

Petřkovice

Únor 2014 • číslo 1

Zdarma

Slovo starosty



Milí spoluobčané, dovoluji mi, abych Vás v prvním čísle letošního „Zpravodaje“ informoval, co nás tento rok čeká a nemine.

Než tak učiním, rád bych se vrátil na konec roku 2013, kde proběhlo několik ne

zrovna příjemných událostí. Začal bych na ulici Šilheřovické, kde dochází k udávání sousedů ohledně parkování automobilů, to samé se děje na ulici U Kovárny a na Mexiku. Že přibývají automobily, to nikdo z nás neovlivní a taky nejsme nafukovací. Na ulici Šilheřovické by si občané rádi vybudovali parkovací místa před svými nemovitostmi, ale zatím to nejde, protože tato ulice jako jediná nám není svěřená. Proto rada rozhodla požádat město Ostravu o svěřeni této ulice do majetku obvodu. Potom nebude problém povolovat pronájmy v této lokalitě. Další lokalitou je ulice U Kovárny, kde někteří obchodníci dva roky zneužívali, prý nedostatečné značení na vyznačených

místech, a blokovali obslužnost této ulice. Proto došlo po dohodě s městskou policií k doplnění značení o žlutou čáru a parkování se zlepšilo. Problém parkování trápí také ulici Ryšlinkovou. Tady bych se chtěl domluvit s občany této lokality, zda by měli zájem o vybudování a pronájmy parkovacích míst. Pokud ano, kontaktujte p. Ščerbovou, která bude evidovat zájem občanů. Další rozruch před koncem roku vyvolalo pár občanů, kteří zásadně nesouhlasili s kácením náletových dřevin na pozemku za pilířem u cukrárny, kde vznikne po vyčištění zajímavý prostor pro různá sportovní vyžití. Nyní už probíhají projektové práce na lezecké stěně, která vznikne z betonového pilíře, a na prostor za pilířem je ve spolupráci se školou vyhlášena soutěž o nejlepší návrh využití tohoto místa. Pár prací už jsem viděl a jsem přesvědčen, že plno nápadů od našich dětí bude v projektu využito a to navzdory některým občanům, kteří tam děti nechtějí vidět. A do třetice všeho „dobrého“, někdo po obci šíří mylné informace o hospodaření obvodu. Možná již začal předvolební boj nebo je to nespokojený nájemník. Normálně bych na tyto nesmysly nereagoval, ale týká se to obecních bytů, což je pro některé nájemníky citlivé téma, tak bych to rád vysvětlil. Za rok vybereme na nájemném zhruba 1 300 000 Kč, statut města nám dovoluje, že 50 % těchto prostředků můžeme použít na jiné účely než na byty. Proto při schvalování rozpočtu na rok 2013 byl zastupitelstvem schválen přesun 500 000 Kč na nákup nového traktoru, bez této úpravy rozpočtu bychom si nový traktor nemohli dovolit. V letošním rozpočtu naopak do fondu oprav přidáváme 500 000 Kč z rezervy, abychom mohli provést kompletní zateplení Magnolie a vybudování splaškové a dešťové kanalizace u tohoto domu. Takže, jeden rok jsme ubrali a druhý přidali, tak by mě zajímalo, co je na tom špatného. Mimo jiné

(Pokračování na straně 2)

obsah čísla

- Slovo starosty
- Jubilanti
- Kolik nás je?
- Poplatky za psy
- Ze školních lavic
- Muzeum Hlučínska
- Hospic informuje
- Tříkrálová sbírka
- AD Landek
- MP informuje
- FC Odra
- Kontejnery

POZVÁNKA

Zveme občany bydlící na ulicích Koblovská, Nad Úhorem, Hluboká, Muškátová, Do Špice, Podbělová, Včelařská, Šilheřovická, Jahodová, Na Landeku, K Černavám, Neukončená, Kosatcová a část z ulic Balbínova, Hlučinská, Údolní a Pod Landekem na setkání se zhotovitelem stavby „Kanalizace Petřkovice – 2. a 3. etapa“, které se bude konat v pondělí **10. 3. 2014 v 17.00 hodin** v sále Kulturního domu v Petřkovicích. Bude projednán způsob výstavby, možnosti připojení a zodpovězeny dotazy občanů na problémy spojené s výstavbou.

Více na tel. 599 429 102, 599 429 109.

Blahopřejeme našim jubilantům

V lednu oslavili své významné životní jubileum:

70 LET:

Bártová Eva
Čočková Renata
Michalíková Magdalena

75 LET:

Čerevková Alžběta
Koblížková Dáša
Novosadová Miluše
Wyková Libuše

80 LET A VÍCE:

Grosošová Marie
Heikenwälderová Adelheida
Hruška Josef
Hrušková Růžena
Jarošová Marie – 90 let!
Ullmann Evald
Žabenská Jaruška – 90 let!

V únoru oslavili nebo oslaví:

70 LET:

Gaudinská Edelgard
Oškerová Marcela
Robenková Jana

75 LET:

Otisk Bohumír
Weisová Anna
Zagorová Anna

80 LET A VÍCE:

Adámková Marta
Duda Josef
Gospošová Irena
Kravěc Valter
Štěpán Oldřich – 90 let!
Urbančíková Anděla



Slovo...

(Pokračování ze strany 1)

hospodaření obvodu za rok 2013 bylo nejlepší za posledních 8 let a podařilo se ušetřit téměř 2,1 mil. korun, které budou zapojeny do letošního rozpočtu a použity na investice do obecního majetku (ale to neznamená, že budeme nájemníkům měnit žárovky nebo malovat v bytech).

Teď bych Vás rád informoval, jak tyto peníze utratíme. Jakmile počasí dovolí, budeme pokračovat na zateplování kulturního domu, zároveň bude upravena a zkulturněna plocha za KD a opraveno parkoviště u pekařství Velička. Součástí fasády bude vybudování nové rampy pro vozičkáře, ale bohužel jen s příjezdem do sálu, podle platných norem to jinde nešlo. Zateplení se také dočká obytný dům č. p. 118 Magnólie a o prázdninách začne rekonstrukce budovy školní družiny a dětské lékárnky.

Na jaře bude také dokončeno sportoviště za Slezskou zahradou a chtěli bychom zahájit práce na lezecké stěně a za touto stěnou připravit plochu pro další využití. Pokud se nám podaří získat peníze z města, budou pokračovat práce na parčíku a v létě by začala první etapa rekonstrukce sokolovny. Na jaře nás také čeká zahájení výstavby 2. a 3. etapy kanalizace. Chtěl bych pozvat občany z dotčených lokalit 10. 3. 2014 do Kulturního domu, kde v 17.00 hod. bude projednávání harmonogramu a způsob výstavby a zhotovitelská firma bude odpovídat na Vaše dotazy.

Na závěr Vám sděluji, že od poloviny února bude v přízemí úřadu nainstalována tak zvaná „schránka důvěry“, kde můžete vhadzovat své podněty, připomínky, dotazy a také případné stížnosti např. na chování a výkony městské policie, zaměstnanců ÚMOB, rady obvodu a starosty.

Ivo Mikulica, starosta

Z jednání rady (výťah):

Dne 26. listopadu 2013:

- schválila na základě předložené žádosti Charity Ostrava, Ostrava-Vítkovice, finanční příspěvek na do-krytí nákladů spojených s rozvozem obědů za rok 2013 ve výši 5 649 Kč,
- souhlasila s projektovou dokumentací pro stavební povolení stavby „Oprava vodovodu v Petřkovicích, ulice Šilheřovická“,
- rozhodla o uzavření Smlouvy o sdružených službách dodávky elektřiny oprávněnému zákazníkovi mezi městským obvodem Petřkovice a společností Dalkia Commodities CZ, s.r.o., Moravská Ostrava, která se týká dodávek elektické energie do objektů městského obvodu v roce 2014.

Dne 10. prosince 2013:

- rozhodla o uzavření nájemní smlouvy na pronájem nebytových prostor v přízemí domu č. p. 17 na ul. Hlučinské v O.-Petřkovicích za účelem provozování lékárnky Mgr. Marcela Schaffarczikové, Ludgeřovice, s účinností od 1. 1. 2014,

- žádá statutární město Ostrava o svěřeni pozemku parc. č. 1917 ost. plocha, silnice v kat. území Petřkovice u Ostravy, pozemek je místní komunikací ul. Šilheřovická a veřejnou zelení podél této místní komunikace,
- souhlasila jako zřizovatel Základní školy Ostrava-Petřkovice, s přijetím sponzorského daru – finančních příspěvků od rodičů žáků ve výši 25 125 Kč v roce 2013.

