

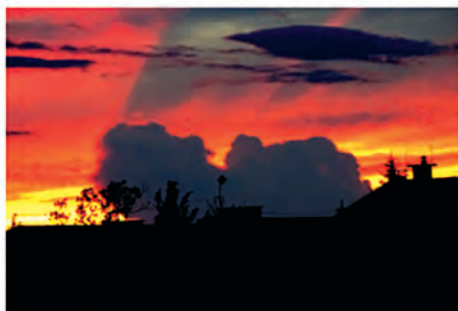
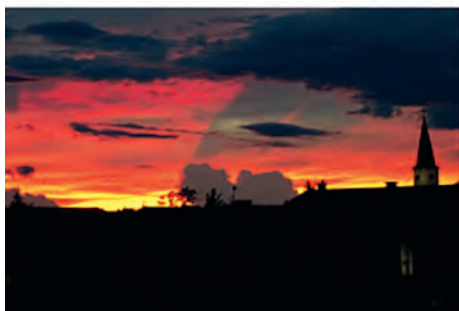
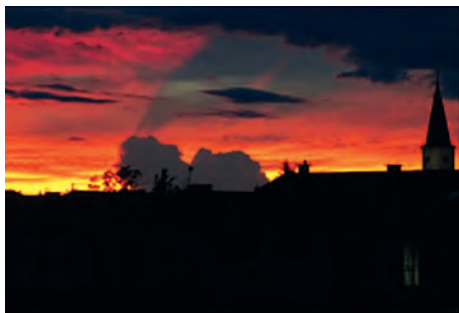
GAZETA USTROŃSKA

TYGODNIK MIEJSKI

UKAZUJE SIĘ OD 1990 ROKU

Nr 38 (1740) • 25 września 2025 r. • 3,00 zł (w tym 5% Vat) • ISSN 1231-9651

W numerze m.in.: Poma-
rańczowe worki z Ustro-
nia, **Kultywować pamięć**,
Ruch, który działa ko-
rzystnie na mózg, **List do
redakcji**, Kulturalne ru-
bieże, **W dawnym Ustro-
niu o wieży ciśnień**, Spor-
towe zmagania ustrońia-
ków.



Zdjęcia zrobione w poniedziałek 15 września w przedziale czasowym 19.11 – 19.16 z ulicy Sportowej. Widok na wieżę kościoła ewangelickiego na tle pięknych kolorów zachmurzonego nieba.

Fot. Konrad Kostka

KRÓL TŁUSZCZÓW

Tradycyjnie w drugi wtorek miesiąca po wakacyjnej przerwie rozpoczął działalność Klub Zdrowia prowadzony przez Joannę Smyk z Chrześcijańskiej Służby Charytatywnej. Jak zwykle zgromadził pełną salę stałych uczestniczek oraz kilku uczestników zainteresowanych profilaktyką zdrowotną.

(więcej, na str. 9)

KONTROLA I ZATRZYMANIE

Dzielnicowi z Komisariatu Policji w Ustroniu, pełniąc służbę w swoim rejonie przeprowadzili rutynową kontrolę mężczyzny przebywającego w jednym z mieszkań przy ul. Staffa. Kontrola ta doprowadziła do ustaleń, które zakończyły wieloletnie, międzynarodowe poszukiwania obywatela Czech.

(więcej, na str. 8)

O WILKU MOWA

Wilki budzą wśród ludzi skrajne emocje i od lat wywołują zainteresowanie, toteż na spotkanie zorganizowane przez Ustroński Klub Ekologiczny w Muzeum Ustrońskim przybyło sporo zainteresowanych by posłuchać opowieści dr hab. nauk biologicznych profesora Uniwersytetu Warszawskiego Roberta Mysłajka.

(więcej, na str. 12)

KRONIKA MIEJSKA

UTRUDNIENIA W RUCHU PODCZAS RAJDOWEGO USTRONIA

W piątek 26 września w godz. 15.00-21.00 oraz w sobotę 27 września w godz. 8.00-18.00 na ulicach: 3 Maja, Daszyńskiego, Strażacka, Grażyńskiego, Brody zostanie rozegrana próba sportowa „9 Rajdowe Kryterium Ustronia o Puchar Kajetana Kajetanowicza”.

W związku z tym w podanych godzinach na w/w ulicach zostanie całkowicie zamknięty ruch drogowy. Zwracamy się z gorącą prośbą o takie zaplanowanie przyjazdów i wyjazdów, aby uniknąć utrudnień związanych z naszą imprezą. Samowolny wjazd na trasę rajdu jest zabroniony!

Pojazdy kierowców rajdowych prosimy oglądać z miejsc bezpiecznych, które będą monitorowane przez sędziów zabezpieczenia. Pod żadnym pozorem nie wolno przechodzić przez taśmę ostrzegawczą. Prosimy słuchać poleceń sędziów zabezpieczenia, oni czuwają nad bezpieczeństwem.

Szczegółowa mapa objazdów na: <https://rajdowyustron.pl/dla-mieszkanca/>

W dniu rajdu kontakt możliwy będzie tylko poprzez sędziów zabezpieczenia.

W związku z organizacją wydarzenia 9. Rajdowy Ustron oraz czasowym zamknięciu dróg, informujemy, że przystanek autobusowy, zlokalizowany przy ul. Kojzara (na targowisku miejskim oraz obok sklepu Lidl) zostaje tymczasowo przeniesiony na ul. Partyzantów (zgodnie z miejscem oznaczenia przystanku).

Zmiana obowiązuje przez cały okres trwania zamknięcia dróg: 26 września w godz. 15.00 – 20.00 oraz w dniu 27 września w godz. 8.00 – 17.00. Prosimy o śledzenie aktualnych informacji na stronie www.rajdowyustron.pl i oznaczeń w terenie.

Za wszelkie utrudnienia i niedogodności przepraszamy.

Miasto Ustron

* * *

ZAMKNIĘCIE DW 941 NA POLANIE

26 września na terenie Miasta Ustron odbędą się powiatowe ćwiczenia organizowane przez Komendę Powiatową PSP w Cieszynie. Od godziny 9.00 zostanie zamknięty odcinek drogi wojewódzkiej nr 941 na Polanie, pomiędzy światłami a przejazdem kolejowym z ul. Wiślańskiej. W związku z ćwiczeniami mogą wystąpić utrudnienia w ruchu – wyznaczone zostaną objazdy ul. Wiślańskiej. Scenariusz ćwiczeń to symulacja wypadku autokaru z samochodem osobowym, zakwalifikowanego jako zdarzenie masowe. Przepraszamy za niedogodności.

Komenda Powiatowa PSP w Cieszynie

* * *

PIKNIK Z TRADYCJAMI POD LIPOWSKIM GRONIEM

4 października w godz. 14.00 – 18.00 w Szkole Podstawowej nr 5 w Lipowcu ul. Szkolna 1 odbędzie się Piknik z tradycjami pod Lipowskim Groniem z Kołem Gospożyn Wiejskich Lipowiec, które obchodzić będzie 60-lecie swojego istnienia.

W programie: wystawa zdjęć Lipowca, pokaz tradycyjnych obrzędów regionalnych, konkurs dla wszystkich pod tytułem: „Lipowiec mój”, „Beskidzka Ciuchcia” – przejazd do dzielnicy Lipowiec, obchody 60-lcia KGW Lipowiec.

Projekt dofinansowany ze środków Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego w ramach programu Narodowego Centrum Kultury: Dom Kultura+ – inicjatywy lokalne Edycja 2025.

NIEPOWTARZALNY BIEG

W niedzielę 28 września odbędzie się drugie wydarzenie w ramach Grand Prix Ustronia w biegach ulicznych. Pierwszym był Bieg św. Dominika, ostatnim będzie Bieg Legionów, a końcem września biegacze i wszystkich, którzy chcą wziąć udział w niepowtarzalnej imprezie organizator – Towarzystwo Opieki nad Niepełnosprawnymi zaprasza do Nierodzimia.

Start i meta przed Ośrodkiem Edukacyjno-Rehabilitacyjno-Wychowawczym, ul. Wiejska 8. Rejestracja od godz. 9.00, start o godz. 11.00. Rozgrzewka – Stowarzyszenie Fizjoterapia Polska Oddział Śląski. Trasa liczy 5 km, które można pokonać biegiem, z kijkami nordic walking, jadąc na wózku inwalidzkim lub pomagając zawodnikom na wózkach. Nie zabraknie biegu dla dzieci.

Zebrań środki wspomogą budowę centrum dla dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną w Ustroniu Nierodzimiu. Swoją udział zapowiedział m.in. burmistrz Paweł Sztetek oraz ekipa McDonald's z Nierodzimia. Wpisowe wynosi 80 zł. Zapisy trwają na pomiarczasu.pl

* * *

PROJEKT BARDZO MŁODA KULTURA

W ramach projektu Bardzo Młoda Kultura koordynowanego przez RIK im. Wojciecha Korfatego Estrada Regionalna „Równica” przygotowała serię wydarzeń, które przybliżą lokalny folklor i tradycję. Wszystkie zaczynają się o godz. 14.00.

27 września „Hej tam wysoko w górach Juhasi Grajóm” muzyczna bitwa kapel ludowych, finałowa potańcówka, Koło taneczne w Parku Kuracyjnym.

* * *

WARSZTATY DLA ZDROWIA

Fundacja św. Antoniego zaprasza 30 września o godz. 15.00 na warsztaty pt. „Zdrowie i racjonalne wykorzystanie produktów żywnościowych”. Warsztaty odbędą się w siedzibie fundacji ul. Kościelna 21. Ze względu na ograniczoną ilość miejsc, obowiązują zapisy w siedzibie fundacji lub pod nr. Tel. 33-854-17-72.

* * *

ZAPISY DO UNIwersytetu TRZECIEGO WIEKU

Rada Programowa Uniwersytetu Trzeciego Wieku przyjmuje zapisy na nowy rok akademicki 2025/2026. Zapisy nadal przyjmowane są w czasie dyżuru wtorkowego 30 września od godziny 10.00 – 12.00 do następujących sekcji: język angielski gr. początkująca i zaawansowana, j. niemiecki - kontynuacja, j. czeski - kontynuacja, hiszpański - kontynuacja, zaj. komputerowe gr. zaawansowana, obsługa smartfona, joga, trening pamięci, plastyka, grupa wokalna, taniec liniowy, aerobik w basenie, gimnastyka, sekcja brydżowa, sekcja szachowa i gry planszowe. Wstępny harmonogram zajęć dostępny jest na stronie Fundacji Esprit w zakładce UTW, na stronie miasta oraz na tablicy ogłoszeń.

Ponadto Fundacja Esprit – UTW kontynuuje projekt unijny „Drobne zmiany – wielkie przemiany” wg przyjętego programu, zajęcia są nadal realizowane. Uczestniczyć w nim mogą wszyscy, którzy wypełnili deklarację udziału w projekcie. Wszystkie sekcje działają. Informacje można zasięgnąć u liderów grup i w siedzibie Akademii Esprit.

