

mostecký / mosteckí ZPRAVODAJ

2016 / květen

ZDARMA



DEN MATEK

Na druhou květnovou neděli, letos připadá na 8. 5., slaví svůj krásný svátek všechny maminky na celém světě. V tomto svátku se zrcadlí jedinečnost a nepostradatelnost ženy – matky v celé lidské společnosti. Již naše řeč nám dává najevo, za co vše matce děkujeme. Po otci jmenujeme náš majetek: otcina, otcovský dům a otcovský lán (alespoň tak to bývalo dříve). Naše vnitřní bohatství ale nese jméno matčino: mateřská láska, mateřské srdce, mateřská řeč. Dá se tvrdit, že otci děkujeme za vůli a sílu a matce za srdce a ducha. Matka dává život dítěti v bolestech a někdy též za cenu vlastního života.

Den matek je sice svátek převzatý, ale máme ho u nás rádi, jako by byl náš vlastní odjakživa. Zejména ty z nás, kterým se poštěstilo přijmout životní poslání matky, se v tento den těšíme na kytičku, přáníčko či drobný dárek od našich ratolestí (od těch menších zpravidla vlastnoručně vyrobený, od těch větších vlastnoručně koupený). Ve školách či školách nezřídka připravují paní učitelky s dětmi pro maminky k tomuto dni jako poděkování za jejich péči milý program v podobě písniček a básniček, při kterém nejedné mamince ukápnou slzičky dojetí.

Svátky, které tak či onak vzdávají hold ženám, mají ve světě dlouhou tradici. Už ve starověkém Řecku vzdávali poctu ženám – dárkyním života. V 16. století se svátek matek uznával např. v Anglii, kde se v postní době před Velikonocemi slavila tzv. Mateřská neděle (Mothering Sunday). Mnoho chudých lidí tehdy sloužilo v bohatých domácnostech daleko od domova a nemohlo trávit čas se svými matkami. Proto sloužící dostávali na tento den volno, aby se mohli vrátit domů nebo navštívit kostel ve svém rodném městě, kde žily jejich matky a další příbuzní.

Myšlenka, aby se tento den oslavoval mezinárodně a pravidelně každý rok, vznikla až ve 20. století, tedy poměrně pozdě. Stalo se tak na počest Anny Reeves Jarvisové, která celý život bojovala za práva matek. Bylo to v roce 1907 a o pět let později vyhlásil tehdejší prezident USA Woodrow Wilson první oficiální oslavu Dne matek, která se konala o druhé květnové neděli.

V naší zemi měl svátek matek poněkud pohnuté osudy. Začal se slavit taktéž na druhou neděli v měsíci květnu v roce 1923 na popud Alice Masarykové, dcery našeho prvního československého prezidenta Tomáše Garrigua Masaryka, mimo jiné zakladatelky Československého červeného kříže. S příchodem komunismu tento svátek ale vytlačil Mezinárodní den žen. V několika málo rodinách se tradice druhé květnové neděle však udržovala i navzdory oficiálním nařízením vládnoucí ideologie. Svobodně jsme se k oslavování květnového Dne matek mohli vrátit až po roce 1989.

Milé maminky, přeji Vám vše nejlepší k Vašemu svátku a připojuji pár veršů ze starší české písně:

**„Ano, matka je to zlaté slovo plné něhy, plné krás,
za poklady celé země nedal by je nikdo z nás.
V něm se skrývá tolik lásky, již nestačí celý svět,
že jí nikdy nevypoví pozemský náš slabý ret.
Od kolébky na nás září až po tmavý hrobu lem,
vždycky pak je pronášíme s blahem v srdci, s úsměvem...“**

Pavla Filová

KALENDÁŘ AKCÍ

■ Do 1. 5.

Gulášový víkend

Chata Studenické
www.chatastudenicne.cz
558 367 600, 724 514 215

■ 8. 5., 15:30

Majowe popołudnie

Divadelní představení dětí polské MŠ
a ZŠ a vystoupení komorního sboru
Dům PZKO
558 367 615

■ 11. 5., 16:30

J. a K. Mrózkow

Beseda s autory knih
Místní knihovna
558 368 014

■ Do 14. 5.

Prvotiny

Výstava obrazů Jany Žebrokové
Dřevěnka na Fojtství
www.gotic.cz, 558 341 586

■ 14. 5.

Slavíme den rodiny

Soutěže pro rodinné týmy, hledání
pokladu, focení rodin
Rodinné centrum Mostík (bývalá
stará škola)

■ 19.-21. 5.

Řezbářský plenér

Prostranství před dřevěnkou na Fojtství
www.gotic.cz, 558 641 586

■ 19. 5.-26. 6.

FotoS se představuje

Výstava fotografií mosteckého fotoklubu
FotoS Mosty. Vernisáž 19.5. v 17.00
Dřevěnka na Fojtství
www.gotic.cz, 558 341 586

■ 20. 5., 17:30

Noc na Karlštejně

Divadelní představení žáků ZŠ
Dům PZKO

■ 21. 5.

Gulášový festival, Řezbářský plenér a Železný hasič

Podrobnosti na plakátu uvnitř zpravodaje
Prostranství před dřevěnkou na Fojtství
www.gotic.cz, 558 641 586

■ 22. 5., 15:30

Divadelní soubory hrající v nářečí
Dům PZKO

INFORMACE Z OBECNÍHO ÚŘADU



BLAHOPŘEJEME SKLADAMY ŽYCZENIA

Blahopřejeme všem občanům,
kteří se v měsíci květnu 2016
dožívají životního jubilea.

95 let

Benková Zuzana

90 let

Jochymek Alois

85 let

Czepiec Antonín

Caputová Anežka

Sikora František

Lysková Štěpánka

80 let

Karch Gustav

Všem jmenovaným přejeme hodně
zdraví a osobní pohody!

FotoS se představuje

Přijměte pozvání na vernisáž výstavy fotografií našeho mosteckého fotoklubu FotoS Mosty, která se bude konat 19. 5. v 17:00 hodin. V tento den se budete moci také setkat se všemi členy. Výstava nebude mít sice jednotné téma, ale budete si moci prohlédnout to nejlepší z tvorby každého člena fotoklubu, takže bude určitě na co koukat. Fotografie si budete moci prohlédnout do 26. 6.

Denisa Kufová



Linka pomoci obětem kriminality a domácího násilí má číslo 116 006



Na telefonní linku 116 006 se může obrátit každý, kdo se cítí být obětí trestného činu. Volat mohou oběti různých forem násilí včetně násilí domácího. Pomoc na lince je určena i obětem nedbalostních trestných činů, např. dopravních nehod. Volat mohou lidé i při pouhém podezření,

že jsou obětí některé z forem domácího násilí, ať už fyzického, psychického, ekonomického, či sociálního, stalkingu, nebezpečných výhrůzek a podobného trestního jednání.

