. Kozel, H. Dudová a O. Fürstová.

Všem vyjmenovaným sponzorům patří za jejich dary upřímné poděkování. (ph)



plesu jistě potěšily i výhry bohaté tomboly. Ples v neděli nad ránem zakončila diskotéka Dj Iva.

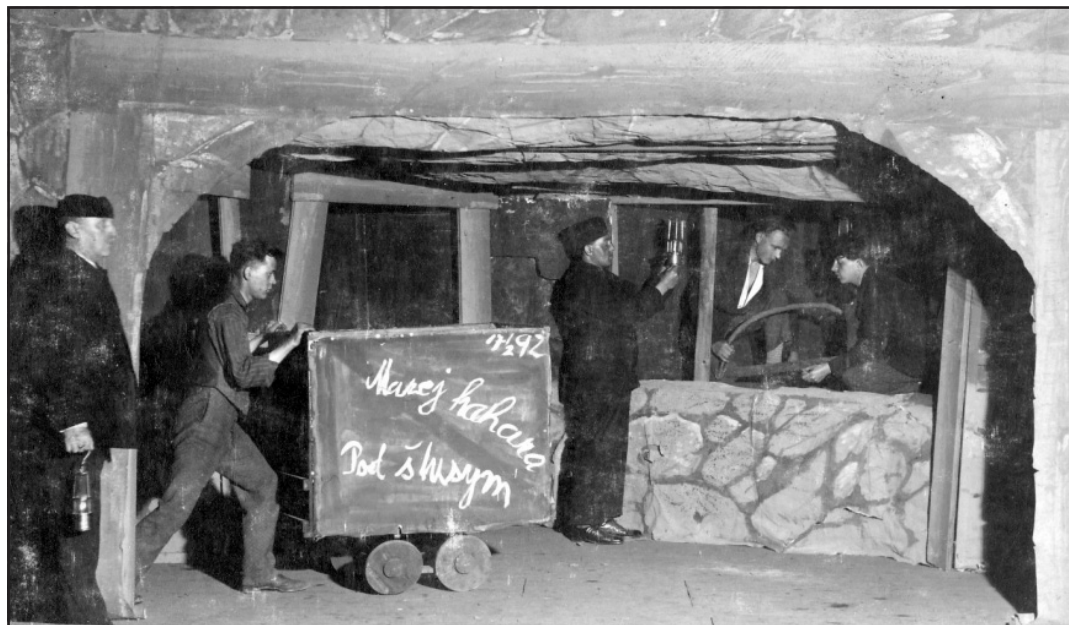
Poděkování za hladký průběh plesu patří všem, kteří pořadatelsky pomáhali ples zajistit.

Pavel Hamza

Pokračování z min. čísla

Samostatnou a velmi významnou kapitolu ochotnického divadla v Michálkovicích tvoří činnost divadelního souboru Marx. Po skromných začátcích v období první republiky jeho význam vzrostl po spojení se souborem Slezan, ke kterému došlo v roce 1948. Do souboru přišli vynikající amatérští herci Jaroslav a Vlasta Grymovi, Miroslav a Jarmila Pěkníkoví, Miroslav Havrant a další. Pod patronací Závodního klubu dolu Petr Cingr, na prknech kulturního domu, se michálkovické ochotnické divadlo mohlo plně rozvíjet. Divadelníkům přišli na pomoc někteří členové Státního divadla Ostrava. Souboru se mimořádně věnoval například herec a režisér Bronislav Krzanoski. Z michálkovických občanů v souboru Marx působili například Jakub Řepický s dcerou Věrou, Lubomír Dluhoš, Ilona Olmová, Antonín Polišenský, Olga Zlá, Jaroslav Bělčík, Jiřina Daňková Miroslav Kročil, manželé Godíkoví a Zahutovi a mnozí další.

Pod vedením zkušeného organizátora Jaroslava Gryma divadelní soubor Marx zažil v padesátých a na počátku šedesátých let své nejúspěšnější období. Účastnil se pravidelně divadelních přehlídek Vítkovická divadelní žatva, Hrušovské divadelní jaro, sám pak zorganizoval deset ročníků Michálkovických divadelních přehlídek. Mimořádně úspěšný byl například sedmý ročník přehlídky, konaný v listopadu 1960. Divadelní soubor Marx se této přehlídce zúčastnil inscenací hry Maxima Gorkého „Vassa Železnovová“, podílelo se na ní čtyřiapadesát michálkovických amatérských herců. Kromě této hry Marx uvedl inscenaci Karvašova „Meteoru“ a pro



Divadelní soubory

JIŘÍ KAŠPÁREK

děti Fixové „Černé kobry“. Spolu s domácím divadelním souborem se sedmého ročníku přehlídky zúčastnilo dalších devět ochotnických souborů, a to ze ZK dolu Stalin v Hrušově, ZK Fatra Napajedla, ZK Ton Frenštát, ZK dolu Zápotocký v Orlové, ZK dolu Vítězný únor v Porubě, DS Sokol Ostravice, soubory z Vítkovic, Staré Bělé a Hrušova.