Ponadto serdecznie zapraszamy na Inaugurację Roku Akademickiego 2025/2026, która odbędzie się 3 października o godzinie 16.00 w sali widowiskowej MDK. W programie:

- Uroczyste otwarcie Nowego Roku Akademickiego 2025/2026.
 - „U szczytu sławy” – spotkanie autorskie z Adamem Makowiczem – światowej sławy jazzmanem, kompozytorem, muzykiem.
 - Jubileuszowe niespodzianki urodzinowe dla Honorowego Obywatela Ustronia Adama Makowicza z udziałem Karoliny Kidoń.
- Aktywność w naszych sekcjach i innych wydarzeniach organizowanych przez UTW pomoże seniorom kreować życie.

KRONIKA MIEJSKA

ZEBRANIE MIESZKAŃCÓW DZIELNICY ZAWODZIE

Zarząd Osiedla Zawodzia zaprasza mieszkańców dzielnicy na spotkanie, które odbędzie się 29 września o godz. 17.00 w sali sesyjnej Urzędu Miasta Ustroń.

* * *

SPOTKANIE ORGANIZACJI POZARZĄDOWYCH

Paweł Sztefek burmistrz miasta Ustroń oraz Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Ustroniu mają zaszczyt zaprosić Państwa na spotkanie poświęcone wymianie doświadczeń stowarzyszeń, organizacji pozarządowych i innych instytucji w zakresie współpracy miasta dotyczącej realizacji zadań publicznych, jak również przeciwdziałania problemom alkoholowym, przeciwdziałania narkomanii oraz pomocy psychologicznej i psychoterapeutycznej dla mieszkańców naszego miasta.

Spotkanie odbędzie się 2 października o godz. 16.00 w sali sesyjnej Urzędu Miasta Ustroń.

Celem spotkania będzie omówienie dobrych praktyk, wskazanie napotkanych trudności oraz wypracowanie wspólnych kierunków działań. Spotkanie będzie miało również charakter informacyjno-szkoleniowy z zakresu pozyskiwania dofinansowań z miasta.

* * *

CI, KTÓRZY OD NAS ODESZLI:

Adam Bolesta	lat 69	ul. Skoczowska
Roman Ryszawy	lat 84	ul. Jodłowa

38/2025/1/N

*Bóg widzi śmierć inaczej niż my, my widzimy ją jako ciemny mur,
Bóg jako bramę... – W. Flex*

**Damianowi Ryszawemu oraz całej Rodzinie
wyraży głębokiego współczucia
oraz wsparcia w trudnych chwilach
po śmierci Ojca**

śp. Romana Ryszawego

składają

**Burmistrz Miasta Ustroń,
Przewodniczący Rady Miasta Ustroń
wraz z Radnymi
oraz Pracownicy Urzędu**

38/2025/1/R

USŁUGI POGRZEBOWE KUBIEŃ-KANIA

biuro czynne: pn-pt 8.00-15.00 sob 9.00-12.00

współpraca z krematorium w Żorach, kwiaty, wieńce

ul. Daszyńskiego 11, Ustroń

tel. całodobowy: 33 854 44 75, tel. kom.: 505 548 018

WAŻNE TELEFONY

Numer alarmowy 112

Policja Ustroń 47 857-38-10
fax 47 857-38-14

Straż Pożarna Polana

33 854-59-98

Wodociągi

33 854-34-96

33 854-22-44

telefon alarmowy 994

Przedsiębiorstwo Komunalne

33 854-35-00

Straż Miejska

33 854-34-83

604-558-321

Pogotowie Energetyczne 991

33 857-26-00

Pogotowie Gazowe 992

PGNiG 32 391-23-03

Kominiarz 33 854-37-59

602-777-897

Urząd Miasta 33 857-93-00

Poradnia Rodzinna

Mickiewicza 1 537 071 063

33 333 60 61

33 333 60 63

Salus 730 300 135

33 333 40 35

Medica 33 854 56 16

Rodzinna Praktyka Lekarska

NZOZ Nierodzim

33 854 23 50

GODZINY PRACY URZĘDU MIASTA

poniedziałek - środa	7.30 - 15.30
czwartek	7.30 - 16.30
piątek	7.30 - 14.30

GODZINY PRACY REDAKCJI GAZETY USTROŃSKIEJ

poniedziałek:	8.00 -15.00	wtorek:	8.00 -19.00
środa:	8.00 -15.00	czwartek:	8.00 -15.00
piątek:	8.00 -15.00		

DYŻURY APTEK

Apteka „Medea” – Cieszyn, ul. Bielska 8
od poniedziałku do soboty (noc) w godz. 21.00-23.00,
w dni wolne od pracy w godz. 14.00-21.00

Dyżury całodobowe Bielsko-Biała:

Apteka „Klimczok” – ul. Cyniarska 11, tel. 33 812 48 66,
Apteka „Na Dworcu” – ul. Warszawska 2, tel. 33 812 24 76

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I MEDIACJA

Miejska Biblioteka Publiczna pok. - środa godz. 13.00-18.00.
zapisy: tel. (33) 477 72 39

SPOTKANIE AUTORSKIE Z JOANNĄ JAX

Miejska Biblioteka Publiczna im. Jana Wantuły w Ustroniu serdecznie zaprasza na spotkanie autorskie z Joanną Jax. Spotkanie odbędzie się w poniedziałek 29 września o godz. 17.00 w czytelni Biblioteki. Wstęp wolny.

Joanna Jax to znana i ceniona autorka powieści historycznych i obyczajowych takich jak: „Dziedzictwo von Becków”, „Długa droga do domu”, „Smak wolności”, „Saga wołyńska”, „Saga rodu Niemojskich” i wielu innych.

* * *

ZBIÓRKA ELEKTROŚMIECI W NIERODZIMIU

4 października KS Nierodzim przeprowadza 4 edycję zbiórki elektrośmieci. Do oddania wszystko co posiada kabel bądź jest na baterie. Zebrane elektrośmieci, wymienimy na potrzebny nam do szkolenia młodzieży sprzęt sportowy. Elektrośmieci można przywieźć na stadion w dniu zbiórki lub możemy przyjechać po nie. Telefon kontaktowy 514-679-023.

KS Nierodzim



Fot. L. Szkaradnik

KULTYWOWAĆ PAMIĘĆ

15 września to coroczna data upamiętniania tragicznej rocznicy spalenia przez hitlerowców ustronńskiej synagogi. Ta skłaniająca do wielu przemyśleń smutna uroczystość gromadzi wokół pomnika synagogi nie tylko spore grono mieszkańców, lecz także przedstawiciele władz ogólnopolskich, wojewódzkich, powiatowych i lokalnych. Na wstępie tradycyjnie zabrzmiał szofar, czyli ceremonialny róg żydowski, a następnie muzyka żydowska, która dodawała powagi i nastroju.

Głównym organizatorem obchodów od 12 lat jest Instytut Śląska Cieszyńskiego z prezesem Christianem Jaworskim na czele, który powiedział: „Spotykamy się w tym wyjątkowym miejscu, aby kultywować pamięć. W miejscu, gdzie tradycja tolerancji była od wieków w praktyce żywa i niezależnie od wyznania wszyscy żyli w zgodzie. Niestety, wojna zmiotła całą

grupę etniczną żydów, czyli przyjaciół i sąsiadów naszych przodków, a nienawiść doprowadziła do holokaustu i ludobójstwa. Nienawiść powinniśmy zwyciężać dobrem, dialogiem, a także pamięcią o tych tragicznych czasach”.

Przemówienia wygłosili także: Michał Kubok – przewodniczący Rady Miasta Ustronia, dr Jacek Proszyk reprezen-

tujący Gminę Wyznaniową Żydowską w Bielsku-Białej. List w imieniu Posła na Sejm RP Grzegorza Pudy odczytał Piotr Rabaszowski radny gminy Pszczyna, natomiast list w imieniu Posła na Sejm RP Przemysława Drabka odczytała Aleksandra Woźniak radna miasta Bielsko-Biała. Wymienieni posłowie objęli wydarzenie patronatem honorowym.

Modlitwy ekumeniczne prowadzili w imieniu: Gminy Wyznaniowej Żydowskiej w Katowicach – członek zarządu Sławomir Pastuszka, Parafii Ewangelicko-Augsburskiej w Ustroniu – ks. ppor. Zbigniew Obracaj, Rzymskokatolickiej Parafii pw. św. Klemensa w Ustroniu – ks. Szymon Pawlus, Zboru Kościoła Zielonoświątkowego w Ustroniu i Zebrzydowicach – pastor Bogusław Wrzecionko i pastor Wiesław Kulawiec oraz Chrześcijańskiej Wspólnoty „Życie i Misja” – pastor Jacek Sobieralski.

Apel pamięci, czyli odczytanie nazwisk 77 ustronńskich ofiar Holocaustu prowadził prezes Instytutu Śląska Cieszyńskiego przy dźwiękach muzyki skrzypcowej. Na zakończenie wydarzenia goście w tym Pośle na Sejm RP Mirosław Suchoń oraz delegacje ze wszystkich ustronńskich szkół złożyły kwiaty pod pomnikiem synagogi. Oprawę muzyczną uroczystości podobnie jak w ubiegłych latach zapewnili: Roman Górniok i Krzysztof Zięba – szofar, Marta Rokicka – skrzypce, Daniel Cieślak – saksofon, Rafał Korzeń – wokół i gitara. Zaprezentowali oni m.in. hymn Izraela i inne pieśni żydowskie, które dodawały powagi i podkreślały doniosłość tego corocznego wydarzenia. Christian Jaworski dziękując w imieniu organizatorów za współpracę z miastem Ustronia usprawiedliwił nieobecność burmistrza Pawła Sztefka. Spotkanie zawsze wywołuje wiele wzruszeń i skłania do przemyśleń oraz wielu obaw w obliczu współczesnego zagrożenia wojną. (Isz)

POMARAŃCZOWE WORKI Z USTRONIA ROBIĄ FURORE

Wprowadzone od sierpnia w Ustroniu pomarańczowe worki do których mieszkańcy mogą wrzucać zużyty odzież i tekstylia szybko zyskały rozgłos – nie tylko w regionie, ale także na szczeblu krajowym. Rozwiązanie władz miasta, które ułatwia mieszkańcom pozbywanie się niepotrzebnych ubrań, bielizny, zaston czy materiałowych zabawek, zauważyła już prasa ogólnopolska, podkreślając praktyczność i ekologiczny wymiar inicjatywy.

Burmistrz Ustronia, Paweł Sztefek, w rozmowie z Polsat News tłumaczył, że nowa frakcja ma przede wszystkim charakter społeczny i ekologiczny:

„Mam nadzieję, że takie rozwiązanie będzie zapobiegać dzikim wysypiskom odpadów tekstylnych na terenie naszego miasta i zapewni porządek wokół kontenerów przeznaczonych na zbiórki tekstyliów” – powiedział.

Choć kolor worków jest mocno rzucający się w oczy, burmistrz żartobliwie dodał, że nie ma on nic wspólnego z prezydentem USA, a wybór barwy to czysty przypadek.