Dne 21. ledna 2014:

- rozhodla o uzavření Dodatku č. 4 ke Smlouvě o partnerství, uzavření mezi městským obvodem Petřkovice a Sdružením obcí Hlučínka, který se týká podpory sdružení v roce 2014,
- schválila zásady výběrového řízení pro udělování grantů a finančních příspěvků v r. 2014 a vyhlásila výběrové řízení pro udělení grantů z oblasti kultury, sportu a společenských aktivit pro rok 2014 dle schvalených zásad, s termínem podání přihlášek do 28. 2. 2014 a 31. 7. 2014.

Ze zasedání zastupitelstva (výťah):

Dne 12. prosince 2013:

- schválilo vyrovnaný rozpočet městského obvodu Petřkovice na rok 2014

ve výši 21 238 tis. Kč dle předloženého návrhu (v tis. Kč):

Ze zasedání...

PŘÍJMY CELKEM: 21 238

V tom:

Běžné příjmy (daňové + nedaňové)	5 835
Dotace	11 263
Převody ze SF	140
Kapitálové příjmy	4 100
Konsolidace příjmů	- 140
Financování celkem	40

CELKOVÉ ZDROJE 21 238

VÝDAJE CELKEM: 21 238

V tom:

Běžné výdaje	16 031
Konsolidace výdajů	- 140
Kapitálové výdaje	5 347

CELKOVÉ VÝDAJE: 21 238

- schválilo rozpočtový výhled městského obvodu Petřkovice na roky 2015–2017 dle předloženého návrhu,
- stanovilo termíny konání Zasedání zastupitelstva městského obvodu Petřkovice v 1. pololetí 2014 takto: 13. 3. 2014 a 12. 6. 2014.

*Ing. Karel Gattnar,
tajemník*

Místní poplatky ze psů v roce 2014

Tyto poplatky jsou upraveny nově v příloze Obecně závazné vyhlášky statutárního města Ostravy č. 17/2013, o místním poplatku ze psů, ve znění obecně závazné vyhlášky č. 13/2011, obecně závazné vyhlášky č. 11/2012 a obecně závazné vyhlášky č. 9/2013. Procesním předpisem pro tuto agendu je zákon č. 280/2009 Sb., daňový řád, ve znění pozdějších předpisů.

Níže jsou uvedeny některé povinnosti, které plynou občanům Petřkovic z těchto norem.

Každý občan je povinen do 30 dnů nahlásit ÚMOB Petřkovice vznik nebo zánik povinnosti hradit poplatek za psa. Pokud poplatník nesplní oznamovací povinnost, může mu správce poplatku opakovaně uložit pokutu ve smyslu § 250 daňového řádu.

Poplatek se platí ze psů starších 3 měsíců, bez výzvy a bez vydání platebního výměru, a je splatný nejpozději do 31. 3. příslušného kalendářního roku.

Počet obyvatel k 1. 1. 2014

Na počátku roku 2013 měl náš obvod 3 128 obyvatel, k 1. 1. 2014 se tento počet zvýšil o 5 obyvatel na 3 133.

Narození: 33

Zemřelí: 35

Více najdete v tabulce.

POČET OBYVATEL PŘIHLÁŠENÝCH K POBYTU NA ÚZEMÍ STATUTÁRNÍHO MĚSTA OSTRAVY KE DNI 01. 01. 2014					
Městské obvody	občané mladší 15 let	občané od 15 let	celkem občanů	cizinci	celkem obyvatel
Hošťálkovice	232	1 375	1 607	7	1 614
Hrabová	496	3 189	3 685	100	3 785
Krásné Pole	374	2 179	2 553	25	2 578
Lhotka	192	1 088	1 280	7	1 287
Mariánské Hory a Hulváky	1 651	10 393	12 044	433	12 477
Martinov	122	990	1 112	16	1 128
Michálkovice	508	2 730	3 238	44	3 282
Moravská Ostrava a Přívoz	5 299	32 621	37 920	1 721	39 641
Nová Bělá	260	1 588	1 848	22	1 870
Nová Ves	116	603	719	18	737
Ostrava-Jih	13 475	92 171	105 646	3 621	109 267
Petřkovice	414	2 692	3 106	27	3 133
Plesná	198	1 203	1 401	15	1 416
Polanka nad Odrou	692	4 212	4 904	34	4 938
Poruba	8 156	58 173	66 329	1 227	67 556
Proskovice	165	1 048	1 213	7	1 220
Pustkovec	181	1 095	1 276	16	1 292
Radvanice a Bartovice	929	5 455	6 384	260	6 644
Slezská Ostrava	3 450	17 453	20 903	863	21 766
Stará Bělá	668	3 359	4 027	31	4 058
Svinov	581	3 781	4 362	128	4 490
Třebovice	231	1 625	1 856	24	1 880
Vítkovice	1 353	5 907	7 260	817	8 077
Celkem	39 743	254 930	294 673	9 463	304 136

PLATBY

BĚŽNÉ		SLEVY	
Rodinný dům 1. pes	150,-	Důchodce 1. pes	100,-
Rodinný dům 2. pes	500,-	Důchodce 2. pes	150,-
Byt 1. pes	500,-	Osoba s III. stupněm mimo- řádných výhod	0,-
Byt 2. pes	1 500,-	Osoba používající psa dle zvláštního předpisu	0,-
Podnikatel 1. pes	500,-		
Podnikatel 2. pes	1 500,-		

Poplatky lze hradit na Úřadě městského obvodu Petřkovice, kancelář č. 10 do 31. 3. 2014! Bankovním převodem nebo poštovní poukázkou lze poplatek uhradit po vyzvednutí

variabilního symbolu, a to osobně v kanceláři č. 10, nebo telefonicky na tel. č. 599 429 101.

*Karla Hubertová
referent úseku vnitřních věcí*

Ze školních lavic

■ Poděkování

Podářilo se! Máme novou pec na keramiku!

V prosinci jsme vyhlásili na naší škole sbírku na novou keramickou pec. Díky příspěvkům rodičů našich žáků, které se pohybovaly od 20 Kč až po 1 000 Kč, se vybralo neuvěřitelných 25 125 Kč. Škola dodala chybějící část peněz a mohla zakoupit novou a větší keramickou pec. Děti z ní mají velkou radost a už se těší na další hrátky s hlínou. Chtěli bychom všem dárcům poděkovat.

Žáci a kolektiv pedagogů



■ Rozsvěcení vánočního stromu

Ve čtvrtek 5. 12. 2013 se na petřkovickém náměstí konala již tradiční slavnost Rozsvěcení vánočního stromu s Mikulášem. Předtím, než se rozzářila světýlka vánočního stromu, se postupně na schodech radnice představila řada účinkujících s bohatým hudebním programem. Děti z MŠ, naši žáci, sbor žaček pod vedením Mgr. Michaely Štěpánové, sbor ZUŠ a výjimečný sbor radních – ti všichni vytvořili kouzelnou atmosféru a odměnou jim byl nejen nadšený potlesk diváků, ale také balíček perníčků věnovaný starostou panem I. Mikulicou a poukaz na párek v rohlíku, který již tradičně vydával v kuchařské čepici ředitel školy pan P. Najman a p. Tařana Janusová. Akce se vydařila na výbornou! Nejen, že vyšlo počasí, ale bylo také konečně slyšet všechny zpěváky. Na závěr všem vykouzli úsměv na tváři krásný ohňostroj.

Mgr. Monika Konečná, zástupkyně ředitele školy

■ Vánoce v Rožnově pod Radhoštěm – výlet 4. tříd

V úterý 10. 12. 2013 jsme jeli do Rožnova. V autobuse všichni, až na

pár výjimek, řvali jako zvířata v ZOO. Svačinu jsme si mohli sníst, teprve když jsme vystoupili z autobusu. Já jsem měla řízek s chlebem. Po svačině jsme šli na tu prohlídku. Měli jsme moc milou průvodkyni. Vysvětlila nám všechny podrobnosti o daném místě. Byli jsme se kouknout do chaloupek chudších i bohatších hospodářů. Byli jsme i u kováře, který vyráběl (vlastnoručně) nádherné podkovy. Skoro v každé chaloupce se dalo něco koupit. U řezbáře – dřevěné zvířátko nebo pištala, u pekařek – pohled s receptem na perník nebo perník. Šli jsme tam i do školy. Na tabuli bylo datum. Den i měsíc byl správný, ale rok tam byl 1899. V té škole jsme zazpívali koledu a pan učitel nám ukazoval, jaké dárky dostávaly děti v té době. Byl to pěkný výlet. Ani nepršelo.

Vendula Jančíková 4. A

■ Vánoce ve škole

Stalo se již tradicí, že se několik dnů před Vánocemi otevrou dveře školy široké veřejnosti. Letos se akce s názvem Vánoce ve škole konala poprvé v budově druhého stupně. Od začátku prosince probíhaly pečlivé přípravy. Děti s paními učitelkami kromě učení stihly i připravit vánoční dekorace, napéct perníčky či nacvičit pěvecká a divadelní představení. Malí i velcí návštěvníci si tak mohli nejen prohlédnout školu, ale čekat na ně také bohatý program – výroba papírových dekorací, zdobení perníčků a baněk, taneční vystoupení, pohádky, představení v anglickém a německém jazyce, zpívání koled se školním sborem, fyzikální pokusy. Pokud někdo dostal hlad, mohl se občerstvit v kavárničce, kde se podával výborný punč a „mňamky“, které napekly šikovné maminky. Zájemci se nechali na památku zvětřit ve foto koutku. Návštěvníků jsme měli opravdu



mnoho. Doufáme, že si kromě hotového výrobku odnesli i dobrý pocit z příjemně stráveného odpoledne.

