



### Vůně podzimu

Dříve než se chopí žezla paní zima a snese na střechy domů bílou sněhovou peřinu ( alespoň o Vánocích, prosím ), ovládne, počasí a naši náladu posel této vládkyně - podzim. Předposlední roční období vnímá ve zdejším klimatickém pásmu většina obyvatel silně negativně. První náznaky se projevují už u těch nejmenších, pro které léto předčasně končí posledním srpnovým dnem. Děti proto na podzim hledí jako na nutný začátek jejich desetiměsíční školní štafety.

Optimisticky očekává podzim pouze nepatrná menšina lidí, ale záleží pouze na nás, zda se těmito osobami necháme " nakazit ". Vždyť taková odpolední procházka pestrobarevným lesem, kdy člověku přímo pod nohama šustí a křupe listů, není vlastně vůbec neromantická. V hlavách mnohých oponentů se jen při pouhé zmínce o procházce podzimní přírodou vybaví plískanice, bahno, zima, věčně zatažená obloha - zkrátka nic přitažlivého. Podobným způsobem myslí na podzim většina z nás. Chmurnou náladu se lidé snažili " zaobalit " odůvodněním, že s nastupujícím podzimem budou muset začít zase topit. V dnešní době se daný problém ukazuje jako zcela neopodstatnělý, protože za mnohé z nás už od loňského roku topí plyn.

Co doplnit na závěr? Ať se nám to líbí nebo ne, čas letí a střídání ročních období nezměníme. Přesto však můžeme ovlivnit sami sebe, mám na mysli naši náladu a případné deprese. Zbavte se obav z podzimu! Jestliže jej vyloženě nesnášíte, přežijte následující roční období v duchu pasivní resistance např. s hrnkem horkého čaje a nějakou zajímavou knížkou. Vyrazit můžete na houby, očesat plody vlastní zahrady, nebo se ještě více zablouhat do práce ( ale ne zase moc ). Je-li vám toto období lhostejné, snažte se na něm najít klady, které bezpochyby má. Milovníkům a fanouškům podzimu mi nezbyvá, než jim " srdečně " popřát, aby právě letošní podzim byl skutečně podzimní.

A. Vondráková

### STALO SE ...

#### "Vitamínová" přednáška

Osmého září jste měli možnost zúčastnit se v naší obci přednášky s obchodním zástupcem firmy California Fitness, Petrem Balcarem. Přednáška se netýkala pouze vitamínů a minerálů, které v hojně míře firma nabízí, ale obsahovala i tak aktuální témata, jakými jsou zdravá výživa nebo současný životní styl.

Po rozsáhlém úvodu věnovanému teoretickým poznatkům o jednotlivých vitamínech a minerálech následovala praktická ukázka těchto potravních doplňků. Nejednalo se tedy o klasické léky nebo šumivé tablety, ale o skutečné doplňky stravy, které mají posílit náš imunitní systém. Petr Balcar ze své pozice nikomu výrobky nevnucoval, snažil se pouze o jakousi osvětu v rámci tématu Dnešní životospráva. Případný zájemce o produkty firmy California Fitness si mohl odnést klubovou

příhlášku, která mu do budoucna zajistí řadu slev ve firemních lékárnách.

Otázka, zda doplňovat naši současnou stravu vitamíny, zůstává stále otevřená a u řady odborníků se můžeme setkat s různými názory. Někteří lékaři dokonce varují před jejich použitím s odůvodněním, že současná strava obsahuje dostatek všech živin ( tedy i vitamínů a minerálů ), při čemž potravní doplňky mohou podle nich vést až k předávkování. Proti tomuto názoru ostře vystupuje náš uznávaný odborník na zdravou výživu RNDr. Petr Fořt Csc., který se jednoznačně staví za užívání vitamínů a minerálů jako součásti potravy dnešního člověka. Připomíná skutečnost, že trvá určitou dobu, než se daná potravinová složka dostane na stůl, protože je různým způsobem konzervována, skladována, tepelně upravována ... V procesu výroby dochází podle něho ke ztrátám, které často u řady vitamínů a minerálů dosahují až 80 a více procent. Studie u nás i v zahraničí dokazují, že velké množství lidí trpí skrytým nedostatkem těchto zdraví chránících látek. Závažným problémem většiny obyvatel