Linka 116 006 pracuje nonstop, je bezplatná a poskytuje diskrétně odborné rady a okamžitou pomoc.

Více informací naleznete na webových stránkách www.linka-pomoci.cz

Proč se recyklují nefunkční úsporné zářivky?

Většina z nás už dnes ví, že vysloužilé lineární či úsporné zářivky je potřeba odevzdat k recyklaci. Ne všichni ale víme, proč a jaký je jejich další osud.



Recyklace nefunkčních zářivek je důležitá ze dvou důvodů. Tím prvním je ochrana životního prostředí před nebezpečnou rtuť, která je v těchto výrobcích v malém množství obsažena. V jedné úsporné zářivce jde o 3-5 mg rtuti. Při mnohonásobně vyšších koncentracích může tato jedovatá látka poškodit nejen životní prostředí, ale i naše zdraví.

Druhým důvodem je opětovné materiálové využití, jež u zářivek v současnosti dosahuje 95-100 %. Využitím recyklovaných materiálů při další výrobě se šetří přírodní zdroje surovin.

Zpětným odběrem a ekologickou recyklací osvětlovacích zařízení se od roku 2005 zabývá neziskový kolektivní systém EKOLAMP, který tyto služby zajišťuje i pro naši obec Mosty u Jablunkova. Obyvatelé naší obce mohou nefunkční zářivky zdarma odevzdávat ve sběrném dvoře fa Nehlsen Třinec, s.r.o. na Bělé v Jablunkově nebo v budově Obecního úřadu, v prodejně na Šancích, v prodejně u Hřiště nebo v elektro obchodě při nákupu nových.

Ze sběrných míst EKOLAMP sváží zářivky do specializovaných recyklačních firem, kde jsou z nich pro opětovné použití získávány především kovy, plasty, sklo a rtuť. Hliník, mosaz a další kovy se mohou znovu použít v kovovýrobě, například pro součástky jízdních kol. Z recyklovaných plastů jsou vyráběny zatravnovací dlaždice či plotové dílce. Vyčištěná rtuť je znovu využívána v průmyslové výrobě. Sklo ze zářivek se používá jako technický materiál nebo i pro výrobu nových zářivek.

Prostřednictvím EKOLAMPu se v roce 2015 recyklovalo téměř 5 milionů zářivek a výbojek. To představuje 25 kg rtuti, která se díky zpětnému odběru nedostala do přírody. Bohužel stále mnoho českých domácností nerecykluje a úsporné zářivky hází do komunálního odpadu.

Právě vy můžete pomoci tuto situaci změnit!

Více se o problematice nakládání s nefunkčními zářivkami dočtete na www.ekolamp.cz.

Pozor na "šmejdy"!

Neohlášeně zazvoní u bytu nebo za klepou na dveře a začnou nabízet údajně lepší ceny elektřiny či plynu, nebo nějaké služby či zboží často špatné kvality. Oslovují většinou starší a důvěřivé lidi, kterým vnucují k podpisu nevýhodné smlouvy. Podomní prodejci a různí podvodníci své praktiky zkoušejí i v naší obci. Vydávají se za zaměstnance různých institucí a mohou se domáhat vstupu do bytu. Obec doporučuje si každého cizího člověka před vpuštěním do bytu důkladně prověřit. Požádat o předložení zaměstnaneckého průkazu, v případě dalších pochybností klidně telefonicky zjistit u dané firmy, zda opravdu jde o jejího zaměstnance. V případě podezření na nekalé praktiky, narušování soukromí a obtěžování volejte ihned policii ČR, tel. 158. Pro informaci můžete následně případ nahlásit na obecní úřad.

Obec Mosty u Jablunkova

MOSTY U JABLUNKOVA

centrum obce u dřevěnky na Fojtství

19.-21. 5. 2016

19.-21. 5.

ŘEZBÁŘSKÝ PLENÉR

řezbáři - CZ, SK, PL, GB

- 19. 5. plenér 12.00-18.00
oficiální zahájení plenéru 17.00
- 20. 5. plenér 8.00-18.00
dřevařské dílny pro školy 8.00-16.00
- 21. 5. exhibice v rychlořezbě 14.45-16.15



21. 5.

21. 5.

GULÁŠOVÝ FESTIVAL

- 21. 5. zahájení 14.00
ochutnávka gulášů a hlasování
veřejnosti 14.30-18.00
vyhlášení výsledků 18.30



BESKYDSKÝ ŽELEZNÝ HASIČ

- 21. 5. „TFA Beskydský železný hasič“ 12.00-17.00
vyhlášení výsledků (dětí) 14.10
vyhlášení výsledků (ženy a muži) 17.10

21. 5.

CIMBÁLOVÁ MUZIKA FOGÁŠ

hraje celé odpoledne až do 20.00



21. 5.

ŽELEZNÝ ZEKON

21. 5. 17.30-18.30

sobotní program moderuje
Taťána Lasotová

- slosovateľné hlasovací lístky o zaujímavé ceny •
- výstava v dřevěnce: „FotoS se představuje“, vernisáž 19. 5. v 17.00 •
- atrakce pro děti • bohaté občerstvení •

Srdečně zve – Serdecznie zaprasza – Srdečne pozýva

GOTIC, SDH Mosty u Jablunkova, Obec Mosty u Jablunkova



Penzion Na Chalupě

Uklidíme Česko

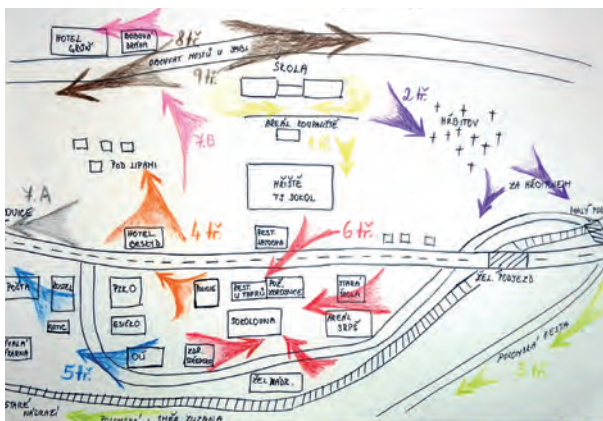
Plány školy

Již se blíží konec školního roku. Třetí čtvrtletí, třídní schůzky jsou již za námi. Zbývají dva měsíce. A pak prázdniny, na které se těší nejen žáci, ale i učitelé. Ve škole však nebude prázdno. Přestože o těchto prázdninách nebude rekonstrukce, škola se alespoň vymaluje a drobnou údržbou zase trochu opraví.

V oblasti vzdělávání bude možné v nejbližších měsících kromě jiného požádat o dotaci na realizaci investičních i neinvestičních akcí v rámci několika plánovaných výzev Integrovaného regionálního operačního programu (IROP) a Operačního programu Výzkum, vývoj a vzdělávání (OP VVV). Tyto dotace jsou v rámci programovacího období 2014-2020 a umožní tak v těchto letech čerpat finance zejména z Evropské unie. Považuji za potřebné informovat Vás, na co bude možné čerpat dotaci.