„O wiele łatwiej jest zapakować odzież do nowych worków i oddać ją razem z innymi odpadami” – podkreślił burmistrz.

Przypominamy, że Punkt Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych wciąż działa, a pomarańczowe worki to dodatkowa i wygodniejsza opcja dla mieszkańców, którzy teraz mogą wystawić niepotrzebne tekstylia razem z innymi odpadami komunalnymi. (kp)



SPORTOWCY Z USTRONIA NA PODIUM

Sportowcy z Ustronia na podium powiatowych wyróżnień podczas Gali Sportu Powiatu Cieszyńskiego.

16 września w starostwie w Cieszynie odbyła się Gala Sportu zorganizowana przez powiat cieszyński oraz Głos Ziemi Cieszyńskiej.

W tym roku zarząd powiatu cieszyńskiego przyznał 9 nagród (w tym 2 specjalne) oraz 12 wyróżnień. W gronie laureatów nie zabrakło wybitnych sportowców z Ustronia. Specjalne wyróżnienia otrzymali najszybsi rajdowi bracia w Polsce, Marcin i Jarosław Szeja, mistrzowie Polski w rajdach samochodowych. Nagrodzony został także Kajetan Kajetanowicz (Rajdowy Mistrz Świata WRC2 Challenger 2023, ORLEN Rally Team), a wśród wyróżnionych znaleźli się m.in.: Adam Sliż (triathlon, KRS TKKF "TRIATHLON" Dąbrowa Górnicza), Paweł Wąsek (skoki narciarskie, Wiślańskie Stowarzyszenie Sportowe) oraz Małgorzata Kawulok (pchnięcie kulą i rzut dyskiem, IKS Cieszyn).

W rywalizacji powiatowej świetnie zaprezentowała się Szkoła Podstawowa nr 1 w Ustroniu, która zajęła drugie miejsce w kategorii Igrzysk Dzieci. Drużyna była niemal nie do zatrzymania we wszystkich dyscyplinach sportów drużynowych. Współpraca, a także zdrowa rywalizacja to podstawa, którą od najmłodszych lat wpajają ustroniskim dzieciom nauczyciele wychowania fizycznego, pokazując, że aktywność sportowa to styl życia.

W plebiscycie Głosu Ziemi Cieszyńskiej, gdzie czytelnicy decydują o wyróżnieniach dla zgłoszonych kandydatów, najwięcej głosów w kategorii Sportowiec Roku otrzymał Kajetan Kajetanowicz.

Świetnie zaprezentowali się również młodzi zawodnicy. W kategorii Sportowa Nadzieja Roku drugie miejsce zajął Kamil Liszewski, siatkarz z Ustronia, który już dziś udowadnia, że ma ogromny potencjał na wielką karierę. Tytuł Drużyny roku otrzymały młode koszykarki TRS „Siła” Ustroń (rocznik 2011), które w ubiegłym roku sezon zakończyły na 23 miejscu w Polsce. Co więcej, ich opiekun, trener Rafał Filipczyk otrzymał tytuł Trenera Roku.

Ustroń po raz kolejny udowodnił, że nasze miasto jest jednym z najmocniejszych sportowych ośrodków w powiecie, a jego zawodnicy sięgają po najważniejsze wyróżnienia zarówno w sportach szkolnych jak i indywidualnych.

Od sukcesów indywidualnych, przez drużynowe triumfy, czy osiągnięcia szkolne – nasi reprezentanci sprawili, że o Ustroniu mówił cały powiat.

– Sport uczy współpracy, szacunku i determinacji. Sukcesy naszych zawodników to nie tylko medale i statuetki, ale także inspiracja dla młodego pokolenia. Jako burmistrz chcę wspierać



sport na każdym etapie – od szkolnych zajęć wychowania fizycznego po profesjonalne treningi i starty w zawodach najwyższej rangi – mówi Paweł Szeffek

By sport mógł się rozwijać, potrzeba nie tylko dobrych trenerów czy zdolnych dzieci. Fundamentem jest infrastruktura sportowa, którą stale trzeba poszerzać. Od lat trwa remont boiska w Lipowcu, na który czekają lekkoatleci i uczniowie Szkoły Podstawowej nr 5. Są plany by możliwie jak najszybciej zakończyć tę inwestycję, oddając gotowe boisko do użytkowania. Remontu wymagają także inne obiekty szkolne, w tym boiska zewnętrzne.

– Należy zwrócić uwagę, że na mapie Ustronia mamy szkołę, która nie posiada w ogóle własnego zewnętrznego boiska. W Ustroniu Nierodzimiu konieczne jest wybudowanie boiska wielofunkcyjnego.

To niezwykle ważne, by każdy uczeń miał możliwość rozwoju swoich pasji sportowych.

Warto także pamiętać o tym, że za sukcesami sportowców, trenerów stoi także ich najbliższa rodzina, a w przypadku dzieci rodzice, którzy nie tylko wspierają, kibicując swoim dzieciom, ale poświęcając czas na dowożenie dzieci na treningi, zawody czy mecze. Zwycięstwa, wyróżnienia czy otrzymywane gratulacje i nagrody pokazują zawodnikom, że ich poświęcenie i pasja ma sens.

Wszystkim nagrodzonym i wyróżnionym serdecznie gratulujemy i życzymy dalszych sukcesów – zarówno na arenie lokalnej, krajowej jak i międzynarodowej.

Ustroń może być dumny ze swoich sportowych ambasadorów!

Urząd Miasta Ustroń



RUCH, KTÓRY DZIAŁA KORZYSTNIE NA MÓZG

Regularna aktywność fizyczna to nie tylko sposób na utrzymanie dobrej kondycji i zdrowego serca, ale również jedna z metod ochrony mózgu przed chorobami neurodegeneracyjnymi. – To ważny element profilaktyki m.in. choroby Alzheimera czy Parkinsona – podkreśla Sandra Tymich, fizjoterapeutka Uzdrowskiego Instytutu Zdrowia, Uzdrowsko Ustroń, American Heart of Poland.

PAMIĘĆ, KONCENTRACJA, PLANOWANIE

Ruch ma realny wpływ na strukturę mózgu. – Pod jego wpływem powiększa się hipokamp – obszar odpowiedzialny za pamięć i koncentrację – mówi Sandra Tymich.

Hipokamp uczestniczy w tworzeniu tzw. pamięci deklaratywnej, związanej z faktami i wydarzeniami oraz pamięci przestrzennej, która pomaga nam orientować się w otoczeniu. To właśnie w tej strukturze mózgu informacje z pamięci krótkotrwałej są porządkowane i przenoszone do pamięci długotrwałej, co umożliwia utrwalanie wspomnień. Regularna aktywność fizyczna sprzyja ponadto neurogenezie, czyli tworzeniu nowych neuronów.

– Dzięki aktywności fizycznej stymulowana jest także kora przedczołowa, istotna dla procesów decyzyjnych i planowania. Innymi słowy, ćwicząc regularnie, nie tylko wzmacniamy mięśnie, ale też poprawiamy zdolności poznawcze i koncentrację – zaznacza fizjoterapeutka Uzdrowskiego Instytutu Zdrowia, Uzdrowsko Ustroń, gdzie pacjentom zapewnia się kompleksową opiekę, łącząc terapię, rehabilitację oraz edukację w zakresie profilaktyki zdrowotnej.

W przypadku choroby Parkinsona regularne ćwiczenia pomagają zachować sprawność ruchową, poprawiają chód oraz równowagę, a także przeciwdziałają powstawaniu przykurczów mięśniowych.

JAKI RUCH JEST NAJLEPSZY?

Duże znaczenie dla mózgu mają ćwiczenia aerobowe, jak jazda na rowerze, pływanie czy bieganie. To one pobudzają układ krążenia, a wraz z nim – transport tlenu i składników odżywczych do mózgu. Podczas pobytu w uzdrowsku pacjenci mogą liczyć nie tylko na profesjonalną opiekę medyczną, ale również na indywidualnie dobrane ćwiczenia, dzięki którym dłużej zachowają sprawność ciała i umysłu.

– Trening aerobowy uruchamia mechanizmy regeneracyjne w układzie nerwowym, wspierając jego sprawność i opóźniając procesy starzenia – wyjaśnia Sandra Tymich. W praktyce oznacza to, że osoby regularnie uprawiające sport rzadziej mają problemy z pamięcią, szybciej się uczą i lepiej radzą sobie w sytuacjach wymagających koncentracji.

ZŁOTA ZASADA - SYSTEMATYCZNOŚĆ

Jak dodaje ekspertka American Heart of Poland, najważniejsza jest systematyczność. Korzyści z aktywności fizycznej pojawiają się stopniowo i utrzymują się wtedy, gdy ruch staje się częścią codziennego trybu życia. – Każdy może dobrać formę ruchu do swoich możliwości. Najważniejsze, aby była regularna i sprawiała przyjemność – stwierdza Sandra Tymich.

LEPIEJ KILKA MINUT NIŻ WCAŁE

Warto pamiętać, że nawet niewielka dawka ruchu przynosi korzyści i jest lepsza niż całkowity brak aktywności fizycznej. A nasz mózg, podobnie jak mięśnie, potrzebuje treningu. – Dzięki aktywności fizycznej poprawiamy jego funkcjonowanie, co przekłada się na lepsze samopoczucie, większą odporność psychiczną i dłuższe utrzymanie sprawności umysłowej – podsumowuje Sandra Tymich.

American Heart of Poland



USTROŃSKA DLA SENIORA

KLUB SENIORA

Przyziemie SP 1, czynny: wtorki i środy od 10.00 do 13.00. Do dyspozycji: kącik kawowy, telewizor, książki, gry, piłkarzyki, zajęcia z kaligrafii i warsztaty literackie. Realizacja projektu „Aktywny senior” konkurs „MMS – odporne Śląskie”
Październik 2025 – każdy wtorek godz. 9.00-10.00 Gimnastyka dla seniora – zdrowy kręgosłup, każda środa godz. 12.00-14.00 – Warsztaty Ekologiczne – budki legowe, domki dla jeży

★

SENIORZY W HERMANICACH

Spotkania w Parafii pw. Matki Boskiej Królowej Polski w Hermanicach: czwartą sobota miesiąca po mszy św. godz. 10.00.



Uniwersytet Trzeciego Wiek – Fundacja ESPRIT, siedziba ul. Daszyńskiego 2, tel. 606 486 333.

★

POLSKI ZWIĄZEK EMERYTÓW

Spotkania emerytów: każda środa miesiąca, godz. 10.00 – w sali lustrzanej Miejskiego Domu Kultury „Prażakówka”, ul. Daszyńskiego 28. Tel. kontaktowy 33 854 29 06.

★

PARAFIA EWANGELICKA

Spotkania odbywają się w każdy ostatni czwartek miesiąca o godz. 10.00.

FILMOWY CZWARTEK W BIBLIOTECIE

Miejska Biblioteka Publiczna zaprasza na kolejne „Filmowe Czwartki”. Projekcje filmów odbędą się w czwartki o godz. 10.00 w czytelni Biblioteki. Kawa, herbata i dobry film. Wstęp wolny! Dodatkowe informacje: 33 854 23 40.

