

MEZI ŠÁLKY

ČÍSLO 41 - 42 5 / 6 / 7 / 8 2016 ZDARMA

VY SNAD ANI NEJSTE ČLOVĚK!

ANEB ÚVOD DO VÍNA

„No Vy snad ani nejste člověk! Dejte mi nějaký víno, co mi nebude chutnat,“ lehce nevěřícně jsem ho popíchla. Rychle Vás seznámím – jsme ve sklípku v **Prušánkách u Milana Vašíčka**. Hodiny už pokročily k jedenácté večerní, my otevřeli několik láhví a vyprázdnili talíře, na kterých se rozprostíraly sýry, šunka a grilovaná zelenina. A tak jsme se vydali do sklípku, kde se na víně teprve pracuje. Přiznám se – tam mi už chutě začaly splývat a já se pomalu dostávala do toho důvěrně známého objetí vína. Ale! Přeci jen jsme ochutnali i víno, které mi dvakrát nešmakovalo. Pak tu bylo víno alias „prodejná děvka“. Taký víno, které chutnalo jako taiwanský více pečený oolong (a mimochodem chutnalo té samé slečně, které chutnají taiwanské oolongy).

Během večera jsem se několikrát přistihla, jak víno přirovnávám k čaji. Objevila jsem tolik podobností – a možná i právě proto si myslím, že má v naší čajovně místo. Někdy mám i pocit, že takový čaj je skoro víno bez alkoholu (což může být vlastně jeho výhoda). Víno totiž není tak moc alkoholickým nápojem, jako spíš nápojem duševním a holt nějaký ten alkohol obsahuje.



...pokračování na další stránce

DĚNÍ V ČAJOVNĚ

Mezi nebem a zemí

Hana Jánská

Dozvíme se nejen o vílách a přírodních bytostech.
17. 6., 18:00, 100 Kč

Čínské bylinky

Hana Jánská

Povídání nejen o ženšenu.
9. 9., 18:00, 100 Kč

Udělejte si pořádek podle feng-shuej

Milena Moudrá

Očista prostoru a našeho života.

16. 9., 18:00, 100 Kč

Jak se uzdravit sám

Václav Vít

Metody samouzdravení a koloidní stříbro.

3. 10., 18:00, 100 Kč

Výstava květen:

Štěpánka Budinová a její žáci malují a tvoří

Výstava červen - srpen:

Mandaly očima gympláků

OTEVŘENO v létě:

1. a 4. - 8. 7. / 10:00-17:30

22. 8. - 26. 8. / 10:00-17:30

29. 8. - 31. 8. / 10:00-17:30

UVNITŘ:

POKRAČOVÁNÍ VÍNOVÉHO ČLÁNKU	2
RECEPT NA SRDEČNÍ VÍNO	2
VÍNO - JAKO LÉČIVÝ NÁPOJ	3
ASIJSKÉ BYLINY	5
VODA - JE OPRAVDU TAK ZÁZRAČNÁ?	6
ROZBOR LOUNSKÉ VODY	8

POKRAČOVÁNÍ ČLÁNKU O VÍNĚ

A pak noc postoupila k ránu. Vašíček začal hrát na cimbál a půlka našeho osazenstva zpívala, ta druhá pomalu usínala nebo „bubnovala do rytmu“. Víno se tváří docela nevinně, ale člověk by na něj měl dát přeci jenom bacha – aspoň po očku si hlídat, kolik že těch skleniček vlastně vypil. Jenom malá přátelská rada ☺

Ale ráno, když jsem se probudila, nebylo mi vůbec zle. Vína jsem vypila fakt moc, ale všechno bylo v pořádku. Snad jen pár hodin spánku navíc by nevadilo.

Jo, málem bych zapomněla. Ten den byl opravdu plný vína – k polední jsme navštívili **Salon vín ve Valticích**, kde jsme si udělali ucelený obrázek o moravských vinařích. Nechci našeho dodavatele přehnaně vychvalovat, ale jednoznačně vybočoval ze zástupu těch „obyčejných“ moravských vín. Jakoby to slovní rčení „*harmonie v láhvi*“ přestalo být jenom prázdnými slovy.

