



LOUČOVICKÝ ZPRAVODAJ



**POKUD ČEŠI NAZAČNOU VÍČ TRÍDIT, SBĚR
SE ZDRAŽÍ, ŘÍKÁ MINISTERSTVO**

strana 7



Místní poplatky 2019

strana 3



3. kolo kotlíkových dotací

strana 8



Soutěž

strana 15

Vážení čtenáři...

Máme tu druhé vydání zpravodaje v tomto roce a opět plné zajímavých témat. Já osobně bych vypíchl téma odpadů. Je jisté, že snahou společnosti je snížit počet vyprodukovaného odpadu, hlavně toho komunálního. Jeho objem rok od roku roste, což samozřejmě vede k jeho zdražování. Za pár let se dokonce dočkáme toho, že skončí skládky komunálního odpadu jako takové a veškerý odpad bude směřovat do třídiček a spaloven. To povede ještě k výraznějšímu zdražení, kterému se nevyhneme. Ovšem správným tříděním můžeme jako občané přispět k tomu, aby to nebylo tak markantní.

A proč o tom píší? Není tajemstvím, že zastupitelstvo obce se věnuje tomu, zda přistoupit k nepopulárnímu kroku a zvýšit poplatek za svoz odpadu. Obec doplácí na každého občana velkou částku, což vede k tomu, že finance se nedostávají v takové míře na jiné položky rozpočtu. A také není tajemství, že v naší obci jsou poplatky za svoz odpadu v minimální výši. Takže nechceme-li, aby zdražení poplatku bylo výrazné, je třeba se zlepšit v třídění odpadu. Nejsme na tom jako obec zle, ale mohlo by být lépe.

Po několika měsících také najdete v tomto vydání soutěž o lístky na vystoupení komika Lukáše Pavláška v Českém Krumlově. Tímto bych velmi poděkoval mediálnímu partneru vystoupení a partneru soutěže – Českokrumlovské televizi.

František Fazekas

Uzávěrka příštího čísla:

15. 2. 2019



Blahopřání

V únoru oslaví své krásné jubileum

paní **CRKVOVÁ MARIE**
GINZELOVÁ HANA
JUNGSCHAFFEROVÁ TATJANA

pan **DOBIÁŠ FRANTIŠEK**
PRÁZDNÝ KAREL
SYŘIŠTĚ IVAN
VALÍČEK JAN

Všem výše uvedeným přejeme vše nejlepší, plno životních radostí a mnoho dalších let spokojeného života.



LOUČOVICKÝ ZPRAVODAJ

periodický tisk územního samosprávného celku obce Loučovice

Vydává: Obec Loučovice, IČ: 00245984, Registrační značka: MK ČR E 22951, Datum vydání: 25. 1. 2019

Odpovědný redaktor: František Fazekas, Adresa redakce: OÚ Loučovice, 382 76 Loučovice 51,
e-mail: zpravodaj@loucovice.info, tel.: 380 748 115, Tisk: Typodesign s.r.o., Č. Budějovice.

Distribuce: OÚ Loučovice.

Vydavatel není odpovědný za obsah a pravdivost otištěných inzerátů a vyhrazuje si právo nezveřejnit inzerát/článek, který by jej poškozoval nebo byl svým obsahem protizákonný. Vychází 12x ročně nákladem 800 ks.

VÝŠLAP K RYBNÍČKU - SILVESTR 2018



Den 31.12.2018 v 10:01 hod. se naše hojná skupina, jako již tradičně sešla a vydala směrem k rybníčku Suchá hráz. Pěší výšlap se s několika přestávkami a častou změnou zimního počasí velice vydařil. Uctění památky našeho bývalého pana starosty Pavla Sládka vyšlo, co se týče mé osoby, opět na výbornou. Další komentář není třeba, více viz. foto, které mluví za vše... Určitě se i v tomto roce opět sejdeme.

Za všechny zúčastněné s pozdravem pevného zdraví v roce 2019

- Alena Ehlová -

MÍSTNÍ POPLATKY 2019

Obec Loučovice má Obecně závaznou vyhláškou stanoven výběr těchto poplatků:

Poplatek ze psů

- za psa chovaného v domech se dvěma a více byty - 500,- Kč (za prvního psa), 750,- Kč (za druhého a každého dalšího psa)
- za psa chovaného v rodinném domku - 150,-Kč (za prvního psa), 225,- Kč (za druhého a každého dalšího psa)
- za psa chovaného v kat. území Dvorečná, Kapličky, Mnichovice a osadě Přední Loučovice - 100,-Kč (za prvního psa), 150,- Kč (za druhého a každého dalšího psa)
- za psa chovaného držitelem, který je poživatel invalidního, starobního, vdoveckého nebo vdovského důchodu - 200,-Kč (za prvního psa), 300,- Kč (za druhého a každého dalšího psa)

Poplatek je splatný nejpozději do 31.3. příslušného kalendářního roku.

Poplatek za lázeňský nebo rekreační pobyt

- sazba poplatku 15,- Kč za osobu

Ubytovatel odvede poplatek správci poplatku nejpozději do 15 dnů po uplynutí každého pololetí příslušného kalendářního roku.

Poplatek za ubytovací kapacity

- sazba poplatku činí za každé využití lůžko a den 2,-Kč

Ubytovatel odvede poplatek správci poplatku nejpozději do 15 dnů po uplynutí každého pololetí příslušného kalendářního roku.



Poplatek za užívání veřejného prostranství

sazba poplatku se počítá za každý započatý m2 a každý započatý den

- umístění dočasných staveb a zařízení sloužících pro poskytování služeb - 2,-Kč
- umístění zařízení pro poskytování prodeje - 50,-Kč
- umístění stavebního zařízení - 3,-Kč
- umístění reklamního zařízení - 2,-
- umístění zařízení lunaparků a jiných obdobných atrakcí - 10,-Kč
- umístění zařízení cirkusů - 10,-Kč
- umístění skládek - 10,-Kč
- za užívání veřejného prostranství pro sportovní akce - 5,-Kč
- za užívání veřejného prostranství pro reklamní akce - 5,-Kč
- za užívání veřejného prostranství pro potřeby filmových a televizních děl - 5,-Kč

Poplatek je splatný nejpozději v den zahájení užívání veřejného prostranství.

Poplatek za provoz systému shromažďování, sběru, přepravy, třídění, využívání a odstraňování komunálních odpadů

- sazba poplatku 500,-Kč

Poplatek je splatný jednorázově a to nejpozději do 30. 6. příslušného kalendářního roku.

Nebudou-li poplatky zaplacený včas nebo ve správné výši, vyměří obecní úřad poplatek platebním výměrem. Včas nezaplacené poplatky může obecní úřad zvýšit až na trojnásobek.

Poplatky je možné hradit hotově v pokladně obce Loučovice, nebo převodem z účtu.

Bližší informace Vám sdělí pověřená úřední osoba na telefonním čísle 380 748 115, nebo 723 091 544. Doporučujeme všem poplatníkům, aby si doklady o zaplacení uchovávali a nevyhazovali jej.

- Jana Račáková, místní poplatky -

VÝPIS USNESENÍ ZE ZASEDÁNÍ ZASTUPITELSTVA OBCE LOUČOVICE KONANÉHO DNE 8. PROSINCE 2018 OD 10:00 HODIN V ZASEDACÍ MÍSTNOSTI OBECNÍHO ÚŘADU LOUČOVICE

Zastupitelstvo obce **schvaluje:**

Usnesení č. 127/2018

Ověřovatele zápisu: Rudolf Greschner a Miloslav Hüttner.

Usnesení č. 128/2018

Program dnešního zasedání doplněný o organizační směrnici č. OS-2/2018 o zadávání veřejných zakázek malého rozsahu (bude projednáno v bodu Různé-diskuze).

Usnesení č. 133/2018

Zřízení 1 pracovní pozice pro úředníka územně samosprávného celku.

Usnesení č. 134/2018

Organizační směrnici č. OS-2/2018 o zadávání veřejných zakázek malého rozsahu.

Zastupitelstvo obce **neschvaluje:**

Usnesení č. 129/2018

Obsazení dvou pracovních pozic na obecním úřadu úředníkem územně samosprávného celku – agenda bytová správa, mzdové účetnictví a agenda po tajemníkovi obecního úřadu, dále pověřením člena zastupitelstva zpracování nové organizační struktury obecního úřadu.