★

PARAFIA KATOLICKA św. KLEMENSA

Spotkania odbywają się w salkach parafialnych w ostatni poniedziałek miesiąca po mszy św. w intencji seniorów, godz. 8.30.

★

LIST DO REDAKCJI

Z ogromnym zdziwieniem przeczytałam list do redakcji autorstwa Joanny Molickiej, opublikowany w ostatnim numerze „Gazety Ustróńskiej”, który nie dość tego, iż zepsuł cały urok pięknego i bogatego koncertu Estrady Regionalnej „Równica” z okazji 30. lecia działalności, to jest w swej treści mijający się z prawdą, wręcz w pewnych momentach bulwersujący. Tak odebrali go liczni czytelnicy naszej lokalnej prasy. W ogóle nie rozumiem jak ktoś, kto nic nie zrobił w kierunku organizacji tego niecodziennego wydarzenia, nie jest podejrzanym poetką, ani żadną polonistką czy dziennikarką, znaną ze swych oratorskich talentów, może posunąć się tak daleko, aby w niezwykle naganny sposób wyrazić swoje zdanie na temat przebiegu koncertu. Po pierwsze – czy ta Pani nie rozumie, że jeśli zaprasza się na tak ważną uroczystość oficjalnych gości, to logicznym jest, że mają oni do spełnienia jakieś służbowe obowiązki. Absurdem jest stwierdzenie, iż laury i splendor na nich spłynął. Po drugie – szczytem braku klasy jest nazwanie tak nieładnie wiersza napisanego przez wielkiego fana Estrady, poety ludowego, który z wielkiego serca, szczerze chciał tymi słowami złożyć ukłony i podziękowania zespołowi nie tylko w swoim imieniu, ale i społeczności ustróńskiej. Wiersz został odczytany z pewnymi pomyłkami, a więc bez winy autora, lecz nazwanie go prymitywnym pokazuje, co Joanna Molicka sobą prezentuje. Po trzecie – prowadząca koncert, Dorota Kohut, to osoba obyta na estradzie, piastująca stanowisko rzeczniczki prasowej w Ratuszu (od października w Starostwie Powiatowym), mająca na swoim koncie wiele koncertów i uroczystości, więc określenie żenującym poziomem wypowiedzi jej konferansjerki jest wręcz obraźliwe, niskie i niekulturalne. A pomyłki zdarzają się najlepszym prezenterom radiowym czy telewizyjnym.

Wszystkim wiadomo, że założycielka Estrady Regionalnej „Równica”, Renata Ciszewska zasługuje na najwyższe słowa uznania oraz szacunku, które zostały wdrożone w rzeczywistość kilka lat temu, kiedy nadano zespołowi jej imię, a to pozostanie dla potomnych i jest podkreślane na każdym kroku. Jedną z towarzyszących imprez poprzedzających koncert był wernisaż wystawy mający miejsce w Muzeum Ustróńskim, a poświęcony Renacie Ciszewskiej, jej spuściźnie i „Równicy”, którego wykładowcą był właśnie zaprzyjaźniony z zespołem od lat prof. Daniel Kadłubiec. Organizatorzy opracowali nie tylko projekt całości, ale odpowiedni scenariusz, chcąc pokazać całokształt 30.letniego dorobku i ten ogrom pracy należy uszanować oraz docenić. Dlaczego autorka listu, jako dobra znajoma Renaty Ciszewskiej nie pokazała co potrafi, nie skontaktowała się z przedstawicielami Stowarzyszenia „Równica” i nie zaproponowała coś jeszcze bardziej mądrego i sensownego. To nie sztuka po fakcie w tak godny politowania

sposób podsumowywać tą wspaniałą uroczystość, nic nie dając w zamian. Czy nie zdaje sobie sprawy jaki negatywny wpływ ma takie zachowanie na odczucia społeczne, a przede wszystkim na prace społeczników poświęcających swój cenny czas dla tej reprezentacyjnej wizytówki miasta jaką jest Estrada Regionalna „Równica”? Niewątpliwie należą się przeprosiny.

Droży Czytelnicy, przeczytajcie wiersz Floriana Lisa i oceńcie sami, czy jest aż tak prymitywny!

Elżbieta Sikora

DYTYRAMB NA CZEŚĆ ESTRADY REGIONALNEJ „RÓWNICA” im. RENATY CISZEWSKIEJ Z OKAZJI 30. LECIA DZIAŁALNOŚCI

Nasz Ustróń jest miasteczkiem nowoczesnym, ślicznym,
Lecznym, uzdrowiskowym, nawet turystycznym.
Ludzie z różnych zakątków tu licznie przyjeżdżają,
Bo im się nasze góry Beskidy wielce podobają.
Centralnie królowa rzek Wisła tutaj sobie płynie,
Jest znaczącym symbolem, nigdy nie zaginie.
Tak to się szybko na tym świecie plecie,
Że znów Ustróń obchodzi swe 720. lecie.
Jego wielką chlubą jest Zespół „Równica,, ,
Od lat czaruje widzów i sobą zachwyca.
Zna ją szeroko cała zagranica,
Polska, jej piękne miasta i nasza stolica,
Niebawem pozna „Równicę,, nawet cały świat,
W tym roku bowiem kończy swoje 30 lat.
W jej szeregach licznie młode talenty działają,
Śpiewem, tańcem i mową wszystkich zachwycają.
Dziś cała ziemia cieszyńska w ukłony się bierze,
Więc i my życzenia najlepsze składamy im szczerze.
Niech imię jej Patronki czuwa nad Estradą,
To jej dzieło, obdarzone zawsze tylko dobrą radą.
Niechaj Wam się układa kochani z „Równicy,, ,
Bądźcie dalej tak wspaniali i to niech się liczy!!!
Rozsławiajcie nasze miasto wszędy i wzdłuż równika,
A ustróńska tradycja, niech nigdy nie znika.
Ten zacny Jubileusz to perłowe gody
Hucznie go dziś świętujemy, gdyż jest tego godny!

Florian LIS

Po naszymu...

Ludeczkowie, czy wycie, że spółdzielnia ni mo już żodnego sklepu? To doprowdy kapke gańba i smutno. W „Beskidzie” szmaciarnia, a też mi szkoda tego miejsca, kaj szło wszystko do chałupy nabyć – łostatnimi czasy była tam i przemysłówka i spożywka. Ale szło tam fajny towar kupić. Ponikiedy jeździłach z chłopym do blaszoka, ponikiedy zozdrziłach do kónzumu w starej siedzibie, co go łostatnimi roki mianowali Gama. Wszystko zawrziite. Szkoda tych szykowanych paniczek, co tam łobslugowały, bo były to fajne dzielchy, ale za młode coby już iś na pyndzyj.

Co by też na to powiedzieli downi działacze spółdzielczy, kierzi przed wiekym spółdzielnie zakładali. Ty poczóntki sóm łopisane przez naszego miejscowego badacza dziejów Jozefa Pilcha, kiery umrział trzicet roków tymu,

a w łostatnim „Pamiętniku Ustróńskim” przez niego opracowanym, kiery ukoził sie w 1995 r. je dokładnie łopisano Spółdzielnia w czasach swoji świetności. Autor sóm był jednym z założycieli i pracowników, ale byli też: Paweł Czudek, Jerzy Lazar, Jozef Irecki, Paweł Stec i wielu, wielu inszych, kierzi sóm mianowani w tym opracowaniu. Dobrze, że chocioż to zostało po tym spółdzielczym przedsiymbiorstwie, założonym przez aktywnych ustróńioków.

Już łod dłóžszego czasu je remóntowany budynek downego biurowca, kiery spółdzielnia łoddała do użytku w 1931 r. Gdo go nabył i remóntuje nie wiym, ale możne werci na przedni ścianie dać tablice, na kierej by było napisane, kiery go wybudował i co sie tam hańdowni mieściło. Możne sie jeszcze zaktywizuje kierysi z downych pracowników i cosi podziało, coby ludzie ło spółdzielni ganc nie zapómnieli.

Staro ustróńioczka



W ramach projektu „Dom Kultury+ - inicjatywy lokalne” dzieci odkrywały świat kolorów i wyobraźni podczas warsztatów plastycznych - ich prace zachwyciły kreatywnością, gdzie sztuka spotkała się z naturą.
Fot. MDK Prażakówka



Dorośli z energią i uśmiechem uczestniczyli w zajęciach ruchowych, dbając o zdrowie i dobrą formę.
Fot. MDK Prażakówka

KULTURALNE RUBIEŻE

CZAS DOBCZAN

W Filii Parafii Ewangelicko-Augsburskiej w Dobce odbyły się bezpłatne zajęcia w ramach projektu „Dom Kultury+ – inicjatywy lokalne” dofinansowanego przez Narodowe Centrum Kultury.

Najmłodsi mogli spróbować swoich sił w warsztatach mozaiki szklanej – małe dzieła sztuki powstawały z ogromnym zaangażowaniem i radością. Było twórczo, było aktywnie, było wspólnotowo, tak jak powinna wyglądać lokalna kultura. Organizatorzy dziękują wszystkim uczestnikom i prowadzącym.

WARSZTATY GENEALOGICZNE

Kolejną inicjatywą w ramach „Dom Kultury+ – inicjatywy lokalne” są bezpłatne warsztaty genealogiczne pt. „Odkryj swoje korzenie”. Zapraszamy dorosłych mieszkańców Ustronia (preferowana dzielnica Ustroń-Nierodzim), którzy chcą odkryć historię swojej rodziny, na cykl spotkań z Dorotą Walker. Razem stworzymy twoje drzewo genealogiczne – krok po kroku, od podstaw. Terminy: 30 września oraz 7 i 14 października. Godzina: 17.30 – 19.30. Miejsce: sala informacyjna Szkoła Podstawowa nr 6. Zapisy telefoniczne: +48 604 541 777. Liczba miejsc ograniczona.

KONTROLA I ZATRZYMANIE

Dzielnicy z Komisarzatu Policji w Ustroniu, pełniąc służbę w swoim rejonie przeprowadzili rutynową kontrolę mężczyzny przebywającego w jednym z mieszkań przy ul. Staffa. Kontrola ta doprowadziła do ustaleń, które zakończyły wieloletnie, międzynarodowe poszukiwania obywatela Czech.

Realizując obchód służbowy dzielnicowi z Ustronia, postanowili przeprowadzić kontrolę związaną z wcześniejszymi ustaleniami dotyczącymi mężczyzny, który mógł przebywać w jednym z mieszkań przy ul. Staffa w Ustroniu.