České republiky zůstává nevhodná skladba stravy, která je jednou z hlavních příčin špatného zdravotního stavu. Existují analýzy dokládající obrovské snížení výdajů za léky v případě, že by se podařilo uvést úspěšně do praxe racionální výživu s využitím potravních doplňků.

Výše zmíněná fakta nejsou míněna jako reklamní kampaň na zboží českých lékáren. Jde spíše o to, abychom si všichni uvědomili současnou situaci dnešního "moderního" způsobu života. Náš organismus pocítuje zvýšenou zátěž pod vlivem civilizačních faktorů, jakými jsou stres, ekologická situace včetně zhoršení kvality pitné vody, potravinových zdrojů atd. Tento stav vede k vyšším požadavkům na konzumaci tzv. antioxidantních látek (vitamin C, E, beta karoten aj.), které chrání náš organismus.

A. Vondráková

## Mateřská škola

V letošním roce nastoupilo do MŠ 25 dětí. Přijímací řízení probíhalo od 23. března do 23. dubna. Počet přihlášek 15, počet přijatých dětí 10. Pět dětí nebylo přijato z kapacitních důvodů. Z počtu 25 dětí je 12 předškolního věku.

Naše MŠ má svým umístěním ideální podmínky pro poznávání přírody, proto jsme se zaměřily na prohlubování citového vztahu dítěte k přírodě. S tím úzce souvisí poznávání lidových tradic a zvyků v návaznosti na střídání ročních období (vítání jara, velikonoce, vánoce, loučení s létem ...), což kromě vztahu k přírodě rozvíjí i hezký vztah dítěte k dospělým a kamarádům kolem sebe. V první řadě však musí děti vidět a cítit hezké vztahy mezi všemi zaměstnanci MŠ a rodiči. Naším přáním je, aby na období prožité v MŠ děti i rodiče rádi vzpomínali.

Chceme poděkovat za zakoupení nových židliček v ceně cca 11.500 Kč. Ty staré prý nevyhovovaly svou velikostí a těšíme se i nadále na příkladnou spolupráci s OÚ v čele s L. Benešem, rodiči a ZŠ.

Kolektiv Mateřské školy

## Září

Tak už nám to začíná,  
penál, knížky, svačina,  
časně vstávat, brzy spát,  
nahlas číst a pěkně psát...

J. Havel

Úryvkem této básničky připomínáme to, co už každý ví. Opět začala škola. Třídy se znovu zaplnily a všude to bzučí jako v úle. Uvítali jsme mezi sebou nové prvňáčky. Byli velmi nedočkaví a hned chtěli číst a psát. Dnes už umí první slabiky. Ale vždyť je teprve září! Musíme začít pomalu a dětem vyučování zpestřit a zpříjemnit zdravým pohybem. Jezdíme do Pardubic na plavání. Nikdo nebrečí, všichni se vždy těšíme na další týden.

Cákáme jako kačenky, splýváme jako žabičky, plavem jako rybičky a těch je stále více. Protože máme u školy krásně vysekané hřiště, snažíme se ho co nejvíce využívat. Počasí nám zatím přeje.

Uspořádali jsme přátelské utkání v míčových hrách s dětmi z Přelouče. Přišlo jich 70 a moc se jim u nás líbilo. Škola, les a hlavně hřiště. To ve městě nemají. Tam jsou "jen" ulice a chodníky. My také jeden máme. Je nový a vede od školy k autobusové zastávce. Chodí sem na autobus děti z Přelovic a každý ví, jak zde řidiči dodržují dopravní předpisy. Chceme za něj poděkovat všem, kdo se na něm podíleli.