Usnesení č. 130/2018

Zachování místa tajemníka obecního úřadu.

Zastupitelstvo obce **ruší:**

Usnesení č. 132/2018

Usnesení č. 112/2018 ze dne 26. 11. 2018.

Zastupitelstvo obce **ukládá:**

Usnesení č. 131/2018

Starostovi obce a místostarostce obce předložit do konce ledna 2019 návrh organizační směrnice – Organizační řád obecního úřadu (bez obsazení funkce tajemníka obecního úřadu, ale zřízení jedné pracovní pozice pro úředníka územně samosprávného celku).

VÝPIS USNESENÍ ZE ZASEDÁNÍ ZASTUPITELSTVA OBCE LOUČOVICE KONANÉHO DNE 17. PROSINCE 2018 OD 17:30 HODIN V ZASEDACÍ MÍSTNOSTI OBECNÍHO ÚŘADU LOUČOVICE

Zastupitelstvo obce **schvaluje:**

Usnesení č. 135/2018

Ověřovatele zápisu: Jiří Hošek, Miloslav Hüttner.

Usnesení č. 136/2018

Program dnešního zasedání doplněný o (vlo-
ženo do bodu č. 5 – Různé-diskuze):

- Střednědobý rozpočtový výhled obce
- Rozpočet sociálního fondu obce na rok 2019
- Žádost o byt p. Jochmannová
- Žádost o byt p. Hnát
- Žádost o souhlas zřizovatele
- Rozpočet ZŠ Loučovice 2019

Usnesení č. 137/2018

Rozpočet obce na rok 2019.

Usnesení č. 138/2018

Střednědobý rozpočtový výhled obce na rok 2019 – 2023.

Usnesení č. 139/2018

Rozpočet sociálního fondu obce na rok 2019 – příjmy 433289,90 Kč, výdaje 433289,90 Kč.

Usnesení č. 140/2018

Žádost o byt p. Jochmannové na byt na č. p. 7 po p. Šindelářovi.

Usnesení č. 141/2018

Žádost o byt p. Hnáta na byt č. 9 na č. p. 60.

Usnesení č. 142/2018

Žádost o souhlas zřizovatele s přijetím účelově určeného finančního daru od WOMEN FOR WOMEN, o.p.s., v rámci projektu obědy dětem v celkové částce 29 972,-Kč.

Usnesení č. 143/2018

Rozpočet ZŠ Loučovice na rok 2019.

POZNÁMKA:

Úplný zápis je ve smyslu ust. § 95 odst. 5 zákona o obcích uložen na obecním úřadu k nahlédnutí.

Obecní úřad je na požádání povinen umožnit občanům nahlédnout do zápisu ze zasedání zastupitelstva obce.

JEZERNÍ PENZION, Hůrka 52,
Horní Planá, přijme
zaměstnance/brigádníky na
pozice:
POKOJSKÁ – nástup IHNEJ.
Servírka/čistič, pomocná síla
úklid/kuchyň,
údržbář.
Možno i páry. Nástup od března
2019.

Zájemci volejte na tel.:
602 159 506, 601 386 929

DENTAL KLINIK s.r.o.
Vyšší Brod

Přijmeme dentální hygienistku
na zubní kliniku do Vyššího
Brodu.

Pracovní poměr na zkrácený
úvazek dle dohody.
Telefon 380 746 276
e-mail: recepce@zahnpraxis.cz

MYDVAARCHITEKTI.CZ

ARCHITEKTONICKÝ ATELIÉR,
PROJEKCE, NÁVRHY INTERIÉRŮ,
INŽENÝRING, NZÚ

Ing. arch. Iveta Svobodová
728132161
Ing. arch. Jakub Pubal
724606304

O POTRAVINÁCH BUDOUCÍCH



Nepochybně jste už zažili náladu, kdy jste měli na něco neodolatelnou chuť, že. Tyto signály většinou naznačují, že něco není s vašim biologickým ústrojím v pořádku, což znamená, že tělo cosi potřebuje. Ve většině případů jde o látky ovládající tělesné funkce lidského ústrojí.

V tomto směru je velice důležité, porozumět svému apetitu a potřebám těla, protože to jsou významné indikátory, obsluhující biologickou vyrovnanost lidského soustrojí. Pakliže nalijete do svého vozidla jiný motorový olej, než je předepsán výrobcem, riskujete tím citelné snížení výkonu motoru auta. Obdobně je tomu s naším tělem, když se mu poskytne to, co potřebuje a žádá, potom obdržíte více energie a vitality, kterou jistě ocení vaše psychika, o lepším zdravotním stavu ani nemluvě.

Jak lze jednotlivé chutě specifikovat?

Na sladké máme většinou chuť, pokud máme deprese, nebo jsme energeticky vyčerpaní. Když máme potřebu sáhnout po sladkém, tak to většinou signalizuje nízkou hladinu krevního cukru. Jakmile si dopřejete trochu sladkého, automaticky se vám tím zvedne hladina serotoninu, což vám zlepší náladu a budete se cítit dobře. Jakmile pocítíte chuť na slané, znamená to, že jde o projev deficitu minerálů. Konkrétně některé studie prokázaly, že touha po slaném jídle souvisí s nedostatkem vápníku. Chuť na slané rovněž prozrazuje, že tělo postrádá vodu. Díky tomu, že sůl v těle zadržuje tekutiny, tak tím vzniká chuť na slané. Z toho lze samozřejmě usoudit, že když pocítíte nutkání zakousnout se do něčeho slaného, uděláte lépe, když si místo toho dopřejete sklenici čisté vody, která vás osvěží a zároveň hydratuje. Kyselá chuť je většinou zapříčiněna chybějícím hořčíkem, to může upozornit na možné problémy se slinivkou. Jinak kyselá chuť podporuje trávení, ale i játra nebo žaludek. Jestliže máte potřebu sáhnout po hořkém, pak je zřejmé, že tělo potřebuje detoxikovat. Hořké totiž napomáhá očistě těla, ředí krev a má pozitivní účinky na činnost srdce.

Civilizační nemoci jsou výsledkem nedostatku

Zvýše uvedeného je patrné, že je smysluplné naslouchat vnitřnímu hlasu těla, ale i jeho přirozeným instinktům, na rozdíl od komerčních reklam, které se snaží vědomí a rozum člověka - zákazníka, jakkoliv obalamutit.

Pokud se budete řídit reklamními spoty, při nichž jsou spotřebitelům nabízeny zdánlivě nejvyšší kvalita potravin, můžete si být jisti tím, že se nevyhnete různým neodolatelným chutím, a to znamená, že se vám nedostává potřebných vitálních látek a minerálů, které vaše tělo nepochybně potřebuje.

Na reklamní vlně je většina společnosti dnes závislá, proto se nedivme tomu, že jíme nezdravě, opomíjíme tradiční české pokrmy, které nás od nepaměti ochraňují před nejrůznějšími chorobami, jež se v těchto časech rozšířily do epidemických měřítek.

Bolestem kloubů musí dnes čelit patnáct procent obyvatel, nejvíce však tyto potíže postihují věkovou skupinu nad šedesát pět let. Jenomže problémy s klouby už mají dokonce i nejmladší generace, a to je velice znepokojující fakt, jenž cosi vypovídá o tom, že současný člověk postupně přichází o bezbolestný pohyb.

Co je ale příčinou tohoto nárůstu s kloubními onemocněními, které ohrožují náš pohybový aparát? Kupříkladu artróza postupně narušuje pokrývku kloubu, čímž je chrupavka, která když se poškodí, tak způsobuje nesnesitelnou bolest.

Kvůli moderním výtvarným, co nám dnes ulehčují život, přicházíme zbytečně o potřebný pohyb, s nímž také souvisí funkce kardiovaskulárního systému, taktéž potíže s klouby, proto zijeme pohodlněji, nicméně ve spěchu a v bolestech!

Se spěchem souvisí povaha našeho vyživování, tudíž současné pokrmy lze přirovnat k fastfoodové kultuře stravování, čímž je rychlé občerstvení, které je typickou ukázkou dnešního uspěchaného věku. Fastfoodoví konzumenti by tedy měli vědět, že jim ve spěchu přípra-

vené jídlo může přivodit deprese, obezitu s bolestmi kloubů a omezeným pohybem.

