

Ultra vytrvalkyně: V mládí jsem běh nesnášela!

Dlouhé běhy s velkým převýšením se staly populárními, Miluše Gombalová z HBZS Ostrava podotkla, že tak získala v ženách silnou konkurenci

OSTRAVA – Miluše Gombalová potvrdila v letošním ročníku extrémního zimního horského závodu LH 24 formu, asistentka ředitele Hlavní báňské záchranné stanice (HBZS) Ostrava, během čtyřadvaceti hodin vystoupala desetkrát ze Sepetné na Lysou Horu a zpět! Umístila se celkově osmáctá z více než tisícovky účastníků, mezi ženami skončila pátá, ve své věkové kategorii dokonce na stupních vítězů jako třetí.

„Patřilo to k mým nejlepším výkonům na LH 24. A to jsem od mládí běh nesnášela,“ nechala se slyšet s tím, že k ultratrailům – terénním nebo horským závodům delším než maraton, tedy přes dvačtyřicet kilometrů – ji navedl přítel. Ten se začal ultra vě-



Miluše Gombalová se našla v horských ultratrailch.



Asistentka ředitele HBZS na loňském ročníku LH24.

novat před padesátkou, prý proto, že na tuto disciplínu není nikdy pozdě. Gombalová zpočátku jen pravidelně šlapala na Lysou Horu nebo Javorový vrch v Beskydech.

S „A pak to začalo. Dvakrát týdně jsem před prací už o půl páté ráno vyrážela na Javorový pod sjezdovkou. O víkendech i ve volnu pak běhala, ať s kočárkem se synem či bez,“ pokračovala Gombalová. První výsledek se dostavil v roce 2018 na LH24, kdy se umístila na druhé příčce – byl s osmi výstupy. Perun Sky Marathon s dvačtyřiceti kilometry a převýšením skoro tři a půl kilometru se pro ni stal už jen tréninkem.

„Malofatranská stovka měla 102 kilometrů a převýšení přes 7000 metrů, Kysucká stovka 113 kilometrů a převýšení 4700 metrů. Občas

i v minus dvaceti pod nulou,“ uvedla Gombalová. Jen populární B7 – ultratrailový přechod Beskyd z Trince do Frenštátu – ji ještě moc nevyšla, jednou zradilo zdraví ji jako jednotlivkyni, pak její partačku při závodě v kategorii ženských dvojic. „Ale také věla ultra je,“ komentovala to.

Závodit se na takové vzdálenosti, jak rekla, začíná až v posledních dvaceti třiceti kilometrech. „Účastníka může překvapit cokoli, od zdravotního problému, počasí, únavy až po psychologický problém. Já si prvních dvacet kilometrů říkám, že jsem skoro poslední, proč jsem se zas na to dala, a od čtyřicítky se srovnám a vím, že mě to baví,“ dodala. Na ultratrailch se Gombalová našla proto, že jsou v horách, silnice by ji nebavily.

Předvedli hornické uniformy pořízené díky těžařské nadaci

OSTRAVA – K neodmyslitelným aktivitám Nadace OKD se zařadilo zachování historicko-kulturního dědictví v rámci činnosti klubu hornických seniorů a dalších příznivců havířského povolání. Díky dřívější podpoře mohli například vystoupit členové Souboru lidových písní a tanců (SLPT) Hlubina i na letošním Havířském báli na někdejší Dole Hlubina v Ostravě se svými parádními hornickými mundúry.

SLPT Hlubina byl založen již v roce 1947, při této šachtě působil až do roku 1990. Původně dívčí skupina věnující se studiu slezského folklóru se rozrostla v jeden z nejstarších českých tanečních souborů a jeho Havířské bály v bývalých hornických koupelích se staly již tradicí. Ani tentokrát na této akci nechyběl zpěv hornické hymny, patřičná výzdoba i soutěže jako na havířských večerech, neboli šachtáčích.



Hornické uniformy na Havířském báli.

Děti poznávají hračky i šaty prarodičů

DOUBRAVA – Tanečky s babičkou a dědečkem se jmenuje projekt Mateřské školy Doubrava podpořený Nadací OKD, který řeší volnočasové aktivity zaměřené především na nejmladší a nejstarší generace. Děti vyrůstající v moderním světě se tak například seznamují i s hračkami a oblečením svých prarodičů.

