

| Velká vánoční soutěž |
..... strana 1,4

| Společenský ples |
..... strana 2-3

| Helena Vondráčková |
..... strana 5

| COOP Naše zdraví |
..... strana 6

| Nabídka COOP Stavebniny |
... strana 10-11

| Fruit Logistica Berlin |
..... strana 13

COOP NOVINKY

SLAVNOSTNÍ TEČKA ZA VÁNOCEMI V COOPU

Po bohatém Ježíškovi toužili snad všichni zákazníci, kteří v listopadu a prosinci nakoupili v obchodech COOP Tuty, Tip a Stavebniny a zaslali soutěžní kartičku s unikátním kódem. Pod stromečkem na ně totiž mohl čekat jeden z více než 480 fantastických dáreků. Na pomyslném vrcholu se skvěly wellness pobyty, LCD televize, myčky, kávovary a především dva skútry a dva osobní automobily. Jejich osobní předání se uskutečnilo 30. ledna 2013 v prostorách COOP Centra Praha.

U jednoho stolu se sešli šťastní výherci, zástupci sponzorů, organizátoři soutěže

a vedení COOP Centra, aby udělali za úspěšnou akci slavnostní tečku. Prvotní nervozitu



rychle vystřídala dobrá nálada a oběd s dezertem se protáhl až do pozdního odpoledne. Všechny účastníky přivítal generální ředitel COOP Centra pan Josef Holub. Potěšil ho vysoký zájem soutěžících, který přesáhl hranici devadesáti sedmi tisíc účastníků. Ing. Josef Holub poděkoval pří-

tomným sponzorům a vyjádřil radost z perfektní spolupráce, která je důležitá především pro zákazníky. Připomněl, že COOP Centrum letos slaví dvacáté narozeniny, což by bez spokojenosti a podpory zákazníků nebylo možné.

pokračování na straně 4



Velká velikonoční soutěž

v prodejnách COOP TUTY, TIP a STAVEBNINY

Soutěžte a vyhrávejte 1. 3. - 31. 3. 2013

VÍCE JAK 300 CEN

Za každý nákup v prodejnách COOP TUTY, TIP a STAVEBNINY v minimální hodnotě 299 Kč obdržíte u pokladny hrací kartu s unikátním hracím kódem a můžete vyhrát:

OSOBNÍ AUTOMOBIL • ELEKTROKOLA • WELLNESS POBYTY
ELEKTRONIKU • A SPOUSTU DALŠÍCH CEN

MOŽNOSTI ÚČASTI:

- 1 Zašlete SMS ve tvaru: **COOP mezera KOD hrací karty** (vzor: COOP A2E4Q6) na číslo 900 77 06. (Cena SMS je 6 Kč vč. DPH).
- 2 Navštívíte webovou stránku www.coopclub.cz. Zde můžete zadat kód bezplatně.
- 3 Hrací kartu zašlete na adresu: **Delix, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Píseň.** Nezapomeňte vyplnit Vaše telefonní číslo pro případ oznámení výhry.

JEDNOTLIVÁ SOUTĚŽNÍ KOLA KONČÍ:
13. 3., 20. 3., 27. 3., 3. 4. 2013

**3. 4. 2013 MŮŽETE VYHRÁT
AUTOMOBIL A ELEKTROKOLA**



COOP TUTY COOP TIP COOP STAVEBNINY

Soutěž končí 31. 3. 2013 do 12. 3. 2013. Všechny podmínky soutěže jsou uvedeny v pravidlech. Soutěž je vyhrazena pro občany České republiky a státní občany Slovenské republiky. Soutěžní karta je platná pouze v rámci České republiky. Soutěžní karta je platná pouze v rámci České republiky. Soutěžní karta je platná pouze v rámci České republiky.

PLES JEL OPRAVDU VE VELKÉM STYLU

Dobry den, jmenuji se Škoda Citigo a jsem zcela výjimečné auto. Účastnilo jsem se totiž Společenského plesu COOP Centrum družstva. Ale nestálo jsem venku jako ostatní mí bráškové. Svě místo jsem mělo přímo v sále, kousek od tanečního parketu. Jsem totiž hlavní cenou pro vítězku soutěže COOP Sympatika 2012.

Dovolte mi, abych vás provedlo plesovým dním.

Když mi řekli, že pojedou na ples a budu hlavní výhrou, rozklepala se mi kolena, vlastně kola. Když mi upřesnili, že ples se koná v Top hotelu Praha na svatého Valentýna, nedočkavostí mi vibrovala všechna ložiska. Bylo jsem tak nervózní, že jsem si sice vzalo letní plesové botičky, ale zimní pneumatiky jsem zapomnělo doma. Rozpaky jsem zčervenalo ještě víc, než byla má obvyklá barva.

Do hotelu mě přivezli už ve středu vpozdvečer. Hned se projevila moje zapomnětlivost, když mě v letním obutí museli ve sněhu vytlačit čtyři statní chlapi do předsálí. Ovšem tam už jsem se rozjelo až na své místo u pódiu. Mám odtud krásný výhled a o všem vás můžu informovat doslova z první ruky.

Už od středy jsem hýčkané a opečovávané. Nejdřív mě vyleští jak zrcadlo a pak ozdobí patřičnými logy, abych bylo in. Načančané pozorují čtvrteční dopolední cvrkot při přípravě 66 stolů. Aby se do sálu vešlo přes 700 lidí, mají se všichni co ohánět. S blížícím se večerem nervozita stoupá.

NAROZENINOVÉ PŘEKVAPENÍ

Přesně s úderem sedmé večerní přerušují dodavatelé ochut-



návky u svých stánků – na mě zapomněli, nic mi k jídlu nepřinesli. Také lístky do tomboly se na chvíli přestávají prodávat.

PLES ZAČÍNÁ!

Na pódium vstupuje oblíbený moderátor Radiožurnálu Jan Pokorný a vítá předsedu představenstva COOP Centrum družstva, prezidenta Svazu obchodu a cestovního ruchu a předsedu Svazu českých a mo-



ravských spotřebních družstev – pana Zdeňka Juračku. Společně zahajují ples a připíjejí na jeho vydařený průběh.

A je tady narozeninové překvapení. COOP Centrum totiž letos slaví 20 let od svého založení. To už je pořádný důvod k oslavě. Z rukou pana Juračky přebírají členové představenstva, kontrolní komise a managementu COOP Centra certifikáty, zlaté brože a třílitrové lahve rumu

– každá s fotografií a se jménem konkrétního člena.

Co nesmí o narozeninách chybět? Dort! Tento je opravdu obří. Páni, úplně se mi zamlžily reflektory. Ještěže pevně stojím na všech čtyřech kolech – z dortu totiž vyskakuje Marilyn Monroe a zpívá celému COOPu „Happy Birthday“.

ORCHESTR ŠLÁPL NA PLYN

Dort odstartoval plesové radovánky. A co je hlavní náplní plesu? Tanec. K němu hraje výborný orchestr Hlavsá Orchestra pod vedením Josefa Hlavsý. Za 45 let své existence absolvoval tento orchestr už pěknou řádku plesů a jsou to opravdoví profíci. Taneční parket se rychle zaplňuje a já se nestačím divit, jaké kouzelné pohybové kreace se přede mnou objevují.

Přítom ale nezapomínám nedočkavě sledovat hodiny. Za chvíli už to přijde! V celé kráse uvidím letošní finalistky soutěže COOP Sympatika. Která mě asi získá?

SYMPATIKY, NA SCÉNU!

Už je to tady. Jan Pokorný představuje deset trošičku nervózních dam. Ty jsou nádherné! Plavovlásky, černovlásky, v tyrkysových šatech, v zářivě žlutých, vášnivě rudých, čistě bílých či v různých odstínech fialové. Řeknu vám, ještěže není na mně vybírat tu nej. Všechny jsou neuvěřitelně milé a sympatické.

Moderátor rychle klade otázky, Sympatiky ještě rychleji odpovídají. Je tady valčík, při kterém si můžu dámy pořádně prohlédnout. To je pastva pro oči! Škoda, že tanec trval tak krátce. Teď už je v moci sedmičlenné poroty, aby rozhodla o titulu COOP Sympatika 2012.

HELENA VONDRÁČKOVÁ – DALŠÍ SYMPATIKA

Parket opět patří všem tančechtivým. Bohatý raut i ochutnávkové stánky jsou připraveny

patik. Za okamžik se dozvíme výsledky. Za chvíli už budu vědět, kdo si mě odveze domů. Finalistky nastupují, spolu s nimi také Magdalena Fejtková a Štěpánka Přívozníková, kterým finále jen těsně uniklo. Je tu také loňská Sympatika Ilona Fialová. Prostě třináctka nádherných a bezvadných žen.

nějších oborů, a plesoví hosté se konečně dovídají výsledky. Druhou vicemiss se stává Pavlína Johnová, první vicemiss Veronika Černá. Titul COOP Sympatika 2012 získává... Tramtadadá! Lucie Ulicová! Křehká, milá, sympatická dívka, kterou i ostatní finalistky považovaly za jasnou favoritku, nemůže uvěřit

Vašo Patejdl a sál opět bouří. Vašo přidává další a další písně. Plesoví hosté jej nechtějí pustit ze sálu. Čeká je však ještě úžasné představení Pomády a pak diskotéka pod taktovkou báječného Martina Hrdinky.