Mgr. Petra Raunigová

Vánoce ve škole se v letošním školním roce konaly poprvé na II. stupni. Psal se pátek 13. prosince a my, všichni vystupující, jsme si přáli, ať je pro nás pátek 13. „šťastným“.

Celá škola byla krásně nazdobená a všichni jsme se těšili na návštěvníky, kteří se přijdou podívat na naše různorodá vystoupení. Návštěvníci si ve škole mohli koupit vánoční výrobky a výtvary, mohli posedět u šálku dobré kávy či punče a ochutnat výborné koláčky a buchty, které upekly naše milé maminky a babičky. Tvořiví jedinci si mohli nazdobit medové perníčky, vyzdobit baňku, vyrobit papírové vánoční ozdoby, nakreslit něco na hedvábí... Každý si zde našel to pravé.

Jelikož jsme se v tomto školním roce začali učit německý jazyk, připravili jsme si úryvek z pohádky „Schneewittchen und die sieben Zwerge“, Sněhurku hrála Katka Robenková a sedm trpaslíků výborně ztvárnili kluci z naší třídy, po tomto vystoupení jsme publiku zazpívali německou koledu „O Tannenbaum“, doufáme, že se všem naše představení líbilo. Vánoce ve škole byly opravdu bohaté a krásné a už se těšíme na další takovou akci.

Děvčata ze 7. B

■ Zpívání na schodech – 1. stupeň

V pátek 20. 12. 2013 se všichni žáci z 1.–4. ročníku se svými učitelkami sešli u vánočního stromečku. Společně si zazpívali vánoční koledy a dychtivě upírali oči na tajuplnou hromádku pod stromečkem. A protože se všechny děti celý rok moc snažily, čekalo tam na ně překvapení v podobě dárečků. Radost měly ze stavebnic i z her.

■ Navštívili nás předškoláci

Před blížícím se zápisem do první třídy nás ve čtvrtek 19. 12. 2013 navštívili děti z Mateřské školy



v Petřkovicích. Svých budoucích spolužáků se ujali žáci prvních tříd. Ukázali jim, co už se naučili, a paní učitelky ze školky se nestačily divit, jaký pokrok udělali. Společně si také vyrobili a nazdobili vánoční stromeček. Na závěr zhlédli hudební představení žáků ze čtvrté třídy a zazpívali si pár vánočních koled. Doufáme, že se předškolákům u nás líbilo a do školy se těší.

Mgr. Gabriela Ryczková

■ Soutěž o nejlepší návrh – „Bana“

Před Vánoce jsme ve spolupráci se starostou p. I. Mikulicou vyhlásili soutěž o nejlepší návrh na využití volného prostoru bývalé „Bany“ pro školáky a občany Petřkovic. Naši žáci se vydali toto místo v rámci vánoční procházky prozkoumat, aby mohli o vánočních prázdninách společně s rodiči přemýšlet a nakonec načrtnout to, co by podle nich mohlo vyrůst za pilířem vedle cukrárny Marie. Soutěž má dvě výherní kola. První z nich již bylo v rámci školy ukončeno. Všechny návrhy byly rozděleny do kategorií dle věku žáků a odborná porota ped. sboru vybrala návrhy nejen s nejlepším realizovatelným nápadem, ale také s precizním výtvarným zpracováním. Výherci získali z rukou vedení školy sladké odměny a poukázky do Hračkovnictví. Druhé kolo soutěže proběhne na radnici, kde bude vybrán „NEJ“ návrh, který bude odměněn slíbenou částkou 1.000 Kč. Držíme palce!

Mgr. Monika Konečná, zástupkyně ředitele školy

■ Divadlo

Ve škole se děti učí nejen číst, psát a počítat, ale celkově se kulturně vzdělávají. K tomu jistě patří i návštěva divadelního představení. V lednu žáci prvního stupně postupně navštívili Loutkové divadlo v Ostravě a představení v nich zanechala hluboké zážitky.

■ 1. třídy – Víla Amálka

Pohádka se mi moc líbila. Nejvíce se mi líbilo, jak vodník unesl Amálku a rak ji vysvobodil.

Eva Oberherrová, 1. B

Když Hrompacovi začalo tlouct srdce, bylo to slyšet přes celé divadlo.

Michaela Molinková, 1. B



Víla Amálka, Eva Oberherrová

■ 2. třídy – Broučci

S celou třídou jsme jeli do loutkového divadla. V divadle jsme se v šatně svlékli a šli jsme do sálu. Posadili jsme se a pohádka o Broučcích začala. Dívali jsme se a snažili se nevyrušovat. Pohádka byla super, všem se líbila. Her-



Divadlo Broučci, Adam Pokorný, 2.A

cům jsme zatleskali a šli jsme se obléct. Autobusem jsme se vrátili do školy. Už se těšíme na další divadlo.

Společná práce žáků 2. A třídy

■ 4. třídy – Čtyřlístek zasahuje

Představení bylo dobré, až na začátek, protože jsme čekali asi 10 minut, než začalo. Byli tam všichni – Myšpulin, Bobík, Pindřa, Fifinka i Kazimír Zádrhel. Hlavní hrdina byl ale Lukáš, který se díky kouzlu s nimi mohl setkat.

Daniel Piskalla, 4. B

■ Besedy s policií

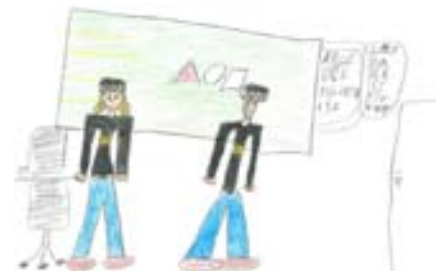
Během měsíce ledna naši školu navštívily strážnice Městské policie Ostrava. Postupně pobesedovaly ve všech třídách prvního stupně. V každém

ročníku se téma besedy lišilo. Zatímco prvňáci si vštěpovali do hlavy důležitá telefonní čísla, čtvrtáci si už mohli zahrát na detektivy a prakticky si vyzkoušet své pozorovací schopnosti.

Povídali jsme si o tom, co dělat, kdybychom viděli někoho krást. Rozdělili nás do skupinek. Každá dostala obrázek se zlodějem. Měli jsme si z něj co nejvíce zapamatovat. Nebylo to tak jednoduché, jak se zpočátku zdálo.

Adriana Středulová, Beáta Ptáčková, 4. A

V pátek 10. ledna jsme se těšili na besedu s policií. Nebylo to naše první setkání, už v minulých letech jsme několikrát společně besedovali. Tentokrát jsme se měli zabývat tématem šikany. Sešli jsme se ve školní knihovně, kde máme dotykovou tabuli a pouštíme si zde videa. Policisté nám o šikaně nejen vyprávěli, ale promítali nám po čas-



Policie, Anička Musálková, 2.A

tech i film, který natočily samy děti. Jmenoval se „Na dně.“ Viděli jsme, že šikanovaní lidé se opravdu ocitají na dně, protože se bojí a často jim nikdo nepomůže. Beseda se nám moc líbila, hodně jsme se dozvěděli. Přáli bychom si, aby takových besed bylo více.

Za žáky 6. A Tereza Tekeliová

a Kristina Szczerková

■ Zápis do 1. třídy

Ve dnech 15. a 16. ledna 2014 se na naší škole uskutečnil zápis žáků do první třídy. Děti přicházely v doprovodu svých rodičů, na tváři některých byly vidět obavy, ale většina šla do školy s úsměvem. Hned u vchodu je vítaly žákyně devátého ročníku, odvedly

(Pokračování na straně 6)



Ze školních...

(Pokračování ze strany 5)

malé návštěvníky do šatny a snažily se je trochu rozptýlit. Skládali spolu puzzle, kostky, mohli nakreslit obrázek nebo zhlédnout prezentaci z akcí pořádaných naší školou. Poté je očekávaly paní učitelky, kterým děti předvedly, co už umí. A bylo toho opravdu mnoho! Předškoláci poznávali některá písmena, geometrické tvary, barvy, číslice, přednášeli básničky či písničky. Mnozí se zvládli bez obtíží podepsat a poradili si také s kresbou postavy. Za odměnu si odnesli drobné dárečky, které pro ně připravili starší žáci. Všem rodičům děkujeme za projevenou přízeň a budoucím školákům přejeme mnoho školních úspěchů.

