

Vážení občané,

rok 2007 se pomalu stává historií. Pro obec to byl rok vcelku úspěšný, věřím, že tomu bylo tak i ve vašem životě. Čas předvánoční, tj. čas adventu, by nám měl posloužit k hlubšímu zamyšlení nad uplynulým rokem a blížících se svátků vánočních. Malé zastavení v těchto dnech není jen odpočinkem těla, ale mělo by posloužit také k větší pospolitosti rodiny. Děti odpočítávají dny a nemohou se dočkat Štědrého dne. S napětím očekávají, zda jim Ježíšek splní jejich přání. Vánoce byly vždycky a jistě budou i nadále svátky rodiny. Proto Vám všem přeji, aby jste nastávající sváteční dny prožili v kruhu spokojené rodiny. Zvláště matkám pak přeji, ať jsou rozzářené oči jejich dětí odměnou za předvánoční shon a pečení dobrot. Máme mezi sebou také spoluobčany, kteří budou trávit vánoce a Nový rok sami. I jim přeji krásné prožití svátků a pokud jim bude doma smutno, zvu je dle možnosti na návštěvu některého kostela, kde mohou prožít tu nenapodobitelnou atmosféru a krásu vánoc. Nesmíme v těchto dnech zapomenout ani na nemocné, kteří budou prohlížet rozsvícený vánoční stromek z postele. To je úděl, který není v našich silách z lidského života odstranit. Jistě každý z nás najde chvíličku, kterou je schopen věnovat návštěvě potřebného člověka v jeho okolí a rozdělit se s ním o radost svátečních dnů.

Stojíme na prahu roku 2008. Jistě si všichni klademe otázku, jaký to bude rok. Asi to bude rok náročnější pro nás pro všechny. Netrapme se předem a počkejme na realitu. Třeba to nebude tak zlé, jak na to na první pohled vypadá.

Dobrou pohodu, pevné zdraví a osobní spokojenost v roce 2008 vám přeje

starosta.



Pořad bohoslužeb o Vánočních svátcích:

		Bílý Újezd	Dobruška	Opočno	Dobré
4. adventní neděle	23.12. 2007	8.00 hod.	8.30 a 17.00	9.00 hod.	9.45 hod.
Štědrý den - pondělí	24.12. 2007	22.00 hod.	16.00 a 24.00	17.00 hod.	16.00 hod.
Svátky vánoční	25.12. 2007	8.00 hod.	8.30 a 17.00	9.00 hod.	9.45 hod.
	26.12. 2007	8.00 hod.	8.30 hod.	9.00 hod.	9.45 hod.
Neděle	30.12. 2007	8.00 hod.	8.30 a 17.00	9.00 hod.	9.45 hod.
Silvestr-pondělí	31.12. 2007		18.00 hod.	18.00 hod.	
Nový rok – úterý	1. 1. 2008	8.00 hod.	8.30 a 17.00	9.00 hod.	9.45 hod.



Vánoční ticho

Vánoční ticho bílou nocí padá,
do srdcí všem lidem svou lásku vkládá.

Koledy zpívejme, Ježíška vítejme,
Aleluja, Aleluja

Cosí v tom nočním tichu jemně hučí,
co projde lidskou duší, každý tuší.

Když přijde Ježíšek, do dětských srdíček,
blahem se skrývá, buší.

Betlémská hvězda je všem tolik milá,
Nesem Vám vánoční čas, když se skrývá,

Za dne i za noci, kéž by do všech srdcí,
lásku ach lásku vryla.



Ze života obce

Ze schůze zastupitelstva obce ze dne **29. 10. 2007**

Zastupitelstvo obce Podbřezí bere na vědomí

1. Kontrolu plnění dříve přijatých usnesení

2. Informace starosty

- pokračující opravy budovy obecního úřadu
- postaven stožár na hadice
- plánovaná výstavba garáží u nových bytoven
- výzva na obsazení místa kronikáře
- zpráva Policie ČR o bezpečnostní situaci v obvodu Dobruška

3. Různé

- Informaci o průběhu aktualizace Strategického plánu LEADER MAS POHODA venkova.

