



Nasze Uroczysko

Magazyn Informacyjny Świętokrzyskiej Spółdzielni Mieszkaniowej w Kielcach

Kwartalnik bezpłatny

Grudzień Nr 4 (62)/2022

Nakład: 1 800



KONTAKT

Świętokrzyska Spółdzielnia Mieszkaniowa

ul. Warszawska 155, 25-547 Kielce

godziny pracy: 700 - 1500

Numery telefonów:

sekretariat: 41 331-10-01, 331-10-02, 331-78-17

fax: 41 331-92-23

e-mail: biuro@ssmkielce.pl

Dział Gospodarki Nieruchomościami

Kierownik: 41 331-10-01 wew. 102

Administratorzy: 41 331-10-01 wew. 121 i 123

Inspektorzy nadzoru: 41 331-10-01 wew. 122 i 127

Biuro Obsługi: 41 331-42-69

41 331-10-01 wew. 120

Dział Ogólny

Kierownik: 41 331-10-01 wew. 111

Sprawy członkowskie: 41 331-10-01 wew. 110

Sprawy odrębnej własności lokali: 41 331-10-01 wew. 111

Radca prawny

pokój nr 16A, tel. 41 331-10-01 wew. 115

wtorek 11³⁰ – 12³⁰ i piątek 10⁰⁰ – 11⁰⁰

Księgowość i Finanse

Główny Księgowy: 41 331-10-01 wew. 103

księgowość: 41 331-10-01 wew. 116

windykacja: 41 331-10-01 wew. 114

Dyżur członka Rady Nadzorczej

pierwszy czwartek miesiąca

w godz. 16⁰⁰ – 17⁰⁰

ogłoszenia:

Likwidacja Telewizji Naziemnej „AZART”

Zarząd Świętokrzyskiej Spółdzielni Mieszkaniowej w Kielcach informuje, że przystępuje do zamiany telewizji naziemnej przesyłanej instalacją „AZART”, na telewizję kablową Firmy „Vectra”. W związku z powyższym prosimy wszystkich zainteresowanych odbiorem telewizji kablowej w swoich mieszkaniach o złożenie w Biurze Obsługi Spółdzielni stosownego oświadczenia.

Oświadczenie można pobrać na stronie internetowej Spółdzielni www.ssmkielce.pl w zakładce OGŁOSZENIA, lub osobiście w Biurze Obsługi ŚSM w Kielcach.



Nasze Uroczysko

Magazyn informacyjny Redaguje zespół **Wydawca: Świętokrzyska Spółdzielnia Mieszkaniowa**, ul. Warszawska 155, 25-547 Kielce, www.ssmkielce.pl, e-mail: biuro@ssmkielce.pl

Druk: ColorPress Art Sp. z o.o., e-mail: biuro@colorpress.com.pl

*Z okazji zbliżających się
Świąt Bożego Narodzenia
wszystkim Mieszkańcom Osiedla „Uroczysko”
serdeczne życzenia
zdrowia, spokoju i miłości,
oraz
ciepła rodzinnego i wzajemnej życzliwości,
w Nowym 2023 Roku*

*składają:
Rada Nadzorcza,
Zarząd
i Pracownicy
Świątokrzyskiej Spółdzielni Mieszkaniowej
w Kielcach*



Z prac Rady Nadzorczej ŚSM w Kielcach

Rada Nadzorcza ŚSM w Kielcach na posiedzeniach w miesiącach: wrzesień, październik i listopad bieżącego roku podjęła ogółem 31 uchwał, oraz przyjęła 4. Mieszkańców na nowych Członków Spółdzielni.

Z ważniejszych uchwał dla Mieszkańców podjętych przez Radę, w tym okresie, należy wymienić:

- obniżenie kosztów eksploatacji części wspólnych w budynkach, poprzez wprowadzenie modernizacji urządzeń elektrycznych oraz instalacji CO, które przyczynią się do oszczędności energii elektrycznej i ciepłej.
- przyjęcie informacji Zarządu dot. rozwiązania umowy najmu z najemcą parkingu strzeżonego przy ulicy Orkana 14, celem zorganizowania przez Spółdzielnię parkingu płatnego w ramach prowadzonej działalności gospodarczej, spełniając tym samym zainteresowania i oczekiwania Mieszkańców posiadających pojazdy samochodowe. Parking będzie monitorowany, z automatyczną bramą wjazdową.
- przyjęcie informacji dotyczącej wykonania i planowanego zakresu prac związanych z utrzymaniem i pielęgnacją zieleni pozostającej w zasobach Spółdzielni, w okresie od marca do grudnia 2022 r. Z przeprowadzonej inwentaryzacji wynika, że na terenie Spółdzielni znajduje się ogółem 2.378 różnego rodzaju drzew oraz 1.603 krzewy.
- uchwalenie Planu zatrudnienia i funduszu płac na 2023 rok. Zatrudnienie w Spółdzielni zmalało i wynosi obecnie 26 etatów.
- Rada Nadzorcza uwzględniając decyzję Prezesa Urzędu Regulacji Energetyki z dnia 30.09.2022 r., wprowadzające nowe taryfy na ciepło wytwarzane przez PGE Elektrociepłownia w Kielcach, uchwaliła nowe stawki za c.c.w., wyższe o 30%, jako opłaty niezależne od Spółdzielni. Nowe stawki za ciepło obowiązują od 1 listopada bieżącego roku.
- Rada Nadzorcza przyjęła informację Zarządu w sprawie zaawansowania prac dotyczących likwidacji piecyków gazowych i doprowadzenia sieci wysokich parametrów do budynków przy ul. Marszałkowskiej 67, 71, 75. Zakończenie wymienionych prac przewidziane jest do końca listopada 2022 roku.

