

KŘIVSOUDOVSKÝ ZPRAVODAJ



Vydává Úřad městyse Křivsoudova

vydání duben–červen 2024

UDÁLOSTI



Dětský karneval

2. března si děti v sokolovně zatancovaly a pobavily se na dětském karnevalu. Organizátoři děkují všem, kteří pomohli s přípravou a Duu Petronel za báječný hudební doprovod.



Foto: Dáda Krillová

V sokolovně na pohádce

7. dubna přijel do naší sokolovny divadelní spolek Mimochoodem Leděč nad Sázavou. Hráli pohádku, Líná Kuba, holé neštěstí.



Foto: Dáda Krillová

Pohlédnutí za dnem otevřených dveří ČOV Křivsoudov

Dne 9. 3. 2024 proběhl den otevřených dveří na nově zrekonstruované ČOV v Křivsoudově. Návštěvníci byli prováděni za odborného výkladu provozovatele ČOV Vodaku Humpolec, s.r.o. Celkově se přišlo podívat a něco nového dozvědět 29 občanů Křivsoudova. Doufejme, že nám všem bude ČOV dlouho a bez problému sloužit.

Jan Červený, starosta

Uklidíme Křivsoudov

12. dubna jsme prošli celý Křivsoudov a jeho okolí a uklidili jej od odpadků. A někdy to nebyly jen papírky či obaly od pití a jídla z nedalekých fast foodů, ale i větší odpad, jako pytle od písku či plastové desky. Na akci se podílelo více než 34 našich spoluobčanů. Poděkováním za čistou obec jim byla klobása a pivo v místní hasičské klubovně.



Zleva: Petr Novák (za provozovatele), Dan Jiránek (za Středočeský kraj), Vlastimil Šebesta (za provozovatele), Jan Červený (starosta městyse), Karel Viktora (za provozovatele)



Foto: Láďa Vacek

Velikonoční tvoření

Proběhlo v sobotu 23. března ve spolkovém domě. Na programu bylo pletení pomlázek, malování vajíček, výroba zvířátek ze sodového těsta, výroba mýdel a výrobků z papíru, malování perníčků, výroba velikonočních dekorací ze sena a papíru. Účast byla obrovská a děti i dospělí se dobře bavili. Vše doplnilo bohaté občerstvení a každý si domů odnesl krásné dekorace.



Foto: Lenka Vacková, Ivana Zelenková

Společenské odpoledne pro seniory

Letos se senioři setkali v sokolovně 6. dubna. Děti z MŠ Křivsoudov si pod vedením ředitelky Bc. Terezy Petrů, DiS., a učitelky Naděždy Vašíčkové připravily hezké vystoupení. Hasiči předvedli seniorům, jak si zlepšují výbavu, aby chránili společný majetek. Následovala hudba, dobré občerstvení a volná zábava.



Foto: Dáda Krillová

ZPRÁVY ZE ZASTUPITELSTVA

USNESENÍ Č. 1 ZE DNE 14. 2. 2024



Zastupitelstvo

a) Schvaluje:

1. rozpočtové opatření č. 1
2. smlouvu o dílo na asfaltování komunikací Křivsoudov druhou variantou, tj. 2× položení asfaltové vrstvy po 4 cm od firmy Colas CZ, a.s.
3. účetní závěrku MŠ Křivsoudov za rok 2023
4. rozdělení výsledku hospodaření MŠ Křivsoudov roku 2023 do fondů
5. nabídku Rudolfa Vendera na výměnu VO Křivsoudov
6. příspěvek na provoz fotbalového oddílu na rok 2024 ve výši 40 000 Kč formou veřejnoprávní smlouvy
7. příspěvek na provoz SDH Křivsoudov na rok 2024 ve výši 40 000 Kč formou veřejnoprávní smlouvy
8. finanční dar pro Centrum sociálních služeb Lukavec ve výši 2 000 Kč
9. schvaluje vyměnit okna na radnici za nová okna

b) Pověřuje pana starostu podpisem:

1. smlouvy o dílo na asfaltování komunikací Křivsoudov od firmy Colas CZ
2. smlouvy na výměnu VO Křivsoudov od Rudolfa Vendera
3. veřejnoprávní smlouvy pro FC Křivsoudov
4. veřejnoprávní smlouvy pro SDH Křivsoudov
5. darovací smlouvy pro Centrum sociálních služeb Lukavec
6. zajistit ještě jednu nabídku na výměnu oken na radnici
7. zajistit ještě jednu nabídku na zábradlí na kamennou zeď

c) Zamítá:

1. další změnu ÚP, neboť změna stávajícího ÚP právě proběhla. Žádost pana Filipa bude založena mezi požadavky na budoucí změnu ÚP a bude řešena při příštích změnách ÚP

d) Bere na vědomí:

1. kontrolu zápisu ze dne 11. 12. 2023

USNESENÍ Č. 2 ZE DNE 10. 4. 2024

Zastupitelstvo

a) Schvaluje:

1. rozpočtové opatření č. 2
2. nákup zábradlí z plotových polí Barcelona na kamennou zeď
3. nabídku na výměnu oken radnice od firmy Ladislav Černý, Vlašim, cena Kč 734 179,60 s DPH
4. smlouvu o budoucí smlouvě o zřízení věcného břemene a dohodu o umístění stavby č. IV-12-6034362 mezi Městyssem Křivsoudov a ČEZ Distribuce a.s.
5. smlouvu o budoucí smlouvě o zřízení věcného břemene a dohodu o umístění stavby č. IV-12-6010861 mezi Městyssem Křivsoudov a ČEZ Distribuce a.s., jedná se o pozemek parc. č. 2202/6 v kat. území Křivsoudov. Na pozemku bude umístěno kabelové vedení NN, kabelové vedení VN, uzemnění a prefabrikovaná distribuční trafostanice.
6. provozní řád spolkového domu č. p. 2
7. zvýšení úplaty za vzdělání v MŠ Křivsoudov na 500 Kč/školní měsíc od 1. 9. 2024
8. přerušování provozu MŠ v době letních prázdnin, a to od 15. 7. 2024 do 31. 8. 2024
9. výjimku z počtu dětí ve třídě na 28 dětí na školní rok 2024/2025 v MŠ Křivsoudov
10. koupi pozemku parc. č. 2389/48 o výměře 172 m² v kat. území Křivsoudov za cenu 100 Kč/1m²
11. opravu části komunikace ke Lhotě Bubeneč

č. parc. 29/17 a 29/54 ve výši do 599 000 Kč bez DPH od firmy Colas CZ a.s.

12. koupi kompresoru na čepování nápojů do spolkového domu

b) Nesouhlasí:

1. s prodejem koberce z bývalého víceúčelového hřiště

c) Pověřuje pana starostu podpisem:

1. smlouvy na výměnu oken radnice od firmy Ladislav Černý
2. smlouvy o budoucí smlouvě o zřízení věcného břemene a dohodu o umístění stavby č. IV-12-6034362 mezi Městyssem Křivsoudov a ČEZ Distribuce a.s.
3. smlouvy o budoucí smlouvě o zřízení věcného břemene a dohodu o umístění stavby č. IV-12-6010861 mezi Městyssem Křivsoudov a ČEZ Distribuce a.s.
4. provozního řádu spolkového domu č. p. 2
5. kupní smlouvy na koupi pozemku parc. č. 2389/48 o výměře 172 m²
6. na opravu části komunikace č. parc. 29/17 a 29/54

d) Bere na vědomí:

1. kontrolu zápisu ze dne 14. 2. 2024
2. umístění klimatizační jednotky na jižní fasádu štítu školky č. p. 172

ZPRÁVY Z RADNICE

NOVÉ VÍCEÚČELOVÉ HŘIŠTĚ V KŘIVSOUDOVĚ



V Křivsoudově je od 5. 3. 2024 nově otevřeno pro veřejnost víceúčelové hřiště. Jak už je psáno, hřiš-



tě je pro více druhů sportů, fotbal, tenis, basketbal, volejbal, různé druhy cvičení a jiné. Vstup na hřiště je pouze v tarfech nebo sálové obuvi. Hřiště je z důvodu udržování pořádku zamčeno, ale kdokoli z vás si může klíče půjčit po domluvě na obecním úřadě, od FC Křivsoudov, Pavla Zíky, Tomáše Součka, Vítka Macháčka, Jana Červeného, Marie Svobodové, Miroslava Pitráka. Hřiště lze využívat i ve večerních hodinách, kdy je možno použít osvětlení. V plechovém skladu vedle hřiště jsou potřeby pro vyjmenované sporty a vždy po ukončení hry je třeba potřeby zase vrátit zpět do skladu. Na hřišti zůstávají pouze branky na malou kopanou.

