



**P**orubská  
**R**adnice  
**I**nformuje  
**O**bcany 11/2009

Bezplatný časopis pro občany městského obvodu Poruba



E-mail ÚMOB Poruba: info@moporuba.cz  
Internet: www.moporuba.cz, tel.: 599 480 111

## Poruba je ve finále soutěže Obec přátelská rodině

Městský obvod Poruba se probíjalo do finále celostátní soutěže s názvem Obec přátelská rodině. Do klání v pěti kategoriích se přihlášily podle informací ministerstva práce a sociálních věcí necelé dvě stovky měst a obcí z celé republiky. Poruba se nyní v kategorii obce nad 50 tisíc obyvatel, utká s Havířovem, Hradcem Králové a Mostem. Vyhlášení výsledků se uskuteční tento měsíc.



Foto: Prokop Jirsák

Porubský úřad se do soutěže hodnotící rodinné aktivity přihlásil v červenci tohoto roku. „Vznikl pracovní tým, který vypracoval zhruba 80stránkový projekt mapující Porubu jako místo kvalitního bydlení. Obvod v současné době zaznamenává generační skok – s více než čtvrtinou obyvatel nad šedesát let je považován za obvod seniorů, zároveň se však do Poruby stěhují mladí lidé a už několik let zde roste počet narozených dětí. Sladit zájmy těchto věkových skupin není jednoduché,“ vysvětlil porubský místostarosta Jan Dekický.

Podrobný projekt porubského úřadu mapuje řadu aktivit zaměřených na rodinu, děti i seniory, ale i opatření v oblasti bydlení, bezpečnosti a společenského života v obci, prevenci patologických

jevů, zdravotnictví a mnoho dalších oblastí. „Vypracování projektu vyžadovalo týmovou práci. Obsáhlá zpráva je pro nás díky své komplexnosti zpětně zdrojem inspirace,“ sdělila Jana Glogarová, vedoucí Oboru péče o občany porubského úřadu.

Porubský úřad navštívila hodnotící komise složená z pracovníků ministerstva práce a sociálních věcí, která posuzuje, jak je projekt předložený ve druhém kole realizován v praxi. Komise navštívila některé porubské mateřské a základní školy, mateřské centrum, nové hřiště, centrum volného času a knihovnu. „Je velkým úspěchem, že jsme se probíjeli až do finále. Na konečný verdikt teď netrpělivě čekáme,“ uzavřel porubský místostarosta Jan Dekický. Obce umístěné na prvním, druhém a třetím místě získají nárok na předložení žádosti o poskytnutí neinvestiční dotace ze státního rozpočtu na podporu prarodinných aktivit na místní úrovni pro rok 2010. -red-

Obec přátelská rodině je celostátní soutěž, jejímž cílem je podpora rozvoje prarodinných aktivit a propagace rodinné politiky na úrovni obcí. Vyhlášovatelem soutěže je Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR a Stálá komise pro rodinu Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR ve spolupráci s Asociací center pro rodinu a Sítí mateřských center v ČR.

Zdroj: [www.obecpratelskarodine.cz](http://www.obecpratelskarodine.cz)

## Obvod bude mít pět kruhových objezdů

Na ulicích Slavíkově a Průběžné vyrůstají od prázdnin dva nové rondely. Zatím jsou v Porubě okružní křižovatky tři – na Hlavní třídě, ulici Bedřicha Nikodéma a Nad Porubkou. Nejnovější rondel na ulici Bedřicha Nikodéma slouží řidičům od října loňského roku.

Práce na kruhových objezdech na ulici Slavíkově a Průběžné začaly letos v srpnu a září, ukončeny by mohly být v tomto roce. Náklady na výstavbu ve výši zhruba dvanáct milionů korun poskytlo statutární město Ostrava.

„Vybudováním dalších kruhových objezdů se v porubském obvodu zvýší bezpečnost a plynulost provozu, stejně jako tomu je na okružní křižovatce ulic 17. listopadu a Bedřicha Nikodéma,“ sdělil místostarosta Petr Mihálik. Před výstavbou tohoto rondelu byla křižovatka vyhodnocena jako nebezpečná s více než dvaceti dopravními nehodami ročně, nyní se počet nehod výrazně snížil.

Provoz na komunikacích je v době výstavby rondelů na ulicích Slavíkově a Průběžné částečně omezen. Porubský úřad proto žádá řidiče



Foto: Michal Kačmarčík

Nový rondel by mohl řidičům sloužit ještě letos.

o respektování dopravního značení a omlouvá se všem za případné dočasné komplikace. -red-

## POZVÁNÍ

Zveme občany na zasedání Zastupitelstva městského obvodu Poruba, které se koná v úterý 24. listopadu 2009 od 9:00 hodin v sále Domova pro seniory Slunečnice na ulici 17. listopadu v Ostravě-Porubě.

Ing. Lumír Palyza  
starosta MOB Poruba

## Služeb Czech POINTu využilo letos 1517 lidí

Porubská radnice nabízí už druhý rok občanům služby v rámci projektu Czech POINT, které umožňují zájemcům obdržet potřebné informace na jednom místě. V tomto roce využilo možnost získat na úřadu výpisy z katastru nemovitostí, obchodního, živnostenského a trestního rejstříku, informaci o výpisu z bodového hodnocení řidičů a žádost o zřízení datové schránky celkem 1517 zájemců.



„Největší zájem mají lidé o výpis z rejstříku trestů,“ uvedla vedoucí matky porubského

úřadu Pavla Adamčíková. „V letošním roce u nás tuto službu vyhledalo 1029 občanů,“ dodala. Výpis z katastru nemovitostí si v tomto roce na porubské radnici vyžádalo 227 zájemců, výpis z obchodního rejstříku obdrželo 158 žadatelů a výpis z živnostenského rejstříku získalo 14 zájemců. O výpis z bodového hodnocení řidičů mělo zájem 77 občanů, o zřízení datové schránky, které je od 1. 7. tohoto roku nejnovější službou v rámci Czech POINTu, projevovalo zatím zájem 12 lidí. „Služby zavedené na porubské radnici rozhodně vítám. Jsem rád, že při vyřizování potřebných dokumentů nemusím chodit po celé Ostravě a ušetřím tak čas,“ potvrdil Jiří Obrusník z Poruby.

Služby projektu Czech POINT (Český podací ověřovací informační národní terminál) využívají občané v budovách porubské radnice na Klimkovické a Vřesinské ulici druhým rokem. Služba není určena k nahlížení do registrů, ale pouze k vystavení ověřeného výstupu z příslušného registru. Každý zájemce je před vyhotovením výpisu seznámen s počtem stran a cenou, kterou pak uhradí na úřadu v hotovosti.

Informace o tom, jaké konkrétní služby může občan prostřednictvím Czech POINTu využít a za jakých podmínek jsou služby poskytovány, naleznete na webové stránce:

<http://www.czechpoint.cz/web/index.php?q=node/23>

-red-

# Kam odložit objemný odpad?

Starý nábytek, koberce, lyže a další nepotřebné věci můžete v listopadu a prosinci vyhodit do přistavených velkoobjemových kontejnerů. Přesný rozpis naleznete na webových stránkách obvodu [www.moporuba.cz](http://www.moporuba.cz) a na úřední desce. Informace můžete získat také na oddělení životního prostředí, tel. č. 599 480 620.



Foto: Vendula Černínová

Kontejnery jsou přistavovány a odváženy zdarma.