- zatwierdzenie Sprawozdania gospodarczo-finansowego Spółdzielni za 3 kwartały 2022 r., z którego wynika, że nadwyżka przychodów nad kosztami gospodarki zasobami mieszkaniowymi, po uwzględnieniu dofinansowania z nadwyżki bilansowej za 2021 r., wyniosła 606.114 zł. Zaległości w opłatach za lokale mieszkalne i garaże na dzień 30.09.2022 r., wynoszą 531.072 zł i zmalały o 76.868 zł, w porównaniu do stanu na dzień 30.09.2021 r., co jest pozytywnym skutkiem działań windykacyjnych, prowadzonych przez Spółdzielnię. Sprawozdanie zawiera również informację w sprawie wykonanych prac remontowych w poszczególnych Nieruchomościach mieszkaniowych, których łączny koszt wyniósł 2.056.190 zł.
- uchwalenie Planu remontów w poszczególnych Nieruchomościach mieszkaniowych na 2023 rok, zaopiniowany uprzednio przez poszczególne Rady Nieruchomości, na ogólną kwotę 3.447.000 zł.
- podjęcie uchwały akceptującej informację Zarządu w sprawie analizy ilościowej zużycia wody za III kwartały br., z której wynika iż średnia różnica wskazań między wodomierzami głównymi, a sumą wskazań wodomierzy mieszkaniowych wynosi 3,30% i sukcesywnie maleje, co jest skutkiem działań kontrolnych i naprawczych podejmowanych przez Zarząd Spółdzielni.

Poza podejmowaniem uchwał w trakcie plenarnych posiedzeń, Rada Nadzorcza zapoznawała się z uwagami i wnioskami Mieszkańców kierowanymi do Rady, zgłaszanymi podczas dyżurów członków Rady, na bieżąco współpracowała z Zarządem, zapoznając się z istotnymi sprawami dla Spółdzielni. Ponadto członkowie Rady uczestniczyli, jako obserwatorzy w przetargach dotyczących wyboru wykonawców i usług oraz uczestniczyli w negocjacjach mających na celu obniżenie kosztów ponoszonych przez Spółdzielnię.

Szanowni Państwo, powyżej przedstawiłem skrótowo najważniejsze uchwały Rady Nadzorczej ŚSM w Kielcach, ukazując bieżącą sytuację w funkcjonowaniu Spółdzielni oraz zamierzenia na przyszłość.

Kończąc, życzę Państwu spokojnych, zdrowych i rodzinnych Świąt Bożego Narodzenia oraz lepszego i pomyślnego Nowego Roku 2023.

Z poważaniem
Henryk Bręczewski
Przewodniczący Rady Nadzorczej ŚSM w Kielcach

Informacje dla Mieszkańców

* * *

Komunikat w sprawie podwyżek cen ciepła i ciepłej wody na Osiedlu „Uroczysko”

Zarząd Świętokrzyskiej Spółdzielni Mieszkaniowej w Kielcach informuje, że Prezes Urzędu Regulacji Energetyki (URE) zatwierdził nowe taryfy ciepła dla PGE Energia Ciepła S.A. Oddział Elektrociepłownia w Kielcach, które przełożą się na znaczny wzrost opłat dla odbiorców. Koszty te należą do grupy opłat niezależnych od Spółdzielni. Oznacza to, iż Spółdzielnia nie ma wpływu na ich wysokość, a wynikają one z cen ustalonych przez dostawcę ciepła. Spółdzielnia nie odnosi też żadnych korzyści finansowych z tytułu dostawy i rozliczania ciepła do budynków.

Wzrost cen przełoży się bezpośrednio na koszty dostawy ciepła i ciepłej wody użytkowej do spółdzielczych budynków. Podwyższone stawki czynszowe za ciepło obowiązują od 1 listopada bieżącego roku i szacunkowo w perspektywie całego sezonu grzewczego przełożą się na wyższe koszty o ok. 30%, przy założeniu, że obniżony podatek VAT pozostanie na poziomie 5%.

W związku z powyższym Zarząd Spółdzielni zobowiązany będzie ustalić nowe zaliczki czynszowe, których wysokość pozwoli na pokrycie kosztów ciepła do ogrzewania mieszkań i podgrzania wody użytkowej. Przypominamy, że wnoszone przez Mieszkańców opłaty za ciepło pokrywają wyłącznie koszty wynikające z faktur od dostawcy ciepła.

Działając w interesie członków Spółdzielni Zarząd podejmie wszelkie możliwe kroki zmierzające do obniżenia kosztów energii cieplnej dostarczanej do Państwa mieszkań. Jedną z pierwszych propozycji Zarządu będzie ograniczenie lub wyłączenie ogrzewania na klatkach schodowych. Powyższa propozycja zostanie szeroko omówiona na zebraniach z Członkami poszczególnych Rad Nieruchomości.

Zwracamy się również z prośbą do wszystkich Mieszkańców o racjonalne gospodarowanie ciepłem we własnych mieszkaniach, jak i w całym budynku. Powyższa sytuacja zmusza Nas do tego, abyśmy Wszyscy dbali o ciepło i pamiętali o konieczności:

- zamykania okien i drzwi na klatkach schodowych,
- przykręcania kaloryferów zamiast otwierania okien, gdy jest nam zbyt ciepło,
- wietrzenia pomieszczeń po uprzednim zakręceniu kaloryferów.