Nevěříte mi? Můžu Vás ujistit, že vína, u kterých jsem nadšeně zvolala: „Vy jste taky člověk!“ – tedy ty vína, která nám moc nechutnala a

teprve se na nich pracuje, u nás v čajovně nenajdete. Není tedy nic lehčího, než přijít ochutnat.

Tak co, máte chuť na víno?



Kateřina Zemanová

RECEPT: SRDEČNÍ VÍNO SV. HILDEGARDY

Velmi účinný na podporu srdce a při srdeční slabosti je i starý recept sv. Hildegardy na "srdeční víno", na který nedají dopustit ani současní léčitelé.

Potřebujeme:

- ♦ 10 čerstvých petrželových listů včetně stonků,
- ♦ vinný ocet,
- ♦ 1l bílého vína – nejlepší je ryzlink,
- ♦ kvalitní včelí med,
- ♦ čistý líh 60% (seženeme v lékárně)



Jak na to: Petrželové listy pokrájíme nadrobno a dáme do připraveného vína. Přidáme 2 polévkové lžíce vinného octa a vše povaříme asi 10 minut na silném plamenu. Dáváme pozor, aby víno nevyvěnilo. Pak oheň stáhneme, přidáme 250 g medu a necháme ještě 5 minut vařit. Ještě horké víno přecedíme a naplníme do vyvařených lahví menšího objemu (asi 250ml). Přelitý nápoj ještě zakonzervujeme přidáním čajové lžičky lihu. Dobře uzavřeme a uchováváme na tmavém a chladném místě. Víno užíváme podle potřeby, nebo při problémech 1 - 3x denně po 1 - 3 polévkových lžících.

VÍNO JAKO LÉČIVÝ NÁPOJ

Víno obveseluje a léčí naše srdce.

Johann Wolfgang Goethe

Je sychravý, předjarní den. Jsme na Moravě, v Prušánkách a jdeme navštívit vinný sklípek. Jeho malovaný vchod nás přímo láká vstoupit. „*Víno je duchovní, léčivý nápoj, který obsahuje alkohol a tak je k němu potřeba přistupovat,*“ říká bodrý vinař Milan Vašíček a již nám nalévá první vzorek - Müller Thurgau.

Víno je opravdu léčivým nápojem, který nás provází již několik tisíc let. Holdovali mu **Sumerové**, pilo se ve starém **Egyptě** a **Babylonu**. V Evropě se víno začalo pěstovat díky **Římanům**, kteří ho rozšířili po celé své velké říši.

V Mattioliho herbáři roku 1562 se praví, že *víno jest krev země*. *Pije-li se střídavě, vzbuzuje chuť k jídlu, napravuje zažívání a zlepšuje prokrvení všech orgánů. Kdo má slabý žaludek, ať si ráno ohřeje doušek vína, vsype do něj špetku pepře a to vypije.*

Ve středověku se užívalo velké množství léčivých vín a ještě koncem 19. století mohli lékaři některé druhy vín předepisovat a dokonce byly hrazeny lékařskou pojišťovnou. Bylo to například víno **Condurango** a **Maltoferrochin**, které se vyrábějí dodnes. Víno využívá i čínská medicína, léčivá vína se připravují často s příměsí bylin jako je ženšen, závor a lotos.