„Babičky, takřka všechny pocházející z hornických rodin, nám přinášely dobové předměty ze svého dětství. Současné doubravské děti pak prostřednictvím zajímavé výstavy poznávaly, jak vypadal houpací koník či kouhouti, dřevěné vyřezávané loutky, brusle na klíček, starý kočárek zvaný košatína...“ líčí Radomíra Jasénková ředitelka mateřské školy s pětácti dětmi (zdejší základní školu navštěvuje 125 žáků a projekt na ně cílí také). Učitelky popisují zájem nynější generace: „Ptal se nás pětiletý Jiříček, zda může starožitné šlapací autíčko trochu nadzvednout, aby se podíval, jak vypadá řízení.“

Projekt podpořený těžařskou nadací v programu Pro region



Výstava hraček ve školce.

probíhá od loňska. „Uskutečnila se akce Pohádková babička, kdy naše seniorky jednou týdně přicházely do školy a předčítaly dětem před spaním z knížek svého mládí. Dále bylo vánoční představení o Šípkové Růžence, které zcela zaplnilo sál v Národním domě, a úspěch měla i vycházka po Doubravské stezce,“ přibližuje ředitelka mateřské školy.

V květnu, jak dodává, je naplánována oslava Dne matek, kde by se měly setkat děti, jejich rodiče a opět i nejstarší generace.

INZERCE PRO ZAMĚSTNANCE OKD

VZPOMÍNÁME



„Smutný je domov a všechno v něm, chybiš nám, Rudku, úplně všem.“ Dne 13. 3. 2020 by se dožil náš milující manžel, tatínek a dědeček pan Rudolf Cieslar z Jablunkova 75 let, bývalý zaměstnanec Dolu František. S láskou vzpomínají a nikdy nezapomenou manželka Anna, 3 synové s manželkami, 5 vnuků a 2 pravnoučata.



„Já vím, že ON nevrátí Tě zpátky, že Bůh za svými vrátky Tě navždy zavírá...“ Stále nám moc chybiš, Štefane, nikdy na Tebe nezapomeneme. Milion pusinek a objetí do nebička Ti posíláme.

Dne 11. března 2020 uplyne již 16 dlouhých let, kdy při otřesu na Dole Lazy zahynulo 7 horníků, mezi nimi i můj druh, tatínek 3 dětí, pan Štefan Ivan z Karviné-Hranic.

Přátelé, kamarádi, kdo jste ho znali, vzpomeňte prosím s námi. Dne 29. března 2020 si připomeneme jeho nedožité 51. narozeniny. Navždy s láskou a úctou vzpomínají družka Monika, syn Dominik, Jiří a rodina Kurillova.

„To, že čas rány hojí, je jen pouhé zdání, stále je v srdci bolest a tiché vzpomínání.“ Dne 17. 4. 2020 to bude rok, kdy nás opustil pan Jiří Konkolský. Manželka s dcerami.

Srdcaři letos dostanou pětadesát minigrantů

KARVINÁ – Z celkem jednademdesáti žádostí podaných v neziskovém sektoru aktivními zaměstnanci z dárcovských firem Nadace OKD jich v aktuální minigrantové výzvě neuspělo pouze šestnáct. Oznámila to nadační ředitelka Karolína Preisingerová.

„Mezi žadateli o minigranty byli již tradiční Srdcaři, ale i spousta nových, kteří své záměry s naším týmem hojně konzultovali,“ upřesnila s tím, že i tentokrát se hlásili zástupci kulturních i společenských organizací, sportovních klubů a oddílů, dobrovolných hasičů, skautů, vodáků či neziskovek pomáhajících handicapovaným.

„Můžeme se tak těšit na nové a zajímavé projekty, jakými budou pobytové tábory a sportovní soustředění. Kluby díky novému vybavení z kvalitní svá zázemí a v neposlední řadě myslíme také na přírodu. Za zmínku stojí projekty na výsadbu jedlých stromů pro zvěř či nákup léčiv pro včelstva,“ poznamenala Preisingerová. I se Srdcovkami těžařská nadace v letošním roce podpoří v regionu 158 veřejně prospěšných záměrů. „V tomto počtu je samozřejmě zahrnuta



Srdcaři se rekrutují z řad hasičů.

pomoc hornickým sirotkům ze Spolku svaté Barbory a nezapomínáme ani na udržování hornických tradic,“ sdělila Preisingerová.