Nierozważne postępowanie jednego lub kilku Mieszkańców będzie miało bezpośredni wpływ na wysokość stawek obliczanych dla całego bloku.

* * *

WAŻNE!

Zarząd Świętokrzyskiej Spółdzielni Mieszkaniowej w Kielcach przypomina lokatorom zasobów Spółdzielni o **obowiązujących zasadach udostępniania Spółdzielni lokali w razie awarii.**

Zgodnie z przepisem Art. 6¹ Ustawy o spółdzielniach mieszkaniowych (Dz.U. z 2020 r., poz. 1465), w razie awarii wywołującej szkodę lub zagrażającą bezpośrednio powstaniem szkody, osoba korzystająca z lokalu jest obowiązana **niezwłocznie** udostępnić lokal w celu jej usunięcia.

Jeżeli osoba ta jest nieobecna lub odmawia udostępnienia lokalu, Spółdzielnia ma prawo wejść do lokalu w obecności funkcjonariuszy Policji, a gdy wymaga to pomocy Straży Pożarnej – także przy Jej udziale.

Z powyższego przepisu wynika, że w razie awarii w lokalu, Spółdzielnia ma prawo wejść do lokalu nawet **wbrew woli osób korzystających z tego lokalu.**

Dotyczy to m.in.: awarii wodociągowych, gazowych, instalacji grzewczych, instalacji elektrycznej i innych, które zagrażają innym lokalom w budynku.

Zarząd ŚSM w Kielcach apeluje do Mieszkańców o dobrowolne udostępnianie swoich lokali na wezwanie Spółdzielni w razie wystąpienia awarii, co zapobiegnie zwiększeniu szkód, zarówno w danym lokalu, jak i lokalach przyległych.

* * *

Zmiany w Regulaminach ŚSM w Kielcach

Wymiana stolarki okiennej

Świętokrzyska Spółdzielnia Mieszkaniowa przypomina, że od dnia 01.03.2022 r. nastąpiła zmiana w Regulaminie napraw i usług wewnątrz lokali mieszkalnych oraz zasad ich finansowania w ŚSM w Kielcach.

Zmiana dotyczy wymiany stolarki okiennej. Skrócono do 20. lat okres po którym można ubiegać się o ponowny zwrot ryczałtowych kosztów wymiany stolarki.

Aby ubiegać się o wypłatę montowana stolarka musi być niskoemisyjna o współczynniku przenikania ciepła U dla okien i drzwi balkonowych mniejszym bądź równym $0,9 [W/(m^2 \cdot K)]$.

Przy zakupie stolarki należy zwrócić uwagę, aby sprzedawca dostarczył deklarację właściwości użytkowych, bądź inny dokument producenta potwierdzający spełnienie ww. wymagań.

Przed planowaną wymianą należy skontaktować się ze Spółdzielnią, w celu weryfikacji, czy stolarka w danym mieszkaniu kwalifikuje się do zwrotu ryczałtowego poniesionych kosztów.

Kopię dokumentów potwierdzających spełnienie współczynnika przenikalności ciepła należy dołączyć do wniosku o wypłatę zwrotu kosztów wymiany stolarki.

Zmiana dot. dostarczania korespondencji

Druga zmiana została Uchwalona przez Radę Nadzorczą w „Regulaminie rozliczania kosztów GZM i ustalania opłat za lokale mieszkalne w zasobach ŚSM w Kielcach”. Zmiana ta obowiązuje od grudnia br., a dotyczy sposobu dostarczania do skrzynek informacji o zmianie wysokości opłat czynszowych.

Informacje o zmianie wysokości opłat będą dostarczane wyłącznie do skrzynek pocztowych lokali będących w zasobach ŚSM, niezależnie od adresów do korespondencji oraz na pisemne życzenie Lokatora, drogą mailową. Lokatorzy nie zamieszkujący swoich lokali mogą dowiedzieć się o zmianie wysokości opłat z ogłoszenia umieszczanego na stronie internetowej Spółdzielni. Ponadto każdy lokator ma dostęp do informacji czynszowych swojego lokalu w zakładce i-czynsze na stronie internetowej Spółdzielni.

Wyżej wymieniona zmiana podyktowana jest wysokimi kosztami usług pocztowych, które od 2023 roku mają jeszcze dodatkowo podrożeć, a które obciążają konto wszystkich Mieszkańców Spółdzielni.

* * *

Strażacy apelują o kontrolę baterii

Państwowa Straż Pożarna informuje, że należy na bieżąco kontrolować czujnik czadu, ponieważ nie każdy sygnał dźwiękowy wydobywający się z tego urządzenia sygnalizuje zagrożenie. Charakterystyczny pojedynczy sygnał informuje o tym, że baterie w urządzeniu mogą być słabe i należy ją wymienić. Baterie te powinny być wymieniane co najmniej raz w roku. Słabe baterie nie tylko sygnalizują o potrzebie ich wymiany, ale też powodują błędny pomiar stężenia czadu, dlatego też tak ważna jest kontrola i w razie potrzeby wymiana baterii na nowe.

