

ekoZpravodaj

Zpravodaj Ekologického centra Kralupy nad Vltavou



Z OBSAHU:

- Nová soutěž ekocentra
- Ekobesedy pro kralupskou veřejnost
- Včelařem na rok na zkoušku
- Léčebný potenciál zázvoru
- Jak na smoothie?



- 2 Naše téma...
- 3 Soutěž - lípy a jiné významné...
- 4 Ekobesedy pro veřejnost
Oslavy Dne Země
- 5 Labe v Neratovicích plné ryb
Dětský den v Pardubicích
- 6 Včelařem na rok na zkoušku
Plínky, plenky... jde to i bez nich
- 7 Bezobalu
Kam s ním?
- 8 Pravidelné rubriky
(Slovníček, Zelená domácnost,
Co se děje..., Okénko z přírody,
Z vašich dotazů)
- 10 Ekocentrum nabízí



Začátek letní sezóny ve znamení sinic

Stejně jako každý rok můžeme počítat s varováním před koupáním v kdejakém rybníku či přehradě. Důvodem často bývá výskyt a následné přemnožení sinic neboli vodního květu – nepříliš vábně vypadající zelenavý povlak pohupující se na vodním povrchu. Málokdo z nás však ví, co vlastně přesně sinice jsou, jaké mají vlastnosti, jak můžeme jejich vzniku předcházet a hlavně jaké nám v kontaktu s nimi hrozí nebezpečí.

Sinice jsou nejbližšími příbuznými bakterií. Jsou velmi „aktivní“, lze je najít jak ve vysokých teplotách (např. až 85 °C), tak i v teplotách pod bodem mrazu (až -180 °C – tato teplota byla experimentální). Dokáží přežít skoro všude, někteří vědci se domnívají, že ty nejstarší pocházejí z období asi před 3,5 miliardami let. Sinice jinak také nazýváme cyanobaktérie, mají velice často tendenci seskupovat se na hladině ve formě zelené krupice, nejčastěji označujeme tento jev jako vodní květ. V posledních letech dochází k velkému rozvoji těchto organismů již na počátku června.

Přemnožení sinic na vodních plochách je spojeno se zvýšeným množstvím minerálních látek rozpuštěných ve vodě, především s fosforem, tento proces nazýváme eutrofizace vody. Eutrofizace vzniká v důsledku nadměrné koncentrace fosfátů, jenž jsou obsaženy v umělých hnojivech, která se dostávají do vodních toků (tzv. výluhy půd), ale také bývají poměrně čteně zastoupeny v pracích prostředcích.

Fosfáty jsou částečně odbourány v čistírnách odpadních vod, ale stejně většina z nich skončí ve vodách přírodních, kde právě ve velké míře přispívají k rozvoji sinic a ke snižování celkové kvality vody.

Většina z nás se ráda osvěží, za horkého letního počasí, v kdejakém rybníku či nádrži. Často si ale neuvědomuje, že se jedná o domov celé řady živočichů a drobných organismů. Některé můžeme vidět pouhým okem, jiné pouze pod mikroskopem. Bohužel mezi ty nejobávanější patří sinice. Pro většinu lidí představuje kontakt s nimi, především pak pro alergiky, velké riziko. Při kontaktu s kůží hrozí zarudnutí a různé ekzémy. Některé sinice obsahují i toxiny. Ty mohou vyvolat různé reakce, od lehkých otrav projevujících se střevními a žaludečními potížemi, přes bolesti hlavy, až po vážnější jaterní problémy. Riziko stoupá s délkou pobytu ve vodě a koncentrací sinic v ní. Proto je jedním z nejjednodušších způsobů, jak předejít všem komplikacím, vyvarování se koupání v kontaminované vodě.

(...plné znění článku)

Ekologické centrum Kralupy nad Vltavou

Palackého náměstí 6, 278 01 Kralupy nad Vltavou
Tel./fax: 727 808 644

E-mail: ekoporadna@eckralupy.cz

URL: www.eckralupy.cz, www.vuhu.cz

Zelená linka: 800 100 584 (Po - Pá: 6 - 19.30 hod.)

Ekologické centrum Kralupy nad Vltavou (ECK) je otevřeným informačním střediskem o životním prostředí, které funguje již od roku 2006 na základě osvědčeného modelu z Mostu. Svým charakterem (zejména napojením na dispečinky průmyslových podniků v regionu) je spolu s mosteckým ekocentrem jediné svého druhu v České republice. Činnost ECK se opírá především o aktivní informování veřejnosti, zajištění efektivní komunikace s průmyslovými podniky, veřejnou správou a veřejností a hledání společných řešení environmentálních problémů v regionu. Disponuje bezplatným Zeleným telefonem, jehož prostřednictvím zodpovídá dotazy veřejnosti.

Ekologické centrum Kralupy nad Vltavou

Po - Pá: 6.30 - 19.30 h.

