



KOTENČICE

Kotenčický zpravodaj



2/2022
IV. ročník

Život v naší vesnici se pomalu vrací k normálu. Postupně se začínají konat akce - čarodějnice byly moc příjemné a stavění májky s nimi spojené, byla pro přihlížející atraktivní podívaná. Otevřeli jsme víceúčelové hřiště. Dlouholetá práce přinesla výsledky, dotace je proplacená. Zastupitelé, díky za vaši práci. Uvědomuji si, že jsme měli velké štěstí. V dnešní době už bychom takhle velkou dotaci asi nedostali. Když už máme v obci krásné hřiště, rodiče dětí se domluvili a udělají pro své ratolesti kroužek. Na stránkách obce dostali prostor, hledejte odkaz s nápisem „Klubíčko“, najdete tam i odkaz „Hřiště“. Provozní řád je k dispozici na hřišti i na stránkách obce, doladíme ho podle potřeb. Postupně se rozběhne rezervační systém. Pripomínám, že hřiště je určeno pro místní obyvatele.

Máme před sebou realizaci chodníků v obci. Na projektu se stále pracuje. Hora nařízení, předpisů a norem je vysoká, ale postupně se ji snažíme zdolat. Pracujeme na aktualizaci územního plánu. Jde o zásadní dokument, který ovlivní život v naší obci na desítky let. K aktualizované podobě plánu proběhne veřejné projednání. Předpisy, doporučení a normy jsou složité, ale snažíme se vše doladit. Původně zamýšlená dotace na opravu hasičské zbrojnice byla bohužel zrušena. Našli jsme jiný zdroj financí a zkusíme zrealizovat postupně opravu tak, aby zbrojnice mohla fungovat nejen jako sklad hasičských potřeb, ale i jako herní centrum Klubíčka. Ceny materiálů jdou proti našim dobrým úmyslům, proto se oprava bude realizovat po částech.

Místní zpravodaj už vychází čtvrtým rokem. Je zajímavé, jak ten čas letí. Mám radost, že informace přináší užitek.

A jak se bude vyvíjet dění v naší obci dál? To rozhodneme u voleb. O nás - jako o občanech obce Kotenčice, to celé je. (rdn)

Oslavenci jubilanti

Tentokrát slavili kulaté jubileum:

Veselý Miroslav
Mochán Jaroslav
Brožíková Vladimíra
Vandasová Jana
František Štefan

Přejeme vše nejlepší a ještě dlouhý a spokojený život.

(ozk)



Obecní úřad Kotenčice 26223 Kotenčice 69

Úřední hodiny:

Pondělí: 18:00–20:00 hod.
pravidelně
Středa: 7:30–9:00 hod.
po předchozí domluvě

Telefon:

+420 725 021 744

Mail:

obec@kotencice.cz

WWW:

www.kotencice.cz

Bankovní spojení:

521694319/0800

Výběr stočného

Stočné lze platit čtvrtletně, pololetně nebo na celý rok. Rozpisy jste dostali všichni do schránek. Pokud nevíte, přijďte se zeptat, pracujeme každé pracovní pondělí. Při platbě na účet uveďte jméno a číslo popisné.

Termíny výběru:

II. čtvrtletí

6.6.
13.6.
20.6.
27.6.

III. čtvrtletí

5.9.
12.9.
19.9.
26.9.

(ozk)

Ze zasedání zastupitelstva

březen

- Obec se přihlásila do Vodohospodářského svazku obcí. Vodohospodářská společnost Dobříš by se měla podílet na stavbě přivaděče pitné vody. Ještě to bude chvíli trvat, ale je to asi jediná cesta, jak zrealizovat ve vesnici vodovod.

duben

- Víceúčelové hřiště už se finalizuje. Kvůli rozpočtovému provizoriu se posune vyplacení dotace.

květen

bránu, slalom s florbalovou hokejkou a střelba na brankáře. Děti si postupně prošly všechna stanoviště. Odměnou jim bylo společné opékání špekáčků. Po pauze na oběd se děti znovu utkaly ve stejných disciplínách, které předtím trénovaly - tentokrát naostro! Jako bonus mohly využít výpomoc z řad rodičů, kteří si také prošli všechna stanoviště. Na závěr programu bylo připraveno vyhlášení výsledků jednotlivých sportovních disciplín, při kterém byly dětem předány věcné ceny a medaile. Radost a spokojenost všech účastníků byla patrná i na závěrečné skupinové fotografii.