* * *

Kradzież nie tylko „na wnuczka”

Liczba tego rodzaju oszustw sięga kilku zdarzeń miesięcznie. Kwoty padające łupem przestępców to od kilkuset do nawet kilkudziesięciu tysięcy złotych.

Pamiętajmy, że oszuści są gotowi wykorzystać różne sposoby, aby wkupić się w łaski oszukiwanej osoby. Aby uniknąć takiego zagrożenia, wystarczy pamiętać o zwykłych środkach ostrożności.

Jak nie paść ofiarą oszustów:

- bądź ostrożny w kontaktach z nieznanymi;
- nigdy nie przekazuj pieniędzy osobom, których nie znasz. Nie ufaj osobom, które telefonicznie podają się za krewnych lub ich przyjaciół;
- zawsze osobiście potwierdzaj „prośbę o pomoc”, kontaktując się z najbliższymi;
- wszelkie telefoniczne prośby o pomoc, grożą utratą pieniędzy. Przez telefon nie widzisz z kim rozmawiasz;
- gdy ktoś dzwoni w takiej sprawie i pojawia się jakiegokolwiek podejrzenie, że to może być oszustwo **natychmiast zawiadom Policję**, dzwoniąc pod darmowy numer interwencyjny **112 lub 99**



* * *

Za darmo ODDAM – PRZYJMĘ

Jeżeli mają Państwo niepotrzebne już, ale jeszcze nadające się do użytku: meble, sprawny sprzęt elektroniczny (np. odkurzacz, lodówkę, telewizor, mikser itp.), który szkoda wyrzucać, ale nie wiedzą Państwo co z nim zrobić, mamy propozycję... Można go przekazać za naszym pośrednictwem innym osobom potrzebującym z naszego Osiedla.

Na łamach Magazynu „Nasze Uroczysko”, jak również na stronie internetowej Spółdzielni www.ssmkielce.pl w zakładce ODDAM-PRZYJMĘ, umieszczamy Państwa ogłoszenia.

Informacje można przekazywać drogą elektroniczną na adres mailowy m.cugowski@ssmkielce.pl, lub składać osobiście w Biurze Obsługi ŚSM, mieszczącym się w budynku Spółdzielni przy ul. Warszawskiej 155.

oprac. MC

Nowe Rady Nieruchomości

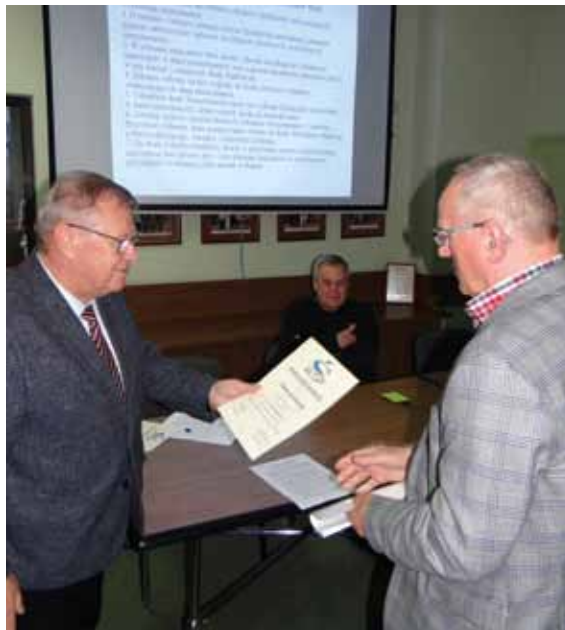
Na przełomie października i listopada br. odbyły się wybory do Rad Nieruchomości ŚSM w Kielcach. Były to wybory Członków już na V Kadencję Rad Nieruchomości. Pierwszy raz przedstawicieli do tego organu Spółdzielni, Członkowie wybierali w 2008 roku. Kadencja ustępujących obecnie Rad była wydłużona o 2 lata, ze względu na obostrzenia covidowe, jakie były wprowadzone w naszym Kraju.

W Spółdzielni wyodrębnionych jest dziewięć Nieruchomości Mieszkaniowych, stąd też wybrano dziewięć Rad Nieruchomości. W Radach tych zasiada łącznie 40. Członków, którzy przez najbliższe trzy lata, czyli do 2025 roku będą społecznie reprezentować Mieszkańców wydzielonych Nieruchomości mieszkaniowych wobec Zarządu i Rady Nadzorczej Spółdzielni.

Na wszystkich spotkaniach wyborczych obecny był Prezes Zarządu Świętokrzyskiej Spółdzielni Mieszkaniowej p. Jerzy Moćko, a także Przewodniczący Rady Nadzorczej ŚSM w Kielcach p. Henryk Bręczewski.

Prezes Spółdzielni p. Jerzy Moćko na spotkaniach sprawozdawczo-wyborczych podziękował wszystkim Członkom ustępujących Rad za ich społeczne zaangażowanie, wkład w pracę na rzecz rozwoju i dla dobra

wszystkich Mieszkańców naszego Osiedla. Ustępującym Członkom Rad w ramach podziękowań Prezes p. J. Moćko wraz z Przewodniczącym Rady Nadzorczej ŚSM p. H. Bręczewskim wręczyli pamiątkowe dyplomy.



Niestety nie ze wszystkich budynków mieszkalnych udało się wybrać przedstawicieli ze względu na brak kandydatów.

Natomiast w listopadzie b.r. odbyły się spotkania nowo wybranych Rad Nieruchomości, na których między innymi omawiane były plany remontowe poszczególnych Nieruchomości mieszkaniowych na 2023 rok.