Repertoár souboru Marx, který z velké části tvořily především hry klasiků, měl u obecnstva zasloužený ohlas. Z úspěšných inscenací můžeme například uvést Moliérovu hru „Jeho urozenost pan Měšťák“, Stroupežnického hry „Zvíkovský rarášek“ a „Paní mincmistrová“, „Na letním bytě“ Josefa Štolby, „Strakonického dudáka“ Josefa Kajetána Tyla, „Paní Marjánku, matku pluku“ Václava Trojana, Preissové hru „Její pastorkyňa“, „Hadriána z Římsů“ Václava Klimenta Klicpera nebo nejslavnější pohádkovou hru Williama Shakespeara „Bouře“.

Je škoda, že činnost divadelního souboru Marx se podstatně utlumila ztrátou samostatnosti dolu Petr Cingr a jeho sloučením s dolem Rudý říjen Heřmanice v roce 1966, došlo také

ke generační výměně členů souboru a dalším organizačním změnám. Smůlu dovršil požár v budově michálkovického kulturního domu, který zničil obsáhlou kroniku michálkovických divadelních souborů, vzácné dobové fotografie, alba inscenací a mnoho dalších cenných historických materiálů. Slavná éra

Ze hry „Na šachtě“ divadelního spolku Klicpera

michálkovického amatérského divadla tak zůstává jen jako střípky ve vzpomínkách pamětníků a jejich soukromých archivech. Na prknech jeviště našeho kulturního domu v současnosti hostují cizí ochotnické divadelní soubory.



Věra Dudová-Richterová v roli Jenůfy ve hře její pastorkyňa.

Topná sezóna

Topná sezóna je v plném proudu, a s ní i nebezpečí vzniku požárů sazí a dehtových usazenin ve špatně udržovaných komínech. Že se nejedná o planou hrozbu, potvrzuje i statistika Hasičského záchranného sboru Moravskoslezského kraje, kdy od komínů a topidel vzniklo v roce 2010 v Moravskoslezském kraji již 48 požárů.

Hlavní příčinou vzniku požáru bývá zanedbaná údržba komínového tělesa, protože i malé nečistoty v komíně mohou snadno způsobit velké nepříjemnosti, ať již dlouhodobé žhnutí a následný otevřený požár, nebo otravu obyvatel domu jedovatým oxidem uhelnatým. **Nezapomínejte proto na pravidelné čištění komínů a vybírání sazí, stejně jako na kontrolu technického stavu komínu odborníky - kominíky!**

A co taková pravidelná údržba komínů, kouřovodů a spotřebičů paliv obnáší? Dle nového Nařízení vlády č. 91/2010 o podmínkách požární bezpečnosti při provozu komínů, kouřovodů a spotřebičů paliv, které nabylo účinnosti 1. ledna roku 2011 je povinností majitele nemovitosti **zajistit vyčištění spalinové cesty**, a to:

- u spotřebičů na pevná paliva do 50 kW
- při celoročním provozu **3x ročně**
- při sezónním provozu **2x ročně** (nejlépe před a po skončení topné sezóny)
- u spotřebičů na plynná paliva **1x ročně**

Dále je povinností majitele nemovitosti **zajistit kontrolu spalinové cesty** u spotřebičů na pevná paliva a na plynná paliva jedenkrát ročně. Čištění komínů u spotřebičů do zmíněných 50 kW včetně lze provádět svépomocí, přesto je lepší spolehnout se na kominíky. Ti by



měli provést revizi komínu i v případě, že se chystáte připojit nový spotřebič, nebo hodláte změnit druh paliva. O provedeném čištění vydá kominík doklad, nebo revizní zprávu, která je důležitá nejen pro uplatnění případných nároků vůči pojišťovně.

A co když dojde k požáru v komíně? Snažte se jednat v klidu a s rozvahou. Co nejdříve jej oznamte na tísňovou linku 150 nebo 112. Požár sazí v komíně nikdy nehaste vodou, komín by popraskal, nebo by dokonce mohlo dojít k výbuchu. Do příjezdu hasičů se můžete pokusit zkotit plameny pomocí vyhazování suchého písku vymetacími dvířky nebo ze střechy do komína, nikdy však nejednejte riskantně.

Nejdůležitější je život a zdraví, teprve potom majetek!!!
- Prevence HZS MSK -

Stane se vitamín D důležitým lékem?