800 100 584

...volejte zdarma



Foto na titulní straně: <http://pixabay.com>

SOUTĚŽ - LÍPY A JINÉ VÝZNAMNÉ STROMY

Rok 2018 se nese v duchu celonárodních oslav, které připomínají 100. výročí od vzniku Československa a 25. výročí od vzniku České republiky. K těmto výročím bývá často vysazována lípa, náš národní strom. Proto se Ekologické centrum Kralupy nad Vltavou rozhodlo uspořádat soutěž v mapování kralupských lip a dalších významných stromů ve městě. Soutěž je součástí projektu "Stromy pro Kralupy", který byl v letošním roce podpořen městem Kralupy nad Vltavou.

Úkolem soutěžících je zmapovat lípy či jiné významné stromy ve městě. Uvést o jakou lípu či jiný strom se jedná, označit přesně místo, kde roste, popsat tento strom co nejpodrobněji a případně ho vyfotografovat či jinak kreativně ztvárnit. Uvítáme i příběhy, které se váží k jednotlivým stromům či k jejich výsadbě, a také příběhy stromů, které byly

svědky historických událostí v našem městě.

Často spěcháme po stejných trasách den co den a nevnímáme krásné vzrostlé stromy okolo nás ani jejich rozložitě koruny nad námi. Tato soutěž má přitáhnout naši pozornost ke stromům, které v Kralupech rostou desítky let a jsou němými svědky událostí, které se v našem městě odehrály.



Těšíme se na soutěžní příspěvky, na vaše zajímavé postřehy, na fotografie kralupských lip a jejich příběhy i na kreativní ztvárnění stromů. Své příspěvky nám prosím doručte do kanceláře ekocentra na Palackého náměstí 6, Kralupy nad Vltavou, telefon 800 100 584, e-mail: ekoporadna(zavináč)eckralupy(tečka)cz.

Soutěž byla zahájena 15. května 2018 a bude završena v měsíci září společnou výsadbou lípy v parku na sídlišti Cukrovar ve spolupráci s místní pobočkou ČSOP (Český svaz ochránců přírody).

Součástí výsadby bude zábavně naučný program pro školáky i veřejnost. Formou připravených kvízů, soutěží a různých aktivit se dozvíte více o významu stromů pro životní prostředí i zdraví člověka a o lípě jako o našem národním stromu. U této příležitosti bude též vyhodnocena soutěž a vítězům předány odměny.

Bližší informace vám poskytnou poradci ekocentra Kralupy, ať již telefonicky, elektronickou cestou či při vaší osobní návštěvě v ekocentru.

Projekt "Stromy pro Kralupy", jehož součástí je i vyhlášení soutěže, je **partnerem projektu Lípy republiky**. Projekt Lípy republiky byl spuštěn začátkem letošního roku u příležitosti stého výročí vzniku Československa. Cílem projektu realizovaného skupinou odborníků je mapování a znovuobjevení poselství stromů republiky, které jsou nejčastěji vysazovány na počest vzniku Československé, ale i České republiky. Tyto stromy posilují naši národní identitu a jsou to živí svědkové naší historie. Protože tyto stromy nikdy nebyly předmětem souhrnného mapování, tak se jejich poselství v průběhu let postupně vytrácí či je omezeno pouze na několik málo obyvatel obce.

Ekologické centrum Kralupy nad Vltavou
vyhlašuje pro školní kolektivy, jednotlivce i širokou veřejnost



SOUTĚŽ
v mapování kralupských lip
a dalších významných stromů ve městě

Soutěž trvá od 15. 5. do 15. 9. 2018

Úkolem soutěžících bude co nejlépe zmapovat lípy a další stromy ve městě, které byly vysazeny u příležitosti různých významných akcí nebo výročí apod. Rozhodujícím hlediskem bude faktická správnost, ale také kreativní zpracování.

Své soutěžní příspěvky můžete přinášet do kanceláře ekocentra (Palackého náměstí 6, Kralupy nad Vltavou) každý všední den od 8 do 18 hodin. Můžete se s námi domluvit i telefonicky na bezplatné Zelené lince 800 100 584.

Soutěž bude završena v měsíci září společnou výsadbou lípy ve spolupráci s místní pobočkou ČSOP (Český svaz ochránců přírody).

Více informací: www.eckralupy.cz

   Projekt „Stromy pro Kralupy“ byl pro rok 2018 finančně podpořen městem Kralupy nad Vltavou v rámci individuální dotace.



Projekt „Stromy pro Kralupy“ byl pro rok 2018 finančně podpořen městem Kralupy nad Vltavou v rámci individuální dotace.

EKOBESEDY PRO KRALUPSKOU VEŘEJNOST

Ekologické centrum Kralupy nad Vltavou uspořádalo v polovině měsíce května dvě besedy z letošního cyklu vzdělávacích akcí pro veřejnost, pořádané za podpory společnosti MERO ČR, a.s. První beseda se uskutečnila ve Farním Charitním domě a druhá proběhla v Domu s pečovatelskou službou, kde se schází členové klubu důchodců z Kralup nad Vltavou a obyvatelé DPS.