Poniżej w tabelach prezentujemy Państwu listę wszystkich Członków wybranych Rad, z podziałem na poszczególne Nieruchomości mieszkaniowe.

Lista Członków Rad Nieruchomości Świętokrzyskiej Spółdzielni Mieszkaniowej w Kielcach kadencji 2022-2025 (z podziałem na Nieruchomości)

Rada Nieruchomości I/1

Adres	Imię i nazwisko	Funkcja
Nałkowskiej 1	Halina Kosecka	Członek
Nałkowskiej 2	Wiesława Furtak	Z-ca przewodniczącej
Nałkowskiej 3	Anna Borkowska	Członek
Nałkowskiej 4	Krystyna Rołowska	Sekretarz
Nałkowskiej 5	Brak	
Nałkowskiej 6	Stanisław Kubik	Członek
Nałkowskiej 8	Krystyna Sęk	Przewodnicząca

Rada Nieruchomości I/2

Adres	Imię i nazwisko	Funkcja
Orkana 3	Andrzej Barwicki	Przewodniczący
Warszawska 157	Dariusz Wardecki	Z-ca Przewodniczącego
Warszawska 159	Jan Jarzab	Członek
	Tadeusz Młynarczyk	Członek
Warszawska 161	Stanisława Jóźwik	Sekretarz

Rada Nieruchomości I/3

Adres	Imię i nazwisko	Funkcja
Struga 1	Brak	
Struga 3	Brak	
Struga 4	Ewa Heyda	Z-ca Przewodniczącego
Struga 8	Brak	
Orkana 5	Brak	
Orkana 7	Alina Komnata	Sekretarz
Orkana 9	Wiesław Mielniczuk	Przewodniczący

Rada Nieruchomości I/4

Adres	Imię i nazwisko	Funkcja
Marszałkowska 77	Waldemar Tymoszewski	Członek
Marszałkowska 79	Aleksandra Pióro	Sekretarz
Marszałkowska 81	Brak	
Marszałkowska 83	Grzegorz Gajek	Z-ca Przewodniczącej
Klonowa 56	Halina Świtek	Członek
Klonowa 58	Krystyna Barcicka	Przewodnicząca
Klonowa 60	Ryszard Bernat	Członek

Rada Nieruchomości I/5

Adres	Imię i nazwisko	Funkcja
Marszałkowska 65	Brak	
Marszałkowska 67	Brak	
Marszałkowska 69	Tadeusz Kabała	Z-ca Przewodniczącego
Marszałkowska 71	Lucjan Zbroiński	Członek
Marszałkowska 73	Brak	
Marszałkowska 73A	Szczepan Serek	Przewodniczący
Marszałkowska 75	Barbara Wielińska	Członek
Klonowa 44	Brak	
Klonowa 46	Brak	
Klonowa 48	Brak	
Klonowa 48	Anna Kondziola	Sekretarz
Klonowa 50	Brak	
Klonowa 52	Brak	

Rada Nieruchomości I/6

Adres	Imię i nazwisko	Funkcja
Orkana 12	Teresa Klatka	Z-ca Przewodniczącego
Orkana 20	Zofia Jakubczyk	Sekretarz
Orkana 26	Grzegorz Marianowicz	Przewodniczący

Rada Nieruchomości I/7

Adres	Imię i nazwisko	Funkcja
Orkana 16	Brak	
Orkana 18	Waldemar Czajor	Z-ca Przewodniczącego
Orkana 18	Zofia Jerzak vel Dobosz	Sekretarz
Orkana 28	Brak	
Orkana 34	Michał Król	Przewodniczący

Rada Nieruchomości I/8

Adres	Imię i nazwisko	Funkcja
Orkana 30	Franciszek Stąsieł	Członek
Orkana 36	Helena Kocyłak	Członek
Orkana 38	Sławomir Karpiuk	Z-ca Przewodniczącego
Orkana 40	Halina Molenda	Członek
Orkana 42	Wiesława Gwiazda	Sekretarz
Orkana 44	Henryk Bręczewski	Przewodniczący

Rada Nieruchomości II/1

Adres	Imię i nazwisko	Funkcja
Klonowa 42C	Lidia Borowiec	Przewodnicząca
Klonowa 42C	Adam Lesiak	Z-ca Przewodniczącej
Klonowa 42C	Andrzej Kot	Sekretarz

Jak obniżyć rachunki za prąd?

Widmo drastycznych podwyżek cen prądu, które czekają nas w przyszłym roku, powinno skłonić wiele gospodarstw domowych do oszczędności. Ciężko na przykład zrezygnować z lodówki, która jest jednym z najbardziej energochłonnych sprzętów AGD, ale są sposoby na ograniczenie zużycia prądu przez użytkowane na co dzień przez nas urządzenia. Jak można więc zaoszczędzić na zużyciu prądu w domu?

Kuchnia

Jednym z pierwszych pomieszczeń, w którym możemy zacząć domowe oszczędności energii, jest kuchnia. Płyty indukcyjne to coraz popularniejszy element kuchennego wyposażenia. Niestety to właśnie płyta indukcyjna „pożera” najwięcej energii w gospodarstwie domowym. Mimo to płyta indukcyjna w porównaniu z płytą ceramiczną, czy gazową wykazuje najkrótszy czas gotowania i stygnięcia, co skutkuje najlepszą efektywnością energetyczną, a co za tym idzie najmniejszym zużyciem prądu. Jest jednak kilka sposobów, by zużycie energii w kuchni było mniejsze.

