

MAGAZÍN
SPOLOČNOSTI
KINEKUS
ČÍSLO 12
JESEŇ

jesenná pohoda

Vychutnajte si **ČARO JESENE**

- › PREDSTAVENIE PREVÁDZKY KINEKUS PÚCHOV
- › AKO SPRÁVNE SKLADOVAŤ OVOCIE A ZELENINU
- › KINEKUS OSLAVOVAL 25 ROKOV



UŽ 25
ROKOV
VÁM
DODÁVAME
ČO
POTREBUJETE

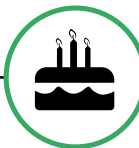
2018

Plánované dokončenie nového distribučného centra pre ešte lepšie vybavovanie zákazníkov.



2016

Kinekus oslavuje už 25 rokov nepretržitého rastu.



2010-2015

Otvorenie franchisových prevádzok v Prievidzi, Púchove, Martine, Košiciach a Poprade.



2009

Vytvorenie franchisového konceptu domácich potrieb.



2008

Vybudovanie distribučného centra Kinekus na Rosinskej ceste v Žiline.



2003-2008

Otvorenie ďalších vlastných maloobchodov v Bratislave, Trenčíne a Ružomberku.



2001

Otvorenie prvého supermarketu domácich potrieb na Slovensku na ploche 800 m². V Žiline na Kamennej 4.



1998

Prerástli sme predchádzajúci sklad a presťahovali sa do väčších priestorov na Kamennú ulicu.



1996

Vznik prvej maloobchodnej predajne v Žiline - Železiarstvo u Jana na Hurbanovej ulici.



1994

Presťahovanie skladu do Žiliny na Kragujevskú ulicu.



1992

Otvorenie predajne a veľkoobchodu domácich potrieb Kinekus v Rudine.



1991

Výroba drevených hračiek.



1980

Sen 14-ročného chlapca o vlastnej firme





OBSAH

- 04 **PREDSTAVUJEME**
KINEKUS PÚCHOV
- 08 **ZÁHRADA**
AKO SPRACOVAŤ OVOCIE A ZELENINU
- 10 **VYKUROVANIE**
- 14 **RECEPTY**
CHUTNÉ PLODY JESENE
- 15 **ŽIVOT PO PRÁCI**
- 17 **RADY DO DIELNE**
VYBERÁME ELEKTROCENTRÁLU
- 18 **KUCHYŇA**
ORECHY
- 20 **ZO ŽIVOTA FIRMY**
KDE DOVOLENKOVALI KINEKUSÁCI?
- 22 **PRE DETI**
- 23 **TIPY NA VÝLET**
POKLAD NA VÝCHODE
- 24 **ZÁHRADA**
DAŽĎOVÁ VODA
- 26 **KRÍŽOVKA**

K MAGAZÍN ČÍSLO 12 - JESEŇ

VYDAVATEĽ A REDAKCIA: KINEKUS, s. r. o., Rosinská cesta 13, 010 08 Žilina

LAYOUT: studio JAM Praha, PART agency, a. s.

GRAFICKÉ SPRACOVANIE: Ing. Miroslav Slovaček

VYCHÁDZA: september 2016, **MIESTO VYDANIA:** Žilina

EVIDENCIA: MK ČRE 18345. Prípadné zmeny cien a tlačové chyby vyhradené.

Milí priatelia,

je to výnimočný okamih, že sa vám môžem prihovoriť pri príležitosti 25. výročia založenia KINEKUSu. Táto chvíľa je vhodná na bilancovanie uplynulých rokov a obzretie sa až na úplné začiatky, čo sme vykonali, čo bolo dobré a čo zlé.

Média radi píšú o kauzách, podvodoch a zločinoch. Ešte radšej relativizujú, prekrúcajú, ututľávajú a vyháňajú sa pravdivému pomenovaniu činov, ktoré by mali byť jednoznačne odsúdené. Tým deformujú svedomie ľudí a vytvárajú v ich mysliach chaos. Osobne som presvedčený, že takto sa dobré výsledky a dlhodobá perspektíva nedajú dosiahnuť. Nechcem však moralizovať, alebo tvrdiť, že ja som nikdy chybu neurobil. Bolo ich neúrekom, aj ako firma sme často urobili nesprávne rozhodnutia. Nikdy sa ale nechceme spreneveriť základnej myšlienke: **Chceme slúžiť a neustále pracovať na tom, aby zákazníci boli u nás spokojní, aby vyhľadávali naše výrobky a služby, a ďalej ich odporúčali.** O tom, že sa nám to darí, svedčí azda aj naša 25-ročná história a výsledky, ktoré sme dosiahli. Hodnotiť však nemôžeme my, ale naši zákazníci a dodávatelia.

Často sa ma ľudia pýtajú, čo by som urobil inak, ktorých chýb by som sa vyvaroval...vtedy naozaj musím pokorne odpovedať, že vďaka Bohu sme všetko dokázali uštváť a rozvíjať KINEKUS celých 25 rokov. Samozrejme, chyby boli súčasťou tohto rastu. Ktovie, keby sme ich neurobili, možno by sme urobili nejaké oveľa väčšie, ktoré by nás položili.

*„Všetko má svoj čas a svoju chvíľu každé úsilie pod nebom.
Svoj čas má plakať, svoj čas má smiať sa.
Svoj čas má zarmučiť sa, svoj čas má tancovať.“ (Kaz 3,1.4)*

Preto teraz je ten čas osláviť, smiať sa a tancovať, že sme zvládli všetky ťažkosti a úskalia. Teraz je ten čas poďakovať všetkým vám, našim spolupracovníkom, čitateľom, zákazníkom aj dodávateľom. Ďakujem vám za všetky tie roky, za vynaloženú námahu aj starosti, víťazstvá aj prehry, smútky aj radosti. Bez vás by sme to nedokázali! Pevne verím, že si udržíme vašu priazeň, aby sme sa aj naďalej mohli zlepšovať, dodávať hodnotný tovar a služby, a aby sme vám dokázali stále lepšie slúžiť.

Nech sa páči, začítajte sa do nasledujúcich strán K-magazínu a objavte spolu s nami to dobré ukryté v každom z nás, aby sme každý deň, každý okamih a každú úlohu dokázali prijať ako výzvu pre vlastný rast a obohatenie spoločenstva, v ktorom žijeme.

Ďakujeme vám za nápady, inšpirácie a postrehy, ktoré posielate emailom na kmagazin@kinekus.sk alebo poštou na adresu **KINEKUS, Rosinská cesta 13, 010 08 Žilina**. Všetky čísla K-magazínu si môžete prečítať alebo aj stiahnuť na www.kinekus.sk.

Pevne verím, že vás aj toto číslo K-magazínu trošku obohatí a zahreje na duši.

Kamkoľvek idete, zoberte si so sebou úsmev.



Ing. Štefan Súkeník



„NAJVÄČŠÍ DÔRAZ KLADIEM JEDNOZNAČNE NA DÔVERU!“

Franchisová prevádzka v Púchove zažila toho za 5 rokov svojej existencie celkom dosť. Nielen o veľkých premenách, budovaní dôvery a kamarátskych vzťahoch na pracovisku sa dozviete v rozhovore s mladučkou vedúcou predajne - Katarínou Filovou.



KATARÍNA
FILOVÁ

KEDY STE SA PO PRVÝ KRÁT STRETLI S KINEKUSOM A AKO SA VAŠE CESTY SPOJILI?

Moje prvé stretnutie s KiNEKUSom bolo asi pred 6 rokmi v Žiline. Máme doma záhradku, a preto nás ponúkaný sortiment veľmi zaujal. No a potom prišla ponuka stať sa vedúcou predajne v Púchove. Túto výzvu som prijala a vôbec neľutujem. 10.10.2016 to bude už 5 rokov.

PREDAJŇA V PÚCHOVE PREŠLA VEĽKÝMI ZMENAMI, KÝM SA PREPRACOVALA DO DNEŠNEJ PODOBY. MÔŽETE NÁM PRIBLÍŽIŤ JEJ VÝVOJ?

Pamätám si, akoby to bolo dnes, keď sme sa s kolegami prišli pozrieť na priestory - prázdne miesto, kde nebolo vôbec nič. O to viac sme po pár mesiacoch, na otvorení predajne, boli na seba pyšní, pretože každá jedna vec, ktorá sa v obchodíku nachádzala, prešla našimi rukami. Najskôr sme si museli poskladať regály, prebrať tovar, vyložiť ho a pripraviť všetko tak, aby sa zákazníkom u nás páčilo.

Po roku a pol od otvorenia sme začali „vyplakávať“, že máme málo miesta a chceme väčší priestor. To všetko sa nám podarilo vybojovať a zrazu sme boli väčší a spokojnejší :) . Prešli ale ďalšie dva roky a nám stále nestačilo, chceli sme

predsa ponúknuť našim zákazníkom čo najväčší výber tovaru... Delili sme sa o priestor s elektrom, ale rozdeľovala nás vlastne iba sadrokartónová priečka. Síce to nebolo jednoduché, no onedlho tam sadrokartónová priečka už nebola, a takisto ani spomínané elektro. Zostal už len krásny holý priestor pre naše nápady. Tak sme sa pustili do ďalšej a najväčšej prerábky - využili sme každý jeden m² plochy, búrali sme všetko, čo sa dalo, len nech je plocha čo najväčšia. Podarilo sa. Dokonca nám pribudlo aj poschodie, kde môžu naši zákazníci relaxovať pri vyberaní záhradného nábytku.

> KINEKUS PÚCHOV



AKO BY STE CHARAKTERIZOVALI VÁS „KINEKUSÁCKY“ TÍM?

Sme hlavne jeden tím! Jadro máme rovnaké už 5 rokov, plus pribudli k nám nové kolegyne. Začínali sme 8, teraz nás je 13. Nerozlišujeme striktné, že niekto je predavač a niekto vedúci, sme jeden kolektív! Veľakrát sa stane, že ja skončím v pokladni alebo skladám hojdačku a pán Košecký (druhý vedúci predajne) zase predáva sporák. Keď treba, robíme všetci všetko. Na každého jedného zamestnanca sa môžem kedykoľvek v mojej neprítomnosti spoľahnúť.

Zachovávame si aj pekný zvyk - každé meniny a narodeniny oslavujeme spolu. Oslávenec prinesie koláč, pripijeme si, kúpime malý darček.

„VZŤAH SO ZÁKAZNÍKOM BUDE IBA TAKÝ PEKNÝ, AKÝ HO BUDETE MAŤ SO SVOJÍM ZAMESTNANCOM.“

PRÁCA S ĽUĎMI JE NÁROČNÁ, ALE AK JE KOLEKTÍV DOBRE VEDENÝ A MOTIVOVANÝ, JE V ŇOM RADOSŤ PRACOVAŤ. NA ČO KLADIETE DÔRAZ VO SVOJEJ FUNKCII VEDÚCEJ PREDAJNE?

Myslím si, že aj keď som vedúcou predajne, je to iba pracovná pozícia, ktorá je uvedená na papieri... Som u nás na predajni najmladším „článkom“ a mnohí zamestnanci by mi mohli byť rodičmi. Zo začiatku to nebolo jednoduché, mala som obavy, a asi ani oni si nevedeli predstaviť, že ich bude riadiť 25-ročná slečna. Predsa len, ich skúsenosti sa s mojimi ani

nedali porovnávať, keďže toho mali za sebou omnoho viac.

