

2019

CĚČKO



Industriální turistika

RICHARD KRAJČO

Centropol ve vašem kraji



CENTROPOL

Dodavatel elektřiny a plynu po celé ČR

OBSAH

- 3 Editorial Aleše Grafa
- 4 KALEIDOSKOP ZAJÍMAVOSTÍ
- 6 RICHARD KRAJČO
- 8 INDUSTRIÁLNÍ TURISTIKA
- 10 Kontrolní mechanismy Centropolu
- 11 Energetické poradenství
- 12 ZÁKAZNICKÉ CENTRUM OSTRAVA
- 14 TIPY NA ÚSPORU ENERGIE
- 16 CENTROPOL A MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ
- 18 ZDENĚK POHLREICH
- 19 FRESH recept od Zdeňka Pohlreicha
- 20 Výhodné produkty od Centropolu
- 22 Novinky od Centropolu
- 23 Centropol odměňuje za věrnost



CĚCKO

Magazín vydává společnost
CENTROPOL ENERGY, a. s.,
Vaničkova 1594/1, 400 01 Ústí nad Labem, tel. 478 575 555,
e-mail: cecko@centropol.cz, www.centropol.cz

Pro Centropol připravil a vytiskl: NOESIS s.r.o.
Texty: Margetroid s.r.o.
Změny uvedených údajů nebo tiskové chyby jsou vyhrazeny.

VÁŽENÍ A MILÍ



Narodil jsem se v Ústí nad Labem a prožil v tomto městě většinu svého života. Ano, jsem hrdý Ústečák. Pro Ostravu a celý Moravskoslezský kraj mám ale velkou slabost. Možná je to i tím, že „drsný český sever“ a „černá Ostrava“ mají mnoho společného.

Ostravané, stejně jako Ústečáci, klidně připustí, že jejich město není nejhezčí na světě, a sebevědomě vám řeknou: „No a co?“ Na druhé straně má Ostrava svou operu, pět divadel, muzea, galerie, univerzitu... Zdaleka ne každé 300tisícové průmyslové město na světě má takové kulturní zázemí. A hlavně svou nezaměnitelnou atmosféru. Vaše průmyslové dědictví prošlo obrovskou proměnou, spousta staveb byla opravena a našla nové uplatnění. To je pro Ostravu skvělá vizitka. Město dokázalo využít industriální ošklivost a udělat z toho turistické lákadlo. Je to po všech stránkách místo plné energie!

Severočeši i Ostraváci jsou specifictí, ale mně je tenhle typ lidí blízký, protože jsou velmi otevření. Řeknou vám na rovinu, co si myslí, i když někdy použijí trochu ostřejší výrazy, ale opravdu to je „co na srdci, to na jazyku“. A za to si jich velmi vážím.

O to více jsem pyšný na to, že se našemu Centropolu na Ostravsku mimořádně daří. Elektřinu a plyn dodáváme stovkám tisíc domácností a institucí po celé republice již více než 15 let. Z historického pohledu tvoří právě zákazníci v Moravskoslezském kraji tu nejpočetnější a nejspokojenější skupinu. Velice Vám za Vaši věrnost děkuji. Uděláme vše pro to, aby Vaše náklonnost mohla do budoucna jen růst a sílit!

Váš **ALEŠ GRAF**
Předseda představenstva

Mám velkou radost, že se tvář našeho Čěčka stal právě Richard Krajčo, mimořádně talentovaný umělec, který je zároveň výsostným ostravským patriotem. Mé děti jsou jeho velkými fanoušky! A už se moc těším na talkshow, kterou Richard se svojí ženou Karin chystají pro ostravské a krnovské publikum. Možná se spolu vydáme i na „jeho“ Baník, kterému také přeji mnoho úspěchů v probíhající prvotní fotbalové sezóně!

Přeji Vám krásný konec léta a spoustu neutuchající pozitivní energie!



KALEIDOSKOP



Centropol upevnil svou pozici mezi nejvýznamnějšími společnostmi v České republice

Opět jsme se zařadili mezi stovku nejvýznamnějších firem. Lichotivé postavení potvrdil žebříček Sdružení CZECH TOP 100, který byl slavnostně vyhlášen 12. června ve Španělském sále Pražského hradu. CZECH TOP 100 vyhláší prestižní pořadí nejúspěšnějších českých firem již 25 let. Centropol obsluhuje na 300 tisíc odběrných míst, jeho obrát se v roce 2018 přehoupl přes 7,4 miliardy korun a dlouhodobě si tak drží pozici

jednoho z klíčových dodavatelů elektřiny a plynu v České republice. Mezi významné zákazníky Centropolu patří ministerstva, kraje a krajská města, lázeňské domy, nemocnice či zoo.



Moravskoslezský kraj bude mít v následujících letech elektřinu od Centropolu

Centropol bude dodávat elektřinu do celého Moravskoslezského kraje i v letech 2020 a 2021. Koncem března jsme uspěli v aukci na Českomoravské komoditní burze Kladno. Soutěžilo se o dodávání elektřiny do celkem 1190 odběrných míst s ročním objemem 30 200 MWh elektřiny. Organizací Moravskoslezského kraje dodáváme elektřinu s krátkou přestávkou už od roku 2013.



Energošmejdům zvoní hrana



Centropol je jedním z hlavních signatářů tzv. Deklarace účastníků trhu s elektřinou a plynem, kterou pomohl prosadit Svaz obchodu a cestovního ruchu. Jedním z hlavních iniciátorů deklarace, která vymezuje jasná etická i obchodní pravidla, jak je možné energie prodávat, byl právě Centropol. Obsah deklarace lze shrnout do tří klíčových oblastí: transparentní komunikace se zákazníkem, jednoznačné a férové podmínky smluvního

vztahu a kontrola a regulace fungování zprostředkovatelů prodeje energií. Podepsalo ji zatím 14 dodavatelů energií, kteří společně pokrývají přibližně 80 procent trhu. I díky deklaraci by měli mít už brzy „energošmejdi“ konečnou. Dalším krokem k posílení ochrany spotřebitelů má být chystaná novela energetického zákona.

Zákaznická centra slaví druhé narozeniny



Už jsou to dva roky, kdy začala vznikat po celé České republice zákaznická centra Centropolu. Nyní už jich máme celkem deset. Je vidět, že u stávajících, ale často i u budoucích zákazníků jsou čím dál více v oblíbenosti. A co v těchto pobočkách řešíte nejčastěji? Přechod na výhodnější ceník, posílání přeplateků na účet, přepis odběrného místa, změnu plateb záloh převodem místo složenkou, upomínku, opoždění platby, nastave-

ní optimální výše záloh, změnu bydliště. Stejně tak se v našich zákaznických centrech stává, že lidé přijdou řešit návrat zpět k Centropolu, pokud odešli za zdánlivě lepší nabídkou, ze které se ale nakonec stala noční můra.

