



■ Úvodník

Vážení občané,
červen je měsíc, v němž začíná léto a těší se na něj nejen děti, ale i dospělí, protože se blíží čas prázdnin a dovolených.

Jak jsem Vás informoval v předešlých vydáních, zahajujeme opravu sálu místního hostince. Opravu bude provádět firma Jiřího Koutného. Nabídková smluvní cena je 426 438 Kč. Zahájení prací je v červnu 2012 a dokončení v říjnu 2012.

Doufám, že práce budou probíhat bez problémů a že na podzim sál společně slavnostně otevřeme.

Jak jste již určitě zaslechli, budou zahájeny pozemkové úpravy v katastru Úterý a Vidžín. Jedná se pouze o pozemkové úpravy zemědělských pozemků mimo intravilán obce, takže uvnitř obce budou pozemky nově zaměřeny podle stávajících hranic a k žádným změnám by nemělo dojít, práce budou zahájeny v roce 2013. Dne 28. června se bude konat zasedání zastupitelstva města, na kterém Vás mohu informovat podrobněji.

14. července se bude konat tradiční úterský jarmark, na který Vás všechny srdečně zv. Doufám, že bude dobré počasí

a všichni se dobře pobavíme i na večerní zábavě, kterou pro nás připravuje kulturní komise.

Zdravím Vás všechny a přeji Vám hodně sluníčka a dobré nálady.

Miloš Říha starosta města



úterský jarmark 2002

LÉTO 2012
uvnitř listu kulturní přehled

■ Z radnice

V těchto měsících se význačných životních jubileí dožívají tito naši spoluobčané:

Jindřich Diviš 1.5.	Božena Vopatová 30.5.	Václav Konstantinovič 17.7.
Frieda Wasková 8.5.	Drahomíra Böhmová 1.6.	Jiří Fux 18.7.
Jaromír Švejda 8.5.	Tamara Pelánová 3.6.	Ludmila Soukupová 25.7.
Marie Štýbrová 13.5.	Helena Straková 22.6.	Václav Hejsek 29.7.
Vladimír Říha 17.5.	Jan Černý 22.6.	Lubomír Samek 1.8.
Helena Idranyiová 17.5.	Jiří Vrba 16.7.	Věra Strádalová 6.8.

Všem srdečně blahopřejeme.

■ Pochod úterského havrana Kryštofa – Úterská 30

Byl jsem redakční radou vyzván, abych stvořil pár vět o tomto pochodu. Činím tedy tak a tady je výsledek.

Myšlenka na pořádání takovéto akce se zrodila v roce 2007 v hlavě Zdeňka Škardy. Proto je také ředitelem pochodu. Jevilo se to jako dobrý nápad, a tak jsme vybrali termín, určili délky tras a začali připravovat první ročník.

Snažíme se vybírat trasy po málo známých starých cestách a zajímavých lokalitách a místech s hezkými výhledy na tu naši krásnou krajinu, aby to pro všechny pochodující bylo co nejzajímavější. Snad se nám to daří.

Pochod je ve finanční režii města Úterý, protože i když se vybírá startovné a všichni organizátoři to dělají zcela zdarma, náklady jsou vždy vyšší než částka za startovné (snad jen loňský ročník díky vysoké účasti mohl být vyrovnaný).

Pochod má i vlastní internetové stránky, na kterých se všichni dozvědí veškeré důležité informace k aktuálnímu ročníku. Adresa je sice skoro nezapamatovatelná, ale zaujme:

www.pochoduterskehoavranakrystofa.estranky.cz.

Jako doplněk k pochodu pořádáme pravidelně večerní povídání a promítání dokumentu ze vzdálených míst, nejčastěji zážitky horolezců, aby všichni pochopili, že to co ušli, není nic proti výstupu na nějakou obzvlášť vysokou horu. Letos to bylo velmi zajímavé líčení výstupu na osmitisícovku Manaslu.

A na závěr trocha statistiky:

- 1. ročník** 10.5.2008
99 pochodujících
- 2. ročník** 9.5. 2009
116 pochodujících
- 3. ročník** 8.5.2010
126 pochodujících a 4 cyklisté
- 4. ročník** 7.5.2011
přes 160 pochodujících
(ve štábu špatně zaznamenali pár rodin, takže přesný počet nevíme)
a 3 cyklisté
- 5. ročník** 12.5.2012
106 pochodujících.