Přeji všem hodně sportovních zážitků a doufáme, že nám bude všem dobře a dlouho sloužit.

Jan Červený, starosta

KONTEJNERY NA BIO ODPAD

U sokolovny jsou nyní přistaveny dva kontejnery na BIO odpad.

- » Jeden je určen pro: křoví a větve.
- » Druhý je určen pro: hlínu, trávu, listí.

Úřad žádá občany, aby dodržovali toto dělení. Zjednoduší se tím další nakládání s odpadem a jeho recyklace.

Dále žádáme občany, aby v žádném případě nepálili tento odpad na svých pozemcích. Znečišťují tak životní prostředí nejen své, ale i svých spoluobčanů. Uvědomte si, prosím, že takové jednání je nezákonné. Viz občanský zákoník § 1013:

Vlastník se zdrží všeho, co působí, že **odpad, voda, kouř, prach, plyn, pach, světlo, stín, hluk, otřesy a jiné podobné účinky (imise) vnikají na pozemek jiného vlastníka (souseda) v míře nepřiměřené místním poměrům** a podstatně omezují obvyklé užívání pozemku; to platí i o vnikání zvířat. Zakazuje se přímo přivádět imise na pozemek jiného vlastníka bez ohledu na míru takových vlivů a na stupeň obtěžování souseda, ledaže se to opírá o zvláštní právní důvod.

SPOLKY

OCENĚNÍ ZA DLOUHOLETOU ČINNOST



SDH Křivsoudov ocenilo dlouholetou aktivní činnost svých členů. Oficiální poděkování a plaketu na hasičském plese slavnostně obdrželi:

Jaroslav Černota, Michal Černota a Zdeněk Jetel za 10 let činnosti, Marie Děkanovská, Jindřiška Ptáčková, Věra Roubychová, Ing. Lenka Vacková, Ivana Zelenková, Luboš Jantač, Miloš Kopecký a Roman Tulach ml. za 20 let činnosti, a Luděk Klenot za 30 let u dobrovolných hasičů.



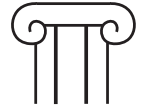
SBĚR ŽELEZNÉHO ŠROTU

Myslivecké sdružení KÁNĚ Křivsoudov provede **4. května 2024 v dopoledních hodinách** sběr železného šrotu

Pro bližší informace se můžete obrátit na Tomáše Součka, tel.: 777 200 778

HISTORIE

ROK 1945 v KŘIVSOUDOVĚ



Po šesti letech se mohli Češi konečně v květnu nadechnout svobody. Skončila druhá světová válka a život se mohl vrátit do normálních poměrů. Křivsoudovský kronikář napsal o roce 1945 následující:

Jaro bylo teplé a suché, léto mírné až na několik horkých dní na začátku. Podzim teplý a suchý, zima byla tuhá, ale krátká. Již koncem února bylo teplo.

8. března přišla do obce kontrola z Ledče nad Sázavou na brambory a obilí, komise skládala se z jednoho úředníka od Svazu družstev z Prahy, dvou úředníků z okresního úřadu v Ledči nad Sázavou, německého četníka – českého odrodilce, místního starosty J. Mendla a předsedy Svazu zemědělství a lesnictví A. Mareše z Křivsoudova. Komise pod hrozbami vynutila na lidech 263 q různého obilí, aniž by se byl starosta Mendl, aneb A. Mareš lidu zastal. Obilí muselo dle nařízení starosty Mendla být do 3 dnů dodáno hospodářskému družstvu v Čechticích. V obcích, kde starostové lhůtu dodání neurčili, jim obilí zůstalo, neboť Němci neměli už čas obilí vymáhat.

Již začátkem března projížděli zdejší obcí uprchlíci, Poláci a Němci ze Slezska a východní Moravy, které Němci z domovů vyhnali a jejich příbytky vypálili. Německá vojska prchala před ruskou armádou, která se již probojovala na východní Moravu a Slezsko. Prchající Němci pálili a ničili všechno, co jim stálo v cestě. Ve zdejší obci bylo 13. dubna ubytováno v sokolovně 120 uprchlíků. Okresní hejtman Dr. Kliment nařídil, aby byli co nejlépe ubytováni a živeni. K jejich ubytování musela každá rodina půjčit dobrovolně jednu postel. V obci zůstali jen 12 dní, neboť nechtěli vypomáhat ve zdejším velkostatku. Raději odjeli 25. dubna dál na západ.