Že už se čtvrtek dávno přehoupel v pátek, nikomu nevádí. Ještě ve čtyři hodiny ráno je



pro hladové. U stolů se řeší vážnější i lechtivější témata.

Odbila devátá hodina a Jan Pokorný ohlašuje hlavního hudebního hosta večera.

Mně se snad podlomí kola! Helenka Vondráčková! Všechna auta mi budou závidět, že jsem stálo kousek od Helenky a celou hodinu poslouchalo její božský zpěv a sledovalo, jak během chvilky přivádí celý sál k úplné extázi nadšení. Na parketě by se rázem neprotáhla ani myš. Kdo má ruce a nohy, tančí, tleská, skáče, fotí. I paní Vondráčková musí být tímto spontánním projevem sympatií velice potěšená. A těch žadatelů o společnou fotografii!

TA MALIČKÁ, TA JE MÁ

Před půl jedenáctou vrůstá nervozita jak u mě, tak u Sym-



Ilona Fialová spolu s Janem Pokorným nejprve vyhlásují výsledky čtenářsko-zákaznické části soutěže. Tu vyhrála drobná plavovlásky Lucie Ulicová před Romanou Krejzarovou a Evou Merhoutovou.

Nastupuje odborná porota, složená z osobností z nejrůz-

svým uším, že vyhrála i tuto část soutěže. A já jsem neuvěřitelně šťastná, že ta maličká, ta je má.

ŽENSKÁ KRÁSA A MUŽNÝ ŠARM

Ženskou krásu střídá mužný šarm. K mikrofonu se staví



v sále živo, rušno a báječno. Všichni jsou nadšení, spokojeni a dobře se baví.

A já? Já mám svou Lucinku a slibuju, že ji budu vozit spolehlivě a bezpečně.

Vaše červené autíčko Škoda Citigo, majetek COOP Sympatiky 2012 Lucie Ulicové

POROTA SOUTĚŽE COOP SYMPATIKA 2012

- ▶ **Ing. Zdeněk Juračka** – předseda představenstva COOP Centrum družstva, prezident Svazu obchodu a cestovního ruchu a předseda Svazu českých a moravských spotřebních družstev
- ▶ **Zuzana Luňáková** – redaktorka České televize
- ▶ **Jan Wiesner** – prezident Konfederace zaměstnavatelských a podnikatelských svazů
- ▶ **Prof. Ing. Jiří Jindra** – emeritní děkan Vysoké školy hotelové
- ▶ **Ing. Kamil Ziegler** – generální ředitel Sazky
- ▶ **Ing. Pavel Kolář** – ředitel strategických vztahů ČSOB
- ▶ **JUDr. Michal Žižlavský** – majitel advokátní kanceláře Žižlavský a partneři



KONEČNÉ VÝSLEDKY

ČTENÁŘSKO- -ZÁKAZNICKÁ ČÁST SOUTĚŽE COOP SYMPATIKA 2012

1. místo: **LUCIE ULICOVÁ**
(COOP družstvo HB)
2. místo: **ROMANA KREJZAROVÁ**
(Jednota, SD v Jindřichově Hradci)
3. místo: **EVA MERHOUTOVÁ**
(Jednota – Družstvo spotřebitelů v Kaplici)



COOP SYMPATIKA 2012

1. místo: **LUCIE ULICOVÁ**
(COOP družstvo HB)
2. místo: **VERONIKA ČERNÁ**
(Družstvo Jednota Kladno)
3. místo: **PAVLÍNA JOHNOVÁ**
(Jednota, SD v Pardubicích)

SLAVNOSTNÍ TEČKA ZA VÁNOCEMI V COOPU

pokračování ze strany 1

Po slavnostním zahájení se chopil slova pan Igor Malík ze společnosti Mettsä Tissue, jež věnovala jeden z osobních automobilů. Pan Malík ocenil

připadl Davidu Straškovi z Černé za Bory. Ten má na starosti každodenní nákupy v COOPu a získané kupóny zaslal jen na zkoušku. „Nikdy jsem nic

zátorům soutěže a sponzorům. Sama pracuje v branži, a proto si uvědomuje, jaká dřina se za vším skrývá. „Měli jsme ohromnou radost už z toustovače, to byla ohromná výhra. O autě se nám ani nesnilo.“

Nadšení z výhry neskrýval ani pan Pavel Matějka z Leštiny. „Já jsem v životě nic nevyhrál!“

tři kupóny, které získal od maminky. To byla také první osoba, které radostnou novinku volal. Na otázku, zda bude soutěžit i nadále, odpověděl kladně. Ale tentokrát už případnou výhru nechá na mamince.

V jednom se šťastní výherci shodli – nikdy nevěřili, že by mohli vyhrát, protože v dnešní



úspěšnou dlouholetou spoluprací se společností COOP a výhercům popřál mnoho bezpečných kilometrů. Stejně přání měl také Slavomír Vařák, zástupce Karlovarských minerálních vod. Ty věnovaly do soutěže dva skútry Vespa. V rámci bujaré diskuse se nevyhnul ani pikantní otázce ohledně chátrajících lázní Kyselka. Potvrdil, že na jejich rekonstrukci se pracuje, takže dobré jméno společnosti rozhodně není v ohrožení.

Osobní automobil Škoda Citigo, který věnovala do soutěže společnost Mettsä Tissue,

nevyhrál, takže jsem nepočítal, že by to mohlo vyjít.“ Na vozítko už si brousí zuby nejmladší člen rodiny, a to i přesto, že na řidičák si bude muset ještě chvíli počkat. To manželé Hepovi měli o osudu vozu KIA Picanto jasno. „Konečně budu mít pořádné auto. Všichni si rozebrali to lepší a na mě připadla stará felicie,“ směje se paní Hepová a dodává, že první cesta bude stoprocentně na trase práce, školka, škola. Poděkovala především organi-



Skútr rád půjčím i manželce, ale budou muset počkat na vlídnější počasí. Druhý výherce skútru, pan Robert Randák z Volar, může mluvit skutečně o štěstí. Do soutěže poslal jen



době není zvykem dělat věci poctivě. Jak se na vlastní kůži přesvědčili, COOPu už dvacet let záleží především na spokojenosti zákazníka.

-drei-

PO „DLOUHÉ NOCI“ PLÁNUJE HELENA VONDRÁČKOVÁ „BÁJEČNÝ FLÁM“



Krátce po jednadvacáté hodině přivítal bouřící sál TOP Hotelu Praha v rámci Společenského ple-su COOP Centra hvězdu české populární hudby Helenu Vondráčkovou. Taneční parket praskal ve švech a neexistoval nikdo, kdo by si alespoň jednu z písní nezanotoval. Hned jak dozněly poslední tóny písně „Lásko má, já stůnu“, vypukly v zákulisí nekonečné žádosti o společnou fotografii a podpis. Ani to však optimismem zářící zpěvačku neznavilo a po spoušti blesků a podaných rukou poskytla pro COOP Novinky exkluzivní rozhovor. A protože nám oběma značně kručelo v žaludku, stočil se především ke gurmánským otázkám.

Nakupujete v COOPu?

Bohužel se přiznám, že ne. V Řitce ani nejbližším okolí prodejnu nemáme, takže na pravidelné nákupy musím jít jinde.

Máte raději větší obchodní centra, nebo preferujete menší prodejny s osobitým přístupem?

Záleží na tom, pro co do obchodu jdu. Pokud musím udělat velký nákup, tak vše pořizuju na jednom místě. A pro to běžně

nakupování, jako jsou rohlíky, vajíčka, šunka, chleba – takové to šup, šup – samozřejmě zaběhnu do místní prodejny.

Vybíráte raději tuzemské, nebo zahraniční zboží?

To záleží na tom, o jaký druh zboží jde. U některých věcí mám ráda zahraniční zboží, jiné, jako třeba jogurty, kupuju české. Tam jsem přesvědčená, že jsou rozhodně lepší.

Je asi zbytečné se ptát, ale rozhoduje u vás při výběru cena, nebo kvalita?

Cena! (smích). Tedy promiňte, samozřejmě že kvalita.

Ovlivňuje vás reklama? Tedy pokud ji při svém nabitém programu vůbec stiháte sledovat.

Většinou jde reklama kolem mě a moc ji nevnímám. Někdy ji ale v televizi zachytím. Je pravda, že reklama člověku napoví a někdy ke koupi navnadí. Pokud bych ale nebyla spokojená, tak od daného produktu odstoupím.

Relaxujete při nakupování? Umíte si na nákupech udělat radost?

To teda jo! Já miluju sýry a jsem ráda, že v současné době je tady spousta kvalitních. Nemusím moc sladké, ale občas kupuju uzeniny. Ale spíše dám na poctivé domácí výrobky. Třeba u nás v Davli je vyhlášený uzenář.

šelo! Jsem ráda, že jsem na takové akci mohla vystoupit, protože atmosféra byla úžasná.

Zdržíte se na plesu déle?

Moc bych ráda, ale bohužel musím za chvíli odjet. Čeká mě ještě dlouhá cesta domů a pracovní povinnosti. To víte, plesová sezóna je v plném proudu.