1. Podpora infrastruktury škol. Podporovány budou stavební úpravy, pořízení vybavení pro zajištění rozvoje žáků a studentů, rozšiřování kapacit, podpora sociální inkluze, zajištění vnitřní konektivity škol a připojení k internetu, zájmové a neformální vzdělávání (v návaznosti na rozvoj klíčových kompetencí v oblastech IT, komunikace v cizích jazycích, technických a řemeslných oborech a přírodních věd). Nebude podporována běžná infrastruktura. Protože Obec Mosty u Jablunkova, která je zřizovatelem školy a majitelem budovy školy, nechce žádat u tohoto dotačního titulu o dotaci v žádném rozsahu, pokusíme se alespoň my – škola jako organizace v omezenějším rozsahu, pomocí externí firmy, samozřejmě až po udělení nutného souhlasu našeho zřizovatele, žádat o rekonstrukci a vybavení jazykové učebny, cvičné školní kuchyně a zasíťování školy (propojení počítačů a dalších zařízení uvnitř školy) a připojení k internetu.

2. Podpora škol formou projektů zjednodušeného vykazování. Šablony MŠ/ZŠ především na inkluzivní vzdělávání - další vzdělávání pedagogických pracovníků, podpora inkluzivního vzdělávání, podpora spolupráce a vzájemného učení pedagogů, základní gramotnosti, osobnostní rozvoj pedagogů a ředitelů. Přestože tato dotace nebude z hlediska obsahu podpory (na co bude možné čerpat dotaci) ideální a rádi bychom využili peníze na jiné potřebnější věci, této výzvy, která by měla být vyhlášena v květnu, se pokusíme zúčastnit v co možná největším rozsahu.



a také dostatek pytlů na sesbírání odpad. Bez toho bychom akci neuskutečnili. Děkujeme za podporu Obce Mosty u Jablunkova a hlavně paní Martynkové, která zajistila odvoz odpadu a byla připravena pomoci i s pytli na odpad. Určitě nám to pomohlo. A samozřejmě děkuji paní Bazgierové za naplánování tras jednotlivých tříd a žákům a učitelům za samotný úklid. Na jedné straně je dobře, že naplnili téměř 55 pytlů, na druhé straně je smutné, že bylo co sbírat. Vypovídá to také něco o naší společnosti. Doufáme, že i touto akcí jsme děti naučili chovat se k našemu okolí trochu šetrněji a nebyla to akce zbytečná.

Mgr. Ondřej Polakovič
ředitel školy

3. Podpora žáků se zdravotním postižením. Podpora dětí a žáků se ZP, příprava kurzů a metodických materiálů pro pedagogy, vzájemné učení škol, školských zařízení a pedagogů.

4. Budování kapacit pro rozvoj škol. Vzdělávání, rozvoj klíčových kompetencí, příprava metodických materiálů, formativní hodnocení, apod. Podporovány budou projekty koncepční. Tohoto dotačního titulu se zúčastníme přes Krajské zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků - KVIC a doufáme, že projekt bude schválen a doporučen k financování. V tomto projektu je plánováno dlouhodobé vzdělávání některých pedagogů v rámci jejich osobnostního a profesního rozvoje.

Nejsem zcela nadšen z avízovaných dotačních titulů pro školy našeho typu. Dle mého názoru, ale i názoru spousty mých kolegů – ředitelů, není ideální podporovat paragraf 16 školského zákona pojednávající o inkluzivním vzdělávání v takovém rozsahu. Přestože podpora dětí a žáků se zdravotním postižením je potřebná, otázkou je, v jakém rozsahu a formě. Zapomíná se totiž na ty „běžnější, normálnější“ žáky. A také potřebujeme (česká škola v Mostech u J.) spíše peníze na vybavení a materiální rozvoj školy, než na téměř nic neříkající vzdělávání v klíčových kompetencích, hodnocení, osobnostního rozvoje, apod.

Pokusíme se však jako škola vytěžit z nabízeného v rámci našich možností co nejvíce.

Mgr. Ondřej Polakovič
ředitel školy

V pátek 15. 4. 2016 v době od 10.00 do 11.30, resp. 10.50 do 12.30 probíhal úklid v okolí školy, v širším okolí centra obce a směrem na Studeničné a Skalku, Očkovice... Škola se totiž i letos zapojila do celostátní dobrovolnické akce Uklidme Česko. Přestože bylo po dešti, počasí nám v pátek přálo a svítilo nám sluníčko.

Hlavní organizátor
Ekosmák zaslal všem
účastníkům rukavice

Stanovení provozní doby a ceníku za podnájem - užívání tělocvičny cizími uživateli

Po projednání Radou obce stanovují možnou provozní dobu tělocvičny pro jiné uživatele a ceník za podnájem – užívání tělocvičny jinými uživateli následovně. (Přednost má rozvrh obou základních škol a družin, dále provoz zájmových útvarů.)

Pondělí - Pátek - cca od 15.30 do 20.00

■ **150 Kč/1 hodina**

Sobota - Neděle - provoz dle domluvy

■ **300 Kč/1 hodina** (v případě využití pouze 1 hodiny za den)

■ **200 Kč/1 hodina** (v případě využití 2 a více hodin po sobě jdoucích za den)

Kontaktní osoba (zodpovědná za roz-
vrh tělocvičny)- **paní Marcela Bojko-
vá, tel.: 558367614**

Rada obce musí dle platné nájemní smlouvy podnájemní smlouvu - dohodu o užívání tělocvičny mezi školou a jiným uživatelem - schválit v případě dlouhodobých nájmu. Jednorázové akce jsou v kompetenci ředitele školy. Staré smlouvy uzavřené a schválené dříve platí za původních podmínek.

Mgr. Ondřej Polakovič
ředitel školy

Turniej MSZ w tenisie stołowym i pekseso

W piątek 8 kwietnia 2016 o godzinie 16:00 w Szkole Podstawowej w Mostach koło Jabłunkowa spotkało się prawie 50 uczestników tradycyjnego Turnieju Macierzy Szkolnej w tenisie stołowym. Dla młodszych była również opcja rywalizacji w konkursie peksesa. Rywalizowano w 5 kategoriach z takimi wynikami:

PEKSESO

Przedszkole - 2. Klasa	Klasa 3.- 5.	Klasa 6.- 9.
1. Danielka Kufa, Štěpán Bílik	1. Tereska Hlávka	1. Filip Kohut
2. Štěpán Lysek	2. Adrianka Fukała	2. Jakub Czepiec
3. Marek Pilch	3. Tereza Baron	3. Ester Fojkes