Poslední výstřely druhé světové války v Evropě padly ve středních Čechách, mezi obcemi Slivice a Milín 11. května 1945

Po celý měsíc duben projížděli zdejší obcí Němci, kteří prchali před ruským vojskem. Ke konci dubna byli mezi nimi již i němečtí vojáci. A ještě ani kolony uprchlíků nepřešly, utíkala vítězná německá armáda několika proudy přes Čechy na západ.

5. května nechal farář Beneš zvonit všemi zvony z radosti nad vítězstvím nad Němci. To však bylo velmi předčasné. V té době volal čs. rozhlas zoufale o pomoc Praze. Matička Praha se statečně bránila zbytkům ozbrojených Němců, kteří přes kapitulaci velitele bojovali dále. Pravý mír byl teprve 9. května.

10. května v 7 hodin ráno přijelo do obce první auto s ruskými vojáky, kteří byli obyvatelstvem nadšeně uvítáni. Rudá armáda a část této ubytovala se v obci. Plukovní velitelství bylo ubytováno v bytě p. Tulacha v Občanské záložně. Po dobu jejich pobytu bylo v obci veselo a rušno. Jen několik občanů nebylo spokojeno, a to proto, že museli dodat dobytek a změnit koně. Dobytek byl jim hned proplacen, a to: hovězí 1 kg živé váhy 12 Kč a vepřové 20 Kč. Vyrovnaní za koně přišlo později.

Koncem dubna sestavil tajně zdejší správce školy J. Sůra národní výbor z těchto členů dobrovolně se hlásících: J. Sůra, F. Beneš, farář, J. Filip, vrchní strážmistr, J. Formánek, J. Čech strážmistr v. v., z hospodářů J. Sviták, J. Kamarýt, J. Kostka a J. Kalina za Bubeneč Lhotu. Schůze se odbývaly tajně večer na faře, nebo ve škole. Po vyhlášení míru převzal národní výbor obecní správu a 15. května sesadil starostu J. Mendla. Za předsedu národního výboru byl zvolen Josef Kamarýt. 20. května uspořádal místní NV slavnost na počest osvobození vlasti od Němců. Oslava započala průvodem občanů na náměstí, kde přednesl slavnostní řeč J. Sůra.

22. května odešla z Křivsoudova ruská armáda, pravděpodobně do Vídně.

26. května byl za přičinění faráře F. Beneše přivezen zvon Dominikán, který byl ze zdejšího kostela r. 1942 odvezen. 14. července byl opět pověšen a připraven k použití.

1. června byla vyhlášena mobilizace třech ročníků vojska, aby poznali nové zbraně.

8. srpna bylo 31 branců u lékařské prohlídky a byli všichni uznáni za způsobilé k vojsku.

9. srpna bylo vydáno nařízení ministerstva financí o přihlášení všech peněz. Vklady i peníze byly vzaty na vázaný účet. Staré peníze mimo kovových mincí přestaly být 1. listopadu platidlem a byly vydány nové papírové peníze, opět Kč.

8. října byly dekretem presidenta Dr. E. Beneše zrušeny všechny německé školy na území ČSR.

Po vystěhování Němců z českého i moravského pohraničí bylo toto prázdné území osídlováno českými lidmi z vnitrozemí. I z Křivsoudova a Bubeneč Lhoty odešli občané do pohraničí, celkem 17 rodin.

Letošního roku se narodilo v Křivsoudově a Bubeneč Lhotě 6 chlapců a 7 děvčat, zemřelo 9 mužů, 4 ženy a 2 děti. Z kroniky vypsal Jindra Svitáková, foto Jaroslav Houška

V roce 2022 se vytrídili Češi 1 065 311 tun obalových odpadů. Díky tomu jsme uspořili 335 mil. m³ vody, což je objem vodních nádrží Slapy a Vranov dohromady. Znamená to také energetickou úsporu ve výši 6 797 225 MWh, což je spotřeba všech domácností Karlovarského kraje. Dohromady se podařilo zrecyklovat nebo energeticky využít 81 % celkové produkce obalových materiálů. A díky tomu necháváme většinu evropských zemí za sebou.