V pondělí 14. 5. v odpoledních hodinách lektorky ekocentra navštívily Farní Charitní dům v Sokolské ulici, aby zde pobesedovaly s jeho obyvateli o odpadech. Podrobně v něm popsaly druhy odpadů, nakládání s nimi, jejich třídění a následnou recyklaci. Účastníci besedy se dozvěděli o tom, jaké bylo nakládání s odpady v minulosti a jak je nutné nakládat s odpady v dnešní době, z hlediska udržitelného rozvoje a ochrany životního prostředí. Přítomní získali přehled o tom, jaké možnosti třídění odpadu poskytuje svým občanům město Kralupy nad Vltavou

i další způsoby ekologické likvidace různých druhů odpadů z našich domácností. Se zájmem si vyslechli informace a sledovali krátké filmy o dnešních způsobech recyklace odpadního skla a papíru a o výrobcích z recyklátů. Semináře se zúčastnilo přibližně 15 dospělých a 15 mladších posluchačů.

Druhá beseda se konala ve středu 16. 5. v prostorách jídelny Domu s pečovatelskou službou na sídlišti Cukrovar. Lektorky ekocentra zde pro členy Klubu důchodců z Kralup nad Vltavou a obyvatelé Domu s pečovatelskou službou



připravily besedu nazvanou „Ekospotřebitelství“ a zúčastnilo se ho cca 20 seniorů.

Lektorky se věnovaly při výkladu fenoménu nakupování, klamavé reklamě a také akcím v obchodech. Zpestřením semináře bylo poznat rodiny z celého světa a jejich spotřebu jídla za týden. Každý z účastníků měl za úkol rozpoznat, zda se daná rodina stravuje zdravě, kolik jídla nakupuje a také kolik za něj utratí. Dále lektorky vysvětlily pojmy ekologicky šetrný výrobek, bio potraviny a eko označení, ale také

regionální potravina, klasa, Fair trade - [celý článek](#).

Třetí ekobeseda proběhla ve středu 6.6. pro členy Klubu seniorů podniku Kaučuk a další zájemce z řad veřejnosti, jejím tématem byla příroda na Kralupsku.

Jak beseda probíhala se můžete dočíst [zde](#).

Díky podpoře společnosti MERO ČR, a.s. byla beseda pro všechny zúčastněné zdarma.

Autor: J. Krátká, M. Haňurová

mero

OSLAVY DNE ZEMĚ...



Dne 22. dubna se na celém světě slaví Den Země, svátek

modré planety. Poprvé se oslavy uskutečnily v roce

1970 v USA. Od roku 1990 je jako světový svátek životního prostředí slaven i v České republice. Ekologické centrum v letošním roce v Kralupech oslavilo Den Země za finanční podpory od společnosti AVE Kralupy s.r.o. na dvou základních školách. První Den Země proběhl v úterý 24. dubna 2018 se ZŠ Václava Havla a druhý ve čtvrtek 26. dubna 2018 se ZŠ Třebízského v Kralupech nad Vltavou. Lektorky ekocentra připravily zábavně naučné dopoledne pro školáky prvního i druhého stupně.

První akce ekocentra se zúčastnilo celkem 170 žáků druhého stupně a probíhala souběžně uvnitř budovy i venku. Na školním hřišti byly umístěny tři stanoviště. Na prvním si vyzkoušeli soutěž Bořiči mýtů, kde musí žáci vyvrátit anebo naopak potvrdit výrok o životním prostředí. Na druhém byla připravena šipkovaná s všeobecnými otázkami, dále na ně čekal panel s dobou rozkladu odpadů.

(...[plné znění článku](#))



LABE V NERATOVICÍCH PLNÉ RYB

Na výsadbu ryb se přijeli podívat žáci z 3., 4. a 5. třídy ZŠ Libiř. Žáci nejprve se zájmem sledovali, jak rybáři za pomoci podběráků stěhují ryby z dovezených nádrží do připravených kádí. Malé i velké rybky různých druhů putovaly do Neratovic z jihočeských sádek. Některé ryby se pak z nákladního vozu svezly rukávcem rovnou do Labe. Ryby v kádích mohly děti pozorovat, po chvíli se především chlapci osmělili a začali ryby chytat rukama a potěžkávat. Rybáři pro děti připravili několik zajímavostí o rybách v revíru a rybolovu a zodpovídali dotazy dětí. Spolana a.s. podpořila rybáře v Neratovicích při nákupu a výsadbě ryb do řeky Labe. Výsadba ryb se konala v pátek 20. dubna 2018 v dopoledních hodinách.