Zastupitelstvo obce Podbřezí schvaluje

1. - předložené projektové listy na jednotlivé akce obce Podbřezí na období 2008 – 2013
 - finanční prostředky pro CEP Hradec Králové ve výši 20 230,- Kč za zpracování žádosti o dotaci z Programu rozvoje venkova na výstavbu víceúčelového hřiště a pódia se zastřešením, oba výše uvedené projekty mají hodnotu cca 2 900 000,- Kč včetně DPH, dotace ve výši 90 %.
 - Předpokládaný termín realizace rok 2008.
 - podíl finančních prostředků na zpracování žádosti přes Dobrovolný svazek obcí Region Orlické hory ve výši 1 600,- Kč na akci pod názvem Malebné obce v Orlických horách. Celková hodnota projektu je 400 000,- Kč včetně DPH. Předpokládaný termín realizace rok 2008.
 - žádost o dotaci ve výši 550 000,- Kč na vestavbu BJ v podkroví čp. 11 (hostince) v Podbřezí z Fondu rozvoje bydlení, pracoviště Praha. Předpokládaný termín realizace rok 2008.
2. Plán inventarizace Obce Podbřezí na rok 2007.
3. Rozpočtové opatření č. 4/2007.
4. Finanční částku ve výši 60 000,- Kč na vyčištění kanalizace na Hadím konci.
5. Finanční částku ve výši do 10 000,- Kč SDH Podbřezí na hudbu Valanka při tradičním posvícení ve dnech 24. – 26. 11. 2007.
6. Výběrové řízení na vestavbu bytové jednotky v hostinci Skalka ze dne 15. 10. 2007
7. Činnost MAS POHODA venkova v obou katastrálních územích obce Podbřezí.
8. Tři etapy stavebních úprav čp. 16 (OÚ) Podbřezí.

Zastupitelstvo obce Podbřezí pověřuje

1. Antonína Novotného, starostu, zastupováním Obce Podbřezí v MAS POHODA venkova.
2. Antonína Novotného, starostu Obce Podbřezí, jednáním s Čs. spořitelnou ohledně nové smlouvy o splácení hypotečního úvěru na 3 bytové domy v Podbřezí.

Ze schůze zastupitelstva obce ze dne **12. 12. 2007**

Zastupitelstvo obce Podbřezí bere na vědomí

1. Kontrolu plnění dříve přijatých usnesení

2. Informace starosty

- Vyčištěná kanalizace Hadí konec, náklady téměř 60 000,- Kč
- podaná žádost o dotaci z PRV na víceúčelové hřiště a podium se zakrytím – 2 900 000,- Kč
- přes DSO OH podaná žádost o dotaci z PRV na akci Malebné obce v Orlických horách
- poděkování za dobrý průběh posvícení
- návrh čištění vzduchu s rekuperací v hostinci Skalka zdarma od ing. Josefa Křepely

- odpověď na žádost o vrácení názvu Zlatý potok místo stávajícího Dědina
- podepsaná smlouva o dotaci na podkrovní byt v hostinci Skalka.
- poděkování občanům za odvedenou práci a přání k vánocům a Novému roku.

3. Různé

- Zprávu starosty k žádosti od firmy AZ-Satelit o poskytnutí daru na údržbu nemovité kulturní památky zámku Skalka a zámecké kaple, která byla doručena na Obecní úřad v Podbřezí dne 30. 10. 2007. Dle zákona č. 250/2000 Sb., o rozpočtových pravidlech územních rozpočtů, § 9 výdaje rozpočtu obce, nelze poskytnout dar či příspěvek.

Zastupitelstvo obce Podbřezí schvaluje

1. Nákup informačního systému FENIX za cenu 26 180,- Kč na evidenci majetku a obyvatel.
2. Finanční částku ve výši 31 500,- Kč na neinvestiční náklady na dojíždějící žáky do základních škol v Dobrušce.
3. Rozpočtové opatření č. 5/2007 s přesuny finančních prostředků mezi jednotlivými paragrafy.
4. Rozpočet Obce Podbřezí na rok 2008 s celkovými příjmy 4 740 000,- Kč a výdaji ve výši 5 740 000,- Kč.
5. Rozpočtový výhled na rok 2009 s celkovými příjmy a výdaji ve výši 4 800 000,- Kč, na rok 2010 s celkovými příjmy a výdaji ve výši 4 100 000,- Kč.
6. Následující návrhy na pořízení změny Územního plánu sídelního útvaru Podbřezí podle § 46 odst. 3) zákona č. 183/2006 Sb., o územním plánování a stavebním řádu (stavební zákon) ve znění pozdějších předpisů, Petra Netíka, Chábory 23 na pozemcích parc. č. 476/1 a 476/3 v katastrálním území Podbřezí.
7. Příjem dotace z krajského Programu obnovy venkova, dotační titul 1, Obnova a údržba venkovské zástavby a občanské vybavenosti, rozvoj infrastruktury, číslo smlouvy POV2007/105DO ve výši 300 000,- Kč a k tomu vlastní prostředky Obce Podbřezí ve výši 300 000,- Kč na uhrazení II. etapy akce „Stavební úpravy čp. 16 Podbřezí“.
8. Finanční částku ve výši 22.583,- Kč na propagační materiály v rámci soutěže Vesnice roku 2006, které připravila Obec Liptál.
9. Opravu komunikace parc. č. 1238/1 v k.ú. Lhota u Dobrušky.

