

ekoZpravodaj

Zpravodaj Ekologického centra Kralupy nad Vltavou

Z OBSAHU:

- Kralupy - čisté město v roce 2020
- Vysadili jsme ovocný sad
- Zdravější svíčky
- Jak si užít Vánoce a nezanechat po sobě spoušť



- 2 Naše téma...
- 3 "Kralupy - čisté město" v roce 2020
- 4 Kralupský ovocný sad
Ovzduší na Kralupsku
- 5 Zdravější svíčky nejen o Vánocích
Kompostování v panelovém domě?
- 6 Bezobalové nakupování
Kralupské lesy
- 7 Technické konopí
- 8 Pravidelné rubriky
(Slovníček, Zelená domácnost,
Co se děje..., Okénko z přírody,
Z vašich dotazů)
- 10 Ekocentrum nabízí

Imunita, čím ji posílit a upevnit?



V této době mnozí z nás hledáme, čím bychom mohli posílit naši imunitu, aby obstála před viry. Stále více lidí a známých osobností se hlásí k otužilcům a po několika měsících si pochvalují zlepšení svého zdravotního stavu. Jak jste na tom vy?

Přichází zima a s ní chladné počasí, to pro náš imunitní systém představuje opravdu zátěž. A vitalitu si samozřejmě užijeme jen tehdy, když jsme zdraví a nemusíme doma ležet s teplotou a kašlem. V zimě se nejvíce daří různým respiračním infekcím, které některé z nás ohrožují. Viry a bakterie jsou kolem nás celý rok, jen zima a s ní spojená nižší teplota působí na náš organismus jako stresor. Naše tělo je přizpůsobivé a stejně jako se snaží kompenzovat negativní působení jiných stresorů, přesně tak to dělá i v případě působení chladu. Děje se to proto, že patříme mezi živé organismy, které si musí svou tělesnou teplotu udržovat víceméně na stejné úrovni. K tomu nám pomáhá proces termoregulace. Malé odchylky naše tělo umí tolerovat, ale při větších teplotních rozdílech už hrozí na jedné straně poškození zdraví podchlazením – hypotermií a na druhé straně poruchami našich fyziologických funkcí, které souvisí s přehřátím organismu – hypertermií. Zjednodušeně se dá říci, že naše tělo kompenzuje působení chladu především dvěma způsoby, a to: zvýšením produkce tepla a snížením tepelných ztrát.

Otužování je metoda pro posílení imunitního systému a ducha, může být rekreační, ale i sportovní, představující plavání ve studené vodě čili ve vodě s teplotou nižší než 10 °C. Ke sportovnímu otužování, tzv. zimnímu plavání, se člověk musí dopracovat postupně. Zimní plavání je vhodným doplňkem i pro jiné sportovní disciplíny – například horolezectví, dálkové plavání, potápění, zimní turistiku, lyžování a podobně. Rekreačním otužováním rozumíme sprchování studenou vodou, saunování a sportování po celý rok ve volné přírodě, například běhání nebo cyklistiku v lehkém úboru.

Otužování slouží k předcházení chorob, k léčbě chorob se využívá vodoléčba (tzv. Priessnitz), a podle propagátorů je účinnou prevencí proti nachlazení, chřipce, angíně, a dalším nemocem jako je vysoký krevní tlak nebo bolesti zad. Otužování se nedoporučuje pouze v případě srdečních chorob, během akutního onemocnění (když už nachlazením či chřipkou procházíte a nějakou dobu po ní). Mírnější režim otužování bývá doporučován dětem a starším lidem, vždy je však vhodné toto konzultovat se svým praktickým lékařem.

(celý článek)

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: 6.30 - 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 správu 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>



"KRALUPY - ČISTÉ MĚSTO" V ROCE 2020

I v letošním roce pokračoval osvětový projekt našeho ekocentra – „Kralupy – čisté město“, který řadu let podporuje Město Kralupy nad Vltavou. V rámci projektu se letos na podzim povedly uskutečnit celkem tři akce, dvě ekovycházky s Patrony a již tradiční úklidová akce s žáky ZŠ Jodlova.

Projekt Kralupy – čisté město je koncipován jako informačně osvětová kampaň, která se zaměřuje na širokou veřejnost, ale především na školy. Cílem projektu je přispět k aktivnímu zapojení veřejnosti do problematiky regionální ochrany životního prostředí, posílení zájmu o dění ve městě a sounáležitosti s prostředím svého bydliště, pracoviště nebo míst k trávení volného času.

V září se naše ekocentrum spolu se ZŠ Jodlova zapojilo do celonárodní kampaně „Uklidme Česko“. Z důvodu horší předpovědi počasí se akce přesunula z plánovaného 18.9 na úterý

22.9.2020. Počasí nám ten den opravdu přálo a úklid se vydařil. Jak jsme byli úspěšní a o tom, co všechno děti našly a posbíraly, se dočtete v článku [Úklidová akce s Ekocentrem](#).

Ve čtvrtek 1. 10. 2020 odpoledne pozvaly lektorky ekocentra na Palouček u řeky na ekovycházku třetáky z družiny při základní škole V. Havla. Před školou proběhlo přivítání a představení ekocentra a pak jsme se již společně vydali na Palouček. Zde děti plnily aktivity a odpovídaly na otázky z oblasti ekologie. Spektrum dotazů bylo různé – od odpadů, přes dopravu, až po ochranu přírody. Na



závěr se děti utkaly při štafetovém závodě lodiček. Na rozloučenou každý obdržel drobnou sladkost a na památku magnetku s logem projektu. Jak děti, tak i pí. vychovatelka byly velmi spokojeny s programem ekovycházky.