Začiatky sú vždy ťažké, a také boli aj naše prvé mesiace. Postupne sme si našli spoločnú cestu, ktorou chceme kráčať. Stali sa z nás kamaráti, ktorí si aj vo voľnom čase vyrazia spolu na chatu, uvaria guláš, dajú si slivovičku a neriešia len prácu :) Zdieľame spolu veľa vecí, vieme sa porozprávať, ale hlavne sa rešpektujeme a vážime si jeden druhého navzájom. Nemusím celé dni za nimi chodiť a hovoriť im, čo majú robiť. Každý jeden z nich to vie veľmi dobre aj sám. Niekedy sa zastavím a len tak ich potichu pozorujem... Je krásne vidieť a vedieť, že oni sú tým dôvodom, vďaka ktorému vyzerá náš obchod tak, ako vyzerá. Každý jeden z nich sa stal obrovskou súčasťou KINEKUSu Púchov.

Bolo by odo mňa veľmi sebecké, keby som tvrdila, že toto všetko je iba mojou zásluhou. Od začiatku mám pri sebe výborného kolegu, druhého vedúceho obchodu, pána Košeckého, ktorý má veľký podiel na všetkom, čo sme tu spolu vybudovali.

Takže najväčší dôraz kladiem jednoznačne na dôveru! Verím svojim ľuďom, verím, že všetko, čo robia, je preto, aby bol zákazník spokojný - a to je na celom obchode najdôležitejšie.

MNOHÍ OBCHODNÍCI POVAŽUJÚ ZA NAJDÔLEŽITEJŠIE BUDOVANIE VZŤAHU SO ZÁKAZNÍKMI. AKÝM SPÔSOBOM SI ICH ZÍSKAVATE VY?

Nedávno som absolvovala jedno krásne školenie so špičkovým medzinárodným lektorom pánom Mariánom Kolenikom. Okrem mnohých múdrych a pravdivých myšlienok, povedal jednu, ktorá mi stále znie v ušiach: „Vzťah so zákazníkom bude iba taký pekný, aký ho budete mať so svojím zamestnancom!“

Ľudia sú rôzni, zákazníci tiež...Nikdy nedosiahneme, aby bol každý zákazník spokojný, vždy sa nájde nespokojný jedinec. Ale u nás sú vítaní aj takí, pretože každý jeden nás naučí niečo nové. Snažíme sa ku každému pristupovať osobitne a páči sa nám, že veľa zákazníkov nás pozná po mene, vieme sa s nimi aj porozprávať, aj im poradiť.

VÄČŠINU SVOJHO ŽIVOTA TRÁVIME PRÁVE V PRÁCI, ALE VEĽA ĽUDÍ VÔBEC NEROBÍ TO, ČO ICH BAVÍ A NAPŔŔA. AKO JE TO S VAMI?

Svoju prácu mám veľmi rada. Páči sa mi na nej, že každý deň sa deje niečo nové. Nikdy neviem, čo ma tam bude čakať... Mám nad sebou dvoch šéfov, a takú dôveru, akú oni vkladajú do mňa, sa ja snažím vkladať do mojich zamestnancov.

A NA ZÁVER „ODDYCHOVÁ“ OTÁZKA AKO RELAXUJETE? MÁTE NEJAKÉ KONÍČKY A ZÁLUBY, KTORÝM SA VO VOĽNOM ČASE AKTÍVNE VENUJETE?

Neviem relaxovať tak, že si ľahnem a spím, aj keď niekedy ma aj to premôže :) Som veľmi aktívny typ človeka, každý deň si nájdem čas na nejaký šport, či už je to bicykel, crossfit alebo v zime lyže... Milujem prírodu, a tak aj v nej trávim veľa času. Okrem toho vypnem vždy v spoločnosti priateľov, napr. na grilovačkách. ▶

KINEKUS PÚCHOV

Okružná 1746/74, 020 01

Tel: 042 471 03 03

E-mail: info.pu@kinekus.sk

Otváracie hodiny

pondelok - piatok: 7:00 - 18:00

sobota: 8:00 - 12:00

▶ KINEKUS PÚCHOV





„ODMENOU JE, KEĎ SA K NÁM ZÁKAZNÍK VRÁTI.“

Vyspovedali sme pre vás aj druhého vedúceho a časť ženského osadenstva púchovskej predajne. Chcete vedieť, čo ich na práci najviac baví? Alebo ste zvedaví, ako oddychujú? Začítajte sa a dozviete sa ešte viac.



**JÚLIUS KOŠECKÝ,
VEDÚCI PREDAJNE (37)**

Práca s ľuďmi je niekedy náročná, ale keď sa obe strany snažia pochopiť tú druhú, dokážu nájsť východisko z každého problému. Myslím si, že sme pre náš obchod našli tých správnych ľudí – každý svojou troškou prispieva k celkovým výsledkom a úspechom. Veľmi si na našich zamestnancoch vážim, že sa dokážu zákazníkom venovať s úsmevom, nech sa deje čokoľvek a vždy im ochotne poradia. Aj rozčúleného zákazníka upokojí úsmev a ochota. Zažil som to na vlastnej koži, keď prišiel nepríjemne naladený pán, že sme mu predali „nekompletný“ postrekovač. Bez trysiek, pištole a hadice sa s ním predsa nedá pracovať! Keď som mu ukázal, že stačí odšróbovať veko a všetko potrebné nájde vo vnútri, chytil sa za hlavu a spolu sme sa schuti zasmiali. Postrekovač som mu zmontoval a ospravedlnil sa, že sa musel kvôli tomu prehnat až k nám do predajne.

Práca v obchode si vyžaduje viac ako len 8 hodín denne. Niekedy ma zastihne aj na dovolenke, občas sa mi o nej i sníva :) Na koničky mi teda veľa času nezostáva. V nedeľu sa snažím čo najviac venovať rodine, ktorej vďačím za to, že ma podporuje, keď mám za sebou náročný pracovný týždeň.



RENÁTKA (48)

Pracujem tu už 5 rokov, teda od otvorenia. Začiatky boli ťažké - noví ľudia, široký sortiment. Ale dnes sme už zohratý tím, môžem sa spoľahnúť na vedúcich i na svojich kolegov. Najviac ma baví, keď od nás odchádza zákazník s plným vozíkom. Odmenou je, keď sa k nám zákazník vráti. Myslím, že mojím prínosom do obchodu sú moje skúsenosti a prax v oblasti predaja a komunikácie, či už so zákazníkom, alebo dodávateľmi. Práca v obchode nie je jednotvárna, každý deň prichádzajú noví, ale aj stáli zákazníci, ktorí potrebujú individuálny prístup. Po práci si vždy nájdem čas na prechádzky v prírode, stretnutia s priateľmi a rodinou.



IVETKA (45)

Do Kinekusu som nastúpila pred pol rokom. Začínalo sa mi trochu ťažšie, pretože som si po 17 rokoch zvykala na nový kolektív, ale vďaka super ľuďom som rýchlo zapadla. Už ako malá som hovorila, že budem robiť v obchode, a to sa mi aj splnilo. Čo je mojím prínosom pre firmu? Asi moje skúsenosti, veď 17 rokov som pracovala v obchode s podobným sortimentom, mám prehľad o tovare a rada zákazníkovi s čímkoľvek

poradím. Heslom sa neriadim žiadnym, na zákazníka treba byť jednoducho milý a usmiaty, počúvať ho a snažiť sa mu pomôcť. Pre mňa je oddych, keď som s rodinou na chalupe a chodíme na prechádzky do lesa.



ERIKA (47)

V predajni Kinekus pracujem od jej otvorenia na pozícii predavačka/pokladníčka, je to už 5 rokov.

Na práci má baví najmä široký sortiment tovaru a práca so zákazníkom. V obchode pracujem už 30 rokov, mám skúsenosti s rôznym sortimentom - elektro, papierníctvo, potravinu. Som veľmi rada, keď zákazníci odchádzajú z predajne spokojní. Snažím sa im pomôcť, poradiť alebo prídeme na riešenie spoločnými silami. Vo voľnom čase sa venujem športu, tancovaniu a kreatívnemu tvoreniu. <



skveler®

skvelé veci za rozumnú cenu



do kuchynky

aj do dielne



Magnetický držiak

na náradie, nože, dĺžka 50 cm, možnosť pripojenia ďalších držiakov



Mlynček

na strúhanku

+ sada 5 bubnov

kovový, sada obsahuje 5 bubnov: na zeleninu, zemiaky, orechy, uhorky, strúhanku



novinka dostupné v novembri 2016

na kempovanie



do garáže



do dielne



do domácnosti



praktický magnet

HLAVNÝ BOČNÝ REFLEKTOR



1x COB LED



4 HODINY



280 LUMENOV



SMEROVÉ SVIETIDLO



5x LED



30 HODIN



125 LUMENOV



Multifunkčná lampa

LED, nabíjateľná, s bočným reflektorom a smerovým svetidlom, možnosť použiť ako externú nabíjačku, praktický magnet na uchytenie



možnosť použiť ako nabíjačku



Noša

na drevo BASIC

kovová, výška 42 cm, rozmery vxšxh 42x48x38 cm



Krbové náradie MODERNA

kovové s nerezovými úchytkami, 4-dielne + stojan, lopatka, metlička, kutáč, kliešte, výška 65 cm

Viacúčelový vysávač

KL1202A

vhodný na mokré aj suché vysávanie + funkcia fúkania + externá elektrická zásuvka na pripojenie elektrického náradia, výkon 1200 W, nerezová nádoba 20 l, sacia hadica 1,5 m, kábel 4,5 m, na praktických kolieskach, textilný filter + HEPA filter, 3 hubice



externá zásuvka



hubky



textilný filter



HEPA filter



príslušenstvo



praktické kolieska



Sušiač na bielizeň FILIP

ocelový, ošetrený odolnou práškovou farbou, celková dĺžka šnúr 35 m, rozmery zložený/rozložený 173x70x4 cm/173x70x65 cm, kvalitné prevedenie, moderný dizajn

ideálny na sušenie košiel



Sušiač na bielizeň BRUNO

ocelový, ošetrený odolnou práškovou farbou, celková dĺžka šnúr 13,5 m, kvalitné prevedenie, moderný dizajn, ihneď použiteľný - bez nutnosti montáže



Arko

SKLADOVAŤ OVOCIE A ZELENINU?

Už od pradávna sa ľudia snažili uchovávať potraviny tak, aby vydržali čo najdlhšie. Tento dobrý zvyk sa zachoval dodnes.

Ved' ak si s láskou v záhradkách niečo vypestujeme, sme radi, keď tieto plody našej práce môžeme konzumovať počas celého roka, alebo aspoň čo najdlhšie.

Najbežnejším spôsobom uchovávania potravín v našich domácnostiach je zaváranie. Je to tepelná konzervácia ovocia, zeleniny či iných pochutín. Pohár, ktorý je tesne uzavretý viečkom, ohrievame na teplotu minimálne 85°C. Doba sterilizácie závisí od druhu plodov, jeho zrelosti, či je poleňé alebo v celku, ale aj od veľkosti pohárov.