Ekologické centrum Kralupy nad Vltavou připravilo pro žáky zábavně naučný program, který následoval hned po výsadbě ryb do Labe. Lektorky nejprve děti rozdělily do 5 družstev. Kapříci a bobříci soutěžili nejprve ve vědomostním kvízu. Jejich úkolem bylo co nejrychleji vymyslet odpověď

na kladené otázky z oblasti ochrany životního prostředí. Kdo se jako první přihlásil a věděl správnou odpověď, získal pro své družstvo bod v podobě písmenka, ze kterých potom družstvo skládalo název. Byl to velký soubor, protože obě družstva byla vyrovnaná, nakonec ale o vlasek zvítězili bobříci.



Následoval štafetový závod lodí, kdy se družstva snažila co nejrychleji obeplout s lodí stanovenou trasu. Říční lodní doprava patří k těm, které životní prostředí zatěžují nejméně.

Na druhém stanovišti byla pro děti připravena šipkovaná s několika úkoly a otázkami. Další družstvo skládalo puzzle živočichů, kteří žijí v Labi či v jeho blízkém okolí. Nechyběla ani hra na rybolov, při níž si mohli děti vyzkoušet, že chytat rybku na háček není vůbec jednoduché. Děti postupně vystřídaly všechna stanoviště, na nichž se dozvěděly nové

zajímavosti z oblasti ochrany životního prostředí a zároveň se pobavily při dané aktivitě. Za svou snahu získalo každé družstvo tašku odměn, které dětem spravedlivě rozdělily paní učitelky.

Páteční počasí se opravdu vydařilo a tak děti odcházely od řeky moc spokojené, nabité novými informacemi a zkušenostmi. Přistavený autobus je odvezl zpět do školy a my věříme, že na akci budou rády vzpomínat.

Autor článku: J. Krátká

Spolana

DĚTSKÝ DEN V PARDUBICÍCH SE VYDAŘIL

V sobotu 2. června 2018 proběhl 17. ročník Dětského Innogy super dnu na Dostihovém závodišti Pardubice - AGROFERT PARK. Součástí byl i stánek jednoho z hlavních partnerů PARAMO, a.s. s názvem FUN PARK UNIPETROL. Jeho součástí bylo i Ekologické centrum Most a Kralupy (ECMaK), které si pro návštěvníky připravilo spoustu zajímavých aktivit. V rámci stánku FUN PARKU UNIPETROL si mohli návštěvníci vyzkoušet adrenalinové a sportovní

atrakce, fotokoutek, ale také se zapojit do aktivit ECKMaK. V ekostánku si děti i dospělí mohli vyzkoušet mnoho zajímavých aktivit, např. složit puzzle, projet ekobludištěm, eko-křížovku či sudoku. Na dalším stanovišti se zase mohli dozvědět něco málo o zvířátkách, např. o jejich stravě.

Jednou z velmi oblíbených aktivit bylo procvičování smyslů, tentokrát čichu. Cílem bylo poznat devět různých vůní, určit správně zdroj vůní, případně zápachů, protože



každému z nás voní něco jiného. Dále byly připraveny plodiny a pro někoho to bylo opravdu náročné poznat je...

(...plné znění článku)

Unipetrol
ORLEN GROUP

VČELAŘEM NA ROK NA ZKOUŠKU

Láká vás chov včel, ale nevíte, zda byste to zvládli? Můžete si to vyzkoušet na jeden rok a uvidíte, zda se rozhodnete včely chovat i nadále. Včelaření je krásná a ušlechtilá záliba, která chovatele obohacuje o kontakt s přírodou, rozšiřuje jeho vědomosti o zákonitostech života rostlin i živočichů a přitom přináší užitek při získávání včelích produktů.

Včelařství patří k jednomu z nejstarších oborů lidské činnosti, v současné době jeho význam vzrůstá. Díky včelám naše krajina stále ještě kvete a rostliny plodí. Mimořádný význam včel spočívá také v opylovací činnosti v květech rostlinných druhů ohrožených vyhynutím. Včela je též nezbytná i pro život ostatních zvířat v přírodě. Např. většina druhů ptáků se živí semeny, plody, bobulovinami, které se vyvinou jen za účasti opylovatele, včely. Úspěšné opylování je způsobeno

vynikajícími vlastnostmi včel, kterou je věrnost druhu květu. V praxi to znamená, že létavka, která naletuje na květ určitého druhu rostliny, navštěvuje tuto rostlinu tak dlouho, až odkvete a nemůže již poskytovat potřebnou potravu.

Včelařit může začít každý, kdo má dostatek nadšení a trpělivosti. Prostorové podmínky nejsou nezbytné, stačí zahrádka nebo i jen ústní dohoda s někým, kdo vám povolí si na jeho pozemek dát úly. Včelařit se



dá leckde, třeba uprostřed města.

Včelí úly můžete najít i na střeše pražského Rudolfiny nebo nákupního centra Chodov. Nově jsou včelí úly umístěné také na střeše knihovny v Mostě. Med, který tamní včelky produkují uprostřed městského sídliště, je velmi kvalitní a srovnatelný s medem z venkova. Počáteční náklady na včelaření mohou být

vyšší, odhadem 20 000 Kč, po nějaké době se vám však vrátí. Podmínky pro včelaře zlepšuje také dotační podpora včelařů. Pustit se do včelaření s takovou počáteční investicí a s nejistotou, zda vás bude tenhle náročný koníček bavit, je riziko, které mnohé odradí.