P. Strádal

■ Čtenáři nám píší...

Ještě k 13. poledníku!

O tom, že Úterým prochází 13. poledník, víme asi od roku 1997. Upozornil mne na to tehdejší místostarosta Stříbra M. Cvrk, který ten zmíněný památník za kinem Slavia připravoval. Pochopitelně jsem hned přeměřoval, kudy u nás vede. Neprochází kaplí sv. Václava, ale asi 15 – 20 m pod ní. Obec samotnou vlastně jen lízne (prochází mezi Steinerovými a Hejskovými a přes zahrady paní Magstadtové, Dvořákových, Křížkových a obou Strádalových mizí ke statku a dále do Stříbra). To, že kaple stojí ausgerechnet zrovna poblíž tohoto po-

ledníku, rozhodně nemá žádný hlubší smysl. Nynější barokní dílo dokončené v roce 1749, stojí na místě dřívější, pravděpodobně dřevěné kaple a nultý poledník, který se stal základem pro měření zeměpisné polohy, byl ustanoven až v roce 1851. Nepředpokládám, že by stavitelé původní dřevěné kaple měli nějakou povědomost o budoucím měření zeměpisných délek a šířek. Je to prostě náhoda, že ten Greenwich je zrovna tam, kde je.

A chválím Pipina alias Spojku, že si všiml a projevil zájem.

P. Strádal

■ Seriál – občanská sdružení

Sbor dobrovolných hasičů Úterý



Bylo nebylo....

Od chvíle, kdy člověk začal užívat ohně, doprovází jej permanentní hrozba a známé úsloví o dobrém sluhovi, ale zlém pánu. Požáry ohrožují lidské příbytky a sídliště dodnes, ovšem v důsledku různých opatření již dávno nenabývají podoby takových zničujících a nezvládnutelných katastrof, jaké tu a tam prožívali naši předkové. Někdejší obytné a užitkové stavby, často ze dřeva a kryté mnohdy šindelem či slamenými doškami, nevykazovaly vůči ohni žádnou odolnost a v hustší zástavbě, zejména městské, se vzniklý požár rychle šířil, zvláště za příhodných povětrnostních podmínek. První všeobecný požární řád pro Čechy byl vydán patentem z 24. září 1755, ale až vydání požárně policejního řádu pro Království české roku 1876, který světil požární ochranu obcím, ovšem pod státním dozorem a pamatoval i na vznik profesionálních a dobrovolných požárních sborů, vedlo k masovému zakládání hasičských spolků. Úterský se ustanovil roku 1878.

Historie sboru

První zmínka o vybavení úterské hasičské zbrojnice je až z konce 18. století.



Tvořila je jedna velká stříkačka, 11 kožených věder, 6 přenosných kádí, 6 žebříků, 6 háků a 4 lucerny. Do roku 1804 přibyla ještě malá stříkačka, dále 2 vědra, bečka a žebřík. V roce 1852 vlastnilo Úterý již dvě kolesové stříkačky, jednu malou přenosnou a koncem roku 1887 objednalo městečko od teplické firmy R. Czermack velkou kolesovou stříkačku s výkonem 300 l/min., jejíž tryska o průměru 14mm měla vrhat vodu na vzdálenost 29 – 34 metry.



Současnost

V současné době má SDH Úterý 15 dospělých členů a 5 mladých hasičů, což je méně než v minulých letech. Většina členů absolvuje pravidelně speciální záškolovací školení a cvičení. I přes relativně málo početnou členskou základnu se aktivně podílíme na sportovním a kulturním dění i běžných činnostech města. Největší akcí jsou bezesporu každoroční závody v požárním útoku „Úterská kád“, které se 18. 8. 2012 budou u olešovického rybníka konat již po šesté. Zároveň se celkem úspěšně účastníme soutěží pořádaných okolními sbory, o čemž svědčí řada ocenění. Posledním úspěchem je 3. místo v okrskové soutěži v požárním útoku kategorie mužů, pořádané 12. května v Úněšově.