Zastupitelstvo obce Podbřezí ukládá

Starostovi obce Antonínu Novotnému:

1. Ve spolupráci s panem Karlem Petrem ze Studánky vypracovat odpověď na dopis „Změna názvu vodního toku Dědina, který byl doručen 2. 11. 2007 z Ministerstva zemědělství v Praze.
2. Projednat s majiteli pozemků u kravína v Podbřezí zamýšlenou Změnu č. 3 ÚPSÚ Podbřezí.

Jak se dařilo

Ve dnech 24. – 26. listopadu 2007 uspořádali členové Sboru dobrovolných hasičů v Podbřezí ve spolupráci s obecním úřadem a nájemci hostince Skalka v naší obci tradiční Kateřinské posvícení. Sobotní taneční zábava s hudbou Dynamic, nedělní posezení při hudbě, pondělní mše v zámecké kapli, kterou zapůjčila firma AZ Satelit, průvod po vesnici s dechovou hudbou Valanka s následnou zábavou v místním hostinci a zlatá hodinka s hudbou Combi, jistěno dobrou posvícenskou kuchyní, je již tradičním kolorytem našeho posvícení. Tento třídní maratón je náročný nejen pro účastníky, ale i pro pořadatele a tak díky všem za dobrý průběh celé akce. Fotografie je možné shlédnout na webových stránkách obce v rubrice fotogalerie.

Ve čtvrtek **6. prosince 2007** přijal pozvání do hostince „Skalka“ ke Dni seniorů student Masarykovy univerzity obor Mezinárodní vztahy Tomáš Černohous s cestopisnou přednáškou

JERUZALÉM V POHYBU.

Izrael navštívil dvakrát, poprvé ho před dvěma lety projel s 9 přáteli na kole. Ujeli okruh 1000 km dlouhý a cesta trvala jeden měsíc. Za rok se vydal do Izraele opět, tentokrát na dva měsíce s týdenním výletem

do Egypta. Většinu času v Izraeli trávil v Jeruzalémě, kde pracoval v hotelu Austrian Hospice, který sídlí přímo v centru starého města, pár metrů od Zdi nářků, Chrámové hory a Božího hrobu. Tedy míst, které toto město dělají natřikrát svaté. Během svého pobytu zde natočil 4 hodiny filmového materiálu, které zpracoval do dokumentárního filmu. Na své cesty si vydělával brigádami po škole. Součástí přednášky byla i výstava předmětů, které si Tomáš přivezl ze svých cest. Přednáška byla velice dobře zpracována a jistě byla přínosem všem, kteří ji shlédli.

Připravované akce

OÚ Podbřezí pořádá již XI. ročník **Vánočního turnaje ve stolním tenisu** amatérů v úterý **26.12. 2007** v místním hostinci „Skalka“ od 13 hodin.

Přihlásit se do soutěže je možno přímo na místě od 12.30 hod. Pro nejlepší jsou připraveny věcné ceny a malé pozornosti.

Tenisovou pátku a dobrou náladu s sebou !

V neděli 30. 12. 2007 se místní turisté opět rozloučí s letošním rokem **předsilvestrovským špacírem**. Sraz účastníků v 9 hod. na návsi u prodejny v Podbřezí, trasa okolo 12 km bude lemovat nejbližší okolí. Dobrou obuv a pohodovou náladu s sebou.

TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA

V lednu 2008 proběhne opět Tříkrálová sbírka na pomoc rodinám a lidem v nouzi, v naší obci je předběžně naplánován termín na **sobotu 5. ledna 2008**.

- 5. 1. 2008** Výroční valná hromada SDH Podbřezí
- 19. 1. 2008** Babský bál, hudba Strejci
- 16. 2. 2008** Hasičský bál, hudba Dynamic

Provoz v místní knihovně

Bude zahájen až po skončení stavebních úprav obecního úřadu. Děkujeme za pochopení.

ODPADY

Občanům z odlehlých částí obce opět nabízíme modré igelitové pytle, do kterých je možno sřádat vytríděný plast jako PET láhve, různé igelity, plastové kanystry apod. a růžové igelitové pytle, do kterých lze vytrídět tetra packy – krabice od mléka, džusů, krabicového vína atd. Plné a zavázané lze odkládat za obecní úřad pod rampu, odkud jsou pak hromadně podle potřeby odváženy firmou Rumpold s.r.o. Broumov. Za takto vytríděné odpady neplatíme jejich odvoz a naopak získáváme finanční prostředky za třídění.