Mając kuchnię wyposażoną w płytę indukcyjną, warto zainwestować w garnki, które dobrze przewodzą ciepło (np. ze stali szlachetnej czy emaliowanej), a ich dno w pełni przylega do płyty grzewczej. Naczynie, które nie przylega całą powierzchnią dna do płyty, może zużywać do 50 proc. prądu więcej. Ważne jest także to, by średnica garnka była idealnie dopasowana do pola grzewczego płyty.

Zmiana kuchennych nawyków również może przynieść oszczędności. Np. gotowanie zamrożonych produktów wymaga więcej energii, niż ugotowanie ich po rozmrożeniu. Niektóre potrawy wymagają długiego gotowania – wtedy warto ustawić maksymalną moc palnika, a po nagrzanu zmniejszyć ją do poziomu, który pozwoli podtrzymywać przygotowywaną potrawę w temperaturze 100 stopni C.

Piekarnik

Nie każdy lubi gotować w garnkach, a piekarniki elektryczne mają wielu amatorów. Funkcją pozwalającą zaoszczędzić prąd jest termoobiegi – dzięki niej piekarnik nagrzewa się dużo szybciej niż piekarnik bez niego. Pamiętajmy także o nieotwieraniu drzwiczek piekarnika w trakcie pieczenia, gdyż ciepło wtedy „ucieka”, a piekarnik musi nagrzać się ponownie.

Aby oszczędzić jeszcze bardziej, 5-10 minut przed planowanym zakończeniem pieczenia można wyłączyć piekarnik. Temperatura wewnątrz utrzyma się, ale nie będzie on już pobierał energii.

Należy również mieć na uwadze, że roczne zużycie energii elektrycznej przez piekarnik elektryczny szacowane jest na około 400- 500 kWh, co przekłada się na ponad 250-300 zł. Całkowita rezygnacja z piekarnika pozwoliłaby na widoczne oszczędności.

Zaoszczędzić można nie tylko na kuchence.

Lodówka

Jest kolejnym urządzeniem, bez którego nie wyobrażamy sobie naszego mieszkania. Należy ustawić ją w optymalnym

miejsku – nie powinna stać obok urządzeń wydzielających ciepło (np. kuchenka, piekarnik, czy płyta indukcyjna). Do lodówki nie należy wkładać gorących produktów – by je schłodzić, urządzenie może zużyć nawet trzy razy więcej energii, niż w przypadku dania o temperaturze pokojowej (nie wspominając, że można ją w ten sposób zepsuć).

Z racji na fakt, że lodówka i zamrażarka są podłączone do prądu całą dobę, proste oszczędności nie będą możliwe. Najlepszym sposobem jest kontrolowanie grubości lodu w zamrażarce i regularne rozmrażanie lodówki (warstwa lodu zwiększa pobór prądu nawet o 10 proc.). Warto pamiętać również o ustawieniu optymalnej temperatury: -7 stopni dla chłodziarki i -18 dla zamrażarki.



Zmywarka

Dzięki niej oszczędzany jest i prąd i woda (zużywa ona co najmniej dwa razy mniej ciepłej wody, niż przy myciu ręcznym). Dodatkowo można ją zaprogramować na pracę w czasie, gdy energia jest tańsza (warunkiem jest korzystanie z taryfy G12).

Niestety sporo prądu „pożera” czajnik elektryczny. Aby optymalnie z niego korzystać, powinno gotować się tylko tyle wody, ile w danym momencie jest potrzebne. Warto również zadbać o to, by grzałka czajnika była czysta, (odkamieniona). Kamień wpływa na większe zużycie prądu.

Łazienka

Choć nie zawsze pralka znajduje się w łazience. Chodzi jednak o oszczędności – by pranie było tańsze, warto zaprogramować pracę pralki na okres, kiedy energia jest tańsza (podobnie jak zmywarkę do naczyń).

Oszczędności dla domowego budżetu to także „pełen bęben”. Prosty przykład: pranie dwa razy z bębniem zapełnionym do połowy to dwukrotne zużycie prądu.

Zmniejszenie temperatury prania również skutkuje oszczędnościami, ponieważ duża część energii poświęcona jest na podgrzanie wody.

Coraz bardziej popularne w naszych mieszkaniach stają się suszarki do ubrań. Modele najbardziej oszczędne z pompą ciepła zużyją rocznie około 194 kWh, co dotychczas kosztowało mniej więcej 130 zł. Może warto rozważyć powrót do rozstawianej w łazience suszarki?

Pokój

Telewizor i sprzęt audio to nieodłączny element wyposażenia domowych pokoi. O poborze prądu przez telewizor decyduje zastosowana technologia i... rozmiar ekranu. Najbardziej oszczędne są telewizory LED. Telewizory LCD i plazmowe cechują się znacznie większym zużyciem energii.

Najprostszym sposobem na oszczędności jest wyłączenie na noc z sieci sprzętu elektronicznego. Tryb czuwania (stand-by) jest wygodny, ale świecąca dioda świadczy o tym, że cały czas z sieci pobierana jest energia. W skali roku taka wygoda może kosztować nawet kilkaset złotych. Rozwiązaniem może być także listwa zasilająca, do której podłączonych będzie kilka urządzeń, a za pomocą wyłącznika dopływ prądu zostanie odcięty do nich wszystkich.