OSVEDČENÉ TIPY PRE CIBULOVINY

Zeleninu je možné uchovávať a skladovať pomocou rôznych nálevov v pohároch, sudoch či iných nádobách. Napríklad cesnak je možné skladovať rôznymi spôsobmi. Pozberaný nepaličák je vhodné nechať preschnúť, očistiť od nečistôt tak, aby sme neporušili obalové vrstvy a nezostala zaschnutá zemina na

hlávkach. Odstránime korene a spravíme tzv. viazaničky alebo vrkoče. Tie sú známe i pri skladovaní cibule. Po zbere cesnaku a cibule je vhodné nerobiť akékoľvek rezy, nakoľko sú vstupnou bránou pre choroby a škodcov (pri správnom preschnutí môžeme aj korene len odlomiť či „vytočiť“). Takto uskladnený cesnak vydrží zavesený vo vzdušnej miestnosti pomerne dlho, niekedy aj do novej úrody. Priestor, kde cibuľoviny uskladňujeme by mal byť suchý, s teplotou do 10°C aj v zime. Cesnak paličák po zbere taktiež necháme preschnúť, a potom očistíme všetky nečistoty a listy (nešúpeme, len ich odstrihneme). Ak by sme neodstránili zoschnuté listy, tak sa nám v pazuchách listov udrží nečistota. Takto upravený skrátime približne na 50 cm dlhé palice, kto-

ré zviažeme a cesnak zavesíme dolu hlávkami. Mne sa osvedčilo, ak cesnak a cibuľu ponechám vonku pod strechou až do predpovede prvých mrazov. Potom ho zavesím do vnútra.

Ak máme poškodený cesnak a už po zbere vieme, že by uskladnený nevydržal, môžeme ho očistiť a rozmixovať so soľou (5-10 %) a olejom (10 %). Takáto cesnaková pasta vydrží v chladničke aj 3 mesiace. Použiť ju môžeme v studenej i teplej kuchyni. Ďalšou možnosťou je naloženie očistených strúčikov v rôznych korených nálevoch, octe, oleji, ale i v mede na liečivé účely. Skúšali sme aj uskladnenie v alkohole, ale to neodporúčam – cesnak svoju arómu v alkohole zmenil a účinok oboch látok sa znásobil - ako liek bol nepoužiteľný.



K cibulovej zelenine patrí i pór. Tento môžeme ponechať na hriadkach. Od zamrznutia ho ochráni buď vysoká vrstva snehovej prikrývky, alebo ho môžeme prikryť slamou.

ČO ROBIŤ S PLODOVOU ZELENINOU?

Plodová zelenina, ako je napríklad tekvica, dobre dozretá cuketa či patizón, by sa mala skladovať v teplom a suchom prostredí. Naši starí rodičia skladovali tekvice pod posteľami, pretože ich mali umiestnené v hlavnej izbe s pecou. V žiadnom prípade nie je vhodné nechávať tieto plody v studenej miestnosti.

Skladovanie uhoriek a papriek je vhodné iba krátkodobu. Taktiež rajčiny nie je vhodné dlhodobo skladovať. Tie po zbere nedávame do chladničky, ale je dobré ich rozložiť na suchú podložku pri izbovej teplote. Spracovať tieto tri plodiny môžeme do kečupov, šalátov, na pretlak, lečo či do iných príloh.



je vhodné jeho stav pravidelne sledovať.

POZOR NA HLÁVKY A HLUZY

Kapusta neskorá sa skladuje iba v hlávkach, pričom treba ponechať aj očistený koreň.

V suchu, v dobre vzdušnej miestnosti vydrží pomerne dlho, ale len ak sú korene čisté a hlávka položená v nádobe hore koreňom. Najlepšie na mäkkej podložke, aby sa neotlačila. Zimu dobre znáša aj ružičkový kel, ktorý môžeme ponechať na poli.

Zemiaky skladujeme v debničkách, prebraté od poškodených, v chladnej miestnosti. Teplota nesmie klesnúť pod nulu, pretože mráz zemiakom škodí (osladnú). Miestnosť musí byť tmavá, aby zemiaky nezačali zelenieť. Tento neželaný efekt je nevhodný najmä zo zdravotného hľadiska (vysoký obsah solanínu). Tam, kde sú uskladnené zemiaky, nikdy neskladujeme aj ovocie, poškodila by sa jeho chuť.

OSLAĎME SI ŽIVOT AJ V ZIME

Z ovocia sú najvhodnejšie na skladovanie zimné odrody jabĺk a hrušiek. Ovocie samozrejme poctivo preberieme a skladujeme len zdravé a nepoškodené plody. Veľmi dôležité je, aby na plodoch zostali aj stopky. Ukladáme stopkou hore na mäkkú podložku (mäkký papier) do suchých plytkých debničiek. Vhodná teplota je v rozmedzí 6-8°C, na jar a jeseň ešte menej. Nezabúdajme na pomalé vetranie.

Dula sa dá skladovať tiež, síce sa v prevažnej miere hneď spracováva. Staré mamy ju dávali do skríň, aby krásne prevoňala bielizeň, takto sa však nedá dlho skladovať.

Pred samotným zberom a skladovaním je potrebné myslieť na to, že len zdravé a správne vyživené plody nám vydržia v skladovacích priestoroch dlho. Priestory musia byť čisté a dezinfikované po predošlej úrode. Skladované plody, či už ovocie alebo zeleninu je nutné pravidelne kontrolovať a napadnuté kusy odstraňovať. Uskladnené plody stále dozrievajú či dýchajú, preto sa v niektorých prípadoch môže ich kvalita či chuť meniť. Napríklad, niektoré jablčné odrody získajú dobrú chuť až po určitom čase skladovania.

So svojimi cennými skúsenosťami a vedomosťami sa s nami podelila pani **Martina Laliková** z Hliníka nad Váhom. Záhrady sú pre ňu nielen koníčkom, ale aj živobytím. Jej spoločnosť **Lalima** sa zaoberá projekčnými, realizačnými prácami, a tiež poradenstvom v oblasti záhradníctva. ◀

NIKTORÉ JABLČNÉ ODRODY ZÍSKAJÚ DOBRÚ CHUŤ AŽ PO URČITOM ČASE SKLADOVANIA.

DÔLEŽITÁ JE VLHKOSŤ

Koreňovú zeleninu ako repu či červenú repu je možné skladovať v miestnosti s dobrým prúdením vzduchu. Vyčistíme ju od nečistôt a zbavíme listov aj so stopkami - ponecháme len malé srdiečkové listy. Podstatné je, aby sa v miestnosti udržovala vysoká vzdušná vlhkosť. Takto sa dá skladovať aj kaleráb, ktorý patrí medzi hlúbovú zeleninu.

Ostatnú koreňovú zeleninu, teda mrkvu, petržlen, pastrnák či zeler, necháme po vybratí z pôdy na hriadkach osušiť, odstránime zeminu a vykrútime vrchnú listovú časť. Zachováme iba malé najmladšie listy. Opäť sa treba vyhýbať akémukoľvek rezu. Takto usušenú zeleninu pozorne preberieme, aby sa skladovali len tie najzdravšie kusy. Zeleninu skladujeme v pivniciach, bez akéhokoľvek vykurovania, najlepšie so vzdušnou vlhkosťou min. 50 %. Nie je vhodná teplota pod bodom mrazu, ale okolo 0°C. Skladovať môžeme v nádobách s mokrymi pilinami či pieskom tak, aby bola zelenina ponorená aspoň do 2/3. Najmä zeler je zelenina, ktorá rýchlo stráca vodu, preto



ZÁHRADNÝ VOZÍK



OBERAČ NA JABLKÁ



PLASTOVÁ PREPRAVKA



DREVENÝ REBRÍK

CHRÁŇME PRÍRODU VYUŽÍVANÍM OBNOVITELNÝCH ZDROJOV ENERGIE

Drevo bolo používané ako zdroj energie pre vykurovanie a prípravu jedla už od praveku. Považuje sa za neutrálny nosič energie, keďže pri jeho využívaní sa uvoľní minimálne množstvo CO₂, pričom približne rovnaké množstvo spotrebujú stromy v procese fotosyntézy.

Dnešné moderné kachle alebo sporáky majú oproti starým modelom podstatne vyššiu účinnosť a dokážu vyprodukovať rovnaké množstvo tepla pri menšej spotrebe dreva. Okrem funkcie tepelného spotrebiča sú navrhované aj ako štýlový doplnok do domu, preto sú dostupné v množstve rôznych tvarov a farieb. Niektoré modely majú obloženie z kameňa, ktorý postupne akumuluje tepelnú energiu a vyžaruje príjemné sálavé teplo ešte dlhé hodiny po vyhásnutí.

V súčasnosti sa čoraz väčšej obľube tešia pelety. Sú vyrobené dreveným a zhustením odpadového dreva, ako sú piliny a zvyšky z lesného hospodárstva (drevené biomasy). Majú valcovitý tvar a sú bez chemických prísad, teda

úplne neškodné pre ľudské zdravie. Vzhľadom na nízke percento vlhkosti majú vysokú energetickú hodnotu. Používajú sa v automatizovaných vykurovacích systémoch a pri spaľovaní produkujú veľmi malé množstvo popola. Výraznou výhodou peliet sú aj nenáročné priestorové požiadavky na uskladnenie. Drevené pelety



sú čisté a prírodné palivo, klasifikované ako obnoviteľný zdroj energie, a preto veľmi šetrné k životnému prostrediu. Popol z drevených peliet je výborným minerálnym hnojivom pre trávnik i záhradu.

Výrobky, ktoré ako palivo spotrebúvajú pelety, predstavujú z ekologického a technického hľadiska najvhodnejšie, najefektívnejšie



Kachle **LUCA**

Moderné a pohodlné riešenie vášho vykurovania - kachle s programovanou prevádzkou.

a najdokonalejšie riešenie vykurovania. Vo väčšine takýchto vykurovacích telies sú všetky prevádzkové procesy automatické a regulované pomocou modernej elektroniky vstavanej do produktu. Týmto spôsobom je zabezpečená vysoká úroveň účinnosti spaľovania, udržiavanie konštantnej teploty, a teda energetické



VYKUROVANIE DREVOM POMÁHA ZACHOVÁVAŤ KOLOBEH ŽIVOTA

straty sú minimálne. K dispozícii je aj displej, prostredníctvom ktorého je možné zadať požadované parametre a celý proces spaľovania monitorovať.

Pelety sa zo zásobníka automaticky extrahujú redukčným motorom a sú privádzané do ohniska v spaľovacej komore. Pelety sa zapália ohriatym vzduchom. Vzduch privádza do ohniska ventilátor, ktorý zároveň odvádza dym cez dymovody a komín do ovzdušia. Rovnaký ventilátor nasáva vzduch z miestnosti (ktorá musí byť vybavená vetracou šachtou). Ventilátor pri tom pracuje veľmi ticho, prakticky bez hluku. <



Kotel **COMMO COMPACT**

Spolahlivý kotel s výbornou účinnosťou a pohodlnou obsluhou.

HLAVNÉ VÝHODY PELIET

1. vysoká úroveň využitia energie
2. jednoduchá preprava, použitie a skladovanie
3. pomalšie spaľovanie, minimálne množstvo popola

KÚRENIE NIE JE ŽIADNA VEDA, *stačí vedieť ako na to*



1. SPRÁVNY VÝBER

Pri výbere krbových kachlí sa väčšinou riadime výzorom kachlí. Okrem vzhľadu však nesieme zabudnúť skontrolovať veľkosť ohniska, priemer vývodov, účinnosť či výkon. Orientačne sa uvádza, že 1 kW výkonu vykúri cca 20 m³ vzduchu. Veľkosť ohniska ovplyvňuje to, aké dlhé drevo si budeme musieť pripraviť i ako často budeme prikladať. Pre niektoré ohniská je potrebné krátiť drevo na menej ako 30 cm, v iných nie je problém použiť aj dlhšie ako 50 cm. Účinnosť má vplyv na spotrebu dreva – čím vyššia účinnosť konkrétneho modelu je, tým menej dreva potrebujeme na dosiahnutie rovnakého tepelného výkonu. Pri nákupe krbových kachlí musíme už dopredu myslieť aj na napojenie do komína. Záleží na smerovaní vývodu (hore, vzadu), ale dôležitý je aj priemer vyústenia do dymovodu.