Na co se mohou vaši fanoušci v nejbližší době těšit?

Pro rok 2013 připravujeme sérii vystoupení v Česku a na Slovensku v rámci koncertní show „Báječný flám“ (pozn. red.: hosté Felix Slováček, Davide Mattioli a Andrea Andrei). Stěžejním bodem v letošním roce je také vydání nového alba, pro které teď sháním repertoár, autory, textaře.

Mělo by se nést v nějakém konkrétním duchu? Jazz, pop?

Určitě to bude pop. Hlavně bych chtěla, aby to byly hezké melodické věci, které půjdou lidem pěkně do ucha.



Takže neopovrhnete domácím uzeným s křenem?

No, Ježíš! Ale co teprve takový uzený jazyk s křenem!

Máte za sebou vystoupení na plesu COOP Centra. Jak hodnotíte atmosféru v sále?

Perfektní! Bylo vidět, že se všichni skvěle bavili. Publikum spolupracovalo – zpívalo, tančilo, bavilo se. Jako na povel! (smích). Soutěžícím to moc slu-

COOP Centrum letos slaví 20 let. Co byste mu za sebe popřála?

Hlavně aby měli možnost nabízet samé kvalitní výrobky. Samozřejmě velkou spoustu spokojených zákazníků, usměvavých prodavaček, bohatých obrátů a aby byli lidé spokojeni.

Děkuji za rozhovor.

Lucie Dreiseitlová

NUTRILAC – NOVÝ PŘÍRŮSTEK DO KOUTKU COOP NAŠE ZDRAVÍ



Zřejmě každý z nás by ve svém okolí našel člověka, kterému by byl NUTRILAC ku prospěchu. Na první pohled se tento člověk může zdát být v pořádku, ale ve skutečnosti strádá. Ani příliš nezáleží na jeho

věku. Problém se týká všech věkových kategorií, nicméně primárně seniorů. Ptáte se, o čem hovoříme?

Hovoříme o tekuté klinické výživě, obvykle nazývané „enterální“. Chtěli bychom vás seznámit s důvody, proč se společnost COOP rozhodla zařadit tuto speciální výživu NUTRILAC společně s léčivými přípravky, zdravotnickým materiálem a dalším sortimentem do prodejních míst Naše zdraví.

O nedostatečné výživě se hovoří velice málo. Lékařské výzkumy však ukazují, že tento problém se velice často vyskytuje i ve vyspělých zemích, kde bychom jej nečekali. Tento nedostatek je nejtěživější u osob, které z různých důvodů nechťejí, nesmějí nebo nemohou přijímat plnohodnotnou a nutričně vyváženou stravu. Ať už jsou to lidé trpící nechutenstvím, pacienti před operací nebo po ní, jedinci s dysfunkcí ústní dutiny, chrupu a poruchou polykání, pacienti s nádorovým onemocněním, s bulimií či mentální anorexií.

U vysokého procenta lidí, především u seniorů starších 70 let, hovoříme o nedostatku živin důležitých pro stavbu těla nebo jeho správnou funkci.



Důsledkem nedostatečné výživy může být:

- ▶ **zhoršení celkového stavu** – únava, zhoršení sebeobsluhy, zhoršení kvality života, deprese;
- ▶ **úbytek svalové hmoty** – upoutání na lůžko, vznik proleženin;
- ▶ **kostní onemocnění** – především osteoporóza způsobená nedostatečným příjmem vápníku;
- ▶ **infekční komplikace** – zápal plic, infekce močových cest;
- ▶ **zhoršené hojení ran** – komplikované hojení, zhoršení výsledku chirurgické léčby.

Nejčastějším způsobem podávání této tzv. potravinové výživy pro zvláštní lékařské účely je popíjení, sipping. Pokud pacient přijímá normální stravu, lze podávat tuto výživu jako její doplněk.

Používání tekuté výživy jako doplňku stravy se u pacienta projeví obvykle již po dvou týdnech užívání výrazným zlepšením kondice. Nejen fyzické, ale obvykle i psychické.

Tento výrobek je nabízen ve více chuťových variantách (vanilka, banán, káva a natural). Je možné jej použít i ke zvýšení výživové hodnoty normální stravy (např. omáček, polévek apod.). Při použití do teplých jídel by maximální teplota pokrmu neměla převýšit 60 °C.

Věříme, že někomu z vašeho okolí pomůže tento výrobek zlepšit kvalitu života, a oceníme vaše názory a zkušenosti s tímto nově zařazeným přípravkem.

Všechno dobré



OSLAVME VELIKONOCE, JAK SE PATŘÍ!

Velikonoce jsou pohyblivé svátky, slavíme je vždy první neděli po prvním jarním úplňku. Letos vycházejí na poslední březnovou sobotu, první dubnovou neděli a pondělí. Na Velikonoce, které jsou nejvýznamnějším křesťanským svátkem, oslavujícím zmrtnýchvstání Ježíše Krista, se všeobecně těšíme jako na veselé vítání jara, znovuzrození přírody. Dodnes jsou spojené s řadou lidových tradic, přípravou jedinečných pokrmů, tradičních výrobků. No řekněte sami, co by byly tyto svátky bez nádivky, mazanců, beránka a kraslic! Takže už můžeme začít s přípravami. Vyzdobit byt velikonočními a jarními motivy, nakoupit barvy nebo nastřádat cibulové slupky na barvení vajec, nařezat proutky na pomlázku a rozmyslet si, jaké dobroty připravíme na velikonoční stůl.

VELIKONOČNÍ VÝZDOBA

KRASLICE

Symbolem Velikonoc jsou vejce, od pradávna symbol plodnosti, úrodnosti, nového života. Zdobení velikonočních kraslic se tak trochu podobá čarování. Na začátku je obyčejné vyfouknuté vajíčko a na konci křehká nádhera. Nejrozšířenější technikou výzdoby kraslic je **batikování**, při kterém se na povrch skořápky nanáší horký vosk špendlíkovou hlavičkou nebo batikovací jehlou a pak se ponoří do silného barevného roztoku.

Daleko jednodušší je **mramorování** – vajíčka poklademe drobnými zelenými lístky například pampelišek, sedmikrá-

sek, řebříčku, jahodníku, stěbly trávy, vložíme do staré silonové punčochy, zavážeme a ponoříme do barvy. Když obal s lístky sloupneme, zůstanou na vajíčku bělavé otisky lístků.

Oblíbené v některých krajích je i **vyškrabávání** kraslic, kdy se nejdříve obarví v syté barvě a pak vyškrabávají požadované vzory nožičkem, pilníčkem a podobně. Krásné jsou také kraslice **polepované slámou**. Radost i parádu udělají rovněž vajíčka **obarvená v cibulových slupkách** nebo barvách na vejce, polepená obtisky s velikonoční-

mi motivy – ta můžeme vyrábět spolu s dětmi.

Kraslice a barvená vejce jsou ozdobou velikonočního stolu. Věšíme je na vyrašené větvičky břízy, a pokud jsou plná, položíme je do misky s osením nebo naklíčenou řeřichou.

Pěkná na velikonočním stole jsou i vajíčka z perníku, zdobená cukrovou polevou. Atraktivní jsou na zelených větvích umístěných ve váze i kraslice z vizovického těsta, ale těm sluší i další figurky, které si spojujeme s Velikonocemi, například ptáčky, zajíčky, holubičky.

VELIKONOČNÍ VAJÍČKA

Pravděpodobně jako první zavedli zvyk darování vajec v ob-

nebo štáva z červené řepy, štáva z borůvek nebo bezinek.

► **ZELENÁ:** mladé žito; voda ze špenátu; odvar z olšové kůry.

► **HNĚDÁ:** odvar z dubové nebo olšové kůry; silný odvar z cibulových slupek, čaj.

ZELENÁ MISKA

Svěží jarní náladu vnesou do našeho bytu misky s osením nebo i jiným zeleným trávníčkem. Potřebujeme k tomu misku, trochu půdy a hrst zrní. Nejsnazší je vypěstovat oves, ten klíčí nejrychleji. A ještě mu pomůžeme, když zrnka namočíme na den a noc do teplé vody. Také ze zasazené čočky vyrostou hustý tmavě zelený trávníček. A vůbec nejjednodušší je na vlhkou vatou vysít semínka řeřichy.

HODY, HODY, DOPRO- VODY...

Umění uplést si pomlázku, hodo-vačku, mrskačku, dynovačku či karabáč patřilo kdysi k nezbytným dovednostem každého chlapce a muže.

Pokud žijete ve městě, můžete si pomlázky zakoupit na tržištích a v květinářstvích. Na venkově by to ale byl hřích.

Vhodné jsou vrbové pruty z jakékoliv vrby rostoucí u vody mimo vrbu smuteční. Ta sice má tenké a dlouhé proutky, ale snadno se láme. Před pletením je dobré, když se vybrané proutky stejné síly a délky namočí nejméně na půl hodiny do studené vody, aby byly pružnější. Vyberte proutky alespoň jeden metr dlouhé, pletením se pomlázka zkrátí asi o jednu třetinu. Hodovačka se plete několika způsoby, ze šesti, z osmi i z devíti proutků.