(ph)



- Obec zažádá o dotaci na víceúčelové hřiště ve výši 1 078 743 Kč.
- Obec získá dotace od Středočeského kraje ve výši cca 200 000 Kč. Bude použita na částečnou rekonstrukci hasičské zbrojnice. (ozk)

Slavnostní otevření víceúčelového hřiště v Kotenčicích

V sobotu 28. 5. 2022 proběhlo v Kotenčicích slavnostní otevření víceúčelového hřiště, na jehož vybudování se podařilo zastupitelstvu obce získat dotaci. Obec Kotenčice připravila pro návštěvníky program plný pohybu, her a soutěží pro děti i dospělé, nepaměť se ani na dobré jídlo a pití. Program odstartoval přivítáním a úvodními slovy starosta Petr Hlinka. Následně byl všem účastníkům z řad dětí i dospělých představen sportovní program. V úvodní části byla připravena stanoviště, na kterých si děti vyzkoušely jednotlivé prvky sportovních disciplín, které se na VH mohou vykonávat. Nechyběl hod na koš, hod či kop na





Sběr železa a okrsková soutěž v Suchodole

Druhá květnová sobota byla ve sboru Kotenčických hasičů nabitá. Sešli jsme se ráno kvůli sběru železa. Transitem jsme objížděli obec a svázeli, co nám občané připravili před vrata. Také jsme přebrali za skladovákem to, co se přes zimu nakupilo a šlo odvézt do sběrných surovin. Na zapůjčený valník s traktorem od ZD Suchodol



hokeje, ale to už se dočtete v jiném článku. V Suchodole jsme nakonec předvedli nejrychlejší útok dne, přebrali diplom s pohárem a vyrazili fandit hokejistům. Po letech covidové pauzy byla soutěž příjemné odreagování.

Závěrem chci občanům poděkovat za železný odpad, ZD Suchodol za zapůjčení traktoru s valníkem, Suchodolským, Barče a zbytku týmu za nasazení v soutěži a ostatním hasičům za práci při brigádě (zm)

Čarodějnice

se vše naskládalo a odvezlo do Příbrami. Museli jsme to stihnout brzy, protože už o půl jedné byl sraz v Suchodole na okrskové soutěži.

Letos byla „okrsková“ uvolněnější. Jelikož Kotenčický tým byl jediný pod 35 let, neběhaly se kvůli jedinému týmu „stovky“, ale pouze útoky. Bez jakéhokoliv tréninku, či zkoušky jsme oba pokusy zaběhli ukázkově. Bohužel jsme nesložili kompletní tým, a tak musel v obou bězích pomoci Suchodolský rozdělovač a ve druhém běhu i proudař. V prvním běhu za chlapecký tým parádně zaběhla na proudu Barča Trochová. Byla by bývala běžela i druhý útok, ale jak jsem psal už v úvodu, sobota byla nabitá - protože se soutěž protáhla, musela předčasně odjet otevřít do Klubka na promítání



Po COVIDových letech SDH Kotenčice opět uspořádalo tradiční plnohodnotnou oslavu čarodějnic. Pálení vatry s čarodějnicí, buřty, občerstvení, stavění májky a jako bonus soutěže pro děti – to byla náplň 30tého dubnového