Papír svázaný do balíku je nadále možno odkládat k základní škole buď k bočnímu vchodu nebo dozadu ke dveřím do sklepa nebo do modrého kontejneru u obecního úřadu a ve Lhotě u Piskorů.

Úřední hodiny na obecním úřadu: pondělí 13 - 18 hod., středa 13 - 17 hod., úterý., čtvrtek. 7.30 – 12 hod.

VÝVOZ POPELNIC 24. a 31. 12. 2007 stejně jako každé pondělí.

DOVOLENÁ

27., 28. a 31. 12. 2007 bude na obecním úřadu **zavřeno**.

V naléhavých případech je možno se obrátit na starostu obce, tel. 494 666 259 nebo 606 828 507.

Ti, kdo mají zájem zveřejnit své řádky, příspěvky či připomínky ve **zpravodaji** (jak jednotlivci, tak organizace), je doručí buď elektronickou poštou nebo osobně na obecní úřad nejpozději do 20. dne měsíce března, června, září, v prosinci do 15. dne kalendářního roku.

E-mailová adresa OÚ je obec@podbrezi.cz,
 e-mailová adresa starosty a elektronická podatelna obce je starosta@podbrezi.cz,
 webové stránky Obce Podbřezí <http://www.podbrezi.cz>



SPOLEČENSKÁ KRONIKA

Významná výročí 1. čtvrtletí 2008:

Leden	60 let	ČUDA Miroslav, Podbřezí 5
	83 let	CVEJNOVÁ Bohuslava, Podbřezí 14
	86 let	CVEJN Vratislav, Podbřezí 14
Únor	60 let	EHLOVÁ Miroslava, Lhota Netřeba 43
	65 let	KLETEČKOVÁ Jana, Podbřezí 103
	84 let	ČERVINKOVÁ Anežka, Podbřezí 24
	85 let	NOVÁKOVÁ Anežka, Lhota Netřeba 17
Březen	81 let	KLIMEŠ František, Lhota Netřeba 97
	86 let	ŠMÍDOVÁ Marie, Podbřezí 36

Všem oslavencům přejeme pevné zdraví.

Za čtvrté čtvrtletí roku 2007:

se narodili:	KŘEPELA Jan, Lhota Netřeba 68	3. 10. 2007
se přihlásili:	KŘEPELOVÁ Jana, Lhota Netřeba 68	
	PROUZOVÁ Lucie, Podbřezí 88	
	MARKOVÁ Květuše, Podbřezí 104	
	HOFMAN Miloš, Lhota Netřeba 43	
sňatek uzavřeli:	EHLOVÁ Miroslava, Lhota Netřeba 43	8. 12. 2007
	HOFMAN Miloš, Dobruška 761	
se odhlásili:	ZOUNAROVÁ Marcela, Lhota Netřeba 46	
zemřeli:	OBSTOVÁ Marie, Lhota Netřeba 21	

Čest její památce.



Trochu statistiky v naší obci za rok 2007

Stav obyvatel k 1. 1. 2007	481	Stav k 21. 11. 2007	495
Přírůstek za rok 2007	25	Úbytek za rok 2007	11

	Věkové složení obyvatel							Celkem
	Do 6	7-18	19-30	31-40	41-50	51-60	nad 60	
Muži	27	33	55	37	27	35	42	256
Ženy	12	32	50	38	18	36	53	239
Celkem	39	65	105	75	45	71	95	495

	Složení podle částí obce			Celkem za obec
	Chábory	Lhota Netřeba	Podbřezí	
Muži	15	77	164	256
Ženy	10	80	149	239
Celkem	25	157	313	495
Prům.věk	46,8	38,9	36,9	38,0

Jak zacházet s domácími elektrospotřebiči, abyste ušetřili co nejvíce

Od ledna čeká české domácnosti další zdražení energií. Tisíce korun můžete ušetřit, když si pořídíte energeticky úsporné spotřebiče a budete s nimi správně zacházet.

Lednička, mrazák - zvolte správnou velikost

Prostor chladničky by měl být využit alespoň ze 70 %, přičemž se počítá s objemem 50 až 70 litrů na osobu. Na to myslete už při výběru.

Najděte jí vhodné místo

Rozhodující pro množství spotřebované energie je teplota v místnosti, kde chladnička stojí. Za každý stupeň navíc nad 20 °C okolní teploty vzroste spotřeba energie o 6 %. Chladnička by proto měla stát na chladnějším místě a co nejdál od zdrojů tepla, tedy od sporáku, topení a mimo přímé slunce. Vhodné není ani příliš vlhké místo - vysokou vlhkostí vzroste spotřeba energie až o 4 %.