Na závěr ještě jednou díky, a to celému obecnímu úřadu v čele se starostou L. Benešem. Velmi dobře se nám s nimi spolupracovalo, škola jim nebyla lhostejná a to lze jen ocenit. Zvláště v dnešní době.

VI. Hanušová a kolektiv zaměstnanců školy

## Zpráva o vzniku mládežnické základny Yacht club

Dnem 12. září byla, za naprosto nepříznivého počasí, zahájena činnost mládežnické základny YC Pardubice, která má sloužit k výchově a výcviku nejmenších jachtařů na plachetnicích mezinárodní třídy Optimist. Základna vznikla ve vzájemné spolupráci vedení YC Pardubice, Domu dětí a mládeže v Přelouči, finanční podpory a pochopení OÚ Břehy a vedení AC Buňkov, které malým plachetnicím poskytne přístřeší. Prozatím se přihlásilo 9 dětí ve věku od 8 do 12 let, z toho 3 ze Břehů, ostatní z Pardubic. Z města Přelouče bohužel doposud nikdo o tento krásný sport neprojevil zájem.

Již v průběhu prázdnin bylo zakoupeno 8 lodí, v různém stadiu pojízdnosti a vybavení. Z toho 3 jsou již v provozuschopném stavu a bylo je možno zmíněný den spatřit na rozbouřeně hladině Buňkova. Je reálný předpoklad, že v průběhu měsíce října dosáhne počet dětí limitního čísla 20. Také v zimních měsících bude opravena a zkompletována většina zbývajících lodí tak, aby se na jaře mohlo začít s náročným tréninkem a členové základny mohli šířit dobré jméno naší obce na závodech a soutěžích po celé republice.

V. Brabec

## Co se nevešlo do č. 7

Je to naše poděkování Českému rybářskému svazu za bezplatné přenechání materiálu na střechu autobusové čekárny na Výrově, za poskytnutí veškerého potřebného nářadí na její výměnu a i za provedení bezplatného nátěru. Rybářům touto cestou ještě jednou děkujeme.

Obecní úřad

## Viděno zvenku

V jednom z posledních čísel Břežanu jsem si přečetl bilanci obecního zastupitelstva za celé končící volební období. Pokud vezmu jen prostý seznam realizovaných položek, je to rekapitulace nanejvýše úctyhodná a v celých dějinách této obce naprosto ojedinělá. Jen samotná realizace plynofikace obce je akcí, která fiktivně převedena do rozměrů Prahy by byla srovnatelná snad jen s výstavbou metra.

Pokud si někdo myslí, že je to normální a proč by to mělo být jinak, rád bych mu zvenku připomenul - předlužené rozpočty řady obcí (včetně Prahy), interní rozbroje a demise celých obecních zastupitelstev z televizního zpravodajství, zkorumpované starosty ve vleku nátlakových loby, vytunelované obecní rozpočty, zastavené sokolovny a hasičské zbrojnice...to vše Nadoraz a Na vlastní oči. Uplynulé volební období bylo pro Břehy opravdu dobré a je za co zastupitelstvu poděkovat, třeba jen za to, že Břehy dostalo minimálně mezi první tisícovku nejúspěšnějších obcí v ČR.

Zároveň bych rád připomněl, že příští zastupitelstvo povede obec do třetího tisíciletí a jsou zde možná některé zajímavé náměty pro další volební období. Absolutně největší příležitostí pro obec by mohlo být případné založení továrny na mikroprocesory firmy Intel v pardubickém regionu. To by vedlo k masivnímu zakládání řady satelitních počítačových a programátorských firem pracujících s produkty nového závodu. Taková příležitost by se už nemusela opakovat, a proto by budoucí zastupitelstvo mělo přilákat co nejvíce těchto firem do obce ještě dříve, než se případná investice Intelu v regionu zrealizuje.