SDH disponuje dvěma motorovými stříkačkami, výstrojí i výzbrojí pro záškolovací i sportovní činnost a nově městem pořízeným záškolovacím vozem Škoda 706 RTH.

K. Vlažná

■ Takovej krám tu nikdy nebyl...

V červnovém čísle se redakce rozhodla podrobněji věnovat změně, která se dotýká jistě většiny obyvatel Úterý, a to změně nájemce místní prodejny potravin. V září ukončil provoz obchod pod vedením paní Libuše Koutné, které bychom tímto chtěli poděkovat za dlouhá léta práce v obchodě. V listopadu byla prodejna znovu otevřena jako soukromý obchod manželů Thrangových. Jak se dostali do Úterý a jak se jim zde líbí se redakce zeptala paní Thrangové (rozhovor byl tlumočen dcerou Katkou).

Manželé Thrangovi pocházejí ze západní části Vietnamu a v České republice jsou od roku 2004. Důvodem jejich přísídlení do Čech byla snaha ekonomicky pomoci širší rodině ve Vietnamu. Doma pracovali v zemědělství. Předtím, než otevřeli svůj obchod v Úterý, žili v Pardubicích. V Úterý je to ve srovnání s Pardubicemi mnohem lepší a vše se jim zde líbí. Tolik z rozhovoru s paní Thrangovou.

Podle předsedy česko-vietnamské společnosti Marcela Wintera se na území ČR nachází zhruba 3000 prodejen, které v posledních několika letech provozují přistěhovačci z Vietnamu. V České republice žije zhruba 50 000 Vietnamců, zhruba 35 590 z nich zde podniká jako osoby samostatně výdělečně činné. (www.iprosperita.cz, „Proč vítězí vietnamské večerky“)

Anketa

Redakci ovšem zajímalo také to, jak změnu hodnotí obyvatelé a návštěvníci Úterý, Olešovic a Vidžína. Rozhodli jsme se proto zorganizovat malou anketu, v níž jsme se zeptali na hodnocení těchto výrazných změn.

Ankety, která proběhla v druhé polovině května, se účastnilo 24 oslovených obyvatel. Byli to 4 muži a 20 žen. Všem osloveným byly postupně položeny 4 stejné otázky na téma: Jak hodnotíte změny v obchodě? Jaký sortiment Vám případně v obchodě schází? Jak hodnotíte kulturu prodeje? Změnily se nějak změnila Vaše ná-

kupní návyky oproti období do září 2011?

Shrnutí toho, co jsme se dozvěděli v anketách, Vám nyní předkládáme. Odpovědi jsou uvedeny beze jmen, tak jak je obvyklé v podobném typu miniprůzkumů. Citace některých dotázaných jsou v textu uvedeny v závorkách.

Jak tedy účastníci naší ankety hodnotí změnu v obchodě? Změna byla jednoznačně posuzována jako změna k lepšímu, jeden člověk uvedl, že dává přednost předchozí nájemkyni, jeden zaujal spíše neutrální postoj. Ostatních 22 dotázaných hodnotilo změnu jako jednoznačně pozitivní.

Na otázku směřovanou k tomu, zda a jak se změnila nákupní návyky od doby, kdy došlo k výměně provozovatele obchodu, odpovědělo 13 lidí, že zde nyní nakupuje více než dříve (*dříve jsem více nakupoval v Bezdručicích, od znovuotevření obchodu dávám přednost prodejně v Úterý*), 8 nakupuje ve zdejší obchodě stejně často jako dříve (*nemám možnost za nákupy nikam jezdit, využívám obchodu v místě, takže navštěvuji prodejnu stále stejně*).

Co přesně lidé na novém obchodě oceňují?