TENIS STOŁOWY

klasa 2.	Klasa 3. - 5.	Klasa 6. -9.
1. Danielka Kufa	1. Monika Kluz	1. Dawid Martynek
2. Gabriel Koky	2. Teresa Hlávka	2. Daniel Byrtus
2. Matyáš Mitrenga	3. Franuś Kohut	3. Jakub Czepiec
2. Štěpán Bílik		

absolwent - rodzic - ojciec	absolwent - rodzic - matka
1. Jakub Onderek	1. Lucie Kluz
2. Hugo Hlávka	1. Maryla Hlávka Kraina
3. Tadek Byrtus st.	3. Elżbieta Samiec

Niezwykle przyjemnie było powrócić i właśnie zagrać w tenisa znów w tym budynku szkolnym. W trakcie turnieju nam wszystkim przypominały się te czasy, kiedy to jako uczniowie tej placówki zaraz z dzwonkiem wybiegaliśmy z klasy, żeby nie marnować czasu i jak najwięcej przerwy poświęcić tej grze. Często też zapominaliśmy i gubiliśmy sprzęt, więc poza rakietami do gry były używane również podręczniki, zeszyty, okładki, kaptcie, dłonie a nawet komórki. Ale w piątek większość przyniosła odpowiedni sprzęt a Ci, którzy zapomnieli, pożyczili sobie szkolny albo od zawodnika, który odpoczywając przygotowywał się do następnego starcia. Dla każdego zawodnika był zapewniony poczęstunek i każdy, kto wziął udział w konkursie, został nagrodzony. Chcemy podziękować pani Jitce Pilch, która sędziowała dzieciom w peksesie i sędziemu głównemu panu Tadeuszowi Byrtusowi za sprawne prowadzenie rozgrywek meczy tenisa, pani nauczycielce Elżbiecie Samiec i szczególnie podziękowania należą się pani dyrektor Maryli Hlávce Krainie za zorganizowanie świetnego turnieju.

Zadowoleni absolwenci



PODĚKOVÁNÍ

Chtěli bychom poděkovat touto cestou za příjemné velikonoční dopoledne, které vytvořily pro žáky 2., 3. a 4. tříd paní Jitka Bilková a paní Monika Lysková, pracovníce Goticu.

Děti si pod jejich vedením vytvořily ozdoby, které jistě pomohly navodit tu správnou velikonoční atmosféru u nich doma. Děkuje.

*Žáci 2., 3., 4. třídy
společně s třídními učitelkami*

ZAPISY DO PRZEDSZKOLA

Dyrekcja Szkoły Podstawowej i Przedszkola w Mostach koło Jabłunkowa informuje rodziców dzieci, iż

13. 5. 2016 od 8:30 do 15:00

odbędą się zapisy do naszego przedszkola. Proszę zabrać ze sobą metrykę (rodný list) dziecka.

*Maryla Hlávka Kraina
dyrektorka SP i Przedszkola*



Pozvánka

**Školní divadelní představení
Noc na Karlštejně**

Srdečně vás zveme
na muzikál Noc na Karlštejně.
Muzikální představení
bude 20. května v 17:30, vážení.
Při pátečním večeru
udělejte si pohodu.

Aby se nám lépe zpívalo a hrálo,
přiďte naplnit dům PZKO.
Mladí herci

SPORT A VOLNOČASOVÉ AKTIVITY

Šachisté se udrželi v krajském přeboru

Závěrečná tři kola krajského přeboru družstev v šachu přinesla napínavý boj zejména ve spodních patrech tabulky. O postupujících do 2. ligy bylo rozhodnuto již dříve, staly se jimi týmy Vrbna pod Pradědem a Sokola Dobré. O udržení v soutěži ale bojovalo sedm družstev.

Měli jsme v posledních kolech nelehký los, ale již v prvním zápase s týmem Vrbna pod Pradědem, který do té doby nepoznal v soutěži ztrátu bodu, jsme dokázali ukořistit důležitý bod za remízu 4:4. V předposledním kole jsme měli dobře rozehrané utkání v Havířově, bohužel závěrečné dvě partie i přes převahu našich hráčů skončily remízou a celý zápas jsme tak ztratili v poměru 3,5:4,5. Poslední kolo bylo pro nás existenční. Jen výhra nás mohla udržet v soutěži. A do zápasu jsme navíc nastupovali bez hráčů z Polska, kteří byli v tomto termínu zaneprázdněni. Nominovaní hráči se však perfektně připravili a proti stejné ohrožené soupeři ze Slavojce Poruba „C“ dokázali urvat vítězství 5:3.

Tato výhra posunula náš tým na konečné sedmé místo, se kterým po průběhu celého ročníku můžeme být spokojeni. Předsezonní cíle však naplněny nebyly. Do jedenácti zápasů se zapojili všichni hráči sestavy z následující úspěšností: Jakub Szotkowski (4,5 bodu / 5 partií), Eneasz Wiewióra (3/4), Martin Surman (3,5/7), Břetislav Kretek (3,5/4), Jakub Lizak (4/6), Martin Cupek (4/7), Wojciech Grygierczyk (1,5/3), Petr Kantor (4/10), Pavel Samiec (0,5/2), Pavel Kantor (4/11), Bohuslav Szotkowski (5,5/11), Václav Kufa (0,5/4), Vít Kowolowski (1/6), Tomáš Kočí (0,5/2), Petr Sikora (1,5/5) a Aleš Kawulok (0,5/1). Za možnost reprezentovat naši obec v soutěži družstev bychom chtěli poděkovat TJ Sokol Mosty u Jablunkova, z. s., Obecnímu úřadu Mosty u Jablunkova a všem sponzorům.

Pavel Kantor

Co je nového u nás v Mostíku



Jaro je v plném proudu, před námi jsou poslední dva měsíce školního roku a Rodinné centrum Mostík už se chystá na prázdniny. Ale na květen a červen máme ještě připravený pestrý program. Na sobotu 14. 5. dopoledne, od 9.30, pro vás u příležitosti mezinárodního dne rodiny chystáme speciální procházku spojenou s plněním různých úkolů a hledáním



pokladu. V květnu se dále můžete těšit na přednášku „Zdravá obuv nejen pro děti“, na kterou zveme 20. 5. od 16.00 všechny zájemce o zdravé obouvání z řad široké veřejnosti. Ve čtvrtek 26. 5. si můžete přijít poslechnout přednášku a ochutnat dobroty paní Karolíny Raškové, expertky na raw food/živou stravu. Začínáme opět ve čtyři hodiny odpoledne.

Rozloučení s prvním školním rokem Mostíku se uskuteční v pátek 24. 6. od 15.00 na akci „Přivítání léta, aneb zmrzlinová montessori herna“. Vyzkoušíte si s dětmi spoustu aktivit se zmrzlinovou tematikou a pochutnáte si na domácí zmrzlině.