Z tohoto úhlu pohledu hledejme za vším zlem, nynější uspěchanost, neboť ta nás okrádá o pocit klidu a volný čas, ale i o harmonický život, který je nezbytný pro psychickou pohodu člověka.

To, co by měla naše výživa (jídlo) obsahovat, záměrně se z našich potravin odstraňuje (!), aby to, co se již jednou odebralo, se mohlo znovu a navíc s vysokou marží prodávat. Dobrým příkladem jsou v tomto směru mléčné výrobky. Nízkotučným produktům se odnímá nejvyšší tuk, který se znovu přidává jako obohacující složka do jiných potravinových produktů.

Tyto odejmuté tuky se pak přidávají do zmrzlin a majonéz, omáček, zahušťovadel apod. Ačkoliv jsou nízkotučné mléčné výrobky považovány za přínosné pro zdravou a štíhlou linii, zejména u žen podle vědců z Harvardské univerzity, mohou způsobit neplodnost. S těmito výrobními metodami se můžeme setkat, téměř ve všech potravinářských oborech.

Živiny jsou zdrojem života

Následky těchto zásahů nejsou vskutku zanedbatelné! Potravinářství kvůli těmto úpravám postrádá vlákninu, minerály a enzymy, alkalické sloučeniny snižující kyselost přijímaných živin atd., čímž dochází k nadměrné konzumaci jakékoliv stravy a přejídání, poněvadž nevědomě hladovíme, a to je kámen úrazu současných prodávajících potravin.

Díky tomu jsme postiženi takzvanou obezitou z hladu, která jde ruku v ruce s nárůstem diabetu a jiných civilizačních nemocí! Z tohoto důvodu je celá naše společnost churavá, a to může vést ke zvýšení počtu psychických poruch! Domníváte se snad, že vzestupný trend vybržděných řidičů na dálnicích a silnicích, jsou odrazem dobrého duševního stavu našeho obyvatelstva?

Na těchto výše uvedených příkladech lze ukázat, že dnešní potraviny jsou ochuzené o výživové prvky, co odedávna lidstvu poskytují, mladost a zdraví nezatiženého bytí. Nadarmo se neříká: „Ve zdravém těle panuje zdravý duch!“

To, že je naše strava fakticky vykradená o nejdůležitější živiny, rozhodně dokazuje chování osvědčených lékařů, kteří svým pacientům kromě léků, často doporučují doplňky stravy, třeba na zmiňované kloubní bolesti! Z takovýchto doporučení lze vytušit, že níže uvedené složky a preparáty by měly být součástí našich pokrmů a jídla, jinak bychom je nemuseli doplňovat, pokud jsou tyto živiny v naší stravě obsažené?

Pozn. Živiny jsou látky organického charakteru s vyšším obsahem energie, a zajišťují heterotrofním organismům přísun stavebních látek z vnějšího prostředí. Mezi základní živiny patří sacharidy, tuky a bílkoviny.

Draze nakupujeme to, co by mělo být v jídle obsažené:

- Glukosamin sulfát – základní látka pro tvorbu šlach, vaziva a kloubních chrupavek.
- Chondroitin sulfát – je důležitou součástí mezibuněčné hmoty kloubní chrupavky, která má mimořádnou schopnost vázat vodu. Zabezpečuje tedy elasticitu a dlouhodobou funkčnost chrupavky.
- MSM (metylsulfonylmetan) – je významným zdrojem organické síry a je důležitý pro tvorbu kolagenu, chrupavčité a kostní tkáně. Kromě toho má analgetické a antiflogistické účinky, působí tedy proti bolesti a zánětu.
- Esterifikované mastné kyseliny – podporují zdraví a pohyblivost kloubů, potlačují zánět.
- Kyselina hyaluronová – je hlavní složkou kloubní tekutiny, která promazává kloub a tím snižuje tření kloubních ploch.
- Rostlinné extrakty např. z kůry boswellia serrata, zázvor, africká tradiční bylina harpagophytum procumbens – mají větší protizánětlivé účinky a pomáhají ulevit od bolesti.

Kvůli tomu, že naše strava neobsahuje výše popisované látky a substance, tak nevědomě hladovíme, výživově strádáme, a to se podepisuje na podlomeném zdravotním stavu české populace. Jakmile se znovu vrátím k úvodnímu problému, tedy proč v naší společnosti přibýlo tolik postižených lidí s chronickým kloubním onemocněním, s ohledem na výživu našich předků pochopíme, že nejíme vůbec želatinu! Co je to želatina? Možná to bude znít drsně, někomu i nechutně, ale želatina je v podstatě jemný kliš, který se vyrábí z vyvařených šlach, kůží a kostí bohatých na kolagen. Vařením se kolagen přeměňuje na glutin, což je látka s rosolovací schopností, která je základní stavební složkou želatiny.

Pakliže se vyživujete rostlinnou stravou, tak v tom případě mohou vegetariánům doporučit alternativu v podobě mořské řasy AGAR-AGAR. Ovšem nejvyšší kvalitu želatinu můžete získat z vlastnoručně vykrmeného prasete, pokud si uděláte domácí huspeninu. V tradičních českých produktech je želatina hojně zastoupena, ať už ve zmiňované huspenině nebo tlačence.

Dnes je bohužel taková doba, v níž mladí lidé přestávají jíst českou klasiku, zřejmě kvůli tomu, že to není in, tedy v kurzu! Jistě se nelze divit, že následky na sebe nenechají dlouho čekat, proto se musí s bolestivými klouby potýkat již dvacetiletí pacienti.

Chemie v jídle

Navzdory tomu, že jsou výživové trendy postaveny na důvěryhodných argumentech, jestli se jimi budeme řídit, postihnou nás takové

nemoci, o nichž naši předci neměli sebemenší potuchy.

Je dobré vědět, že v obchodních řetězcích prodávané potraviny, postrádají živiny, o nichž jsem referoval výše, místo toho jsou dochucovány konzervanty a stabilizátory, tedy potravinářskou chemií, která vylepšuje aromatické vlastnosti a především trvanlivost produkovaných potravin a polotovarů.

Pomalou, zvláště pak postupně si navykáme na tyto přidané látky, zatímco chemií nedotčenou potravu, z důvodu nedoceníení a pod přesvědčivou technikou marketingu, zcela dobrovolně opomíjíme!

O to víc je pro každého spotřebitele prospěšné, aby věděl, co jeho oblíbené špekáčky nebo sušenky, obsahují či neobsahují. Do našich potravin se stále častěji přidávají syntetická barviva, která zakrývají zjevné nedostatky u průmyslově zpracovaných potravin.

Čím víc jsou zpracované potraviny barevnější, o to víc mohou být škodlivější! Pokud budou naše pokrmy obsahovat čistě přírodní ingredience, čímž je přírodní koření, jako je například šafrán nebo kurkuma, případně šťávy z různých plodů (červená řepa či mrkev), nedochází při použití takovýchto barviv k degradaci potravin.

Mnohdy mohou přírodní dochucovadla (barviva) jídlo výrazně obohatit, tedy nejen svým barevnějším vzhledem, ale i výrazně lepším aroma výrobku, a to pomáhá spotřebitelské spokojenosti. Myslím si, že v těchto časech už dávno neplatí obchodní slogan Tomáše Bati: „Náš zákazník, náš pán!“

Kdyby tomu bylo tak, nemohli by producenti potravin používat syntetická činidla, tedy látky nepřirodního charakteru, které mohou z tresky vytvořit třeba nádherně růžového lososa. Kupříkladu E102 (Tartrazin - CI potravinářská žlutá 4), se používá v ovocných džusech, čokoládách, konzervovaném ovoci, hrášku, plechovkových omáčkách, v koření, polévkách, cukrovinkách či zmrzlíně. Konkrétně tohle barvivo vyvolává různé zdravotní problémy - rýmu a kašel, bolesti hlavy, apod.

Potravinová vize pro 21. století

Vysoké ceny potravin posilují naši závislost na syntetických produktech a stravě, proto jsou přirozené pokrmy vytlačovány z našeho dosahu. V této souvislosti bych vás rád upozornil na „plastové maso“ Quorn.

O tomto výrobku je poněkud složité se dozvědět, co vlastně obsahuje. Každopádně syntetická strava nejvíce těží z toho, že hraje na cit těch konzumentů, kterým není současný a evidentně kolabující svět zcela lhostejný.