V úterý 20. 10. 2020 dopoledne přivítaly v Minicích lektorky ekocentra děti z Lesní mateřské školky. Spolu s p. Málkem z místní pobočky ČSOP pro ně připravily výsadbu ovocných stromů v nově založeném ovocném sadu. Děti si zasadily hrušně, konkrétně starou odrůdu Williamsovu. Lektorky ekocentra si pro nejmenší připravily bohatý program. Při první aktivitě měly děti za úkol poznat a správně určit dřeviny, poté proběhlo povídání o stromech. Pak přišla na řadu samotná výsadba stromků, pan Málek dětem ukázal, jak je důležité si místo výsadby dobře připravit – zaměřit jámu, odstranit opatrně květináč, prostříhat kořeny

a poté stromek dobře zamulčovat.

Děti sledovaly a poté aktivně pomáhaly se zalíváním a nezapomněly ani na další blízké mladé ovocné stromky, které tu ECK ve spolupráci s ČSOP a Odborem životního prostředí vysázelo v pátek 16. 10. 2020 (informovali jsme - zde). Na závěr děti dostaly drobné odměny – sladkost a dřevěné jablíčko na památku vysazení stromčků, dále obdržely pomůcku do školky, a to skleničku na výsadbu a pozorování klíčení a růstu semínka (pozn. Kulíšci mají od roku 2017 v patronaci les v Minicích, v lokalitě Pod Hradištěm, kde mají i svoji základnu).

Věříme, že čas strávený v přírodě, venku s lektorkami ekocentra všechny malé i velké děti baví a i nenásilně poučí o ochraně přírody.

Podpořeno městem Kralupy nad Vltavou.



Česko se letos podařilo uklidit jen z části

Jarní organizované akce museli letos organizátoři z Českého svazu ochránců přírody a spolku Uklidme Česko bohužel odvolat (přitom před vyhlášením nouzového stavu měli zaregistrováno rekordních 2 400 úklidů).

Na podzim pak proběhlo v České republice 737 úklidových akcí podařilo více než 22 tisícům dobrovolníků sesbírat bezmála 250 tun odpadů.

Ekocentru se při podzimní "úklidovce" podařilo nasbírat celkem 13 pytlů odpadu, hromadu nadměrného odpadu, který se do pytlů nevešel a dvě plné plechovky nedopalků (cca 200 kg odpadu), bohužel tentokrát se našly i 3 injekční stříkačky.



Uklidme Česko

KRALUPSKÝ OVOCNÝ SAD

V rámci dotačního projektu Kralupské stromy proběhlo několik akcí Ekologického centra Kralupy pro školáky i veřejnost. Mezi jedny z nich patřila výsadba veřejného sadu a také soutěž "Kralupské stromy", jak vše dopadlo se můžete dočíst v našem článku.

V pátek 16. října proběhla náhradní výsadba ovocného sadu v Minicích. Výsadba ovocného sadu v Minicích měla být významnou akcí ekologického centra ve spolupráci s Městem Kralupy nad Vltavou, odborem životního prostředí. Již od června 2020 probíhala

registrace zájemců o výsadbu 15 rodinných stromů. Přihlásili se celé rodiny, které si chtěly vysadit ovocný strom v sadu, ale také jedna kralupská firma a několik spolků a organizací. Celkem bylo na akci pozváno kolem 60 lidí. Ekocentrum připravilo veškeré potřebné zázemí, aby se hosté cítili na



výsadbě dobře, aby na svůj chvályhodný počín v rámci ochrany přírody měli hezkou památku a aby se také společně pobavili, poznali a dozvěděli se něco nového o stromech.

Byl připraven pestrý program s vyprávěním o významu stromů, vyhodnocení soutěže Kralupské stromy a předání odměn vítězům, zábavné ekologické aktivity pro děti i dospělé, ochutnávka moštů apod.

Bohužel mimořádný stav zhatil konání výsadby v plánované podobě. Nařízení vlády o maximálním počtu

6 lidí na akci přinutilo pořadatele zrušit plánovanou akci a uspořádat výsadbu v náhradním termínu a v komorním obsazení. Kromě vedoucí a dvou pracovníků ekocentra se výsadbou zúčastnila také Ing. Lucie Novotná z odboru životního prostředí MěÚ Kralupy. Výsadbu 15 stromků provedl pan Málek, vedoucí místní pobočky ČSOP se svým kolegou panem Nejedlym.

Na místě bývalého ovocného sadu v Minicích bylo vysazeno...

[\(...celý článek\)](#)



OVZDUŠÍ NA KRALUPSKU

Kralupy nad Vltavou se nacházejí ve Středočeském kraji na území okresu Mělník a jsou rozloženy na obou březích řeky Vltavy. Ve správním obvodu města Kralupy nad Vltavou se nachází 17 obcí. Pro příhodnou polohu v nížinné oblasti a úrodnost půdy bylo území Kralupska až do poloviny minulého století především zemědělskou oblastí. Vybudováním mohutné základny chemického průmyslu po druhé světové válce se však původní zemědělský charakter okresu výrazně

změnil. Rozhodujícími průmyslovými odvětvími vedle chemického se stalo i odvětví energetické a potravinářské. Na Kralupsku se také nachází významné dopravní tepny, a to jak silniční, tak i železniční dopravy. Ovzduší města Kralupy nad Vltavou i jeho okolí je tedy velmi zatíženo nejen emisemi z průmyslových podniků, ale také z dopravy a z lokálního vytápění.

Průmyslové podniky byly a stále jsou nuceny přísnou legislativou snížit svůj vliv na životní prostředí. K velkému

snížení množství emisí do ovzduší došlo v 90. letech minulého století, i přesto však zůstávají průmyslové podniky významnými znečišťovateli ovzduší.