večera. Tento rok, jsme s přípravami začali zhruba o měsíc dřív. Vybudovali jsme totiž stojan na májku. Tvorby konstrukce se ujali svářečští profici Jakub Šrein a Václav Šrein, za což jim moc děkujeme. Na nás ostatních bylo vykopat díru a zabetonovat svařenec. Celé dílo je myslím více než dostatečně dimenzované, takže stavění májky „po novu“ bude bezpečnější, rychlejší a jednodušší. Jelikož Filipojakubská noc - jak se také oslavě čarodějnic říká - letos připadla na sobotu, dovolil víkendový den zahájit přípravy dříve než obvykle. Sešli jsme se už po obědě. Náplní byla příprava posezení, stanů, občerstvení a soutěží, přivezení dřeva, postavení vatry a májky. Vše probíhalo v klidu, protože jsme na vše měli dostatek času. Oficiální zahájení bylo plánováno na 17tou hodinu, programem pro mládež. Děti se mohly ve třech věkových kategoriích poměřit v rychlosti, vytrvalosti, síle a motorice. Když byli po soutěžích všichni odměněni potleskem, sladkostmi a ti nejlepší i medailemi, mohlo se jít stavět. I přes počáteční nervozitu (přeci jenom stavěli jsme májku tímto stylem poprvé) vše dobře dopadlo, májka stojí. Následovalo zapálení vatry a tím už byly oficiality za námi a mohla začít volná zábava. Děti si opekly buřty, dospělí si koupili něco dobrého k pití a do žaludku a zábava plynula až do pozdních nočních hodin. Následující dopoledne jsme se v užší skupince sešli k úklidu a zhodnocení, jak se nám akce povedla. Nebudu prozrazovat naše dojmy z akce, ale



doufám, že vám, kteří jste dorazili, se líbilo a příští rok přijdete zase. Závěrem chci poděkovat všem, kteří přidali ruku k dílu, ale i těm, kteří dorazili jen na čumendu ☺. Bez vás by to nemělo smysl. Tak za rok na viděnou! (zm)

Uklid'me Kotenčice

Opět po roce jsme uspořádali v Kotenčicích akci, která má ulehčit přírodě kolem nás. Uklid'me Kotenčice měla být původně uspořádána už 2. 4., ale díky nepřízní počasí jsem musel akci o týden posunout. Bohužel ani náhradní termín



neprinesl citelně lepší počasí, a tak letošní účast nebyla taková, jak jsme byli zvyklí v letech minulých. Ještě v 8 ráno tu a tam poletoval sníh, ale v 9:30, kdy akce začínala, se vyčáslilo, a tak jsme sbírali odpadky sice v zimě, ale tu a tam nás slunko zahřálo. Jelikož byla zejména účast dospělých bídna, rozdělili jsme se pouze na 3 skupinky a vyčistili okolí silnic směrem na Rosovice, Suchodol a cestu okolo ČOV směrem na Dlouhou Lhotu. Nevyčištěné tedy zůstalo okolí silnice na Pičín, ale jelikož tato trasa dostala na podzim nový povrch a na jaře se strojně čistily a prohlubovaly pangejty, očekávali jsme ji jako nejméně zaneřáděnou. Sesbírané jsme vytrídili, vyhodili do barevných kontejnerů, o 12té bylo vše hotovo a my se šli zahřát domů. Snad příští rok vyjde lepší počasí a my opět vyrazíme do všech světových stran. Díky všem co přišli! A pokud by si někdo chtěl vylepšit karmu za absenci na této akci, není nic jednoduššího, než na obvyklou procházku přibalit do kapsy igelitku a posbírat to, co nám do nosu cvrnkne, nebo o co zakopneme ☺ (zm)

Oprava silnice

Proběhla oprava obecní cesty směrem na Pičín. (ozk)

Promítání v KlubKu

aneb Jak Koteňáci fandili hokejistům na MS 2022 ve Finsku

Po době Covidové a po všech možných uzavírkách společnosti, jsme se rozhodli, že trošku oživíme kulturní život v naší malebné vesnici. A kdy jindy, než při MS v ledním hokeji. Plakát vytvořen, rozeslán, vyvěšen, uklidit KlubKo a již se mohlo otevřít.