Vědci zjistili naprostý nedostatek vitamínu D v krvi u obyvatel ve většině evropských zemích. Nedostatek vitamínu D je však v celém světě.

Čím je to způsobeno?

Slunečního záření, které je důležité pro tvorbu vitamínu D, dopadá na zemi

stále dostatek, ale tím, že se lidé více chrání před dopadem slunečních paprsků, dostane se jen málo slunečního záření na kůži lidí. Naprostý nedostatek vitamínu D mají lidé, kteří jsou pro své onemocnění málo pohybliví a do sluncem zalité přírody se nedostanou.



Lidé ve střední Evropě mají možnost vystavit se slunečním paprskům jen malou část roku, vždyť půl roku vládne zima a dny jsou většinou bez slunce. To je také příčinou mnohých nemocí evropských obyvatel.

U malých dětí se objevuje onemocnění kostí zvané křivice. Zvýšené dodávání vitamínu D během těhotenství a na začátku života dětí vykazuje ochranu vůči pozdějším závažným nemocem, nejen křivici.

Zvýšené dodávání vitamínu D chrání před mnoha civilizačními nemocemi, jako je roztroušená skleróza, ale také diabetes mellitus a hypertenze (vysoký krevní tlak). Dodávání chybějícího vitamínu D nemocným s vysokým krevním

tlakem pomáhá ke snížení krevního tlaku u již existující hypertenze.

Vitamín D má také protinádorové účinky! Pomáhá také vyléčit kožní onemocnění jako je lupenka a výrazně pomáhá při léčení revmatismu.

Co dodat?

Současná lékařská věda doporučuje zvýšené dodávání vitamínu D nejen jako prevenci mnoha nemocí, ale také jako lék při léčbě mnoha současných onemocnění moderní doby.

V kulturním domě Ostrava Michálkovice zahajujeme konání přednášek o zdraví!

Těšíme se na Vaši účast na přednáškách.

MUDr. M. Strážová

CO NOVÉHO V INTERNETOVÉ SÍTI ServisCom ?

nová nabídka:

- zřízení internetu jen za 1kč (úplná instalace, zprovoznění)
 - s paušálem pro rychlost 5M za 350kč
 - v bytových domech s optikou 20M za 350kč
- všechny služby provozujeme s trvalou technickou podporou
- instalace a nastavení vašich domácích bezdrátových sítí
 - prodej a servis počítačů, notebooků, bezdrát. routerů, flešek, web kamer, DVD a podobně ...

vaše kontaktní místo:

ServisCom
Čs. armády 98 (budova pošty)
Ostrava - Michálkovice

prodejna, tel: 558 843 000, 777 811 081, info: 777 107 007

ceny vč. DPH

www.serviscom.cz

NÁRODNÍ TÝDEN TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI

V rámci celosvětové akce „Týden uvědomění si mozku“ pořádá Česká společnost pro trénování paměti a mozkový jogging

**NÁRODNÍ TÝDEN
TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI
od 14.3. do 20. 3. 2011.**

Cílem NÁRODNÍHO TÝDNE TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI je přesvědčit nejen seniorskou populaci, že si ještě docela slušně pamatuje, když jí někdo poradí, jak na to. Trénování paměti je efektivní nástroj proti oslabení paměťových schopností a zároveň rychlá cesta ke zvýšení sebevědomí.

Občanské sdružení Senior servis se k tomuto dni připojuje přednáškou, která se uskuteční **v úterý 15. 3. 2011** v Ostravě v sále Biskupství ostravskopavského, Kostelní náměstí 1 **v 10 hod.**

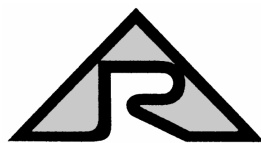
Přednáška je bezplatná a trvá cca 1 hod., tam je možné se informovat na kurzy Trénování paměti. Přednáší Mgr. Šárka Maňasová, CSc.

Určeno především pro seniory, kteří mají zájem se svou pamětí něco dělat a nenechat ji zahálet

UDĚLÁM ZA VÁS...

- Malby, nátěry interierů a exteriérů
- Úklid domácnosti, mytí oken, čištění fasád
- Instalátérské práce
- Sestavení nábytku z obchodních domů
- Obklady, podlahové krytiny
- Výškové práce na RD
- Obnova oplocení a jiné služby po dohodě

Šobich Petr, mobil: 731 259 193



RAMSES OSTRAVA spol. s r.o.

Potřebujete opravit Vaši střechu ?

**RAMSES OSTRAVA Vám ji opraví
za AKČNÍ ZIMNÍ CENY**

Volejte tel.: 602 572 902

E-mail: zakazka@ramses-ostrava.cz

www.ramses-ostrava.cz