„Do kontejnerů na objemný odpad nelze ukládat popel, stavební suť, domovní odpad a nebezpečné odpady, například elektrospotřebiče, chemikálie, zářivky, léky a oleje. K bezplatnému předání tohoto odpadu lze využít sběrný dvůr v ulici Nad Porubkou u konečné autobusu č. 58,“ vy-

světlila Monika Švigostová, vedoucí oddělení životního prostředí porubské radnice.

Kontejnery jsou přistavovány podle harmonogramu vždy v době od 7 do 15 hodin, následující den jsou odváženy opět v době od 7 do 15 hodin. Poskytované služby jsou zdarma. Odvoz plných kontejnerů, jejichž počet je pevně stanoven, je možno zajistit po telefonické domluvě s panem Slowikem, vedoucím dispečerem OZO Ostrava s.r.o., na tel. č. 596 237 959 nebo 596 251 215. Po odvozu už nebude další kontejner přistaven. Barva velkoobjemových kontejnerů je zelená.

## Svoz nábytku z domácností

objednávky na zelené lince: 800 100 699 (objednávky se přijímají v době 6–14 hodin) poplatek činí 50–400 Kč podle objemu (od 0,5 m<sup>3</sup> do 4 m<sup>3</sup>)

## Odpad ze stavebních úprav

likvidace za smluvní ceny informace na tel. číslo 596 251 277

-red-

# Za využití sběrného dvora sportování na rok zdarma

Společnost OZO Ostrava pokračuje v boji proti černým skládkám. Obyvatelé města Ostravy, kteří svůj objemný nebo nebezpečný odpad odvezou do sběrného dvora, se mohou od 5. 10. do 20. 12. 2009 zúčastnit soutěže ROK ZDARMA. V ní mohou vyhrát například roční jízdné v MHD Ostrava, roční poplatek pro 4 osoby za odvoz odpadů, vstupné do sportovních areálů SAREZA a další zajímavé ceny.

Spolu se soutěží zahajuje OZO Ostrava třetí velkou kampaň na propagaci sběrných dvorů, aby tak bránilo vzniku nových černých skládek. „Kampaň na propagaci sběrných dvorů a osvěta obyvatel města se osvědčily, díky nim se objem nelegálně odloženého odpadu snižuje. Nyní se snažíme nalákat Ostravany do sběrných dvorů také soutěží,“ uvedl ředitel společnosti OZO Ostrava Karel Belda. Po kampani v červnu 2008, která byla zaměřena na zviditelnění sběrných dvorů, poprvé po několika letech klesl trend každoročního nárůstu černých skládek, a to o 22 %. Za prvních osm měsíců roku 2009 už sběrné dvory vybraly více než 4400 tun odpadu. I přesto však pracovníci společnosti OZO Ostrava odstranili z černých skládek ve městě Ostrava dalších 450 tun nelegálně odloženého odpadu.

V rámci snahy přiblížit sběrné dvory co nejvíce lidem OZO Ostrava v říjnu distribuovalo do domácností mapy sběrných dvorů s uvedením otvácí



Foto: Prokop Jirsák

Odpad patří do kontejneru.

doby. Do poštovní schránky mapu dostalo přes 100 tisíc domácností v oblastech, kde se černé skládky vyskytují nejvíce. „Mapy obdrželi také obyvatelé Poruby,“ uvedla Vladimíra Karasová, vedoucí Centra odpadové výchovy a propagace společnosti OZO Ostrava.

-red-

# Zkušební ekologický provoz se dopravnímu podniku osvědčil

Ekologický projekt Dopravního podniku Ostrava má za sebou úspěšný zkušební provoz. Ostravský dopravce u starších typů autobusů nahradil klasickou naftu ekologičtější naftou emulzní. Výsledkem je nejen ekologičtější provoz, ale také finanční úspora.

Třináct autobusů dopravního podniku využívalo v uplynulých týdnech zkušební emulzní naftu. Po celou dobu jezdily na stejných trasách tytéž typy vozidel s klasickou naftou, aby mohly být porovnány jednotlivé údaje. „O ekologickém přínosu, tedy že díky emulzní naftě splňují naše staré autobusy přísnější normy a vypouštějí méně škodlivin, jsme věděli. Bylo potřeba ověřit, zda dojde také k finančním úsporám. I to se nám po prozkoumání všech získaných hodnot prokázalo, takže ani ekonomické hledisko není zanedbatelné,“ uvedl ředitel Dopravního podniku Ostrava František Kořínek. Po vyhodnocení všech údajů se ostravský dopravce

rozhodl v ekologickém projektu pokračovat. Jedna třetina autobusového vozového parku vypouští do ovzduší méně škodlivin než dříve. Nyní využívá ekologičtější i ekonomičtější emulzní naftu celkem 95 starších autobusů. „Kvalita ovzduší, které každý den dýchají obyvatelé města, je jedním z nejpálčivějších problémů Ostravy. Tato situace není lhostejná ani dopravnímu podniku. Kromě ekologického projektu využívání emulzní nafty počítáme v budoucnu s tím, že při obnově vozového parku budeme pořizovat pouze ekologicky šetrné vozy,“ uzavřel Kořínek.

-red-

## Z usnesení RMOB Poruba

Rada městského obvodu Poruba na své 73. schůzi, konané dne 15. 10. 2009,

### rozhodla

- o použití prostředků z Fondu životního prostředí na výrobu sloupků a tabulí pro označení ploch pro volný pohyb psů
- souhlasit s umístěním stavby „Rekonstrukce veřejného osvětlení oblast Oty Synka“
- uzavřít nájemní smlouvy k volným bytům v domě s pečovatelskou službou na ulici Průběžná, v souladu se Zásadami Rady MOB Poruba
- souhlasit se zapojením ZŠ Porubská 832 do projektu Operačního programu přeshraniční spolupráce 2007–2013 Česká republika – Polská republika „S přáteli a kresbou přes česko-polské pohraničí“
- souhlasit se zapojením ZŠ Dětská 915 do grantového projektu v rámci globálního grantu „Další vzdělávání pracovníků škol v kraji Moravskoslezském Operačního programu Vzdělávání pro konkurenceschopnost“

### projednala

- návrh hodnotící komise ve veřejné zakázce „Zimní údržba místních komunikací III. třídy a parkovišť a komunikací IV. třídy na území SMO-MOB Poruba“ zadané formou otevřeného řízení
- žádost humanitární společnosti Parkinson, o. s., o poskytnutí účelové dotace ve výši 10 000,- Kč na projekt podpora činnosti a doporučila Zastupitelstvu MOB Poruba rozhodnout o poskytnutí účelové dotace

Petr Jedlička

## Změna jízdních řádů

Dokončení rekonstrukce tramvajového mostu na ulici 28. října přineslo změnu v jízdních řádech ostravského dopravního podniku. Od 21. října se linky č. 1, 2, 4, 5, 11 a 13 vrátily do svých původních tras. Linka č. 75 a linka označená písmenem X byly zrušeny. U linky č. 47 byla zrušena zastávka „Dvory“. Informace o všech změnách najdou cestující na webových stránkách Dopravního podniku Ostrava [www.dpo.cz](http://www.dpo.cz) a v knižním dodatku jízdního řádu.