Centropol podpoří malého Vojtu



Zaměstnanci Centropolu uspořádali v červnu v areálu firmy charitativní snídani. Výtěžek z akce ve výši 40 tisíc korun pomůže šestiletému Vojtovi Geršlovi, který trpí vzácným metabolickým onemocněním, tzv. nemocí Canavanové. Díky širokému srdci centropolních zaměstnanců může malý Vojta absolvovat s rodiči intenzivní hiporehabilitační pobyty,

kteří pořádá nezisková organizace Centrum hiporehabilitace Mirákl. Vojtovi držíme palce, budeme v neustálém kontaktu.



Vytápíme pavilony v Zoo Olomouc



K významným zákazníkům Centropolu patří mimo jiné i Zoo Olomouc. Energeticky nejnáročnější na vytápění jsou pavilony žiraf a šelem. Jde totiž o velké pavilony, v nichž se chovají teplomilná zvířata, která vyšší teploty ke svému životu potřebují. Součástí pavilonu šelem je expozice mořských akvárií, jejichž provoz vyžaduje rovněž vysoké náklady. Nezaostává ale ani jihoamerický pavilon. V něm

olomoucká zoo rozmnožuje jako jediná na území bývalého Československa mravenečnický čtyřprstý, kteří ke zdařilému odchovu potřebují také patřičně „zatopit“. Olomoucká zoo otevřela brány svým návštěvníkům poprvé v roce 1956.

RICHARD KRAJČO: OSTRAVA JE SYMBOL, MÁ PRO MĚ VÝSOSTNÉ POSTAVENÍ

Do Ostravy jezdí jako její patriot, ale také jako zpěvák a herec. A pochvaluje si ostravské hudební i divadelní publikum. Richard Krajčo si snad ani nepamatuje, že by s kolegy nezažíval v Ostravě pravé standing ovations. A co dále říká Richard Krajčo v rozhovoru pro časopis Céčko?

Jakých pět věcí se vám vybaví, když se řekne já a Ostrava?

To bude celkem snadné. Baník, Stodolní, konzervatoř, Dolní oblast Vítkovic a Divadlo Petra Bezruče. :-)

Vše to jsou „věci“, které se do mě vepsaly během mého života zde. A už nikdy nepůjdou smazat. Ostravu miluju a vždy ji budu považovat za „své“ město. Za svůj domov. Taky se sem vždy strašně moc těším. A taky tady zažívám krásné věci s lidmi. Mnoho z nich ke mně přistupuje, aby mi vyprávěli, jak jsou rádi, že o Ostravě mluvím, že cítí, že jsem na ni hrdý a že jsem patriot. A že jim to dělá velkou radost. A takové zážitky mi dodávají energii.

Je v Ostravě nějaké místo, kam při každé návštěvě zajdete? A proč?

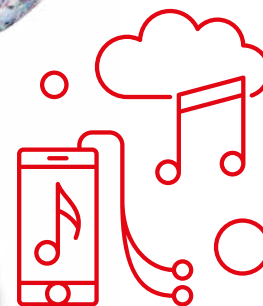
Do zmiňované Dolní oblasti Vítkovic, protože nabízí neuvěřitelnou scenérii a vždy i kulturní potěšení třeba v podobě



Richard Krajčo
* 1. června 1977

je český divadelní a filmový herec, zpěvák, písničkář a frontman skupiny Kryštof. Získal řadu ocenění, například Cenu Alfréda Radoka 2000 v kategorii Talent, Cenu Thálie 2012 v kategorii Činohra – muži za výkon v inscenaci Deštivé dny v Divadle Ungelt, umístil se také na třetím místě v Českém slavíkovi 2013 v kategorii Zpěváci.

Text: red
Foto: Archiv
Richarda Krajča



nějaké výstavy. Je to pro mě taková oáza klidu, obdivuji tu „industriální“ architekturu. Ostatně jsme tam fotili i fotky na naše první CD Magnetické pole, ale to nás ještě nepustili dovnitř. Museli jsme to různě kaširovat, abychom tam ty vysoké pece dostali. Pak rád zajdu na náměstí u Lasa. A když chci na oběd, tak určitě na Gókaná sushi. To je pro mě naopak kulinářský skvost.

V každém z vašich koncertních turné se Ostrava objeví. A to zpravidla jako první nebo poslední koncert. Proč tam rád začínáte nebo končíte?

Je to pro mě takový symbol, že to není jen jedno z mnoha měst. Že má své výsostné postavení.

Do Ostravy jezdíte s kapelou Kryštof jako zpěvák. Co Richard Krajčo jako herec v Ostravě?

Pravidelně sem záježdíme s Divadlem Ungelt a představením Deštivé dny. Většinou hrajeme hned dvakrát po sobě, protože bývá okamžitě vyprodáno. Je tady skvělé publikum. A vlastně si ani nepamatuju, že bychom zde s kolegou Davidem Švehlíkem nezažili standing ovations. Ale že je zde skvělé divadelní publikum, to vím už od svého angažmá u Bezručů. Nikdy nezapomenu na Hamleta nebo třeba na Skleněný zvěřinec,

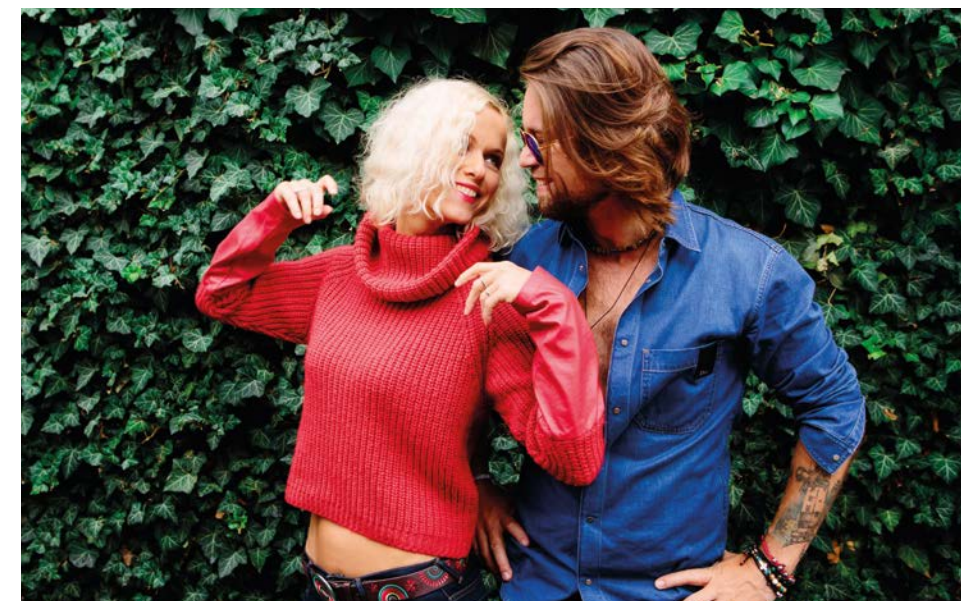
který se tehdy stal až skoro kultovním představením.