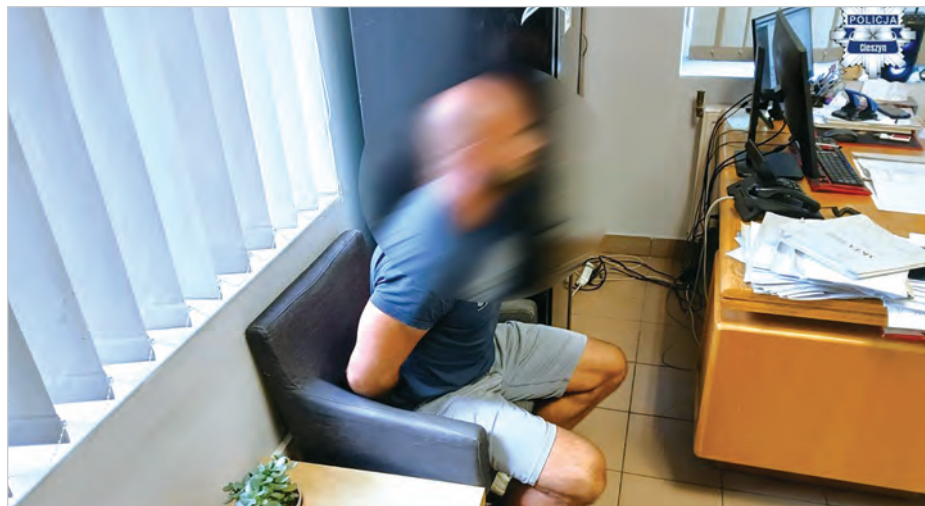
Po zapukaniu do drzwi mieszkania otworzył im 35-letni obywatel Słowacji, który okazał dokument tożsamości i podał swoje dane. Doświadczenie dzielnicowych oraz ich docieklivość sprawiły jednak, że nabrali oni podejrzeń co do auten-

tyczności dokumentu i wiarygodności danych. Nawiązali kontakt ze Słowacką policją. Weryfikacja danych potwierdziła, że dokument, którym się posługiwał rzekomy 35-latek był fałszywy, a wskazana w nim tożsamość nie istniała. Dzielnicyw krok po kroku ostatecznie ustalili, że zatrzymany przez nich mężczyzna to w rzeczywistości 38-letni obywatel Czech, poszukiwany od ponad 11 lat na podstawie europejskiego nakazu aresztowania. Mężczyzna był ścigany przez Interpol i czeski wymiar sprawiedliwości za przestępstwa gospodarcze w celu odbycia kary sześciu lat pozbawienia wolności.

Obywatel Czech został zatrzymany i doprowadzony do jednostki Policji. Prokuratura Okręgowa w Bielsku-Białej wystąpiła z wnioskiem o areszt dla 38-latk. Dalsze czynności w sprawie prowadzone są we współpracy z instytucjami międzynarodowymi.

Zdarzenie to pokazuje, jak ważna jest codzienna praca dzielnicowych. Dzięki znajomości lokalnego środowiska, a także spostrzegawczości i doświadczeniu, potrafią szybko reagować na sytuacje, które z pozoru mogą wydawać się rutynowe. To właśnie takie działania często przekładają się na realne efekty – od zapewnienia bezpieczeństwa mieszkańcom, po zatrzymanie osób ukrywających się przed wymiarem sprawiedliwości na arenie międzynarodowej.

KP Cieszyń





Klub Zdrowia ma zawsze pełną salę zainteresowanych.

Fot. L. Szkaradnik

KRÓL TŁUSZCZÓW

Tradycyjnie w drugi wtorek, czyli 9 września rozpoczął działalność po wakacyjnej przerwie Klub Zdrowia prowadzony przez Joannę Smyk z Chrześcijańskiej Służby Charytatywnej, a mieszczący się gościnnie w Miejskiej Bibliotece. Jak zwykle zgromadził pełną salę stałych uczestniczek oraz kilku uczestników zainteresowanych profilaktyką zdrowotną.

Prelekcję wygłosiła, będąca już po raz drugi gościem na tych spotkaniach Katarzyna Lewkowicz-Siejka, dziennikarka i publicystka, która od 25 lat w wielu miejscach promuje zdrowy styl życia i medycynę naturalną opartą na naukowych doniesieniach oraz terapię dietą. Tematem spotkania były kwasy omega 3 wpływające na optymalne zdrowie dla każdego, a prelegentka na wstępie określiła je królem wszystkich tłuszczów. Musimy je pozyskiwać z pożywienia lub suplementów, ponieważ nasz organizm wytwarza je w bardzo małej ilości, a mogą one wpłynąć na zdrowie mózgu, oczu i serca, zmniejszać stany zapalne, obniżać ciśnienie krwi i chronić przed wieloma przewlekłymi schorzeniami. Najważniejsze są proporcje kwasów omega 3 (ALA, EPA, DHA), które mają charakter przeciwzapalny i omega 6, który jest prozapalny. Idealny stosunek spożycia omega 6 do omega 3 w diecie jest przedmiotem debaty naukowej, ale zaleca się, aby był on znacznie niższy niż w typowej zachodniej diecie, która często przekracza 15:1 na korzyść omega 6. Zalecane proporcje wynoszą około 3:1.

Omega 6 jest też potrzebny, ale gdy mamy go w organizmie za dużo, to powstaje przewlekły stan zapalny. Taki długotrwały stan powoduje, że nasz układ odpornościowy jest nadmiernie przeciążony, a skutkiem jest zawsze jakaś przewlekła choroba, np. nowotwory lub powszechne, dotyczące 50 % populacji stłuszczenie wątroby. Winowajcą tej ostatniej jest często fruktoza, która występuje w produktach spożywczych jako syrop fruktozowo-glukozowy oraz paracetamol.

Źródła kwasów omega 3 to tłuste ryby morskie jak: łosoś, makrela, sardynka,

śledź i tuńczyk lecz ze względu na zanieczyszczenie mórz oraz na hodowlany charakter produkcji ryb tj. łosoś czy tuńczyk nie są polecane, rośliny lądowe jak: siemię lniane i olej lniany, nasiona chia i orzechy włoskie.

Sposobem na zdrowie jest zwiększenie w pożywieniu tłuszczów nienasyconych, zawierających omega 3, zmniejszenie ilości tłuszczów nasyconych i wyeliminowanie tłuszczów trans, czyli uwodornionych. Znajdują się one najczęściej w margarynach twardych i przemysłowych produktach jak słodycze, zupy w proszku, kostki bulionowe i gotowe dania.

Tłuszcze trans rozpoczęto produkować w Chinach na początku XX w., gdy zmniejszył się popyt na świecie. Tłuszcz używany dotychczas do wyrobu świec

przeznaczono do produkcji żywności, co rozpowszechniło się na całym świecie, bo jest to tłuszcz znacznie tańszy od masła i ma długi okres trwałości. Obecnie w wielu krajach zachodnich jest on zakazany, lecz u nas nie. Dzielne spożycie pół łyżeczki tego tłuszczu znacznie zwiększa ryzyko miażdżycy, chorób serca i cukrzycy.

Zadaniem tłuszczów omega 3 jest zaopatrzenie naszego organizmu w hormonopodobne substancje, które decydują o naszym dobrostanie. Warto też w diecie mieć tłuszcze omega 9, a ich głównym źródłem jest owoc awokado i oliwa z oliwek. Oliwa jest często mieszana z tańszymi olejami i aby ją sprawdzić należy włożyć do lodówki. Wówczas zmienia się w ciało stałe.

Prelegentka przestrzegała przed olejami rybnymi (zanieczyszczenie mórz) i rafinowanym olejem rzepakowym (ze względu na suszenie szkodliwym glifosatem). Proponuje stosować olej z alg, aby wyrównać poziom kwasów omega3.

Wykład zakończono jak zwykle oryginalnym poczęstunkiem: smaczną kanapką z wegańską pastą z cukinii, a wszyscy chętni mogli zrobić bezpłatny pomiar ciśnienia krwi, cukru, cholesterolu i trójglicerydów we krwi, nasycenia krwi O₂, wydolności płuc oraz serca. Na następne spotkanie organizatorzy zapraszają 14 października.

Lidia Szkaradnik



Prelekcję wygłosiła Katarzyna Lewkowicz-Siejka.

Fot. L. Szkaradnik

38/2025/2/R



OPTYK FUCHS

USTROŃ

AUDIO  APARATY SŁUCHOWE

**CODZIENNIE
BADAMY
WZROK**

REALIZACJA RECEPT **NFZ**

Narodowy Fundusz Zdrowia

USTROŃ • ul. M. Konopnickiej 15c • ul. Grażyńskiego 2/10 • tel. 504 116 111

www.optyk-fuchs.pl

MIASTO ŚWIĘTYCH I GWIAZD



W środę 10 września w czytelni Miejskiej Biblioteki Publicznej w Ustroniu odbyła się prelekcja podróżnicza Beaty Lewandowskiej-Kaftan pt. „Marrakesz - miasto świętych i gwiazd”.

Marrakesz to stara, blisko tysiącletnia, położona u stóp gór Atlas pierwsza stolica królestwa, od której wzięło swą nazwę Maroko. Od ochrowej barwy murów nazywany jest Czerwonym Miastem. Przez podróżnych i kupców zwany Bramą Południa, bo tędy od wieków wiodły transsaharyjskie szlaki handlowe.

Marrakesz został założony przez Berberów, nomadów z pustyni. To miasto jest przeciwieństwem pustyni: mury, bramy, wąskie uliczki i zaułki zamiast bezkresnej przestrzeni. Gwarne, kolorowe targowiska, pałace i ich cieniste ogrody, strzeliste minarety i nawoływania muezzinów, miejscowi bazarze i magowie. Berberowie od wieków przybywali tu, by handlować i słuchać opowieści z dalekich stron.

Marrakesz to miasto o stu twarzach. Berberowie i Arabowie, Żydzi, Andaluzjczycy i Afrykanie, Francuzi i Hiszpanie przybywali tu od wieków: z armiami i karawanami. Przynosili swoje religie i języki, zwyczaje i tradycje, swoje stroje, muzykę, potrawy. Stąd niezliczone twarze i barwy tego miasta.

Zgromadzoną publiczność porwała barwna opowieść prelegentki okraszona licznymi fotografiami. Po wykładzie była możliwość zdobycia autografu i porozmawiania z podróżniczką.

NOBLISTKA WYDANA INACZEJ



Muzeum „Zbiory Marii Skalickiej, które ma charakter bibliofilsko-artystyczny 30 sierpnia udostępniło wystawę popularyzującą dawną technikę druku wypukłego. Zaprezentowano na niej prace 29 artystek oraz artystów z Polski, którzy wspólnie wydali książkę artystyczną „Szczegóły i epizody - Typoantologia wierszy Wisławy Szymborskiej”.

Niewielką grupę gości powitała prowadząca placówkę Ewa Depta, która poinformowała, że wystawa i książka były w założeniu pracą kolektywną, skupiającą zecerów, artystów grafików, typografów, tworzących przy użyciu ruchomych czcionek. Każdy z nich miał nieograniczoną swobodę pracy, zaś jedynymi wytycznymi były: twórczość Wisławy Szymborskiej, techniką druku wypukłego przy użyciu czcionek drewnianych i ołowianych oraz z góry ustalony format książki. Każdy z artystów posługiwał się odrębną metodą i posiadał różne doświadczenie, ale wszystkich łączyło umiłowanie liter i stosowanie ruchomych czcionek. Wystawa będzie czynna do końca roku.