-red-

## Pochod proti diabetu

Porubští diabetici zvou všechny občany na 6. ročník pochodu proti diabetu, který se uskuteční 14. listopadu při příležitosti Světového dne diabetu. Letošní ročník bude ve znamení modré barvy, což je barva kampaně OSN. Motto letošní akce zní „I chuť může být prevencí.“ Sraz diabetiků i širší veřejnosti je ve 14:00 hodin na Alšově náměstí v Porubě. Členové výboru organizace diabetiků z Poruby lidem rozdají upomínkové předměty a vyplní prezenční listiny. Účastníci pochodu budou tvořit živé modré kruhy. Pochod projde Alšovým náměstím a bude pokračovat směrem k Domu kultury Poklad, kde je od 15:00 hodin v sále zajištěn program. Jeho součástí bude např. krátká přednáška o diabetu, vystoupení mažoretek ELITE a dětského sboru. Program končí v 16:00 hod.

-red-

## Reportáže na internetu

Reportáže televize Fabex, které mapují dění v porubském obvodu, můžete sledovat nejen v televizi, ale také na internetové adrese [www.TVOVA.cz](http://www.TVOVA.cz). Magazín televize Fabex s názvem Ostrava se vysílá v televizní kabelové síti UPC na Infokanálu UPC EXPRESS každou sudou hodinu.

-red-

## Pracovníci veřejné služby pomáhají ve školkách

Novou pracovní náplň mají od konce října lidé, kteří pro Porubu vykonávají veřejnou službu. Městský obvod se rozhodl využít jejich pomoci při podzimním úklidu zahrad v mateřských školkách.

Poruba zavedla veřejnou službu na začátku letošního září. Pracovní čety doposud udržovaly pořádek v ulicích obvodu. „Nyní vznikla potřeba odstranit spadlé listy ze zahrad mateřských škol, proto jsme vytvořili operativní plán na úklid těchto prostor pracovníky veřejné služby. Pracovní čety postupují podle připraveného harmonogramu a postupně uklídí všech devatenáct zahrad porubských mateřských škol,“ uvedl starosta Lumír Palyza. Jak podotkl, obvodu se podařilo zajistit ve spolupráci se soukromou firmou kontejnery, do nichž pracovní čety shrabané listy ukládají. Podzimní úklid venkovních ploch mateřských škol potvrzuje maximálně měsíc. „Jelikož je údržba škol a školek celoroční záležitostí, zvažujeme, že vyčleníme několik pracovníků veřejné služby, kteří budou mít péči o tyto prostory na starost trvale,“ dodal Palyza.

Institut veřejné služby funguje v Porubě od začátku letošního září. Týdně obvod poskytuje možnost odpracovat 30 hodin deseti lidem, měsíčně se tedy v Porubě do veřejné služby zapojuje přibližně 40 dlouhodobě nezaměstnaných. V budoucnu by se jejich počet mohl razantně zvýšit, a to až na 160 pracovníků měsíčně. „Pokud se nám podaří zajistit alespoň dva kontrolní pracovníky, kteří by na činnost pracovních čet dohlíželi, pak by k rozšíření počtu pracovníků veřejné služby mohlo dojít ještě v letošním roce,“ uzavřel Palyza. **Porubská radnice v souvislosti s plánovaným rozšířením počtu pracovníků veřejné služby informuje, že žádosti o výkon veřejné služby mohou podávat také zájemci z jiných městských obvodů.**

- red -

## Centrum sociálních služeb zkvalitňuje poskytované služby

Vytvořit prostředí pro poskytování kvalitnějších sociálních služeb ve všech zařízeních porubského centra sociálních služeb, to je cíl projektu, který v této instituci odstartoval letos v srpnu a na nějž se centru podařilo získat dotaci od Moravskoslezského kraje.

Realizace projektu, na němž se podílejí i externí odborníci v oblasti zvyšování kvality sociálních služeb, je rozdělena do dvou částí. První z nich je supervizní setkávání, tedy systém pravidelných setkání zaměstnanců s odborníkem-supervizorem. Supervize je proces, který dává zaměstnancům možnost otevřeně hovořit o své práci a o problémech, které s ní souvisejí. „Supervize je jednou z možností celoživotního vzdělávání zaměstnanců a prevence syndromu vyhoření,“ doplnila ředitelka Centra sociálních služeb Poruba Jiřina Foldynová.

Druhou částí projektu je cyklus konzultací s odborníkem v oblasti kvality sociálních služeb.

Využití práce kvalifikovaného odborníka, konkrétně inspektora kvality sociálních služeb, umožní organizaci naplnit zásady národních standardů kvality, usnadnit jejich zavádění do praxe a umožnit pohled nezávislého odborníka „zvenčí“.

„Obě části projektu podporují proces zavádění standardů kvality do oblasti sociálních služeb a úzce spolu souvisejí. Účelem realizovaného projektu je vytvoření prostředí pro poskytování kvalitnějších sociálních služeb ve všech zařízeních či službách Centra sociálních služeb Poruba,“ doplnila Foldynová. Dodala, že realizace projektu by měla být ukončena v prosinci 2009. -red-

## Zdena Stýblová oslavila 101 let

Skleničkou šampaňského oslavila své 101. narozeniny obyvatelka Poruby Zdena Stýblová, která poslední tři roky žije v Domově pro seniory Korýtko v Zábřehu. K jubileu jí přišel popřát kromě rodiny a přátel i porubský místostarosta Jan Dekický a místostarosta obvodu Ostrava-Jih Ľubomír Košík.

„Přání mám úplně stejné jako v minulém roce – hlavně ať jsme všichni zdraví,“ prozradila s úsměvem oslavená. Recept na dlouhý věk je podle její rodiny jednoduchý: hodně práce, optimismu a lásky, kterou svým blízkým rozdala.

Zdena Stýblová se narodila 7. října 1908 a pracovala jako úřednice ve spořitelně. V roce 1940 se provdala za dětského lékaře Augustina Stýbla, v roce 1942 se jim narodil syn Jan, v roce 1946 syn Petr. Dnes má paní Stýblová tři vnučky a čtyři pravnoučata. Nikdy neměla televizi, raději vždy četla a poslouchala vážnou hudbu. V jídle nebyla vybíravá, občas nepohrdla skleničkou becherovky a ráda vařila a pekla – na Vánoce přes dvacet druhů cukroví.

-ova-



Foto: Prokop Jirsák  
Zdena Stýblová přijala gratulace s úsměvem.

## STALO SE V ŘÍJNU



Foto: Vendula Černínová

Starosta Poruby Lumír Palyza ocenil nejlepší tvůrce, kteří představili svá díla na letošním ročníku mezinárodního festivalu filmů a televizních pořadů o technických a průmyslových památkách Techné Ostrava 2009. Přehlídku snímků hostil na konci října porubský Dům kultury Poklad.



Foto: Jiřina Soukupová

V Kulturním centru Poruba se u příležitosti Dne seniorů konal besední pořad o historii Poruby, doplněný dobovou fotografickou dokumentací. Návštěvníci se dozvěděli řadu zajímavostí od kronikářky Poruby Věry Šmajstrové a Jiřího Lexy, předsedy Letopisecké komise Rady městského obvodu Poruba.



Foto: Michal Kačmařík

Cyklistické hvězdy se setkaly na Hlavní třídě, aby změřily své síly u příležitosti VI. ročníku Memoriálu Jana Veselého. Pro návštěvníky byl nachystán doprovodný program. Lidé mohli také využít bezplatného servisu kol.



Foto: MŠ Čs. exilu

V rámci Evropských dnů handicapu, které pořádala Asociace Trigon, navštívili Mateřskou školu na ulici Čs. exilu hosté z Francie a Itálie. Prohlédli si vybavení a pomůcky ve školce a společně diskutovali o metodách práce s dětmi s poruchou autistického spektra.

Chcete vidět do blízka, na počítač i do dálky a neměnit přitom brýle?  
Pořiďte si multifokální skla!