Zdá se, že i přesto, že v Ostravě už tak dlouho nežijete, Ostravákům věříte. V březnu jste tam se svou ženou Karin představili novou talkshow Kecičky a písničky. O co vlastně jde?

Tohle možná vzniklo náhodou. Ale možná taky ne, protože náhoda přece neexistuje. Vše má svůj smysl. A tak jsme se potkali s Jarkem Nohavicou zrovna v době, kdy se nám doma rozjel v hlavách nápad na takovou rodinnou talkshow. Jarek se ptal, co chystám, a když jsem mu nastínil, že takový rodinné povídací a písničkový „kabaret“, okamžitě nám dal k dispozici Heligonku. A já si říkal, že do toho tedy skočíme po hlavě, a bez jakékoliv zkoušky jsme si „Kecičky a písničky“ u Jarka vyzkoušeli a zjistili, že je to životaschopný projekt. Teď už je můžeme „vyvézt“ všude.

A můžeme se na další Kecičky a písničky v Ostravě zase brzy těšit?

Určitě. Na podzim nás čeká Ostrava hned dvakrát. A už teď se těšíme. Byl to tehdy nezapomenutelný večer plný srandy, ale i písní, které s kapelou často nehrají. Snad o ně bude stejný zájem jako v tom prvním případě, kdy bylo během 40 minut vyprodáno.



INDUSTRIÁLNÍ TURISTIKA aneb NA VÝLET ZA ENERGETIKOU

O tom, že i energetika může být turisticky lákavá, svědčí neustále rostoucí zájem lidí o návštěvy elektráren a dalších industriálních staveb. Přinášíme vám tak pár tipů, kam se dá v Moravskoslezském kraji o prázdninách podívat.

ELEKTRÁRNA DĚTMAROVICE

Byla postavena mezi lety 1972 a 1976. Výkonem 800 MW je největší klasickou elektrárnou v Moravskoslezském kraji a největším černouhelným zdrojem na území České republiky. Nachází se u Ostravy, poblíž polských hranic u hlavní železniční trati Bohumín–Žilina. Ročně vyrobí více než 2,5 TWh elektrické energie a přes 800 TJ tepla. V úvodu bezplatné exkurze se každá skupina seznámí se všemi základními provozy za pomoci makety dětmarovické elektrárny, a to včetně možnosti doplňujících dotazů ještě před prohlídkou výrobního zařízení. Návštěvníci uvidí na vlastní oči kotelnu, strojovnu, odsíření, zahlování i velín pracoviště elektrárny.

PŘEČERPÁVACÍ ELEKTRÁRNA DLOUHÉ STRÁNĚ

Je třetí největší přečerpávací elektrárnou na světě s nejsilnější vodní turbínou v Evropě a nejvyšším výkonem v ČR. Její instalovaný výkon je 650 MW. V roce 2005 se zařadila mezi sedm největších divů České republiky, tedy do společnosti např. Karlova mostu, Pražského hradu, Karlštejna, Hluboké a dalších. Elektrárna funguje na principu přečerpávání vody z horní nádrže do dolní a reverzní turbínou i v opačném směru. Exkurze je nutné zajistit si předem, zahrnuje i dopravu autobusem až na parkoviště před elektrárnou. K horní nádrži se návštěvníci dostanou třeba šestisedačkovou lanovkou ze Ski areálu Kouty a dále minibusem.

DOLNÍ OBLAST VÍTKOVICE

Nachází se ve Vítkovicích, tedy poblíž centra Ostravy. Souboru

tří na sebe navazujících celků (černouhelného dolu, koksovny a vysokopečnického provozu) se pro jeho výjimečné panorama přezdívá také „Ostravské Hradčany“. Tento objekt je národní kulturní památkou ČR a jako jediný svého druhu v celé Evropě dědictvím EU. Od září 2014 je v Dolních Vítkovicích v provozu moderní science center Svět techniky. Obsahuje čtyři stálé expozice: Dětský svět, Svět civilizace, Svět vědy a objevů a Svět přírody. Nachází se tu také množství učeben, laboratoře, dílny, 3D kino a Divadlo vědy.

DŮL MICHAL V OSTRAVĚ

Bývalý černouhelný hlubinný důl se nachází v ostravské městské části Michálkovice. Zachován zůstal komplex povrchových budov z let 1912 až 1915 s původní strojovnou a elektrickými stroji. V roce 1842 položil tzv. montánní erár v Michálkovicích kruhové privilegiované kutiště. O rok později v něm začal hloubit dvě jámy. První (Ferdinand) zanikla v 80. letech 19. století. Druhá byla nazvána jámou Michal podle zesnulého c. k. dvorního

rady Michaela Layera. Roku 1946 byl důl přejmenován podle poslance rakouského říšského sněmu Petra Cingra. Poté se název několikrát změnil. V rámci restrukturalizace těžkého průmyslu důl Petr Cingr ukončil v květnu 1993 těžbu. Poblíž je Michalské náměstí a lze navštívit havířské kolonie. Na okruhu naučné Permonikovy stezky dlouhém 4 km je připomínána místní hornická minulost. Důl Michal je zapsán na seznamu UNESCO.

Text: red
Foto: Shutterstock

www.technotrasa.cz



KONTROLNÍ MECHANISMY CENTROPOLU: DĚLÁME VŠECHNO PRO TO, ABY NAŠI ZÁKAZNÍCI VĚDĚLI, CO PODEPISUJÍ

Víme, že spokojený zákazník je to nejcennější, co máme. Úpravami interních předpisů i aktivní účastí na změnách legislativy děláme všechno pro to, abychom z trhu odstranili nekalé praktiky a vyhnali energetické šmejdy.



- Prověřujeme každou smlouvu – voláme zákazníkově a zjišťujeme, zda vše proběhlo v pořádku. Ověřujeme, jestli zákazník zná délku závazku, možnost odstoupení atd.
- Zvláštní zřetel bereme na starší obyvatele. Jejich rozhodnutí si necháváme potvrdit i od jejich příbuzných či sousedů.

- Chystáme vlastní systém vzdělávání prodejců. Budeme pro ně vydávat vlastní certifikáty a vychovávat z nich své energetické poradce.
- Jsme jedním z hlavních iniciátorů a signatářů tzv. Deklarace účastníků trhu s elektřinou a plynem. Ta stanovuje jasná etická i obchodní pravidla, jak je možné energie prodávat.