Nastavte správně teplotu

Pro normální provoz stačí v chladničce +5 °C a v mrazničce -18 °C. Snížení teploty o dva stupně znamená zvýšení spotřeby energie o 15 %.

Jídlo ukládejte přehledně

Dlouhé hledání při otevřených dveřích znamená vyšší spotřebu energie. To platí i u mrazáků - pultové jsou méně přehledné než skříňové.

Pravidelně odmrazujte

Námraza na výparníku tepelně izoluje, a tím snižuje chladicí výkon. Každý centimetr námrazy ubírá na energetické třídě chladničky. Jakmile vrstva přesáhne tři milimetry, je třeba lednici rozmrazit. Námraza silnější než 3 mm totiž zvyšuje spotřebu energie až o 75 %. Problém odpadá u lednic s funkcí automatického odmrazování.

Kontrolujte těsnění dveří

Zavřete list papíru do dveří, při protahování po obvodu musí klást odpor. Gumové těsnění na rámu dveří je nutné udržovat v čistotě. Pokud je zpuchřelé, vniká dovnitř teplo a zvyšuje se spotřeba energie.

Kolik můžete ušetřit: při dodržení těchto zásad 10 až 20 % spotřebované energie, tedy 0,5 až 1 % z celkové spotřeby energie v domácnosti, minimálně 600 Kč ročně jenom na chlazení.

Pračka

Snižte teplotu praní

Právě v omezení teploty prací lázně spočívá hlavní úspora energie. Snížením teploty z 90 na 60 °C ušetříte až čtvrtinu energie. Málo zašpiněné prádlo perte na 30 nebo 40 °C, hodně zašpiněné prádlo perte na 60 spíše než na 90 °C.

Výsledek je stejný, obzvláště když prádlo namočíte do studené vody s trochou prášku. Naopak program na předpírání byste neměli používat systematicky, konzumuje vodu i elektřinu.

Perte jen plnou pračku

Při praní menšího množství prádla (u některých nových praček v tzv. "úsporném programu") se spotřebuje téměř stejné množství energie i vody jako při praní při plné náplni. Pračka je plná, když zůstane mezi prádlem a stěnou bubnu prostor na výšku ruky. Při praní jemného prádla nebo vlny může být množství prádla menší.

Nekupujte levné prášky

Používejte prací prostředky, které jsou účinné i při nižších teplotách. Úspora energie vyrovná vyšší cenu prášku.

Perte v noci

V domácnostech s dvoutarifovou sazbou za odběr elektrické energie lze snížit platbu za energii praním v době platnosti nižší sazby.

Obejděte se bez sušičky

Sušičky jsou velmi náročné na spotřebu elektřiny, spotřebovávají dvakrát až třikrát více energie než pračka.

Vyhněte se pračkám kombinovaným se sušičkami

Aby sušička dobře fungovala, musí být naplněna jen z jedné poloviny, takže je často třeba náplň pračky sušit nadvakrát. Kolik můžete ušetřit: při dodržení těchto zásad 10 až 15 % spotřebované energie, to znamená 0,5 % z celkové spotřeby energie v domácnosti, nebo až 250 Kč ročně.

Osvětlení

Vyměňte klasické za úsporné

Je to to nejjednodušší, co můžete ve své domácnosti kvůli úspoře energie udělat. Energeticky úsporná zářivka ušetří 70 až 80 % energie a má asi sedmkrát delší životnost.

Nekupujte laciné

U neznákových, nápadně levných zářivek je vyšší pravděpodobnost, že budou mít horší svítivost, horší kvalitu barvy světla a kratší životnost. Nej kvalitnější úsporné zářivky mají energetickou třídu A, životnost minimálně 10 000 hodin, snesou nejméně 100 000 spínacích cyklů.

A pamatujte, že i úsporné zářivky mají dvouletou záruku - pokud se tedy během záruční doby u té vaší zhorší svítivost, reklamujte ji.

Používejte je všude, kde je to možné

Úsporné zářivky můžete umístit všude, určitě však tam, kde se svítí v průměru alespoň hodinu denně.

Osvětlení vybírejte podle účelu

Je vhodné osvětlovat jen ty prostory, kde je světlo zapotřebí. Pro čtení je vhodnější lampička s 15W zářivkou než lustr se čtyřmi 25W nebo jednou 100W žárovkou, což představuje úsporu 85 % energie.

Volte světlejší barvu stěn

Důležitá je takzvaná světelná pohoda. V místnostech je vhodné volit světlejší barvy stěn s vyšším stupněm odrazu světla. Bílá barva odráží 80 % světla, tmavozelená 15 % a černá jen 9 % světla.