**V době od 2. do 30. 11. 2009  
pár multifokálních čoček za cenu jednoho,  
tedy jedno sklo ZDARMA!**

OPTIKA ŽHÁNĚL, Hlavní tř. 1024, tel. č. 596 932 108  
OPTIKA ŽHÁNĚL, MephaCentrum, Opavská 962, tel. č. 733 182 219



# Gymnázium modernizuje vybavení svých učeben



Investice do vaší budoucnosti

**Evropská unie**

PODPOROVÁNO Z EVROPSKÉHO FONDU  
PRO REGIONÁLNÍ ROZVOJ



Už téměř rok pracuje Gymnázium Olgy Havlové na projektu „Aplicace moderních výukových trendů na gymnáziu“, na který získalo dotaci ze Strukturálních fondů EU ve výši 4,769 miliony korun. Realizace projektu je nyní v jedné třetině.

„Cílem projektu je modernizace vybavení učeben cizích jazyků, učeben biologie, fyziky a chemie a také zavedení nových trendů do praktického vyučování přírodovědných oborů. Jeho součástí je také vybudování multifunkčního výtvarného ateliéru. Díky nové technice a budoucím digitálním technologiím dosáhneme na naší škole nejmodernější výuky,“ uvedla Zuzana Kozubová, pedagožka z Gymnázia Olgy Havlové. Jak dodala, nyní je realizace projektu v jedné třetině. Nejvíce prací ve škole proběhlo během letních prázdnin. V budově školy vznikla nová keramická dílna s pecí, výtvarný ateliér je nově vybaven elektrickým zatemňovacím systémem. Podařilo se rekonstruovat tři jazykové učebny a vybavit je moder-

ním sluchátkovým zařízením, ovládacími pulty, nábytkem i osvětlením. Hotova je i modernizace učebny biologie včetně elektroinstalace.

„Do konce roku jsme připraveni zrealizovat další fáze projektu. Jejich naplněním je vytvoření zázemí pro poskytnutí komunitních služeb a podporu podmínek k využívání volného času studentů našeho gymnázia. Studenti i pedagogové mají radost z toho, že naše škola bude využívat moderní výukové technologie tak, jak by to na počátku nového století mělo být,“ doplnila Kozubová.

Postupnou realizaci projektu bude Gymnázium Olgy Havlové prezentovat na dnech otevřených dveří, a to 1. 12. 2009 a 12. 1. 2010 vždy od 14:00 do 18:00 hodin. -ova-

## My všichni jsme Evropané

Základní škola na ulici A. Hrdličky uspořádala v rámci oslav Evropského dne jazyků den otevřených dveří. Cizí jazyk se v této škole začíná vyučovat již v prvním ročníku, Den jazyků zde proto není pouze formálním svátkem.



Foto: ZŠ A. Hrdličky

Rodiče mohli sledovat výuku svých dětí.

„Cílem oslav Evropského dne jazyků je upozornění na důležitost výuky jazyků zejména v souvislosti s porozuměním mezi různými kul-

turami a vyzdvížení jazykové a kulturní různorodosti Evropy. Důležitá je především podpora celoživotního jazykové vzdělávání, potřebného pro pracovní uplatnění a mobilitu v Evropě,“ sdělila Petra Trunkátová, zástupkyně ředitelky ZŠ A. Hrdličky.

Návštěvníci dne otevřených dveří si mohli ve škole prohlédnout práce žáků, navštívit hodiny jazyků, zapojit se do výuky, vidět výsledky práce svých dětí a ve vestibulu školy sledovat prezentace jednotlivých jazyků, které se ve škole vyučují.

V rámci připomenutí důležitého dne přijala pozvání školy zástupkyně Oxford University Press Martina Válková, která zajišťuje kvalitní jazykovou výuku a nabízí výukové materiály a semináře pro vyučující. Základní škola na ulici A. Hrdličky používá ve výuce anglického jazyka výhradně učebnice a materiály Oxford University Press a získala statut Oxford Quality School. -red-

## Robinsoni poznávají přírodu

Děti z Mateřské školy na ulici Na Robinsonce se rozhodně nenudí, podzim prožívají s heslem Do školky za zvířátky.

V rámci řady tematických akcí školku navštívili členové městské policie z Třebovic s vycvičenými psy, děti se vydaly na výlet do obory v obci Fryčovice a sokolník René Vrbický z Kyjovic jim předvedl cvičené dravce. Velkou zajímavostí pro malé Robinsony byla beseda s nevidomým a neslyšícím Ladislavem Holbou, kterou zprostředkoval strážník Martin Křížák. Ladislava Holbu všude doprovází speciálně vycvičený labradorský retrívr Pedro, který dětem předvedl, co všechno umí a jak svému pánovi pomáhá.

Děti se dozvěděly, jakým způsobem se mají k podobně postiženým občanům chovat a jak jim mohou pomoci, když se s nimi na ulici setkají. -red-



Foto: MŠ Na Robinsonce

Robinsoni besedovali s Ladislavem Holbou.

## Festival ZUŠ pokračuje

V listopadu pokračuje dvouměsíční festival ostravských základních uměleckých škol. Ty chtějí představit veřejnosti kvalitní umělecké výkony talentované mládeže v oboru hudebním, výtvarném, literárně-dramatickém a tanečním. Festival je o to zajímavější, že se mezi aktéry objevují i účastníci národních a mezinárodních soutěží.

Festival pořádá sdružení ředitelů ZUŠ v Ostravě za podpory statutárního města Ostravy. V listopadu se uskuteční pět koncertů v prestižních sálech. K návštěvě jsou srdečně zváni nejen rodiče a příbuzní účinkujících, ale i široká veřejnost, která bude jistě nadšená vysokou profesionální úrovní a zajímavou dramaturgií. -red-

### Termíny koncertů:

|                                           |                  |
|-------------------------------------------|------------------|
| Radnice ve Slezské Ostravě                | 4. 11.           |
| Janáčkova konzervatoř a Gymnázium Ostrava | 5. 11. a 24. 11. |
| Klub Garage Martinov                      | 10. 11.          |
| Altán Třebovice                           | 18. 11.          |

Začátek koncertů je vždy v 18:00 hodin.

## Zahrady mateřinek se na zimu uzavřely

Poslední říjnový den se pro veřejnost uzavřely zahrady u mateřských škol na ulicích Čs. exilu, O. Jeremiáše a Sokolovské. Právě tyto mateřinky se v květnu letošního roku zapojily do projektu veřejných dětských hřišť, jehož cílem je zajištění bezpečných hracích ploch pro děti.



Foto: Archiv MŠ Čs. exilu

Děti se v říjnu se zahradou rozloučily.

„Po pěti měsících provozu zahrad pro veřejnost můžeme říci, že se nám projekt osvědčil. Venkovní areály mateřských škol využily desítky rodiny s malými dětmi, nejvíce jich docházelo v odpoledních hodinách o víkendech. V projektu budeme pokračovat po zimní pauze i v příštím roce,“ uvedl místostarosta Poruby Jan Dekický. Podle něj se městskému obvodu investice do zabezpečení zahrad vyplatila. „Po celou dobu provozu pro veřejnost dohlíželi na dodržování návštěvního řádu hřišť správci, čímž se zabránilo poškozování majetku,“ vysvětlil Dekický.

S realizací projektu veřejných dětských hřišť přišla v Porubě jako první mateřská škola na ulici Čs. exilu. Ta kvůli velkému zájmu rodičů dokonce přistoupila k prodloužení otevíracích hodin pro veřejnost. „Rodiče hojně využívali možnost trávit volný čas se svými dětmi na našich pískovištích a klouzačkách. Setkávala se tu roční batolata, předškoláci i mladší školáci. Maminky, tatínkové i prarodiče si nemohli zahradu vynachválit,“ sdělila Dana Schönová, ředitelka Mateřské školy na ulici Čs. exilu.