- Podílíme se na chystané novele energetického zákona – ta je dalším krokem k posílení ochrany spotřebitelů.

Text red
Foto: Shutterstock



ENERGETICKÝ PORADCE CENTROPOLU VÁM PORADÍ I VHODNÝ TYP KOTLE NEBO ZKONTROLUJE VELIKOST JISTIČŮ

Na trhu s energiemi dochází ke změnám, ze kterých jednoznačně profitují zákazníci. Kromě levnější elektřiny nebo plynu nabízí Centropol také energetické poradenství. Co všechno musí takový poradce znát? Co od něj můžete čekat? Ptali jsme se Aleše Pospíšila, manažera vnějších vztahů společnosti Centropol.

Co všechno by měl umět obchodník – energetický poradce?

Měl by umět jednat se zákazníkem tak, aby v něm vzbudil pocit důvěry. Také by mu měl umět vysvětlit princip obchodu s energiemi, což by mělo zákazníkovi pomoci rozpoznat nereálné nabídky. A samozřejmě poradit, jak ušetřit za elektřinu nebo plyn, jaký ceník vybrat, jak zkrátka platit co nejméně.

Do budoucna počítáme s tím, že energetický poradce bude umět vyhodnotit i technické parametry domácnosti, správně nastavenou distribuční sazbu, velikost jističe, vhodný typ kotle, případně posoudit vhodnost instalace fotovoltaických panelů apod.

Co od něj může zákazník čekat, pokud si ho pozve domů?

Energetický poradce srovná nabídku zákazníkova původního dodavatele oproti Centropolu a nabídne vhodný ceník tak, aby zákazník ve své spotřebě, v ročním vyúčtování ušetřil. Pakliže se zákazník společně s energetickým poradcem domluví na vzájemné spolupráci, sepíše s ním

smlouvu, kterou poté odesílá do Centropolu. Spousta zákazníků má obavu z toho, že bude muset pro změnu dodavatele podstupovat sáhodlouhý proces. Opak je ale pravdou, po podpisu smlouvy se zákazník nemusí starat vůbec o nic. Centropol bere veškeré řešení za zákazníka na sebe a o vše se postará.

Jaké vzdělání by měl mít? Lze ho odlišit od nepoctivých prodejců?

V tuto dobu spouštíme systém oficiální certifikace obchodníků, díky které se obchodní zástupci společnosti Centropol budou prokazovat průkazem autorizovaného a proškoleného obchodního zástupce. Pokud by měl zákazník pochybnosti, je možné zavolat na naši centrálu a jméno obchodního zástupce nechat ověřit. Centropol s nepoctivými prodejci nechce spolupracovat, a proto návštěvu a sepsání smlouvy ověřuje validačním hovorem. V praxi to funguje tak, že po odchodu obchodního zástupce Centropol zákazníkovi zavolá a provede kontrolu prodeje a ověření údajů na smlouvě. Pokud by se stalo, že zákazník návštěvu nepotvrdí, operátor smlouvu vrátí obchodnímu zástupci a neakceptuje ji.

Kdy a kde může zákazník energetického poradce objednat?

Zákazník může návštěvu energetického poradce na konkrétní den a hodinu objednat na naší infolince.

S jakými triky se aktuálně na Ostravsku setkáváte?

Často se obchodní zástupci jiných společností vydávají například za dominantního dodavatele na daném distribučním území. Lákaají zákazníka pouze na kontrolu smlouvy nebo kontrolu fakturace, ve skutečnosti ho ale nechají podepsat novou smlouvu s jiným dodavatelem. Při podpisu tvrdí, že se o nic nejedná a podpis pouze stvrzuje jejich návštěvu. Právě proto, abychom tomuto jednání předešli, veškeré smlouvy se zákazníky následně ověřujeme telefonicky.

Text: red
Foto: Centropol

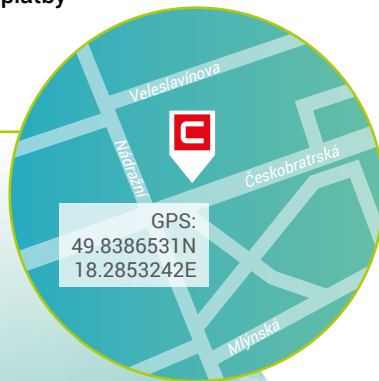


ZÁKAZNICKÉ CENTRUM V OSTRAVĚ JE TU S VÁMI UŽ DRUHÝM ROKEM

Co vyřešíte v zákaznickém centru?

- ✓ Převedete elektřinu a plyn k Centropolu a ušetříte
- ✓ Posílání přeplateků na účet
- ✓ Přepis odběrného místa
- ✓ Změnu plateb záloh převodem místo složenkou – vyjde vás to levněji
- ✓ Nastavení výše záloh, abyste neměli přeplatek ani nedoplatek
- ✓ Změnu bydliště
- ✓ Upomínku, opoždění platby

Chcete ušetřit za elektřinu a za plyn?
Preferujete osobní kontakt?
Navštivte nás v zákaznickém centru.



Ostrava
Českoobrátská 1768/30
E-mail: ostrava@centropol.cz
Telefon: +420 550 050 990

Otevírací doba:

Pondělí	7:30 – 17:00
Úterý	7:30 – 16:00
Středa	7:30 – 17:00
Čtvrtek	7:30 – 16:00
Pátek	7:30 – 15:00

Text: red
Foto: Centropol, Shutterstock



Kolik s Centropolem ušetřili?



Paní Eva (45) žije v panelovém domě o velikosti 2+1, elektřinou svítí. Ušetřili jsme jí více než **400 korun ročně**.

Pan Petr (36) žije v rodinném domě, který vytápí elektřinou a má dvoutarifní sazbu. Jeho úspora dosáhla téměř **800 korun ročně**.



Paní Marie (52) bydlí v činžovním domě. Plynem ohřívá vodu a vaří. Získala úsporu téměř **800 korun ročně**.

Pan Josef (67) bydlí v rodinném domě, ve kterém plynem topí, ohřívá vodu i na něm vaří. S námi dosáhl úspory **3 000 korun ročně**.

Ohlasy zákazníků



Chtěli bychom tímto pochválit pana Bohoňka. Vždy vyšel vstříc našim požadavkům. Jsme velmi spokojeni.

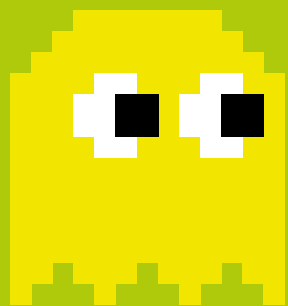
Pavel K., Ostrava-Poruba



Děkuji, že jste mě dokázali dostat ze spárů aukční společnosti, se kterou jsem neprozřetelně podepsal smlouvu předtím, než jsem se rozhodl přejít k Centropolu. Bez vás bych musel tu pokutu 6 000 korun, kterou mi napařili, zaplatit. Nyní jsem vašim spokojeným zákazníkem. Jako poděkování posílám malý dárek.