Oszczędności na komputerze i drukarce

Pewne oszczędności można również poczynić podczas korzystania z laptopa. Po jego naładowaniu zaleca się odłączenie ładowarki z gniazdka. W ogóle najlepiej laptopa ładować wtedy, gdy nie jest włączony. Pomocny może być także tryb oszczędzania energii, dostępny w ustawieniach urządzenia. Ważne jest także, by wyłączać laptopa, gdy nie będzie już wykorzystywany. Gdy oddalamy się od laptopa tylko na chwilę, warto go przełączyć w stan „uśpienia”.

Jeżeli zaś korzystamy z drukarki w domu, włączmy ją tuż przed użytkowaniem. Zużycie prądu będzie wyższe w przypadku drukarki laserowej – pod tym kątem wygrywa drukarka atramentowa. Z kolei drukarki laserowe cechują się jednak kilkukrotnie niższym kosztem wydruku jednej strony.

Oświetlenie

Oszczędności możliwe do osiągnięcia na redukcji oświetlenia są niestety mocno zależne od pory roku. Latem kiedy dzień jest długi, naturalnie zużywamy mniej prądu, bo i rzadziej zachodzi potrzeba włączenia oświetlenia. Sytuacja znacznie zmienia się jesienią i zimą, kiedy to bez światła w domu nie da się funkcjonować.

Aby zaoszczędzić na rachunkach za energię elektryczną, niektórzy decydują się nawet na wykręcenie co drugiej żarówki. Nie ma to większego sensu. Lepszym rozwiązaniem będzie zastosowanie żarówek LED, które zużywają około 8 razy mniej energii niż żarówka tradycyjna. Stosując żarówki energooszczędne, zużycie prądu do oświetlania pomieszczeń zostanie ograniczone nawet o 80 procent. Należy również pamiętać, by nieużywane oświetlenie wyłączać.

Ponadto warto zastosować oświetlenie punktowe w pomieszczeniach. Zamiast jednej lampy na cały pokój można mieć kilka słabszych źródeł światła w miejscach, w których wykonywane są określone czynności, np. podczas czytania, czy pisania.

Ogrzewanie

Część gospodarstw domowych ogrzewa się energią elektryczną. Podstawową kwestią, którą należy zrobić, jest rozważenie zmiany taryfy z G11 na G12. Tańszą energię w nocy może przyczynić się do niższych rachunków za energię elektryczną. Pojedyncze grzejniki elektryczne, które najczęściej używane są w łazience czy suszarni, należy włączyć na krótko przed skorzystaniem z danego pomieszczenia.

Oszczędności może przynieść zmniejszenie temperatury w pomieszczeniach. Często niestety nasze domy i mieszkania są przegrzane. Kaloryfer trzeba jednak przykręcać z głową. Zbyt niska temperatura (poniżej 18 stopni C) może się odbić niekorzystnie na naszym zdrowiu.

Energooszczędne urządzenia elektryczne

Bardzo ważną kwestią, nad którą trzeba się zastanowić już na etapie zakupu danego sprzętu, jest jego efektywność energetyczna. Często niższa cena wynika z niskiej efektywności energetycznej, co przełoży się na znacznie droższe użytkowanie w przyszłości. Inwestycja w nieco droższy, ale energooszczędny sprzęt, zwróci się w eksploatacji.

Energooszczędny sprzęt pozwoli zaoszczędzić nie tylko prąd. Na przykład zmywarki potrafią zużyć mniej niż 10 l wody, co przy okazji może skutkować znaczącą obniżką rachunków za wodę.

*Źródło:
www.bankier.pl
www.lepiej.tauron.pl
oprac. Mateusz*

Na wigilijnym stole

Większość Polaków nie wyobraża sobie wigilijnego stołu bez karpia. Smażony, w galarecie, po żydowsku, w szarym sosie.... W książkach kucharskich aż roi się od przepisów na potrawy z tej ryby. Co sprawiło, że karp zawojował nasze stoły?

Karp zaczął królować w Polsce niepodzielnie na wigilijnych stołach dopiero w czasach powojennych. Był najtańszą i najłatwiejszą w hodowli rybą, a więc mógł zaspokoić zapotrzebowanie wigilijne w czasach, kiedy o żywność było trudno. Już w 1948 roku ówczesny minister przemysłu Hilary Minc (1905-1974), zagorzały komunista i zwolennik gospodarki nakazowo-rozdziałowej, rzucił hasło „karp na każdym wigilijnym polskim stole” i zainicjował tworzenie Państwowych Gospodarstw Rybackich. Obywatele zaś – z braku jakichkolwiek rybnych perspektyw – cieszyli się z możliwości kupienia ryby przed świętami, a tym bardziej z premii w naturze, w zakładach pracy. Stąd zresztą wzięła się kolejna „tradycja” – przynoszenia do domu żywej ryby, innej po prostu nie było. Wystarczyło kilka dekad i dziś większość Polaków nie wyobraża sobie Wigilii bez karpia. Dzisiaj gospodarstwa rybackie, karpie polskie, hodują najwięcej ze wszystkich ryb hodowlanych w naszym kraju, olbrzymią większość zjadamy w Wigilię. I to właśnie hodowcom karpia zapewne najbardziej zależy, aby podtrzymać wigilijną pseudotradycję.