Zahrady tří porubských mateřských škol budou pro veřejnost opět otevřeny od 1. dubna 2010. -red-

# Zanedbaná údržba komínů může způsobit požár

S topnou sezonou přibývají hasičům starosti s likvidací požárů sazí a dehtových usazenin ve špatně udržovaných komínech. Loni vyjžděli ostravští hasiči k devíti případům požárů od komínového tělesa, do konce letošního října šlo už o osm výjezdů.



Foto: Archiv HZS Moravskoslezského kraje

Hlavní příčinou takových požárů bývá především zanedbaná údržba komínového tělesa. Pravidelné čištění komínů a vybírání sazí z komínových sběračů by mělo být samozřejmostí, stejně jako kontrola technického stavu komínu odborníky kominíky. Ti by měli provést revizi komínu i v případě, že se lidé chystají ke komínu připojit jakýkoliv spotřebič nebo mění druh paliva. „Mnoho lidí zapomíná na čištění komínů od plynových kotlů. Takový komín může být ucpán například ptáčím hnízdem, zplodiny hoření pak nemohou odcházet přirozenou cestou ven a hrozí udušení obyvatel právě zplodinami hoření,“ uvedl Martin Pliska z HZS Moravskoslezského kraje. Připomněl, že odpovědnost za stav komínu a kouřovodu má jejich provozovatel. Čištění komínů je proto potřeba provádět v pravidelných intervalech a tato povinnost je dána i českou právní úpravou.

Pokud dojde v důsledku zanedbané údržby komínového tělesa k požáru, hasiči nabádají občany, aby v takovém případě jednali v klidu, s rozvahou a bez paniky. „Případný požár co nejdříve oznamte hasičskému záchrannému sboru na tísňovou linku 150 nebo 112. Požár sazí v komíně nikdy nehaste vodou, komín by mohl popraskat, nebo by dokonce mohlo dojít k výbuchu. Do příjezdu hasičů se můžete pokusit zkrotit plameny vhašováním suchého písku vymetacími dvířky nebo ze střechy do komínu. Vždy ale mějte na paměti, že nejdůležitější je život a zdraví, teprve potom majetek,“ poradil na závěr Pliska. **-red-**

## Lhůty pro čištění komínů:

### Komíny se spotřebiči na tuhá a kapalná paliva:

• o výkonu do 50 kW 6 x ročně

• o výkonu nad 50 kW 4 x ročně

### Komíny se spotřebiči na plynová paliva:

• o výkonu do 50 kW, jsou-li opatřeny komínovou vložkou 2 x ročně

• o výkonu do 50 kW, nejsou-li opatřeny komínovou vložkou 6 x ročně

• o výkonu nad 50 kW 4 x ročně

### Komíny v rekreačních domcích a chatkách, pokud nejsou užívány celoročně:

• o výkonu do 50 kW 1 x ročně (nejlépe před zahájením topného období)

# Porubští strážníci zasahovali u krádeží, výtržností i úrazů

Na nedostatek práce si v posledních týdnech nemohou stěžovat porubští strážníci. Zasahovali u výtržností, porubskými ulicemi pronásledovali zloděje, zachraňovali opilého hochu a také čelili napadení ze strany svlékajícího se muže.

Strážníci se často dostávají do závažných situací, v nichž jim jde přinejmenším o zdraví. Takovou situací byl i nedávný zásah v areálu jedné ze základních škol v Porubě. V areálu se pohyboval mladý muž, který byl zpola svlečený a vydával nesrozumitelné skřeky. Strážníci jej vyzvali, aby se oblékl a prostor opustil. Dotyčný sice uposlechl a v doprovodu strážníků odešel směrem k zastávce MHD, poté ale začal znovu poskakovat kolem strážníků, vydával skřeky a opět se svlékal. Dokonce na jednoho ze strážníků zaútočil, proto skončil s pouty na rukou. Strážníci zavolali policii a také sanitku. Muž byl převezen na protialkoholní záchytnou stanici.

Na jiném místě Poruby museli strážníci zachraňovat teenagera pod vlivem alkoholu. Ten neúmyslně rozbil skleněnou výplň výlohy jednoho z porubských obchodů a způsobil si řezné krvácející zranění na temeni hlavy. Přivolání zdravotníci rozhodli o převozu mladíka do nemocnice k dalšímu ošetření. Poté byla provedena dechová zkouška, která byla pozitivní. O události byla informována matka mladistvého, a ta si hochu vyzvedla v nemocnici. Zároveň byla poučena o oznámení události příslušnému odboru sociálně právní ochrany dětí.

Porubští strážníci také pravidelně řeší případy krádeží. Mezi ty poslední se řadí akce dvou mladých mužů, kteří na Havlíčkově náměstí vytáhli

čtyři autorádia ukrytá v křoví. Svědek strážníkům uvedl popis obou mužů i směr, kterým odešli. Strážníci se za nimi vydali, když však mladíci spatřili uniformované muže, dali se na útěk. Hlídka je dopadla.

Úspěšní byli porubští strážníci také při řešení nezvyklé krádeže reklamního poutače. Když strážníci dorazili na místo krádeže, spatřili muže a ženu odnášející složený reklamní panel. Jakmile si všimli strážníků, odhodili reklamní panel na zem a oba se snažili co nejrychleji zmizet. Strážníci je však zadrželi.

Zřejmě nejnebezpečnější situaci posledních týdnů zažili strážníci při zásahu v jedné z porubských heren, kde agresivní muž napadl a škrtil ženu. Když hlídka dorazila na místo, spatřila před hernou ženu ležící na zemi v bezvědomí, které náhodní svědkové poskytovali první pomoc. Další lidé opodál drželi agresivního muže, který se jim pokoušel vytrhnout a dostat se ke zraněné ženě, aby jí znova ublížil. Strážníci agresivnímu muži nasadili pouta, protože nereagoval na výzvy ke zklidnění a opakovaně vyhrožoval ženě i svědkům. Po chvíli na místo dorazila sanitka a napadená žena byla předána do péče lékařů. Zadržený agresor byl strážníky předán přivolaným policistům. **-red-**

## Gymnázium si připomene atmosféru revoluce

Velkou reprízu událostí, které odstartovaly proces známý jako sametová revoluce, připravuje na 17. listopadu Wichterlovo gymnázium. Pochod z Hlavní třídy směrem k budově školy je určen pro veřejnost, vítány jsou především rodiny s dětmi, které si přinesou lampiony.

Na zajímavé retro akci nebude chybět například bývalý prezident Václav Havel či zpěvačka Marta Kubišová, i když pouze v podání studentů.

Repríza událostí 17. listopadu 1989 začne v 18.00 hodin na porubské Hlavní třídě v místě, odkud byla po sametové revoluci odstraněna socha V. I. Lenina. Na průvod budou dohlížet a možná se ho budou pokoušet zastavit studenti gymnázia v kostýmech policistů. Skandování „Máme holé ruce!“ jistě obměkkí i strážce zákona v dobových uniformách. Akce vyvrcholí 371 km od místa, kde se 17. listopadu 1989 pod balkonem budovy nakladatelství Melantrich shromáždil dav. Z balkonu budovy Wichterlova gymnázia promluví k lidem Václav Havel a zazpívá Marta Kubišová, byť jen ústy žáků v kostýmech.