Všímají si rozšíření sortimentu (*v obchodě se dá nyní koupit skoro vše, co potřebuji*) – zmíněno zhruba 13-krát, nejčastěji, 7-krát je uváděna pozitivní změna v zásobování pečivem (*kdykoli chci rohlíky, chleba, tak to je; změnu vítám hlavně v oblasti pečiva*) a čerstvost zboží. Dotázaní dále oceňovali, že v prodejně dochází ke zlevňování zboží, kterému se blíží datum spotřeby a také to, že se zlepšily ceny (dvakrát). Dále je zmiňována ochota prodejců, úprava vnitřního prostoru obchodu, rozšíření prostor. Jako mírnou překážku zmiňuje 5 respondentů jazykovou bariéru (*občas pouze malá jazyková bariéra; s paní Koutnou jsem se vždy domluvila, vietnamsky neumím, současně prodejci jsou milí a ochotní lidé, ale někdy se s nimi nedomluví*) jeden člověk si stěžoval na nezdvořilé chování dcery

V červnovém čísle se redakce rozhodla podrobněji věnovat změně, která se dotýká jistě většiny obyvatel Úterý, a to změně nájemce místní prodejny potravin. V září ukončil provoz obchod pod vedením paní Libuše Koutné, které bychom tímto chtěli poděkovat za dlouhá léta práce v obchodě. V listopadu byla prodejna znovu otevřena jako soukromý obchod manželů Thrangových. Jak se dostali do Úterý a jak se jim zde líbí se redakce zeptala paní Thrangové (rozhovor byl tlumočen dcerou Katkou).

Manželé Thrangovi pocházejí ze západní části Vietnamu a v České republice jsou od roku 2004. Důvodem jejich přesídlení do Čech byla snaha ekonomicky pomoci širší rodině ve Vietnamu. Doma pracovali v zemědělství. Předtím, než otevřeli svůj obchod v Úterý, žili v Pardubicích. V Úterý je to ve srovnání s Pardubicemi mnohem lepší a vše se jim zde líbí. Tolik z rozhovoru s paní Thrangovou.

Podle předsedy česko-vietnamské společnosti Marcela Wintera se na území ČR nachází zhruba 3000 prodejen, které v posledních několika letech provozují přistěhovalci z Vietnamu. V České republice žije zhruba 50 000 Vietnamců, zhruba 35 590 z nich zde podniká jako osoby samostatně výdělečně činné. (www.iprosperita.cz, „Proč vítězí vietnamské večerky“)

Anketa

Redakci ovšem zajímalo také to, jak změnu hodnotí obyvatelé a návštěvníci Úterý, Olešovic a Vidžína. Rozhodli jsme se proto zorganizovat malou anketu, v níž jsme se zeptali na hodnocení těchto výrazných změn.

Ankety, která proběhla v druhé polovině května, se účastnilo 24 oslovených obyvatel. Byli to 4 muži a 20 žen. Všem osloveným byly postupně položeny 4 stejné otázky na téma: Jak hodnotíte změny v obchodě? Jaký sortiment Vám případně v obchodě schází? Jak hodnotíte kulturu prodeje? Změnily se nějak změnila Vaše nákupní návyky oproti období do září 2011?

Shrnutí toho, co jsme se dozvěděli v anketách, Vám nyní předkládáme. Odpovědi jsou uvedeny beze jmen, tak jak je obvyklé v podobném typu miniprůzkumů. Citace některých dotázaných jsou v textu uvedeny v závorkách.

Jak tedy účastníci naší ankety hodnotí změnu v obchodě? Změna byla jednoznačně posuzována jako změna k lepšímu, jeden člověk uvedl, že dává přednost předchozí nájemkyni, jeden zaujal spíše neutrální postoj. Ostatních 22 dotázaných hodnotilo změnu jako jednoznačně pozitivní.

Na otázku směřovanou k tomu, zda a jak se změnila nákupní návyky od doby, kdy došlo k výměně provozovatele obchodu, odpovědělo 13 lidí, že zde nyní nakupuje více než dříve (*dříve jsem více nakupoval v Bezdruzicích, od znovuotevření obchodu dávám přednost prodejně v Úterý*), 8 nakupuje ve zdejším obchodě stejně často jako dřív (*nemám možnost za nákupy nikam jezdit, využívám obchodu v místě, takže navštěvuji prodejnu stále stejně*).

Co přesně lidé na novém obchodě oceňují?