Na tomto paradigmatu je úspěšně založený nově vznikající byznys, jenž se odvolává na lidskou krutost vůči zvířatům, takže rostlinná strava a vegetariánství má být tím východiskem, jenž tuhle planetu spasí před ekologickou katastrofou a hrozcím hladomorem.

Co je to tedy Quorn? Z obalu jednoho produktu jsem se dočetl (QUORN CHICKEN STYLE PIECES 300G), že tyto bezmasé kousky v kuřecím stylu obsahují: mykoprotein, bílá vejce, přírodní dochucovadla, chlorid vápenatý, octan vápenatý. Jak se ale Quorn vyrábí?

Měl by se vyrábět z půdních plísní rodu *Fusarium venenatum*, a to jejich fermentací a následným přidáním glukózy, vázaného dusíku, vitamínů a minerálů. Tahle směs se musí ještě tepelně zpracovat (dohřát), aby se z ní odstranily nadbytečné ribonukleové kyseliny. V tomto duchu se domnívám, že si Quorn s amarouny v ničem nezadá!

Pozn. Amarouny představují syntetickou stravu, která se ve vzdálené budoucnosti stane primární potravou lidstva, alespoň podle sci-fi seriálu – Návštěvníci.

Čekají nás ve výživě tytéž vyhlídky, jako hrdiny z tohoto kultovního seriálu - NÁVŠTĚVNÍCI? Ať už Quorn nebo Amarouny, mohou v brzkém období úplně vytlačit (nahradit) naši původní stravu a jídlo, proto tedy záleží jen na vás, čemu dáte při nakupování potravin přednost, čili, co budete jíst a konzumovat. Vaše volba v těchto transformačních časech, rozhoduje o potravinách budoucích, samozřejmě nejen o nich!

- Josef Čáp -



POKUD ČEŠI NEZAČNOU VÍC TŘÍDIT, SBĚR ODPADŮ SE ZDRAŽÍ, ŘÍKÁ MINISTERSTVO



Skládek už máme dost, budeme víc recyklovat a zbylým odpadem alespoň topit, plánuje ministerstvo životního prostředí. Hlavní úkol ale bude ležet na obcích. Protože platí za občany odpad a – také organizují jeho sběr, samy rozhodnou, kam poteče obsah popelnice.

Víte, kolik vás stojí odpad? Zpravidla to bývá kolem pětistovky na osobu, dalších zhruba 500 korun dopláci obec ze svého vlastního rozhodnutí. Zpravidla proto, aby občanům ulevila. Z obecních rozpočtů tak starost o komunální odpad užírá pět až deset procent rozpočtu.

Jestliže nyní platí obce za svoz, třídění a likvidaci komunálního odpadu kolem tisícovky za občana ročně (jde o odhad, poslední dostupné statistiky pocházejí z roku 2015), za pět let by to mohlo být zhruba o pětinu víc. Důvodem je plánované zvýšení skládkovacího poplatku, přičemž skládkování je dnes pro obce klíčové.

Dnes činí poplatek 500 korun za tunu odpadu uloženého na skládku a představuje vlastně daň za nevyužití odpadu – obec ho totiž nevytřídí ani nespálí, pouze nechá zahrabat do země. Obce se obávají, že budou muset zvýšenou cenu promítnout do poplatků za popelnice, což je značně nepopulární krok.

Lenost je nepřítel ekologie

Skládkovací poplatek se drží na současné pětistovce od roku 2008, do roku 2024 by však postupně mohl vystoupat až na 1–850 korun za tunu směsného komunálního odpadu. Jenom by nešel celý obcím se skládkou v katastru, ale zčásti do Státního fondu životního prostředí.

Jak velká část to bude, záleží na ministerstvu, které připravilo nový zákon o odpadech a nedávno ho pustilo do vnitřního připomínkového řízení. Konečné slovo nicméně budou mít poslanci.

„Představa skládkovacího poplatku pro starostu, který ho má platit z rozpočtu, by byla

nula. Chápeme ale motivaci změnit chování, aby se tak masivně neskládalo. Když to bude těch 1 850 korun, jsme schopni se s tím smířit za podmínky recyklační slevy,“ říká Pavel Drahovzal, místopředseda Svazu měst a obcí ČR a starosta Velkého Oseka na Kolínsku s 2,5 tisíci obyvateli.

Se slevou ministerstvo počítá. Pokud se obci podaří určité procento odpadů vytřídít (podle evropské směrnice by to v roce 2020 mělo být 50 procent), bude platit za tunu na skládce nadále jen pětistovku.

Dnes se v průměru třídí 38 procent komunálního odpadu. Ukazuje se totiž, že pokud má občan ujit více než 100 metrů ke speciální popelnici, jeho ochota třídít klesá. Starostům tak nezbude než v obcích rozmístit víc barevných popelnic.

Na druhou stranu i svoz a likvidace tříděného odpadu něco stojí. Je to dokonce dražší než svoz těch černých, směsných. Zvýšené náklady obcím částečně kompenzuje firma Eko-kom, která v tuzemsku trh s tříděným odpadem organizuje. Loni obcím jako odměnu vyplatila 1,3 miliardy korun.

Odpadovému byznysu dnes vládnou skládkařské společnosti. Končí u nich nejen polovina odpadu z domácností, ale v třídírnách ovládají také tok materiálu ze žlutých popelnic. Plastové zbytky, které se jim nevyplatí zpracovat, zahrabou na skládku, která je pořád ještě levná. Sáhnout lidem nebo obcím do peněženek ale není hlavní účel nového zákona o odpadech. Ministerstvo chce dát prostor, aby vznikly zpracovatelské a recyklační firmy, které vytříděný odpad lépe využijí, případně spalovnám, jež ho aspoň přemění na teplo či elektřinu.

- zdroj: iDnes -

SŮL nad ZLATO

13. 10. 2018 - 30. 4. 2019



Kláštery Český Krumlov





ZAČÍNÁ PŘÍPRAVA TŘETÍHO KOLA KOTLÍKOVÝCH DOTACÍ



Ministerstvo životního prostředí vyhlásilo 7. 1. 2019 třetí výzvu pro kraje na získání prostředků v rámci dalšího kola kotlíkových dotací. Jihočeský kraj tak má znovu možnost získat více než 300 mil. Kč na výměnu zastaralých kotlů na pevná paliva s ručním přikládáním, které nesplňují 3., 4. nebo 5. emisní třídu. Stejně jako v předchozích dvou kolech má Jihočeský kraj nárok na třetí nejvyšší částku v porovnání s ostatními kraji (více finančních prostředků získá pouze Moravskoslezský kraj následovaný Středočeským krajem).

„Podmínky 3. kola kotlíkových dotací budou obdobné jako v 2. kole, nově ale budou ve 3. kole z podpory zcela vyřazeny veškeré kotle spalující uhlí. Dotaci tak bude možné získat jen na kotel na biomasu s automatickým či ručním přikládáním, na tepelná čerpadla nebo na plynový kondenzační kotel,“ vysvětlil radní pro veřejné zakázky Antonín Krák s tím, že beze změn zůstává výše dotace, která bude stejná jako v předchozím kole. Bonus ve výši 7 500 Kč pak opět obdrží majitelé rodinných domů ve vymezených prioritních obcích.

Zahájení příjmu žádostí v rámci 3. kola kotlíkových dotací se v Jihočeském kraji předpokládá v září, nebo v říjnu 2019. Příjem žádostí bude probíhat stejně jako v předchozích dvou kolech výhradně elektronicky s následným povinným doručením listinného výtisku včetně příloh. O dotaci si mohou požádat vlastníci rodinných domů v celém Jihočeském kraji.