„Při pohledu do matriky průměrné střední školy si člověk uvědomí, že mezi jejími studenty už není ani jediný, který by byl 17. listopadu 1989 na světě, natož aby si tehdejší události pamatoval. Proto chceme dát možnost nejen našim žákům, ale také žákům jiných škol a veřejnosti zažít alespoň částečně atmosféru 17. listopadu 1989. Kromě toho věříme, že se najde spousta dospělých, kteří si budou chtít okamžiky plné optimismu znovu připomenout,“ řekl ředitel Wichterlova gymnázia Antonín Balnar. **-red-**

## Ostravské komunikace jsou na zimu připraveny

Už v létě začala s přípravou na zimní údržbu společnost Ostravské komunikace. Nyní má ve skladech na 5000 tun posypové soli, kontrolou prošly pluhy i výjezdová technika. Letos v zimě se Ostravské komunikace musí postarat o bezmála 375 km silnic.



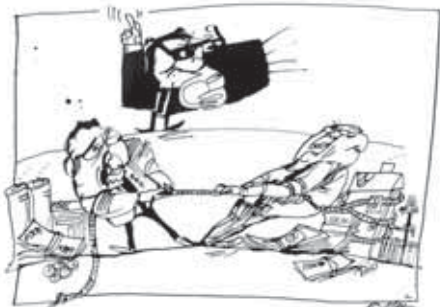
Ilustrační foto: Archiv ÚMOB Poruba

Sněhová kalamita Ostravské komunikace nezaskočí.

„V letním období jsme postupně zpracovali plán zimní údržby včetně personálního a organizačního zabezpečení,“ řekl Daniel Lyčka, pověřený řízením společnosti. Podle něj je podobné jako loni připraveno 14 programů, z toho 5 pro silnice I. třídy, 5 pro silnice II. a III. třídy a 4 pro ošetřování místních komunikací. Mezi hlavní povinnosti patří také údržba chodníků na mostech a lávkách. „K tomu je vyčleněn patřičný počet zaměstnanců i techniky. Pro případ velkého spadu sněhu jsou předem určena místa jeho skládek,“ uvedl Lyčka. Společnost chce stejně jako v předcházejících letech stavět na dobré spolupráci se starosty městských obvodů, státní i městskou policií a zejména dispečery ostravského dopravního podniku. Všichni řidiči, odborní i laická veřejnost budou o stavu silnic, které ošetřuje společnost Ostravské komunikace, a.s., informováni na internetových stránkách firmy [www.okas.cz](http://www.okas.cz), kde bude pravidelně aktualizováno sněhové zpravodajství. **-red-**

## Kresby Václava Šípoše v Galerii na schodech

V pondělí 30. listopadu bude v 15:30 hodin slavnostní vernisáž zahájena další z výstav v Galerii na schodech v prostorách schodiště hlavní budovy porubské radnice. Tentokrát si mohou zájemci prohlédnout kresby a karikatury známého výtvarníka Václava Šípoše. **-red-**



Kresba: Václav Šípoš

## Akce kulturního centra

### Zápas v divadelní improvizaci

Kulturní centrum Poruba zve všechny, kteří mají rádi nevšední kulturní zážitky, na přátelský „zápas“ divadelních improvizací týmů OSTR. UŽ. I. NY. Ostrava vs. O. LI. V. Y. Olomouc. Ten se uskuteční v sále kulturního centra v pátek 13. listopadu. V divadelní improvizaci na divácká témata vás budou bavit herci obou skupin od 19:00 hodin. Vstupenky můžete zakoupit v předprodeji v Kulturním centru Poruba na Opavské ulici 1118, a to v pracovní dny od 8:00 do 18:00 hodin.

### Folkový podvečer s kapelou Nadarmo

Pohodový podvečer s ostravskou folkovou kapelou Nadarmo pobaví milovníky dobré muziky v pátek 20. listopadu od 18:00 hodin v Kulturním centru Poruba. Hudební vystoupení doplní cestopisným povídáním hosta pořadu Roman Szturc, který se podělí o netradiční postřehy ze své cesty na Island. Vstupenky můžete zakoupit v předprodeji v Kulturním centru Poruba na Opavské ulici 1118, a to v pracovní dny od 8:00 do 18:00 hodin.

### Kresby studentů v Galerii v dolíku

Výtvarná sebereflexe studentů Biskupského gymnázia v Porubě, to je podtitul výstavy, která bude zahájena vernisáží 26. listopadu v 15:30 hodin v Galerii v dolíku. Akce je součástí tradiční studentské „Čajovny“, což je setkání studentů a absolventů Biskupského gymnázia u literatury, poezie a hudby. Výstavu s názvem „Jaké to je, jaké to bude“ můžete zhlédnout ve výstavních prostorách Kulturního centra Poruba v pracovní dny od 8:00 do 18:00 hodin až do 3. ledna 2010.

### Esoterický seminář

Kulturní centrum Poruba pořádá v sobotu 21. listopadu od 9:00 do 12:00 hodin Seminář praktického výkladu tarotu I, na který se mohou zájemci přihlásit do 16. listopadu. Náplní semináře bude pochopení symboliky a významu tarotových karet. **Bc. Radana Zapletalová**

## Den pro ženu

Ve čtvrtek 19. listopadu v době od 10:00 do 18:00 hodin proběhne ve všech prostorách Centra volného času na Vietnamské ulici akce s názvem Den pro ženu. Zájemkyně se mohou dovědět vše o kosmetice a lícení, poradit se s vizážistkou, rozestat svůj jídelníček s nutriční terapeutkou a navštívit poradnu kožního lékaře Petra Zajíce. Součástí Dne pro ženu je i nabídka relaxačního cvičení, břišních tanců a rady masérky, jak pečovat o bolavá záda. Ženy mohou ochutnat likérová vína ze Španělska, speciality španělské kuchyně, výrobky alternativní výživy, zeleninové saláty i speciální kávu. **-joch-**

## KAM ZA KULTUROU

### Centrum volného času, Vietnamská 1541

3. 11. 15:00 Velký podzimní turnaj v ping-pongu – děti do 15 let  
11. 11. 15:00 Velký podzimní turnaj v ping-pongu – dospělí a děti od 15 let  
25. 11. 16:00 Pohádka o lakomé babce a chamtivém dědkovi – divadelní představení pro děti

### Centrum sociálních služeb Poruba, p. o., I. Sekaniny 1812/16

4. 11. 14:00 Křeslo pro hosta: „Aby nehořelo“ – Ing. V. Komárek, Ing. M. Plískal, Hasičský záchranný sbor, Ostrava-Zábřeh  
10. 11. 15:00 Společenská akce Klubu seniorů  
18. 11. 14:00 Křeslo pro hosta: „Asertivní chování II“ – Mgr. Tomáš Kvarda  
25. 11. 16:00 Křeslo pro hosta: „Tvůrčí práce spisovatele“ – Dr. L. Romanská-Lidmilová

### Knihovna města Ostravy, Opavská 1127

- www.kmo.cz**  
listopad Projekt nadace OKD „Až budu velký, budu...“  
11. 11. 16:00 Beseda s paní Salomonovičovou „Další procházka starou Ostravou“  
18. 11. 16:00 Beseda s pracovníkem Hlavní baňské záchranné stanice Ostrava  
30. 11. 14:00 Výtvarná dílna – výroba jmenovky na dárky