Správná rada NOKD se zabývala i projekty podanými v programu Pro region. Těch bylo 137 a uspělo jich 97. „Týkají se hlavně oblasti sociální pomoci, kulturního rozvoje, volnočasových aktivit pro děti a mládež, ale také seniorských aktivit či plánů spojených s rozvojem regionu,“ doplnila marketingová koordinátorka Silvie Balčíková.

patron	pracoviště	název organizace	název projektu
Lubomír Partýka	Green Gas DPB Paskov; Divize důlní plyn	Klub vojenské historie, z.s.	Pochod 4. kolony Olomouc-Slavkov, XVI. ročník
Karolína Pachotová	OKD, a.s.; Důlní závod 1 Darkov	Voltiz Duha z.s.	Spolu se Srdcovkou pro výhru na kraj České republiky
Josef Vanečko	OKD Důl Karviná; Důl ČSA Karviná	Sportovní klub Slezan Orlová, spolek	Vybavení pro nejmladší volejbalistky
Roman Koch	OKD, a.s.	TJ Baník Karviná, z.s.	Nová lana pro instruktorský tým
Jan Holaník	Green Gas DPB, a.s.; Paskov, Rudé Armády 637	Vodní záchranná služba ČČK Ostrava, pobočný spolek	17. ročník X-RUNTO TRIATHLON BRUŠPERK
Tomáš Vodecký	OKD, a.s.; Stonavská 2179, Karviná - Doly, 735 06	Střední škola, Základní škola a Mateřská škola, Karviná, příspěvková organizace	7. karviná ABILITYPIÁDA pro děti a mládež s postizním
Tomáš Kubica	Green Gas DPB, a.s.	ČSŠ, z.s. - sportovní střelecký klub Olymp Ostrava	Výchova mladých talentů ve sportovní střelbě
Roman Raš	OKD a.s.	SH ČMS - Sbor dobrovolných hasičů Horní Suchá	Kdo trénuje, ten boduje
Edvard Sznapka	OKD, a.s.; Důlní závod 1 - důl Darkov	SH ČMS - Sbor dobrovolných hasičů Karviná-Hranice	Mikulášské uzlování 2020
Ján Sitai	OKD	SPMP ČR pobočný spolek Karviná	Poznáváme krásy naší vlasti
Jaroslav Szveda	OKD, a.s.	SURVIVAL & KUNG FU CLUB KARVINÁ, z.s.	Bezpečnost především - sportovní podpora pro výuku Kung Fu v Karviné
Otař Kuboš	OKD, Stonavská 2179, Karviná - Doly	FK Gascontrol Havířov, z.s.	Podpora mládeže v klubu
Milan Zábčič	OKD, HBZS, a.s.	SH ČMS - Sbor dobrovolných hasičů Frýdek	7. ročník soutěže v požárnímu útoku Velká cena Frýdku-Místku - 0 pohár Nadace OKD
Dita Hamalčíková	Green Gas DPB, a.s.	Spolek rodičů a přátel školy při Mateřské škole Sviadnov	Hrávé rozvíjení ekologického, technického a vědeckého myšlení malých dětí
Pavel Pek	OKD, a.s.	SH ČMS - Sbor dobrovolných hasičů Orlová - Město	Mobilní útočiště
Radek Lipový	OKD a.s. Stonavská 2179 Doly 735 06 Karviná	Victory Havířov z.s.	POHYB, NÁPAD A SOUHRA, TO JE TANEC!
René Bulava	OKD a.s.	SH ČMS - Sbor dobrovolných hasičů Havířov Město	MINIhasiči v Havířově
Jiří Staněk	OKD	Beskydská amatérská hokejová liga, z.s.	Finálový den BAHL 2020
Eva Šimčíková	OKD a.s.	Městský dům kultury Karviná, příspěvková organizace	Taneční soustředění TK Arabesque
Miloslav Dušek	Green Gas DPB, a.s.	Spolek rodičů a přátel školy při ZŠ a MŠ ve Václavovicích	Dětské RADOVÁNKY 2020
Marek Springer	OKD, a.s.; Důl ČSM sever	Judo club Orlová z.s.	Posílujeme v Judo klubu Orlová 2020
Lukáš Nemeč	OKD a.s. Důl ČSM JIH	SH ČMS - Sbor dobrovolných hasičů Dolní Lutyně - Nerad	Dobývání družstev mladých hasičů
Radim Zucek	OKD, HBZS Ostrava	Pionýr, z.s. - 3. pionýrská skupina Orlová	Letní vodácký tábor 2020
Kamil Labudek	OKD	Škola Taekwon-Do ITF Karviná	8. ročník Ippon Cupu