Mgr. Gabriela Rycková, výchovná poradkyně

■ Zápis do prvních tříd

Leden je měsíc, kdy jdou děti z mateřských škol k zápisu. Některé dívky z deváté třídy mohly být u toho, pomáhaly totiž u zápisu. Nejdříve odvedly rodiče do šatny, poté šly děti do třídy a tam jsme se o zábavu postaraly my. Skládaly jsme s dětmi puzzle, poznávaly zvířátka, stavěly stavebnice a snažily se děti přivést na jiné myšlenky, aby nebyly nervózní. Většinou se ale nervozita projevovala na jejich rodičích, kteří netrpělivě čekali, kdy přijdou s dětmi na řadu. Jakmile se dočkali, paní učitelky si je odvedly do třídy, kde probíhal samotný zápis. Při odchodu měli rodiče i děti úsměvy na tvářích a byli rádi, že už to mají za sebou. Dívky byly rády, že se alespoň na okamžik mohly vrátit do prvních tříd.

Barbora Hrbáčková, 9. C

■ Pololetní vysvědčení I. st.

„Čas letí jako bláznivý...“ zpívá se v jedné písni. Nedávno jsme zahajovali nový školní rok a už tu máme pololetí. S ním samozřejmě přichází i hodnocení pětiměsíčního úsilí a snažení. Vysvědčení!

Na vysvědčení se už moc těším a doufám, že budu mít samé jedničky. Jestli se bude vysvědčení oslavovat, to ještě nevím. Ale nejspíš ano. Mamka upeče něco dobrého a zahrajeme si spolu nějakou hru. Můžeme být dlouho vzhůru, protože v pátek máme prázdniny.

Emma Knittlová, 3. B

Já si myslím že vysvědčení oslavím z pláčem. Protože jsem hloupá. Ja vím, že tam budou dvě dvojky, a to je špatné.



Z čejáku bude určite dvojka a z angličtiny taky, ale z M 1.

Všichni prvňáčci se na vysvědčení mohli pochlubit samými jedničkami. Vždyť už jsou z nich šikovní školáci, kteří čtou, píšou i počítají. Rodiče jejich úsilí pilně podporují domácí přípravou a tak ty samé jedničky z části patří i jim. Děkujeme. Třídní učitelky

Mgr. Gabriela Rycková,

Mgr. Jaroslava Návratová

■ Pololetní vysvědčení II. st.

Dne 30. ledna 2014 si žáci a žákyně naší školy převzali z rukou svých třídních učitelů pololetní vysvědčení. Ve třídě se rozhostila slavnostní atmosféra. Na dětech však také bylo znát, že už netrpělivě čekají na okamžik, kdy se za nimi dveře školy uzavrou a ony si užijí volný den – pololetní prázdniny.

Zde jsou postřehy některých žáků.

Vysvědčení – pro někoho šok, pro někoho ne, pro všechny je to ale chvíle napětí. Já osobně si myslím, že bych se mohla zlepšit a na další pololetí se víc snažit, mít víc jedniček na „vízo“.

Karin Kindurová, 7. A

Rozdávání tohoto vysvědčení pro mě zas až tak velkou událostí není, protože budu mít samé jedničky. V minulém roce jsem měl jednu nebo dvě dvojky.

Větší událost je až závěrečné vysvědčení. Tento rok mám velký úkol – dostat se na gymnázium. Tak uvidíme.

Adam Šrámek, 7. A

Je to celkem slavnostní den. Na pololetní vysvědčení se těším jen trochu, protože mám trochu obavu, co dostanu. Ale na druhou stranu 1. února máme volno! Za vysvědčení dostaneme s bratrem pohár a možná ještě nějakou maličkost.

Pavlna Vjačková, 7. A

Letos je pro nás pololetní vysvědčení velmi zlomové. Budeme se hlásit na střední školy a známky z vysvědčení můžou ovlivnit naše přijetí. Všichni jsme se snažili mít co nejlepší výsledky, a tak si ulehčit cestu na střední školu. Přáli bychom si mít samé jedničky jako v první třídě, ale to se povedlo opravdu jen někomu. Chtěla bych našim učitelkám jménem celé 9. C poděkovat za všechno, čeho jsme dosáhli.

Lucie Kilarová, 9. C

■ Plavání

Žáci 2. A a 3. A třídy ukončili v tomto pololetí plavecký výcvik. Celý půlrok se snažili a pilně trénovali, aby na závěr byli odměněni „Mokrým“ vysvědčení. Pro některé děti bylo větší odměnou překonání vlastního strachu či sama sebe.

Po plavání se mi bude stýskat. Na začátku jsem se bála skákání tak, že mě museli někdy šťouchnout, abych do té vody spadla. Ale teď mi bude skákání chybět. Naučila jsem se kraula.

Markéta Šafarčíková, 3. A

Líbilo se mi to. Jsem sice v poslední skupině, ale umím plavat! Umím to popředu. Pozadu zatím ne, ale vím, že se to naučím.

Tomáš Pastirčák, 3. A

Co nás čeká v těchto dnech?

Samé úžasné věci. Ve středu jsme měli maškarní rej. O zábavu se postaraly myška Klárka a veverka Terka, které umí udělat kolem sebe spoustu legrace. Nejen při tancování, ale při soutěžích a ve zpívání. Udělaly přehlídku úžasných kostýmů a masek, kde si maminky opravdu vyhrály a své děti proměnily za neuvěřitelné pohádkové postavičky. Také jsme od rodičů dostali spoustu dobrůtek, ať můžeme mlsat celý den. Chceme jet do planetária v Ostravě – Porubě, kde nás

čeká povídání o planetách a hvězdách zakončené veselou pohádkou. Chystáme se na Úsměvné lyžování, které začne v březnu, a my budeme jezdit autobusem na Vaňkův kopec lyžovat, jen si přejeme veliké hromady sněhu. Pak začínáme s 10. lekcí plavání již tradičně v AD Landek, pod vedením paní Moniky Dvořákové. Pokračujeme v naučném programu Etiketa, se kterým k nám jezdí námi všemi milovaný Hopsalín a učí nás, jak se máme chovat doma, ve školce, u lékaře, v divadle či

v restauraci, ale hlavně sami k sobě. Přivítáme naše kamarády z Afriky, abychom se seznámili s exotickou zemí a rozbubnovali školku tamtamy a bubny. Je to moc zajímavé setkání, které už má u nás tradici.

Před Velikonocemi pozveme do školky tvořivé maminky a babičky a společně si vyrobíme netradičním způsobem kraslici nebo jinou jarní ozdobu.

A pak nás čeká velmi důležitý den, zápis do mateřské školy. Měl by být ve středu 30. 4. 2014 od 8.00 do 16.00 hodin. Veřejnost bude informována vyvěšenými plakáty na obchodech a ve vývěskách. Rodiče se budou moci seznámit s kritérii pro přijetí dítěte na webových stránkách www.mspetrkovice.unas.cz nebo přímo u zápisu v MŠ.



Co potřebujete k zápisu? Nic než své dítě a pár vědomostí, jaké má být dítě při vstupu do školy – zralé a připravené na odloučení se od rodičů. Trochu samostatné – samo se najít, snažit se obléknout, poznat si své věci a přizpůsobit se našim požadavkům, schopné říci, co potřebuje. Máme děti vzdělávat. A to nejde, když jsou nesamostatné, nedomluvíme se s nimi a sebeobsluhu neznají. Ve třídě je 28 dětí, to je maximum kapacity tříd, ale pro jednu učitelku nadlidský výkon, když má mezi svěřenými dětmi pár „miminek“, které vyžadují její individuální pozornost, péči, které musí doprovázet na toaletu

a se kterými se domluví jen rodiče. Co v té době ti ostatní???

Děti se přijímají od DOVRŠENÝCH tří let a dále se vybírají podle stanovených kritérií.

Za kolektiv zaměstnanců MŠ Hana Hrubá

Základní umělecká škola, Ostrava-Petřkovice

Hlučinská 7,
 příspěvková organizace,
 tel.: 596 131 089,
 e-mail: zus-hlucinska@iol.cz



Vážení spoluobčané, od nového roku na naší ZUŠ proběhlo mnoho zajímavých akcí, z nichž bych uvedl předehrávky žáků klavírního oddělení učitelek MgA. Dagmar Hytkové a MgA. Lenky Šturalové, ale hlavně interní soutěže ve hře na klavír, kytaru a housle. V silné konkurenci zvítězili a do okresního kola postupují: Klára Klegová – housle, Šimon Plaček, Šimon Kulig, Martin Glumbík, Barbora Hrbáčková, Ivana Holleschová – kytara, Jiří Ambrož, Zuzana Glacová a Zuzana Greiplová – klavír. Gratulujeme, držíme palce a přejeme hodně úspěchu v dalších kolech.

Dne 6. února si žáci a pedagogové naší ZUŠ připravili **koncert k Roku české hudby**. Z následujících akcí bych rád pozval širokou veřejnost hlavně na koncert našich letošních absolventů dne **20. března 2014**, který se koná v sále ZUŠ v 16:30 hodin.