Neházejte je do popelnice

Po spotřebování nelikvidujte zářivky do běžného odpadu, obsahují toxické látky.

Kolik můžete ušetřit: při dodržení těchto zásad až 80 % elektřiny pro osvětlení. Za dobu své životnosti jedna úsporná zářivka ušetří 1 300 až 3 700 Kč.

Myčka

Nádobí předem neomyvejte

Odstranit zbytky jídla z talířů je třeba, není ale nutné nádobí před uložením do myčky oplachovat.

Volné zbytky odstranit stěrkou nebo papírovým ubrouskem, špína na talířích nezaschne, pokud je okamžitě uložíte do myčky a uzavřete ji.

Vybírejte správný program

Zkuste málo špinavé nádobí umýt při teplotě vody místo standardních 65 na 50 °C - pokud se vám to osvědčí, budete tím šetřit energii, čas i peníze.

Pro nádobí zašpiněné jen lehce postačí úsporný program, pro normálně zašpiněné program standardní.

Pouštějte jen plnou myčku

Nejúspornější je, aby myčka byla před spuštěním vždy plná, na to je třeba myslet už při výběru velikosti myčky. I když váš model umožňuje přizpůsobit spotřebu vody a elektřiny množství nádobí a stupni zašpinění, je rozdíl, jestli zapnete myčku dvakrát místo jednou.

Nechte myčku pracovat v noci

Tichá myčka je výhodná, protože ji můžete pouštět v noci a využít nižší sazby za noční proud. Vyberte si model s hlučností pod 45 decibelů, výhodou je, když má funkci odloženého startu.

Starejte se o myčku

Čistěte pravidelně filtr. A doplňujte regenerační sůl, chrání nejen nádobí, ale i myčku před usazeninami vodního kamene.

Nepoužívejte sušení

Pokud je to možné, obejděte se bez funkce sušení, nádobí je na konci mytí teplé a při otevřených dvířkách rychle uschne.

Kolik můžete ušetřit: V porovnání s mytím nádobí pod tekoucí vodou myčka ušetří téměř 60 % vody a přibližně 35 až 60 % elektřiny. I při započítání dražších saponátů, soli a leštidla je podle statistických údajů ruční mytí dražší až o 45 %. Za rok tak ušetříte asi 500 Kč podle četnosti mytí.

Vaření

Pořídte si papiňák

Osvojte si vaření v páře, při vaření pokrmů s delší dobou přípravy nebo spotřebou většího množství vody je možné v tlakovém hrnci uspořit až 60 % energie.

Rozmrazujte před vařením

Ušetříte tím až 30 % energie.

Regulujte teplotu

Při uvádění do varu zvolte maximální intenzitu ohřevu a při vaření ji snižte. Zvykněte si zapínat sporák, až když je hrnec na místě, a vypínat ještě před dovařením, platí to zejména pro sklokeramické desky nebo litinové plotýnky s dlouhou tepelnou setrvačností.

Pořídte si vhodné nádobí

Nejdůležitější je rovné dno hrnců, hlavně u elektrických sporáků. Nerovné dno způsobí zvýšení spotřeby energie až o 30 %. Velikost hrnce by měla odpovídat šířce plamene nebo plotýnky. Pokud je hrnec o tři centimetry užší než plotýnka, spotřebujete až o 30 % více energie.

Bez pokličky ani ránu

Vaření v otevřených nádobách je na spotřebu energie náročnější o 150 až 300 %.

Nepřehánějte to s množstvím vody

Větší množství vody prodlužuje dobu vaření a vyžaduje větší spotřebu energie. Když použijete litr vody tam, kde by stačilo čtvrt litru, zvýší se spotřeba energie o 75 %.

Pečte racionálně

Pokud chcete péct několik várek, připravte pokrmy tak, aby šly jeden po druhém. Stav pečeně kontrolujte přes okénko spíš než otvíráním dvířek.

Kolik energie spotřebuje k uvaření litru vody

- * nádoba bez pokličky na plotýnce elektrického sporáku - 0,22 kWh (13 minut)
- * uzavřená konvice na plotýnce elektrického sporáku - 0,19 kWh (11,5 minuty)
- * mikrovlnka - 0,18 kWh (9,5 minuty)
- * rychlovarná konvice - 0,14 kWh (3,5 minuty)
- * překapávač - 0,11 kWh (8 minut)

Ostatní spotřebiče

Ze všech ostatních spotřebičů nejvíce energie spotřebuje žehlička. Osvojte si tyto praktické zásady.

Žehlení je úspornější než mandlování

Nejlépe uděláte, když budete kupovat oblečení z materiálů, které žehlit nemusíte. K vyžehlení 4 kg prádla spotřebujete asi 0,5 kWh, při mandlování 0,7 až 1 kWh.