I přesto, že termíny a časy zápasů byly různé, buď brzo odpoledne anebo večer, tak se Koteňáci scházeli v hojném počtu. Někdy méně, jindy zase více. Nálada byla vždy perfektní, lidé uvítali, že se mohou sejít, popovídat si a zároveň u toho zafandit hokejistům na cestě k jedné z cenných medailí. I když některé zápasy nebyly dle představ nás fanoušků, nenechali jsme hokejisty bez podpory. Fandili jsme každý zápas, každou minutu, každou vteřinu a nakonec Čeští hokejisté vybojovali krásné bronzové medaile. A my byli u toho. ČEŠI děkujeme 😊.

Chtěl bych svým jménem poděkovat obecnímu úřadu, že podpořil tuto akci. Pak samozřejmě vám všem, kteří jste dorazili, byť jen na jeden zápas. Bez vás všech by to nešlo. Tak zase příští rok 😊 (rt)

Klubíčko

aneb Zábavné setkávání dětí z Koteňic.

Letos je kroužek určený pro ročníky 2010 – 2017.

Protože je v naší obci spousta dětí, která se zná ze školky, školy a tradičních

akcí, bylo by fajn, aby se děti měly možnost setkávat i jiným způsobem. Proto jsme založili dětský kroužek Klubíčko, jehož cílem je, aby se naše děti setkávaly pravidelně, aktivně a pokud možno organizovaně.

Nově se teď budeme potkávat i na multifunkčním hřišti. V zimním období nám pro setkávání budou sloužit prostory v hasičárně.

Kroužek bude probíhat každou druhou neděli, v době od 16.00 – 17.30.

V případě, že jste své dítě do kroužku ještě nepřihlásili, a měli byste zájem, napište nám na e-mail: klubicko@kotencice.cz. Další kontakty na vedoucí kroužku naleznete na stránkách obce v sekci Klubíčko, kam budou umístovány i informace, aktuality, fotografie, apod.

Těšíme se na všechny.

(sdh)



Bylinkové okénko –

Citrusový pektin

Zahrada začíná dávat úrodu. Protože jde o sezonní věci, je dobré uchovat je tak, aby byly použitelné celý rok. Nevím jak vy, ale já poslední roky zavažuji čím dál víc. Vyhovuje mi, že přesně vím, co jsem použila do jídla. Když vyrábím marmelády a džemy, jako zahušťovadlo používám poslední roky citrusový pektin. Dozvěděla jsem se o něm, když jsem četla článek s mistrýní světa v marmeládách ze Smí. Říkala jsem si, že to asi bude dobrá přísada, když vedla k výrobě tak výjimečných produktů, které má na stole i britská královna. Začala jsem pátrat a objevila, že i u nás se dá koupit. Od té doby je to můj oblíbený produkt. O co vlastně jde?

V sáčku najdeme přírodní prášek. Jde o čistě přírodní pektin z citrusových plodů. Je skvělým zahušťovadlem. A pozor: při použití citrusového pektinu lze snížit poměr cukru k ovoci na 1:2 až 1:3. Pokud varíte dobroty z ovoce, které samo nějaký pektin obsahuje, poměr je ještě vyšší. Pektin nemění chuť použitého ovoce a přitom utváří skvělou konzistenci. Důležité ale je, abyste pektin před nasypáním do horkého ovoce nejprve důkladně smíchali s cukrem. Okamžitě po vysypání do hrnce totiž začne tvořit želé a není dobré, aby „se vytvořily hrudky“, takže

smíchat s cukrem, vsypat a míchat. Stačí chvilku povařit a výsledek můžete vlévat do čistých sklenic a zavíčkovat. Zkušenost je taková, že byť citrusový pektin není brán jako konzervant, marmelády s ním vyrobené se nekazí – nebo snad jen minimálně.

Existuje ještě levnější varianta a tou je jablečný pektin. Dá se koupit v prášku. Občas přidávám k citrusovému pektinu.

Jablečný pektin

Pokud si chcete vyrobit pektin neboli želírovací složku sami, můžete to zkusit. Na 1kg jablek přidáme 1/3l vody. Používáme nezralá jablka, která rozvaříme a vaříme zvolna asi 40 minut. Pak rozmixujeme a propasírujeme přes sítko. Hlavní želírovací složkou jsou tzv. ohryzky. Lze použít i jen a slupky. Postup je stejný.