Pro propagaci obce, přilákání investorů, zájemců o rekreaci v obci ap. by bylo vhodné zvážit prezentaci obce na anglické a české stránce v Internetu a odkazy na tuto stránku používat v propagačních materiálech o obci a hlavičkových dopisních papírech, měla by se objevit v záhlaví Břežana a na tabulích u příjezdových silnic do obce. Na internetovské stránce by bylo vhodné propagovat atraktivitu obce pro podnikatele a Břežů jako turistického centra.

Obec by měla motivovat podnikatele v místě (včetně případné půjčky) pro radikální rekonstrukci sálu restaurace Na křížovatce tak, aby mohl být využíván i pro komerční akce (prezentace firem, školení, obchodní jednání) a tím nepřímo přilákat do obce podnikatele a formou „malé komerční turistiky“ zvýšit turistickou atraktivitu obce i mimo hlavní sezónu.

V souvislosti s přistoupením ČR k EU by se budoucí zastupitelstvo mělo začít aktivně ucházet o prostředky EU na rozvoj Euroregionů a rozvojových projektů EU z fondů Phare. Obec by měla konečně začít využívat a zhodnocovat svoji výhodu vybudované moderní infrastruktury, která je v rámci ČR nadstandardní. Na stránkách Břežanu by historická ohlédnutí do minulosti měla možná nahradit větší propagace částí Agendy 2000 EU pro oblast místní samosprávy. Naše cesta z dálného východu do Bruselu bude ještě dlouhá...

Zastupitelstvo by měla daleko více začít využívat a organizovat obecní referenda o některých variantách rozvoje nebo investování v obci. V této souvislosti bych připomenul jeden inspirující švýcarský zvyk. Žáci nejvyšších tříd obecné školy tam dostávají každý rok zadání zajímavou slohovou práci. Jsi starostou své obce a máš k dispozici větší, ale ne neomezenou sumu peněz. Jak bys je využil pro svou obec, ve které žiješ? Dvě nejzajímavější práce jsou pak otištěny v obecním časopise. Desetiletí Švýcaři totiž za dalších deset let přicházejí rozhodovat v obecních referendech. Když už úplně o všem nerozhoduje rudá strana, nestálo by to také za napodobení?

Obec by měla dokončit systém separovaného sběru odpadů realizací sběru odpadového papíru.

Pro komfort obyvatel by mělo obecní zastupitelstvo vytrvale usilovat o instalaci bankomatu v místě.

ing. Jaroslav Neterda

Děkujeme Ing. Neterdovi za jeho podnětný příspěvek i za to, jak v začátku svého příspěvku vysoce hodnotí naši práci, hlavně v závěru volebního období. Vzhledem k tomu, že se jedná o občana z Prahy ( zetě paní Stulíkové ), který do naší obce jezdí jen prozatím rekreačně, si můžeme jeho zájmu a uznání o to více cenit.

Obecní úřad

## INFORMACE-RADY- ZAJÍMAVOSTI

### Svoz velkoobjemového odpadu

Na 24. 10. 1998 jsme zajistili od Svazku obcí přeloučska sběrové auto pro svoz velkoobjemového odpadu, jako jsou elektrspotřebiče, matrace, kočárky, nábytek apod.

Sběrnými místy budou:

parkoviště u hostince Na křížovatce  
prostor napravo od tenisových kurtů  
výústění ul. Lesní u hájovny p. Duška

Časové rozdělení:

parkoviště	9.00 - 9.30 hod.
tenis. kurty	9.30 - 10.00 hod.
Výrov	10.00 - 10.30 hod.

V této době budete mít možnost zbavit se nepotřebného a neskladného odpadu. Skladování na zmíněných místech nebude možné, ale za pomoci pracovníků TS obce bude odpad ihned nakládán. Celá akce je pro občany bezplatná, náklady hradí Obecní úřad.