(...[plné znění článku](#))

Autor: Jana Krátká

PLÍNKY, PLENKY... JDE TO I BEZ NICH

Ať už miminko teprve čekáte anebo už ho máte doma, určitě řešíte jeho hygienické potřeby a zamýšlíte se nad tím, jaké budete používat plenky. Někteří z nás zároveň přemýšlí o jejich dopadu na životní prostředí = odpadu. Dnes existuje mnoho způsobů, jak pohodlně zvládnout přebalování, s pomocí ekoplen anebo použití tzv. bezplínkové metody.



Britská agentura pro životní prostředí uveřejnila v roce 2008 studii, porovnávající uhlíkovou stopu výroby a používání látkových a jednorázových plen. Závěr?

V případě praní látkových plenek při 60 °C a "přírodním" sušení na šňůře jsou látkové pleny více než 2x energeticky úspornější,

V případě praní na 90 °C a sušení v elektrické sušárně je výsledek opačný – látkové pleny jsou téměř 2x energeticky náročnější než jednorázové.

Moderní jednorázové plenky se obvykle vyrábí z látky podobného vodotěsného

obalu, vlhkost odvádějící vnitřní vrstvy a absorbujícího vnitřního jádra. První zmínka o jednorázové plence se objevila již v roce 1942 ve Švédsku. První jednorázové plenky měly vnitřek z mnoha vrstev kapesníkového papíru a byly schopny udržet 100 ml moče, což představuje asi jedno močení.

Po roce 1960 se začala pro absorpční jádro používat celulóza a jednorázové plenky se staly populárnější u rodin, které si je mohly dovolit. Od sedmdesátých let se začaly masově vyrábět i pro dospělé. Do České republiky se dostaly až v 90. letech.

(...[plné znění článku](#))

Zero Waste - to je životní styl, který v poslední době oslovuje stále více a více lidí po celém světě. Není divu, tento životní styl má za cíl jednu jedinou věc a tím je nulový odpad.

Připravujete si rádi jídlo z kvalitních surovin? Uvědomujete si, že mimo potravin si domů z obchodu přinesete zároveň i množství obalů – tedy odpadků? Přijde vám to už zbytečné, zatěžující Vás i planetu? Tak jste právě ti praví, kteří

se mohou inspirovat tímto trendem. Návratem do nedávné historie, kdy naše prababičky nakupovali např. mléko do vlastních bandasek a suroviny v koloniálu do lněných pytlíků.

Konceptem Zero Waste – tedy předcházení vzniku

odpadu se zabývá nezisková organizace Bezobalu. Inspirací jim byla kniha BEZ OBALU od autorky Bei Johnson, která se už od roku 2008 snaží žít tak, aby její domácnost (4 lidé + pes) vyprodukovala pouze jednu litrovou zavařovací sklenici odpadu za rok. Podařilo se jí - přednáškovou činností, blogem a touto knihou rozpohybovat celosvětové Zero Waste hnutí za život bez odpadu. Ukazuje, že tento životní styl nemusí být komplikovaný, že může mít šmrnc, zdravotní benefity a v neposlední řadě přináší i časové a finanční úspory. Bea je držitelkou hlavního ocenění mezinárodní soutěže The Green Awards. Na svých stránkách vytvořila aplikaci Bulk App, která na celém světě mapuje místa, kde lze nakupovat bezobalově. Přináší vám zároveň nespočet receptů na domácí výrobu čokoliv. Dále návody jak přistupovat

k Vánocům, Valentýnu a dalším dnes nezřídka spotřebním svátkům, kniha je doplněna i o české realie.

V knize uvádí spoustu vyzkoušených a osvědčených praktických doporučení, které je jednoduché ihned zavést do života a snížit tak množství produkovaného odpadu, který zahluje naši planetu. Poradí vám, co fungovalo, ale i o to, co naopak naprosto selhalo. Je to prostě takový komplexní manuál kterak dosáhnout bezodpadové nebo méně odpadové domácnosti. Chce vás podnítit k tomu, abyste si nulový odpad stanovili jako idealistický cíl, ke kterému se budete chtít co nejvíc přiblížit. Pomůže vám k tomu dodržování pěti R.

(...[plné znění článku](#))

Autor: Monika Haňurová



KAM S NÍM?

Kvůli chystanému zákazu skládkování, který má začít platit v roce 2024, musí Česko vyřešit, jak naložit s až dvěma miliony tun odpadu ročně, které zatím končí na skládkách.

Už do roku 2020 musí kvůli skládkové směrnici putovat ročně na skládky o 800.000 tun směšného komunálního odpadu méně. Podle evropských cílů pro oběhové hospodářství musí dále Česko v roce 2025 využít materiálově o milion tun surovin více, než tomu bylo v roce 2016. Uvedli to odborníci na odpady na semináři v Senátu, který pořádal výbor pro územní rozvoj, veřejnou správu a životní prostředí.