-koř-



dobí svátků jarní rovnodennosti Egyptané. Vejce se pak odpradáva zdobila nejen u Slovanů, ale i u Litevců, Němců, Švédů, na Kavkaze, v Asii i u jiných národů. Nejstarší nalezená kraslice je prý stará 2 300 let.

PŘÍRODNÍ BARVY NA BARVENÍ VELIKONOČNÍCH VAJEC

► **ŽLUTÁ:** slabý odvar z cibulových slupek, šafrán.

► **ČERVENÁ:** odvar ze slupek červené cibule, červeného zelí

OSLAVME VELIKONOCE, JAK SE PATŘÍ!

VAŘÍME VELIKONOČNÍ MENU Z VLASTNÍCH ZNAČEK COOP

JARNÍ POLÉVKA S ŘEŘICHOU

- ▶ *Hrst lístků řeřichy* ▶ *1 šalotka*
- ▶ *30 g másla RANKO*
- ▶ *30 g hladké mouky KLASIK*
- ▶ *800 ml zeleninové-
ho vývaru* ▶ *200 ml
sladké smetany
RANKO*
- ▶ *sůl* ▶ *muš-
kátový oříšek
DLE GUSTA*



Řeřichu opláchneme, necháme ji okapat a nakrájíme ji. Šalotku oloupeme a nakrájíme. V hrnci rozejdeme máslo a šalotku na něm necháme zeskvatět. Zaprášíme moukou a necháme opéřit dozlatova. Zalijeme zeleninovým vývarem a důkladně prošleháme metlou, aby v něm nezůstaly hrudky. Při mírné teplotě vaříme asi 20 minut. Přidáme řeřichu, povaříme a přimícháme 100 ml smetany. Dochutíme solí a muškátovým oříškem. Polévku nalijeme do talířů, zdobíme krouhy ze smetany a zbylými kousky řeřichy.

ZASTŘENÁ VEJCE S KŘENOVO-ŘEŘICHOVOU OMÁČKOU

- ▶ *8 vajec* ▶ *5 lžic octa* ▶ *kelímek
zakysané smetany RANKO*
- ▶ *2 hrsti naklíčené
řeřichy* ▶ *lžice čerstvé
strouhaného křenu*
- ▶ *lžice olivového oleje*
- ▶ *bílý pepř* ▶ *sůl*
- ▶ *celozrnné pečivo*



Vodu osolíme a okyselíme octem, přivedeme k varu, plamen stáhneme a udržujeme vodu těsně pod bodem varu. Do lžice či naběračky vyklepeme vejce, které pozvolna po-

noříme do vody a současně pomocí vidličky obalujeme žloutek bílkem, až se nám celé vejce zatáhne. Vaříme asi 4 minuty, poté vyjeme a vložíme do studené vody. Kysanou smetanu smícháme s částí řeřichy, křenu, olivovým olejem, pepřem a solí. Okapaná vejce podáváme s omáčkou a celozrnným pečivem, sypeme zbytkem řeřichy a křenu.

PESTRÁ VELIKONOČNÍ NÁDIVKA

- ▶ *7 rohlíků* ▶ *7 vajec* ▶ *250 ml
sladké smetany RANKO* ▶ *50 g
másla RANKO* ▶ *400 g uzeného
bůčku nebo Pražské šunky
COOP Premium*
- ▶ *velká hrst čerstvých
jarních výhonků (špičky
čerstvých kopřiv,
mladé lístky pampelišky,
mladé pupeny maliníku,
kvítka fialek, sedmikrásek –
výhonky lze nahradit čerstvým
listovým špenátem a natovou
cibulkou)* ▶ *sůl*
- ▶ *čerstvě mletý pepř* ▶ *muškátový
oříšek DLE GUSTA*



Uzený bůček nebo šunku nakrájíme na kostičky a opečeme na pánvi. Nakrájíme na kostičky rohlíky, zvlhčíme sladkou smetanou, přidáme vychladlé maso nebo šunku i s výpekem.



Přidáme žloutky utřené s máslem, osolíme, opepříme čerstvě mletým pepřem, dochutíme muškátovým oříškem. Velkou hrst jarních výhonků spaříme horkou vodou, nasekáme. Vše smícháme dohromady. Z bílků a špetky soli vyšleháme sníh, který nakonec do směsi po částech zlehka zamícháme. Nádivku lehce natlačíme do pekáče vyloženého pečicím papírem nebo vymazaného máslem a vysypaného strouhankou. Pečeme zhruba 45 minut při 170 °C.

NETRADIČNÍ VELIKONOČNÍ BRAMBOROVÝ SALÁT

- ▶ *2 kg brambor* ▶ *svazek ředkviček* ▶ *3 jarní cibulky včetně
natě nebo hrst nasekané
pažitky* ▶ *hrst rukoly*
- ▶ *1 zakysaná smetana RANKO* nebo



*bílý smetanový
jogurt RANKO*

▶ *3 lžice ma-
jonézy DLE*

GUSTA ▶ *sůl* ▶ *pepř*

▶ *lžice plnotučné hořčice KLA-
SIK* ▶ *hlávkový nebo ledový salát*

Brambory uvaříme ve slupce, oloupeme, necháme vychladnout. Nakrájíme na kostky nebo plátky, pokrájíme ředkvičky, cibulku nebo pažitku, rukolu. Přidáme sůl, pepř, hořčici, smetanu nebo jogurt a 3 lžice majonézy. Důkladně promícháme a necháme do druhého dne rozležet. Podáváme na talířích pokladených listy hlávkového nebo ledového salátu.

TVAROHOVÝ VELIKONOČNÍ BERÁNEK

- ▶ *450 g hladké mouky KLASIK*
- ▶ *250 g másla RANKO* ▶ *1 měk-
ký nebo
polotučný
tvaroh RANKO*
- ▶ *2 dl mléka RANKO* ▶ *3 vejce*
- ▶ *120 g mouč-
kového cukru*
- ▶ *100 g kando-
vaného ovoce a ro-
zinek DLE GUSTA*
- ▶ *70 ml tuzemáku
MARSHALL* ▶ *lžice tuku
na vymazání formy, hrubá mouka
na vysypání formy*

Kandované ovoce a rozinky zalijeme na půl hodiny rumem. Formu vymažeme tukem a vysypeme moukou. Žloutky vyšleháme s cukrem do světlé pěny, zašleháme změkklé máslo, tvaroh a mléko. Vmícháme prosátou mouku, kandované ovoce a rozinky i s rumem. Bílky vyšleháme do pevného sněhu, který lehce vmícháme do těsta. Těstem naplníme spodní díl formy 1,5 cm pod okraj a zaklopíme vrchním dílem. Pečeme 80 minut při 170 °C. Upečeného beránka necháme zchladnout a poté ho opatrně vyklopíme na mřížku.

VELIKONOČNÍ NEPEČENÝ DORT

▶ 200 g *loupavých mandlí DLE GUSTA* ▶ 250 g

změkklého másla

RANKO

▶ 5 žloutků ▶ 200 g moučkového cukru

▶ 1 vanilkový cukr **VAROMA**

▶ 2 kelímky smetany ke šlehání **RANKO** ▶ 300 g

piškotů DOLCEZZA ▶ asi 1 dl

tuzemáku MARSHALL (pro děti malinová nebo brusinková šťáva) ▶ 1 balíček ztužovače šlehačky ▶ na ozdobu marcipánová vajíčka, kuřátka, zajíci, želé vajíčka apod.

Žloutky, moučkový, vanilkový cukr a máslo vyšleháme v hladký krém a opatrně do něj zamícháme nastrohané mandle. Dno dortové formy vyložíme potravinářskou fólií, hustě poklademe vrstvou piškotů, zakapeme šťávou nebo tuzemákem a potřeme krémem. Postup opakujeme do té doby, než spotřebujeme piškoty. Dort zakryjeme fólií, zatížíme hrcem a uložíme na noc do chladničky. Před podáváním odstraníme fólii, dort vyklopíme na podnos. Ze smetany a ztužovače ušleháme tuhou šlehačku, kterou dort potřeme ze všech stran. Povrch pokapeme alkoholem nebo šťávou a důkladně pokryjeme šlehačkou. Ozdobíme velikonočními motivy.



INZERCE



HERA. Velikonoční pečení.



Marcipánový dort

Ingredience:

Krém:

250 g rostlinného tuku Hera máslová příchuť
500 ml mléka
1 balíček vanilkového pudingu
200 g marcipánu

Piškotový korpus:

6 vajec
1½ šálku (250 g) mouky
1½ šálku (250 g) cukru
1½ lžičky kypřicího prášku Dr. Oetker
50 g rostlinného tuku Hera máslová příchuť

Příprava piškotového korpusu:

Předehřejte troubu na 170 °C.

Připravte si kulatou pečicí formu (27 cm). Vymažte ji rostlinným tukem Hera máslová příchuť a vysypte moukou.

1. Rozpusťte Heru máslová příchuť a nechte vychladnout.
2. Vyšlehejte vejce s cukrem.
3. Přidejte mouku s kypřicím práškem.
4. Nakonec přidejte rozpuštěnou Heru máslová příchuť a jemně promíchejte. Vložte těsto do pečicí formy a pečte 40 minut.
5. Po upečení vychladlý korpus rozkrojte na dvě vrstvy.
6. Horkou vodu smíchejte s cukrem a citronovou šťávou. Po vychladnutí přidejte alkohol.