Tekst i zdjęcie: Lidia Szkaradnik

BIBLIOTEKA POLECA

tel. 33-854-23-40
www.biblioteka.ustron.pl
(katalog online)

Maciej Szymanowicz –
„Kociaki łobuziaki i mydło brudziło”



Znacie kociaki łobuziaki? Nie? No to uważajcie...Kociaki łobuziaki to niezłe gagatki! Na przykład Bazyl, choć jest cały w kłakach, paprochach i mikrobach, uznał, że się nie umyje, bo tak mu się nie chce i już! Uwierzyćcie?! Oczywiście pozostałe kociaki mają swoje metody, żeby przekonać Bazyla do mycia... Jednak wymyć takiego kocmołucha nie będzie proste. Spróbujmy najróżniejszych metod: mydła, farby do kotów, straży pożarnej, odkurzacza... A jak to się skończy? Przekonajcie się sami. Szalona, przeżabawna i do tego interaktywna książka dla wszystkich, którzy nie lubią się myć!

Meomi, Vicki Wong –
„Oktonauci i wyprawa do Morza Cieni”



Oktonauci to grupa sympatycznych zwierzaków, które uwielbiają przemierzać oceaniczne głębiny. Ośmioro dzielnych przyjaciół zawsze jest gotowych wyruszyć ze swojego oktostatku na ekscytujące wyprawy! Kiedy wszystkie cienie na świecie nagle znikają, Oktonauci wyruszają na wyprawę do tajemniczego Morza Cieni, aby odkryć przyczynę dziwnego zjawiska. Czy przekonają potężnego Króla Cieni, żeby zmienił zdanie?

Wypożyczalnia dla Dorosłych: Poniedziałek 8.00-15.00, Wtorek 8.00-15.00, Środa 8.00-18.00, Piątek 8.00-18.00, Sobota 8.00-12.00 /
Oddział dla Dzieci: Poniedziałek 8.00-15.00, Wtorek 8.00-15.00, Środa 11.00-18.00, Piątek 8.00-18.00, Sobota 8.00-12.00 /
Otwarta dla użytkowników jest też Czytelnia (w ograniczonym zakresie) w godzinach pracy Oddziału dla Dzieci.

BYŁA KIEDYŚ W USTRONIU WIEŻA CIŚNIEŃ

W dzisiejszym odcinku przeniesiemy się do Ustronia u schyłku XIX w. Nie były to łatwe czasy, w 1897 r. rozebrano wielki piec, a w budynku dawnej huty działała już tylko odlewnia. Nie mniej jednak w dolnym Ustroniu, w miejscu późniejszej Kuźni, nadal funkcjonował Arcyksiążęcy Zakład Budowy Maszyn, o którym wielokrotnie już pisałam. W 1900 r. fabrykę tę, widzianą z lotu ptaka, uwiecznił austriacki malarz i scenograf Karl Ludwig Prinz, którego dzieło stanowi do dziś świetne źródło badawcze. Obraz Prinza bardzo wiernie przedstawia hale dawnej kuźni, którym towarzyszy imponująca ażurowa wieża, położona nieopodal stawu. Ku wielkiej radości odnaleźliśmy ją niedawno na starych planach.

Mieliśmy zatem w Ustroniu w XIX w. wieżę ciśnień, liczącą 14 metrów, a usytuowaną w pobliżu wschodniego brzegu stawu kuźniczego. Nasz muzealny kolega Kamil Podzorski, specjalizujący się w odczytywaniu starych planów, zdradza Czytelnikom bliższe szczegóły: „Na szczycie wieży znajdował się zbiornik z wodą, która zgodnie z zasadą naczyń połączonych transportowana była rurociągiem do znajdującej się 30 m dalej na północ fabrycznej kotłowni”. Sam budynek kotłowni był zresztą niezwykle interesujący – składał się pierwotnie z trzech, a docelowo z czterech oddzielnych pomieszczeń, krytych charakterystycznymi trójkątnymi dachkami przypominającymi zęby. Docelowo w trzech pierwszych, licząc od południa, mieściło się pięć kotłów parowych, w których wytwarzano i magazynowano parę wodną. Jej część kierowano bezpośrednio do młotów parowych, reszta natomiast napędzała maszynę parową, posadowioną w czwartym pomieszczeniu, dobudowanym w 1899 r. Spaliny, powstające w procesie opalania kotłów parowych, trafiały do 36-metrowego kolumna kotłowni, wzniesionego również w 1899 r. Jeden z planów zdradza nam ponadto, iż w celu wygospodarowania miejsca na kotłownię trzeba było podjąć radykalny krok – przebudować wschodni brzeg stawu i przesunąć go 8 metrów na zachód, zmniejszając nieco rozmiar zbiornika.

Pierwotnie Arcyksiążęcy Zakład Budowy Maszyn składał się z największej głównej budowli, zlokalizowanej w miejscu późniejszej hali osprzętu. Dodatkowo posiadał mniejsze i większe wydziały, z których najślawniejszym był Arcyksiążęcy Zakład Budowy Mostów Żelaznych (przeniesiony w 1885 r. do Huty „Karola” w Lipinie koło Frydka) oraz Kotłarnia, znana z wyrobu potężnych rezerwuarów, zamknięta w 1908 r. Zakład Budowy Maszyn unieruchomiono w 1909 r., a w 1910 r. epoka ustronńskiego hutnictwa dobiegła końca. Przetrwały tylko dwa mniejsze działy – śrubiarnia oraz stara kuźnia, których hale widzimy w centrum pierwszej ilustracji, przed wieżą ciśnień.

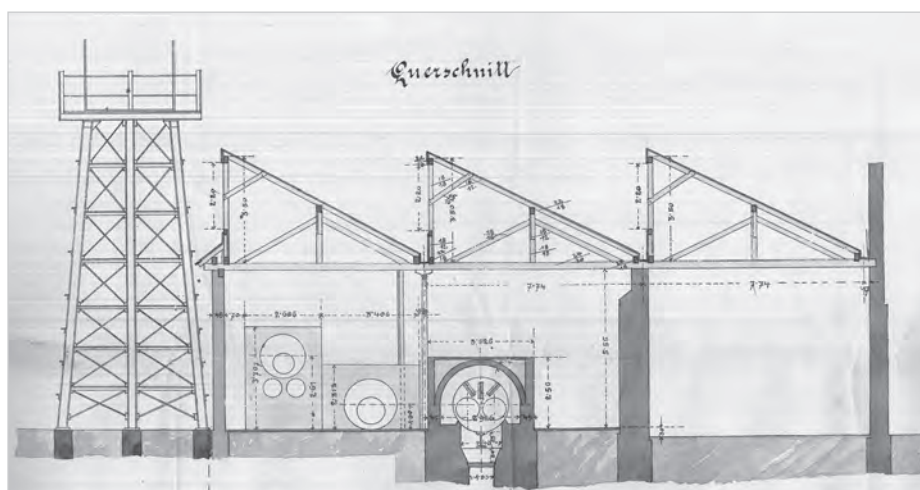
Śrubiarnia okazała się załącznikiem nowej działalności, gdy w 1912 r. ustronjskie hale i urządzenia przemysłowe, domy robotnicze oraz fabryczne tereny rolne przejęła firma Brevillier-Urban. Odtąd też ustron-

ska Kuźnia działała jako „Fabryka Śrub i Wyrobów Kutych”. I właśnie wówczas, jeszcze przed I wojną światową, zniknęła z terenu Kuźni nasza piękna wieża ciśnień.

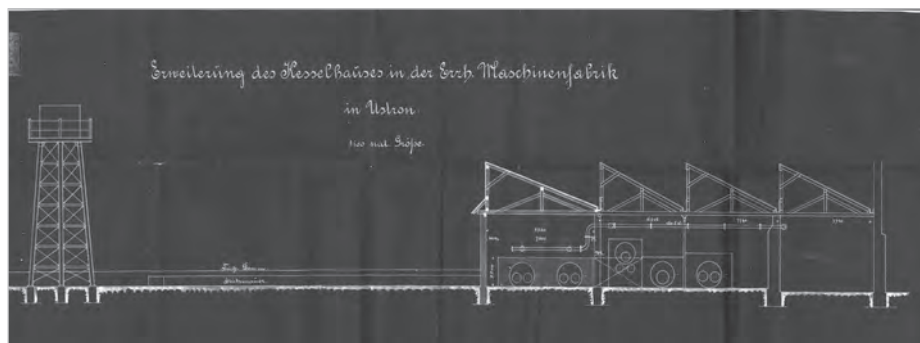
Alicja Michalek, Muzeum Ustronjskie



Fragment dzieła K. L. Prinza z 1900 r. Na pierwszym planie śrubiarnia i stara kuźnia. Za kuźnią osiedle drewnianych domków robotniczych o nazwie Frankreich, dalej z prawej wieża ciśnień, staw, a za nim „Hammer”. Nad stawem kotłownia z kominem.



Kotłownia w pierwotnej formie na planie z 1893 r. Wówczas jeszcze w dwóch pomieszczeniach znajdowały się trzy kotły parowe, zaś trzecie pomieszczenie przeznaczone było na maszynę parową. Wieżę ciśnień dorysowano bezpośrednio przy kotłowni w celu zaoszczędzenia miejsca.



Kotłownia i wieża ciśnień na planie z 1899 r. Zachowana została rzeczywista odległość między obiektami. Uwagę zwraca pięć kotłów oraz czwarte pomieszczenie przeznaczone na maszynę parową.



Ostatni letni weekend zachęcał do przebywania w plenerze, lecz atrakcyjny temat skłonił wiele osób do spędzenia słonecznego popołudnia w muzealnej sali. Fot. L. Szkaradnik

O WILKU MOWA

Wilki budzą wśród ludzi skrajne emocje i od lat wywołują zainteresowanie, toteż na spotkanie zorganizowane 20 września przez Ustroński Klub Ekologiczny w Muzeum Ustrońskim przybyło sporo zainteresowanych. Prelegent dr hab. nauk biologicznych profesor Uniwersytetu Warszawskiego Robert Mysłajek opowiadał nad wyraz interesująco na bazie prezentacji multimedialnej.

Warto było posłuchać znawcę, który o wilkach wie wszystko. Jest on autorem książek przyrodniczych, biologiem, naukowcem, wiceprezesem Stowarzyszenia dla Natury „Wilk”, a specjalizuje się w biologii konserwatorskiej i ekologii ssaków i od 30 lat bada duże ssaki drapieżne.

Przybyłych na spotkanie powitała dyrektorka Muzeum Magdalena Lupinek, która jak zwykle miała błyskotliwe zagajenie i tym razem wskazała, że jej nazwisko pochodzi od lupus, czyli wilk, a zatem jest to rodzinne spotkanie dotyczące kolegów i przyjaciół z lasu. Opowieści

o wilkach były nie tylko pełne fascynujących faktów, ale także przekazane w sposób lekki i przystępny. Wilk to inteligentny, silny i wytrzymały drapieżnik, prawdziwy władca dzikiej przyrody i król wielkich kompleksów leśnych. Sentencja „Człowiek człowiekowi wilkiem” wskazywałaby na negatywne skojarzenia z tym zwierzęciem, jednak w wielu kulturach wilk symbolizuje siłę i odwagę.