Pavel Dvořák
 ředitel školy

„Kdo jsou lidé na Hlučínsku“

Pod tímto názvem byla 11. ledna slavnostně otevřena stálá expozice v hlučínském zámku. Realizací této expozice se splnil sen všech patriotů našeho kraje. Všichni, které zajímají osudy jejich prapředků na Hlučínsku nebo se jen chtějí seznámit s historií a životem zdejších lidí, se teď

mohou přijít podívat na tuto zajímavou výstavu. Ta je koncipována do tří výstavních částí – nádvoří, přízemí a podkroví zámku. Součástí výstavy je i projekce filmového dokumentu, který představuje jedinečné osudy zdejších obyvatel. Zkrátka nenechte si

(Pokračování na straně 8)



Potřebujete poradit s péčí o svého blízkého?

Charita Ostrava v rámci aktivit Charitní hospicové poradny a Mobilního hospice sv. Kryštofa nabízí možnost zdarma se seznámit s péčí o nemocného člověka v domácím prostředí. Na společném setkání s profesionálními zdravotními sestrami se dozvíte, jak zvládnout péči o člověka se sníženou pohyblivostí, a získáte informace o sociálních službách.

Získáte informace o tom, jak se nemocnému podává strava, tekutiny a léky, jak se provádí osobní hygiena či polohování jako prevence vzniku proleženin. Proběhnout také praktické ukázky. Rovněž máme připraveny informace o možnostech získávání

příspěvku na péči nebo využívání kompenzačních pomůcek, které mohou být nápomocné při naplňování potřeb nemocného člověka. Kompenzační pomůcky je možno zapůjčit v Charitní hospicové poradně, katalog pomůcek a další informace můžete nalézt na webu Charity Ostrava: www.ostrava.charita.cz.

Kurz probíhá vždy jednou měsíčně, aktuálně 20. 2. 2014 od 15 h v budově Hospice sv. Lukáše, ul. Charvátská 8, Ostrava-Výškovice. Na školení se, prosím, přihlaste předem u Mgr. Markéty Štěpánové, tel. 599 508 533, mobil: 731 534 002 nebo e-mailem: cho.hospicova.poradna@charita.cz. Těšíme se na Vaši účast!

Kdo jsou...

(Pokračování ze strany 7)

ujít příležitost nechat se vtáhnout do jedinečného příběhu hlučické historie, který Vám poutavou formou přiblíží důvody současné rázovitosti regionu a jeho obyvatel. Myslím, že návštěva výstavy by měla být zajímavým zpestřením výuky historie našich školáků, a nejenom jich.

Ing. Kristián Gebauer

Individuální bezbariérová doprava

Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje o. p. s.

Vážení občané, naše organizace, Detašované pracoviště v Ostravě, se od tohoto roku rozšířilo o novou službu Individuální bezbariérové dopravy v rámci Ostravy a v odůvodněných případech i přilehlých měst Opavy, Karviné a Nového Jičína. Služba je určena osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu vysokého věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby. Veškeré informace včetně ceníku je možné nalézt na našich webových stránkách (www.czp-msk.cz), od konce ledna, nebo na tel. 596 115 318.



Ostravané byli štědrí k lidem v nouzi při Tříkrálové sbírce

Ostrava – V tradiční Tříkrálové sbírce na podporu lidí v nouzi se díky štědrosti obyvatel Ostravy a přilehlých obcí shromáždila částka **1 474 273 Kč**. Peníze z veřejné sbírky využije Charita Ostrava a Charita sv. Alexandra na podporu služeb pro lidi bez přístřeší, klienty mobilního hospice, lidi se zdravotním postižením v chráněných dílnách nebo přímou hmotnou pomocí lidem v nouzi.

Již po čtrnácté Tři králové přicházeli v první polovině ledna do domácností s přáním štěstí, zdraví a pokoje do nového roku a přinášeli dary v podobě tříkrálových kalendářů a cukru. „V Ostravě a přilehlých obcích se do sbírky zapojilo tři sta kolednických skupinek, tedy přes tisíc dobrovolných koledníků. Výsledek letošní sbírky překonal všechna naše očekávání, celková částka je o 131 tis. vyšší než vloni. Vnímáme to jako jednoznačný projev solidarity a důvěry přispěvatelů. Za příspěvky a spolupráci při Tříkrálové sbírce 2014 bych chtěl poděkovat všem dárcům, koledníkům, farnostem, školám, úřadům, médiím a dalším, kteří se na úspěchu akce na podporu sociálních a zdravotních služeb pro lidi v nouzi podíleli“ komentuje s vděčností výsledek sbírky Martin Pražák, ředitel Charity Ostrava.



Finance získané v rámci Tříkrálové sbírky jsou pro Charitu Ostrava a Charitu sv. Alexandra neodmyslitelnou pomocí pro zajišťování provozu kvalitních služeb a možností jejich dalšího rozvoje. „Získané finanční prostředky využijeme na podporu služeb pro seniory, lidi bez domova, a přímou humanitární pomoc poskytovanou lidem v tíživé životní situaci. Podstatnou část výtěžku sbírky uplatníme při financování rekonstrukce tréninkových prostor pro lidi ohrožené sociálním vyloučením,“ upřesňuje využití Tříkrálové sbírky 2014 Martin Pražák.

„Charita sv. Alexandra bude z letošní sbírky financovat rozvoj chráněných dílen, ve kterých zaměstnává více než šedesát lidí s různými druhy postižení – např. sluchu, zraku, řeči a část výtěžku půjde na podporu služby Chráněné bydlení pro lidi s duševním onemocněním,“ informuje Pavel Folta, ředitel Charity sv. Alexandra, jejíž aktivity se zaměřují především na pomoc lidem, kteří ze zdravotních důvodů nemohou pracovat v běžném provozu a nacházejí uplatnění v chráněných dílnách. V sociální službě chráněné bydlení se lidé učí základním sociálním návykům a samostatnosti, aby se následně mohli plnohodnotně zapojit do běžného života.



Veronika Curylová, koordinátorka sbírky a dobrovolníků v Charitě Ostrava. Poděkování patří také každoročně nepostradatelným koledníkům Tříkrálové sbírky z Brušperka a Šenova.

Přehled všech záměrů je dostupný na webu Charity Ostrava – www.ostlava.charita.cz.

Všem, kteří se jakýmkoliv způsobem podíleli na úspěšné realizaci Tříkrálové sbírky 2014, velice děkujeme!

*Ing. Dalibor Kraut,
Útvar pro vztahy s veřejností*

Městská policie zve i v novém roce na bezplatný kurz pro veřejnost

Městská policie Ostrava zve na další z řady bezplatných kurzů pro veřejnost, které pořádá v rámci projektu Bezpečnější Ostrava. Koná se ve **středu 26. února 2014** od 16:00 hodin na ul. Hlubinské 6 v Moravské Ostravě.

**MĚSTSKÁ
POLICIE
OSTRAVA**


Únorové téma setkání s občany bude zaměřeno na prevenci a ochranu před podvodným jednáním spojeným s nabídkou zboží nebo služeb. Hovořit se bude o podomních prodejcích, prodeji a nabídce zboží a služeb na ulici, přes internet nebo prostřednictvím telefonních operátorů. Účastníci kurzu se dozví, jak se takovému jednání bránit, a kam se obrátit o pomoc, pokud k podvodu již dojde.

Samozřejmě nebude chybět oblíbená sebeobrana a i tentokrát bude připraven dětský koutek pro děti účastníků kurzu.

Připomínáme, že je vhodné si s sebou přinést sportovní oblečení (pro výuku sebeobrany), popř. volnější obuv na přezutí a hygienické potřeby (možnost využití sprchy po sebeobraně). Sportovní obuv není třeba, výuka základů sebeobrany probíhá v tělocvičně na žíněnkách.

Bližší informace rádi poskytneme na tel. 599 414 165, 950 739 407 nebo prostřednictvím elektronické pošty na adrese info@mposlava.cz.

Není potřeba se předem na kurz přihlašovat.



CHARITA OSTRAVA
DOBROVOLNICKÉ HOSPODÍVÉ HNUTÍ
Charvátská 8, 700 30 Ostrava-Výškovice



HLEDÁME DOBROVOLNÍKY

POKUD HLEDÁTE MOŽNOST BÝT PROSPĚŠNÝ,
STAŇTE SE DOBROVOLNÍKEM...



Nemocný člověk potřebuje nejen lékařskou pomoc, ale také vřelý slovo, přítomnost další lidské bytosti. Dobrovolník může pomoci už jen tím, že je ne mocným u nabídkou. Hledáme dobrovolníky, kteří jsou ochotni věnovat čas, ale především lásku nemocným lidem v Hospici sv. Lukáše a Fakultní nemocnici v Ostravě – Poněbí. (členit, povídat si u lůžka, procházky, společenské hry).