Příprava krému:

Polovinu mléka uvařte s marcipánem. Když se mléko začne vařit, přidejte zbytek mléka smíchaného s vanilkovým pudinkem. Vařte pudink podle návodu a pak ho nechte vychladnout pod pokličkou. V další míse utřete Heru máslová příchuť. Postupně po lžičkách ji přidávejte do pudingu tak, aby měl vzniklý krém hladkou konzistenci.

Dokončení:

Položte si jedno patro korpusu na talíř (spodní stranou nahoru) a prokapejte ho polovinou připravené šťávy. Poté ho potřete marmeládou a polovinou krému. Nakonec ho překryjte druhou částí korpusu, který také pokapete zbylou částí šťávy. Dort ze shora a ze stran potřete krémem a dozdobte marcipánovou dekorací.

Dobrou chuť!

Na polítko korpusu:

2/3 šálku vody
3 lžice cukru
citronová šťáva z ½ citronu
2 lžice Amaretta

Navíc:

meruňková marmeláda
20 g marcipánu na přípravu velikonoční dekorace (zvířátka a vajíčka)

coop STAVEBNINY

PŘIPRAVME BYT I ZAHRADU NA JARO

S blížícím se jarem jistě mnozí z vás budou zvelebovat svůj byt či dům, stavební i okrasné prvky ve své zahradě a v neposlední řadě bazén.

Každá úprava si vyžaduje správnou posloupnost činností, aby efekt byl co největší a nejlepší. Přinášíme vám několik praktických rad.

BYT

V některých bytech se vzhledem k výměně oken a zateplení fasády objevuje u oken nebo v některých zákoutích nežádoucí plíseň způsobená srážením vodních par. Tuto plíseň je potřeba s dostatečným předstihem před jakoukoliv další činností odstranit. Jedním z vhodných přípravků je Likvidátor plísní s dlouhodobým účinkem.



Následně se porozhlédneme, kde je nutné zaplnit otvory například po úchytech poličky či obrazů, nebo zda se někde na stěně neobjevila prasklina vzniklá pohybem stavby.

Větší otvory lze zaplnit nejprve polyuretanovou pěnou a násled-



ně do finální podoby překrýt akrylovým tmelem. Drobné nedostatky na stěnách je možné ošetřit přímo akrylovým tmelem. Oba tyto produkty jsou pro vás připraveny ve značkové řadě FORTEL.

Konečné podoby interiéru docílíme nátěrem interiérovou barvou super bílou. Velmi dobře se s ní pracuje a její kryvost je velmi vysoká. I tento produkt je pro sítě prodejen COOP připraven pod značkou FORTEL.



ZAHRADA

Po renovaci interiéru se porozhlédneme po zahradě. Jistě i tam bude potřeba ošetřit ozdobné dřevěné prvky či pergoly. Dřevo před finálním ošetřením musí být zdravé. Proto velkou pozornost věnujeme vyhodnocení jeho stavu a nejprve v případě potřeby přistoupíme k jeho „lčbě“ pomocí přípravků z řady DŘEVOSAN.

O vhodnosti jednotlivých produktů při ošetřování dřevěných prvků na zahradě vás informují odborníci na našich prodejních.

Výrobky této řady je vhodné použít i na ošetření krovy, ať už v podobě preventivního nátěru či k odstranění dřevních škůdců.



Teprve po řádném zaschnutí můžeme přistoupit k finálnímu nátěru některou z lazur či barvou vhodnou na dřevo.

ZAHRADNÍ NÁBYTEK

Před začátkem zahradní sezony je vhodné věnovat zvýšenou pozornost i zahradnímu nábytku. Většinou bývá vystaven povětrnostním vlivům, UV záření a dešti. Jedním nejosvědčenějších prostředků na ošetření zahradního nábytku je napouštěcí olej. Ošetření nábytku je velice snadné a jednoduché. Efekt je navíc opticky výrazný a účinek dlouhodobý.



BAZÉN

Při napouštění vody do bazénu nebo při jejím silném znečištění oceníte z nabídky COOP Stavebniny produkt s názvem Cranit Chlor šok.

Zkušeným vlastníkům zahradních bazénů nemusíme zdůrazňovat, že základem správné péče o vodu v bazénu je optimální nastavení pH vody.

Mělo by se pohybovat v rozmezí 6,8–7,6. K dosažení správných hodnot vám poslouží přípravky Cranit pH plus a Cranit pH minus. K průběžné údržbě bazénu je vhodný přípravek Cranit Triplex tablety a Cranit Quatro tablety. Pokud se voda i přesto začne kalit, je vhodné použít přípravek Cranit Flokul ULTRA. Proti řasám je připraven tekutý přípravek Cranit Proti řasám. Kvalitu vody můžete v průběhu sezony velmi jednoduše testovat indikačními proužky Cranit Tester pro bazény 4v1.



Věříme, že tento malý průvodce vám pomůže z vašeho domova udělat pro novou sezónu ráj.

Zaměstnanci našich prodejen vám rádi pomohou s řešením vašeho problému.

**PŘÁVĚ V AKCI
SKLENÍKY
FORTEL**



JAK NA ASFALTOVÉ HYDROIZOLACE

Když se řekne asfaltový hydroizolační pás, mnozí z nás si představí klasického zástupce „IPU“, symbolem izolací proti vodě po dlouhá desetiletí. S ipou se izolovaly spodní stavby, ploché střechy, malé stavby i velké bytové domy.



Současný trend hydroizolací se nese v duchu různých druhů asfaltových pásů s různými tloušťkami, nosnými vložkami, použitým druhem asfaltu a různými schopnostmi, které zaručují, že provedené izolace budou ve stavbách spolehlivé a bezchybně fungovat mnoho let.

I přes skutečnost, že mnoho těchto asfaltových pásů na první pohled vypadá úplně stejně a laik jen těžko může rozeznat rozdíly, je dobré si při výběru vhodné hydroizolace nechat poradit od odborného prodejního personálu, jaký typ pásu proti vodě je pro danou izolaci nejvhodnější a jaké má technické schopnosti a parametry.

SKUPINY HYDROIZOLAČNÍCH PÁSŮ

Podle použité asfaltové hmoty rozlišujeme několik typů pásů.

První skupinu tvoří pásy oxidované, které se používají především na hydroizolace spodních staveb, většinou na stabilní povrchy. Pro hydroizolace, kde nehrozí tlaková voda, se mohou použít například materiály IPARD V 60 S 40 nebo BITARD V 60 S35. U hydroizolací, kde hrozí tlaková voda, je již nutno použít pás, jehož nosná vložka odolává tlakům a zajistí funkčnost hydroizolace i při působení tlakové vody, např. SKLOARD G 200 S 40.

Jako parozábranu či izolaci proti radonu můžeme použít materiály, které jsou vyráběny s nosnou vložkou z hliníkové fólie, např. Radonard AL S 40.

Pozor, nejen pásy s hliníkovou vložkou jsou určeny na izolaci proti radonu. Společnost Wynyard dodává na trh i několik pásů, které nemají hliníkovou nosnou vložku, ale přesto je lze použít na izolaci proti radonu, např. Elastard 15.

Druhou skupinu tvoří pásy, které jsou modifikované SBS termoplastickým kaučukem. SBS dodává pásům vysokou elasticitu i za minusových teplot, vyšší tepelnou stálost a s některými druhy nosných vložek i schopnost kopírovat pohyb stavebních konstrukcí v obou směrech. Používají se jak do spodních staveb, tak na ploché střechy a na nestabilní povrchy. Znamená to, že pokud máme na střeše takový pás a konstrukce se vlivem klimatických podmínek roztahuje, pás se natahuje společně s pohybem konstrukce. Pokud se konstrukce vrací do původní polohy, pás opět kopíruje její pohyb. Životnost SBS modifikovaných pásů ve stavebních konstrukcích je běžně 40-50 let i více.

Do spodních staveb se nejběžněji používá pás ELASTARD, který má nosnou vložku z polyesterové rohože. Tento pás je možno rovněž použít jako spodní vrstvu v plochých střechách.

Pokud nám technologie nedovoluje na plochou střechu pás natavit, je možné ho mechanicky přikotvit speciálními kotvami. V tom případě je vhodným pásem materiál GLASSARD. Pásy, které se používají jako finální vrstva plochých střech, jsou opatřeny hrubozrnným břidličným posypem, který se dodává v několika barevných variantách, nahrazuje různé antireflexní nátěry (např. reflexol atd.), zabraňuje pronikání UV záření do asfaltu a působí esteticky, např. materiál Elastard 25 design šedý. S takovým pásem se střecha stává bezúdržbová a s velmi dlouhou životností.

DĚLENÍ PODLE NOSNÝCH VLOŽEK

Kromě použité asfaltové hmoty můžeme asfaltové pásy také rozdělit podle nosných vložek. V materiálech mohou být vložky z papíru, skelných rohoží nebo skelných vláken, z hliníku nebo polyesteru. Neobvyklé nejsou ani kombinace těchto vložek jako například sklo a rohož s hliníkem, nebo polyester se skleněnými vlákny. Každá nosná vložka má v pásu svoje specifické vlastnosti a přesné použití.