2. SPRÁVNY ŤAH

Pre dôkladné spaľovanie drevnej hmoty je okrem výberu kvalitných a primerane dimenzovaných spotrebičov potrebné dbať aj na adekvátne „výkonný“ komín. Ťah komína výrazne ovplyvňuje horenie, a tým aj výhrevnosť, spotrebu paliva, opotrebenie kachlí a dymovodu, špinenie skla. Pri malom ťahu je horenie spomalené a pridusené. To spôsobuje nižšiu teplotu, zvýšené zanašanie komína a väčšie špinenie skla (ak je ním spotrebič vybavený). Príliš vysoký ťah naopak urýchľuje horenie, a tým zvyšuje spotrebu paliva, vytiahne viac vzduchu z miestnosti a vo zvýšenej miere opotrebováva vykurovacie teleso aj dymovod.

Niekedy pri malom ťahu pomôže rozšírená rada „odborníkov na všetko“, ako je napr. predĺženie komína, hoci u komínov dlhších ako 12 m predĺženie zväčša nemá význam. V prípade zlého ťahu komína je najlepšie obrátiť sa na skúseneho kominára, prípadne revízneho technika komínov, ktorý dokáže kvalifikovane posúdiť zmeny a vykonať nápravu.

3. SPRÁVNE ZAPAĽOVANIE

Komín sa niekedy zbytočne zanaša aj nesprávnym zapaľovaním ohňa. Akýmsi zaužívaným štandardom je, že sa v ohnisku postupne vrství papier, triesky, a až na vrch sa dáva hrubé drevo. Pre lepšie rozhorenie je ale vhodnejší opačný postup. Navyše si tak na dlhšiu dobu zabezpečíme čistejšie sklo dvierok. Na spodok ohniska položíme niekoľko hrubých polien, na ne pár tenších a navrch triesky. Tie zapálime pevným podpaľovačom. Zhora začne horieť malý oheň, ktorý vďaka tomu, že nie je ničím dusený, postupne zohrieva dymovody a komín, čím sa zlepší ťah. Oheň sa pozvoľna prehorí do spodnej vrstvy, a vďaka čistému plameňu nedochádza ani k zadymovaniu skla na dvierkach ohniska.



ALFA PLAM

Bezpečnosť a teplo vo vašej domácnosti

COMMO

MY SA STARÁME O TEPLO VÁŠHO DOMOVA

Spoločnosť Alfa-Plam bola založená v roku 1948 a dnes je jedným z najväčších výrobcov vykurovacích telies v Európe. Továreň so sídlom v Srbsku sa nachádza na pracovnej ploche cca 70.000 m² a zamestnáva vyše 900 pracovníkov. Najmodernejšie zariadenia európskych a medzinárodných výrobcov a dlhoročné skúsenosti prispievajú k vysokej kvalite širokého spektra produktov, o čom svedčia početné ocenenia. Investíciami do ľudských zdrojov, vybavenia a zariadenia sa nepretržite potvrdzuje a posilňuje postavenie spoločnosti na domácom trhu, aj v zahraničí. Ročná výrobná kapacita je okolo 170-tisíc jednotiek, pričom produkty na tuhé palivá a pelety tvoria asi 90 %. Najväčšia časť predaja (viac ako

70 %) sa realizuje na trhoch mimo Srbska, vo viac ako 40 krajinách západnej Európy a sveta.

Ako spoločensky zodpovedná firma, ktorá sa stará o ochranu životného prostredia, je spoločnosť Alfa-Plam zameraná na rozšírenie sortimentu produktov na pelety. Tieto výrobky predstavujú z ekologického a technického hľadiska najvhodnejšie, najúčinnnejšie a najdokonalejšie riešenie kúrenia. Vysoká úroveň automatizácie, univerzálne využitie, nízke emisie a minimálne množstvo popola sú len niektoré z výhod týchto produktov.

V posledných rokoch sa intenzívne pracuje na zavedení nových výrobkov, ale aj na zlepšení dizajnu a funkčnosti už existujúcich. Nákup talianskej značky Calux je strategickým krokom



XILA

pre Alfa-Plam, pretože zahŕňa zavedenie celého spektra výrobkov, ako sú kachle, krby a kotly prémiovej kvality, ktoré sú vďaka svojmu dizajnu jedinečné na európskom trhu.

Už viac ako 8 rokov je KiNEKUS oficiálnym distribútorom produktov spoločnosti Alfa-Plam na slovenský trh.



DORMO



ALFA-PLAM



- *Talijsky dizajn*
- *Nemecká kvalita*
- *Účinne hreje*
- *Perfektne pečie a varí*

DOMINANT 70



ALFA PLAM

www.alfaplam.rs

Jeseň v znamení CHUTNÝCH PLODOV



TEKVICE

Čo je typické pre jeseň? Určite aj tekvice! V záhradkách sa objavujú malé, stredné i veľké, zelené aj žlté, no najčastejšie oranžové. Medzi nimi už často nájdeme aj zdravšiu odrodu hokkaido, ktorá sa k nám dostala z Japonska. Okrem pozitívnych účinkov na zdravie má aj ďalšie výhody – jej konzistencia nie je taká vodnatá ako pri našich pôvodných odrodách, a ani chuť nie je tak rázovite tekvicová, ale jemnejšia. Preto sme si pre vás pripravili recept na chutnú polievku.

Krémová tekvicová polievka

Suroviny:

- 1 stredne veľká tekvica hokkaido (cca 1300 g)
- 2 menšie cibule
- 2 jabĺčka
- 2 zemiaky
- 200 ml smotany na varenie
- 50 g masla
- mleté korenie
- muškátový orech
- soľ



Postup:

Tekvicu, zemiaky a jabĺčka zbavíme šupky a nakrájame na kocky. Ak je tekvica mladá, nemusí sa lúpať, stačí ju dobre umyť. Na masle opražíme cibuľu do sklovita, pridáme nakrájanú tekvicu, jabĺčka, zemiaky a 10 minút restujeme. Prisypeme soľ, trochu mletého korenia a necháme asi 15 minút dusiť (ak tekvica nepustila šťavu, podlejeme cca 1 dl vody). Po dusení dolejeme vodu tak, aby zakryla tekvicu. Povaríme domäkka, prilejeme smotanu a necháme prevrieť. Nastrúhame trochu muškátového orechu a rozmixujeme tyčovým mixérom dohľadka. Polievku servírujeme v miske. Na záver ju môžeme dochutiť tekvicovým olejom alebo kto má rád pikantnosť, nech pridá ešte pár kvapiek tekutého čili.



HUBY

Jeseň je v prípade dobrého počasia vhodná aj na zber rôznych druhov húb. Medzi najčastejšie zbierané patria rôzne druhy hríbov, kozáky, masliaky, pečiariky, od októbra pribúdajú hlivy ustricové, pôvabnice (fialová a dvojfarebná) a s príchodom prvých mrazov plamienky zimné. Mnohé huby majú svoju špecifickú, nezameniteľnú chuť. Môžu sa použiť ako hlavná surovina na prípravu jedla, ale častejšie sa používajú ako doplnková zložka, vďaka ktorej získajú polievky a omáčky svoju neodolateľnú chuť a vôňu. Jedným z osvedčených receptov je staročeská kulajda. Najlepšia je z čerstvých húb, ale dá sa uvariť aj z mrazených alebo sušených.

Staročeská kulajda

Suroviny:

- 300 g čerstvých húb
- 4 stredné zemiaky
- 300 ml kyslej smotany
- 4 vajcia
- 3 bobkové listy
- 1 PL hladkej múky
- 1-2 PL octu
- 6 guľôčok čierneho korenia
- 3 guľôčky nového korenia
- sekaný kôpor
- rasca
- soľ



Postup:

Huby očistíme a nakrájame na väčšie kúsky. Ošúpané zemiaky nakrájame na kocky a spolu s hubami varíme vo vode, do ktorej sme pridali soľ, korenie, rascu a bobkový list. Do misky si pripravíme smotanu, ktorú dohľadka vymiešame s múkou. Keď sú zemiaky mäkké, pridáme smotanu a krátko povaríme. Podľa chuti pridáme ocot a nasekaný kôpor. Nakoniec rozklepneme vajíčka, ktoré opatrne spustíme do polievky. Varíme ešte asi 4 minúty a ďalšie 4 necháme postáť. V pravej kulajde sú vaječné žĺtky polomäkké. Ak nechceme vajcia spúšťať priamo do polievky, môžeme si ich pripraviť v samostatnom kastróliku nasledovne: do osolenej vriacej vody s troškou octu vylejeme z malej misky celé vajíčko a varíme 4 - 10 minút (podľa požadovanej výslednej konzistencie). Takto pripravené tzv. stratené vajce pridáme na tanier do polievky. Podávame s čerstvým chlebom.

MÁM RADOSŤ VŽDY, *keď sa naučím niečo nové*

Ako reklamačná pracovníčka počúva denno-denne sťažnosti zákazníkov. To si vyžaduje veľkú dávku trpezlivosti, empatie a komunikačných zručností. Ktoré koníčky a záľuby pomáhajú Ivetke Burešovej zrelaxovať myseľ i telo po náročnom pracovnom dni?

DOZVEDELI SME SA, ŽE VEĽA VOĽNÉHO ČASU TRÁVITE V SPOLOČNOSTI MAŽORETIEK. PREZRADÍTE NÁM PREČO?

Každému rozprávam, že mažoretky sú najlepší krúžok, do ktorého som kedy chodila. V skutočnosti je to pravda len sčasti. Od malička som túžila tancovať, ale ako dieťaťu mi to nebolo dopriane. Tento sen sa mi však nakoniec splnil - prostredníctvom mojich dcér. Vďaka žilinským mažoretкам DIANA som sa stretla s úžasnými ľuďmi – spolu s ostatnými rodičmi sme vytvorili akýsi fanklub. Cestovali sme so súborom na všetky vystúpenia, súťaže, prehliadky a povzbudzovali všade, kde sa dalo. Organizovali sme aj vlastné gulášovky, jednoducho sme boli super partia.

Moja staršia dcéra je v súčasnosti už trénerka mažoretiek a veľmi ma teší, že tradícia žije naďalej – pridali sa ďalší rodičia a naša fanúšikovská „rodina“ sa stále rozrastá.

KEĎŽE S MAŽORETKAMI TRÁVITE TOĽKO ČASU, URČITE STE NA CESTÁCH, VYSTÚPENIACH ČI SÚŤAŽIACH ZAŽILI VESELÉ I ZÁBAVNÉ CHVÍLE. PODELÍTE SA S NAMI O NEJAKÝ ZÁŽITOK, KTORÝ VÁM UTKVEL V PAMÄTI?