### Knihovna města Ostravy, Podroužkova 1663

- www.kmo.cz**  
listopad Projekt Nadace OKD „Až budu velký, budu...“  
9. 11. 15:00 Drátkovaný hrníček na podzimní čajíček – výtvarná dílna; drátkování – hrníček s sebou  
12. 11. 14:00 Kouzla s proutky – pletení košíků; studenti SŠ Z. Matějčka Poruba

### Knihovna města Ostravy, L. Poděště 1970

- www.kmo.cz**  
2.–30. 11. „Patchwork“ – výstava rukodělných výrobků Aleny Mynářové  
2.–27. 11. „Hrobky a poklady“ – soutěžní kvíz pro děti  
10. 11. 15:00 „Závěsná ozdoba z CD“ – tvořivá dílna – malujeme slupovacími barvami, děti si přinesou použitý CD rom

### Areal SK SB Arrows Ostrava, Průběžná 6178/2

14. 11. Velká drákiáda – akce pro děti i dospělé

### Kulturní centrum Poruba, p. o., Opavská 1118

- www.kcporuba.cz**  
5. 11. 15:00 Sklenice plná překvapení (výroba dózičky na dárek) – tvůrčí dílna. Akce se koná v pobočce na ulici L. Poděště.  
5. 11. 18:00 Grafologie aneb Tajemství výkladu písma – úvod do grafologie s praktickými ukázkami s D. Kravčíkovou  
7. 11. 9:00 Seminář drátování – drátování vánočních ozdob a dekorací s vánočními motivy  
8. 11. 10:00 Jak dědek s babkou měnili – maňáskové představení Divadla Smíšek na motivy klasické pohádky  
12. 11. 15:00 Sklenice plná překvapení (výroba dózičky na dárek) – tvůrčí dílna. Akce se koná v pobočce na ulici L. Poděště.

ba dózičky na dárek) – tvůrčí dílna probíhá za finanční podpory statutárního města Ostravy  
12. 11. 18:00 Záhady kolem nás – setkání s lektorem Ing. Fr. Libicou  
14. 11. 9:00 Hrátky s pedigem – výroba podnosu. Uzávěrka přihlášek 6. 11.  
14. 11. 9:00 Smaltování bez pícky – výroba a zdobení šperků. Uzávěrka přihlášek 6. 11.

15. 11. 10:00 Pohádka z tisíce a jedné noci – představení Divadelní agentury Křesadlo  
19. 11. 15:00 Barevné svíčky (zdobení svíčky ubrouskovou technikou) – tvůrčí dílna za finanční podpory statutárního města Ostravy.  
19. 11. 17:30 Tajemství ženy – seminář tantry pro ženy  
22. 11. 10:00 Jak pejsek s kočičkou slavili – rodinné představení divadélka Duo Šamšula  
26. 11. 15:00 Barevné svíčky (zdobení svíčky ubrouskovou technikou) – tvůrčí dílna za finanční podpory statutárního města Ostravy. Akce se koná v pobočce na ulici L. Poděště  
28. 11. 9:00 Seminář astrologie – osvojení základních poznatků z oblasti astrologie s praktickou ukázkou rozboru osobního horoskopu. Uzávěrka přihlášek 20. 11.  
29. 11. 10:00 Špalíček – Divadlo Zlatý klíč  
5. 12. 15:00 Mikulášská nadílka a pohádka  
a 17:00 Dva mrazíci  
6. 12. 10:00 Mikulášská nadílka a pohádka Dva mrazíci

### Kurzy pro mládež a dospělé:

- Taneční nejen pro pokročilé – začátečníci
- Taneční nejen pro pokročilé – mírně pokročilí
- Španělské flamengo pro ženy a dívky
- Latinské rytmy pro každého
- Jóga

### Kurzy pro děti:

- Dětský taneční soubor Heleny Salichové

### Galerie v dolíku, Kulturní centrum Poruba, p. o., Opavská 1118

- do 22. 11. Daniela Banátová: Vzdálené vesmíry – výstava paličkované krajky  
26. 11.–3. 1. Jaké to je, jaké to bude – výtvarná sebereflexe studentů Biskupského gymnázia v Ostravě-Porubě (vernisáž 26. 11. v 15:30 hod.)

### Galerie Astra, Centrum sociálních služeb Poruba, p. o., I. Sekaniny 1812/16

- listopad–prosinec 9:00 Zlata Bardasová – Perokresby (výstava)

### Galerie na schodech, ÚMOb Poruba, Klimkovická 28/55

- do 26. 11. Sochařské sympozium – výstava fotografií

### Dům kultury Poklad, M. Kopeckého 675

4. 11. 19:00 Divadlo Skelet Pavla Trávníčka – původní česká komedie Sbořovna  
5. 12. 14:00 Divadelní společnost Jitřenka – pohádka „Jak Rumcajs o Manku málem přišel“, včetně mikulášské nadílky, kontakt: 723 288 372

Změna programu vyhrazena

# Centrum vyšetřilo téměř pět set sportovců

Snižování rizika poškození či zhoršení zdravotního stavu profesionálních i amatérských sportovců je jedním z hlavních úkolů Centra zátěžové sportovní medicíny Interní kliniky Fakultní nemocnice Ostrava. To během jednoho roku své činnosti vyšetřilo přes 440 sportovců.



Foto: Archiv ÚMOB Poruba

Centrum zátěžové sportovní medicíny se soustřeďuje také na sportování seniorů.

U šesti vyšetřených sportovců lékaři odhalili negativní změny zdravotního stavu. V případě dalšího tréninku při maximální tělesné zátěži by u nich mohlo dojít k těžkému poškození srdečně-cévního aparátu. „Naším hlavním úkolem je včasná diagnostika chorob i odchylek zdravotního stavu, které by mohly vést k trvalému poškození zdraví sportem,“ vysvětluje lékař Martin Rydlo, garant Centra zátěžové sportovní medicíny. Jak dodal, odborníci na základě funkčních vyšetření určí optimální zóny tepové frekvence tak, aby trénink byl maximálně efektivní. „Součástí práce našeho centra je základní vyšetření sportovců i speciální vyšetření plicních a kardiovaskulárních funkcí při zátěži. Se závěry vyšetření je seznámen nejen

sportovec, ale také trenér, popřípadě rodiče mladistvého sportovce,“ dodal Rydlo. Vyšetření totiž může odhalit například skryté srdeční vady nebo poruchy dýchacích cest, které by mohly vést k fatálním následkům včetně úmrtí. Mezi sportovci, kteří již byli v centru odborně vyšetřeni, jsou například členové juniorského reprezentačního družstva stolních tenistů, vítěvští hokejisté, studenti sportovního gymnázia, bronzový medailista z ME juniorů v cyklistice Václav Rejda, někteří čeští reprezentanti v lehké atletice i všechny týmy hokejové Sarezy.

Centrum se však nesoustřeďuje pouze na profesionální sportovce. Praxe ukázala, že je potřeba se věnovat i rekreačním sportovcům. Ti totiž mají mnohdy sklon přeceňovat své síly a zdravotní dispozice. Další oblastí zájmu Centra zátěžové medicíny jsou i sportující senioři a cvičící obězní občané. „Těm můžeme přispět radou i pomocí. Například pro sportování seniorů platí specifická pravidla, k nimž patří potřeba delšího rozcvičení i delší regenerace sil. Cvičící obězní lidé by zase měli vědět, že tuky se pohybem spotřebovávají pouze při relativně nízké a stále tepové frekvenci při zátěži trvající nejméně třicet až čtyřicet minut. „Optimální frekvenci lze stanovit pouze při zátěžovém vyšetření v laboratoři a na základě analýzy výsledků pak „ušít“ formu i intenzitu sportování přímo na míru. Právě ve výběru vhodných sportovních aktivit a určení správné intenzity zátěže spolupracujeme s obehologem naší interní kliniky,“ uzavřel Rydlo. -ob-

## Judisté získali titul Přeborník ČR

V sobotu 3. října 2009 se družstvo starších žáků Baníku Ostrava stalo Přeborníkem České republiky. Postupně porazilo všechny soupeře: SKP Nový Bydžov 7:0, Femax Engineering Hranice 7:0, SJ Litoměřice 6:2 a Tatran Prachatice 5:4.