Zorganizujte si práci

Nové typy žehliček usnadňují žehlení, ale nesnižují výrazně spotřebu energie. Vhodné jsou napařovací typy. Důležitý je i postup žehlení. Jemné tkaniny žehlete nakonec při vypnuté žehličce. Tím lze ušetřit 20 až 25 % elektřiny.

Nepřesušte prádlo

Příliš vlhké i přesušené prádlo vyžaduje větší spotřebu energie (i lidské) - při správné vlhkosti lze ušetřit až 40 %.

Používejte kolíčky

Suché prádlo skládejte co nejméně, stejně tak je lepší prádlo přichytit na šňůru kolíčky než jen přehazovat. Každý přehyb prodlužuje žehlení a zvyšuje spotřebu energie o 10 až 20 %.

Přístroje, jejichž spotřeba není tak vysoká, přesto stojí za to i u nich šetřit.

Televizory

Zatímco malé LCD obrazovky většinou nepotřebují víc energie než klasické "skleněné", od úhlopříčky 80 centimetrů spotřeba stoupá. A velké plazmové obrazovky jsou skutečnými "žrouty" energie. Za čtyři hodiny denně spotřebují dvojnásobek toho, co lednička s mrazničkou dohromady.

Počítače

Větší spotřebu energie mají i staré "tlusté" monitory počítačů, potřebují o 60 % více než ploché obrazovky a až o 80 % více než notebooky. Zvykněte si vypínat počítač, tiskárnu i skener, pokud na nich nepracujete.

Režim stand-by

Mnohé spotřebiče spotřebovávají elektřinu, i když jsou vypnuté, v takzvaném klidovém režimu. Stand-by (tzv. kontrolky) spotřeba jednoho zařízení je poměrně nízká, řádově 5 až 20 W, problém je v tom, že zařízení spotřebovává tento výkon nepřetržitě. Znamená to totéž, jako kdybyste měli v provozu neustále jednu 60W žárovku, tedy roční výdaj 1 800 korun. Proto je dobré vybírat spotřebiče s nízkou stand-by spotřebou, nebo přístroje úplně vypínat po skončení provozu.

Jak snížit účet za vodu

Vodou plýváme v domácnosti víc než elektrickým proudem. Průměrná roční spotřeba v běžné domácnosti je 200 000 litrů. Při dobrém hospodaření s vodou je možné uspořit až 40 procent a přitom ještě ulehčit rodinnému rozpočtu až o 2 460 korun ročně.

Vodou můžete šetřit:

Na WC: Až 60 procent vody na splachování záchodu ušetří zařízení nazývané Skrblík, které umožňuje regulaci průtoku vody a zlepšuje těsnění uzávěru vody WC. Při stokorunové ceně se investice čtyřčlenné domácnosti vrátí již za měsíc.

Při koupání: Při koupeli spotřebujete asi 100 litrů vody, při sprchování asi jen 30 litrů vody. Při sprchování navíc uspoříte, když si pořídíte stopventil a úspornou sprchovou hlavici.

Při praní prádla: Využívejte plnou kapacitu pračky. Ani při takzv. úsporném pracím programu příliš vody nešetříte. Úsporný program spotřebuje při polovině vypraného prádla téměř stejné množství vody.

Při mytí: Při čištění zubů nebo holení nenechávejte puštěný kohoutek. Za minutu oteče do odpadu pět litrů vody, čtyřčlenná rodina tedy zbytečně odplaví při ranní hygieně denně 80 litrů pitné vody a ročně zaplatí kolem 950 korun za vodu vylitou do odpadu.

Kapající kohoutek s frekvencí jedné kapky za sekundu znamená ztrátu 1 m³ vody za měsíc. Za rok tak proteče do odpadu asi 400 korun.

U dřezu: Nemyjte nádobí pod tekoucí vodou. Při mytí ve dřezu lze omezit spotřebu vody až o 70 procent. Vodu ušetří i termostatické nebo pákové baterie, které umožní rychlejší nastavení požadované teploty vody.

Při vaření: Nevařte potraviny ve větším množství vody, než je nezbytné.

Spotřeba vody podle účelu použití

WC 32 %

koupání 29 %

praní prádla 11 %

mytí nádobí 7 %

vaření a pití 4 %

mytí v umyvadle 7 %

ostatní (úklid, zahrada) 10 %

Co říká energetický štítek

Energetickými štítky, které zařazují spotřebiče do kategorií podle spotřeby energie, musí být povinně opatřeny: pračky a sušičky prádla, chladničky, mrazničky, myčky, elektrické trouby, elektrické ohřivače vody, zdroje světla, předřadníky k zářivkám a klimatizace.