Minęły prawie trzy dekady od objęcia wilka ochroną w całej Polsce. Od tego czasu gatunek powrócił do regionów, gdzie został wcześniej wytępiony przez ludzi. Wilki wracają jednak do obszarów, który od czasu ich zniknięcia uległy znaczącemu przekształceniu. Naukowcy wskazują, że problemem dla naturalnej regeneracji lasów jest nadmierna populacja jeleni, które zjadają młode drzewka. Wprowadzenie wilków miało ograniczyć liczbę jeleni i umożliwić odrodzenie się drzewostanu. Po ciekawej prelekcji każdy zainteresowany tematem mógł zabrać na pamiątkę broszurkę, której współautorem był znawca i badacz tych zwierząt pt. „Po sąsiedzku z wilkami”. Lidia Szkaradnik



Prelegent Robert Mysłajek.



Michał Szymaniak zwraca uwagę na problem jeży i apeluje: Zwolnijmy! W naszym mieście coraz częściej widać rozjechane jeże, nie tylko na obrzeżach ale i w samym centrum, nawet obok przejść dla pieszych. Kierowcy powinni zachować szczególną ostrożność, zwłaszcza po szybko zapadającym zmroku, oraz przy trudnych warunkach atmosferycznych, zmniejszyć prędkość i reagować, jeśli to bezpieczne, przenosząc jeża z drogi. Nie bądźmy obojętni - pozwólmy im przeżyć Fot. M. Szymaniak

3 EDYCJA DYMFOKÓW

Dymfoki to tradycyjne danie regionalne, zwane inaczej pieczonkami, prażonkami, szczególnie popularne na ziemi cieszyńskiej. Przyrządza się je w żeliwnym kociołku na ognisku, a głównymi składnikami są ziemniaki, kapusta, boczek, kiełbasa, marchew, cebula.

Dwie poprzednie edycje cieszyły się wielkim zainteresowaniem, a nad terenem wokoło kaplicy ewangelickiej w Dobce roznosiły się wspaniałe zapachy. Udział wzięło wielu kucharzy amatorów, licznie przybyli kibice. 26 września o godz. 19.00 – spotkanie kapitanów w Dobce, 12 października – Mistrzostwa Ustroń w Pieczeniu Dymfoków. Zmiany w formule Mistrzostw: 1. Tytułu można bronić tylko raz – zatem w tym roku Złoty Dymfok trafi w nowe ręce; 2. Drużyny będą mogły proponować osoby do jury – tworzymy te Mistrzostwa razem, więc razem decydujemy; 3. Ograniczamy liczbę obowiązkowych składników – dajemy Wam większą swobodę tworzenia, a szczegóły ustalimy z kapitanami drużyn.

Mistrzostwa odbędą się tam gdzie poprzednio, w Dobce. Organizatorami są: Mateusz Kral i Fundacja Oddychaj Belskimi.



ROZPOCZĘCIE SEZONU

Świetny występ zanotowali zawodnicy Cieszyńskiego Klubu Karate Kyokushin podczas XI Turnieju Karate Kyokushin SARI CUP, który odbył się w dniu 20 września w Żorach. W zawodach wzięło udział około 235 zawodników z 34 klubów. Barwy Cieszyńskiego Klubu Karate Kyokushin reprezentowali ustroniacy: Kamila Niemiec zdobywając srebro w kumite, Adam Szydłowski – brąz w kumite i brąz w kata, Adam Malina – brąz w kumite, Jan Malina – brąz w kumite.

Gratulujemy wszystkim zawodnikom dobrej postawy w walkach a medalistom osiągniętych rezultatów. Jak zawsze pragniemy podziękować rodzicom za ich wsparcie i pomoc.

Start zawodników Klubu był współfinansowany ze środków Miasta Cieszyzna i Elektrometalu SA Cieszyn oraz Wojtyka Sprzęt Rehabilitacyjny.

38/2025/4/R

SUKCESY NIEMCZYKÓW

13 września Wiktor Niemczyk zajął 2 miejsce w Wojewódzkim Turnieju Kwalifikacyjnym w Tenisie Stołowym w Jastrzębiu Zdroju, natomiast 6 września zajął również 2 miejsce w Turnieju Szachowym z okazji dni Czechowic-Dziedzic do 14 lat. Krzysztof Niemczyk w tym samym Turnieju zajął 1 miejsce w grupie open.



ZAPISY DO SZKOŁKI TENISOWEJ

Zapraszamy: **DZIECI, MŁODZIEŻ I DOROSŁYCH**

www.ktustron.pl

więcej informacji: **501 532 832**

KLUB TENISOWY "Kubala" USTRON

38/2025/3/R



Sekcja koszykówki TRS Siła Ustron znalazła się w gronie 154 klubów sportowych, które otrzymały wsparcie w ramach tegorocznej edycji „Programu Klub 2025 - Śląskie”. Na Superauto.pl Stadion Śląski odebraliśmy symboliczny czek – reprezentując jako jedyni w tym gronie nasze miasto. Czeki przekazali Leszek Pietraszek – Wicemarszałek Województwa Śląskiego, radni Sejmiku oraz Kajetan Kajetanowicz. Warto dodać, że uzyskaliśmy komplet, czyli 16/16 punktów. Środki przeznaczymy na stroje, sprzęt i wynagrodzenia trenerów – wszystko po to, by rozwijać naszą koszykarską pasję. Dziękujemy za to wyróżnienie – działamy dalej z pełną SIŁĄ!

Tekst i foto: TRS Siła Ustron

Przywróć blask swojej skórze

- Lifting laserowy
- Laserowe usuwanie przebarwień
- Redukcja blizn potrądzikowych
- Peeling laserowy
- Usuwanie zmian skórnych
- Usuwanie naczynek i pajączków

Odświeżona, napięta, pełna blasku – tak może wyglądać Twoja cera

Laseris Istebna - laseroterapia | medycyna estetyczna

+48 884 510 173 Istebna 1552

OGŁOSZENIA DROBNE

KOMANDOR – Cieszyn, ul. Stawowa 27 – szafy, garderoby, zabudowy wnęk z drzwiami przesuwanymi i nie tylko... Zamów bezpłatny pomiar. RATY 0%. 728-340-518, (33) 854-22-57. www.komandor.pl.

Bezpłatna rehabilitacja domowa (NFZ) dla osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności (I grupa), PhysioBodyLab, mgr fizjoterapii Katarzyna Kuraczowska, 534 774 995.

Malowanie domów, mieszkań, gładzie, płyty karton-gips. 666-989-914.

Spawanie plastików. Ustron, ul. Obrzeżna. 501-444-534.

Bagażówka – przewodniczki + ekipa. Usługi transportowe. 601-478-108.

Sprzedam drzewo opałowe buk – sezonowane. 697-264-371.

Sprzedam 2 młode kozy mleczne 2 i 4 letnie. 726-067-705.

Cyklinowanie bezpyłowe – parkiet, odnawianie schodów. 666-989-914.

Spokojne małżeństwo na emeryturze poszukuje do wynajęcia mieszkania na dłuższy okres w Ustroniu. 531-65-66-99.

OGŁOSZENIA DROBNE tylko 0,60 zł za słowo + VAT

PLANSZÓWKOWA PRAŻAKÓWKA

W każdy czwartek ustroniacy mogą spotykać się przy stole pełnym kart, kostek i pionków i wspólnie odkrywać świat gier planszowych. Początek o godz. 18.00 w sali nr 18 w MDK „Prażakówka”. Wstęp wolny.

BEZPŁATNE PORADY

Fundacja św. Antoniego informuje, że do 31 grudnia w siedzibie Fundacji przy ul. Kościelnej 21 będzie można skorzystać bezpłatnie z porady psychologa w każdy ostatni piątek miesiąca w godz. 9-11, a z porady terapeuty uzależnień w drugi piątek miesiąca w godz. 14-16 (terapeuta będzie przyjmować we wrześniu i listopadzie) oraz radcy prawnego w drugą i czwartą środę miesiąca od godz. 16.00. Konsultacje są dla mieszkańców Ustronia po uprzednim zgłoszeniu się w Fundacji lub telefonicznie – nr 33 854 17 72.

38/2025/5/R

**OPRÓŻNIANIE
SZAMB
I OSADNIKÓW**

881-40-40-50



Felieton szachowy

PARTIA WŁOSKA

Partia Włoska to jeden z najstarszych debiutów szachowych świata. Pierwsze zapiski opisujące partię włoską pochodzą z XV wieku. Partię włoską często stosował w swoich partiach między innymi Paul Morphy USA (Czołowy zawodnik XIX wieku), GM Aleksandr Alechin FRA/RUS (Mistrz Świata w latach 1927-1935 i 1937-1946), GM Max Euwe NED (Mistrz Świata w latach 1935-1937). 5% wszystkich partii na platformie lichess.org to partia włoska. Partię Włoską gra się:

- | | | |
|----|-------|--------|
| | Biały | Czarny |
| 1. | e4 | e5 |
| 2. | Sf3 | Sc6 |
| 3. | Gc4 | . |

Patryk Piec

ACM (Kandydat na Mistrza FIDE Arena), CCE (Ekspert Szachów Korespondencyjnych), instruktor, sędzia klasy NA (Narodowy Sędzia), założyciel, kierownik i główny trener w Sekcji Szachowej KS Kuźnia Ustron