Josef F., Havířov





NAŠE TIPY: JAK NA ŽROUTY ENERGIÍ



Dejte si pozor na největší žrouty elektřiny a plynu a naučte se šetřit. Přinášíme vám pár tipů, jak se dá bezbolestně ušetřit za energie.

Hlavně měřit

Pořídte si wattmetr. Tuto malou nenápadnou krabičku jen zastrčíte do zásuvky, připojíte přes ni jakýkoli spotřebič a pak už lehce odhalíte, jaký spotřebič vám užírá nejvíce z rodinného rozpočtu.



Zaklapněte pokličky

Vaříte v hrncích, jejichž dna budou kopírovat velikost varné plochy, získáte tím až 30 % energie. Ještě více ušetříte vařením pod pokličkou. Vaření bez pokličky může být energeticky náročnější o 150 až 300 %.



Zaměřte se na lednici a mrazák

Mezi největší žrouty energie patří většinou chladnička. Když vyberete model v energetické třídě A+++, můžete uspořit ročně až tisícovku. Optimální je umístit ji cca 10 cm od stěny a na chladné místo. Ideální teplota pro provoz ledničky je cca +5 °C. Chlazení na nižší teplotu zvyšuje spotřebu energie. Lednici i mrazák pravidelně rozmrazujte. Třímilimetrová námraza zvyšuje příkon až o 75 %.



Využívejte klimatizaci co nejvhodněji

Před spuštěním klimatizace zavřete všechna okna i dveře. Optimální je také zastínit okna například žaluziemi, markýzami či fóliemi a zabránit tak přístupu slunečních paprsků. Nastavení teploty by mělo reagovat na venkovní teplotu. Teplota v klimatizované místnosti by se od té venkovní měla lišit maximálně o 7 °C. U nás je doporučena jako vhodná letní pokojová teplota 24 °C (±2 °C).



Větrejte správně

Zatímco přes zimu by se mělo větrat krátce, ale o to intenzivněji, v létě můžeme větrat více a déle. Pokud jsou letní teploty extrémně vysoké, doporučuje se větrat především ráno a večer. Pokud to jde, optimální je větrat celou noc.

Úsporné žehlení a praní

Optimální vlhkostí prádla při žehlení můžete ušetřit až 40 % energie. Nežehlete příliš mokré či příliš suché prádlo. Ušetřit se dá i při praní prádla. Buben naplníte špinavým šatstvem tak, abyste využili maximální hmotnost na jednu várku deklarovanou výrobcem. Snížením teploty při praní prádla z 90 na 60 stupňů můžete uspořit až 25 % energie.



Myčka – úspora nejen energie

Myčka nádobí má oproti ručnímu mytí výrazně nižší spotřebu energie, a to až o 50 %. Kromě úspory vody a elektrické energie vám šetří i čas. Pokud denně myjete nádobí ručně půl hodiny, myčkou získáte ročně přes týden volného času navíc.



Nastavte si správně bojler

Plynový bojler si nastavte na úspornou teplotu 45 až 55 °C. Nebudete tak muset vodu ředit studenou vodou, abyste v ní udrželi ruku. Bojler navíc nepůjde většinu času naprázdno.



Text: red
Foto: Shutterstock



NORMÁLNÍ

VS. ÚSPORNÁ

ŽÁROVKA

Běžná žárovka má energetickou účinnost cca 15–18 lm/W, zatímco halogenová až 18–25 lm/W. Halogenové žárovky jsou tak oproti běžným žárovkám energeticky úspornější o cca 15 procent.



MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ – VÝZNAMNÝ ZÁKAZNÍK CENTROPOLU I LÁKADLO PRO TURISTY

Máme radost, že k našim významným zákazníkům patří také Moravskoslezský kraj. Přinášíme vám pár zajímavých informací o tom, jaká je na úřadech a v organizacích provozovaných tímto krajem spotřeba elektřiny a plynu, ale i o tom, jaká lákadla Moravskoslezský kraj svým obyvatelům i návštěvníkům nabízí.

Společnost Centropol dodává elektřinu organizacím Moravskoslezského kraje s krátkou přestávkou už od roku 2013. A bude tomu tak i v letech následujících. Centropol uspěl v aukci na Českomoravské komoditní burze Kladno, a bude tak dodávat energii krajským organizacím i v letech 2020 a 2021.

Moravskoslezský kraj vlastní zhruba 1260 budov. Je tak jasné, že energie potřebuje kraj opravdu hodně.

NA ENERGIE ŠLO LONI PŘES 211 MILIONŮ KČ

Například za rok 2018 činila podle tiskové mluvčí Moravskoslezského kraje Nikoly Birklenové roční spotřeba elektrické energie 48 600 MWh, plynu kraj spotřeboval 76 100 MWh. Tyto energie jsou dodávány do odběrných míst v budovách a areálech, přičemž jde o celkem 611 odběrných míst elektrické energie a 450 odběrných míst plynu.

A co to znamená ve finančním vyjádření? Za rok 2018 vynaložil Moravskoslezský kraj na spotřebu

elektrické energie celkem 143,3 milionu korun. Dalších 68,1 milionu korun pak zaplatil za plyn. „Vzhledem k tomu, že Moravskoslezský kraj vynakládá každoročně nemalou částku na snižování energetické náročnosti budov, celková spotřeba energií neustále klesá,“ uvedla pro časopis Čečko krajská mluvčí Birklenová.

NEJNÁROČNĚJŠÍ NA SPOTŘEBU JSOU NEMOCNICE

Nejnáročnější na spotřebu energií jsou bezesporu nemocniční provozy. Celkem šest krajských nemocnic se na celkové spotřebě energií Moravskoslezského kraje podílí zhruba 30 procenty.

Naopak nejnižší náklady na spotřebu energií mají podle Birklenové budovy, které už prošly komplexní rekonstrukcí. Mají už tak za sebou nejen zateplení obvodového pláště, ale také instalaci nových technických zařízení, jakou jsou zdroje tepla, rekuperace, regulace otopné soustavy, osvětlení a samotné elektrické spotřebiče.

KRAJSKÁ TURISTICKÁ LÁKADLA – TECHNICKÉ PAMÁTKY...

Představte si ale Moravskoslezský kraj i z trochu jiné stránky. V povědomí především českých a slovenských turistů je tento kraj spojen především s těžkým průmyslem. „Protože je náš kraj neodmyslitelně spjat s industriálním dědictvím, jsme pyšní na množství technických památek, které se u nás také nacházejí,“ potvrdila Birklenová.