SAMOLEPICÍ PÁSY

Samostatnou skupinu tvoří pásy samolepicí. To znamená, že při aplikaci je ani nenatavujeme horkým plamenem,

ani je mechanicky nekotvíme, ale aplikují se stržením spodní polyetylenové fólie a přilepením za studena, např. STICKARD PR 3. Tyto pásy se používají především do skladeb plochých střech se zateplením tepelnou izolací. V minulosti se na takové střechy používaly speciální kašírované dílce, které však byly poměrně nepraktické na členitých střechách s mnoha detaily, kdy při řezání dílců vznikal veliký odpad. Navíc se s nimi obtížně manipulovalo. Dnes se kompletně nejdříve položí tepelná izolace včetně všech problémových míst a až následně se pokládá samolepicí pás. Tato varianta je mnohem rychlejší, pohodlnější a dnes už i levnější než kašírované dílce.

RADA NA ZÁVĚR

Při výběru vhodného hydroizolačního asfaltového pásu si vždy nechte poradit odborným personálem. Využít rovněž můžete nezávazné a neplacené návštěvy technika, který vaši střechu či spodní stavbu posoudí, provede sondu a navrhne optimální řešení pro každou jednotlivou situaci. Pokud v domě nejsou dobře provedeny hydroizolace proti vodě, následné škody mohou být mnohonásobně vyšší než úspora při koupi nejlevnějších možných materiálů.

coop STAVEBNINY

MONTANO VALTR S. R. O. DODÁVÁME VÁM KVĚTINY



KDO JSME

Společnost Montano Valtr s. r. o. vznikla v roce 2001 jako rodinná firma po privatizaci bývalého Společného zemědělského podniku Semice, který v oblasti s tradiční a intenzivní zahradnickou výrobou pěstoval sadbu zeleniny pro členské podniky. Výhodou společnosti jsou vhodné půdní a klimatické podmínky, tradice výroby, výborná dopravní dostupnost a blízkost odbytu. Původní výroba zeleninové sadby byla doplňována o moderní technologie a postupně rozšiřována o pěstování širokého sortimentu záhonových a balkonových rostlin.

V současnosti tvoří produkce květin již přes 70 % obrátu.

Výrobní základna fóliovníků a skleníků byla v roce 2006 a 2008 podstatně zvětšena a zmodernizována výstavbou nového areálu v Ostré a od roku



2010 pronájmem skleníků v Trávnčicích.

V současnosti obhospodařuje společnost 9 ha krytých a 5,5 ha venkovních ploch, zaměstnává 75 zaměstnanců a je jedním z největších zahradnických subjektů v ČR.

Zeleninovou sadbu prodáváme přímo pěstitelům, záhonové a balkonové květiny především prostřednictvím odbytové organizace Montano Květiny s. r. o. do sítě obchodních řetězců v ČR a SR. Mimo výrobní činnosti provozujeme také obchod s osivami. Od roku 2009 jsme součástí holdingu G'S Group Holdings CZ.

PĚSTOVÁNÍ SADBY

Zeleninovou sadbu pěstujeme na základě závazných objednávek. Minisadba, především košťálovin a celeru, je vyráběna v kazetách 40 x 60 cm s počtem 96, 160 nebo 260 buněk. Od roku 2002 pěstujeme také balíčkovanou sadbu v pěstebních bednách po 150, 176 nebo 216 kusech. Tento druh sadby je vhodný zejména pro nejranější pěstování, pro sadbu papriky a salátů. Výhodou tohoto druhu sadby je lepší kvalita rostlin související s větším kořenovým balem a tím i lepší adaptace na nové stanoviště. Od roku 2010 je v provozu pro výrobu této sadby nejmodernější balíčkovací linka od firmy Flier.

PĚSTOVÁNÍ KVĚTIN

Květiny tvoří rozhodující část naší zahradnické činnosti.

Sortiment pěstovaných druhů umožňuje celoroční zajímavou nabídku. Z předjarních květin jsou pěstovány petrklíče, rychlené cibuloviny, macešky, sedmičrasky, pryskyřníky.

Masová, specializovaná výroba pelargonii je doplněna sortimentem letniček a trvalek v květináčích i závěsných nádobách. Pro letní a podzimní období nabízíme chryzantémy v širokém sortimentu velikostí, typů a barev. Pro předvánoční prodej jsou určeny vánoční hvězdy a bramboříky.

OBCHOD S OSIVY

Má tradici od začátku činnosti společnosti. Vedle velkých zelenářských firem dodáváme osiva zeleniny, léčivých a okrasných rostlin i drobným pěstitelům. Spolupracujeme s většinou významných evropských osivářských firem, např. Bejo Zaden, Rijk Zwaan, Seminis, Monsanto, Syngenta Seed atd. Každoročně rozesíláme svým zákazníkům katalog osiv včetně ceníku. Na požádání osiva zasíláme na dobírku poštou.



VYBÍRÁME Z NAŠÍ KVĚTINOVÉ NABÍDKY

PRIMULE, PRVOSENKA, PETRKLÍČ

Mezi první posly jara se spolu s cibulovinami jednoznačně řadí primule nebo také prvosenka jarní, lidově petrklíč. Tato jarní rostlinka existuje v neskutečné barevné škále od bílé, žluté, oranžové, červené až po růžovou a fialovou. Původní květy jsou jednoduché. Dnes již mají zvlněné okraje či květy plnokvěté. V současné době existuje okolo 500 druhů petrklíčů.

Při správném pěstování se z ní můžete radovat i několik let.

Primulky pěstujeme v bytě jako hrnkové květiny. Vkusně rovněž zaplní prázdný parapet nebo lodžii.

Vyniknou v truhlíku spolu s břečtanem a buxusem nebo v různých míších a ozdobných nádobách na zahradě. Doma rychle odkvetají, je však možné je po odkvětu vysadit do zahrady, kde příští



jaro znovu vykvětou. Po odkvětu je umístíme do chladnější místnosti, a jakmile to počasí dovolí, zasadíme je do zahrady.

Nejčastěji se vysazují na skalky mezi trvalky, ne však na přímé slunce.

RYCHLENÉ CIBULOVINY

Kdo si chce během smutné zimy připomenout vůni a barvy jara, neměl by v naší nabídce minout rychlené cibuloviny. Již od ledna vám je

nabízíme v širokém sortimentu, díky němuž můžete experimentovat a vytvářet si proměnlivé živé dekorace.

Kupované rostliny by měly vždy mít přiměřený vrůst vzhledem ke květináči. Čím méně jsou narostlé, tím déle vydrží v teplejších podmínkách a u zákazníka. Rychlené cibuloviny se hodí do bytu. Po odkvětu je možné použít cibule/hlízky k venkovní výsadbě. V bytě je pěstujeme při pokojové teplotě, lepší je však chladnější místnost. Dosáhneme tak delší doby květu.

VITAMÍNOVÝ RÁJ V BERLÍNĚ



Uprostřed zimy, kdy u nás řádila chřipková epidemie, jste na berlínském výstavišti mohli najít doslova oázu zdraví a koncentraci vitamínů. Ve dnech 6. až 8. února zde probíhal další ročník veletrhu Fruit Logistica. Ten si nenechá pochopitelně ujít nikdo, kdo se jakýmkoliv způsobem pohybuje mezi ovocem a zeleninou.

Zástupci COOPu využili laskavého pozvání svých předních dodavatelů ovoce a zeleniny, společností Čeroz a Hortim, a vyrazili do Berlína sbírat zkušenosti.

I kdybyste na tento veletrh jezdili každý rok, stále budete znovu v úžasu zírat na nejrozdodivnější druhy ovoce i zeleniny. Salát, který vypadá jako chobotnice či mnohohlavá saň. Ovoce zamaskované do podoby mořského ježka. Tuřín připomínající včelí úl. To je jen malý přehled zvláštností, nad kterými jsme zůstávali stát s pusou dokořán.

NA VELIKOSTI (NE)ZÁLEŽÍ

Až příště budete vařit podle kuchařky, dejte si pozor. Zdánlivě jasná instrukce „1 cibule“ se pro každého, kdo navštívil berlínský veletrh, může změnit v zapeklitý problém. Jak velká ta cibule má být? Na veletrhu se na vás culí cibule titěrně i ty o velikosti dětské hlavičky. Vedle



kulatých se slastně převalují válcové, zploštělé.

Pěstitelé banánů vás zase přesvědčí, že sladký, vyzrálý banán můžete ukrýt do dlaně. Leckterá paprika pak délkou předčí lidský loket nebo se naopak schová za palec.

BAREVNÁ NÁDHERA

Kromě velikostí upoutá také barevná nádhera. Jablka se oblékla do všech odstínů červené. Pro náročné vypěstovali sadaři odrůdy se „smajlíkem“ či s všelijakými nápisy.

Jestliže jste se až doteď domnívali, že zelená rajčata jsou nezralá, mýlíte se. V Berlíně mů-

žete ochutnat zelená, červená, žlutá, oranžová, a dokonce také černá rajčátka všech velikostí i tvarů.

