



1/2022
IV. ročník

Slunce už nám začíná ukazovat svoji příjemnou, teplou tvář. Ještě spíš v poledne, v noci pořád vystrkuje růžky paní Zima. Polední slunné chvíle lákají k odpočinku, ale i práci na zahradě. Dnešní doba je složitá. Začala nám další výuková lekce. Důsledky teprve pocítíme. Přemýšlím, k čemu nás to vede. V hlavě mi zní slova SAMOSTATNOST, SOBĚSTAČNOST. A kdy jindy začít pracovat na samostatnosti, samozásobitelství než na jaře. Letos jsem si říkala, že zkusím zasadit takové plodiny, co nepotřebují moc práce a přesto z nich je užitek. Rozsádím jahody, v zemi už je česnek, plánuji zasadit mangold a také cukety a dýně. Zahrada by nebyla úplná bez rajčat, ale ty už potřebují přece jen více péče. Jestli máte na zahradě kousek místa, třeba u plotu, přijďte si k nám pro sadbu topinambur. Teď je ideální doba k sázení. Rostliny vytvoří krásný, vysoký živý plot. Listy jsou vhodné do čaje pro cukrovkáře, hlízy můžeme dávat zvířatům nebo si z nich uvařit třeba výbornou polévku nebo topinamburák. Vydrží v zemi celou zimu a tak je máme pořád po ruce. Zavařování dostává nový rozměr. Poslední dobou jsem začala zavařovat i maso, vývary, polotovary. Urychlí to přípravu oběda a ušetří čas. Přitom víte, co jíte. Pokud máte recept na oblíbenou zavařeninu nebo jiný výrobek, pošlete do redakce a rádi přispěvky, nejlépe i s fotkami zveřejníme na stránkách obce. Uvnitř zpravodaje píší i o tibetské houbě. Jestli máte zájem o její kulturu zastavte se a když budu mít napěstováno víc, ráda se podělím. (rdn)

Oslavenci jubilanti

Tentokrát slavili kulaté jubileum:

p.Marie Hlinková
p.Jiřina Šimová

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:

I. čtvrtletí

7.3.
14.3.
21.3.
28.3.

Poplatek za svoz odpadu by měl být už zaplacený.

Preferujeme platbu na účet obce. Jako variabilní symbol uveďte prosím vaše jméno a číslo popisné.

(ozk)

Ze zasedání zastupitelstva

únor

- finalizuje se stavba víceúčelového hřiště. Dokončují se úpravy okolí
- územní plán - zpracovávají se připomínky občanů, pak bude následovat veřejné projednávání

(ozk)



Svoz odpadů

Odpadovým hospodářstvím se ve zpravodaji zabýváme celkem pravidelně. Jsme malá vesnice a tak tu není nic jako sběrný dvůr. Spontánně začaly vznikat hromady odpadu za skladovákem. To už teď nebude možné. Sami bychom si kazili okolí nového hřiště. Je v plánu zařídit tam koje na odpady. Nejjednodušším řešením zůstává asi vyčkat na svoz odpadu a rovnou ho vyhodit podle druhu.

Víceúčelové hřiště

Plocha hřiště už je dokončená. Proběhne srovnání okolního terénu. Vznikne provozní řád. Můžeme začít pořádat třeba turnaje nebo může začít fungovat dětský sportovní kroužek. Pro zajímavost pár fotek ze stavby hřiště.

(ozk)

Svoz nebezpečného odpadu

proběhne letos 9. dubna v době od 10 do 11 hodin. Kontejner bude přistaven na vsi.

Svoz velkoobjemového odpadu

proběhne 8.–10. dubna. Kontejner bude přistaven u nového hřiště. Další termín svozu bude pravděpodobně 23. - 25. září.

Svoz železného odpadu – zajišťují již tradičně hasiči. Letos to bude 14.května .

SDH Kotenčice

Bohužel i přelom roku 2021/2022 nám z důvodu špatné epidemiologické situace nedovolil uspořádat VVH sboru, proto bych rád vzpomněl prostřednictvím Kotenčického zpravodaje na akce, které jsme v roce 2021 společně s OÚ organizovali. Stavění



májky bylo příjemné zpestření po dlouhé přestávce. V květnu proběhl sběr železného šrotu a rozebrání boudy na vsi. V létě se epidemiologická situace uklidnila, proto jsme mohli zorganizovat tradiční pouťovou zábavu pod širým nebem. Podzim začal posvícením spojeným s pochůzkou po vsi. V listopadu jsme zvládli 2 akce v jeden den, kdy naši muži dopoledne pálili kletí na čističe a ženy pak odpoledne uspořádaly lampiónový průvod. Předvánoční čas byl bohužel epidemiologicky nejistý, proto jsme se rozhodli, že tradiční vánoční vyrábění uspořádáme jinou formou, než bylo zvykem. Za finanční podpory OÚ jsme připravili pro děti balíček, který obsahoval materiál a přesný návod na vánoční dekorace. Děti si tak mohly vyrobit vánoční dárek v pohodlí domova.

Rád bych touto cestou poděkoval členům SDH a ostatním přátelům sboru, kteří se podíleli na činnosti a organizaci akcí.