Zopakujme si, kam co patří

Kontejner na plasty

ANO Fólie, sáčky, plastové tašky, sešlápnuté PET láhve, obaly od pracích, čistících a kosmetických přípravků, kelímky od jogurtů, mléčných výrobků, obaly od brambůrek, balící fólie od spotřebního zboží, obaly od CD disků a další výrobky z plastů. Pěnový polystyren v menších kusech.

NE Mastné obaly se zbytky potravin nebo čistících přípravků, obaly od žiravin, barev a jiných nebezpečných látek, podlahové krytiny či novodurové trubky.

Kontejner na papír

ANO Časopisy, noviny, sešity, krabice, papírové obaly, cokoliv z lepenky, knihy, obálky s fóliovými okýnkami, bublinkové obálky bez plastového vnitřku.

NE Uhlový, mastný, promáčený nebo jakkoliv znečištěný papír, použité dětské pleny, účtenky. Ale také ne: proložky od vajčiček, nevlhčené papírové kapesníčky, nemastný pečicí papír – tyto věci se dají zkompostovat.

Kontejner na sklo

ANO Jakékoliv sklo, například lahve, sklenice, tabulové sklo z oken a ze dveří. Pokud jsou vedle sebe zelený a bílý kontejner, vhazujeme do bílého čiré sklo a do zeleného sklo barevné.

NE Keramika, porcelán, autosklo, zrcadla, drátované sklo, zclacená a pokovovaná skla.

Kontejner na nápojové kartony

ANO Krabice od džusů, vína, mléka a mléčných výrobků.

NE Sáčky od kávy a potravin v prášku, nápojové kartony silně znečištěné zbytky potravin.

Kontejner na kovy

ANO Drobnější kovový odpad, jako jsou plechovky od nápojů a konzerv, kovové tuby, alobal, kovové zátky, víčka, krabičky, hřebíky, šroubky, kancelářské sponky a další drobné kovové odpady.

NE Plechovky od barev, tlakové nádoby od sprejů, domácí spotřebiče a zařízení složená z více materiálů.

Běžná popelnice na směsný odpad

ANO Popel z uhlí (studený), klasické žárovky, trus masožravých zvířat, silně mastné a znečištěné obaly, sáčky z vysavačů, roztrhané, silně znečištěné textilie a obuv, účtenky a jiný speciální papír, zbytky kostí a masa, dámské vložky, pleny, použité hygienické pomůcky (kartáčky, zubní nit, žínky, tampóny apod.), smetí, CD, diskety, kazety.

NE Vše, co patří do tříděného odpadu, a dále: popel z dřevěného uhlí (patří na kompost), elektrospotřebiče, stavební suť, jedlý olej, tráva, listí, větve (BIO odpad), baterie a akumulátory, zářivky a výbojky, staré léky.

Tipy

- » abyste se zvláště v létě vyhnuli nepříjemnému zápachu, vyhazujte odpad v uzavřených sáčcích (například kosti, zbytky masa apod.),
- » do popelnice či kontejneru nepatří nebezpečné odpady nebo neznámé látky (ty pokud možno s obalem odevzdejte ve sběrném dvoře).

ČÍM SI NEJČASTĚJI NIČÍME ODPADY?

Když nyní máme v Křivsoudově renovovanou čističku odpadních vod, měli bychom vědět, co do vodovodního odpadu patří a co ne.

Existuje celá řada věcí, které do vodovodního odpadu nepatří, a přesto v odpadních systémech domácností pravidelně končí. Podle odborníků se v odpadech často najdou i zbytky stavebních materiálů, mobilní telefony, houbičky na nádobí či úklidové hadříky. Výjimkou nejsou ani boty či chemikálie.

Co jsou největší nepřátelé vodovodního odpadu?

Vlhčené ubrousky, vatové tampony, vlasy: způsobují ucpání potrubí, přetížení elektromotorů v čističce

Kam patří: do směsného komunálního odpadu

Oleje a tuky: usazují se v potrubní trase a hydraulice čerpadel, ztuhlé tuky je velmi složité z potrubí odstranit.

Kam patří: do speciálního kontejneru v tříděném odpadu, část se jich dá kompostovat.

Zbytky jídel: zahnívají v soustavě, tvoří se škodlivé bakterie a metan.

Kam patří: buď do směsného odpadu, nebo některé z nich (ovoce, zelenina apod.) na kompost.