V současné době bylo mnohými studiemi prokázáno, že víno má skutečně léčivé účinky. Je však potřeba pít víno kvalitní, které poznáme podle toho, že nás druhý den nepálí žáha a nebolí hlava. Důležitá je i denní dávka vína. V malých dávkách působí povzbudivě, zmenšuje



napětí, strach a úzkost. Po jeho vypití se v mozku uvolňuje hormon štěstí serotonin, a proto nastane příjemné uvolnění. Alkohol také zvyšuje vylučování moči a proto je třeba před pitím vína vypít dostatečné množství vody, aby nedošlo k dehydrataci. Během popíjení vína vinař již vodu nedoporučuje, protože alkohol by se naředil a rychle by se dostal do krve pomocí vody jako nosiče a způsobil by opilost. Alkohol také mírně zvyšuje krevní tlak, rozšiřuje cévy a snižuje krevní srážlivost, zlepšuje průtok krve cévami. Proto je dobrý jako prevence srdečně-cévních onemocnění a na snížení hladiny cholesterolu. **Doporučuje se pro ženy 2 dcl vína denně a pro muže 3 dcl.**

Chutě na víno se mění. Prý se pozná, kdy člověk začne stárnout - a to tak, že mu přestane bílé víno vyhovovat a začne pít víno červené. Bílé víno totiž obsahuje kyselinky, které nejsou dobře snášeny při zhoršeném trávení a naopak víno červené má v sobě třísloviny - taniny, které trávení výrazně zlepšují.

Kdo by neměl pít víno?

- ♦ Nezletilí, těhotné a kojící matky.
- ♦ Epileptici a lidé s onemocněním slinivky.
- ♦ Pacienti s dnou, cukrovkou a žaludečními vředy.
- ♦ Ženy s vysokým rizikem rakoviny prsu.
- ♦ Pacienti, kteří užívají léky, jejichž účinky by mohl alkohol změnit.
- ♦ Řidiči před řízením motorových vozidel.



Jaké účinné látky víno obsahuje?

V bobulích hroznů je přítomen *cukr* ve formě glukózy a fruktózy, který ovlivňuje chuť vína.

Dále víno obsahuje *třísloviny*, takzvané *taniny*, které příznivě podporují naše trávení. Třísloviny předává vínu i dřevo sudů, zejména při výrobě vín červených.

Z organických kyselin jsou ve víně obsaženy *kyselina vinná a jablečná*. Při trávení z těchto kyselin vznikají při trávení uhličitany, které působí zásaditě. Z barviv obsahuje víno *chlorofyl, beta-karoten a antokyany*.

Víno, zejména burčák obsahuje také *vitamíny B a C a minerály*.

Vitamín C je důležitý pro správnou činnost imunitního systému, podílí se na tvorbě kolagenu, zubů a mozkových funkcí. Pomáhá nám nestresovat se a nezlobit se.

Vitamín B1 thiamin působí pozitivně na nervový systém a proti únavě. Vylepšuje chuť k jídlu a trávení.

Vitamín B2 riboflavin je výborným spalovačem cukrů. Podporuje dobrou funkci jater, zlepšuje zrak, podílí se na tvorbě hemoglobinu.

Vitamín B3 niacin je důležitý pro činnost mozku, likviduje cholesterol a tuky v krvi.

Vitamín B6 pyridoxin se podílí na spalování tuků a bílkovin. Podporuje imunitu, má preventivní účinek při nervových onemocněních.

Draslík povzbuzuje nervové buňky, odstraňuje únavu, udržuje svalový tonus, snižuje krevní tlak a je přirozeným diuretikem.

Hořčík je důležitý pro vstřebání vápníku, příznivě ovlivňuje nervovou soustavu, působí protikřečově a má zklidňující účinky na nervový systém.

Vápník podporuje stavbu kostí a zubů, udržuje pravidelný srdeční tep, má preventivní účinek proti osteoporóze.

Víno, zejména červené je velmi bohaté na *antio-*

xidanty. To jsou látky, které zabraňují zhoubnému účinku volných radikálů ze znečištěného ovzduší, tabákového kouře, vysokotučných potravin, dusitanů z uzenin a záření. Fungují tak, že vychytávají volné elektrony a zabraňují tak poškození našich buněk. Mezi nejznámější antioxidanty z vína patří *resveratrol* a *kvercetin*.