Už teď bychom vás rádi informovali, že na prázdniny chystáme minimálně tři příměstské tábory pro děti předškolního a mladšího školního věku. Informace o termínech, organizaci, o přihláškách apod. dostanou děti v nejbližších týdnech v MŠ a ZŠ a k přečtení budou i v červnovém vydání zpravodaje. Pro bližší informace k jednotlivým aktivitám Mostíku doporučujeme sledovat náš Facebook (Rodinné centrum Mostík), letáky na veřejných místech a v budově centra nebo píše na e-mail rc.mostik@seznam.cz.

A na závěr poděkování obci Mosty u Jablunkova, díky jejímuž příspěvku jsme mohli pořídit bezvadnou pomůcku pro psychomotorický rozvoj dětí - pestrobarevnou molitanovou stavebnici, kterou během cvičení a her od poloviny dubna s radostí využívají především naši nejmenší klienti (viz foto). Moc děkujeme.

Jana Foffová



Mor včelího plodu

Milí spoluobčané, přátelé včelaři. Již třetím rokem bylo při zimním vyšetření včelstev v našem katastru zjištěno závažné včelí onemocnění - mor včelího plodu. V předloňském roce se jednalo o 4 včelí stanoviště, kdy na třech stanovištích byl mor potvrzen - ta musela být spálena, u jednoho se mor neprokázal. V loňském roce se jednalo o 7 včelích stanovišť, kdy na čtyřech stanovištích byl mor potvrzen - ta musela být spálena, u dalších se mor neprokázal. V letošním roce je to opět 5 pozitivních stanovišť a na potvrzení moru

čekáme. Krajská veterinární správa provede v nejbližších dnech šetření na konkrétních místech pozitivních nálezů, a v průběhu měsíce dubna budeme znát výsledky. Včelstva, u kterých bude mor potvrzen veterinární správou, musí být usmrcena a spálena s veškerým přidruženým materiálem - pro včelaře to je smutná chvíle.

Vzhledem k tomu, že mor včelího plodu se i přes veškeré opatření našich včelařů i pracovníků krajské veterinární správy nepřestává opakovaně znova objevovat a nebezpečné staré a nepoužívané úly jsou s velkou pravděpodobností zdrojem tohoto onemocnění, žádáme opakovaně všechny, především majitele pozemků, na nichž se nachází neužívaný včelín nebo včelí úly, aby úly a plásty zabezpečili proti vniknutí včel nebo nejlépe zničili spálením. Nepoužívané a nebezpečné úly mohou být zdrojem nákazy! Pokud si nebudete vědět rady, jak úly a plásty zabezpečit, nebo jak s nimi dále naložit, neváhejte a obraťte se na nejbližšího včelaře, nebo kontaktujte základní organizaci - viz níže.

Pokud dojde ke zjištění nebezpečných úlů pracovníkem krajské veterinární správy, může být majiteli pozemku udělena pokuta do výše 50 tisíc korun českých.

I relativně nově vypadající úly mohou být problémem pro široké okolí a co teprve ty staré, roky nepoužívané!

Kontakt: tel. 605 325 446,
email: vcelarimosty@seznam.cz.

Děkujeme za Vaši vstřícnost a ochotu
Včelaři ZO ČSV Mosty u Jablunkova

Pozvání na včelařské vzdělávání nejen pro včelaře

Český svaz včelařů ZO Mosty u Jablunkova zve všechny včelaře a spoluobčany na přednášky:

■ **neděli 5. června**
Producenti medovice, podílející se na vzniku medu.
začátek v 9 hodin v sále PZKO v Mostech. Přednáška je doplněna video produkcí a následnou praktickou ukázkou přímo v lesních porostech v okolí Mostů. Přednáší absolvent lesnické fakulty v Brně Bc. Michal Počuch.

■ **v sobotu 11. června**
Chov včelích matek.
začátek v 9 hodin v sále PZKO v Mostech.

Po teoretické části praktická ukáзка na nově vzniklém stanovišti včelařského kroužku za dřevěnkou (GOTIC). Přednáší Milan Motyka, chovatel včelích matek.

DŮLEŽITÉ INFORMACE

Harmonogram svozu odpadů

Směsný komunální odpad - popelnice a černé pytle

Den	Svozová část	Svoz 1 x 14 dnů	Popelnice se přistavují na předem stanovené místo, a to v příslušný den svozu na 6 hodin ráno.
Úterý	I.	sudé týdny	
Středa	II.	sudé týdny	
Čtvrtek	III.	sudé týdny	

Svozové části:

- I. - levá strana silnice vedoucí přes obec až po hřbitov
 II. - pravá strana silnice vedoucí přes obec po nádraží
 III. - část obce od podjezdu za nádražím - směr Slovensko, kompletně včetně Šancí

Separovaný odpad v pytlích - papír, plast

Svozová část	Svozové týdny	Svozový den	Pytle jsou vystaveny v celé obci ve středu na 6 hodin ráno.
Celá obec	5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47	středa	

V případě, že se svoz nedokončí ve středu, pokračuje ve čtvrtek.

Sběr a svoz objemných a nebezpečných odpadů

Datum	Den	Datum	Den	Stanoviště kontejneru
2. května	Po	21. září	St	Obecní úřad
3. května	Út	22. září	Čt	Obecní úřad
5. května	Čt	23. září	Pá	Dolní Mosty, točna autobusu
6. května	Pá	26. září	Po	Dolní Mosty, točna autobusu
9. května	Po	27. září	Út	Potraviny na tunelu
10. května	Út	29. září	Čt	Potraviny na tunelu
11. května	St	3. října	Po	Šance DPS
12. května	Čt	4. října	Út	Šance DPS

Termíny sběru: viz tabulka, vždy od 11:30 do 18 hodin



Vás srdečně zve na

„Grůňské troky“

NOVINKA HOTELU GRŮŇ



Tel: 558 339 448
 Email: hotel@hotelgrun.cz
 Mosty u Jablunkova
www.hotelgrun.cz



Plánujete vlastní bydlení?

- zařídíme zpracování projektu
- vyřídíme stavební povolení
- zpracujeme zelenou úsporám pro výstavbu nízkoenergetických domů
- zpracujeme nabídky financování výstavby u více než 10 finančních společností

Plánujete úpravu stávajícího bydlení?

- vyřídíme kotlíkovou dotaci
- zpracujeme zelenou úsporám (na zateplení)
- navrhujeme/ vyřídíme financování



www.verodum.cz

Ing. Veronika Haratyková
 tel: 776 421 040
 info@verodum.cz
 Mariánské nám. 24 Jablunkov



ZAHÁJIL SEZÓNU 2016

CO VÁM NABÍDNEME?

*Profesionální práci, dobré ceny.
 Poradíme vám při koupi kola.
 Prodej veškerých náhradních dílů.
 Prodej kol, dle vašeho přání.*

Mosty u Jablunkova
ŠANCE

 **737 040 344**



"Pro čisté plíce, jízdních kol více."

MOSTECKÉ SPOLKY SE PŘEDSTAVUJÍ

V tomto čísle zpravodaje se představují další tři oddíly Tělovýchovné jednoty SOKOL Mosty u Jablunkova. Tímto TJ Sokol končí svou prezentaci a předává štafetu SRPŠ Mosty u Jablunkova. Připojuje dotaz: Co bude s areálem u staré školy?