Jak uvedl Vojtěch Pilnáček z ministerstva životního prostředí (MŽP), pro zákaz skládkování v roce 2024 se připravuje nová legislativa, která řeší užití odpadů jako paliva. Poplatek za skládkování, který platí obce, se zvýší na 2000 korun za tunu. Zvýšení má motivovat obce k většímu předcházení odpadům a třídění. "Výše poplatku je nyní 500 korun, od roku 2009 se nezvýšila," řekl zástupce MŽP. Podle kritiků, například z České asociace odpadového hospodářství, nevedou taková opatření ke zvýšení recyklace, ale k přesměrování odpadů ze skládek do spaloven. Odpadový expert spolku

Arnika Milan Havel uvedl, že se dosud málo řeší prevence vzniku odpadů. Pokud se to nezmění, stanovené cíle podle něj budou jen obtížně dosažitelné. Velké rezervy jsou podle něj u odpadů z firem. Mezi obcemi jsou velké rozdíly, některé už dokázaly produkci směšných odpadů na obyvatele velmi snížit. Rezervy mají obce hlavně u kompostovatelného odpadu. Podle Pilnáčka analýzy ukazují, že bioodpady tvoří až 40 procent směšného komunálního odpadu. Situace se začíná mírně zlepšovat, starostové si uvědomují, že bioodpad množství odpadu zvyšuje zbytečně. "V této oblasti byly vyhlášeny dvě výzvy,

podpořeno více než 300 projektů. Většina z nich je na kompostéry," řekl Tomáš Prokop ze Státního fondu životního prostředí.

Vedle posílení třídění chce ministerstvo podpořit zařízení pro materiálové využití odpadu, tedy pro recyklaci, a pro energetické využití odpadů, což znamená spalování a získávání tepla, případně i elektřiny. Z minulého operačního programu EU pro životní prostředí OPŽP 2007-2013 šlo do Česka na nakládání s odpady téměř 13 miliard korun.

Převzatý článek: www.ekolist.cz.

Pro zlepšení orientace v pojmech, souvisejících s životním prostředím, jsme pro Vás připravili populárně naučný slovníček.



Ozón

Namodralý plyn s typickou vůní, která je zřetelná např. v létě po bouřce.

Je tvořen tříatomovými molekulami kyslíku. Ozon vzniká působením krátkovlnného záření nebo elektrických výbojů na dvouatomové molekuly kyslíku, které rozštěpí na jednoatomové kyslíkové radikály, jež se slučují s molekulou kyslíku za vzniku ozonu. Hlavní funkce ozonu v ozonoféře je zadržování krátkovlnného záření od Slunce a z kosmického prostoru, které by jinak bylo pro život na Zemi nebezpečné. Ozonovou vrstvu ničí některé látky uvolňované člověkem, např. oxid dusný a freony. V přízemní vrstvě atmosféry je však ozon nežádoucí vzhledem k jeho toxicitě dané silnými oxidačními účinky.

Ozonová vrstva

Ozonosféra - oblast ve stratosféře ve výšce asi 25 až 35 km obsahující vysoké množství ozonu, který zde absorbuje škodlivé ultrafialové záření. Poškození ozonoféry způsobují freony.

Ozonová díra

Jedná se o snižování koncentrace, zředování ozonu v určitém místě ozonoféry působením člověka. Ozon je ničen mj. zejména chlorofluorovanými uhlovodíky, tzv. freony, které jsou neobyčejně stálé a z atmosféry je nelze prozatím odstranit. Pozvolna stoupají troposférou (asi 10 i více let), vystupují do velkých výšek, kde setrvávají po staletí a trvale zředují ozonosferu. Tím uvolňují průchod UV záření k zemskému povrchu, což vyvolává poruchy zraku, rakovinu kůže aj.



Jak na smoothie?

Oblíbili jste si smoothie? Nebo jste si zrovna pořídili mixér a s přípravou zdravých koktejlů teprve začínáte? Připravte si super zdravé smoothie ke snídani nebo ke svačině.

Základem každého zdravého smoothie jsou suroviny. Používejte lokální a sezónní ovoce a zeleninu. Na jaře například špenát, ředkvičky nebo jahody. V létě listovou zeleninu, borůvky, okurky. Na podzim a v zimě jablka, hrušky, červenou řepu. Do smoothie můžete směle přidávat i super potraviny. Nemusíte hned sahat po exotice, skvělé jsou například obyčejné kopřivy, medvědí česnek nebo zelený ječmen.



Ozdravné smoothie z červené řepy

Červená řepa je plná vitamínu C, obsahuje skupinu vitamínu B, draslík, vápník a také betain, který podporuje činnost jater. Červená řepa podporuje žaludeční činnost, působí močopudně a pomáhá vylučovat sůl z těla.