Plánované činnosti v roce 2022:

- Velikonoční vyrábění
- Čarodějnice
- Sběr železného šrotu
- Dětský den
- Pouťová zábava
- Posvícení
- Lampiónový průvod
- Tradiční vánoční vyrábění
- Brigády

Termíny jednotlivých akcí budou upřesněny na webu OÚ a hasičské nástěnce.

V letošním roce připravujeme zájmový kroužek pro děti. Přesné zaměření a čas konání projednáváme. Bližší informace budou opět na hasičské nástěnce, případně webu OÚ. (starosta SDH).

Uklid'me Koteňčice

I v letošním roce se Koteňčice zapojí do akce „Uklid'me Česko“. Organizace stanovila termín na 2. 4. 2022 a toho se budeme držet. Opět v obci a okolí silnic posbíráme to, co tam nevychovaní vyhodili. Sesbírané vytrídíme a zlikvidujeme. Budeme rádi za každou dobrovolnou ruku. A ptáte se kdy? Sejdeme se v sobotu 2. 4. 2022 v 9:30 před Klubkem, nafasujeme rukavice a pytle a vydáme se vstříc odpadkům. Na viděnou. (zm)

Company INTERNAL

Uklid'me Česko

Uklid'me Koteňčice

2. dubna 2022

Sejdeme se v 9:30 hodin před Klubkem

Pytle a rukavice zajištěny, nezapomeňte na pevnou obuv!

Kontakt: Zdeněk M. 720 705 806

www.UklidmeCesko.cz

Partneři akce

KB Nadace Jistota GARNIER PENNY SKODA Coca-Cola HBC EKO KOM

Bylinkové okénko –

Tibetská houba

Když jsem přemýšlela o čem psát, napadla mě tibetská houba. Vlastně se vůbec nejedná o houbu, ale o společenství bakterií a mléčných a octových kvasinek. Svým vzhledem ovšem právě houbu připomíná. V oblasti Tibetu se používá odedávna. K nám se dostala až v 19. století. Dnes se o ní mluví jako o elixíru zdraví.

Jaké jsou tedy její účinky?

Mnoho zdrojů uvádí až zázračný účinek na lidské zdraví. Tibetská houba příznivě působí na srdce, pomáhá lépe rozkládat cholesterol v cévách, reguluje krevní tlak. Její konzumace je tedy mimo jiné i prevencí infarktu myokardu. Doporučována je i při různých nemocech ledvin, sleziny, žlučníku, slinivky či jater.

Kefírový nápoj odkyseluje organismus, zabraňuje shromažďování a hnilobným procesům potravy ve střevech. Tím působí pozitivně na trávicí soustavu. Stimuluje imunitní systém, zpomaluje stárnutí, zvyšuje vitalitu, zabraňuje únavě spojené se stresem. Prý dokáže brzdit vývoj metastáz (dle všeho mohou probiotika ve fermentovaných potravinách potlačovat růst nádoru) a je cenným zdrojem vitamínu B 12 a kyseliny listové. Vitamin B12



Mikroorganismy tvořící tibetskou houbu se živí zejména mléčnou laktózou. Proto nápoj mohou konzumovat i lidé, kteří jsou na ni alergičtí. Samozřejmě jako všude, vyzkoušejte opatrně a uvidíte. Jedna drobná rada na závěr. Pokud nejste zvyklí na zakysané nápoje, konzumujte opatrně. Může trochu zrychlit krok ☺ . Postupným zvyšováním dávek se vyhnete nadměrnému zrychlení střev ☺. Kysané nápoje ochlazují organismus. Proto pokud jste zimomřiví nebo v zimě pijte kefir raději odpoledne. Tibetskou houbu si můžete zamluvit po předchozí dohodě u nás. Dohoda je nutná proto, aby bylo houbiček dost. (rdn).

neboli kobalamin je vitamín, o jehož nedostatku se hovoří v souvislosti s veganstvím. V potravinách neživočišného původu se nachází málo. Mnozí vegani proto používají doplňky stravy, které tento vitamín obsahují. Tibetská houba pro ně ovšem řešením není, protože se při její přípravě používá mléko.

Jak si doma připravit kefírový nápoj?

Je to opravdu jednoduché. Dvě až tři lžičky houby dáme do sklenice a zalijeme cca půl litrem mléka. Necháme stát 24hodin, přecedíme a je hotovo. Houba by neměla přijít do styku s kovem, používám proto plastový cedník. Směs můžeme, ale také nemusíme propláchnout vodou a vrátíme do sklenice. Nepropachujeme, když chceme podpořit tvorbu nových krystalků.

Pijeme jako kůru cca 20 dní. Pak si uděláme 10 dní přestávku. Během této doby můžeme houbičky zalít vodou a nechat v lednici.

Plánované akce:

- 9.4.** od 10 – 11 hod Svoz nebezpečného odpadu – přistaven kontejner na vsi
- 8. – 10.4.** velkoobjemový odpad – u hřiště
- 14.5. –** železný odpad - hasiči (ozk)

Kotenčický zpravodaj, čtvrtletník, IV. ročník, 1.číslo, vychází 15. 3. 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), Za poskytnutou fotografii děkujeme místnímu občanovi Jiřímu Jirouškovi. Zkratka sdh – Sbor dobrovolných hasičů. Uzávěrka příštího čísla 5. 6. 2022, Redakce si vyhrazuje úpravu dodaných příspěvků i bez souhlasu autora. Tisk: Reklama Straka, distribuce OU Kotenčice, Kotenčice 69, 26223.