Pro zlepšení ovzduší z hlediska dopravního zatížení město již několik let usiluje o vybudování dopravního obchvatu. Doprava pro obyvatele Kralup znamená zvýšenou hlukovou zátěž, sníženou kvalitu ovzduší, bezpečnostní rizika apod. Vybudováním dopravního obchvatu dojde ke zlepšení průjezdnosti vozidel městem, zvýšení plynulosti jízdy a tím

i ke snížení spotřeby paliva a množství emisí. Obchvat ale nevyřeší problém s negativním dopadem na životní prostředí, pouze ho přesune o pár stovek metrů jinam.

Předpokládané náklady na vybudování obchvatu jsou 4,5 miliardy korun. Kromě finančních nákladů si obchvat vyžádá zábor velkého množství orné půdy, která bude tímto znehodnocena.

[\(...celý článek\)](#)

ZDRAVĚJŠÍ SVÍČKY NEJEN O VÁNOCÍCH

Svíčky už dávno nejsou jen užitečnou pomůckou při výpadku proudu. Přírodní svíčka nebo ta, která je vyrobená z bio přírodních vosků, barev a éterických olejů, má opravdu silný aromaterapeutický účinek a její plamen působí blahodárně na psychiku. Jaké máte doma vy?

Svíčka či svíce je jednoduchý zdroj světla, používaný už od starověku a byla až do objevu petroleje, svítiplynu a elektrických osvětlovacích těles jedním z nejdůležitějších umělých zdrojů světla vedle loučí, pochodní a olejových lamp.

Svíčka funguje na principu přeměny chemické energie vázané v tuhém těle svíčky na světelnou energii. Skládá se z těla svíčky, knotu a případně kalíšku. Tělo je vyrobeno z hořlavého materiálu, většinou rotačně souměrného tvaru. Dnes se již dokáží vyrobit i tvary jehlanu, hranolu či zcela nepravidelné tvary, tzv. ozdobné svíčky – figurky zvířat, srdíčka, zvonečky, vánoční stromky apod.

Ze svítivosti tzv. standardní svíčky byla odvozena fyzikální jednotka svítivosti kandela. Moderní svíčka hoří obvykle rychlostí 0,1 g/min. Vytváří množství světla odpovídající zhruba jedné jednotce svítivosti kandela, celkový světelný tok kolem 13 lumen. Světelná účinnost je asi setina účinnosti žárovky. Barevná teplota světla je kolem 1 000 K. Teplota většiny plamene se pohybuje okolo 1 000 °C. Svíčka se též v minulosti používala coby primitivní hodiny, podle zářezů na těle svíčky se dalo zhruba usuzovat, kolik je hodin (to za předpokladu rovnoměrného odhořívání materiálu). A taková svíčka hromnička se zapalovala



při bouřce a měla ochránit stavení před zásahem blesku.

Doprostřed těla svíčky je vložen hořlavý knot. Jako hořlavý materiál se užívá včelí vosk, parafín, stearin, svíčkový gel, lůj, případně jiný tuhý tuk – např. rybí. Knot je obvykle vyroben z rostlinného textilního materiálu. Knot sají hořlavý materiál z těla svíčky, který se teplem plamene svíčky taví. Na povrchu knotu se pak hořlavina odpařuje a hoří (oxiduje). Spotřebováváním hořlaviny se svíčka postupně zkracuje. Není však knot jako

knot. Olovo by ve svíčkách nikdo nečekal, přesto byla před rokem 2003 běžná praxe zejména u knotů svíček z USA, Číny, a některých zemích Evropy, že obsahovaly olovené části. Drobnými částmi kovu se totiž vyztužil knot, aby zvláště u vonných svíček nezapadl do vosku. Protože vonné oleje změkčují vosk a knot by se ve vosku hroutil. Olovo se v těchto pletených knotech dříve běžně vyskytovalo.

[\(...celý článek\)](#)

KOMPOSTOVÁNÍ V PANELOVÉM DOMĚ?

Většina lidí si již zvykla třídit plasty, papír a sklo. Převážná část moderních kuchyní již na tyto požadavky pamatuje. Velkou část odpadu tvoří ale

části, které se dříve házely na kompost. Málokdo žijící v bytě má dnes po ruce kompost nebo alespoň popelnici na bioodpad. Může

se zdát, že pár slupek od brambor, mrkve nebo zbytků od jiné zeleniny či ovoce, ani nestojí za úsilí. Opak je ale pravdou, zcela zdarma můžete získat kvalitní humus a také perfektní organické hnojivo.

Důvodů k třídění biologického odpadu je několik. V domácnosti se tím sníží množství směsného odpadu, a to až o čtyřicet procent. Odpadkový koš přestane zapáchat, vznikne kvalitní hnojivo pro vlastní potřebu a člověk alespoň vrátí do půdy to, co si z ní vzal. Třídit biologický

odpad a také si jej následně kompostovat mohou dnes již všechny domácnosti, od rodinných domků až po panelové byty.

Co vše lze kompostovat? Zahradní bioodpad vhodný ke kompostování je např. posekaná tráva, listí, větve, plevel, piliny, hobliny, kůra, zbytky ovoce a zeleniny, popel ze dřeva a dřevěných briket, trus býložravců, peří, chlupy a vlasy. Mezi domácí bioodpad vhodný ke kompostování patří např. zbytky a slupky ovoce...

[\(...celý článek\)](#)



BEZOBALOVÉ NAKUPOVÁNÍ

Aktuální informace nejen pro ty, kteří chtějí proměnit krajinu obalovou na bezobalovou. Bezobalu za rok 2019 ušetřilo ve svých třech prodejnách 15,35 tun zákaznických obalů. Spočítejte si i vy svou obalovou stopu na kalkulačce.