Na zdravé smoothie z červené řepy budete potřebovat:

- 1 červenou řepu
- 1 mrkev
- 1 jablko
- lžičku citronové šťávy
- kousek čerstvého zázvoru

Řepu a jablko oloupejte, mrkev očistěte.

Pokrájejte na větší kusy. Přidejte lžičku citronové šťávy a kousek zázvoru.

Rozmixujte, případně přidejte trochu vody, pokud šťáva bude moc hustá.

CO SE DĚJE...

Samosběr jahod 2018: Kde si nasbírat jahody a ušetřit?

Milujete čerstvé jahody? Pokud člověk nemá zahradu a nechce jahody kupovat v obchodě, nabízí se samosběr jahod. Přinášíme vám přehled míst v jednotlivých krajích České republiky, kde si můžete nasbírat jahody.

Níže najdete seznam všech oblíbených míst ve Středočeském kraji. Aktuální informace týkající se ceny, adresu i otvírací dobu se dozvíte při prokliku přímo na stránky jednotlivých plantáží.

Středočeský kraj

- [Jahodárna Sedláčky](#)
- [Jahodárna Vraňany](#)
- [Ovocné sady Bříství](#)
- [Jahodárna Rataje nad Sázavou](#)
- [Jahody Oskořínek](#)
- [Starokolínské jahody](#)
- [Jahodárna Kouřim](#)



Léčebný potenciál zázvoru

Zázvor se užívá a používá v mnoha formách od čerstvého kořene přes odvar, prášek, bonbony až po kosmetické doplňky. Ale jeho účinků si všímá i moderní věda.

Zázvor lékařský provází lidstvo od nepaměti. Kořen této rostliny se používal v kuchyni, ale také v léčitelství mnoha kultur (od indické ájurvedy přes tradiční čínskou až po africkou medicínu).

V Evropě se objevuje zázvor ve starém Řecku, po oslavách jím tlumili nevolnosti. Středověk jej objevil mimo jiné jako příchutí do piva. Anglický botanik William Roscoe dal rostlině latinské jméno *Zingiber officinale* v roce 1807. Vycházel z řeckého jména zingiberis, jehož předchůdcem je sanskrtské slovo „shingavera“, což znamená „mající tvar jeleních parohů“.

Dnes se zázvor, nejlépe jeho odvar, užívá podomácku k léčbě kašle a nachlazení, případně k tlumení nevolnosti, mořské nemoci, zvracení. Moderní věda ale zkoumá zázvor i kvůli obsahu látek, které chrání před záněty, a dokonce i nádorovými chorobami.

Nejvýznamnější skupinou farmakologicky aktivních látek obsažených v zázvoru je skupina fenolů, odpovědných za jeho palčivou chuť. Řadí se mezi ně gingeroly – 6-gingerol, 8-gingerol, 10-gingerol a jejich derivát 6-shogaol. Studie potvrdily jejich slibné protinádorové účinky, příznivý vliv na trávicí soustavu, na snížení hladiny cukru u



diabetiků, silné antioxidační působení, prokázaly též jejich protizánětlivé, analgetické, hypolipidemické nebo antipyretické účinky. Bezesporu velkou výhodou je jejich nízká toxicita a bezpečnost užívání. Americká léková agentura FDA je proto řadí do bezpečných látek.

Příznivé účinky zázvoru a jeho metabolitů, zejména 6-gingerolu, proti různým druhům nádorů potvrdila řada studií v in vitro a in vivo modelech. Mechanismů působení je několik, látka se podílí na apoptóze nádorových buněk nebo na likvidaci volných radikálů.

Rostoucí nádor potřebuje zvýšené krevní zásobení. Na růstu nových cév se podílí i protein VEGF (Vascular Endothelial Growth factor). Jeho zablokování (případně i gingerolem) způsobí nedostatečné krevní zásobení nádoru, a tím jeho pomalejší růst, případně regresí. Pokusy na zvířecích modelech ukázaly, že gingeroly také dokážou blokovat metastatickou aktivitu u karcinomu prsu. Slibné výsledky jsou popisovány rovněž u nádorů tlustého střeva a prostaty.

Gingeroly tak vlastně účinkují podobně jako některé protinádorové léky, například monoklonální protilátka bevacizumab (Avastin).

Článek převzat z <https://vesmir.cz>



Světový den životního prostředí připomíná, že každý rok do oceánů vyhodíme 8 milionů tun plastů

Životní prostředí má svůj den 5. června. Letos pro něj OSN zvolilo téma, které v poslední době rezonuje na nejrůznějších úrovních světových, evropských i národních. Znečištění moří a oceánů plasty. Podle zprávy OSN se každoročně do mořské vody dostane na 8 milionů tun plastu, které ohrožují kvalitu této životodárné tekutiny i existenci živé přírody v ní.