Oddíl turistiky TJ Sokol Mosty u Jablunkova

1) Kdy organizace vznikla a kdo stál u jejího zrodu?

TJ Sokol jako sportovní organizace se věnovala i turistice. Na jedné historické fotografii jsou členové Sokola ve Vysokých Tatrách v roce 1953. Účastníky už stěží poznáte. Organizátorem turistických akcí byl Alois Byrtus.

Oddíl turistiky vznikl v roce 1968 a jeho zakladatelem byl p. A. Martynek. Vznikl jako nový oddíl při TJ Sokol Mosty. Příznivou okolností bylo i to, že TJ Sokol tehdy zakoupila svůj starší autobus Š 706, čímž se možnosti organizování turistických akcí značně zlepšily.

2) Kolik má organizace členů dnes a kdo stojí v jejím čele?

Ve funkci předsedy oddílu se postupně vystřídali A. Martynek, J. Wolný, A. Kufa a Ing. P. Kukuczka. Za dobu svého působení měl oddíl v průměru kolem 40 členů.

3) Věnujete se i práci s dětmi a mládeží?

Od roku 1968 uskutečnili turisté TJ Sokol nespočet zajímavých akcí a přilákali do svých řad nejen dospělé, ale i rodiče s dětmi.

V současné době se činnost turistů rozdělila podle věku a zdravotního stavu. Mladí členové dávají přednost aktivitám v horolezeckém oddílu. Střední generace v menších skupinách pořádá ojedinelé výstupy v polských nebo ve slovenských Tatrách. Někteří jedinci podnikají náročné výšlapy v Alpách. Starší turisté upřednostňují cykloturistiku.

4) Pořádáte a organizujete aktivity pro veřejnost nebo se zabýváte jen vlastní činností a aktivity jsou určeny jen pro členy?

Z akcí pro veřejnost je třeba zmínit Vátru vzájemnosti na Velkém Polomu, kterou pořádáme s kluby KST z Rakové a Svrčinovce. Letos to bude už 9. ročník. Za zmínku stojí rovněž účast na mezinárodním setkání turistů na vrcholu Velkého Polomu. Tato akce se pořádá vždy na Nový rok.

5) Uvedte prosím nějakou zajímavost, perličku o vaší organizaci.

Nejvýznamnější aktivitou oddílu turistiky a horolezců je obnova turistické chaty Skalka. Spolu s KČT a obcí Mosty u Jablunkova se nám podařilo obnovit chatu po zničujícím požáru. Přitom členové turistického oddílu byli hlavními



iniciátory jak samotné výstavby, tak i při zajišťování finančních prostředků a organizování brigád. Turisté spolu s horolezci se stále aktivně podílejí na úspěšném provozu této chaty. Až navštívíte chatu Skalku, vzpomeňte si na obětavce z turistického a horolezeckého oddílu z Mostů u Jablunkova. Bez jejich příkladného přístupu a nadšení by chata určitě tak dobře nefungovala.

6) Co byste ještě chtěli o sobě čtenářům zpravodaje sdělit?

O činnosti turistů byla po více jak 40 let vedena oddílová kronika, která zaznamenala řadu zajímavostí doplněných bohatou fotodokumentací. Tato kronika se dnes stává neocenitelnou památkou pro další generace.

Většina akcí směřovala do slovenských hor od Malé Fatry až po Slovenský ráj. Nejvíce výšlapů se uskutečnilo ve Vysokých Tatrách, kde naši turisté zdolali téměř všechny turisticky dostupné vrcholy. Zázemím pro turistické akce ve slovenských Tatrách se stalo rekreační středisko Trineckých železáren Žiar. Z českých hor byly nejčastěji navštěvovány Jeseníky, Krkonoše a Šumava. V zahraniční to byly velmi zdařilé akce v Rakouských Alpách a střední Itálii.

Augustin Martynek

Oddíl lyžování TJ Sokol Mosty u Jablunkova

1) Kdy organizace vznikla a kdo stál u jejího zrodu?

Historie lyžařského oddílu TJ Sokol Mos-

ty sahá někde do 60 let minulého století. Nadšení pro lyžování vyústilo v rozhodnutí vybudovat v Mostech na tehdejší dobu oblíbený tzv. háčkový vlek. Jeho délka byla sice cca 200 m, ale vyvolal další zájem o lyžování v Mostech, hlavně u mládeže. U zrodu této myšlenky a hlavně realizace byli pánové Augustin Martynek, Josef Wojtyla, Oldřich Podešva, Antonín Bulava, Josef Bieleš, Milan Šeda, Miroslav Dyrčík, Adam Waclawek, Jiří Szotkowski, Dominik Szotkowski, Rudolf Kluz, Ing. Augustin Szkandera, Josef Szotkowski st. a mnoho dalších nadšenců lyžování.

Dalším přínosem pro lyžařskou veřejnost se stalo i vybudování stylové dřevěné lyžařské chaty uprostřed areálu. Tento areál se tehdy stal široko daleko jediným snadno dostupným lyžařským centrem celé oblasti Jablunkovska. Rozrůstající se členská základna lyžařského oddílu dala podnět koncem roku 1970 k budování modernějšího vleku POMA. Parta dobrovolníků začala naplňovat sen o postavení dlouhého vleku v Grůni na východním svahu obce. Jeho délka byla přes 900 m, převýšení 140 m a kapacita 650 osob za hodinu. Tento vlek umožnil již jízdu na třech sjezdovkách.

2) Kolik má organizace členů dnes a kdo stojí v jejím čele?

Nejpočetnější členskou základnu měl lyžařský oddíl v období 2002 až 2007. V tomto období došlo k modernizaci areálu a vybudování umělého zasněžování. Členská základna se pohybovala okolo 160 členů, z toho bylo 60 dětí. V současné době má lyžařský oddíl 106 členů, z toho 31 dětí. Předsedou lyžařského oddílu je p. Karel Bury.

3) Věnujete se i práci s dětmi a mládeží?

Co se týče sportovního a závodního lyžování, tak zde nastal trošičku menší útlum a to hlavně z důvodu nepříznivých sněhových podmínek v posledních třech letech. Všechny sjezdovky nebyly zasněžené a provozovat lyžařskou přípravu pouze na jedné je dosti problematické z důvodu bezpečnosti. Je třeba se pak přizpůsobit dané situaci a to vždy nebylo dobře možné, hlavně z časových důvodů. Proto nebyla lyžařská příprava tak kompaktní, jak v předešlých letech. Pevně věříme, že nadcházející sezóna již bude lepší. U závodního lyžování v kategorii mladších žáků tak zůstala pouze Kateřina Burová, která v letošním roce skončila na Mistrovství ČR, které se konalo v Albrechticích, ve slalomu na vynikajícím 6. místě, v obřím slalomu obsadila 14. místo a ve vyřazovacím závodě 23. místo. Celkově pak v poháru České pošty obsadila Sl - 7. místo, GS - 18. místo, SG - 32. místo, VZ - 23. místo. V přípravce se účastnila závodů Madeja Sport Cup N. Kohutová s umístěním na 44. místě a předžákyně Eliška Klusová na 29. místě.