Resveratrol byl ve slupkách vína zjištěn teprve na začátku 80. let. Ale existuje již mnoho studií, které potvrzují jeho silný léčebný účinek zejména u srdečně-cévních onemocnění, při křečových žilách a zánětlivých onemocněních. Byl dokázán také jeho proticholesterolý účinek, snižuje totiž přilnavost cholesterolu k cévním stěnám. Má i protirakovinné účinky. V **červeném** víně je obsah resveratrolu asi 100 x vyšší než ve víně bílém, ale bílá moravská vína a bílé víno z Chrámců z Mostu obsahuje resveratrolu také velké množství. Bohužel resveratrol se postupně rozkládá a tak je ho ve starším víně podstatně méně.

Dalším důležitým antioxidantem, které víno obsahuje, je **kvercetin**. Ten zpevňuje kapiláry, zlepšuje průtok krve, Má také antialergické působení, protože brzdí produkci histaminu. Bylo dokázáno, že zastavil růst nádorů tlustého střeva.



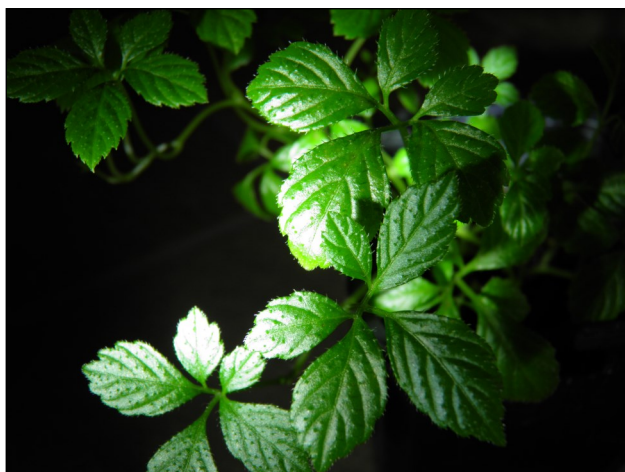
Víno tedy ve správných dávkách může pomoci v boji s nemocemi a stárnutím. Musíme ale odhadnout tu správnou míru a pít víno kvalitní a pořádně si ho v klidu vychutnat.

PharmDr. Lenka Zemanová

BYLINKOVÝ HERBÁŘ: ASIJSKÉ BYLINY

Ráda bych Vás seznámila se dvěma asijskými bylinkami, které je možné pěstovat i u nás. O dalších asijských bylinách získáte mnoho zajímavých informací při mé přednášce, která se bude konat 9. září v Čajovně U sv. Mikuláše.

Ženšen pětistý – Jiaogulan (*Gynostemma pentaphyllum*)



Je silný adaptogen a antioxidant. Působí pozitivně na imunitní systém, odolnost a vytrvalost. Zlepšuje fyzickou i psychickou kondici. Jsou známy i jeho příznivé účinky na krevní tlak, který dokáže regulovat. Normalizuje hladinu cukru v krvi i cholesterol. Používá se při nespavosti, kladně ovlivňuje trávení.

Zajímavostí je, že v oblastech Číny, kde je často konzumován, žije nejvíce lidí starších 100 let. Asi proto se mu také říká *rostlina dlouhověkosti*.

Dá se velice dobře pěstovat doma v květináči, ale i venku na zahrádce. Pokud ho budete pěstovat venku, je důležité ho na zimu dobře zakrýt. Rostlina je mrazuvzdorná zhruba do -15 stupňů. V zimě odumřou vrchní části a na jaře opět vyrazí z oddenku. Roste jako liána. Na zahrádce se pne po zemi nebo po opoře, kterou mu dáte. Doma ho můžete mít v závěsném květináči. Množí se ze semínek, ale můžete i ustříhnout větvíčku a dát do vody. Dobře pouští kořínky.

Je možné ho nasušit a vařit si z něj lahodný čaj. Pozor, nepřelévá se vroucí vodou, pouze horkou. Anebo můžete jen tak užídat syrové lístečky, které mají velice zajímavou chuť, tak trochu připomínající salátovou okurku. Je vhodný i do salátů.