To veru môžem, doteraz sa na ňom všetci rodičia smejú. Mali sme ísť do Poľska na Maj-

strovstvá Európy a odchádzalo sa o 4:00 ráno. Každý rodič dostal niečo za úlohu. Jeden chystal chlebičky, ďalší napiekol koláče, iný mal na starosti upiecť víťaznú tortu (víťazstvo muselo byť vždy nejaké :). Ja som mala pre celú skupinu urobiť rezne. Všetky sa mi pekne vydarili, spokojne som ich po vychladnutí pobalila do dóz a ľahla si spať. Zrazu sa zobudím na to, ako mi zvoní telefón. Všade tma, zdvihnem telefón. Hodnú chvíľu mi trvalo, kým som pochopila, čo sa deje - že som zaspala a všetci na mňa čakajú. Tak celá tá kolóna rodičov prišla pred náš panelák a všetci si zo mňa robili srandu, že keby som nemala na starosti tie rezne, tak ma nepočkajú :) Nakoniec všetko dobre dopadlo, stihli sme aj slávnostné defilé, ktoré je naozaj úžasným zážitkom.

MÁTE AJ ĎALŠIE SPÔSOBY, AKO SI DOBIŤ PO PRÁCI ENERGIU A NAČERPAŤ SILY?

Samozrejme, som veľmi spoločenský typ. Vďaka mažoretkam som si vytvorila pevné priateľstvá a doteraz sa s kamarátkami pravidelne stretávame. Chodíme spolu na túry, prechádzky, na rôzne kultúrne podujatia, ktoré sa v Žiline a na okolí konajú. Veľa času trávim aj na prechádzkach so psom – je to môj miláčik, pri ňom vždy zabudnem na všetky starosti a problémy.



IVETA BUREŠOVÁ

KEĎ PRÁCA ČLOVEKA NAOZAJ BAVÍ A NAPŔIŇA, NEVÁHA SI DOPŔIŇAŤ SVOJE VEDOMOSTI A ZÍSKAVAŤ ZRUČNOSTI AJ MIMO PRACOVNEJ DOBY. MÁTE AJ VYCHUŤ A VÔĽU SA VO SVOJOM ODBORE VZDELÁVAŤ?

Áno, veď bez toho sa táto práca ani nedá robiť. A ja mám z toho radosť, je to pre mňa veľmi zaujímavé, lebo sa vždy dozviem niečo nové. Hoci som v KiNEKUSE už siedmy rok, stále sa mám čo učiť.

Na Žilinskej univerzite, Univerzite tretieho veku som dokonca absolvovala študijný program Právo v spoločnosti. Štúdium trvalo 6 semestrov a bolo ukončené promóciami. Na toto obdobie spomínam veľmi rada, bol to pre mňa silný zážitok. Celý jeden semester sme napríklad preberali riešenie reklamácií, a keďže nám prednášal naozaj skúsený a nadšený pán doktor, veľmi ma to bavilo. Dodnes, keď mám nejaký problém, veľmi ochotne mi poradí a pomôže. Počas štúdia som zažila krásne chvíle a stretla úžasných ľudí, aj preto sa na Univerzitu tretieho veku ešte určite plánujem vrátiť. ◀

▶ PO PRÁCI

S KAMARÁTKAMI



MOJE RADOSTI



NA PROMÓCIACH



MAŽORETKY - MOJA VÁŠEŇ



OVERENÉ PRAXOU, TOTO
PLATILO PRED 100 ROKMI.
PLATÍ TO AJ DNES?

50 OTÁZOK PRE LEPŠÍ PREDAJ ZA PULTOM

DOKONČENIE Z MINULÉHO ČÍSLA

Už od prvého čísla K-magazínu sme na pokračovanie prinášali zaujímavé otázky, na ktoré by mal vedieť odpovedať každý predavač za pultom. Ak sa aj Vy chcete stať dobrým predavačom, ktorý bude mať vždy úspech v akomkoľvek obchode, vyskúšajte, ako by ste odpovedali na tieto posledné otázky.



43. POVAŽUJEM „NIE“ ZA KONEČNÚ ODPOVEĎ?

Dobrý predavač vie odmietnutie zmeniť na súhlas. „Nie“ nepovažuje za konečnú odpoveď. Je potrebné študovať postoj zákazníka. Uskutočniť predaj ale neznamená prinútiť zákazníka kúpiť niečo, čo nechce. Znamená to priviesť zákazníka k tomu, aby tovar ocenil a nadobudol poznanie, čo všetko s ním môže robiť. Dobrý predavač nemôže len ticho stáť, hľadiť do prázdna a stroho odpovedať na otázky. Musí byť aktívny, tvorivý a pozitívny. Áno, prídu aj odmietnutia, chyby, omyly. Ale len silný predavač z nich stavia schodisko k dosiahnutiu cieľa a nie múr.

44. UDRŽIAVAM SI PSYCHICKÚ AJ FYZICKÚ KONDÍCIU?

Tupými nástrojmi sa nedá krájať. Musíme byť správne naberúsi a správne naladení, ak chceme zákazníkom poskytovať tovar a tie najlepšie služby. Nie sme schopní ponúkať tovar s preplneným žalúdkom, nie sme toho schopní ani vtedy, ak si náš duch žiada spánok. Priveľa jedla, pitia i tabaku spomaľuje duševné pochody človeka a zbavuje ho iskry. Vie to každý atlét, a tak by to mal vedieť aj dobrý predavač.

45. HOVORÍM O SVOJOM OBCHODE V DOBROM, KEĎ SA ROZPRÁVAM S PRIATEĽMI ALEBO PRÍBUZNÝMI?

Táto otázka preverí Vašu lojalitu a zmysel pre spoluprácu. Každá firma hľadá predovšetkým takých zamestnancov, ktorí vedú byť lojalní kdekoľvek sa nachádzajú a za každých okolností. Veď dobre vedená firma si takýto prístup zaslúži.

Aj keď nie ste v obchode vedúcim, aj keď ste predavačom alebo učňom, nezabúdajte, že obchod zastupujete aj navonok. Ľudia si predajňu a poskytované služby budú predstavovať podľa Vás. Čokoľvek im povieť alebo urobíte, môže mať vplyv na to, či bude obchod obľúbeným alebo naopak neobľúbeným.

POSLEDNÝCH 5 OTÁZOK SME VYHRADILI PRE VÁS. PODELTE SA S NAMI O SVOJE NÁZORY A SKÚSENOSTI!

46. AKÁ JE NAJDÔLEŽITEJŠIA VLASTNOSŤ, KTORÚ BY MAL MAŤ KAŽDÝ PREDAVAČ?

47. AKÉHO PRAVIDLA SA TREBA DRŽAŤ PRI RIEŠENÍ SPORU SO ZÁKAZNÍKOM?

48. ČO NAJVIAC CHÝBA NAŠIM SLOVENSKÝM PREDAVAČOM?

49. AKÚ POZITÍVNU SKÚSENOSŤ MÁTE S PREDAVAČMI SO SORTIMENTOM DOMÁCE POTREBY ALEBO NÁRADIE?

50. AKÚ NEGATÍVNU SKÚSENOSŤ MÁTE S PREDAVAČMI SO SORTIMENTOM DOMÁCE POTREBY ALEBO NÁRADIE?

Odpovede na otázky č. 46-50 nám môžete poslať do **16. januára 2017** emailom na adresu kmagazin@kinekus.sk alebo poštou na adresu **KiNEKUS s.r.o., Rosinská cesta 13, 010 08 Žilina**. Zo všetkých odpovedí vyžrebujeme **3 výhercov**, ktorých odmeníme peknými cenami. Tešíme sa na Vaše reakcie! :) <



VYBERÁME *elektrocentrálu*

Sú situácie, keď potrebujeme použiť elektrické náradie v prostredí, kde nie je možné priviesť elektrickú energiu z rozvodnej siete. V takom prípade využijeme elektrocentrálu. Ako si vybrať tú správnu?

Elektrocentrála je zariadenie na výrobu elektrickej energie. Najčastejšie je poháňaná benzínovým alebo naftovým motorom. Medzi ďalšie druhy paliva patrí plyn a olej. Pre bežné použitie - v domácnosti, na chate a podobne, sú najrozšírenejšie benzínové a plynové elektrocentrály. Prečo? Lebo sú menšie, ľahšie a lacnejšie.

VÝKON JE DÔLEŽITÝ

Elektrocentrály sú tzv. mäkký zdroj elektrickej energie. Ich výkon je meraný pri teplote 25 °C a nadmorskej výške 100 m.n.m. Zmenou nadmorskej výšky o 100 metrov klesá výkon zhruba o 1 %. Ak sa teda bude elektrocentrála používať niekde na chate vo výške 1000 m.n.m.,

jej výkon bude nižší asi o 10 % oproti deklarovanému. Okrem toho je dôležité vedieť, že niektoré elektrické spotrebiče potrebujú pre svoj rozbeh veľký výkonový presah. Pre výber správneho zariadenia potrebujeme vedieť, na akú činnosť ju budeme používať.

Pre použitie bežných elektrocentrál patria medzi najvhodnejšie **elektrospotrebiče odporového typu**. Žiarovky, varné kanvice, varné dosky, fény - pri týchto sa stačí držať štítkových údajov a podľa počtu spotrebičov vypočítať potrebný výkon elektrocentrály - s cca 40 % rezervou.

Pri **spotrebičoch s elektromotorom**, ako napr. ručné náradie - vŕtačky, kotúčové píly, strunové sekačky, uhlové brúsky - je to trochu zložitejšie. Tieto spotrebiče majú s ohľadom na konštruk-

ciu motora určité straty, ktoré sa bežne pohybujú okolo 30 %. Preto je dobré vedieť, či je na štítku uvádzaný výkon, alebo príkon. Takéto náradie navyše potrebuje na svoj rozbeh výrazne vyšší príkon, takže je potrebné počítať s minimálne dvojnásobnou výkonovou rezervou, ale radšej ešte väčšou.

Najhoršie sa vyberá správna elektrocentrála pri použití **strojov s tzv. ťažkým štartom**, ako sú kompresory, čerpadlá, domáce vodáreničky, zväracie invertory, chladničky, práčky. Tie majú veľké valivé odpory (čerpadlá), prípadne vysoké nábohové špičky (typické pre zväracie invertory pri zapálení elektródy). U týchto strojov je potrebné počítať so 4- až 5-násobným výkonovým presahom, ktorý je nevyhnutný pre ich rozbeh.

A ČO NAPÄTIE?

Ak hľadáme elektrocentrálu pre napájanie spotrebičov s modernou elektronikou, pamätajme na to, že sú citlivé na kolísanie napätia. Príliš kolísavé napätie ich môže dokonca zničiť, preto je stabilizovaný výstup nutnou požiadavkou. Vhodnými kandidátmi pre takéto elektrické prístroje sú elektrocentrály vybavené systémom vyrovnávania napätia (označované tiež AVR).

Pre bežné použitie postačuje **jednofázová** elektrocentrála, ktorá dodáva štandardných 230 V, pre väčšie zataženie (napr. na stavbe), sú vhodné **3-fázové** prístroje, ktoré poskytujú napätie 400 V.

Tak to by sme mali - tieto informácie vám pomôžu získať základný prehľad o elektrocentrálach. Ale keďže parametrov, ktoré ovplyvňujú výber správnej elektrocentrály je mnoho, najlepšie je poradiť sa s odborníkom. Ten najlepšie posúdi vhodnosť jednotlivých typov podľa plánovaného použitia. ▶

▶ ELEKTROCENTRÁLY



1-FÁZOVÁ, BENZÍNOVÁ, DEDRA



1-FÁZOVÁ, BENZÍNOVÁ, HERON



3-FÁZOVÁ, BENZÍNOVO-PLYNOVÁ, HERON

ZA HRŠŤ orechov

Obl'ubujete oriešky? Ak si ich radi doprajete v pravidelných dávkach, chránite svoje zdravie. Už pol hrste nesolených a nepražených orechov denne dokáže podľa vedcov podstatne znížiť riziko srdcových ochorení.