Všimají si rozšíření sortimentu (*v obchodě se dá nyní koupit skoro vše, co potřebuji*) – zmíněno zhruba 13-krát, nejčastěji, 7-krát je uváděna pozitivní změna

srovnávací tabulka cen, platné na začátku června 2012

	mléko	chléb 1200g	rohlík	máslo	šunkový salám 1kg	špekáčky 1kg	Gambrinus 10°
Jednota Bezdruzice	14,90	31,90	2,40	26,90	129	86	8,90
Teplá „U Provázků“	12,90	32,90	1,90	23,90	159	95 – 99	8,90
obchod Úterý	15,90	31,90	2,30	26,90	119	89	9,90
Globus Chotíkov	12,90	28,90	–	19	149	79	12,90

■ Nepřekřikujem se tady my ani pani učitelky

Jedno odpoledne ve školní družině strávily děti hrou na novináře. Přinášíme vám výběr z jejich nejzajímavějších otázek a odpovědí.

Co se vám ve škole podařilo?

Lucka: Mně se třeba podařil obrázek, který paní učitelka poslala do soutěže.

Běla: Taky se nám minulej rok ve škole podařilo, že jsme dělali z odpadového materiálu velký znaky naší obce a poslalo se to až na náok výstavu a byl to pokus o vytvoření českého rekordu a podle mě se ten pokus, ten rekord vytvořil.

Myslíte si, že je tady férové známkování?

Veronika: Já si myslím, že je to spravedlivý, protože ty známky, který dostávám třeba já například, tak se mi jako líbí.

Andrejka: Tak já myslím taky, že je to férové a třeba jako když někdo chce nějakou jedničku, tak si jí prostě musí zasloužit.

Filip: No jako ono se spíš hodně stává..., ale mě se jednou stalo, že jsme měli napsat prostě jako dopis pro dědečka a pro babičku a muselo to být novoroční a já to měl takový dost novoroční, ale zase oni tam psali, že tohle není dost novoroční přání.

Jakej se vám ve škole líbí nejvíc předmět?

Jára: Mě baví čeština, protože se v ní hodně čte.

Veronika: Mě se líbí všechny předměty a i družina, protože jsou jako zábavný a taky jako poučný, že se něco naučíme.

Co vás ve škole nebaví?

Veronika: Mě nebaví to, jak pořád poslouchám, že na mě pořád někdo žaluje.

Anička: Mě se nelíbí to, že tady všichni na sebe řvou.

Jára: No jako mě se nelíbí nic a jako myslím, že je to tady hrozně hezký.

Máš hodně dobrých kamarádů?

Lucka: Já mám hodně dobrý kamarády, například Bělka, tak ta je strašně hodná a i když třeba s něčim potřebujem pomoct, tak nám Bělka ráda pomůže a třeba i moje

spolužačka Kačka, tak ta je z Vietnamu, a taky jako vám poradí všechno.

Radek: Já tady mám taky hodně dobrých kamarádů a chci přestat zlobit s těma zlobivýma.

Anička: Já mám taky tady celkem málo kamarádů, třeba jako tebe (Markétko), Bělku a Filipa.

Jaký máš nejhezčí zážitek ze školy?

Radek: To, masopust, takový ty zábavy a to, piškvorkiádu.

Běla: No tak já si hezký zážitky odnáším vlastně skoro každý den ze školy a třeba z besídky si je odnáším, protože to je taková krásná vánoční atmosféra.

Filip: Mě nejvíc jako bavilo to stavění domečků, že to je taková sranda a mně to docela jde.

Líbí se vám v družině?

Martinka: Jo.

Lucka: Mně se v družině hodně líbí, navíc že tu mám kamarády, že nemusím bejt celý den doma a nemusím čekat před bytovkou, až někdo přijde ze školy.

Radek: Mě to tady v tutý škole hodně baví, v družině a líbí se mi, jak paní učitelka Lída pro nás dělá různý akce a líbí se mi, jak zakládáme do portfolia a máme tady hodně hraček.

Jste spokojení s hygienikou a čistotou v této škole?

Filip: Co se týče o čistotě, takže jako trošku mi tady vadí to mýdlo, co tu máme.

Radek: No já jsem tady hodně spokojenej s touto hygienikou a myslím, že je tady dost čisto.