Písky, kamínky, kusy omítky: ty, které se dostanou až k čerpadlům, poškozují jejich oběžná kola a hydrauliku.

Kam patří: do sběrného dvora.

Chemikálie a léky: znehodnocují odpadní vody, špatně se odstraňují a způsobují koroze potrubního systému a čerpadel.

Kam patří: nepotřebné a prošlé léky odevzdat do lékárny, chemikálie do sběrného dvora.

J. Svitáková, zdroj: stavebniserver.com

ZMĚNA KOMPETENCÍ ČESKÉ INSPEKCE ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ OD 1. 1. 2024

V souvislosti se změnou zákona o ochraně přírody a krajiny již České inspekci životního prostředí nepřísluší od 1. 1. 2024 žádné kontrolní kompetence ve vztahu k fyzickým osobám nepodnikajícím. Tuto kompetenci mají nadále obecní úřady obcí s rozšířenou působností, krajské úřady a ostatní orgány ochrany přírody.

Mezi nejčastější přestupky patří kácení či poškozování dřevin rostoucích mimo les, zásahy do přirozeného vývoje či biotopů zvláště chráněných druhů rostlin a živočichů, odstraňování či ničení hnízd, škodlivé zásahy do významných krajinných prvků (lesů, rašelinišť, vodních toků, rybníků, jezer): umis-

tování staveb, pozemkové úpravy, změny kultur pozemků, odvodňování pozemků, úpravy vodních toků a nádrží.

V situacích, kdy existuje podezření na poškozování přírody a krajiny, doporučuje inspekce obracet se přímo na příslušná oddělení těchto úřadů.

OHLÉDNUTÍ ZA MINULÝM ROKEM V OCHRANĚ FAUNY ČR

Sezóna 2023 je za námi a jako každá předešlá, i ta letošní s sebou přinesla nové výzvy.

V uplynulém roce jsme v našich návštěvnických centrech Hrachov u Sedlčan a Motýláríum Votice přivítali bezmála 5 500 návštěvníků, kteří k nám chodí hlavně za poznáním. V době otvíracích hodin se těmto návštěvníkům vždy věnují průvodci, kteří návštěvníka provedou expozicí a o každém chovaném druhu řeknou krátkou zajímavost. Kromě prohlídek pro veřejnost připravujeme i programy pro MŠ, ZŠ a SŠ, v rámci těchto prohlídek za námi loni přijelo okolo 3 000 žáků.



Uskutečnili jsme přes 600 výjezdů, přijali bezmála 800 zraněných volně žijících živočichů a následně vypustili okolo 60 % z nich. Bohužel, jsme se i v loňském roce setkali s mnoha případy, kdy byl odběr z přírody zbytečný, a proto bychom rádi apelovali na čtenáře, aby se nesnažili vše hned „zachraňovat“ a v případě nálezu kontaktovali záchranou stanici, která jim poradí, jak dále postupovat.

Stovkám zvířat v nouzi můžeme každoročně pomáhat díky dárcům. Finanční prostředky lze darovat prostřednictvím DMS, přímo na náš účet, nebo je možné stát se patronem některého z hendikepovaných zvířat umístěných v naší záchrané stanici tím, že materiálně a finančně přispějete na jeho chov, zdravotní péči a výživu. Každá koruna pomáhá. Děkujeme za dosavadní podporu naší činnosti všem obcím i soukromým dárcům.

Návštěvnická sezóna 2024 u nás začala o víkendech v druhé polovině března. Od dubna do listopadu máme otevřeno každý den a návštěvníky čekají různé akce pro veřejnost, jako jsou přednášky, semináře, příměstské tábory nebo akce pro děti. Také svou návštěvou nám pomůžete v péči o zraněné živočichy ze Středočeského a Jihočeského kraje, dozvíte se plno zajímavostí a uvidíte zachráněná zvířata na vlastní oči.

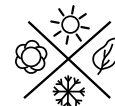
Nejaktuálnější informace o připravovaných akcích najdete na našem Facebooku Ochrana fauny ČR, Instagramu ochrana_fauny a webových stránkách ochranafauny.cz.