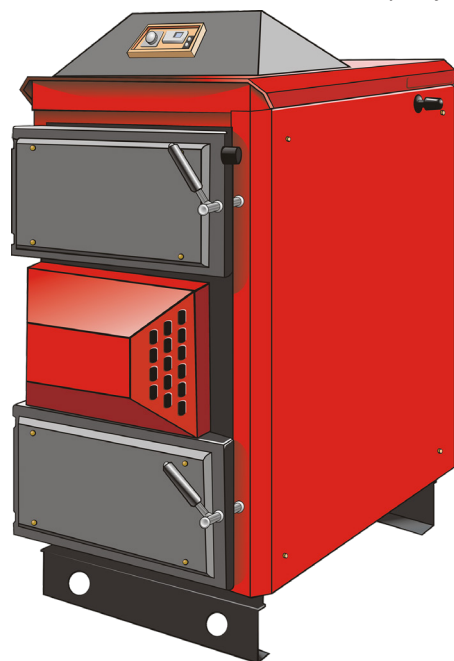
V 1. kole kotlíkových dotací, které bylo otevřeno pro podávání žádostí od poloviny ledna 2016 do konce března 2016, bylo realizováno celkem 2 657 výměn zastaralých kotlů na pevná paliva s ručním přikládáním. Celková dotace na tyto kotle přesáhla 301 mil. Kč. Dotaci v 1. kole nakonec získali všichni žadatelé, kteří svou žádost správně podali a správně vyúčtovali. Největší zájem byl v 1. kole o kombinované kotle uhlí/biomasa (31 %), dále o tepelná čerpadla (26 %) a o kotle na biomasu (19 %). Nejnižší zájem zaznamenaly kotle na uhlí (12 %) a plynové kondenzační kotle (12 %).

V rámci 2. kola kotlíkových dotací byl příjem žádostí zahájen 30. 10. 2017 a ukončen 9. 3. 2018. V současné době probíhá kontrola doručených závěrečných vyúčtování a proplacení dotací. Celkem bylo ve 2. kole správně podáno a schváleno radou kraje 3 340 žádostí, disponibilní částka na výměnu zastaralých kotlů ve 2. kole ve výši 294 mil. Kč však vystačí na proplacení cca 2 760 žádostí (konečný počet uspokojených žádostí bude záviset na finální výši úspor v již realizovaných žádostech). Žádosti, které byly z důvodu nedostatku finančních prostředků zařazeny do zásobníku a nakonec nebudou moci být financovány, nebude možné vzhledem k ustanovením zákona č. 250/2000 Sb. automaticky přesunout do 3. kola a žadatelé si budou muset podat žádost znovu. Jihočeský kraj sice usiloval o navýšení finanční částky pro 2. kolo tak, aby mohly být všechny správně podané žádosti proplaceny, Ministerstvo životního prostředí však vzhledem k nastavení podmínek 2. výzvy této žádosti nevyhovělo.

Co se struktury nových zdrojů tepla týče, je v 2. kole největší zájem o tepelná čerpadla (49 %), dále o automatické kombinované kotle uhlí/biomasa (18 %) a o kondenzační plynové kotle (18 %). Nejnižší zájem vykazují kotle na biomasu (15 %). Kotle čistě na uhlí nejsou v 2. kole již podporovány.

V rámci 2. kola vyřešil Jihočeský kraj ve prospěch žadatelů také situaci související s uvedením chybného údaje o emisní třídě na výrobním štítku určitých typů kotlů ATMOS, kdy byla na výrobním štítku uvedena nesprávně emisní třída 1, i když dané typy kotlů mají ve skutečnosti emisní třídu 3 a získání kotlíkové dotace na jejich výměnu tak není možné. Protože byla tato skutečnost zjištěna až po podání a schválení příslušných žádostí o kotlíkovou dotaci na výměnu daných kotlů ATMOS radou kraje a žadatelé neměli možnost chybu na výrobním štítku samostatně rozpoznat, rozhodlo zastupitelstvo kraje na podzim 2018 o financování těchto žádostí z rozpočtu Jihočeského kraje. Celkově tedy bude 32 žadatelům, kterých se problém s výrobním štítkem u kotlů ATMOS dotkl a kteří by v této fázi měli nárok na získání kotlíkové dotace v rámci své úspěšně podané a původně schválené žádosti, vyplacena v průběhu jara 2019 po doložení požadovaného závěrečného vyúčtování částka v souhrnné výši 3,5 mil. Kč.

- Jihočeský kraj -



PODĚKOVÁNÍ TŘÍDNÍMU UČITELI



Rádi bychom touto formou poděkovali třídnímu učiteli Jaroslavu Jonášovi z loučovické základní školy a vyjádřili spokojenost s jeho prací, kterou věnuje našim dětem. Díky jeho přístupu a snahám mnohé z našich dětí nevnímají školu jako něco zlého, nepříjemného a protivného, jako místo, kam se netěší a chodí tam jen s velkým sebezapřením. Těší nás, že tříde našich Vlčků, které se věnuje

již třetím rokem, vytvořil příjemné, kamarádké a sympatické prostředí, v němž nejde jen o získání vědomostí a znalostí. Cítíme a vidíme, že děti pod jeho vedením získávají i všeobecný přehled o chování a společnosti, ale i povědomí o přírodě, životním prostředí a jejich vlastním místě v něm. Vytvořil našim dětem příjemný vstup nejen do života, ale i do školního prostředí, v němž se budou ještě pár let

pohybovat.

Pan učitel Jonáš k našim dětem přistupuje spravedlivě a i směrem k nám, rodičům, je vstřícný a komunikace mezi námi probíhá bez nejmenších komplikací.

Věříme, že pan učitel Jonáš našim dětem ukázal, že škola a vzdělávání může mít i zábavnou a sympatickou podobu, že může jít o zajímavý proces a že svou pílí a přístupem připravil naše děti pro vyšší ročníky.

Závěrem bychom nejen panu učiteli Jaroslavu Jonášovi, ale i celé loučovické základní škole, popřáli mnoho spokojených žáků i rodičů jako jsme my.

Rodiče žáků 3. třídy:

Boháč František, Boháčová Kateřina, Ederová Veronika, p. Fabiánová, Flašková Veronika, Gondek René, Gondeková Monika, Kanzlerová Martina, Krotká Ludmila, Le Anh Quang, Le Thi Lan, Svatoňová Jindřiška, Straka Jan, Štěpánek Petr, Štich Jaroslav, Štichová Alena, Vlášková Marie, Vojtíšková Jarmila, Vojtíšek Jan, Zoubková Michaela

- Jarmila Vojtíšková -

OBEC LOUČOVICE VÁS SRDEČNĚ ZVE NA

4. Společenský ples

K tanci a poslechu hraje CORSOBEAT

Předtančení, BikeTrial Show Bigi...

Losovací soutěž o ceny.