Andrejka: No tak já jsem tady taky spokojená s čistotou a taky jako když tady se něco stane že je tady bordel třeba z venku, tak jsem taky ráda, že máme hodnou paní uklížečku, že to tady uklidí.

Kam byste si přáli jet na výlet?

Lucka: Tak já bych si třeba přála jet na výlet do Prahy a třeba do akvaparku a nebo na Staroměstskou radnici se podívat.

Běla: Já bych třeba chtěla jet do Mari-

ánských Lázní, nebo třeba do Karlových Varů, jednak proto, že obě dvě ty města jsou krásný, navíc tam jsou ty kolonády a prameny horký a taky je tam krásnej bazén no a jinak by se mi třeba líbilo třeba jak jezdíme občas do Plzně do ZOO, tak to je taky pěkný, nebo občas třeba i někam dál, klidně třeba do Německa, protože to tam máme blízko.

Filip: Já bych si přál jít do vesmíru, to by byl teprv zážitek, že by tam byla i zábava ten stav beztláče.

Co ve škole nemáš rád?

Běla: No tak mně se ve škole docela líbí, ale podle mě by v jídelně se mohlo trošičku, třeba malinko změnit jídla, že by se nemusely tolikrát opakovat, že třeba stejná jídla je třeba jakoby třeba tři – třeba za měsíc ho dělaj třeba dvakrát stejný, to by se třeba mohlo změnit, no ale prostě jinak je to tady dobrý, jinak se mi tady i líbí ostatní věci. Ještě akorát by paní učitelka mohla občas i opravovat sešity víckrát.

Jára: Já si myslím, že je to tady dobrý kromě jídelny, že by to tam měli lépe vytírat.

Radek: Mě se tady nelíbí taky to v jídelně, že by se to nemělo opakovat furt.

Co byste na téhle škole změnili?

Andrejka: No tak já bych na téhle škole neměnila nic, protože jako je hezká a taky se mi na ní líbí, že je jako malá.

Anička: No, chtěla bych spíš změnit obědy.

Jára: No já myslím, že je to tady dobrý, akorát je nás tady málo, že by nás potřebovalo asi pět dětí.

Filip: Mně by se líbilo, kdyby se změnilo všechno.

Těšíte se na rozlučku s pátáčkami?

Běla: No já se docela těším, ne proto že odejdu z týhle školy, ale spíš jako proto, že sama jsem pátáčka, rozlučku jsem plánovala a zase je kolem toho docela stres, jestli se něco nepovede a tak. Ale myslím si, že ta rozlučka bude hezká, dobrá a těším se.

Milan: Netěším se na to, protože pátáci jsou moji nejlepší kamarádi.

Verča: No já se na ní teda vlastně netěším, protože ty pátáčky jsou moje nejlepší kamarádky a nechtěla bych se s nima jako

myslím rozloučit tak abysem jako třeba brečela nebo byla smutná.

Těšíte se na odchod z této školy?

Jára: Já ne, protože mě to tady baví v družině.

Markéta: Já se těším i netěším, těším, protože tam bude něco nového a netěším, protože to je dobrá škola a děláme tu dobrý věci.

Co myslíte, že paní učitelka Zdražilová udělala nejlíp?

Běla: Podle mě dělá dobrý ty akce. A nejlíp, to se nemůžu rozhodnout, ona všechno dělá dobře podle mě teda.

Andrejka: Tak já si taky myslím, že paní učitelka Zdražilová tady dělá všechno hezkýho, ty akce, výtvary a takovýhle věci, no a jako jak tady dělá akce jako když máme masopust, Den matek, dětský den. Nebo taky se mi to, jak jsme měli dětský den, tak paní učitelka teď udělala novou akci, že 23. 6. budeme mít takovou akci taky a jmenuje se to Pohádkový les. A taky ještě se mi líbí, že prostě paní učitelka vždycky když máme nákou akci nebo něco, tak že všem udělá céděčko a když z této školy odcházíme na konci páté třídy, tak že ty céděčka vydá, a máme to jako památku.

Jak si myslíte, že máme na naší škole výhody a naopak zase nevýhody?

Jára: Výhoda si myslím, že je výhoda že je ta škola malá a že se tady vejdem a nevýhodu – ta není žádná.