CO NAS CZEKA

www.ustron.pl

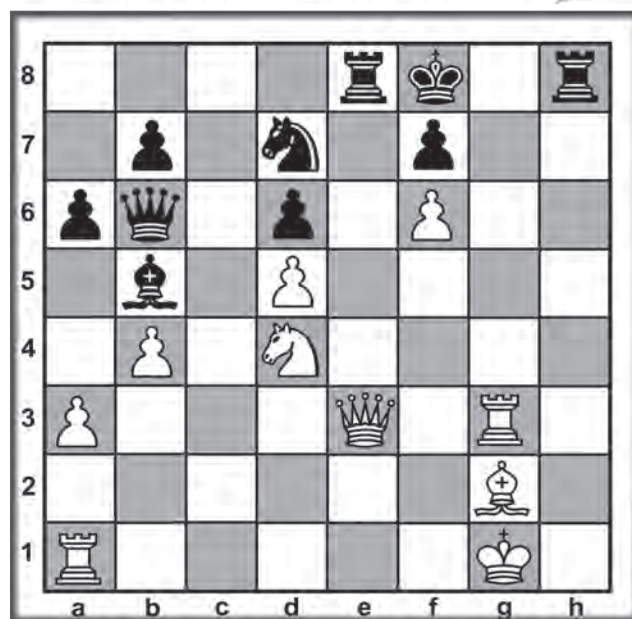
25.09	10.00	Filmowe czwartki, Biblioteka Miejska - Czytelnia
25.09	14.00	XXI Sesja Rady Miasta Ustron, Sala sesyjna UM
25.09	18.00	Planszówkowa Prażakówka, MDK Prażakówka
26-27.09		9. Rajdowy Ustron
26.09	20.00	Kino Na Szczycie: „Jurek”, Poniwiec Mała Czentoria
27.09	14.00	„Hej tam wysoko w górach Juhasi Grajóm” muzyczna bitwa kapel ludowych, finałowa potańcówka, Kolo taneczne w Parku Kuracyjnym
27.09	20.00	Kino Na Szczycie: „Odłot”, Poniwiec Mała Czentoria
28.09	11.00	Niepowtarzalny Bieg, OERW Nierodzim ul. Wiejska 8
28.09	15.00	Piłka nożna B Klasa: KS Nierodzim - LKS Ochaby 96, Stadion Nierodzim
29.09	17.00	Spotkanie autorskie z Joanna Jax, Biblioteka Miejska - Czytelnia
29.09	17.00	Spotkanie mieszkańców dzielnicy Zawodzie, Sala sesyjna UM
30.09	15.00	Warsztaty: „Zdrowe i racjonalne wykorzystanie produktów żywnościowych”, Fundacja św. Antoniego ul. Kościelna
02.10	16.00	Spotkanie organizacji pozarządowych, Sala sesyjna Urzędu Miasta
02.10	18.00	Planszówkowa Prażakówka, MDK Prażakówka
03.10	16.00	Inauguracja Roku Akademickiego UTW, MDK Prażakówka
04.10	14.00	Piknik z tradycjami pod Lipowskim Groniem z KGW Lipowiec, Szkoła Podstawowa nr 5 Lipowiec
04.10	15.00	Piłka nożna IV Liga: KS Kuźnia Ustron - KS Spójnia Landek, Stadion ul. Sportowa
09.10	18.00	Planszówkowa Prażakówka, MDK Prażakówka
11.10		31 dni na rowerze - zakończenie akcji, MDK Prażakówka

38/2025/1/O

KĄCIK SZACHOWY

MOKATE
A Family Business

MOKATE pobudza myślenie!



Mat w 3 ruchach czarnymi.

Zadanie z partii [FM 2024] R. Sokotowski vs GM M. Kamiński (1999)

Rozwiązanie poprzedniej zagadki z GU nr 36:

1. ... Hc1+, 2. Hxc1 Sb3#

USTROŃSKA

10 lat temu 24.09.2015 r.

SPACERUJĄC Z MINISTREM

18 września w Ustroniu przebywał podsekretarz stanu w Ministerstwie Sportu i Turystyki Tomasz Jędrzejczak. Przyjechał by uczestniczyć w otwarciu kortów Uczniowskiego Klubu Sportowego Beskidy i poznać Ustron. T. Jędrzejczak odpowiada w ministerstwie za turystykę i jak stwierdził, wiele o naszym mieście słyszał. Chciał wreszcie poznać znane uzdrowisko. Minister chwalił obiekt sportowy przy nadwiślańskich bulwarach, ale także halę tenisową UKS-u, do której z Brzegów przeszedł spacerkiem. Zobaczył, jak przebiegają prace modernizacyjne na stadionie Klubu Sportowego Kuźnia, a następnie ulicą Grażyńskiego dotarł na rynek. Tu pozytywnie wyrażał się o budynku ratusza, ale szczególnie spodobała mu się scena z historycznym zdjęciem, plenerowymi szachami i ławeczką zbliżającą ludzi.

NAJBOGATSZE MIASTA

27 czerwca 2015 roku Pismo Samorządu Terytorialnego „Wspólnota” opublikowało ranking najbogatszych samorządów w kraju. Opracował je, tak jak i inne zestawienia „Wspólnota”, prof. Paweł Swianiewicz z Uniwersytetu Warszawskiego na podstawie danych z GUS. (...) Ustron został sklasyfikowany w kategorii „miast innych”, znalazł się już na miejscu 43. (3397,36) na 580 wymienionych miast. Pierwsze trzy miejsca należą do: 1. Krynicy Morskiej w woj. pomorskim (13797,99), 2. Dziwnowa w woj. zachodniopomorskim (7279,43), 3. Podkowy Leśnej w woj. mazowieckim (5973,46). Jeśli chodzi o miasta woj. śląskiego, przed Ustroniem sklasyfikowane zostały: 25. Knurów (3669,43), 34. Bieruń (3551,17), 37. Łaziska Górne (3522,64), 41. Imielin (3457,35), czyli nasze miasto zajmuje 5. miejsce w województwie. Poniżej miejsca pozostałych miast naszego powiatu: 75. Wisła (3064,55), 180. Strumięń (2680,40).

CAŁE PODIUM DLA MKS USTRON

13 września w Opolu odbyły się Międzywojewódzkie zawody w lekkiej atletyce, które były kwalifikacjami do Mistrzostw Polski

młodzików. Nasz ustronński klub reprezentowały trzy zawodniczki i wszystkie stanęły na podium w skoku o tyczce. Złoty medal zdobyła Agnieszka Płonka – skacząc 3 m, ustanowiła również rekord stadionu w Opolu. Dominika Szlęk zdobyła srebrny medal (260 cm) i tym samym zdobyła kwalifikacje na Mistrzostwa Polski w Radomiu, gdzie wraz z Agnieszką będzie walczyć o najlepsze lokaty w finale. Trzecia na podium stanęła Anna Hyrnik, która niecały rok temu zaczęła przygodę z lekkoatletyką i był to jej pierwszy start na takiej imprezie. Mały Memoriał Janusza Kusocińskiego odbędzie się 26-27 września i będzie to ostatni start w tym sezonie podopiecznych Magdaleny Kubali. (lsz)



Sprzątanie Polany, w którym wzięło udział ponad 100 osób.

Fot. M. Niemiec

POZIOMO: 1) prało lepiej niż prosek Omo, 4) świta królewska, 6) uzdrowisko belgijskie, 8) ona z wozu... 9) grecki potwór morski, 10) na szyi psa, 11) otwierał się na hasło, 12) zastój, rezygnowanie, 13) trzy kwadransy w ławce, 14) gło-ny morskie, 15) na łasce ZUS-u, 16) polski pilot – mistrz świata, 17) pierwotniak z nibynóżką, 18) wierzbą płaczącą, 19) statek Noego, 20) odgłos hamowania, **PIONOWO:** 1) ciemne kąty, zaułki, 2) mały motocykl, 3) żony, żony, żony... 4) zwierzchnik kościoła w Tybecie, 5) rosyjskie złotówki, 6) chronione kwiaty leśne, 7) droga tkanina, 11) czołówka biegaczy, 13) górskie drzewo chronione, 14) najlepsza obrona.

Rozwiązanie (hasło) powstanie po odczytaniu liter z pól oznaczonych liczbami w dolnym rogu. Na rozwiązanie oczekujemy do 3 października.

Rozwiązanie Krzyżówki nr 36

PARK KURACYJNY

K R Z Y Ż Ó W K A - 50 ZŁ



Nagrodę w wysokości 50 zł otrzymuje: * Halina Palowicz z Ustronia, ul. Reja. Zwycięzcę zapraszamy po nagrodę do naszej redakcji.

* Wysyłając rozwiązanie krzyżówki zgadzasz się na przetwarzanie twoich danych osobowych na potrzeby konkursu. Twoje dane będą przetwarzane tylko przez czas trwania konkursu. Administratorem twoich danych jest Gazeta Ustronńska z siedzibą w Ustroniu, ul. Rynek 4. Masz prawo do uzyskania dostępu do swoich danych, sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania danych, przeniesienia danych, wniesienia skargi do organu nadzorczego. Więcej informacji możesz uzyskać w redakcji Gazety Ustronńskiej.

31 DNI NA ROWERZE

W sobotę w ramach akcji 31 dni na rowerze odbyło się wydarzenie: Seniorzy na rower - wspólny przejazd, integracja 50+, które pokazało, że rower łączy pokolenia i daje radość niezależnie od wieku. Seniorzy

wraz z burmistrzem Pawłem Sztefką, sekretarzem miasta Magdaleną Fober, radną Kariną Wowry oraz organizatorem akcji Wojciechem Twardzikiem przejechali z rynku w Ustroniu na rynek w Wiśle, a następnie udali

się na poczęstunek do Parafii Ewangelickiej w Wiśle Centrum. Do akcji, która trwa od początku września dołączają całe ekipy. Na zdjęciach przedstawiciele klasy 1b z SP1, klasy 6b z SP1 oraz Przedszkole nr 7.



Przedszkole nr 7.



SP 1, klasa VI b.



Seniorzy.



SP 1, klasa I b.



20-21 września odbyły się Mistrzostwa Śląska Juniorów w szachach błyskawicznych w Ustroniu (Globus) zorganizowane przez Śląski Związek Szachowy. Wystartowało 164 zawodników w tym 3 Ustroniaków.

Wyniki: D16: 1. Maria Kidoń – Pszczyńskie Szachy, 2. Nina Kowalska – KS Kuźnia Ustron, 3. Justyna Herbuś – UKS Dębowa Król Dąbrowa Górnicza. (na zdjęciu obok)

D14: 1. Sabina Kotyla – LKS Orzeł Kozy, 2. Agnieszka Ślanina – UKS BASZTA Wodzisław Śląski, 3. Małgorzata Mamak – UKS BASZTA Wodzisław Śląski, 8. Blanka Niemczyk – SSZ „Olimpia” Golezów

C16: 1. Łukasz Kordowski – UKS Ognisko Rydułtowy, 2. Leonard Łęcki – UKS Pionier Jastrzębie-Zdrój, 3. Jan Legierski – MUKS „SZS” Cieszyn, 17. Tomasz Habarta – KS Kuźnia Ustron.

GAZETA USTRONSKA

karniamodena.pl. Numer zamknięto: 22.09.2025 r. Termin zamknięcia kolejnego numeru: 29.09.2025 r.

Tygodnik miejski. Redaguje Zespół. Redaktor naczelna: Monika Niemiec. Adres redakcji: 43-450 Ustron, Rynek 4 (budynek biblioteki), tel. 33 854-34-67, e-mail: gazeta@ustron.pl / Nakład: 950 egzemplarzy/ Informacje dotyczące ochrony danych osobowych: <http://gazeta.odo.ustron.pl> /Zastrzegamy sobie prawo preredagowywania, dokonywania skrótów i zmiany nadsyłanych materiałów. Tekstów niezamówionych redakcja nie zwraca. Ogłoszenia przyjmujemy w siedzibie redakcji w pon, śr, czw, pt w godz. 8.00-15.00 i wt godz. 8.00-19.00. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam. Skład: Gazeta Ustronńska;

Druk: Przedsiębiorstwo Poligraficzne „MODENA” Sp. z o.o. ul. Mała Łąka 17, 43-400 Cieszyn, tel. 33 852 36 65, e-mail: biuro@dru-

Punkty sprzedaży gazety: Ambasada Księstwa Cieszyńskiego Rynek, ASIA Polana, Bingo Hermanice, Euro Sklep (dawna Savia), Euro Sklep przy Policji, Euro przy Kuźni, Groszek obok TBS, Lewiatan Manhattan, Supermarket Polana, Sztwiorok Nierodzim, Targowisko, Wanda, Zibi.