15. 2. 2019 od 20. hodin

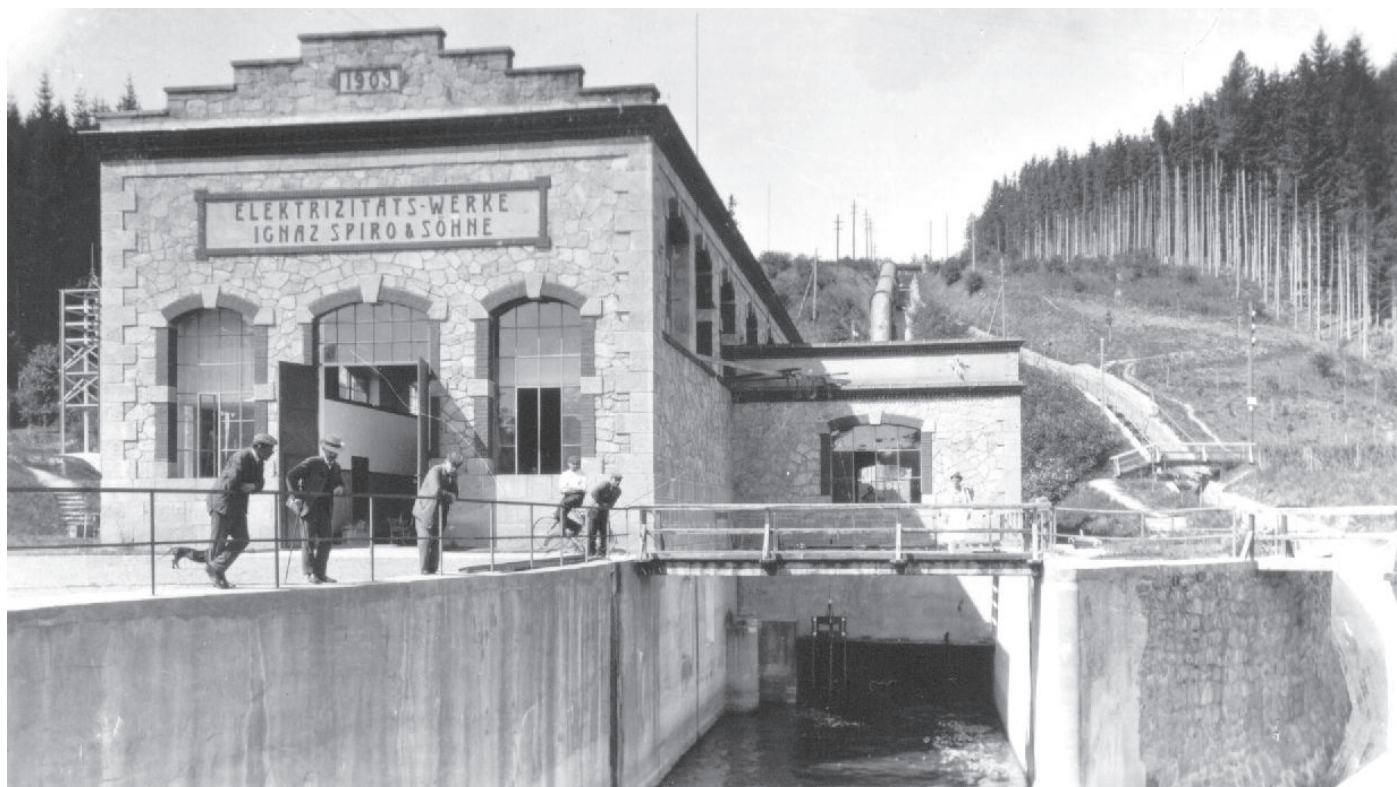
DK Loučovice

Vstupné: 140,- Kč v předprodeji, 170,- Kč na místě

Předprodej od 2. 1. 2019 v knihovně (čtvrtek 8-17) a na obecním úřadě v rámci pracovní doby.

Na akci bude pořízena fotodokumentace, která může být zveřejněna na webových stránkách a zpravodaji obce Loučovice. Účastí na této akci souhlasíte se zveřejněním těchto fotek. Pořadatelem akce je obec Loučovice.

SPIROVA ELEKTRÁRNA DÍL 2. - KONEC ELEKTRÁRNY POD ČERTOVOU STĚNOU



Spirova elektrárna ve Vyšším Brodě uváděla v údiv širokou, nejen odbornou, veřejnost. Na svou dobu to bylo nevídané dílo a díky modernizaci ve dvacátých letech výkon dosahoval téměř 17 MW, čímž byla jednoznačně největší hydrocentrálou nejen v Čechách, ale také v Rakousko-Uherské monarchii. Vznik tohoto dokonalého vodního díla bezpochyby také ovlivnil brzkou elektrifikaci Vyššího Brodu, Českého Krumlova a širokého území jihovýchodní Šumavy. Zároveň se také podařilo konečně vyřešit otázku plavení dřeva v nesplavném úseku Čertových proudů. Dřevo se plavilo z Loučovic otevřeným přírodním kanálem až k vodním uzávěrům, kde se hromadilo u jeden a půl metru dlouhé hrany vodního přepadu. Odtud bylo za pomoci přívalové vlny přehazováno přes hranu do polenového žlabu, který vedl souběžně s tlakovým potrubím a který ústil do Vltavy v místech odpadního kanálu elektrárny.

Vodní dílo bylo pracovní příležitostí pro mnoho obyvatel z okolí. Dle statistik toto vodní dílo zaměstnávalo před modernizací 21 dělníků

a dva úředníky. V padesátých letech to bylo dokonce 70 zaměstnanců. Mimo pracovníků zařazených do nepřetržité obsluhy a dozoru na celém vodním díle, tedy hydrocentrále, vodním uzávěru a jezu, bylo třeba také opravárenských a údržbových čet. Mezi profesemi byly strojníci, zámečníci, elektrikáři, zedníci, truhláři a dokonce i zahradník. Spolu s výstavbou elektrárny v roce 1903 byl v blízkosti postaven třípodlažní činžovní dům pro zaměstnance. Ve dvacátých letech přibyla ještě vícebytová vila, která byla nejspíše určena výhradně pro úředníky. Další zaměstnanci docházeli především z Vyššího Brodu a blízkého okolí.

Stavbou přehrady na Lipně v padesátých letech a tím i svedení vltavské vody do podzemního kanálu ztrácí vodní dílo svého významu. Ale protože většina papírenských soustrojí v papírně ve Větrní byla stavěna na kmitočet 42 Hz, bylo nutno z Lipna nadále upouštět dostatek vody pro fungování Spirovo elektrárny do

té doby, než se vymění zařízení v papírnách ve Větrní. V tu dobu ale hydrocentrála pracovala na snížený výkon a starší zařízení bylo dokonce postupně rozebíráno. V sedmdesátých letech dochází k definitivnímu ukončení provozu vodního díla a veškeré zbylé strojní zařízení bylo zlikvidováno. Budova hydrocentrály byla poté předána tehdejšímu Jihočeským dřevařským závodům jako výrobní hala. Došlo také k požáru této budovy, který zničil i poslední pozůstatky toho, čím budova původně byla. Další části vodního díla nejsou využívány a postupně chátrají. Starší tlakové potrubí bylo demontováno, přírodní kanály včetně usazovací a vyrovnávací nádrže u vodního uzávěru byly zavezeny odpadem z loučovické papírny.

Jelikož se jednalo o soukromou podnikovou elektrárnu, která byla navíc zcela v rukách „nečeského“ podnikatele, byl často její význam úmyslně zamlčován a opomíjen. A to dokonce již od prvorepublikové doby.

LOUČOVICE-HISTORIE.CZ
HISTORIE LOUČOVIC A ŠIROKÉHO OKOLÍ

Hrajeme si se slovy

NAJDEŠ VE VĚTÁCH ZVÍŘATA, KTERÁ MŮŽEŠ VIDĚT
V CIRKUSU?
PODTRHNI JE ČERVENĚ.

TA POLEVA NA DORTU JE VÁŽNĚ VÝBORNÁ.
NAMAŽU SI MÁSLA NA CHLĚB.
SLUNÍČKO NĚKDY HODNĚ PÁLÍ.
PAVEL BLOUDIL PO LESE.
TY GRAMY PŘEPOČÍTEJ NA KILA.

SCHVÁLNĚ JSME TI POPLETLI SLOVA.

RÁNO K SNÍDANI BIJI ČAJ S MEDEM.
VEČER MI MAMINKA OHŘÁLA DÁREK.
V NAŠEM RYBNÍCE JSOU CHYBY.
MÁ NEJOBLÍBENĚJŠÍ RYBA JE KOPR.



Vybarvi si opici a dokresli banán.



CO DO POVOLÁNÍ V CIRKUSU
NEPATŘÍ? ŠKRTNI.

KRASOJEZDKYNĚ, HADÍ ŽENA,
POTÁPĚČ, VRHAČ NOŽŮ, ŘEDITEL
ŠKOLY, AKROBAT, ŠKOLNÍ KUCHARKA,
ŠAŠEK, ZUBNÍ LABORANTKA,
POPELÁŘ.

Lami představení

Alena Gondeková

NA MOU DUŠI, NA PSÍ UŠI,
NA ZÁMEK DÁM PUSU,
ŽE JSEM VIDĚL VČERA LAMU,
BĚŽET OD CIRKUSU.

PŘEDSTAVTE SI, MĚLA V TLAMĚ
PRUHOVANÉ SPODKY,
SEBRALA JE PRINCIPÁLU
Z JEHO MARINGOTKY.

CO ZA TÍM VŠÍM ASI BYLO?
TO VÍ JEN TA LAMA.
ASI CHTĚLA PO VEČEŘI
ZALÉŽT DO PYŽAMA.

MÁŠ TU V TOM,
KÁMO, PĚKNEJ
CIRKUS!



zpracovala: A. Gondeková

INFORMACE Z ČINNOSTI SENIOR KLUBU LOUČOVICE



Vánoční setkání seniorů 17. 12. 2018

Nasát atmosféru nejkrásnějších svátků v roce přišla do Senior klubu více než čtyřicítka seniorů. Vánoční setkání pro loučovické občany zorganizovala obec Loučovice, v rámci činnosti seniorského klubu dne 17. 12. 2018 od 14 hodin. Cílem celé akce byla nejenom oslava Vánoc, ale také možnost setkat se s vrstevníky a přátelsky si popovídat. Na úvod akce vystoupil pěvecký sbor Slaviček, který si připravil program, skládající se z vánočních koled. Členové sboru Slaviček nás vtáhli svým vystoupením do radostné atmosféry Vánoc.