Azjata w polskich stawach

Jako ryba bardzo łatwa w hodowli i szybko rosnąca, karp został udomowiony dawno temu. Jego pierwsze hodowle powstały w starożytnych Chinach, gdzie wzmianki o stawach karpiowych pochodzą już z V wieku p.n.e. Wiadomo też, że hodowle karpia znajdowały się w starożytnej Europie. O stawach z tymi rybami wspominają między innymi grecki filozof Arystoteles oraz historyk i pisarz rzymski Pliniusz Starszy w I wieku n.e. Już wtedy karpie hodowano do celów spożywczych, choć oczywiście były też gatunki, na przykład kolorowy karp koi, które służyły wyłącznie do ozdoby.

Do Polski sprowadzili go prawdopodobnie w XII wieku cystersi, którzy założyli pierwsze stawy. Wkrótce na naszych ziemiach rozpoczął się planowy chów udomowionych karpia lustrzeni. Wzmianki dotyczące hodowli można znaleźć w opracowaniach źródłowych m.in. w rękopisie kapituły katedry krakowskiej z 1450 roku. Nie wiadomo, ile takich hodowli powstało. Można się tylko domyślać, że karp był wówczas rarytasem, zagraniczną nowinką, a przyrządzane z niego dania podawano wyłącznie na wyjątkowe okazje.

Karp, idealnie nadaje się do hodowli. Jest niezwykle odporny i bardzo szybko adaptuje się do nowych warunków.

Potrafi przeżyć w zupełnie obcych dla siebie polskich rzekach i zalewach, tyle że się w nich nie rozmnaża. Szybko rośnie, bo je niemal wszystko, co znajdzie w mule. W takich warunkach nabiera smaku, który wielu ludziom kojarzy się z zapachem błota.

Dlaczego azjatycka ryba stała się symbolem naszej wigilijnej tradycji?

W Wigilię w dawnej Polsce na stole musiały być ryby. Rybne potrawy miały zapewnić nam zdrowie, pomyślność i obfite zbiory na następny rok. Na stole musiały się zatem znaleźć potrawy z każdego miejsca, z którego w ciągu roku pozyskuje się jedzenie – z pola, z ogrodu, z lasu i z wody. Z pola pochodziły na przykład wigilijne kasze, z ogrodu śliwki i jabłka, z lasu grzyby, a z wody – ryby.

Nigdy jednak nie było tradycji jedzenia konkretnych ryb. W XVIII, czy XIX wieku stoły polskiej szlachty i mieszczaństwa uginały się od najrozmaitszych gatunków – od sandacza po liny.

Śledź lub łosoś

Karp nie może równać się z innymi rybami, nie tylko pod względem walorów smakowych, ale przede wszystkim zdrowotnych. Jest dość tłusty – jego mięso ma od 2 do 7 proc. tłuszczu, a na przykład mięso szczupaka zaledwie 1 proc. tłuszczu. A poza tym ma niezbyt korzystne proporcje kwasów omega-3 i omega-6. Oczywiście nie można powiedzieć, że mięso karpia jest niezdrowe. Jest jednak bardzo dużo ryb, które przewyższają go wartościami odżywczymi i smakiem, jak choćby pstrąg, który w porównaniu z karpem ma zdecydowanie lepsze proporcje kwasów omega-3 i 6, czy też śledź, który poza ww. kwasami dostarcza też organizmowi cennego jodu, nieobecnego w mięsie karpia.

Jeśli jednak karp, to jaki?

Unikajmy raczej najtańszych ryb, zazwyczaj różnica w cenie wynika z czasu rośnięcia ryby i karmy, jaką podaje się rybom w stawach. Karmiony zbożem karp, który stopniowo przybiera na wadze, nadaje się do sprzedaży po trzech latach. Natomiast ryba karmiona tanimi, wysokoenergetycznymi granulatami może być sprzedawana już po dwóch latach, co bardzo obniża koszty, ale również mocno wpływa na jakość mięsa. Trudno się dziwić nieprzyjemnemu smakowi mięsa tak karmionej ryby.

Źródło:

www.historia.newsweek.pl

www.liturgia.wiara.pl

oprac.

MC

Pierniczki

Składniki:

- 125 g masła (miękkiego)
- ½ szklanki miodu wielokwiatowego Lewiatan
- ½ szklanki cukru brązowego
- 2,5 szklanki mąki wrocławskiej Lewiatan
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej Lewiatan
- 1,5 łyżeczki mielonego cynamonu
- 1 łyżeczka mielonego kardamonu
- ½ łyżeczki mielonych goździków
- ½ łyżeczki mielonej gałki muszkatołowej
- 2 zmielone ziarenka ziela angielskiego Lewiatan
- 100 g cukru pudru
- kilka kropli soku z cytryny
- kilka łyżeczek wody

Sposób przygotowania:

Miękkie masło utrzyj z brązowym cukrem, następnie dodaj mąkę, miód, sodę oraz przyprawy. Połącz wszystkie składniki i zagnieć ręcznie. Gotowe ciasto owiń szczelnie folią spożywczą i włóż do lodówki na 25 min. Na posypanej mąką stolnicy rozwałkuj placek o grubości około 3 mm i wytnij ciasteczka. Piecz je przez 6-8 min. na rumiany kolor w piekarniku rozgrzanym do 190°C. Schłodzone pierniczki ozdabiaj cytrynowym lukrem. Aby uzyskać polewę do dekoracji, cukier puder utrzyj z sokiem z cytryny oraz kilkoma łyżkami ciepłej wody. Smacznego!

**Polecamy
do przepisu:**