Mezi ně se řadí například Dolní oblast Vítkovice, Laněk Park s hornickým muzeem, Důl Michal, Technické muzeum Tatra Kopřivnice a řada vojenských památek na česko-polském pomezí.

... ALE I HRADY A ZÁMKY, SPORT, HORY...

Stálými tahouny cestovního ruchu jsou ale i zdejší hrady a zámky, např. hrad Hukvaldy, Sovinec nebo zámek Hradec nad Moravicí či Bruntál. Pro turisty hledající aktivní odpočinek nabízí kraj originální golfová hřiště, adrenalinové parky, lanová centra a stovky kilometrů turistických a cyklistických stezek.

Milovníci horských túr a přírody jistě ocení návštěvu Lysé hory či Radhoště v Beskydech či třeba Pradědu jako nejvyššího vrcholu Jeseníků. Hory nabízejí možnost vyžití nejen pro pěší turistiku, sjezdové lyžování, ale jsou protkány též hustou sítí běžeckých tras, které v létě slouží jako cyklostezky. Lákavá by podle Birklenové mohla být i výletní plavba po Slezské Hartě na unikátní lodi na elektropohon se solárními panely.



Kompletní nabídku tzv. Technotrasy lze najít na webových stránkách www.technotrasy.cz.

Přes ně je také možné provádět rezervace na komentované prohlídky.

„Technické dědictví Moravskoslezského kraje představuje takzvaná Technotrasy, která sdružuje technické atraktivity našeho regionu. Jedná se nejen o tradiční turistické tahouny, jako jsou například ostravské Dolní Vítkovice, Důl Michal nebo hornické muzeum Laněk Park, ale také o místa méně okoukaná. Málokdo možná ví, že v regionu máme vodní mlýny, ve kterých může návštěvník zažít mlynářské řemeslo přímo v praxi. Za pozornost stojí vodní mlýn

Wesselsky v Odrách nebo mlýn v Bartošovicích. Síla vody se využívala nejen v mlýnech. Součástí Technotrasy je i Weissshuhův kanál na řece Moravici, který přiváděl vodu do místních papíren. I zde probíhají speciální komentované prohlídky. Větrná energie má svého zástupce v Balerově mlýně u Spálova, nesmíme zapomenout ani na páru. Na úzkokolejné dráze na Osoblažsku jezdí turistický parní vlak, který nabízí dech beroucí vyjížďky krásnou krajinou. A když

už u dopravy zůstaneme, v Moravskoslezském kraji najdeme řadu expozic věnovanou autům, motocyklům či železnici. Od známého Technického muzea Tatra v Kopřivnici, přes Vagonářské muzeum ve Studénce, po expozici historických motocyklů na Černé louce,“ vyjmenoval hejtman Moravskoslezského kraje Ivo Vondrák.

Moravskoslezský kraj je jedním ze 14 vyšších územních samosprávných celků v Česku.

Nachází se na severovýchodě České republiky. Z větší části leží v Českém Slezsku, zbývající část zabírá sever Moravy. Žije zde přibližně 1,2 milionu obyvatel.

Text: red
Foto: Moravskoslezský kraj

ZDENĚK POHLREICH:

ZÁKLADEM JE ORGANIZOVANOST, DISCIPLÍNA, ČISTOTA, RESPEKT K SUROVINÁM A DOBRÁ CHUŤ

S kulinářskými pořady a knihami se v posledních letech doslova roztrhl pytel. Z televizních obrazovek radí divákům světoznámí kuchaři, pulty v knihkupectvích jsou plné knih receptů a příběhů kuchařských celebrit. U zrodu rostoucí oblíbenosti těchto pořadů a publikací stála před lety asi největší osobnost cechu kuchařského – **Zdeněk Pohlreich**.

Téměř 10 let lidé sledovali Zdeňka Pohlreicha na televizních obrazovkách, jak s pořadem Ano, šéfe! objíždí restaurace a radí a „ničí“ jejich majitele k cestě za lepší kuchyní. Pak ale přišel zčistajasna konec.

„Už nebylo kam jít a formát byl podle mě vyčerpán. Stejně jako já. Prostě jsem toho měl po devíti letech plné zuby“, vysvětluje Pohlreich s tím, že je se svým životem spokojený. „Dokonce mám pocit, že jsem časem jakoby zmoudřel“, tvrdí.

PĚT ZÁSAD PRO DOBRŮ KUCHYNI

Ale zpět k plotnám. Podle něj je v kuchyni nejdůležitější dodržovat pět zásad. „Základem je organizovanost, disciplína, čistota, respekt k surovinám a dobrá chuť“, zdůraz-

ňuje Pohlreich, který vaří doma i ve svých restauracích na indukčních na elektrinu. Nic lepšího podle něj neexistuje.

A pokud jde o jídlo, má rád všechno, co je dobré. Nejvýše ale staví kuchyni japonskou, po ní následuje španělská, francouzská či třeba italská.

Pohlreich je majitelem tří renomovaných pražských restaurací, píše kuchařky, učí lidi vařit, je stále v jednom kole. Přesto ale dokáže svůj čas dělit mezi všechny své aktivity a navíc si udělá i volno. Je to jen o organizaci a správném dobíjení energie. „Spím, raduju se ze života, mám okolo sebe super lidi. A to mi stačí“, dodává Zdeněk Pohlreich.

Text: red
Foto: Tomáš Beran



Recept podle
Zdeňka Pohlreicha



MLADÉ KUŘE NA CITRONECH SE ZELENINOVÝM BULGUREM

Troubu předehřejte na 200 °C a nechte v ní rozpustit v rendlíku máslo. Kuřata osolte, opepřete, položte do pekáče a potřete ze všech stran rozpuštěným máslem. Bylinky nasekejte nadrobno, česnek oloupejte a prolisujte k bylinám, citronovou kůru nastrouhejte najemno, vše promíchejte, rozprostřete na talíř a obalte ve směsi kuřata. Vraťte je na pekáč, zakápněte citronovou šťávou a vložte do předehřáté trouby na 15 minut. Snižte teplotu na 180 °C a pečte ještě 30 minut doměkka a dozlatova. Pokud se máslo a šťáva příliš vypékají, můžete kuře podlít zbylým máslem a trochou vody.

Mezitím připravte bulgur. V hrnci uvařte vodu, vsypte do ní bulgur, přiklopte poklicí a odstavte na 30 minut, aby bulgur změkkl. Prebytečnou vodu slijte.

Cibuli oloupejte a nakrájejte nadrobno, rajčata přepulte, cuketu nakrájejte na drobné kostičky (1 x 1 cm), papriku zbavte jádřince a nakrájejte na kostičky (1 x 1 cm). Mátu a petržel nasekejte nadrobno. Z jednoho citronu nastrouhejte kůru, z obou vymačkejte šťávu.