4) Pořádáte a organizujete aktivity pro veřejnost nebo se zabýváte jen vlastní činností a aktivity jsou určeny jen pro členy?



Lyžařský oddíl TJ Sokol Mosty byl po celou dobu vlastnictví ski areálu propagátorem a organizátorem závodního lyžování v Mostech. Nejdříve to byly závody mládeže zvané Karvinský pohár, který u nás zakotvil díky panu A. Kohutovi. Později se tyto závody přejmenovaly na Slezský pohár a LO TJ se stává jeho pravidelným organizátorem u nás. Na tyto závody mládeže se do Mostů sjíždělo i přes 20 lyžařských oddílů z celé severní Moravy. Doba se podstatně změnila, lyžařský oddíl už neprovozuje lyžařský areál, ale všichni členové se aktivně zapojují do dění ve SKI areálu. V rámci provozu lyžařského areálu se podílíme na organizaci lyžařských závodů pro mládež s názvem Beskydská lyže, kterou pořádá Sdružení obcí Jablunkovska, zimní olympiády žáků místní ZŠ, lyžařských závodů Zjazd Gwiaździsty, které pořádají PZŠ z regionu. V neposlední řadě jsou to pak samotné Sokolské závody pro veřejnost, kdy letos proběhl již jubilejní 40. ročník.

5) Uveďte prosím nějakou zajímavost, perličku o vaší organizaci.

V letech 2000 - 2005 se lyžařský oddíl snažil dále zlepšovat podmínky pro lyžování vybudováním zařízení pro umělé zasněžování a hlavně zakoupením moderní sněžné rolby. Těmito kroky se výrazně zkvalitnila sjezdovka a návštěvníci si je velmi pochvalovali.

Koncem roku 2010 však ztrácí TJ Sokol Mosty nedobrovolně svůj ski areál nuceným prodejem novému vlastníku a provozovateli SKI Beskydy s.r.o. Tento prodej však není doposud plně uhrazen a firma SKI Beskydy s.r.o. je v současné době v insolvenční.

Perlička: 28. 10. 2015 uplynulo 5 let, co dalo vedení SKI Beskydy s.r.o. spálit lyžařskou chatu.

Do dnešního dne chybí celé mostecké veřejnosti.

6) Co byste ještě chtěli o sobě čtenářům zpravodaje sdělit?

Pevně věříme, že díky novému provozovateli lyžařského areálu firmě Maflex s.r.o. a jeho ochotě podporovat sport v naší obci, dojde znovu k oživení sjezdového lyžování v Mostech u Jablunkova.

Karel Bury, předseda lyžařského oddílu



Dne 8. 4. 2016 proběhla v TJ Sokol Mosty u Jablunkova, z.s. valná hromada, na které byly schváleny nové statuty spolku a byl zvolen nový výkonný výbor. Do čela TJ na čtyřleté funkční období byl zvolen předseda p. Antonín Bulava a místopředsedkyně ing. Ingrid Legierská. Věřím, že nové vedení povede sport v obci ke zdárným úspěchům.

Za TJ Sokol Mosty u Jablunkova, z.s.
Antonín Bulava, předseda TJ

Oddíl kulturistiky TJ Sokol Mosty u Jablunkova

1) Kdy organizace vznikla a kdo stál u jejího zrodu?

Oddíl kulturistiky vznikl v roce 1982 a u jeho zrodu stál Josef Szotkowski, který byl i prvním předsedou oddílu. V oddílu bylo zapojeno průměrně 30 členů. Vzniku tohoto oddílu předcházela velká zájem ve zvedání činek, které se odehrávalo hlavně různě po sklepích a garážích v rodinných domcích. Proto se parta nadšenců rozhodla založit oddíl a vybudovat zázemí v podobě dobře vybavené posilovny v sokolovně. Posilovna vznikla v roce 1983 za významné pomoci tehdejšího MNV a jeho předsedy J. Bazgiera.

2) Kolik má organizace členů dnes a kdo stojí v jejím čele?

V současné době má oddíl 20 členů. Nicméně je třeba podotknout, že už jen čtvrtina z nich je aktivní. Oddíl vede Mariusz Hlisnikowski.

3) Věnujete se i práci s dětmi a mládeží?

Bohužel v oddílu jsou nejmladšími členy „čtyřicátníci“. Kulturistika jako sport všeobecně ztratil na své popularitě. Od toho se odvíjí i fakt, že mládež se tomuto sportu věnuje málo. Podle mě je to dáno hlavně tím, že kulturistika je jakousi formou životního stylu a je velmi náročná na sebekázeň, která dnes obecně mezi populací chybí.

4) Pořádáte a organizujete aktivity pro veřejnost nebo se zabýváte jen vlastní činností a aktivity jsou určeny jen pro členy?

V místní sokolovně provozujeme posilovnu, která je přístupná nejen pro naše členy, ale i pro veřejnost. Chodí k nám hlavně mladi, kteří dávají přednost pořádnému cvičení před posedáváním u monitorů počítačů.

5) Uveďte prosím nějakou zajímavost, perličku o vaší organizaci.

Skoro každoročně a to již po dobu 30 let pořádáme v místní sokolovně silový trojboj (power - lifting). Některých ročníků

se účastnili i reprezentanti ČR. A naši borci se jim svými výkony rovnali. Je rovněž třeba zmínit, že k nejvýznamnějším akcím patřilo pořádání Krajského přeboru v kulturistice za účasti až 50 závodníků. Co se týče úspěchů, můžeme se pochlubit medailovými zisky na přeboru ČR dorostenců a taktéž účastmi ve finálových bojích v kategorii mužů.

6) Co byste ještě chtěli o sobě čtenářům zpravodaje sdělit?

Hlavně bychom chtěli poděkovat za podporu všem, díky kterým naše skromná posilovna může fungovat. Nedalo by se to bez podpory mateřské organizace TJ Sokol Mosty a obce Mosty u Jablunkova. Závěrem chceme vzkázat, že rádi přivítáme nové členy, popřípadě nové návštěvníky naší skromné posilovny.