Dostali ste neodolateľnú chuť na nejakú dobrotu? Namiesto nezdravých maškrt si namieste zmes rôznych druhov orechov a doprajte tak svojmu telu poriadnu dávku zdraviu prospešných živín, vitamínov, minerálov i množstvo antioxidantov. Samozrejme, ani pri orechoch nezabúdajte na mieru!

BOHATÉ VYUŽITIE

Orechy sa používajú nielen do tradičných koláčov, zákuskov, plniek, tortových korpšov či ako pochúťka ku dobrému vínu. Aj v modernej kuchyni nájdu svoje uplatnenie. Výborne ochutia mäso a mäsité pokrmy, pridávajú sa i do omáčok. Sú skvelým partákom ľahkých zeleninových aj ovocných šalátov. Vyrobiť sa z nich dá olej, likér, dokonca aj kompót. Jednoducho a efektne ich využijete na dekoráciu a sprestenie rôznych pokrmov.



DÔLEŽITÉ ZÁSADY SKLADOVANIA

Aby vám vlašské orechy nesplesnivali, nechajte ich po zbere dôkladne preschnúť. Potom si treba vybrať, akým spôsobom ich chcete uchovávať. Nevylúskané orechy uskladnené na dobre vetranom mieste vydržia dlho. Tma a sucho sú veľmi dôležité podmienky, pretože olej v jadrách veľmi ľahko oxiduje. Oxidácia tukov sa prejavuje horkastou chuťou a je zdraviu škodlivá.

Ak orechy zbavíme škrupiniek, najlepšie sa skladujú zamrazené.

Dajte ale pozor na to, aby boli v mrazničke oddelené od aromatických potravín.

Takto vydržia aj celý rok, až do novej úrody. Vo vzduchotesnej nádobe a v chlade ich môžete skladovať po dobu 4-6 mesiacov. Zaujímavým spôsobom uchovávaní, a zároveň výbornou pochúťkou sú vlašské orechy naložené v mede. <



BLAHODARNÉ ÚČINKY ORECHOV

U nás patria medzi najrozšírenejšie a najobľúbenejšie práve vlašské orechy. Aké pozitívne účinky na organizmus majú tieto chrumkavé plody?

- 1. podporujú správne fungovanie mozgu** - chránia neuróny pred poškodením, zlepšujú kognitívnu a motorickú funkciu mozgu, pôsobia preventívne proti demencii
- 2. udržiavajú zdravý krvný obeh** - aminokyseliny pomáhajú uvoľňovať cievy, regulujú krvný tlak a spolu s nenasýtenými mastnými kyselinami chránia srdce pred infarktomyokardu
- 3. zmiernujú stres** - vďaka orechom dokážete lepšie zvládať napäté situácie, odstraňujú podráždenosť a prispievajú k psychickej rovnováhe
- 4. chránia vlasy aj pokožku pred voľnými radikálmi** - sú bohaté na antioxidanty a vitamíny skupiny B, ktoré posilňujú vlasové koreňky a spomaľujú proces starnutia
- 5. povzbudzujú imunitný systém** - sú významným zdrojom zdravých tukov, magnézia a často chýbajúceho zinku, ktorý má pozitívny vplyv na imunitu a proces hojenia

> Z NAŠEJ PONUKY



LUSKÁČIK NA ORECHY



MLYNČEK NA ORECHY

Kde sa dobre vari, TAM SA DOBRE DARÍ

Každá gazdinka iste ocení kvalitný riad a náčinie, ktoré jej pomôže vyčariť dobroty pre svojich najmilších. A čo je lepšie ako jedlo, ktoré nielen dobre chutí, ale aj príťažlivo vyzerá?

OBLÚBENÝ MATERIÁL

Smaltovaný riad nájde svoje využitie nielen v tradičnej, ale aj modernej kuchyni. Už dávno neplatí, že patrí iba do babičkinej či retro kuchyne. **Smalt** je veľmi vďačný materiál, ktorý ponúka širokú paletu možností - žiarivé farby, zaujímavé dekory i moderné dizajny. Medzi jeho najväčšie prednosti patrí predovšetkým odolnosť voči poškrabaniu a jednoduchá údržba. Plusom je aj neporézny povrch, takže pri skladovaní v chladničke sa nemení chuť jedla. Varenie v kvalitných smaltovaných nádobách je navyše veľmi zdravé a energeticky úsporné. Nespornou výhodou je aj možnosť používania na indukčných platniach, ktoré sa v súčasnosti tešia veľkej obľube.

Popredné miesto v slovenských kuchyniach si stále drží **nehrdzavejúca oceľ**. V lesklom či matnom prevedení, hrnce z tohto materiálu dodajú vašej kuchyni potrebnú dávku elegancie a punc kvality. Veľkým plusom je tiež nenáročná údržba. Potrebujete ešte ďalší dôvod, prečo sa rozhodnúť práve pre nerezový riad? Keďže je to asi najpoužívanejší materiál v kuchyni, veľmi ľahko k nemu nájdete, nakombinujete a zladíte aj všetky ostatné kuchynské doplnky a náčinie. Ak chcete naopak pridať

k chladnej oceli trošku farby, neváhajte vyskúšať moderných silikónových pomocníkov. S veselým farebným náradím vám varenie pôjde nielen od ruky, ale aj s úsmevom na perách.

AKO POTEŠÍŤ NIELEN ŽALÚDOK

Veď kto by nechcel očariť svojich hostí vkusným a zaujímavým servírovaním?

Aby sa vám prílohy nezunovali, zažeňte nudu napríklad servírovacími formičkami. Vytvarujete s nimi, čo len chcete. Ryžu i zemiaky, zeleninové prílohy, ale aj hlavné jedlo či dezerty. Formičkami dodáte vašim pokrmom atraktívny vzhľad rôznych tvarov. Aj kuchár - začiatočník vďaka nim zaručene zožne slávu! Štvorec, kruh alebo trojuholník. Ktoré si vyberiete? Využijete ich nielen na tvarovanie, ale aj na vrstvenie.

V KiNEKUSE nezapúdame ani na efektne stolovanie. Kuchárske kreácie sa budú vynímať na krásnych tanierových súpravách. Opálové či obyčajné sklo, keramika či porcelán - ktorý materiál je pre vás ten naj? Čisté línie bez dekoru, jednofarebné i viacfarebné prevedenie alebo dekory od jemných a nenápadných až po tie výrazné geometrické či kvetinové - u nás si vyberie naozaj každý! ◀



SERVÍROVACIE FORMIČKY



PORCELÁNOVÁ SÚPRAVA



SMALTOVANÝ HRNIEC



SMALTOVANÝ KASTRÓL



NEREZOVÁ SÚPRAVA

Kde dovolenkovali

KINEKUSÁCI ?



Prijemné letné mesiace sú už za nami. Užili ste si aj vy chvíle oddychu a slnečnú pohodu? My, kinekusáci, sme sa rozhodli, že sa s vami podelíme o zážitky i pár fotiek. Ktovie, možno v nasledujúcich riadkoch nájdete aj trochu inšpirácie, ako stráviť leto na budúci rok :)



Pavol Papik, KiNEKUS veľkoobchod, AUTOM AŽ NA KRAJ...WALESU

Keďže do lietadla nesadnem, nabalili sme na konci júla naše auto (až sme vyzerali skoro ako rumunskí obchodníci :)) a vyrazili so ženou naprieč Európou. Dlhé čakanie na trajekt sme si skrátili zastávkou v Antverpách. Centrálna vlaková stanica tam vyzerala skôr ako obrovský mramorový palác. Keď sme sa s otvorenými ústami na ňu vynadávali, dopriali sme si ešte večernú prechádzku ulicami mesta. Trajektu sme sa nakoniec dočkali, a síce to nebol žiadny Titanic, pre nás to bolo „poprvé“, takže sme mali celkom zážitok.

Nasledovalo pár dní oddychu v Londýne, naložili sme ďalších pasažierov - spoludovolenkárov a hurá do cieľovej destinácie Wales, konkrétnejšie Pembrokeshire. V tomto kraji sme strávili 8 dní - fakt čarovných. Zažili a videli sme: rozľahlé piesočné pláže, kratšie aj dlhšie prechádzky a túričky po nenormál-

ne krásnych útesoch, impozantný hrad, na ktorom sa narodil Henrich VII., nekonečne veľa oviec, aj zázračné počasie (prší tam 200 dní do roka, ale my sme nez mokli ani raz). Každý večer sme zaspávali dochodení, unavení a šťastní.

Dni plynuli ako voda, ani sme sa nenazdali, prešlo 14 dní, na tachometri pribudlo 5000 km a boli sme doma. Okrem nezabudnuteľných zážitkov a pár dobrých nákupov sme si so sebou doniesli aj tieto ponaučenia pre priateľov, známych, aj neznámych:

1. Ak si zaplatíte za vyhliadkovú plavbu za delfínmi, takmer určite žiadne neuvidíte :) (po návrate sme sa dočítali na internete, že je to jedno z najväčších klamstiev páchaných na dovolenkároch).
2. Ak budete chcieť nadávať na úzke cesty, kde sa nedá obísť s protiúdicim autom, to ste ešte neboli vo Walese :) (tam sa niekedy z auta nedá ani vystúpiť).

CENTRÁLNA STANICA V ANTVERPÁCH



CESTOU DO ST. DAVID'S



Miroslav Šubert, KiNEKUS Žilina, 3 DNI V LEDNICKO-VALTICKOM AREÁLI

S rodinkou som sa vybral spoznávať krásu lednicko-valtického areálu. Prvý deň sme dorazili až podvečer, a keďže sme boli už unavení, poprechádzali sme sa iba po záhradách. Zaujalo ma, že niektoré boli vo francúzskom a iné v anglickom štýle. Francúzska časť vyzerala ako taký malý český „Versailles“. Viac sa mi ale páčila tá anglická - s vodnými plochami a majestátnymi stromami starými aj 300 rokov. Dokonca tam mali vybudovaný aj akvadukt - napodobeninu rímskeho vodovodu.

Nasledujúci deň sme sa už vybrali do zámku. Dá sa preskúmať 4 vyhliadkovými trasami. Pokladnička sa nás pýtala, ktorú chceme a ja že všetky :) Zostala prekvapená, ale nakoniec nám to naplánovala na 2 trasy doobeda a 2 poobede. Najviac sa mi líbilo schodisko vyrezané z jedného kusu dreva a obrovský

mosadzný luster, ktorý siahal cez všetky poschodia. Trasy:

- prízemie - najexkluzívnejšie priestory (na privítavanie hostí a slávnostné hostiny, plesy, bály)
- 1. poschodie - izby pánov
- 2. poschodie - detská časť
- podzemie - umelé jaskyne (s kvapľami, slúžili iba na ozdobu)

Večer sme sa boli znova poprechádzať po záhradách. Zbadali sme minaret, na ktorý sa dalo vyšliapať po schodoch až úplne hore. Musel som teda prekonať dve veľké prekážky: strach z výšok a vyše 300 schodov, ale stálo to za to.