Zájemcem zaručujeme kvalitní školení, kde se dozvíte o hospicové péči, náplni činnosti dobrovolníka, speciálních rysech pomoci vážně nemocným lidem. Školení v rozsahu 3h teorie, 2h praxe u lůžka pacienta a 3 h supervize. Po dokončení kurzu obdrží účastník certifikát o jeho absolvování.

Školení dobrovolníků začíná 28. února 2014

Kontakt pro více informací a domluvu osobní schůzky:
Bc. Jena Čamráková, DiS., koordinátorka dobrovolníků
Charita Ostrava, Dobrovolnické hospodívové hnutí, Hospic sv. Lukáše, Charvátská 8,
Ostrava-Výškovice, tel.: 599 508 504, 731 025 768,
e-mail: hospicove.hnuti@charita.cz, web: www.ostlava.charita.cz

Projekt je financován z dotace státního rozpočtu ČR poskytnuté v rámci Programu veřejné ochrany zdraví.







AD Landek klinika s.r.o. informuje v rámci projektu Zdraví

Vážení klienti a příznivci kliniky.

V novém roce budeme pro vás opět pořádat lékařské přednášky v prostorách restaurace v apartmánovém domě Landek. Sledujte Petřkovické noviny, internet, kdy se přednášky budou konat.

Chci vás informovat o zajímavostech ze světa medicíny a o tom, co můžeme ještě ovlivnit, abychom si zachovali pokud možno nejdéle hodně zdraví.

Tentokrát se věnujeme kyselino-tvorným a zásadotvorným působením potravy v lidském organismu.

ZAPOMENUTÝ OBJEV NĚMECKÉHO DRŽITELE NOBELOVY CENY

Příčinu rakoviny objevil již v roce 1923.

Základní příčina rakoviny byla oficiálně objevena před rokem 1923 a její objevitel za to dostal Nobelovu cenu za medicínu. Ví o tom jenom malý počet lidí na světě, protože tato pravda je před veřejností, bohužel, skrývána.

V roce 1931 německý vědec Otto Heinrich Warburg (1883–1970) obdržel Nobelovu cenu za objevení základní příčiny vzniku rakoviny. MUDr. Warburg objevil, že rakovina je výsledkem nefyziologického způsobu života.

Nefyziologickým způsobem stravování (jíme převážně stravu, která organismus okyseluje) a fyzickou neaktivitou se v těle vytváří kyselé prostředí slabě zásobované kyslíkem.

(Pokračování na straně 10)

AD Landek...

(Pokračování ze strany 9)

Kyselost z buněk vytlačuje kyslík a nedostatek kyslíku v buňkách zase vytváří kyselé prostředí.

MUDr. Warburg řekl: „Nedostatek kyslíku a zakyselení jsou dvě strany téže mince: má-li někdo jedno, má i to druhé.“

Jste-li hodně zakyselení, automaticky vašemu organismu chybí kyslík; a když vám chybí kyslík, tak máte zakyselený organismus. Kyselé prostředí je prostředí bez kyslíku.

„Odeberete-li zdravé buňce 35 % jejího kyslíku, dokážete z ní udělat rakovinovou buňku za pouhé dva dny,“ tvrdil MUDr. Warburg.

„Všechny normální buňky mají maximální potřebu kyslíku, avšak nádorové buňky mohou žít bez něj. To je pravidlo bez výjimky.“

Tkáně s nádorem jsou kyselé, zatímco ty zdravé jsou zásadité.

Ve svém díle „Metabolismus nádoru“ MUDr. Warburg uvádí, že všechny karcinogenní formy splňují dvě základní podmínky: kyselost krve a hypoxii (nedostatek kyslíku pro metabolismus buňky).

Objevil, že nádorové buňky jsou anaerobní (nevdechují kyslík) a že nemohou přežít v přítomnosti vysokých koncentrací kyslíku. A že mohou přežít jenom s pomocí glukózy a v prostředí bez kyslíku.

Proto nádor není nic jiného, než obranný mechanismus, kterého naše buňky používají, aby přežily v kyselém prostředí, v němž je nedostatek kyslíku.

Zdravé buňky žijí v zásaditém prostředí bohatém na kyslík, které umožňuje, aby mohly normálně fungovat. Nádorové buňky žijí v kyselém prostředí chudém na kyslík.

Kyselost a zásaditost organismu je výsledkem stravy.

Poté, co je dokončen proces trávení, vytváří potrava (dle svého nutričního profilu) podmínky pro kyselost či zásaditost v těle.

Jednodušeji řečeno, zásaditost organismu závisí na tom, co jíme.

Kyselé nebo zásadité prostředí se měří pomocí pH stupnice od 0 do 14, kde 7 je neutrální zónou. Od 0 do 7 jde o prostředí kyselé, od 7 do 14 zásadité.

Aby naše buňky mohly dobře fungovat, potřebují lehce zásadité pH, malinko nad 7.

U zdravého člověka dosahuje pH v krvi 7,40 – 7,45.

Krev se neustále sama reguluje, aby neupadla do metabolické kyselosti.

Avšak některé potraviny krev okyselují a znečišťují organismus.

Kyselinotvorné potraviny:

Rafinovaný cukr a jeho deriváty.

Je ze všech potravin nejhorší, protože neobsahuje bílkoviny, tuky, vitamíny ani minerály, nýbrž pouze uhlovodany, které škodí slinivce břišní. Jeho pH je 2,1 (velmi kyselé).

Maso (všechny druhy)

Výrobky živočišného původu – mléko, sýry, smetana, jogurty atd.

Rafinovaná sůl

Rafinovaná mouka a všechny její deriváty, jako jsou těstoviny, dorty, sušenky apod.

Chleba

Margaríny

Kofein

Alkohol

Tabák

Veškeré průmyslové a konzervované potraviny, které obsahují konzervanty, umělá barviva a aroma, stabilizátory atd.

Antibiotika a obecně všechny léky.

Zásadotvorné potraviny:

Veškerá syrová zelenina. Některá má sice kyselou chuť, ale v těle se změní a stane se zásaditou.

Ovoce. Například citron dosahuje v těle velmi vysokého stupně zásaditosti (nenechte se zmást jeho velmi kyselou chutí).

Mandle. Jsou velmi zásadité.

Celozrnné obiloviny: jedinou zásadotvornou obilovinou je proso. Všechny ostatní obiloviny jsou lehce kyselé, ale ideální strava musí obsahovat i určité procento kyselin, takže je dobré jíst i trochu obilovin. Veškeré obiloviny se musí jíst uvařené.

Med. Má velmi vysokou zásaditost.

Chlorofyl. Zelené rostliny obsahují chlorofyl, který je velice zásaditý.

Voda. Je důležitá pro tvorbu kyslíku. Buďte pořád dobře zavodněni, pijte vodu po malých doušcích po celý den.

Cvičení. Cvičení pomáhá udržovat zásaditost organismu, protože rozvádí kyslík po celém těle. Sedavý způsob života ničí život.

Správná míra pH

Jak již bylo řečeno, je zcela nemožné, aby rakovinu dostal člověk, který se stravuje zdravě, pije hodně čisté vody a cvičí.



Držitel Nobelovy ceny Otto Heinrich Warburg (1883–1970)

Chcete-li se správně stravovat, zajistěte svému tělu 60 % zásadotvorné stravy a vyhybejte se výrobkům, které jsou z větší části kyselinotvorné, jako jsou sycené nápoje, sladkosti a produkty rychlého stravování.

Nepřehánějte to se solí a používejte ji co možná nejméně.

Když jste nemocní, postarejte se, aby vaše strava byla zásadotvorná alespoň z 80 %.

Máte-li nádor, tak se snažte vytvořit ve svém těle co možná nejvíce zásadité prostředí. Toho můžete dosáhnout pomocí stravy, cvičení, vyhýbání se stresu a doplňováním chlorofylu.

Názor odborníků

„Veškerá tak zvaná přirozená úmrť nejsou nic jiného, než konečná míra zasyčenosti těla kyselostí,“ řekl George Crile z Clewelandu, jeden z nejuznávanějších chirurgů na světě.

„Nesčetné názvy nemocí nejsou důležité – důležitá je skutečnost, že všechny ty nemoci mají stejnou základní příčinu: přemíru kyselosti v těle.“ – MUDr. Theodore A. Baroody, v knize „Zvyšuj zásaditost nebo zemři“ („Alcalize or Die“).

„Zvýšená kyselost organismu je příčinou všech degenerativních nemocí. Když dojde k porušení rovnováhy a organismus začne ukládat kyselost a toxické látky ve vyšší míře, než dokáže vyloučit, pak se objevují nemoci“ – MUDr. Robert O. Young.

Tak zase v příštím čísle vážení občané Ostravy-Petřkovic.

Zuzana Carbolová z AD Landek kliniky s.r.o.