Starosta Ing. Jan Kubík ve svém krátkém projevu popřál všem seniorům klidné a radostné prožití svátků vánočních a do nového roku hlavně hodně zdraví. Dále pan starosta projev radost nad úspěšnou činností senior klubu a v souvislosti s již proběhlou besídkou s Policií ČR „Bezpečí seniorů“, předal za obec Loučovice dárek každému účastníkovi v podobě osobního alarmu a seniorské obálky. Dárčky naši senioři velmi ocenili. Nechybělo

ani připravené občerstvení. Senioři odcházeli v dobré, optimistické náladě, ke které přispěl jak připravený program tak i to, že se sešli se svými známými, a při kávě, čaji či sklence vína si popovídali a zavzpomínali.

Poděkování patří pěveckému sboru Slaviček, za příjemné naladění na vánoční atmosféru svým vystoupením.

Koncert violoncellového dua Veroniky Tůmové a Jana Tůmy

V seniorském klubu dne 18. 1. 2019 od 18 hodin proběhl koncert violoncellového dua v podání Veroniky Tůmové a Jana Tůmy. Celým vystoupením nás provázela Veronika Tůmová, která ke každé skladbě uvedla podrobnější informace. Zazněly známé skladby od různých skladatelů či hudba ze známých filmů např. Andrew Lloyd Webber – The music of the Nihgt (Fantom opery), Carter Burwell – Bella's Lullaby (Twilight Saga), Bono - With or Without you, Ramin Djawadi – Game of Thrones theme, John Legend – All of me, Klaus Badelt – Pirates of The Caribbean theme song či Zdeněk Barták - Zdivočelá země. Celé vystoupení bylo pohlazením pro duši a bylo úžasné. Některé skladby byly natolik emotivní, že dojmuly nejednoho účastníka vystoupení.

Seniorský klub plánuje do budoucna další hudební vystoupení a věřím, že nás sourozenecké duo Veronika a Jan Tůmovi svým vystoupením nepoctili naposledy.

- Mgr. Pavla Vachová -



SENIOR KLUB LOUČOVICE HARMONOGRAM ÚNOR 2019 	4.2.2019 (pondělí)	Rehabilitační a rekondiční cvičení pro seniory od 9.30 hod (cca 30 – 45 min)
	7.2.2019 (čtvrtek)	Senior klub otevřen v době od 14.00 – 16.00 hod
	11.2.2019 (pondělí)	Práce s počítačem pro seniory od 15.30 hod
	18.2.2019 (pondělí)	Rehabilitační a rekondiční cvičení pro seniory od 9.30 hod (cca 30 – 45 min)
	21.2.2019 (čtvrtek)	Senior klub otevřen v době od 14.00 – 16.00 hod
Případná změna termínu cvičení bude s předstihem uveřejněna.		



Alzheimerova choroba je bohužel onemocnění velmi časté, jehož výskyt se zvyšuje s věkem. Vzhledem ke stárnutí populace se s tímto onemocněním budeme setkávat stále častěji. Je to jedna z nejvýznamnějších příčin demence (další časté příčiny demence starších lidí jsou mnočetné miniaturní cévní mozkové příhody způsobené celoživotním poškozením malých mozkových cév aterosklerózou a vysokým tlakem).

Podstatou Alzheimerovy nemoci je odumírání mozkových buněk (neuronů) ne zcela jasné příčiny. Souběžně s tím bývá nalézána tzv. involuce mozku (zmenšování mozku), to ovšem není znak specifický pro toto onemocnění a v pokročilém věku častý nálezný. Proč k tomuto odumírání dochází, nikdo zcela přesně zatím neví.

Odumírání mozkových buněk se dlouhou dobu neprojeví. Mozek je zatím nepříliš probádaná a velmi složitá soustava tvořená bohatě pospojovanými neurony, která má dobrou schopnost případné ztráty nahrazovat. Tato schopnost není neomezená a v jistém stupni se začínou projevovat příznaky demence, abulie (pasivita, ztráta vůle vykonávání činností) a případně známky organického psychosyndromu. Proces trvá roky (přibližně 10-15 let). Postižený nejprve ztrácí výkonnost, hůře se učí nové informace, častěji zapomíná. Později se neschopnost zapamatovat si nové informace zhorší, člověk se stává zmateným a může v méně známém prostředí snadno zabloudit. Nakonec nastupuje úplná demence a ztráty soběstačnosti. Mohou být narušeny i základní

návyky jako chození na záchod, zachovávání základní hygieny a samostatný příjem potravy. Relativně často se u pokročilých forem nemoci objevuje inkontinence moči. Určitě se musí jednat o dost náročnou nemoc jak pro pacienta, dokud si úpadek svého intelektu uvědomuje, tak i pro jeho blízké okolí, které se o něj musí ve zvýšené míře starat. Lidé, kteří se takto o svoje blízké starají, opravdu obdivují. Péče o nemohoucího příbuzného, který vás ani nemusí poznávat, musí být velmi obtížná a psychicky náročná.

Zajímavé na celém procesu je fakt, že ztráta paměti postupuje od nejnovějších informací po nejstarší. Typickým příkladem byla paní M. Tchatcherová. V době pokročilé fáze choroby měla bývalá premiérka problém vzpomenout si na to, co měla ráno k snídani, ale zcela brilantně dokázala hovořit o politické situaci Anglie v 50. letech. Na první pohled se člověk s pokročilým onemocněním Alzheimerovou chorobou může v jistých chvílích jevit naprosto zdravý.

U mnoha nemocných s Alzheimerovou chorobou se začne rozvíjet i Parkinsonova choroba a naopak. Zdá se, že tyto nemoci spolu mají nějakou souvislost.

Nesporně rizikovým faktorem je věk a určitou roli může hrát genetika (častější výskyt v některých rodinách), jinak se dost tápe. Zmínil bych teorii toxicity hliníku a kyslíkových radikálů pro mozek, viz. prevence a léčba.

Prevence je věc svízelná. Malý preventivní význam může mít požívání látek s antioxidačním

účinkem k prevenci oxidačního stresu, tzn. nejlépe hodně ovoce a zeleniny, případně nepoužívání hliníkových přístrojů, ešusů apod. Víc toho asi opravdu udělat nelze. Snad jen jedna věc. Bylo prý zjištěno, že Alzheimerova choroba pomaleji postupuje u vzdělaných lidí, kteří během života více namáhali mozek. Takže čtěte, luštěte křížovky, myslíte, omezte požívání alkoholu. Nic tím nezkazíte, i když můžu potvrdit, že nemyslet je někdy příjemnější.

V léčbě se zkouší mnoho přípravků, například léky zasahující do metabolismu mozkových tekutin přenášejících vzruchy (tzv. neuromediátorů) jako jsou např. inhibitory acetylcholinesterázy, dále pak léky na zlepšení mozkové činnosti - tzv. nootropika (například Piracetam), antidepresiva a jiné. Je velká snaha tuto nemoc léčit a moderních výrobků je hodně.

Vhodná léčba se mj. řídí i konkrétní pokročilostí choroby, která se často hodnotí pomocí tzv. mini-mental testu. Je to test o 30 otázkách a úkolech různé obtížnosti jako jsou otázky na datum, místo, početní úkoly. Dle počtu dosažených bodů (čím více bodů, tím lépe) se hodnotí tíže stavu, případně rychlost postupu choroby.

V současné chvíli vzniká velké množství Alzheimer center. Jsou to specializované zařízení s 24 hodinou službou často s velkým množstvím programů pro tyto pacienty vyjmenujme: ergoterapie, fyzioterapie, trénink kognitivních funkcí, trénink paměti, muzikoterapie a další. Cílem je podpořit aktivní život a prodloužit pacientovu soběstačnost. Většinou se všichni klienti mohou pohybovat bez jakéhokoliv omezení po celém objektu. Z důvodu jejich bezpečnosti na ně stále dává pozor odborný personál. Snahou je klienty neomezovat, ale zajistit jim důstojné a prospěšné prostředí ve společnosti ostatních ubytovaných klientů. Dbáme se na individuální přístup s ohledem na potřeby a zvyklosti každého z klientů. Pod odborným vedením se klienti účastní různých terapií, které mají za cíl zlepšení nebo stabilizaci jejich zdravotního stavu. Návštěvy příbuzných a blízkých nejsou omezeny. Klienti mohou využít krátkodobý i dlouhodobý pobyt v zařízeních.