Na tretí deň sme sa boli pozrieť aj vo Valticiach, ktoré slúžili ako letné sídlo. Určite ich odporúčam všetkým cyklistom - sú tam fakt dobré cyklistické trasy.

VYREZÁVANÉ SCHODISKO



VALTICE





Denisa Petrušková, KiNEKUS Ružomberok, MORE ZÁŽITKOV AJ BEZ MORA

Dovolenka - väčšina ľudí si ju spája s pobytom pri mori. Ja nie som až tak zalúbená do mora a za ostatné roky som zistila, že pre mňa je najväčší relax dovolenka na Slovensku.

Ružomberok a jeho okolie sa mi veľmi páči. Nena-darmo sa hovorí, že je srdcom Liptova. S manželom a deťmi chodíme radi na prechádzky alebo na bicykloch po okolí. Okúpať sa v Liptovskej Mare, oddýchnuť si v Čutkovskej doline pri šume horského potoka alebo sa pokochať výhľadom na Ružomberok z Kalvárie je pre nás niečo úžasné.

Tento rok sme taktiež nezaháľali. Rodine z Čiech sme ukázali krásu Liptovského Jána, Stanišovskú jaskyňu so super sprievodkyňou (ktorú týmto pozdravujem :)). Využili sme aj možnosť požičať si kolobežky a bolo to veru zábavné. Tento rok tu otvorili výstavu miniatúr, ktorú sme samozrejme neobišli. Úžasné boli miniverzie hradu Strečno či Bojnického

zámku - klobúk dole pred tým, kto ich robí. Vytiahli sme aj bicykle. Cesta na Liptovskú Maru nám trvala necelú hodinku. Voda bola toto leto o niečo chladnejšia, ale o to viac osviežujúca.

V auguste u nás boli opäť na prázdninách neter a synovec z Anglicka. Spravili sme si výlet do Košíc, kde sme navštívili Technické múzeum a dali sme si zmrzlinu pri spievajúcej fontáne. Zvyšok dňa sme strávili v ZOO, ktorá je prepojená s Dinoparkom. Bol to dlhý deň a deti po ňom zaspali ako batolá-tá. Zotavovali sme sa v Čutkovskej doline s nohami v potoku :) Na Malinô brdo sme šli pešky aj lanovkou. Deti mali veľkú radosť najmä z môjho strachu na lanovke.

Na Slovensku je ešte veľa nových miest, ktoré môžeme navštíviť a je veľa aj takých, kde sa radi vraciame znova a znova.

LIPTOVSKÁ MARA



MALINÔ BRDO



Andrej Baláž, KiNEKUS Bratislava, OBLÚBENÁ DESTINÁCIA? SLOVENSKO!

Každý má svoju predstavu o „správnej“ dovolenke. Mňa osobne more nikdy nejak nelákalo. Narodil som sa v krásnom prostredí Kremnických vrchov, a keďže žijem v hlavnom meste, stále ma to ťahá do prírody, poprípade k historickým pamiatkam. Preto dovolenka podľa môjho gusta znamená tráviť čas na Slovensku. Môžem o sebe povedať, že našu krajinu poznám, navštívil som tu veľa miest, preliezol veľa kopcov...Ale vždy sa dá nájsť nejaké to miestečko, nádherný kúsok zeme, ktorý vám vie zobrať dych. Naposledy som sa o tom presvedčil, keď sme

sa vybrali do Zvolena. Vravil som si: „No čo už ma môže vo Zvolene preväpiť? Veď to tam poznám!“ Ale rodinka ma vytiahla na túru na Pustý hrad, a naozaj, ako sa hovorí, „spadla mi sánka“.

Tá trištvrte hodinka stúpania strmým chodníkom veru stála za to. Nádherný les, ohľaduplní turisti, a za odmenu ten krásny výhľad, zrúcaniny nie jedného, ale hneď dvoch hradov... Stačila jedna poľdňová turistika a vrátili sme sa všetci síce unavení, ale vysmiati, zrelaxovaní a spokojní. Pre mňa je toto viac, ako dovolenka pri mori :)

NAŠA ZOSTAVA



PUSTÝ HRAD



Ing. Štefan Súkeník, majiteľ, CESTOU-NECESTOU KARAVANOM

Ani tento rok sme si nerobili ťažkú hlavu s rozhodovaním, akým spôsobom strávime našu dovolenku. Voľba bola jasná - podľa tradície sme zvolili karavan. Ostávalo už len vybrať, kam sa poberieme. Rozhodli sme sa pokračovať v spoznávaní Česka, konkrétne južnej Moravy. Po dôkladnom vyleštení karavanu a pobalení nám už nič nebránilo v ceste.

Bola sobota, 13. augusta. Cesty nás zaviedli na pútnické miesto Svätý Hostýn, kde nás čakala menšia túra ku bazilike na vrchu Hostýn, niektorých na bicykli a niektorých pešky. Na noc sme sa uchýlili do kempu za Velehradom, kde sme strávili nasledujúceho pol druhu dňa. V tomto pokojnom mestečku sme prezreli veľkolepú baziliku Nanebovzátia Panny Márie, archeoskanzen Modrá a prírodné krásy. Ďalší deň sme tiahli na juh do kraja jazier

v okolí rieky Dyje, a to do Ledníc. Bicyklami sme prešli vychýrené cyklotrasy, ktoré nás dovedli k zaujímavým pamiatkam. Unikátom bol, popri Janohrade, hlavne Lednický zámok s palmovým skleníkom. V záhradách zámku sme boli svedkami neskutočného predstavenia sokoliarov Zayferus, ktorí nám predviedli, ako vyzerajú dravci v akcii. Naša karavána smerovala ďalej do historického Mikulova, nad ktorým sa skveli pahorky Pálavy. Nasledujúce dni sme strávili v Moravskom kráse v obci Sloup prehliadkou jaskýň, zbieraním húb a vychutnávaním si prírody. Ohromení sme boli predovšetkým priepastou Macocha. Cez Uherské Hradište, so zastávkami v slovenskom Šaštíne, Trenčíne a Uhrovci sme si to nakoniec namierili späť domov, na dolné Kysuce.

KARAVAN PRIPRAVENÝ...



VELEHRAD



1. Vypočítaj príklady a podľa výsledkov vyfarbi omaľovánku.

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

2. Pomôž nájsť včielke cestu ku kvietkom.



3. Dokážeš správne doplniť chýbajúce dieliky do obrázka?

Príklad NA VÝCHODE

Jeho historické centrum bolo zaradené do Zoznamu svetového dedičstva UNESCO. Patrí medzi najkrajšie mestá na Slovensku.

Už tušíte, do akého mesta vás zavedieme?

Keď sa spomenie Bardejov, takmer každý si ho spojí s *Bardejovskými kúpeľmi*. Veď prvá zmienka o nich je už z roku 1247. Koncom 19. storočia si ich na niekoľkotýždňový pobyt vybrala aj cisárovná Alžbeta, známejšia ako Sissi. Jej pobyt pripomína bronzová socha v životnej veľkosti osadená pred ubytovacím zariadením, ktoré nesie jej meno. Tradične sa v kúpeľoch liečili vnútorné ochorenia, ale vďaka viacerým prameňom sa tu dnes liečia aj choroby ženské, nervové a ochorenia pohybového aparátu.

Súčasťou areálu Bardejovských kúpeľov je aj *Múzeum ľudovej kultúry – skanzen*, v ktorom sú na ploche 1,5 hektára rozmiestnené rôzne stavby našich predkov. Ide o drevené stavby karpatského typu - od roľníckych domov cez hospodárske budovy až po sakrálne stavby. Celá plocha je navyše v parkovej a záhradnej úprave.

Mesto Bardejov má samo osebe bohatú históriu. Jeho najzaujímavejšou časťou je *Radničné námestie*. Dominuje mu gotická stavba - *Bazilika sv. Egídia*, ktorú obklopujú nádherné meštianske

domy. Na námestí sa nachádza aj pravdepodobne najstaršia renesančná stavba Slovenska - *Mestská radnica*. Dnes je v nej umiestnená historická expozícia *Šarišského múzea*. Prezentuje stredoveké dejiny Bardejova a medzi najzaujímavejšie vystavené diela patrí napr. súsošie Malá Kalvária od Majstra Pavla z Levoče.

V ZIME SI PRÍDU NA SVOJE AJ LYŽIARI

V blízkosti Bardejova nájdeme aj niekoľko klasických sakrálnych stavieb – drevených kostolov. Zaujímavosťou je, že pri ich stavbe nebol použitý žiadny klinec. Tieto staré gréckokatolícke chrámy sú výnimočné aj tým, že vo väčšine sa dodnes konajú bohoslužby. Okrem spomínaného skanzenu ich môžeme vidieť aj v obciach Krivé, Kožany, Tročany, Jedlinka a ďalších. Výnimkou na východe je kostolík v obci Hervartov, ktorý je rímskokatolícky.

V okolí sa nachádza aj množstvo turistických

trás v príjemnom prostredí *Nízkych Beskyd*, kde je možné načerpať energiu v čistom prostredí tamojších lesov. Jednou z možností je využiť lesnícky náučný chodník v Bardejovských Kúpeľoch, ktorý je podľa náročnosti rozdelený na 3 okruhy. Milovníci koní iste radi využijú ponuku agroturistického centra *Slniečny Majer*. Môžu absolvovať vychádzky na koňoch po okolí, jazdecký kurz či odvieť sa v koči.

V zime si prídu na svoje aj nadšení lyžiari – napríklad v strediskách *Regetovka*, *Makovica* alebo *Stebnícka Huta*. V ich areáloch sa nachádzajú skôr menej náročné lyžiarske trate. V stredisku Regetovka je v prípade priaznivých podmienok pripravená aj trať pre fanúšikov behu na lyžiach.

Bardejov a jeho blízke okolie je vhodné pre všetkých, ktorí si chcú oddýchnuť v príjemnom prostredí, a zároveň sa vyžiť po stránke kultúrnej, športovej či relaxačnej. Toto podmanivé miesto na severovýchode Slovenska ponúka veľa možností, ako uľaviť telu i duši v každodennom zhone.

► TIPY NA VÝLET



Dažďová voda v záhrade

Milí čitatelia, keďže našej firme i zamestnancom nie je životné prostredie ľahostajné, rozhodli sme sa zapojiť do pripravovanej kampane TAM, KDE SPADNE a pridať tak „kvapku, z ktorej môže vzniknúť more“. Začítajte sa a možno sa pridáte k nám aj vy.

Po druhej svetovej vojne sa v celej Európe naštartovala tzv. betónová kultúra, ktorá dnes spôsobuje vysušovanie pôdy, suchá a prívalové dažde, veľké výkyvy teplôt a horúčavy. **Betónová kultúra** jednoducho povedané znamená, že všetko, čo sa dá, vybetónujeme a odkanalizujeme. Domy a budovy projektujeme s odkvapovými rúrami, ktoré odvádzajú dažďovú vodu do kanalizácie. Odtiaľ nená-



KOLOBEH VODY

vratne putuje do potoka, rieky a nakoniec do mora. Každým metrom štvorcovým zastrešenej či zapečatenej plochy zemského povrchu sa stráca viac ako 500 litrov dažďovej vody ročne. Tak sa krajina, ba celé kontinenty vysušujú a prehrievajú, stúpa hladina oceánov, a tiež dochádza k roztápaniu ľadovcov, v ktorých je viazaných takmer 80 % sladkých vôd.