Máte-li chuť na něco opravdu neobvyklého, doporučujeme květiny. To není omyl. Na ochutnávkových tácech voní sedmikráska, drobnokvěté karafiáty i žluté měsíčky. Zkusit se má všechno. Statečně jsme se proto zakousli do karafiátu, ale zjistili jsme, že radši zůstaneme u jablka a hrušek. Na pastvu asi ještě nejsme dostatečně připraveni.

USPĚCHANÁ DOBA SI ŽÁDÁ SVÉ



Naděšení v nás vzbudilo to, jak mnozí producenti pamatují na dnešní uchvátanou dobu. Připravit si zdravý zeleninový salát si přece jenom žádá určitý čas, kterého se nám nedostává. Abychom se nemohli vymlouvat, že zdravě nejíme, protože na to nemáme čas, připravují výrobci balené saláty. Nejenže je v nich nakrájená pestrá zeleni-

na, rozdělená do samostatných sektorů, ale na kostičky už je zde připravený také sýr, salám nebo třeba krutony. K tomu je přidán i sáček se zálivkou. Takovouto krabičku stačí jen otevřít, vybrat si zeleninu, kterou v salátu chcete mít, a smíchat. Doba přípravy? Minuta.

Pestré saláty z ovoce jsou nachystány i pro naše zmlsané ratolesti. K ochutnání je jistojistě navnadí také neobvyklé tvary ovoce – hvězdičky, srdíčka i zvířátka.

A protože času opravdu není nazbyt, objevili jsme také stánky, kde v rámci výzdoby měli nasázené šťavnaté jarní saláty. „COOPácký“ dodavatel Bramco Semice zase ohromoval vzrostlými sazenicemi brambor. Jenom netušíme, jestli do konce veletrhu stihli také sklidit úrodu.

AZYL U ČEROZU

Nohy po několikahodinovém běhání z pavilonu do pa-

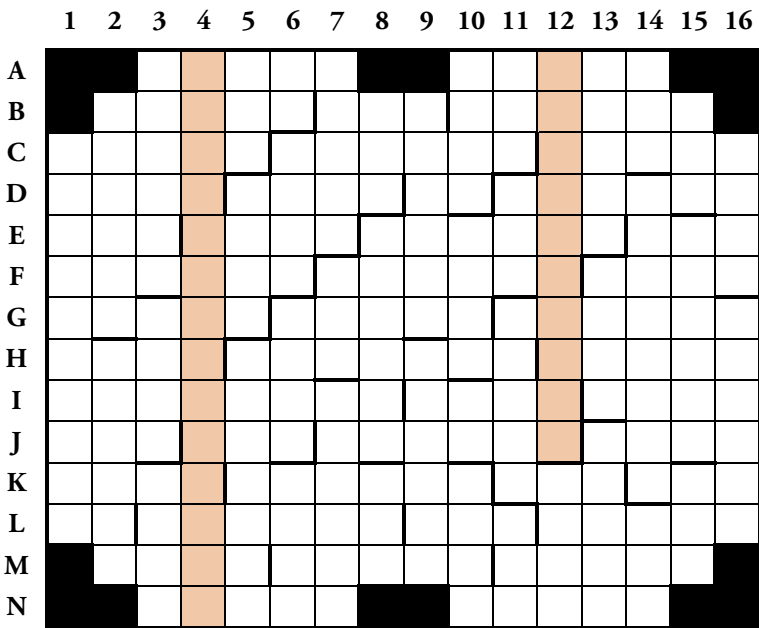


vilonu pekelně bolí. Naštěstí je tu stánek Čerozu, kde si jednak můžeme odpočinout, jednak tu pro nás ochotní hostitelé připravili vynikající oběd. Nad žampionovým krémem a kachnou se zelím probíráme zážitky z veletrhu a řešíme problém, jestli lze vypěstovat hranatý meloun.

Na výstavě jsme ho neviděli, ale určitě to půjde. Možná se s ním příští rok bude chlubit Čeroz nebo Hortim. A my budeme rádi, když se na něj budeme moci přijet do Berlína podívat.

Děkujeme našim laskavým hostitelům za další nevšední a poučný zážitek.

KŘÍŽOVKA



OSMISMĚRKA

Babička zpívá večer vnukovi ukolébavku. Po chvíli se vnuk ozve: „Babi! Jdi si zpívat do kuchyně! ...**dokončení v tajence...**“

LEGENDA: Akustika, alken, amoleta, Asie, bobule, člen, dílko, fotograf, hodnota, chrastí, iron, kabaret, kilometr, kopec, korporace, křídlovka, leč, lože, metař, mokro, monitor, motorista, moucha, narcis, odesílatel, odnož, ovulace, parostroj, pojistka, pracovník, prodavačka, racek, ráznost, rdesno, rekonstrukce, renesance, repertoár, rozpad, rukopis, sekta, skokan, Slovensko, spolužák, spotřebič, Srbsko, struktura, střešina, šum, technika, temperament, tlumočnice, transformátor, turban, uran, vchod.

T	R	C	H	M	O	K	R	O	A	K	T	S	I	J	O	P	C	A	K	Č	
R	T	E	M	O	L	I	K	T	S	O	N	D	O	H	K	K	Č	E	L		
A	N	I	P	E	Ř	T	S	O	K	E	N	A	R	C	I	S	I	C	E		
N	T	E	I	E	C	I	N	Č	O	M	U	L	T	T	U	R	B	A	N		
S	C	S	K	S	R	Z	E	C	K	U	R	T	S	N	O	K	E	R	E		
F	A	E	I	L	Á	T	V	C	A	Š	E	U	O	N	A	Ř	Ř	O	S		
O	O	K	P	R	A	C	O	V	N	Í	K	C	R	B	M	Í	T	P	I		
R	O	T	I	N	O	M	L	Á	I	A	K	Č	A	V	A	D	O	R	P		
M	Ž	A	O	N	Í	T	S	A	R	C	H	S	R	P	L	C	H	L	P	O	O
Á	O	S	S	G	C	H	B	O	B	U	L	E	E	P	O	U	O	S	K	K	
T	N	E	M	A	R	E	P	M	E	T	A	Ř	N	Ž	O	V	D	L	U		
O	D	E	S	Í	L	A	T	E	L	O	M	A	Á	E	M	K	O	Í	R		
R	O	Z	P	A	D	Á	F	S	T	R	U	K	T	U	R	A	N	D	T		

LEGENDA

VODOROVNĚ:

- A:** sklouznutí; sací roura
- B:** maketa; nátěr; vojenské povely
- C:** naplavenina; hl. město SRN; slovenské okresní město
- D:** zn. kosmetiky; vydavatelství tiskopisů (zkr.); spojka; čistit koštětem
- E:** ledovcový kotel; aureola; fáze měsíce; zkr. Evropské psychiatrické asociace
- F:** ututlat; jméno inženýra z Krakatitu; písničkářství
- G:** blednout; vyrobená z drahého kovu; český zpěvák (Ivan)
- H:** lovecký pes; člen lupičské bandy; hájové byliny
- I:** mumraj; cíl při střelbě; domácí Oldřich
- J:** beduínský plášť; nepárové veslo; trnitý keř; ukaz. zájmeno
- K:** chůze koně; napůl; druh pštrosa; řecké písmeno
- L:** německá dvouhlásková; podstata; domácí Ilona; název eskymáckého etnika
- M:** sportovní plachetnice; rozsudek; vojenský odvod
- N:** rozněcovat; dědičný základ znaku

SVISLE:

- 1:** nakousávat
- 2:** kynout rukou; žid
- 3:** sonorní hláska; Úřad pro kosmonautiku (USA); trikyslík
- 4:** **1. díl tajenky**
- 5:** bor; angl. „oblek“; azur
- 6:** SPZ Ústí n. Labem; domácí Norbert; býv. název Konga; ryzost mince
- 7:** z levé strany; naplněn; malé dítě
- 8:** franc. „umění“; porada; formát textového souboru
- 9:** zvuk kopyt; jihoevropský stát
- 10:** zásobárna jídla; bédovat; ozn. letadel Španělska; španělská polévka
- 11:** Starořek; os. zájmeno; ženské jméno; něm. „úhoř“
- 12:** **2. díl tajenky**; posláni
- 13:** cenina; pěkné auto (hovor.); podpovrchová stavba
- 14:** druh papouška; geodetický přístroj; italsky „jedna“
- 15:** zběhovec; drancovat; alergenní imunoterapie (zkr.)
- 16:** útok; bobtnat (o těstě)

POMŮCKA:

aloi, odt, suit, trot

SUDOKU

STŘEDNĚ TĚŽKÉ

		1	3		6			7	
9				2					
					3			1	8
3			2	5				8	
			5	6		8	1		
	6					7	4		2
6	3				5				
						3			9
	7				4		5	3	

OSLAVME VELIKONOCE, JAK SE PATŘÍ!

KAŽDÝ DEN MÁ SVŮJ VÝZNAM

KVĚTNÁ NEDĚLE

Připadá na neděli před Velikonocemi a věřícím připomíná vjezd Ježíše do Jeruzaléma. Název svátku je odvozen od květů, jimiž bývají kostely vyzdobeny a které mají připomínat palmové větve, jimiž lid vítal Ježíše. Proč bychom si tedy i my naše příbytky na oslavu jara nevyzdobili květinami?