Angínovník čínský – *Belamcanda chinensis*



Je znám především pozitivním vlivem při bolestech v krku, angíně a zánětech v ústní dutině, problémech s hlasivkami i zánětech průdušek. Při těchto potížích se doporučuje utrhnout pouze malý kousek listu, rozžvýkat a vyplivnout. Nesmí se užívat v těhotenství. Oddelek má močopudný účinek.

Angínovník patří do čeledi kosatcovitých.

Daří se mu dobře i v našich podmínkách. Dá se pěstovat venku. Ale na zimu je dobré ho přikrýt nastýlkou, která by ho ochránila před silnými mrazy. Má rád propustnou půdu, nesnáší přemokření. Někteří lidé si ho pěstují i doma v květináči anebo jako přenosnou rostlinu. To znamená od jara do podzimu venku a na zimu se přenes domů do chladnější místnosti. A v zimě je potom po ruce, když je ho potřeba.

Svým vzhledem připomíná kosatec. Má rozvětvený oddenek a trsy úzkých listů. Může dorůstat až do výšky 1 m. V letních měsících nás potěší krásnými žlutooranžovými květy. V tobolkách se po odkvětu ukrývají tmavá kulatá semínka, ze kterých se angínovník snadno množí.

VODA - JE DOOPRAVDY TAK DŮLEŽITÁ?

Bez vody nejde žít, to všichni vědí. Bez jídla vydržíme až 40 dní, bez vody jen 3 až 5 dní. Voda totiž tvoří asi 60 % naší tělesné hmotnosti. Ve vodním prostředí se odehrávají všechny fyziologické a chemické procesy našeho těla. Krevní plazma se skládá z 92 % vody, moč je tvořena z 95 % z vody, ve slinách je podíl vody 99 %. V průměru denně člověk vyloučí 2,5 litru vody močí, stolicí, dýcháním i kůží. Potraviny nám dodají za den asi 1 litr vody, takže je třeba ještě vypít alespoň 1,5 až 2 litry tekutin. Voda plní funkci rozpouštědla, dopravuje výživné látky k buňkám, odvádí toxiny a zplodiny z těla ven. Slouží také jako teplotní regulátor, umožňuje činnost svalů a nervového systému.

Proto je velmi důležité přijímat pitnou vodu v dostatečném množství – a to vodu kvalitní.

Největší část našeho pitného režimu by měla tvořit právě pitná voda. Pravda je, že naše obchody jsou plné balených pramenitých vod a minerálek. Ale zde je třeba dávat pozor na složení minerálních vod a na běžné pití používat jen ty slabě mineralizované.

Podle výsledné mineralizace se minerální vody totiž dělí na velmi slabě mineralizované (francouzská voda hollywoodských hvězd Evian), slabě mineralizované (Rajec, Dobrá voda, Aquilla, Toma), středně mineralizované (Magnesia, Korunní, Mattoni) a silně mineralizované (Poděbradka a Hanácká), velmi silně mineralizované (Zaječická, Šarátice, Vincentka, Mlýnský pramen). Středně a silně mineralizované vody se pak používají léčebně v rámci zdravotních programů.

Pozor na balené vody v plastových lahvích!

Důležité je kde a v čem byly skladované. Oblíbené PET lahve bychom vlastně vůbec používat neměli, a už vůbec ne opakovaně a při vyšších letních teplotách. Malér je ovšem v tom, že nebezpečné chemikálie (hlavně bisfenol a acetaldehyd) se do "balené" vody mohou dostat (a

podle mnoha měření se tak i děje) už při plnění „petek“, které probíhá při nějakých 90 stupních Celsia. Kromě toho - navzdory reklamám a populární představě je většina balených vod, i těch



kojeneckých, často chlorována úplně stejně, jako ta, kterou si natočíme doma z kohoutku.