ZOPÁR VODNÝCH FAKTOV O SLOVENSKU

- naše vody odtekajú buď na sever do Baltického mora (povodie rieky Poprad) alebo na juh do Čierneho mora (všetky ostatné povodia)
- celková dĺžka vodných tokov presahuje 44.000 km
- všetky vody prameňov, potokov a riek sú pôvodom zo zrážkovej činnosti
- v priemere 35 % vody, ktorá za rok spadne vo forme dažďa, odtečie do morí

Je najvyšší čas zaviesť „**kultúru vody**“. Znamená to spomaľovanie odtoku dažďovej vody, zabezpečenie jej vsakovania priamo do pôdy a zadržiavanie v nádobách, bare-

„*Keď studňa vyschne, len vtedy spoznáme cenu vody.*“
Benjamin Franklin

loch, jazierkach či dažďových záhradách. Kultúra vody znamená mať dostatok vody v pôde, v rastlinách i atmosfére. Berieme dažďovú vodu len ako odpad a nutné zlo, ktoré treba rýchlo poslať kanalizáciou preč? Zaplavuje nám príbytky? To je však len dôsledok, nie príčina. Vodohospodári na Slovensku už dlhodobo varujú, že sme strechou Európy, takže potrebujeme zachytávať dažďovú vodu na našom území. Ale priehrady a veľké vodné nádrže nestačia, je nutné, aby sa zapojili obce, hospodári i každý z nás.

Cieľom plánovanej kampane **TAM, KDE SPADNE** je propagácia zadržiavania dažďovej vody v krajine a snaha opäť prebudiť úctu k vode. Pretože, keď v médiách začujeme slová „...vplyvom klimatických zmien...“, pamätajme, že za tento vplyv sme zodpovední MY, všetci spoločne. Aj nápravu môžeme urobiť **LEN MY, VŠETCI SPOLOČNE**. Veď voda je vecou každého z nás.

Ponúkame vám jeden praktický tip. Ako ozdraviť mikroklima vo vašom najbližšom okolí, a zároveň ušetriť peniaze? **Urobte si dažďovú záhradu!**

Dažďová záhrada je vlastne priehlbina na zachytávanie dažďovej vody zo spevnených nepriepustných plôch ako sú strechy, chod-

DAŽĎOVÁ VODA MÁ MNOŽSTVO VÝBORNÝCH VLASTNOSTÍ, KTORÉ STOJA ZA PRIPOMENUTIE:

- je to mäkká voda, ideálna na polievanie rastlín, a zároveň nevytvára vodný kameň v spotrebičoch,
- neobsahuje chlór a iné škodliviny, ani žiadne minerálne látky,
- má prirodzenú teplotu, aktuálne ladí s prostredím,
- je to destilovaná voda, síce nie pitná, ale v podstate neškodná voda,
- je veľmi dobrá na pranie, umývanie a čistenie,
- padá z nebies ako dar, opakovane a zadarmo - ale len vtedy, keď sa voda z krajiny vyparuje.

níky, parkoviská, príjazdové cesty. Jej realizácia môže byť pomerne jednoduchá – o čom sa presvedčíte v novom jarnom čísle K-magazínu. Ponúkneme vám návod, ako si ju vytvoriť a dozviete sa, čo všetko vďaka nej získate.



DAŽĎOVÁ ZÁHRADA NA SÚKROMNOM POZEMKU V HRONSKEJ BREZNICI

autor: Silvia Milová, OZ Ľudia a voda (www.ludiaavoda.sk)

Narodeninová oslava AKO SA PATRÍ



25 rokov úspešného pôsobenia na slovenskom trhu jednoducho treba osláviť. A tak sa kinekusáci zo všetkých kútov Slovenska stretli 25.6.2016 v malebnej lip-tovskej dedinke Malatíny. V príjemnom prostredí Sojka resort sme zažili veru nezabudnuteľné chvíle. Zasúťažili sme si v tímoch, zrelaxovali v bazénoch, potešili naše žalúdky, aj sa poriadne vytancovali. A že to stálo za to, dokazujú hádam aj tieto fotografie. Však posúďte sami :)



Všetko nejlepší!




Kinekus nie je jediným tohtoročným oslávencom. Jeho zakladateľ, Ing. Štefan Súkeník oslávil v septembri krásne okrúhlu 50-tku.

Týmto by sme mu radi v mene všetkých kinekusákov popriali veľa zdravia, šťastia a dôvodov na úsmev.

Redakcia K-magazínu

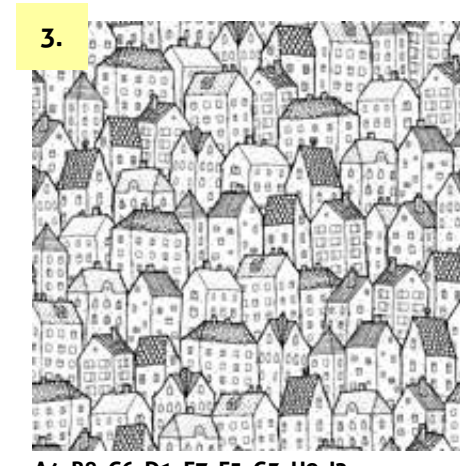
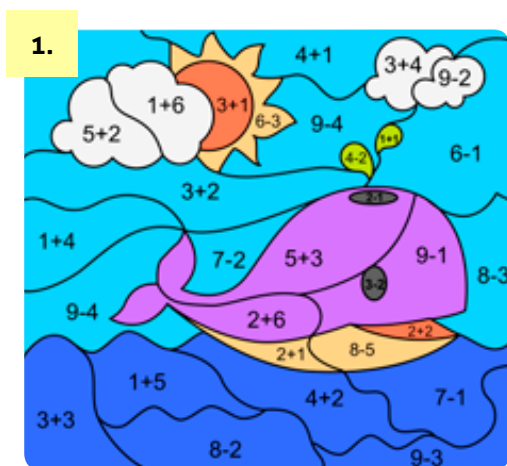
PS: Šéfovi sme túto stranu „zabudli“ dať schváliť :)



 <p>Čo odkazuje oslávenec KINEKUS? (dozviete sa v tajničke)</p> <p>Pomôcka: Krížovka obsahuje aj číselné rébusy.</p>					ama, SY	varením vopred uprav (rébus.)	nazad (rébus.)	značka vysá- vačov	poprvok		očistí od buriny	vojenská farba	meno spi- sovateľa Šándora	úkaz	
					týčil sa					hovorový súhlas					
					pomoc					kália (bot.) Renáta (dom.)					
					túz					5 2					
					4 osobné zámeno				neslop objemové jednotky					nemecká spojka	kosí
	Vladislava (dom.)	plytký morský záliv	stolík na hru v kocky	anglická skr. pána zvrtné zámeno		jelenice sekáme				3 žiaden					
pokryvka hlavy					Timotea (dom.) ale, po nem.				tri en písomná skúška						
náš starší hokejista (Igor)					predpona (proti) príbuzný				prací prípravok dedina (zastar.)						
japonská lovkyňa ustríc				zmenši množstvo rozum				éra existuj			filmový mimo- zemšťan	kód Sýrie			
1															
typ ruských lietadiel			časť oceána				záruky								

Správne znenie tajničky pošlite do 16.1.2017 emailom na adresu kmagazin@kinekus.sk alebo poštou na adresu **KINEKUS, s.r.o., Rosinská cesta 13, 010 08 Žilina**. Päť úspešných riešiteľov bude odmenených hodnotnými cenami.

Správne riešenia zo strany 22.



A4, B8, C6, D1, E7, F5, G3, H9, I2



Zohrejte sa lacnejšie



LAVÁ verzia PRAVÁ verzia

- ČERVENÝ
- BIELY
- KRÉMOVÝ
- HNEDÝ

8 kW

Sporák ROYAL NEW

výkon 8 kW, rozmery vxšxh 85x72x65 cm, dymovod ø 120 mm, zadný, bočný, vrchný, hmotnosť 115 kg, účinnosť 73 %, smaltovaná rúra s teplomerom a plechom na pečenie



celkový výkon 22 kW

Krbové kachle AMBADOR E

s výmenníkom, celkový výkon 22 kW, do vody 17 kW, objem výmenníka 22 l, rozmery 105x45x49 cm, dymovod ø 118 mm, vrchný, hmotnosť 98 kg, účinnosť 82 %, krémový keramický obklad



LAVÁ verzia PRAVÁ verzia

7 kW

Sporák DOMINANT 70

výkon 7 kW, rozmery vxšxh 85x70x60 cm, dymovod ø 120 mm, vrchný, zadný, bočný, hmotnosť 125 kg, účinnosť 76 %, ocelová platňa, presklené ohnisko, rúra s teplomerom a hlbokým plechom, smaltovaný poklop, farba biela



LAVÁ verzia PRAVÁ verzia

- KRÉMOVÝ
- BIELY
- HNEDÝ

9,5 kW

Sporák ELEGANT new line

výkon 9,5 kW, rozmery vxšxh 71x82x59 cm, dymovod ø 120 mm, bočný, zadný, hmotnosť 74 kg, účinnosť 83 %, presklená rúra na pečenie, otvor ohniska 16x11 cm



5 kW

Kachle FILEX-H

výkon 5 kW, rozmery 95x54x38 cm, dymovod ø 120 mm, zadný, hmotnosť 81 kg, účinnosť 78 %



LAVÁ verzia PRAVÁ verzia

8 kW

Sporák AS LUX

výkon 8 kW, rozmery vxšxh 84,5x90x65,4 cm, dymovod ø 150 mm, horný, hmotnosť 155 kg, účinnosť 78 %, predná nerezová časť so smaltovanými bokmi, nerezovo-červený



5 kW

Kachle FIKOTERM 2U4P

výkon 5 kW, rozmery 89x29x32 cm, dymovod ø 120 mm, zadný, hmotnosť 58 kg, účinnosť 78 %



5 kW

Kachle BOZEN b

výkon 5 kW, rozmery 90x33x35 cm, dymovod ø 120 mm, zadný, hmotnosť 57 kg, účinnosť 78 %



8 kW

Ohrievač vody LK 100

výkon 8 kW, valec ø 37 cm, výška 150 cm, objem 95 l, dymovod ø 100 mm, hmotnosť 55 kg, na pevné palivo, + zadarmo sprcha a batéria

Noša na drevo

prútená, dĺžka 65 cm, šírka 48 cm



Krbové náradie APOLÓN

4-dielne + stojan s drevenou podstavou, výška 67 cm



Kominíček - odstraňovač sadzí

chemický, 70 g, balenie 5 ks, pre zlepšenie hospodárnosti prevádzky sporákov

CELÚ PONUKU NÁJDETE V NAŠOM NOVOM KATALÓGU VYKUROVANIA



PÝTAJTE U SVOJHO PREDAJCU



www.kinekus.sk



Navštívte naše predajne

ŽILINA Kamenná 4, 041/777 77 77

TRENČÍN Oproti OC Laugaricio, 032/640 12 96

RUŽOMBEROK Bystrická cesta 2159, 044/435 39 10

BRATISLAVA Petržalka, Fedinova 14, 02/638 11 447

PRIEVIDZA Nábrežná 11, 0907 999 225

PÚCHOV Okružná 1746/74, 042/471 03 03

MARTIN Jilemnického ulica 8851, 0907 999 223

KOŠICE Južná trieda 66, ADESSO, 055/789 84 62

POPRAĐ Dlhé Hony 4587/1, OC Kriváň, 052/20 222 02

alebo stovky našich odberateľov po celom Slovensku