- MUDr. Eduard Benc -



Vánoční doba na loučovické škole

Nastávající příchod vánočních svátků jsme si všichni uvědomili při příchodu Mikuláše, čertů a andělů na naši školu. Již tradičně nadělování připravili žáci 9. třídy. V adventním čase jsme měli čas rozjímat při tvorbě cukroví, věnců a svícňů. Děkuje se za pomoc naší zahradnici paní Halce Bicanové a mamince Evě Svobodové.

Andělské nebo čertovské, mimoní nebo rybí - i takové mohou být vánoce! Mohl se o tom přesvědčit každý, kdo si ve čtvrteční podvečer 20. 12. udělal čas a přišel se podívat na školní vánoční akademii do kulturního domu. Děti všech tříd a školní pěvecký sbor Slaviček si pro rodiče, prarodiče a všechny ostatní diváky připravily hudební, taneční, vtipná i dojemná vystoupení a společnou závěrečnou koledu. Jak se akce vydařila, se můžete přesvědčit třeba i ve školní fotogalerii na webových stránkách nebo si můžete prohlédnout sestřih z videí jednotlivých vystoupení na youtube.com (odkaz dostupný na stránkách školy).

Na začátku nového roku ještě na naši školu zavítali tři králové zpodobnění rovněž tradičně třídou pana učitele Jonáše.

Den řemesel

Pro vybrané žáky naší 8. a 9. třídy uspořádalo Střední odborné učiliště v Českém Krumlově Den řemesel. Měli jsme možnost se přímo v učilišti seznámit s učebními obory truhlář, tesář, zedník, klempíř, instalatér, kuchař, číšník, prodávač a ošetřovatel. Náplň oborů nám zprostředkovávali přímo jejich nejlepší studenti, z nichž dva pocházeli z naší školy. Vše jsme si mohli osobně vyzkoušet, dokončené výrobky ze dřeva jsme si mohli ponechat na památku.

KNIOBUDKA

Základní škola ve spolupráci s obecním úřadem zřídila tzv. KNIHOBUKU. Ta se nachází v přízemí obecního úřadu. Knihy jsou ze školní knihovny, regály byly zakoupeny OÚ.

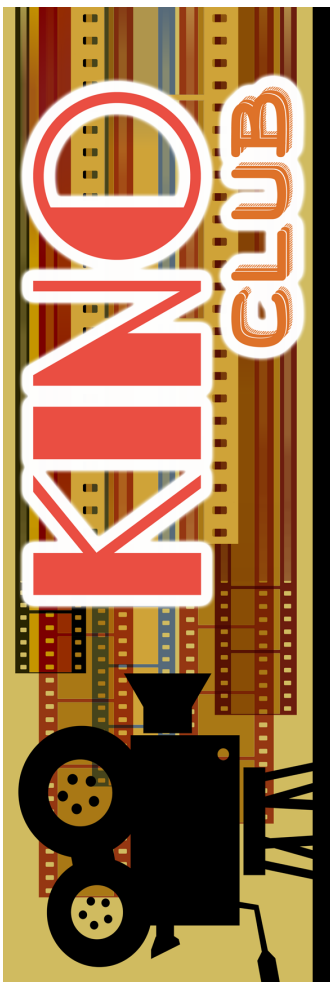
Jak to funguje?

1. Knihy jsou k dispozici všem návštěvníkům.
2. Zapůjčení knih je bezplatné.
3. Knihu si můžete vypůjčit k příjemnému posezení v parku i doma.
4. Máte doma knížku, kterou už jste přečetli, ale je vám líto ji vyhodit? Přineste ji do knihobudky

5. Pokud Vás nějaká kniha velmi zaujala, je možné si ji nechat a nahradit ji jinou knihou, kterou do knihovničky přinesete
6. Do knihovničky je možné umístit a půjčit si i CD, či DVD.
7. I knihy ve veřejně přístupné knihovně si zaslouží slušné zacházení.
8. Přinesené knihy neponechávejte mimo prostor knihovničky.
9. Prosíme, udržujte pořádek.

Na většině míst, kde již byly knihobudky zřízeny, se knihy neztrácejí a tak doufáme, že to tak bude fungovat i u nás a knihy alespoň trochu přispějí k rozvoji čtenářství.





KINO CLUB LOUČOVICE ÚNOR 2019



PEPA

Pepa (Michal Suchánek) je asi padesátiletý úředník žijící se svou rodinou v obyčejném okresním městě. Pepa je tak trochu podpantoflák, respektu se mu nedostává ani od jeho ženy (Petra Špalková), natož od dcery (Natálie Grossová). Pepa ví, že se musí něco změnit, a dokonce velmi dobře ví, co to „něco“ je. Jenže! Cesta k cíli bývá někdy hodně trnitá, a tak sledujeme sled více či méně marných a tragikomických pokusů Pepy, hrdiny outsidersa, o to začít svůj život konečně žít. Podaří se mu najít odpovědi na otázky „Proč vlastně na světě je? Kdy začíná ten opravdový život? Po narození, po maturitě, prvním sexu, svatbě nebo dětech? Anebo až po smrti?“

do 12 let nepřístupný, 92 minut, česky

pátek 15. února od 19:00



PAT A MAT: ZIMNÍ RADOVÁNKY

Zimní radovánky Pata a Mata, to tu ještě nebylo! Jak si poradí s vánoční výzdobou jejich nových domů a jaké vánoční dárky si kutilové nadělí pod vánočním stromčkem? A mají kutilové vánoční stromček jak jej známe, nebo si sami vyrobí svůj kutilský? Co udělá Pat a Mat se sněhovou kalamitou, která se jim snesla na zahradu a jaký nový stroj a jaké nové řešení naši dva kutilové vymyslí? Po dovádění na sněhu přijde vhod horká sauna, tak proč by si ji rovnou nepostavili. A co teprve až si vyrobí Betlém a oslaví Silvestra.

Pro naše dva kutily není žádná komplikace překážkou a žádná výzva dostatečně velká. Pat a Mat, jak již jsme zvyklí, přinášejí zábavu na ostří šroubováku a legraci až se hřebíky budou prohýbat. Doma to raději nezkoušejte!
přístupný, 60 minut, česky

sobota 16. února od 17:00

Vstupné na filmová představení je dobrovolné

Provozovatelem Kino klubu je obec Loučovice
Kino club, DK Loučovice

SOUTĚŽ

Vyhraje lístky na speciální stand-up vystoupení Lukáše Pavláška v Českém Krumlově. Stačí nám poslat správnou odpověď na soutěžní otázku a hned jste ve slosování o 2 lístky. Losujeme 2 výherce!

Kolikátý skončil Lukáš Pavlášek v soutěži StarDance v roce 2015?

- a) třetí
- b) pátý

Své správné odpovědi pošlete na e-mail: zpravodaj@loucovice.info a do předmětu uveďte „soutěž-pavlášek“ nezapomeňte také napsat vaši adresu a telefonní spojení. Výherce vylosujeme 10. února.

Vystoupení se koná 12. února od 19:00 v kině Luna v Českém Krumlově.

Pořadatelem soutěže je Loučovický zpravodaj.

Soutěž trvá do 9. února. Účastnit soutěže se mohou pouze obyvatelé obce Loučovice.





**ROSTEME,
BUĎTE U TOHO**

Vystudoval jsi obor obráběč kovů,
programátor CNC strojů nebo mechanik /
seřizovač? Ovládáš základy CNC
programování nebo práci u ohraňovacích
lisů? Přečteš výkres a tři směny nejsou
problém?

**PAK JSI NÁŠ NOVÝ PRACOVNÍK
OBSLUHY CNC OHRAŇOVACÍHO LISU.**

ENGEL

NABÍZÍME:

LETNÍ A VÁNOČNÍ PRÉMIE | DOCHÁZKOVÉ BONUSY |
PŘÍSPĚVEK NA DOPRAVU A STRAVOVÁNÍ |
KULTURNÍ A SPORTOVNÍ AKCE |
25 DNÍ DOVOLENÉ |

Máš chuť se k nám připojit nebo máš nějaké dotazy?

Stav se u nás, zašli životopis nebo zavolej našim personalistům. Těšíme se na setkání!

Zuzana Vendlová
Karel Vinš



+420 380 386 784



zuzana.vendlova@engel.at



+420 380 386 736



karel.vins@engel.at



[www.fb.com/ENGELCZkariera](https://www.facebook.com/ENGELCZkariera)



www.engel.cz