Vyhnout bychom se měli i skladování či přenesení vody v baleních obsahujících PVC, polystyren či polykarbonát. Ostatní plasty jsou relativně bezpečné, nejlepší je však obyčejné sklo.

Po všech zjištěních si dovoluji tvrdit, že na pití je **nejlepší obyčejná voda z kohoutku**. Samozřejmě je vhodné se informovat na hygienické stanici na složení a rozbor vody v dané lokalitě. Je třeba pozorovat barvu vody, vytékající z kohoutku. Obecně rozšířený mýtus je, že bílá barva vody je způsobena vysokým obsahem chloru. Za mléčné zabarvení vody však může vzduch rozpuštěný ve vodě. To se objevuje po opravách vodovodního potrubí nebo při kontaktu studené vody s teplejšími rozvody. Reza-vou barvu vody mohou pak způsobit oxidy železa, které vznikají korozí stěn vodovodního potrubí. Tyto oxidy železa nejsou zdraví škodlivé a tak v obou případech stačí nechat vodu jen odtéct.

Chlor se do vody přidává na zabránění množení zárodků bakterií ve vodovodních sítích. Působí tedy jako dezinfekční prostředek. Voda opouští úpravnu vody ve výborné mikrobiologické kvalitě, a aby tato kvalita byla zachována až k vašemu kohoutku, je nezbytné do upravené vody přidat chlor.

Abychom zmírnili vliv chloru na chuť a vůni pitné vody, můžeme provést tato opatření:

- 1) před konzumací nechte vodu několik minut odstát
- 2) přidejte do vody několik kostek ledu nebo několik kapek citronu
- 3) uchovávejte vodu ve skleněných lahvích v chladničce maximálně 24 hodin
- 4) vodu je možno před konzumací krátce zahřát a poté nechat zchladit, existují již rychlovarné konvice s programem odstranění chloru povařením vody
- 5) v lokalitách, kde se voda příliš chloruje, se doporučuje používat speciální filtry na vodu, které se dají přidělat ke kohoutku i ke sprše.

Vodárenské společnosti v České republice se snaží snížit obsah přidaného chloru na nezbytné minimum. Na všech úpravnách vody dochází k filtraci přes granulované aktivní uhlí a to zajistí odstranění organických chemických látek a části bakterií a virů.

Velké množství chloru v pitné vodě je totiž pro naše zdraví nebezpečné. Podporuje totiž usazování tukových částic v našich cévách.

Tak co tedy po celý den pít?

Doporučuje se asi 1 až 1,5 litru pitné vody a zbytek pitného režimu doplnit čaji, nejlépe zeleným nebo bylinkovými například z jahodníku, maliníku a ostružiníku a slabě mineralizovanými minerálními vodami. Nejlepší zásaditá je voda Evian a velmi dobře chutnají také Rajec a Toma.

Můžete říct, že Vám obyčejná pitná voda z kohoutku nechutná. Pak je dobré ji vhodným způsobem upravit a dochutit.

Zde uvádím některé tipy jak na to:

Citronová voda

Na 2 dcl vody přidat 1 čajovou lžičku citronové šťávy.

Octová voda

Na 2 dcl vody přidat 1 čajovou lžičku jablečného octa.

Je to výborná varianta na detoxikaci a odstranění plísni z těla. Ale popíjejte ji pouze krátkodobě - maximálně 10 dní.



Meduňková nebo mátová voda

Hrst meduňky nebo máty dáme do skleněného džbánu a zalijeme vodou, můžeme přidat plátek citronu a kostky ledu.

Okurková voda

Plátky okurky dáme do skleněného džbánu a zalijeme vodou, přidáme kostky ledu. Je to výborná osvěžující limonáda v parném létě.