Jako všechny malé prodejny, tak i ty bezobalové, to v současné době nemají jednoduché. Ale jak o sobě říkají, když jde o jídlo a o obaly, tak věci dělají poctivě a opatření kvůli covid-19 jim dávají pěkně zabrat. Ti, co u nich nakupovali cestou ze zaměstnání, nakupují při home office jinde. V bezobalových prodejnách se celkově trochu vylidnilo, navzdory tomu, že v jejich případě nedošlo k omezení otevírací doby. V Praze jsou otevřeny všechny tři pobočky. Pro ty, kteří nemají příliš možností sledovat, co se v této oblasti děje, natočil Bezobalu 1. 10. 2020 [video](#), kde si můžete poslechnout, jak se jim daří (dařilo).

Cesta ven vede jediná

Vy, kterým dává celé dovádění s vlastními obaly a násypníky plnými dobrých surovin smysl, nakupujte u nich dál. A pokud máte pocit, že by to mohlo nadchnout i někoho dalšího, kdo o nich ještě neví, vezměte ho do prodejny a ukažte mu ten barevný bezobalový svět. Oni totiž podnikají jinak než většina firem. A je to už pět let co si řekli, že chtějí změnit, co se jim nelíbí. Chtějí nakupovat jídlo, a ne odpad. Založili Bezobalu - neziskovku, která šíří zero waste a také prodejny, co umožňují nakupovat bez obalů a nevytvářet tak zbytečný odpad. Po punkových začátcích vzrostl



zájem zákazníků a jejich nabídka roste. Stále přitom přísahají hlavně na prvotní myšlenku a peníze berou jako prostředek, nikoli jako cíl.

Kalkulačka na webu Bezobalu. Zajímá vás, kolik jste svým nákupem ušetřili obalů? Spočítejte si svou obalovou stopu na KALKULAČCE. Tato obalová kalkulačka je on-line nástroj, který každému pomůže sledovat jeho pozitivní dopad na snižování množství vyprodukovaného

odpadu při nákupu potravin a drogerie. Bezobalu za rok 2019 ušetřilo ve svých třech prodejnách 15,35 tun zákaznických obalů, což je o 6,28 tun více než v předchozím roce. Kalkulačku může vyzkoušet každý. Zkušený zerowaster, i ten který na cestu bez odpadu právě vykročil. Ušetřené obaly můžete zadat do aplikace po každém nákupu, ať jste nakupovali...

[\(...celý článek\)](#)

KRALUPSKÉ LESY

Kdo by nechodil rád do lesa. Snad každý si alespoň občas zajde na procházku mezi naše lesní veličány, aby si odpočinul od civilizačního ruchu a načerpal nové fyzické

i psychické síly. Můžeme být rádi, že naše domovina zatím stále patří k zemím s vysokou lesnatostí. Lesy pokrývají v současné době v České republice výměru

2 657 379 ha, což představuje 33,8 % z celkového území státu. Máme tedy stále dost příležitostí k lesním procházkám, ať již za účelem pouhé relaxace, sportování na čerstvém vzduchu nebo i třeba za účelem sběru lesních plodů. Českou specialitou je také houbaření. Mnoho z nás už se jistě nemůže dočkat, až se z mechu a jehličí začnou klubat hnědé hlavičky hříbků a dalších hub, které tak rádi sbíráme a konzumujeme.

Na území obce s rozšířenou působností Kralupy nad Vltavou se nachází více než 400 hektarů lesních porostů. Největší lesíky

jsou u Vojkovic, v Nové Vsi, Podhořanech, v Minicích, Olovnicích, Ledčicích apod. Bohužel stav lesů v ČR je dlouhodobě velmi špatný. Naše lesy mají nevhodnou dřevinnou skladbu, prostorovou strukturu a od nich se odvíjející biologickou rozmanitost, kdy 67 % porostní plochy lesů zaujímají porosty s převahou jehličnanů. Za devět letošních měsíců vytěžily Lesy České republiky 7 137 543 m³ napadených stromů, loni za stejné období 6 595 134 m³ a v roce 2018 celkem 3 863 232 m³.

[\(...celý článek\)](#)

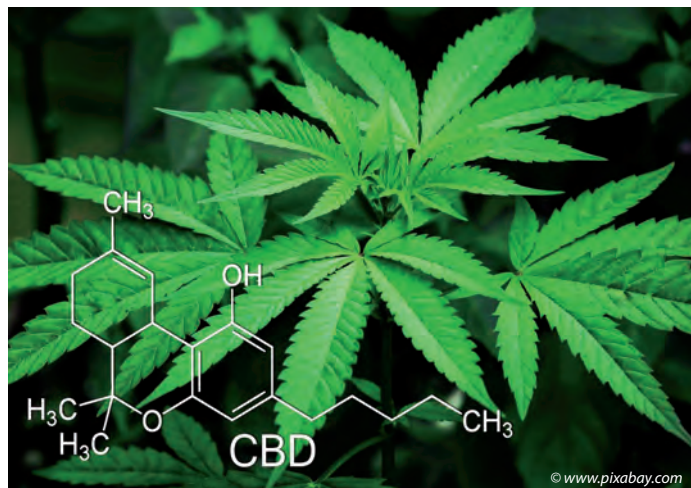


TECHNICKÉ KONOPÍ, JEDINEČNÁ ROSTLINA

Konopí je mimořádnou rostlinou nejen pro své léčebné účinky, jde o všestranně využitelnou plodinu. Pěstování konopí je ekonomické, ekologické, a hlavně velmi efektivní. Technické konopí se dá využít v energetice jako palivo v malých, lokálních elektrárnách, v chemickém průmyslu, ve stavebnictví, v automobilovém a papírenském průmyslu, v potravinářství, v oblasti kosmetiky, tkaného a netkaného textilu aj. Z konopí se dá vyrobit asi tisíc druhů široké škály výrobků. V západních zemích se technické konopí běžně pěstuje a zpracovává. Česko bylo kdysi velmocí v pěstování technického konopí, tyto doby jsou ale dávno pryč. Proč bychom měli konopí znovu pěstovat i u nás?