Foto: archiv Ochrana fauny ČR

INSPIRACE

DERMATOLOGOVÉ RADÍ, JAK SE NESPÁLIT



Mnozí z nás se těší na krásné letní opálení. Ale pozor, abyste se místo do hněda nezbarvili do červena. A to jak u moře, tak u rybníka či na koupališti. Při slunění je nutné dodržovat následujících sedm rad:

1. Používání krémů s vysokým ochranným faktorem: jaký stupeň ochranného faktoru zvolit, záleží na fototypu. Jedinci s fototypem I by se měli chránit nejvyšším faktorem, označeným 50+, který obsahuje nejvyšší ochranný filtr proti UVA i UVB záření. Pro fototyp II se hodí přípravky s faktorem od 30+ do 50+ a pro fototyp III, který je v Česku nejrozšířenější, se doporučuje faktor od 20+ do 30+.
2. Nedoporučuje se opalovat přes poledne mezi 11. a 15. hodinou. V Čechách u rybníku při opalování pro začátek zvolit faktor 20+, u moře minimálně 30+, postupně ho lze snižovat, ale jen při nespálení.
3. Opalovací přípravek nanášet ve dvou vrstvách – pozornost věnovat partiím, jako je nos, uši, rty. Nezapomínat mazat místa kolem okraje plavek, klíční kosti či hřbety rukou. Na celé tělo použít asi 30 gramů, což je cca 6 čajových lžiček krému.
4. Ochrana očí a vlasů: používat brýle s tmavými skly a slunečními filtry. Pro vlasy existují speciální přípravky s ochranným filtrem a reparační oleje, do kterých se přidávají další výživné látky.
5. Pozor na citlivá místa: místa s tenkou kůží, jako je nos, uši, hrudník, která nemají ani minimální ochrannou pigmentovou vrstvu, je třeba mazat obzvláště vysokým ochranným faktorem.
6. UVA i UVB záření proniká i pod vodní hladinou. Je proto vhodné používat krémy vodě odolné. Ty poskytnou ochranu po dobu 40–80 minut při pobytu ve vodě. Ochrannou vrstvu krému je třeba obnovit asi každé dvě hodiny, nejenom po koupání.
7. Děti do dvou let věku by se slunit neměly vůbec. Je třeba je chránit tričkem, košílkou, kšiltovkou či kloboučkem a brýlemi proti slunci. Pro děti existují speciální ochranné prostředky, které se použijí předtím, než se vyjde na slunce.

Krásnou letní dovolenou!

Ila Sůrová

VAŘÍME

ČARODĚJNÉ POKRMY

Čarodějnické menu filipojakubské noci tvořily u našich předků koláčky s mákem, boží milosti, pečené kuře, česnek a cibule. Nesměl chybět ani tzv. mrváň – dnes zapomenuté pečivo z kynutého těsta, které dříve provázelo každý obřad od zrodu do smrti, léčili se jím choří a jeho pomocí se věštila dokonce i budoucnost. A samozřejmě také medovina a pivo. Připravte si čarodějnický recept a užijte si svátek nejen zaháněním zlých sil a vítáním světla, ale také dobrým jídlem a pitím.

Kuřecí křídla na česneku a cibuli

6 kuřecích křídel, 3 cibule, 1 hlava česneku, 50 g slaniny, 3 plátky másla, sůl, mletá pálivá paprika, 1 červená řepa, 2 střední brambory

Pekáček vymažeme máslem a na dno nasypeme nakrájenou slaninu. Kuřecí křídla omyjeme, osolíme, posypeme paprikou a naklademe do pekáčku. Mezi křídla naklademe oloupanou a na čtvrtky nakrájenou cibuli,

asi 5 celých stroužků česneku a zbylé stroužky oloupané, nakrájené na silnější plátky, oloupané a na větší kostky nakrájené brambory a červenou řepu. Přiklopíme nebo přikryjeme alobalem a pečeme asi 40 minut při 160 °C. Pak odkryté dopečeme, až jsou křídla pěkně zlatavá. V případě potřeby trochu podlijeme vodou nebo vývarem.

Připravila a vařila: Jindra Svitáková



BLAHOPŘEJEME JUBILANTŮM

V KVĚTNU OSLAVÍ ŽIVOTNÍ JUBILEUM TITO OBČANÉ



Zbyněk Bašta

60 let

Marta Sekerová

84 let

Božena Smítková

80 let

Marie Toulová

84 let

PODĚKOVÁNÍ

Děkujeme všem, kteří se dne 1. 3. 2024 přišli rozloučit s naším drahým zesnulým Jaroslavem Hrabalem.

Rodina Hrabalova