Krystalová voda

Na dno skleněného džbánu dáme předem očištěné kameny:

- ♦ Křišťál - podporuje krevní oběh
- ♦ Ametyst - detoxikuje a zklidňuje
- ♦ Růženín - podporuje srdeční činnost
- ♦ Sodalit - aktivuje logické myšlení
- ♦ Žlutý a oranžový kalcit - zlepšuje trávení a zpevňuje kosti
- ♦ Zelený aventurín - posiluje zrak a imunitu

Krystalová voda má skvělou chuť, dodá vám energii a také doplní důležité minerály v přírodní podobě. Také samozřejmě podpoří detoxikaci všech důležitých orgánů. A ještě malý bonus pro dámy a ekzematiky: je vhodná také na obličej jako **pleťová voda**.

Lenka Zemanová

Čajovna U sv. Mikuláše

Kde nás najdete?

Beneš z Loun 321
Louny
440 01

Sklepní prostory pod lékárnou
U sv. Mikuláše na Mírovém náměstí.

Po - pá: 10:00 - 17:30

So (jen během trhů): 9:00 - 11:00

Telefon: 415 652 164

E-mail: cajovna@arsys.cz

Facebook: Čajovna U sv. Mikuláše

VÍCE INFORMACÍ NA:

WWW.CAJOVNAMIKULAS.CZ

ŠTASTNÍ LIDÉ, KTERÍ DOVEDOU VIDĚT
KRÁSU V MÍSTECH VŠEDNÍCH, KDE
JINÍ NEVIDÍ NIC. VŠECHNO JE
KRÁSNÉ, DŮLEŽITÉ JE JEN UMĚT TO
VNÍMAT.

Tak a teď jste na poslední stránce tohoto „časopisu“.

Přes všechny ty informace o čajích, bylinkách, kamenech... pořád jedna chybí. Ta o čajovně. Takže...

Jméno: Čajovna U svatého Mikuláše

Co nabízíme: přes 40 druhů kvalitních čajů, výbornou čokoládu, kvalitní moravské víno, skvělou kávu, nejrůznější mňamky, vodní dýmku; čaje a kameny a čajové náčiní a jiné nezbytnosti na prodej

Pro koho jsem: pro nekuřáky cigaret, pro kuřáky vodní dýmky, pro mladé a naivní, ale i pro životem zkušené

Z čeho mám radost: ze zajímavých přednášek léčitelů, z dechberoucích koncertů a z obrazů nejrůznějších autorů

Každá návštěva mně a čajovníkům udělá radost! :)



STAŇTE SE FANOUŠKY
NAŠICH
FACEBOOKOVÝCH
STRÁNEK A DOZVÍTE
SE VŠECHNY NOVINKY
JAKO PRVNÍ!
A NAVÍC DALŠÍ
INFORMACE ZE
ZÁKULISÍ ČAJOVNY :-)

/CAJOVNAUSVMIKULASE

Na tomto čísle spolupracovali:

texty: Lenka Zemanová, Kateřina Zemanová, Hana Jánská

Fotografie: wikipedia.cz, archiv, Kateřina Zemanová, Jiří Zeman, Soňa Kernerová, Hana Jánská, archiv Milana Vašíčka

A JAK JE NA TOM LOUNSKÁ VODA?

Přikládáme část rozboru **lounské pitné vody**, který dokazuje opravdu velkou kvalitu místní vody.

Jedině tvrdost je nevyhovující, ale to je u nás v Lounech všeobecně známo, že naše voda je **měkká**, obsahuje málo hořčíku a vápníku, který doporučujeme přidávat formou tablet.

Rozbor lounské vody provedený dne 22.2.2016:

	MIKROBIOLOGICKÉ	LIMIT
Escherichia coli	0	0
Koliformní bakterie	0	0
	FYZIKÁLNÍ PARAMETRY	LIMIT
pH	7,9	6,5 - 9,5
Tvrdost	0,759 (nevyhovuje)	2 - 3,5
	ANORGANICKÉ PARAMETRY	LIMIT
Chloridy	5,67	100
Dusitany	0,04	0,5
	CELKOVÉ KOVY	LIMIT
Fe (železo)	0,0258	0,2
Pb (olovo)	0,0050	10
Ni (nikl)	0,0020	20