Klub vychovává mládež ve třech střediscích. V Porubě trénují žáci v Základní škole, Porubská 831. Bližší informace o klubu, úspěších i možnostech tréninku naleznete na [www.1.jcbo.cz](http://www.1.jcbo.cz) -mac-



Foto: JC Baník Ostrava

Vítězové si titul užili.

## Turnaj uzavřel sezonu

Příznivci baseballu a softballu se v říjnu setkali na turnaji SILESIA INVITATIONAL 2009, který se ve sportovním areálu Arrows v Porubě konal již potřetí v řadě.



Foto: Arrows Ostrava

Tým Pěnků, vítěz turnaje Silesia Invitational 2009

Turnaj ve slow pitch, tedy zjednodušené formě baseballu, ukončil letošní sportovní sezonu. „Tento rok se přihlásil rekordní počet družstev. V soutěži se utkalo 18 týmů, v nichž byly zastoupeny děti z Dětského domova Bukovanského, tým příslušníků Policie, tradiční tým složený z rodičů dětí hrajících za Arrows Ostrava, tým jazykové školy Speak with me, týmy fanoušků a týmy trenérů a přátel našeho sportovního klubu,“ uvedla Hana Nevrllová z Arrows Ostrava. V turnaji již tradičně zvítězil tým PĚNÍCI, složený z rodičů a trenérů mládežnických kategorií. -red-

## Marcel Tancoš sklízí úspěchy v kickboxu

Marcel Tancoš z 9. A Základní školy, Porubská 832, má na svém kontě několik mistrovských titulů v kickboxu. Neztratil se ani v zahraniční konkurenci mezinárodních soutěží.



Marcel Tancoš

Co považuješ za svůj největší úspěch?

„Třetí místo ve světovém poháru v Maďarsku a také to, že jsem v reprezentaci ČR. Těším se ale na všechny další úspěchy v budoucnu.“

Jak jde dohromady vrcholový sport a škola? I když jsi ve sportovní třídě, je docela těžké skloubit přípravu, závody a učení...

„Jde to těžko. Musím dohánět učivo a připravovat se sám. Učivo si vždy sháním zpětně od spo-

lužáků. Chtěl bych poděkovat všem, kteří mi pomáhají!“

A výhody?

„Cestování, poznávání jiných zemí a lidí...“

Která cizí země tě nejvíce zaujala?

„Asi Chorvatsko, protože jsme tam byli v létě a mohli jsme využít počasí ke koupání a všemu, co k létu patří.“

A co přidej dítve? Pomáhají ti v tomto ohledu tvé sportovní úspěchy?

„Vzhledem k tomu, že jsem hodně časově vytížen, na holky nemám čas. Ale na závodech a ve škole občas potkám někoho zajímavého...“

-red-

## PORUBA KDYSI A DNES



Foto: Archiv ÚMOB Poruba a Michal Kačmařík

Budova „Černá perla“ v sedmdesátých letech 20. století a dnes.

# Vodař



Kosmická 1723/2  
Ostrava - Poruba  
tel. č. 596 956 220

PRÁCE PROVÁDÍME :  
LEVNĚ, KVALITNĚ A RYCHLE

Nabízíme práce instalatérské, topenářské, plynářské,  
zednické, elektroinstalace včetně revizí.  
Dále nabízíme dodávky a servis  
gastronomických  
zařízení.

NON STOP PORUCHOVÁ SLUŽBA  
365 dní v roce, 7 dní v týdnu a 24 hod. denně  
tel: 602 78 55 33, 602 75 93 56

## OPRAVNA A PRODEJNA

CHLADNIČEK, MRAZNIČEK  
PRAČEK A ŠICÍCH STROJŮ  
Ostrava-Poruba, Nábřeží SPB 455

## Opraváři

Chladničky, mrazničky – p. Puča: 603 431 608  
Pračky, šicí stroje – p. Hudec: 603 362 222



## Zahradnictví

Poruba-Ves, spol. s r.o.

prodej kořenové, košťálové a listové zeleniny  
(mrkev, petržel, zelí, řepa...)  
prodej kvalitního krouhaného zelí  
osazování mís a truhlíků  
vazba smuteční a svatební

Ke Skalce 2184/23, Ostrava-Poruba  
tel. č. 596 910 947, 596 917 393

Rakovina kůže skutečně hrozí...  
Vyšetřete si znaménka, zachraňte si život !

MUDr. Petr Zajíc, MBA a spol.

**www.zdravakuze.cz**

## VETERINÁRNÍ ORDINACE

MVDr. Přemysl Hrubý

Ostrava 8, Plk. R. Prchalý 331

400 m od nákup. střediska DUHA nebo konečné bus. číslo 39 a 44

Po-Pá 7:30-11:00 14:00-18:00, So 8:00-10:00, Ne 18:00-20:00

Tel.: 596 910 595 Mo: 603 204 534

Zlaté mince, šperky  
a zlomkové zlato  
koupím

POLA, 17. listopadu 598, Ostrava-Poruba

**608 720 547**

## ANTIKVARIÁT V SUTERÉNU

Prodej a nákup  
knih, not, skript, časopisů, starých  
fotografií, pohledů, učebnic a pod.

Otevřeno

po-pá 9.00-18.00 so 9.00-12.00

Havanská 735, O.-Poruba  
150 m nad Alšovým nám.

I. obvod – bus č. 56, 58  
– tram č. 3, 7, 8, 17

tel.: 596 913 216



- opravy čalouněného nábytku
- velký výběr potahových látek dle vzorníků

U Oblouku 501/6  
Ostrava-Poruba

Po-Pá 8.30-16.00

tel.: 596 966 604, 608 11 13 13  
e-mail: ivanaparkany@seznam.cz



Škoda Fabia Combi s klimatizací již od **234 900 Kč**

Dárek: kola zdarma (disk + zimní pneu)\*

ŠkoFIN

**Autosalon Ostrava - Třebovice**  
Třebovická 5534, tel.: 596 966 333  
www.autocentrala.cz

**ACA**  
AUTOCENTRÁLA

NOVÉ VOZY ŠKODA  
Z NAŠICH SKLADŮ  
**IHNEDE**  
A VÝHODNĚJI

Redakční rada: šéfredaktor Ing. Lumír Palyza, zástupce šéfredaktora Ing. Marie Hladišová, Ing. Václav Bukovský, Václav Havel, Petr Jedlička,  
Bc. Jana Končítková, Hana Kremerová, Ing. Petr Mihálik, Mgr. Petr Polášek, Petra Špornová; tel.: 599 480 291, 599 480 292, e-mail: redakce@moporuba.cz.  
Neprošlo jazykovou úpravou, Inzerce, sazba a tisk: ASEITA spol. s r.o., Studentská 1770, 700 32 Ostrava-Poruba, tel.: 595 532 618, e-mail: aseita@aseita.cz.  
Distribuce: Česká distribuční a.s., Na Rovince 879, 720 00 Ostrava-Hrabová, tel.: 596 136 284-5. Vydáno dne 2. 11. 2009.