Konopí bylo používáno v mnoha civilizacích, v Asii, Evropě i Severní Americe, a to už od doby neolitu. Některé kultivary konopí se pěstují pro obsah kanabinoidů (THC, CBD, CBC). Sušené listy a především samičí květenství se nazývají také marihuana, koncentrovaná pryskyřice se nazývá hašiš. Po celosvětovém zákazu pěstování konopí v roce 1961, daném úmluvou OSN o omamných látkách, došlo postupně k vyšlechtění odrůd konopí setého se sníženým obsahem omamné látky THC pro technické či

průmyslové účely. V ČR umožňuje pěstování konopí (THC max. 0,3 %) Zákon č. 167/1998 Sb., o návykových látkách, který současně pěstitelům určuje i ohlašovací povinnost při osetí plochy nad 100 m². Na území České republiky se konopí asi 40 let vůbec nepěstovalo, pěstování se obnovilo až v roce 1996. Nyní mnoho odborníků tvrdí, že v konopí je skutečná budoucnost a snaží se u nás obnovit pěstování této dříve tradiční, dnes skoro zapomenuté rostliny. Zákon č. 167/1998 Sb., o návykových



látkách určuje, které odrůdy je povoleno pěstovat.

Pěstovat konopí je snadné

Konopí může růst i v sušších oblastech. Kořeny rostliny umí sáhnout až 1,6 metru hluboko pro spodní vodu. Vysoké rostliny konopí s širokými listy rychle vytvoří tzv. zápoj, jehož stín bezpečně potlačí růst plevelů na pozemku. Konopí navíc roste rychle a úsporně. Je to tím, že rostliny velice efektivně hospodáří se sluneční energií. Za celkem krátkou dobu (cca 120 dní) konopí vyprodukuje na hektaru orné půdy až 12 tun různorodé biomasy. To je čtyřnásobek nárůstu bukového lesa. Spotřeba vody pro vypěstování konopí je asi poloviční oproti pěstování bavlny. Konopné vlákno má přitom velký potenciál právě pro textilní průmysl.

Konopí vylepšuje půdu

Kořeny konopí odčerpávají z půdy kromě živin také řadu nečistot, včetně těžkých kovů či pesticidních krust. Studie Ing. Petříkové a kol. ze Sdružení pro českou biomasu (BIOM CZ) prokazuje rekultivační schopnosti konopí a jeho vysokou přizpůsobivost zhoršeným podmínkám. Důkazem jsou stabilní výnosy konopí na hnědouhelných výsypkách.

Dobře vyvinutý kořenový systém plní také protierozní funkci a poskytuje dobré životní podmínky půdním organismům, žížalám aj. Opadávání listů v závěrečných fázích růstu dodává zpět do půdy velké množství cenných živin a zmírňuje tak vyčerpání půdy. Konopí lze díky tomu pěstovat až 7 let na jednom pozemku. Díky těmto vlastnostem je konopí prvotřídní rostlinou pro ekologické zemědělství. Jeho pěstování nevyžaduje herbicidní a pesticidní postřiky, naopak eliminuje negativní důsledky již dříve použitých chemických prostředků.

Konopí chrání ostatní rostliny

Některé z látek obsažených v konopném stonku, listech a květech prokazatelně chrání nejen samotné konopí, ale i další rostliny před nemocemi a škůdci, například brambory před plísni. Vhodné je tedy zapojení konopí do systému rotace plodin.

Konopí zlepšuje ovzduší

Další ekologický přínos spočívá i v tom, že 1 ar konopí vyprodukuje víc kyslíku, než 25 arů lesa.

[\(...celý článek\)](#)



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

Mlha

Za mlhu považujeme jev, kdy v důsledku přítomnosti vodního aerosolu dojde

ke snížení viditelnosti pod 1 km. Je-li viditelnost od 1 do 10 km, pak hovoříme o kouřmu a je-li větší jak 10 km, pak o zákalu.

Proces vzniku mlhy je různorodý. Záleží na synoptické situaci, ročním období, denní době a zejména pak na místních klimatických poměrech. Princip vzniku mlhy je obdobný jako vznik oblaků, ovšem s tím rozdílem, že ochlazením vzduchu až do stavu nasycení, kdy začne vodní aerosol vznikat, probíhá v přízemní vrstvě. Při dostatečném množství kondenzačních jader jsou vytvořeny podmínky na kondenzaci vodních par a tím jsou vlastně splněny hlavní podmínky pro samotný vznik mlhy.

Mlhy mohou vznikat uvnitř vzduchových hmot, ale také na atmosférických frontách. Rozpad mlhy se pak uskutečňuje buď vlivem ohřátí povrchu slunečním zářením, prouděním (tehdy hovorově říkáme, že mlha byla "rozfoukána"), anebo změnou synoptické situace.

Mlhy vznikající uvnitř vzduchových hmot dělíme dle vzniku na:

- radiční mlhy
- advekční mlhy
- mlhy z vypařování
- mlhy z promíchávání
- orografické mlhy
- městské mlhy
- mlhy vznikající kombinací výše uvedených druhů

V našich podmínkách se nejčastěji vyskytují mlhy radiční a advekční, případně jejich kombinace. Mlhy spojené s přechodem frontálních systémů se dělí na předfrontální, frontální a zafrontální.