Vaříme, rozmixujeme, propasírujeme a můžeme zavařit do sklenic pro další použití. Do marmelády přidáváme v 1/3 objemu ovoce a to po přidání první dávky cukru.

Pokud se rozhodneme zavařit samotný pektin, našla jsem v receptech, že se zavařuje hodinu při 100°C. Je to dost. Dlouhým vařením se hmota ještě více rozvaří což je u dalšího zpracování ovoce žádoucí.

Do marmelád lze přidat i trochu agar.

Agar (jinak též agar-agar, též kanten) je přírodní látka, která je z 96% tvořená polysacharidem složeným zejména z agarózy a agaropektinu. Jedná se vlastně o rostlinnou „želatinu“, která se vyrábí z buněčných stěn některých druhů mořských červených řas, kterým se v malajštině říká agar-agar.

Ovšem samotný proces výroby je velmi náročný, jak po technologické stránce, tak i finanční. Řasy se totiž musejí sklízet ručně, což se provádí během letních a podzimních měsíců. Následně se zbavují vody a suší se, a to za nízkých teplot a bez přístupu vzduchu. Tato nejnáročnější část výroby se děje během listopadu až února. Agar má ve výsledku světlou barvu, neutrální chuť a je bez kalorií, neobsahuje tuky. Na pulty obchodů míří již ve formě prášku, vloček, plátek nebo hranolků, přičemž největší kvalitu má obvykle právě práškový agar.

A jak vůbec lze agar využít?

Agar dokáže na sto procent nahradit běžnější živočišnou želatinu. Jeho želírovací schopnosti jsou dokonce několikanásobně větší. Zároveň je odolný vůči vysokým teplotám.

Ovšem agar má obecně všestranné použití a objevuje se i v dalších oblastech našeho života a ne jen v kuchyni. Figuruje při výrobě různých mycích gelů a šamponů. Hojně se s ním setkáváme ve farmácii a medicíně – používá se při výrobě některých léků, využívá se k modelaci zubů a složitou technologií se z něj vyrábějí vstřebatelné nitě pro operační zákroky. S agarem se též

pracuje v mikrobiologických laboratořích, kde se využívá jako živné médium pro kultivaci mikroorganismů a rostlin. V botanice se aplikuje při laboratorním množení orchidejí. Má též význam při výrobě papíru.

Kromě všeho výše zmíněného má též význam pro naše zdraví.

Jaké jsou jeho účinky?

Agar obsahuje řadu minerálních látek, vitamínů a bílkovin, je bohatý na vlákninu takže se používá při nejrůznějších dietách a pomáhá i v otázkách některých neduhů.

Příznivě působí na trávicí soustavu a je velmi vhodný při zácpách.

Již několik vědeckých výzkumů poukázalo na příznivý efekt agaru v otázce nadváhy. Jeden z nich z roku 2005 sledoval 76 obézních pacientů, kteří užívali agar po dobu 12 týdnů. Výsledkem bylo výrazné snížení jejich hmotnosti.

Pro vysoký obsah minerálních látek je velmi vhodný pro zdraví kostí.

Příznivě působí při vysokém krevním tlaku a zároveň pro vysoký obsah železa přispívá k prevenci anémie.

A jak tedy agar používat?

Do marmelády stejně jako předchozí pektiny. To je rozmíchat pečlivě v cukru a přidat do marmelády. Já to dělám tak, že obvykle tyto tři komponenty míchám.

POZOR při přípravě marmelád nelze nahradit želatinou, protože ta se nesmí vařit. Když se vám nějaký recept povede, popište ho, vyfoťte a pošlete na mail zpravodaj@kotencice.cz. Ráda zveřejním na stránkách obce.

No a tady je včerejší výrobek. Všimněte si, že marmeláda je v horní části skleničky. Je vidět, jak krásně ztuhla.