Spojené národy věnují letošní Den životního prostředí tématu "BeatPlasticPollution" a kampani "Čistá moře", která bojuje proti znečištění z plastu zejména ve světových oceánech. Kdokoli se může ke kampani připojit tady a vyjádřit svou podporu při snižování, opětovném použití a recyklaci plastů. Jaký je vzkaz pro tento den? Šetřte s plasty! [Více zde.](#)

Z během minulého týdne představené evropské strategie pro plasty v oběhovém hospodářství vyplývá, že každý rok se jenom na starém kontinentu vyprodukuje přibližně 25,8 milionu tun plastového odpadu. Na plázcích EU tvoří nejběžnější nalezené předměty z 50 procent plasty na jedno použití. Globální roční produkce plastů vyšplhala na 300 milionů tun, z toho nejvíce – 141 milionů tun – připadá na obaly. Evropská komise proto navrhla zakázat jednorázové plastové výrobky jako např. brčka, kelímky, nádobí, příbory nebo míchátka. „Omezení škodlivého plastového smetí je pro Evropu obchodní příležitostí. Můžeme vytvořit udržitelné výrobky, po kterých bude v příštích dekádách ve světě poptávka, a vlastně tak více ekonomicky těžit z našich vzácných zdrojů,“ uvedla Komise na svém Twitteru.

Není na co čekat

V některých zemích už vlády plastovým hordám přestávají jen přihlížet. Velmi aktivní je na tomto umělohmotném poli například Velká Británie, odkud přicházejí zprávy o revoluci v recyklaci kelímků na kávu. Málokdo totiž ví, že kelímky, ve kterých si objednáme „kávu s sebou“, se nerecyklují a končí na skládkách, nebo v lepším případě v zařízeních na energetické využití odpadu. Britové ročně vyhodí kolem 2,5 miliardy jednorázových kávových kelímků. Téměř žádný z nich (přesně je to 99,75 %) se nerecykluje. Největší ostrovní kavárenský řetězec Costa Coffee, který má tisíce poboček v dalších více než 30 zemích, chce proto rozjet projekt na podporu sběru takovýchto kelímků.

Zapojují se i menší podniky a instituce. A pro příklady nemusíme chodit až do Spojeného království. Problémy související s jednou použitými a vyhozenými kelímky, brčky, tácky apod. rezonují i v České republice. Řada kaváren, občerstvení a barů v kulturních zařízeních už poskytuje alternativy a slevy pro zákazníky, kteří se s plastovým nádobím rozloučí. Tipy na ně najdete [zde](#).

Blbneme na kvadrát

Pozadu v boji s nadužíváním plastů nezůstává ani česká vláda. Na nutnost omezit spotřebu jednorázového nádobí poukazuje ve své letošní kampani **DOST BYLO PLASTU** Ministerstvo životního prostředí. To ještě před případnou regulací prosazuje dobrovolné dohody s restauracemi, občerstveními v nákupních centrech, kavárnami, fast foody...

(... plné znění článku)

EKOLOGICKÉ CENTRUM NABÍZÍ

Ekologické centrum Kralupy nad Vltavou nabízí výukové programy, semináře "na míru" s tématy:

- biopotraviny, krajina, průmysl, zdraví a životní prostředí, voda, půda, odpady, biodiverzita, obnovitelné energie, klimatické změny a další.

VÝUKOVÉ PROGRAMY PRO ŠKOLY

- samotná výuka probíhá ve škole, v učebně s možností promítání na stěnu, plátno či interaktivní tabulí (pokud není uvedeno jinak),
- možnost konání programu kdykoli během roku, v dopoledních i odpoledních hodinách (např. pro družinu či odpolední vyučování).

V rámci programů pracují lektorky ECK s vhodnými demonstračními pomůckami (se kterými pracují i samotní posluchači), aby byl zesílen efekt předávaných informací. Všechny programy jsou koncipovány v délce 90 minut, lze je ale dle potřeby zkrátit na 45 minut s vynecháním některých aktivit.

VYDALI JSME



Brožura o projektu.
[Ke stažení zde.](#)



Série letáčku o správném třídění a odpadech, o vodstvu a o přírodě na Kralupsku.

Ke stažení na webových stránkách ekocentra.

POZVÁNKY, AKCE

15. 7. a 12. 8. 2018

WORKSHOP ZAHRADA VŮNÍ

Praha, Botanická zahrada

V rámci voňavých workshopů se seznámíte s ingrediencemi parfému Fata Morgana (parfém je součástí dlouhodobého projektu Vonné stezky), s tvorbou přírodní vonné kompozice, poznáte osobní vůně s příběhem apod. Trocha parfumérské teorie - hlava srdce a základ parfému. Rezervace nutná na emailu.

[Více informací](#)



4. 8. 2018

ŽNĚ V PRALESE

Praha Kbely, Ekocentrum Prales

Se zájemci z řad veřejnosti naklepeme kosy a sklídíme hezky postaru úrodu obilí na poli. Uvážeme snopy a naučíme se z nich stavět i panáky. Přijďte si odpočinout od hektického života ve městě. Celá akce je zdarma.