V pánvi rozehejte olej a postupně na něm opečte cibuli, cuketu, papriku a nakonec rajčata. Jednotlivé druhy zeleniny přidávejte po 2 minutách a restujte je, až změkknou, ale zůstanou ještě křupavé.

Hotový bulgur promíchejte se strouhanou citronovou kůrou a šťávou, pečenou zeleninou a bylinkami. Osolte a opepřete a podávejte s půlkou pečeného kuřete.

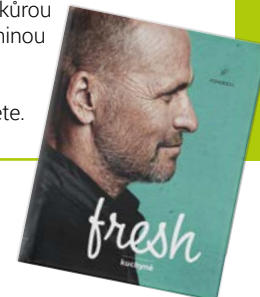
MASO

100 g másla
2 mladá kuřátka
100 g hladkolisté petržele
100 g tymiánu
100 g šalvěje
2 stroužky česneku
2 chemicky neošetřené citrony
sůl a čerstvě mletý pepř

BULGUR

600 ml vody
300 g bulguru
1 červená cibule
250 g cherry rajčat
1 cuketa
1 žlutá paprika
1 hrst máty
1 hrst hladkolisté petržele
2 chemicky neošetřené citrony
2 lžíce olivového oleje
sůl a čerstvě mletý pepř

Text a foto: FRESH KUCHYNĚ ZDEŇKA POHLREICHA
vydáno v nakladatelství SEVRUGA
Foto: Marek Bartoš





ELEKTŘINA PLYN



S ceníkem Pohoda fér vždy víte, na čem jste

Pokud vás nebaví sledovat vývoj cen elektřiny a raději dáváte přednost jistotě, je ceník Pohoda fér přesně pro vás. Po tři roky budete vědět, že máte výhodnější cenu ve srovnání s konkurencí. Bez ohledu na to, jak se vyvíjí ekonomika a kam se řítí cena elektřiny na burze, vy budete vědět, kolik platíte.

Před koncem smlouvy se sami rozhodnete, jaký ceník zvolíte pro další období. Pokud cena mezitím klesne, můžete si vybrat takový, který bude kopírovat aktuální vývoj. Pokud budete i nadále preferovat jistotu, můžete zůstat u stejného ceníku. Sami se rozhodnete, co pro vás bude výhodnější.

Ceník Kamarád pro ty, kdo věří, že ceny půjdou zase dolů

Ceny elektřiny jsou v poslední době nejvyšší za několik let. Přesto část spotřebitelů preferuje především transparentní přístup, jistota v podobě neměnné ceny pro ně není důležitá.

Pro ně je určen ceník Kamarád. Kopíruje vývoj cen elektrické energie na burze a zákazník díky tomu ví, že stále platí aktuální a férovou cenu. Když cena roste, platí víc, když cena klesá, platí automaticky méně.

Jistotu neměnné ceny si můžete dopřát i u plynu

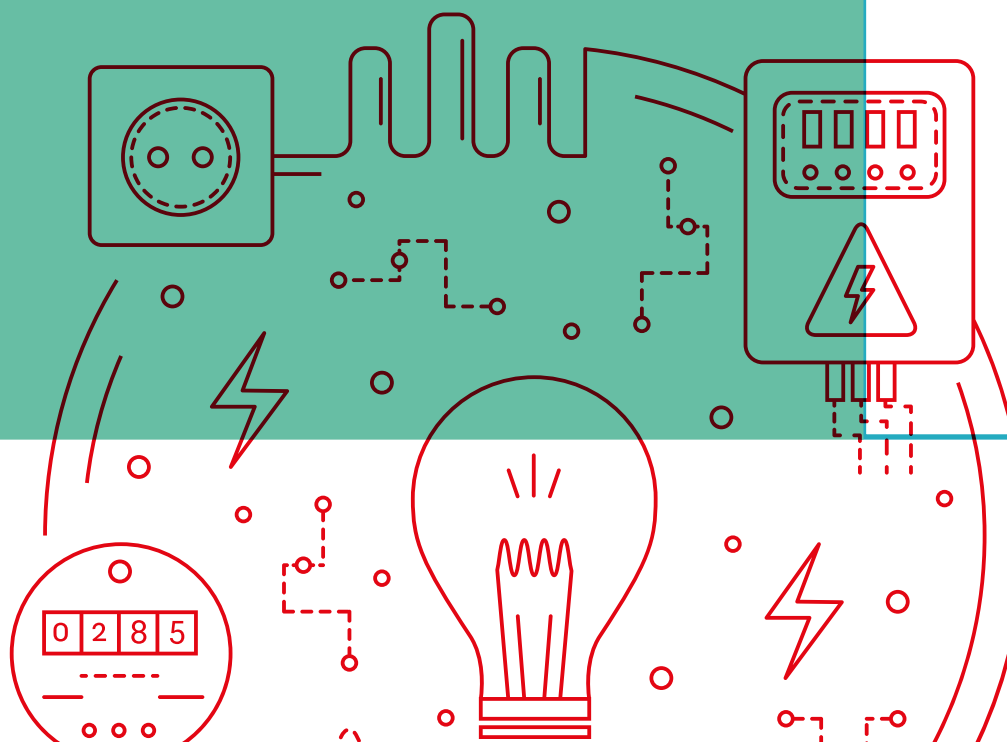
Nejen ceny elektřiny, ale i plynu podléhají ekonomickým a sezónním cyklům. Pokud máte rádi jistotu, zvolte i pro plyn ceník Pohoda fér. Po tři roky budete vědět, že máte výhodnější cenu ve srovnání s konkurencí.

Pokud věříte, že je výhodnější platit jednou méně a jednou více podle toho, jak se zrovna vyvíjejí velkoobchodní ceny plynu, zvolte ceník Kamarád.

S Kamarádem platíte podle toho, jak se vyvíjejí ceny na burze

Není transparentnější způsob stanovení ceny než se řídit cenou na burze. Přesně to děláme u ceníku Kamarád. Když ceny klesají, platí naši zákazníci automaticky méně. Když ceny rostou, cena se jim zvedá podle toho, jak roste cena plynu na burze.

Dlouhodobě se tato strategie vyplatí, říká se tomu průměrování ceny.



Ušetřete s Centropolem za **plyn** až **5 800Kč** ročně.

S námi to jde jednoduše.
U nás můžete uzavřít smlouvu i po telefonu.

Zákaznická linka

478 575 550

www.centropol.cz

Text: red
Foto: Shutterstock

C **CENTROPOL**

SAMOOBSLUŽNÁ ZÓNA ŠETŘÍ ČAS

Nechce se vám volat do call centra nebo chodit na pobočku? Využijte samoobslužnou zónu na našich stránkách. Jděte na internetu na www.centropol.cz a v pravém horním rohu klikněte na červený nápis Samoobsluha.