(rdn)

Kontryhel

Také se vám stává, že si vás vybere nějaká rostlina, a i když v předchozích letech rostla přiměřeně, tak se rozhodne, že letos ji opravdu potřebujete a roste skoro všude? Já pak většinou přemýšlím, proč se to děje. Letos se rozhodl kontryhel, že zaplní skoro celou zahradu.

Bylinkáře pana Zbyňka Mlčocha znám osobně. Velmi

si vážím jeho znalostí. U sebe na stránkách napsal o kontryhelu heslovitě, ale výstižně toto:

Poruchy menstruace, menstruačního cyklu - nepravidelná menstruace, měsíčky

gynekologický výtok (bělotok), gynekologické záněty nepravidelná menstruace (měsíčky) v době klimakteria, přechodu

amenorea u mladých dívek (nedostavení se menstruace u mladých dívek, děvčat)

horečky

zhnisané rány

zanedbané vředy kůže

vytržení zubů (extrakce zubů) - bolesti, otoky

slabost svalů

slabost končetin, svalová slabost

chudokrevnost, anémie, blednička

těžký porod

zranění po porodu

potraty

pokles dělohy, vyhřeznutí dělohy z pochvy

těhotenství - prevence potratu

kýla

epilepsie

rány kůže (sečné, bodné, řezné)

nespavost

obezita

cukrovka

fyzické neprospívání dětí, sešlost dítěte

svalová slabost, atrofie svalstva, nemoci svalů

roztroušená skleróza mozkomíšní, RS

stav po infarktu myokardu

Jde o velmi vhodnou bylinu pro ženy, čaj z něho by měly od třetího měsíce pít všechny těhotné. Ale jak vidíte výše, najde uplatnění i při cukrovkách. Na jeho lístcích se uprostřed často leskne kapička vody. Alchymisté ji sbírali a používali ji k hledání kamene mudrců. Mladé dívky ji využívaly jako pleťovou vodu, která jim měla zajistit věčné mládí. Není to jen rosa, jak se mnozí domnívají, ale část vylučuje i sama rostlina.



Jedná se o jev, kterému říkáme gutace. Vzhledem k tomu, že kontryhel působí na pleť hojivě, by jí to mohlo skutečně prospět. Kontryhel působí svíravě a velmi rychle uzdravuje. Používá se též jako prostředek, který odvádí vodu a posilňuje srdce, při horečkách, zhnisaných ranách, při zanedbaných vředech.

Rostlinu mám nejen v trávě, ale je krásná i ve skalce. Když se dívám na trsy kontryhele, působí na mě velni uklidňujícím dojmem. Asi proto, že vím, co vše nám tenhle zelený poklad přináší.

Z kontryhele nejčastěji připravujeme čaj. Také ho můžeme naložit do alkoholu a připravit tinkturu. Já ho po usušení rozmixuji, odstraním přes sítko větší části a přidávám jako jednu složku Zeleného koření - to je směsi bylin, které používám místo vegety skoro do každého jídla. Vyzkoušejte, vaše tělo vám bude vděčné.

(rdn).

Plánované akce:

27.6. Veřejné zastupitelstvo

Od **1.do 12.8.** Veřejné jednání k projednání Územního plánu – bude upřesněno

13.8 – Pouť

(ozk)

Kotenčický zpravodaj, čtvrtletník, IV. ročník, 2.číslo, vychází 15. 6. 2022, vydává obec Kotenčice v nákladu 110 výtisků. Evidenční číslo: MK ČR E 23526, Redakční rada: Radomíra Diana Nosálová(rdn), Jitka Hadamovská(jh), Petr Hlinka(ph), František Burian(fb), Jan Grubner(jg), Zdeněk Maršík(zm), Miroslav Černohorský(mč) obecní zastupitelstvo obce Kotenčice(ozk), Radek Troch (rt) Za poskytnutou fotografii děkujeme místnímu občanovi Jiřímu Jirouškovi. Zkratka sdh – Sbor dobrovolných hasičů. Uzávěrka příštího čísla 5. 9 2022, Redakce si vyhrazuje úpravu dodaných příspěvků i bez souhlasu autora. Tisk: Reklama Straka, distribuce OU Kotenčice, Kotenčice 69, 26223.