Nenajdeme je na vysavačích, televizích, hi-fi a videopřístrojích ani na rychlovarných konvicích nebo mi-

krovinách, protože u nich nejsou většinou rozdíly ve spotřebě velké.

Kategorie A zahrnuje nejlepší a nejúspornější výrobky, které jsou v průměru o polovinu lepší než výrobky kategorie C a D, jež jsou uváděny jako standardní.

Kategorie F je již o 25 % horší než standard. Pro chladničky, mrazničky a jejich kombinace se používají ještě třídy A+ a A++. Spotřebič ve třídě A+ je ještě o 25 % a ve třídě A++ o 50 % úspornější než spotřebič třídy A.

Jakou třídu zvolit

* chladnička, mraznička - energ. třída A+ nebo A++

* myčka - energ. třída A, účinnost mytí A, účinnost sušení A, spotřeba vody do 12 litrů u 45cm a 10 litrů u 60cm myček

* pračka - energ. třída A+, účinnost praní A, účinnost odstředování A a spotřeba vody do 40 litrů

* sušička prádla - energetická třída A

Zdroj: databáze energeticky nejúspornějších spotřebičů www.uspornespotrebice.cz.

Autor: Hana Večerková MF DNES

Rozpis služeb stomatologické lékařské služby první pomoci okresu Rychnov nad Kněžnou rok 2008

ordinační hodiny: sobota, neděle, svátek 08.00 - 12.00 hod.

datum služby	jméno lékaře	adresa ordinace	telefon
01.01.	MUDr. Marie Čapková	Doudleby n. Or., Komenského 366	494 383 417
05.01.	MUDr. Iva Domáňová	Poliklinika, Jiráskova 1389, RK	494 515 694
06.01.	MUDr. Helena Dušková	Záhumenská 445, České Meziříčí	494 661 102
12.01.	MUDr. Marie Havlová	U Stadionu 1166, Rychnov n. Kn.	494 539 225
13.01.	MUDr. Jindřich Handl	Panská 24, Rychnov nad Kněžnou	494 531 955
19.01.	MUDr. Lenka Hlavsová	Komenského 259, Kostelec n. Or.	494 323 958
20.01.	MUDr. Eva Hrbáčová	Na Trávníku 1232, Rychnov n. Kn.	494 532 330
26.01.	MUDr. Marie Ježková	Komenského 481, Kostelec n. Or.	494 321 511
27.01.	MUDr. Blanka Kahlerová	J. Pitry 448, Opočno	494 667 123
02.02.	MUDr. Zdenka Seidlová	Skuhrov nad Bělou 17	494 598 205
03.02.	MUDr. Dagmar Kašparová	Voříškova 169, Vamberk	602 514 715
09.02.	MUDr. Helena Kašparová	Smetanovo náměstí 334, Vamberk	494 501 711
10.02.	MUDr. Bořivoj Lehký	Poliklinika, Pulická 99, Dobruška	494 622 114
16.02.	MUDr. Jan Loukota	R.Drejsla 619, Dobruška	494 621 665
17.02.	MUDr. Ludmila Malátková	Poliklinika, Jiráskova 1389, RK	494 515 696
23.02.	MUDr. Eva Nentvichová	K.Michla 942, Dobruška	494 623 775
24.02.	MUDr. Ivona Plšková	Svatohavelská 266, Rychnov n. Kn.	494 534 841
01.03.	MUDr. Jaroslava Pokorná	Potštejn 317	494 546 544
02.03.	MUDr. Věra Pokorná	J. Pitry 448, Opočno	494 667 628
08.03.	MUDr. Marta Příbylová	Komenského 209, Častolovice	494 322 706
09.03.	MUDr. Eva Ptačovská	Komenského 481, Kostelec n. Or.	494 321 740
15.03.	MUDr. Kateřina Kašková	Kvasiny 145	494 596 174
16.03.	MUDr. Zdeňka Skříčková	Poliklinika, Jiráskova 1389, RK	494 515 695
22.03.	MUDr. Věra Stejskalová	Zdrav.střed., Kout 566, Borohrádek	494 381 263
23.03.	MUDr. Hana Vavříčková	Poliklinika, Mírové nám. 88 Týniště nad Orlicí	494 371 782
24.03.	MUDr. Lada Světlíková	Tyršova 515, Opočno	494 667 553
29.03.	MUDr. Alena Šmídová	Poliklinika, Pulická 99, Dobruška	494 622 550
30.03.	MUDr. Jiřina Štěpánová	Poliklinika, Jiráskova 1389, RK	494 515 692
05.04.	MUDr. Richard Štulík	Poliklinika, Jiráskova 1389, RK	494 515 693