FC ODRA informuje

Těžíme nad plán

Už se zase setkáváme ve fotbalovém okénku. Dovolte, abych Vás seznámil ve zkratce s tím, co nás čeká, a také s hodnocením podzimní části. Nadpis jsem vybral ze dvou důvodů:

- klub má hornické barvy
- všechny kategorie předčily naše očekávání (krajská soutěž – ml. žáci – 5. místo, st. žáci – 5. místo, krajský přebor ml. dorost – 8. místo, st. dorost – 5. místo).

V měsíci srpnu ml. a st. žáci absolvovali již druhé soustředění ve Smilovicích. V následujícím měsíci jsme u nás uspořádali tři tradiční mládežnické turnaje pro ml. a st. přípravku a st. žáky. Všechna naše družstva se za půl roku zúčastnila celkem 13 turnajů. Za zmínku stojí výlet ml. přípravky do Olomouce, kde byla pozvána Sigmou a ostudu rozhodně neudělala. Vybojovala ve velmi silné konkurenci čtvrté místo.

Také naši mladší žáci a mladší dorostenci nezaháleli, vyhráli tradiční halový turnaj pořádaný městem „O POHÁR OSTRAVY“, kde kromě Baníku a Vítkovic hrály všechny kluby z Ostravy. Mladší dorost postoupil do krajského semifinále, které se hraje v Karviné. Co se týká staršího dorostu, ten pro změnu zase dokázal zvítězit ve velmi silném turnaji v Polance, kde mimo jiné startoval Baník či Vítkovice. Naši kluci také hrdě reprezentovali Petřkovice ve výběrech města Ostravy, kde byli vybráni trenéry FAČR. Jednalo se o tyto hráče: Daniš, Konupčík, Lindner, Lyčka, Holiš, Bystrůň. I kluci poznávají, že pokud se snaží a k tomu mají aspoň trochu talentu, krouží kolem nich týmy, které hrají v žákovských nebo dorosteneckých soutěžích ligy. Např. toto období starší žák Mirga, nebo starší dorostenec Silber – oba mají nakročeno do Vítkovic. Toto je pro lidi, kteří se tomuto sportovnímu odvětví věnují, ta nejlepší odměna. I nám se dobře pracuje, když jsou vidět výsledky a děti to baví.

A naše plány do budoucna?

K těm nejmenším (dráčci) bychom chtěli pozvat ostatní děti, které formou zábavy rádi seznámíme se

základy gymnastiky, atletiky a pohybových her. Rozvíjíme všestranné pohybové vlastnosti a samozřejmě také základy herních dovedností, ovládnutí míče a individuálních herních činností. Ať si to holky a kluci zkusí, na výsledku nezáleží.

Naopak u přípravek je situace jiná. Na jednu stranu je dobře, že máme přes 20 dětí jak u starších, tak u mladších přípravek, ale z druhého pohledu nejsou všichni při zápasech využiti tak, jak bychom si to představovali my trenéři a taktéž nám svěřená omladina. Uvědomujeme si tuto skutečnost, a proto od měsíce dubna příštího roku se přípravky rozdělí na dva týmy. Trénovat budou všichni spolu, hrát zápasy však každý zvlášť. Do budoucna by to měla být pro petřkovický fotbal ta největší devíza.

Dne 22. 2. 2014 se uskutečnil sportovní ples, o který je obrovský zájem a byl rychle vyprodán. Pokud na někoho lístek nevyjde, omlouváme se, nemůžeme vyhovět všem.

Dne 10.–11. 5. 2014 proběhne u nás jako každý rok turnaj starších přípravek „O POHÁR STAROSTY“. Dovolím si tvrdit, že toto sportovní klání patří k jedněm z nejlepších ve střední Evropě. Patroni tohoto turnaje jsou tři vynikající fotbalisté: Radek Slončík, Ivo Schmucker a Marcel Lička. Mimo jiné účast přislíbily kluby jako je Slavie Praha, polský Górnik Zabrze, Katowice, Žilina, Zbrojovka Brno. Komunikujeme přes p. Jana Petřika i s holandskými kluby a vypadá to velmi nadějně – nechme se překvapit. Výše jmenovaná mužstva hrají z důvodu vyrovnanosti s ročníkem o rok nižším. Věřím, že naši malí borci budou mít zážitek na celý život, a už teď jim slibujeme, že ve skupině dostanou Slavii Praha. Z počátku jsem nechtěl počet mužstev na turnaji rozšiřovat (týmů bylo 32), ale pro rok 2014 uvažujeme o počtu 48 mužstev, a to i díky obci Lhotka, která nám přislíbila zapůjčit hřiště – více na stránkách <http://opoharstarosty.cz>. U toho hřiště ještě zůstanu, náš představa se osobně angažuje, aby pro naši mládež sehnal další fotbalový plácek.

SDH a JSDH PETŘKOVICE informují

V měsíci lednu proběhla Výroční členská schůze SDH Petřkovice, kde jsme hodnotili rok 2013. Na výroční schůzi jsme schválili plán práce na rok 2014. Rok jsme zahájili plesem. V dubnu jsme organizovali sběr železného šrotu. Dne 30. 4. jsme ve spolupráci s městským obvodem a ZŠ uspořádali pálení čarodějnic. V květnu jsme se zúčastnili setkání praporů v Šenově. V září jsme uspořádali soutěž požárních družstev mužů a žen, účastnilo se 18 družstev. V listopadu proběhl Den otevřených dveří – účastnilo se 60 dětí. V prosinci při rozsvěcování vánočního stromku jsme zajistili občerstvení pro občany. Členové SDH odpracovali při brigádách 1 452 hodin. Od městského obvodu jsme obdrželi dotaci 25 000 Kč. Členská základna činí 42 členů. JSDH absolvovala během roku výcvik dle plánu odborné přípravy. Zúčastnili jsme se okrskového cvičení v Nové Vsi. Pro naši jednotku jsme připravili cvičení se skutečným požárem na Malkovci a výcvik v dýchací technice ve štole na Landeku. V nultém ročníku Ostravské rallye, pořádaném OR velitelů OSH Ostrava, se družstvo Petřkovic ve složení O. Šafář, P. Palkovič, J. Stříbný, L. Gloger umístilo na prvním místě. Jednotka zasahovala pětkrát u požáru a třikrát poskytla technickou pomoc. V návaznosti na povodně v Čechách obdrželi JSDH dotaci na vybavení a údržbu techniky. JSDH dostala 98 600 Kč, za které jsme doplnili techniku a vybavení. Na závěr chceme poděkovat Úřadu městského obvodu Petřkovice a Magistrátu města Ostravy za finanční pomoc a celkovou spolupráci.

*Jiří Habusta, starosta SDH
David Michalík, velitel JSDH*

Všichni doufáme, že to vyjde. Děkujeme všem za podporu a jako pokaždé musím zmínit osoby či firmy, které nás podporují, protože bez těchto nadšenců by to nešlo, a věřte mi, že

(Pokračování na straně 12)

FC Odra...

(Pokračování ze strany 11)

drtivá většina ať už dospělých či dětí, si vaše podpory velice váží.

Tradiční sponzoři, kteří nevynechají žádnou mládežnickou akci a podporují nás třeba i na plese:

Statutární město Ostrava, Moravskoslezský kraj, městský obvod Petřkovice v čele se starostou Ivo Mikulicou, Dektrade (p. Wolný), Fixum a.s. (Samek), Cetelem, Zahradnictví Korner, Lešení Piecha, restaurace Satelit, U Jana, U Rudolfa a Lhotka, cyklo sport Petřkovice, Fa Tops, Fa Karpjak, autoservis Mainda a Čoček, Fa Lemon Tea, sklenářství Slivčák (rámuje nám diplomy a fotky, a že toho máme), řeznictví Janus, pekařství Velička, elektro Gajdečka, Werner Ulman profesionální fotograf, VZP, ACA Autocentrála

Hlučín, Landek Park (p. Platz), Dvořák lesy, sady, zahrady s.r.o., TOPS interier, Vjačka Milan, ENRA – p. Navratilík, manželé Rumpovi, Ing. Vítězslav Košňovský, Ing. Josef Zelník, restaurace U Ohřálů, restaurace Slezská zahrada.

A jsem rád, že v této oblasti vidíme i nové tváře:

František Imrich – postupně celé mládeži kupuje sportovní oblečení (taška, sportovní šustřáková souprava), máme 130 dětí, co k tomu dodat.

Marcel Lička – JARTAZZI – belgická firma, koupí sadu dressů jedné petřkovické kategorii a na turnaji věnují sadu dressů vítězům.

Karel Piontek – dvěma kategoriím koupí míče, nebo oblečení pro jednu kategorii.

Co se týká dalších novinek: naši výkladní skříň „Muže“ povede nový trenér Lubomír Adler. Filip Smékal,

který tým vedl, se stává jeho asistentem. Přejeme novému trenérovi a týmu mnoho úspěchů, hodně vítězných zápasů a lepší koncovku, protože kluci hráli dobrý fotbal, bohužel to pravé, a to góly, chyběly.