MODRÉ NEBO ŽLUTÉ PONDĚLÍ

V tento den začínaly dětem a studentům jarní prázdniny, tzv. vakanace. Název je zřejmě odvozen od barvy látky, která v tento den kryje oltář v kostele.

ŠEDIVÉ ÚTERÝ

Hospodyňky vymetaly ze všech koutů pavučiny a pilně čistily svůj příbytek a jeho okolí. Tím symbolicky vymetávaly i zimu ze svých duší.

ŠKAREDÁ NEBO SAZOMETNÁ STŘEDA

Byla určena pro vymetání sazí z komína. Přízvisko škaredá pochází od tradovaného předpokladu, že se toho dne, před svou zradou, Jidáš na Ježíše mračil a škaredil. Pozor, říká se, že kdo bude následovat jeho vzoru, bude se škaredit celý rok.

ZELENÝ ČTVRTEK

Podle lidových zvyklostí by se měla jíst zelená strava. Na Ze-



lený čtvrtek se nemáme hádat, aby se nám celý rok hádky vyhnuly, a také si nemáme nic půjčovat, aby se nám nevyhýbaly peníze. Lidé se myli v rose, aby byli zdraví.

Pekly se jidášky, kynuté pečivo ve tvaru dukátů nebo provazové smyčky. Jsou symbolem Jidášovy zrady – dukáty připomínají odměnu, kterou Jidáš dostal za zradu Krista, a smyčka provaz, na kterém se Jidáš později oběsil.

Zároveň na znamení smutku naposledy zazní zvony, dříve než odlétnou do Říma. Znovu se rozezvučí až v sobotu.

VELKÝ PÁTEK

Pro věřící je to den největšího smutku, připomínka Kristova ukřižování, den přísného půstu, ticha, smutku a rozjímání.

Výzdoba kostelů je chudá a prostá, bez květin a svící, nezvoní zvony a také varhany mlčí. Po vsích chodili řehtáci a dřevěnými nástroji oznamovali poledne, klekání a začátek bohoslužeb. Podle tradice se nesmělo práť, protože lidé věřili, že místo ve vodě by se prádlo máchalo

v Kristově krvi.

Na Velký pátek se podle legend a pověstí otevírá země a lidé pokorní a zbožní mohou najít poklad. Místo pokladu označuje zlaté kapradí, světýlko nebo záře vycházející ze skalního otvoru.

BÍLÁ SOBOTA

Poslední den půstu, během něhož se celá rodina připravovala na následné oslavy – ženy barvily vajíčka, pekly mazance a beránky, muži splétali pomlázku. V tento den se světí oheň, symbol světla a odcházející zimy, připomínka vítězství nad smrtí. Ohořelá dřívka se zapichovala

do pole, aby bylo úrodné, a popelem se sypala louka, aby bylo dost trávy a sena. Sadaři třesou stromy, aby je probudili k životu.

Po západu slunce začíná v kostelích posvátná noc, která se vztahuje k Zmrtvýchvstání Páně, bohoslužba Velikonoční vigilie. Ona „velká noc“, kdy se znovu rozezní zvony, dala našemu svátku název.

VELIKONOČNÍ NEDĚLE – BOŽÍ HOD

V kostelích se světily pokrmy – mazance, beránky, vejce, chléb a víno. Kousky posvěcených pokrmů se nechávaly na poli a zahradě pro dobrou úrodu, víno pro dostatek vody ve studni.

Skončil půst a hospodyně se předháněly v přípravě velikonočních svátečních pokrmů.

VELIKONOČNÍ PONDĚLÍ



Den pomlázky, mrskačky či koledy. Chlapci chodí s pomlážkami za děvčaty a za koledu dostávají malovaná vejce a různé sladkosti. Děvče, které je vyšlehané, bude zdravé a veselé po celý rok. V některých krajích děvčata po koledě chlapce polévají vodou. -koř-

VÝHERCI Z COOP NOVINEK 4/2012

▶ SOUTĚŽ S COOPEM NA CESTÁCH

Výherci: *Jana Voborníková, Ostroměř; Jana Veselská, Ústí nad Orlicí; Vítězslav Huňka, Přerov*

▶ SOUTĚŽNÍ OSMISMĚRKA A KŘÍŽOVKA

Tajenka osmisměrky: Bude úrodný rok. **Tajenka křížovky:** Zbytek mi na něj přidávají rodiče. Výherci: *Marie Brázdilová, Kvasice; Radek Novák, Kozlany; Miluše Vondřejsová, Humpolec; Zdeněk Kolínský, Chomutov; Kateřina Švehlová, Třeboň*

ŘEŠENÍ 1/2013

▶ KŘÍŽOVKA:

Kdo na jaře otálí, v zimě pláče.

▶ OSMISMĚRKA:

Chce se mi spát.

▶ SUDOKU:

8	1	3	4	6	9	2	7	5
9	5	7	2	8	1	3	6	4
4	2	6	7	3	5	9	1	8
3	9	2	5	1	4	7	8	6
7	4	5	6	2	8	1	9	3
1	6	8	3	9	7	4	5	2
6	3	1	9	5	2	8	4	7
5	8	4	1	7	3	6	2	9
2	7	9	8	4	6	5	3	1

PO DLOUHÉ ZIMĚ SE VYDÁVÁME NA CESTU...

...a nejedeme sami. Na putování po naší krásné vlasti si s sebou opět bereme jak skákací domeček, tak kolo štěstí. Od jara do podzimu budeme cestovat po prodejnách COOP Tuty a COOP Tip a přinášet radost svým zákazníkům.



DOMEK PRO DĚTI

Děti už určitě netrpělivě čekají na skákací domeček. Bude stát všude tam, kde to prostor u prodejen umožní. Naši nejmenší zákazníci v něm mohou pod bedlivým dohledem zod-

povědného „skákače“ do sytosti skotačit, zatímco jejich rodiče či prarodiče budou nakupovat. Že domeček nikdy nezeje prázdnotou, dokládají i fotografie z několika našich výjezdů.

Dětem nevadí zima ani déšť, horko ani vítr. V útulném

domku vydrží bez přestávky několik hodin řídit a předvádět salta mortale. Naprostou senzací je pro malé skokany možnost podílet se na úklidu domku. Mrštná tělíčka se vždy ochotně převalují po napolo vyfouknutém domku, aby z něj dostala všechen vzduch.

I když neustále cestování, nafukování a vyfukování domku může někomu připadat únavné, není tomu tak. Šťastné, rozzářené a zpocené dětské obličejky jsou pro nás dostatečným impulsem a nábojem na další skokanskou výpravu.

KOLO PRO VŠECHNY

Kolo štěstí je vyjádřením naší vděčnosti za vaši věrnost.

Věrnost privátním značkám prodejen COOP. Za jejich nákup získáváte právo zatočit si kolem štěstí, na kterém vyhrává opravdu každý. Každý od nás získá malý dárek jako poděkování za nákup vlastních značek prodejen COOP.

Přestože jsme již se zázračným kolem navštívili desítky prodejen,



neustále se setkáváme s podobnou reakcí. Nedůvěrou zákazníků, že by opravdu zrovna ONI mohli jen tak vyhrát. Nedůvěra je vždy vystřídaná nelíčenou radostí z toho, že štěstí se v COOPu usměje i na obyčejné lidi.

Pevně doufáme, že také v letošním roce vykouzlíme šťastné a radostné pocity ve tvářích co největšího počtu našich zákazníků. Domeček a kolo štěstí jsou připravené. My též.

Již brzy za vámi vyrazíme!



Seznam prodejen COOP TUTY (278 prodejen), COOP TIP (84 prodejen) a COOP Stavebniny (7 prodejen) naleznete na příslušných webových stránkách: www.coop-tuty.cz, www.coop-tip.cz, www.coop.cz/coop-stavebniny/.

COOP NOVINKY – NOVINY ŘETĚZCOVÝCH PRODEJEN COOP

YDAVATEL: DELEX, s. r. o., Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň, tel.: 378 218 112, fax: 377 325 972, IČO: 00519049

| PROJECT DIRECTOR: Luboš Liška | REDAKCE: Mgr. Zdeňka Čížková

| GRAFICKÁ ÚPRAVA, SAZBA: BcA. Alena Janečková, DiS. | INDIVIDUÁLNÍ OBJEDNÁVKY: Mgr. Zdeňka Čížková, e-mail: cizkova@delex.cz, tel.: 724 151 095

COOP CENTRUM DRUŽSTVO | Sídlo: Na Poříčí 30, 110 00 Praha 1 | Korespondenční adresa: U Rajske zahrady 3, 130 00 Praha 3 | Generální ředitel: Ing. Josef Holub | Marketing COOP: Jan Záruba, tel.: 224 106 149, Petra Černá, tel.: 224 106 125, Andrea Mouralová, tel.: 224 106 146; fax: 224 106 140, e-mail: redakce@coop.cz, internet: www.coop.cz | REGISTROVÁNO POD ČÍSLEM: MK ČR E 20318 | TIŠTĚNÝ NÁKLAD: 73 800 ks

DELEX
REKLAMNÍ A KOMUNIKAČNÍ AGENTURA

COOP
CENTRUM
DRUŽSTVO ČLEN SKUPINY COOP