Markéta: No já bych řekla to samý jak Jára, ale ještě za výhodu je jako, že tady třeba nějaký holky hrajou na flétnu.

Milan: Výhoda tady, že je to malá škola a nepřekřikujem se tady my ani paní učitelky.

Tak..., jakou nebo jakýho máte rádi jako z učitelů?

Martinka: Zdražilovou.

Markéta: No já hodně pana učitele a paní Zdražilovou. Učitele, protože je milej, hodnej a paní Zdražilovou, protože dělá dobrý věci.

Milan: Mám rád všechny učitele, hlavně paní učitelku Zdražilovou, protože jí znám nejvíc a byla to moje sousekka. Jak to říkaly skoro všechny děti.

■ Bylinkářka radí

Milí čtenáři, tentokrát jsem vyhledala recepty, které posílí Vaši imunitu:

Protichřipkový salát

500 g kysaného zelí, 2 mrkve, 1 větší jablko, 1 cibule, 1 lžice strouhaného křenu, 1 zakysaná smetana. Kysané zelí a cibuli nakrájíme a mrkev s jablkem nastrouháme, přidáme strouhaný křen a zalijeme smetanou. Dobře promícháme.

Řepový med

Z černé řepy seřízneme špičku. Vnitřek řepy vydlabeme a do třetiny objemu nalijeme med. Necháme stát přes noc. Med do rána vytáhne z řepy šťávu. Lžici směsi 5 x denně smícháme s teplým mlékem a vypijeme.

Teplá citronáda

Šťávu ze 2 citronu smícháme ve vysoké sklenici s 2 lžicemi třtinového cukru a zalijeme teplou vodou. Přidat můžeme i šťávu z jednoho pomeranče. Pijeme každé ráno před snídaní.

Citronové rozinky

Balíček rozinek spaříme horkou vodou a dáme do malé misky. Na ně vymačkáme šťávu ze 2 citronů a necháme několik hodin nasáknout a nabobtnat. Vitamin C se naváže na hroznový cukr a má pak větší účinek v našem organismu. Každodenní „zobání“ těchto rozinek je skvělou prevencí proti infekci.

Také hlíva ústřední v syrovém stavu je výborným prostředkem na posílení imunity.

Koprivý (nejen mladé) přimíchané do salátu jako koření, nebo do nádivky, jsou výborné a snadno dostupné prostředky pro posílení imunity po celý rok.

Přeji Vám krásné letní dny.

bylinkářka



i Informace / inzerce

Pejsar Petr **truhlářství – podlahářství**
tel. +420737439859
pejsar.petr@seznam.cz

Pout' k bl. Hroznatovi v Klášteře premonstrátů Teplá

14. 7. od 10,00 hod. Slavnostní mše svatá, Setkání společenství Magnificat, Setkání politických vězňů a PTP

Družstvo mladých hasičů SDH Úterý hledá nové členy ve věku 6 – 14 let.
Informace na tel. č.: 602641425.

ZŠ a MÚ Úterý pořádají

POHÁDKOVÝ LES

23. 6. 2012 v Olešovicích u rybníka.

Start od 14,00 hod. do 14,30 hod.

Čekají na Vás pohádkové bytosti, soutěže, sladké odměny, diskotéka, občerstvení

Úterský jarmark: 14. 7.

Fotbal-sranda cup Olešovice: 21. 7. 2012

MALOVANÁ ÚTERSKÁ

KERAMIKA – nová kolekce

Prodej keramiky v domě č. 26 u kašny.

Přijďte se podívat. Těšíme se na Vás.

Úterský list – dvouměsíčník městečka Úterý. Redakční rada: Ida Kaiserová (šéfredaktor), Stáňa Tučková, Cyril Kozák, Kateřina Vlažná, Kamila Kozáková. Příspěvky posílejte na email utersky-list@centrum.cz nebo do poštovní schránky městského úřadu Úterý 1, 330 40. Vydává Městský úřad Úterý. Inzerce je zdarma, rozsah a termín uveřejnění inzerátu určuje redakční rada. Úterský list získáte zdarma v prodejně potravin Úterý, v hostinci „U kašny“, v hostinci na Vidžíně a v kanceláři městského úřadu.