© www.pixabay.com

Jak si užít Vánoce a nezanéchat po sobě spoušť

K tomu, abychom si užili hezké Vánoce, nepotřebujeme náruč nových dekorací, dárky, co k nám putují přes půl světa, a ten největší a nejkošatější strom. Všichni to víme, ale je snadné na to v předvánočním stresu zapomenout.

Vědci z univerzity v Yorku spočítali, že během tří vánočních dnů průměrný člověk vyprodukuje 650 kilo emisí oxidu uhličitého. Tak nebuďte průměrní.

Tohle je návod, jak snadnými kroky nedělat z Vánoc svátky konzumu alespoň u vás doma.

Pořídte si živý stromček

Ukončeme jednou provždy spor, jestli je lepší mít stromček živý, nebo umělý. ŽIVÝ JE LEPŠÍ.

Umělý strom má třikrát větší dopad na životní prostředí než ten pokácený v lesní školce. Nehledě na to, že živý strom poskytoval několik let přístřeší drobným živočichům a hmyzu a čistil vzduch.

Dívejte se při koupi na etikety a podpořte české školky. Těmi kácenými v říjnu a dováženými zdaleka přírodě moc neprospějete.

Po Vánocích může strom posloužit dál. Pokud ho tedy nepostavíte k popelnici. Lepší je ho nařezat a spálit v krbu nebo odvézt do sběrného dvora. Tam ho zrecyklují na mulčovací materiál.

Pokud se rozhodnete koupit stromek v květináči, zkontrolujte, že jde o FSC (značka pro šetrné lesní hospodaření). Narazíte totiž i na stromky, které byly pěstovány jen pro vánoční prodej, a takové nejspíš zasazení do země nezvládnou.

Ty určené pro zasazení dostanete i s návodem, jak o ně pečovat. Základem je pomalu ho nechat zvykat na rozdíl teplot.

Omezte maso a zkuste tradiční jídla

Uznáváme, bez štedrovecerní večere by to nebylo ono. Ale je nutné se přejídat celé vánoční prázdniny? A ještě k tomu masem? Na zisk jednoho kilogramu hovězího proteinu se spotřebuje 643 kilogramů emisí oxidu uhličitého, na kilo jehněčího dokonce 749 kilogramů.

Balte úsporně

Nebudeme vás nutit balit dárky do starých novin, ale pro šetření papíru máme tip – dárky darujte spíš ve vánočních



© www.pixabay.com

papírových taškách a visačku se jménem k nim jen přivažte. Můžete je pak znovu použít.

Papír zkuste letos vybrat nebělený chlorem a nepotíštěný, vezměte radši ten jednoduchý z recyklovaného papíru. Převažte ho, přidejte smrkovou větvičku či usušený plátek pomeranče, a hle, máte eko i trendy balení v jednom.

Na trhu už se také začínají objevovat ekologické vánoční papíry, jen to chce po nich chvíli pátrat. Podívejte se třeba na nabídku značky [Be Nice](#).

Zkuste bio ozdoby

Pokud váš stromek letos nutně potřebuje obléct do nového, nemusí to být zrovna kupované skleněné či nedejbože plastové dekorace. Udělejte si klidnou neděli a vytvořte ozdoby třeba z perníčků, sušených plátků ovoce, svítek skořice... A pokud jste kreativní duše, zkuste vyrobit ty slámové.



© www.pixabay.com

Používejte LED žárovky

Obrovskou změnu uděláte málem. Prostě vstaňte a snižte na termostatu vytápění o 1 stupeň. Garantujeme, že si ani nevšimnete. Přitom čím méně spotřebované energie, tím lépe pro životní prostředí.

To samé platí pro další z typických symbolů Vánoc – všudypřítomné žárovky. Pokud použijete úspornější LED variantu, uděláte tím přírodě službu: spotřebovávají totiž o 75 procent energie méně a vydrží 25krát déle.

Článek převzat z web. stránek: www.forbes.cz

Evropský atlas hnízdního rozšíření ptáků

Již před více než deseti lety bylo zřejmé, že informace o rozšíření a početnosti ptačích druhů v Evropě je třeba aktualizovat. Proto EBCC v roce 2010 zahájila projekt druhého Evropského atlasu hnízdního rozšíření ptáků (tzv. EBBA2). Tento projekt navazuje na první Evropský atlas hnízdního rozšíření ptáků, který byl založen na datech z 80. let 20. století a vyšel v roce 1997. Druhý atlas kombinoval vědeckou metodiku s přístupem občanské vědy s cílem získat aktualizované údaje o rozšíření a početnosti všech volně žijících ptačích druhů na území Evropy. Dalším cílem bylo zdokumentovat změny v rozšíření ptáků za období od prvního atlasu, tedy za posledních cca 30 let. Mapování probíhalo ve čtvercích o velikosti 50x50 km stejně jako před 30 lety.

Vybrané výsledky

V Evropě hnízdí 596 druhů ptáků, z nich 539 je v Evropě původních a 57 zavlečených odjinud. Většina druhů není široce rozšířena a vyskytuje se jen v omezených areálech.

35 % původních druhů své areály výskytu v Evropě za posledních 30 let zvětšilo, u 25 % druhů bylo naopak zjištěno zmenšení areálu výskytu. Ostatní druhy buď velikost svého areálu výskytu nezměnily, nebo se tento trend nedá spolehlivě určit.

Mezi druhy, které své areály rozšířily, patří například lesní ptáci a také ptáci chránění podle mezinárodních předpisů na ochranu přírody. Mezi druhy, jejichž areály se zmenšují, patří zejména druhy typické pro zemědělskou krajinu.