Promo video bude poprvé představeno na plese. Za sebe mohu říct, že to daleko předčilo mé očekávání.

Zájezd do Chorvatska: mladší dorost je ve dnech 6.–10. 8. pozván na fotbalový turnaj do Chorvatska (nádherné hřiště, cca 200metrů od moře), který se hraje 7.–8. 8. 2014. Pokud se zájezd uskuteční, pojedete se o dva dny dříve a přijede se o den později. Spolu s námi by jelo mužstvo Nového Jičína a max. 10 rodičů. Předběžná cena na hráče vychází 3 000 Kč a v ceně je strava, cesta autobusem a ubytování. Pojištění zaplatí klub. Vše záleží jen na hráčích.

*Za FC Odra Petřkovice –
trenér mládeže, Roman Holíš*

Tenisový turnaj o „Pohár starosty“

Dne 21. 12. 2013 proběhl ve Sport aréně Landek, v nafukovací hale, již 7. ročník tenisového turnaje ve čtyřhrách. Vítězem tohoto ročníku se stal Jarek Kukučka, druhé místo obsadil Marek Tůma a na třetím místě se se shodným počtem bodů umístili Jan Jeřábek, Jiří Rozumek a Jindřich Veselý.

Nutno podotknout, že výkonnost hráčů i úroveň celého turnaje stále stoupá a tentokrát opravdu nebylo

do poslední chvíle jasné, jaké bude konečné pořadí. O celkovém vítězi pak rozhodl až vzájemný zápas. Oficiální část probíhala od 9:00 hod. ráno do 15:00 hod. odpoledne. Poté následovalo vyhlášení výsledků a dekorování vítězů. Po celou dobu konání turnaje, ale i po jeho ukončení, bylo zajištěno bohaté občerstvení, které si hradili samotní hráči složením zápisného ve výši 500 Kč. Již tradičně následovalo přátelské

posezení při pivečku a dobré irské whisky. Tohoto ročníku se bohužel ze zdravotních důvodů nezúčastnila hlavní postava turnaje, starosta Petřkovic p. Ivo Mikulica. Ani tentokrát jsme nenechali zahálet naše hlasivky a za kytarového doprovodu Pavla a Jarka Kukučkových zněly krásné písničky potměným Landek parkem ještě dlouho do noci.

Rudolf Schmuck



Harmonogram odvozu velkoobjemového odpadu v roce 2014 v Ostravě-Petřkovicích

Přistavení velkoobjemových kontejnerů – svoz odložených velkých věcí z domácností, které nelze umístit do běžných popelových nádob.

Do těchto kontejnerů se nesmí umísťovat zemina z výkopu, stavební suť, větve, tráva, nebezpečný odpad (např. eternit atd.).

Kontejnery budou přistaveny vždy dopoledne prvního dne a odvezeny budou v ranních hodinách druhého dne.

14.-15. 4. 2014

- ul. Koblůvská (aut. zast. č. 52, křiž. s ul. Na Landeku)
- ul. Neukončená (obrátka)
- ul. Šilheřovická (nahore)
- ul. Šilheřovická (dole, u ul. Jahodová)
- ul. Balbínova (Nordpól, u bývalého obchodu, zast. linky 98)
- ul. Balbínova (křiž. Havraní)
- ul. Balbínova (křiž. ul. Sokolí)
- ul. Balbínova (křiž. k Lidicím)

15.-16. 4. 2014

- ul. Hluboká (u křiž. s ul. Koblůvskou)
- ul. Do Špice (u řadových domů)
- ul. K Černavám (u obchodu)
- ul. Koblůvská (plocha na proti ul. Včelařské)
- ul. Ryšlinkova (před domem č.p. 149)
- ul. Ryšlinkova (před domem č.p. 181)
- ul. U Kovárny
- ul. U Kaple (bet. pilíř – dole)

16.-17. 4. 2014

- ul. Údolní (u mostku – uprostřed)
- ul. Údolní (u Widurů nájezd na starou Hlučínskou)
- ul. U Nemocnice (před vjezdem do areálu)
- ul. U Kaple (nahore)
- ul. U Jana (úplně nahore – bytovky nad býv. Slezankou)
- ul. U Jana (odbočka vpravo dolů, u domu č.p. 91)

- ul. U Jana (dole, křiž. s ul. Petřkovická)
- ul. Pod Landekem (odbočka k Hornickému muzeu)

17.-18. 4. 2014

- ul. Balbínova (u křiž. s novou Hlučínskou)
- ul. Balbínova (u řadových garáží)
- ul. Rozdělená (začátek)
- ul. Neukončená (obrátka)
- ul. Na Landeku (od Sněhoty nahoru před domem č.p. 617)
- ul. Ryšlinkova (před domem č.p. 149)
- ul. U Jana (dole, křiž. s ul. Petřkovická)
- ul. Vzdálená (mezi domy č. p. 251 a 252)

Dalších 8 velkoobjemových kontejnerů bude přistaveno na podzim v září. O termínech budete informováni v srpnovém zpravodaji a na vývěškách.

Ing. Karel Gattnar, tajemník

Vedlejší účinky

O čem si povídaly dvě kamarádky seniorky, když se koncem roku potkaly před Kauflandem? O počasí? O politice? Kdepak! Božka chtěla, aby ji Hilda poradila - co by měla "chlopovi" koupit pod stromek ...

"To ni problem," usmála se Hilda: "Tež sem němjala jasne, co dat' mojemu Rudinovi, tuž optala se, co by chcel... šak už něsme male děcka, je tak? Povjadal, že tře tu doplňkovu stravu, nazývá se Erektan. Maju ju všude v lékařnách. Tež mu ju kup, něch sprubuje, nale ty pilulky něsu lacne. Však, Vanoce su raz do roka a co bys temu svojimu někupila, by ti dlhu vydržel, ni?"

"Hilda, zlata moja, maš recht ... a na co je ten stravyvy doplňk?"

"Či vim? Nale tuším... azda na kluby. Posledni dobu jaksi začal pajdat na levu nohu, tak chodí o kryce, by se nevybulil ..."

"Ten muj tež na nohy jaksi hapruje. Šmajda, enem posedava a ubekuje, by cosí doma porobil, se mu něchce... na mu dušu, zajdu a kupim, to je dobry pomys ..."

Když se seniorky po Novém roce opět potkaly, byla Hilda zvědavá, jestli Božka dobře poradila...

"A ja, včil už se mu chodí lepší ... sem čuměla, jak mi vyličil hajzel. Jakési fušky už tež planuje. Budě pry robit flizenlegera ... no, kupelku u An-

duli, šusedky ... viš u kere - taka mala, gibka, co ji loni stary umarl ..."

"Ja, ja, vim keru myslíš ... a něprav! Že ten rektanek aji na nohy pomaha? To su něskaj fakt fajne doplňkove leky ... take vedlejší účinky maju ..."

Karel Janouš, Petřkovice



Vážení zákazníci,

dovolte, aby vám naše firma nabídla tyto služby:

- návrhy a realizace zeleně
- údržba trávnickových ploch
- odborný řez a kácení stromů
- likvidace bioodpadů v kompostárně
- pronájem montážní plošiny
- kontejnerová autodoprava
- vývoz fekálií

Grasservis

tel.: 603 529 831 www.grasservis.cz e-mail: gras_servis@post.cz

KOSMETICKÉ STUDIO LUCIE BÁNSKA

Novinky: Ošetření Galvanickou žehličkou Golden Miracle Pro Edition

- rozproudí lymfu
- výrazně redukuje a vyhlazuje vrásky
- zlepšuje tonus pleti, zpevňuje svaly obličeje, krku a dekoltu
- skvělé výsledky při ošetření akné
- vyčistí pleť, odstraní nečistotu z pórů

Celkové ošetření pleti provádím přírodní kosmetikou TianDe.

Čekají na Vás příznivější ceny a akční balíčky:

Barvení obočí 50 Kč

Epilace obočí 50 Kč

Barvení řas 60 Kč

Celkové ošetření od 380 do 480 Kč

Maska, masáž obličeje a krku 190 Kč

Plesové líčení 250 Kč

Více na internetových stránkách: www.kosmetikalandek.cz

AD Landek - Petřkovice, U Nemocnice 837/2, 72529

Těším se na Vaší návštěvu.



Změna tel. čísla! Lucie Bánska – 739 311 201

ZATEPLENÍ FASÁD NÁTĚRY FASÁD PŮJČOVNA LEŠENÍ

- zateplujeme levně a kvalitně
- přijedeme, poradíme, vyměříme
- ZDARMA cenová nabídka
- ZDARMA venkovní parapety



MARTIN PIECHA
Tel.: 737 168 698

Jahodová 594, PETŘKOVICE
info@leseni-ostrava.cz

www.leseni-ostrava.cz