V SAMOOBSLUZE NAJDETE:

- ✓ údaje, které o vás registrujeme,
- ✓ informace o vašich smlouvách,
- ✓ seznam vašich odběrných míst
- ✓ a doklady k platbám.



SLEDUJTE NÁS NA FACEBOOKU A INSTAGRAMU

Důležité informace například o provozu zákaznických center nebo užitečné tipy, jak ušetřit, najdete také na našem facebooku a instagramu.



CENTROPOL ODMĚŇUJE ZA VĚRNOST

PLYN O 10 % LEVNĚJŠÍ?

A NAPOŘÁD? PRO NOVÉ ZÁKAZNÍKY CENTROPOLU JE TO SAMOZŘEJMOST

Přijďte do zákaznického centra v Ostravě a požádejte o naši extra výhodnou smlouvu na plyn. Skvělá cena je samozřejmostí. Ale to nestačí :-)

Víme, že lidé jsou nejraději, když dostanou slevu. Vyslyšeli jsme tedy přání našich zákazníků a odměňujeme za věrnost:

**2. rok vám dáme
slevu 5 %
z ceny plynu.**

**3. rok vám dáme
slevu 10 % z ceny
plynu.**

**A tato sleva
vám zůstane
napořád!**

Kam přijít?

adresa pobočky:
Českokobratrská 1768/30
702 00 Ostrava
+420 550 050 990

**Nebo objednejte
smlouvu na telefonním
čísle 478 575 550.**

SKVĚLÁ NABÍDKA PLYNU PRO VŠECHNY NOVÉ ZÁKAZNÍKY:

**Ceník
Pohoda fér**

dobu trvání: 36 měsíců
automatické prolongace (včetně 10% slevy)

Odebírejte od nás kromě plynu také elektřinu. Kromě skvělých cen získáte 50 minut volání zdarma u našeho operátora.

3 VÝHODY, KDYŽ MÁTE ELEKTŘINU I PLYN OD CENTROPOLU:

- ✓ Vše potřebné odbavíte v jednom zákaznickém centru.
- ✓ Pro elektřinu i plyn máme společnou zákaznickou linku.
- ✓ Pokud u nás máte i mobilní tarif, získáte 50 minut volání zdarma.

Text: red
Foto: Shutterstock



CO JE U NÁS VŽDY NA PRVNÍM MÍSTĚ?

Vyluštěnou tajenku
zašlete nejpozději
do 30. 11. 2019 na adresu:

Céčko
CENTROPOL ENERGY, a. s.,
Vaničkova 1594/1
400 01 Ústí nad Labem

nebo e-mailem na
cecko@centropol.cz.

Prvním pěti úspěšným
luštitelům zašleme
podepsané DVD Kryštof
na Strahově, dalším pěti
podepsané CD Kryštof 25
a dalším čtyřiceti
drobný dárek.

POMŮCKA: ACER, AGI, AKOMIE, APE, HERR, OENO, SALA	EPILOG	POKOJOVÁ KVTINA	JODID STRIBRNY	CITOSLOVCE KONEJSENI	JMENO HERCE BROUSKA	INST. KLJN. A EXPER. MEDICINY ZKR.	ZVUK TROUBENI	DESET KRAT DESET	UKAZOVACI ZAJMENO	CITOSLOV- CE SKY- TANI
DUM KULTURY ZKR.		SOUHLAS			CELNI KOD ITALIE		STREDNI TECHNICKA SKOLA ZKR.			
INICIALLY REZISERA LIPSEHO		TYKAJICI SE GOTU			TAJENKA		PROUD			
		INIC. HERCE TOPFERA					NEJLEPSI VYKON			
ZASEVATI			LIDOP ANGLICKY			VOJENSKÉ UTVARY				
			SMRTELNA NEMOC			INIC. HER, JANZUROVE				
LIBERECKÉ VYSTAVNI TRHY ZKR.			ZTRATA VLASU					OBRRNENY TRANSPOR- TER ZKR.		
			ODMENA VOJAKU					DESET ANGL.		
OBCHODNI INSPEKCE ZKR.		STUDENT SLOVEN.			INIC. DRAMA- TIKA TYLA				PANENKA DETSKY	SOUKROMY DETEKTIV HOVOR.
		UKRAJIN- SKÉ MESTO			MUZSKÉ JMENO					
KRYTA CYKLISTICKA DRAHA						ATOL NIZ- KYCH OSTR.				
						LEDOVCOVY KOTEL				
VCHOD HOVOR.	VOJ. LESY A STATKY				RYBA S JIKRAMI					
	PAN NEMECKY				NEOCHOTNE					
VE VHODNOU CHVILI			CHAOS					INIC. KONVA- LINKOVE		
			PIT VELKY- MI DOUSKY					URCENO K MYTI		
KRAL ZVIRAT			AVIVAZNI PRIPRAVEK				JMENO BYV. CIN. VUDCE			
			ZASAHO- VAT NOHOU				STAROSTA V POLSKU			
CHEM. ZN. ERBIA		ČLENOVEC S KRUNYREM				OSLOVENI PRI VYKANI			JAVOR BOTAN.	OPAK VYSE
		ANGLICKY NESOUHLAS				HALA ITALSKY				
BROUK SKUDCE						SOCIALISTA HANLIVE				
						PROJEV NE- SOUHLASU				
TECHNICKÁ SPRAVA SLUZEB ZKR.	ZTRACEJICI LISTY									
	HLESNUTI									
INICIALLY HERCE CRUISE		ANGLICKA PREDLOZKA			BYVALY OBYATEL EVROPY			ELEKTRIZ. ZELEZNIC		
		STANEK			PREDLOZKA			DOMACI ZVIRATA		
SUMIVE VINO			ČAST NOHY				PRAZSKA ENERGETIKA ZKR.			
			JEDNOTKA INFORMACE				ČASTI UST			
LYZE ZASTAR.			ZA CHVILKU HOVOR.			INIC. ZPEV. STEWARTA			STENDHA- LUV LITERARNI HRDINA	KOZENÁ ROUCHA
			VODNI ROSTLINA			SKLAD. PRO OSM HLASU				
	HUDEBNÍ ZNACKA	SOUHVÉZDI				STOPA				
		DVAKRÁT SNIZENY TON A				KALIBR				
VCUCNOUT					EVROPANKY SLOVEN.			NEBO ANGLICKY		
					JHOASISJSKY STROM			VYSOKA SKOLA ZKR.		
KLÁŠTER V OKR. TEPLICE			VYRABET LATKU				CITOSLOVCE SKRIPANI			
			PSI VAROVANI				CHEM. ZN. NIKLU			
UKAZOVACI ZAJMENO						CIZI LEČIVA ROSTLINA				
JAKO ANGLICKY		SRKNUTI				TITO RUSKY		SOLMIZAČNI SLABIKA		