Mariusz Hlisnikowski

DULEŽITÉ INFORMACE

Semináře MAS Jablunkovsko

Místní akční skupina Jablunkovsko uspořádala dne 13. 4. 2016 seminář pro potenciální žadatele o podporu z oblasti sociálních služeb. Seminář byl realizován v rámci projektu „Komunitní rozvoj Jablunkovska“ podpořeného v rámci programu „Podpora Místních akčních skupin Moravskoslezského kraje 2015“. Zasedací místnost na Obecním úřadě v Bystřici se těšila velkému zájmu. Seminář byl rozdělen do dvou částí. Dopoledním blokem provázela Ing. Aneta Wojtas a Mgr. Petr Karlubík. Účastníci byli seznámeni s dotačními možnostmi, které lze získat prostřednictvím MAS Jablunkovsko. Tato podpora bude směřovat na investiční priority, jako je tvorba sociálního bydlení, tvorbu zázemí sociálních služeb či sociálního podnikání. Výzvy na podporu těchto projektů budou vyhlášeny na podzim tohoto roku. Na odpolední blok byli přizváni zástupci Ministerstva práce a sociálních věcí, kteří přítomně seznámili s Operačním programem Zaměstnanost. V rámci tohoto programu budou podporovány tzv. „měkké“ projekty, pomocí kterých je možné financovat například vzdělávání zaměstnanců či jejich mzdy. Vzhledem k tomu, že již jsou schváleny postupy předkládání žádostí o podporu, plánujeme další semináře na svém území, které budou směřovat do různých oblastí, od zemědělství až po vzdělávání a na které jste všichni srdečně zváni. Příznivci a zájemci mohou zjistit více informací na našem webu www.masjablunkovsko.cz.

Petr Karlubík



Moravskoslezský kraj



S dětskou obezitou do lázní

Každé čtvrté dítě v naší republice má nadváhu. V Moravskoslezském kraji jich může být okolo 20 tisíc. Pokud lékař doporučí lázeňskou léčbu, mohou ji děti absolvovat také v Klimkovicích u Ostravy. Zdejší sanatoria se kromě dětí s těžkým neurologickým postižením a gynekologickými problémy, zaměřují také na léčbu dětí s nadváhou.

Šimonovi je deset let. Svůj volný čas většinou tráví doma u počítače. Z kil navíc je nešťastný. Proč po škole raději neběhá venku s kamarády? Kamarádi také ven nechodí a zajímá je jen počítač. Výzvy rodičů k aktivitě jsou velmi malou motivací. Návštěvy obezitologa nevedly k ničemu. Tak se Šimonova maminka rozhodla pro jiné řešení – lázeňský pobyt v Klimkovicích.

Šimona, který doma sport odmítal, nadchl bazén, ve kterém plaval nebo cvičil až dvakrát denně. Zalíbilo se mu i cvičení v posilovně, ve které mu s cviky radila a pomáhala fyzioterapeutka. V odpoledních hodinách se pak společně s ostatními dětmi účastnil pohybových volnočasových aktivit, kdy děti pod dohledem vyrážejí na výjezdku na koloběžkách či na kolech lázeňským areálem. Šimonovi se nakonec podařilo zhubnout asi tři kila. Podle maminky mu pobyt v lázních pomohl obnovit vztah ke zdravému pohybu. „Snažili jsme se o to už doma, ale nic ho nebavilo, kromě společné turistiky. Teď společně chodíme do posilovny, kterou si kluk oblíbil v lázních. A na bazén také zajdeme. I jídelníček jsme změnili“, komentuje maminka.

Dietní sestra Olga Krčmářová přiznává, že dietní jídelníček vytvořený odborníky musí pro děti s nadváhou upravovat „za pochodu“. „Děti, které přicházejí se špatnými stravovacími návyky z domu, těžko rychle přesedlají na zdravou stravu a tak se často stává, že například kuře s rýží a lehkou omáčkou odmítají. Jsou zvyklé na husté omáčky, polotovary a hlavně mají problém s konzumací zeleniny a ovoce. Změna jídelníčku tak musí být pozvolnější a musí na ní zapracovat hlavně rodiče doma. Často se tak stává, že ve snaze pomoci a podpořit své dítě, začne zdravěji žít celá rodina.“ Vrchní sestra dětského sanatoria Vlasta Niklová dodává, že nejdůležitější je, aby děti jedly častěji, menší porce, ale nesní hladovět.

Kromě odborníků na zdravý životní styl se dětem věnuje i psycholog. „Snažím se poznat jejich psychiku, učím je, jak se uvolnit. Některá sezení probíhají ve skupině, děti pochopí, že tento problém neřeší samy a tím se také učí překonávat stud. Příčiny nadváhy jsou různé, často je přejídání důsledkem stresu, třeba ve škole,“ říká psycholog Miloslav Šebela.

Na léčbu obezity se snaží v Klimkovicích pohlížet komplexně. Procedury, pohybové aktivity jdou tak ruku v ruce se zdravějším jídelníčkem a aktivním trávením volného času.

S jídelníčkem pak musí pomoci rodiče, kteří při nástupu dítěte do lázní projdou speciální edukací. Léčba dětské obezity nekončí pobytem v lázních. Ten ale může odstartovat novou – zdravější – životní etapu dítěte i celé jeho rodiny.

Sanatoria Klimkovice, 742 84 Klimkovice, tel.: 556 422 111, 556 422 106, e-mail: recepcie@sanklim.cz, www.sanatoria-klimkovice.cz

www.koop.cz

RODINA

POJISTĚTE SI

- ▶ život
- ▶ úraz
- ▶ penzi
- ▶ zdravotní péči

BYDLENÍ

POJISTĚTE SI

- ▶ domácnost
- ▶ dům
- ▶ byt
- ▶ chatu, chalupu
- ▶ odpovědnost

FINANCE

ZAJISTĚTE SE

- ▶ úvěrem na bydlení
- ▶ stavebním spoření
- ▶ hypotékou
- ▶ investicí

AUTO

SJEDNEJTE SI

- ▶ povinné ručení

POJISTĚTE SI

- ▶ havárii
- ▶ živelní události
- ▶ odcizení
- ▶ vandalismus

CESTOVÁNÍ

POJISTĚTE SI

- ▶ léčebné výlohy
- ▶ úraz, zavazadla, odpovědnost



Kooperativa

VIENNA INSURANCE GROUP

Pro život jaký je

RÁDI VÁS POJISTÍME

KONTAKT »

Čupková Lalíková Ludmila
Šance 437
739 98 Mosty u Jablunkova
✉ ludmila.cupkova@kooperativa.cz
☎ 608 614 584

Zpravodaj mostecký - mosteckí ■ Periodický tisk územního samosprávného celku ■ Vychází: jednou měsíčně, **zdarma** ■

Adresa redakce: zpravodaj@mostyujablunkova.cz, tel. 558 337 911 ■ Číslo: 05/2016 ■ Den vydání: 1. 5. 2016 ■

Evidenční číslo: MK ČR E 12343 ■ Vydavatel: **Obec Mosty u Jablunkova**, Mosty u Jablunkova 800, 739 98, IČ 296 953 ■ Grafické zpracování a tisk: **Grafia Nova s.r.o., Zašová u Valašského Meziříčí** ■ Uzávěrka příštího čísla: **18. května 2016** ■

Redakce si vyhrazuje právo příspěvky krátit ■ Neprošlo jazykovou úpravou