### Něco o bramborách

K nejchutnější a nejvšestrannější zelenině vůbec patří bez pochyby brambory. Někdo možná namítne: " co že, obyčejné brambory, proč kazit papír psaním o takové samozřejmosti" ? Pravdou však zůstává, že bychom se bez této potraviny dokázali jen těžko obejít a že jen málokterá surovina používaná v současné kuchyni poskytuje tolik možností a variant jako ona kdysi přehlížená a zatracovaná brambora.

Její cesta k nám nebyla nijak jednoduchá. Dodnes není zcela jasné, kdo jako první brambory do Evropy přivezl. Někdy je tato zásluha připisována Siru Walteru Raleighovi, jindy to měl být Sir Francis Drake, jindy Španěl Francesco Pizzaro. Původní pravlastí brambor jsou vysokohorská údolí jihoamerického pohoří Andy. Pole brambor pravděpodobně objevili španělští dobyvatelé a v první polovině 16. století ji odvezli do Evropy. Jako exotickou kvetoucí rostlinu ji pěstovali odborníci

pouze v císařských a královských zahradách, o poživatelnou hlízu se tedy z počátku nikdo nezajímal.

Více než jedno století bylo zapotřebí, aby se tato všeobecně užitečná potravina mohla prosadit. Oblibu si získala nejprve v Německu, potom ve Francii, kde musil král Ludvík XVI užít trik, aby lidé začali brambory konzumovat. Blízko Paříže dal vysázet množství brambor, a protože znal lidskou slabost, nechal pole vojensky strážet. Lidé věděli, že zakázané ovoce ( v tomto případě zelenina ) nejlíp chutná a tak začali brambory z pole krást. A brambory jim skutečně chutnali. Král se tedy mohl radovat, jak vyžrál na své poddané, když mezi nimi rozšířil tuto levnou potravinu a lid měl pocit, že jí něco královského. U nás se brambory začaly pěstovat v polovině 17. století, ale pouze jako okrasa klášterních zahrad, nebo panských sídel. Po dlouhou dobu pak byly chápány jako " jídlo chudých ".

Ať už vařené, nebo pečené, brambory jsou zdrojem vlákniny B - komplexu, dostatečného množství vitamínu C. Dál obsahují cenné minerální látky, vápník, fosfor a železo. Všechny tyto důležité látky jsou uloženy těsně pod slupkou, a proto je třeba brambory okrajovat co možná nejtěsněji, nebo ještě lépe vařit ve slupce. A co kalorická hodnota? 100g brambor obsahuje pouhých 80 kalorií, a tak je dámy můžete zařadit do svého jídelníčku i při vaší superdietě. Pak ovšem nzapomenejte na zásady tzv. dělené stravy a jezte je bez masa, prostě jen se zeleninou. Dobrou chut'!

A. Vondráková

### O tomto i příštím Břežanu

Jistě vám neuniklo, že se poprvé v tomto čísle setkáváte s příspěvkem, které jsou podepsány A. Vondráková. Jedná se o místní slečnu Andreu, která je studující žurnalistiky a která přislíbila svou pomoc při psaní Břežanu. Jak je vidět, její články budou jistě zajímavé a budou novým přínosem časopisu. Tuto možnost, stejně tak jako možnost jakékoliv inzerce, máte samozřejmě všichni a stále.

Následující číslo, tedy č. 9 by se mělo zabývat převážně komunálními volbami, které se kvapem blíží. V něm se dozvíte snad o všem, co se týká voleb v naší obci. Dále se v něm mohou prezentovat všechny strany, které byly pro tyto nadcházející volby zaregistrovány. Uzávěrka veškerých příspěvků bude k 30.11. tak, aby Břežan mohl vyjít na zahájení volební kampaně, která začíná 2.11.1998. a končí 24hodin před zahájením voleb.

Břežan připravili: A. Vondráková, L. Beneš