Jan Chmiel	Důl Lazy	ADAM - autistické děti a my, z.s.	Sportovní kroužek pro děti s autismem
Ivan Tsiogangas	OKD, a.s.	ASOCIACE ŘECKÝCH OBCÍ V ČESKÉ REPUBLICE, z.s. - Řecká obec Karviná, pobočný spolek	Celostátní setkání seniorů Asociace řeckých obcí v České republice
Pavel Novotný	OKD a.s.	Městský sportovní klub Orlová, příspěvková organizace	Baseball JEDI!
Radim Pytlík	OKD, a.s.	Městský sportovní klub Orlová, příspěvková organizace	Orlovské kopačky
Miroslav Hanzl	OKD, a.s.	Městský sportovní klub Orlová, příspěvková organizace	Ledu se nemusíme bát
Viliam Egri	Důl Karviná	Junák - český skaut, středisko Evžena Cedomýra Karviná, z.s.	ŘÍM 2020
Svatopluk Foltyn	OKD, a.s. důl ČSM Jih	1. SFK Havířov, z.s.	Florbal na sídlišti mezi domy
Zdeněk Krčmář	OKD	Spolek POSEJIDON	Poznáváme region
Lukáš Hawlasek	OKD a.s. - Důl ČSM - sever	FK Baník Albrechtice z.s.	Albrechtický fotbalový kemp 2020
Jiří Jurčík	OKD, a.s.	SK BESKYD Frenštát p.R., z.s.	Sportuj s radostí
Radim Mazur	OKD, a.s., důl Darkov	1.FBC Karviná, z.s.	Vzdělávací víkendový kemp pro mládež v podhůří Beskyd
Vítězslav Šídelka	OKD	FK Chlebovice 1963 z.s.	Chlebovicé rodinné slavnosti
Pavel Záček	OKD, a.s.; Stonavská 2179, Doly, 735 06, Karviná	DON BOSKO HAVÍŘOV o.p.s.	Buď připraven se bránit
Václav Štefek	OKD, a.s.	Ski klub Kozlovice, z.s.	Beskydský pohár žáků ve skoku na lyžích (Turné čtyř můsteků)
Karel Lanzendörfer	Green Gas DPB, a.s.	Sportovní klub policie Ostrava, zapsaný spolek	Dětská letní škola "Aikido"
Luboš Kováč	OKD a.s.	Horolezecký oddíl Beskyd Karviná,z.s.	Horolezecké soustředění České Švýcarsko 2020
Michal Álló	OKD a.s., Karviná	Gymnastika M&E Havířov, z.s.	Pořízení oddílových kostýmů
Jan Jurásek	OKD, a.s.	Shotokan Karate Frýdek-Místek, z.s.	Výuka dětí a mládeže ve sportovní a tradiční formě KARATE stylu Shotokan podle SKIF
Petr Hrdina	OKD a.s.	Benjamín Orlová, z.s.	O.K. Dny pro rodinu
Markéta Špoková	Green Gas DPB, a.s.	Základní škola a Mateřská škola, příspěvková organizace	Příroda na dosah
Pavel Pabián	OKD, HBZS, a.s.	Jayman MMA fighting systems, z.s.	Sportovní vybavení
Marie Moravcová	Green Gas DPB, a.s.	PASKOV SAURIANS z.s.	Florbalové soustředění 2020
Miroslav Magej	OKD, a.s.	Základní škola F. Hrubina Havířov-Podlesí, příspěvková organizace	Opět vyhráváme s babičkou a dědečkem
Tomáš Pawlica	Green Gas DPB	SPMP ČR pobočný spolek Havířov	Rehabilitační víkendový pobyt pro osoby s mentálním postižením v horském prostředí, zaměřený na hiporehabilitaci
Jaroslav Hlavíčka	OKD, a.s. Důl Karviná	Český kynologický svaz ZKO Horní Suchá - 021	AGILITY HORNÍ SUCHÁ 2020
Petr Klímša	OKD a.s. Důl ČSM	Český svaz včelářů, z.s., základní organizace Těrlícko	Léčení včel v ZOČSV Těrlícko
Jaroslav Čechmánek	Green Gas DPB, a.s.	TJ Sokol Palkovice	Výuka tenisu pro veřejnost
Jiří Pešata	OKD, a.s.	Horolezecký oddíl Tatran Havířov, z.s.	Útek v řetězech - 12.ročník
Pavel Barabáš	OKD a.s.	Dechový orchestr Ostrava, spolek	Podpora mladých hudebníků Dechového orchestru Ostrava
Ivo Lajčok	Green Gas DPB, a.s. Paskov	Myslivecký spolek Václavovice u Frýdku-Místku, z.s.	Děti sází stromčeky, pro zajíce, srnečky
Jaroslav Provázek	OKD, HBZS	Kabal team Karviná z.s.	KaBaL International Karviná 2020