Hlavními příčinami změn v rozšíření ptačích druhů v Evropě jsou změna klimatu a změny v obhospodařování krajiny.

Během pěti let práce v terénu bylo v Evropě zjištěno 539 původních hnízdních druhů ptáků, z nichž 59 se vyskytuje téměř pouze v Evropě, 40 druhů žije výhradně v Evropě (tzv. endemiti). Druhů, které jsou široce rozšířeny po celém kontinentu, je jen málo. Patří

mezi ně například konipas bílý (*Motacilla alba*) nebo kukačka obecná (*Cuculus canorus*). Více než polovina druhů se však vyskytuje jen v méně než 10 % sledovaných čtverců. Z toho plyne, že každá země či region v Evropě hostí významnou populaci některého druhu, za niž má mezinárodní zodpovědnost. Atlas také dokládá hnízdění 57 druhů ptáků, které nejsou v Evropě původní. Přibližně každý desátý ptačí druh v Evropě je tedy druh nepůvodní. Z tohoto celkového počtu zjištěných nepůvodních druhů byl výskyt nově zjištěn u 39 z nich.

Článek převzat z web. stránek: <https://www.birdlife.cz>



Parlament mimo odpadového balíčku schválil i novelu vodního zákona

Stát díky ní bude moci lépe zvládat kritické stavy sucha. Schválený návrh novely vodního zákona (č. 254/2001 Sb.) z dílny ministerstev životního prostředí a zemědělství umožní úřadům lepší regulaci nakládání s vodou (např. omezení odběrů) v případě sucha. Systém operativního řízení během sucha nastavuje obdobně, jak je tomu během povodňových situací. Sucho spolu s povodněmi jsou důsledkem probíhající klimatické změny, na níž je třeba se adaptovat a z pozice státu operativně reagovat.

Nová část vodního zákona s názvem „Zvládání sucha a stavu nedostatku vody“ vymezuje rámec monitoringu sucha, odpovědnosti kompetentních orgánů, přijímání opatření pro zvládání sucha i nedostatku vody i pro kontrolní mechanismy. Umožní mj. vytvoření komisí v jednotlivých krajích, které na základě nově pořízených plánů pro zvládání sucha a nedostatku vody budou moci vyhlášovat „stav nedostatku vody“ a uplatnit určitá omezení pro užívání vody, např. pro zalévání nebo napouštění bazénů.

Zdroj: <https://www.tretiruka.cz>

Kvalita ovzduší se v Evropě výrazně zlepšila, ale...

Kvalita ovzduší se na Evropském kontinentu podle zprávy Evropské agentury pro životní prostředí (EEA) stále zlepšuje. I tak ale znečištění oxidem dusičitým, přízemním ozónem ale i prachovými částicemi PM₁₀ a PM_{2,5} zabíjí v Evropě ročně více jak 400 tisíc lidí.

Česko mezi mezi šestkou nejhorších

Jak uvádí letošní zpráva o kvalitě ovzduší od EEA, mezní hodnotu pro nebezpečné prachové částice PM_{2,5}, které na sebe vážou toxiny a jsou schopné proniknout i do plicních sklípků a do krve překročilo v roce 2018 hned několik států. Mimo České republiky i Bulharsko, Chorvatsko, Itálie, Polsko a Rumunsko.

V rámci EU se ale našlo i několik států, které zaznamenaly hodnoty nižší než je stanovený limit. Mezi těmito státy bylo Finsko, Irsko, Estonsko a Island. Tyto hodnoty pak lze hlavně v severských státech přisuzovat rychlejšímu rozvoji elektromobility ale i nárokům na průmyslové zdroje znečištění.

Podle informací EEA tak byly různé jemné částice příčinou přibližně 417 tisíc předběžných úmrtí v rámci 41 zemí Evropy. Z toho přibližně 54 tisíc úmrtí bylo přisouzeno oxidu dusičitému, 19 tisíc pak přízemnímu ozónu.

Kvalita ovzduší se ale v Evropě stále zvyšuje přičemž oproti roku 2000 lze u emisí hlavních znečišťujících látek mluvit jako o výrazném zlepšení. Pokles těchto emisí souvisí hlavně s přísnějšími nároky na emise jak v dopravě tak i v průmyslu, které patří mezi hlavní znečišťovatele. Podle agentury došlo také k výraznému snížení emisí z dodávek energie, oproti tomu pokrok při snižování emisí z budov a zemědělství je stále velmi pomalý.

Více informací: <https://energouzrouti.cz>

EKOCENTRUM NABÍZÍ VÝUKOVÉ PROGRAMY

Mateřské školy



O odpadech s nejmenšími

Program určený pro mateřské školy. V průběhu programu je dětem vysvětleno, jak je důležité správně třídit odpad, aby se co nejméně odpadu dostalo na skládku. Program je interaktivní - plný her a aktivit. Na závěr semináře čeká na děti pohádka a také si něco pěkného vyrobí.



Jak si žije strom

Program určený pro mateřské školy. V průběhu programu se děti dozvědí o tom, co všechno nám stromy poskytují, k čemu se používá dřevo, papír, jak stromy vyrábějí kyslík k dýchání, v létě poskytují stín a zvlhčují vzduch a svými listy čistí ovzduší. Na závěr si děti jeden strom vyrobí.



Voda, vodička...

Jakou vodu, a jaký druh vody děti znají? A kde se blízko nich nachází? Povíme si také něco o vodě a jejím skupenství. Vysvětlíme si koloběh vody, a také kolik má vody v sobě člověk. Probereme společně, k čemu všemu vodu potřebujeme a jak nás voda provází celý den. Popovídáme si o zvířátkách a rostlinách, které můžeme potkat u rybníku či řeky.

Základní školy



Staň se farmářem

Program je určen žákům 2. a 3. tříd ZŠ. Žáci se v průběhu programu dozvědí, co je to farma, kdo je farmář, jakou techniku používá atd. Cílem programu je upozornit na význam půdy jako zdroje obživy a obnovit vztah žáků k půdě. Program lze využít jako doplnění vyučovacích předmětů Prvouka či Přírodověda.



Zdravě, chutně a šetrně k životnímu prostředí

Program je určen žákům 2. stupně ZŠ. Při semináři se žáci dozvědí o biopotravinách a biozemědělství, o chemických úpravách potravin, o chemii v jídle, jak rozeznávat bioprodukty a kde je nakupovat, o bedýnkování, nákupu bez obalu a dalších ekologických aktivitách v oblasti výroby potravin a stravování. V průběhu programu lektori besedují s žáky o tom, proč bychom měli podporovat české zemědělství, regionální pěstitele apod.



Odpady a jejich dopady

Program pro žáky 2. stupně ZŠ, v jeho průběhu se dozvědí o nakládání s odpady, skládkování, spalování odpadu, třídění a recyklaci, o opětovném využívání odpadu a prevenci odpadu, doplněný hrou o správném nakupování. Účastníci programu se také dozvědí o bezobalovém nakupování a filosofii nulového odpadu.



Co dýcháme?

Program je určen žákům 8. a 9. tříd ZŠ a studentům SŠ; je zaměřen na problematiku ovzduší. Studenti se během programu dozvědí více o atmosféře, znečišťujících látkách v ovzduší a jejich vlivu na zdraví a ekosystémy, pochopí rozdíl mezi emisemi a imisemi, co je smog letní a zimní, proč a kde nastává inverze, rozdíl mezi vnitřním a vnějším ovzduším.

Veřejnost



Zelená domácnost

Program pro veřejnost, při kterém lektorky ekocentra hovoří o úsporách energie a vody v domácnostech, o šetrném praní a čištění, o zodpovědném nakupování, cestování a dalších ekologických opatření v našich domácnostech.

Pro objednání a bližší informace o výukových programech nás prosím kontaktujte na e-mailu nebo bezplatné telefonní lince.

POZVÁNKY, AKCE

21. prosince 2020

WORKSHOP: ROSTLINNÉ TERÁRIUM

Praha, Vodičkova 28, Atelier 26

Máte rádi přírodu? Obdivujete nejrůznější terária, miniskleníčky a lesní mechária? Tak si přijďte jeden takový minibiotop vytvořit sami na kurz.

[Více informací](#)

Leden 2021

WORKSHOPY VYROBTE SI TO SAMI

Říčany, Muzeum Říčany

Naučíte se, jak si doma upéct kváskový chléb, vyrobit jedlé dárky, připravit si domácí kosmetiku a drogerii, ušít si praktické pomůcky na opakované použití nebo vyrobit voskové ubrousky. Dozvíte se spoustu praktických informací k tématu zero waste – tedy jak snižovat množství odpadu a jak být soběstačnější..

[Více informací](#)



Chcete jít ven a nevíte,
jestli je vyhlášena smogová situace?

POMŮŽE VÁM **SMS INFOKANÁL** EKOLOGICKÉHO CENTRA KRALUPY



**SLUŽBA
PŘÍMO
DO VAŠEHO
MOBILU**

Ekologické centrum Kralupy nad Vltavou nabízí jednoduchý a pohodlný způsob získávání důležitých informací o smogových situacích. Ve snaze zajistit dostatečnou informovanost veřejnosti provozujeme již od roku 2017 službu SMS InfoKanál, která umožňuje zasílání informací o vyhlášení či odvolání smogových situací na zaregistrovaná čísla mobilních telefonů v krátkých textových zprávách (SMS).

JAK SE ZAREGISTROVAT?



ON-LINE

Pomocí webového formuláře, jehož odkaz naleznete na webových stránkách Ekologického centra nebo se registrujte přímo pomocí odkazu: www.infokanal.cz/cweb/reg/vuhu

Pomocí registračního on-line formuláře můžete svou registraci později upravit nebo registraci zrušit.



SMS

Tvar registračních SMS: **REGISTRUJ**mezera**MESTO/OBEC**mezera**EMAIL**

Příklad: REGISTRUJ KRALUPY NAD VLTAVOU NOVAKJ@SEZNAM.CZ

Registrační SMS je potřeba zaslat na číslo: **315 720 287**

Velikost písmem nehraje roli, důležité je dodržení mezer mezi slovy. Cena registrační SMS je zpoplatněna dle tarifu vašeho operátora, příjem SMS je zdarma.



OSOBNĚ

Rádi Vás zaregistrujeme k odběru i v našem ekocentru. Ekologické centrum Kralupy sídlí na Palackého náměstí 6, v Kralupech nad Vltavou.

Registrací dáváte souhlas k tomu, aby vám byly zasílány informace z Ekologického centra o vyhlášení či odvolání smogových situací, vaše údaje budou použity výhradně pro tyto účely, databáze nebude poskytována třetím stranám.

VÍTE,

CO

DÝCHÁTE?



Milí rodiče a prarodiče, sledujete znečištění ovzduší?
Řešíte, kdy jít s dětmi ven nebo kdy raději zůstat doma?
Zajímá vás jaká je dnes kvalita ovzduší?

Jestli ano, je tady pro vás

BEZPLATNÁ LINKA EKOCENTRA KRALUPY



VOLEJTE LINKU EKOCENTRA - 800 100 584

Ekologické centrum Kralupy n/Vlt., Palackého nám. 6, 278 01 Kralupy n/Vlt., E-mail: ekoporadna@eckralupy.cz

www.eckralupy.cz